

**GELENEKSEL ÇOCUK OYUNLARININ ORTAOKUL
ÖĞRENCİLERİNİN YAŞAM KALİTESİNE ETKİSİ**

**THE EFFECT OF TRADITIONAL CHILDREN'S GAMES ON THE
QUALITY OF LIFE OF SECONDARY SCHOOL STUDENTS**

Gönderilen Tarih: 08/10/2024
Kabul Edilen Tarih: 12/12/2024

Hande YAZICIOĞLU ÇALIŞAN

Aksaray Üniversitesi, Spor ve Sağlık Alanında İhtisaslaşma Koordinatörlüğü, Aksaray
Orcid: 0000-0002-6100-9880

Rahmi YILDIZ

Sivas Cumhuriyet Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Sivas
Orcid: 0000-0001-9789-7157

Geleneksel Çocuk Oyunlarının Ortaokul Öğrencilerinin Yaşam Kalitesine Etkisi

ÖZ

Bu araştırmanın amacı, 12 hafta süreyle geleneksel çocuk oyunları oynayan ortaokul öğrencilerinin yaşam kalitesine etkisini incelemektir. Araştırma grubunu, 2022-2023 eğitim - öğretim yılında Sivas merkezde Millî Eğitim Bakanlığına bağlı bir kamu okulunda 5. sınıfta öğrenim gören 60 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırma grubuna Geleneksel Çocuk Oyunları Federasyonu'nun seksek, kaleli yakan top, tombik ve mendil kapmaca oyunları oynatılmıştır. Veri toplamak amacıyla "Kişisel Bilgi Formu", Öğrencilerin yaşam becerilerini ölçmek için ise Varni ve ark. (2019) aracılığıyla geliştirilen "Çocuklar İçin Yaşam Kalitesi Ölçeği (ÇİYKÖ)" kullanılmıştır. Deney grubuna 12 hafta boyunca oyun programı haftada her gün 1 saat olarak uygulanmıştır. Verilerin analizinde SPSS programından yararlanılarak aritmetik ortalama, frekans, standart sapma ve korelasyon betimsel analizleri yapılmıştır. Normallik dağılımı için Shapiro-Wilks testi uygulanmıştır. Veriler normal dağılım göstermediği için parametrik olmayan testlerden Wilcoxon testi, öğrencilerin elde ettiği yaşam kalitesi puanlarının iki değişken (cinsiyet, spor yapma/yapmama durumu) ile kıyaslaması Mann Whitney U testi ile analizi yapılmış ve 05 anlamlılık düzeyi dikkate alınmıştır. Elde edilen bulgular doğrultusunda, geleneksel çocuk oyunlarının cinsiyet ve spor yapma durumları değişkenlerinde öğrencilerin yaşam kalitesini artırdığı tespit edilirken, anne - baba eğitim seviyesi değişkenlerinde anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Bütün bu bulgulara dayanarak, ortaokul beden eğitimi ve spor derslerinde görev yapan öğretmenlerin, derslerinde geleneksel çocuk oyunlarına yer vermelerinin, öğrencilerin yaşam kaliteleri üzerinde olumlu etkiler yaratabileceği Bu nedenle öğretmenler, öğrencilerin serbest zamanlarında (teneffüs, öğle arası, okul çıkışı) geleneksel oyunları oynamasını özendirilmelidir. Oyun alanları oluşturarak okul içi ve dışı etkinliklere katılarak bu kazanımı gerçekleştirebilir.

Anahtar Kelimeler: Oyun, geleneksel çocuk oyunları, ortaokul, yaşam kalitesi

The Effect of Traditional Children's Games on The Quality of Life of Secondary School Students

ABSTRACT

The aim of this study is to examine the effects of playing traditional children's games for 12 weeks on the quality of life of middle school students. The research group consists of 60 5th grade students studying in a public school affiliated to the Ministry of National Education in the center of Sivas in the 2022-2023 academic year. The research group played the games of the Traditional Children's Games Federation, hopscotch, goalie dodgeball, tombik and handkerchief grabber. "Personal Information Form" was used to collect data, and the "Quality of Life Scale for Children (PedsQOL)" developed by Varni et al. (2019) was used to measure the students' life skills. The game program was applied to the experimental group for 1 hour every day of the week for 12 weeks. In the analysis of the data, arithmetic mean, frequency, standard deviation and correlation descriptive analyzes were made using the SPSS program. The Shapiro-Wilks test was applied for normality distribution. Since the data did not show a normal distribution, the Wilcoxon test, which is one of the nonparametric tests, was used to compare the quality of life scores obtained by the students with two variables (gender, sports/non-sports status) and the Mann Whitney U test was used to analyze them, and the significance level of 05 was taken into account. According to the findings, it was determined that traditional children's games increased the quality of life of the students in terms of gender and sports status variables, while no significant difference was found in terms of the education level of the parents. Based on all these findings, it can be concluded that if teachers working in secondary school physical education and sports classes include traditional children's games in their lessons, it can have positive effects on the quality of life of the students. Therefore, teachers should encourage students to play traditional games in their free time (break, lunch break, after school). They can achieve this gain by creating playgrounds and participating in in-school and out-of-school activities

Keywords: Game, traditional children's games, middle school, quality of life

GİRİŞ

Geleneksel çocuk oyunları, çocuğun gelişimini olumlu yönde destekleyebilecek ve çocuğun becerilerini geliştirecek en keyifli ve kültürel bakımdan önemli oyun faaliyetlerinden bir tanesidir¹. Bir başka ifadeyle, geleneksel çocuk oyunları kurallarını geleneklerden alan, toplumun örf ve adetlerini yansıtan ve nesilden nesile aktarımı olan değerdir². Geleneksel çocuk oyunları, değer verilerek korunmasına ihtiyaç duyulan kültürel miraslarımız arasındadır. Bu oyunlar, çocukların genel gelişimini destekleyebilecek ve potansiyellerini ortaya çıkaracak öğretici ve eğlenceli etkinliklerdir³. Geleneksel oyunlar vasıtasıyla çocuklar, hareket etme, önemli tecrübeler edinme ve duygusallarını geliştirme fırsatına sahip olurlar. Aynı zamanda bu oyunlar, hem akranların hem de yetişkinlerin sosyal ihtiyaçlarını karşılar. Çocuklar, rol model olmayı, koordine olmayı, tartışma ve uzlaşmayı, liderlerini demokratik yollarla seçmeyi bu oyunlar aracılığıyla öğrenmektedirler¹.

Teknolojik gelişmelerle beraber, çocuğun gelişiminde önemli bir rol oynayan oyunun şekli, kullanılan araç ve gereçler, çocukların oyun anlayışlarıyla oyun ortamı hızlı bir değişim dönemine girmiştir⁴. Geçmişte açık alanlarda arkadaşlar ile oynanan oyunlar, teknolojinin ilerlemesiyle bilgisayar ve internet vasıtasıyla sanal ve kapalı ortamlarda, sanal bireylerle oynanmaya başlamıştır. Bu durum, çocukların sokaklardan eve ve geleneksel çocuk oyunlarından internet oyunlarına yönelmelerine neden olmuştur. Sokaklarda, okullarda ve parklarda olması gereken çocuklar, evde ve internet kafe gibi kapalı mekanlarda internet oyunlarına yönelmektedirler⁵. Bu nedenlerle, geleneksel çocuk oyunları git gide unutulmaya yüz tutmuştur⁴. Geleneksel çocuk oyunlarının unutulması, bir kültürün kaybolması ve bu oyunların sağladığı ruhsal, zihinsel, fiziksel ve sosyal katkıların da yok olmasına yol açmaktadır⁶.

Bu bağlamda, sosyal, fiziksel, psikolojik ve eğitimsel boyutları içine alan ve günlük hayat olaylarını gerçekleştirerek uygulamayı yansıtan çok boyutlu kavram olan yaşam kalitesi kavramı öne çıkmaktadır⁷. Dünya Sağlık Örgütü'ne göre yaşam kalitesi, "bireylerin yaşamlarındaki durumları, yaşantılarındaki kültür ve değerler sisteminde, standartları, amaçları, beklentileri ile kaygıları bağdaştırarak algılamaları" şeklinde tanımlanmaktadır⁸. Yaşam kalitesi, kişinin genel iyilik durumuna ilişkin öznel algılarını ve yaşam memnuniyetini yansıtır. Yaşam kalitesini artıran faktörler arasında toplumsal ilişkilerden tatmin sağlama, bağımsızlık, anlamlı bir yaşam sürme, güvenli ortamda hayatını devam ettirme, kişisel inanç ve değerlere saygı, sosyal ve ekonomik anlamda yeterli olma ve kutsal değerlere saygı yer alır. Buna karşın, yaşam kalitesini azaltan unsurlar şunlardır: Fizyolojik gereksinimlerin karşılanmaması, sağlık problemleri, cinsel algı ve problemler, sosyal anlamda destek yoksunluğu ve aile içerisinde ya da yakın ilişkilerdeki olumsuzluklar. Ayrıca, günlük yaşam faaliyetlerinin yetersizliği de yaşam kalitesini azaltan bir unsurdur. Buna istinaden serbest zaman etkinlikleri yaşam kalitesini artıran unsurların çoğunun gerçekleştirilmesinde önemli bir rol oynamaktadır. Bilhassa serbest zamanın gelişim ve eğlenme işlevleri, bireylerin kendilerini ifade etmeleri ile çevrelerinde olumlu iletişim kurmaları konusunda anlamlı bir etkiye sahiptir⁹.

Bireylerin serbest zaman etkinlikleri ile yaşam kalitelerinde artış olduğu görülmektedir¹⁰. Bu bağlamda serbest zaman aktivitesi olan geleneksel çocuk oyunlarının ortaokul öğrencilerinin yaşam kalitesine etki edeceği düşünülmektedir. Bu araştırmanın amacı, geleneksel çocuk oyunları oynayan ortaokul öğrencilerinin yaşam kalitesine etkisini belirlemektir. Bu araştırma, serbest zaman etkinliklerinin bireylerin

yaşam kalitesi üzerindeki olumlu etkilerini inceleyen literatüre, geleneksel çocuk oyunları bağlamında özgün bir katkı sağlamayı hedeflemektedir. Ortaokul öğrencilerinin fiziksel, zihinsel ve sosyal gelişim süreçlerinde kritik bir öneme sahip olan oyunların, yaşam kalitesi üzerindeki etkileri yeterince araştırılmamıştır. Geleneksel çocuk oyunları, yalnızca fiziksel aktiviteyi teşvik etmekle kalmayıp aynı zamanda sosyalleşme, problem çözme, dayanışma ve öz güven gibi becerilerin gelişimine katkı sağlar.

Bu çalışmanın sonuçları, eğitim kurumlarına ve ailelere yönelik öneriler sunarak öğrencilerin yaşam kalitesini artırmak için serbest zaman etkinlikleri kapsamında geleneksel çocuk oyunlarının önemini vurgulayabilir. Ayrıca, literatürde yer alan modern oyun ve etkinlik odaklı çalışmalarla karşılaştırıldığında, geleneksel oyunların kültürel ve sosyal bağlamdaki katkılarını ön plana çıkararak farklı bir perspektif sunacaktır. Bu yönüyle, araştırma yalnızca eğitim alanında değil, çocuk ve ergen psikolojisi, spor bilimleri ve kültürel çalışmalar gibi disiplinlere de yeni bilgiler kazandırabilir.

MATERYAL VE METOT

Araştırma Modeli

Bu araştırma, nicel araştırma yöntemlerinden deneysel araştırma türünde tasarlanmıştır. Deneysel modelde, araştırmacı bir problemi araştırırken durumları ve olayları işleme tabii tutarak karşılaştırır ve ortaya çıkan sonuçları yorumlar¹⁰⁻¹¹. Ön test ve son test uygulamaları, tüm gruplarda aynı zamanda gerçekleştirilmiştir. Araştırmada "Ön Test-Son Test Kontrol Gruplu Deneysel Desen" kullanılmış ve ardından gruplarda deneysel işlem uygulanmıştır.

Deney Süreci

Araştırmada, geleneksel çocuk oyunları federasyonu (COSKF) tarafından belirlenen seksek, kaleli yakan top, mendil kapmaca ve tombik oyunları oynatılmıştır¹². Araştırmada, deney grubu ve kontrol grubu olarak iki grup bulunmaktadır. Belirlenen oyunlar, deney grubundaki öğrencilere haftada 5 saat olmak üzere toplam 12 hafta boyunca beden eğitimi ve oyun dersi kapsamında, yıllık ders programında planlanan geleneksel çocuk oyunları "Geleneksel Oyunları" kurs eğitimi almış beden eğitimi ve spor öğretmeni tarafından oynatılmıştır. Kontrol grubundaki öğrencilere ise beden eğitimi ve oyun dersi müfredatına uygun şekilde ders işlenmiştir. Uygulama öncesinde ve sonrasında, Varni ve ark. (1999)¹³ tarafından geliştirilen "Çocuklar İçin Yaşam Kalitesi Ölçeği" uygulanmıştır.

Araştırma Grubu

Araştırmada deneysel model uygulandığı için evren ve örneklem belirlemesine gidilmeyerek, deney ve kontrol grupları oluşturulmuş ve bu gruplar "araştırma grubu" olarak adlandırılmıştır¹¹⁻¹⁴. Araştırmaya katılan öğrencilere ulaşmak ve dengeli bir dağılım sağlamak amacıyla, araştırma yapılacak okul ve gruplardaki öğrenciler, amaçlı örnekleme yöntemlerinden kolay ulaşılabilir durum örnekleme tekniğine göre seçilmiştir¹¹. Araştırma grubu, Sivas Merkez Süleyman Demirel Ortaokulu'ndaki 5. sınıf öğrencilerinden deney grubu (n=30) ve kontrol grubu (n=30) olmak üzere toplam 60 öğrenci üzerinde gerçekleştirilmiştir. Deney grubuna (n=30) 12 hafta boyunca, haftada 2 gün ve her gün ortalama 2 saat süresince "Geleneksel Çocuk Oyunları" oynatılmıştır. Araştırmaya katılan öğrencilerin demografik özellikleri aşağıdaki tabloda belirtilmiştir.

Tablo 1. Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Demografik Özellikleri Tablosu

Değişken	Özellik	f	%
Cinsiyet	Erkek	44	60,0
	Kız	26	40,0
Spor Yapma Durumu	Spor Yapan	24	40,0
	Spor Yapmayanlar	36	60,0
Anne Eğitim Durumu	İlkokul	7	4,2
	Ortaokul	12	7,2
	Lise	18	10,8
	Ön lisans	9	9,4
	Lisans	11	6,6
	Lisansüstü	3	1,8
Baba Eğitim Durumları	İlkokul	5	3,0
	Ortaokul	11	6,6
	Lise	16	9,6
	Ön lisans	10	6
	Lisans	12	7,2
	Lisansüstü	3	1,8

Tablo 1'deki bulgulara incelendiğinde, araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyete göre dağılımları incelendiğinde, katılımcıların %60'ının erkek ve %40'ının kız olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin spor yapma durumlarına bakıldığında, %40'ının spor yaptığı, %60'ının ise spor yapmadığı tespit edilmiştir.

Araştırma Yayın Etiği

Katılımcılara ve ebeveynlerine araştırma öncesi araştırma hakkında ayrıntılı bilgi verilmiştir. Gönüllü katıldıklarına dair çocukların ebeveynlerinden Gönüllü onam formu alınmıştır. Araştırma "Aksaray Üniversitesi İnsan Araştırmaları Etik Kurulu" tarafından onaylandı (Tarih: 24.08.2022; Sayı: E-34183927-000-00000750403).

Veri Toplama Araçları

Öğrencilerin demografik bilgilerini toplamak amacıyla, literatür taraması sonucunda ilgili değişkenlere yönelik bir kişisel bilgi formu hazırlanmıştır. Bu form aracılığıyla, öğrencilerin ebeveynlerinin eğitim durumları, cinsiyetleri ve spor yapma durumları hakkında bilgiler elde edilmiştir. Öğrencilerin yaşam kalitesini ölçmek için Varni ve ark. (1999)¹³ aracılığıyla geliştirilen "Çocuklar İçin Yaşam Kalitesi Ölçeği" kullanılmıştır. Bu ölçek, 2-7 yaş, 8-12 yaş ve 13-18 yaş arası gruplar için ayrı ayrı hazırlanmış olup Türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışmaları Çakın Memik (2005)¹⁵ ve Üneri (2005)¹⁵ tarafından yapılmıştır. Araştırmada 8-12 yaş grubu için geliştirilen form kullanılmıştır. ÇİYKÖ, Likert tipi bir ölçektir ve ölçeğin uygulanmasında, belirtilen sorunların son bir ay içinde hangi derecede yaşandığı belirlenmektedir. Yanıtlar 100'lük puana dönüştürülmekte toplam ölçek için ortalama bir puan hesaplanmaktadır. Yüzlük sistemde puanın yüksekliği algılanan yaşam kalitesinin de yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçeğin iç tutarlılığı (Cronbach alfa katsayısı) ergen formunda 0.82 olarak belirlenmiştir.

Verilerin Analizi

Verilerin analizi SPSS programı kullanılarak gerçekleştirilmiş olup standart sapma, frekans, aritmetik ortalama ve korelasyon betimsel analizleri yapılmıştır. Normallik analizlerinin gerçekleştirilebilmesi için her bir grupta en az 30 öğrenci olması gerekmektedir¹⁴. Ancak, deney gruplarındaki öğrenci sayısı 30'un altında olduğu için parametrik testler yerine parametrik olmayan testler kullanılmıştır. Bu bağlamda,

öğrencilerin yaşam kalitesi puanlarının iki değişken (cinsiyet ve spor yapma/yapmam) ile karşılaştırılması Mann Whitney U testi ile analiz edilmiştir. Analizlerde .05 anlamlılık düzeyi esas alınmıştır.

BULGULAR

Tablo 2. Öğrencilerin Yaşam Kalitesine İlişkin Ön test Toplam Puanlarının Karşılaştırılması

Test	Grup	n	Ortalama	U	p
Ön Test	Deney	30	59,05	139,000	,161
	Kontrol	30	57,95		

*p<.05

Tablo 2'deki bulgulara incelendiğinde, deney ve kontrol gruplarının ön test ortalama puanları sırasıyla 59,05 ve 57,95 olarak tespit edilmiştir. Uygulanan Mann Whitney U testi sonuçlarına göre bu iki grup arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığını tespit edilmiştir (U=139,000, p>0,050). Bu bulgular ışığında deney ve kontrol grubu ön test ortalama puanlarının istatistiksel olarak birbirinden farklı olmadıklarını desteklemektedir.

Tablo 3. Öğrencilerin Yaşam Kalitesine İlişkin Toplam Fark Puanlarının Karşılaştırılması

Gruplar	n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Deney Grubu	30	79,58	519,00	,500	,000
Kontrol Grubu	30	58,37	389,50		

*p<.05

Tablo 3'teki bulgulara incelendiğinde, deney ve kontrol gruplarının sıra ortalamalarına göre fark puanları sırasıyla 79,58 ve 58,37 olarak tespit edilmiştir. Uygulanan Mann Whitney U testi sonucuna göre bu iki grup arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir (U=0,500, p<0,050). Bu durum deney ve kontrol grubu ön test-son test puan ortalamaları istatistiksel olarak birbirlerinden farklı olduğunu desteklemektedir. Bu fark deney grubu olduğu görülmektedir.

Tablo 4. Öğrencilerin Yaşam Kalitelerine İlişkin Ön test ve Son test Toplam Puanlarının Karşılaştırılması

Son Test- Ön Test	Sıra	n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	z	p
Yaşam Kalitesi	Negatif	6	14,54	89,00	-4,038	,001*
	Pozitif	49	60,18	875,00		
	Eşit	5				

*p<.05

Tablo 4'teki bulgulara incelendiğinde, araştırma grubunun ön test ve son test yaşam kalitesi puanlarında 22 öğrencinin sıra puanlarında bir artış, 3 öğrencinin sıra puanlarında bir azalma ve 5 öğrencinin sıra puanlarında herhangi bir değişiklik olmadığını tespit edilmiştir. Deney sonrası öğrencilerin yaşam kalitesi parametrelerdeki puanlarında anlamlı düzeyde artış olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 5. Gruplara Göre Yaşam Kalitesi Toplam Fark Puanlarının Karşılaştırılması

Testler	Gruplar	n	Sıra Ortalaması	x ²	p	η ²	Post Hoc Tukey Testi
Yaşam Kalitesi	Deney Grubu	30	84,43	26,274	.000*	.36	Araştırma>Kontrol
	Kontrol Grubu	30	64,48				

*p<.05

Tablo 5'teki bulgulara göre, gruplar arasındaki yaşam kalitesi son test-ön test fark puanlarının Post Hoc Tukey Testi sonuçlarına göre anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir (p < 0,05). Bu farkın, araştırma grubunun lehine olduğu görülmektedir. Ayrıca Eta kare (etki büyüklüğü) .36 değeri araştırmanın etki düzeyinin kuvvetli düzeye yakın olduğunu ispat etmektedir. Cinsiyet durumu değişkenine göre öğrencilerin yaşam kalitelerindeki değişimi incelemek için, son test puanlarından ön test puanları çıkarılarak elde edilen fark puanları hesaplanmış ve bu fark puanlarına ilişkin bulgular Tablo 6'de sunulmuştur.

Tablo 6. Cinsiyet Değişkenine Göre Yaşam Kalitesi Toplam Fark Puanlarının Karşılaştırılması

Testler	Cinsiyet	n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Yaşam Kalitesi	Erkek	44	78.12	1595.00	,500	,001
	Kız	26	66.41	1461.00		

*p<.05

Tablo 6'daki bulgulara göre, cinsiyet değişkeninin de yaşam kalitesi fark puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir. Bu farkın erkek öğrenciler lehine olduğu görülmektedir. Spor yapma/yapmama durumu değişkenine göre yaşam kalitesi düzeyleri üzerindeki etkilerini incelemek amacıyla, son test ve ön test puanları arasındaki farklar hesaplanmış ve bu fark puanlarına ilişkin bulgular Tablo 7'de sunulmuştur.

Tablo 7. Spor Yapma/Yapmama Durumu Değişkenine Göre Yaşam Kalitesi Toplam Fark Puanlarının Karşılaştırılması

Testler	Spor	n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Yaşam Kalitesi	Yapma	24	62.72	1430.00	,500	,000
	Yapmama	36	74.65	1529.00		

*p<.05

Tablo 7'deki bulgulara göre, spor yapma/yapmama durumu değişkeninin de yaşam kalitesi fark puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir. Bu farklılık spor yapanların lehine olduğu görülmektedir. Anne baba eğitim durumları değişkenine göre yaşam kalitesi düzeyleri üzerindeki etkilerini incelemek amacıyla, son test ve ön test puanları arasındaki farklar hesaplanmış ve bu fark puanlarına ilişkin bulgular Tablo 8'de sunulmuştur.

Tablo 8. Anne-Baba Eğitim Durumları Değişkenine Göre Yaşam Kalitesi Toplam Puanlarının Karşılaştırılması

Testler	Eğitim Durumu	n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Anne	İlkokul	7	56.72	1410.00	543.00	.468
	Ortaokul	12	58.65	1421.00		
	Lise	18	60.70	1430.00		
	Ön lisans	9	54.80	1395.00		
	Lisans	11	57.82	1415.00		
	Lisansüstü	3	59.62	1429.00		

Baba	İlkokul	5	55.48	1415.00	560.00 .525
	Ortaokul	11	57.60	1420.00	
	Lise	16	59.90	1419.00	
	Ön lisans	10	57.50	1418.00	
	Lisans	12	58.30	1420.00	
	Lisansüstü	3	59.05	1422.00	

*p<.05

Tablo 8'deki bulgulara göre, anne-baba eğitim durumu değişkeninin de yaşam kalitesi fark puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir.

TARTIŞMA

Bu araştırmada, ortaokul 5. sınıf öğrencilerinin yaşam kaliteleri, cinsiyet, spor yapma durumları ve anne ile baba eğitim durumları açısından incelenmiştir. Geleneksel çocuk oyunlarının öğrencilerin yaşam kalitelerine genel olarak pozitif yönde arttırdığını göstermektedir. Elde edilen bulgular, alan yazındaki fiziksel aktivitenin çocukların genel durumuna katkıda bulunduğunu gösteren çalışmaları desteklemektedir^{17,18}. Ayrıca yapılan araştırmada, eta kare ile etki büyüklüğü belirlenmiş olup, Tablo 5'te yer alan .36 değeri, araştırmaya katılan öğrencilerin oynadıkları geleneksel çocuk oyunlarının yaşam kaliteleri üzerindeki etkisinin kuvvetli bir düzeyde olduğunu göstermektedir. Deney grubunda gözlemlenen yaşam kalitesi artışı, yalnızca niceliksel bir değişim değil, aynı zamanda eğitsel ve sosyal bağlamda önemli bir iyileşme olarak değerlendirilebilir. Bu bulgu, çocukların düzenli fiziksel aktiviteye katılımının sağlıkla ilgili yaşam kalitesini iyileştirdiğini belirten önceki araştırmalarla tutarlılık göstermektedir^{19,20}.

Araştırmada, deney grubundaki öğrencilerde gözlenen yaşam kalitesi artışı, bu oyunların fiziksel aktivite düzeylerini artırarak fiziksel ve duygusal sağlığı desteklediğini göstermektedir. Bu sonuçlar, özellikle çocukların sosyal etkileşim becerilerini ve özgüvenlerini artırarak psikolojik iyilik hallerine katkıda bulunduğunu öne süren araştırmalarla uyum içerisindedir²¹⁻²³. Sosyal etkileşim, bilhassa çocukların duygusal gelişimi üzerinde derin bir etkiye sahip olup, geleneksel oyunların okul müfredatında yer almasının çocukların çok yönlü gelişimine destek olan bir uygulama olduğunu söylemek mümkündür.

Çalışmanın bir diğer önemli bulgusu olan anne ve baba eğitim seviyelerinin öğrencilerin yaşam kalitesine olan etkisinin istatistiksel olarak anlamlı bir fark yaratmadığı gözlemlenmiştir. Bu durum, fiziksel aktivitenin yararlarının, çocukların sosyoekonomik durumu ya da ebeveynlerin eğitim seviyesi gibi faktörlerden bağımsız olarak genel bir sağlık haline destek olduğu alan yazınla örtüşmektedir^{24,25}. Bununla birlikte, spor yapma durumu ve cinsiyet gibi faktörlerin yaşam kalitesi üzerinde belirgin bir etkisi olduğu gözlemlenmiştir. Özellikle kız öğrencilerde yaşam kalitesinde daha fazla artışlar olduğu gözlemlenmiştir. Bu da oyunların cinsiyete bağlı farklı etkiler yaratabileceğini göstermektedir²⁶.

Bu araştırma, geleneksel çocuk oyunlarının ortaokul öğrencilerinin yaşam kalitesini artırmada etkili bir araç olduğunu göstermiştir. Özellikle, bu oyunların sadece fiziksel sağlığı desteklemekle kalmayıp, bunun yanında sosyal ve duygusal gelişimlerine katkı sağladığı görülmüştür. Bu bulgular, geleneksel oyunların çocukların genel refahını artırıcı etkilerine ışık tutan önceki araştırmaları destekler düzeydedir^{27,28}.

Geleneksel çocuk oyunlarının, özellikle fiziksel aktivitenin düşük olduğu sosyoekonomik gruplarda bile etkili olması, bu oyunların okullarda daha yaygın bir şekilde uygulanması gerektiğini gösterir. Eğitim politikalarının, öğrencilerin yaşam kalitesini artırmak amacıyla geleneksel oyunların müfredata eklenmesi konusunda teşvik etmesi gerekir. Bu tür oyunların, çocukların sadece fiziksel değil, sosyal ve duygusal gelişimlerine de destek veren çok yönlü bir eğitim aracı şeklinde değerlendirilmesi önerilmektedir²⁹.

Sonuç olarak, bu çalışma, geleneksel çocuk oyunlarının öğrencilerin yaşam kalitesini iyileştirme potansiyelini ortaya koymuş ve bu oyunların eğitim sistemine entegrasyonunun önemini vurgulamıştır. Bu bulgular, eğitimcilerin dikkatine sunulmalı ve gelecekteki eğitim programlarının bu doğrultuda geliştirilmesi ihtiyacı vurgulanmalıdır. Bundan sonraki planlanacak araştırmalar, bu bulguları daha geniş popülasyonlar üzerinde test ederek, farklı yaş gruplarındaki öğrenciler ve farklı sosyoekonomik geçmişlere sahip gruplar için benzer etkiler incelenebilir.

KAYNAKLAR

1. Petrovska S., Sivevska D., Cackov O. (2023). Role of the game in the development of preschool child. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*. 92, 880-884.
2. Charles MA., Abdullah MR., Musa RM., Kosni NA. (2017). The effectiveness of traditional games intervention program in the improvement of form one school-age children's motor skills related performance components. *Journal of Physical Education and Sport*. 17(1), 925-930.
3. Lestaringrum A. (2017). The effects of traditional game 'congklak' and self-confidence towards logical mathematical intelligence of 5-6 years children. *Journal Ilmiah Pendidikan Prasekolah dan Sekolah Awal*. 3(1), 13-22.
4. Özden Gürbüz D. (2016). Geleneksel çocuk oyunları ve eğitimsel işlevleri: Emirdağ örneği. *Electronic Turkish Studies*. 11(14), 529-564.
5. Özalp Gerçeker GÖ., Kahraman A., Yardımcı F., Bolışık B. (2014). İlköğretim öğrencilerinin geleneksel çocuk oyunlarını oynama durumlarının ve etkileyen etmenlerin incelenmesi. *Uluslararası Hakemli Aile Çocuk ve Eğitim Dergisi*. 2(3), 49-62.
6. Hazar Z., Tekkurşun Demir G., Dalkıran H. (2017). Ortaokul öğrencilerinin geleneksel oyun ve dijital oyun algılarının incelenmesi: Karşılaştırmalı metafor çalışması. *Sportmetre Dergisi*. 15(4), 179-190.
7. Wilkins AJ, O'Callaghan MJ, Najman JM., Bor W., Williams GM., Shuttlewood G. (2004). Early childhood factors influencing health-related quality of life in adolescents at 13 years. *Journal of Paediatrics and Child Health*. 40(3),102–109.
8. Skevington SM., Lofty M., O'Connell KA. (2004). The World Health Organization's WHOQOL-BREF Quality of life assessment: psychometric properties and results of the international field trial a report from WHOQOL-Group. *Quality of Life Research*. 13(2), 299-310.
9. Yönet E., Çalık F. (2020). Liselilerin sportif serbest zaman ilgilenimi dijital oyun bağımlılığı ve yaşam kaliteleri. 1. Baskı. Astana Yayınları. Ankara.
10. Caldwell LL. (2005). Leisure and health: Why is leisure therapeutic? *British Journal of Guidance & Counselling*. 33(1), 7-26.
11. COSKF. (2021). Çocuk oyunları ve Spor kulüpleri. <https://coskf.org.tr/COSKF>. [Erişim tarihi: 10.08.2024].

12. Varni JW., Seid M., Rode CA. (1999). The PedsQL: measurement model for the Pediatric Quality of Life Inventory. *Medicine Care*. 37, 126-139.
13. Can A. (2019). *Spss ile bilimsel araştırma sürecinde nicel veri analizi*. 8. Baskı. Ankara, Pegem Akademi.
14. Çakın Memik N. (2005). *Çocuklar için yaşam kalitesi ölçeği geçerlik ve güvenilirlik çalışması*. Yayınlanmamış uzmanlık tezi, Kocaeli Üniversitesi Tıp Fakültesi. Kocaeli.
15. Üneri Ö. (2005). *Çocuklar için yaşam kalitesi ölçeği'nin 2-7 yaşlarındaki Türk çocuklarında geçerlik ve güvenilirliği*. Yayınlanmamış uzmanlık tezi, Kocaeli Üniversitesi Tıp Fakültesi. Kocaeli.
16. Strong WB., Malina RM., Blimkie CJ., Daniels SR., Dishman RK., Gutin B., Trudeau F. (2005). Evidence based physical activity for school-age youth. *The Journal of Pediatrics*. 146(6), 732-737.
17. Biddle SJH., Asare M. (2011). Physical activity and mental health in children and adolescents: A review of reviews. *British Journal of Sports Medicine*. 45(11), 886-895.
18. Warburton DER., Nicol, CW., Bredin, SSD. (2006). Health benefits of physical activity: The evidence.
19. Janssen I., LeBlanc AG. (2010). Systematic review of the health benefits of physical activity and fitness in school-aged children and youth. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*. 7(1), 40.
20. Faulkner G., Biddle S., Fitzgibbon M. (2009). Youth physical activity and sedentary behavior: Challenges and solutions. *Human Kinetics*.
21. Eime RM., Young JA., Harvey JT., Charity MJ., Payne WR. (2013). A systematic review of the psychological and social benefits of participation in sport for children and adolescents: Informing development of a conceptual model of health through sport. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*. 10(1), 98.
22. Lubans DR., Richards J., Hillman CH., Faulkner G., Beauchamp MR., Nilsson M., Biddle SJH. (2016). Physical activity for cognitive and mental health in youth: A systematic review of mechanisms. *Pediatrics*. 138(3), e20161642.
23. Humbert ML., Chad KE., Spink KS., Muhajarine N., Anderson KD., Bruner MW., Gryba CR. (2008). Factors that influence physical activity participation among high- and low-SES youth. *Qualitative Health Research*, 18(4), 471-483.
24. Pate RR., Pfeiffer KA., Trost SG., Ziegler P., Dowda M. (2006). Physical activity among children attending preschools. *Pediatrics*. 114(5), 1258-1263.
25. Stalsberg R., Pedersen AV. (2010). Effects of socioeconomic status on the physical activity in adolescents: A systematic review of the evidence. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*. 20(3), 368-383.
26. Bailey R., Hillman C., Arent S., Petitpas A. (2009). Physical activity: An underestimated investment in human capital? *Journal of Physical Activity and Health*. 6(3), 269-285.
27. Timmons BW., Naylor PJ., Pfeiffer KA. (2012). Physical activity for preschool children How much and how? *Canadian Journal of Public Health*. 98(2), 122-134.
28. Beets MW., Beighle A., Erwin HE., Huberty JL. (2009). After-school program impact on physical activity and fitness: A meta-analysis. *American Journal of Preventive Medicine*. 36(6), 527-537.