

U L U S L A R A R A S I  
BEDEN EĞİTİMİ SPOR  
VE TEKNOLOJİLERİ

CİLT/VOLUME:3 SAYI/ISSUE:1 YIL/YEAR:2022

ISSN: 2717-8447

INTERNATIONAL JOURNAL OF PHYSICAL  
EDUCATION, SPORT AND TECHNOLOGIES

ISSN : 2717-8447

Cilt/Volume : 3

Sayı/Issue : 1

Yıl : 2022

**Sahibi/Owner**

Dr. Zafer DOĞRU

**Editörler Kurulu/Board of Editors (Soyadına Göre Sıralı/Sorted by Surname)**

Dr. Zafer DOĞRU Hitit Üniversitesi, ÇORUM

Dr. Yetkin Utku KAMUK Hitit Üniversitesi, ÇORUM

Dr. Bülent KİLİT Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi, TEKİRDAĞ

Dr. Ferman KONUKMAN Qatar University, Doha-QATAR

Dr. Hasan Birol YALÇIN Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, BOLU

Dr. Bekir YÜKTAŞIR Sinop Üniversitesi, SİNOP

**Bu Sayının Hakemleri/Referees to the Current Issue**

Dr. Ali İLHAN	Artvin Üniversitesi, ARTVİN
Dr. Burak KURAK	Trabzon Üniversitesi, TRABZON
Dr. Cenk TEMEL	Akdeniz Üniversitesi, ANTALYA
Dr. Emrah CERİT	Hitit Üniversitesi, ÇORUM
Dr. Erkan DEMİRKAN	Hitit Üniversitesi, ÇORUM
Dr. Fatih EVLİ	Hitit Üniversitesi, ÇORUM
Dr. Mehmet İNAN	Marmara Üniversitesi, İSTANBUL

İÇİNDEKİLER/CONTENTS


Sayfa/Page	Başlık/Title
1-9	İşitme Engelli Güreşçilerin Beslenme Bilgi ve Alışkanlıklarının İncelenmesi / <i>Evaluation of Nutritional Knowledge and Habits of Hearing Impaired Wrestlers</i> Sedef HABİPOĞLU & İzzet TURASAN
10-23	4. Sınıf Beden Eğitimi ve Oyun Dersi ile 5. Sınıf Beden Eğitimi ve Spor Dersi Psikomotor Kazanımlarının Hazırbulunuşluk Açısından Değerlendirilmesi / <i>Evaluation of Psychomotor Outcomes in the 4th Grade Physical Education &amp; Game and the 5th Grade Physical Education &amp; Sports Classes Regarding</i> Volkan FİLİZ, Okan KARAKÜTÜK & Murat ÜSTÜN
24-37	Öğrencilerin Hazırbulunuşlukları Bağlamında 4. Sınıf Beden Eğitimi ve Oyun Dersi ile 5. Sınıf Beden Eğitimi ve Spor Dersi Bilişsel Kazanımlarının Karşılaştırılarak Değerlendirilmesi / <i>Evaluation of the Cognitive Outcomes of the 4th Grade Physical Education &amp; Game and the 5th Grade Physical Education &amp; Sports Classes in the Context of The Readiness of the Students</i> Okan KARAKÜTÜK, Volkan FİLİZ & Murat ÜSTÜN


# EVALUATION OF NUTRITIONAL KNOWLEDGE AND HABITS OF HEARING IMPAIRED WRESTLERS

Sedef HABİPOĞLU<sup>1</sup>, ✉ & İzzet TURASAN<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Niğde Ömer Halisdemir University, Faculty of Sports Sciences, Turkey

<sup>2</sup>Niğde Ömer Halisdemir University, Institute of Health Sciences, Turkey

 0000-0001-6575-6325

 0000-0003-4471-8922

**Abstract :** *The purpose of athlete nutrition is to maintain and to improve the health of the athlete and his/her performance.*

*Wrestling is a sport that requires speed, strength, quickness, reaction, flexibility, balance, muscular and cardiovascular endurance, coordination. That is why nutrition is of great importance. The aim of this study is to evaluate the nutritional information and habits of hearing impaired wrestling national team athletes and to contribute to managers, athletes and coaches on athlete nutrition. The research was carried out with the survey model. The population of the research is composed of athletes of the national wrestling team with hearing impairments. It was tried to reach the whole universe on a voluntary basis and 64 people participated due to the pandemic conditions. In order to collect data, a nutritional knowledge and habits questionnaire was applied together with the personal information form used in scientific studies. In the analysis of the data, frequency and percentage distributions of the data were evaluated by using SPSS 24. According to the results, it was observed that the average age of the participants was 21.50, they were between the ages of 16-36, 48.4% were high school graduates and 35.9% were university graduates. It was determined that 96.9% of the participants did not smoke and 98.4% did not use alcohol. It has been found that 53.3% of wrestlers have 3 meals in a day, 18.8% have 2 meals and 1.6% have 5 meals with the lowest rate. It was found that 76.6% of the participants had breakfast regularly, 85.9% had lunch regularly, and 96.9% had dinner regularly. Considering the distribution of participants' frequency of using vitamins and minerals, it was found that 43.8% uses vitamins and minerals, and 28.1% uses them 2-3 days a week at most. It was also found that 65.6% of the participants does not use protein powder, 50.0% does not consume sports drinks, when considering the distribution of energy and ergogenic auxiliary consumption, 57.8% does not consume energy drinks, 100% did not consume ergogenic auxiliary, considering the distribution of the timing of their consumption of the last meal before the match, 46.9% has 2 hours prior to the match. It was observed that 43.8% of the participants mostly consumed liquid 1 hour before the match, consumed water at the most 73.4% during the match, consumed a maximum of 67.2% water before the match, and consumed a glass of water at the rate of 42.2%. It was found that the most consumed liquid of the participants one hour before the match was tea and coffee with the rate of 42.2%. It is observed that the participants prefer not to do anything for recovery with the highest rate of 21.9%. As a result, it can be said that the general nutritional information and habits of the athletes participating in the study are positive. In addition, it is recommended that coaches and athletes should be knowledgeable about this topic, receive training and have a dietitian at their National Team.*

**Keywords :** *Wrestling, eating habits, nutritional knowledge level.*

**Citation :** *Habipoğlu, S. & Turasan, İ. (2022). Evaluation of nutritional knowledge and habits of hearing impaired wrestlers. International Journal of Physical Education Sport and Technologies, 3(1), 1-9.*



# İŞİTME ENGELLİ GÜREŞÇİLERİN BESLENME BİLGİ VE ALIŞKANLIKLARININ İNCELENMESİ

**Özet:** Sporcu beslenmesinde hedef, sporcunun sağlığını korumak, iyileştirmek ve performansını arttırmaktır. Güreş, sürat, kuvvet, çabukluk, reaksiyon, esneklik, denge, kassal ve kardiovasküler dayanıklılık, koordinasyon isteyen bir spor dalıdır. Bu nedenle beslenme çok büyük önem taşır. Bu araştırmanın amacı işitme engelliler güreş milli takımı sporcularının beslenme bilgi ve alışkanlıklarının değerlendirilerek, yönetici, sporcu ve antrenörlere sporcu beslenmesi konusunda katkı sağlamak amaçlanmıştır. Araştırma, tarama modeli ile gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın evrenini işitme engelliler güreş milli takımı sporcuları oluşturmaktadır. Gönüllülük esasına bağlı olarak evrenin tümüne ulaşılmaya çalışılmış ve pandemi koşullarından dolayı 64 kişi katılım sağlamıştır. Veri toplamak amacıyla, kişisel bilgi formu ile beslenme bilgi ve alışkanlıkları anketi kullanılmıştır. Verilerin analizinde SPSS 24 programı kullanılarak verilerin frekans ve yüzdelik dağılımları değerlendirilmiştir. Araştırma sonucunda katılımcıların yaş ortalamasının 21,50 olduğu, 16-36 yaş aralığında oldukları, %48,4'nün lise, %35,9'nun üniversite mezunu olduğu görülmüştür. Katılımcıların %96,9'unun sigara içmediği, %98,4'ünün alkol kullanmadığı tespit edilmiştir. Katılımcıların %53,3 ile 3 öğün, %18,8 ile 2 öğün, en düşük oranda ise %1,6 ile 5 öğün tükettikleri tespit edilmiştir. Katılımcıların %76,6'nun düzenli olarak kahvaltı yaptığı, %85,9'nun düzenli olarak öğle yemeği, %96,9'nun düzenli olarak akşam yemeği yediği saptanmıştır. Katılımcıların vitamin-mineral kullanma ve kullanma sıklığı dağılımlarına baktığımızda % 43,8'nin vitamin ve mineral kullandığı ve %28,1 ile en çok haftada 2-3 gün kullandıkları görülmüştür. Katılımcıların % 65,6'nun protein tozu kullanmadığı, %50,0'nin de sporcu içecekleri kullanmadığı, enerji ve ergojenik yardımcı tüketimi dağılımlarına bakıldığında % 57,8'nin enerji içeceği kullanmadığı, %100'nün ergojenik yardımcı tüketmediği, maç öncesi son öğünü ne zaman tüketimlerinin dağılımlarına baktığımızda en yüksek %46,9 ile 2 saat önce tükettikleri tespit edilmiştir. Katılımcıların % 43,8'inin en çok maça 1 saat kala sıvı tükettikleri, maç sırasında en çok % 73,4 oranında su tükettikleri, maç öncesi en fazla % 67,2 ile su tükettikleri ve %42,2 oranında bir bardak su tükettikleri gözlemlenmiştir. Katılımcıların maça 1 saat kala en çok tükettikleri besin ise % 42,2 ile çay - kahve olduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların toparlanmak için en çok % 21,9 oranında toparlanma için hiçbir şey yapmamayı tercih ettikleri görülmektedir. Sonuç olarak çalışmaya katılan sporcuların genel beslenme bilgileri ve alışkanlıklarının pozitif yönde olduğu söylenebilir, ilave olarak antrenörlerin ve sporcuların bu konuda bilgili olmaları ve eğitim almaları ve Milli Takımlarında diyetisyen bulundurmaları da önerilmektedir.

**Anahtar kelimeler:** Güreş, beslenme alışkanlıkları, beslenme bilgi düzeyi.

Son yıllarda bilgiye ulaşma ve dijital imkânların gelişmesi ve artması ile bilhassa profesyonel düzeyde mücadele veren sporcularda, başarı sıralaması, üst düzey performans sağlamada çok küçük farklarla ortaya çıkmaktadır (Kaynar, Seyhan & Bilici, 2021). Bu sebeptendir ki profesyonel düzeyde mücadele veren sporcuların performanslarını artıracak ve etkileyecek bütün olasılıkları düşünmeleri ve uygulamaları gerekmektedir. Bu uygulamalardan

en önemlilerinden biride sporcu beslenmesi olarak karşımıza çıkmaktadır (Başoğlu & Güneş, 2018).

Beslenme; büyümenin ve gelişmenin sağlanabilmesi ve sağlıklı olarak yaşayabilmesi için insan vücudunun ihtiyaç duyduğu besin öğelerini alarak kullanabilmesidir (Sedek & Tan, 2014; Lori, Mary & Debbie, 2020; Süel, Şengür & Turasan, 2021). Sağlıklı ve zinde bir vücut için bireyin günlük olarak alması gereken kalori miktarının %55-60'ı karbonhidrat-

lardan, %25-30'u yağlardan ve %13-20'si de proteinlerden karşılanmalıdır (Zülal, 2002; Bayraktar & Zorba, 2020).

Sporcu beslenmesi, performans sporu yapan bireylerde yaş, cinsiyet, yaptığı antrenman, fiziksel uygunluğu ve yarışma periyodunda düzenli ve yeterli miktarda besin öğelerini belirli ve yeterince alıp vücudun sağlığını korumak ve desteklemek için tüketmesidir (Eniseler, 2009; Devlin, Leveritt, Kingsley & Belski, 2017).

Günümüzde, sporcularda yanlış ve yetersiz beslenme alışkanlıklarının görüldüğü bilinmektedir. Bu yanlış beslenme sonucu sporcularda kemik mineral yoğunluğunda azalma, yeme bozukluğu, kardiyovasküler rahatsızlıkların artması ve psikolojik sorunlarında meydana geldiği ortaya konulmuştur. Bunların yanı sıra kaslarda, vücut dayanıklılığında ve kuvvetinde azalmalar görülmüştür (Spronk, Heaney, Prvan & O'Connor, 2015; Thomas, Erdman & Burke, 2016; Ozener, Karabulut, Kocahan & Bilgic, 2021).

Sporcu beslenmesi ile ilgilenen tüm branşlardaki sporcu, antrenör ve yönetici gibi sporun içinde olan ve gelişmesi için uğraşan bütün kesimler sporcu beslenmesi konusunda yeterli bilgi ve birikime sahip olmayıp bu konuya da yeterince destek ve bilgi sağlamamaktadırlar (Göral, Saygın & Karacabey, 2010). Sporcu beslenmesi konusundaki bilgi eksikliğinin son yıllarda sporun tüm paydaşlarındaki kişilerce gerekliliği, faydası ve sporcuların performansını artırmaya ve geliştirmeye sağladığı desteğin öneminin anlaşılmasına ve değerlendirilmeye alındığı gözlemlenmiştir (Kerksick, Wilborn, Roberts, Smith-Ryan, Kleiner, Jäger & Kreider, 2018; Güneş, 2005).

Bu bilgiler doğrultusunda sporcu beslenmesinin sporcuların üst düzey performans sağlamasında önemli bir rolü olduğu anlaşılmaktadır. Çok sayıda elit düzeyde sporcuların beslenme bilgi düzeylerini değerlendirmeye yönelik birçok çalışma olmasına rağmen (Jusoh, Low Fook Lee, Tengah, Azmi & Suherman, 2021; Acar, Saygın & Salman, 2021; Gizem, Akgöz, Yalçın & Çöl, 2021; Yılmaz, Kumartaşlı & Koçyiğit, 2020; Yarar, Gökdemir, Eroğlu & Özdemir,

2011) işitme engelli güreşçiler ile ilgili çalışma bulunmamaktadır. Bu çalışmada işitme engelli güreşçilerin beslenme bilgi ve alışkanlıkları değerlendirilmiş olup, sporcuya, yöneticiye ve antrenöre bu konuda katkı sunmak amaçlanmıştır.

## Yöntem

Bu çalışma, araştırma tarama modeli ile tasarlanmış olup, araştırma İşitme Engelliler Güreş Milli Takımı sporcularının beslenme bilgi ve alışkanlıklarını belirlemek amacıyla yapılmıştır. Çalışmaya İşitme Engelliler Güreş Milli Takımı kampında bulunan 16-36 yaş arası 64 sporcu gönüllü olarak katılarak destek olmuştur. Çalışmanın etik kurul raporu Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulundan 2022/10 protokol kodu ile alınmıştır.

İşitme engelli sporcuların beslenme bilgi ve alışkanlıklarının belirlenmesinde daha önce bilimsel çalışmalarda kullanılan (Öztürk, 2006; Süel vd., 2006) 13 kişisel bilgi sorusu ve 20 beslenme alışkanlığı sorusu olmak üzere toplam 33 sorudan oluşan anket formu kullanılmıştır. Sporculara öncelikle anketin amacı ve kapsamı ile ilgili açıklamalar yapılmış, soruları dikkatli okumaları ve kendileri için en uygun cevabı işaretlemeleri istenmiştir. Anket yüz yüze olarak uygulanmıştır.

Katılımcılara uygulanan anket sorularını analiz etmek için IBM SPSS 24 programı kullanılmış, ölçüm sonuçları frekans ve yüzde analizleri değerlendirilerek tespit edilmiştir.

## Bulgular

Araştırmaya iştirak eden katılımcıların yaş ortalamasının 21,50 yıl ve yaşların dağılımının 16 ile 36 yıl aralığında olduğu tespit edilmiştir.

**Tablo 1:** Katılımcıların Öğrenim Durumları ve Öğün Tüketim Durumlarına Göre Dağılımları.

Öğrenim	f	%	Öğün	f	%
İlkokul	1	1,6	1 Öğün	2	3,1
Ortaokul	9	14,1	2 Öğün	13	20,3
Lise	31	48,4	3 Öğün	37	57,8
Üniversite	23	35,9	4 Öğün	11	17,2
			5 Öğün	1	31,6
<b>Toplam</b>	<b>64</b>	<b>100,0</b>	<b>Toplam</b>	<b>64</b>	<b>100,0</b>

Tablo 1 incelendiğinde katılımcıların en çok %48,4 ile lise mezunu oldukları ve en az %1,6 ile ilköğretim mezunu oldukları tespit edilmiştir. Katılımcıların günlük öğün tüketim durumlarına göre en çok %57,8 ile günlük 3 öğün tükettikleri ve en az %1,6 ile günlük 5 öğün tükettikleri tespit edilmiştir.

**Tablo 2:** Katılımcıların Sigara Kullanımı ve Alkol Kullanımı Değişkenlerine Göre Dağılımları.

Sigara	f	%	Alkol	f	%
Evet	2	3,1	Evet	1	1,6
Hayır	62	96,9	Hayır	63	98,4
<b>Toplam</b>	<b>64</b>	<b>100,0</b>	<b>Toplam</b>	<b>64</b>	<b>100,0</b>

Tablo 2 incelendiğinde katılımcıların %96,9'unun sigara kullanmadıkları ve %3,1'inin ise sigara kullandıkları tespit edilmiştir. Katılımcıların %98,4'ünün alkol kullanmadıkları ve %1,6'sının ise alkol kullandıkları tespit edilmiştir.

**Tablo 3:** Güreşçilerin Öğün Bazında Düzenli Yeme Değişkenlerine Göre Dağılımları.

Öğün	Düzenli Yeme	f	%
Kahvaltı	Evet	49	76,6
	Hayır	15	23,4
Öğle Yemeği	Evet	55	85,9
	Hayır	9	14,1
Akşam Yemeği	Evet	62	96,9
	Hayır	2	3,1
<b>Toplam</b>	<b>Toplam</b>	<b>64</b>	<b>100,0</b>

Tablo 3 incelendiğinde katılımcıların %76,6'sının düzenli olarak kahvaltı yaptığı, %85,9'unun düzenli olarak öğle yemeği, %96,9'unun düzenli olarak akşam yemeği yediği tespit edilmiştir.

**Tablo 4:** Katılımcıların Öğrenim Durumları ve Öğün Tüketim Durumlarına Göre Dağılımları

Ara Öğün	f	%
Kuşluk	6	9,4
İkinci	19	29,7
Gece	26	40,6
Ara Öğün Tüketmem	13	20,3
<b>Toplam</b>	<b>64</b>	<b>100,0</b>

Tablo 4 incelendiğinde katılımcıların en çok %40,6'sının geceleri ara öğün tükettiği ve en az %9,4'ünün kuşluk vakti ara öğün tükettikleri tespit edilmiştir.

**Tablo 5:** Güreşçilerin Vitamin-Mineral Tüketimi ile Kullanma Sıklıklarının Dağılımları.

Vitamin-	f	%	Vitamin-	f	%
Evet	28	43,8	Her gün	8	12,5
Hayır	24	37,5	Haftada 2-3	18	28,1
Bazen	12	18,8	Ara sıra	15	23,4
			Maç öncesi	4	6,3
			Maç günü	1	1,6
			Maç sonrası	5	7,8
<b>Toplam</b>	<b>64</b>	<b>100,0</b>	<b>Toplam</b>	<b>51</b>	<b>79,7</b>

Tablo 5 incelendiğinde katılımcıların vitamin-mineral kullanma ve kullanma sıklığı dağılımlarına baktığımızda %43,8'inin vitamin ve mineral kullandığı ve %28,1 ile en çok haftada 2-3 gün vitamin-mineral kullandıkları tespit edilmiştir.

**Tablo 6:** Katılımcıların Protein Tozu ile Sporcu İçeceklerini Tüketim Durumlarına Göre Dağılımları.

Protein Tozu	f	%	Sporcu	f	%
Her gün	6	9,4	Her gün	7	10,9
Haftada 2-3	6	9,4	Haftada 2-3	9	14,1
Ara sıra	7	10,9	Ara sıra	8	12,5
Maç günü	2	3,1	Maç öncesi	1	1,6
Maç sonrası	1	1,6	Maç günü	4	6,3
Kullanmıyorum	42	65,6	Maç sonrası	3	4,7
			Kullanmıyorum	3	50,0
<b>Toplam</b>	<b>6</b>	<b>100,</b>	<b>Toplam</b>	<b>6</b>	<b>100,0</b>

Tablo 6 incelendiğinde katılımcıların protein tozu kullanım durumlarına göre en çok %65,6'sının protein tozu kullanmadığı ve en az düzeyde ise %1,6 ile maç sonrası protein tozu kullandıkları tespit edilmiştir. Sporcu içecekleri kullanım durumlarına göre katılımcıların en çok %50,0'sinin sporcu içeceklerini kullanmadıkları ve en az düzeyde ise %1,6 ile maç öncesi sporcu içecekleri kullandıkları tespit edilmiştir.

**Tablo 7:** Katılımcıların Enerji İçeceği ile Ergojenik Yardımcı Tüketim Durumlarına Göre Dağılımları.

Enerji İçeceği	f	%	Ergojenik	f	%
Haftada 2-3	3	4,7	Evet	0	0,0
Ara sıra	9	14,1	Hayır	64	100,0
Maç öncesi	10	15,6			
Maç günü	3	4,7			
Maç sonrası	2	3,1			
Kullanmıyorum	37	57,8			
<b>Toplam</b>	<b>64</b>	<b>100,0</b>	<b>Toplam</b>	<b>64</b>	<b>100,0</b>



Tablo 7 incelendiğinde katılımcıların enerji ve ergojenik yardımcı tüketimi dağılımlarına bakıldığında % 57,8'inin enerji içeceği, %100,0'ünün ergojenik yardımcı kullanmadığı tespit edilmiştir.

**Tablo 8:** Katılımcıların Maç Önü Öğün Tüketim Saatleri ile Maça Bir Saat Kala Tüketim Değişkenlerine Göre Dağılımları.

Maç Öncesi	f	%	Maça 1 Saat	f	%
1 saat önce	10	15,6	Çay-kahve	27	42,2
2 saat önce	30	46,9	Meyve suyu-	6	9,4
3 saat önce	22	34,4	Su-Maden	20	31,3
4 saat önce	2	3,1	Hiçbir şey	11	17,2
<b>Toplam</b>	<b>64</b>	<b>100,0</b>	<b>Toplam</b>	<b>64</b>	<b>100,0</b>

Tablo 8 incelendiğinde maç öncesi son öğünü en çok %46,9 ile maçtan 2 saat önce ve en az %3,1 ile maçtan 4 saat önce tükettikleri tespit edilmiştir. Katılımcıların maça 1 saat kala ne tükettiklerine bakıldığında en çok %42,2 ile çay-kahve tükettikleri ve en az %9,4 ile meyve suyu-kolalı içecek tükettikleri tespit edilmiştir.

**Tablo 9:** Katılımcıların Maç Öncesi En Son Ne Zaman Sıvı Tükettiklerine Göre Dağılımları.

Maç Öncesi Son Sıvı	f	%
1 dakika	1	1,6
5 dakika	6	9,4
10 dakika	4	6,3
15 dakika	1	1,6
20 dakika	1	1,6
30 dakika	19	25,0
40 dakika	1	1,6
1 saat	28	43,8
2 saat	3	4,7
<b>Toplam</b>	<b>64</b>	<b>100,0</b>

Tablo 9 incelendiğinde katılımcıların en çok %43,8'inin en çok maça 1 saat kala sıvı tükettikleri ve en az %1,6 ile 40 dakika, 15 dakika, 20 dakika ve 1 dakika kala maç öncesi sıvı tükettikleri tespit edilmiştir.

**Tablo 10:** Katılımcıların Maç Esnasında Sıvı Tüketim Dağılımları.

Maç Esnasında Tüketilen Sıvı	f	%
Su	47	73,4
Maden suyu	1	1,6
Çay	7	10,9
Meyve suyu	5	7,8
Bir şey tüketmem	4	6,3
<b>Toplam</b>	<b>64</b>	<b>100,0</b>

Tablo 10 incelendiğinde katılımcıların maç esnasında en çok % 73,4 oranında su tükettikleri ve en az %1,6 ile maden suyu tükettikleri tespit edilmiştir.

**Tablo 11:** Katılımcıların Maç Öncesi Sıvı Tercihleri ile Tüketilen Miktar Değişkenlerinin Dağılımları.

Tükettiği Sıvı	f	%	Miktar	f	%
Çay	4	6,3	1 bardak çay	3	4,7
Kahve	6	9,4	2 bardak çay	1	1,6
Maden suyu	1	1,6	1 bardak	5	7,8
Soda	1	1,6	3 bardak	1	1,6
Su	43	67,2	1 bardak soda	1	1,6
Hiçbir şey	9	14,1	1 bardak	1	1,6
			1 bardak su	27	42,2
			2 bardak su	14	21,9
			3 bardak su	1	1,6
			4 bardak su	1	1,6
			Kullanmayan	9	14,1
<b>Toplam</b>	<b>64</b>	<b>100,0</b>	<b>Toplam</b>	<b>64</b>	<b>100,0</b>

Tablo 11 incelendiğinde katılımcıların maç öncesi en çok % 67,2 oranında su tükettikleri ve en az %1,6 ile meyve suyu ile soda tükettikleri tespit edilmiştir. Katılımcıların maç öncesi tüketilen sıvı miktarları incelendiğinde en çok %42,2 ile 1 bardak su tükettikleri ve en az %1,6 ile 2 bardak çay, 3 bardak kahve, 1 bardak soda, 1 bardak meyve suyu, 3 bardak su ve 4 bardak su tükettikleri tespit edilmiştir.

**Tablo 12:** Katılımcıların Maç Sonrası Toparlanma İçin Ne Yaptıklarına Göre Dağılımları.

Maç Sonrası Toparlanma	f	%
Çay	4	6,3
Su	1	1,6
Yürüyüş	5	7,8
Meyve yemek	2	3,1
Masaj	8	12,5
Kahve	3	4,7
Jogging koşusu	8	12,5
Çikolata yemek	1	1,6
Dinlenme	13	20,3
Ergojenik yardımcı	1	1,6
Hareket etmek	4	6,3
Hiçbir şey yapmam	14	21,9
<b>Toplam</b>	<b>64</b>	<b>100,0</b>

Tablo 12 incelendiğinde katılımcıların maç sonrası toparlanmak için en çok % 21,9 oranında toparlanma için hiçbir şey yapmamayı tercih ettikleri ve en az %1,6 ile toparlanmak için su tüketimi, çikolata

tüketimi ve ergojenik yardımcıları tüketmeyi tercih ettikleri tespit edilmiştir.

### Tartışma

Günümüzde sporun endüstriyel ve kazançlı bir duruma gelmesinden dolayı, spora olan alaka ve ilginin artması ile sporcu beslenmesi önem kazanmıştır. Düzenli ve gerekli besin alan sporcuların hem normal hayatlarındaki hem de profesyonel spor yaşamlarındaki gelişimlerinde beslenmenin çok önemli ve geliştirici faydaları bulunmaktadır. Bu durumda sporcunun performansını olumlu veya olumsuz olarak etkileyen önemli etmenlerden biri beslenme yoluyla karşımıza çıkmaktadır (Süel, Şahin, Karakaya & Savucu, 2006; Tawfik, Koofy & Moawad, 2016).

Çalışmaya katılan sporcuların %48,4'ünün lise mezunu, %35,9'unun üniversite mezunu, en düşük oranda ise % 1,6 ile ilkökul mezunu olduğu tespit edilmiştir. Yıldırım ve Şahin (2019) yapmış oldukları çalışmalarında sporcuların %74,8'inin üniversite, %17,1'inin lisansüstü ve %8,1'inin ise lise eğitime sahip olduğunu belirtmişlerdir. Yapılan bu çalışmada sporcuların incelenen çalışmadaki sporculara göre eğitim seviyelerinin daha düşük olduğu belirlenmiştir.

Çalışmaya katılan sporcuların %96,9'unun sigara içmediği, %98,4'ünün alkol kullanmadığı saptanmıştır. Tepecik (2018) yapmış olduğu çalışmada voleybolcuların %96 oranında alkol tüketmediklerini belirtmiştir. Yılmaz, İbiş & Sevindi (2007) yaptıkları çalışmada sporcuların %60,0'ının alkol, %53,0'ünün sigara, kullandığını saptamışlardır. Bu çalışmada güreş sporcularının incelenen çalışmalardaki sporculara göre çok daha az miktarda sigara ve alkol kullandıkları belirlenmiştir. Bu durum güreşçilerin çevresel etkenlerden az etkilenmeleri ve sağlıklarına daha çok dikkat etmelerinden kaynaklandığı düşünülmektedir.

Çalışmaya katılan sporcuların %76,6'sının düzenli olarak kahvaltı yaptığı, %85,9'unun düzenli olarak öğle yemeği yediği ve %96,9'unun düzenli olarak akşam yemeği yediği saptanmıştır. Çalışmaya katılan sporcuların günlük öğün kullanımında ise en çok

%56,3 ile 3 öğün, %18,8'inin 2 öğün, en düşük ise %1,6 ile 5 öğün olduğu, ara öğünleri en çok %40,6 ile gece tükettikleri saptanmıştır. Çalışma sonuçlarına bakıldığında sporcuların genellikle günde 3-4 öğün tükettikleri görülmüştür. Ayhan vd.,(2021) futbolcular ve voleybolcular üzerine yapmış oldukları çalışmalarında futbolcuların ana öğün olarak en çok %94,7 ile 3 öğün tükettiklerini ve voleybolcularında %70,8 ile en çok 3 öğün tükettiklerini saptamışlardır. Habipoğlu (2020), voleybol sporcularının beslenme bilgi ve alışkanlıklarına yönelik yaptığı çalışmada sporcuların %37,25'i günde en çok 4 öğün beslenirken, %28,43'ünün 3 öğün beslenirken, en az %1,96 ile 1 öğün beslendikleri tespit edilmiştir. Yeşilkaya & Kaçar (2020) yaptıkları çalışma da öğün tüketme durumlarına göre kadın futbolcuların %59,7'si 3 öğün, %31,9'u 2 öğün, %8,4'ü 4 öğün ve daha fazla tükettiklerini saptamışlardır. Yazar, Gökdemir, Eroğlu & Özdemir (2011), çeşitli branşlardaki elit sporcular ile yaptıkları çalışmada; sporcuların %56,9'unun 3 öğün, %37,1'inin 4 ve üzeri öğün, %6,0'sinin 2 öğün yaptığı saptanmıştır. Çalışmamız literatürdeki çalışmalar ile benzerlik göstermektedir.

Çalışmaya katılan sporcuların en çok %40,6 ile gece ara öğün tükettiği en az ise %9,4 ile kuşluk vakti ara öğün tükettikleri görülmüştür. Nas (2021) yapmış olduğu çalışmasında futbolcuların ve basketbolcuların günde en çok 4 öğün beslendiklerini tespit etmiştir. Habipoğlu (2020) kadın voleybolcular üzerine yaptığı çalışmada en çok %76,47'sinin ikinci vakti ara öğün tükettiğini gözlemlemiştir. Alpar'ın (2011) vücut geliştirme sporcuları üzerine yaptığı çalışmada bireylerin üç ana öğün yemek yedikleri, %70'inin kuşluk vaktinde ve %72'sinin ikinci vakti ara öğün tükettiklerini saptamıştır. Bu çalışma sonuçları ile literatürdeki çalışmalar benzer olup sporcuların öğün atladıkları ve ara öğün zamanlarının sporcunun tercihinine göre farklılık gösterebildiği saptanmıştır.

Çalışmaya katılan sporcuların %43,8'inin en çok %28,1 ile haftada 2-3 gün vitamin kullandığı, %65,6'sının protein tozu kullanmadığı, %50,0'nin sporcu içeceği kullanmadığı, %57,8'inin enerji içeceği kullanmadığı ve %100,0'nün ergojenik yardımcı

kullanmadığı saptanmıştır. Zidan, Badrasawi & Samuh (2021) Filistinli sporcular üzerine yaptıkları çalışmada %89,4'ünün vitamin tüketmediğini, %96,5'inin amino asit kullanmadığını ve %96,5'inin protein tozu tüketmediklerini saptamışlardır. Ayhan vd., (2021) futbolcular ve voleybolcular üzerine yapmış oldukları çalışmalarında ergojenik yardımcı kullanma durumlarına göre futbolcuların %52,6'sının ve voleybolcularda %70,8'inin ergojenik destek ürünü kullanmadıklarını saptamışlardır. Öztürk, Kalkan, Durmaz, Pehlivan, Özüpek & Bakmaz (2020) yaptıkları çalışma da üniversiteli sporcu öğrencilerinin %71,1'inin beslenme destek ürünü kullanmadıklarını ve %69,3'ünün bazen vitamin takviyesi, %61,5'inin ise bazen amino asit takviyesi aldıklarını saptamışlardır. Tepecik (2018) yapmış olduğu çalışmada voleybolcuların %95 oranında destek ürünü kullanmadıklarını ve maç sonrasında sporcu içeceği vb. içecek tüketme durumlarında ise %98 oranında tercih etmediklerini saptamıştır. Kayatürk (2017) çalışmasında aikidocuların %76,6'sının destek ürünü kullanmadıklarını bildirmiştir. Yine Kırbaş & Kurt (2015) sporcuların % 52,5'inin vitamin, % 86,3'ünün ergojenik yardımcı ve %71,3'ünün de protein kullanmadığı tespit edilmiştir. Yarar vd., (2011) yaptıkları çalışmalarında sporcuların %55,7'sinin beslenme destek ürünü kullanmadıklarını saptamışlardır. Bu çalışma sonuçları ile literatürdeki çalışmalar benzer olup, düzenli olarak uygulanan yeterli ve dengeli bir beslenme anlayışı ve faydalı besin seçimleriyle beslenme destek ürünü kullanımına gerek duymadan, vücudun besin ihtiyaçları karşılanabileceği düşünülmektedir.

Çalışmaya katılan sporcuların %46,9'unun antrenman veya müsabaka öncesi son öğünü en çok 2 saat önce yediği, %42,2'sinin maça 1 saat kala çay-kahve tükettiği, %43,8'inin maçtan 1 saat önce sıvı tükettiği ve %73,4'ünün maç esnasında ya da devre arasında su tükettikleri tespit edilmiştir (Bkz. Tablo 9, 10, 11). Katılımcıların maç öncesi en çok %67,2'sinin su tükettikleri ve miktar olarak en çok %42,2'sinin 1 bardak su tükettikleri tespit edilmiştir. Katılımcıların %21,9'unun maçtan sonra toparlanma için hiçbir şey yapmadıkları tespit edilmiştir. Nas (2021) yapmış

olduğu çalışmasında futbolcuların %33,3'ünün müsabakadan 15 dakika önce sıvı tükettiklerini basketbolcuların ise müsabakadan %47,7 ile 1,5 saat önce tükettiklerini tespit etmiştir. Habipoğlu (2020) voleybolculara yaptığı çalışmada sporcuların %88,22'sinin antrenman veya müsabaka öncesi son öğünü 2 saat ve öncesinde tükettiğini, %86,27'sinin maç esnasında veya devre de su tükettiğini ve %28,43'ünün toparlanma için dinlenme yaptığını tespit etmiştir. Bezci, Eskici, Pak, Şahin & Günay (2018) taekwondo sporcularının beslenme davranışlarını değerlendirdikleri çalışmalarında antrenman öncesi öğününde %47 oranında hiçbir değişiklik yapmadıkları, antrenman esnasında %68,2'sinin bol su tükettikleri ve antrenman sonunda %60,4'ünün normal öğünlerini tükettiklerini saptamışlardır.

Tepecik (2018) voleybolcular üzerine yapmış olduğu çalışmasında antrenman öncesi sıvı alımının %71 oranında dikkat ettiğini saptamıştır. Müsabaka öncesi sıvı alımında ise en çok %71 oranında 1-2 litre tükettiklerini, müsabaka sonrasında en çok %44 ile 1-2 litre tükettiklerini saptamıştır. İnce (2017) yapmış olduğu çalışmasında basketbolcuların susadıklarında tükettikleri sıvı değişkenine göre en çok %35,4 ile su ve %17,4 ile de maden suyu tükettiklerini saptamıştır. Müsabaka öncesi ne zaman su tüketilmeli değişkenine göre ise en çok %66,7 ile 15 dakika kala olduğunu, son öğünlerini %76,5 ile 3-4 saat kala tükettiklerini ve %88,2'sinin de antrenman öncesi sıvı alımına dikkat ettiğinin saptamıştır.

Başka bir çalışmada ise sporcuların antrenman sırasında en çok su (%77,5), sporcu içeceği (%9,9) ve meyve suyu (%6,6) tükettiği tespit edilmiştir (Yarar vd., 2011). Güven, Özdemir & Ersoy (2009), koşu sporcuları ile yaptıkları çalışmada; sporcuların müsabaka sırasında en çok su (%37,5), meyve suyu (%31,1), ayran veya süt (%21,9) tükettiği bulunmuştur. Gökteş (2010) yaptığı çalışmasında sporcuların en çok %54,1 ile antrenmandan en erken 2 saat önce tükettiklerini saptamıştır. Bu çalışma sonuçları ile literatürdeki çalışmalar incelendiğinde, sporcuların çoğunluğu antrenman dönemlerinde sıvı olarak su tükettikleri tespit edilmiştir. Ancak

sporculara antrenman veya müsabaka boyunca sporcuların su tüketimine ek olarak karbonhidrat içerikli sporcu içeceklerini tüketmeleri de önerilmektedir.

## Sonuç

Sonuç olarak yapılan bu çalışmada işitme engelli güreşçilerin beslenme bilgi ve alışkanlıklarının pozitif yönde olduğu söylenebilir. Çalışmada sporcuların sağlığı olumsuz etkileyen sigara ve alkol tüketimlerinin çok az olduğu, düzenli olarak günlük öğünlerini tükettikleri, ara öğün almına dikkat ettikleri, maç öncesi, maç esnası ve maç sonrasında sıvı tüketimlerini düzenli olarak uyguladıkları

belirlenmiştir. Sporcuların ergojenik yardımcıları, protein tozu ve vitamin-mineral tüketimlerinin az olduğu ve bu konularda bilgi eksikliklerinin olduğu düşünülmektedir. Tüm bu sebeplerden dolayı sporcular başta olmak üzere antrenör, kulüp yöneticisi ve tüm spor paydaşlarının beslenme alanında uzman kişiler tarafından beslenme eğitimi, seminer ve kurs gibi platformlarda bilgilenmeleri sağlanmalı ve tüm medya araçları tarafından bu konunun önemi vurgulanmasının sporcuların beslenme bilgileri üzerinde pozitif anlamda faydalı sonuçlar meydana getireceği düşünülmektedir.

## Kaynaklar

- Acar, M., Saygın, Ö., & Salman, K. (2021). Farklı düzeylerdeki elit basketbolcuların beslenme alışkanlıkları ve beslenme bilgi düzeylerinin incelenmesi. *Eurasian Research in Sport Science*, 6(2), 160-169.
- Alpar, F. (2011). *Vücut geliştirme sporcularında beslenme, fiziksel aktivite ve besin takviyesi kullanım durumlarının incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Ayhan, A., Müftüoğlu, S., & Köse, B. (2021). Profesyonel futbol ve voleybol oyuncularının beslenme durumları, beslenme bilgi düzeyleri, kafein alımları ve vücut kompozisyonları arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi. *Spor Bilimleri Dergisi*, 32(3), 123-134.
- Başoğlu, İ. A., & Güneş, F. E. (2018). Ergogenic effects of  $\beta$ -alanine supplementation on sports. *Türkiye Klinikleri Journal of Sports Sciences*, 10(1), 44-50.
- Bayraktar, A., & Zorba, E. (2020). *Egzersiz ve Beslenme*. Ankara: Akademisyen Kitabevi.
- Bezci, Ş., Eskici, G., Pak, E. N., Şahin, M., & Günay, M. (2018). Taekwondo sporcularının beslenme davranışlarının değerlendirilmesi. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 23(2), 119-130.
- Devlin, B. L., Leveritt, M. D., Kingsley, M., & Belski, R. (2017). Dietary intake, body composition, and nutrition knowledge of australian football and soccer players: implications for sports nutrition professionals in practice. *International Journal of Sport Nutrition and Exercise Metabolism*, 27(2), 130-138.
- Eniseler, N. (2009). *Çocuk ve gençlerde futbol*. İstanbul: Futbol Eğitim Yayınları.
- Göktaş, Z. (2010). *Aktif milli sporcuların beslenme alışkanlıkları ve sıklıkla kullandıkları beslenme destek ürünlerinde kontaminasyon ve pozitif doping risk değerlendirilmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Göral, K., Saygın, Ö., & Karacabey, K. (2010). Amatör ve profesyonel futbolcuların beslenme bilgi düzeylerinin incelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 7(1), 836-56.
- Güneş, Z. (2005). *Antrenör ve sporcu el kitabı spor ve beslenme*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Güven, Ö., Özdemir, G., & Ersoy, G. (2009). Ankara ilindeki veteran atletlerin beslenme bilgi ve alışkanlıklarının saptanması. *Sportre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 7(3), 125-133.
- Habipoğlu, S. (2020). *Elit kadın voleybolcuların beslenme bilgi ve alışkanlıklarının değerlendirilmesi*. IX. Umteb International Congress on Vocational & Technical Sciences, Gaziantep, 7-8 Şubat 2020, 206-214.
- İnce, B. (2017). *Profesyonel basketbolcularda beslenme alışkanlıkları ve bilgi düzeylerinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Haliç Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Jusoh, N., Low Fook Lee, J., Tengah, R. Y., Azmi, S. H., & Suherman, A. (2021). Association between nutrition knowledge and nutrition practice among malaysian adolescent handball athletes. *Malaysian Journal of Nutrition*, 27(2), 279-291.
- Kayatürk, G. (2017). *Yetişkin grubundaki ileri seviye ve daha alt seviyedeki aikidocuların beslenme alışkanlıkları ve bilgilerinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Kaynar, Ö., Seyhan, S., & Bilici, M. F. (2018). Güreşçilerde sportif başarıyı olumsuz etkileyen faktörlerin incelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 20(1), 54-59.

- Kerksick, C. M., Wilborn, C. D., Roberts, M. D., Smith-Ryan, A., Kleiner, S. M., Jäger, R., ..., & Kreider, R. B. (2018). ISSN exercise & sports nutrition review update: research & recommendations. *Journal of the International Society of Sports Nutrition*, 15(1), 1-57.
- Kırbaç, Ş., & Kurt, S. (2015). Evaluation of nutritional knowledge and habits of female handball players. *European Journal of Applied Sciences*, 7(2), 72-79.
- Lori A. S., Mary B. G., & Debbie G. (2020). *Beslenme: bilim ve uygulamalar*. (Çeviri Editörü: Bahittin Kahveci). Ankara: Palme Yayınları.
- Nas, E. C. (2021). *Profesyonel futbolcu ve basketbolcu sporcuların beslenme alışkanlıkları ve bilgi düzeylerinin karşılaştırılması*. (Yüksek Lisans Tezi). Haliç Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Ozener, B., Karabulut, E., Kocahan, T., & Bilgic, P. (2021). Validity and reliability of the sports nutrition knowledge questionnaire for the turkish athletes. *Marmara Medical Journal*, 34(1), 45-50.
- Öztürk, A. (2006). *Profesyonel ve amatör futbolcuların beslenme alışkanlıkları ve vücut bileşimleri*. (Yüksek Lisans Tezi). Cumhuriyet Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sivas.
- Öztürk, S. A., Kalkan, İ., Durmaz, C., Pehlivan, M., Özüpek, G., & Bakmaz, Z. D. (2020). Üniversiteli sporcu öğrencilerin beslenme destek ürünleri kullanım durumu. *Tıp Fakültesi Klinikleri Dergisi*, 3(1), 5-14.
- Sedek, R., & Yih, T. Y. (2014). Dietary habits and nutrition knowledge among athletes and non-athletes in national university of malaysia (UKM). *Pakistan Journal of Nutrition*, 13(12), 752-759.
- Spronk, I., Heaney, S. E., Prvan, T., & O'Connor, H. T. (2015). Relationship between general nutrition knowledge and dietary quality in elite athletes. *International Journal of Sport Nutrition and Exercise Metabolism*, 25, 243-251.
- Süel, E., Şengür, E., & Turasan, İ. (2021). Covid-19 salgını döneminde spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin yeme tutumu durumlarının incelenmesi. *International Journal of Sport Exercise and Training Sciences*, 7(4), 148-154.
- Süel, E., Şahin, İ., Karakaya, M. A., & Savucu, Y. (2006). Elit seviyedeki basketbolcuların beslenme bilgi ve alışkanlıkları. *Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Tıp Dergisi*, 20(4), 271-275.
- Tawfik, S., Koofy N. E., & Moawad, E. M. I. (2016). Patterns of nutrition and dietary supplements use in young egyptian athletes: a community-based crosssectional survey. *Plos One*, 11(8), e0161252.
- Tepecik, G. (2018). *İstanbul büyükşehir spor kulübü voleybol branşında 12-16 yaş grupları sporcularının beslenme bilgi düzeylerinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Thomas, D., Erdman, T., & Burke, L. (2016). Nutrition and athletic performance. *Medicine and Science in Sports and Exercise*. 48(3), 543-568.
- Uzlu, G., Koç, M., Akgöz, H. F., Yalçın, S., & Çöl, B. G. (2021). Sporcu üniversite öğrencilerinin beslenme bilgi düzeylerinin ölçülmesi. *İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 14, 227-240.
- Yarar, H., Gökdemir, K., Eroğlu, H., & Özdemir, G. (2011). Elit seviyedeki sporcuların beslenme bilgi ve alışkanlıklarının değerlendirilmesi. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 13(3), 368-371.
- Yeşilkaya, B., & Kaçar, M. (2020). Profesyonel kadın futbolcuların beslenme alışkanlıklarının araştırılması. *Ulusal Spor Bilimleri Dergisi*, 4(2), 116-126.
- Yıldırım, Y., & Şahin, S. (2019). Elit güreşçilerin doping ve ergojenik yardım hakkındaki bilgi ve kullanma düzeylerinin incelenmesi. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 4(2), 187-204.
- Yılmaz, E., Kumartaşlı, M., & Koçyiğit, B. (2020). Elit boksörlerin beslenme alışkanlıkları ve bilgi düzeylerinin incelenmesi. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 3(2), 269-279.
- Yılmaz, G., İbiş, S., & Sevindi, T. (2007). Gazi üniversitesi beden eğitimi ve spor yüksek okulu öğrencilerinin sigara ve alkol kullanımının değerlendirilmesi. *Bağımlılık Dergisi*, 8(2), 85-90.
- Zidan, S., Badrasawi, M., & Samuh, M. (2021). Nutrition knowledge and practices among palestinian athletes. *Palestinian Medical and Pharmaceutical Journal*, 6(2), 117-132.
- Zülal, A. (2002). İyi bir aerobik egzersiz programı neler içerir. *Bilim Teknik Dergisi*, 35(417), 74-79

# EVALUATION OF PSYCHOMOTOR OUTCOMES IN THE 4<sup>TH</sup> GRADE PHYSICAL EDUCATION & GAME AND THE 5<sup>TH</sup> GRADE PHYSICAL EDUCATION & SPORTS CLASSES REGARDING READINESS\*

Volkan FİLİZ<sup>1</sup>, ✉ Okan KARAKÜTÜK<sup>2</sup> & Murat ÜSTÜN<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Şehit Taner Cinpolat Secondary School, Ministry of National Education, Turkey

<sup>2</sup>Aslanlı Secondary School, Ministry of National Education, Turkey

<sup>3</sup>Hitit University, Institute of Graduate Education, Turkey

İD 0000-0002-7019-4803

İD 0000-0001-7921-3938

İD 0000-0002-0116-8169

**Abstract :** The aim of this study is to compare and evaluate the psychomotor outcomes stated in the 4<sup>th</sup> grade Physical Education and Game Class Curriculum and the 5<sup>th</sup> grade Physical Education and Sports Class Curriculum, which were prepared by the Ministry of National Education and came into force in 2018, regarding readiness. To make comparisons, expert opinions were consulted initially to determine the psychomotor outcomes stated in the 4<sup>th</sup> grade Physical Education and Game Curriculum and the 5<sup>th</sup> grade Physical Education and Sports Curriculum. Then, the psychomotor outcomes for these two classes were compared regarding readiness and the evaluation of suitability of the outcomes with the content and teaching principles was carried out. Document analysis technique, one of the qualitative analysis methods, was used for this study. It was found that 4 outcomes within the 4<sup>th</sup> grade Physical Education and Game Lesson psychomotor outcomes supported 5 outcomes within the 5<sup>th</sup> grade Physical Education and Sports Lesson psychomotor outcomes for content relations and teaching principles. It was determined that 2 outcomes within the 4<sup>th</sup> grade Physical Education and Game Lesson psychomotor outcomes did not comply with the 2 outcomes within the 5<sup>th</sup> Grade Physical Education and Sports Lesson psychomotor outcomes regarding content and teaching principles. It was also found that one of the psychomotor outcomes within the 4<sup>th</sup> grade Physical Education and Game Lesson, did not have a corresponding outcome within the 5<sup>th</sup> grade Physical Education and Sports Lesson psychomotor outcomes. It is important that the psychomotor outcomes in the 4<sup>th</sup> grade Physical Education and Game Curriculum to meet the 5<sup>th</sup> grade Physical Education and Sports Course psychomotor outcomes regarding readiness, for the students to succeed the outcomes in the next level more easily. Considering the contribution of physical education and sports to student development at all education levels, it is thought that physical education and game lessons in primary school should be carried out by physical education and sports teachers.

**Keywords :** Physical Education and Sports, Curriculum, Evaluation of the Outcomes

**Citation :** Filiz, V., Karakütük, O. & Üstün, M. (2022). Evaluation of Psychomotor Outcomes in the 4<sup>th</sup> Grade Physical Education & Game and the 5<sup>th</sup> Grade Physical Education & Sports Classes Regarding Readiness. *International Journal of Physical Education Sport and Technologies*, 3(1), 10-23.

Geliş Tarihi/Received: 25.07.2022 Kabul Tarihi/Accepted: 19.10.2022 Yayın Tarihi/Published Online: 20.10.2022

✉ Sorumlu Yazar/Corresponding Author volkan\_19v@hotmail.com

\*Bu çalışma, "4. Sınıf Beden Eğitimi ve Oyun Dersi ile 5. Sınıf Beden Eğitimi ve Spor Dersi Psikomotor Kazanımlarının Hazırbulunuşluk Açısından Karşılaştırmalı Değerlendirilmesi" adıyla 7. Uluslararası Mardin Artuklu Bilimsel Araştırmalar Konferansı (10-12 Aralık 2021)'nda sözel bildiri olarak sunulmuştur.



## 4. SINIF BEDEN EĞİTİMİ VE OYUN DERSİ İLE 5. SINIF BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR DERSİ PSİKOMOTOR KAZANIMLARININ HAZIRBULUNUŞLUK AÇISINDAN DEĞERLENDİRİLMESİ

**Özet:** Bu çalışmanın amacı, Millî Eğitim Bakanlığı tarafından hazırlanan ve 2018’de yürürlüğe giren 4. sınıf beden eğitimi ve oyun dersi öğretim programı ile 5. sınıf beden eğitimi ve spor dersi öğretim programı içerisinde yer alan psikomotor kazanımların “hazırbulunuşluk” açısından karşılaştırılarak değerlendirilmesidir. Karşılaştırma yapılırken öncelikle uzman görüşlerine başvurulmuş ve 4. sınıf beden eğitimi ve oyun dersi öğretim programı ile 5. sınıf beden eğitimi ve spor dersi öğretim programı içerisinde yer alan psikomotor kazanımlar belirlenmiştir. Daha sonra, bu iki sınıf için verilmiş olan psikomotor kazanımların hazırbulunuşluk açısından karşılaştırılmış ve kazanımların içerik ve öğretim ilkelerine uygunluğu değerlendirilmiştir. Araştırma için nitel analiz yöntemlerinden doküman incelemesi tekniğine başvurulmuştur. Kazanımların karşılaştırılması sonucunda; 4. sınıftaki beden eğitimi ve oyun dersi psikomotor kazanımları arasında yer alan 4 kazanımın, 5. sınıf beden eğitimi ve spor dersi psikomotor kazanımları arasında yer alan 5 kazanımın içerik ilişkileri ve öğretim ilkelerine uygunluk açısından desteklediği bulunmuştur. İlkokul 4. sınıf beden eğitimi ve oyun dersi psikomotor kazanımları arasında yer alan 2 kazanımın ortaokul 5. sınıf beden eğitimi ve spor dersi psikomotor kazanımları arasında yer alan 2 kazanım ile içerik ve öğretim ilkeleri açısından uyum göstermediği belirlenmiştir. İlkokul 4. sınıf beden eğitimi ve oyun dersi psikomotor kazanımları arasında yer alan 1 kazanımında ortaokul 5. sınıf beden eğitimi ve spor dersi psikomotor kazanımları arasında karşılığı olmadığı görülmüştür. İlkokul 4. sınıf beden eğitimi ve oyun dersi öğretim programında yer alan psikomotor kazanımların ortaokul 5. sınıf beden eğitimi ve spor dersi psikomotor kazanımlarını hazırbulunuşluk açısından karşılaması öğrencilerin bir üst kademede yer alan kazanımları daha kolay gerçekleştirmesi açısından önemlidir. Beden eğitimi ve sporun bütün kademelerdeki öğrenci gelişimine katkısı göz önünde bulundurularak ilkokulda yer alan beden eğitimi ve oyun dersinin beden eğitimi ve spor öğretmenleri tarafından yürütülmesi gerektiği düşünülmektedir.

**Anahtar kelimeler:** Beden Eğitimi ve Spor, Öğretim Programı, Kazanım Değerlendirme

Eğitim, insanları belirlenen amaçlar doğrultusunda yetiştirme sürecidir (Fidan, 2012). Günümüz dünyasında eğitimin başlıca amacı; okuma, anlama, yorumlama konusunda kendini geliştirmiş; bilgi üreten, karşılaştıkları sorunlara çözümler bulan ve bilimsel açıdan düşünebilen bireyler yetiştirmektir. İçinde bulunduğumuz çağ ile birlikte bilimin hızlı bir şekilde ilerlemesinden dolayı birey ve toplumun geleceği; bilgiye ulaşma, bilgiyi üretebilme ve bilgiyi kullanma becerilerine bağlıdır. Bu becerilerin elde edilmesi ve yaşam boyu devamlılığının sağlanması, ezberlemeye

dayalı olmadan bilgi üretimini hedefleyen çağdaş bir eğitimi gerektirmektedir (Karakaya, Devocioğlu, Çoban ve Karademir, 2011).

Eğitim kalitesinin artırılması ve yenilenmesi eğitim kurumlarının öncelikli amaçlarından birisidir. Okul çatısı içerisinde veya dışarısında belirlenmiş planlar doğrultusunda bireylere kazandırılması hedeflenen ve bir dersin nasıl öğretilmesiyle ilgili var olan tüm etkinlikler öğretim programı içerisinde yer alır (Demirel, 2007). Öğretim programları; her bir ders için öğrencilerin ulaşması hedeflenen genel amaçları, bu amaçlara bağlı olarak öğrencinin edinmesi

hedeflenen bilgi, beceri ve tutumları belirten kazanımlar ile bu kazanımların süreç içerisinde öğrencilere aktarılırken faydalanılacak öğretim ve değerlendirme, yöntem, teknik ve stratejilerine ilişkin açıklama, yönlendirme ve uyarıların tümünü içine alır (Millî Eğitim Bakanlığı [MEB], 2022). Bireylere hangi istendik davranışların nasıl ve ne şekilde kazandırılacağı eğitim programları içerisinde bulunmaktadır. Bu nedenle eğitimin niteliği hazırlanan eğitim programlarına bağlıdır (Altunbakır ve Pehlevan, 2019).

Bireyleri fiziksel, zihinsel, duygusal ve toplumsal yönleriyle bir bütün olarak yetiştirmek çağdaş eğitimin temel ilkelerindedir (Yamaner, 2001, Işıkgöz, 2015). Çağdaş eğitimin hedeflerine ulaşması tek başına zihinsel eğitimle değil bununla birlikte fiziksel eğitimle olması daha mümkündür (Kangalgil, Hünük ve Demirhan, 2006). Öğrencilerin fiziksel ve zihinsel açıdan gelişimine katkı verecek en önemli derslerden biri Beden Eğitimi ve Spor Dersi [BESD]'dir. Harekete bağlı olarak öğrenmeyi hedefleyen BESD; genel eğitimde yer alan vazgeçilmez bir unsurdur ve genel eğitimin amaçlarına ulaşmasına bireyin devinışsel ve fiziksel gelişimi aracılığıyla katkı sağlar (Tel, Bozkurt ve Celayir, 2016). Yenilenen öğretim programında yer verildiği şekli ile BESD, öğrencilerin gelişim özelliklerine dikkat ederek onların, bireysel veya sosyal ortamda sağlıklı, mutlu, iyi ahlaklı ve dengeli bir kişilik geliştirmelerine ve yansıtmalarına yardımcı olur (Avşar, 2009; MEB, 2018a; MEB, 2018b). Genel eğitimin bir parçası olan BESD; çocukların fiziksel gelişim, hareket-beceri gelişimi, sinir-kas koordinasyon gelişimi, kişisel ve sosyal uyum sağlaması açısından oldukça önemlidir (Bucher ve Koenig 1983, aktaran Güllü, Arslan, Görgüt ve Uğraş, 2011). Darst, Pangrazi, Sariscsany ve Brusseau (2012), BESD öğretim programının tüm öğrenciler için günlük aktivite yapma başarısı, kişileştirilmiş bir fiziksel seviyenin başarılması ve yaşamlarının geri kalanında kullanılabilecek fiziksel aktivitelerde gerekli olan fiziksel becerilerin geliştirilmesine verdiği katkıların önemini belirtmişlerdir. Palivec (2005), bireyin gelişiminde BESD etkinliklerine karşı tutumların erken yaşta

oluşturduğunu, bundan dolayı ilkököl kademesinde çocukların nitelikli BESD öğretim programı ve etkin beden eğitimi ve spor uzmanları tarafından desteklenmesinin önemini ifade etmiştir. BESD'nin uzmanlar aracılığı ile destekleniyor olması, çocukların gelişiminin, fiziksel kapasitelerinin ve bilgi düzeylerinin artmasının yanı sıra fiziksel etkinlik içeren programların doğru bir şekilde planlamasını sağlayacaktır (Bal'Sevich, 2005). Bu durum ilkökölde yer alan BEOD'nin önemini ortaya koymaktadır. Bireyin gelecek yaşamını etkileyen BEOD'nin ülkemizde sınıf öğretmenleri yerine beden eğitimi ve spor alanında formasyon sahibi olan beden eğitimi ve spor öğretmenleri tarafından verilmesi öğrencilerin nitelikli bir eğitim almaları açısından gereklidir.

İlköğretimde 1. sınıftan 8. sınıfa kadar devamlılığını sürdüren BESD, ilkökölde Beden Eğitimi ve Oyun Dersi [BEOD] (Koç ve Tekin, 2011), ortaokulda ise BESD olarak yer almaktadır. BEOD ile BESD öğretim programında öğrencilere kazandırılması hedeflenen 7 farklı beceri yer almaktadır. Bunlar; "Dayanıklılık, Çabukluk, Esneklik, Hareketlilik, Koordinasyon, Kuvvet, Ritimdir" (MEB, 2018a; MEB, 2018b).

BEOD öğretim programı incelendiğinde; dersin ilkököl 1-4. sınıflarda öğrenim gören öğrencilerin "oyun oynama, fiziki etkinliklere katılma ve bu süreçlerde bedensel, zihinsel, kişisel, duygusal ve sosyal becerilerini" geliştirmelerine katkı sunacak tüm eğitim süreçlerini içine almaktadır. Bu eğitim süreçlerinde öğrencilerin "yaş düzeyi, hazır bulunuşlukları, ilgileri, beklentileri, yöresel özellikler" gibi etkenlerin dikkate alınmasının önemi vurgulanmaktadır (MEB, 2018b; Yavuz, Özüdoğru ve Kayapınar, 2019). BEOD öğretim programının amacı ise öğrencilerin "oyun ve fiziki etkinlikler yolu ile yaşamları boyunca kullandıkları temel hareketler, aktif ve sağlıklı yaşam becerileri, kavramları ve stratejileri ile birlikte bunlarla ilişkili yaşam becerilerini geliştirerek bir sonraki eğitim düzeyine hazırlanmalarının sağlanması" şeklinde ifade edilmektedir (Koç, 2016). Bu amaca ek olarak bu dersin öğrencilerin "hareket yetkinliği, aktif ve sağlıklı yaşam alışkanlıklarının altyapısının oluşturulması; oyun ve fiziki etkinliklerde kendini tanıma, bireysel



sorumluluk, kendine güven ve zaman yönetimi becerilerini; oyun ve fiziki etkinliklerde iletişim becerileri, işbirliği, adil oyun (fair play), sosyal sorumluluk, liderlik, doğaya duyarlılık ve farklılıklara saygı özelliklerini geliştirir” gibi muhtemel faydaları da beraberinde getireceği öngörülmektedir (MEB, 2018b).

BESD öğretim programının yapısı incelendiğinde BESD, ortaokul 5-8. sınıflarda okuyan öğrencilerin “fiziksel etkinliklere ve spora katılmalarına ve bu süreçlerde bedensel, zihinsel, duygusal ve sosyal becerilerini” geliştirmelerine katkı sağlayacak tüm eğitim süreçlerini içerir. Bu eğitim sürecinde öğrencilerin “yaş düzeyi, hazırbulunuşlukları, ilgileri, beklentileri” gibi etkenlerin dikkate alarak öğrencilerin yaşıyla fiziksel özelliklerine uygun olan fiziksel etkinliklere ve sportif faaliyetlere katılacakları şekilde planlanması gerekliliğini vurgulamaktadır. BESD öğretim programının amacı ise öğrencilerin “hayatları boyunca kullanacakları hareket becerileri, aktif ve sağlıklı hayat becerileri, kavramları ve stratejileri ile birlikte öz yönetim becerileri, sosyal becerileri ve düşünme becerilerini” de geliştirerek öğrencileri bir sonraki öğrenim düzeyine hazırlamaktır. Bunların yanı sıra, “fiziksel etkinliklere ve sportif faaliyetlere düzenli olarak katılım, beden eğitimi ve sporla ilgili kültürel birikim, iletişim becerileri, iş birliği, adil oyun (fair play), sosyal sorumluluk, liderlik, doğaya duyarlılık ve farklılıklara saygı” özelliklerinin gelişmesini amaçlar (MEB, 2018a). BEOD ile BESD öğretim programlarının amaçlarına ve yapılarına bakıldığında her iki programda hazırbulunuşluk kavramının önemini vurgulamaktadır.

Eğitim-öğretim süreci içerisinde önemli bir yere sahip olan hazırbulunuşluk öğrenme-öğretme sisteminin önemli bir girdisidir (Bloom, 1995, aktaran Harman ve Çelikler, 2012). Başaran (1996)’a göre hazırbulunuşluk, bireyin zihinsel ve fiziksel açıdan bir işi yapabilecek olgunluğa erişmesidir (Başaran, 1996, aktaran Türkyılmaz, 2018). Bu nedenle eğitimde yeni bir davranış değişikliği oluşturmak öğrencinin hazırbulunuşluk düzeyi ile yakından ilgilidir. Yenilmez ve Kakmacı (2008) ise hazırbulunuşluğu bir hedefi

gerçekleştirmek için bilişsel, duyuşsal ve psikomotor yönlerden hazır olma durumu olarak ifade etmişlerdir. Psikomotor hazırbulunuşluk belirli bir hareketi gerçekleştirmek için hazır olma durumunu ifade eder. Bir hareketi gerçekleştirirken birey bilişsel ve duyuşsal açıdan hazır olsa dahi psikomotor açıdan hazır değilse teoride var olan bilgisini uygulamaya geçiremez ve öğrenme eksik kalır (Karakaş, 2017). Bu durum psikomotor hazırbulunuşluk düzeyinin önemini ortaya koymaktadır.

Hazırbulunuşluk, öğrenme-öğretme sürecinde amaçlanan hedefleri gerçekleştirmeyi kolaylaştıran önemli bir unsurdur. Fiziksel hareketlerin yoğun olduğu derslerin eğitiminde hazırbulunuşluk, özellikle psikomotor beceriler üzerinde kritik bir yere sahiptir. Çünkü yeni öğrenilmesi hedeflenen her becerinin gerçekleşmesi için o becerinin hazırlayıcısı konumunda olan bir becerinin öğrencide var olması gerekmektedir (Afacan, 2019). Fiziksel hareketlerin en yoğun olduğu derslerden biri de BESD’dir. BESD açısından ortaokul dönemi; öğrencilerin ilkökul döneminde geliştirdikleri temel ve birleştirilmiş hareket becerilerini, çeşitli spor dallarına hazırlayıcı oyun ve etkinliklerle pekiştirerek spora özgü yeteneklere altyapı oluşturdukları bir dönemdir (MEB, 2018a; MEB, 2018b; Işıkgöz, 2015). Bu kritik geçiş döneminde ortaokula geçen öğrencilerin BESD öğretim programında yer alan 5. sınıf psikomotor kazanımlarını doğru şekilde yapabilmesi için ilkökul BEOD öğretim programında yer alan 4. sınıf psikomotor kazanımlarının öğrencinin sonraki öğrenmelere zemin oluşturup oluşturamayacağı üzerine bir değerlendirmenin yapılması, BEOD ile BESD öğretim programında öğrencilere kazandırılması hedeflenen (dayanıklılık, çabukluk, esneklik, hareketlilik, koordinasyon, kuvvet, ritim) alana özgü becerilerin öğretiminde büyük önem taşımaktadır (MEB, 2018a; MEB, 2018b).

Alan yazın incelendiğinde BEOD öğretim programı (Aydemir 2021; Kuzu ve Aslan) ile BESD öğretim programının değerlendirildiği (Altunbakır ve Pehlevan, 2019; Aydın, Temel ve Kangalgil, 2022; Çağlayan ve Ağgön, 2021; Işıkgöz, 2015; Özcan ve Mirzeoğlu, 2014) ve öğretim programlarında var olan

kazanımlar (Alıncak, Ayan ve Abakay, 2015; Havadar ve Taşdan, 2015) ile psikomotor kazanımlar açısından değerlendirmelerde bulunulan birçok çalışma yer almaktadır (Çelik, 2010; Yaymak, 2022). Bu çalışmaların yanı sıra öğrencilerin hazırbulunuşluk düzeyleri ile ilgili yapılan çalışmalar da literatürde yer almaktadır (Çelik, 2010; Harman ve Çelikler 2012; Türkyılmaz, 2018). Fakat alan yazında 4. sınıf BEOD ile 5. sınıf BESD öğretim programında yer alan psikomotor kazanımların hazırbulunuşluk açısından incelenmesini içeren çalışmaların yer almadığı görülmüştür. Bu çalışmada karşılaştırmalı değerlendirmeler yapılarak 4. sınıf BEOD öğretim programında yer alan psikomotor kazanımlar, 5. sınıf BESD öğretim programında yer alan psikomotor kazanımları hazırbulunuşluk açısından destekler nitelikte midir?" sorusuna cevap aranacaktır. Bu bağlamda 4. sınıf BEOD ile 5. sınıf BESD psikomotor kazanımlarının hazırbulunuşluk açısından detaylı analizinin yapıldığı bu çalışma kazanımların değiştirilmesi, geliştirilmesi ve eksik taraflarının belirlenmesi açısından önemlidir.

Bu araştırma ile 2018 yılında yürürlüğe giren ilköğretim 4. sınıf BEOD ile 5. sınıf BESD öğretim programında yer alan psikomotor kazanımların hazırbulunuşluk açısından karşılaştırılarak değerlendirilmesi amaçlanmıştır. 4. sınıf BEOD öğretim programında yer alan psikomotor kazanımların 5. sınıf BESD öğretim programında yer alan psikomotor kazanımların öğrencilerin hazırbulunuşluklarını destekleyip desteklemediği incelenmiştir.

## Yöntem

### Araştırmanın Modeli

Millî Eğitim Bakanlığı [MEB] ilköğretim 4. sınıf Beden Eğitimi ve Oyun Dersi [BEOD] ile 5. sınıf Beden Eğitimi ve Spor Dersi [BESD] psikomotor kazanımlarının hazırbulunuşluk açısından karşılaştırılmasında nitel araştırma yaklaşımı benimsenmiştir.

Çalışmada, Temel Eğitim Genel Müdürlüğünün, 19/01/2018 tarihli ve 7 sayılı kararıyla kabul edilen,

2018-2019 öğretim yılından itibaren uygulanan MEB İlkokul BEOD (1-4. Sınıflar) öğretim programı ve 19.01.2018 tarihli ve 6 sayılı kararıyla kabul edilen, 2018-2019 öğretim yılından itibaren uygulanan MEB Ortaokul BESD (5-8. Sınıflar) öğretim programı incelenmiştir.

### Verilerin Toplanması

Verilerin toplanmasında doküman analizi yapılmıştır. Yıldırım ve Şimşek (2018) tarafından olgu ve olaylar hakkında bilgi içeren yazılı dokümanların incelenmesi şeklinde ifade edilen doküman analizi, çalışmanın amacı doğrultusunda kaynaklara ulaşım ve verilerin değerlendirilmesini kapsamaktadır. Veriler MEB İlköğretim 4. sınıf BEOD ile 5. sınıf BESD öğretim programı ve MEB'in BEOD ile BESD etkinlik kılavuzu incelenerek elde edilmiştir. Dokümanlar MEB'in resmî web sayfasından indirilerek her iki belgenin orijinal kaynaklar olması sağlanmıştır. Çalışmada kullanılan dokümanlar (resmi öğretim programları ve etkinlik kılavuzları) kamuya açıktır ve elde edilmesinde kişilere veya kurumlara zarar verilmesi söz konusu değildir. Buna bağlı olarak dokümanlar etik ilkelere zarar vermeyecek şekilde elde edilerek kullanılmıştır.

### Verilerin Analizi

Verilerin analizinde betimsel analiz yöntemine başvurulmuştur. Betimsel analizde veriler daha önceden belirlenen temalara göre sistematik ve açık bir biçimde betimlenir, daha sonra yapılan betimlemeler açıklanır, yorumlanır ve neden-sonuç ilişkilerine bağlı olarak birtakım sonuçlar elde edilir (Yıldırım ve Şimşek, 2018). Verilerin analizi yapılırken öncelikle MEB İlköğretim 4. sınıf BEOD ile 5. sınıf BESD öğretim programında yer alan kazanımlar alanında uzman olan 12 öğretim üyesinin görüşlerine başvurularak psikomotor olan kazanımlar belirlenmiştir. İlkokul 4. sınıfta 7 adet ve Ortaokul 5. sınıfta 7 adet olmak üzere toplam 14 psikomotor kazanım belirlenmiş ve Millî Eğitim Bakanlığının BEOD ile BESD Etkinlik Kılavuzunda yer alan kazanımlar açıklamaları ile birlikte tablolarda sunulmuştur. Daha sonra 4. sınıfta psikomotor olan bu kazanımlar, 5. sınıftaki psikomotor kazanımlar ile

hazırbulunuşluk açısından karşılaştırılırken kazanımların içerik ve öğretim ilkelerine uygunluğu değerlendirilmiştir. Çalışmanın bundan sonraki bölümlerinde bulgular ve bulgulara dayalı olarak yapılan değerlendirmeler yer almaktadır.

## Bulgular

**Tablo 1:** Hazırbulunuşluk Açısından Üst Sınıfa Temel Oluşturan 4. Sınıf BEOD ile 5. Sınıf BESD Psikomotor Kazanımları ve Açıklamaları

4. Sınıf Psikomotor Kazanım	5. Sınıf Psikomotor Kazanım
<p><b>Kazanım 1:</b> “Yer değiştirme hareketlerini artan kuvvet, hız ve <u>çeviklikle</u> yapar.”</p> <p><b>*Açıklama:</b> “Öğrenciler çeşitli yer değiştirme hareketlerini istenilen hedef doğrultusunda, doğru formda, kuvvet düzeyi daha yüksek ve hızlı bir biçimde yaparlar. Bu yüzden oyun ve etkinlikleri gerçekleştirirken öğrencilerden koşma, atlama, sıçrama, yuvarlanma vb. yer değiştirme hareketlerini kesintisiz bir şekilde ve daha kısa bir zamanda, farklı yönler kullanarak ve güçlü bir biçimde yapmaları hedeflenir.”</p>	<p><b>Kazanım 1:</b> “Yer değiştirme hareketlerini alan ve efor farkındalığını göstererek uygular.”</p> <p><b>*Açıklama:</b> “Öğrenciler gelişim özelliklerine göre çeşitli yer değiştirme hareketlerini istenilen biçimde, daha kısa sürede, çevik ve kuvvetli olarak gerçekleştirebilirler. Bu nedenle öğrencilerden yapılacak etkinlik ve oyunlarda yer değiştirme hareketlerini bireysel olarak, eşleşme yaparak, grup ile birlikte farklı hız seviyelerinde, farklı yolları kullanarak gerçekleştirmesi istenmelidir.”</p>
<p><b>Kazanım 2:</b> “Kuralı takım oyunları oynar.”</p> <p><b>Açıklama:</b> “Öğrencilere yer değiştirme, dengeleme ve nesnelerin kontrolünü içeren temel hareket becerilerini gerektiren farklı oyunlar sunularak, bu oyunlarda konulan kuralların nedenlerinin farkına vararak yeni kurallar belirleyerek, bu duruma göre oyunlar oynamaları sağlanmalıdır.”</p>	<p><b>Kazanım 2:</b> “Birleştirilmiş hareket becerilerini çeşitli oyun ve etkinliklerde gösterir.”</p> <p><b>Açıklama:</b> “Öğrenciler her üç hareket becerisini birleştirebilecekleri oyun ve etkinlikleri artan doğrulukta yapabilirler. Bu sebeple belirlenen üç hareketi, vücut ve alan farkındalığını dikkate alarak, efor ve hareket ilişkileri ile eşleştirebilecekleri farklı aktivite ve oyunlar tasarlanarak, öğrencilerden oyunların amaçlarına uygun, güvenli ve koordineli uygulamalar istenmelidir.”</p>
<p><b>Kazanım 3:</b> “Oyunlarda dengeleme gerektiren hareketleri etkili kullanır.”</p> <p><b>Açıklama:</b> “Öğrenciler bu seviyede oyunlar yaparken atlama-konma, itme-çekme, ağırlık aktarımı, başlama-durma vb. dengeleme hareketlerini oyunun hedefleri doğrultusunda uygun ve istenilen şekilde kullanma özelliğini geliştirme imkânı elde eder.”</p>	<p><b>Kazanım 3:</b> “Dengeleme gerektiren hareketleri vücut ve alan farkındalığını göstererek uygular.”</p> <p><b>Açıklama:</b> “Öğrenciler çeşitli dengeleme hareketlerini amaca uygun olarak istenilen formda yapabilirler. Bu nedenle öğrencilerin farklı vücut bölümlerini (iki destek noktası; iki ayak, tek destek noktası; tek ayak, üç destek noktası; iki ayak bir el vb.) kullanabilecekleri durağan ve hareketli denge egzersizleri ve vücut ağırlık aktarımını bulunduran egzersizler gerçekleştirmelidir.”</p>
	<p><b>Kazanım 4:</b> “Temel cimmastik hareketlerini yapar.”</p> <p><b>Açıklama:</b> “Öğrencilere, cimmastik branşında ait temel düzeyde hareketleri içeren çeşitli çalışmalar gerçekleştirmesi için imkanlar sunulmalıdır. Bu çalışmalarda duruşlar (ters bank, düz bank, cephe, kartal, planör vb.), yuvarlanmalar (öne ve geriye), vücut transferi (çember, kartvil vb.), yön değişikliği (180° ,360° dönüşler), geçişler (uzun oturuştan geriye omuz geçişi vb.), bağlantılar (farklı adımlar) bulunmalıdır. Bu çalışmalar esnasında öğretmen, uygulama yapılırken öğrencilere temel hareketi yapması için gerekli olan desteği vermeli ve daha sonra nasıl destek verildiği öğrencilere gösterilip öğrencilerin birbirine destek vermesi sağlanmalıdır.”</p>

\*Tablolarda yer alan açıklamalar ilgili öğretim programı için MEB resmi internet sitesinden indirilen klavuzlardan alınmıştır.

**Tablo 1:** (Devamı) Hazırbulunuşluk Açısından Üst Sınıfa Temel Oluşturan 4. Sınıf BEOB ile 5. Sınıf BESB Psikomotor Kazanımları ve Açıklamaları

4. Sınıf Psikomotor Kazanım	5. Sınıf Psikomotor Kazanım
<p><b>Kazanım 5:</b> “Oyunlarda nesne kontrolü gerektiren hareketleri etkili kullanır.”</p> <p><b>Açıklama:</b> “Nesne kontrolü esnasında nesnelerin fırlatma, yakalama, vurma, uzun saplı araçla vurma vb. hareket becerilerinin vücut, alan farkındalığı, efor, hareket ilişkileri ile eşleştirerek bir hareket dizini tasarlanmalıdır. Örnek olarak, uzun saplı araçla öğrencilerden birinin attığı topu (ilişki farkındalığı: insan-eş), açılabilir olarak (vücut farkındalığı), ileriye doğru ve yükseklik seviyesi orta olarak (alan farkındalığı: seviye-yön) güçlü ve hızlı bir şekilde (efor farkındalığı: kuvvet-zaman) fırlatmayı amaçlayan etkinliklere yer verilmelidir.”</p>	<p><b>Kazanım 6:</b> “Nesne kontrolü gerektiren hareketleri vücut farkındalığı ve hareket ilişkilerini göstererek uygular.”</p> <p><b>Açıklama:</b> “Öğrenciler çeşitli ekipmanlar ve vücudun farklı bölümlerini kullanarak nesne kontrolü gerektiren hareketleri istenilen formda ve amaca uygun olarak yapabilirler.”</p>

Tablo 1’de 4. sınıf psikomotor kazanımları arasında yer alan “yer değiştirme hareketlerini artan kuvvet, hız ve çeviklikle yapar” kazanımı 5. sınıf psikomotor kazanımları arasında yer alan “yer değiştirme hareketlerini alan ve efor farkındalığını göstererek uygular” kazanımına hazırbulunuşluk açısından altyapı oluşturabilecek nitelikte olduğu düşünülmektedir. Dikkat çeken konu “çeviklik” becerisinin kazanımlar içerisinde öğrenciden yapması beklenirken bu becerinin BEOB öğretim programında yer alan alana özgü beceriler içerisinde bulunmamasıdır. İlkokul 4. sınıf psikomotor kazanımları arasında yer alan “kurallı takım oyunları oynar” kazanımı Ortaokul 5. sınıf psikomotor kazanımları arasında yer alan “birleştirilmiş hareket becerilerini çeşitli oyun ve etkinliklerde gösterir” kazanımına altyapı oluşturabilecek nitelikte olduğu düşünülmektedir. Tablo 1’e bakıldığında, 4. sınıf psikomotor kazanımları arasında yer alan “oyunlarda dengeleme gerektiren hareketleri etkili kullanır” kazanımı, 5. sınıf psikomotor kazanımları arasında yer alan “dengeleme gerektiren hareketleri vücut ve alan farkındalığını göstererek uygular” kazanımına ve “temel cimnastik hareketlerini yapar” kazanımına (ters bank, düz bank, cephe, kartal, planör duruşları, öne geriye yuvarlanmalar, yön değişiklikleri, bağlantılar, geçişler, vücut transferi vb.) altyapı oluşturabilecek nitelikte olduğu düşünülmektedir.

Bir diğer 5. sınıf psikomotor kazanımı olan “dengeleme gerektiren hareketleri vücut ve alan farkındalığını göstererek uygular” kazanımı, 5. sınıf psikomotor kazanımları arasında yer alan “temel cimnastik hareketlerini yapar” kazanımına (ters bank, düz bank, cephe, kartal ve planör duruşlarına, öne geriye yuvarlanmalar, yön değişiklikleri, bağlantılar, geçişler, vücut transferi vb.) altyapı oluşturabilecek nitelikte olduğu düşünülmektedir (Tablo 1).

Üst sınıflardaki kazanımlara temel oluşturduğu düşünülen ve 4. sınıf psikomotor kazanımları arasında yer alan “oyunlarda nesne kontrolü gerektiren hareketleri etkili kullanır” kazanımı, 5. sınıf psikomotor kazanımları arasında yer alan “nesne kontrolü gerektiren hareketleri vücut farkındalığı ve hareket ilişkilerini göstererek uygular” kazanımına altyapı oluşturabilecek nitelikte olduğu düşünülmektedir (Tablo 1).

Tablo 2’de 4. sınıf psikomotor kazanımları arasında yer alan “özgün, danslar yapar” kazanımı 5. sınıf psikomotor kazanımları arasında yer alan “verilen ritim ve müziğe uygun adımları uygular” kazanımına öğretim ilkeleri ve içerik ilişkisi açısından ters düşmektedir. İlkokul 4. sınıfta yer alan kazanım Ortaokul 5. sınıfta yer alan kazanımı altyapı oluşturma açısından destekler nitelikte olmadığı düşünülmektedir.

**Tablo 2:** Hazırbulunuşluk Açısından Üst Sınıfa Temel Oluşturmayan 4. Sınıf BEOD ve 5. Sınıf BESD Psikomotor Kazanımları ve Açıklamaları

4. Sınıf Psikomotor Kazanım	5. Sınıf Psikomotor Kazanım
<p><b>Kazanım 4: “Özgün, danslar yapar.”</b></p> <p><b>Açıklama:</b> “Yöresel danslar, halk dansları ve yaratıcı dansların içerisinde farklı ritimleri (2/4, 3/4, 4/4, 6/8, 9/8’lik ölçüler) dinleyip, öğrencilerin dans edebilmeleri için çalışmalıdır. Farklı kültürlerin geçmişlerini içinde bulunduran ve farklı kültürleri temsil eden dans aktivitelerine küçük gruplar ile yer almaları sağlanmalıdır. Öğrencilerin fiziksel uygunluğu geliştirmeyi amaçlayan temel aerobik adımlar farklı ritimlerle öğretilmelidir.”</p>	<p><b>Kazanım 5: “Verilen ritim ve müziğe uygun adımları uygular.”</b></p> <p><b>Açıklama:</b> “Öğrencilerden çeşitli ritimleri (2/4, 3/4,4/4,6/8, 9/8 ölçüler) dinledikten sonra, basit dans adımlarını yavaş ve hızlı formda yapmaları istenmelidir. Bu adımlar yapılırken bireysel olarak, eşleşme yaparak ve grupla birlikte yer değiştirmeler, geçişler ve yön kullanımları önem arz etmektedir.”</p>
<p><b>Kazanım 6: “Kültürümüze ve diğer kültürlere ait halk danslarını yapar.”</b></p> <p><b>Açıklama:</b> “Öğrencilere kendi kültürel değerlerimizi oluşturan halk danslarımızı tanıttıktan sonra, evrensel anlamda dünyada önemli bir yere sahip olan çeşitli kültürlere ait halk oyunlarından örnekler gösterilmelidir. Bu örnekleri sunarken öğretim ilkelerinden yakından uzağa ilkesi doğrultusunda, ülkemize en yakın komşu ülkelerden başlanarak diğerlerine geçilmesinin doğruluğu dile getirilir. Bunun yanı sıra sınıfta, öğrencilerden çeşitli kültürlere ait halk danslarını içeren örnekleri tanıyıp, uygulamasının yapılacağı “farklı kültürler günü” ya da “haftası” yapmaları da istenebilir.”</p>	<p><b>Kazanım 7: “Yakın çevresine ait halk danslarını uygular.”</b></p> <p><b>Açıklama:</b> “Öğrencilerden okulun bulunduğu yöreye ait, müzik eşliğinde halk dansları uygulamaları istenmelidir. Okullarının bulunduğu yöreye ait, öğrencilerin gelişim seviyelerine uygun, basit bir şekilde yapılabilecek halk dansları, adımları (ör. Üç Adım, Çayda Çıra, Silifke’nin Yoğurdu vb.), el tutuşları yapılmalıdır.”</p>

Bir diğer 4. sınıf psikomotor kazanımları arasında yer alan “kültürümüze ve diğer kültürlere ait halk danslarını yapar” kazanımı 5. sınıf psikomotor kazanımları arasında yer alan “yakın çevresine ait halk danslarını uygular” kazanımını altyapı açısından destekler nitelikte olmadığı düşünülmektedir. Bu iki kazanım halk danslarını yapar ve uygular gibi fiillerle tanımlanmış olsalar da önce yakın çevre daha sonraki

aşamada diğer kültürler şeklinde ele alınması daha uygun olabilir. Halk danslarında kullanılan terminoloji ve kavramlar açısından da uygulamak fiili yerine bir gösteri sanatı olması nedeniyle de sergiler şeklinde de kullanılabilir (Tablo 2).

**Tablo 3:** Hazırbulunuşluk Açısından Üst Sınıfta Karşılığı olmayan 4. Sınıf BEOD Psikomotor Kazanımları ve Açıklamaları

4. Sınıf Psikomotor Kazanım	5. Sınıf Psikomotor Kazanım
<p><b>Kazanım 7: “Kültürümüze ve diğer kültürlere ait çocuk oyunlarını oynar.”</b></p>	<p><b>Açıklama:</b> “Öğrencilere ülkemizin kültürel değerlerini yansıtan çocuk oyunlarımızı duyurmak, tanıtmak ve bazı yörelerde unutulmuş olan bu oyunların uygulamalarını arttırmak amaçlanmaktadır. Öğrencilerden yöremize ait ve ulusal düzeyde var olan çocuk oyunlarımızı araştırmasını yaparak bunların kurallarını öğrenerek arkadaşlarına tanıtmaları ve daha sonra onlara uygulatmaları istenmelidir. Bunun yanı sıra benzer uygulamalar, farklı kültürlere ait çocuk oyunları için de istenmelidir.”</p>

Tablo 3’te 4. sınıf psikomotor kazanımları arasında yer alan “kültürümüze ve diğer kültürlere ait çocuk oyunlarını oynar” kazanımının altyapı karşılığı

olabileceği bir kazanıma 5. sınıf psikomotor kazanımları arasında rastlanmamıştır.

## Tartışma ve Sonuç

İlkokul 4. sınıf Beden Eğitimi ve Oyun Dersi [BEOD] ile Ortaokul 5. sınıf Beden Eğitimi ve Spor Dersi [BESD] psikomotor kazanımları hazırbulunuşluk açısından karşılaştırılmıştır.

İlkokul 4. sınıf BEOD kazanımları arasında yer alan “yer değiştirme hareketlerini artan kuvvet, hız ve çeviklikle yapar” kazanımı Ortaokul 5. sınıf BESD kazanımları arasında yer alan “yer değiştirme hareketlerini alan ve efor farkındalığını göstererek uygular” kazanımına hazırbulunuşluk açısından altyapı oluşturur nitelikte olduğu düşünülmektedir. Dikkat çeken konu “çeviklik” becerisinin kazanımlar içerisinde öğrenciden yapması beklenirken bu becerinin BEOD öğretim programında yer alan alana özgü becerilere dahil edilmemiş olmasıdır. MEB’in 2018 yılında hazırladığı BEOD öğretim programında; “Dayanıklılık, Çabukluk, Esneklik, Hareketlilik, Koordinasyon, Kuvvet, Ritim” olmak üzere yedi adet alana özgü beceriye yer verilmiştir (MEB, 2018a; MEB, 2018b). Öğrenciden yapılması beklenen çeviklik becerisinin BEOD alana özgü becerilerine dahil edilmesinin gerektiği düşünülmektedir. Bu iki kazanımın birbirini destekler nitelikte olması önceki öğrenmeler ile öğrencinin hazırbulunuşluk düzeyinin yüksek olması sonraki öğrenilmesi hedeflenen becerilerin kolay ve sağlam bir şekilde edinilmesine katkı sağlayacağı öngörülmektedir.

İlkokul 4. sınıf BEOD kazanımları arasında yer alan yer alan “kurallı takım oyunları oynar” kazanımı Ortaokul 5. sınıf BESD kazanımları arasında yer alan “birleştirilmiş hareket becerilerini çeşitli oyun ve etkinliklerde gösterir” kazanımına altyapı oluşturduğu düşünülmektedir. İlkokul 4. sınıfta öğrencilere yer değiştirme, dengeleme ve nesne kontrolü gerektiren hareketleri içeren oyunlardaki kuralları anlaması ve yeni kurallar oluşturup oyunlarda uygulaması beklenirken bunun yanı sıra Ortaokul 5. sınıfta öğrencilerin her üç hareket becerisini birleştirebilecekleri oyun ve etkinlikleri (renkli istop oyunu vb.) artan doğrulukta ve koordineli bir şekilde yapabilmeleri hedeflenmektedir. Ayrıca öğrencinin kurallı takım oyunları oynamayı öğrenmesi farklı

etkinlik ve derslerde de bireysel veya grup halinde kurallar koyabilmekle beraber başkalarının koyduğu kurallara saygı duymayı öğrenmesi açısından önemli olduğu düşünülmektedir.

İlkokul 4. sınıf BEOD kazanımları arasında yer alan “oyunlarda dengeleme gerektiren hareketleri etkili kullanır” kazanımı, Ortaokul 5. sınıf BESD kazanımları arasında yer alan “dengeleme gerektiren hareketleri vücut ve alan farkındalığını göstererek uygular” kazanımına altyapı oluştur nitelikte olduğu düşünülmektedir. Ayrıca bu iki kazanım 5. sınıf BESD kazanımları arasında yer alan “temel cimnastik hareketlerini yapar” kazanımına altyapı oluşturduğu düşünülmektedir. İlkokul 4. sınıfta Öğrenciler oyunlar oynarken dengeleme hareketlerini (atlama-konma, itme-çekme, ağırlık aktarımı, başlama-durma vb.) oyunun amacına uygun olarak istenilen düzeyde yapabilmeleri, Ortaokul 5. sınıfta öğrencilerin vücutlarının farklı bölümlerini kullanarak (iki destek noktası; iki ayak, tek destek noktası; tek ayak, üç destek noktası; iki ayak bir el vb.) statik ve dinamik denge çalışmaları ve vücut ağırlık aktarımını içeren çalışmalar yapabilmeleri hedeflenmektedir. Bu iki kazanımda yer alan becerilerin oluşması da hazırbulunuşluk açısından temel cimnastik hareketlerine (ters bank, düz bank, cephe, kartal ve planör duruşları, yuvarlanmalar, vücut transferi, yön değiştirme, geçişler ve bağlantılar) altyapı oluşturur nitelikte olduğu düşünülmektedir. Kazanımların birbirini destekler nitelikte olması kazandırılması hedeflenen becerinin öğrenci tarafından daha kolay öğrenilmesine ve beceriye dönüştürülmesine katkı sağlayacağı öngörülmektedir.

İlkokul 4. sınıf BEOD kazanımları arasında yer alan “oyunlarda nesne kontrolü gerektiren hareketleri etkili kullanır” kazanımı, Ortaokul 5. sınıf BESD kazanımları arasında yer alan “nesne kontrolü gerektiren hareketleri vücut farkındalığı ve hareket ilişkilerini göstererek uygular” kazanımına altyapı oluştur nitelikte olduğu düşünülmektedir. İlkokul 4. sınıfta öğrencilerin efor, vücut ve alan farkındalığını, hareket ilişkileri kavramlarıyla eşleştirerek bir hareket dizini oluşturulması hedeflenirken (örnek olarak arkadaşının attığı topu badminton raketi ile orta

yükseklikte ve ileriye doğru fırlatmayı içeren etkinlikler) Ortaokul 5. sınıfta öğrencilerden farklı ekipmanlar ve vücutlarının farklı bölümlerini kullanarak nesne kontrolü içeren hareketleri istenilen düzeyde ve amaca uygun yapması hedeflenmektedir. Kazanımların birbirini destekler nitelikte olması önceki öğrenmelerin sağladığı avantaj ile beraber öğrenci, yeni kazandırılması hedeflenen becerinin öğrenilmesinde hazır durumdadır ve kısa sürede öğrendiği beceriyi istenilen düzeyde sergileyebileceği düşünülmektedir.

Çalışma bulgularını destekler nitelikte olan çalışmalar literatürde yer almaktadır. Çağlayan ve Ağgön (2021) BESD öğretim programının temel felsefi ve genel amaçlarına yönelik öğretmen görüşleri adlı çalışmasında, öğretmenlerin BESD’de öğrencilerin hareket becerileri, strateji ve taktiklerini uygulamalarının öğrencilerin bireysel farklılıklarına ve hazırbulunuşluk düzeylerine bağlı olarak amaçlanan seviyeye ulaşacağını düşündüklerini ve öğrencilerin var olan ön öğrenmelerinin sarmal yapıda ilerlemesinden dolayı öğrenmelerin yapılması için önemli olacağını ifade etmişlerdir. Havadar ve Taşdan (2015) Kars, Ardahan ve Iğdır illerindeki ilköğretim kademesinde çalışan beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin 4. ve 5. sınıf BESD öğretim programları hakkındaki görüşlerini incelediği çalışmalarında 4. ve 5. sınıfta yer alan hedef ve kazanımların birbiri ile tutarlı olma alt boyutunda öğretmenlerin çoğunlukla olumlu görüş bildirdiğini belirtmiştir. Çelik (2010)’in matematik dersine yönelik hazırlanan hazırbulunuşluk öğretim programının ilköğretim öğrencilerinin matematik kaygılarını, tutumlarını, psikomotor becerilerini ve başarılarını nasıl etkilediğini araştırmış ve ilköğretim matematik dersinde öğrencilerde var olan hazırbulunuşluk düzeylerini artırmayı hedefleyen bir programın yapılmasının, öğrencilerin matematik dersinde yer alan psikomotor becerilerin öğretiminde etkili olduğunu ifade etmiştir. Hazırlanan hazırbulunuşluk öğretim programı kullanılarak işlenen matematik derslerinin psikomotor becerilerin olumlu yönde etkilediğini ve etkinliklere yer verilmesinin matematik öğretimine keyif ve eğlence getirdiğini, bu duruma

bağlı olarak da öğrenmelerin etkili ve istendik biçimde olmasının sağlandığını belirtmişlerdir.

İlkokul 4. sınıf BEOB kazanımları arasında yer alan “özgün, danslar yapar” kazanımı Ortaokul 5. sınıf BESD kazanımları arasında yer alan “verilen ritim ve müziğe uygun adımları uygular” kazanımına öğretim ilkeleri ve içerik ilişkisi açısından ters düştüğü düşünülmektedir. İlkokul 4. sınıfta öğrencilerden yöresel, halk dansları ve yaratıcı dansları farklı ritimlerde dinleyip dans etmesi istenirken Ortaokul 5. sınıfta öğrencilerden önce okulunun bulunduğu yöreye ait olan gelişim özelliklerine uygun basit halk dansları adımları ve el tutuşlarını yapması hedeflenmektedir. BEOB ile BESD öğretim programında yer alan bu kazanımlar öğretim ilkelerinden yakından uzağa ilkesine ve basitten zora ilkesine uygun değildir. Yakından uzağa ilkesine göre öğrencinin önce okuluna yakın olan çevredeki halk danslarını yapması istenip daha sonra uzak çevreye ait olan yöresel dansları yapması istenmelidir. Basitten zora ilkesine göre ise öğrencinin önce basit olan adımlamalar ve tutuşları öğrenip daha sonra dans etmesi istenmelidir. Bu iki kazanımın yer değiştirmesinin öğrenciye kendisinden yapması istenen kazanımları beceriye dönüştürmesi konusunda kolaylık sağlayacağı düşünülmektedir.

İlkokul 4. sınıf BEOB kazanımları arasında yer alan “kültürümüze ve diğer kültürlerle ait halk danslarını yapar” kazanımı kendi içerisinde yakından uzağa ilkesine uygundur fakat 4. sınıftaki bu kazanım Ortaokul 5. sınıf BESD kazanımları arasında yer alan “yakın çevresine ait halk danslarını uygular” kazanımı ile yakından uzağa ilkesi açısından ters düştüğü düşünülmektedir. Yeşilyurt (2020), yaptığı çalışmada, öğrenilmesi hedeflenen konu ile ilgili ön koşul oluşturan kazanımların gerçekleşme seviyesinin yüksek olması yeni konunun öğreniminin gerçekleşmesi açısından önem arz ettiğini belirtmiştir. Ayrıca bu iki kazanım benzer beceriler kazandırmayı hedeflerken 4. sınıf BEOB öğretim programında “Aktif ve Sağlıklı Hayat” öğrenme alanına dahilken 5. sınıf BESD öğretim programında “Hareket Yetkinliği” öğrenme alanına dahil edilmiştir. Her iki kazanımında psikomotor beceri yönünün daha baskın olması ve

buna bağılı olarak da psikomotor becerilerin ağırlıklı olarak yer aldığı “Hareket Yetkinliği” öğrenme alanına dahil edilmesinin daha uygun olacağı düşünülmektedir.

İlkokul 4. sınıf BEOD kazanımları arasında yer alan “kültürümüze ve diğerkültürlere ait çocuk oyunlarını oynar” kazanımı ile ülkemiz kültürünü ve değerlerimizi yansıtan çocuk oyunlarımızı tanıtmak ve bazı yörelerde unutulmuş veya unutulmaya yüz tutmuş bu oyunların uygulamalarını artırarak ülke kültürüne tekrar kazandırmak amaçlanmaktadır. Ortaokul 5. sınıf BESD kazanımları arasında da çocuk oyunlarının altyapı oluşturduğu benzer kazanımlara yer verilebilmesinin, öğrencinin geçmişte edindiği beceriyi pekiştirerek unutmamasına ve edindiği bu beceriyle bağlantılı yeni bir beceriyi hazırlanışlık düzeyi yüksek olduğu için daha kolay öğrenmesine yol açacağı öngörülmektedir.

Çalışma bulgularını destekler nitelikte olan çalışmalar literatürde yer almaktadır. Havadar ve Taşdan (2015), BESD öğretim programının içeriğine ilişkin öğretmenlerin görüşlerini incelediği çalışmada, beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin BESD öğretim programı değerlendirme ölçeğinde yer alan programın teması (içeriğı) ile ilgili maddelere verdikleri cevaplar doğrultusunda öğretmenlerin, mevcut programın içeriğini “öğretim ilkelerinden basitten zora ve yakından uzağa ilkelerine uygunluğu açısından değerlendirdiklerini ve öğretmenlerin çoğunluğunun programın teması (içeriğı) hakkında olumlu görüş bildirdiklerini belirtmiştir. Alıncak, Ayan ve Abakay’ın (2015) yaptığı çalışmada, sınıf öğretmenlerinin oyun ve fiziki etkinlikler dersine ilişkin değerlendirmeleri bu derste karşılaşılan problemler ve çözüm önerileri açısından incelenmiştir. Araştırma sonucunda dersin öğretim programında konu, içerik ve uygulama ile ilgili uyum, yetersizlik ve sosyo-ekonomik gerçeklikten uzaklık gibi sorunlar ile karşılaşıldığı; okul, okulun çevresi, sınıflar, fiziksel koşulların yetersiz olması, sınıflardaki öğrenci sayısı ve ders öğretmenlerin nitelikli ve donanımlı olmaması gibi sorunlar ve bu sorunların çözülme kavuşturulması gerekliliğı sonucuna varmışlardır. Araştırmaya katılan öğretmenlerin

büyük çoğunluğu öğretim programında yer alan konu bütünlüğü ve uygulamadaki uyumsuzlukların giderilmesi gerektiğini, içeriğın öğrenci düzeyine göre düzenlenmesi gerekliliğini vurgulamışlardır (Alıncak, Ayan ve Abakay, 2015). Öğrenci düzeyine göre düzenlenen içeriklere sahip olan bir öğretim programı, öğrencilerin hedeflenen becerileri kazanmalarına ve buna bağılı olarak da sonraki öğrenmelerin altyapılarının oluşmasına zemin hazırlayacağı düşünülmektedir. Kuzu ve Aslan (2014) yaptığı çalışmada, oyun ve fiziki etkinlikler dersine ilişkin öğretmen görüşlerini incelemişlerdir. Çalışmada; dersin öğretim programında yer alan kazanımların öğrenci gelişim özelliklerine uygun olmadığı öğretmenler tarafından belirtilmiş ve bu durumun tersi olarak ise öğretmenlerin bazılarının öğretim programının, öğrencilerin gelişim özelliklerine uygun olduğunu gördüklerini ve öğretmenlerin çoğunluğunun, hazırlanan ders kitaplarının öğrencilerin düzeyine uygun olmadığını düşündüklerini belirtmişlerdir (Kuzu ve Aslan, 2014). Yılmaz (2022), güzel sanatlar liselerinde 11 ve 12. sınıf öğrencilerinin bağlama eğitimi öğretim programının incelenmesi başlıklı tez çalışmada 11. sınıfa giden öğrencilerin bağlama dersi öğretim programı içerisinde olan “sekiz birimli usuller ve tezene vuruşları” ünitesinde olan 9/8, 10/8 ve 12/8’lik bileşik usullerin bağlamada tezene vuruşları ile gösterilmesine ilişkin kazanımlara beklenen düzeyde ulaşamadığını ve öğrencilerin lise kademesine istenilen hazırlanışlık düzeyiyle gelmemelerini bu durumunun nedenlerinden biri olarak belirtmiştir. Öğrencilerin hazırlanışlık durumları, tezene vuruşları gibi psikomotor kazanımların ağırlıkta olduğu becerilerin öğrenilmesinde önemlidir. Psikomotor becerilerin yoğun olarak kullanıldığı derslerden birisi de beden eğitimi ve spor dersleridir. BESD öğretim programında yer alan psikomotor becerilerin öğrenilmesi değerlendirildiğinde ise öğrencinin önceki öğrenmeleri ile yeni hedeflenen becerinin öğrenilmesine altyapı oluşturuyor olması, kazanımların öğrenciye daha kısa sürede ve kalıcı öğrenme sağlaması açısından önem arz ettiği söylenebilir.



Kazanımların karşılaştırılması sonucunda; ilkokul 4. sınıftaki BEOD psikomotor kazanımları arasında yer alan 4 kazanımın, Ortaokul 5. sınıf BESD psikomotor kazanımları arasında yer alan 5 kazanımı içerik ilişkileri ve öğretim ilkelerine uygunluk açısından desteklediği belirlenmiştir. Bu durum BEOD ile BESD öğretim programının amaçlarına uygundur. İlkokul 4. sınıf BEOD psikomotor kazanımları arasında yer alan 2 kazanımın Ortaokul 5. sınıf BESD psikomotor kazanımları arasında yer alan 2 kazanımı içerik ve öğretim ilkeleri açısından desteklemediği saptanmıştır. Kazanımların içerik ilişkileri ve öğretim ilkelerine uygun olmaması, sağlam ve önceki öğrenmelerle ilişkilendirilememesi, anlamlı ve kalıcı öğrenmeyi olumsuz etkileyeceği düşünülmektedir. İlkokul 4. sınıf BEOD psikomotor kazanımları arasında yer alan 1 kazanımında ortaokul 5. sınıf BESD psikomotor kazanımları arasında karşılığı olmadığı görülmüştür. Ortaokul 5. sınıfa geçen öğrencinin geçmişte öğrendiği beceriler üzerine yeni beceriler eklemesi öğrencinin gelişimi açısından oldukça önemlidir.

BEOD öğretim programı ile sürdürülen bütün çalışmalar birbirini tamamlayarak ilkokul kademesinde oyun ve fiziki etkinlikler yolu ile hareket yetkinliği ve aktif sağlıklı hayat alışkanlıklarının altyapısını oluşturur. BESD öğretim programı ile yapılan bütün çalışmalar ise ortaokul kademesinden itibaren hayatlarının içerisinde devamlı var olacak ve kullanacakları hareket becerileri ile aktif ve sağlıklı hayat becerilerini, kavram ve stratejilerini geliştirerek sonraki eğitim düzeyine hazır duruma getirmeyi hedefler. Öğretim programlarındaki kazanımların birbirlerine içerik ilişkileri ve öğretim ilkeleri açısından uygun nitelikte olması öğrencinin hazırbulunuşluk düzeyini artırabilir. Kazanılması hedeflenen bir becerinin öğretilmesinde, bu becerinin hazırlayıcısı niteliğinde bir becerinin öğrenilmiş olması öğretme-öğrenme sürecinde öğrencinin gelişimine büyük oranda katkı sağlar. Hazırbulunuşluk seviyesinin belirlenmesi; bireysel farklılıkları tespit etme, bireylerde var olan bilgi ve beceri (motorik özelliklerini) düzeyinin ortaya çıkarılması, tespit edilen eksikliklerin düzeltilmesi

amacıyla yapılacak çalışmaların planlanması açısından son derece önemlidir. BEOD ile BESD'de öğrencilerin hazırbulunuşluk düzeyleri dikkate alınmadan gerçekleştirilen eğitim faaliyetleri öğrencide psikomotor becerilerin gelişimini olumsuz etkileyeceği gibi bunun yanı sıra öğrencide güdülenememe, dikkatsizlik ve isteksizlik gibi öğrenmeyi olumsuz etkileyen durumların oluşmasına da neden olur. Motorik özellikleri açısından gerekli gelişmişlik seviyesine ulaşan ve egzersize katılan öğrencinin performansını tamamlaması daha kolay olacaktır. Buna bağlı olarak çalışma içerisinde olan öğrencilerin, onları çalışma konusunda motive eden yöntemler kullanması oldukça önemlidir (Doğru ve Uçan, 2021). BESD, psikomotor öğrenmelerin ağırlıkta olduğu ve birbirine bağlı olarak geliştiren birçok teknik becerinin kazandırıldığı bir süreçtir. Bu durum öğrencilerin hazırbulunuşluk düzeylerin yüksek olmasının BESD açısından önemini ortaya koymaktadır.

Tespit edilen sorunların çözümüne yönelik öneriler şunlardır;

- BEOD öğretim programı ile BESD öğretim programında yer alan psikomotor kazanımlar öğrencilerin hazırbulunuşluk seviyelerine katkı verecek şekilde tekrar düzenlenmelidir.
- BEOD öğretim programı ile BESD öğretim programında yer alan psikomotor kazanımlar öğretim ilkelerine uygun hale getirilmelidir.
- Çalışma, BEOD öğretim programı ile BESD öğretim programında yer alan psikomotor kazanımlarla sınırlıdır, bilişsel ve duyuşsal olan kazanımlarda hazırbulunuşluk açısından değerlendirilebilir.
- Okul öncesi, ilkokul, ortaokul ve lise kademelerinin bütün düzeylerinde yer alan kazanımlar hazırbulunuşluk açısından değerlendirilebilir.
- Ortaokul 5. sınıf BESD öğretim programında yer alan kazanımların öğretiminde, öğrencilerin hazırbulunuşluk düzeylerinin ne seviyede olduğunu ölçmek için nicel bir çalışma yapılabilir.

- BEOB ve BESD öğretim programlarında yer alan psikomotor kazanımların hazırbulunuşluk açısından karşılaştırılarak değerlendirmesi ile sınırlı tutulan bu çalışma, öğrenci gelişimini bütüncül bir şekilde ele almayı ve öğrenmelerin transferini sağlamak amacıyla farklı branşlarda uygulanabilir.
- Beden eğitimi ve sporun bütün kademelerdeki önemi dikkate alınarak ilkokullarda uygulanan BEOB'i alanında uzman beden eğitimi ve spor öğretmenleri tarafından yürütülmelidir ve sınıf öğretmenleri iş birliği içinde öğrencilerin gelişimi doğrultusunda uygulanmalıdır.

## Kaynaklar

- Afacan, Ş. (2019). Güzel Sanatlar Fakültesi Keman Öğrencilerinin Bilişsel Ve Performans Hazır Bulunuşluk Düzeylerinin Değerlendirilmesi. *Turkish Studies*, 14(7), 3576-3595.
- Alıncak, F., Ayan, S. ve Abakay, U. (2015). Sınıf öğretmenlerinin Oyun ve Fiziki Etkinlikler dersine ilişkin değerlendirmeleri. *Route Educational and Social Science Journal*, 2(3), 58-66.
- Altunbakır, S., ve Pehlevan, Z. (2019). Ortaokul Beden Eğitimi ve Spor Dersi Öğretim Programının Bilişsel Alan Kazanımlarının Değerlendirilmesi: Mersin İli Örneği. *Beden Eğitimi ve Spor Araştırmaları Dergisi*, 12(1), 1-10. doi:10.30655/besad.2020.23
- Avşar, Z. (2009). İlköğretim Öğrencilerinin Beden Eğitimi Dersi Değerlendirme Süreci ile İlgili Görüşlerinin Belirlenmesi. *Hacettepe Spor Bilimleri Dergisi*, 20(3), 81-89.
- Aydemir, B. (2021). *İlköğretimde Beden Eğitimi ve Oyun Dersi Öğretim Programının Uygulanabilme Koşulları ile İlgili Sınıf Öğretmenlerinin Görüşleri* (Yüksek Lisans Tezi). Bartın Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- Aydın, E., Temel, A., ve Kangalgil, M. (2022). Geçmişten Günümüze Ortaöğretim Beden Eğitimi ve Spor Dersi Öğretim Programlarının İncelenmesi. *Journal of Global Sport and Education Research*, 5(1), 99-117. doi:10.55142/jogser.1113312
- Bal'Sevich, V.K. (2005). Physical education in the schools: Ways to modernize the instruction. *Russian Education and Society*, 47(2), 82-91.
- Çağlayan, G. N. ve Ağgön, E. (2021). Beden Eğitimi ve Spor Dersi Öğretim Programının Temel Felsefi ve Genel Amaçlarına Yönelik Öğretmen Görüşleri. *Anatolia Sport Research*, 2(2), 26-32. doi:10.29228/anatoliasr.13
- Çelik, H. (2010). *İlköğretim 7. Sınıf Matematik Dersinde Öğrencilerin Hazırbulunuşluk Düzeyini Arttırmaya Yönelik Bir Program Önerisi ve Etkililiği* (Yüksek Lisans Tezi). Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Darst, P.W., Pangrazi, R.P., Sariscsany, M. ve Brusseau, T. (2012). *Dynamic Physical Education for Secondary School Students* (7th ed.). Benjamin Cummings, Pearson Education Limited, San Francisco.
- Demirel, Ö. (2007). *Eğitimde Program Geliştirme* (10 b.). Ankara: Pegem A Yayıncılık.
- Doğru, Z., ve Uçan, Y. (2021). *Beden Eğitimi ve Sporda Motivasyon* (1 b.). Ankara: Anı Yayıncılık.
- Fidan, N. (2012). *Okulda Öğrenme ve Öğretme* (3 b.). Ankara: Pegem Akademi.
- Güllü, M., Arslan, C., Görgüt, İ., ve Uğraş, S. (2011). İlköğretim Beden Eğitimi Dersi (1-8. Sınıflar) Öğretim Programı ve Kılavuzunun İncelenmesi. *VAN/YYÜ Eğitim Fakültesi Dergisi Özel Sayısı*, 134-141.
- Harman, G., ve Çelikler, D. (2012). Eğitimde Hazır Bulunuşluğun Önemi Üzerine Bir Derleme Çalışması. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 1(3).
- Havadar, T., ve Taşdan, M. (2015). Beden Eğitimi Öğretmenlerinin İlköğretim 4.-5. Sınıf Öğretim Programları Hakkında Görüşleri (Ardahan, Iğdır ve Kars İli Örneği). *İnönü Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2(1), 29-43.
- Işıkgöz, E. (2015). Ortaokul Beden Eğitimi ve Spor Dersi Öğretim Programının Temel İlkelerine İlişkin Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Görüşleri (Sakarya İli Örneği). *Sakarya University Journal of Education*, 5(3), 27-41. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/suje/issue/20640/220094>
- Karakaş, A. (2017). İlköğretim 6., 7. ve 8. Sınıflarda Okutulan Türkçe Ders Kitaplarındaki "Atatürk" Temalı Metinlerde Kullanılan Niteleme Sıfatlarının Karşılaştırmalı İncelenmesi. *İstanbul Aydın Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3 (2), 13-26. <https://dergipark.org.tr/en/pub/iauefd/issue/43556/532584>
- Karakaya, Y. E., Devcioğlu, S., Çoban, B., ve Karademir, T. (2011). Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Görüşleri Doğrultusunda Beden Eğitimi Dersi Kılavuz Kitabının Değerlendirilmesi. *Erzincan Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13(1), 13-142.
- Kazu, H. ve Aslan, S. (2014). Oyun ve fiziki etkinlikler dersinin birinci sınıf öğretmenlerinin görüşlerine göre değerlendirilmesi (Elazığ ili örneği). *Fırat University*

- Journal of Social Sciences/Sosyal Bilimler Dergisi*, 24(1), 49-63.
- Koç, E. S. (2016). Oyun ve Fiziki Etkinlikler Dersi Öğretim Programının Karşılaştırmalı Olarak İncelenmesi (Kanada Örneği). *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 24(1), 263-280.
- Koç, H. ve Tekin, A. (2011). Beden Eğitimi Derslerinin Çocuklarda Seçilmiş Motorik Özellikler Üzerine Etkisi. *Van Yüzyüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8 (Özel), <https://dergipark.org.tr/tr/pub/yyuefd/issue/13708/165960>
- Millî Eğitim Bakanlığı. (2018a). *Beden Eğitimi ve Spor Dersi Öğretim Programı (Ortaokul 5, 6, 7 Ve 8. Sınıflar)*. Öğretim Programlarını İzleme ve Değerlendirme Merkezi: <http://mufredat.meb.gov.tr/Programlar.aspx> adresinden alındı
- Millî Eğitim Bakanlığı. (2018b). *Beden Eğitimi ve Oyun Dersi Öğretim Programı (İlkokul 1, 2, 3 ve 4. Sınıflar)*. Öğretim Programlarını İzleme ve Değerlendirme Merkezi: <http://mufredat.meb.gov.tr/Programlar.aspx> adresinden alındı
- Millî Eğitim Bakanlığı. (2018c). İlkokul Beden Eğitimi ve Oyun Dersi (1-4. Sınıflar) Etkinlik Kılavuzu: [https://koyulhisar.ihm.meb.k12.tr/icerikler/beden-egitimi-ve-oyun-dersi-etkinlik-kilavuzu-ilkokul-1-4-siniflar-2018-2019\\_6163027.html](https://koyulhisar.ihm.meb.k12.tr/icerikler/beden-egitimi-ve-oyun-dersi-etkinlik-kilavuzu-ilkokul-1-4-siniflar-2018-2019_6163027.html) adresinden alındı
- Millî Eğitim Bakanlığı. (2018d). *Beden Eğitimi ve Spor Dersi Etkinlik Kılavuzu (Ortaokul 5-8. Sınıflar)*: [http://tegm.meb.gov.tr/meb\\_iys\\_dosyalar/2018\\_04/05145719\\_beden.pdf](http://tegm.meb.gov.tr/meb_iys_dosyalar/2018_04/05145719_beden.pdf) adresinden alındı
- Millî Eğitim Bakanlığı. (2022). Öğretim Programlarını İzleme ve Değerlendirme Merkezi: <https://mufredat.meb.gov.tr/SSS.aspx> adresinden alındı
- Özcan, G., ve Mirzeoğlu, A. D. (2014). Beden Eğitimi Dersi Öğretim Programına İlişkin Öğrenci, Veli ve Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Görüşleri. *Amasya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(1), 98-121.
- Palivec, D. K. (2005). *The Work of Award-Winning Elementary Physical Education Teachers: A Multiple Case Study*. (Doctoral Dissertation). Minnesota University.
- Tel, M., Bozkurt, E., ve Celayir, İ. (2016). İlköğretim Sınıf Öğretmenlerinin Beden Eğitimi Dersine İlişkin Görüşleri. *Sport Sciences*, 11(3), 1-10.
- Türkyılmaz, M. İ. (2018). *İlkokul 1. Sınıf Öğrencilerinin Sosyal Yeterlik ve Hazırlanışlık Becerilerinin İncelenmesi (Yüksel Lisans Tezi)*. Amasya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Yavuz, A., Özüdoğru, E. ve Kayapınar, F. Ç. (2019). Okul Öncesi ve İlköğretimde Beden Eğitimi ve Oyun Eğitimi: Sistematiğe Derleme. *Beden Eğitimi ve Spor Araştırmaları Dergisi*, 11(2), 130-138. doi: 10.30655/besad.2019.22
- Yaymak, U. (2022). *Güzel Sanatlar Liselerinde 11 ve 12. Sınıf Öğrencilerinin Başlama Eğitimi Öğretim Programının İncelenmesi (Doktora Tezi)*. Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Yenilmez, K., ve Kakmacı, Ö. (2008). İlköğretim Yedinci Sınıf Öğrencilerinin Matematikteki Hazırlanışlık Düzeyi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 16(2), 530-542.
- Yeşilyurt, E. (2020). Öğretmenin PusulaSI: Genel Öğretim İlkeleri. *Ekev Akademi Dergisi*, 24(83), 263-288.
- Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2018). *Nitel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Seçkin Yayıncılık

# EVALUATION OF THE COGNITIVE OUTCOMES OF THE 4<sup>TH</sup> GRADE PHYSICAL EDUCATION & GAME AND THE 5<sup>TH</sup> GRADE PHYSICAL EDUCATION & SPORTS CLASSES IN THE CONTEXT OF THE READINESS OF THE STUDENTS\*

Okan KARAKÜTÜK<sup>1</sup>, ✉ Volkan FİLİZ<sup>2</sup> & Murat ÜSTÜN<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Aslanlı Secondary School, Ministry of National Education, Turkey

<sup>2</sup>Şehit Taner Cinpolat Secondary School, Ministry of National Education, Turkey

<sup>3</sup>Hitit University, Graduate School of Education, Turkey

0000-0001-7921-3938

0000-0002-7019-4803

0000-0002-0116-8169

**Abstract :** *This study aims to compare and evaluate the cognitive acquisitions in the primary school 4<sup>th</sup> grade physical education and game and the secondary school 5<sup>th</sup> grade physical education and sports classes' curriculum prepared by the Ministry of National Education (MEB) in the context of readiness. The study is a document review made in the form of evaluation and interpretation of the findings during and after the literature review. The document analysis technique was used and the "Physical Education and Sports and Physical Education and Game Curriculum" published by the Ministry of National Education in 2018 was inspected to collect data. To make the comparisons, the outcomes in the Primary School 4<sup>th</sup> grade physical education and game and the Secondary School 5<sup>th</sup> grade physical education and sports classes' curriculum were classified into cognitive, psychomotor and affective learning areas by referring to expert opinion. Then, the 4<sup>th</sup> grade cognitive outcomes and the 5<sup>th</sup> grade cognitive outcomes were compared in the context of readiness. As a result of the comparison of the outcomes, it was seen that 3 outcomes in the 4<sup>th</sup> grade corresponded to and complemented each other in the 5<sup>th</sup> grade, while it was seen that 9 of the 5<sup>th</sup> grade cognitive outcomes did not have any theoretical equivalent in the 4<sup>th</sup> grade cognitive outcomes. It was also found that 3 outcomes were not appropriate for the basic-to-complex principle of teaching principles. It was seen that 2 outcomes in the 4<sup>th</sup> grade did not have a complementary outcome in the 5<sup>th</sup> grade. The performance of the physical education and sports teachers teaching at primary schools 4<sup>th</sup> grade physical education and game lessons is considered important in developing students and in transferring field-specific skills better.*

**Keywords :** *Physical Education and Sport, Curriculum, Evaluation of the Outcomes*

**Citation :** *Karakütük, O., Filiz, V., & Üstün, M. (2022). Evaluation of the Cognitive Outcomes of the 4<sup>th</sup> Grade Physical Education & Game and the 5<sup>th</sup> Grade Physical Education & Sports Classes in the Context of the Readiness of the Students. International Journal of Physical Education Sport and Technologies, 3(1), 24-37.*

Geliş Tarihi/Received: 25.07.2022 Kabul Tarihi/Accepted: 19.10.2022 Yayın Tarihi/Published Online: 23.10.2022

✉ Sorumlu Yazar/Corresponding Author okankarakutuk1903@gmail.com

\*Bu çalışma, "4. Sınıf ve 5. Sınıf Beden Eğitimi Dersi Bilişsel Kazanımlarının Hazırbulunuşluk Açısından Karşılaştırmalı Değerlendirilmesi" adıyla 7. Uluslararası Mardin Artuklu Bilimsel Araştırmalar Konferansı (10-12 Aralık 2021)'nda sözel bildiri olarak sunulmuştur.



# ÖĞRENCİLERİN HAZIRBULUNUŞLUKLARI BAĞLAMINDA 4. SINIF BEDEN EĞİTİMİ VE OYUN DERSİ İLE 5. SINIF BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR DERSİ BİLİŞSEL KAZANIMLARININ KARŞILAŞTIRILARAK DEĞERLENDİRİLMESİ

**Özet:** Bu çalışmanın amacı Millî Eğitim Bakanlığı (MEB) tarafından hazırlanan ve 2018’de yürürlüğe giren İlkokul 4. sınıf beden eğitimi ve oyun dersi ile Ortaokul 5. sınıf beden eğitimi ve spor dersi öğretim programında yer alan bilişsel kazanımların hazırbulunluşluk bağlamında karşılaştırılarak değerlendirilmesidir. Çalışma literatür taraması esnasında ve sonrasında bulguların değerlendirilmesi ile yorumlanması şeklinde yapılmış bir doküman incelemedir. Bu çalışmada; Millî Eğitim Bakanlığının 2018 yılında yayınladığı “Beden Eğitimi ve Spor” ile “Beden Eğitimi ve Oyun Dersi” öğretim programları doküman analizi tekniği kullanılarak bilişsel kazanımlar karşılaştırılarak değerlendirilmiştir. Karşılaştırma yapılırken öncelikle İlkokul 4. sınıf beden eğitimi ve oyun dersi ile Ortaokul 5. sınıf beden eğitimi ve spor dersi öğretim programında yer alan kazanımları; uzman görüşüne başvurularak bilişsel, psikomotor ve duyuşsal öğrenme alanlarına göre ayrılmıştır. Daha sonra 4. sınıf bilişsel kazanımlar ile 5. sınıf bilişsel kazanımlar hazırbulunluşluk bağlamında karşılaştırılmıştır. Kazanımların karşılaştırmaları sonucunda 4. sınıftaki 3 adet kazanımın 5. sınıfta karşılığı olduğu ve birbirini tamamladığı görülürken 5. sınıf bilişsel kazanımlarından 9 tanesinin 4. sınıf bilişsel kazanımlarda bir altyapı karşılığının olmadığı görülmektedir. Aynı zamanda 3 tane kazanımın öğretim ilkelerinden basitten-karmaşığa ilkesine uygun olmadığı görülmektedir. İlkokul 4. sınıftaki 2 tane kazanımın da 5. sınıfta tamamlayıcı bir kazanımı olmadığı görülmektedir. Ayrıca İlkokul 4. sınıf beden eğitimi ve oyun derslerinin beden eğitimi ve spor öğretmenleri tarafından icra edilmesi, öğrenci gelişim ve alana özgü becerilerin daha iyi aktarılması bakımından önemli görülmektedir.

**Anahtar kelimeler:** Beden Eğitimi ve Spor, Öğretim Programı, Kazanım Değerlendirme

Eğitim sistemi, sistemin yürütüldüğü toplumun ayrılmaz bir parçasıdır. Eğitimin temel amacı, bireyleri çevrelerini kontrol edebilecek veya çevrelerine uyum sağlayabilecek yeteneklerle yetiştirip, o bireyleri hayata hazırlamaktır. Bu açıdan düşünüldüğünde eğitim programlarının temelini oluşturan unsurlar; toplumun ihtiyaçları ve toplumun karakteristik özellikleriyle bağdaşan; eğitim verilecek öğrencilerin; yaşı, ihtiyaçları, bilgi, beceri ve tutumlarıdır (Doğan, 2019). Programlar oluşturulurken bu unsurların göz önünde bulundurulması önem arz etmektedir. Eğitim programı yüzeysel ve geniştir, daha genel

kapsamdadır. Öğretim programı ise eğitim programından daha dar kapsamlı ve ayrıntılıdır. Bir dersle ilgili olan tüm ayrıntılar (yaş grubu, sınıf düzeyi vb.) öğretim programında yer alır.

Okullarda verilecek olan eğitimin sistematik bir biçimde gerçekleştirilmesi oldukça önemlidir. Sistematik bir şekilde gerçekleştirilecek olan eğitimin önemli unsurlarının başında öğretim programları gelir. Öğretim programları “Bir dersle ilgili öğretme-öğrenme sürecinde nelerin, niçin ve nasıl yer alacağını gösteren bir kılavuz, başka bir deyişle bu nitelikte bir proje planı” olarak tanımlanmıştır (Özçelik, 1998). Bu tanımdan hareketle öğretim programlarının, eğitim-

öğretim sürecinin okullardaki belirleyicisi olarak düşünülebilir.

Öğretim programlarında, toplumda ihtiyaç duyulan değişme gereksinimi, daha önemlisi de en az toplumda meydana gelen değişiklikler oranındaki bir değişme gereksinimi duymaya devam edileceğini ortaya koymaktadır. Her şey değişirken ve gelişirken eğitim ve öğretim programlarının güncellenmemesi, değişmemesi olanaksız bir durumdur. Eğitim sisteminin ve eğitim programlarının da diğer kurumlarda olduğu gibi zamanı geldikçe değişmesinin ve gelişmesinin beklenen bir durum olduğu söylenebilir. Ayrıca öğretim programlarının çağın gereksinimleri doğrultusunda gelişmesine devam etmesinin yanı sıra, güncelleştirilen öğretim programlarının yalnızca toplumdaki gelişime ve değişimlere değil toplumun eğitim sürecini anlamadaki gelişmelere de yanıt vermesinin bir gereksinim olduğunu söylemek mümkündür (Danışman ve Karadağ, 2015). Bu durumdan hareketle öğretim programları; sürekli bir değişim ve gelişim içerisinde olan bu dönemde, çağın gereksinimlerine uygun olarak güncellenmelidir.

Eğitim faaliyetleriyle bireye istendik yönde kazandırılması amaçlanan davranışlar, öğretim programlarında “kazanım” kavramıyla ifade edilmektedir. Kazanımlar öğretim programının önemli bir unsuru olmakla beraber öğrencilerin eğitim-öğretim süreci sonunda edinecekleri tutum, beceri, bilgi ve değerleri ifade etmektedir. Bu sebeple kazanımların belirlenmesinde, öğrencilerin gelişim düzeyleri, öğretim programının amaçları ve programın içeriği dikkate alınmaktadır (Yıldız, 2021).

Eğitim sistemlerinin bir çok ülkede çağdaş bir anlayış olan yapılandırmacı eğitim anlayışına göre düzenlenmesinin amacı; o toplumun insanlarının, bilimsel düşünme ve problem çözme gibi becerilerinin geliştirilmesidir. Ülkemizde de eğitim alanında köklü değişimler 2006 yılında yapılmıştır. Eğitim-Öğretim programları yapılan bu köklü değişimle birlikte çağdaş bir anlayış olan yapılandırmacı yaklaşıma uygun hale getirilmeye başlanılmıştır. Yapılandırmacı yaklaşım anlayışına göre düzenlenen öğretim programlarında,

genel eğitimin bir kolu olan beden eğitimi ve spor dersleri de yapılandırmacı anlayışa göre dizayn edilmiştir. Beden eğitimi ve spor dersi; öğrencinin sportif etkinliklere katılımını, bedensel ve ruhsal yönden eğitimini, kuvvet, beceri ve dayanıklılık gibi temel motorik özelliklerinin gelişmesini önemli bir şekilde destekler (Harmandar, 2004; Özmen, 1999 akt. Güçoğlu ve Savaş, 2020). Ayrıca beden eğitimi ve spor dersi yalnızca psikomotor öğrenme alanı boyutuyla değil duyuşsal, bilişsel ve sosyal öğrenme alanlarında da bireyi geliştirmeyi amaçlar. İlkokulda beden eğitimi ve oyun dersi faaliyetlerinde öğrencilerin becerilerini ve davranışlarını pozitif anlamda geliştirmede, olumlu davranışlar kazanmalarını sağlamada, sporu bir yaşam biçimi şeklinde devam ettirmelerinde ve sağlıklarını korumalarını öğrenmeleri açısından büyük önem taşımaktadır. Bu durumdan hareketle beden eğitimi ve oyun derslerinin İlkokul öğretim programlarında gerektiği kadarıyla yer verilmesi ve bu durumun son derece önemli olduğu bilinmelidir (Yenal, 2009, akt. Çıldır, 2019). Beden eğitimi ve oyun dersinin önemi düşünüldüğünde dersin program çerçevesinde öngörülen kazanımlar (alanında uzman) beden eğitimi ve spor öğretmenleri tarafından davranışa dönüştürülebilir.

Beden eğitimi ve spor dersi öğretim programı; öğrencilerin yaşamlarında kullanabilecekleri temel, özelleşmiş spora özgü hareket becerileri, fiziksel etkinliklere özgü bilgileri, duygusal ve toplumsal özellikleri kazanmaları, sağlık için gerekli olan fiziksel etkinliklere yaşam boyu etkin katılım sağlamları amacıyla hazırlanmıştır (MEB, 2018). Temel motorik özellikler, tabanda yani spora yönelmeden ve bir branş seçmeden önce yapılacak çalışmalar açısından oldukça önemlidir. Bu yaş grubu çocukları motorik özelliklerinin gelişimini sağlamak üzere; onlarda çalışma isteği uyandırmada, çalışma sürekliliğini sağlamada, önemli ve ilk adım olarak, başlangıçta yapılması gerekenlerin neler olduğu üzerinde durulması, tartışılması ve sonuçlarının deneysel çalışma ile desteklenmesi önemlidir (Doğru ve Uçan, 2021). Özellikle dersin bilişsel gelişim, duyuşsal gelişim ve psikomotor gelişim alanlarındaki değişim

ve gelişim seviyeleri göz önünde bulundurulduğunda ders kazanımlarının en yüksek seviyede sağlanması için öğretim yöntem ve tekniklerinin zamanında, yerinde ve doğru bir şekilde uygulanması gerekmektedir (Güçoğlu ve Savaş, 2020). Yerinde ve doğru bir biçimde kullanılan öğretim yöntem ve tekniklerinin öğretim programının sağlıklı bir şekilde yürütülmesi açısından önemli olduğu söylenebilir.

Hazırbulunuşluk kavramı, belirli öğrenme etkinliklerini yerine getirmek için bireyde ön koşul yani öğrenmeye altyapı oluşturan davranışların kazanılmış olması anlamına gelir. Yeni bir kavram öğrenilirken veya bir ders işlenirken öğrencinin zihinsel, fiziksel ve duygusal olarak o dersi veya yeni öğrenilecek kavramı öğrenmeye hazır hale gelmesine ya da eğer zihinsel, fiziksel ve duygusal olarak hazırsa bu duruma ne düzeyde hazır olduğunun ölçüsüne hazırbulunuşluk denir. Hazırbulunuşluk kısaca, bir davranış, bir işi, bir öğretiyi yapmaya bilişsel, sosyal, duyuşsal ve psikomotor yönlerden hazır bulunma durumudur. Hazırbulunuşluk seviyesi, belirli bir konuya girerken bireyin, öğrencinin ne bildiğidir ve konuyla ilgili ön bilgi ve konuyla ilgili tutumunu içerir (Yenilmez ve Kakmacı, 2008). Eğer bir öğrencinin derse olan hazırbulunuşluk seviyesi yüksek ise dersle ilgili olan öğrenme faaliyetleri de aynı oranda hızlı olacağı düşünülebilir. Öğrencinin derse olan ön koşul öğrenmeleri bir alt sınıfta yer alan kazanımlarla ilişkilendirilebilir. Yani öğrencide ön koşul öğrenmeleri oluşturan kazanımlar bir alt sınıfta yer almış ise öğrenci o derse karşı olan ön koşul öğrenmeleri gerçekleştirmiş ve yeni öğreneceği bilgiye hazırdır şeklinde düşünülebilir.

Okuma yazmaya ve okula başlamaya hazırlık olarak nitelendirilen hazırbulunuşluk kavramı günümüzde “öğrenmeye hazır olma” şeklinde ifade edilmektedir. Hazırbulunuşluk düzeyinin doğru bir biçimde tespit edilmesi, okulun başladığı ilk günlerden itibaren çocuğun okul hayatına yönelik, onun kişisel özelliklerine hitap edecek şekilde, ona kılavuzluk yapılmasını sağlar. Çocuğu, doğru şekilde yönlendiren bir rehberlik programı sayesinde çocuk geleceğini planlama ve geleceğini programlama açısından bilgi ve beceriler ile donatılmış olur. Öğrencilerin okulda

başarılı olabilmeleri için bilişsel, sosyal ve motivasyonel becerilere ihtiyaçları vardır. Bu beceriler, başkalarının duygularını kavrama, yönergeleri anlama ve dikkatini odaklama, kendi duygu ve davranışlarını kontrol etme, akranlarıyla olan sosyal etkileşimlerini düzenleyebilme ve işbirliği yapabilme gibi durumları kapsar (Yapıcı, 2004, Tanrıbuyurdu, 2012; Oktay, 2013, aktaran Tekin ve Koçyiğit, 2020).

Hazırbulunuşluk eğitim-öğretim faaliyetleri sürecinde önemli bir yere sahiptir ve öğrenme öğretme sisteminin son derece önemli bir girdisidir. Eğitimde yeni davranış değişikliklerinin ortaya çıkarılabilmesi öğrencinin hazır bulunuşluk düzeyine bağlıdır. Bu nedenle öğrenci elde edeceği yeni davranış veya davranışlar için gerekli olan ön koşul öğrenme niteliğindeki bilişsel, psikomotor ve duyuşsal davranışlara sahip olmalıdır (Altunbakır ve Pehlevan, 2019). Bu ön koşul öğrenme davranışlarına sahip olan öğrenciler; öğrenme süreçlerinde daha aktif ve öğrenmeye daha yatkın olurlar.

Bilişsel açıdan hazır olma durumu, hem o öğrenme durumu ile ilgili gerekli olan yeteneğe hem de yeni öğrenmeyle ilgili daha önceden sahip olunmasını gerekli kılan davranışlara sahip olmayı kapsar. Öğrenmelerin birbiriyle bağlantılı olduğu alanlarda bu girdi, daha da önemlidir. Bilişsel hazırbulunuşlukta öğrenmeyle ilgili gerekli yeteneğe ve yeni öğrenmeyle ilgili ön koşul davranışlara sahip olmak, bilişsel yönden o öğrenme durumuna hazır olmak anlamına gelir. Yani yeni bir bilginin öğrenilmesi bir başka bilginin hali hazırdaki mevcudiyetine bağlıdır (Tuna ve Kaçar, 2005). Yapılandırmacı eğitim yaklaşımına göre öğrenenlerin daha önceki yaşantıları, öğrenme stilleri, hayata karşı bakış açıları ve öğrenenlerin hazırbulunuşluk düzeyleri öğrenmelerine yön gösteren etmenlerdendir (Ertürk, 1998; Başar, 2001; Şaşan, 2002 aktaran Turaçoğlu ve Kartal, 2014).

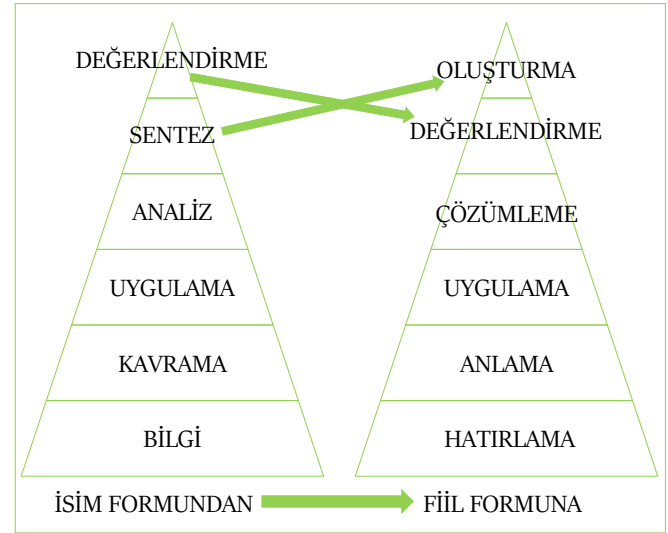
Bilişsel öğrenme alanı ile ilgili hedef ve davranışları, sınıflara bölerek altı basamaktan oluşan Bilişsel Alan Taksonomisi Benjamin Bloom tarafından 1956 yılında geliştirilmiştir. Bloom taksonomisi olarak bilinen bu taksonomi günümüze kadar en yaygın şekilde

kullanılan taksonomiler arasında yer almıştır. Bloom'un Taksonomisi; altı basamaktan oluşmaktadır. Bunlar; Bilgi, Kavrama, Uygulama, Analiz, Sentez ve Değerleme şeklindedir (Bloom, 1956).

Zaman içerisinde Bloom'un bilişsel alan taksonomisine bazı eleştiriler yapılmış ve bu taksonominin gözden geçirilme ihtiyacı doğmuştur. Bloom'un eski bir öğrencisi olan Lorin W. Anderson 21. yüzyıl öğrenci ve öğretmenlerine uyarlamak ve Bloom taksonomisini geliştirmek amacıyla bir çalışma grubu kurmuştur. 2001 yılında Anderson ve arkadaşları tarafından "Yenilenmiş Bloom Taksonomisi" adıyla Bloom'un bilişsel alan taksonomisinin çalışmaları tamamlanarak yayınlanmıştır. Bu taksonomiye göre bir sonraki kademedeki becerilerin kazandırılması için önceki kademedeki becerilerin kazandırılmış olması gerekmektedir. Herhangi bir kademe, kendinden bir sonraki kademenin ön koşulu olarak kabul edilir (Anderson ve Krathwohl, 2001).

Tablo 1'de 1995-2000 yılları arasında Bloom'un taksonomisini geliştirmek ve düzenlemek amacıyla

yapılan çalışma sonunda Bloom'un bilişsel alan sınıflamasına derin bir değişiklik getirilmemekle beraber, bazı önemli farklıklar ortaya çıkmıştır. Anderson ve Krathwohl, (2001) tarafından revize edilen ve güncellenen yeni taksonominin farklılıklarını üç grupta incelemiştir. Bunlar; Terimsel, Yapısal ve Amaçsal değişimlerdir. Eski ve güncellenmiş taksonomi aşağıdaki Şekil 1'de verilmiştir (Forehand, 2010; Arı, 2013).



Şekil 1: Yenilenmiş Bloom Taksonomisi (Forehand, 2010).

Tablo 1: Yenilenmiş Bloom Taksonomisinin Bilişsel Süreç Boyutu

Basamaklar	Özellikler	Beceriler
Hatırlamak	İlgili bilgiyi uzun süreli bellekten alma, tanıma ve geri çağırma.	Betitle, Tanımla, Etiketle, Listele, Eşleştir, İsimlendir, Geri Çağır, Kaydet ve Yaz...
Anlamak	Sözlü, yazılı ve grafik ile oluşturulan görsellerden veya mesajlardan yorum yaparak anlam çıkarma, oluşturmaktır.	Sınıflandırma, Karşılaştırma, Tanımlama, Açıklama, Örnekler Verme, Tahmin Etme, Özetleme ve Kendi Sözleri ile Anlatma...
Uygulamak	Yürütme, yönergeleri uygulama veya bilgileri kullanarak süreci tamamlayabilmektir.	Uygulama (Katılma), Gösterme, Hesaplama, Değiştirme, Yürütme, Gerçekleştirme, Uyarlama, Tahmin Etme, Çözme, Aktarma ve Kullanma... fiillerini kapsar.
Çözümlemek	Bir bütünü, materyali onu oluşturan parçalara ayırma, farklılaştırma, düzenleme ve ilişkilendirme yoluyla parçaların birbirleriyle ve genel bir yapı veya amaç ile nasıl ilişkili olduğunu belirlemektir.	Analiz etme, Niteliklendirme, Parçalara ayırma, Karşılaştırma, Çelişkileri veya karşıtlıkları bulma, Şemalaştırma, Tanımlama, Örnekleştirme, Bütünleştirme, Bağlama, Vurgulama, Bütün olarak düşünme...
Değerlendirmek	Kontrol ve eleştiri yoluyla ölçüt ve standartlara dayalı yargılarda bulunmak, karar ya da kararlar vermektir. Yenilenen taksonomide bir basamak geride yer almaktadır. Bundan daha karmaşık ve daha fazla beceri gerektiren bir üst basamak daha bulunmaktadır.	Değer biçme, İş birliği yapma, Eleştirme, Tespit etme, Yargıda bulunma, Varsayım oluşturma, Değerlendirme, Doğrulama, Yansıtma, Gözden Geçirme, Destekleme ve Özetleme.
Yaratmak / Yaratıcılık (Oluşturmak)	Tutarlı veya işlevsel bir bütün ortaya çıkarmak için öğeleri bir araya getirmek; Üretme, planlama veya üretme yoluyla öğeleri yeni bir model veya yapı içinde yeniden düzenlemek veya tasarlamaktır.	İnşa etme, Yaratma, Tasarlama, Geliştirme, Filme yapma, İcat etme, Yapma, Değiştirme, Planlama ve Programlama ...

Kaynak: Anderson ve Krathwohl, 2001; Forehand, 2010



Okullardaki eğitim ve öğretim ile ilgili tüm faaliyetlerinin genel amacı; o ülkenin geleceğini oluşturan bireylerin bilgi, davranış ve beceri olarak sağlıklı ve verimli bir biçimde gelişmeleri ve yetişmelerinin sağlanmasıdır. Beden eğitimi ve spor dersinin öğretiminde de dersi alan öğrencilere sağlıklı ve verimli bir biçimde bilgi, beceri ve davranış kazandırmak için uygulanan öğretim programının öğrenme öğretme faaliyetlerini oluşturan; hedef ve kazanımlar, içerik (tema), öğrenme-öğretme süreçleri ve ölçme ve değerlendirme aşamaları öğrenci, öğretmen ve çevre şartları ile uyum içerisinde olmalıdır (Havadar ve Taştan, 2015). Yeni ve güncellenmiş eğitim-öğretim programlarında yapılandırıcı yaklaşımla birlikte içerik düzenleme yaklaşımlarından sarmal yapı temele alınmıştır. Süreklilik, sarmal yapının temel ilkesidir ve bu sarmal yapıya göre konular aynı başlıklarda ve farklı derinliklerde süreklilik gösterir. Bu nedenle “hazırbulunuşluk” kavramı yeni eğitim-öğretim programları açısından büyük önem taşımaktadır. Çünkü herhangi bir kademede edinilecek kazanımlar daha alt kademelerdeki kazanımlarla doğrudan ilişkilidir ve onların üzerine yapılandırılır (MEB, 2018). Literatürde İlkokul BEOD öğretim programı (Aydemir 2021; Kuzu ve Aslan) ile Ortaokul BESD öğretim programının değerlendirildiği (Altunbakır ve Pehlevan, 2019; Aydın, Temel ve Kangalgil, 2022; Çağlayan ve Ağgön, 2021; Işıkgöz, 2015; Özcan ve Mirzeoğlu, 2014) ve öğretim programlarında var olan kazanımlar (Alıncak, Ayan ve Abakay, 2015; Havadar ve Taştan, 2015) ile ilgili çalışmalar mevcuttur. Bu çalışmaların yanı sıra öğrencilerin hazırbulunuşluk düzeyleri ile ilgili yapılan çalışmalar da literatürde yer almaktadır (Canbulat, 2017; Çelik, 2010; Kuruoğlu, 2016; Harman ve Çelikler 2012; Türkyılmaz, 2018). Fakat alan yazında İlkokul 4. sınıf BEOD ile Ortaokul 5. sınıf BESD öğretim programında yer alan bilişsel kazanımların hazırbulunuşluk açısından incelenmesini içeren çalışmaların yer almadığı görülmektedir. Bu çalışmada karşılaştırmalı değerlendirmeler yapılarak İlkokul 4. sınıf BEOD öğretim programında yer alan bilişsel kazanımların, Ortaokul 5. sınıf BESD öğretim programında yer alan bilişsel kazanımları öğrencinin derse olan

hazırbulunuşluk durumu bakımından destekler nitelikte midir?” sorusuna cevap aranmıştır. Ayrıca öğrencilerin hazırbulunuşluk düzeyleri ile akademik başarı, beceri ve tutum gibi değişkenler arasında pozitif yönlü doğrusal ilişkiler olduğunu düşünülmektedir. Bu durumdan hareketle bu çalışmada İlkokul 4. sınıf BEOD dersi bilişsel kazanımlarının Ortaokul 5. sınıf BESD bilişsel kazanımlarına hazırbulunuşluk bağlamında ön koşul öğrenme oluşturup oluşturamamasının araştırılması amaçlanmıştır.

### Yöntem

Millî Eğitim Bakanlığı [MEB] İlkokul 4. sınıf “*Beden Eğitimi ve Oyun Dersi [BEOD]*” ile Ortaokul 5. sınıf “*Beden Eğitimi ve Spor Dersi [BESD]*” öğretim programındaki bilişsel kazanımların “Yenilenmiş Bloom Taksonomisi”ndeki bilişsel alan basamaklarına göre incelendiği bu çalışma nitel türde ve tarama modelindedir. Tarama modelinde, var olan bir durum, olduğu şekilde tanımlanmaya çalışılır (Karasar, 2014). Tarama modeli, eğitim alanında yapılan araştırmalarda en çok kullanılan modeldir (Büyükoztürk, vd., 2019). Nitel araştırmalarda gözlem, görüşme, doküman incelemesi gibi teknikler kullanılarak olay veya olgular doğal ortamı içerisinde gerçekçi ve bütüncül bir şekilde ortaya konmaya çalışılır (Yıldırım ve Şimşek, 2018). Nitel türde olan bu çalışmada da veriler doküman incelemesi tekniği ile toplanmıştır. Doküman incelemesi, araştırılacak konu hakkında bilgi içeren yazılı kaynakların analizini kapsamaktadır. Doküman incelemesinde veriler, var olan kayıt ve belgelerin incelenmesiyle elde edilir (Karasar, 2016, aktaran Yıldız, 2021).

### Araştırmanın Modeli

Millî Eğitim Bakanlığı [MEB] İlkokul 4. sınıf “*Beden Eğitimi ve Oyun Dersi [BEOD]*” ile Ortaokul 5. sınıf “*Beden Eğitimi ve Spor Dersi [BESD]*” bilişsel kazanımlarının içerik ve öğretim ilkeleri açısından karşılaştırılmasında nitel araştırma yaklaşımı benimsenmiştir.

Çalışmada, Temel Eğitim Genel Müdürlüğünün, 19.01.2018 tarihli ve 7 sayılı kararıyla kabul edilen,

2018-2019 öğretim yılından itibaren uygulanan MEB İlkokul BEOD (1-4. Sınıflar) öğretim programı ve 19.01.2018 tarihli ve 6 sayılı kararıyla kabul edilen, 2018-2019 öğretim yılından itibaren uygulanan MEB Ortaokul ve İmam Hatip Ortaokulu BESD (5-8. Sınıflar) öğretim programları incelenmiştir

### Verilerin Toplanması

Verilerin toplanmasında doküman analizi yapılmıştır. Yıldırım ve Şimşek (2018) tarafından olgu ve olaylar hakkında bilgi içeren yazılı dokümanların incelenmesi şeklinde ifade edilen doküman analizi, çalışmanın amacı doğrultusunda kaynaklara ulaşım ve verilerin değerlendirilmesini kapsamaktadır. Veriler MEB İlkokul 4. sınıf BEOD ile Ortaokul 5. sınıf BESD öğretim programı ve MEB'in BEOD ile BESD Etkinlik Kılavuzu incelenerek elde edilmiştir. Dokümanlar MEB'in resmi (<http://mufredat.meb.gov.tr/Programlar.aspx>) web sayfasından indirilerek her iki belgenin orijinal kaynaklar olması sağlanmıştır. Çalışmada kullanılan dokümanlar (İlkokul 4. sınıf BEOD öğretim programı, Ortaokul 5. sınıf BESD öğretim programı) kamunun erişimine açıktır ve elde edilmesinde kurum ya da kişilere zarar verilmesi söz konusu değildir. Bu durumdan hareketle dokümanlar etik ilkelere zarar vermeyecek bir biçimde elde edilmiş ve kullanılmıştır. Yani çalışmadan elde edilen veriler kurumlardan veya kişilerden bağımsız olup etik ilkeler çerçevesinde bilimsel araştırma yöntemlerine uygun şekilde incelenmiştir.

### Verilerin Analizi

Verilerin analizinde betimsel analiz yöntemine başvurulmuştur. Betimsel analizde veriler daha önceden belirlenen temalara göre sistematik ve açık bir biçimde betimlenir, daha sonra yapılan betimlemeler açıklanır, yorumlanır ve neden-sonuç ilişkilerine bağlı olarak birtakım sonuçlar elde edilir (Yıldırım ve Şimşek, 2018). Verilerin analizinde MEB İlkokul 4. Sınıf BEOD ile Ortaokul 5. Sınıf BESD öğretim programında yer alan kazanımlar; önce araştırmacı tarafından sınıflandırılmış bu sınıflandırma, Beden Eğitimi ve Spor alanında akademisyen olarak görev yapan uzman (12 Akademisyen) görüşlerine başvurularak bilişsel öğrenme alanı içerisine giren kazanımlar listesine son şekli verilmiştir. 4. sınıfta 8 adet ve 5. sınıfta 16 adet olmak üzere toplam 24 bilişsel kazanım olduğu belirlenmiştir. Daha sonra 4. sınıfta bilişsel olan bu kazanımların 5. sınıftaki bilişsel kazanımlara hazırbulunuşluk açısından ön koşul öğrenmeler oluşturup oluşturamaması, kazanımların içerik ve öğretim ilkelerine uygunluğu değerlendirilmiştir

### Bulgular

Araştırmanın bu bölümünde İlkokul 4. sınıf Beden Eğitimi ve Oyun Dersi [BEOD] ile Ortaokul 5. sınıf Beden Eğitimi ve Spor Dersi [BESD] öğretim programında yer alan bilişsel kazanımlara ve açıklamalarına aşağıda bulunan tablolarda yer verilmiştir (MEB, 2018a; MEB, 2018b; MEB, 2018c; MEB, 2018d).

**Tablo 2:** Üst Sınıfa Temel Oluşturan 4. Sınıf BEOD ve 5. Sınıf BESD Bilişsel Kazanımları ve Açıklamaları

4. Sınıf Bilişsel Kazanım	5. Sınıf Bilişsel Kazanımlar
“BO.4.1.2.2. Oynadığı oyunların içindeki hareket becerilerini tanımlar.”	“BE.5.1.2.1. Oyun ve etkinliklerde kullandığı temel hareket kavramlarını açıklar.”
<b>Açıklama:</b> “Öğrencilere farklı çevrelerde katılabilecekleri farklı oyunlar sunularak, bu oyunları oynayabilmek için gerekli olan hareket becerilerinin ve beceri gruplarının neler olduğunu söylemeleri istenmelidir.”	<b>Açıklama:</b> “Öğrencilere temel hareket kavramları açıklanır ve her öğrenciden verilen hareket kavramlarına uygun birer örnek bularak göstermesi hedeflenir. Öğrencilere çeşitli ortamlarda katılabilecekleri farklı oyunlar sunulur ve bu oyunları oluşturan ağırlıklı olarak hareket becerilerinin neler olduğunu söylemeleri hedeflenir.”

\*Tablolarda yer alan açıklamalar ilgili öğretim programı için MEB resmi internet sitesinden indirilen kılavuzlardan alınmıştır.

**Tablo 2:** (Devamı) Temel Oluşturan 4. Sınıf BEOD ve 5. Sınıf BESD Bilişsel Kazanımları ve Açıklamaları

4. Sınıf Bilişsel Kazanım	5. Sınıf Bilişsel Kazanımlar
<p><b>“BO.4.1.2.3. Oyun ve fiziki etkinliklerde kendisinin ve arkadaşlarının performanslarını değerlendirir.”</b></p> <p><b>Açıklama:</b> “Öğrencilerden, dahil oldukları oyun ve fiziki etkinliklerde “ortaya konulan” ile “gösterilmesi beklenen” performans arasındaki farkı belirleyerek arkadaşlarının ve kendisini performanslarını değerlendirmeleri istenmelidir. Değerlendirme sonuçlarını arkadaşları ile paylaşmaları, bu sayede öğrencilerin ortaya koyduğu bu değerlendirmenin sonucundan hareketle oyun ve fiziki etkinlikler sırasında performanslarında neleri geliştirmesi gerektiğinin farkına varmalarını sağlanmalıdır.”</p>	<p><b>“BE.5.1.2.9. Oyun ve etkinliklerde kendisinin ve arkadaşlarının performanslarını değerlendirir.”</b></p> <p><b>Açıklama:</b> “Öğrencilerden oyun ve etkinliklerde kendisinin ve arkadaşlarının performanslarını değerlendirmek için gözlem yapma, ölçütleri anlama, gözlenenler ile ölçütleri karşılaştırma ve sonuca varma gibi davranışlar göstermeleri beklenmelidir.”</p>
<p><b>“BO.4.2.2.5. Oyun ve fiziki etkinliklerde zamanını etkili kullanır.”</b></p> <p><b>Açıklama:</b> “Beden Eğitimi ve Oyun dersinde yapılan etkinlikler/uygulamalar sayesinde öğrencilerin ders içi ve ders dışında zamanı etkili kullanma özellikleri geliştirilmelidir.”</p>	<p><b>“BE.5.1.2.4. Oyun ve etkinliklerde zamanı etkili kullanmanın önemini fark eder.”</b></p> <p><b>Açıklama:</b> “Öğrencilere oyun ve etkinliklere katılımı arttırmak ve performanslarını geliştirmek için zaman yönetiminin öneminden bahsedilmelidir. Hedef belirleme, plan yapma ve uygulamada (etkinliğin başlangıç ve bitiş süresi) zamanı etkili kullanmak için fırsatlar yaratılmalıdır.”</p>

Tablo 2’ye bakıldığında 4. sınıfta yer alan “BO.4.1.2.2. Oynadığı oyunların içindeki hareket becerilerini tanımlar.” ve 5. Sınıfta yer alan “BE.5.1.2.1. Oyun ve etkinliklerde kullandığı temel hareket kavramlarını açıklar.” kazanımlarının birbirini karşıladığı ve birbirini tamamlar nitelikte olduğu görülmektedir.

Bunun yanında 4. sınıfta yer alan “BO.4.1.2.3. Oyun ve fiziki etkinliklerde kendisinin ve arkadaşlarının performanslarını değerlendirir.” ve 5. sınıfta yer alan “BE.5.1.2.9. Oyun ve etkinliklerde kendisinin ve

arkadaşlarının performanslarını değerlendirir.” kazanımlarının birbirini karşıladığı ve birbirini tamamlar nitelikte olduğu görülmektedir. Yine Tablo 2’ye bakıldığında 4. Sınıfta yer alan “BO.4.2.2.5. Oyun ve fiziki etkinliklerde zamanını etkili kullanır.” ve 5. sınıfta yer alan “BE.5.1.2.4. Oyun ve etkinliklerde zamanı etkili kullanmanın önemini fark eder.” kazanımlarının birbirini karşıladığı ve birbirini tamamlar nitelikte olduğu görülmektedir (Tablo 2).

**Tablo 3:** Üst Sınıfa Temel Oluşturmayan 4. Sınıf BEOD ve 5. Sınıf BESD Bilişsel Kazanımları ve Açıklamaları

4. Sınıf Bilişsel Kazanım	5. Sınıf Bilişsel Kazanımlar
<p><b>“BO.4.1.3.1. Çeşitli stratejileri ve taktikleri kullanarak oyunlar tasarlar.”</b></p> <p><b>Açıklama:</b> “Öğrencilere istenilen sonuca/hedefe ulaşmada çeşitli strateji ve taktiklerini kullanabilecekleri oyunlar sunulmalıdır. Daha sonra ise öğrencilerden kendilerine sunulan örneklerden yola çıkarak, farklı strateji ve taktikleri kullanabilecekleri çeşitli oyun ve fiziki etkinlikler oluşturmaları istenmelidir.”</p>	<p><b>“BE.5.1.3.1. Oyun ve etkinliklerde hücumla yönelik strateji ve taktikleri gösterir.”</b></p> <p><b>“BE.5.1.3.2. Oyun ve etkinliklerde savunmaya yönelik strateji ve taktikleri gösterir.”</b></p> <p><b>Açıklama:</b> “Öğrencilerden çeşitli oyun ve etkinliklerde istenilen sonuca ulaşmak için vücut aldatmasına, yön, düzey ve hız değiştirmeye yönelik bireysel savunma ve hücum taktiklerini uygulamaları istenmelidir. Oyun ve etkinliklerde vücut aldatması, yön ve hız değiştirmeye yönelik hücum taktikleri ele alınır. Oyun ve etkinliklerde yön ve hız değiştirmeye yönelik savunma taktikleri ele alınır.”</p>

**Tablo 3:** (Devamı) Üst Sınıfa Temel Oluşturmayan 4. Sınıf BEOD ve 5. Sınıf BESD Bilişsel Kazanımları ve Açıklamaları

4. Sınıf Bilişsel Kazanım	5. Sınıf Bilişsel Kazanımlar
<p><b>“BO.4.2.2.1. Fiziksel uygunluğunu geliştirecek uygun programlar tasarlar.”</b></p> <p><b>Açıklama:</b> “Öğrencilere fiziksel uygunluk seviyelerini yükseltecek yüksek ve orta şiddetli fiziki etkinlik için haftalık etkinlik sıklığı, şiddeti, süresi ve etkinlik çeşitlerini içeren kolay programlar yapılmalı, yapılan bu programları uygulamaları ve uygulamalarının yazılı kaydını tutmaları istenmelidir. Oluşturulan bu kayıtlardaki bilgilerden yola çıkarak bilgi işleme, değerlendirme ve yansıtma yapmaları sağlanmalıdır.”</p>	<p><b>“BE.5.2.2.3. Katıldığı fiziksel etkinliklerin, fiziksel uygunluğuna olan etkilerini açıklar.”</b></p> <p><b>Açıklama:</b> “Öğrencilerin eğitim-öğretim yılı içinde (tercihen başında ve sonunda) sağlıkla ilgili fiziksel uygunluk düzeyleri ölçülmelidir. Öğrencilerden bu ölçümler içerisinde yer alan ve katıldıkları bu etkinliklerin fiziksel uygunluklarına olan etkilerini açıklamaları istenmelidir.”</p>
<p><b>“BO.4.2.2.2. Sağlığını korumak için günlük ve haftalık beslenme listesi hazırlar.”</b></p> <p><b>Açıklama:</b> “Öğrencilere yeterli ve düzenli beslenmeyle ilgili olan bilgiler hatırlatılmalıdır. Oyun ve fiziki etkinlikler sırasında öğrenciden istenilen performans düzeyine ulaşmak için beslenmenin ne derece önemli olduğu tartışılmalıdır. Öğrencilerden sağlığını korumak ve düzenli bir biçimde katıldıkları etkinliklere uygun olarak günlük ve haftalık beslenme listelerini hazırlayıp sınıfta tartışmaları istenmelidir.”</p>	<p><b>“BE.5.2.2.4. Fiziksel etkinliklerde ne zaman ve nasıl beslenmesi gerektiğini açıklar”</b></p> <p><b>Açıklama:</b> “Öğrencilere fiziksel etkinliklerden en erken 2 saat önce beslenmelerinin, etkinlikler uzadı takdirde sıvı tüketmelerinin ve etkinlik sonrasında harcadıkları kalori ve diğer besin unsurlarının vücuda tekrar alınmasının önemi vurgulanmalıdır.”</p>

Tablo 3'e bakıldığında 4. sınıfta yer alan “BO.4.1.3.1. Çeşitli stratejileri ve taktikleri kullanarak oyunlar tasarlar.” ve 5. sınıfta yer alan “BE.5.1.3.1. Oyun ve etkinliklerde hücumaya yönelik strateji ve taktikleri gösterir, BE.5.1.3.2. Oyun ve etkinliklerde savunmaya yönelik strateji ve taktikleri gösterir.” kazanımları karşılaştırıldığında daha üst düzey bilişsel beceri gerektiren becerilerin (BO.4.1.3.1. Çeşitli stratejileri ve taktikleri kullanarak oyunlar tasarlar; Yenilenmiş Bloom Taksonomisinde en üst düzey beceri olan “Oluşturma” basamağında yer alır.) 4. sınıfta verilmesi; 5. sınıfta verilen kazanımın daha alt basamak bilişsel beceri gerektiren (BE.5.1.3.1. Oyun ve etkinliklerde hücumaya yönelik strateji ve taktikleri gösterir, BE.5.1.3.2. Oyun ve etkinliklerde savunmaya yönelik strateji ve taktikleri gösterir; Yenilenmiş Bloom Taksonomisinde “Anlama” basamağında yer alır) bir durum olması kazanımın öğretim ilkelerinden basitten-karmaşığa ilkesine uygun olmadığı görülmektedir. Bir diğer kazanım olan ve 4. sınıfta yer alan “BO.4.2.2.1. Fiziksel uygunluğunu geliştirecek uygun programlar tasarlar” ve 5. sınıfta yer alan “BE.5.2.2.3. Katıldığı fiziksel etkinliklerin, fiziksel uygunluğuna olan etkilerini açıklar.” kazanımları karşılaştırıldığında daha üst düzey bilişsel beceri

gerektiren becerilerin (BO.4.2.2.1. Fiziksel uygunluğunu geliştirecek uygun programlar tasarlar; Yenilenmiş Bloom Taksonomisinde en üst düzey beceri olan “Oluşturma” basamağında yer alır.) 4. sınıfta verilmesi; 5. sınıfta verilen kazanımın daha alt basamak bilişsel beceri gerektiren (BE.5.2.2.3. Katıldığı fiziksel etkinliklerin, fiziksel uygunluğuna olan etkilerini açıklar; Yenilenmiş Bloom Taksonomisinde “Çözümleme” basamağında yer alır) bir durum olması kazanımın öğretim ilkelerinden basitten-karmaşığa ilkesine uygun olmadığı görülmektedir. Tablo 3'e bakıldığında 4. sınıfta yer alan “BO.4.2.2.2. Sağlığını korumak için günlük ve haftalık beslenme listesi hazırlar.” ve 5. sınıfta yer alan “BE.5.2.2.4. Fiziksel etkinliklerde ne zaman ve nasıl beslenmesi gerektiğini açıklar” kazanımları karşılaştırıldığında daha üst düzey bilişsel beceri gerektiren becerilerin (BO.4.2.2.2. Sağlığını korumak için günlük ve haftalık beslenme listesi hazırlar; Yenilenmiş Bloom Taksonomisinde en üst düzey beceri olan “Oluşturma” basamağında yer alır.) 4. sınıfta verilmesi; 5. sınıfta verilen kazanımın daha alt basamak bilişsel beceri gerektiren (BE.5.2.2.4. Fiziksel etkinliklerde ne zaman ve nasıl beslenmesi gerektiğini açıklar; Yenilenmiş Bloom

Taksonomisinde “Çözümleme” basamağında yer alır) bir durum olması kazanımın öğretim ilkelerinden basitten-karmaşığa ilkesine uygun olmadığı görülmektedir. Tablo 3 yorumlanırken kazanımların Yenilenmiş Bloom Taksonomisine göre hangi

basamakta oldukları açıklanmıştır. Bu durum sadece Tablo 3’e özgüdür ve Tablo 3’teki kazanımlar öğretim ilkelerinden basitten-karmaşığa ilkesine uygun olmaması dikkate alınarak çalışma bu doğrultuda ilerletilmiştir.

**Tablo 4:** Üst Sınıfta Karşılığı Olmayan 4. Sınıf BEOD Bilişsel Kazanımları ve Açıklamaları

4. Sınıf Bilişsel Kazanım	
“BO.4.2.2.9. Oyun ve fiziki etkinliklerde karşılaştığı problemleri çözer.”	<b>Açıklama:</b> “Öğrencilere farklı oyunlar oynatarak, oyunlarda öğrenciden istenilen sonuca ulaşmayı engelleyen durumların farkına varmaları ve bu durumlara bireysel ve grup hâlinde çözüm üretmeleri hedeflenir. Öğrencilerden ürettikleri çözümleri arkadaşları ile paylaşmaları istenir.”
“BO.4.2.3.4. Uluslararası müsabakalarda başarılı olmuş Türk sporcularını araştırır.”	<b>Açıklama:</b> “Öğrencilere önemli spor organizasyonlarında ülkemizi temsil eden sporcularımızı araştırarak ev ödevleri ve proje çalışmalarını verilip başarılı olmuş Türk sporcularını araştırması istenir.”

Tablo 4’e bakıldığında 4. sınıfta yer alan “BO.4.2.2.9. Oyun ve fiziki etkinliklerde karşılaştığı problemleri çözer.” ve “BO.4.2.3.4. Uluslararası müsabakalarda başarılı olmuş Türk sporcularını araştırır.”

kazanımlarına 5. sınıfta yer alan tamamlayıcı ve pekiştirme amaçlı kullanılabilecek kazanım veya kazanımlar olmadığı görülmektedir.

**Tablo 5:** Alt Sınıfta Karşılığı Olmayan 5. Sınıf BESD Bilişsel Kazanımları ve Açıklamaları

5. Sınıf Bilişsel Kazanımlar	
“BE.5.1.2.5. Oyun ve etkinliklerde farklı iletişim yollarını kullanır.”	<b>Açıklama:</b> “Oyun ve etkinliklerde sağlıklı bir biçimde iletişim kurmak için gerekli olan sözlü (etkili mesaj gönderme, etkili dinleme, ben ve biz dili kullanma), görsel (jest ve mimikler, beden dili, vurgular vb.) ve yazılı iletişim yollarını kullanmaları için imkânlar sunulur.”
“BE.5.2.2.2. Katıldığı etkinliklerde fiziksel etkinlik düzeyini ölçer.”	<b>Açıklama:</b> “Öğrenciler günlük tutma (fiziksel aktiviteler ile ilgili), adımsayar ile günlük atılan adım sayısını belirleme, etkinliklerde dakikadaki kalp atım hızını takip etme gibi fiziksel etkinlik düzeyi gözlem yollarını denemeleri istenir.”
“BE.5.2.2.5. Fiziksel etkinliklerde kendisinin ve başkalarının güvenliğine etki eden durumları açıklar.”	<b>Açıklama:</b> “Öğrencilerin fiziksel etkinlik sırasında sağlığa etki eden konuların önemi hakkında tartışmaları istenip güvenliğe etki eden durumları açıklamaları hedeflenir.”
“BE.5.2.2.6. Fiziksel etkinliklerde kendisinin ve başkalarının sağlığına etki eden durumları açıklar.”	
“BE.5.2.2.7. Fiziksel etkinliklerde ilkyardımanın genel amaçlarını ve uygulamalarını bilir.”	<b>Açıklama:</b> “Öğrenciler fiziksel etkinlik ve oyun esnasında burun kanaması, arkadaşı ile çarpışma ve burkulma gibi durumlarla karşılaşabilirler. Bu sebeple öğrencilerin ilk yardımın tanımı, ilk yardımın önemi, ilk yardımın genel amaçları ve ilk yardımın temel kurallarını bilmeleri hedeflenir.”
“BE.5.2.3.2. Atatürk’ün sporla ilgili söylediği sözleri açıklar.”	<b>Açıklama:</b> “Öğrencilerden “Millî Bayramlarımız ve Atatürk” haftasında Atatürk’ün spor ve sporculara neden önem verdiğini açıklamaları istenmelidir. Öğrencilerden “Millî Bayramlar ve Atatürk” haftasında Atatürk’ün spora ve sporcuya neden önem verdiğini araştırmaları ve sınıf içinde tartışmaları istenir.”
“BE.5.2.3.3. Yakın çevresine ait halk danslarını tanıır.”	<b>Açıklama:</b> “Öğrencilere okulun bulunduğu yöreye ait halk danslarının müziği, kıyafetleri ve figürleri hakkında bilgi sunulmalıdır. Bölgenin halk danslarının çeşitliliğine ilişkin örnek uygulamalara yer verilip. Yakın çevresine ait halk danslarını tanımları sağlanır.”

**Tablo 5:** (Devamı) Alt Sınıfta Karşılığı Olmayan 5. Sınıf BESD Bilişsel Kazanımları ve Açıklamaları

5. Sınıf Bilişsel Kazanımlar	
“BE.5.2.3.4. Geleneksel çocuk oyunlarını tanır.”	<b>Açıklama:</b> “Öğrencilere temel ve birleştirilmiş fiziksel hareket becerilerini içeren ve artık ülkemizde gelenekselleşen çocuk oyunlarından örnekler seçilerek sunulur. Bu şekilde bir taraftan öğrenciler temel becerilerini geliştirirken diğer taraftan da kendi kültürel değerlerini tanımları ve sahip çıkmaları hedeflenir.”
“BE.5.2.3.5. Olimpik kavramları bilir.”	<b>Açıklama:</b> “Öğrencilere modern olimpiyat oyunlarının sınıflaması (paralimpik, yaz ve kış oyunları), olimpik sembol (meşale ve slogan, halkalar) ve simgelerin (marş, yemin, bayrak, Madalya, maskot vb.) ne anlama geldiğini ve bu simgelerin içeriğini öğrenebileceği etkinlikler sunulup öğrencilerin bu kavramları bilmeleri hedeflenir.”

Tablo 5'e bakıldığında 5. sınıfta yer alan “BE.5.1.2.5. Oyun ve etkinliklerde farklı iletişim yollarını kullanır” kazanımına; “BE.5.2.2.2. Katıldığı etkinliklerde fiziksel etkinlik düzeyini ölçer” kazanımına; “BE.5.2.2.5. Fiziksel etkinliklerde kendisinin ve başkalarının güvenliğine etki eden durumları açıklar ve BE.5.2.2.6. Fiziksel etkinliklerde kendisinin ve başkalarının sağlığına etki eden durumları açıklar.” Kazanımlarına; “BE.5.2.2.7. Fiziksel etkinliklerde ilkyardımanın genel amaçlarını ve uygulamalarını bilir.” Kazanımlarına; “BE.5.2.3.2. Atatürk'ün sporla ilgili söylediği sözleri açıklar.” Kazanımlarına; “BE.5.2.3.3. Yakın çevresine ait halk danslarını tanır.” Kazanımlarına; “BE.5.2.3.4. Geleneksel çocuk oyunlarını tanır.” Kazanımlarına; “BE.5.2.3.5. Olimpik kavramları bilir.” kazanımına 4. sınıfta altyapı oluşturacak en azından birer kazanım olmadığı görülmektedir.

### Tartışma ve Sonuç

İlkokul 4. sınıf “Beden Eğitimi ve Oyun Dersi [BEOD]” ile Ortoakul 5. sınıf “Beden Eğitimi ve Spor Dersi [BESD]” öğretim programında yer alan bilişsel kazanımlar içerik ve öğretim ilkelerine uygunluk açısından karşılaştırılarak değerlendirilmiştir.

Kazanımların karşılaştırılması sonucunda; 4. sınıf beden eğitimi ve oyun dersi bilişsel kazanımlarından 3 tanesinin (Tablo 2) 5. sınıf beden eğitimi ve spor dersindeki bilişsel kazanımlara temel oluşturabileceği, öğrencilerin hazırbulunuşluklarına katkı sağlayabileceği değerlendirilmektedir. Yani 4. sınıftaki 3 tane kazanımın 5. sınıfta karşılığı olduğu ve birbirini

tamamladığı görülmektedir. Bu tamamlama sayesinde, öğrenci 5. sınıfta iken alacağı eğitim içeriğine yabancılık çekmeyeceği söylenebilir. Öğrencini ön koşul öğrenmeleri zaten hafızasında mevcut olacağı için dersi öğrenme aşamasında zorluk çekmeyeceği öngörülebilir. Birbirini tamamlayan ve birbirine altyapı oluşturabilecek olan bu kazanımlar öğrenciye bir sonraki sınıf kademesinde hazırbulunuşluk bağlamında avantaj sağlayacağını söylemek mümkündür. Bu durumun öğretim programının amacına uygun olduğu gibi öğretim ilkelerine de olumlu anlamda hizmet etmiş olduğu söylenebilir.

Kazanımların karşılaştırılması sonucunda; 5. sınıf beden eğitimi ve spor dersi bilişsel kazanımlarından 9 tanesinin (Tablo 5) 4. sınıf beden eğitimi ve oyun dersindeki bilişsel kazanımlarda bir altyapı (ön koşul öğrenme) oluşturabilecek bir kazanımının olmadığı görülmektedir. Altyapı karşılığının (ön koşul öğrenme) olmaması bir sonraki sınıf kademesinde sorun yaratabileceği düşünülmektedir. Bu yüzden bu kazanımların 4. sınıfta altyapı karşılığı (ön koşul öğrenme) oluşturabilecek kazanımlara yer verilmesi önemli görülmektedir. Bu sayede öğrenci bir sonraki sınıf kademesinde iken zorluk çekmeden yeni öğrenmeler gerçekleştirilebileceği söylenebilir.

3 tane kazanımın (Tablo 3) öğretim ilkelerinden basitten-karmaşığa ilkesine uygun olmadığı görülmektedir. Yani kazanımlar karşılaştırıldığında daha üst düzey bilişsel beceri gerektiren becerilerin 4. sınıfta verilmesi; 5. sınıfta verilen kazanımın daha

alt basamak bilişsel beceri gerektiren bir durum olması kazanımın öğretim ilkelerinden basitten-karmaşığa ilkesine uygun olmadığı görülmektedir. Kazu ve Aslan, (2014); Zorluoğlu, Şahintürk ve Bağrıyanık (2017) çalışmalarının sonuçları bu çalışmayla paralellik göstermektedir. Kazu ve Aslan beden eğitimi dersindeki kazanımların öğrencinin yaş ve gelişim seviyelerine uygun olmadığını ifade etmişlerdir. Aynı şekilde Zorluoğlu, Şahintürk ve Bağrıyanık Fen Bilimleri dersindeki kazanımların Bloom Taksonomisine göre analizi üzerine yapmış oldukları çalışmada daha üst düzey bilişsel süreç gerektiren becerilerin daha alt basamakta olduğu şeklinde benzer sonuçlara ulaşmışlardır. Bilişsel öğrenme sürecinde belirli zorluk derecelerine göre sınıflamalar mevcuttur. Bu sınıflamalar doğrultusunda öğrencilere aktarılan bilginin zorluk derecesi kademeli ve planlı bir şekilde artırılmalıdır. Öğrencinin yaşı ve sınıf kademesi büyüdükçe derste öğrenciye verilmesi gereken bilginin zorluğu da yaş ve sınıf derecesiyle doğru orantılı olacak şekilde artırılmalıdır. Fakat zor olan ve bilişsel öğrenme süreçlerinde (Bloom, 1956) daha ileri bir basamak olan bilginin daha düşük yaş ve sınıf seviyesinde verilirken kolay olan ve bilişsel öğrenme süreçlerinde (Bloom, 1956) daha alt basamakta yer alan bir bilginin daha yüksek yaş ve sınıf seviyesinde verilmesi öğretim ilkesine uygun olmadığı görülmektedir. Bu uygun olmama durumu, öğrencinin bilişsel öğrenme süreçlerini olumsuz yönde etkileyeceğini söylemek mümkündür. Bu durumun düzeltilmesi için kazanımların sınıf kademeleri içerisinde yer değiştirilmesi daha uygun olacağı düşünülmektedir. Böylelikle kazanımın, basitten-karmaşığa ilkesine uygun hale getirilmesi sağlanabilir.

İlkokul 4. sınıftaki 2 tane kazanımın (Tablo 4) da 5. sınıfta tamamlayıcı bir kazanımı olmadığı görülmektedir. Yani 4. sınıfta yer alıp 5. sınıfta pekiştirme amaçlı kullanılacak bir kazanım bulunmadığı görülmektedir. Öğrenci daha önceden hafızasında olan bir bilgiyi ne kadar fazla tekrar ederse o bilgi öğrencinin zihninde o kadar fazla kalıcı olacaktır. Bu yüzden 4. sınıfta yer alan bilişsel kazanıma, 5. sınıfta karşılık gelecek ve tamamlayıcı

olacak bir kazanım eklenirse daha uygun olacağı söylenebilir. Öğretim programında ele alınan sarmal yapı ve sınıf kademesi arttıkça bilişsel anlamdaki becerilerin kademesinin yani Yenilenmiş Bloom Taksonomisinin Bilişsel Süreç Boyutu'na göre (Tablo 1) de aynı oranda artması gerektiği düşünülürse bu kazanımlara 5. sınıfta tamamlar nitelikte olacak kazanımlar eklenmesi uygun olacağı söylenebilir. Bu sayede öğrencinin zihninde var olan bilgi birikimini daha iyi pekiştirmiş olacağı söylenebilir.

Araştırma sonuçlarına göre geliştirilen öneriler aşağıda verilmiştir.

Çalışmada elde edilen birbirini tamamlayan ve birbirine ön koşul öğrenme oluşturabilecek kazanımların sayısının daha fazla olması öğretim programının amacına daha iyi hizmet edeceğini söylemek mümkündür. Bu durumdan hareketle bu kazanım sayılarının artırılması (sayısal anlamda değil, nitelik anlamında), yani ön koşul öğrenme davranışı oluşturabilecek kazanımlara daha çok yer verilmesi önerilmektedir.

Çalışmada elde edilen ve Yenilenmiş Bloom Taksonomisine göre daha üst düzey bilişsel beceri gerektiren davranışların daha alt sınıf düzeyinde olması öğretim ilkelerine uygun olmadığı bulgusundan hareketle; bu kazanımların Beden Eğitimi ve Spor eğitimi alanında uzman kişilerce değerlendirilip öğretim programının içerisinde yer alan bu kazanımların güncellenmesi önerilmektedir.

Bu çalışmada 4. sınıf BEO ile 5. sınıf BESD öğretim programında yer alan bilişsel kazanımların hazırbulunuşluk bağlamında karşılaştırılması yapılmıştır. Programda yer alan kazanımların içerik ve öğretim ilkelerine uygunluğu değerlendirilmiştir. Bu çalışmadan farklı olarak 5. sınıf, 6. sınıf, 7. sınıf, 8. sınıf, 9. sınıf, 10. sınıf, 11. sınıf ve 12. sınıf BESD bilişsel kazanımlarına da uygulanabilir. Bu sayede (5. sınıf-6. sınıf), (6. sınıf-7. sınıf), (7. sınıf-8. sınıf), (8. sınıf-9. sınıf), (9. sınıf-10. sınıf), (10. sınıf-11. sınıf), (11. sınıf-12. sınıf) birbirini takip eden ardışık sınıfların BESD bilişsel kazanımları hazırbulunuşluk bağlamında değerlendirilebilir.

Çalışma 4. sınıf BEO ve 5. sınıf BESD bilişsel kazanımlarından farklı olarak 4. sınıf BEO ve 5. sınıf BESD duyuşsal kazanımlar ve 4. sınıf BEO ve 5. sınıf BESD psikomotor kazanımların hazırbulunuşluk bağlamında değerlendirilmesine yönelik çalışmalar yapılabilir.

Ayrıca Tablo 5'e bakıldığında 5. sınıfta yer alan "BE.5.2.3.5. Olimpik kavramları bilir" kazanımına 4. sınıfta altyapı oluşturacak bir kazanım olmadığı görülmekle birlikte 5. sınıf öğrencisinin olimpik kavramlarını bilmesinin ya da bilmemesinin gerekli olup olmadığı da Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi alanında uzman kişilerce tartışılması önerilmektedir.

Beceri testleri hazırlanarak (bilişsel, duyuşsal, psikomotor kazanımları ölçebilecek) kazanımın öğrencide ne ölçüde karşılık bulduğuna yönelik nicel bir çalışma yapılabilir.

İlkokul kademesinde Beden Eğitimi ve Oyun Derslerinin alanında uzman beden eğitimi ve spor

öğretmenleri tarafından icra edilmesi, öğrenci gelişim ve alana özgü becerilerin daha iyi aktarılması açısından önemli görülmektedir. Bu doğrultuda derslerin alanında uzman Beden Eğitimi ve Spor öğretmenleri tarafından icra edilmesi önerilmektedir.

Bir başka dikkat çekici nokta olan alt sınıftan üst sınıfa geçişte beden eğitimi ve oyun dersi bilişsel kazanımlarından üst sınıfta karşılığı olmayan kazanım sayısının fazla olmasıdır. Gelişim düzeyleri açısından bakıldığında fiziksel aktivitenin daha yoğun olarak ele alınması ve programa yansıtılması beklenirken bilişsel ve duyuşsal kazanımlarında ihmal edilmeden üst kademelere hazırlamada ele alınması sayısal olmasada içerik olarak birer karşılığının olması gerektiği bu konuda bir çalışma yapılması önerilmektedir.

Çalışma, Beden Eğitimi ve Spor dersinin dışında farklı branş derslerine de uygulanabilir. Bu sayede aynı veya benzer konuların belirli bir sınıf düzeyinde farklı dersler içerisinde ilişkili olarak incelenmesi sağlanabilir.

## Kaynaklar

- Alıncak, F., Ayan, S. ve Abakay, U. (2015). Sınıf öğretmenlerinin Oyun ve Fiziki Etkinlikler dersine ilişkin değerlendirmeleri. *Route Educational and Social Science Journal*, 2(3), 58-66.
- Altunbakır, S. (2019). *Ortaokul Beden Eğitimi ve Spor Dersi Öğretim Programının Bilişsel Alan Kazanımlarının Değerlendirilmesi: Mersin İli Örneği.* (Yüksek Lisans Tezi), Mersin: Mersin Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Anderson, L. W., Krathwohl, D. R., ve Eds. (2001). *Taxonomy for Learning, Teaching and Assessing: A Revision of Bloom's Taxonomy of Educational Objectives. Needham Heights.*
- Aydemir, B. (2021). *İlköğretimde Beden Eğitimi ve Oyun Dersi Öğretim Programının Uygulanabilme Koşulları ile İlgili Sınıf Öğretmenlerinin Görüşleri* (Yüksek Lisans Tezi). Bartın Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- Aydın, E., Temel, A., ve Kangalgil, M. (2022). Geçmişten Günümüze Ortaöğretim Beden Eğitimi ve Spor Dersi Öğretim Programlarının İncelenmesi. *Journal of Global Sport and Education Research*, 5(1), 99-117. doi:10.55142/jogser.1113312.
- Arı, A. (2013). Bilişsel Alan Sınıflamasında Yenilenmiş Bloom, SOLO, Fink, Dettmer Taksonimleri ve Uluslararası Alanda Tanınma Durumları. *Uşak Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(2), 259-290.
- Bloom, B. S. (1956). *Taxonomy Of Educational Objectives. The Classification of Educational Goals.*
- Büyüköztürk, Şener vd. (2019). *Eğitimde Bilimsel Araştırma Yöntemleri (26 b.)*. Ankara: Pegem Akademi.
- Canbulat, T. (2017). Kesintili Zorunlu Eğitimden Etkilenen İlkokul Birinci Sınıf Öğrencilerinin Okula Uyum ve Okula Hazır Bulunuşluk Düzeylerinin Değerlendirilmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 25(4), 1573-1586.
- Çağlayan, G. N. ve Ağgön, E. (2021). Beden Eğitimi ve Spor Dersi Öğretim Programının Temel Felsefi ve Genel Amaçlarına Yönelik Öğretmen Görüşleri. *Anatolia Sport Research*, 2(2), 26-32. doi:10.29228/anatoliasr.13.
- Çelik, H. (2010). *İlköğretim 7. Sınıf Matematik Dersinde Öğrencilerin Hazırbulunuşluk Düzeyini Arttırmaya Yönelik Bir Program Önerisi ve Etkililiği* (Yüksek Lisans Tezi). Sakarya: Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Çıldır, A. (2019). *Sınıf Öğretmenlerinin Beden Eğitimi ve Oyun Dersine İlişkin Tutumlarının İncelenmesi.* (Yüksek Lisans Tezi), Gaziantep: Gaziantep Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Danişman, Ş., ve Karadağ, E. (2015). Öğrenme Alanları ve Kazanımlar Bağlamında 2005 ve 2013 Beşinci Sınıf Matematik Öğretim Programlarının Karşılaştırılması. *Turkish Journal of Computer and Mathematics Education*, 6(3), 380-298.
- Doğan, H. (2019). Orta Öğretim Programları Üzerinde Bir İnceleme. *Ankara University Journal of Faculty of*



- Educational Sciences (JFES), 3 (1), 65-90. DOI: 10.1501/Egifak\_0000000310.
- Doğru, Z., ve Uçan, Y. (2021). *Beden Eğitimi ve Sporda Motivasyon*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Forehand, M. (2010). Bloom's Taxonomy. Ed: Orey, M. *Emerging Perspectives on Learning, Teaching and Technology*. [https://textbookequity.org/Textbooks/Orey\\_Emergin\\_Perspectives\\_Learning.pdf](https://textbookequity.org/Textbooks/Orey_Emergin_Perspectives_Learning.pdf). Date of Access: 10.05.2022; 17:30, P. 41-47.
- Güçoğlu, H. A., ve Savaş, S. (2020). Spor Bilimleri Fakültesinde Üç Farklı Yöntem ile İşlenen Basketbol Derslerinin Öğrencilerin Bilişsel Duyuşsal ve Psikomotor Gelişim Düzeylerine Etkisi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 28(2). doi:10.24106/kefdergi.693491.
- Harman, G., ve Çelikler, D. (2012). Eğitimde Hazır Bulunuşluğun Önemi Üzerine Bir Derleme Çalışması. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 1(3).
- Havadar, T., ve Taşdan, M. (2015). Beden Eğitimi Öğretmenlerinin İlköğretim 4-5. Sınıf Öğretim Programları Hakkında Görüşleri (Ardahan, Iğdır ve Kars İli Örneği). *İnönü Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2(1), 29-43.
- Işıkgöz, E. (2015). Ortaokul Beden Eğitimi ve Spor Dersi Öğretim Programının Temel İlkelerine İlişkin Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Görüşleri (Sakarya İli Örneği). *Sakarya University Journal of Education*, 5(3), 27-41. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/suje/issue/20640/220094>
- Karasar, N. (2014). *Bilimsel Araştırma Yöntemi (26 b.)*. Ankara: Nobel Yayın.
- Kuruoğlu, S. (2016). *Temel Hareket Eğitiminin 10 Yaş Lisanslı Yüzücüleri Üzerindeki Hazırbulunuşluk Etkilerinin İncelenmesi*, (Yüksek Lisans Tezi), İstanbul: İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Millî Eğitim Bakanlığı. (2018a). *Beden Eğitimi ve Oyun Dersi Öğretim Programı (İlkokul 1, 2, 3 ve 4. Sınıflar)*. Öğretim Programlarını İzleme ve Değerlendirme Merkezi: <http://mufredat.meb.gov.tr/Programlar.aspx> adresinden alındı.
- Millî Eğitim Bakanlığı. (2018b). *Beden Eğitimi ve Spor Dersi Öğretim Programı (Ortaokul 5, 6, 7 ve 8. Sınıflar)*. Öğretim Programlarını İzleme ve Değerlendirme Merkezi: <http://mufredat.meb.gov.tr/Programlar.aspx> adresinden alındı.
- Millî Eğitim Bakanlığı. (2018c). *İlkokul Beden Eğitimi ve Oyun Dersi (1-4. Sınıflar) Etkinlik Kılavuzu*: [https://koyulhisariho.meb.k12.tr/icerikler/beden-egitimi-ve-oyun-dersi-etkinlik-kilavuzu-ilkokul-1-4-siniflar-2018-2019\\_6163027.html](https://koyulhisariho.meb.k12.tr/icerikler/beden-egitimi-ve-oyun-dersi-etkinlik-kilavuzu-ilkokul-1-4-siniflar-2018-2019_6163027.html) adresinden alındı.
- Millî Eğitim Bakanlığı. (2018d). *Beden Eğitimi ve Spor Dersi Etkinlik Kılavuzu (Ortaokul 5-8. Sınıflar)*: [http://tegm.meb.gov.tr/meb\\_iys\\_dosyalar/2018\\_04/05145719\\_beden.pdf](http://tegm.meb.gov.tr/meb_iys_dosyalar/2018_04/05145719_beden.pdf) adresinden alındı.
- Özcan, G., ve Mirzeoğlu, A. D. (2014). Beden Eğitimi Dersi Öğretim Programına İlişkin Öğrenci, Veli ve Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Görüşleri. *Amasya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(1), 98-121.
- Özçelik, D.A. (1998). *Eğitim programları ve öğretim (genel öğretim yöntemi)*. Ankara: ÖSYM Yayınları.
- Tekin, H., ve Koçyiğit, S. (2020). Öz Düzenleme Becerilerinin İlkokula Hazırbulunuşluk Üzerindeki Etkisi. *Kastamonu Education Journal*, 28(5), 1932-1945. doi: 10.24106/kefdergi.3928.
- Tuna, A., ve Kaçar, A. (2005). İlköğretim Matematik Öğretmenliği Programına Başlayan Öğrencilerin Lise 2 Matematik Konularındaki Hazır Bulunuşluk Düzeyleri. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 13(1), 117-128.
- Turaçoğlu, İ., ve Kartal, M. (2014). 9.Sınıf Öğrencilerinin Kimya Dersinde Bilişsel Hazırbulunuşluk Düzeylerinin Belirlenmesi. *Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, 21-36.
- Türkyılmaz, M. İ. (2018). *İlkokul 1. Sınıf Öğrencilerinin Sosyal Yeterlik ve Hazırbulunuşluk Becerilerinin İncelenmesi (Yüksel Lisans Tezi)*. Amasya: Amasya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Yenilmez, K., ve Kakmacı, Ö. (2008). İlköğretim Yedinci Sınıf Öğrencilerinin Matematikteki Hazır Bulunuşluk Düzeyi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 16(2), 529-542.
- Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2018). *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri (11 b.)*. Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Yıldız, M. (2021). Din Kültürü ve Ahlak Bilgisi (4-8) Öğretim Programı'ndaki Bilişsel Kazanımların Yenilenmiş Bloom Taksonomisine Göre İncelenmesi. 19, s. 307-342.
- Zorluoğlu, S. L., Şahintürk, A., ve Bağrıyanık, K. E. (2017). 2013 Yılı Fen Bilimleri Öğretim Programı Kazanımlarının Yenilenmiş Bloom Taksonomisine Göre Analizi ve Değerlendirilmesi. *Bartın Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 6(1), 1-15.