

**SALİHLİ FUTBOL OKULUNDA VERİLEN EĞİTİMİN 7–11 YAŞ
ARASI ÖĞRENCİLERİN ÖZBAKIM BECERİLERİNİN
GELİŞİMLERİNE ETKİLERİ**

Koray KÖSE

**Celal Bayar Üniversitesi
Sağlık Bilimleri Enstitüsü
Beden Eğitimi Öğretmenliği Anabilim Dalı
Beden Eğitimi ve Spor Öğretimi Bilim Dalı
YÜKSEKLİSANS TEZİ
Olarak hazırlanmıştır.**

Danışman: Yrd. Doç. Dr. Hüseyin ÇAMLIYER

Manisa- 2013

**SALİHLİ FUTBOL OKULUNDA VERİLEN EĞİTİMİN 7-11 YAŞ
ARASI ÖĞRENCİLERİN ÖZBAKIM BECERİLERİNİN
GELİŞİMLERİNE ETKİLERİ**

Koray KÖSE

**Celal Bayar Üniversitesi
Sağlık Bilimleri Enstitüsü
Beden Eğitimi Öğretmenliği Anabilim Dalı
Beden Eğitimi ve Spor Öğretimi Bilim Dalı
YÜKSEKLİSANS TEZİ
Olarak Hazırlanmıştır.**

Danışman: Yrd. Doç. Dr. Hüseyin ÇAMLIYER

Manisa- 2013

YÜKSEKLİSANS TEZ SINAVI TUTANAĞI

Beden Eğitimi Öğretmenliği Bölümü Anabilim Dalı, Beden Eğitimi Ve Spor Programı Yüksek Lisans öğrencisi Koray KÖSE' nin Yüksek Lisans tezi olarak hazırladığı " Salihli Futbol Okulunda Verilen Eğitimin 7-11 Yaş Arası Öğrencilerin Özbakım Becerilerinin Gelişimlerine Etkileri " başlıklı bu çalışma jürimizce Lisansüstü Eğitim Öğretim Yönetmeliğinin ilgili maddeleri uyarınca değerlendirilerek kabul edilmiştir.

Bilgilerinize arz ederim.

Jüri Üyesi :

İmza

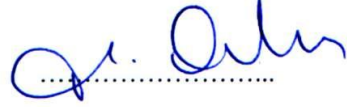
Yrd. Doç. Dr. Hüseyin ÇAMLIYER (Tez Danışmanı)



Doç. Dr. Mehmet GÖRAL (BESYO Öğretim Üyesi)



Yrd. Doç. Dr. Murat ÖZŞAKER (BESYO Öğretim Üyesi)



Celal Bayar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yönetim Kurulu'nun/...../..... tarih ve sayılı kararıyla onaylanmıştır.

Enstitü Müdürü

.../.../2013

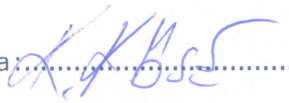
T.C
YÜKSEKÖĞRETİM KURULU
ULUSAL TEZ MERKEZİ

TEZ VERİ GİRİŞİ VE YAYIMLAMA İZİN FORMU

Referans No	10018981
Yazar Adı / Soyadı	KORAY KÖSE
Uyruğu / T.C.Kimlik No	TÜRKİYE / 43195710606
Telefon	5354860830
E-Posta	koray_45@hotmail.com
Tezin Dili	Türkçe
Tezin Özgün Adı	SALİHLİ FUTBOL OKULUNDA VERİLEN EĞİTİMİN 7?11 YAŞ ARASI ÖĞRENCİLERİN ÖZBAKIM BECERİLERİNİN GELİŞİMLERİNE ETKİLERİ
Tezin Tercümesi	SALİHLİ TO SCHOOL FOOTBALL SKILLS development of self-care EFFECTS OF EDUCATION STUDENTS AGED 7-11
Konu	Eğitim ve Öğretim ; Spor
Üniversite	Celal Bayar Üniversitesi
Enstitü / Hastane	Sağlık Bilimleri Enstitüsü
Bölüm	Beden Eğitimi ve Spor Bölümü
Anabilim Dalı	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı
Bilim Dalı	Beden Eğitimi ve Spor Öğretimi Bilim Dalı
Tez Türü	Yüksek Lisans
Yılı	2013
Sayfa	116
Tez Danışmanları	YRD. DOÇ. DR. HÜSEYİN ÇAMLIYER 39079646970
Dizin Terimleri	
Önerilen Dizin Terimleri	
Kısıtlama	Yok

Yukarıda bilgileri kayıtlı olan tezinin, bilimsel araştırma hizmetine sunulması amacı ile Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi Veri Tabanında arşivlenmesine ve internet üzerinden tam metin erişime açılmasına izin veriyorum.

22.10.2013

İmza: 

İÇİNDEKİLER

İÇİNDEKİLER	5
ÖZET	8
SUMMARY	9
TEŞEKKÜR	10
KISALTMALAR DİZİNİ	11
ŞEKİLLER	12
ÇİZELGELER DİZİNİ.....	13
GRAFİKLER	14
1. GİRİŞ	15
1.1. Araştırmanın Amacı	17
1.2. Araştırmanın Önemi	17
1.3. Hipotezler/ Denenceler	19
1.4. Problem Cümleleri	19
1.5. Sayıtlar	20
1.6. Araştırmanın Sınırlılıkları	20
1.7. Konu İle İlgili Yapılmış Çalışmalar.....	20
2. KURAMSAL TEMELLER VE LİTERATÜR.....	22
2.1. Öğrenme Kuramları	22
2.1.1. Sosyal Öğrenme.....	22
2.1.2. Sosyal Bilişsel Kuramın Eğitim Açısından Önemi.....	23
2.2. Beden Eğitimi Öğretim Programları.....	24
2.3. Hareket Ve Spor Eğitim.....	28
2.4. Beden Eğitimi, Spor ve Hareket Eğitimi Kavramları.....	29
2.4.1. Beden Eğitimi	29
2.4.2. Spor.....	29

2.4.3.	Hareket Eğitimi Aracı Olarak Spor	30
2.5.	Beden Eğitiminin Fiziksel Gelişimindeki Rolü.....	31
2.6.	Beden Eğitiminin Zihinsel (Bilişsel) Gelişimindeki Rolü	31
2.7.	Beden Eğitiminin Duygusal Ve Toplumsal (Duyuşsal) Gelişimindeki Rolü.....	32
2.8.	Spor Organizasyonları	35
2.9.	Öğrenim Standartları.....	37
2.9.1.	Beden Eğitimi Dersinin Kapsamı	40
2.9.2.	İlköğretim Beden Eğitimi Öğrenme Ve Alt Öğrenme Alanları	40
2.9.3.	Okul Dışı Etkinliklerin Kapsamı Ve Amacı	43
2.10.	Takım sporları.....	44
2.10.1.	Takım Sportu olarak Futbol	45
2.10.2.	Spor Takımların da Etkileşim, İletişim, Ait Olma	47
2.10.3.	Öz Güvenin Artmasında Sportun Rolü	49
2.10.4.	Bireyin Toplumsallaşmasında Sportun Etkisi.....	50
2.10.5.	Çocukluk Çağında Karşılaşılan Davranış Bozukluklarının Giderilmesinde Sportun Tedavi Edici İşlevi.....	51
2.11	7-11 Yaş Çocuklarda (Latent İşlemler Dönemi) Gelişim Özellikleri...51	
2.11.1	7-11 Yaş Çocuklarda Fiziksel Gelişim	51
2.11.2	7-11 Yaş Çocuklarda Bilişsel Gelişim	52
2.11.3	7-11 Yaş Çocuklarda Benlik Gelişimi.....	53
2.11.4	7-11 Yaş Çocuklarda Duyuşsal Gelişim	55
2.11.5.	Duyuşsal Gelişim İçin Öngörülen Hareket Eğitimi Kapsamı.....	57
2.11.6.	Bilişsel – Duyuşsal – Sosyal Gelişim İçin Öngörülen Hareket Eğitimi Kapsamı.....	58
2.11.7.	9-11 Yaş Arası Duyuşsal Gelişim İçin Öngörülen Hareket Eğitimi Kapsamı.....	59

2.12	7-11 Yaş Okul Çağı Çocuklarda Arkadaş İlişkileri	59
2.13	7-11 Yaş Çocuklarda Davranış Geliştirme.....	61
2.14	Öz-Bakım.....	61
2.14.1.	Futbol ve Öz-Bakım	62
2.14.2.	Öz-Bakım Becerisinin Bir Davranış Olarak Önemi	63
3.	GEREÇ VE YÖNTEM.....	66
3.1	Yöntem.....	66
3.2.	Çalışmada Kullanılan Gereçler	67
3.2.1.	7-11 Yaş Grubu Çocukların Öz Bakım Gözlem Formu	67
3.3.	Evren Ve Örneklem	68
3.3.1	Araştırmanın Evreni ve Örneklemi.....	68
3.3.2	Araştırmanın Deseni	68
3.3.3	Verilerin Toplanması	68
3.3.4	Verilerin İstatistiksel Analizi	69
4.	BULGULAR.....	70
5.	TARTIŞMA	83
6.	SONUÇ VE ÖNERİLER.....	94
6.1.	Sonuç	94
6.1.	Öneriler	95
6.1.1.	Uygulamaya Yönelik Öneriler	95
6.2.2	Araştırmaya Yönelik Öneriler:	96
	KAYNAKÇA.....	97
	EKLER	103
	ÖZGEÇMİŞ.....	116

ÖZET

Eğitim temel amacı çocuğu-bireyi-toplumu yetenek ve kapasitesi doğrultusunda çok yönlü geliştirmek ve onlara istendik tür davranışlar sergileyebilen sosyal uyum içinde davranabilen bir form kazandırabilmektir. Bu açıdan verilen her türlü eğitimin yapısı ve biçimi ne olursa olsun bu bütünsel uyum korunmalıdır. Bu araştırmada da vitrinde futbol eğitimi olsa da sonuçta çocuğun gelişimi için bu durum sadece bir araç olmak durumundadır. Çocuğun yaşına ve hazır bulunuşluk düzeyine bağlı olarak fiziksel temel beceriler gelişirken verilen eğitim sürecindeki yönlendirici manipölasyonlara da bağlı olarak özbakım becerileri sosyalleşmeye bağlı olarak geliştirilmeye çalışılmıştır.

Bu araştırmanın evrenini Manisa ili Salihli ilçesinde bulunan 7-11 yaş grubu özel bir futbol okulu öğrencileri oluşturmaktadır. Örneklem olarak 7-11 yaş grubu toplam 53 öğrencinin tümü çalışmaya alınmıştır.

Bu öğrencilerle yapılan uygulamalar süresince, yaratılan sosyalleşme ortamı kullanılarak eğitim sürecinin her bölümü fırsat eğitimi şeklinde değerlendirilmiştir. Farkındalık yaratma, ilişkilendirme, açıklama, tanımlama, sorgulama, uygulama, örnek olay gösterme, sorumluluk verme, oto kontrol vb. gibi bir çok kavramın içi yaparak yaşayarak doldurulmuş ve yaşamla yapılandırılmıştır.

Araştırmada kullanılan 1-5 puan arasında velilerin gözlemleri derecelendirilmiştir, bu işlem ön-test ve son-test şeklinde ailelere birebir sorularak uygulanmıştır. Ailelerin verdikleri cevaplar çocuklarını bu süreçte gözlemlmelerine dayanmaktadır. Bu yolla elde edilen veriler SPSS (Statistical Packet for Social Sciences Version 16) programında analiz edilmiştir. Elde edilen değerlerin anlamlılık derecesi $p<0.05$ olarak alınmıştır.

Araştırmanın sonucunda, ön-test ve son-test uygulaması arasında anlamlı düzeyde farklılık tespit edilmiş ve bireylere öz-bakımla yapılandırılarak verilen sportif eğitimin sosyalleşmeyi etkileyerek öz-bakım becerilerinde olumlu değişimler sağladığı ve benimsendiği görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Futbol eğitimi, Öz-bakım, Sosyal Öğrenme, Spor okulu, Antrenör.

SUMMARY

The main purpose of education in accordance with the child's ability and capacity-individual-society to develop a versatile and desired them to act in such a form of social cohesion kazandırabilmektir behavior has on display. In this respect, the structure and form of any type of education should be protected no matter what the overall harmony. Although the result of this study showcases football training for the development of the child must be just a tool in this situation. Depending on the child's age and level of readiness to develop the basic skills of physical manipulations, depending on the training process, the router attempts to develop self-care skills, depending on socializing.

The population of this research is in the district of Manisa Salihli 7-11 age group is a special football school students. All of a total of 53 students in the sample group of 7-11 years were recruited.

These applications are made with the students during each part of the training process using the medium of socialization opportunities created in the form of training were evaluated. Awareness raising, association, description, identification, inquiry, application, case studies, showing responsibility making, self-control and so on. filled in by doing a lot like the concept and structured life.

Observations used in the study rated the parents of 1-5 points, the process in the form of a pre-test and post-test was applied to families asking exactly. Students to monitor their children based on their responses to families in the process. The data obtained in this way SPSS (Statistical Packet for Social Sciences Version 16) were analyzed in the program. The data obtained at significance level of $p < 0.05$ was taken.

As a result of the study, significant differences between pretest and posttest scores were determined and individuals practice self-care, self-care skills in configuring affecting the sport socialization of education provided and the positive changes was adopted.

Key Words : Football training, Self-care, Social Learning, Sports school, Coach.

TEŞEKKÜR

Yüksek Lisans dönemimde ve tez dönemim boyunca bana her konuda yardımcı olan Sayın Yrd. Doç. Dr. Hüseyin ÇAMLIYER' e, istatistiksel analiz konusunda yardımcı olan Sayın Yrd. Doç. Dr. Yavuz YILDIZ' a, Sayın Yrd. Doç. Dr. Mümine SOYTÜRK' e, futbol okulu öğrencilerime ve ailelerine, bana her konuda destek olan aileme sonsuz teşekkürler...

Koray KÖSE



KISALTMALAR DİZİNİ

$\bar{X}$	: Ortalama
%	: Yüzde
BESYO	: Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu
N	: Araştırma Grubu Sayısı



ŞEKİLLER

Şekil 1: İlköğretim Beden Eğitimi Öğrenme Ve Alt Öğrenme Alanları Sayfa: 37



ÇİZELGELER DİZİNİ

Tablo 1: MEB Öğretim Programları	26
Tablo 2: Ön-test ve son-test verilerinin genel dağılım	70
Tablo 3: Yardımsız Giyinebilme Durumuna ilişkin Wilcoxon işaretli sıra testi sonucu .	71
Tablo 4: Grup ve Ekip Oyunlarına Katılma Durumuna İlişkin Wilcoxon işaretli sıra testi Sonucu	73
Tablo 5: Günlük Olaylara İlgi Duyma Durumuna İlişkin Wilcoxon işaretli sıra testi sonucu.....	74
Tablo 6: Çalışmalara Tek Başına Gidebilme Durumuna İlişkin Wilcoxon işaretli sıra testi Sonucu.....	75
Tablo 7: Kendi başına Banyosunu Yapabilme Durumuna İlişkin Wilcoxon işaretli sıra testi Sonucu.....	77
Tablo 8: Tek Başına Çantasını Hazırlama Durumuna İlişkin Wilcoxon işaretli sıra testi Sonucu	79
Tablo 9: Dişlerini Düzenli Fırçalama Durumuna İlişkin Wilcoxon işaretli sıra testi Sonucu	80
Tablo 10: Uyarılmadan Ellerini Yıkama Durumuna İlişkin Wilcoxon işaretli sıra testi Sonucu	81
Tablo 11: Yaş gruplarında görülen toplam değerler açısından değişim tablosu.....	82

GRAFİKLER

Grafik 1: Yardımsız Giyinebilme Durumu	69
Grafik 2: Grup ve Ekip Oyunlarına Katılma Durumu.....	70
Grafik 3: Günlük Olaylara Belirgin İlgi Duma Durumu	71
Grafik 4: Çalışma Alanına Tek Başına Gidebilme Durumu.....	72
Grafik 5: Kendi Başına Banyosunu Yapabilme Durumu	73
Grafik 6: Tek Başına Çantasını Hazırlama Durumu	74
Grafik 7: Dişlerini Düzenli Fırçalam Durumu.....	75
Grafik 8: Uyarılmadan Ellerini Yıkama Durumu	76



1. GİRİŞ

İnsan canlı bir varlık olarak gelişimini sürdürürken bulunduğu ortamda hareketlilik içindedir.

İnsanoğlu dünya tarihinde hiç bu çağda olduğu kadar hareketsiz ve çeşitli streslerle dolu bir yaşam geçirmemiştir. İnsanların yarattığı hızlı taşıt araçları ve iletişim teknikleri hızlı şehirleşme, sanayileşme gibi karmaşık nedenler “uygar” dediğimiz bu dünyada insanların büyük çoğunluğu sosyal ve psikolojik baskılar altında, gergin, sorunlu ve yavaş bir yaşam stilini benimsemek zorunda bırakmıştır. Çoğu zaman hareketsiz ve bunalım dolu bir çevrede yaşamak, insan organizmasını ve ruhsal dengesini hızla geriletebilmektedir. İnsanların bedenlen aktif olabildiği ve organik dinamiğini koruyabildiği kırsal yaşantının yerini, büyük bir hızla kentleşmenin kirli, sıkışık, bunaltıcı ve sağlıksız koşulları almakta ve insanlar giderek daha da tembelleşen bir yaşantıya itilmektedir (1).

Spor hareketlerinde ritim, insanın varlığını oluşturan bedensel, tinsel ve zihinsel süreç ve güçlerin motorik bir eşgüdümü ve işlevsel bir entegrasyonudur. Ritimde insan hareket performansının niteliği ve niceliği birlikte gözükür. İnsan hareketlerindeki ritim, bedenlen ifadesi olarak “ben”in ifadesidir. Hareketin ritminde, hareketin doğallığı, ekonomisi, organik bütünlüğü, yapısı, zaman ve mekan boyutu, vurgusu, dinamikliği ve akıcılığı gibi estetik değer ve öğeler kendini yansıtır. Tüm bu özellik ve nitelikler müzik eşliğinde yapıldığında daha anlamlaşır (2).

Günümüzde sporun gittikçe yaygınlaşması ve değişik alanlarda çalışan insanların ilgi duyduğu bir uğraş haline dönüşmesi, sporun gerçekten önemli bir sosyal olgu olduğunu göstermektedir (3).

Sportif faaliyetler toplumda manevi bakımdan yalnızlığı da önlemektedir. İnsan ilişkilerinin geliştirilmesinde spor hem ferdi, hem sosyal açıdan etkili olmaktadır. Spor sadece ferden fiziki ve psikolojik güçlenmesi için sürdürülen eğitici bir faaliyet değildir. Bunun yanı sıra sorumluluk ve iş birliği eğilimi ile düzen sağlama kabiliyetini ortaya çıkarak ferden sosyalleşmesine de katkıda bulunmaktadır. Ayrıca spor insan ve toplum

ilişkilerini geliştirdiği gibi toplumun yücelmesinde de önemli bir araç olarak değerlendirilmektedir (4).

Yapılan çalışma bir anlamda sosyalleşerek bireylerin toplumsal birliktelik içinde kendi öz benliklerini kazanma, uyarılma, uygulama ve toplum içerisinde hareket ve düzen eğitimi öğrenmeyi kapsamaktadır. Dolayısıyla birey öz-bakım beceri gelişimi ile tüm bu olgulara sahip olarak davranışlarını değiştirecek ve kendisi ile barışık toplum kurallarına uyan bir kişi olacaktır.

Bireyler belli bir tutum konusunu olumlu-olumsuz, ödüllendirici-cezalandırıcı biçiminde ilişkilendirebilmektedir. Kişi, bir tutum konusu ile karşılaşınca ya bunu kendisi deneyim yaşayarak kazanacak veya dışarıdan gözlemleme yoluyla kazanacaktır. Duyuşsal özelliklerin çoğu doğuştan getirilmesine karşın, birçok özellik çocukluk dönemlerindeki etkileşimlerde birbirine aktarılmaktadır. Birçok eğitim psikologuna göre duyuşsal özellikler, özellikle tutumlar, klasik şartlanma, operant şartlanma, model alma ve gözlemleme yolu ile kazanılabilmektedir (5).

Olumlu benlik bilincine sahip olmak, insanın kendine değer vermesine, kendine güvenmesine ve yeteneklerini geliştirmesine katkısı vardır. Olumlu benlik bilinci, kendini değerli ve güvende hissetme, yetkin olma, bir insanın başarı potansiyelini, ilişkilerini, kişisel hedeflerini doğrudan etkiler (6).

Briggs ve Geylani (2000)'ye göre çocuk dünyaya gözlerini benlik bilinçsizliğiyle açar. Benlik bilincinin gelişmesi; “Ben, ben olduğum için değerliyim, sevmeye layığım ve ben yaşamda karşılaşılabileceğim sorunların üstesinden gelme konusunda yeterliyim.” Mesajını öncelikle anne babasından ve ya onunla en çok vakit geçiren yetişkinlerin davranışlarından, söylediklerinden ve çocuğa duygusal yaklaşımlarından alır. Böylece çocuk bilinç kazanmaya başlar. Benlik bilinci öz-saygı, öz-değer, öz-sevgi, öz-sorumluluk, öz-güven kavramlarının tümünü içerir (7).

Uzmanlar tarafından bir oyun olarak kabul edilen futbolu, uluslar tarafından gençlerini, ruhen ve bedenen sağlıklı kılması yanında sosyolojik ve psikolojik açıdan da gelişmelerindeki olumlu etkileri ile bir eğitim vasıtası olarak kabul edilmektedir (8).

Futbol; çocuğun, gencin, yetişkinin fiziksel ve ruhsal olarak gelişimini, olumlu yönünde desteklerken, kişilik gelişimini de bir eğitim aracı olarak güçlendirmektedir. Öğrencilerin enerjisini olumlu yönde değerlendirerek, bir gruba ait olma, grup için-de davranış gösterme, iş birliği yapma, lidere ve kurallara uyma, neşeyi ve kederi paylaşma, kendisine ve arkadaşlarına saygı duyma, kendine güven duyma vb. duygular vasıtasıyla, toplumsal yaşamda, önemli bir görevi gerçekleştirmektedir (9).

Sosyal gelişme, kişinin sosyal uyarıcıya, özellikle grup yaşamının baskı ve zorluklarına karşı, duyarlılık geliştirmesi, grubunda yada kültüründen, başkaları ile geçinmesi onlar gibi davranmasıdır. İnsan belli bir zamanda belli bir sosyal ve kültürel ortamda doğar ve sosyalleşme süreci içerisinde çevresine ve topluma uyum çabası gösterir. Bu çaba önce aile sonra okul daha sonra meslek ortamı içinde devam eder. Gelişme, büyümeden farklı olarak bünye ve nitelikçe değişimleri içerir. İnsan gelişiminde olgunlaşma ve öğrenme iç içe oluşur. Gelişim bireyler arasında tempo farkı gösteren çeşitli yönlerden dayanışma halinde oluşan karmaşık bir süreçtir. Bu süreci iç ve dış faktörler etkiler. Sosyal gelişim bireyin davranışlarına bakarak değerlendirilebilir. Gelişim söz konusu olduğuna göre belli bir ilerleme görülmesi gerekir. Bu ilerlemede değişimler süreç içerisinde kolaydan zora, basitten karmaşığa gider (10).

Bu çalışmada Salihli Futbol Okulunda verilen eğitimin 7–11 yaş arası öğrencilerin öz bakım becerilerinin gelişimlerine etkileri incelenmiş ve buna ilişkin sonuçlar çıkarılmıştır.

1.1. Araştırmanın Amacı

Salihli futbol okulunda verilen futbol ve oyun eğitiminin 7–11 yaş arası çocukların öz bakım becerilerinin ne ölçüde gelişebileceğini saptamak bu çalışmanın amacını oluşturmaktadır.

1.2. Araştırmanın Önemi

Spor yapmak yalnızca bir bedensel uğraş olmayıp aynı zamanda sosyalleşme ve topluma uyma sürecidir. Spor bir kurallar dizisi ile sınırlandırılmıştır. Ayrıca taşıdığı özelliklere göre gruba uyma, uyum sağlayabilme gibi özellikleri de gerektirir.

Herkes, her zaman toplumda yaşamak, başkalarıyla ilişki kurmak ve sosyal roller icra etmek zorunda olduğu için sosyolojik bilgi her kariyer ve meslek için

yararlıdır. Öğrenciler de toplumun birer üyesi olarak öğrenimlerini tamamladıktan sonra değişik statü ve rollerde toplumsal yaşamlarını sürdürecekler. Okul yıllarından sonra başarılı ve etkili olmaya çalışırken toplumsal bilgiler onlara yol gösterir. Özellikle öğretmenlik, hukuk, siyaset, gazetecilik, pazarlamacılık gibi direk olarak insanlarla ilgili mesleklerde çalışacak olanlar için toplumsal bilgiler mutlu ve başarılı olabilmelerinin önkoşulu olarak kabul edilebilir (11).

Çocukların şahsiyetlerinin ana unsurları ailede teşekkül eder. Çocuğun, doğduğu andan itibaren sosyal bir kişilik kazanması, ailesinin vereceği eğitim sayesinde olur. Çocuk toplumun değerlerini, gelenek ve göreneklerini ilk defa ailesinde görür. Bunlar, onun sosyalleşmesinde önemli rol oynar. Günümüzde, her ne kadar çocuğun örgün eğitim görevini, devlet üzerine almış olsa da, ailenin desteği olmadan bunu başarabilmesi mümkün görünmemektedir. Çünkü çocuk, gününün önemli bir kısmını ailesinin yanında geçirmektedir. Bu sebeple, çocuğu okula hazırlamak, okul dışında eğitimini desteklemek ailenin en önemli görevlerinden birisidir (12).

Oyun bir kültür iletişim aracının alıştırmalarıdır. Çocuk oyun oynarken kendi çevresindeki araçları kullanır. Oyuncakların araç ve gereçlerin kullanımı sırasında çocuk vücut organları ve kaslarını kontrollü kullanmayı öğrenir. Yaş ilerledikçe çocuklar daha çok başkaları ile birlikte oynamak ve sosyal etkileşim kurmak ister. Sosyalleşmenin artmasıyla birlikte oyunlar da karmaşıklaşır ve buna bağlı olarak sosyal gelişim arttıkça oyun kurma ve oynama da zorlaşır. Oyunlar yolu ile çocuklar kendileri ve başkaları hakkında bilgi sahibi olurlar. Kendi kapasite ve sınırlılıklarını büyüklere olan farklılıklarını öğrenirler. En önemlisi çocuklar oyun yolu ile yaşamlarını organize etme ve denetleme alışkanlığını geliştirebilirler (13).

Günümüzde hızla gelişen teknoloji, insan gücüne duyulan gereksinmeyi giderek azaltmış ve bunun sonucu olarak insanın doğal yapısına uymayan bir yaşam biçimi ile birlikte iş ve sosyal çevreden gelen baskılar, stresler, dolaşım ve solunum sistemi hastalıklarını, özellikle gelişmiş ülkelerde başta gelen ölüm nedenleri arasına sokan faktörlerdir. Spor, çağdaş insanın karşısına dikilen bu tehlikeye karşı dinamik, güncel yaşamın getirdiği streslerden uzak bir ortam yaratarak çözüm getirmekte ve kazandırdığı sağlıklı yaşam biçimiyle de koruyucu tıbbı yardımcı olmaktadır. Sporun bu işlevi yanında kişilerin sosyal ve bireysel karakter gelişimi üzerinde de olumlu etkileri açıktır. Bu nedenle gelişmiş ülkelerde spora büyük önem verilmekte ve erken

yaşlardan başlayarak çocuklara spor ve beden eğitimi programları uygulanmaktadır (14).

Bu çalışma bir futbol okulunda verilen 4 aylık eğitimin 7–11 yaş arası çocukların bir sosyal beceriler örüntüsü olan öz-bakım becerinin öğrenilmesinin ve geliştirilmesinin mümkün olacağı öngörüsü ile planlanıp uygulanmıştır. Çünkü spor sadece fiziksel gelişimi sağlamak amacıyla yapılmamaktadır. Birçok güncel araştırmada çocukların belirli bir sporu veya genel olarak spor yapmalarının psiko-sosyal çıktıları üzerinde durulmaktadır. Ancak öz-bakım becerinin futbol okulunda geliştirilmesine yönelik çalışmalara rastlanmamıştır. Uygulanan bu tür etkinliklerin davranışsal çıktısı olarak öz-bakım becerinin araştırılması bu konunun önemini oluşturmaktadır.

1.3. Hipotezler/ Denenceler

7-11 yaş grubunda yapılan ve 4 ay süreli okul dışı “futbol eğitim” çocukların öz bakım becerilerinde gelişim sağlamaya yardımcı olur.

1.4. Problem Cümleleri

- 1- 7-11 yaş grubunda çocuklar öz bakım becerisi olarak kendileri yardımsız giyinebilirler mi?
- 2- 7-11 yaş grubunda çocuklar öz bakım becerisi olarak grup ve ekip halindeki oyunlara katılabilirler mi?
- 3- 7-11 yaş grubunda çocuklar günlük olaylara belirgin bir ilgi duyabilirler mi?
- 4- 7-11 yaş grubunda çocuklar Spor Yapılan Alana Kendi Başına Gidebilir mi?
- 5- 7-11 yaş grubunda çocuklar Takip ve Kontrol Olmaksızın Banyosunu Kendi başına Yapabilir mi?
- 6- 7-11 yaş grubunda çocuklar Yardım Olmaksızın Kendi Başına Çantasını Hazırlar mı?
- 7- 7-11 yaş grubunda çocuklar Dişlerini Düzenli Olarak Fırçalar mı?
- 8- 7-11 yaş grubunda çocuklar Kendisine Söylenmeden Ellerini Yıkar mı?

1.5. Sayıtlar

7-11 yaş grubu çocuk velilerinin anketi içtenlikle ve gerçeği yansıtacak şekilde cevapladıkları varsayılmıştır.

1.6. Araştırmanın Sınırlılıkları

Bu araştırmada belirlenen amaç doğrultusunda Manisa ili, Salihli ilçesinde faaliyet gösteren özel bir futbol okulunda 7-11 yaş grubu 53 öğrenciden oluşan tek bir okulla sınırlandırılmıştır. Bu durumun temel gerekçesi aynı amaca yönelik farklı okullarda aynı yaş gruplarına futbol eğitimi veriliyor olsa da, verilen eğitimin kapsamı açısından araştırmaya temel olabilecek standardı yakalayabilmek mümkün olamayacağı düşüncesidir.

1.7. Konu İle İlgili Yapılmış alışmalar

Ender Durualp (2010) yılında “*Altı yaşındaki çocukların sosyal becerilerine oyun temelli sosyal beceri eğitiminin etkisinin incelenmesi*” adlı çalışmasında altı yaş grubu çocuklara sekiz hafta süresince haftada üç kez Oyun Temelli Sosyal Beceri Eğitimi Programı uygulanmıştır. Bu uygulamanın çocuklardaki sosyal becerilerine nasıl etki ettiğini belirlemeye çalışmıştır. Uygulama programına katılan deney grubunun sosyal becerileri anlamlı düzeyde ($P<0.001$) değişim saptamıştır.

Serap Demiriz ve ağlayan Dinçer (2001) yılında yapmış oldukları “*Okul ncesi dönem çocuklarının öz bakım becerilerinin annenin çalışıp çalışmama durumuna göre incelenmesi*” konulu çalışmasında, çocukların yemek yeme, giyinme – soyunma, temizlik, tuvalet, tertip-düzen gibi öz bakım becerileriyle ilgili birçok davranış kazanma düzeyi ile annelerin çalışıp-çalışmama durumları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur. alışan anne çocuklarının öz bakım toplam puanlarının çalışmayan anne çocuklarından daha yüksek olduğu saptanmıştır.

R.Don Horner ve İngo Keilitz (1975) yılında “*Training Mentally Retarded Adolescents To Brush Their Teeth*” (Zihinsel Engelli Ergenlilerin Diş Fıralaması Eğitimi) konulu çalışması engellilerin diş fırçalama alışkanlıkları kendilerine bir model oluşturularak öğretilmeye çalışılmış, önceleri yardımsız yapmaları istenmiş ancak daha sonra bir model oluşturularak diş fırçalama düzeylerinin geliştiği ve istatistiksel olarak pozitif yönde arttığı görülmüştür.

Nilgün Demirel (2008) “*Zihinsel Engelli Çocuklarda Denge Eğitimi Çalışmalarının Bazı Öz Bakım Becerileri Üzerine Etkisinin İncelenmesi*” adlı yüksek lisans tezin de, deney grubunun öz bakım becerilerinin öğrenme düzeylerinde ki hız, kontrol grubuna göre daha yüksek olarak tespit edilmiştir.

Betül Yavuz , Saniye Çimen (2007) “*Serebral Palsili Çocukların Öz Bakım Becerilerini Gerçekleştirme Düzeyleri Ve Etkileyen Etmenlerin İncelenmesi*” adlı çalışmasında Serebral Palsili çocukların yaş, annelerinin çocuklarının öz bakımlarına izin verme, destekleme/teşvik etme puanları ile öz bakım puanları arasında pozitif yönde, istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu, anne yaşı ile öz bakım puanların arasında ilişkinin olmadığı saptanmıştır.

Atila Cavkaytar (1999) “*Zihin Engellilere Özbakım ve Ev İçi Becerilerinin Öğretiminde Bir Aile Eğitimi Programının Etkililiği*” çalışmasında bağımsız yaşam becerileri, bireyin başkalarına bağımlı olmadan yaşamını sürdürmesi için gerekli becerileri içerir konusunu vurgulamıştır. Bu beceriler genel olarak, basan için gerekli temel beceriler, uyum için gerekli beceriler, günlük yaşam becerileri, mesleğe hazırlık ve mesleki beceriler olarak dört beceri alanına ayrılmaktadır. Öz bakım ve ev içi becerileri, günlük yaşam becerileri kapsamında yer almaktadır.

Papatya Karakurt, Rabia Hacıhasanoğlu, Arzu Yıldırım (2007) “*sağlık yüksekokulu öğrencilerinin sosyo – demografik özelliklerinin öz-bakım güçlerine etkisi*” adlı çalışmalarında öğrencilerin okudukları sınıf, anne eğitimi, ve alkol kullanma durumları ile öz-bakım gücü puan ortalamaları arasında istatistiksel anlam aranmıştır.

2. KURAMSAL TEMELLER VE LİTERATÜR

2.1. Öğrenme Kuramları

Yapmış olduğumuz bu çalışmada bireyler etkileşim içinde olduğu için Sosyal öğrenme kuramı temel alınmış ve bu kuramın gerekleri yerine getirilerek bir çalışma yapılmıştır.

2.1.1. Sosyal Öğrenme

Davranışçı yaklaşımı benimseyen kuramcılar kişiliği öğrenme alanının bir dalı olarak görür ve incelerler. Buna bağlı olarak kişilik kuramları geliştirirler. Bandura'nın "Sosyal Öğrenme Kuramı" da davranışçılık akımının etkisiyle gelişmiştir. Ama Bandura'ya göre davranışsal, bilişsel ve çevresel etkilerin sürekli birbiriyle etkileşimi sonucunda kişilik oluşur. Gözlemsel öğrenme davranışların kazanılması bakımından önemli bir olgudur (15).

Bandura'nın kuramında gözlem yoluyla öğrenme yalnızca bireyin diğerlerinin davranışlarını taklit etmesi değil, aynı zamanda etrafındaki olayları bilişsel süreçlerle kavramasıyla oluşan bilgidir. Burada gözlem yoluyla öğrenme ile taklit yoluyla öğrenme, birincisinin diğerini bazen içeren bazen içermeyen farklı kavramlardır (16).

Bandura Sosyal Psikoloji alanında da sosyalleşme süreci ile ilgili olarak öne sürdüğü görüşlerinde; kabul edilen etik standartlarının davranışlarda yol gösterici ya da engelleyici işlevi olduğunu belirtir. Birey iç kontrolü geliştiğinde davranışlarını kendi kurallarıyla düzenler. Doyum veren ve kendini değerli kılan davranışları gösterir. Toplum tarafından kendisine yönelecek cezalandırma, suçlama ve olumsuz etiketlemelerden kaçınır. Bu davranışlar bireye suçlama getirdiğinden etik kurallar içsel davranış düzenleyicisi gibi çalışmaz. Toplumdaki cezalar ve suçlamalar bireyin davranışının açığa çıkmasına engel veya bastırılmasına neden olur. Örnek olarak, derste sakız çiğnemek isteyen öğrenci, öğretmeninin bunu hoş karşılamayacağını düşünerek yapmaz. Ama başka bir öğrencinin sakız çiğnemesini öğretmen hoşgörüsüyle karşılırsa o da hemen çiğnemeye başlar, eğer tersi olursa, öğretmen diğer öğrenciyi cezalandırırsa bu davranış denemez. Bu isteğini ya da davranışını bastırır (17).

Sosyal Öğrenme kuramına göre, bireyler her zaman öğrenecekleri bilgi, beceri ya da davranış üzerinde doğrudan çalışma ya da bu bilgi, beceri ya da davranışlara ilişkin doğrudan deneyim elde etme olmaksızın diğer bireylere bu davranışları öğretilirken ya da diğer bireyler bu davranışları sergilerken onları gözleyerek de öğrenebilirler. Bu sürece gözleyerek öğrenme denir. Gözleyerek öğrenme, gözleyen kişinin diğer bireyleri, bir davranış gerçekleştirirken gözlemesiyle ve davranışın sonuçlarının gözleyen kişi tarafından gözlemesiyle olmak üzere, iki biçimde gerçekleştirilir. Gözleyerek öğrenmenin olabilmesi için ortamda bir model olmalıdır. Olumlu davranışlar gibi olumsuz davranışlarda öğrenilmektedir. Bandura, gözlem yoluyla öğrenme taklit yoluyla öğrenmenin birbiri yerine kullanılabilecek iki kavram olmadığını açıklamaktadır. Yani; gözleyerek öğrenme, basit bir taklit etme süreci değildir. Sosyal öğrenme kuramına göre öğrenme, bireyin gözledikleri kişi yada davranışları bilişsel olarak izlemesi yoluyla gerçekleşir (18).

2.1.2. Sosyal Bilişsel Kuramın Eğitim Açısından Önemi

Albert Bandura 1966'da Moskova'da yapılan XVIII. Uluslararası Psikoloji Kongresinde "Kişiliğin Gelişmesinde Başkasının Etkisiyle Olan Öğrenmenin Rolü" başlıklı makalesinde şunları söylemiştir.

Sosyal Öğrenme Kuramına dayanarak yapılan araştırmalardan elde edilen son bulgular şunu göstermektedir; virtüel olarak bütün öğrenme olayları (enstrümental yanıtların kazanılması, klasik şartlanma, davranış inhibisyonu ve sönme) başkalarının tesirine bağlı bir temel üzerinde oluşur; bu temel, sosyal modellere bağlı davranışın ve bunun pekiştirici sonuçlarının gözlenmesiyle kurulur. Bu sonuçlar, kişiliğin bazı örüntülerinin başlangıçta taklit ya da özdeşleşme yoluyla öğrenme ile kazanıldığını kabul eden kuramların gelişmesini destekler içeriktedir. Örneğin, deney yoluyla kanıtlanmıştır ki, saldırganlık, başarı standartları, peşin yargı davranışı, şartlanmış heyecan tepkileri, etik yönelmeler, sapmalara karşı direnç, ödülün ertelenmesinde iyi niyet. Bütün bunlar yetişkin ya da akran modellerin davranışını görüp etkisinde kalma yoluyla aktarılmış olur. Bir de şu bulgu vardır; gerçek yaşamdan alınmış modeller kadar bunların betimlenmeleri de aynı şekilde etki yapmaktadır, bu da şu düşünceye götürür: Radyo ve televizyon, sosyal davranışlar, durum alışlar ve değerler üzerinde, kişilik gelişmesi kuramlarında sanıldığından daha çok etkili bir kaynak olur. Çocuklar, ilişkide bulundukları her modelin kişilik karakteristiklerini tekrarlamadıkları gibi, yöneltici

kimselerin gösterdikleri her elemanı da taklit etmezler. Benzetlen davranışın içerik ve derecesinin belirlenmesinde, modelin saygınlığının, eğitim ile elde edilen niteliklerin, sosyal güçlerin, modelin davranışı sonucu olarak ceza ve ödülün çok etkili olduğu görülmüştür (18).

Öğrenciler, çevrelerinde meydana gelen olayları aynı şekilde algılamazlar. Örneğin; bazı öğrenciler olayları çevrelerinden soyutlayarak ele alırken, diğer bazıları olayları oluştukları çevre içinde değerlendirirler. Diğer yandan kişiler arası algılama farklılıklarında olduğu gibi, algılanan olayların ele alınıp işleme ve düşünme süreçleri açısından da farklılıklar mevcuttur. Verilen bu bilgilerden hareketle, öğrencilerin karşılaştıkları konuları öğrenmelerinde kullandıkları stratejilerinde farklılık gösterdiği belirtilebilir. Bu farklılıklar genel anlamda öğrenme stillerine işaret etmektedir (19).

Gözlem yoluyla öğrenme Bandura'ya göre, Miller ve Dollard'ın savunduğu, pekiştirilen bir davranışın taklit edilmesi kadar basit bir olgu değildir. Gözlemin ayrıca bireyi bilgilendirme işlevi de vardır; birey gözlemlediği davranışlardan sonuçlar çıkararak, kendine yararlı olacak durumlarda davranışı göstermektedir. Model alınan davranışlar saklanabildiğine ve değiştirilebildiğine göre gözlediği davranışların bireyin belleğine kodlanması ve kullanacağı zaman hatırlanması gerekmektedir. Bu yüzden gözlem yoluyla öğrenmenin bilişsel boyutu da önem kazanmaktadır (20).

Bandura'nın sosyal, bilişsel kuramı ya da sosyal öğrenme kuramının eğitimde pek çok uygulanabilir ilkesi bulunmaktadır. Bu kuramın ilkelerinin eğitimde uygulanması daha iyi öğretmen, daha iyi ana – baba, daha iyi öğrenci, daha iyi vatandaş, kısacası daha iyi insanlar olmamızı sağlayabilir. Yapılan bu çalışmanın da temel amacı budur. Bireyleri gelecek zamana daha iyi hazırlamak.

2.2. Beden Eğitimi Öğretim Programları

2006-2012 eğitim ve öğretim yılı ilköğretim 1-4. sınıflar beden eğitimi dersi öğretim programı kazanımları ve ders süreleri 2012 de değiştirilmiştir.

2012 yılına dek okullarda “Beden Eğitimi” dersi, 2012 den sonra ilkokullarda “Fiziki Etkinlikler” dersi adıyla okul öğretim programlarına giren dersin çıktıları olan kazanımlar karşılaştırmalı olarak tablolastırılmıştır (Tablo 1). Bu kazanımlar incelendiğinde temel dayanağı hareket ve spor eğitimi olduğu söylenebilecekken özel dayanağı da hareket ve sporun “gelişimde bir araç olarak kullanıldığını” söyleyebiliriz.

Yaptığımız çalışma da bu bağlamda sporun bireylerin sosyal anlamda gelişmesi için bir araç olarak kullanılmıştır. Bu anlamda bireylerin psiko sosyal gelişim göstermeleri için onlara sevdikleri bir etkinlik aracı olmuştur. Bizim burada kullandığımız araç da toplumsal anlamda büyük ilgi gören bir branş olan futbol kullanılmış ve bireylerdeki öz bakım beceri gelişimlerine katkı sağlanması amaçlanmıştır.



Tablo 1: MEB Öğretim Programları

Ders Adı	2006-2012 EĞİTİM VE ÖĞRETİM YILI İLKÖĞRETİM 1-4. SINIFLAR BEDEN EĞİTİMİ DERSİ ÖĞRETİM PROGRAMI	2012-2013 EĞİTİM VE ÖĞRETİM YILINDA İLKÖĞRETİM 1-4. SINIFLARDA UYGULANMAYA BAŞLANAN OYUN VE FİZİKİ ETKİNLİKLER DERSİ ÖĞRETİM PROGRAMI
K A Z A N	Öğrenme alanı: Hareket Bilgi Beceri, Alt Öğrenme Alanı: Temel Hareket Bilgi ve Becerileri- Fiziksel Etkinlik 1.1. Çevresinde hareket eden varlıkları gözlemleyerek hareketlerindeki farklılıkları ayırt eder. 1.2. Hareket ederken vücut ve alan farkındalığı gösterir. 1.3. Yer değiştirme hareketlerini yapar. 1.4. Dengeleme hareketlerini yapar. 1.5. Vücudunun farklı bölümlerini kullanarak nesneleri hareket ettirir. 1.6. Vücudunun farklı bölümlerini kullanarak nesneleri kontrol eder. 1.7. Yer değiştirme, dengeleme ve nesne kontrolü hareketlerini bir arada yapar. 1.8. Basit ritmik hareketleri bireysel, eşli ve grupla yapar. 1.9. Vücut ve alan farkındalığı, yer değiştirme, dengeleme ve nesne kontrolü gerektiren hareketlerle ilgili kavramları bilir. 1.10. Fiziksel etkinliklerde ısınma ve soğuma hareketlerini kılavuz eşliğinde yapar. 1.11. Fiziksel etkinlik sırasında vücudunda meydana gelen (kalp atışı, solunum, terleme, vücut ısı vb.) değişiklikleri fark eder. 1.12. Fiziksel etkinliklerde kullanacağı kişisel malzemeler için çanta hazırlar. 1.13. Okulundaki spor malzemelerini, spor alanlarını ve spor etkinliklerini tanır. 1.14. Farklı oyunlar bularak arkadaşlarıyla oynar. 1.15. Fiziksel etkinliklere katılmaya istekli olur. 1.16. Fiziksel etkinliklerde kuralların ve yönergelerin gerekliliğini fark eder. 1.17. Fiziksel etkinliklerde araç-gereçleri ve etkinlik alanlarını paylaşması gerektiğini fark eder. 1.18. Fiziksel etkinliklere ilişkin düşüncelerini ifade eder. 1.19. Fiziksel etkinliklerde başkalarının haklarına saygı göstermesi gerektiğini anlar. 1.20. Fiziksel etkinliklerde üstlendiği rollerin sorumluluklarını yerine getirmesi gerektiğini	Öğrenme Alanları: Hareket Yetkinliği, Aktif ve Sağlıklı Yaşam 1. Yer değiştirme hareketlerini yapar. 2. Dengeleme hareketlerini yapar. 3. Nesne kontrolü gerektiren hareketleri yapar. 4. İki ve daha fazla hareket becerisini içeren basit kuralı oyunlar oynar. 5. Ritim ve müzik eşliğinde hareket eder. 6. Vücut bölümlerinin hareketlerini tanımlar. 7. Kişisel ve genel alanını gösterir. 8. Verilen bir dizi hareketi, temel hareket beceri gruplarından (yer değiştirme, dengeleme, nesne kontrolü) uygun olanla ilişkilendirir. 9. Temel hareketleri yaparken dengesini sağlamak için vücut bölümlerini kullanarak stratejiler geliştirir. 10. Oyunu belirlenen kurallara göre oynar. 11. Oyunda kullanılan basit stratejileri / taktikleri tanımlar. 12. Sağlık ile oyun ve fiziki etkinlikler arasında ilişki kurar. 13. Oyun ve fiziki etkinliklere katılırken vücudunda meydana gelen değişiklikleri açıklar. 14. Oyuna ve fiziki etkinliklere katılırken sağlığını korumak için dikkat etmesi gereken unsurları söyler. 15. Güvenli oyun ve fiziki etkinlik ortamlarının özelliklerini söyler. 16. Oyun ve fiziki etkinliklere düzenli olarak katılır. 17. Oyun ve fiziki etkinliklere katılırken dengeli ve düzenli beslenme alışkanlığı sergiler. 18. Oyun ve fiziki etkinliklere katılırken temizlik alışkanlığı sergiler. 19. Güvenli oyun ve fiziki etkinlik ortamlarında oynar. 20. Milli bayramlar/ belirli gün ve haftaların kutlamalarında rontlar, halk dansları, oyun ve dans etkinliklerine katılır. 21. Kültürümüze ait basit ritimli halk dansları adımlarını yapar. 22. Geleneksel çocuk oyunlarımızı oynar.

I M L A R	kavrar. 1.21. Fiziksel etkinliklerde başarının tebrik edilmesi gerektiğini bilir. 1.22. Fiziksel etkinliklerde eşli ve grup çalışmalarına katılması gerektiğini kavrar. 1.23. Fiziksel etkinlikler içerisindeki rolleri izler. 1.24. Farklı fiziksel etkinlikleri yaparken kendine güven duyması gerektiğini fark eder. 1.25. Fiziksel etkinliklerde kullanılan araç -gereç ve malzemeleri amacına uygun kullanması gerektiğini fark eder. Öğrenme alanı: Etkin katılım ve Sağlıklı yaşam, 1.1. Fiziksel etkinlik sonrasında kişisel bakımını ve temizliğini kılavuz eşliğinde yapar. 1.2. Sağlığını korumak için vücudunu nasıl kullanması gerektiğini fark eder. 1.3. Fiziksel etkinlik öncesi ve sonrasında ne zaman beslenilmesi gerektiğini fark eder. 1.4. Fiziksel etkinliklerde sıvı tüketilmesi gerektiğini fark eder. 1.5. Okulunda varsa ilk yardımdan sorumlu kişileri tanır. Alt Öğrenme Alanı: Atatürk ve Ulusal Bayramlar ; 2.1. Ulusal bayramların coşkusunu rontlar, halk oyunları, dans ve spor etkinliklerine katılarak gösterir. 2.2. Atatürk'ün spor sevgisini bilir.	23. Oyun ve fiziki etkinliklerde beceri ve güçlerin farklı olabileceğini kabul eder. 24. Oyun ve fiziki etkinlikler sırasında çeşitli iletişim becerileri gösterir. 25. Doğada oyunlar oynar. 26. Oyun ve fiziki etkinliklerle ilgili çeşitli bilgi edinme yollarını kullanır.
Saat	Haftada 1 gün 2 saat	Haftada 5 gün 1'er saat

(MEB. Öğretim Programları)

2.3. Hareket Ve Spor Eğitim

Sürekli bir hareket içerisinde bulunan, sürekli olarak yenilenen, yapılaşan ve yapısızlaşan toplumsal yapı, kendi bünyesinde bulunan ve farklı özellik ve etkinliklere sahip olan toplumsal ögeler tarafından değişmeye zorlanır. Bu ögeler, genellikle ekonomideki nicel ve nitel gelişmelerin, teknolojiye ilerlemelerin ve demografik oluşumların birer sonucu olarak ortaya çıkarlar (21).

Sosyolog için sosyal değişme, sosyal yapıda meydana gelen önemli değişimlerdir. Bu tanımın içerisine yeni normlar, değerler, maddi kültür unsurları ve sembollerde meydana gelen değişimler girer. Sosyolog için küçük gruplarda meydana gelen değişimler ve moda gibi geçici değişimler önemli değildir; bunun yerine aile, ekonomi, hukuk vb. kurumlardaki değişimler, sosyal rollerdeki değişimler ve sosyal ilişkilerde meydana gelen değişimler önemlidir (22).

Temel grup ve kurumlar aile, eğitim, ekonomi, siyaset, din ve boş zaman değerlendirme form ve içerik olarak değişebilir, ama örgütlenmiş sosyal yaşamın olduğu her yerde zorunlu olarak bulunurlar (11). Tüm değişimler de geçicidir. Heraclius'un dediği gibi, değişmeyen tek şey değişmedir, bunun dışında dünyada hiçbir şey sabit değildir.

Hareket çocuk yaşamının odak noktasıdır. Hareketler yoluyla onlar çevresindekilere nasıl davranacaklarını, nasıl etkileşimde bulunacaklarını, nasıl tepkide bulunacaklarını öğrenir. Hareket onların çevresindeki dünyayı keşfetme ve dolayısıyla bilgilenmeleri aşamasında temel araçtır. Hareket sadece çocukların değil insan yaşamının en önemli unsurudur. Yaşam hareketle özdeşleşir. Vücudumuzun yer değiştirmeye ilişkin en hareketsiz olduğu durumlarda bile, beynimiz önceki ve sonraki durumlarla ilgili zihinsel ve devinişsel tasarımlar üretme yoluyla sürekli hareketlidir (23).

Hareket, bir bütün olarak gelişmenin topluma en iyi şekilde uyum sağlayabilmenin merkezidir. Bedensel ve zihinsel özellikler birbirinden ayrı tutulmadan bir bütünlük içinde ala alınması gerekmektedir. Duyu organlarımız yoluyla algı ve düşüncelerimizi, düşüncelerimiz de kaslarımızı kullanarak vücudumuzu harekete

geçiririz. Bu bütünlük ve ilişki içerisinde kaslarımızı kullanarak vücudumuzu harekete geçiririz. Tüm bu verilere bağlı olarak, spor yapmaya yönelik hareket etme yeteneğinin geliştirilmesi çocuğun genel gelişime en büyük katkısı sağlayacaktır (24).

2.4. Beden Eğitimi, Spor ve Hareket Eğitimi Kavramları

2.4.1. Beden Eğitimi

Beden Eğitimi, bireyin fiziksel aktiviteler aracılığıyla, psikomotor, bilişsel ve toplumsal alanda gelişimine katkıda bulunan bir süreçtir.

İnsanın, toplum kurallarına uygun olarak yaşaması, birbiriyle olan ilişkilerinin iyi örneğini verebilmesi, yardımsever, insan haklarına saygılı, dürüst davranması, zeki, ruhsal ve fiziksel yapı itibarıyla sağlıklı olmasıyla bağlantılıdır.

Beden Eğitimi, insanın sosyalleşebilmesi ve kişiliğini bulup doğru bir çizgi üzerinde yol almasında büyük bir rol oynar. Kısaca beden eğitimi, bireyin beden sağlığını, ruh sağlığını, bedensel becerilerini geliştirmeye yönelik, gerektiğinde çevresel koşullara ve katılımcıların özelliklerine göre değiştirilebilen esnek kurallı oyuna, jimnastiğe, spora dönük alıştırma ve çalışmaların tümünü kapsayan geniş tabanlı bir etkinliktir. Beden eğitimi, bireyin, büyüme gelişme davranışlarını sağlayan güçlü bir eğitim alanıdır. Beden eğitimi, bireyin beden ve ruh sağlığının gelişmesi için yapılan hareketlerin bütünüdür (25).

2.4.2. Spor

Spor, resmi kurallara bağlı ve birbirleriyle rekabet halinde olan bireyler tarafından yapılan (oynanan) fiziksel aktiviteler bütünüdür.

Spor, beden eğitimi faaliyetlerini özelleştirerek çeşitli branşlar da somutlaşmış, üst düzeyde yapıldığında fizyolojik, psikolojik, estetik, teknik özellikleri gerekli kılan yarışmaya dayalı ve katı kurallarla çevrili bir etkinliktir. Görünürdeki en çarpıcı amacı (beden eğitimi ile taşıdığı eş amaçlar dışında) yarışmak ve kazanmaktır (26).

2.4.3. Hareket Eğitimi Aracı Olarak Spor

Tüm dünyada eğitimin temel amacının, eğitilen ferde içinde yaşadığı toplumun değerlerinin aktarılması, uzun vadede onu toplumun yetkin, dengeli ve üretken bir üyesi haline getirmek, dolayısıyla da toplumsal entegrasyonu temin etmek ve sürdürmek olduğu açıktır. Ancak her ülke kendi eğitim politikasına göre eğitimin amaçlarını, süresini ve kapsamını belirleyerek uygular. Beden Eğitimi ve Sporu tam bir program içinde uygulamaya başlayan ve bunu genel eğitim sisteminin bir parçası sayan ilk ulus, eski Yunanlılardır. Yeniçağlarda, Beden Eğitimi ve Sporu sistemli bir hale getiren ilk ülke ise Almanya olmuştur. Gerçekten, spordan günümüzde hem sosyalleşme ve sosyal dayanışma süreçlerini oluşturma, hem de bu süreçlerde erişilen hususları korumanın; yani, sosyal entegrasyonun aracı olarak yararlanılmaktadır. Sivil toplum örgütlerinin etkin bir biçimde fonksiyonel olduğu günümüz Almanya'sında her dört yurttaştan birin bir spor kulübünün aktif üyesi oluşu, bu ülkede engelliler ve hatta çocuklu annelere yönelik spor programlarının varlığı, çağdaş endüstriyel bir toplumda sporun yerini göstermektedir (13).

Ülkemizde de spor temel eğitim programı içinde beden eğitimi dersleri ile yerini almıştır. Beden Eğitimi derslerinin amacı ise; Atatürk İlke ve İnkılâpları, Anayasa, Milli Eğitim Temel Kanunu ve Türk Milli Eğitimin temel amaçları doğrultusunda; öğrencilerin gelişim özellikleri de göz önünde tutularak, onların kişisel ve toplumsal yönden sağlıklı, mutlu, iyi ahlaklı ve dengeli bir kişilik sahibi, yapıcı, yaratıcı ve üretken, Milli kültür değerlerini ve demokratik hayatın temel ilkelerini benimsemiş fertler olarak yetiştirilmesi olarak belirlenmiştir.

Ayrıca eğitim amaçlı spor programlarının istenen hedeflere ulaşabilmesi elit sporundan ziyade kitle sporunun teşvikini zorunlu kılar. Kitle sporcusu olan ebeveyn ile spor hakkında olumsuz önyargılar taşıyan ebeveyn, çocuğun gelişiminde spordan yararlanmayı farklı derecelerde etkileyeceklerdir. Yapılan araştırmalar da bu düşüncüyü desteklemektedir.

Yapılan bu çalışmada da bu teori ışığında hareket eğitiminin bir eğitim aracı olarak nasıl kullanılacağını vurgulamak istenmiştir.

Hareket eğitimi bireylere ya da gruplara gereksinmesi olan basit veya karmaşık hareket etme becerilerini öğretmek genel eğitimi güçlendirmeyi hedefler. Yani hareket eğitimi; her bireyi kendi kapasitesi doğrultusunda fiziksel, bilişsel, sosyal, duyuşsal bütünlük içerisinde geliştirerek sağlıklı yaşamasına katkıda bulunmak yoluyla, spor öğretiminin en temel hedefini oluşturur (27).

Bir başka deyişle Hedeflere ulaşmak için hareket eğitimi programların kapsamındaki amaçlar birer araçtır. Bu hedeflere ise sporu eğitim bütünlüğü içinde bir yaşam biçimi olarak benimseyip yaşama dönüştüren geleceğin gelişmiş, çağdaş, nitelikli, uygun yenilik ve değişimlere ayak uydurabilen geleceğin insanları ve toplumlarıdır (28).

2.5. Beden Eğitiminin Fiziksel Gelişimindeki Rolü

Sportif faaliyetler toplumda manevi bakımdan yalnızlığı da önlemektedir. Fert sportif etkinliklere katılmakla manevi yalnızlığın doğuşunu hazırlayan etkileri de giderilebilir iş hayatında görülen ve daha sonra genelleşerek sosyal hayata yansıyan amaçsızlık ve monoton çalışma şartlarını doğurduğu kötümser ve bunalımlı tutumların giderilmesinde spor diğer boş zaman faaliyetlerine ihtiyaç vardır. İnsan ilişkilerinin geliştirilmesinde spor hem ferdi, hem sosyal açıdan etkili olmaktadır. Spor sadece ferdin fiziki ve psikolojik güçlenmesi için sürdürülen eğitici bir faaliyet değildir. Bunun yanı sıra sorumluluk ve iş birliği eğilimi ile düzen sağlama kabiliyetini ortaya çıkarak ferdin sosyalleşmesine de katkıda bulunmaktadır. Ayrıca spor insan ve toplum ilişkilerini geliştirdiği gibi toplumun yücelmesinde de önemli bir araç olarak ta değerlendirilmektedir (10).

Bu çalışmada aslında bireyin fiziksel gelişimi ikinci planda tutulup bireyin sosyal çevre içindeki değişimi ele alınmıştır.

2.6. Beden Eğitiminin Zihinsel (Bilişsel) Gelişimindeki Rolü

Her türlü spor etkinliği sosyal bir deneyimdir ve çoğu zaman duyguları içerir sportif etkinliklere katılan birey oyun ve hareketler aracılığı ile duygularını ifade etme imkanı bulur. Saldırganlık, öfke, utangaçlık vb. duygularında boşalım sağlar ve bunları

kontrol etmesini öğrenir. Baskı altındaki enerjiden kurtulmanın yolu oyun yada spor etkinliklerine katılmaktır. Beden eğitimi ve spor etkinliklerine katılmak bireyin fiziksel olduğu kadar benlik gelişimine de katkıda bulunur. Benlik genelde bireyin ne olduğu ne olmak istediği ve çevresini nasıl tanıdığı konularındaki bilinçliliği olarak ifade edilir. Birey bu bilince kendini başkaları ile karşılaştırarak uğraşır. Çocuk diğer çocuklar ile oynamaya başladığında kendisinin güçlü ve zayıf yönlerini anlamaya başlar. Oyunlar sırasında kendisi ile başkalarını karşılaştırır. Yeterlilik ve yetersizliklerini fark eder. Böylelikle sportif ortam sayesinde çocuğun sosyalleşmesi de daha hızlı ve olumlu gerçekleşir (10).

2.7. Beden Eğitiminin Duygusal Ve Toplumsal (Duyuşsal) Gelişimindeki Rolü

Duygusal ve toplumsal gelişim birbiriyle karşılıklı etkileşim halindedir. Her beden eğitimi etkinliği toplumsal bir deneyimdir ve çoğunlukla duyguları geliştirir. Bu etkinlikler sayesinde birey, duygularını ifade etme olanağı bulur. Saldırganlık, öfke, utangaçlık, kıskançlık vb. duygularında boşalım sağlar, bunları kontrol etmeyi sağlar. Beden eğitimi etkinlikleri benlik gelişimine de katkıda bulunur. Beden eğitimi etkinlikleri bireyde; kurallara uyma, başkalarının haklarına saygı, yardımlaşma, işbirliğine dayalı yaşam biçimi gibi alışkanlıklar kazandırır. Sporun bir eğitim aracı olarak kullanılması bireylerden istenilen olumlu yönde ki değişim bu tez çalışmasında ortaya konulmuştur (25).

Yapılan çalışmaların genellikle bilişsel amaçların gerçekleşme kriterleri dikkate alınarak yapıldığı, duyuşsal ve psikomotor amaçların gerçekleşme durumunun fazlaca incelenmediği görülmektedir.

Ayrıca okullarda verilen öğretimlerde genellikle bilişsel öğrenmelerin merkeze alındığı, duyuşsal alanla ilgili davranışların ise programın dışında bırakıldığı ve etkililiğinin göz ardı edildiği ifade edilmektedir (29).

Davranış değişikliğinin gerçekleştirilmek istendiği okul dönemi ve bu dönem içinde yer alan ilköğretim aşaması, çocukların gelecek hayatının şekillenmesinde temel olacak pek çok davranış kalıbını ve duyuşsal özellikleri içermesi bakımından önemli bir yere sahip olmaktadır. Kazanılan davranışlar ve duyuşsal özellikler, öğrencilerin

gelecek yaşamlarını büyük ölçüde etkileyecektir. Stephens (1999), fen bilimlerine ilgi duyan ve fen bilimleri ile ilgili yapılan çalışmalara katılan öğrencilerin, gelecekte bu alanla ilgili meslek seçimlerinde büyük etkisi olduğunu belirtmektedir.

Tutumların oluşmasında onların nasıl öğrenildiği önemli olmaktadır. İnceoğlu (2000), tutumların aşağıda sıralandığı gibi öğrenildiğini belirtmiştir.

Bunlar;

- İlişkilendirme ile
- Tutum konusu ile ilgili doğrudan deneyim ile
- Başkalarından öğrenme ile kazanılmaktadır.

Bireyler belli bir tutum konusunu olumlu-olumsuz, ödüllendirici - cezalandırıcı biçiminde ilişkilendirebilmektedir. Kişi, bir tutum konusu ile karşılaşınca ya bunu kendisi deneyim yaşayarak kazanacak veya dışarıdan gözlemleme yoluyla kazanacaktır. Duyuşsal özelliklerin çoğu doğuştan getirilmesine karşın, birçok özellik çocukluk dönemlerindeki etkileşimlerde birbirine aktarılmaktadır. Birçok eğitim psikologuna göre duyuşsal özellikler, özellikle tutumlar, klasik şartlanma, operant şartlanma, model alma ve gözlemleme yolu ile kazanılabilmektedir (30).

Sosyal öğrenme teorisinde temel faktör, bireyin başkalarını gözlemleyerek öğrenmesidir. Birlikte öğrenme ortamında, öğrenenle, öğretmenlerin etkileşim içinde olması, öğrenen kişiye gözlemleme ile zihinsel fonksiyonlar geliştirmede katkı sağlayacaktır. Öğrenmenin etkililiği, öğrenenin, modelden gözlemlediği davranışı ortaya koyabilme kabiliyetine bağlıdır (31).

Sosyal öğrenme teorisine göre model alma yolu ile öğrenme, bilgi aktarma işlevi yolu ile gerçekleşmektedir. Gözlemci, yapacağı gözlemi sırasında, uygun davranışlara yol gösterici olan, model aldığı davranışların sembolik temsillerini kazanmaktadır. Buna göre model almaya dayalı öğrenme birbirine bağlı dört aşamalı bir süreçte dayanmaktadır. Bu süreçler şöyle sıralanmaktadır:

1. Dikkat süreci (Attention)
2. Hatırda tutma süreci (Retention)

3. Uygulama veya davranışı meydana getirme süreci (Motor Reproduction)

4. Güdülenme süreci (Motivation)

Sosyologlar için toplumun dinamik ve statik yanları arasında bir ayırım yapmak pek olağandır. Fakat toplumu daha iyi anlamak için bu iki yanın her zaman birlikte olduğunu da akıldan çıkarmamak gerekir. Bir toplumun yapısı, toplumun parça ve birimlerinin düzenliliğine işaret eder. Topluma temel grupların bir birleşimi olarak baktığımızda, sözü edilen temel grupların karşılıklı bağımlılığı ve düzenli ilişkilerini görürüz. Bütün bir toplum yapısı bu bağımlı ilişkili ve karşılıklı sorumlu gruplardan oluşmaktadır. Bu bakış açısıyla toplumun statik yanı saptanır. Toplumun analizi ile çeşitli alt gruplardaki kişilerin statüleri, temel gruplarla alt grupların ilişkileri ve bu ilişkide alt grupların pozisyonu ile toplumdaki tüm temel grupların birbirleriyle eşgdmlleşmesi açıklıkla ortaya çıkarılmış olur (11).

Kişiler arasındaki ilişkileri çoğaltmak, grup çalışmasını kolaylaştırmak, karşılıklı dayanışmayı sağlamak, kişiyi topluma kazandırmak ve sosyalleşmesine katkıda bulunmak, sporun amaç ve yararları arasında sayılabilir.

Çocukların sosyal-sportif etkinliklere ve etkileşimlere katılması, yaşam tarzı değişiklikleri, fiziksel veya sosyal çevrede değişiklikler yapmak yalnızlıkla baş etmede önemli araçlar olarak görülmektedir (32).

Daha geniş kapsamıyla ele alındığında sporun, suçlu, engelli vb. gibi sorunlu insanların sosyal hayata uyum sağlamalarında önemli rol oynadığını söyleyebiliriz. Toplumu oluşturan bireylerin, hem geniş hem de yaşlı kesimi için önemli bir konu olan serbest zamanların değerlendirilmesinde spor, çok değerli bir ilgi alanıdır. Sportif etkinliklerin gelişmesinde, yapılmasında rol oynayan sosyal ve ekonomik etkenleri şu şekilde sıralayabiliriz:

- Kitle iletişim araçları.
- Gelir düzeyinin yüksekliliği.
- Boş zamanların varlığı.
- Genel ekonomik durum.
- Nüfusun sosyal gelişmişlik durumu, sosyal ve kültürel düzeyin yüksekliliği.
- Sosyal statünün eğitim yoluyla elde edilmiş olması.

- Kişilerin sosyalleşme durumu.
- Spor için uygun bir altyapının olması.

Bu faktörlerin bir araya gelmesi ülkenin sosyal gelişmişlik düzeyinin artması sağlar. Uluslararası ilişkilerin düzenlenmesinde spor, diplomatik bir araç olarak değerlendirilmektedir. İşte burada da yapılan spor ve eğitim bütünlüğü, toplumsal fayda sağlamakta, bireyler küçük yaştaki kazanımlarını ileride toplum içinde ve sosyal bireyler olarak ne kadar olumlu yansıttıklarını göstermektedir.

Bizim de yaptığımız bu çalışmada öğrencilerimizin istenilen davranış örüntüsünü kazandırmak ve etkilendiği deneyimlerin sonucunda istenilen davranışı aktif olarak ortaya koyması olmuştur.

2.8. Spor Organizasyonları

Spor organizasyonları, spor yarışmaları ile sporun amacına yönelik olarak düzenlenen seminer, toplantı, kurs, panel, kamp ve benzeri her türlü spor etkinliklerinin en iyi şekilde sevk ve idaresi ve sonuçlandırılabilmesi için bir program dâhilinde yapılan çalışmalarıdır. Spor etkinliğinin her türlü önceden bilinen belli amaçlara ulaşabilmek için yapılmaktadır. Spor organizasyonlarının temel amaçları genel ve özel amaçlar olarak iki başlık altında sıralanabilir:

Genel Amaçlar

- a) Bir kamu hizmeti olarak, sağlıklı bir toplum yetiştirilmesine katkıda bulunabilmek.
- b) Spor yoluyla bütün vatandaşlara fırsat eşitliği sağlamak.
- c) Spor dallarını tanıtmak ve yaymak.
- d) Başarılı sporcu ve spor elemanları yetiştirmek.

Özel Amaçlar

- a) Maddi kazanç sağlamak.
- b) Politik üstünlük ve prestij sağlamak.
- c) Reklam.

Uluslararası ve ulusal spor organizasyonları farklı ülkelerden insanlar, izleyiciler, teknik adamlar, gazeteciler, idareciler ve diğer katılımcılar ile geniş bir topluluğu kapsamaktadır. Buna bir de değişik spor branşlarının bir arada yapılması gibi organizasyonlar eklenirse planlanması gereken etkinliklerin önemi ortaya çıkmaktadır.

Ulusal veya uluslararası bir spor etkinliğinin organizasyonu için bazı temel unsurların düzenlenmesi gerekir. Bir spor organizasyonu için bazı temel vazgeçilmez unsurlar şunlardır.

- Spor tesislerinin mevcut durumu.
- Basın yayın ve haberleşme hizmetleri.
- Ulaştırma hizmetleri.
- Güvenlik hizmetleri.
- Beslenme hizmetleri.
- Sağlık hizmetleri.
- Konaklama hizmetleri.
- Sosyal ve kültürel hizmetler.
- Mali kaynaklar.
- Araç, gereç ve malzeme durumu.
- Yetişmiş insan unsuru.

Düzenlenecek olan bir spor organizasyonunda iletişim listesinde bulundurulması önerilen isimler aşağıda yer almaktadır:

- Antrenörler,
- Tesis sorumluları,
- Büfe hizmetleri sorumlusu,
- İlgili bürokratlar,
- Bilet satış ve dağıtım sorumlusu,
- Basın-TV sorumlusu,
- Her spor branşı için malzemelerin ve giysilerin acil servis sorumlusu,
- İtfaiye,
- Saha sorumlusu,
- Konaklama koordinatörü,

- Uluslararası görevliler, delegeler,
- Basın odası sorumlusu,
- Tıbbi danışman,
- Park yerleri sorumlusu,
- Güvenlik güçleri,
- Protokol sorumlusu
- Halkla ilişkiler sorumlusu
- Temizlik sorumlusu,
- Genel güvenlik sorumlusu,
- Ulaşım sorumlusu,
- Elektrik, su, yakıt vb. ihtiyaçlar sorumlusu,
- Açık havada gerçekleştirilecek karşılaşmalar söz konusu olduğunda, meteorolojiyle iletişim kurması gereken sorumlu.

Milli Eğitim Bakanlığı Talim Terbiye Kurulu başkanlığının 345 sayılı kararı ile 28.08.2006 tarihinde kabul edilen Beden Eğitimi (1-8. Sınıflar) İlköğretim Beden Eğitimi Dersi Öğretim Programı 2006–2007 Öğretim Yılından itibaren uygulanmaya koyulmuştur. Bu programa göre Beden eğitimi dersine yönelik beş adet standart oluşturulmuştur (33).

2.9. Öğrenim Standartları

Öğrencilerden okullarda beden eğitimiyle ilgili olarak birçok özellik kazanmaları beklenir. Böylece öğrenciler fiziksel olarak eğitim haklarını gerçekleştirirler. Bu çerçevede etkinliklere katılan birey, öğrenim sürecinin sonunda bazı standartlara ulaşır. Bu standartların anlamı, her bireyin kendi kapasitesi içerisinde fiziksel etkinliklere katılım için gerekli bilgi, beceri ve tutumları kazanması ve bunları sürdürmesidir. Çeşitli kaynaklardan yararlanılarak ve ülkemizin koşulları da dikkate alınarak belirlenen standartlar aşağıda kısaca açıklanmıştır (33).

Birinci Standart: Çeşitli fiziksel etkinliklere katılabilmek için hareket örüntüleri ve devinişsel becerilerde yeterlilik gösterir. Bu standardın amacı, fiziksel etkinliklere katılım için gerekli fiziksel becerileri geliştirmektir. Hareketlere ilişkin becerileri öğrenmek öğrencinin ders içi ve ders dışı etkinliklere katılım olasılığını yükseltir. İlk 3 yılda öğrenci, yer değiştirme, dengeleme ve nesneleri kontrol eden hareketleri yapmada olgunluk ve çok yönlülük kazanır. 4-5. sınıflarda ise bu beceriler özelleştirilerek özellikle dans, jimnastik ve değişik oyunlara ilişkin yeterlikler gelişir. 6-8. sınıflarda ise bunlar kalıcı hâle gelir, birleştirilir ve çeşitlenir. Bir spor dalına ilişkin beceriler sergilenebilir. Yani, hareketler bu süreçte karmaşık olarak yapılabilir.

İkinci Standart: Fiziksel etkinliği öğrenirken ve yaparken hareketle ilgili kavram, ilke, kural, strateji ve taktikleri anladığını gösterir. Bu standardın amacı, öğrencilerin bilişsel bilgiyi anlayarak, devinişsel becerilerin edinilme ve geliştirilmesinde onu kullanmayı kolaylaştırmaktır. Bilişsel bilgi; hareketin yapılmasına ilişkin kavram, ilke, kural, strateji ve taktiklerin yanında spor psikolojisi ve sosyoloji, biyomekanik ve egzersiz fizyolojisi gibi disiplinlere ait bilgiyi de içerir. Bu kavramların, ilkelerin bilinmesi, bunlara nasıl ve ne zaman başvurulacağına yönelik bağımsız öğrenme olasılığını artırır. Böylece fiziksel etkinliklerde daha düzenli ve etkili katılım sağlanır. İlköğretimin ilk 3 sınıfında harekete ilişkin kavram, ilke ve kuralların kazanılması yeterlidir. 4-8. sınıflarda ise öğrenciler etkinlik içerisinde yeni strateji ve taktikler geliştirip kavram, ilke ve kuralları gerçek yaşamda ve fiziksel etkinliklerde uygulayarak genellemeler yapabilirler.

Üçüncü Standart: Sağlığı güçlendirici düzeyde fiziksel etkinliğe katılımı başarır ve korur. Bu standardın amacı, etkin, sağlıklı bir yaşam tarzı sağlayan bireysel farkındalık için öğrencinin bilgi, beceri ve tutumunu geliştirmesidir. Öğrenciler beden eğitimi derslerinde, serbest zamanlarını etkili değerlendirmek için gerekli temel fiziksel uygunluğu edinirler. Sağlıkla ilişkili fiziksel uygunluk; kalp-damar ve solunum sistemi dayanıklılığı, esneklik, kas kuvveti ve dayanıklılığı ve vücut kompozisyonunu içerir. Öğrenciler ayrıca; fiziksel etkinliğe ilişkin kurallara, işlemlere bağlılık, işbirliği ve grup çalışması, etik davranış, kültürel, fiziksel, cinsiyet, sosyo-ekonomik durum, vb. farklılıklara saygılı ve olumlu toplumsal etkileşim gibi özellikleri geliştirirler. Diğer yandan, öğrencilerin fiziksel uygunluk düzeylerini artırma beklentileri, başlangıç

düzeylerindeki çeşitliliği ve uzun dönem amaçlı fiziksel uygunluk sağlamaları göz önünde bulundurularak bireysel temeller üzerine kurulmalıdır. Öğrenim sürecinde, zor fiziksel etkinliklere katılım için gerekli beceriler edinilir. Ayrıca öğrencilerin planlama, uygulama ve fiziksel uygunluk geliştirmek için uygun olan fiziksel etkinlikleri izleme/gözleme becerileri gelişir. İlköğretime başlayan çocuklar için önemli nokta, fiziksel uygunluk öğelerini bilmeleri ve fiziksel uygunluğu artıran sağlığı geliştirici etkinliklere katılırken eğlenmeleridir. 1-5. sınıf öğrencileri, fiziksel uygunluk öğeleriyle ilgili bilgi ile bunları geliştirme; devam ettirme yollarını tam bir fiziksel uygunluk içinde her birinin ne kadar önemli olduğunu öğrenirler. 6-8. sınıf öğrencileri, fiziksel uygunluk düzeylerini artıracak uygun bir bireysel fiziksel uygunluk programını tasarlayıp geliştirebilirler. Etkinliklere ilişkin kuralları belirleme sürecindeki kararlara katılırlar.

Dördüncü Standart: Fiziksel etkinliklere düzenli olarak katılır. Bu standardın amacı, fiziksel etkinliklerde düzenli katılım modelleri oluşturmaktır. Bu standart beden eğitimi derslerini ve öğrencilerin ders dışındaki yaşantılarını birleştirir. Beden eğitimi derslerinde katılım çok önemli olmasına rağmen, öğrencinin okul dışında ne yaptığı, gelecek yetişkin nesillerde olabilecek sağlık problemlerini önlemeye yardım edecek etkin, sağlıklı yaşam biçimi geliştirmek için önemlidir. Öğrenciler, beden eğitimi dersleri dışında düzenli fiziksel etkinliklere katıldıklarında beden eğitimi derslerinde edindikleri bilgi ve becerilere başvururlar. Öğrenciler fiziksel etkinliklere gönüllü olarak katılmaya başladıklarında, etkinliklerden keyif almaya başlarlar. Etkinlik ile onun beden üzerindeki hızlı ve gözlenebilir etkileri arasındaki ilişkiyi fark etmeye başladıklarında ise fiziksel etkinliklere düzenli katılım başlar; bu da beden fiziksel ve psikolojik sağlığını, toplumsal fırsatları, ilişkileri ve de yaşamın kalitesini artırır. Öğrenciler ilgili alanlarını geliştirme fırsatı bulurlarsa, fiziksel etkinliklere katılım olasılıkları da o kadar yüksek olur. İlk 3 sınıfta öğrenciler fiziksel etkinliklerden zevk almayı; 4-8. sınıflarda ise fiziksel etkinliğin faydalarından yararlanmak için bağlılık ve ciddiyet gerektiğini öğrenirler. Bu nedenle, öğrencilerin fiziksel etkinliklere katılmaları teşvik edilmelidir.

Beşinci Standart: Fiziksel etkinlik ortamlarında sorumlu kişisel ve toplumsal davranış sergiler. Bu standardın amacı, kişisel bir anlam kazandıran fiziksel etkinliğe

katılmanın değeri ve içsel yararlarının bilincini geliştirmektir. Fiziksel etkinlik kendini ifade etme ve toplumsal etkileşim için fırsatlar sağlayarak zevkli, zorlayıcı ve eğlenceli olabilir. Bu yararlar kendine güveni geliştirir ve kişinin kendisiyle ilgili olumlu bir tutum geliştirmesine yardımcı olur. Böylece insanların hayatları boyunca bir etkinlikte yer almalarını sağlar. İlköğretim 1-5. sınıf öğrencileri fiziksel etkinliklere katılmaktan zevk alırlar, mücadeleden hoşlanırlar ve hareket becerileri geliştikçe eğlenirler. 6-8. sınıflarda fiziksel etkinliklere katılmak, zorluklarla mücadele için bir fırsattır, toplumsal etkileşim ve grup üyeliği için önemli bir süreçtir (33).

2.9.1. Beden Eğitimi Dersinin Kapsamı

Yukarıda MEB belirlenen öğretim programı standartlarına sadece örgün eğitim kurumları kapsamındaki beden eğitimi dersleri ile ulaşmak mümkün olmayabilir. Bu paralelde özel veya tüzel yaygın eğitim kurumları aracılığı ile de desteklenmesi gerekliliği göz önüne alınarak bu kapsam buraya ilave edilmiştir.

2.9.2. İlköğretim Beden Eğitimi Öğrenme Ve Alt Öğrenme Alanları

İlköğretim beden eğitimi dersi iki ana boyutta yapılandırılmıştır.

Bunlar;

- A. Hareket Bilgi Ve Becerileri
- B. Etkin katılım ve sağlıklı yaşamdır.

A. Hareket Bilgi Ve Becerileri Öğrenme Alanı

A.1 Temel Hareket Bilgi Ve Becerileri

Temel Hareket Bilgi Ve Becerileri; yer değiştirme hareketleri, dengeleme hareketleri, nesne kontrolü gerektiren hareketler ve bunların bir arada kullanıldığı birleştirilmiş hareketleri içermektedir. Eğitim programı içinde temel hareket becerileri, yoğun olarak ilk 3 sınıfta ele alınırken olgunlaşma süreci daha uzun zaman gerektiren daha karmaşık ve birleşik hareketlere 4-6. Sınıflarda yer verilmesi gerekli olduğu düşünülmüştür.

A.2 Özelleşmiş Hareket Bilgi Ve Becerileri

Özelleşmiş Hareket Bilgi Ve Becerileri; Pangrazi (2001)'ye göre vücut yönetimi, ritmik hareketler, jimnastik, bireysel ve eşli mücadele ve oyun becerilerini içermektedir. Bu beceriler 4-5. Sınıflarda beden eğitimi programının hareket bilgi ve beceri boyutunun temelini oluşturmaktadır (34).

A.3 Spor Bilgi Ve Becerileri

Spor Bilgi Ve Becerileri 6. Sınıftan itibaren beden eğitimi programının içeriğine alınmalıdır. Bu aşamada amaç her bir ana spor grubundan öğrencilerin öğretmenleri ile birlikte seçtikleri sporla ilgili temel becerileri kazanmaları ve bunlara ait bilgi, ilke ve kuralları öğrenmeleridir.

B. Etkin Katılım Ve Sağlıklı Yaşam Öğrenme Alanı

B.1 Düzenli Fiziksel Etkinlik

Düzenli fiziksel etkinliklere katılım alt öğrenme alanı içinde;

- 1 - Fiziksel etkinliklere düzenli katılım,
- 2 - Sağlıkla ve performansla ilişkili fiziksel uygunluğu koruma ve güçlendirme,
- 3 - Fiziksel etkinlik ve beslenme,

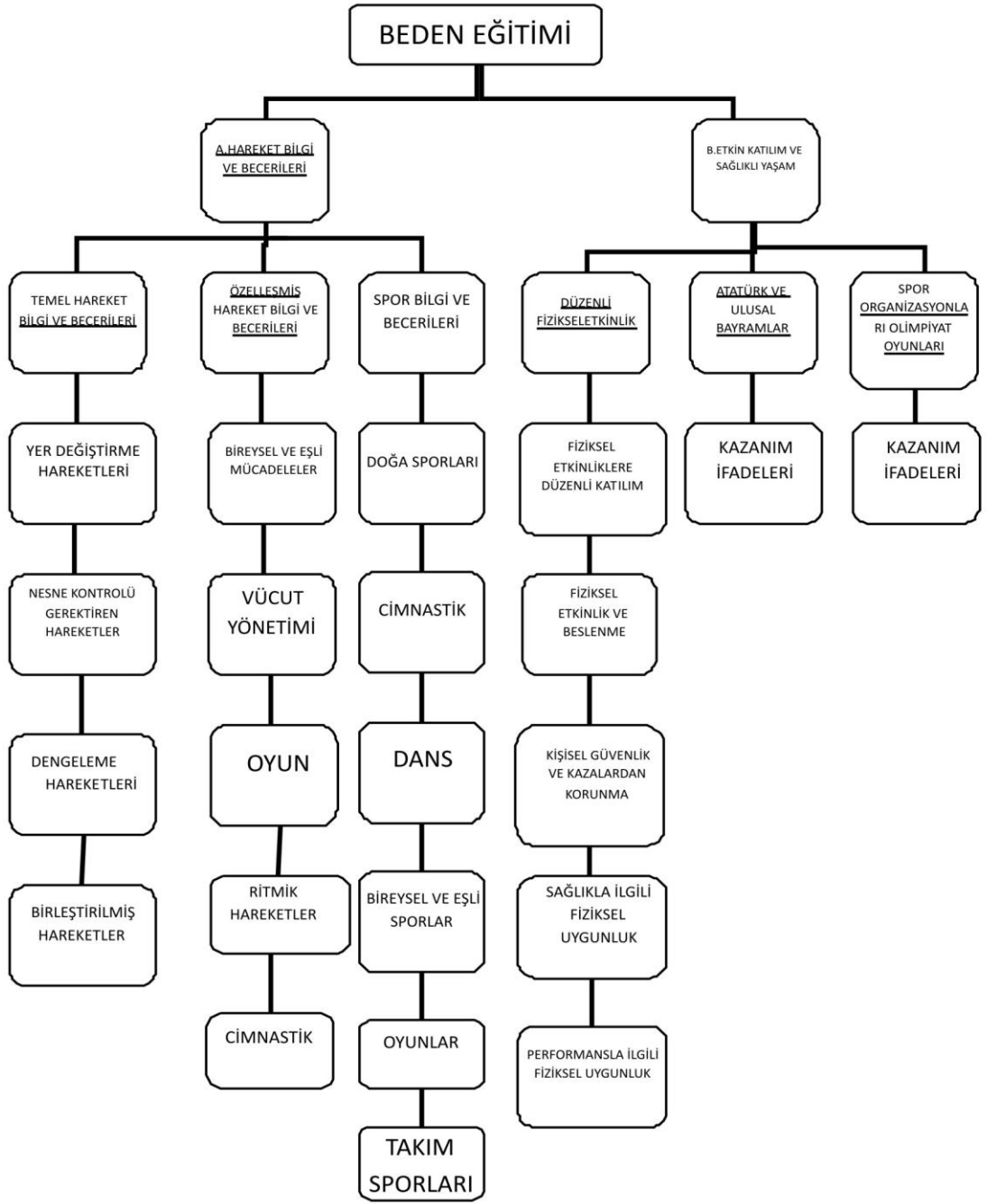
4 - Kişisel güvenlik ve kazalardan korunma ele alınmıştır. (İlköğretim beden eğitimi dersi (MEB, 2010a).

B.2 Atatürk ve Ulusal Bayramlar

Ulusal kültürümüzün gelişimi sürecinde fiziksel etkinlik ile sporun rolü ve spor kültürüne yansımaları bu alt öğrenme alanı içinde yer almıştır (İlköğretim beden eğitimi dersi MEB, 2010a).

B.3 Spor Organizasyonları ve Olimpiyatlar

Yerel, ulusal ve uluslararası spor organizasyonların bu alt öğrenme alanı içinde ele alınmıştır (İlköğretim Beden Eğitimi Dersi (MEB, 2010a).



Şekil 1: İlköğretim Beden Eğitimi Öğrenme Ve Alt Öğrenme Alanları

2.9.3.Okul Dışı Etkinliklerin Kapsamı Ve Amacı

Çocuğun gelişiminde, ders dışı etkinlikler, ders içi faaliyetler kadar önemlidir. Bu tür etkinlikler, öğrencilerin formal öğretim süreci içerisinde öğrendiklerini pekiştiren, bu öğrenmelerin yaşamla ilişkili olduğunu gösteren ve kuramsal öğrenmelerin uygulamaya konulmasını sağlayan etkinliklerdir. Ders dışı etkinlikleri, formal öğretim etkinliklerinden ayrı veya bağımsız düşünmek olanaklı değildir. Burada en önemli koşul, ders dışı etkinliklerin kontrollü, programlı ve planlı bir şekilde yapılmasıdır. Çağımızda çocukların ders dışı zamanları anne-baba, öğretmenler veya yetişkinler tarafından kontrol edilmezse, çocukların olumsuz davranışlara yönelmeleri çok kolay gözükmemektedir. Okullarda çocukların ders dışı zamanlarını kontrollü bir şekilde, kendilerine fayda sağlayacak biçimde geçirmelerinin en mantıklı yollarından birisi, ders dışı etkinliklerdir. Bu tür etkinliklere çocukları yönlendirecek özendirici önlemler almak, yetişkinlerin görevidir.

Bu anlamda, özellikle gelişmiş ülkelerde ders dışı etkinliklere verilen değer ve önem giderek artmaktadır. Öncelikle ders dışı etkinliklerle ilgili okulların hem fiziksel hem de personel olanaklarını arttırdıkları görülmektedir. Okulların ders dışı etkinlikleri, okulun olanakları, okul yönetiminin tutumu, öğretmenlerin nitelik ve nicelik olarak yeterliliği, ailelerin ve çevrenin tutumu ve desteği, öğrencilerin ilgi ve ihtiyaçlarına bağlı olarak farklılıklar gösterebilir. Başka bir deyişle, okulların sunduğu ders dışı etkinlikler, okulun olanakları ve çevrenin desteği ölçüsünde değişkenlik arz edebilir. Ülkemiz eğitim sistemi içinde, istenilen çeşitlilikte olmamasına karşın, gerek yönetmeliklerle yapılması zorunlu olan, gerekse okulların kendi olanaklarıyla gerçekleştirdikleri ders dışı etkinlikler bulunmaktadır. Ancak, yapılan bu etkinliklerin bilinçli, programlı ve planlı bir şekilde yapıldığını söylemek oldukça güçtür. Bu tür etkinliklerin istenilen biçimde yapılabilmesi için, ders dışı etkinliklerin neler olduğu, bu etkinliklerin kapsamının ne olduğu ve okulların bu etkinlikler için sunabileceği olanakların neler olduğunun bilinmesi gerekir. Ders dışı etkinlikler, düzenli, sistemli, planlı bir şekilde belirlenir ve ders içi etkinliklerle paralel olarak uygulanırsa, hem çocukların gelişimine büyük katkı sağlayacak, hem de eğitim-öğretimin başarısını arttıracaktır (35).

2.10.Takım sporları

Takım sporunun, özellikle daha sağlıklı olma ve daha sağlıklı geleceklere ulaşma, üretimi arttırma ve performans sporcu sayısını yükseltme şeklinde üç temel öge üzerine oturduğunu söyleyebiliriz. Sporun gerilimi azaltıcı özelliğinden faydalanılarak rutin işlerde çalışanlara spor yaptırarak üretimdeki kalitenin yükseltilmesine ve üretimin artmasına katkıda bulunmaktadır. Günümüzde tüm dünyada yaygın olarak sporun bu özelliği kullanılmaktadır. Pek çok sanayi kuruluşu ve işletme küçük dahi olsa spor tesisleri kurarak çalışanlarına spor yaptırmak için çaba sarf etmektedir. Bunlar bize takım sporunun, sporun diğer yapılaş biçimleriyle özellikle de performans sporuyla iç içe olduğunu göstermektedir. Sağlık amaçlı ve daha iyi bir fiziksel görünüm kazanmak amacıyla spora başlayan birey bir süre sonra kendi performansının sınırlarını görmek isteyecektir. Kendi potansiyelini yakalamak isteyecektir (36).

Ülkemizde de 500 kişiden fazla eleman çalıştıran kuruluşların spor ortamı hazırlama zorunluluğu bulunmaktadır. Ancak bu ortamların hazırlanması yeterli olmamaktadır. Spor henüz günlük yaşamınızın bir parçası olmadığı için çalışanlar, iyi düzenlenmiş motive edici organizasyonlar yapılmadıkça kendiliklerinden bu tesislerden yararlanmamaktadır. Takım sporunun yayılması ya da kitle sporu yapan insan sayısının artmasında performans sporunun oldukça önemli bir yeri vardır. Bireyler performans sporuna özenirler, kısa bir süre için de olsa kendi içlerinden acaba ben de “Bir Numara olabilir miyim ?” duygusunu geçirdiklerini söyleyebiliriz. Aynı şekilde okul sporunda genç, performansını sergileyerek başarabilme umut ve coşkusunu yaşar (2).

Küçükten büyüğe çok sayıda insanın sporun içinde olması daha çok sayıda elit sporcu yetişmesini de sağlar. Takım sporunun yararına inanarak tüm ülke çapında bu tür tanıtım ve uygulamaların hayata geçirilmesi, herkese spor yapma olanağının verilmesi hem daha sağlıklı bir toplum hem de daha çok sayıda performans sporcusu ortaya çıkaracaktır. Sadece İstanbul ilimiz kadar nüfusa sahip olan bazı ülkelerden pek çok branşta daha düşük dereceler elde etmemizin sebebini, Türkiye de büyük çoğunluğun spor yapma olanağından ve bilincinden yoksun olmasıyla açıklamak hiç de yanlış olmayacaktır.

Bir toplumda spora katılımın şekli, düzeyi yararı ve sorunları sadece kişilerin yetenekleri ve ilgilerine bağlı değildir. Toplumun spora bakış açısı dolayısıyla sporu yönetim ve organizasyonu büyük önem taşımaktadır. Günümüzde tüm dünya ülkeleri spora büyük önem vermekte ve uluslararası spor organizasyonlarında ön sıralarda yer almak için mücadele etmektedir. Bu sonuçlar ulusal saygınlığın bir göstergesi olarak kabul edilmektedir. Ancak kaybedenler her zaman kazananlardan daha çok olmaktadır. Başarıları sürekli olan ülkelere bakıldığında ise sporun bu toplumların yaşam biçiminin bir parçası olduğu görülmektedir.

Fişek, sporu şöyle tanımlamıştır. Spor, yapan (sporcu) açısından kazanmaya dönük teknik ve fizik bir çaba; izleyen (seyirci) açısından yarışmaya dayalı estetik bir süreç; toplum genelince oluşturulan bütün içinde de, yerine göre o toplumun çelişki ve özelliklerini olduğu gibi yansıtan bir ayna (ya da bağımlı değişken), yerine göre onu yönlendirebilen etkili bir amaç, ama son tahlilde, önemli bir toplumsal kurumdur. Bu tanım, sporun diğer yönlerini de göz ardı etmeksizin, toplumsal açıdan ele alarak yapılmış en gerçekçi tanımdır. Çünkü spor kendine özgü toplumsal kuralları, değerleri, etkileşim simgeleri ve süreçleriyle canlı bir toplumsal yapıdır (37).

Ayrıca, takım sporları oyuncularında güven oluşur. İnsanların takım sporlarında daha etkin katıldıkları gibi, böylece bir "evet, yapabilirim" tutum geliştirir. Takım sporları hemen hemen her zaman katılımcıların doğuştan var olan gücünü ortaya koymaktadır. Ortaya, bu becerileri daha da bir bütün olarak ekip için bir varlık olarak kullanılmak üzere geliştirilebilir. Bu geliştirilen becerileri ana kaynağı özgüvendir. Tabii ki, güven hayatın her alanında gereklidir. Takım sporlarında bu özgüveni kazanmak için bir araçtır.

2.10.1. Takım Sporları olarak Futbol

Özbar (2009), ailelerin futbol sporuna ilişkin duygu düşünce ve kaygılarıyla ilgili şunları dile getirmekte ve şu soruyu sormaktadır.

Futbolun çocuklar için uygun bir spor dalı olup olmadığından emin olamıyor ve çocuğunuza başka spor dallarına kanallandırmak için uğraşmanızdan dolayı aranızda bir sürtüşme mi yaşanıyor? Gerçekte futbol çocuklar için hem uygun hem de önemli

faydaları sağlayabilen bir spor dalıdır. Çocuğunuzu futboldan uzaklaştırmaya çalışmak yerine, bu isteği ve merakını teşvik etmeye başlayabilirsiniz. Bu sadece oğlunuz için geçerli değil, isteği ve merakı varsa kızınız da tüm dünyanın bayıldığı bu spor dalı ile ilgilenabilir. Her yaştan ve kabiliyetten farklı çocukların katılabileceği bir spor dalı olarak futbol pek çok yarar sağlar (38).

Aerobik Egzersize Olanak Verir

Futbol maçı sırasında çocuklar sürekli saha içerisinde koşarlar. Araştırmalar bu egzersizin fiziksel ve psikolojik pek çok faydası olduğunu göstermiştir. Düzenli olarak futbol oynayan çocuklar yaşam biçimlerine düzenli egzersiz yapma alışkanlığını katarlar. Ayrıca fiziksel egzersiz obezite ya karşı da en etkili önleme yöntemidir.

İşbirliğine Teşvik Eder

Gerek savunmada, gerekse hücumda başarı için paslaşma esas olduğundan, oyuncuların birbiri ile iyi bir iletişim içerisinde olması ve takım üyelerinin saha içerisinde birbiri ile iyi bir iletişim içerisinde olması ve takım üyelerinin saha içerisinde ki yerlerini sürekli oyun içerisinde koruması ve kollaması gerekmektedir.

Kapsayıcı Bir Spor Dalıdır.

Köy, kent, zengin ya da yoksul farkı gözetmeksizin, her kesimden zevilen ve katılımcı bulan bir spor dalıdır. Bazı spor kulüplerinde küçük yaşlarda kız ve erkek çocukları aynı takım içerisinde futbol oynayabilirler. Her yaştan ve farklı kabiliyet düzeyine sahip çocuk bu oyundan zevk alabilir.

Gerçek Bir Takım Sporudur.

Futbolda dikkatleri bireysel olarak üzerinde toplayan oyuncu sadece kalecidir. Dolayısıyla futbol bireysel yetenek ve gücün ön plana çıktığı spor dallarına kıyasla çocuklar açısından daha az baskı yaratıcı bir spor dalıdır. Bu nedenle futbol özellikle üstün atletik yeteneklere sahip olmayan ancak takım sporlarına katılmaktan zevk alan çocuklar için oldukça uygun bir spor dalıdır.

Sosyal Beceriler Kazandırır.

Grup katılımı çok önemli olduğundan futbol oynamak çocuklara sportmenliği öğretir. Sorumlu bir yetişkinin gözetiminde bir futbol takımında oynamak çocuklara kazanma ve kaybetmeyi, grup kararı verebilmeyi ve çok farklı ortamlardan gelen, farklı kişilik özelliklerine sahip kişilerle birlikte yaşamayı öğretir.

Uluslararası Bir Spor Dalıdır.

Çocukları tüm dünyada yaşanan futbol heyecanını paylaşmaya teşvik etmek başka ülkeleri tanınmasına ve kendi ülkesini dünyanın çok sayıda farklı ülkeler topluluğunun bir parçası olarak görmesine yardımcı olabilir. Çocuğunuzu okulda ya da mahallenizde bir spor okuluna yazdırabilir ya da belli bir kulüp ya da okul çevresinde olmaksızın arkadaşları ile futbol oynamasına olanak sağlayabilirsiniz. Ancak tüm spor dallarında olduğu gibi futbolda da çocuğunuzun oyundan alacağı zevki sizin yaklaşımınız ölçüde etkileyecektir. Eğer siz çok rekabetçi ve kazanmaya önem veren biriyseniz, sizin kazanma arzunuzun çocuğunuzu baskı altında bırakmamasına özen göstermelisiniz. Tavrı ve sözlerinizle kazanmaktan ziyade oyundan zevk almanın önemini göstermeye çalışmalı çocuğunuzu destekleyip motive ederken bu konuya özen göstermelisiniz.

Maçlara izleyici olarak katılmak ve tezahürat etmek desteğinizi somut olarak göstereceği gibi, çocuğun zenginleşen yaşamına katılmanız açısından da size iyi bir olanak sağlayacaktır.

2.10.2. Spor Takımların da Etkileşim, İletişim, Ait Olma

Çocuk ve genç için sosyal kabul çok önemlidir. Bu nedenle, birlikte duyan, birlikte davranan yaklaşık aynı yaştaki kişilerden oluşan arkadaş gruplarına girer. Bu grupların çoğu toplumun kültürü ile bağdaşan, istenen, benimsenen türdeki arkadaşlık gruplarıdır (39).

Arkadaşlık grupları genç üzerinde büyük etkisi olan referans gruplarıdır. Bunlar niteliklerine göre üyeleri için olumlu ya da olumsuz etkileyici çevrelerdir (42). Örneğin suça meyilli çocuk çeteleri olumsuz etkileyici niteliği olan gruplardır. Genellikle aile ve okullarında problem yaşayan, yeterli ilgi ve sevgiyi bulamamış çocuk ve gençlerin

oluşturdukları gruplardır. Böyle bir grupta kabul gören çocuk grup içinde kalabilmek için diğerlerinin giysilerini, tutum ve davranışlarını, konuşmalarını benimser. Spor grupları ise olumlu etkileyici niteliği olan gruplardır. çocuk ve gençler böyle gruplarda enerjisini uyumlu ve yaratıcı bir biçimde kullanabilir. Amaca yönelik ve belli kurallara göre hareket etmeyi öğrenir (40).

Toplumbilim bakımından kollektif-sportif oyunlar bir tür çalışma grubudur. Çalışma grubu, üyeleri tarafından bir amaç elde etmek, bir eylemi gerçekleştirmek veya bir karar almak için oluşturulmuş topluluklardır. Çalışma grubu oyun ve arkadaşlık grupları gibi birincil gruplardan farklı niteliktedir. Birincil gruplarda önde gelen özellik, üyeleri arasında duygusal bağın varlığıdır. Halbuki çalışma grubunda ilişkiler duygusal olmaktan çok bir amacın yerine getirilmesinin aracıdır. Bu yüzden ussal ve eylemseldir. Söz konusu durumda üyeler arasında hiç bir duygusal tepki olmadığı anlamına gelmese de, burada asıl önemli olan birbirleriyle uyumlu iş yapabilmelidir. Çalışma gruplarının birincil gruplarla benzeşen yönü ise, onların da üyelerinin bazı davranış ve düşüncelerini biçimlendirmede etkili olmalarıdır. Çalışma gruplarının bir özelliği de birincil gruplara oranla çok daha kısa süreli olmalarıdır. Spor grupları uzun süreli olmayabilir ama az çok sürekli bir birincil grup olan arkadaşlık gruplarının kurulmasında etkilidir. Ayrıca spor gruplarında her ne kadar amaç spor yapmaksa da takımlarda arkadaşlık dayanışması önemlidir ve başarı elde etmenin anahtarıdır (40).

Spor ister sağlık, ister boş zamanları değerlendirme, isterse performans amacıyla yapılsın bireyin yaşamını zenginleştirmektedir. Bu nedenle çeşitli spor gruplarına katılım her yaşta insana önerilmektedir.

Yapılan bu çalışmada da bireylerin birbirleri ile etkileşimleri dikkate alınmıştır.

Aile ve çalıştırıcı olarak çocukların sportif faaliyetlerinde su ilkeleri göz önünde bulundurulmalıdır.

1. Çocuklar oynayarak ve eğlenerek öğrenirler.
2. Kazanmak ve kaybetmek ölçüt değildir.
3. Duygu gelişimi her yönüyle önemlidir.
4. Çocuğun sağlık durumu yakından takip edilmelidir.

5. Oyun ve antrenman sırasında güvenlik kurallarına dikkat edilmelidir.
6. Ailelerle işbirliği programı uygulanmalıdır.
7. Baskı altında olmayan özgür bir ortam yaratılmalıdır.
8. Sportif çalışmalarda, çocukların yaratıcılıkları göz önüne alınarak, hareketlerde onların buluşlarına yer verilmeli ve bu konuda yönlendirilmelidir.
9. Gelişim çağındaki çocuklara eklem ve kasları aşırı zorlayan hareketler ile statik kas çalışmalarını gerektiren uygulamalardan kaçınılmalıdır (41).

Sporun Bireyin Ruh Sağlığına Getirdiği Katkılardan Bazıları Şu Şekilde Sıralanabilir.

- A) Öz güvenin ve yaşama sevincinin artması.
- B) Boş zamanlarının olumlu yönde değerlendirilmesi.
- C) Bireyin toplumsallaşmasına olan olumlu etkisi.
- D) Çocukluk çağında karşılaşılan davranış bozukluklarının giderilmesinde sporun tedavi edici işlevi.

2.10.3. Öz Güvenin Artmasında Sporun Rolü

Spor yapanlar ile spor yapmayanların kişilik özellikleri arasındaki ilişkiyi ele alan bir araştırmada, O. Neumann, genç performans sporcuları ile sporcu olmayanları karşılaştırdığında spor yapanların yapmayanlara göre daha çalışkan, daha canlı, ilişki kurmaya sürekli hazır, sebatlı, zor koşullarda ortama uymalarının daha iyi olduğunu belirlemiştir. Tiryaki ve ark. (1991) tarafından yapılan bir araştırmada da spor yapanların yapmayanlara göre daha dışa dönük ve duygusal olarak dengeli oldukları belirlenmiştir (42).

Netice itibari ile ister amatörce, isterse maksimal performansa yönelik profesyonelce yapılan sportif faaliyetler, kişiyi çeşitli açılardan kontrol altına alan eksiklerini geliştiren ve tamamlayan, fazlalıklarını da olumlu bir şekilde harcamasına ortam oluşturacak, kişiliğin gelişmesine önemli katkılar sağlayan bir araçtır.

Aynı zamanda, sportif faaliyetler toplumda manevi bakımdan yalnızlığı da önlemektedir. Fert sportif etkinliklere katılmakla manevi yalnızlığın doğuşunu hazırlayan etkileri de giderilebilir iş hayatında görülen ve daha sonra genelleşerek sosyal hayata yansıyan amaçsızlık ve monoton çalışma şartlarını doğurduğu kötümser ve bunalımlı tutumların giderilmesinde spor diğer boş zaman faaliyetlerine ihtiyaç vardır. İnsan ilişkilerinin geliştirilmesinde spor hem ferdi, hem sosyal açıdan etkili olmaktadır. Spor sadece ferdin fiziki ve psikolojik güçlenmesi için sürdürülen eğitici bir faaliyet değildir.

Bunun yanı sıra spor yapmakta olan genç, dikkatini iyi kullanmayı öğrenir. Gerektiğinde dikkatini daraltma ve genişletme becerisini çok iyi kullanır. Bunları yaparken düşünmez, hisseder ve yapar. O duyguları kontrol edebilmeyi öğrenmiştir. Hakeme veya antrenörüne kızdığında çileden çıkmaz olumsuz duygularını kontrol etmeyi bilir. Spor yapmakta olan genç her zaman yapabileceğinin en iyisini ortaya koymaya odaklanır. Verilen eğitimde bunu amaçlamış öğrencilerin toplum içerisindeki davranışlarını da gözetlenmiş ve yönlendirilmiştir.

2.10.4. Bireyin Toplumsallaşmasında Sporun Etkisi

Sosyalleşme (sosyalizasyon) kişinin toplumsal kültürle bütünleşmesini ve içinde yaşadığı toplumla uyum sağlamasını mümkün kılan bir mekanizmadır. Yeni doğan bir çocuk toplumsallaşma süreci ile sosyal davranışları öğrenip toplumsal sistemin bir üyesi haline gelir. Toplumsallaşma, kişinin toplumun değerlerini ve ideallerini benimsemesi, sosyal hayatta oynayacağı rolleri öğrenmesi anlamını taşır (43).

Spor, özellikle ergenlikte artan beden enerjisinin en uygun biçimde kanaliz edileceği alandır. Aktif spor yaparken genç bir gruba ait olma ve o gruba dayanışmaya girme şeklinde sosyal bir işlevi yerine getirmektedir. Bu nedenle spor, toplumla bir uyum sağlamış ve bütünleşmiş kişiliklerin oluşmasına katkıda bulunur.

Spor, büyük önem verilen bir çok sosyal değerın oluşmasına ve sürekli hale gelmesine yardımcı olur. Spor bu işlevi bir çok yolla başarabilir. Spor kavramı içerisinde insanların kendilerini ifade edecekleri bir alanın bulunması en azından bu tür etkinliklere destek vererek bir sosyalleşme süreci içerisinde yer almaları psiko-sosyal

bakımdan gelişmelerine yardımcı olmaktadır. Sosyalleşme birey ve toplum açısından farklı bir anlam taşır, toplum açısından kültürün kuşaktan kuşağa devrini ve bireyin, örgütlenmiş bir sosyal hayat içerisinde belirlenmiş normlara uymasını sağlar. Bu açıdan sosyalleşme bireyin benlik ve kişiliğini oluşturan temel etkenlerden biridir (9).

2.10.5. Çocukluk Çağında Karşılaşılan Davranış Bozukluklarının Giderilmesinde Sporun Tedavi Edici İşlevi

Bireysel özelliklere veya yakın çevre etkilerine bağlı olarak sergilenen uyum ve davranış bozukluklarının tedavisinde spor önemli bir görev üstlenmektedir. Spor yoluyla birey, gerilimden arınarak, bir boşalım ve buna bağlı olarak rahatlama yaşamaktadır. Tırnak yeme, altını ıslatma, dışkı kaçırma, çalma, okuldan kaçma vb. gibi davranış bozukluğu gösteren çocuklarda spor, kendine güven ve uyum gibi önemli görevleri yerine getirmektedir.

Özer ve arkadaşları (2006) yapmış oldukları bir araştırmanın sonucunda şu bilgileri elde etmişlerdir; oyun, çocuğun boş zamanlarını doldurma aracı olarak görülmemelidir. Bazı yetişkinlerin oyunu bu şekilde düşündükleri görülür. Oysa oyun gerçek ve önemli bir eğitim aracıdır. Oyun çocuğun hayal gücünü, yaratıcılığını geliştirir, insan ilişkilerini, yardımlaşma etkileşimini artırır. Çocuğa güçlkle öğretilen pek çok kural, oyun sırasında daha kolay öğretilir. Kısacası oyun, kişinin kendisini anlatabildiği en kolay yoldur ve eğitimin bir parçası olduğunu belirmişlerdir.

Zaten yapılman çalışmanın temelini de bu oyun kurgusu oluşturmuş, öğrencilere ayrı bir ders gibi öz-bakım beceri gelişimi için bilgiler verilmemiş daha çok fırsat eğitimi şeklinde gelişmiştir.

2.11 7-11 Yaş Çocuklarda (Latent İşlemler Dönemi) Gelişim Özellikleri

2.11.1 7-11 Yaş Çocuklarda Fiziksel Gelişim

İlköğrenimin ilk kademesindeki çocuklar rahatlıkla koşar, yürür, tırmanır, bisiklete binme gibi becerileri kolaylıkla kazanır. Okul öncesi dönemde başlayan büyüme hızındaki düşme, on-on bir yaşlarına kadar süregelir. Erkek çocukları ortalama

127 cm iken, on yaşlarına geldiklerinde 138 cm' yi bulur. Kızlar erkeklerden 4-5 cm kısadır. On yaşlarına doğru vücut kimyasındaki farklılaşmalara bağlı olarak özellikle kız çocuklarında ani bir boy artışı olur. Erkekler 9-10 yaşlarına kadar kızlardan biraz daha uzun ve daha iri bir bedene sahip olmalarına karşın 4.-5. sınıflarda kızlardan daha ufak bir görünüme sahiptirler (44).

2.11.2 7-11 Yaş Çocuklarda Bilişsel Gelişim

Çocuk ilkokula başladığında mantıklı bir düşünceden yoksundur. Ancak ilkokul yıllarındaki eğitim ve öğretim etkinlikleri çocuğun ''somut düşünce''ye geçişini kolaylaştırmaktadır. Somut düşünce; çocuğun gözüyle görebildiği, duyu organlarıyla temas edebildiği eşya ve olaylar üzerindeki çok boyutlu bir mantıksal düşünce şeklidir. Somut düşünme evresinde çocuk, somut bilgileri düzenli ve mantıklı olarak işleyebilir. Gördüğü nesne ve olaylara ilişkin akıl yürütebilir. Bu evrede mantıksal düşünmenin yanı sıra sayı, zaman, mekan, boyut, hacim, uzaklık kavramları yerleşmeye başlar. Okul çağındaki bir çocuğun düşünüşünün başlıca özellikleri ''gruplama'' yeteneğine sahip oluşudur. Bundan ''sınıflama, sıralama, serileme, değişmezlik, sayı ve mekan'' kavramları oluşur. Somut işlemler dönemi adını alan bu evre, zihinsel işlem yapma yeteneğinin henüz gelişmediği işlem öncesi düşünce ile, mantık işletme yoluyla muhakeme yapılabilen soyut düşünce arasında bir geçiş dönemi olarak kabul edilebilir. İlkokul çağındaki çocuklar kararlarını oluştururken, gözlemlerden ve mantıksal sonuç çıkarmalardan daha çok yararlanır, doğrudan yaşadıkları deneyimlere daha az bağımlı kalırlar (45).

İlkokulun son yıllarına doğru çocuğun zihinsel süreçlerinde niteliksel bir değişim görülür. Birey artık eşya ve olayların görülmeyen yanlarını da içine alan bir düşünme biçimine kavuşur. 11 yaş dolaylarında başlayan somut düşünme; belli, özgül örneklerin ötesine geçerek veya bunlardan ayrı olarak genel kurallar bağlamında düşünebilmek anlamına gelir. Atasözleri uygun bir soyut düşünce örneğidir; çünkü atasözü, içinde geçen sözcüklerin gerçek anlamlarına değil daha genel bir ilkeye değinir. Sayılar için kullanılan simgeler de soyut düşünceye örnek oluşturur. ''10'' simgesi on birimlik bir nicelik bildirir. Sözcükler yine başka bir soyut düşünce biçimidir çünkü gerçek nesneleri simgelemelerine karşın bu nesnelerin kendileri

değildir. Bu evrede çocuk, nesneyi ve olayı görmeden bunlar hakkında düşünebilir ve kavram geliştirebilir. Kendi düşüncelerini eleştirmeye ve bunların üzerinde düşünmeye başlar (46).

Yetişkinliğin düşünüş biçimi olan soyut düşünebilme, çocuklar için oldukça önemli bir gelişimdir. Soyut düşünce, çocukların kendi dünyalarını daha karmaşık biçimlerde anlamalarını sağlar. Mantıksal sonuç çıkarmaları, dikkati yoğunlaştırma yetenekleri, dikkat ve bellek kapasiteleri esaslı ölçüde artar. Çocuklar bu yaşlarda, özel deneyimlerine dayanarak sebep-sonuç ilişkileri kurmaya ve genel ilkelere ilişkin ilkelere ilişkin görüş geliştirmeye başlarlar. Soyut düşünce, çocukların bir eylemde bulunmadan önce hareketlerinin öngörülebilir olası sonuçlarını göz önünde bulundurmalarına yardımcı olur. Bu gelişim sonucu, başka bir çocuğun davranışının ne tür sonuçlar getirdiğini gözlemleyip benzer biçimde davrandıklarında aynı sonuçların kendileri için de geçerli olabileceğini anlayabilirler. “Ayşe hiç bakmadan piknik masasından yere atladı ve alnı kesildi. Ben de piknik masasından hiç bakmadan atlarsam; aynı şey benim başıma da gelebilir. Atlamadan önce bakmalıyım” gibi düşünebilirler (47).

İlkokulun son yıllarına doğru çocuklar, özel bir davranışın ardında çeşitli olası neden veya açıklamaların bulunabileceğini anlarlar. Kendi görüşlerinin olabilecek tek görüş olduğu düşüncesinden, insanların farklı algıları, farklı duygusal tepkileri ve değişik güdülenimler olabileceği anlayışına geçerler

2.11.3 7-11 Yaş Çocuklarda Benlik Gelişimi

Benlik, bireyin fiziksel ve sosyal çevresiyle olan etkileşimleri sonucu kazandığı bir takım kişisel duygu, değer ve kavramlar sistemidir.

Lawrence’ın tanımına göre benlik kavramı, bir bireyin zihinsel ve fiziksel özelliklerinin toplamı ve bu özelliklere göre kendini değerlendirmesidir. Benlik kavramı, bir çocuğun sadece kendi ile ilgili değil, çevresi yani annesi, babası, öğretmenleri, arkadaşları hakkındaki düşüncelerinden ve ona karşı olan davranışlarından da etkilenir. Çocuktaki benlik kavramı aynı zamanda çevresinde gelişen ve yaşamındaki insanlarda oluşan değişiklikler den de etkilenir. Örneğin

okulunu değiştirmek zorunda kalan bir çocuk dūřūnelim. Yeni bir ortam, yeni arkadaşlar, yeni bir öğretmen. Bu çocuğun gizli kalmış sanatsal bir yeteneğini yeni öğretmenini ve arkadaşları keşfedebilir. İyi resim yapan, boyama tekniğine sahip olan çocuk bunun farkında değilse de yeni resim öğretmeninin ona güzel resim yaptığını söylemesi çocukta “iyi resim yapabiliyorum” ifadesini bilincine yerleştirmesini sağlar. Olumsuz bir durumla da karşılaşabilir. Bir okul değişikliği ile çocuk artık takımdaki en iyi futbol oyuncusu olmadığının farkına varabilir (48).

Benlik imajı, kendini nasıl gördüğü, yani algıladığı benliği, ideal benliğine yaklařtıķça benlik saygısı gelişir. Benlik saygısı, bireyin ne olduğu ile ne olmak istediği arasındaki farka ilişkin duygularını gösterir. Kendi benlik kavramını beğenmesi, onaylaması, kendinden hoşnut olmasıdır. Son çocuklukta, bir çocuk ailesi dışındaki çevresinde kendini kanıtlayabilmesi için okulda başarılı olmak ve akranlarıyla iyi bir şekilde iletişim kurmak gibi kendisi hakkındaki olumlu bir duyguya ihtiyaç duyar. Bu yaştaki kendini algılayışı, onun çocukluk ve yetişkinlik dōnemi boyunca başarısı, sosyal etkileşimi ve duygusal durumu üzerine önemli bir etki olacağı kesindir (49).

Genelde bir çocuk, kendisini başarılı hissetmesini sağlayacak, başarılı olamadığı zamanlarda iyi olduğu konusunda olumlu dūřūnmesini sürdürmeye yarayacak etkinlikler ve etkileşimler arar. Yüksek benlik saygısına sahip olan bir çocuk kendisini, gerçekçi hedefler koyabilen ve bunlar gerçekteştirebilen yetenekli bir birey olarak algılayacaktır.

Dūřūk benlik saygısı olan çocuk okulda ve hayatının geri kalanında kapasitesinin daha altında bařarılar hedefleme eęiliminde olacaktır. Dūřūk benlik saygısının nedenleri, kendini daha bařarısız hissetmek, dięer insanlarla iletiřimi iyi kuramama ve bunun sonucunda çocukta utanç duyma duygusunun geliřmesi. Bu tür dūřūk benlięe sahip olan çocuk arkadaşlarından takdir toplama gibi bir tutum sergileyebilir. Dięer arkadaşlarının özelliklerini taklit edebilir. Daha bařka nedenler de olabilir. Fiziksel bir engeli olma, kronik bir hastalık, öğrenme güçlüęü gibi. Fakirlik, kayıtsız ebeveyn, alkolizm ve yoęun kardeş rekabeti gibi çevresel baskılar. Bu çocuklarda ana-babalarının desteęiyle yüksek benlik duygusunu geliřtirebilir (50).

Okul çağındaki bir çocuğun benlik kavramının büyük bir bölümü akranlardan sağlanan geri bildirimlerle bağlı olsa da hem aile içi hem de aile dışındaki yetişkinlerle arasında ki olumlu ilişkiler çocuğun benlik değerini geliştirebilmesinde önem taşır.

2.11.4 7-11 Yaş Çocuklarda Duyuşsal Gelişim

Duyuşsal hedefler, ölçülmesi zor ve soyut Şeyler olarak değerlendirildiğinden genel amaçlar içerisinde yer almaktadır. Bu durum onların ihmal edilmesine neden olurken öğrenilmesi de gizli programın sorumluluğuna bırakılmaktadır . Duyuşsal eğitimle bireyle kazandırılacak değerlerin de hedeflerde belirlenmemiş bile olsa gizli programın, okul atmosferinin, okuldaki disiplin anlayışının sayesinde öğretilebileceği belirtilmiştir. Buna bağlı olarak ise o okulun duyuşsal hedefleri kazandırmadaki yeterliğinin ortaya çıkacağı düşünülmektedir. Çünkü duyuşsal eğitim sadece öğretmenin sorumluluğundaki bir durum değildir. Özellikle gizli programın önemli bir parçasını oluşturan okulun ortak etik ilkeleri ve buna benzer söylem ve görüşler, duyuşsal eğitim için anahtar öğeler konumundadır (51).

Beane (1990), duyuşsal eğitime farklı perspektiften iki temel yaklaşım sunmuştur. Bunlardan birincisi konu alanı yaklaşımıdır ve bu yaklaşım duyuşu göz ardı ederek duyuşsal eğitimi, gizli programın sorumluluğuna bırakır. İkinci yaklaşım ise sosyal problemler yaklaşımıdır ve programın parçası olan sosyal problemlerle duyuşsal eğitim, programın bir parçası olur (52).

Başaran (1980), duyguyu dış ya da iç çevreden gelen etkilerin bireyde haz ya da elem türünden izlenimler yaratması olarak tanımlarken, etkileşimlerin içsel yansımasına dikkat çekmektedir. Hareket, beden eğitimi spor öğretim sürecine katılan bireyin bu süreçte karşılaştığı olumlu ya da olumsuz durumlar onun duyuşsal gelişimi üzerinde olumlu ya da olumsuz etkiler bırakabilecektir. Bireyin psikomotor davranışları sonucu ona verilen olumsuz dönütler veya başarısız, beceriksiz ve yetersiz görüldüğü üzerine yapılan değerlendirmeler sağlıksız öğretim yaklaşımlarıdır Bu tür yaklaşımlar öğrenmeyi engellediği gibi hareket, beden eğitimi spora karşı da olumsuz tutum geliştirmeye neden olmaktadır (47).

Yavuzer (1992), duyuşsal gelişimin öğrenme ve katılım ile ilgili yönünü vurgulayarak, bireyin bazı duyuşsal davranış biçimleriyle birlikte dünyaya geldiğini ancak, olgunlaşma ve öğrenme sonucu geliştiğini belirtir. Çocuğun, hedeflerde belirtilen davranışları gerçekleştirebilmesiyle ilgili tutumları, onun olgunlaşma ve öğrenmesi ile ilgilidir. Hareket, beden eğitimi spor öğretimine ilişkin olumlu tutum oluşturmak için olgunlaşma düzeyine uygun davranışlar seçilmelidir. Öğrenmenin gerçekleşmesi öğrenilen alana ilişkin tutumu olumlu etkilemektedir. Çocukların gerçekleştirilemeyen hareketlere ve anlaşılamayan oyunlara karşı olumlu tutum geliştirmeleri mümkün değildir. Çocuklar bazı olaylara, hareketlere, becerilere karşı olumsuz davranışlar sergileyebilirler. Bir hareketi yapmaya, bir beceriyi gerçekleştirmeye istekli olmayabilirler. Dolayısıyla duyuşsal sorunlar yaşayabilirler. Bu durumlarda hareket, oyun ve beceri sergileme konusundaki geri bildirimler, ipuçları ve değerlendirmeler çocuğun olumsuz tutum geliştirmesine yol açmamalı, onun duyuşsal gelişiminde olumsuz etki yaratmamalıdır. Hareket, beden eğitimi spora karşı olumlu tutum sağlamanın yolu, çocuğun istek, ilgi ve ihtiyaçlarının göz önüne alındığı, eğlenceli uygulamalardır. Ayrıca kıyaslanmayacağı, eleştirilmeyeceği, kendini yetersiz hissetmeyeceği hareket, beden eğitimi spor öğretimi yaklaşımları duyuşsal gelişimi olumlu etkiler (47).

Anne-Babanın ve aile içindeki diğer bireylerin çocukla olan iletişimi ve etkileşimi çocuğun aile içindeki yerini belirler. Aile çocuğun ilk sosyal deneyimini edindiği yerdir. Çocuğa yöneltilen davranış ve ona karşı takınılan tavır, bu ilk yaşantıların örölmesinde büyük önem taşır. Sosyal uyum üzerindeki çalışmalar, ailenin çocuk üzerindeki ilk etkilerinin son derece önemli olduğunu kanıtlamıştır. Evlerinde yakın bir ilgiye, demokrasinin birleştiğini gören çocuklar, en etkin, özgür ve arkadaşlarıyla ilişkilerinde en başarılı çocuklar olmaktadır (45).

Buna karşı daha sert bir denetim altında tutulan yada eğitim yöntemleri değişken olan ailelerde büyüyen çocuklar ise karşı çıkma ve saldırganlık gibi yollarla kendilerini kabul ettirmek istemekte ve kendi iç dünyalarını açıklamakta zorluk çekmektedirler. Dengeli, duygusal ve toplumsal etkileşimin güçlü olduğu aile ortamında, yeterli güven, sevi ve sevecenlik içinde büyüyen çocuklar, gelişimleri için gerekli deneyimleri elde

edebilirler. Hor gören cezalandıran ya da hem sevip hem de soğuk davranan anne ve babaların çocukları bağımlı bir kişilik yapısına sahip olmaktadırlar (45).

Çocuğun aile üyeleri ile olan ilişkileri, diğer bireylere, nesnelere ve tüm yaşama karşı aldığı tavırlar , benimsediği tutum ve davranışların temelini oluşturur. Aile aynı zamanda çocuğa, aile ve toplumun bir üyesi olduğu bilincini aşlar ve uyum biçimlerinin temellerini atar. Anne-Baba-Çocuk ilişkisi, temelde anne ve babanın tutumuna bağlıdır. Çocuklar arasında uyum bozukluğuna yol açan birçok olaya, yeterli ve uygun olmayan ilk anne-baba-çocuk ilişkilerinin neden olduğu saptanmıştır. Anne ve babanın kendi çocukluk yıllarındaki deneyimi şimdiki tutumlarında etkili olabilir. Çocukluk yıllarında kendi anne babasıyla sağlıklı bir iletişim kuramayan, yeterli sevgi göremeyen bir baba ya da aşırı baskı altında büyümüş bir annenin tutumları bu kötü deneyimler nedeni ile olumsuz olabilir büyüme aşamalarında başarılı olan çocuklar, iyi aile ilişkileri içinde yetişmiş bireylerdir. Aile içinde gerçekleşen başarılı ilişkiler, mutlu, arkadaşça, bunalımdan uzak ve yapıcı bireylerin oluşumunu sağlar.

Anne ve babanın sevgi ve ilgisinden yoksun olarak büyüyen çocuklar, büyük bir sevgi açlığı gösterirler, bu açlıkta bir takım davranış ve uyum bozukluklarına neden olabilir. Çocukluktan erişkinliğe geçiş dönemi olan ergenlik dönemin de gencin, sorunlarını kolaylıkla çözebilmesi ve zorluğa uğramadan aşabilmesi, geçmişteki olumlu aile ilişkilerine bağlıdır. Çocukluk döneminde sevgi ve güven duygusuyla yetiştirilen çocuk, mutlu bir ergen adaydır. Daha o dönemde anne ve babasıyla başarılı bir iletişim kurabilen çocuk, zorlu ergenlik döneminde de aynı arkadaşça ilişkilerini sürdürerek, kişisel sorunlarını kolaylıkla çözebilir (45).

2.11.5. Duyuşsal Gelişim İçin Öngörülen Hareket Eğitimi Kapsamı

Hareket eğitimi programı başaramama korkusunu yaratacak etkinliklerden çok, başarmaya ve benlik imajını geliştirmeye yönelik ve teşvik edici olmalıdır.

1. Çocuğun büyük ölçüde hayal gücünü kullandığı bu dönemde dikkatleri, anlatma ve taklit içerikli etkinliklerle çekilmelidir.
2. Çocukların hareketlere etkin olarak katılmaları teşvik edilmelidir. Özellikle utangaç ve sıkılgan çocukları yapabilecekleri etkinliklerden başlatmak gerekir.

3. Çocuğun yaratıcılığını ve buluculuğunu maksimal düzeye çıkarmak için oyun programları, problem çözme ve incelemeye yönelik aktiviteleri içermelidir.

2.11.6. Bilişsel – Duyuşsal – Sosyal Gelişim İçin Öngörülen Hareket Eğitimi

Kapsamı

1. Orta (submaksimal) veya şiddetli (maksimal) fiziksel aktiviteler programlar içerisinde yer almalı.
2. Sınıf başkanlığı, spor kolu başkanlığı, takım kaptanlığı, vb. yönetsel temsilciliklere katılım sağlanmalıdır.
3. Sportif aktivitelerin veya spor karşılaşmalarının değerlendirilmesi yapıp sporda centilmenlikle ilgili uygun davranışlar kazandırılmaya çalışılmalıdır.
4. Ortaya çıkabilecek psikolojik sıkıntılar karşısında problemlerini giderebilmek için psikolojik danışmanlıklar kurulmalı veya sağlanmalıdır.
5. Toplumsal değerlerin korunması ve kurallara uyulması konusunda açıklamalara yer verilmelidir.
6. Düzenli ve dengeli sosyal etkinliklere katılmaya ve sosyal çevre ile uyumlu etkileşime gerek duyduklarında sportif etkinlikler çerçevesinde olanak sağlanmalıdır.
7. Aynı yaş grubuyla bir amaç için çalışmaya ihtiyaç duyduklarında akran grubu etkinliklerine yer verilmelidir.
8. Bireyler arasındaki farkı görebilme ve başarıyı takdir edebilme yenilgiyi kabullenebilme davranışlarının kazandırılmasına yönelik uygulamalara yer verilmelidir.

Bu açıklamalar doğrultusunda bireylerin sportif eğitimi ve hareket eğitimi programı düzenlenerek amaç ve hedef doğrultusunda programlanmalıdır (13).

2.11.7. 9-11 Yaş Arası Duyuşsal Gelişim İçin Öngörülen Hareket Eğitimi

Kapsamı

- Kendisini gösterebileceği ve başarabileceği fiziksel aktivitelerde bulunmalıdır. Rekabet etme duygusu çevresiyle iş birliği içinde ve abartılmadan dengeli bir şekilde geliştirilmelidir.
- Başkalarının kendilerinden farklı olabilecekleri ve onların fikirlerine saygı duyma özelliği geliştirilmelidir.
- Öğretmene yardımcı olmak ve gruba liderlik etmek üzere çeşitli sorumluluk verilmelidir.
- Karışık oyunlara yer verilmeli, kız-erkek cinsiyet farklılığı tartışılıp sorular yanıtlanmalıdır.
- Değişik spor dallarında görev vererek başarısı düşük olanlara yardım edilmelidir.
- Macera ve cesaret geliştiren sporlar programlara konularak denetim altında uygulanması sağlanmalıdır.(Denge aletinde yürüme, kasadan atlama, izcilik, dağ yürüyüşleri vb. gibi) (53).

2.12 7-11 Yaş Okul Çağı Çocuklarda Arkadaş İlişkileri

Okul yaşamının heyecanlı yönlerinden biri, yeni arkadaşlıklar kurmaktır. Çocuk başkaları tarafından sevilme, oyunlara ve etkinliklere kabul edilmek ve değer verilmek ister. Okul çağı çocuğu, kurduğu arkadaşlıklar sayesinde aile biriminin ötesinde ufkunu genişletir, dış dünyaya ilişkin deneyim kazanmaya başlar, benlik imajı oluşturur ve bir sosyal destek sistemi geliştirir. Arkadaş beğenisinin önem kazandığı son çocukluk dönemlerindeki 8-12 yaşlar arasındaki dilim, “gruplaşma dönemi” nin ön hazırlayıcısı olarak bilinir. Takıma bağlılık ve onun içindeki işbirliği, bireysel yarıştan üstün gelebilir

Okul çağındaki kurallar ve sosyal roller giderek önemli hale gelir ve sosyal etkinliklerde cinsiyet farklılıkları daha belirginleşir. Çocuklar okul yaşına eriştiklerinde arkadaşlarının kalıcılığı da artar ve kızlar daha sınırlı sayıda çocukla daha kuvvetli ilişkiler kurarken, erkekler daha fazla sayıdaki çocukla arkadaşlık ederler. Bu evre boyunca, akranlarla arkadaşlıklar oldukça önemli hale gelir. Çocuklar yaşıtlı arkadaşlardan oluşan destekleyici bir gruba uyum sağlamak ve yeterli sosyal becerilere

sahip olmak, çocuğun yüksek benlik saygısına ulaşmasında oldukça önemli bir yer tutar. Rekabet etmek doğal ve değer taşıyan bir güdülenimdir, ama diğer çocukların başarıları ile yeteneklerinin akla uygun bir biçimde kabul edilmesiyle daha ılımlı hale getirilmelidir. Herhangi bir yarışma ortamıyla karşı karşıya kaldıklarında, bazı çocuklar eleştirilme veya reddedilme riskini azaltmak amacıyla etkileşime girmekten kaçınırlar. Aşırı yarışmacı tutum ile aşırı çekingen davranışın her ikisi de, doğal olarak rekabete özendiren bir sosyal çevrede benlik saygısını korumaya yönelik girişimlerdir ve çocuklar için olumsuz sonuçlar doğurur (53).

Bu iki tarza ilişkin akranlardan gelen ve zaman zaman sert olabilen geribildirimler çocukların yaşantılarınca nelerin kabul görüp nelerin görmediğini öğrenmelerine yardımcı olabilir. Bununla birlikte, gereğinden fazla veya sürekli yapılan eleştiri ya da reddetme yıpratıcı olup zarar verebilir.

Çocuğun olaylara başka birinin görüş açısından bakabilmesi, başka bir insanın tutum, duygu ve güdülenimlerine ilişkin anlayışına dayanarak kendi davranışlarını düzenleyip çevresine uyum sağlamasına fırsat verir. Bu bilişsel gelişimler; sosyal becerilerin ve etkili kişisel ilişkilerin temelini oluşturan iki yeterliliği, çocuğun duygudaşlık kapasitesini ve sosyal yargıda bulunma gücünü artırır. Çocuklar çoğunlukla kendileriyle aynı cinsten oyun arkadaşlarıyla ilişki kurmaya özen gösterirler ve bu tercih erkeklik - kadınlık kavramlarını geliştirmeye yardımcı olur.

7-11 yaşları arasında arkadaşlıklar kurmak, son çocukluk döneminin en önemli görevlerinden biridir ve bu hayatları boyunca devam edecek sosyal bir beceridir.

Gelişimsel olarak okul çağı çocuğu daha karmaşık ilişkiler geliştirmeye hazırdır. Giderek, duygu ve düşüncelerinden daha çok haberdar olmaya başlar. Zamana ilişkin geçmiş, şimdiki zaman ve gelecek kavramlarını daha iyi anlar. Bu yaşta artık aileye eskisi kadar bağlı olmadığı gibi kendine dönük ilgileri de azalmıştır. Artık arkadaşlık konusunda akranlarına daha çok güvenmeye, arkadaşlarıyla birlikte okul öncesi döneme kıyasla daha fazla zaman geçirmeye başlar. Günden güne birbirleriyle çocukluk döneminin zevklerini ve hayal kırıklıklarını paylaşırlar (54).

Bu ortak gelişim özelliklerine rağmen, çocukların sosyal becerileri geliştirme oranları birbirinden farklıdır. Ayrıca bazıları arkadaşlara diğerlerinden daha fazla arzu ve ihtiyaç duyarlar. Bazı çocuklar zamanlarının çoğunu kendi başlarına, aile üyeleriyle

veya sadece tek bir ‘en iyi’ arkadaşla geçirmek konusunda oldukça memnunken, diğerleri grup halinde birçok arkadaşlıklar kurmayı yeğler. Ortalama bir okul çağı çocuğunun yaklaşık beş yakın arkadaşı vardır. Ancak, çocuğun tercihleri ve ihtiyaçları seneden seneye ve hatta aydan aya değişebilir (55).

2.13 7-11 Yaş Çocuklarda Davranış Geliştirme.

Doğumdan itibaren gelişim ile ilgili en önemli deneyimler fiziksel kontrolün sağlanmasıdır. Nesnelerin tutma-atma, emekleme, yürüme, koşma, zıplama, atlama vb. okul dönemi başladığında akranlarıyla ilişkiler ve otorite ile başa çıkma-duygusal deneyimler yaşanır. On yaşında itibaren yakın arkadaşlıklar ve paylaşma önem kazanır. Bu anlamda zihinsel hareketler, oyun ve spor çalışmaları insanların hayatındaki gelişme sürecinde önemli rol oynar. Zaten çocuklar hareketleri öğrenmek için çok isteklidirler ve bunları denedikçe sevinç duyarlar. Fiziksel kontrollerini sağladıkça da kendilerini başarılı bularak güven duyarlar. Oynamak ve becerilerini geliştirmek için dışarıdan sebeplere ihtiyaçları yoktur. Çünkü bunun için gereken motivasyon çocukta vardır. Bu yüzden çocuklara spor programları düzenlenirken fiziksel becerilerini öğrenebilecekleri uygun ortamlar yaratılmalı, kesinlikle üst düzeyde sportif performans için zorlanmamalıdır. Amaç başarısız duygusunu yaratmak değil başarı duygusu yaşatmak olmalıdır. Aksi takdirde sosyal gelişmeleri gecikebilir.

2.14 Öz-Bakım

Çocuğun gelişim dönemine uygun olarak yapabilmesi beklenen, kendi bakımı ve yaşamını başka kişilerin yardımına ve varlığına ihtiyaç duymadan sürdürebilmesini sağlayan kişisel bakım becerilerinin tamamına özbakım becerisi denir. Bebeklikten itibaren, her yaş döneminde aşama aşama öz bakım becerisi kazanılır. Bu becerilerin kazanılması ve desteklenmesinde anne-babanın ve çocuğun içinde yetiştiği sosyal çevrenin çok önemli rolü bulunmaktadır (56).

Bireyin kendine duyduğu ‘güvendir’. Öz kavramı ise bireyin kendine ait duygularını içerir. Öz kavramı ve öz yeterlilik kavramları arasındaki belirgin bir fark daha çok bireyin kendi kendine soracağı soruların niteliğinden kaynaklıdır. Öz yeterlilik, daha çok bilmek (can) fiili ile başlayan yargıları ifade eder. Örneğin, çok iyi

araba kullanabilir miyim? Bu problemi çözebilir miyim? Gibi. Oysa öz kavramı “olmak” (being) ve “hissetmek” (feel) fiili ile başlayan yargıları ifade eder. Örneğin, Kimim ben? Kendimi seviyor muyum? Bir yazar olarak ben kendim hakkında ne hissediyorum? gibi. Öz kavramı, öz saygı (self-esteem) olarak da kabul edilir ancak öz yeterlilik daha çok “güven” kavramı ile ilişkilidir (57).

Öz yeterlilik kavramı bir bireyin bir işi, görevi başarmak için yeteneğine olan güveni hakkındaki bir yargısı olarak da açıklanabilir (58).

Öz yeterlilik, zamanla, deneyimler aracılığıyla gelişen bir inançtır. Bireylerin ne yapabilecekleri konusunda öz yeterliliklerini doğrudan deneyim, diğer insanları gözlemlmeleri ya da başkalarının yorumlarını dinleme yoluyla geliştirebilirler (59).

2.14.1. Futbol ve Öz-Bakım

Bu (7-11) yaşlardaki eğitimin doğru yapılması gencin gelecekteki başarısını olumlu ya da olumsuz bir temele oturtmaktadır.

Genelde takım oyunlarının eğitsel anlamı vardır. Oyun grup ruhu için harika bir araçtır. Futbolcu tek başına hedefe ulaşamayacağını ve her türlü becerisini takım düşüncesine göre ayarlamayı oyunda öğrenir. Yani kendi başarısı için değil takımın başarısı için oynamayı, yenilgi ve başarıyı sportif olarak tanıyıp, futbolun sadece bir oyun olduğunu, oyunun sonucunda yaptıklarını ve çabasını sonuçlarını görebilirken, hatalarını tekrar etmemesi gerektiğini kavrar. Düzenli egzersiz ile stresle daha kolay başa çıkılabildiği bilinmektedir. Çocuklarda bireysel etkinlik, kendine güven ve fiziksel hakimiyet duygularında gelişme olmaktadır. Çocuğun sportif ortamla birlikte yaşadığı sosyal etkileşim , bir gruba ait olma hissi ve paylaşmayı öğrenme, ruhsal durumu olumlu etkilemektedir (60)..

Oyun – spor aktiviteleri yoluyla çocuklar kazanmak – kaybetmek, mücadele etmek, bir işi devam ettirmek, vb. gibi durumlarda nasıl uygun davranacaklarını öğrenebilirler. Ancak davranışların şeklini takım arkadaşları ve öğretmenlerinin tutum ve davranışı belirler. Örneğin bir oyunda çocuğun kurala uyması veya uymaması durumunda arkadaşlarının, öğretmenlerinin ve ailesinin veya diğer yakın insanların ona karşı tavır ve tutumları çocuğun nasıl tepki göstereceğini, bu gibi durumlarda nasıl

davranacağında yönlendirici olur. Çünkü çocuklar arkadaşlarının, başkalarının veya büyüklerinin davranışlarını örnek alarak taklit etme eğilimindedir. Bu nedenle iyi davranış örneklerinin sunulması çok önemlidir. Bu davranış sunumları içerisinde erdemli olma (fair play), başkalarına saygı, hoşgörü, başarı ve başarısızlığı kabullenebilme, başarıyı takdir edebilme, başarısızlıklar karşısında yılgınlığa kapılmayıp mücadele edebilme alışkanlıkları kazanma gibi formların işlenmesi sosyo-kültürel yapı açısından çok önemlidir (13).

2.14.2. Öz-Bakım Becerisinin Bir Davranış Olarak Önemi

Zekai Pehlivan (2009) tarafından yapılan araştırmada; Spor okuluna devam eden çocuklarda aileler; kendine güven duygusunun arttığı, arkadaş sayısında artış olduğu, daha çok işbirliği içine girip paylaştığı, daha sağlıklı görüldüğü, spor haberleriyle daha fazla ilgilendiği, daha az hasta olduğu, okuluna daha az devamsızlık yaptığı, anne/babayla daha sıcak ilişkiler içerisinde bulunduğu, kişisel temizliğine daha fazla özen gösterdiği, daha az yalan söylediği ve sözüne daha sadık kaldığı, madde bağımlılığında azalma olduğu (sigara, alkol, uyuşturucu v.b.), stres, kaygı ve saldırgan davranışlarında azalma olduğu, serbest zamanlarını daha etkili ve planlı kullandığı, daha fazla süt içtiği, okulunu daha fazla sevdiği, biçiminde olumlu yönde davranış değişimi gözlediklerini belirtmişlerdir. Yapılan çalışmada, anne görüşlerine göre toplam davranış sorun düzeyi puanları ortalaması branş değişkenine göre yüzme sporu ile uğraşan çocukların lehine anlamlı bir farklılık görülmüştür. Bu durumun, yüzme sporuna başlama yaşının diğer iki branşa göre daha küçük olması, yüzme sporunun rakip ile temasın olmadığı sadece yarışma usulüne göre ortaya konan bir spor branşı olması; ancak buna karşın karate ve hentbol gibi rakip ile birebir temasa girilen mücadele ve takım sporlarında sporcunun daha yoğun bir baskı altında olmasından kaynaklanabileceği düşünülmektedir.

Duygusal ve toplumsal etkileşimin güçlü, ilişkilerin dengeli sürdüğü aile ortamında, yeterli güven, sevgi ve sevecenlik içinde büyüyen çocuklar, gelişimleri için gerekli deneyimleri elde edebilirler. Bu tür aile ortamlarında, aile üyelerinin kendilerine düşen sorumlulukların bilincinde olarak, çocuğa bağımsızlık yolunda yeterli fırsatları sunması, onun sağlam bir kişilik yapısına sahip olmasının yanı sıra yaşamını devam

ettirmede önemi olan bazı temel alışkanlıkları kazanmasını da sağlayacaktır. Çok erken dönemden itibaren temelleri atılmaya başlanan; yemek yeme, giyinme-soyunma, temizlik, tuvalet vb. öz bakım la ilgili alışkanlıkları kazandırılacak özellikle annelere büyük görevler düşmektedir. Çocuğa okul öncesi dönemde kazandırılacak öz bakım becerileri, bir yönüyle onun gelecek yaşantısına güvenle bakılmasını sağlayacaktır. Bu konuda bilinçli olarak verilen eğitimin katkıları büyüktür (61).

Normal çocuklar, öz bakım ve günlük yaşam becerilerini zihinsel gelişim düzeylerine ve bedensel olgunluklarına paralel olarak kazanırlar. Çocuğun becerileri kazanması iki biçimde olur birincisi çocuğun yetişkinleri gözlemleyerek onları model almasıyla olur; ikincisi de yetişkinlerin çocuğa destek vermesi sonucu gerçekleşir. Yetişkinin desteği olmasa bile çocuk geç de olsa becerileri kazanır. Özel gereksinimli çocuklar sistematik öğretim uygulamaları olmadan öz bakım ve günlük yaşam becerilerini ya çok geç öğrenmekte veya hiç öğrenememektedirler. Temel becerilerden sonra ileri derecede öz bakım becerileri kazanılır. Temel becerilerin kazanılması, üst düzey becerilerin kazanılmasını kolaylaştırmaktadır. Öz bakım ve günlük yaşam becerilerine sahip olan çocuklar, aileleri tarafından daha az istismar ve ihmal edilmekte ve aile bireyleri tarafından daha çok sevilmeakteler. Aynı zamanda sosyal kabul düzeyleri yükselmekte ve sosyal ortamlara daha çok girmektedirler (62).

Öz bakım becerilerini kazanamamış bir çocuk ailesi için büyük bir yükür. Çocuğun aileye bağımlılık düzeyi, öz bakım becerilerini kazanma düzeyi ile aynı doğrultudadır. Öz bakım ve günlük yaşam becerilerini kazanan bireyin başkalarına olan bağımlılığı azalır ve ayakları üzerinde durmayı ve yaşamını bağımsız sürdürmeyi öğrenir (63).

Yaşamın ilk altı yılını kapsayan dönem çocukların gelişimlerinin hızlı olduğu, karakter ve kişilik yapısının şekillenmeye başladığı en önemlisi bazı temel alışkanlıkların kolayca kazandırılabilirdiği çocuğun yaşamındaki en önemli yıllardır. Bu dönemde çocuğa kazandırılacak temel alışkanlıklar, zamanla, yönlendirmeye ve özellikle de tekrara bağılı olarak kazanılmış davranışlara dönüşmektedir. Kazandırılan bu temel alışkanlıklar; bireyin yaşadığı doğal ve toplumsal çevreye uyumunu sağlayan davranışlardır, bu davranışlar bir kez kazanıldıktan sonra tekrarlanarak çoğu kere yaşam boyu varlıklarını sürdürürler. Çocuğa bu önemli dönemin başlangıcında iyi ve doğru

alışkanlıkların kazandırılmaya çalışılması çok önemlidir. Bu konuda aileye ve okulöncesi eğitimcilerine büyük görevler düşmektedir. En hızlı gelişme çağı olan okulöncesi dönemde, çocuğa kazandırılacak olan öz bakım becerileriyle ilgili temel bilgi ve alışkanlıklar onun sağlıklı bir birey olarak yetişmesini sağlayacak ve gelecek yaşamda bağımsız, kendine yeten, topluma uyumlu, olumlu davranışlara sahip bir birey olmasına zemin hazırlayacaktır. Çocuğun yaşamındaki bu kritik dönemde yemek yeme, giyinme-soyunma, temizlik, tuvalet, tehlikelerden korunma gibi öz bakım becerilerinin kazanması gerekir (64).

Öz bakım becerilerinden biri olan yemek yeme konusundaki tutumlar çok erken yaşta ortaya çıkar ve zamanla gelişir. Çocuğun okulöncesi çağlarda kazandığı yemek yeme alışkanlığı hayatının daha sonraki dönemlerini etkileyecek, yaşanan olumsuzluklar ileride ortaya çıkabilecek beslenme sorunlarının temelini oluşturacaktır. Çünkü beslenme çocuğun fiziksel, zihinsel, duygusal gelişmesini ve sosyal davranışlarını doğrudan etkilemektedir. Çocuğun kazanacağı öz bakım becerilerinden olan giyinme, beceri isteyen bir takım davranışların birbiri ardına yapılmasını gerektirmektedir. Belirli olgunluğa erişmeden giyinme-soyunma ile ilgili davranışların yapılması çocuktan beklenilmemelidir. Çocukla ilgili diğer tüm davranışlarda olduğu gibi giyinme-soyunma ile ilgili davranışların kazandırılmasında da sabırlı olmalı, çocuk özgür bırakılmalıdır. Son yıllarda giyim sektörü okul öncesi çağı çocukları için üretilen giysilerde, bu yaş çocuğunun kendi başına yardım almadan giyinebileceği şekilde kolaylıklar yapmıştır. Bu da çocuktan daha fazla beceriyi başarmasını beklememizi sağlamaktadır. Ancak, özellikle annelerin bu konudaki becerilerin gelişmesi için çocuklara gereken fırsatları vermeleri oldukça önemlidir (13).

Çocuğun sağlıklı bir hayat sürmesinde önem taşıyan temizlik ve tuvalet alışkanlığı kazandırılırken, ebeveynlerin tutumları bu becerilerin yerleşmesinde önemli rol oynamaktadır. Çocuğa iyi model olmanın yanı sıra onun bu alışkanlıkları ile ilgili davranışlarını gözlemlemek ve gerektiğinde onu istenilen davranışa yönlendirmek, alışkanlıkların kazanılmasını çabuklaştırarak kalıcı olmasını sağlayacaktır. Çocuğun vücudu ve vücut fonksiyonlarına karşı duyarlılığı, bu becerilerin çocuk açısından ne denli önemli olduğunu ortaya koymakta, tuvalet vb. becerilerin kazandırılmasında bizlere yardımcı olmaktadır.

Çocukların küçük yaşlardan itibaren kazanmaları istenilen bir başka öz bakım becerisi de tertip düzendir. Çocukla kurulan iyi bir iletişimle bu konuda kazandırılmak istenenlere ulaşılabilir. Beş yaş çocuğunun belirgin özelliklerinden birisi, yetişkinin yaptığı her şeye karşı büyük ilgi duymasıdır.

Çocukluk yılları, çocuğun dikkatsizliği, ilgisizliği, aceleciliği nedeniyle birçok tehlikelerle karşılaştığı dönemdir. Bu dönemdeki kazalar zaman zaman tüm yaşamı etkileyebilecek sağlık problemleriyle sonlanabilir. Yaşamın ilk yıllarında ev, çocukların ilk kaza tecrübelerini yaşadıkları yerdir. Çocukların evde ve yakın çevrelerinde maruz kalabilecekleri birçok kaza vardır. Bu konuda ebeveynlerin çocuğu bilinçlendirmesi onun kendini tehlikelerden korumasını sağlayacaktır. Çocuğa okul öncesi dönemde kazandırılacak öz bakım becerileri, bir yönüyle onun gelecek yaşantısına güvenle bakılmasını sağlayacaktır. Bu konuda bilinçli olarak verilen eğitimin katkıları büyüktür. Yapılan çalışmalar, annelerin eğitim düzeyinin yükselmesinin, çocukların öz bakım becerilerine olumlu katkılar sağladığını ortaya koymaktadır.

Okul öncesi eğitim kurumuna giderek sistemli eğitimden yararlanan, gün içindeki rutin etkinliklerle öz bakım becerilerine yönelik davranışları tekrarlama fırsatı bulan çocukların, öz bakım becerilerine yönelik davranışları yapmalarında okul öncesi eğitim almayan çocuklara göre farklılıklar olduğu görülmektedir (65).

3. GEREÇ VE YÖNTEM

Bu bölümde deneklerin tanımlanması, veri toplama araçları, araştırma yöntem ve modeli, verilerin toplanma süreci ve son olarak istatistiksel analizler hakkında bilgi verilmektedir.

3.1 Yöntem

Bu çalışmada bireylere genel anlamda sportif eğitimin yanında daha sonraki yıllarda kendilerine rehberlik edecek olan öz-bakım gelişimi ile ilgili bilgiler fırsat eğitimi şeklinde verilmeye çalışılmış ve hedeflenen becerileri geliştirmeleri beklenmiştir. Çünkü bu tür eğitimlerde çocuklar genel anlamda sportif faaliyetlerin

ağırlıkta olmasını isterler, eğer eğitimciler spor faaliyetini böler ve direktiflerle ders vermeye başlarsa bireyin tüm dikkati dağılmakta ve verilen eğitim fayda sağlamamaktadır. Ancak bu çalışmada futbol eğitimi esnasında oluşan anlık eğitim fırsatları değerlendirilmiş ve anında çocuklara öz-bakım becerileri ile ilgili bu becerileri yapılandırılmasına yönelik çeşitli örnekler verilmiş ve uygulanması tavsiye edilmiştir. Görülen yanlışlar ya da doğrular hemen fark edilip uygun değer dönütlerine yer verilerek o konuyla ilgili kısa bir bilgilendirme yapılmış tekrar futbol temel eğitimine geçilmiştir.

Haftanın 3 günü ve günde 2 saatlik futbol eğitimi verilen çocuklar, yaş gruplarına uygun olarak ayrılmış (7-8 yaş, 9-10 yaş, 11 yaş) ve kendi yaş gruplarına özgü futbol eğitimi verilmiştir. Bu eğitim futbolun temel yapısından başlanarak geliştirilmiştir. Zaman zaman diğer futbol okulları ile müsabakalar da yapılmış ve dostluk, arkadaşlık bağlarının gelişimi ve daha geniş sosyal çevreyle uyum kurulmaya çalışılmıştır. Bu sayede bireyler kendileri dışındaki futbol okulları ile kaynaşma fırsatı bulmuştur. Kurs süresi içerisinde bireylere temel futbol bilgileri verilirken aynı zamanda gözlem yaparak, bireysel gelişimlerine olumlu etki edecek ve farkındalık yaratacak bilgiler verilmeye çalışılmıştır.

Genel anlamda futbol eğitiminin yanında bireylere eğitim öncesi ve sonrası olmak üzere kısa, düzeylerine uygun kuramsal bilgiler verilmeye çalışılmış ve zamanla görsel modellere de başvurularak öğrenme etkinleştirmeye çalışılmıştır. Tüm bu uygulamaların verilen eğitimin sıkıcı ve monoton bir öğrenme ortamı olmaktan uzaklaştıracağı düşünülmüştür.

3.2. Çalışmada Kullanılan Gereçler

3.2.1. 7-11 Yaş Grubu Çocukların Öz Bakım Gözlem Formu

Bu çalışmada literatür taraması sonucunda 7-11 Yaş Grubu Çocukların Öz Bakım Gözlem Formu geliştirilmiştir. Bu form 1-5 puan arasında değerlendirmeye sahip 8 sorulu bir test şeklinde öğrenci velilerine uygulanmıştır. Formda 1-5 arasında puanlama sistemi uygulanmıştır. Bu puanlama sistemi öğrenci tarafından sergilenen davranışın gözlemle fark edilmesi düzeyi ile ilgili giderek artan sistemde puanlama

usulü veriler toplanmıştır. Çok zayıf şikkına 1 puan verilirken her artan şık için puanlama usulü artırılmış ver son şık için çok kuvvetli 5 puan uygun görülmüştür.

Ön-test ve son-test şeklinde yapılan çalışmada ön-test bilgileri velilere bire bir sorularak cevaplandırılmış ve işaretlenmiştir. 4 aylık bir uygulama eğitimi süreci sonrası yine son-test olarak aynı teknikle uygulanmış ve veriler elde edilmiştir.

3.3. Evren Ve Örneklem

3.3.1 Araştırmanın Evreni ve Örnekleme

Araştırmanın evrenini, Manisa İli Salihli Futbol Okulu'nda futbol eğitimi gören spor eğitimi alan 120 öğrencidir. Araştırmanın örnekleme ise bu öğrencilerden 7-11 yaş grubundaki 53 kişi oluşturmaktadır. Örneklem amaçlı örnekleme yöntemlerinden kolayda örnekleme modeli ile seçilmiştir.

3.3.2 Araştırmanın Deseni

Araştırmada nicel araştırma tekniklerinden ön test, son test deneysel desen kullanılmıştır. İlk önce araştırmaya katılmaya gönüllü olan öğrencilerden bir örneklem çerçevesi oluşturulmuştur. Gönüllü katılımcılar yaş gruplarına göre ayrılarak her gruba kendi gelişim olgunluklarına uygun öğretim programı oluşturulmuş ve bu programın içine eğitim kazanımları olarak öz bakım becerilerine yönelik 8 başlık altında bu becerilerin kazanımları hedeflenmiştir. Kazanımlar fırsat eğitimi çerçevesinde şekillendirilmiş ve uygulamalar sırasında modelleme, örneklendirme, yönlendirme, dönütleme ve bilgilendirme gibi uygulamalara dayanan bir çalışma bütünü oluşturulmuştur.

3.3.3 Verilerin Toplanması

Araştırmada ön test- son test deneysel desen kullanılmıştır ve ön test verileri 19 Haziran 2011 yılında elde edilmiş, takip eden haftadan başlayarak 4 aylık müdahale programı uygulanmış ve son olarak da son test verileri 23 Ekim 2011 yılında elde edilmiştir.

Verilerin toplanmasında 5 seçenekli 8 soruluk bir bilgi formu çalışması yapılmıştır. Eğitimin başlaması ile öğrencilerinin ailelerine uygulanan anket sorularının çok zayıf seçeneğinden çok kuvvetli seçeneğine doğru puanlama sistemi gerçekleştirilmiş ve çok zayıf seçeneğe 1 puan çok kuvvetli seçeneğe ise 5 puan verilerek puanlama sistemi uygulanmıştır. Bilgi formu aracılığı ile elde edilen bilgiler velilerin nezaretinde onlara uygun sorularla objektif veri elde etmek amacıyla araştırmacı tarafından işaretlemiş ve değerlendirilmiştir. Veriler toplanırken ve araştırma yapılırken velilerin demografik bilgilerine ihtiyaç duyulmamıştır. Çünkü bu çalışmanın 7-11 yaş aralığında olan çocukların beceri kazanımlarının değerlendirilmesine yönelik bir çalışma olmasından kaynaklanmaktadır. Bu çalışmada velilere sadece çocuklarının davranışları hakkında gözlemleri sorulmuş ve yanıt alınmıştır. Aileler ile ilgili genel bir çalışma yapılmamıştır. Velilerle yapılan çalışma ile ilgili bir bilgi toplantısı yapılmış ve onlardan çocuklarını gözlemlemeleri istenmiştir.

3.3.4 Verilerin İstatistiksel Analizi

İstatistiksel analiz için SPSS 16 programı veriler analiz edilmiştir. Araştırma sürecinde kullanılan ölçeklerden elde edilen veriler bilgisayarda yüzde artış oranları hesaplanarak değerlendirme yapılmıştır. Değerlendirme ön test ve son test puan ortalamaları hesaplanarak artış değerlendirmeleri yapılmıştır. Ön-test ve son-test sonuçları arasındaki farkların incelenmesinde ilişkili ölçümler için Tek Faktörlü anova (One-Way anova for Repeated Measures) analiz yöntemi kullanılmıştır. Bu teknik iki veya daha çok ilişkili ölçüm setlerine ait ortalama puanların birbirlerinden anlamlı bir şekilde farklılık gösterip göstermediğini test ettiği için kullanılmıştır. Verilerin anlamlılık düzeylerin belirlenmesi ve çalışmanın pozitif yönde anlamlı çıkıp çıkmadığını araştırmak için de Nonparametrik testlerden olan Wilcoxon işaretli sıra testi kullanılmıştır. İstatistikî analizlerde anlamlılık düzeyi sosyal bilimlerde sıklıkla kullanılan $p < 0.05$ olarak seçilmiştir.

4. BULGULAR

Tablo 2: Ön-test ve son-test verilerinin genel dağılım

SORULAR	n	Ön-test Puan Topamları	Son-test Puan Topamları	Fark (ST-ÖT) %
1. Yardımsız Giyinebilme Durumu	53	148	201	% 35
2. Grup ve Ekip Oyunlarına Katılma Durumu	53	137	217	%58
3. Günlük Olaylara İlgi Duyma Durumu	53	84	180	%114
4. Çalışmalara Tek Başına Gidebilme Durumu	53	120	187	%55
5. Kendi başına Banyosunu Yapabilme durumu	53	145	196	%35
6. Tek Başına Çantasını Hazırlama Durumu	53	140	197	%40
7. Dişlerini Düzenli Fırçalama Durumu	53	112	217	%93
8. Uyarılmadan Ellerini Yıkama Durumu	53	113	189	%67
Toplam	53	124,88	197,75	% 58

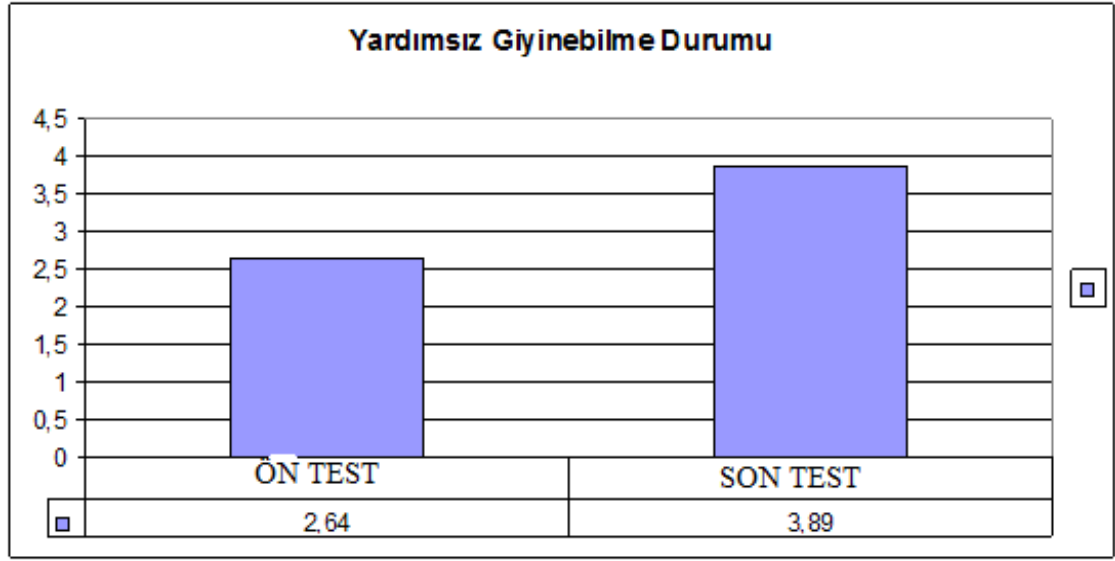
Tablo-2’ye göre araştırmaya katılan öğrencilerin ön test ve son test toplam puanları ile bu puanlar arasındaki farkın oranı görülmektedir. Bu puan farklarının oranı genel olarak incelendiğinde, en büyük yüzdelik artış “günlük olaylara belirgin ilgi duyma verisi” (%114) ardından “dişlerini düzenli fırçalama” (%93) ve üçüncü olarak da “uyarılmadan ellerini yıkama durumu” (%67) ile karşımıza çıkmaktadır. Bu puan oranlarındaki artış araştırmaya katılan öğrencilerin öz bakım becerisi düzeylerinin oldukça yükselmiş olduğunu göstermektedir.

Tablo 3: Yardımsız Giyinebilme Durumuna ilişkin Wilcoxon işaretli sıra testi sonucu

Öntest - Sontest	N	Sıra ortalaması	Sıra toplamı	z	p
Negatif sıra	0	0,00	0,00	-6,260	0,00
Pozitif sıra	48	24,5	1176,00		
Eşit	5	-	-		
Toplam	53				

Çocukların uygulama öncesi ve sonrasında yardımsız giyinebilme becerilerinin anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğine ilişkin Wilcoxon işaretli sıralar testi sonuçları Tablo 3’de verilmiştir. Analiz sonuçları, araştırmaya katılan çocukların yardımsız giyinebilme becerilerinde uygulama öncesi ve sonrası puanları arasında anlamlı bir fark olduğunu göstermektedir ($z=-6,26$; $p=0.000$). Fark puanlarının sıra ortalaması ve toplamı dikkate alındığında, gözlenen bu farkın pozitif sıralar, yani sontest puanı lehinde olduğu görülmektedir. Bu sonuçlara göre çocuklara uygulanan futbol ve oyun eğitimi programının çocukların yardımsız giyinebilme becerilerini geliştirmede önemli bir etkisinin olduğu söylenebilir.

Grafik 1: Yardımsız Giyinebilme Durumu



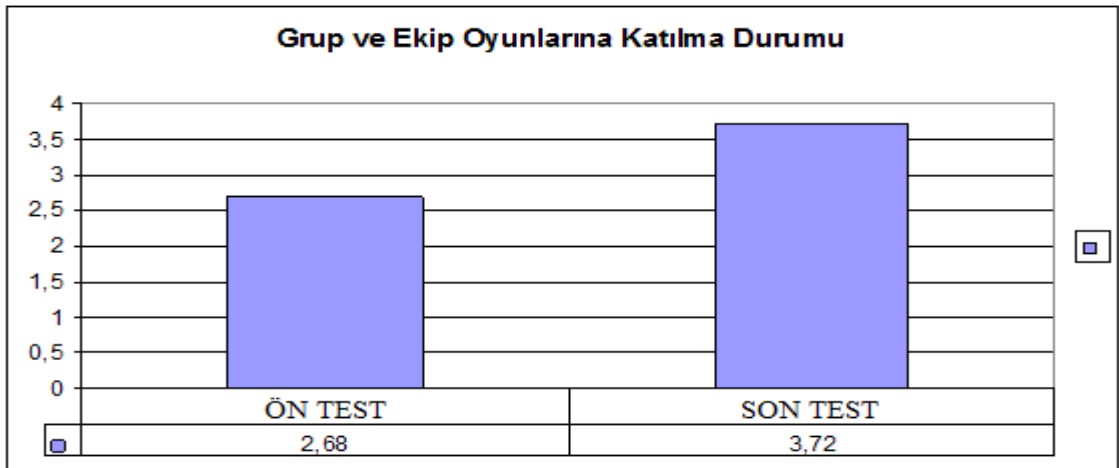
Grafik 1 Araştırma grubunda yer alan öğrencilerin “yardımsız giyinebilme durumlarına” ilişkin değerlerinin grafiksel gösterimidir.

Tablo 4: Grup ve Ekip Oyunlarına Katılma Durumuna İlişkin Wilcoxon işaretli sıra testi Sonucu

Öntest - Sontest	N	Sıra ortalaması	Sıra toplamı	z	p
Negatif sıra	0	0,00	0,00	-6,135	0,00
Pozitif sıra	44	22,5	990,00		
Eşit	9	-	-		
Toplam	53				

Tablo 4’ de deneklerin grup ve ekip oyunlarına katılma durumuna ilişkin Wilcoxon işaretli sıra testi sonucunda istatistiksel açıdan anlamlı ($z=-6,13$; $p=0.000$) fark görülmektedir. Fark puanlarının sıra ortalaması ve toplamı dikkate alındığında, gözlenen bu farkın pozitif sıralar, yani sontest puanı lehinde olduğu görülmektedir. Bu sonuçlara göre çocuklara uygulanan futbol ve oyun eğitimi programının çocukların grup ve ekip oyunlarına katılabilme geliştirmede önemli bir etkisinin olduğu söylenebilir.

Grafik 2: Grup ve Ekip Oyunlarına Katılma Durumuna



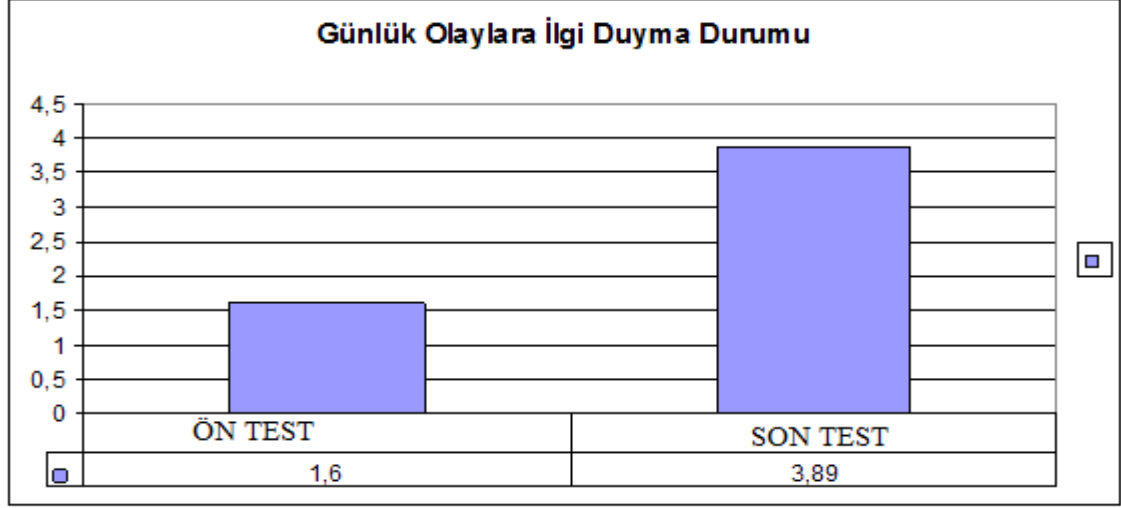
Grafik 2 araştırma grubunda yer alan öğrencilerin “grup ve ekip oyunlarına katılma durumuna” ilişkin değerlerinin grafiksel gösterimidir.

Tablo 5: Günlük Olaylara İlgili Duyma Durumuna İlişkin Wilcoxon işaretli sıra testi sonucu

Öntest – Sontest	N	Sıra ortalaması	Sıra toplamı	z	p
Negatif sıra	0	,00	,00	-6,534	,00
Pozitif sıra	52	26,5	1378,00		
Eşit	1	-	-		
Toplam	53				

Tablo 5 de deneklerin günlük olaylara ilgi duyma durumuna ilişkin Wilcoxon işaretli sıra testi sonucunda istatistiksel açıdan anlamlı ($z=-6,53$; $p=0.000$) fark görülmektedir. Fark puanları sıra ortalaması ve toplamı dikkate alındığında, gözlenen bu farkın pozitif sıralar, yani sontest puanı lehinde olduğu görülmektedir. Bu sonuçlara göre çocuklara uygulanan futbol ve oyun eğitimi programının çocukların günlük olaylara belirgin ilgi duyma gelişimlerine önemli bir etkisinin olduğu söylenebilir.

Grafik 3: Günlük Olaylara İlgi Duyma Durumu



Grafik 3 araştırma grubunda yer alan öğrencilerin “günlük olaylara ilgi duyma durumuna” ilişkin değerlerinin grafiksel gösterimidir

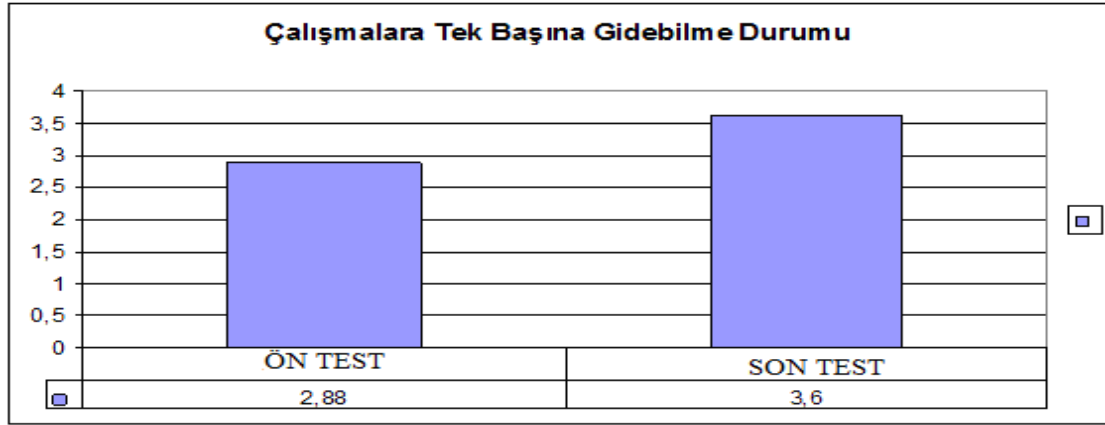
Tablo 6: Çalışmalara Tek Başına Gidebilme Durumuna İlişkin Wilcoxon işaretli sıra testi Sonucu

Öntest – Sontest	N	Sıra ortalaması	Sıra toplamı	z	p
Negatif sıra	1	13,00	13,00	-5,990	,00
Pozitif sıra	46	24,24	1115,00		
Eşit	6	-	-		
Toplam	53				

Tablo 6’da deneklerin çalışmalara tek başına gidebilme durumuna ilişkin Wilcoxon işaretli sıra testi sonucunda istatistiksel açıdan anlamlı ($z=-5,99$; $p=0.000$) fark

görülmektedir. Fark puanlarının sıra ortalaması ve toplamı dikkate alındığında, gözlenen bu farkın pozitif sıralar, yani son test puanı lehinde olduğu görülmektedir. Bu sonuçlara göre çocuklara uygulanan futbol ve oyun eğitimi programının çocukların çalışma alanına tek başına gidebilme becerilerini geliştirmede önemli bir etkisinin olduğu söylenebilir.

Grafik 4: Çalışmalara Tek Başına Gidebilme Durumu



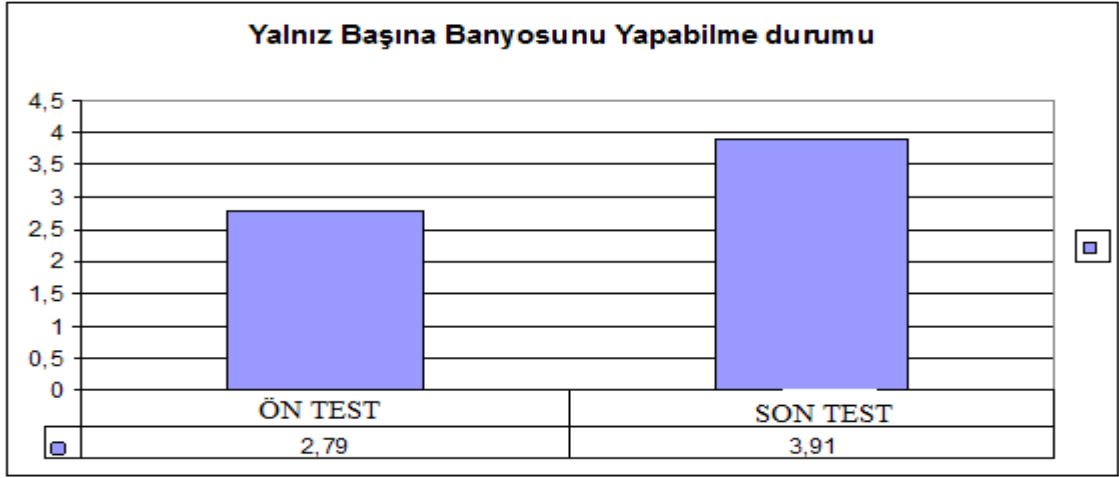
Grafik 4 araştırma grubunda yer alan öğrencilerin “çalışmalara tek başına gidebilme durumu” ilişkin değerlerinin grafiksel gösterimidir.

Tablo 7: Kendi başına Banyosunu Yapabilme Durumuna İlişkin Wilcoxon işaretli sıra testi Sonucu

Öntest - Sontest	N	Sıra ortalaması	Sıra toplamı	z	P
Negatif sıra	1	13,00	13,00	-5,660	,00
Pozitif sıra	41	21,71	890,00		
Eşit	11	-----	-----		
Toplam	53				

Tablo 7 de deneklerin yalnız başına banyosunu yapabilme durumuna ilişkin Wilcoxon işaretli sıra testi sonucunda istatistiksel açıdan anlamlı ($z=-5,66$; $p=0.000$) fark görülmektedir. Fark puanlarının sıra ortalaması ve toplamı dikkate alındığında, gözlenen bu farkın pozitif sıralar, yani sontest puanı lehinde olduğu görülmektedir. Bu sonuçlara göre çocuklara uygulanan futbol ve oyun eğitimi programının çocukların kendi başlarına banyo yapabilme becerilerini geliştirmede önemli bir etkisinin olduğu söylenebilir.

Grafik 5: Kendi başına Banyosunu Yapabilme Durumu



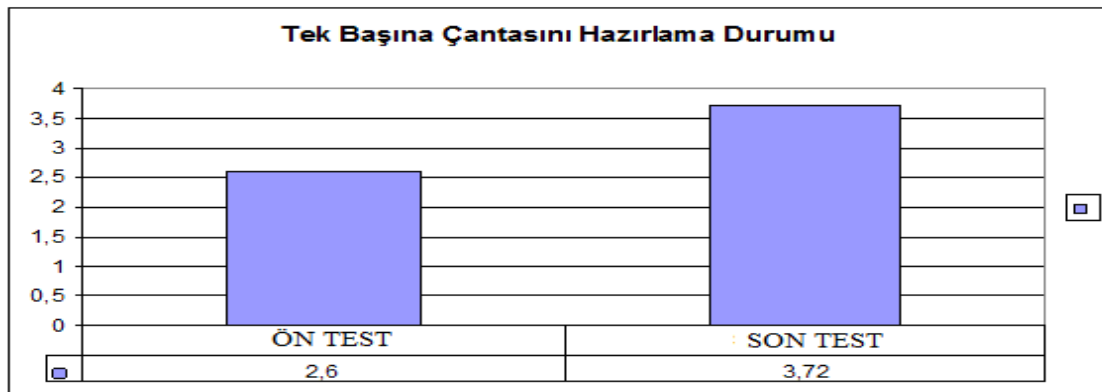
Grafik 5 araştırma grubunda yer alan öğrencilerin “yalnız başına banyosunu yapabilme durumuna” ilişkin değerlerinin grafiksel gösterimidir.

Tablo 8: Tek Başına Çantasını Hazırlama Durumuna İlişkin Wilcoxon işaretli sıra testi Sonucu

Öntest - Sontest	N	Sıra ortalaması	Sıra toplamı	z	p
Negatif sıra	0	,00	,00	-6,406	,00
Pozitif sıra	48	24,50	1176,00		
Eşit	5	-----	-----		
Toplam	53				

Tablo 8 de deneklerin tek başına çantasını hazırlama durumuna ilişkin Wilcoxon işaretli sıra testi sonucunda istatistiksel açıdan anlamlı ($z=-6,40$; $p=0.000$) fark görülmektedir. Fark puanlarının sıra ortalaması ve toplamı dikkate alındığında, gözlenen bu farkın pozitif sıralar, yani sontest puanı lehinde olduğu görülmektedir. Bu sonuçlara göre çocuklara uygulanan futbol ve oyun eğitimi programının çocukların tek başlarına çantasını hazırlama becerilerini geliştirmede önemli bir etkisinin olduğu söylenebilir.

Grafik 6: Tek Başına Çantasını Hazırlama Durumu



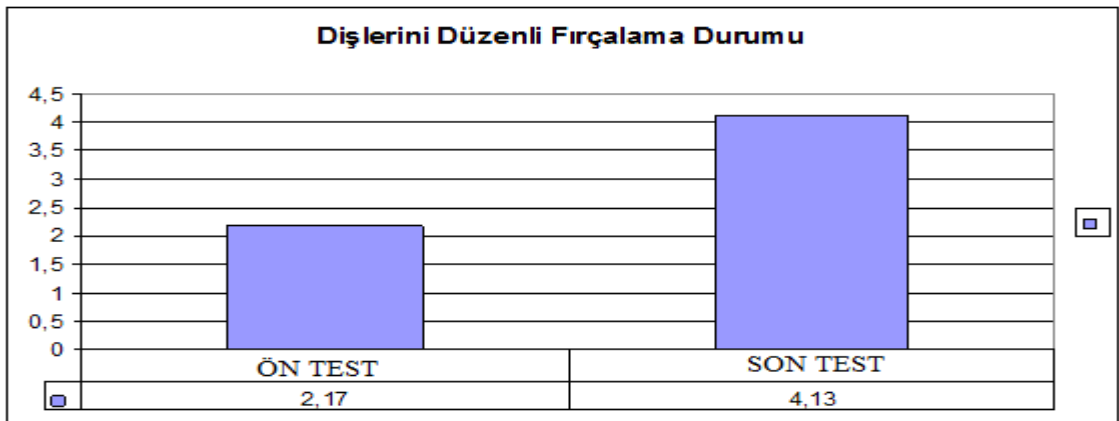
Grafik 6 araştırma grubunda yer alan öğrencilerin “tek başına çantasını hazırlama durumuna” ilişkin değerlerinin grafiksel gösterimidir.

Tablo 9: Dişlerini Düzenli Fırçalama Durumuna İlişkin Wilcoxon işaretli sıra testi Sonucu

Öntest - Sontest	N	Sıra ortalaması	Sıra toplamı	z	p
Negatif sıra	0	,00	,00	-6,202	,00
Pozitif sıra	48	24,50	1176,00		
Eşit	5	-	-		
Toplam	53				

Tablo 9 da deneklerin dişlerini düzenli fırçalama durumuna ilişkin Wilcoxon işaretli sıra testi sonucunda istatistiksel açıdan anlamlı ($z=-6,20$; $p=0.000$) fark görülmektedir. Fark puanlarının sıra ortalaması ve toplamı dikkate alındığında, gözlenen bu farkın pozitif sıralar, yani sontest puanı lehinde olduğu görülmektedir. Bu sonuçlara göre çocuklara uygulanan futbol ve oyun eğitimi programının dişlerini düzenli fırçalama becerilerini geliştirmede önemli bir etkisinin olduğu söylenebilir.

Grafik 7: Dişlerini Düzenli Fırçalama Durumu



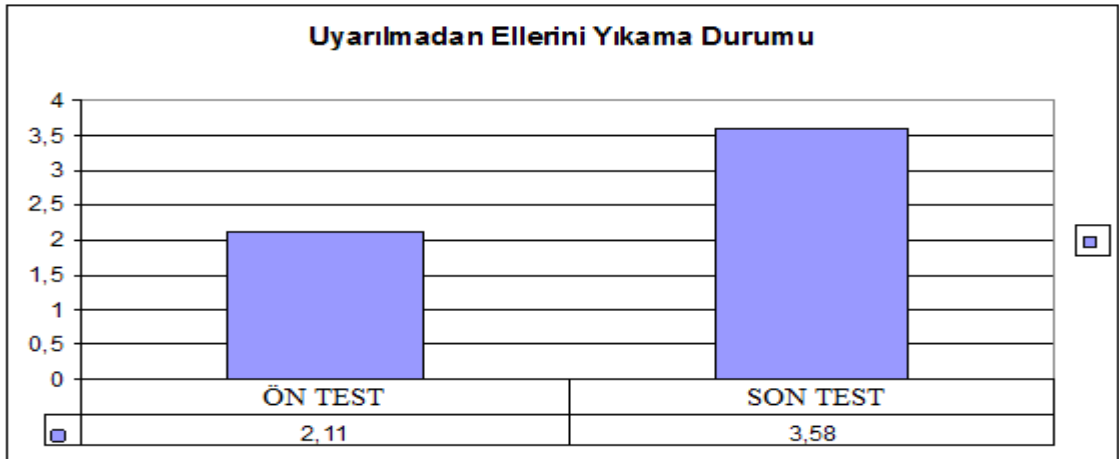
Grafik 7 araştırma grubunda yer alan öğrencilerin “dişlerini düzenli fırçalama durumuna” ilişkin değerlerinin grafiksel gösterimidir.

Tablo 10: Uyarılmadan Ellerini Yıkama Durumuna İlişkin Wilcoxon işaretli sıra testi Sonucu

Öntest - Sontest	N	Sıra ortalaması	Sıra toplamı	z	p
Negatif sıra	0	,00	,00	-6,095	,00
Pozitif sıra	47	24,50	1128,00		
Eşit	6	-	-		
Toplam	53				

Tablo 10’ da deneklerin uyarılmadan ellerini yıkama durumuna ilişkin Wilcoxon işaretli sıra testi sonucunda istatistiksel açıdan anlamlı ($z=-6,09$; $p=0.000$) fark görülmektedir. Fark puanlarının sıra ortalaması ve toplamı dikkate alındığında, gözlenen bu farkın pozitif sıralar, yani sontest puanı lehinde olduğu görülmektedir. Bu sonuçlara göre çocuklara uygulanan futbol ve oyun eğitimi programının çocukların uyarılmadan ellerini yıkama becerilerini geliştirmede önemli bir etkisinin olduğu söylenebilir.

Grafik 8: Uyarılmadan Ellerini Yıkama Durumu



Grafik 8 araştırma grubunda yer alan öğrencilerin “uyarılmadan ellerini yıkama durumuna” ilişkin değerlerinin grafiksel gösterimidir.

Tablo 11: Yaş gruplarında görülen toplam değerler açısından değişim tablosu

Yaş	N	Ön-test	N	Son-test	Fark %
1. Grup 7-8 yaş	14	287	14	440	%53
2. Grup 9-10 yaş	20	369	20	604	%63
3. Grup 11 yaş	19	343	19	540	%57
Toplam	53	999	53	1584	%58

Yaş grupları olarak ele alınan bu tabloda bireyler sosyal olgu içerisinde etkileşim yaşamış ve ön-test ile son-test arasında olumlu bir artış elde edilmiştir.

Yaş grubu olarak alınan bu değişim tablosunda yüzdeler olarak değerlendirme yapılmış ve anlamlı bir artış elde edilmiştir. Grupların 3 kategoriye ayrılmasının sebebi ise grup üyelerinin daha iyi kontrol altına alınabilmesi ve çalışmanın daha verimli bir şekilde sürdürülebilmesi içindir. Bakıldığında 1. grup 14 kişi, 2. grup 20 kişi ve 3. grup da 19 kişidir. Tüm gruplarda belli bir yaş aralığı ele alınmıştır. Bu grup üyeleri aynı anda eğitim almamış yaş kategorisine göre farklı zamanlarda çalışılmıştır. Bu şekilde daha verimli bir çalışma elde edilmiştir. Sportif anlamda da zaten bu yaş gruplarının gelişimsel açıdan karma grup oluşturulması doğru olmayacağı düşünülmüştür.

Elde edilen verilerde % 50 nin üzerinde artışlar elde edilmiştir. En yüksek artış ise % 63 ile 9-10 yaş arası çalışan grup da meydana geldiği görülmüştür. Tüm ortalama da ise % 58 lik pozitif yönde bir değer artışı söz konusudur.

5. TARTIŞMA

Bu araştırmada 7-11 yaş grubunda çocukların 4 aylık yaz futbol eğitimi sonucunda öz bakım becerilerini geliştirmede verilen futbol ve oyun eğitiminin etkililiği incelenmiştir.

Araştırma bulgularında futbol ve oyun eğitimine katılmış çocukların ön-test ve son-test öz bakım verilerinin fark oranları (Tablo 2) oldukça yüksek olduğu görülmektedir. Fark oranının yüksekliği çocukların öz bakım becerilerini geliştirmede uygulanan futbol ve oyun eğitiminin önemli bir etkisinin olduğu söylenebilir. Bütün spor dallarının ortak özelliği olan vücut hareketleri yoluyla birey teknik beceri kazanmanın yanı sıra başkalarının farklılıklarını tanıyıp saygı duymayı da öğrenir (Çamlıyer ve Çamlıyer, 2001). Bu öğrenme durumu çocukların kendilerine yönelik davranış geliştirmeye ve öz bakım konusunda grup içinde statüsünü yükseltme, sosyal varlık olarak fark edilme isteğini destekleyebilir.

Katılımcıların ön test ve son test arasındaki öz bakım becerilerinin son test puanı lehinde olduğu görülmektedir (Tablo 3-10) . Bu sonuçlara göre çocuklara uygulanan futbol ve oyun eğitimi programının çocukların öz bakım becerilerini geliştirmede önemli bir etkisinin olduğu söylenebilir.

Öz bakım gelişimiyle ilgi yapılan bir çok çalışma bulunmasına karşın bu çalışmalar yapılan araştırmamızla paralellik göstermemekte, sadece öz bakım becerilerini saptamaya yönelik ağırlıklı çalışmalar olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu araştırmanın hipotezi olan 7-11 yaş grubunda yapılan ve 4 ay süreli okul dışı “futbol eğitim” çocukların öz bakım becerilerinde gelişim sağlamaya yardımcı olur hipotezi kabul edilmiştir.

Süzek ve Çakmak (2004) öğrencilerin aylık gelirleri ile gelirlerini karşılama durumlarının öz-bakım gücü puan ortalamalarını etkilemediği, gelirini aileden, aile ve burslardan karşılayan öğrencilerin kinden yüksek olduğu görülmüştür. Öğrencilerin aylık geliri ve gelirlerini karşılama durumları ile öz-bakım gücü puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark tespit edilemediği, gelirini aileden, aile ve burslardan ve aile, burs ve kendi çalışarak karşılayan öğrencilerinin kinden daha yüksek olduğu

belirtilmiştir (66). Ancak bizim yaptığımız çalışma ailelerin demografik özellikleri ile ilgili olmadığından bu çalışma ile bir paralellik göstermemektedir. Bizim yaptığımız çalışma tamamen öğrenci tutumlarına yönelik bir çalışmadır. Dolayısıyla aile içi etkileşim daha önemli olmakla beraber öğrencilerin sosyal topluluklar içinde ki davranışları ön plana çıkmıştır. Bu davranışların değişimi için çalışma yapılmış ve değerlendirilmiştir.

Tablo 3 ve Grafik 1 anlaşılabacağı üzere istatistiksel ortalamalarına bakıldığında anlamlı bir artış olduğu görülmüştür. Bireylerin yaşlarına bağlı gelişim farklılıklarına dayanan ve zaman zaman ailelerin de futbol okulu çalışmalarına izleyici olarak katılmalarından dolayı öğrenci velilerinin *giyinme ve soyunma* olayına karıştıkları görülmüştür. Bunun negatif etkisi birey aileye aşırı bağımlı olabileceği olarak ailelere açıklanmış ve çocuklarının çok özel durumlarının dışında giyinme ve soyunma gibi temel ihtiyaçlarını kendi gidermeleri konusunda daha hassas olmaları gerektiği anlatılmıştır. Aile kontrolünün yaşandığı bu çocuklarda beklenen tutum ve davranışların diğerlerine göre daha geç ortaya çıktığı da gözlenmiştir çünkü bahsettiğimiz gibi ailelerin ister istemez çocukları üzerine ki etkilerini azaltma girişimlerin köreltilmesi oldukça zaman almıştır. Ancak tüm bu yaşanan süreçlere rağmen yine de pozitif yönde anlamlı bir düzeyde artış olduğu görülmüş. Yüzdelik artış da en düşük artışlardan birisinin bu konu olduğu da rahatlıkla görülebilir.

Bazı davranışsal değişimleri veliler şu şekilde açıklama getirmişlerdir. “Bir gün giyinmesine yardımcı olmaya çalıştığımda bana sen yardım etme istersen ben kendim de bunu başarabilirim, birçok arkadaşım bunu kendisi yapabiliyor, ben de yapabilirim” gibi bir tepki ile karşılaştıklarını belirtmişlerdir. Buda bireylerin sosyal topluluklar içerisinde belirli kurallar ile eğitilmeye çalışıldığında olumlu olarak birbirlerinden etkilendiklerini göstermektedir.

Yavuz, B. , Çimen, S. (2007) annelerin çocukların öz bakımını gerçekleştirmelerinde yeteri kadar izin vermedikleri, çocukların evde öz bakımlarını destekleyici ve teşvik edici girişimlerinin yetersiz olduğu ve bu konuda ne yapacaklarını bilmedikleri, öz bakıma izin verme ve destek/teşvik etme durumu arttıkça çocukların öz bakım düzeylerinin arttığı belirlenmiştir. Yapmış olduğumuz çalışma bu anlamda ailelerin eğitilmesi konusunu ortaya koymuştur. Bu özelliği ile bizler yapmış

olduğumuz çalışmada aileleri bilgilendirme toplantıları yapılmış ve bu anlamda bu çalışma ile bizim çalışmamızdaki aile odaklı olması bir anlamda iki çalışmayı bir noktada kesiştirmiştir (67).

Tablo 4 grafik 2 de grup ve ekip oyunlarına katılma durumunu araştırdığımız bu alanda yapılan çalışmanın pozitif yönde anlamlı olduğu görülmektedir. Zaten futbol oyunu grupla oynan ve ekip ruhu gerektiren bir spor olduğu için bireyler bu gruba girmeye ve ait olma duygularını ortaya çıkararak verimli bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Zaten bireyin gruba katılmama isteğinin olması dahi söz konusu olamaz. Üstelik Futbol eğitiminin yanında öğrencilere çeşitli aktiviteler yaparak sosyalleşmeleri ve topluma katılımları sağlanmıştır. Futbol eğitimi içinde onlara oyunlar oynatarak ekip ruhu aşılarmaya çalışılmış düzenlenen çeşitli organizasyonlarla da (Gezi, Piknik, Aile toplantıları gibi) bireylerin toplum içi davranışları düzenlenmeye ve aşılarmaya çalışılmıştır. Bu tür organizasyonlar bireylerin sosyalleşmesine ve gruba ait olma duygusuna kapılması sağlanmıştır. Bu durum bireyde paylaşım içinde ve birlikte olduğu gruba uyum gösterebilmek için birey ister istemez kendi yaşamına, durumuna özen göstererek kendi sosyal grubundan onay almak ve değer bulmak çabasını tetikler. Zaten futbolun doğasında olan grup oyununun temel niteliği de gruba ait olma, takım ruhunu yakalama ve takım için oynama, mücadele etme felsefesi olduğu için bireyleri gruba uyum sağlama konusunda sıkıntı yaşanmamıştır. Dolayısıyla bireylerin ileriki sosyal yaşantılarında gerekli olan sosyalleşme ve grup çalışması bu yaşlarda aşılarmış olmaktadır. Bu da çalışmanın ileriki yıllarda ki verimliliğinin bir göstergesidir.

Çavkaytar Atilla (1999) yapmış olduğu çalışmada öğretilecek davranış ya da becerinin analiz edilmesi ve tanımlanması, öğrencinin beceride yapabildiklerinin sürekli ve doğrudan ölçülmesi, öğretim süresince öğrencinin aktif olması için fırsatlar sağlanması, öğrenci davranışlarına anında ve sistematik dönütler verilmesi, öğrenci davranışlarının uyaranlarla kontrolü sürecinde öğretim amaçlı ipuçlarıyla da yardımlardan, doğal uyaranlara geçişin sağlanması, yeni öğrenilen becerilerin yeni durum ve ortamlara genellemesini sağlamak için stratejilerin uygulanması. Bu ilkeler doğrultusunda okullarda sürdürülen öğretim etkinliklerinin aileler yardımıyla desteklenmesi ve ailelerin çocuklarının eğitime katılımcı olmaları gerekliliği kabul edilmektedir. Ailelerin çocuklarının eğitime aktif katılımına yönelik araştırmalar, aile

katılımının, aileye, çocuğa ve eğitim sürecine önemli katkılar getirdiğini göstermektedir (68).

Spor rekabetin en uygun koşullarda yaşanılmasına olanak sağlar. Başkalarıyla ilişki kurma sosyal öğrenmenin temel koşuludur. Kişinin yaşantısındaki ilişkilerin sayısı ve çeşitliliğinin artması onun toplumsallaşma derecesi ile ilgili bir fikir verebilir. Spor çalışmaları özellikle spor müsabakaları değişik okul ve kulüp elemanlarıyla farklı şehirlerin insanlarıyla, hatta uluslararası yarışmalar düşünüldüğünde farklı toplumların insanlarıyla temas kurulmasını sağlayan organizasyonlardır (11).

Organize edilmiş oyunlar, özellikle çok değerlidir, çünkü çocuklara, otoriteye karşı reaksiyon göstermeyi ve otoriteyle anlaşmayı öğrenmek için ve aynı zamanda yaşitlarıyla anlaşmayı öğrenmek için koşullar sağlar (69).

Bu anlamda yapmış olduğumuz bu çalışma ile paralellik göstermekte, benzeri tür etkinlikler ilkesel ve yaklaşım olarak iyi uygulandığında benzer olumlu etkileri yapabileceği söylenebilir.

Tablo 5 ve grafik 3 de ise araştırma grubunda yer alan bireylerin günlük olaylara ilgi duyma tablo ve grafiğindeki anlamlı artış görülmektedir. Zaten bireylerin kendilerine olan güven duygularının da gelişmesi için günlük olaylara ilgi duyması ve sosyal anlamda gelişmesi gerekir. Yapılan bu çalışmada da bireyler günlük olaylar ile ilgili ilgi çekici, günlük yaşam ile ilgili olayları takip etmişler ve bu konuda bilgi sahibi olmuşlardır. Futbol öğretimi sırasında bireyler ile günlük olaylar ile kısa süreli sohbetle yapılmış ve olayları takip etmeleri istenmiştir. Bu konu sadece futbol ile sınırlı kalmamıştır. Ailelere de bu konuda bilgi verilmiş ve çocukları ile sohbet etmeleri, kendilerini ifade etmelerine ortam sağlanmaları da istenmiştir. Zaten anketteki en büyük artışlardan biriside bu konu olmuştur. Bu durum da aile içi tutum ve tavırların çocuğun eğitiminde ne denli önemli ve etkili olabileceğinin bir göstergesidir. Yine bireylerin sosyalleşmesi ve özgüvenlerinin yerine gelmesi için günlük olaylar etkili olacaktır. Bu yüzden yapmış olduğumuz bu çalışmaya bu konuyu da ekleyerek bireylerin küçük yaşlarda elde edecekleri alışkanlıkların ileriki hayatlarına etki edeceği ve olumlu yansımaları olacağı muhakkaktır.

Demiriz, S. ve Dinçer, Ç. (2001) yılında yapmış oldukları “Okul öncesi dönem çocuklarının öz bakım becerilerinin annenin çalışıp çalışmama durumuna göre incelenmesi” konulu çalışması bizim yaptığımız öz bakım çalışması ile ilgili konularda paralellik göstermektedir. Çocukların; giyinme – soyunma, temizlik, tuvalet, tertip-düzen üzerine yapılan bu araştırma bizim de temelde ölçmeyi hedeflediğimiz konular olması sebebiyle çalışmamız ile örtüşmektedir. “Okul öncesi dönem çocuklarının öz bakım becerilerinin annenin çalışıp çalışmama durumuna göre incelenmesi” çalışması ile bizim yapmış olduğumuz çalışma sonuç bakımından da paralellik göstermiştir (70).

Tablo 6 ve grafik 4 de çalışma alanına tek başına gidebilme durumunda yine anlamlı bir artış görülmüştür. Çalışma alanına tek başına gidebilme durumu çocuğun öz güveni ile ilgili bir durum olmakla beraber bireyin tek başına uygulayabileceği bir alandır. Ancak burada da karşılaşılan sorunlardan bir tanesi yine ailelerin çocukları üzerinde ki etkileri ve onları yalnız bırakmama korkusu oluşturdur. Uzak mesafe de olan bireyleri aileleri çalışma yerine getirirken daha yakın olanlar yürüyerek ya da bisiklet ile ulaşımı tercih etmiştir. Burada bireyin artık tamamen tek başına bir yerden bir yere ulaşımı söz konusudur. Bu yaşlarda kazanılacak olan alışkanlık ileriki yıllarda bireyin özgüveninin tam olmasına ve bireysel manada girişimci ve atak olmasını sağlayacağı düşünülmektedir.

Çocuğun özgüvenin gelişiminden ailenin çocuğa ilişkin sahip olduğu genel tutumu da son derece önemlidir. Çocuğun özgüven edinimini desteklemek amacıyla ailelerin çocuklarına karşı destekleyici ve güven verici bir tutum sergilemeleri gerekmektedir. Destekleyici tutum içinde olan anne baba, çocuğuna sözleri ve dokunuşlarıyla sevgisini göstererek onunla yakından ilgilenir. Bu tip ailelerde anne baba çocuklarını destekler ancak bunun yanında aile içinde belirlenen kurallar da vardır. Bu ailelerde etkili bir etkileşim ve güçlü iletişim söz konusudur. Anne baba çocuklarını dinler ve onlara karşı ilgilidir. Aile üyeleri birbirlerinin düşüncelerine ve görüşlerine değer verirler. Böyle bir anne baba yaklaşımı, çocuğa uygun bir gelişim ortamı hazırlamış olur. Çocukların merak etmesi, soru sorması ve kurcalaması son derece doğal davranışlardır. Aileler çocuğun bu davranışlarını yaşayabilecekleri ortamlar hazırlamalıdır. Bu tip ailelerde, çocuklar bu merak yaşantılarının içerisine girdiklerinde aileler tarafından desteklenir, övülür ve yüreklendirilirler. Bu durum

çocuğun özgüven duygusunun gelişmesinde son derece önemlidir. Ancak çocuğun yaptığı her etkinliğin abartılı bir biçimde övülmesi de doğru değildir. Yapılan çalışma, grup çalışması olduğu için grup, üyelerinde tutum değişimini arttırabilir de engelleyebilir de, şöyle ki, eğer bu tutum değişimi grup normu doğrultusunda, grup bunu arttırıcı rol oynar; eğer grup normuna ters düşüyorsa, grup bu tutum değişimine engelleyici rol oynar.

Durualp, E. (2010) İletişim becerileri kapsamındaki çalışması,(duyguları tanıma, göz kontağı kurma, dinleme ve duyguları ifade etme gibi sosyal becerilerini içeren bir çalışma) yöntem olarak uygulamaya dayalı bir araştırma olması, kontrol grubu kullanması açısından çalışmamızla paralellik göstermektedir. Oyun uygulamaları yöntem olarak çalışmamızdaki futbol uygulamalarıyla benzeşmektedir. Uygulama sonucunda her ne kadar öz-bakım becerisi olmasa da sonuç olarak yürütülen bu çalışma sonunda ortaya çıkan sonuçlar uygulamaya katılan grubun lehine olumlu sonuçlar ortaya çıkarması açısından çalışmamızın sonucuyla paralellik göstermektedir (71).

Tablo 7 ve grafik 5 de yapılan araştırmanın bu bölümünde ise bireyin banyo yapabilme olgusu ele alınmış ve öz-bakımı için gerekli olan bir ortam sağlanmıştır. Birey artık büyüme çağına girmiş ve ailesinden ayrı bir şekilde kendi banyosunu yapabilme düzeyine ulaşmıştır. Bu anlamda birey artık kendi temizlik ihtiyacını giderecek ve daha bakımlı olacaktır. Burada aile sadece takipçi olacak ve öğrenciye karışmayacaktır. Ancak yine burada pozitif yöne bir artış söz konusudur. Tabii futbol eğitimi verilirken idman sonrası düşün önemini anlatmak bireylerin banyo yapma alışkanlığını arttırmıştır. Her idman sonrası temizliğin hem sporcu sağlığı açısından hem de genel temizlik açısından önemi üzerine verilen kısa süreli bir konuşma öğrencilerin bu davranışı göstermeleri arttıran bir özelliktir.

Tablo 8 ve grafik 6 deki hipotezde bireyin tek başına çantasını hazırlama durumu ele alınmış ve veriler SPSS programın da analiz edilmiştir. Bireyin çanta hazırlama olgusu ile birlikte öz-bakım gelişimi sağlanmak istemiş ve bu konuda yapılan çalışmanın başarılı olduğu istatistiksel analiz ile ortaya konulmuştur. Futbol okulu çalışma öncesi ve sonrası soyunma odalarında dağınıklığa ve düzensizliğe yer verilmemek için çalışma öncesi ve sonrası odalar kontrol edilmiş, çantası düzensiz ya da dağınık olan öğrenciler uyarılmıştır. Bireyler önceleri dağınık olmasına rağmen

uyarılarla ve anlatımla ayrıca arkadaşlarının düzene girmesi ile sosyal etkileşim içerisinde bulunmuş ve düzen sağlanmıştır.

Tablo 9 grafik 7 de diş temizliği de öz bakımın temel öğelerindendir. Yine futbol eğitimi esnasında kısa süreli fırsat eğitimi şeklinde verilen genel temizliğin yanında diş fırçalama özeni çocuklar üzerinde oldukça etkili olmuş ve en büyük anlamlı istatistiksel artış bu hipotezde görülmüştür. Sporunun sağlıklı olması gerektiği vurgulanan bu olguda bireylere sağlığın futbol üzerine etkileri anlatılmış ve diş konusunda hassasiyetle durulmuştur. Bunun takibi ise evde aile bireyleri çocuklarının diş temizliğine özen gösterip göstermediği ile ilgili bilgiler alınmıştır. Burada ki en büyük destek yine aile bireylerinden gelmiş ve onlara da bu konu ile ilgili bilgilendirme yapılmıştır. Sporun genel sağlığı içinde yer alan ağız ve diş bakımı bilgilendirilmesi yapılmış ve sporculardan buna uymaları istenmiştir. Bununda uygulandığı ve istatistiksel anlamda anlamlı sonuçlar olduğu zaten sonuçlarda da görülmüştür. Kişinin öz-bakımında önemli bir yer tutan kişisel bakım ve temizlik bireyin geleceğinde oldukça etkilidir. Toplum içerisindeki görünüş ve temizlik sosyal toplumlarda oldukça önemli bir yer tutar. Bireyde bu toplumda yer alabilmek için kendisine en iyi şekilde bakmaları gerekir.

Demirel N. (2008) denge ve öz bakım beceri gelişimindeki çalışmada 2 ay boyunca yapılan çalışmanın olumlu sonuç verdiği gözlenmiştir. Yapılan çalışmada bireyler bağımsızlık olgusu yaşatılarak başlıca öz bakım becerilerinin gelişim göstermesi dolayısıyla bizim de yapmış olduğumuz çalışma ile benzerlik göstermektedir. Demirel in yaptığı çalışmada çocuklar birbiri ile etkileşim içerisine girerek olumlu anlamda öz bakım beceri gelişimi göstermiş ve öz bakım beceri gelişimi için bireyler de ki sosyalleşmenin olgusunun üst düzeye çıkması bir ön koşul niteliği taşımıştır. Bu anlamda sosyalleşme olgusu ile bizim de yaptığımız çalışma arasında bağ kurmak mümkündür (72).

Tüm tablolarda pozitif ve olumlu yönde bir artış olduğu göz önündedir. Bu artışın etkileyicileri sadece bu çalışma da değildir. Çocuğun büyüme ve gelişmesinin de etkisi olabileceği muhakkaktır. Ancak velilerle yaptığımız görüşmelerde çocuklarının tek başlarına kendilerinin banyo yapma isteği gündeme geldiğini vurgulamaktadırlar. Bu durum bir açıdan çocuğun kendi temel günlük yaşam gereksinimlerini tek başlarına çözme ve ebeveynlerine daha az yük olma davranışını tetiklerken, diğer açıdan da

ailelerin çocuklara benzeri davranışlar kazandırmada benzeri başka temel sorumlulukları da çocuğa devretme, çocuğu birey olarak bağımsızlaştırma eğilimlerini tetikleyebileceği de söylenebilir.

Öz bakım becerisi gerektiren tüm davranışlarda olumlu yönde değişim olmakla beraber bu öğrencilerin ailelerine de olumlu anlamda yansımış ve yapılan çalışmanın ne kadar doğru ve verimli olduğu anlaşılmıştır. Pek çok aile çocuklarının genel tutum ve davranışlarından oldukça memnun olmakla beraber görülen bu değişimin yapılan çalışma sonucu olduğunu söylemektedirler.

Özinç'in (2005) üniversitesi öğrencilerinin sporun ve spora katılımın sosyalleşmeye etkisi üzerine görüşlerini inceledikleri çalışmada, sporun sosyolojik boyutlarının bireyin gelişimine, eğitimine ve sosyalleşmesine olan etkileri araştırılmış, öğrencilerin sporun sosyalleşmeye olumlu etkilerinin bilincinde oldukları, fakat çoğunun sosyalleşmek amacıyla spor yapmadığını belirlemiştir (73).

Erdemir ve ark. nın (2006) üniversitelerin beden eğitimi ve spor bölümü ile müzik ve resim bölümlerinde okuyan öğrencilerin toplumsallaşma düzeyleri üzerine yaptıkları çalışmada; Beden Eğitimi ve Spor bölümünün bireyin toplumsallaşması üzerinde resim ve müzik bölümlerinden daha fazla etkili olduğunu bulmuşlardır (74).

Organize edilmiş oyunlar, özellikle çok değerlidir, çünkü çocuklara, otoriteye karşı reaksiyon göstermeyi ve otoriteyle anlaşmayı öğrenmek için ve aynı zamanda yaşıtlarıyla anlaşmayı öğrenmek için koşullar sağlar. Bu yolla çocuk ve gençler kendisi ve başkaları arasındaki farklılıkları görür. Kendisinden daha iyi birilerinin bulunmasının kendi değerini ve başarısını azaltmayacağını öğrenir. Spor programları belirli kişiler tarafından organize edilip uygulanır. İşte çocuğun spor programlarından sağlayacağı yarar da bu kişilerin bilgilerine bağlıdır. 1950 ve 1980 yılları arasında Amerika Birleşik Devletlerinde çocuk ve gençlerin spora katılımlarının sosyal gelişmelerine etkisiyle ilgili birçok çalışma yapılmıştır. Bu çalışmalar özellikle rekabete dayalı yoğun antrenman ve yarışmaların sosyal gelişme üzerinde olumsuz etkiler yapabileceğini ortaya koymuştur. Bu nedenle 12 yaşın altındaki çocuklar için düzenlenen spor programlarının amacı fiziksel harekete katılım ve sosyal ilişkiler geliştirme olmalıdır. Çünkü genellikle 12 yaşın altındaki çocuklar rekabetin ne demek olduğunu anlamak ve

rekabete dayalı stratejileri kavramak için sosyal yeteneklere sahip değildirler. Öğretmenler, antrenörler ve anne-babalar çocukların spora katılımında bu gerçeklere uygun yaklaşımlar sergilemelidirler (68).

Yapılmış olan bir başka çalışma ise şiddet eğilimi olan gençlerin spora ilgi düzeylerinin ve okul başarılarının düşük olduğu saptanmıştır. Aynı çalışma ile gençlerin spora yönlendirilmesi ile bu durumun düzeltilmesi için olumlu bir katkı sağlayacağı belirtilmiştir. Çalışmaya katılan şiddet eğilimli gençlerin spora yönlendirilerek toplumsallaşmaları sağlanmış, bu şekilde şiddet eğilimlerinde önemli ölçüde azalma olacağı vurgulanmıştır (75).

Bizimde yaptığımız bu çalışma ile bireylerin toplumsallaşmaları sağlanmış kendi başlarına birey olgusu aşılanmış ve sosyalleşen, toplumsallaşan bireylerin; aile, çevre ve kendileri ile barışık olduğu gözlemlenmiştir. Bu anlamda bu çalışmalar ile bizim yaptığımız çalışma paralellikler göstermektedir.

Çocukların spor programlarında ne beklediklerini bilmek çok önemlidir, çünkü çocuklar beklediklerini bulamadıklarında, onların motivasyonu gittikçe azalacaktır ve yetenek gelişmesi zarar görecektir. çocukların spor deneyimlerinde ne aradıklarını keşfetmenin bir yolu, çocukların kendilerine sormaktır; diğer yolu ise çocukların kendi boş zaman faaliyetlerini nasıl düzenlediklerini izlemektir. Yapılan araştırmalar, çocukların spor yaptıklarında, ilgilendikleri 4 şey olduğunu ortaya çıkarmıştır. Hareket, Harekete kişisel katılım, Kendi becerilerine uyan mücadele ve sonuçlar, Arkadaşlıkların pekiştirilmesi için fırsatlar (76).

Sporun, çocukların beklentilerine yanıt verecek, rekabete dayanmayan ve neşeli programlar aracılığıyla gerçekleştirildiğinde sosyal gelişmeye olumlu etkileri bulunmaktadır. Çağdaş eğitimin bir parçası olarak spor programlarına gereken önem verilmeli ve yaygın şekilde uygulanabilmesi için gerekli olanaklar her çocuk için yaratılmalıdır (70).

Zekioğlu ve ark. (2006) çalışmalarında spor ve egzersizin insan yaşamında olumlu etkilediğini, fiziksel ve ruh sağlığı üzerinde önemli etkileri olduğunu, spor yapanların sedanterlere göre beden algılarının daha olumlu olduğunu vurgulayarak,

bireylerin ilköğretimden itibaren yeterli spor eğitimi almalarının beden algılarını olumlu yönde etkileyeceğini belirtmişlerdir (77).

Yapılmış olan bu çalışmada görüleceği gibi bizim de yapmış olduğumuz çalışma ile olumlu paralellikler dikkat çekmekte ve yapmış olduğumuz çalışmanın ne kadar olumlu olduğu ve bilimsel verilere dayandığını göstermektedir.

Spor yapan ve yapmayan çocukların öz yeterlilik ve sosyal beceri düzeylerinin karşılaştırıldığı çalışma sonucunda, öz yeterlilik ve sosyal beceri puanları açısından anlamlı farklılık bulunmuştur. Dolayısıyla bizim çalışmamızın temelini oluşturan sosyal öğrenme ile bireylerin öz yeterlilik düzeylerinin olumlu artışı ile bu çalışma aynı düzeydedir (76).

Bizim çalışmamızda da bulunan pratik olma gibi, kendi eşyalarını kendi hazırlama, yardımsız giyinebilme durumu gibi olgularda ki olumlu artış ile paralellik göstermiştir. Atılgan olma durumunda ise grup ve ekip oyunlarına katılma, günlük olaylara ilgi duyma gibi durumlar ile özdeşleşmiş ve bu durumlarla olumlu olarak bireylere yansımıştır.

Çocuk ilk aylarından itibaren en basit davranış şekillerini bile taklit yoluyla geliştirir Anne ve babayla başlayan bu taklit etmeler giderek sevdiği, beğendiği ve hayranlık duyduğu diğer büyüklerle devam eder. Sporcular, müzisyenler ve sinema oyuncularını gençlerin taklit etmeye en çok eğilim gösterdikleri kişilerdir. Bu yüzden sporcular örnek davranış ve alışkanlıklarıyla sosyalleşme sürecinde diğer kişilere iyi birer model olabilirler (11).

Diğer taraftan spor olgusu içinde birey teknik beceri kazanmanın yanı sıra başkalarının farklılıklarını tanıyıp saygı duymayı da öğrenir (Çamlıyer ve Çamlıyer, 2001). Bu karşılıklı etkileşim en iyi düzeyde sosyal becerilerin gelişimini ve bu becerilerin pekiştirilmesini sağlayan temel dayanak olabilir.

Yaman ve ark. (2003) Pamukkale Üniversitesi öğrencilerini konu alan çalışmalarında sporun kişilik gelişimine olumlu etkilerini, spor aktivitelerine katılan üniversite öğrencilerinin “pratik olma” ve “atılgan olma” gibi kişilik özelliklerini olumlu yönde geliştirdiği tespit etmişlerdir (78).

Spor, toplum hayatında çok değişik yollardan giderek, bireyleri doğrudan yada dolaylı olarak kendisine bağımlı kılmış ve her zaman insanların ilgisini canlı tutmayı başarmış bir sosyal olgudur. İnsanların vazgeçilmez zevklerini, ihtiyaçlarını karşılayarak kendisine bağlayan spor, günümüz dünyasında büyük bir sosyal kurum olduğunu kabul ettirerek toplumu çok yakından ilgilendiren belli davranışlar düşünceler, inançlar ve simgeler geliştirmiştir. Modern dünyada hızla gelişen teknoloji, insan gücüne duyulan gereksinmeyi giderek azaltmış ve bunun sonucu olarak insanın doğal yapısına uymayan bir yaşam biçimi ile birlikte iş ve sosyal çevreden gelen baskılar, stresler insanları psikolojik bakımdan bir sıkıntıya sokmaktadır. İşte bu aşamada sporun rahatlatıcı ve monotonluktan kurtarıcı fonksiyonunun devreye girmesi ile insanların psiko-sosyal gelişimlerine katkıda bulunacaktır. Sporun bu işlevlerinin yanı sıra insanların kişiliklerinin olumlu yönde şekillendiren bir kavram olması sporun, gerek gençlerin gerekse çocukların yetiştirilmesinde ve geliştirilmesinde ne derece önemli olduğunu ortaya çıkarmaktadır. Bu bağlamda çocukların ve gençlerin kişiliklerinin geliştirilmesinde sporun eğitici fonksiyonu kullanılarak duygusal ve sosyal yönden daha sağlıklı bir toplum yaratmanın daha kolay olacaktır (9).

Spor çok önemli bir olgudur. Ama ülkemiz realitesinde bu önemli olgu çok basite alınmaktadır. Bugün bu ülkedeki en büyük futbol takımlarında hangi oyuncunun oynatılması gerektiği, hangi sistemle oynanması gerektiğini, bir mesleği ve işi olmayan kahve köşelerinde zaman harcayan çok sayıdaki insanımız o takımın teknik direktöründen daha iyi bildiğine inanmaktadır. Bu da spor gibi bilimin tüm alanları ile içli dışlı olmuş bir bilim dalının küçümsenmesine neden olmaktadır. Bugün gelişmiş ülkelerin özel üniversitelerinde eğer paranız yok ise sadece sanat ve spor bursları ile eğitim alabilirsiniz (79).

Bu nedenledir ki; toplumda bir Spor müsabakasının etkinliği veya bir sporcunun olumlu veya olumsuz tavırları yüz binleri hatta milyonları etkilemektedir. Bu doğrultuda düşünüldüğünde eğitim ve öğrenmenin önemi bin kat daha da artmaktadır.

6. SONUÇ VE ÖNERİLER

6.1. Sonuç

Okul dışı etkinlik olarak uygulanabilen futbol çalışmalarının, 7-11 yaş arasında özellikle takım sporu yapmanın çocukların öz bakım becerisi oluşturma konusunda önemini vurgulayan bu çalışmada belirlenen amaca ulaşılmış, hipotezi sınanmış ve kabul edilmiştir.

Katılımcıların ön test- son test toplam verilerindeki farkın oranı %35 ile %114 arasında değiştiği sonucuna ulaşılmıştır. En yüksek yüzdelik artışı “günlük olaylara belirgin ilgi duyma” (%114) ardından “dişlerini düzenli fırçalama” (%93) ve üçüncü olarak da “uyarılmadan ellerini yıkama” (%67) şeklinde sıralanmıştır.

Katılımcıların sorgulanan her bir öz bakım becerisi için ön test- son test analizleri açısından;

- 1- 7-11 yaş grubunda çocuklar öz bakım becerisi olarak kendileri yardımsız giyinebilme becerisi son test puanı lehinde olduğu belirlenmiştir.
- 2- 7-11 yaş grubunda çocuklar öz bakım becerisi olarak grup ve ekip oyunlarına katılma becerisi son test puanı lehinde olduğu belirlenmiştir.
- 3- 7-11 yaş grubunda çocuklar öz bakım becerisi olarak günlük olaylara ilgi duyma becerisi son test puanı lehinde olduğu belirlenmiştir.
- 4- 7-11 yaş grubunda çocuklar öz bakım becerisi olarak çalışmalara tek başına gidebilme becerisi son test puanı lehinde olduğu belirlenmiştir.
- 5- 7-11 yaş grubunda çocuklar öz bakım becerisi olarak yalnız başına banyosunu yapabilme becerisi son test puanı lehinde olduğu belirlenmiştir.
- 6- 7-11 yaş grubunda çocuklar öz bakım becerisi olarak tek başına çantasını hazırlama becerisi son test puanı lehinde olduğu belirlenmiştir.
- 7- 7-11 yaş grubunda çocuklar öz bakım becerisi olarak dişlerini düzenli fırçalama becerisi son test puanı lehinde olduğu belirlenmiştir.

- 8- 7-11 yaş grubunda çocuklar öz bakım becerisi olarak uyarılmadan ellerini yıkama becerisi son test puanı lehinde olduğu belirlenmiştir.

Katılımcıların yaş gruplarına göre toplam öz bakım becerisi için ön-test, son test farklarının oranı %53 ile %63 arasında gerçekleşmiştir. En yüksek yüzdelik artışı 2. grupta yer alan 9-10 yaş çocuklar (%63), ikinci yüksek yüzdelik 3. grupta yer alan 11 yaş çocukları (%57) ve en düşük 1. grupta yer alan 7-8 yaş (%53) olarak gerçekleşmiştir. Buna göre yapılan futbol eğitiminden öz bakım becerileri geliştirme konusunda 9-10 yaş çocuklar en yüksek gelişme kaydetmişleridir.

6.1. Öneriler

6.1.1. Uygulamaya Yönelik Öneriler

1. Beden eğitimi ders dışı etkinliklerin sadece çocukları birbirleri ile yarıştıran okullar arası yarışmalara katılmaya yönelik yapılmaması,
2. Fair-play ruhunun kazanılması amacıyla beden eğitimi dersleri ve ders dışı fiziksel etkinlikler sembolik bir araç haline getirilmesi,
3. Beden eğitimi ders dışı etkinliklerin öğrencilerin yetenek ve yeterliklerini geliştirebilecekleri, herkese eşit fırsatların tanındığı, çok sayıda kişinin katılabildiği ve amatör ruhun korunduğu süreçler olarak işlevselleştirilmeli,
4. Aileler beden eğitimi ders dışı etkinliklerin yararları, bilimsel verilerle çocuklarının hangi özelliklerinin gelişeceği konusunda bilgilendirilmeliler,
5. Antrenör ve Beden Eğitimi Öğretmenlerinin lisans eğitiminde ve hizmet içi eğitimlerinde öğrenci davranışlarını gözlemlene ve onları tanıma teknikleri öğretilmelidir,
6. Öğrenciler için davranış kazandırma sürecinde yalnızca arkadaş grubunun model almadıkları, aynı zamanda öğretmenlerin bizzat kendilerinin de, model olabilecekleri unutmamalı. Antrenör ve eğitimciler de bu duruma uygun tutarlı davranışlar sergilemelidirler.

7. Okul dışı etkinliklerde öğrenme sürecinde model alınacak davranışlar etkinlik öncesi kararlar olarak önceden belirlenmelidir.
8. Okul dışı etkinliklerde hangi davranışın model alınması isteniyorsa o davranışların, eğitmen tarafından açıkça sergilenmeli ve öğrenci gözlemlerine sunulmalıdır.
9. Sportif etkinlikler de öğrencilerin bireysel özellikleri ve her alanda hazır bulunuşluk düzeyleri mutlaka dikkate alınmalıdır.
10. Sportif etkinlikler de yapılacak olan tüm çalışmaların bir boyutu öğrencinin öz yeterliliğinin gelişimine katkıda bulunmayı amaçlamalıdır.
11. Öğrencinin model alacağı davranışı fark edip benimseyebilmesi için sürecin gözlem yapabilmeye uygun düzenlenmesine dikkat edilmelidir.
12. Öğrencinin gözlemlediği davranışı yapabilmesi için uygun deneme sınama ortamları oluşturulmalıdır.

6.2.2 Araştırmaya Yönelik Öneriler:

- Okul dışı etkinlik olarak takım sporu yapan yaş olarak diğer gelişim dönemlerindeki öğrencilerin davranış örüntülerinin incelenmesi,
- Beden eğitimi öğretmen davranışlarına göre sporcuların ve spor yapmayanların sosyal beceriler açısından incelenmesi,
- Spor yapma ve yapmama açısından bireylerin öz-bakım becerilerinin derinlemesine incelenebilmesi,
- Özel spor okullarındaki eğitim veren bireylerin akademik eğitimlerinin ve yeterlilik düzeylerinin incelenmesi,
- Özel spor okullarının bireylerin sosyal yaşamlarına uygun olup olmadıklarının incelenmesi,
- Bireyin boş zamanının aktif olarak ve verimli olarak ne derece değerlendirildiğinin incelenmesi.

KAYNAKÇA

- 1- Erken, N., (1998) *Yaşam Boyu Spor*, Bağırhan Yayın evi, Ankara,
- 2- Orhun, A. (1998) “*Spor, Estetik ve Estetik Eğitim*”, Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, Cilt,3, Sayı,4,. s.43-52.
- 3- Armağan,İ.; (1981) *Sporun Toplumbilimsel Temelleri*, Ege Üniversitesi BESYO Yayın No: 4 , İzmir s.29.
- 4- Ünlü, N.K., (1995) *Başarı Sporunda Ödüllendirme*. İstanbul: M.Ü. Sağlık Bilimleri Enst., Doktora Tezi.
- 5- Bandura, A. (1986) *Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall,
- 6- St. Poul MN. (1996) *Girls, physical activity and self-esteem*. Melpomene Institute packet,
- 7- Briggs D C. Geylani M. *Çocuğunuzla Birlikte Büyüyün*. 1.Baskı, İstanbul: Kuraldışı Yayıncılık.
- 8- Öcalan M., (2005) *Futbolun Toplum Üzerinde Etkisi* ; Doğu Anadolu Bölgesi Araştırmaları Fırat Üniversitesi Elazığ s; 172 – 177
- 9- Ferah A., (1991) *Futbol Eğitim ve Öğretim*, Martı Yayıncılık, Ankara,. s:11
- 10- Küçük V. , Koç H. (2003) *Psiko-Sosyal Gelişim Süreci İçerisinde İnsan Ve Spor İlişkisi*; Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi Sayı:9 s; 6-131-141-211
- 11- Fichter J. , (1994) *Sosyoloji Nedir*, çev: Çelebi N., Atilla Kitapevi, Ankara,. s:15-77-166
- 12- Avşaroğlu, S.. (2011) *Aile İçi İlişkiler ve İletişim*. (Ed: A. Kaya). *Kişilerarası İlişkiler ve Etkili İletişim*. Ankara: Pegem Akademi. s:251
- 13- Çamlıyer, H., Çamlıyer H., (2011 – 1997) *Çocuk Hareket Eğitimi ve Oyun*, Can Ofset Manisa s. 116-110-19-103-104-31

- 14- Gökhan N., Olgun P., Gürses Ç., (1979) *Sportif Yetenek Araştırma Metodu Türkiye Uygulaması* T.S.V. İstanbul s.2
- 15- Köknel, Özcan, Kurban, Özügürlü (1993) *Davranış Bilimleri. Ruh Bilim.* İstanbul: Yaylım matbaası,. s:152
- 16- Senemoğlu N., (1998) *Gelişim, Öğrenme, Öğretim.* Ankara: Özsen basımevi, s; 223
- 17- Ülgen, G., (1995) *Eğitim Psikolojisi. Birey ve Öğrenme.* İkinci basım. Ankara: Bilim Yayınları,. s;167-168
- 18- Bandura, A., (1969) “*Kişiliğin Gelişmesinde Başkasının Etkisiyle Olan Öğrenmenin Rolü*”. Psikolojide Yeni Çalışmalar. XVIII. Uluslararası Psikoloji Kongresi. Der. ve Çev: Arkun N. İstanbul: İ.Ü. Edebiyat Fakültesi yayınları, No. 1481,. s; 42-43
- 19- Çaycı, B. (2007). Kavram Öğreniminde Kavramsal Değişim Yaklaşımının Etkililiğinin İncelenmesi. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sınıf Öğretmenliği Eğitimi Anabilim Dalı, Ankara.s:58
- 20- Erden, M., ve Akman. Y., (1997) *Eğitim Psikolojisi Gelişim-Öğrenme-Öğretme.* Beşinci basım. Ankara: Arkadaş Yayınevi,. s; 137-138
- 21- Tolan, B.(1983) *Toplum Bilimlerine Giriş*, Savaş Yayınları, Ankara, s, 277
- 22- Kızılçelik, S. , Ergen, Y. , (1996) *Açıklamalı Sosyoloji Sözlüğü*, Saray Kitapevleri, İzmir, s, 487
- 23- Willgoose, E., (1979) *The Curriculum in Physical Education. Englewood Cliffs,* New Jersey s:48
- 24- Bucher, A.C., Karateel, M., (1993) *Manegement of Physical Education and Sport.* St.Lois s:34
- 25- Ergen E., (2004) *Çocukluk ve Ergenlik döneminde Spor Yaralanmalarının Nedenleri, Epidemiyolojisi ve Risk Faktörleri. ACTA Orthopaedica et Traumatologica Turcica suplementum 1 Cilt 38 ; s ; 27-31*
- 26- Hoffman, A. , (1992) *Tatsachen über Deutschland*, Braunschweig, s:234

- 27- Gallahue, D.L., (1976). *Motor Development and Movement*. Experiences For Young Children, John Willey And Inc. New York.s;2
- 28- Aracı, H. (1999) *Okullarda Beden Eğitimi*. Ankara: Bağırğan Yayınevi. S:303
- 29- Bilen, Bacanlı, (2005) *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi XVIII* ; s ; 365
- 30- Bandura, A. (2005) *Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory*.Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall, 1986. M. Demirbaş&R. Yağbasan / *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi XVIII* (2), s:363-382
- 31- Yeşilyaprak, B., (2002), *Gelişim ve Öğrenme Psikolojisi*. Ankara: Pegem A Yayıncılık.
- 32- Rokach, A. (1989) *Surviving and coping with loneliness* . Journalo Psychology, 124(1) s; 39-54
- 33- MEB, 2010a http://mevzuat.meb.gov.tr/html/2611_0.html Erişim tarihi: 9 Temmuz 2012
- 34- Daver P.W, Pangrazi K.P. (1975) *Dynamic Physical Education for Elemantry School Children*, 4. The Edition Washington Arizona USA
- 35- Köse E., (2013)*Uluslararası Türkçe Edebiyat Kültür Eğitim Dergisi Sayı: 2/2 Eğitim Kurumlarında Gerçekleştirilen Ders Dışı Etkinliklerin Sınıflandırılmasına Yönelik Bir Öneri* S:336-337
- 36- Koruç, Z. , Acar, P. , (1991) *Kitle Spor ve Spor Psikolojisi*, Ed: Erdemli, A. , *Spor Ahlakı Ve Spor Felsefesine Yeni Yaklaşımlar*, Mega Matbaacılık, İstanbul,.s:115-116
- 37- Fişek. K., (1980) *Spor Yönetimi* A.Ü.S.B.F. yayınları No:445 Ankara s:34
- 38- Özbar N., (2009) *Çocuğunuz İçin Futbol* Haziran TFF Dergisi
- 39- Newcomb, T. M. , (1950) *Social Pyschology*, Dryden Press, NEW YORK, s:156-157
- 40- Ridgeway, C. L. , (1983) *The Dynamics of Small Groups*, St. Martin's Press, NEW YORK,.s: 26

- 41- Yayım.meb.gov.tr/dergiler/159/gyuksel.htm . Erişim tarihi : 4 Ocak 2011
- 42- Tiriyaki, ř. (2000). *Spor Psikolojisi*, Ankara: Eylül Kitap ve Yayınevi
- 43- Dönmezer S., (1984) *Sosyoloji*, Savaş Yayınları, Ankara, s:141
- 44- İTÜ (2012) *Beden Eğitimi Bölümü Bülten Sayı 1*
- 45- Yavuzer H. , Gürgen A. , Eylül (2012) *Okul Çağı Çocuğu* Remzi Kitapevi s: 3-10-23
- 46- Açıkada C., (2007) *Çocuklar da Antrenman Planlaması*. XI. Spor Hekimliği Kongresi seminer notları
- 47- Topkaya İ., (2007) *Hareket Beden Eğitimi ve Spor Öğretiminde Öğrenme ve Öğretimin Temelleri*. Nobel Yayınları,
- 48- Adler A., (2001) *Yaşama Sanatı* (Çev. K. Şipal), Say Yayınları, İstanbul, , 7. Baskı. s; 173-174.
- 49- Akbaba S., (2005) *Sosyal bütünleşmenin psiko-sosyal temelleri*. Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi; 1: 19-25
- 50- Akgün N., (1994) *Egzersiz ve Spor Fizyolojisi*. 5. Baskı Ege Üniversitesi Basımevi İzmir
- 51- Bacanlı H., (2005) *Duyuşsal Davranış Eğitimi*, (2. Baskı), Nobel Yayın Dağıtım, Ankara,. s: 69-7
- 52- Puurula, N., V., (2001) *Husbands, Lang, Katz, Romi, Menezes ve Vriens*, s:167
- 53- Koral A., (1998)“*Futbolda Çocuk ve Gençlerde Taktik Eğitimi*” Futbol Bilim ve Teknoloji Dergisi Özel Sayı Ankara s; 23-24
- 54- Durmuş E., (1998) “*Futbolda Çocuk ve Gençlerde Yaş Gruplarının Özelliklerine Uygun Antrenman*” Futbol Bilim ve Teknoloji Dergisi Özel Sayı Ankara s; 10-13
- 55- Ekinici E., (1995) “*Çocuk ve Gençlerde Futbol*” Futbol Bilim ve Teknoloji Dergisi Sayı:3 Ankara s; 23-26
- 56- SEV Okulları (2011) Aralık aylık bültenler serisi sayı: 3 s:2

- 57- Schunk, D. H. (1996). *Self-Efficacy for Learning and Performance*, Paper presented at the Annual Conference of the American Educational Research Association Newyork, NY, April s: 8-12,
- 58- Dembo M..H. (2004). *Motivation and Learning Strategies for College Success: A Self Management Approach*, Lawrence Erlbaum Associates s:152.
- 59- Lee W.S. (2005). *Encyclopedia of School Psychology*, Sage Publication s: 490
- 60- Demiriz S., ve Dinçer Ç. , (1999) "Examining Children's Self-Care Abilities Due To Mother's Educational Status". 9th European Conference on Quality in Early Childhood Education. Poster Presentation. Helsinki.Finland.
- 61- Avşar Z. , (2004) *Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin sosyal beceri düzeylerinin belirlenmesi. Eğitim Fakültesi Dergisi*; 17 (2): s; 111-130.
- 62- Demiriz S. , Dinçer Ç. (2000) Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, A Study On The Preschool Children's Self-Help Skills According To Their Mother's Working Status
- 63- Çelik. M. , (2007) *Türkiye de Okul Öncesi Eğitimin Gelişimi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi
- 64- Nelson R. ,(1995) *Danışma Psikolojisi Kuramları* Editör: Akkoyun F. Ankara s; 43
- 65- Oktay, A. (1984). *Okulöncesi Eğitiminde Bazı Temel Kavramlar*. Ya-Pa Okulöncesi Eğitim Semineri. Ya-Pa Yayınları.
- 66- Süzek, H. Ve Çakmak, O. (2004). "Muğla Sağlık Yüksekokulu öğrencilerinin sosyodemeografik özelliklerinin öz-bakım güçlerine etkisinin belirlenmesi" *Uluslar arası İnsan Bilimleri Dergisi* s:1-10
- 67- Yavuz, B. Çimen, S. (2007) C.Ü. Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi s:11
- 68- Atilla C., (1999) Anadolu Üniversitesi Özel Eğitim Dergisi Cilt 2 s: 40-50
- 69- Coakley, J. , (1993) *Social Dimensions of intensive Training and Participation in Children's Sports*, Cahill, B. R. , Pearl, A. J. , *Human Kinetics*, s:84-431-450
- 70- Demiriz, S. ve Dinçer. Ç. (2001) Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi 19 s: 565

- 71-Durualp , E. (2010) Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi Sayı:39 s: 160-172
- 72-Demirel, N. (2008) Gazi Üniversitesi Zihinsel Engelli Çocuklarda Denge Eğitimi Çalışmalarının Öz Bakım Becerileri Üzerine Etkisinin İncelenmesi Yüksek Lisans Tezi Ankara.
- 73-Özinç Ö. , (2005) Haziran “Çukurova Üniversitesi Öğrencilerinin Sporun ve Spora Katılımın Sosyalleşmeye Etkisi Üzerine Görüşleri” Sportmetre Ankara Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi Ankara Cilt;3 Sayı;2 s;77-84
- 74-Erdemir E. , Sait N. , Ökmen A.Ş. , (2006) Kasım “Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Resim ve Müzik Bölümü Öğrencilerinin Toplumsallaşma Düzeylerinin Karşılaştırılması” 9. Uluslar arası Spor Bilimleri Kongresi Bildiri Kitabı, Nobel Yayın Dağıtım, Muğla Üniversitesi 3-5
- 75-Kırbaş S. , Taşmektepligil M. Y. , Üstün A. , (2006) Kasım “Ortaöğretimde Gençleri Şiddete Yönelten Nedenler ve Şiddeti Engellemede Spor Aktivitelerinin Rolünün İncelenmesi; Amasya İli Örneği” 9. Uluslar arası Spor Bilimleri Kongresi Bildiri Kitabı, Nobel Yayın Dağıtım, Muğla Üniversitesi 3-5
- 76-Coakley, j. (1983), *Play, Games and Sports, Developmental Implications for Young People*, J. Harris and R. Park, *Play, Games and Sports in Cultural Contexts*, Human Kinetics, Champaignn,. s:432-450
- 77-Zekioğlu A. , Mir E. , Tatar. , (2006) Kasım “Spor Yapan ve Sedanter Yaşayanlarda Çok Yönlü Beden Self İlişkisi” 9. Uluslar arası Spor Bilimleri Kongresi Bildiri Kitabı, Nobel Yayın Dağıtım, Muğla Üniversitesi 3-5
- 78-Yaman M., Yaan T. , Türkmen M. , (2003) “Sporun Üniversite Adayı Öğrencilerinin Ataklık ve Pratik Olma Kişilik Özelliklerine Etkisi” Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, Sakarya Sayı:5 s; 16,
- 79-Öztürk. F., (1998)Toplumsal Boyutları ile Spor Bağırhan yayın evi s:5

EKLER

Yapılan Anket Çalışması.....	101
Örnek 1 Haftalık Antrenman Programı.....	103





Çocuğunuzun Adı – Soyadı :

Doğum Tarihi : / /

SAYIN VELİ;

Çocuğunuzun davranışları bizim hedeflerimize ulaşabilirlik düzeylerimizi kontrol edebilme açısından çok önemlidir. Çocuğunuzun gözlemlediğiniz davranışın düzeyi bizim eğitim programımızı yeniden gözden geçirmemize zemin oluşturacaktır. Bu nedenle aşağıda çok zayıf düzeyden çok kuvvetli düzeye bir ok olarak simgelenen ölçek çizgisinde sizin gözlemlerinize uyan en uygun noktaya bir x (çarpı) işareti koyunuz.

Teşekkür ederiz

GÖZLEMLENEN DAVRANIŞ		Çok Zayıf	Çok Kuvvetli
1	Kendisi Yardımsız Giyinebilir.		
2	Grup ve Ekip Halindeki Oyunlara Katılır.		

3	Günlük Olaylara Belirgin Bir İlgi Duyar.	
4	Spor Yapılan Alana Kendi Başına Gidebilir.	
5	Takip ve Kontrol Olmaksızın Banyosunu Yalnız Başına Yapabilir	
6	Yardım Olmaksızın Kendi Başına Çantasını Hazırlar.	
7	Dişlerini Düzenli Olarak Fırçalar.	
8	Kendisine Söylenmeden Ellerini Yıkar.	

Bunların dışında çocuğunuzda kurs başlangıcından itibaren gözlemlediğiniz değişimler varsa lütfen yazınız;

ANTRENMAN PROGRAMI Antrenman Saati: 8.30 Yaş Grubu: 7-8 yaş Antrenman Tarihi: 19 Haziran 2011				
BÖLÜMLER	ZAMAN	ÇALIŞMA	GENEL PROGRAM	AÇIKLAMALAR
HAZIRLIK (GİRİŞ) BÖLÜMÜ	20 dk.	Vücudu çalışmaya hazır duruma getirme	Mendil Kapmaca Oyunu	Oyun ile ısınma programı uygulama. Öğrencilere grup dinamiğini kazandırma.
ESAS (ANA) BÖLÜM	50 dk.	Ayak içi pas tekniğinin öğretimi. 1. Grup halinde ayak içi pas çalışması 2. Karşılıklı ayak içi pas çalışması 3. Dörtlü oyunla ayak içi pas çalışması	Ayak içi pas tekniği öğrencilere gösterilir. 1. Öğrenciler arka arkaya sıra olur ve ayak içi pas atarak kendi gruplarının arkasına geçerler. 2. Öğrenciler iki kişi olarak karşılıklı olarak ayak içi pas çalışır. 3. Kare oluşturan öğrenciler ayak içi pas attıkları grubun arkasına koşarlar.	Ayak içi pas tekniğinin tam anlaşılmasından sonra çalışmaya geçilir. Hatalar anında düzeltilir. Doğru hareket öğrenciler tarafından gösterilir. Çalışmaya herkesin aktif olarak katılımı sağlanır. Yapılan çalışma akıcı ve düzgün olmalıdır.
BİTİRİŞ (SOĞUMA) BÖLÜMÜ	20 dk.	Çalışma sonrası değerlendirme yapma	Hafif tempolu koşu ve streiching sonrası çalışmanın değerlendirilmesi sohbet	Öğrencilerin değerlendirmeye aktif katılımı sağlanır

Not: Bugünkü çalışma düzenini Ziya Şener isimli öğrenci yaptı.

ANTRENMAN PROGRAMI Antrenman Saati: 8.30 Yaş Grubu: 7-8 yaş Antrenman Tarihi: 21 Haziran 2011				
BÖLÜMLER	ZAMAN	ÇALIŞMA	GENEL PROGRAM	AÇIKLAMALAR
HAZIRLIK (GİRİŞ) BÖLÜMÜ	20 dk.	Vücudu çalışmaya hazır duruma getirme	10 dk. Düz koşu sonrasında açma germe hareketi.	Seçilen bir öğrenci açma germe hareketlerini yaptırır. Tüm grubun düzenli olarak yapması sağlanır.
ESAS (ANA) BÖLÜM	50 dk.	Top Kontrolünün Öğretimi. 1.Ayak içi kontrol. 2.Ayak dışı kontrol. 3.Diz üstü kontrol.	Top kontrol çeşitleri öğrencilere anlatılır. Tüm hareketler gösterilir ve öğrencilerin anladığına emin olunduktan sonra, tüm öğrenciler 2 şerli grup oluşturur. 1.Ayak içi kontrol tekniği gösterilir ve yapılması istenir. 2.Ayak dışı kontrol tekniği gösterilir ve grupların yapması istenir 3.Diz üstü kontrol tekniği gösterilir ve yapılması istenir	Öğrencilerin hareketleri tam anladığına emin olunduktan sonra başlanır. Kontrollerin düzgün yapılana kadar çalışma yapılır. Tüm öğrenciler takip edilir. Hareketi iyi yapan öğrenciler ön plana çıkarılır, göstermeleri istenir.
BİTİRİŞ (SOĞUMA) BÖLÜMÜ	20 dk.	Çalışma sonrası değerlendirme yapma	Hafif tempolu koşu ve streiching sonrası çalışmanın değerlendirilmesi sohbet	Öğrencilerin değerlendirmeye aktif katılımı sağlanır

Not: Bu çalışmayı Nihat Yıldırım isimli öğrenci yaptırmıştır.

ANTRENMAN PROGRAMI

Antrenman Saati: 8.30

Yaş Grubu: 7-8 yaş

Antrenman Tarihi: 23 Haziran 2011

BÖLÜMLER	ZAMAN	ÇALIŞMA	GENEL PROGRAM	AÇIKLAMALAR
HAZIRLIK (GİRİŞ) BÖLÜMÜ	20 dk.	Vücudu çalışmaya hazır duruma getirme	Tavşan kaç Kurt yakala oyunu	Belli alan içindeki tavşanları kurtlar yakalamaya çalışır.
ESAS (ANA) BÖLÜM	50 dk.	Top Kontrolü ve Pas Öğretimi 1.Ayak içi kontrol ve pas 2.Ayak dışı kontrol ve pas 3.Diz üstü kontrol ve pas	Top kontrol çeşitleri pas ile birleştirilir. İki şerli gruplar oluşturulur ve çalışma bu şekilde yapılır. Bir önceki çalışmanın kısa bir tekrarı yapılır. Kombine bir hareket olduğu için sabırla öğrencilerin hareketi düzgün yapması istenir.	Daha önceki çalışmada öğretilen top kontrolü pekiştirilir. Pas hareketi ile birlikte düzgün yapılması sağlanır. En az hata yapan öğrenciler ödüllendirilir.
BİTİRİŞ (SOĞUMA) BÖLÜMÜ	20 dk.	Çalışma sonrası değerlendirme yapma	Hafif tempolu koşu ve streiching sonrası çalışmanın değerlendirilmesi sohbet.	Öğrencilerin değerlendirmeye aktif katılımı sağlanır

Not: Bu çalışmayı İlkcan Bayık adlı öğrenci yaptırmıştır.

ANTRENMAN PROGRAMI

Antrenman Saati: 10.30

Yaş Grubu: 9-10 yaş

Antrenman Tarihi: 19 Haziran 2011

BÖLÜMLER	ZAMAN	ÇALIŞMA	GENEL PROGRAM	AÇIKLAMALAR
HAZIRLIK (GİRİŞ) BÖLÜMÜ	20 dk.	Vücudu çalışmaya hazır duruma getirme	Birdir Bir Oyunu İle Isınma	Oyuncular aralarında 1 metre kalacak şekilde sıralanır ve sıra ile birbirlerinin üzerinden atlarlar.
ESAS (ANA) BÖLÜM	50 dk.	Pas Çalışması 1.3lü grup ortadaki arkadaşlarına pas atar, orta oyuncu dönerek diğer oyuncuya pas atar. 2. orta oyuncu topla koşarak diğer arkadaşına pas atar ve onun yerine geçer 3.2li grup yüksek pas		Öğrencilerin grup çalışmasına teşvik etmek müsabaka esnasında olabilecek pozisyonlara hazırlamak. Pasların isabetli düzgün olmasına dikkat edilir.
BİTİRİŞ (SOĞUMA) BÖLÜMÜ	20 dk.	Çalışma sonrası değerlendirme yapma	Top sektirme oyunu ile bitiriş	Grup çalışması şeklinde yapılır her oyuncu en fazla 2 defa topa değebilir.

Not: Bu çalışmayı Ali Rıza Atsan isimli öğrenci yaptırmıştır.

ANTRENMAN PROGRAMI

Antrenman Saati: 10.30

Yaş Grubu: 9-10 yaş

Antrenman Tarihi: 21 Haziran 2011

BÖLÜMLER	ZAMAN	ÇALIŞMA	GENEL PROGRAM	AÇIKLAMALAR
HAZIRLIK (GİRİŞ) BÖLÜMÜ	20 dk.	Vücudu çalışmaya hazır duruma getirme	Yüz yüze oyunu	2 şerli öğrenciler birbirlerinin yüzüne bakarak arkadaşı ne yapıyorsa aynısını yapar.
ESAS (ANA) BÖLÜM	50 dk.	Top Sürme Çalışması 1. Belli alanda serbestçe top sürme 2. İki grup halinde top sürme düdükle topu olmayana pas verilir. 3. Huniler arası top sürme		Öğrenciler serbestçe top sürerken birbirlerine çarpmamalarına dikkat edilmeli. Paslı çalışmada hep aynı kişiler aynı kişilere pas vermemeli. Top sürme çalışmasında top kontrolü oyuncuda olmalıdır.
BİTİRİŞ (SOĞUMA) BÖLÜMÜ	20 dk.	Çalışma sonrası değerlendirme yapma	Top ile yağ satarım oyunu oynama.	Ebe top sürerken bir arkadaşının arkasına topu bırakır ve kaçır.

Not: Bu çalışmada Özgür Şahin adlı öğrenci yardımcı olmuştur.

ANTRENMAN PROGRAMI

Antrenman Saati: 10.30

Yaş Grubu: 9-10 yaş

Antrenman Tarihi: 23 Haziran 2011

BÖLÜMLER	ZAMAN	ÇALIŞMA	GENEL PROGRAM	AÇIKLAMALAR
HAZIRLIK (GİRİŞ) BÖLÜMÜ	20 dk.	Vücudu çalışmaya hazır duruma getirme.	Ortadan top kaçırma	Oyuncu sayısının bir eksiği kadar top vardır ve oyuncular koşarak top almaya çalışır alamayan oyundan çıkar.
ESAS (ANA) BÖLÜM	50 dk.	Rakip İle Mücadele Etme 1. 1x1 çalışma 2. 2x2 çalışma 3. 4x4 çalışma		Maç atmosferinde öğrencilerin mücadele ruhunun gelişimi. Grup çalışmasında ise birbirlerini destekleme ve yardımcı olma becerilerin gelişi sağlanır.
BİTİRİŞ (SOĞUMA) BÖLÜMÜ	20 dk.	Çalışma sonrası değerlendirme yapma	Hentbol şeklinde maç.	Öğrencilerin eğlenmesi amaçlı oyun.

Not: Bu çalışmada Berkay Genç isimli öğrenci yardımcı olmuştur.

ANTRENMAN PROGRAMI

Antrenman Saati: 12.30

Yaş Grubu: 11 yaş

Antrenman Tarihi: 19 Haziran 2011

BÖLÜMLER	ZAMAN	ÇALIŞMA	GENEL PROGRAM	AÇIKLAMALAR
HAZIRLIK (GİRİŞ) BÖLÜMÜ	20 dk.	Vücudu çalışmaya hazır duruma getirme.	Ortadan top kaçırma	Oyuncu sayısının bir eksiği kadar top vardır ve oyuncular koşarak top almaya çalışır alamayan oyundan çıkar.
ESAS (ANA) BÖLÜM	50 dk.	Rakip İle Mücadele Etme 1. 1x1 çalışma 2. 2x2 çalışma 3. 4x4 çalışma		Maç atmosferinde öğrencilerin mücadele ruhunun gelişimi. Grup çalışmasında ise birbirlerini destekleme ve yardımcı olma becerilerin gelişi sağlanır.
BİTİRİŞ (SOĞUMA) BÖLÜMÜ	20 dk.	Çalışma sonrası değerlendirme yapma	Hentbol oyunu şeklinde maç.	Öğrencilerin eğlenmesi amaçlı oyun.

ANTRENMAN PROGRAMI

Antrenman Saati: 12.30

Yaş Grubu: 11 yaş

Antrenman Tarihi: 21 Haziran 2011

BÖLÜMLER	ZAMAN	ÇALIŞMA	GENEL PROGRAM	AÇIKLAMALAR
HAZIRLIK (GİRİŞ) BÖLÜMÜ	20 dk.	Vücudu çalışmaya hazır duruma getirme.	Genel ısınma hareketleri ile çalışmaya hazır duruma gelme	Oluşabilecek herhangi bir sakatlığın önüne geçme amaçlı çalışma yapılır.
ESAS (ANA) BÖLÜM	50 dk.	Maç düzeninde boş alana kaçma ve pas çalışması		Öğrenciler 4 gruba ayrılır. Çizgi dışına çıkma yasak, topa sahip olan oyuncu kendi takımına topu kaptırmadan pas atar. Tüm öğrencilerin hareketli olması istenir.
BİTİRİŞ (SOĞUMA) BÖLÜMÜ	20 dk.	Çalışma sonrası değerlendirme yapma	Ayak Tenisi Oynama	Öğrencilerin eğlenmesi amaçlı oyun.

Not: Bu çalışma da Mehmet Nuri Yeniay isimli öğrenci yardımcı olmuştur.

ANTRENMAN PROGRAMI

Antrenman Saati: 12.30

Yaş Grubu: 11 yaş

Antrenman Tarihi: 23 Haziran 2011

BÖLÜMLER	ZAMAN	ÇALIŞMA	GENEL PROGRAM	AÇIKLAMALAR
HAZIRLIK (GİRİŞ) BÖLÜMÜ	20 dk.	Vücudu çalışmaya hazır duruma getirme.	Serbest top oynama ile ısınma hareketleri.	Oluşabilecek herhangi bir sakatlığın önüne geçme amaçlı çalışma yapılır.
ESAS (ANA) BÖLÜM	50 dk.	Müsabaka esnasında oluşabilecek mücadele amaçlı çalışma.		Pas ile ikili mücadele ruhunun geliştirilmesi. Pasveren öğrenci yer değiştirir ve çalışma bu şekilde yapılır.
BİTİRİŞ (SOĞUMA) BÖLÜMÜ	20 dk.	Çalışma sonrası değerlendirme yapma.	Kısa Süreli Maç yapma.	Öğrenilenlerin pekiştirilmesi amaçlı oyun.

Not: Bu çalışmayı İsmail Şimşek isimli öğrenci yapmıştır.

ÖZGEÇMİŞ

1974 yılında Almanya da dünyaya gelmiş. İlkokulu Almanya Fredrich Erbert Schule de bitirdikten sonra. Orta Okul ve Liseyi Salihli Lisesinde tamamladıktan sonra 1995 yılında Celal Bayar Üniversitesi ve Spor Bölümünü kazanmıştır.

1999 yılında mezun olduktan sonra 2009 yılında Yüksek Lisans eğitimine başlamıştır.

Evli ve bir çocuk babasıdır.

