



Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü

İlköğretim Anabilim Dalı

Okul Öncesi Eğitimi Bilim Dalı

**DANS EĞİTİM PROGRAMININ ANAOKULUNA DEVAM EDEN 6
YAŞ GRUBU ÇOCUKLARIN MOTOR PERFORMANS DÜZEYİNE
ETKİSİ**

Alev ÇELİK ARSLAN

Yüksek Lisans Tezi

Ankara,2012

**DANS EĞİTİM PROGRAMININ ANAOKULUNA DEVAM EDEN 6 YAŞ GRUBU
ÇOCUKLARIN MOTOR PERFORMANS DÜZEYİNE ETKİSİ**

Alev ÇELİK ARSLAN

Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
İlköğretim Anabilim Dalı
Okul Öncesi Eğitimi Bilim Dalı

Yüksek Lisans Tezi

Ankara,2012

KABUL ve ONAY

Alev ÇELİK ARSLAN tarafından hazırlanan “Dans Eğitim Programının Anaokuluna Devam Eden 6 Yaş Grubu Çocukların Motor Performans Düzeyine Etkisi” başlıklı bu çalışma, 19.06.2012 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda başarılı bulunarak jürimiz tarafından Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.



Prof. Dr. Mübeccel GÖNEN (Başkan, Danışman)



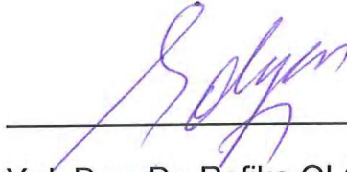
Prof. Dr. Berrin AKMAN



Doç. Dr. Semra ERKAN



Doç. Dr. Tülin GÜLER



Yrd. Doç. Dr. Refika OLGAN

Yukarıdaki imzaların adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

Prof. Dr. Ş. Armağan TARIM

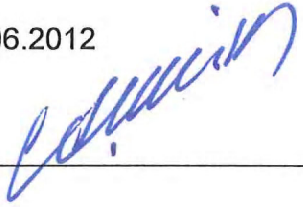
Enstitü Müdürü

BİLDİRİM

Hazırladığım tezin/raporun tamamen kendi çalışmam olduğunu ve her alıntıya kaynak gösterdiğimi taahhüt eder, tezimin/raporumun kâğıt ve elektronik kopyalarının Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü arşivlerinde aşağıda belirttiğim koşullarda saklanmasına izin verdiğimi onaylarım:

- ☐ Tezimin/Raporumun tamamı her yerden erişime açılabilir.
- ☐ Tezim/Raporum sadece Hacettepe Üniversitesi yerleşkelerinden erişime açılabilir.
- ☒ Tezimin/Raporumun .3... yıl süreyle erişime açılmasını istemiyorum. Bu sürenin sonunda uzatma için başvuruda bulunmadığım takdirde, tezimin/raporumun tamamı her yerden erişime açılabilir.

19.06.2012



Alev ÇELİK ARSLAN

TEŞEKKÜR

Çalışmalarımı yönlendiren, araştırmamın her aşamasında bilgi ve yardımlarını esirgemeyerek en zor anımda beni cesaretlendiren ve çalışmamı tamamlamamda büyük desteği olan danışman hocam Sayın Prof. Dr. Mübeccel GÖNEN'e.....

Yüksek lisansa başladığım günden beri gösterdikleri anlayış ve yardımlarından dolayı Sayın Prof. Dr. Berrin AKMAN'a ve Sayın Doç. Dr. Tülin GÜLER'e.....

İstatistiksel analizlerin yapılması ve yorumlanması konusundaki katkılarından dolayı Sayın Öğr. Gör. Dr. Aytaç AKÇAY'a.....

Tez çalışmamda destekleri için bütün çalışma arkadaşlarıma.....

Çok değerli fikirleri ile yardım ve desteğini her zaman hissettiğim aile dostumuz sevgili ağabeyim Sayın Doç. Dr. Murat KANBUR'a.....

Hayatım boyunca bana olan katkılarını kelimelerle tarif edemeyeceğim, maddi ve manevi tüm varlığı ile her zaman yanımda olan sevgili annem Ayten ÇELİK'e.....

Her koşulda yanımda olan, sonsuz sevgi ve sabrını hiçbir zaman esirgemeyen hayat arkadaşım sevgili eşim Yrd. Doç. Dr. Korhan ARSLAN'a.....

SONSUZ TEŞEKKÜR EDERİM.

Alev ÇELİK ARSLAN

Ankara, 2012

Canım Babam Ayhan ÇELİK'e...

ÖZET

ÇELİK ARSLAN, Alev. *Dans Eğitim Programının Anaokuluna Devam Eden 6 Yaş Grubu Çocukların Motor Performans Düzeyine Etkisi*, Yüksek Lisans Tezi, Ankara, 2012

Bu araştırmada anaokuluna devam eden altı yaş grubu çocuklarda dans eğitimi çalışmalarının motor performansları üzerine etkilerinin incelenmesi amaçlandı. Araştırma ön test-son test kontrol gruplu deneysel desenle MEB'e bağlı iki anaokuluna devam eden 30'u dans eğitimi verilen ve 30'u dans eğitimi verilmeyen grupta olmak üzere toplam 60 çocuk üzerinde yürütüldü. Dans eğitimi verilen grupta bulunan çocuklara haftada 4 gün ve 40'ar dakika olmak üzere toplam 10 hafta dans eğitimi programı uygulandı. Dans eğitimi verilmeyen gruptaki çocuklar ise normal eğitimlerine devam etti. 10 haftanın sonunda motor performansların değerlendirilmesi amacıyla her iki gruptaki çocuklara; okul öncesi dönemdeki çocukların motor performanslarını ölçmek amacıyla Morris, Atwater, Williams ve Wilmore'un 1980 yılında geliştirdikleri motor performans test protokolü kullanıldı. Gruplarda motor performansın değerlendirilmesinde test protokolünde bulunan çabukluk, durarak uzun atlama, tek ayak üzerinde dengede durma, tenis topu fırlatma, sürat koşusu ve yakalama olmak üzere 6 alt boyuttan yararlanıldı. Yapılan çalışma ile uzun atlama ve top yakalama performanslarından elde edilen sonuçların dans eğitimi verilen grup lehine olduğu ve performans artışının istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlendi. Bunun yanında dans eğitimi verilen grupta sürat, top fırlatma ve tek ayak üzerinde dengede durma performans puanlarının uygulamadan sonra arttığı, ancak bu artışın istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık oluşturmadığı, çabukluk performansında ise verilen eğitimin iki grup arasında herhangi bir değişiklik oluşturmadığı görüldü. Elde edilen veriler dans eğitiminin 6 yaş grubu çocukların motor performans değerleri üzerine etkili olabileceği sonucunu ortaya koymaktadır.

Anahtar Kelimeler: Çocuk, dans, hareket, motor gelişim, motor performans

ABSTRACT

ÇELİK ARSLAN, Alev. *The Effect Of Dance Training on Motor Performance Of Six-Year Old Children Attending Kindergarten*, Master Thesis, Ankara, 2012

The aim of this research is to investigate the effect of dance training on the motor performance of six- year old kindergarten children. Research was carried out through pre-test and post-test control group experimental design affiliated patterns of two kindergarten groups that were connected by the Ministry of Education. It was applied to 60 children: 30 children were trained and the remaining had no training. Children in the experimental group participated in a 40 minute dance training programme which lasted a total of ten weeks. The ones who did not participate in the dance training continued with their regular education. At the end of the ten-week period, the motor performance test protocol (developed by Morris, Atwater Williams and Wilmore in 1980 in order to calculate children's motor performance) was used on the two groups. The test protocol includes quickness, standing long jump, balancing on one foot, stopping a thrown tennis ball, catching a ball and sprinting. With this study, the results obtained performances in capturing the long jump and the ball is in favor of dance training and performance increase of the group was determined to be statistically significant. In addition, the group of dance training in the sprint, ball throw and balance on one foot after stopping application performance scores increased, but this increase does not constitute a statistically significant difference, quickness in the performance of the education given was not cause any changes between the two groups. The data shown that dance training in 6 year old children could be effective on the levels of motor performance.

Key Words: Child, dance, movement, motor development, motor performance

İÇİNDEKİLER

KABUL VE ONAY	i
BİLDİRİM	ii
TEŞEKKÜR	iii
ÖZET	v
ABSTRACT	vi
İÇİNDEKİLER	vii
TABLolar LİSTESİ	x
ŞEKİLLER LİSTESİ	xi
1. GİRİŞ	1
1.1 ARAŞTIRMANIN AMACI	2
1.2 TEMEL PROBLEM	2
1.3 ALT PROBLEMLER	2
2. GENEL BİLGİLER	3
2.1. GELİŞİMLE İLGİLİ TEMEL KAVRAMLAR	3
2.1.1 Olgunlaşma	3
2.1.2 Öğrenme	3
2.1.3 Hazır Bulunuşluk	4
2.2 MOTOR GELİŞİM	4
2.2.1. Motor Gelişimle İle İlgili Temel Kavramlar	6
2.3. MOTOR GELİŞİM ALANLARI	8
2.3.1. Kaba Motor Beceriler (Bedeni Kullanma)	8
2.3.2. İnce Motor Beceriler (Obje Kullanma)	10
2.4. MOTOR GELİŞİM İLKELERİ	10
2.4.1. Gelişimin Yönü	11
2.4.2. Büyüme Hızı	11
2.4.3. Farklılaşma ve Bütünleşme	11

2.4.4. Kritik Dönem Kavramı	12
2.4.5. Bireysel Farklılıklar	12
2.5. MOTOR GELİŞİMİ ETKİLEYEN FAKTÖRLER	12
2.5.1.Doğum Öncesi Etmenler	13
2.5.2.Doğum Sırası Etmenler	13
2.5.3.Doğum Sonrası Etmenler	13
2.6. MOTOR GELİŞİM DÖNEMLERİ	14
2.6.1. Refleksif Hareketler Dönemi.....	16
2.6.2. İlkel Hareketler Dönemi	16
2.6.3. Temel Hareketler Dönemi	16
2.6.4. Sporla İlişkili Hareketler Dönemi.....	17
2.7. HAREKET EĞİTİMİ VE ÖNEMİ.....	17
2.7.1. Hareket Eğitiminin Gelişim Alanlarına Etkisi.....	19
2.7.1.1. Bilişsel Gelişim Ve Hareket Eğitimi.....	19
2.7.1.2. Sosyal Gelişim Ve Hareket Eğitimi	19
2.7.1.3. Duygusal Gelişim Ve Hareket Eğitimi.....	20
2.8. DANS	20
2.8.1. Çocuk Ve Dans	20
2.8.2 Dansın Gelişim Alanlarına Katkıları.....	25
2.8.2.1 Fiziksel Gelişim Alanı	25
2.8.2.2 Sosyal Gelişim Alanı	25
2.8.2.3 Duygusal Gelişim	25
2.8.3 Dansın Sınıflandırılması	26
2.8.4 Çocuk Ve Dans Uygulamaları	27
2.8.4.2 Salsa	29
2.8.4.3 Bachata	29
2.9 İlgili Araştırmalar.....	30

3. YÖNTEM	38
3.1 ARAŞTIRMANIN MODELİ.....	38
3.3 VERİ TOPLAMA ARACI	38
3.3.1 Tek Ayak Üzerinde Dengede Durma.....	39
3.3.2 Çabukluk	39
3.3.3 Yakalama	41
3.3.4 Durarak Uzun Atlama	42
3.3.5. Tenis Topu Fırlatma	43
3.3.6. Sürat Koşusu	44
3.4. VERİ TOPLAMA YÖNTEMİ.....	45
3. 5. VERİLERİN ANALİZİ.....	45
3.6. UYGULANAN DANS EĞİTİM PROGRAMI	46
4. BULGULAR	52
5.TARTIŞMA	58
6. SONUÇLAR	62
7.ÖNERİLER	63
KAYNAKÇA.....	64
ÖZGEÇMİŞ	78

TABLOLAR LİSTESİ

Tablo 1. Dansların Sınıflandırılması.....	26
Tablo 2. 1 ve 2. Hafta Uygulanan Dans Eğitim Programı.....	45
Tablo 3. 3 ve 4. hafta uygulanan dans eğitim programı.....	46
Tablo 4. 5 ve 6 .Hafta Uygulanan Dans Eğitim Programı.....	47
Tablo 5. 7 ve 8. Hafta Uygulanan Dans Eğitim Programı.....	48
Tablo 6. 9 ve 10. hafta uygulanan dans eğitim programı.....	49
Tablo 7. Sürat Bakımından Dans Eğitimi Alan Ve Almayan Grubun Sonuçları.....	50
Tablo 8. Top Fırlatma Mesafesi Bakımından Dans Eğitimi Alan Ve Almayan Grubun Sonuçları	51
Tablo 9. Tek Ayak Üzerinde Durma Bakımından Dans Eğitimi Alan Ve Almayan Grubun Sonuçları.....	52
Tablo 10. Top Yakalama Bakımından Dans Eğitimi Alan Ve Almayan Grubun Sonuçları.....	53
Tablo 11. Çabukluk Bakımından Dans Eğitimi Alan Ve Almayan Grubun Sonuçları.....	54
Tablo 12. Uzun Atlama Bakımından Dans Eğitimi Alan Ve Almayan Grubun Sonuçları.....	55

ŞEKİLLER LİSTESİ

ŞEKİL 1. Gallahue Piramit Modeli.....	15
--	----

1. GİRİŞ

Gelişim, fiziksel, zihinsel, duygusal ve sosyal alanlardan oluşan, çok yönlü bir bütündür. Bütünü meydana getiren gelişim alanları birbiriyle karşılıklı etkileşim içinde olup, bir gelişim alanındaki değişme, diğer gelişim alanını etkileyebilmektedir. Okul öncesi dönem de, çocukların gelecekteki yaşantıları için temel oluşturan gelişim alanlarında yeterli düzeye erişebilmeleri açısından önemli bir dönemdir (İnan, 1998).

Bu dönemdeki çocuklar için hareket etmek; beslenmek, barınmak, sevmek ve sevilmek kadar önemli temel bir ihtiyaçtır. Çocuk hareket gereksinimini karşılarken, yaşadığı çevreyi keşfeder, anlar ve yorumlar, çevresi ile iletişime geçer. Bu süreçte çocuğun görebileceği modeller tüm yaşamına yön verir. Yapılan araştırmalar okul öncesi dönemde hareket eğitimi programlarının uygulanmasının önemini vurgulamaktadır (Kahl, 2002). Bu nedenle çocukların hareket ihtiyacını karşılayacak uygun etkinliklere okul öncesi dönemde yer verilmelidir. Verilecek eğitimin, çocukların hareket gelişimine katkı sağlayacak fırsatlar sunması, çocukların ilgisini çekebilecek düzeyde olması, oyun, dans, drama gibi etkinliklerle desteklenerek eğlenceli hale getirilmesi gerekmektedir (Oktay, 2000).

Dans; eğitim uygulamaları içerisinde yeteri kadar varlığını gösterememiş, çoğu zaman eğitsel yönü olmayan bir etkinlik olarak nitelendirilmiştir (Aldemir, 2010). Okul öncesi dönem çocukları için farklı müziklerin ve hareketlerin kullanıldığı zengin içerikli dans çeşitleri hem gelişim alanlarını destekler hem de farklı kültürleri tanıma imkânı sağlar. Bu bağlamda çocukların zevk almalarını sağlayan, farklı deneyimler sunan, yaratıcılıklarını destekleyen, hareket gelişimlerine olumlu katkıda bulunan dans, okul öncesi dönemden başlayarak eğitimin her aşamasında eğitim programlarının içerisine dâhil edilmelidir. Dans eğitimi yoluyla, çocukların hareket deneyimlerini zenginleştirmek, yaratıcı harekete yöneltmek ve keyifli zaman geçirmelerini sağlamak, onların ileriki yaşamlarında sağlıklı ve mutlu bireyler olmaları için temel oluşturacaktır.

1.1 ARAŞTIRMANIN AMACI

Bu araştırma, anaokuluna devam eden 6 yaş grubu çocukların motor performansları üzerine dans eğitim programının etkisinin bulunup bulunmadığını incelemek amacıyla yapılmıştır.

1.2 TEMEL PROBLEM

Uygulanan dans eğitim programının anaokuluna devam eden 6 yaş grubu çocukların motor performans düzeylerine etkisi var mıdır?

1.3 ALT PROBLEMLER

Uygulanan dans eğitim programının çocukların,

1. Denge performans düzeylerine etkisi var mıdır?
2. Çabukluk performans düzeylerine etkisi var mıdır?
3. Yakalama performans düzeylerine etkisi var mıdır?
4. Durarak uzun atlama performans düzeylerine etkisi var mıdır?
5. Tenis topu fırlatma performans düzeylerine etkisi var mıdır?
6. Sürat performans düzeylerine etkisi var mıdır?

2. GENEL BİLGİLER

2.1.GELİŞİMLE İLGİLİ TEMEL KAVRAMLAR

Gelişme, organizmanın büyüme, olgunlaşma ve öğrenmenin etkileşimiyle sürekli olarak ilerleme kaydederek değişmesidir. Gelişim, organizmanın döllenmeden başlayarak bedensel, zihinsel, dil, duygusal, sosyal yönden, belli koşulları olan en son aşamasına ulaşınca kadar sürekli ilerleme kaydeden değişimdir (Senemoğlu, 2010). Gelişme, olgunlaşma ve öğrenme etkileşimlerinin bir ürünüdür. Gelişim ise bir süreçtir. Olgunlaşma ve öğrenme olmadan gelişim sağlanamaz. Örneğin; bir çocuğun ağaca tırmanması devinimsel bir gelişmedir. Çocuk kas ve kemikleri yeterli büyüklüğe ve olgunluğa erişmeden ağaca tırmanmayı öğrenemez. Kas ve kemikleri yeterli olgunluğa eriştikten sonra ağaca tırmanmayı öğrenmemişse de ağaca tırmanma davranışını gösteremez. Özetle gelişme, olgunlaşma ve öğrenmeyi kapsayan temel bir kavramdır (Senemoğlu, 2010).

2.1.1 Olgunlaşma

Olgunlaşma, organizmada var olan, türe özgü yetilerin ortaya çıkışı olarak tanımlanmaktadır (Yörükoğlu, 1981). Bir organizma belli bir davranışı başaracak derecede yeterli olgunluk düzeyine ulaşmadıkça o davranışı öğrenemez ya da gereği gibi öğrenemez (Santrock, 1981). Olgunlaşma gelişimin sırasını belirlerken biyolojik açıdan bakıldığı zaman öncelikle doğuştan olduğu ve dış etkenlere karşı dirençli olduğu dikkat çekmektedir (Gallahue, 1982). Çocuğun kas ve kemik yapısı yeterli olgunluğa gelmeden, ne kadar yürüme alıştırmaları yaptırırsak yaptırılmaz, çocuk yürümeyi öğrenemez (Yeşilyaprak, 2002).

2.1.2 Öğrenme

Öğrenme, tekrar ya da yaşantı yoluyla organizmanın davranışlarında meydana gelen oldukça kalıcı/sürekli değişiklikler olarak tanımlanmaktadır (Bacanlı, 1999). Bununla birlikte öğrenme, bireyin çevresiyle belli bir düzeydeki

etkileşimi sonucunda oluşmaktadır (Senemoğlu, 2010). Öğrenme, olgunlaşma sürecine eklenerek gelişmeyi daha üst düzeylere çıkarır; başka bir ifade ile olgunlaşma sürecinin başlattığı gelişmeyi öğrenme tamamlar (Özer, 2009).

2.1.3 Hazır Bulunuşluk

Hazır bulunuşluk, insanın belli bir gelişim görevini, olgunlaşma ve öğrenme yoluyla yapabilecek düzeye gelmesidir. Biyolojik olgunlaşmanın yanı sıra, öğrenmeyi gerçekleştirmek ve desteklemek için uygun şekilde düzenlenmiş çevresel faktörleri içerir (Gallahue, 1982). Bu, çocukların bir davranışı öğrenmesi için gereken olgunluğa ulaşmasının yanı sıra yapılacak davranışla ilgili gerekli bilgi ve becerileri de kazanmış olmasını ifade eder. Hazır olma becerisinin yokluğu, olgunlaşma yetersizliği ile sonuçlanır (Fidan, 1994).

2.2 MOTOR GELİŞİM

İnsan döllenme ile birlikte başlayan yaşam yolculuğu sırasında hızlı bir şekilde büyür ve gelişir. Anne karnında başlayan bu yaşam sürecinde, insan vücudunda pek çok değişim görülür (Sevim, 1997). Vücut kontrolümüz beynimiz ve ona bağlı sistemler tarafından yürütölmeye başlar. Hızla büyüyen, gelişen ve farklılaşan bünyenin idaresi, beslenmesi, korunması ve sosyal bir varlık olması hareketlerin gelişmesini gerektirir (Adolph, 2006). Bebeklik dönemindeki ilk hareket ve refleks reaksiyonları bütün öğrenmelerin temelini oluşturur. Bu dönemde öğrenme beden hareketleriyle başlar. Böylece motor aktiviteler ve algısal deneyimler, daha karmaşık motor, algısal ve zihinsel öğrenmeleri meydana getirir (Kerkez, 2006).

Çocuk doğduğu günden itibaren; yattığı yerden başını kaldırma, göğsünü kaldırma, ellerini, kollarını, bacaklarını hareket ettirme, dönme, emekleme gibi davranışlar kazanır. Düşünölmeden, bağımsız olarak yapılan bu ilk hareketler daha sonra vücut hareketlerine, zamanla dış uyarıcıların kontrolü ile çeşitli motor etkinliklere dönüşür (Kaya, 2011). Motor etkinlikler, fiziksel özelliklerden hareket becerilerine kadar birçok alanı içine almakta olup spor, dans gibi özel

branşların yanı sıra yazı yazma gibi günlük yaşantıda kullanılan becerileri de kapsamaktadır (Mülazımoğlu, 2006).

Çocuk organizmasını yetişkinden ayıran en önemli özellik sürekli büyüme, gelişme ve değişme süreci içinde olmasıdır. Bu değişim süreci içerisinde çocuğun gelişimi görünür ve görünmez büyümeyi içerir. Görünmez büyüme iç organlarda meydana gelen değişmedir. Görünür büyüme ise bedenin boyutlarında, biçiminde ve oranındaki değişmedir. İşte bu görünür gelişimlerden bir tanesi motor gelişimdir (Özel Eğitim).

Motor gelişimle ilgili ilk çalışmalar Bayley (1935), Shirley (1931), Gesell ve Thompson (1934), Mc Grawn (1935) tarafından yapılmıştır. İlk öncü güç olmalarından dolayı motor gelişim araştırmalarında isimlerine sık sık rastlanan bu araştırmacılar motor gelişimin sırasını çok iyi saptamaları nedeniyle tarihe geçmişlerdir. Çocuklar üzerinde doğal gözlemler yaparak, en basit hareketlerden olgun hareket modelinin kazanılmasına kadar normal gelişim sürecinin sıralaması hakkında önemli bilgiler elde etmişlerdir (Akt: Özer, 2009). 1960'lı yıllardan sonra motor gelişim, biyomekanik, egzersiz fizyolojisi ve beden eğitimi gibi alanlarda gelişim psikolojisi ve sosyal psikoloji de olduğu gibi ayrı bir alan olarak kabul edilmiştir (Gallahue, 1982). Böylece motor gelişim hem beden eğitiminde hem de çeşitli psikoloji alanlarında araştırma ve inceleme alanı olarak yerini almıştır. Psikologlar ve beden eğitmciler tarafından günümüze dek yapılan araştırmalar motor gelişim alanı ile ilgili önemli bilgi birikimi sağlamıştır (Akt: Özer, 2009).

Motor gelişim kavramı ile ilgili farklı tanımlamalar bulunmaktadır. Güven ve arkadaşları motor gelişimi, fiziksel büyüme ve gelişmeyle birlikte beyin-omurilik gelişimi sonucu organizmanın isteğe bağlı olarak hareketlilik kazanması; bir başka deyişle, özünde hareket olan becerilerin kazanılmasını içeren ve doğum öncesi dönemde başlayıp ömür boyu devam eden bir süreç olarak tanımlamaktadır (Güven ve ark. 1979).

Gökmen ve arkadaşları motor gelişimi bireyin organlarının işleyişini denetim altına almada gösterdiği becerikliliğin artması olarak anlatmaktadır (Gökmen ve ark., 1995). Başka bir tanım ise istem dışı refleksler ile başlayan hareketlerin gelişme, olgunlaşma ve büyümeye bağlı olarak bilinçli davranışlara dönüşmesi şeklinde açıklar (Kerkez, 1997). Crosby (1996) ise motor gelişimi, insan organizmasının çevresiyle ilişkisini belirleyen motor davranışlarda zaman içinde meydana gelen değişimler olarak tanımlar.

Motor gelişim hem işlem hem ürün olarak değerlendirilebilir. İşlem olarak motor gelişim bebeklikten yaşlılığa kadar motor performansı etkileyen çevresel ve biyolojik faktörleri içermesi, ürün olarak ise belli dönemleri tanımlayan özellikleri kapsamaktadır (Corbett, 1998). Motor gelişim; hareket, denge, çevreyi öğrenme, araştırma ve oyun için gerekli olan temel motor becerilerde ustalık becerisidir. Bu kabiliyetlerdeki ustalığın çocuğun fiziksel, motor, sosyal ve psikolojik gelişimine bağlı olduğu belirtilmektedir (Schleyer, 1998). Motor gelişim sıralı olup sosyal ve davranışla ilgili beklentiler üzerinde de önemli rol oynar (Morrison, 2000). Frost ve arkadaşları (2001) motor gelişimi, ayrı ayrı motor becerilerin birlikte çalışarak daha ileri yetenekler ürettiği bir sistem olarak açıklarken, Gallahue (2002) yaşam boyunca motor davranışta meydana gelen, motor görevin gerektirdiği bireyin biyolojik yapısı ve çevre koşullarının birbiriyle etkileşiminin sebep olduğu sürekli değişim şeklinde ifade etmiştir. Motor gelişimi San-Bayhan (2004) fiziksel büyüme ve merkezi sinir sisteminin gelişimine paralel olarak organizmanın isteme bağlı hareketlilik kazanması olarak tanımlarken, Haywood (2005) hareket davranışlarında yaş ile ilişkili olarak meydana gelen sıralı ve sürekli değişimler olarak ifade etmiştir. Mülazımoğlu (2006) ise motor gelişimi, bireysel, çevresel ve harekete ilişkin faktörlerin etkileşimiyle hareket becerilerinde meydana gelen değişimler olarak tanımlamıştır.

2.2.1. Motor Gelişimle İle İlgili Temel Kavramlar

Hareketi etkileyen yaş, cinsiyet gibi biyolojik faktörlerin ve kuvvet, denge, esneklik, hız, dayanıklılık gibi mekanik faktörlerin önemini belirtmek için

kullanılan “motor” terimi çoğu zaman psikomotor, algısal motor, duyumotor, motor öğrenme, motor kontrol ve motor gelişim terimlerinde olduğu gibi, bazı terimlere eklenerek kullanılır (Gallahue, 1982). Beden eğitmciler, özellikle motor süreçler üzerine odaklaşarak, “motor” terimini ön ek olarak kullanırken, psikolog ve eğitmciler psikomotor, algısal ve duyu motor terimlerinde olduğu gibi son ek şeklinde kullanmaya eğilim gösterirler (Akt: Özer, 2009).

Motor gelişimin daha iyi anlaşılabilmesi için motor gelişim ile ilgili kavramlardan söz edilmesi gerekmektedir. Bu kavramlar; motor, motor görev, motor performans, motor öğrenme, motor kontrol, motor davranış, temel beceriler, motor beceri ve motor yetenek, hareket eğitimi olarak sıralanabilir. Bu kavramlar kısaca aşağıdaki şekilde tanımlanmaktadır.

Motor: Motor kelimesi tek başına "hareket" anlamına gelmektedir. Vücudun herhangi bir parçasındaki gözle görülebilir pozisyon değişimlerine hareket denir (Gallahue, 2006).

Motor Görev: Motor görev, hedefe top atma, belirli bir mesafeye zıplama gibi özel hareketler için kullanılmaktadır (Mosston, 1986).

Motor Beceri: Deneyim ve öğrenmenin etkisi ile doğru olarak yapılan bir ya da bir grup hareket olarak tanımlanır (Gallahue, 1982). Motor becerilerin motor yeteneklere göre değiştiği söylenebilir (Mosston, 1986).

Motor Performans: Motor becerilerin süre ya da mesafe olarak çeşitli ölçme araçları ile ölçülebilen derecelerine motor performans denir. Doğumdan itibaren düzenli bir artış gösteren motor performans, gelişim ilkelerine bağlı olarak yapılan hareket eğitimi ile geliştirilebilir (Kırıncı, 2008). Topu hedefin tam ortasına atabilme motor performansına örnek olarak verilebilir (Mosston, 1986).

Motor Öğrenme: Motor öğrenme ise geçmiş deneyim veya uygulamalar sonucunda motor davranışlarda meydana gelen sürekli değişimlerdir (Gallahue, 2006).

Motor Kontrol: İnsan hareketlerinin altında yatan sinirsel, fiziksel ve davranışsal yönlerin incelendiği çalışma alanı olarak açıklanabilir (Coker, 2004; Payne, 2005; Gallahue, 2006).

Motor Davranış: Öğrenme ve biyolojik süreçler ile etkileşim içerisinde, motor öğrenme, motor kontrol ve motor gelişimdeki değişimlerin incelenmesi olarak ifade edilebilir (Payne, 2005; Gallahue, 2006).

Temel beceriler: 2-7 yaşlarında ortaya çıkan, spor ve gelişmiş aktivitelere temel oluşturan koşma, yakalama, atlama, fırlatma, sekme, topa ayakla vurma gibi hareketler temel beceriler olarak isimlendirilir (Cratty, 1973; Gallahue, 1982; Kephart, 1973; Özer, 2009).

Spor Becerileri: Temel becerilerin gelişmesini ve özelleşmesini içerir. Örneğin, golf oynamak, özel bir spor becerisi gerektirir. Bu spor branşının, çocukluk çağında kazanılan, topa vurma becerisinin ergenlik ve yetişkinlik çağındaki bir uzantısı olduğu düşünülmektedir (Cratty, 1973; Kephart, 1973; Wickstrom, 1977; Özer, 2009).

Hareket Eğitimi: Yaşam süresince meydana gelen motor öğrenme, motor kontrol ve motor gelişim sonucunda motor davranışlardaki değişikliklerdir (Gallahue, 1982).

2.3. MOTOR GELİŞİM ALANLARI

Çocuğun günlük aktivitelerindeki hareket modelleri büyük ve küçük kas hareketleri olmak üzere iki grupta toplanmaktadır.

2.3.1. Kaba Motor Beceriler (Bedeni Kullanma)

Kaba motor beceriler, büyük kas hareketleri olarak da adlandırılır. Geniş kaslarımızın kullanımını içerir. Vücuttaki büyük kas gruplarını aynı anda uyumlu bir şekilde kullanarak bir topu tutabilir, bisiklete binip pedal çevirebilir, fiziksel bir

egzersizi yapabilir veya dans edebiliriz. Spor başarısı, hareketlerdeki zarafet kaba motor becerilerle doğrudan bağlantılıdır. (Davranış Bilimleri Enstitüsü)

Kaba motor beceriler üç ana grupta incelenir.

- Lokomotor hareketler
- Lokomotor olmayan hareketler
- Denge

Lokomasyon, alan üzerinde hareket etmek yani bedenin yer aldığı alanı değiştirmek, bir yerden bir yere hareket etmek olarak tanımlanır. En önemli lokomotor hareketler emekleme, yürüme, koşma ve atlamadır. Daha sonra yuvarlanma, tırmanma, zıplama, sıçrama ve sekme gelir. Bu hareketlerin her biri çeşitli şekillerde birleştirilerek yeni hareketlerin üretilmesinde kullanılır. Böylece hareket modelleri meydana gelir (Kephart,1973).

Lokomotor olmayan hareketler ise yer değiştirmeden yapılan geniş kasların kullanımını içeren ayakta dik durumda iken eğilme, dönme, itme, çekme gibi hareketlerdir (Frankenburg, 1990). Vücudumuzda her an kontrol etmekle ve hassas ayarlar yapmakla görevli bir denge sistemi mevcuttur. Denge, belirli bir alan içinde bir hareketi sürdürmektir ve tüm hareketlerde önemli bir faktördür. Çocuk hareket ederken dengeyi sürdürme, kaybetme ve yeniden kazanma yeteneklerine sahiptir (Gallahue 1982). Statik ve dinamik denge olmak üzere iki çeşit dengeden söz edilebilir (Gökmen, 1995).

Statik denge vücudun dengesini belli bir yerde ya da pozisyonda sağlama yeteneğidir (Hazar, 2008). Ağırlık merkezinin sabit kaldığı hareketleri içerir. Oturma, ayakta durma, tek ayak üzerinde durma vb. hareket becerilerini kapsar. Garcia ve arkadaşlarının (1994) 2,5 ve 6 yaşları arasındaki 64 çocuk üzerinde yaptıkları araştırmada yaşın dengenin en iyi belirleyicisi olduğu ve statik dengenin yaşla birlikte arttığı sonucunu ortaya koymuşlardır (Gökmen, 1995).

Statik dengenin gelişimi, normal motor gelişimin ana özelliklerindendir. Birçok gelişimsel motor testler bir statik denge ölçümünü içerir (Geuze, 2003).

Dinamik denge hareket ederken vücudun dengesini sağlama yeteneğidir. Yapılan harekete göre ağırlık merkezi sürekli yer değiştirir. Yürüme, emekleme, denge tahtasında yürüme, çizgi üzerinde yürüme vb. becerileri kapsar (Gökmen, 1995).

Dinamik denge de statik denge gibi yaşla birlikte artar ve dokuz yaş civarında gelişimi yavaşlar. Kızlar 8–9 yaşına kadar erkeklerden daha iyi performans gösterirler ve bu yaştan sonra aynı düzeye erişirler (Gökmen, 1995).

2.3.2. İnce Motor Beceriler (Obje Kullanma)

İnce motor beceriler elde ve parmaklarda bulunan küçük kasların çalışmasıyla gerçekleşen hareketlerimizi yönetir. Beynimiz ve parmak uçlarımız arasında doğru, hızlı ve eşzamanlı (koordineli) bir bağlantı gerçekleştirilebilmesinin ince motor becerilerin iyi çalıştığını gösterdiği bildirilmiştir (Breckenridge, 1955). Kalem tutma, makas kullanma, yazı yazma, düğme ilikleme, ayakkabı bağlama gibi faaliyetler ince motor becerilere örnek oluşturur.

İçten dışa gelişim ilkesine göre, ince motor becerilerin gelişimi kaba motor becerilerin gelişimini takip etmektedir (Gessel, 1940; Breckenridge, 1955).

2.4. MOTOR GELİŞİM İLKELERİ

Motor gelişim ile normal gelişim ayrılmaz bir bütündür. İnsan gelişimi gibi motor gelişim de önceden kestirilebilen düzenli bir sıra ile meydana gelir (Kırıcı, 2008).

2.4.1. Gelişimin Yönü

Motor gelişim, baştan ayağa, merkezden dışa ve genelden özele doğru olacak şekilde bir sıra izlemektedir. Sinir sistemi ve kasların gelişimi motor becerilerin kazanılması için gerekli temeli hazırlamaktadır. (Zaichawsky, 1980; Sarı, 2005). Doğumdan sonra önce baş, daha sonra gövde, en sonra da bacak ve ayak kaslarının kontrolü ortaya çıkar. Önce omuzlar, daha sonra kollar, en sonra da eller gelişir, ellerin kontrolü parmakların kontrolünden daha önce ortaya çıkar. Bebekte ilk önce ayrılaşmamış büyük kas hareketleri, daha sonra küçük kasların kontrol edilmesi gözlenir (Erden, 1996).

2.4.2. Büyüme Hızı

Çocukların büyüme derecesi ve ne kadar büyüyecekleri kendi genetik kodlarında ve zamanda gizlidir (Kırıcı, 2008). Çocukların büyüme derecesi karakteristik modeller şeklindedir ve evrenseldir. Büyüme, dış etkenlere direnç gösterir. Şiddetli bir hastalıkta çocuğun boy, kilo ve hareket yeteneğini kazanması gecikse de çocuğun hastalıktan sonra kendi büyüme hızını yakalayabileceği bildirilmiştir (Özer, 2009). Büyümenin kendi kendine düzenleme süreci küçük sapmaları engellerken, büyük sapmaları engelleyemediği ve çocuğun kendi ya da yaşlılarının büyüme ve gelişim örneğini yakalamasının çocuğun yaşına, yaşam koşullarına ve geri kalmasını etkileyen süreye bağlı olduğu ortaya konmuştur (Gallahue, 1982; Özer 2009).

2.4.3. Farklılaşma ve Bütünleşme

Olgunlaşma ile birlikte çocuğun hareket modellerinde kabadan inceye doğru derece derece ilerlemesi farklılaşma, kas grupları ile duyu sistemlerinin uyum içinde ve birlikte çalışması bütünleşme olarak adlandırılmaktadır (Gallahue, 1982; Özer, 2009).

2.4.4. Kritik Dönem Kavramı

Kritik dönem kavramı, çevrenin gelişim üzerindeki etkisini gösterme açısından önemlidir. Bu dönemler belirli bir zaman diliminde, belirgin bazı özelliklerin öne çıktığı ve bu özelliklerin uyarılmasının önemli olduğu zaman dilimleridir (Yeşilyaprak, 2002). Vücudumuzdaki her sistem, belirli yönlerini sabit zamanlarda geliştirir. Özel zamanlarda dışarıdan olumsuz bir etki görülmesi sistemin gelişim sürecini bozabilmektedir (Gallauhe, 1982).

Yaşa ve kazanılacak beceriye göre değişik öğrenme durumları için farklı kritik dönemler vardır ve her bir kritik dönem bir önceki evreye göre daha üst düzey bir öğrenmeye hazırlık aşamasıdır. Çocuğa uyarıcıların en güçlü etkiyi yaratacağı dönem olan kritik dönemde uygun ortam ve uygun etkileşim ile karşılaşmaması durumunda normal gelişiminin engellenebileceği düşünülmektedir. Kritik dönem atlatıldıktan sonra, uyarıcılarla karşılaşma etkili bir öğrenmenin gerçekleşmesine olanak sağlamamaktadır (Yeşilyaprak, 2002).

2.4.5. Bireysel Farklılıklar

Kalıtım ve çevre gelişimi bireysel farklılıkları belirleyen temel unsurlardır. Çevre; anne karnında başlayan ve insana her yönden etki eden tüm faktörleri kapsamaktadır. Kalıtım, gelecekte ne olunabileceğinin sınırını çizirken çevre bu sınır içinde ne olunabileceğinin yönünü belirler (Yiğit, 2006). Her çocuk kendi gelişimsel sürecinde önceden belirlenmiş sırasını takip ederek ilerler. Gelişimde bu sıra değişmez. Önce emekleme, sonra sıralama, sonra ayakta durma ve en son olarak da yürüme birbirini takip eder. Bu süreçte bazı çocuklar erken yürürken, bazıları geç yürüyebilir. Bu durum, kalıtım, deneyim, eğitim, sosyalleşme gibi kavramlarla açıklanır ve bireysel farklılığı gösterir (Wolf, 1983).

2.5. MOTOR GELİŞİMİ ETKİLEYEN FAKTÖRLER

Gallahue (1982), Eichstaedt (1992) motor gelişimi etkileyen etmenleri üç ana başlıkta gruplandırmışlardır (Akt: Özer, 2009)

2.5.1.Doğum Öncesi Etmenler

Doğum öncesi dönemde annenin beslenmesi, ilaç kullanımı, alkol alımı, geçirilen enfeksiyon hastalıklar, gebelik toksemisi, kan uyuşmazlığı, duygusal durum, gebe kalma yaşı, maruz kalınan radyasyon, kalıtsal genetik kusurlar, sahip olduğu genetik profili ve ırkı motor gelişimi etkileyen doğum öncesi etmenlerdir (Özer, 2009).

2.5.2.Doğum Sırası Etmenler

Doğum sırasında görülebilen travmalar birkaç şekilde ortaya çıkabilir. Örnek olarak, bebeğin kafatasında meydana gelen ani basınç değişimleri beyin kanamaları ile sonuçlanabilir. Bundan başka plasentanın erken ayrılarak umbilikal kordun bebeğin boynuna dolanması sonucu bebeğin yeterli oksijen alamaması perinatal anoksiya durumuna sebep olabilir (Özer, 2009).

2.5.3.Doğum Sonrası Etmenler

Doğum sonrasında da çocuğun motor gelişimini etkileyen etmenler bağlılık, uyarıcı zenginliği ve yoksunluğu, anne- baba tutumu olarak sıralanabilir (Özer, 2009).

Bağlılık kuvvetli bir duygudur. Araştırmalar bağlılığın doğumla birlikte gelişmeye başladığını, doğumdan sonraki ilk günler ve ilk haftaların bağlılığın kurulmasındaki kritik günler olduğunu göstermektedir (Özer, 2009). Bu dönemdeki erken ayrılma bebeğin gelişimi üzerinde olumsuz etkiler gösterebilmektedir. Doğumdan hemen sonra anne ile bebeğin teması ve etkileşimi her iki tarafa da haz vermesi ve bağlılığın ilk adımını başlatması açısından önemlidir (Gallahue, 1982).

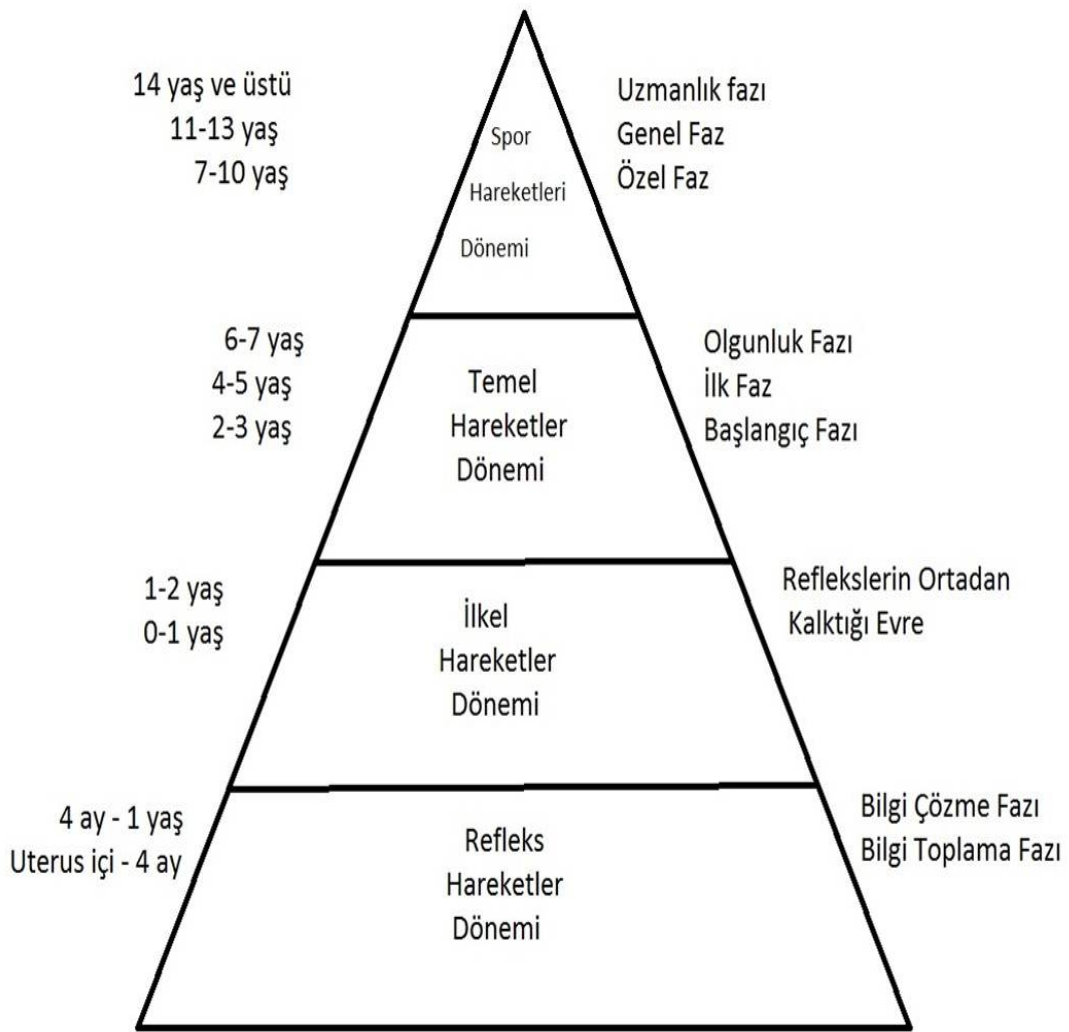
Araştırmacılar deneyim yoksunluğu ve hareket sınırlamasının normal gelişimi olumsuz etkileyebileceği görüşündedirler. Bunun yanında çocuklara

sunulan uyarıcı çeşitliliğinin motor gelişimi pozitif yönde etkileyebileceği bildirilmektedir (Özer, 2009).

Motor performans araştırmalarının bazılarında, anne-baba tutumlarının etkisinin olup olmadığı araştırılmıştır. Hoşgörülü tutum, çocuğun keşfetme duygusunu, bağımsızlığını, öğrenme merakını destekleyerek fiziksel faaliyetlere katılma cesareti verecektir. Bunun aksine aşırı otoriter ve koruyucu tutumlar, çocuğun hareketliliğini kısıtlayarak, keşfetme duygusunu ortadan kaldıracaktır. Böyle bir ortamda bulunan çocukların becerilerini geliştiremeyecek ve buna bağlı olarak motor gelişimleri olumsuz etkilenecektir (Gallahue, 1982).

2.6. MOTOR GELİŞİM DÖNEMLERİ

Gallahue ve arkadaşları (1982) yaptıkları çalışma ile motor gelişimi çocukluk dönemi ile sınırlayarak incelemiş ve kuramını piramit modeli ile açıklamıştır. Bu modele göre her bir motor gelişim dönemi bir diğerinin üzerine kurulur. Şekil 1’de görüldüğü gibi motor gelişimin temelini refleksif hareket dönemi oluşturur. Bunu ilkel hareketler dönemi ve temel hareketler dönemi takip ederken son aşamada spor hareketleri dönemi yer almaktadır (Özer, 2009). Bu gelişimsel modelin her bir dönemi kendi içinde çeşitli aşamalardan oluşmaktadır (Goran, 1998).



Şekil 1. Gallahue Piramit Modeli (Özer, 2009)

Gallahue daha sonra motor gelişim kuramını genişleterek 1995 yılında Ozmun ile birlikte yayınladığı kitabında motor gelişim dönemlerini aynı şekilde koruyup “piramit modeli” yerine “kum saati” modelini ortaya koymuştur. Kum saati modelinde piramit modelindeki ilk üç motor gelişim döneminin evreleri aynı kalırken, sporla ilişkili hareketler döneminin evrelerinde değişiklik yapmıştır. Bu evrelerin isimleri spor becerilerine geçiş evresi, spor becerilerini uygulama evresi ve yaşam boyu spor aktivitelerine katılım evresi olarak değiştirilmiştir (Özer, 2009).

2.6.1. Refleksif Hareketler Dönemi

Refleks, dıştan gelen bir uyarı sonucunda doğan ve devinim, salgı gibi iç tepkilere yol açan istem dışı sinir etkinliğidir. Refleksif hareketler dönemi, 0–1 yaş aralığını kapsar. Yeni doğan, dünyaya birçok refleks ile gelir. Yeni doğanın bu davranışları, omurilik ve aşağı beyin merkezlerinden idare edilmektedir (Özer, 2009). Ortaya çıkan refleks hareketler, bebeğin ilk motor tepkileri ve ilk bilgi edinme kaynaklarıdır (Çelebi, 2010). Bir refleks, bir uyaran türüne özel otomatik bir tepki oluşturur. Işık tutulduğunda göz bebeğinin otomatik olarak büzülmesi refleks örneği olarak bildirilmektedir (Gander, 1993).

2.6.2. İlkel Hareketler Dönemi

0–2 yaşlar arasında gözlenen ilkel hareketler, istemli hareketlerin ilk biçimidir. Bu döneme ait hareket yeteneklerinin gelişmesi, hem çevresel faktörlere hem de olgunlaşma faktörlerine bağlı olup ortaya çıkışlarında önceden kestirilebilen bir sıra izlerler. Normal koşullarda bu sıra değişmez, ancak bunların ortaya çıkış zamanları, hızları çocuktan çocuğa farklılık gösterebilir. Bu bireysel farklılıkların kaynağını kalıtsal ve çevresel etmenler oluşturmaktadır (Özer, 2009).

2.6.3. Temel Hareketler Dönemi

Yaşamın ikinci yılından başlayarak yedinci yılına kadar geçen süre temel becerilerin kazanıldığı dönemdir. Tüm çocukların ortak özellik taşıması ve yaşam için gerekli beceriler olduğundan ‘temel beceriler’ ismini almıştır. Bunlar koşma, atlama, sıçrama, sekme, yakalama, fırlatma, topa ayakla vurma gibi hareketlerdir. İki yaşından sonra temel hareketler kaba bir şekilde ortaya çıkar (Özer, 2009).

Başlangıç Evresi: Önce çocuk, kendi bedeninin hareket becerisini anlamak ve bunu denemek için çaba gösterir (Özer, 2009).

İlk Evre: Daha sonra bedeni üzerindeki kontrolü ile hareketlerini daha uyumlu ve kontrollü yapmaya başlar. 3-4 yaş çocukları gözlemlendiğinde bu evrenin özelliklerini taşıyan hareketler görülebilir (Özer, 2009).

Olgunluk Evresi: Dönemin sonlarında ise çocuk, uyumlu ve kontrollü gelişmiş hareketlerini mekanik yönden etkili olarak gerçekleştirir. 5-6 yaş döneminde temel beceriler olgunlaşmış olarak görülür. Çocuğun olgunlaşmasında öğretim, cesaretlendirilmesi ve alıştırma olanaklarının büyük önemi vardır (Özer, 2009).

Okul öncesi dönemde temel hareket yeteneklerinin gelişimi, çocuğun motor gelişimi için temeldir. Hareket deneyiminin çokluğu, çocuklara kendilerini ve çevrelerini idrak edebilecekleri zengin bir bilgi birikimi sağlamaktadır (Goran, 1998).

2.6.4. Sporla İlişkili Hareketler Dönemi

Motor gelişimin sporla ilişkili hareketler dönemi, temel hareketler döneminin devamı olarak düşünülebilir. Bu dönem 7 yaş ve yukarısını kapsamaktadır. Dengeleme, lokomotor ve manüplatif becerilerin giderek mükemmelleştirildiği, birleştirilerek çeşitli etkinliklerde kullanıldığı bir dönemdir. Burada spor terimi geniş anlamıyla kullanılmıştır. Yani yalnız yarışma değil; aynı zamanda eğlence ve spor etkinlikleri açısından gönüllü katıldıkları faaliyetler; oyun, dans gibi aktiviteleri de kapsayan bir araç olarak benimsenmiştir (Özer, 2009).

2.7. HAREKET EĞİTİMİ VE ÖNEMİ

Hareket, yaşamak için gerekli olan bir devinimdir. Canlı bir varlık olarak insan gelişimi boyunca, bulunduğu ortamlarda hareketlilik içerisinde olur (Yüzgöl, 2001). Çevresini keşfederken, kendisini ifade ederken ağlayarak çırpınmak, otururken çevresindeki bir nesneye uzanmak, hamleler yapmak, kovalamak, emeklemek, yürümek, yürürken etrafındaki nesnelere ulaşmak,

onlara dokunmak ve tutunmak için çocukların başvurdukları ilk kaynak harekettir (Gökalp, 2007).

Hareket çocuğun hayatının odak noktasını oluşturur. Çocuk, organlarını çalıştırmak, iskelet yapısını kuvvetlendirmek, ciğerlerini geliştirmek, kanını harekete geçirmek ve sinir kas bağlantılarını kuvvetlendirmek için harekete muhtaçtır (Sarı, 2005). Çocuk hareket ederek büyüdüğü için, beden hareketi ona alacağı besin kadar gereklidir.

Hareket eğitimi; çocukların, günümüze kadar yapılan araştırmalarla belirlenen normal gelişim aşamalarında sergilemeleri gereken davranışlar ve hareket etme yetenekleri doğrultusunda yeterli düzeye erişmeleri için planlanan, oyun vb. etkinliklerle motor beceriler kazandırmayı ve motor performans artırmayı hedefleyen bütünsel bir eğitimidir. Hareket eğitimi bilişsel ve duyuşsal gelişimi de kapsamaktadır (Przysucha, 2000).

Hareket, öğrenme deneyiminin önemli bir parçasıdır. Okul öncesi dönemde verilecek sistemli ve programlı bir hareket eğitimi, çocuğun doğru alışkanlıklar edinmesini sağlarken, ona düzenli olmayı ve iradesini kullanmayı öğretir. Hareket eğitimi çocukların iletişim ve problem çözme becerilerini geliştirir (Gökalp, 2007).

Okul öncesi dönemi hareket biçimleri ve hareket kombinasyonlarının hızla değiştiği bir çağ olarak değerlendirilmektedir. Çocukların hareket biçimlerinde 4-7 yaşları arasında nitelik olarak belirgin bir artış ortaya çıkmaktadır (Müniroğlu 1995).

Hareket eğitimi ile birlikte çocukların kendi kapasitesi doğrultusunda vücudunu kullanabilmesi ve kontrol edebilmesi ve yeteneklerinin ortaya çıkarılması yürüme, sekme ve sıçramalarla ilgili koordinasyon geliştirebilmesi, beden dili, taklitler ve yürüyüşleri, kas kuvveti ve eklem hareketliliğini geliştirebilmesi, dayanıklılığı ve çabukluğu geliştirebilmesi, ritim duygusunu kazanabilmesi sağlanır. 5 ve 6 yaş grubu çocuklara yönelik hareket eğitiminin

içeriği; beden sağlığı, hareket eğitimi, ritim ve dans, beceri-koordinasyon, jimnastik ve oyun-spor şeklinde sıralanmıştır (Gallahue, 1982).

5-6 yaş temel hareketler dönemi içinde yer aldığından bu dönemde uygulanacak zengin içerikli hareket eğitiminin ileride bedensel gelişimin ve motor performansın anahtarı olacağı düşünülmektedir (Çelebi, 2010).

2.7.1. Hareket Eğitiminin Gelişim Alanlarına Etkisi

İnsan, bilişsel, duyuşsal, sosyal, fiziksel gelişim alanlarının bütünü olan bir varlıktır. Bu bütünü oluşturan gelişim alanlarının desteklenmesi ve her yönüyle gelişmesi, onu daha sağlıklı ve mutlu bir birey yapar. Hareket eğitimin etkisinin sadece fiziksel olarak bedenin gelişimini ifade etmesi eksik bir açıklama olacaktır. Hareket eğitimi diğer gelişim alanlarını da olumlu yönde desteklemektedir (Aldemir, 2010).

2.7.1.1. Bilişsel Gelişim Ve Hareket Eğitimi

Çocuk, çevresini araştırma, yaşadığı dünyayı keşfetme ve bilgi toplama aşamasında temel araç olarak hareketi kullanır. Farklı hareketler için uygun seçenekler belirleyebilir. Hareketlerde gücünü nasıl kullanabileceğini hesaplayabilir. Grup etkinliklerinde eşli ya da eşsiz, çeşitli dans ve ritmik etkinlikler ile kendi alanını tanır ve koruyabilir (Gökalp, 2007).

2.7.1.2. Sosyal Gelişim Ve Hareket Eğitimi

Hareket eğitimi içerisinde sosyalleşme önemli bir yere sahiptir. Çünkü hareket, bir bütün olarak gelişmenin, topluma uyum sağlamanın odak noktasıdır (Aldemir, 2010). Hareket eğitimi içerisinde planlanan etkinlikler çocuğa paylaşım, zaman kullanımı, iş birliği ruhu, sorumluluk duygusunu kazandırır. Böylece çocuk başkaları tarafından kabul görme ve farklılıklara uyum sağlamayı öğrenir, kazanma ve kaybetmenin ne demek olduğunu bilir (Gökalp, 2007).

2.7.1.3. Duygusal Gelişim Ve Hareket Eğitimi

Hareket eğitimi etkinliklerinin her biri benliğin oluşmasında önemli rol üstlenir. Çocuklarda öz saygı oluşturma, öz güveni artırma, cesaretini kazanma, kendi duygularını ve arkadaşlarının duygularını anlama, yaratıcılığı ve hayal gücünü kullanma, hak ve adalet duygusu geliştirme vb. birçok konuyu desteklenerek, çocukların kişisel gelişimlerine katkı sağlayacaktır (Gökalp, 2007).

2.8. DANS

İnsan duygu ve düşünceleri ile birlikte bir bütündür. Sanat, duygu ve düşünce sistemi arasındaki iç içe geçmiş bağlantıyı vurgular (Topçu, 2008) Dans tüm sanatların kaynağı olarak duyguları, eğilimleri, istek ve insanlığın bütün gelişim aşamalarındaki ihtiyaçları yansıtır. Sanatın işitsel yanını müzik, görsel yanını dans almaktadır (Pendik ve Sanat).

Dans sanatı, varoluşumuzdan bu yana tüm insan gelenekleri ile yakından ilgilidir. Kişinin kendi kültürünü anlaması ve diğer kuşaklara aktarması, yabancı kültürlerle tolerans ve hoşgörü gelişimine yardımcı olur. Dans eşitlik, bağlantı ve insanlar arasında uyumu sağlar, aynı zamanda bireyleri bir grubun üyesi yapar. Hareketlerin güzelliği, zenginliği, değişik formları ve ritimleri sayesinde danslar, güzellik duygusunun ve estetik bilincinin gelişimi için mükemmel bir araç sunmaktadır (Aldemir, 2010).

2.8.1. Çocuk Ve Dans

İnsan vücudu hareket için yaratılmıştır. Çocuğun yaşamında hareket, doğal bir eylem ve gereksinimdir. Hareket eğitimi, erken çocukluk döneminde büyük hassasiyet ile desteklenip yürütülmesi gereken bir süreçtir. Çocuklar, hareket yoluyla çok büyük duygusal his aralığına ve ipuçlarına ulaşabilirler. Çeşitli duygusal ipuçlarına katılan ve anlayan çocuklar, temel duygularına

hassasiyet geliştirebilirler ve bu kapsamlı duygusal repertuarlarını dünyayı cevaplamak için kullanabilirler (Boone, 1998).

Küçük çocuklar an içinde sezerler, hareket ederler, tepki gösterirler. Hoplama, zıplama, dengede durma, uzanma çocuklara dünyayı nasıl anlayacaklarını nasıl müzakere edeceklerini öğreten deneyimlerdir. Duygusal, bilişsel, sosyal, yaratıcı katmanlardan oluşan bu hareket deneyimleri çocukların dünyayı anlamalarını kolaylaştırır (Aykaç, 2001).

Hareket eğitimi; uygulama, oyun, spor, atletizm, yüzme, jimnastik, dans kullanımlarını ve bunların anlamlarını araştırmaya; bunların birbirlerine veya gruplara olan etkilerini anlamaya çalışan akademik bir disiplindir (Aykaç, 2001).

Dans, hareket eğitiminin sanat ve estetikle ilgili tek sahasıdır ve hareket eğitiminin önemli bir bölümünü oluşturur. Dans birçok duygu ve düşünceyi içinde barındıran bir kompozisyon olduğu için de, alternatif tanımlara ihtiyaç duyulur. Dans; insanın beyin gücünün, beden üzerinde motifleşerek sunulmasıdır. Dans; doğa olaylarının, günümüz yaşantısına adapte edilerek müzik, mimik, kostüm, dekor gibi yardımcı sanatlarla süslenerek sergilenmesidir. Dans; insanoğlunun içindeki doğallığının, yaratıcılığı ile birleştirerek özgün davranışlar ve hareketler altında sunması olayıdır. Dans; müziğin ve duyguların hareketlere dönüştürülerek en zengin biçimde icra edilmesidir. Dans; tarihlerden ve geleneklerden yola çıkarak, klazizm ve moderniz mi birleştirerek, müzik ve hareketlerle doğaçlama yaratmaktır. Dans; hareketleri belirli adım ve kalıplara bölerek, müziğin ve duyguların yardımı ile parçadan bütüne bir olgu yaratarak sunmadır. (http://stu.inonu.edu.tr/~dans/?page_id=12)

Stinson'a (1989) göre dans bilme yoludur; dünyayı anlama ve iletişim kurma yoludur. Dans, bir iletişim aracı olması yanında sağlıklı, canlı, işbirliğine yatkın, kültürlenmiş, hassas, zarif, kendini bilen, yaratıcı bireyler yetiştirilmesine yardımcı olan bir eğitim aracıdır (Lin, 2005; Gilbert, 2005; Koff, 2000; Lee, 1998; Overby, 1992; Kraus, 1991).

Çocuk için dans, devamlı bir zevk ve neşe kaynağıdır. Erken çocukluk döneminde çocukların yaptıkları her ritmik hareket ve hareketler bir dansı oluşturur. Sanat gibi dans da bir kompozisyonudur ve hareket halindeki ifadelerdir (Ürfioğlu, 1989).

Dans eğitiminin en önemli ögesi olan ritim, her insanın doğumuyla birlikte getirdiği bir duygu olup çevremizde mevcut olan bir doğa olayıdır. Kalbinizin ilk kez atışından itibaren, yürüyüş temposunda, konuşmada, nefes alıp vermede, doğa olaylarında kısacası evreni oluşturan tüm öğelerde belli bir düzen yani bir ritim bulunmaktadır (Ürfioğlu, 1989).

Çocukların ritim duygusunu ve bedensel yeteneklerini geliştirme, mutlu olmasını sağlama, olumlu bir kişilik geliştirerek kendi kendisini kontrol etmesine yardımcı olmaktır. Ritim eğitimi ve buna olarak çocukta gelişen ritim duygusu güven duygusunun gelişimine katkıda bulunacağı gibi denge, dikkat, tepki, büyük ve küçük kaslarının gelişimine de katkıda bulunur. Böylece ritim, çocuğun el, kol, ayak, baş, göz ve beden gibi vücut organları arasında koordinasyon sağlanmasına, hareketlerinde çeviklik ve incelik kazanmasına yardımcı olmaktadır (Sun, 1998).

Ritim ve dans etkinlikleri, sadece yetenek gelişimine değil, aynı zamanda çocuğun yaratıcı yeteneklerine de ileri düzeyde yardımcı olur (Aykaç, 2001). Yaratıcılık her bireyde var olan ve insanın yaşamının her döneminde bulunabilen bir yetenek, çok yönlü düşünme; çevreye, insanlara, karşılaşılan yeni durumlara karşı uyanık ve ilgili olma; rahat, çabuk ve bağımsızca düşünebilme ve hareket edebilme; farklı ve değişik sonuçlara varabilme gibi özellikleri içeren bir kavramdır (Mayoski, 1995). Yaratıcılık, geliştirilebilen ve uygun ortamlarda ortaya çıkan bir beceridir. Her çocuk kendine özgü bedensel yapı ve işlevlere, çeşitli alanlarda öğrenme özelliklerine ve hızına, duygusal özelliklere sahiptir (Temel, 1994).

Dans eğitiminde hareket, ritim, müzik ve yaratıcılık hepsi bir araya gelerek birbirini desteklen güçlü bir yapı oluşturur. Dans eğitimi, temel vücut farkındalığı,

sayma, ritim, yaratıcı vücut hareketi, dil ve duygusal ifadeyi içerebilir. Bu yaşantıları bütünleştirmek, çocukların yetenek ve ilgi seviyelerine bağlı olarak farklı seviye ve oranlarda çocukların öğrenmelerine olanak sağlar. Bu durum üç aşamada organize edilebilir; ısınma, dans teknikleri ve yaratıcı hareket. Isınma egzersizleri vücudu fiziksel aktiviteye hazırlar, dans teknikleri vücudun nasıl kontrol edileceğini gösterir, yaratıcı hareket de hayal etme yoluyla hareketin nasıl değiştirileceğini gösterir (Overby, 1992)

Isınma egzersizleri vücudu fiziksel aktiviteye hazır hale getirmek için kademeli hareket serisi olmalıdır. Isınmayı öğrenirken, çocuklar fiziksel aktiviteden önce, kaslarını esnetmenin ve ısıtmanın önemini farkına varırken bir sonraki hareketin ne olacağını tahmin edebilirler Çocukların müzik eşliğinde yüksek sesle sayı sayması, ısınma egzersizlerini uygularken aynı zamanda odaklanmalarına ve egzersizle alakadar olmalarına yardımcı olabilmektedir (Lorenzo, 2007).

Dans teknikleri ısınma egzersizlerini, vücut farkındalığından kontrollü harekete kadar genişletir. Bale gibi dans teknikleri hareketin nasıl kontrol edileceğini öğrenmek için bir sistem sağlar. Bale tekniği ayakların temel pozisyonu ile başlar, dizlerin bükülmesi, zıplama ve dönme gibi hareketlerle birleşir. Bale tekniklerinin yaraları tamamen fiziksel değildir. Her ne kadar esneklik, güç, koordinasyon gerektirse de aynı zamanda vücut farkında lığı, sürekli düşünme, yoğunlaşma ve disiplin gerektirir. Bale bütün temel kas gruplarını dayanıklılık ve duruş merkezi üzerine güçlü bir vurgu ile kullanır. Egzersizin bu bütünsel formu dayanma gücünü, kas kuvvetini ve esneme yoluyla elastikiyeti artırır. İstenilen pozisyon ve uygun adımları başarabilmek için, çocuk, zihin ve vücut bağlantısını yaratmak için güçlendirilir (Graham 2002)

Yaratıcı hareket ile dans tekniklerini geliştirmek çocuklara yaratıcılık ve hayal güçlerini kullanarak hareket etme deneyimi kazandırır. Mış gibi oyununu kullanarak bir harekete hayvan etiketi yapıştırmak, çocuklara hareketi öğretme imkânı sağlamakta, sadece fiziksel egzersiz değil, aynı zamanda zihinsel aktiviteyi de meydana getirmektedir. Hayvanlara bağlı olarak, çocuklara

hayvanlarla ilintili sesler çıkarmaları istenebilir. Yerine getirilen uygulanan her bir hayvan hareketi, belli ifade ve duyguları orta çıkaran farklı enerji seviyelerini içerir. “Tavşan” için çocuklardan tavşanın burnunu kıpırdatması istenebilir. Tavşan ses çıkaran bir hayvan olmadığı için, izlenim çok sessizdir. Tavuklar çocukların çok komik buldukları yüksek sesler çıkarırlar. Aynı zamanda tavuğun hareketleri de okulöncesi çocukları tarafından komik bulunur. Midilli atı, kaldırım taşları üzerindeki nal seslerini mutlu bir şekilde taklit ederken gösterişli ve güçlü duruşu sergiler. Çocuklar uzağa doğru atılırken, kurbağa enerjik ve şaşırtıcı bir şekilde vıraklar. Kuğular sakın ve sessizce süzülürken zarafet gösterirler. Çocuklar hayvan taklitlerinde, her bir hayvanın farklı şekillerde hareket ve modlarını, kendilerinin çeşit çeşit duygularını sergilerken dönüştürürler (Koff, 2000).

Objeleri ve kostümleri kullanmak çocukları meşgul eder, çocukları odaklar. Örnek olarak, hayvan hareketleri aktivitesi sırasında, mavi bir matı ya da objeyi göle benzeterek sınıfın ortasına koymak, hareketin değişimi kadar yön üzerinde odaklanmasını sağlar. Çocuğa gölün üzerinden geçmesi, üzerinden atlaması, hayvana bağlı olarak göl ile farklı kontaklarda bulunması istenir (Sacha, 2006).

Eğitmenin önceden hazırlığı, diğer eğitim uzmanı meslektaşları ile olan işbirliği, hareket tekniklerinin müfredata uyarlanmasına, amaçların genişlemesine, güçlenmesine yardımcı olur. Müfredat bağlantısı yaratma, soyutlanmış sınıf olay ve deneyimlerindense, bütünleştirilmiş deneyimleri geliştirmek için önemlidir. Müfredat boyunca bütünleştirilmiş deneyimler çocuğa bilgileri sınama, bir bilgiyi farklı yönlerden geliştirme imkânı sağlar. Rutin yapılan hareket egzersiz programları çocuğa tahmin edilebilir, tekrar edilebilir fırsatlar sağlar (Shumway-Cook, 2007). Tahmin edilebilir ve tekrar edilebilir yaşantılar, zor hareketlerin üstesinden gelme ve yeni hareketleri keşfetmeyi sağlar. Çocukların kavramsal farkındalıkları ve hareketin motor ipuçları gelişir. Çocuklar bir önceki bilgilerine dayanarak, herhangi bir duruma daha kolayca adapte olabilirler (Shumway-Cook, 2007).

2.8.2 Dansın Gelişim Alanlarına Katkıları

2.8.2.1 Fiziksel Gelişim Alanı

Hareket ve egzersiz ile sağlıklı ve güçlü vücut-beyin gelişimi sağlar. Esneme egzersizlerini içeren ısınma hareketleri ile başlayarak çocukları gün içinde aktif tutar. Vücut farkındalığı, kontrol, denge ve koordinasyonu sağlar. Fiziksel aktiviteler yoluyla enerjinin olumlu olarak açığa vurmasına sebep olur. Birçok öğrenme olanağı sunar. Çocuklarda entelektüel duyarlılığı geliştirmek yanında onların fiziksel deneyimlere katılmalarını sağlar (Shiling, 2002)

2.8.2.2 Sosyal Gelişim Alanı

Çocuk dans etkinliği ile ikili ve grup çalışması yoluyla işbirliği içinde olur. Alan paylaşımı ile öz kontrolünü sağlar. Güvenli bir şekilde diğer dans edenlerle etkileşim içinde olur. Bireysel farklılıkların değerini keşfeder ve çeşitli kültürel ifadeleri takdir eder. Bütün kültürleri ve kaynakları içeren evrensel sözsüz bir dili öğrenir. Dans, hem bireysel hem takım olarak çalışıldığından hem rekabeti hem birlikteliği teşvik eder, çocuklara özgüven aşılar, dünyaya farklı bir bakış açısı ile bakar. Koordinasyon yeteneklerinin geliştirilmesi gibi ferdi gelişimlerin yanında sayısız kültürel avantajlar ve fırsatlar sağlar (Lake, 2010).

2.8.2.3 Duygusal Gelişim

Çocuk dans ederken, duygularını hareket yoluyla ifade ederek farkındalığını artırır. Dans, uygun ve doğru davranışa neden olan duyguları tanımaya yardımcı olurken, olumlu ve rekabetin olmadığı deneyimlerle çocuğun kendine güveni artırır. Kendine ait sesi ve hareketi ile kendine özgü duyguları ifade etme doyumunu ve mutluluğunu hissettirir (Lake, 2010).

2.8.2.4 Bilişsel Gelişim

Çocuk hayatındaki bütün alanlara uygulanabilen, hem sözel hem fiziksel bir hareket dili edinir. Uzak kavramını anlar, çocukların çeşitli alanlar içinde uygun olarak hareket etmesine yardımcı olur. Hareket problemlerini çözme deneyimleri ile problem çözme becerilerini geliştirir. Dinleme ve yön takip etme becerilerini kuvvetlendirir. Okuma, matematik ve bilim etkinlikleri gibi diğer alanlarda öğrenmeyi destekler. Dil kazanımı, okumaya hazırlık ve matematik kabiliyeti için önemli olan hareket desenleri ile sinirsel iletişimi geliştirir. Okul öncesi müfredatlarına bütünleştirilen hareket ve müzik yaşantıları ile ritim- vuruş ve tempo desenleri yoluyla matematik ve mantık kavramları güçlendirir (Shilling, 2002).

2.8.3 Dansın Sınıflandırılması

Dans kimileri için sanat kimileri için spor olarak nitelendirilir. Günümüzde ise artık bir sanat ve spor bileşeni olarak düşünülür ve dans sporu olarak anılır. Henüz olimpiik bir spor olmamışsa da bu yolda hızla ilerleyen, bünyesindeki çeşitli gruplar altında birçok dansı barındıran, dünyada 1900'lerin başında, ülkemizde ise aynı yüzyılın sonlarında başlamış bir spor branşıdır. Dans sporu en genel anlamda iki ana bölüme ayrılır (Ersoy 2010).

Tablo 1. Dansların Sınıflandırılması

DANSLAR		
SPORTİF SALON DANSLARI		SOSYAL DANSLAR
LATİN AMERİKAN • Samba • Cha cha • Rumba • Paso doble • Jive	AVRUPA (STANDART) • Yavaş vals • Tango • Foxtrot • Viyana vals • Quickstep	• Salsa • Bachata • Merengue • Swing • Rock'n'roll • Hip Hop • Funk • Jazz

Latin Amerikan ve standart dans türleri, aynen buz pateni ve jimnastikte olduğu gibi içerisindeki figürlerin belli uygulanış biçimleri olduğundan, bu figürlerin yazılı olduğu teknik kurallar içeren kitapları bulunduğu ve tüm bunlardan öte sportif disiplin gerektirdiğinden, sportif salon dansları olarak adlandırılırlar. Diğer taraftan, tabloda belirtilen bazı dans türlerinin, sportif özelliklere sahip olsalar da, ortaya çıkışları bakımından ve sürdürülüş şekilleri olarak daha farklı olduklarından sosyal danslar olarak ayrı sınıflandırılırlar (Ersoy, 2010).

2.8.4 Çocuk Ve Dans Uygulamaları

Farklı dans türleri, çocukların sosyal gelişim ve egzersiz deneyimleri için bir kaynak oluşturmaktadır. Ancak hepsi çocuklar için tavsiye edilmez. Bunun sebebi motor kontrolüdür. Çocuklar büyürken vücut ağırlıkları ve boyutları ile refleksleri daima aynı doğrultuda değildir. Bu yüzden çocukların gelişimsel

özellikleri dikkate alındığında, yüksek stile ve karmaşık hareketlere sahip olan kurallı dans türleri çocuklar için uygun olmayabilir (Miller, 2011). Bunların dışında sosyal danslar, basit adım hareketleri ve eğlenceli müzik tarzı ile çocuklar tarafından kolayca öğrenilebilen, eş ile birlikte ileri geri, sağa sola atılan adımlardan ve farklı yönlere dönüş figürlerinden oluşan danslardır. Sosyal dansların kuralsız olması, çocukların belli bir kalıp içerisine sokulma gerekliliği olmadan öğrenmelerini sağlamaktadır. Oldukça eğlenceli ve kolay olan bu dansların eşli olarak yapılabilmelerinin yanında grup olarak da uygulanabilir olmaları çocuğun sosyalleşme sürecine de önemli katkılarda bulunur (Strickland 2001).

2.8.4.1. Merenge

Merengue (ya da okunuşuyla merenge) 1850 yılına doğru Dominik Cumhuriyeti'nde doğmuş bir dans ve müzik türüdür. Günümüzde Latin dans okullarında öğretilen dans türlerinden biri olan Merenge en kolay öğrenilen Latin dansıdır. Dansın kökeninin iki popüler hikâyesi vardır: İlk hikâyeye göre bu dans zincirlenmiş olan kölelerin hareket edebilme arzusuyla yaptıkları davranışları konu alır. Diğer hikâye ise bu dansın ülkedeki bir devrim sırasında bacağından vurulan bir kahramanın eve dönüş partisinde yandaşlarının zıplayarak ve bir bacaklarını sürükleyerek yaptıkları hareketleri temsil ettiğini söyler (Austerlitz, 1997). Merenge çiftler halinde veya grupça yapılan bir Latin dansıdır. Günümüzde dans pistlerinde genellikle çiftler halinde yapılmaktaysa da, orijinal halinde grupça, bir çember oluşturularak yapılmaktaydı. Hızlı ayak hareketleri ve omuzların silkinme hareketi dansın karakterini oluşturur. Merenge, özellikle 19. yüzyıl ortalarında popüler hâle gelmiştir. Merenge, küçük ve kalabalık dans salonlarına uygun, oldukça hareketli, öğrenmesi kolay, doğaçlamaya açık bir "eğlence" dansıdır. Salsada olduğu gibi, kıvrak kalça hareketleri barındırır (Austerlitz, 1997). Diğer danslardan esinlenen figürlerinden dolayı geniş bir hareket dağarcığına sahiptir. Merenge dansında ayaklar yerden çok kısa bir mesafe (yaklaşık 2 cm. kadar) kaldırılır ve adımlar yerinde sayar gibi atılır. Bir sağ ayak, bir sol ayak hareket eder. Başka hiçbir karmaşık adım biçimi yoktur.

Merenge dansı kolaylığı nedeniyle çocuklara öğretilbilecek en basit danslardan biridir. Partner ile yüz yüze durarak bir adım yana bir adım diğer yana şeklinde yapılan basit temel hareketten oluşur. Bu ayak hareketlerinin sadeliği kol ve vücut figürleriyle süslenerek dans hareketleri zenginleştirilir. Merenge müziği çok değişik stillere sahip olmasına rağmen tümünde keskin bir çabukluk ve sürekli tekrarlandığını hissettiren ritimler vardır. (Austerlitz, 1997)

2.8.4.2 Salsa

Salsa, Karayipler kökenli olduğu varsayılan, salsa adıyla belirtilen müzik türleri eşliğinde çiftler halinde veya grupça icra edilen, Latin Amerika'nın ve ABD'nin modern bir dans türüdür. Önceleri yalnızca Latin Amerika halkları arasında yaygın olan bu müzik türü, Karayipler'den ABD'ye göçenler sayesinde ABD'de de yaygınlık kazanmıştır (Boggs, 1992). Salsa dansı özellikle 1980'lerden sonra tüm dünyada tanınır ve uygulanır duruma gelmiştir. Günümüzdeki salsa dansı Afrika, Karayip ve Avrupa stillerinin, dans ve müzik unsurlarının bir karışımı olarak nitelenir (Waxer, 2002). Salsanın kökenlerinin çeşitliliği ve çeşitli stillerden oluşan bir karışım olması adının anlamını da açıklamaktadır (Berrios, 1994). "Salsa" sözcüğü aslında İspanyolca konuşan Latin Amerika ülkelerinde çeşitli baharatların karıştırılmasıyla hazırlanan "sos" anlamına gelir. Söz konusu müzik ve dansa da çok farklı kültürel öğelerin karışımını içermelerinden dolayı bu ad verilmiştir. Bir "serbest stil" dansı olan salsa, rutin hareketlere bağlı kalınmaksızın doğaçlama olarak yapılır. Salsa, dans pistini tümüyle kullanmayı gerektiren danslardan değildir (Pretell, 2008). Basit adım hareketleri ve eğlenceli müzik tarzı ile çocuklar tarafından kolay öğrenilebilir. Partner ile birlikte öne ve geri yapılan adımlarla yapılır. Salsanın kuralsız bir dans olması, çocukların belli bir kalıp içerisine sokulma gerekliliği olmadan eğlenmelerini sağlamaktadır (Miller, 2011)

2.8.4.3 Bachata

Bachata Dominik Cumhuriyetinden gelen bir dans türüdür. Bachata dansında herkes aynı şekilde dans etmez. Dansın temel adımları; Cuban hip

motion ile 3 adımla başlar ve 4.adımda hip hareketini içeren bir vuruşla devam eder. Genelde, dansçının hareketlerinin büyük bir bölümü vücudun alt kısmından kalçalara doğrudur ve vücudun üst kısmı çok daha az hareketlidir (Pretell, 2008).

Partnerli dansta açık veya kapalı tutuş pozisyonlarından hangisinin tercih edileceğine lider karar verir. Dans hareketleri ya da adım çeşitliliği performans sırasında kesinlikle müziğe, yere, zamana, ruh haline bağlıdır (farklı enstrümanlarla çalınan ritimler gibi). Bachata karmaşık dönüş hareketleri içermez. Öncülük aynı diğer danslardaki gibi el ve kol iletişimindeki itme ve çekme hareketleri ile sağlanır (Pretell, 2008).

2.9 İlgili Araştırmalar

Yerli ve yabancı kaynaklarda, dans ve hareket eğitimi çalışmalarının ve fiziksel aktivite programlarının çocukların motor performansları üzerine etkilerine yönelik çeşitli çalışmalar bulunmaktadır:

Dans eğitimi ile ilgili araştırmalar;

Srhoj (2002) çalışmasında, çeşitli halk ve sosyal dansların kompozisyonundan oluşan dans programının 11 yaşındaki 101 kız öğrencinin motor kabiliyetleri üzerindeki etkilerini incelemiştir. Haftada iki kez yapılan toplam 9 ay süren çalışma sonunda halk danslarının ritmik koordinasyon, denge, çabukluk ve kuvvet üzerinde olumlu etkiler yaptığı görülmüştür.

Couper (1981) çalışmasında öğrenme güçlüğü çeken çocuklara uygulanan dans terapisinin çocukların motor performanslarını olumlu etkilediği sonucuna varmıştır.

Boswel (1993) çalışmasında 7-10 yaş arası zihinsel engelli 12 çocuğa verilen yaratıcı dans eğitimi ile 7-10 yaş arası zihinsel engelli 13 çocuğa verilen hareket eğitiminin çocukların denge gelişimleri üzerindeki etkilerini araştırmış,

sonuç olarak yaratıcı dans eğitimi alan 12 çocuğun denge gelişimlerinde anlamlı farklılıklar bulmuştur.

Schmit, Regis, Riley (2005) araştırmalarında bale dansçıları ile atletlerin gözler kapalı iken sabit bir konumu sürdürmelerini karşılaştırmışlar, sonucun dansçılar lehine olduğu bulunmuştur.

Yaratıcı hareket ve dans programının okul öncesi dönem çocuklarının sosyal davranış becerileri üzerindeki etkileri incelenmiştir. Yapılan çalışmada dansın motor gelişim üzerinde olumlu etkileri görülmüştür (Lobo, 2006).

Bir başka araştırmada dansın motor beceriler üzerindeki etkisi araştırılmıştır. Dans antremanının sürat, çabukluk, eklem hareketliliği ve kas esnekliği üzerinde pozitif etkiye sahip olduğu görülmüştür (Alricsson 2003).

Venetsanou, 20 haftalık geleneksel Yunan dans programının okul öncesi dönem çocukların motor yeterlilik gelişimine etkisini araştırmıştır. Araştırma 4-6 yaş grubu toplam 66 (30 kız, 36 erkek) çocuk üzerinde yapılmıştır. Deney grubu (n=28) haftada iki kez olmak üzere toplam 20 haftalık dans programına katılırken, kontrol grubu (n=38) bu süre boyunca herhangi bir fiziksel aktivite programına katılmamıştır. Sonuç olarak, geleneksel yunan dans programına katılan deney grubundaki çocukların motor yeterlilik düzeylerinin kontrol grubuna oranla daha fazla olduğu görülmüştür (Venetsanou, 2004).

Aldemir (2010) hareket eğitiminin dans ve drama ile desteklenerek, çocukların motor özellik gelişimi üzerindeki etkilerini incelemiştir. Elde edilen bulgular ışığında adolosan öncesi ve adolosan çağındaki çocukların hareket eğitiminde drama ve dans etkinliğinin motor özellik gelişimleri üzerinde olumlu etkileri olduğu tespit edilmiştir.

Motor performansla ilgili araştırmalar;

Morris, Williams, Atwater ve Wilmore (1980), okul öncesi dönemdeki çocukların motor performanslarını ölçmek amacıyla motor performans testi geliştirilmiştir. Türkiye’de de ilk kez Sevimay (1986) üç-altı yaş grubunda bulunan 205 okul öncesi çağı çocuğun motor performanslarını incelemek amacıyla bu motor performans değerlendirme testini uygulamıştır. Araştırma sonucunda; beş ve altı yaş grubu çocuklarının denge performansındaki farklılıkları dışında, beş ve altı yaş grubu çocuklarla üç-dört yaş grubu çocukların çabukluk, yakalama, fırlatma, atlama, koşu performansları arasındaki farklılık istatistiksel olarak önemli bulunmuştur. Denge performansının yaşa bağılı olarak arttığını, kız çocuklarının denge performansının erkek çocuklara oranla daha yüksek olduğunu saptamıştır. Çabukluk performansı ölçümlerinde ise erkeklerin performansının daha yüksek olduğunu belirlenmiştir.

Birrer ve Levine (1987) tarafından yapılan bir araştırmada düzenli yapılan fiziksel uygunluk programlarının motor becerilerin gelişimde olumlu etken olduğu tespit edilmiştir. Bunun yanı sıra motor beceri gelişimi ve fizyolojik parametreler, yoğun olmayan antrenmanlar, düzgün beslenme modelleri, güvenli bir çevre ve koruyucu donanım ile maksimize edilebilir

Zülkadiroğlu (1995), on iki haftalık jimnastik ve yüzme çalışmalarının, beş-altı yaş grubu çocuklarda esneklik ve kondisyonel özellikleri üzerine etkisini incelemiş, çalışması sonucunda egzersiz uygulamasının, çocukların esnekliği üzerinde etkili olduğu ve bu etkinin branşa özgü özel hareketler yönünde gerçekleştiği, beş-altı yaş grubu çocuklarda egzersizin bazı motor özellikleri etkilediği ve olumlu yönde geliştirdiğini tespit etmiştir. Gelişen motor özelliklerin jimnastik ve yüzme branşına göre farklı düzeyde olduğunu saptamıştır.

Müniroğlu (1995), dört-beş yaş grubu çocukların motor gelişim düzeylerine etki eden bazı faktörleri incelediği araştırmasında çocuklara dört aşamalı büyük motor gelişim düzeylerini saptamaya yönelik sabit uzun atlama, dinamik ve statik denge ile koşu testleri uygulamıştır. Araştırma sonucunda, beş yas

çocuklarının dört yaş çocuklarına göre motor performans değerlerinin daha yüksek olduğu, motor performans derecelerini, ev ortamı ve çevresel şartlar, anne-babanın geçmişte spor yapma durumları ve arkadaş sayısının da etkilediği saptanmıştır.

Yahşi (1998), motorsal beceri öğretiminde değişik ön alıştırmalar türlerinden hangisinin daha etkili ve kalıcı olduğu ile ilgili bir araştırma yapmıştır. Araştırma sonucunda farklı yöntemler kullanılmasına rağmen tüm grupların hareket eğitimine cevap olarak motor performanslarının arttığı bildirilmiştir.

Yenal ve arkadaşları (1999), ilköğretim çocuklarının motor beceri ve yeteneklerinin belirlenmesi ve beden eğitimi ve spor etkinliklerine düzenli katılımın çocukların fiziksel uygunluk özelliklerinin gelişimine etkisini incelemek amacıyla planladıkları çalışmada tüm öğrenciler haftada 2 saat olan beden eğitimi derslerine devam etmişlerdir. Bunun yanında deney grubu haftada 3 gün birer saat (15dk. ısınma süresi hariç) beden eğitimi dersi öğretim programı doğrultusunda 12 hafta süre ile eğitim görmüşlerdir. Kontrol grubu ise olağan yaşantılarına ve derslerine devam etmişlerdir. Sonuçlara göre deney grubunun tüm değerlerinde olumlu düzeyde ve istatistiksel açıdan farklılaşmalar olduğu görülürken, kontrol grubunun değerlerinde ise görece azalma veya artışlar olmasına karşın hiçbirisinin anlamlı düzeyde olmadığı saptanmıştır.

Derri ve arkadaşları (2001) 4-6 yaş grubu 68 çocukla (35 erkek, 33 kız) yapmış oldukları çalışmada 10 haftalık müzik ve hareket programının çocukların kaba motor becerileri üzerindeki etkilerini incelemişlerdir. Elde ettikleri sonuç ile müzik ve hareket programının kaba motor becerilerin öğrenilmesine ve motor performans düzeyi üzerine pozitif yönde etki yaptığını ortaya koymuşlardır.

Kahl (2002) erken yaşlarda fiziksel gelişim için fiziksel aktivitenin önemli olduğu ve özel cesaretlendirici fiziksel aktivite programları aracılığı ile motor becerilerde olumlu yönde gelişme sağlanabileceği bildirmektedir.

Tüfekçioğlu (2002), okul öncesi 4–6 yaş çocukların algısal motor gelişim programlarının motor becerilerden denge ve çabukluk üzerine etkisini araştırmıştır. Çalışmaya 30 deney 32 kontrol grubu olmak üzere 62 çocuk katılmıştır. Çalışma 14 hafta ve haftada 3 gün olarak uygulanmıştır. Çalışmanın başında ve sonunda her iki gruba da ön test ve son test uygulanmış gruplar kendi içlerinde ve birbirleriyle karşılaştırılmışlardır. Deney ve kontrol grubunun antropometrik ve motor performans değerleri ölçülmüştür. Bulgular değerlendirildiğinde çalışmaya katılan çocukların motor performanslarında artış görülmüştür.

Yüksel (2003) yılında yaptığı çalışma da okulöncesi ve ilköğretim çağındaki çocukların bedensel ve sosyal gelişimlerinde beden eğitimi ve sporun önemini araştırmıştır. Araştırma sonucunda, beden eğitimi ve sporun 4–14 yaş aralığındaki çocukların bedensel ve sosyal gelişimlerine olumlu yönde etkileri olduğu görülmüştür.

Timurkaan (2003), Malatya ilindeki farklı fiziki özelliklere sahip yerleşim alanlarında yaşayan altı yaş gurubu doksan çocuğun psikomotor gelişimlerinde farklılık olup olmadığı deneklere uygulanan görsel reaksiyon zamanı, dikey sıçrama, fırlatma topu, sürat, esneklik testlerinin sonuçlarının karşılaştırılmasıyla belirlenmeye çalışılmıştır. Reaksiyon değerleri bakımından farklı yerleşim yerlerinde yaşayan altı yaş gurubu çocukların reaksiyon zamanı gelişim düzeyleri arasında anlamlı bir farklılaşmanın olmadığı, dikey sıçrama değerleri bakımından farklı yerleşim yerlerinde yaşayan altı yaş gurubu çocukların dikey sıçrama yetenekleri gelişim düzeyleri arasında anlamlı bir farklılaşmanın olduğu görülmüştür. İkili karşılaştırmalar sonunda şehir merkezindeki gurup ile kırsal alandaki gurup arasındaki farkın kırsal alan lehine olduğu, fırlatma topu değerleri bakımından farklı yerleşim yerlerinde yaşayan altı yaş gurubu çocukların fırlatma yetenekleri gelişim düzeyleri arasında anlamlı bir farklılaşmanın olduğu, ikili karşılaştırmalar sonunda şehir merkezindeki gurup ile kırsal alandaki gurup arasındaki farkın kırsal alan lehine, olduğu, sürat testi değerleri bakımından farklı yerleşim yerlerinde yaşayan altı

yaş gurubu çocukların sürat yetenekleri gelişim düzeyleri arasında anlamlı bir farklılaşmanın olduğu, ikili karşılaştırmalar sonunda lojmanda yaşayan gurup ile kırsal alanda yaşayan gurup arasındaki farkın kırsal alan lehine olduğu görülmüştür. Esneklik değerleri bakımından farklı yerleşim yerlerinde yaşayan altı yaş gurubu çocukların esneklik yetenekleri gelişim düzeyleri arasında anlamlı bir farklılaşmanın olduğu, ikili karşılaştırmalar sonunda lojmanda yaşayan gurup ile kırsal alanda yaşayan gurup arasındaki farkın kırsal alan lehine, şehirde yaşayan gurup ile kırsal alanda yaşayan gurup arasındaki farkın kırsal alan lehine olduğu bulunmuştur. Sonuç olarak daha fazla hareket etme alanı bulan çocukların gelişimlerinin daha iyi olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Koçak (2003) ise ilköğretim okullarının birinci kademesinde bir, ikinci kademesinde iki saat olarak uygulanan beden eğitimi derslerinin, öğrencilerin fiziksel gelişimlerine etkisini test etmek amacıyla üç ilköğretim okulda dördüncü sınıftan sekizinci sınıfa kadar olan 186 öğrenci ile bir çalışma planlanmıştır. Dönem başında ve sonunda öğrencilerin EUROFIT testine göre boy, vücut ağırlığı, dikey sıçrama, mekik, otur eriş esneklik testi, sağ ve sol el peçe kuvveti, 10x5 m. Hızlı mekik koşusu ve mekik dayanıklılık koşusu ölçümleri alınmıştır. Araştırmanın sonucunda okullarda verilen 1 ve 2 saatlik beden eğitimi derslerinin bir dönem sonunda çocukların fiziksel gelişimi açısından sadece mekik ve 10x5 hızlı mekik koşusunda anlamlı derecede farklılık gösterdiğini ortaya konulmuştur.

Evridiki ve arkadaşları (2004), Motor Performans Üzerine Gelişimsel Olarak Uygun Müzik ve Hareket Programının Etkilerini araştırmışlardır. Gelişimsel olarak uygun müzik ve hareket programının okulöncesi çocukların sıçrama ve dinamik denge performanslarını pozitif yönde etkili olduğu sonucuna varılmıştır.

Dursun (2004) yılında yaptığı araştırmada elde ettiği sonuç ile temel becerileri içeren özel beden eğitimi program tasarısının okulöncesi 6 yaş çocukların motor beceri erişileri üzerine etkilerini incelemiştir. Araştırmada elde ettiği sonuç ile temel becerileri içeren özel beden eğitimi program tasarısının

okulöncesi 6 yaş çocukların motor beceri erişileri üzerine olumlu etkisi olduğu sonucunu ortaya koymuştur.

Kayapınar (2004) yılında “Okul Öncesi Dönemde Uygulanan Hareket Eğitimi Programının Çocukların Fiziksel Özelliklerine Etkisi” başlıklı çalışmasında 5–7 yaş grubu anaokulu çocuklarında okul öncesi dönemde hareket eğitimi programının, fiziksel özellikler üzerindeki etkisini araştırmıştır ve uygulanan eğitim programının olumlu etkileri olduğunu ortaya koymuştur.

Özbar (2004) “Okulöncesi Dönem Çocuklarında Hareket Eğitiminin El-Göz Koordinasyonu Süresi Ve Hata Sayısına Etkisi” isimli çalışmasında, 5–7 yaş grubu çocukların okul öncesi dönemde düzenli olarak yapılan hareket eğitimi programının, el-göz koordinasyonu üzerindeki etkisini saptamayı amaçlamış ve hareket eğitimi programının el-göz koordinasyonunu olumlu etkilediğini bulmuştur.

Şen (2004) anaokuluna devam eden altı yaş grubu çocukların motor gelişimleri üzerinde beden eğitimi çalışmalarının etkisini araştırmıştır. Araştırma öntest-sontest kontrol gruplu deneysel desenle 20 deney ve 20 kontrol olmak üzere toplam 40 denek üzerinde yürütülmüştür. Araştırmada veri toplama aracı olarak Hirst ve arkadaşları (1986) tarafından geliştirilen okul öncesi çocukların motor performanslarını değerlendirme testi kullanılmıştır. Deney grubundaki çocuklara motor becerilerin gelişimini destekleyici on iki haftalık, haftada iki gün, kırk beşer dakikalık toplam yirmi dört seanslık beden eğitimi programı uygulanmıştır. Kontrol grubundaki çocuklar bu eğitim programına katılmamıştır. Eğitim programı sonunda her iki gruba da okul öncesi çocukların motor performanslarını değerlendirme testi uygulanmıştır. Yapılan istatistiksel analiz sonucunda deneysel işlemin deney grubu lehine sabit uzun atlama ve dinamik denge alt testi performanslarında $p<0.01$, statik denge ve koşu alt testi performanslarında $p<0.05$ düzeyinde anlamlı bir farklılık yarattığı gözlenmiştir.

Saygın (2005) 10-12 yaş erkek çocuklara 16 hafta süresince uygulanan hareket eğitiminin fiziksel uygunluk parametreleri üzerine etkisini incelemiştir.

Araştırma 80 deney ve 122 kontrol grubu olarak toplam 202 çocuk gönüllü olarak alınmıştır. Deney ve kontrol grubu öntest değerleri arasında, kavrama kuvveti parametresinde anlamlı farklılık bulunurken, diğer tüm değişkenlerde anlamlı farklılığa rastlanmamıştır. Sonuç olarak, düzenli ve uzun süreli uygulanan hareket eğitiminin, 10-12 yaş çocuklarda fiziksel uygunluk özelliklerini anlamlı düzeyde geliştirebileceği sonucuna varılmıştır.

Aktı (2005) tarafından yapılan ritim duygusunun performans etkisi ile ilgili araştırma yapılmıştır. Araştırmanın sonunda yapılan değerlendirmede yapılan ritim eğitiminin sporcuların performansına olumlu etkileri gözlenmiştir.

Altınkök (2006) 5–6 yaş grubu çocuklara uygulanan beden eğitimi programının temel motor hareketlerin (Statik Denge, Dinamik Denge, Çeviklik, Durarak Uzun Atlama, Top Fırlatma, Sürat Koşusu, Esneklik, Kavrama Kuvveti, Parmak Kuvveti, Dikey Sıçrama ve Havada Kalma) gelişimine olan katkısını incelemiştir. Sonuç olarak belirtilen hareket eğitimi programının temel motor hareketleri geliştirdiği sonucuna ulaşmıştır.

3. YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın uygulama aşamasına yönelik bilgilere yer verilmiştir. Bu bilgiler sırasıyla; araştırma modeli, evren-örneklem, veri toplama aracı, veri toplama yöntemi, veri analizi ve dans eğitim programıdır.

3.1 ARAŞTIRMANIN MODELİ

Araştırmada ön test son test kontrol gruplu deneysel desen kullanılmıştır.

3.2 EVREN VE ÖRNEKLEM

Kayseri ili merkezinde yaşayan MEB'e bağlı resmi ve özel ilköğretim okulları anasınıflarına/ anaokullarına devam eden, sağlıklı 6 yaş grubu çocukları bu araştırmanın evrenini oluşturmuştur.

Araştırmanın örneklemi; Kayseri'de MEB'e bağlı iki anaokuluna devam eden tesadüfi yöntemle seçilen 30 dans eğitimi alan ve 30 dans eğitimi almayan grup olmak üzere toplam 60 çocuktan oluşmaktadır.

3.3 VERİ TOPLAMA ARACI

Bu çalışmada veri toplama aracı olarak, okul öncesi dönemdeki çocukların motor performanslarını ölçmek amacıyla Motris, Atwater, Williams ve Wilmore'un 1980 yılında geliştirdikleri "*motor performans test protokolü*" kullanılmıştır. Türkiye'de ilk kez Sevimay (1986) üç-altı yaş grubunda bulunan 205 okul öncesi çağı çocuğun motor performanslarını incelemek amacıyla bu motor performans değerlendirme testini uygulamıştır. Araştırmada, motor performansın değerlendirilmesi için protokolde bulunan tek ayak üzerinde dengede durma, çabukluk, yakalama, durarak uzun atlama, fırlatma ve koşu olmak üzere 6 parametre kullanılmıştır. Verilerin toplanması için uygulanacak her bir parametrenin amacı, uygulanışı, ortamı, gerekli araç-gereçler, uygulama şekli ve değerlendirilmesinin nasıl yapılacağı aşağıda belirtilmiştir.

3.3.1 Tek Ayak Üzerinde Dengede Durma

a. Amaç: Çocuğun tercih ettiği ayağın üzerinde durma süresinin saptanması amaçlandı.

b. Araç: Kronometre

c. Uygulama: Çalışma odasına alınan çocuğa bazı hareketler öğretileceği, bu nedenle model seçilen arkadaşını dikkatle izlemesi gerektiği açıklandı. Kronometre tanıtılarak model çocuktan hareketi arkadaşına göstermesi istendi. Model olan çocuk terliklerini çıkarttı ve “kaldır” direktifi ile tek ayağını kaldırırken araştırmacı tarafından hareket tanımlandı. “Arkadaşın tek ayağı üzerinde mümkün olduğu kadar uzun süre durmaya çalışıyor, kronometre de bana ne kadar uzun süre durduğunu gösteriyor” şeklinde açıklama yapıldı. Model gösterildikten sonra çocuğun terliğini çıkarması istenerek direktif verildi; “Arkadasın gibi istediğin ayağın üzerinde mümkün olduğu kadar uzun süre durmaya çalış.” Daha sonra “kaldır” direktifi ile çocuğa bir deneme fırsatı daha verildi. Uygulama yedi kez yaptırıldı, aralarda dinlenmelere izin verildi. Kronometre kullanımında sorun yaşandığında uygulama tekrarlandı.

d. Değerlendirme: Kronometre, çocuk ayağını yerden kaldırdığı zaman çalıştırıldı, yere eli ya da ayağı ile dokunduğu zaman durduruldu. Çocuğun yaptığı yedi uygulamadan en iyi ve en kötü performansı çıkarılarak beş uygulamanın ortalaması alındı.

3.3.2 Çabukluk

a. Amaç: Çocuğun sırtüstü yatma durumunda, ayağa kalkarak 3.05m’lik mesafeyi koşması, tenis topunu alması ve dönerek eski duruma geçmesi arasındaki süreyi ölçmektir. Çocuğun dikkat süresi ve koordinasyonu hakkında bilgi verir.

b. Test ortamının hazırlanması: Birer metre uzunluğunda renkli bant, aralarında (3.05 m) mesafe kalacak şekilde birbirlerine paralel olarak yapıştırılır. Bantlardan birine tenis topu yerleştirilirken diğer bant çocuğun uygun durum alması için kullanılır.

c. Araçlar:

1. Kronometre

2. Renkli Bant

3. Tenis Topu

4. Tebeşir

d. Uygulama: Çalışma odasına alınan çocuktan model arkadaşını dikkatle izlemesi istenerek daha sonra bu hareketi kendisinin de yapacağı söylenir. Model olan çocuk topa doğru topukları çizgiye gelecek şekilde sırtüstü yatar. “Hazır, basla” komutunu aldığı anda doğrularak topa doğru koşar. Topu alıp, koşarak eski durumuna geçer. Bu hareket yapılırken araştırmacı tarafından hareket tanımlanır ve hareketin çabukluğuna dikkat çekilir. Çocuğun topukları çizgiye gelecek şekilde yatmasına (bacaklar kapalı, kollar vücuda bitişik) yardım edilir. Hareketin mümkün olduğu kadar çabuk yapılması istenerek yukarıda belirtildiği gibi direktif verilir. Bir deneme fırsatı verildikten sonra dört uygulama yaptırılır. Uygulamalar arasında dinlenme fırsatı verilir. Çocuğun hareketi başaramadığı, koşarken düştüğü, topu düşürdüğü, direktiften önce harekete başladığı ya da araştırmacının zamanlamayı ayarlayamadığı durumlarda uygulama tekrarlanır.

e. Değerlendirme: “Başla” direktifi verilirken kronometre çalıştırılır. Çocuk tenis topunu aldıktan sonra ortadaki çizgiyi geçerken durdurulur. Dört uygulamanın ortalaması alınarak performans değeri hesaplanır.

3.3.3 Yakalama

a. Amaç: Çocuğun, havadan atılan topu yakalama yeteneğini ölçmektir. Çocuğun koordinasyonu hakkında bilgi verir.

b. Test Ortamının Hazırlanması: 60 cm çapındaki çember, değişik yükseklikte ayarlanacak şekilde ip tavana monte edilir. Çemberin alt ucunun yere olan yüksekliği, çocuğun boyuna eşit olacak şekilde ayarlanır. Çocukla araştırmacı arasındaki mesafe çocuğun boyunun iki katı kadar olup çember çocukla araştırmacının tam ortasındadır.

c. Araçlar:

1. 21 cm çapında oyun topu

2. 60 cm çapında çember

3. Tebeşir

4. Metre

5. Renkli Bant

d. Uygulama: Çocuğun boyuna göre gerekli düzenleme yapıp çizgiler çizildikten sonra, model olan çocukla bir uygulama yapılır. Daha sonra araştırmaya alınan çocuğun uygun duruma geçmesi sağlanarak, “tut” direktifi ile top aşağıdan yukarıya doğru, çemberin hemen alt kenarı üzerinden geçecek şekilde çocuğa atılır. İki denemeden sonra on uygulama yapılır. Top başarısız bir şekilde atıldığında ya da çocuk topun atıldığını fark etmediğinde uygulama tekrarlanır.

e. Değerlendirme:

Puanlama sistemi aşağıda açıklanmıştır;

3 Puan: Topun sadece iki elle yakalanmasını içerir. Top yakalandıktan sonra, vücudun herhangi bir yerine değdirebilir.

2 Puan: İki elle yakalama dışındaki diğer yakalama şekillerini içerir (Göğüste, karında yakalama gibi).

1 Puan: Çocuğun topu yakalamak için gayret gösterdiği, eli değdiği halde yakalayamadığı durumları içerir.

0 Puan: Çocuğun topu yakalamak için çaba göstermediği, toptan kaçtığı durumları içerir.

Toplam 10 denemenin ortalaması alınır.

3.3.4 Durarak Uzun Atlama

a. Amaç: Çocuğun iki ayağını kaldırıp, bedenini ileriye doğru hareket ettirerek, ne kadar uzağa atlayabildiğini ölçmektir. Aynı zamanda bedenin iki yönlü koordinasyonu hakkında bilgi verir.

b. Test Ortamının Hazırlanması: Yere başlangıç sınır çizgisinin belirlenmesi için renkli bant yapıştırılır. Başlangıç çizgisinin tam orta noktasından ve dik açıyla metre yere yerleştirilir.

c. Araçlar:

1. Metre

2. Renkli Bant

d. Uygulama: Çalışma odasına alınan çocuğun, model arkadaşını, dikkatle izlemesi sağlanarak hareket tanımlanır. Daha sonra çocuğa, bacaklarını omuz hizasında açması ve ayakuçlarını bandı geçmeyecek şekilde durum alması için yardım edilir. Dizlerini bükmesi, atlarken kollarını arkaya doğru sallaması için

yönlendirilir. “Atla” direktifiyle, mümkün olduğu kadar uzağa atlaması ve atladığı yerde hareketsiz kalması istenir. Çocuğa bir kez deneme fırsatı verildikten sonra beş uygulama yaptırılır. Çocuk atlarken düştüğünde ya da atlamadan önce sınır çizgiyi geçtiğinde uygulama tekrarlatılır.

e. Değerlendirme: Sınır çizgiye en yakın olan ayak topuğundan sınır çizgiye olan mesafe ölçülür. En iyi dört uygulamanın ortalaması alınarak performans değeri hesaplanır.

3.3.5. Tenis Topu Fırlatma

a. Amaç: Çocuğun tenis topunu, ne kadar uzağa atabildiğini ölçmektir.

b. Test Ortamının Hazırlanması: Sınır çizgi, yere bandın yapıştırılmasıyla belirlendikten sonra ölçme kolaylığı açısından birer metre aralıklarla yedi yarım daire çizilir.

c. Araçlar

1. Tenis Topu

2. Metre

3. Renkli Bant

4. Tebeşir

d. Uygulama: Çalışma odasına alınan çocuğun, model çocuğu izlemesi sağlanır. Model çocuğun, kolunu yukarıya kaldırarak, fırlatma sekline dikkat çekilerek hareket tanımlanır. Daha sonra çocuğun bir ayağını sınır çizgiye, diğer ayağını geriye yerleştirmesi için yardım edilir. Tenis topu verilerek, “At” direktifiyle mümkün olduğu kadar uzağa atması istenir. Bir kez deneme fırsatı verildikten sonra, yedi uygulama yaptırılır. Çocuğun sınır çizgiyi geçtiği, topu

elinden düşürdüğü, iki eliyle attığı mesafenin ölçülemediği durumlarda uygulama tekrar ettirilir.

e. Değerlendirme: Topun yere değdiği nokta belirlenerek, sınır çizgiye olan uzaklığı ölçülür. En uzun ve kısa mesafeler çıkarılarak beş uygulamanın ortalaması alınır.

3.3.6. Sürat Koşusu

a. Amaç: Çocuğun 12.2 m.lik mesafeyi ne kadar hızlı koştuğunu saptamaktır.

b. Test Ortamının Hazırlanması: Başlangıç çizgisi, bant yapıştırılarak saptandıktan sonra, 3.65 m.lik mesafe hızlanma yeri olarak, 12.20 m.lik mesafe koşu süresinin değerlendirildiği yer olarak, bundan sonraki 3.65 m.lik mesafe de hem hızın kesilmesi hem de ikinci uygulamaya başlangıç yeri olarak bant yapıştırılarak belirlenir. Böylece çocuk, ilk uygulamanın sonunda bitiş çizgisine geldiği zaman, aynı zamanda da başlangıç çizgisinde bulunmaktadır. Bu durum, zaman ve enerji kaybını önlemektedir. Başlangıç ve bitiş çizgisine blok yerleştirilmiştir.

c. Araçlar:

1. Kronometre

2. Renkli Bant

3. 2 Adet blok

4. Metre

d. Uygulama: Çalışma yerine alınan çocuğa model olan arkadaşını dikkatle izlemesi söylenerek hareket tanımlanır. Model olan çocuğun ne kadar hızlı koşarak bloğa dokunduğuna dikkat çekilir. Daha sonra çocuğun sınır çizgiye

ayaklarını yerleştirmesi sağlanarak ne yapması istendiği açıkça anlatılır; “basla sesini duyar duymaz mümkün olduğu kadar hızlı bir şekilde koşarak bloğa dokun.” “Hazır, basla” komutu verilerek çocuğun üç uygulama yapması sağlanır. Uygulamalar arasında dinlenme fırsatı verilir. Çocuğun “basla” komutundan önce çizgiyi geçtiği, deneme sırasında düştüğü, ilgisini kaybedip yavaşladığı ve kronometrenin kullanımında bir problem çıktığı gibi durumlarda uygulama tekrarlatılır.

e. Değerlendirme: Kronometre, çocuk ikinci bandı geçerken çalıştırılır, üçüncü bandı geçerken durdurulur. Yapılan üç uygulamanın en uzun süren koşu uygulaması çıkarılarak iki uygulamanın ortalaması alınır (Özer, 2009)

3.4. VERİ TOPLAMA YÖNTEMİ

İlk olarak dans eğitimi alan 30 çocuğa ve dans eğitimi almayan 30 çocuğa motor performans test protokolü ön test olarak uygulanmış, ölçümler, okulun spor salonunda araştırmacı tarafından yapılmış ve okulun beden eğitimi öğretmenleri tarafından testlerden alınan puanlar sonuç formuna yazılmıştır. Ölçümler sırasında çocuklara kullanılacak test araçları tanıtılıp, uygulanacak hareket önceden gösterilmiştir. Yönergeler açıklanarak, her uygulamada çocuklara olumlu geri bildirim verilerek cesaretlenmeleri sağlanmıştır. Daha sonra dans eğitimi alan gruptaki 30 çocuğa, dans eğitim programı 10 hafta, haftanın dört günü, günde 40 dakika olarak verilmiş, eğitim programı bittikten sonra dans eğitimi alan ve almayan gruplara ölçek aynı şekilde uygulanarak son test sonuçları elde edilmiştir. Daha sonra ön test ve son test sonuçları karşılaştırılmıştır.

3. 5. VERİLERİN ANALİZİ

Gelişim farklarının tespiti için dans eğitimi alan ve almayan gruplarda, ön test ve son test aritmetik ortalamaları ve standart hataları ($X \pm S_x$) hesaplanmıştır. Ön test ile son test arasındaki fark bağımlı örneklemeler için Wilcoxon Eşleştirilmiş İki Örnek testi ile analiz edilmiştir. Dans eğitimi alan ve

almayan gruplar arasındaki farklar ise bağımsız örneklemeler için Mann-Whittney U testi ile analiz edilmiştir. İstatistiksel işlemler Windows için SPSS 15.0 paket programında yapılmıştır.

3.6. UYGULANAN DANS EĞİTİM PROGRAMI

Anaokuluna devam eden 6 yaş grubu çocuklardan 30 çocuk, dans eğitim programına katılmıştır. Dans eğitim programı araştırmacı tarafından yürütülmüştür. Şubat 2012- Mayıs 2012 tarihleri arasında haftada dört gün, günde 40 dakika olmak üzere on hafta süresince uygulanan dans eğitim programı aşağıda gösterilmiştir. Her çalışmanın başlangıcında 10 dakika ısınma ve sonunda 10 dakika rahatlama çalışmaları uygulanmıştır. Dans eğitimi almayan grup kendi olağan eğitim programlarına devam etmişlerdir.

Tablo 2. Birinci ve İkinci Hafta Uygulanan Dans Eğitim Programı

Hafta	Gün	Süre	Konu	Uygulanan Etkinlikler
1. Hafta	1	40 dk.	Salsa	Kas ve Eklemeleri Çalıştırma, Germe, Esnetme Müzik Bilgisi, Duruş, Dans Pozisyonu, Temel Adım Müzik eşliğinde düşük tempolu hareketler ve dinlenme
	2	40 dk.		Kas ve Eklemeleri Çalıştırma, Germe, Esnetme Müzik Bilgisi, Duruş, Dans Pozisyonu, Temel Adım Müzik eşliğinde düşük tempolu hareketler ve dinlenme
	3	40 dk.		Kas ve Eklemeleri Çalıştırma, Germe, Esnetme Müzik Bilgisi, Duruş, Dans Pozisyonu, Temel Adım Müzik eşliğinde düşük tempolu hareketler ve dinlenme Adım
	4	40 dk.		Kas ve Eklemeleri Çalıştırma, Germe, Esnetme Müzik Bilgisi, Duruş, Dans Pozisyonu, Temel Adım Müzik eşliğinde düşük tempolu hareketler ve dinlenme
2. Hafta	1	40 dk.	Salsa	Kas ve Eklemeleri Çalıştırma, Germe, Esnetme Müzik Bilgisi, Duruş, Dans Pozisyonu, Yan Adım Müzik eşliğinde düşük tempolu hareketler ve dinlenme
	2	40 dk.		Kas ve Eklemeleri Çalıştırma, Germe, Esnetme Müzik Bilgisi, Duruş, Dans Pozisyonu, Yan Adım Müzik eşliğinde düşük tempolu hareketler ve dinlenme Adım
	3	40 dk.		Kas ve Eklemeleri Çalıştırma, Germe, Esnetme Müzik Bilgisi, Duruş, Dans Pozisyonu, Yan Adım Müzik eşliğinde düşük tempolu hareketler ve dinlenme Adım
	4	40 dk.		Kas ve Eklemeleri Çalıştırma, Germe, Esnetme Müzik Bilgisi, Duruş, Dans Pozisyonu, Yan Adım Müzik eşliğinde düşük tempolu hareketler ve dinlenme Adım

Tablo 3. Üçüncü ve Dördüncü Hafta Uygulanan Dans Eğitim Programı

Hafta	Gün	Süre	Konu	Uygulanan etkinlikler
3. Hafta	1	40 dk.	Salsa	Kas ve Eklemeleri Çalıştırma, Germe, Esnetme Müzik Bilgisi, Duruş, Dans Pozisyonu, Dönüş Adımı Müzik eşliğinde düşük tempolu hareketler ve dinlenme
	2	40 dk.		Kas ve Eklemeleri Çalıştırma, Germe, Esnetme Müzik Bilgisi, Duruş, Dans Pozisyonu, Dönüş Adımı Müzik eşliğinde düşük tempolu hareketler ve dinlenme
	3	40 dk.		Kas ve Eklemeleri Çalıştırma, Germe, Esnetme Müzik Bilgisi, Duruş, Dans Pozisyonu, Dönüş Adımı Müzik eşliğinde düşük tempolu hareketler ve dinlenme
	4	40 dk.		Kas ve Eklemeleri Çalıştırma, Germe, Esnetme Müzik Bilgisi, Duruş, Dans Pozisyonu, Dönüş Adımı Müzik eşliğinde düşük tempolu hareketler ve dinlenme
4. Hafta	1	40 dk.	Merenge	Kas ve Eklemeleri Çalıştırma, Germe, Esnetme Müzik Bilgisi, Duruş, Dans Pozisyonu, Temel Adım Müzik eşliğinde düşük tempolu hareketler ve dinlenme
	2	40 dk.		Kas ve Eklemeleri Çalıştırma, Germe, Esnetme Müzik Bilgisi, Duruş, Dans Pozisyonu, Temel Adım Müzik eşliğinde düşük tempolu hareketler ve dinlenme
	3	40 dk.		Kas ve Eklemeleri Çalıştırma, Germe, Esnetme Müzik Bilgisi, Duruş, Dans Pozisyonu, Temel Adım Müzik eşliğinde düşük tempolu hareketler ve dinlenme
	4	40 dk.		Kas ve Eklemeleri Çalıştırma, Germe, Esnetme Müzik Bilgisi, Duruş, Dans Pozisyonu, Temel Adım Müzik eşliğinde düşük tempolu hareketler ve dinlenme

Tablo 4. Beşinci ve Altıncı Hafta Uygulanan Dans Eğitim Programı

Hafta	Gün	Süre	Konu	Uygulanan etkinlikler
5.Hafta	1	40 dk.	Merenge	Kas ve Eklemeleri Çalıştırma, Germe, Esnetme Müzik Bilgisi, Duruş, Dans Pozisyonu, Yan Adım Müzik eşliğinde düşük tempolu hareketler ve dinlenme Adım
	2	40 dk.		Kas ve Eklemeleri Çalıştırma, Germe, Esnetme Müzik Bilgisi, Duruş, Dans Pozisyonu, Yan Adım Müzik eşliğinde düşük tempolu hareketler ve dinlenme Adım
	3	40 dk.		Kas ve Eklemeleri Çalıştırma, Germe, Esnetme Müzik Bilgisi, Duruş, Dans Pozisyonu, Yan Adım Müzik eşliğinde düşük tempolu hareketler ve dinlenme Adım
	4	40 dk.		Kas ve Eklemeleri Çalıştırma, Germe, Esnetme Müzik Bilgisi, Duruş, Dans Pozisyonu, Yan Adım Müzik eşliğinde düşük tempolu hareketler ve dinlenme Adım
6.Hafta	1	40 dk.	Merenge	Kas ve Eklemeleri Çalıştırma, Germe, Esnetme Müzik Bilgisi, Duruş, Dans Pozisyonu, Dönüş Adımı Müzik eşliğinde düşük tempolu hareketler ve dinlenme
	2	40 dk.		Kas ve Eklemeleri Çalıştırma, Germe, Esnetme Müzik Bilgisi, Duruş, Dans Pozisyonu, Dönüş Adımı Müzik eşliğinde düşük tempolu hareketler ve dinlenme
	3	40 dk.		Kas ve Eklemeleri Çalıştırma, Germe, Esnetme Müzik Bilgisi, Duruş, Dans Pozisyonu, Dönüş Adımı Müzik eşliğinde düşük tempolu hareketler ve dinlenme
	4	40 dk.		Kas ve Eklemeleri Çalıştırma, Germe, Esnetme Müzik Bilgisi, Duruş, Dans Pozisyonu, Dönüş Adımı Müzik eşliğinde düşük tempolu hareketler ve dinlenme

Tablo 5. Yedinci ve Sekizinci Hafta Uygulanan Dans Eğitim Programı

Hafta	Gün	Süre	Konu	Uygulanan etkinlikler
7.Hafta	1	40 dk.	Bachata	Kas ve Eklemeleri Çalıştırma, Germe, Esnetme Müzik Bilgisi, Duruş, Dans Pozisyonu, Temel Adım Müzik eşliğinde düşük tempolu hareketler ve dinlenme
	2	40 dk.		Kas ve Eklemeleri Çalıştırma, Germe, Esnetme Müzik Bilgisi, Duruş, Dans Pozisyonu, Temel Adım Müzik eşliğinde düşük tempolu hareketler ve dinlenme
	3	40 dk.		Kas ve Eklemeleri Çalıştırma, Germe, Esnetme Müzik Bilgisi, Duruş, Dans Pozisyonu, Temel Adım Müzik eşliğinde düşük tempolu hareketler ve dinlenme
	4	40 dk.		Kas ve Eklemeleri Çalıştırma, Germe, Esnetme Müzik Bilgisi, Duruş, Dans Pozisyonu, Temel Adım Müzik eşliğinde düşük tempolu hareketler ve dinlenme
8.Hafta	1	40 dk.	Bachata	Kas ve Eklemeleri Çalıştırma, Germe, Esnetme Müzik Bilgisi, Duruş, Dans Pozisyonu, Yan Adım Müzik eşliğinde düşük tempolu hareketler ve dinlenme Adım
	2	40 dk.		Kas ve Eklemeleri Çalıştırma, Germe, Esnetme Müzik Bilgisi, Duruş, Dans Pozisyonu, Yan Adım Müzik eşliğinde düşük tempolu hareketler ve dinlenme Adım
	3	40 dk.		Kas ve Eklemeleri Çalıştırma, Germe, Esnetme Müzik Bilgisi, Duruş, Dans Pozisyonu, Yan Adım Müzik eşliğinde düşük tempolu hareketler ve dinlenme Adım
	4	40 dk.		Kas ve Eklemeleri Çalıştırma, Germe, Esnetme Müzik Bilgisi, Duruş, Dans Pozisyonu, Yan Adım Müzik eşliğinde düşük tempolu hareketler ve dinlenme Adım

Tablo 6. Dokuzuncu ve Onuncu Hafta Uygulanan Dans Eğitim Programı

Hafta	Gün	Süre	Konu	Uygulanan etkinlikler
9. Hafta	1	40 dk.	Bachata	Kas ve Eklemleri Çalıştırma, Germe, Esnetme Müzik Bilgisi, Duruş, Dans Pozisyonu, Dönüş Adımı Müzik eşliğinde düşük tempolu hareketler ve dinlenme
	2	40 dk.		Kas ve Eklemleri Çalıştırma, Germe, Esnetme Müzik Bilgisi, Duruş, Dans Pozisyonu, Dönüş Adımı Müzik eşliğinde düşük tempolu hareketler ve dinlenme
	3	40 dk.		Kas ve Eklemleri Çalıştırma, Germe, Esnetme Müzik Bilgisi, Duruş, Dans Pozisyonu, Dönüş Adımı Müzik eşliğinde düşük tempolu hareketler ve dinlenme
	4	40 dk.		Kas ve Eklemleri Çalıştırma, Germe, Esnetme Müzik Bilgisi, Duruş, Dans Pozisyonu, Dönüş Adımı Müzik eşliğinde düşük tempolu hareketler ve dinlenme
10. Hafta	1	40 dk.	Koreografi Çalışması	Kas ve Eklemleri Çalıştırma, Germe, Esnetme Salsa temel adım, yan adım, dönüş adımı Müzik eşliğinde düşük tempolu hareketler ve dinlenme
	2	40 dk.		Kas ve Eklemleri Çalıştırma, Germe, Esnetme Merenge temel adım, yan adım, dönüş adımı Müzik eşliğinde düşük tempolu hareketler ve dinlenme
	3	40 dk.		Kas ve Eklemleri Çalıştırma, Germe, Esnetme Bachata temel adım, yan adım, dönüş adımı Müzik eşliğinde düşük tempolu hareketler ve dinlenme
	4	40 dk.		Kas ve Eklemleri Çalıştırma, Germe, Esnetme Dans figürleri kullanarak serbest dans Müzik eşliğinde düşük tempolu hareketler ve dinlenme

4. BULGULAR

6 Yaş grubu çocuklara verilen dans eğitiminin motor performans üzerine etkileri Tablo 7-12 arasında verilmiştir.

Tablo 7. Sürat Bakımından Dans Eğitimi Alan ve Almayan Grupların Öntest ve Sontest Sonuçlarının Mann Whitney U Testi ile Sürat Bakımında Dans eğitimi Alan ile Dans Eğitimi Almayan Grupların Sonuçlarının Wilcoxon Testi ile İstatistiksel Olarak Karşılaştırılması.

		ÖNTEST	SONTEST	Önem Kontrolü (Wilcoxon Test)
		Ortalama ± Std. Hata	Ortalama ± Std. Hata	
SÜRAT (sn)	Dans Eğitimi Alan Grup	3,51 ± 0,08	3,46 ± 0,07	P= 0,393
	Dans Eğitimi Almayan Grup	3,59 ± 0,08	3,71 ± 0,08	
	Önem Kontrolü (Mann Whitney U Test)		P=0,037	

$p<0,05$

Dans eğitimi alan grupta yapılan ön test- son test sürat performans değerleri sonuçlarına göre, sürat bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p>0,05$). Bunun yanında dans eğitimi almış çocukların oluşturduğu grup ile dans eğitimi almamış çocukların oluşturduğu grup arasında sürat bakımından farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir ($p<0,05$).

Tablo 8. Top Fırlatma Mesafesi Bakımından Dans Eğitimi Alan Grubun Öntest ve Sontest Sonuçlarının Mann Whitney U Testi ile Top Fırlatma Mesafesi Bakımından Dans eğitimi Alan ile Dans Eğitimi Almayan Grupların Sonuçlarının Wilcoxon Testi ile İstatistiksel Olarak Karşılaştırılması.

		ÖNTEST	SONTEST	Önem Kontrolü (Wilcoxon Test)
		Ortalama ± Std. Hata	Ortalama ± Std. Hata	
TOP FIRLATMA (puan)	Dans Eğitimi Alan Grup	5,34 ± 0,36	5,50 ± 0,23	P=0,102
	Dans Eğitimi Almayan Grup	4,35 ± 0,20	4,56 ± 0,15	
	Önem Kontrolü (Mann Whitney U Test)		P=0,006	

$p < 0,05$

Dans eğitimi alan grupta yapılan değerlendirmede ön test son test sonuçlarına göre top fırlatma mesafesi bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p > 0,05$). Bunun yanında dans eğitimi almış çocukların oluşturduğu grup ile dans eğitimi almamış çocukların oluşturduğu grup arasında top fırlatma mesafeleri bakımından farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir ($p < 0,001$).

Tablo 9. Tek Ayak Üzerinde Durma Süresi Bakımında Dans Eğitimi Alan Grubun Öntest ve Sontest Sonuçlarının Mann Whitney U Testi ile Tek Ayak Üzerinde Durma Süresi Bakımında Dans Eğitimi Alan ile Dans Eğitimi Almayan Grupların Sonuçlarının Wilcoxon Testi ile İstatistiksel Olarak Karşılaştırılması.

		ÖNTEST	SONTEST	Önem Kontrolü (Wilcoxon Test)
		Ortalama ± Std. Hata	Ortalama ± Std. Hata	
TEK AYAK ÜZERİNDE DengeDE DURMA (sn)	Dans Eğitimi Alan Grup	21,45 ± 2,56	30,72 ± 7,18	P=0,360
	Dans Eğitimi Almayan Grup	16,14 ± 1,57	14,57 ± 1,60	
	Önem Kontrolü (Mann Whitney U Test)		P=0,048	

$p < 0,05$

Dans eğitimi alan grupta yapılan değerlendirmede verilen eğitimin tek ayak üzerinde durma süresi bakımından istatistiksel olarak önemli bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p > 0,05$). Bunun yanında dans eğitimi almış çocukların oluşturduğu grup ile dans eğitimi almamış çocukların oluşturduğu grup arasında tek ayak üzerinde durma süresi bakımından farkın istatistiksel olarak önemli olduğu belirlenmiştir ($p < 0,05$).

Tablo 10. Top Yakalama Puanı Bakımından Dans Eğitimi Alan Grubun Öntest ve Sontest Sonuçlarının Mann Whitney U Testi ile Top Yakalama Puanı Bakımından Dans Eğitimi Alan ile Dans Eğitimi Almayan Grupların Sonuçlarının Wilcoxon Testi ile İstatistiksel Olarak Karşılaştırılması.

		ÖNTEST	SONTEST	Önem Kontrolü (Wilcoxon Test)
		Ortalama ± Std. Hata	Ortalama ± Std. Hata	
TOP YAKALAMA (puan)	Dans Eğitimi Alan Grup	2,02 ± 0,08	2,33 ± 0,08	P< 0,001
	Dans Eğitimi Almayan Grup	2,14 ± 0,09	2,34 ± 0,08	
	Önem Kontrolü (Mann Whitney U Test)		P=0,994	

$p<0,05$

Dans eğitimi alan grupta yapılan değerlendirmede verilen eğitimin top yakalama puanı arttırdığı ve bu durumun istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir ($p<0,001$). Bunun yanında dans eğitimi almış çocukların oluşturduğu grup ile dans eğitimi almamış çocukların oluşturduğu grup arasında yapılan değerlendirmede top yakalama puanı bakımından farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı belirlenmiştir ($p>0,05$).

Tablo 11. Çabukluk Bakımından Dans Eğitimi Alan Grubun Öntest ve Sontest Sonuçlarının Mann Whitney U Testi ile Çabukluk Bakımından Dans Eğitimi Alan ile Dans Eğitimi Almayan Grupların Sonuçlarının Wilcoxon Testi ile İstatistiksel Olarak Karşılaştırılması.

		ÖNTEST	SONTEST	Önem Kontrolü (Wilcoxon Test)
		Ortalama ± Std. Hata	Ortalama ± Std. Hat	
ÇABUKLUK (sn)	Dans Eğitimi Alan Grup	4,73 ± 0,14	5,45 ± 0,19	P=0,004
	Dans Eğitimi Almayan Grup	6,08 ± 0,13	5,82 ± 0,19	
	Önem Kontrolü (Mann Whitney U Test)		P=0,198	

$p < 0,05$

Dans eğitimi alan grupta yapılan değerlendirmede çabukluk performansı bakımından ön test ile son test arasındaki farkın ön test lehine istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir ($p < 0,001$). Bunun yanında dans eğitimi almış çocukların oluşturduğu grup ile dans eğitimi almamış çocukların oluşturduğu grup arasında yapılan değerlendirmede çabukluk bakımından farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı belirlenmiştir ($p > 0,05$).

Tablo 12. Uzun Atlama Mesafesi Bakımından Dans Eğitimi Alan Grubun Öntest ve Sontest Sonuçlarının Mann Whitney U Testi ile Uzun Atlama Mesafesi Bakımından Dans Eğitimi Alan ile Dans Eğitimi Almayan Grupların Sonuçlarının Wilcoxon Testi ile İstatistiksel Olarak Karşılaştırılması.

		ÖNTEST	SONTEST	Önem Kontrolü (Wilcoxon Test)
		Ortalama ± Std. Hata	Ortalama ± Std. Hata	
DURARAK UZUN ATLAMA (cm)	Dans Eğitimi Alan Grup	83,94 ± 2,23	93,14 ± 2,12	P<0,001
	Dans Eğitimi Almayan Grup	113,66 ± 3,01	114,91 ± 2,23	
	Önem Kontrolü (Mann Whitney U Test)		P< 0,001	

$p<0,05$

Dans eğitimi alan grupta yapılan değerlendirmede verilen eğitimin uzun atlama mesafesini arttırdığı ve bu durumun istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir ($p< 0,001$). Bunun yanında dans eğitimi almış çocukların oluşturduğu grup ile dans eğitimi almamış çocukların oluşturduğu grup arasında da uzun atlama mesafeleri bakımından farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir ($p< 0,001$).

5. TARTIŞMA

Yapılan araştırmada anaokuluna devam eden altı yaş çocuklarının motor performanslarına dans eğitimi çalışmalarının etkisi incelenmiştir. Çalışmada veri toplama yöntemi olarak okulöncesi çocukların motor performanslarını ölçmek amacıyla Morris, Atwater, Williams ve Wilmore'un (1980) geliştirdikleri motor performans test protokolü kullanılmıştır. Test protokolünde bulunan çabukluk, durarak uzun atlama, tek ayak üzerinde dengede durma, tenis topu fırlatma, sürat koşusu ve yakalama parametrelerinden yararlanılmıştır. Araştırma 2011-2012 eğitim-öğretim yılı ikinci dönem gerçekleştirilmiştir. Deney grubunda bulunan çocuklar haftada 4 gün 40'ar dakikalık toplam 10 haftalık dans eğitim programına katılmışlardır.

SÜRAT

Aldemir (2010) yaptığı araştırmada 20 haftalık dans ve drama programı sonrası uygulama ve kontrol grubundaki 10 yaş ve 14 yaş grubu çocukların ön test ve son test sürat puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark bulmuştur ($p < 0,05$). Araştırmada 14 yaş uygulama grubunun başlangıç değerleri 6.18 sn.den program sonrası 5.30 sn.ye düşmüştür. 10 yaş uygulama grubunun başlangıç değerleri 6.60 sn.den program sonrası 5.37 sn.ye düşmüştür.

Tablo 7.de görüldüğü gibi araştırmamızda dans eğitimi alan grubun başlangıç değerleri ortalaması 3,51sn.den program sonrası 3.46 sn.ye düşmüş, sürat zamanlarında bir azalma meydana gelmiş olmakla birlikte sonucun istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür ($p > 0,05$). Dans eğitimi alan grup ile dans eğitimi almayan grubun son değerleri karşılaştırıldığında ise dans eğitimi alan grup lehine istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmüştür ($p < 0,05$).

Winconsin koşu hızını ve koşu hareketini sağlayan beden parçalarının gücünün yaşla birlikte arttığına dikkat çekmiştir (Özer, 2009). Süratli koşma becerisi yıldan yıla yaşla birlikte gelişme gösterir; yaş faktörünün yanında deneyimler de koşu hızı üzerinde etkilidir (Gallahue 2006). Sallis (1993), sosyal faktörlerin çocukların fiziksel etkinliklerine etki ettiğini belirtmiştir. Sonuç olarak bu

çalışmanın verileri ve literatür bilgileri ışığında, düzenli ve daha uzun süreli uygulanan dans programının 6 yaş çocuklarda sürat skorunu olumlu yönde geliştirebileceğini ifade edebiliriz.

TOP FIRLATMA

Tablo 8.de görüldüğü gibi dans eğitimi alan grubun başlangıç değerleri ortalaması 5,34m.den uygulama sonrası 5.50m.ye yükselmiş, değerlerde bir artış olmakla birlikte, değişimin istatistiksel olarak önemli olmadığı belirlenmiştir ($p>0,05$). Dans eğitimi alan grubun son test değerleri ile dans eğitimi almayan grubun son test değerleri arasındaki farkın istatistiksel olarak önemli olduğu belirlenmiştir ($p< 0,001$).

Konu ile ilgili yapılan benzer çalışmalarda, Sevimay (1986) tenis topu fırlatma performansını ortalama 3,95 m., Dursun (2004) tenis topu fırlatma değerlerini ortalama 4,97 m., Kırıcı (2008) ise 4,62 m. olarak bulmuştur. Bu üç çalışmada da uygulama gruplarının başlangıç değerleri ile son değerleri arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p<0,05$). Yapılan çalışmalar, fırlatma becerisinde, değişik kültür, yaş ve cinsiyet bakımından farklılık olduğunu, çocuklara yeterli miktarda deneyim fırsatları verilerek fırlatma becerisinin geliştirebileceğini göstermiştir (Özer, 2009). Bu veriler çalışmamıza dans eğitim faaliyetleri içerisinde fırlatma performansını yeterli düzeyde artırıcı etkinliklerin eklenmesinin yararlı olacağını düşündürmektedir.

TEK AYAK ÜZERİNDE DENGEDURMA

Tablo 9.de görüldüğü gibi araştırmamızda dans eğitimi alan grubun başlangıç değerleri ortalamaları 21,45 sn.den uygulama sonrası 30,72 sn.ye yükselmiştir. Ayrıca, tek ayak üzerinde dengede durma sürelerinde artma görülmüş, ancak aradaki fark istatistiksel olarak anlamlı olmadığı belirlenmiştir ($p<0,05$). Dans eğitimi alan grubun son test değerleri ile dans eğitimi almayan grubun son test değerleri arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir ($p<0,05$). Benzer araştırmalara baktığımızda dansa dayalı fiziksel aktivitenin dengeyi geliştirdiği gözlenmiştir. Schmit (2005) çalışmasında atletlerle dansçıları karşılaştırmış, denge performansı açısından sonuçları dansçılar

lehinde bulmuştur. Buradan yola çıkarak uygulanan dans eğitiminin denge performansını geliştirecek egzersizlerle zenginleştirilebileceği düşünülmektedir.

TOP YAKALAMA

Tablo 10.'da görüldüğü gibi araştırmamızda dans eğitimi alan grubun top yakalama başlangıç değerleri ortalaması 2,02' den uygulama sonrasında 2,33' e yükselmiş, bu artışın istatistiksel olarak da anlamlı olduğu görülmüştür ($p < 0,001$). Bunun yanında dans eğitimi alan grubun son test değerleri ile dans eğitimi alamayan grubun son test değerleri arasındaki fark istatistiksel olarak önemli olmadığı görülmüştür ($p > 0,05$).

Dursun (2004) çalışmasında özel beden eğitimi program tasarısının top yakalama puanlarında deney grubu lehine anlamlı farklılıklar olduğunu tespit etmiştir. Aynı şekilde, Kırıcı 2008'deki çalışmasında verilen 8 haftalık hareket eğitiminin top yakalama performansı açısından deney grubu lehine anlamlı farklılıklar oluşturduğu sonucuna varmıştır. Yapılan benzer bir araştırmada da verilen hareket eğitiminin top yakalama puanlarında deney grubu lehine anlamlı farklılıklar olduğu tespit edilmiştir (Çelebi 2010).

Şentürk (2012) yaptığı çalışmada hareket eğitimi uygulayan grup lehine top yakalama değerleri açısından istatistiksel olarak anlamlı farklar bulmuştur. Cinsiyetin yakalama becerisine etkisini gösteren araştırmalar da yapılmıştır. Morris ve ark. (1982) yakalama performansı açısından cinsiyetler arasında anlamlı bir farklılık bulamazken; erkeklerin daha iyi sonuçlara sahip olduğunu bulmuştur. Sevimay (1986), kızlar ile erkekler arasında önemli bir fark bulamazken kız çocukların skorlarını daha iyi bulmuştur. Literatürde yakalama öncesi deneyimlerin, yakalama becerisinin gelişimine büyük katkısı olduğu belirtilmiştir. Gallahue, Ozmun (2006) ve Williams, Atwater, Wilmore (1982) 3-7 yaşları arasında yakalama performansında hızlı bir artış olduğunu ve yeterli deneyimlerin top yakalama performansında önemli olduğunu açıklamışlardır.

Benzeri çalışmalar ve çalışma sonuçlarımız, verilen dans eğitiminin 6 yaş grubu çocuklarda top yakalama performanslarını olumlu yönde etkilediğini göstermektedir.

ÇABUKLUK

Tablo 11.de görüldüğü gibi araştırmamızda dans eğitimi alan grubun çabukluk performans düzeyi açısından başlangıç değerleri 4.73 sn.den uygulama sonrası 5,45 sn.ye yükselmiştir. Dans eğitimi alan grubun çabukluk performansı bakımından ön test-son test değerleri açısından aradaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür ($P < 0,001$). Bunun yanında dans eğitimi alan grubun son test değerleri ile dans eğitimi almayan grubun son test değerleri arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmüştür ($P > 0,05$) Çabukluk, birçok temel beceriyi koordineli kullanabilmeyi içeren, yaşamlarında önemli yeri olan ve sonraki yaşlarda geliştirilmesi zor olan bir beceridir (Sevimay 1986). Çabukluk performansı önemli oranda kuvvet ve gücü gerektirmektedir. Bu nedenle yaşla birlikte gelişen kuvvet seviyesi çabukluk performansını etkilemektedir (Eniseler 2009). Çalışma sonuçlarımız verilen dans eğitiminin çabukluk performansı üzerinde olumlu etki yapmadığını göstermektedir. Bu durumun, dans eğitim programında yer alan dans türünden ve çocukların bireysel farklılıklarından kaynaklandığını düşündürmektedir.

UZUN ATLAMA

Tablo 12.de görüldüğü gibi dans eğitimi alan grubun uzun atlama performans başlangıç değerleri 83,94 cm.den uygulama sonrasında 93,14cm.ye ulaşmış, uzun atlama puanlarında artış olmuştur. Araştırmamızda durarak uzun atlama performans düzeyi açısından dans eğitimi alan grubun başlangıç değerleri ile son değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur ($p < 0,001$). Aynı şekilde Morris ve arkadaşları (1982), Sevimay'ın (1986), Aldemir'in (2010) araştırma sonuçları da çalışmamızın sonuçlarıyla uyumluluk göstermektedir. Benzeri çalışmalar ve çalışma sonuçlarımız, verilen dans eğitiminin 6 yaş grubu çocuklarda uzun atlama performanslarını olumlu yönde etkilediğini göstermektedir.

6. SONUÇLAR

Yapılan çalışma ile uzun atlama ve top yakalama performanslarından elde edilen sonuçların dans eğitimi verilen grup lehine olduğu ve performans artışının istatistiksel olarak anlamlı olduğu bulunmuştur. Bunun yanında dans eğitimi verilen grupta sürat, top fırlatma ve tek ayak üzerinde dengede durma performans puanlarının uygulamadan sonra arttığı, ancak bu artışın istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık oluşturmadığı, çabukluk performansında ise verilen eğitimin iki grup arasında herhangi bir değişiklik oluşturmadığı görülmüştür.

Bu durum dans eğitim programında yer alan dans türünün ve kapsadığı hareket uygulamalarının çocukların temel motor beceri performans düzeylerine farklı etki yaptığını göstermektedir. Aynı zamanda çalışmada elde edilen sonuçların, her iki grupta da bulunan okul öncesi dönemdeki hızlı büyüme ve gelişme periyodunda olan 6 yaş grubu çocukların bireysel farklılıklarından etkilenebileceği düşünülmektedir.

Çalışma verileri ışığında temel motor gelişim döneminde çocuğa zengin içerikli deneyimlerin ve özgür hareket imkânlarının verilmesinin önemli olduğu sonucuna varılmaktadır. Dans eğitiminin hareket temelli bir eğitim olması ve kullanılacak farklı dans türlerinin içerdiği hareket çeşitlilikleri ile okul öncesi dönemdeki çocukların motor performans değerleri üzerinde olumlu etkiler yaratabileceği ve diğer gelişim alanlarına da önemli katkı sağlayabileceği sonucu ortaya konmuştur.

7.ÖNERİLER

İnsan gelişimi göz önüne alındığında okul öncesi dönemdeki farklı kazanımların çocuğun sonraki hayat periyodu için ne denli önemli olduğu öngörülebilir. Bu bağlamda dans eğitiminin okul öncesi eğitim müfredatı kapsamına alınarak 6 yaş grubu çocuklara dans eğitimi verilmesinin çocukların fiziksel, zihinsel ve sosyal gelişimlerine olumlu katkı yapacağı düşünülmektedir.

Okul öncesi eğitim müfredatında dans eğitiminin yer almasının verilen eğitimin niteliğini arttırmaya katkıda bulunabileceği öngörülmektedir.

Dans eğitimini verecek okul öncesi eğitim öğretmenlerinin lisans programlarına dans eğitimi ile ilgili dersler konulmasının öğretmenlerin kişisel ve akademik gelişimlerine de önemli katkı yapacağı düşünülmektedir.

Dans eğitimine neden ihtiyaç duyulduğu ve çocuklara olan katkıları belirlenip bu konuda öğretmen ve aileler bilinçlendirilerek okul-aile işbirliğinin sağlanması öngörülmektedir.

Anaokullarında yeterli fiziki ortamların bulunabilmesi ve var olan fiziki ortamların da çocuklara rahat hareket edebilme imkânı veren, kaza ihtimalinden uzak, parke zemin ve ayna gibi dans uygulamalarına kolaylık sağlayan nitelikleri barındırmasının önemli olduğu düşünülmektedir. Belirtilen uygulamaların, eğitim kurumlarının fiziksel altyapılarının modernize edilmesine önemli katkı sağlayabilir.

Uygulanacak dans eğitim programının çocukların bireysel farklılıkları ve gelişim düzeyleri göz önüne alınarak oluşturulmasının, verilen eğitimin veriminin artırılması noktasında önemli olabileceği varsayılmaktadır.

Çocuklara uygulanacak dans eğitim programında kullanılacak hareket formlarının çeşitliliğinin, çocukların gelişimlerine farklı yönlerde katkı yapacağı düşünülmektedir. Bu doğrultuda farklı dans sistemlerini içeren bir programın uygulanacağı pilot bir projenin hayata geçirilmesi önerilebilir.

KAYNAKÇA

- Adolph, K. E., Berger, S. A. (2006). *Motor development, handbook of child psychology: Vol 2: Cognition, Perception, And Language* (6th Ed.) New York: Wiley, Pp. 161–213.
- Aktı, O. T. (2005). *Ritim duygusunun performansa etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Aldemir, G. Y. (2010). *Drama ve dans eğitiminin 10-14 yaş çocuklarda motor gelişimine etkisinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Alricsson M., Harms-Ringdahl K., Eriksson K., Werner S. (2003). The effect of dance training on joint mobility, muscle flexibility, speed and agility in young cross-country skiers a prospective controlled intervention study. *Scan J Med Sci Sports*. 13(4). 237-243.
- Altinkök, M. (2006). *Temel motor hareketlerin geliştirilmesini içeren özel beden eğitimi program tasarısının 5–6 yaş çocukların temel motor hareketlerinin gelişimine etkisinin araştırılması*. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Austerlitz, P. (1997). *Dominician music and merengue dominician identity*. Philadelphia: Temple University Press.
- Aykaç, Ü. (2001). *Okul öncesinde hareket eğitimi ve öğretim programlarında ritim ve dans etkinliklerinin değeri*. *Çocukta Hareket, Oyun Gelişimi ve Öğretimi*. Tüfekçioğlu, U. (Ed). böl.17 s.291. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları,
- Bacanlı, H. (1999). *Eğitim psikolojisi. Gelişim ve öğrenme*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım Ltd. Sti,190 s.

- Bayley, N. (1935). *The development of motor abilities during the first three years*. Society for Research in Child Development. Washington
- Berríos-Miranda, M. (1994). *"Is Salsa a Musical Genre?" Situating Salsa: Global Markets and Local Meanings in Latin Popular Music*. New York: Waxer, Lise. Ed.
- Birrer R. B., Levine R. (1987). Performance parameters in children and adolescent athletes, *Sports Med.*, May-Jun: 211–27
- Breckenridge E. M, Vincet E. L. (1955). *Child Development*. London: WB Saunders Company.
- Boggs V. (1992). *Salsiology: Afro-Cuban music and the evolution of salsa in New York City*. New York City: Greenwood Press.
- Boone, R. T, Cunningham, J. G. (1998). Childrens decoding of emotion in expressive body movement: The development of cue attunement. *Developmental Psychology*, 34, 1007–1016.
- Boswell, B. (1993). Effects of movement sequences and creative dance on balance of Children with mental retardation. *Percept Mot Skills*, 77(2):1290
- Brinson, P. (1980). *Towards a Sociology of Dance with Music, The Fourth National Symposium of the Musicological Society of Australia*. Australia: Perth.
- Corbett, K. (1998). *Motor Development and Attention Capacity in the Young Child: a Neo-Piagetian Perspective*, Doctor of Philosophy, University of Northern Colorado, UMI. USA
- Coker, C. A. (2004). *Motor learning and control for practitioners*. New York: McGraw-Hill Co., 247 p.

- Couper J. L. (1981). Dance Therapy: Effects on Motor Performance of Children with Learning Disabilities. *Phys Ther*, Vol. 61, No.1, pp.23-26
- Cratty, J. B. (1973). *Teaching Motor Skills*. New Jersey: Prentice Hall, Inc.
- Crosby, M. (1996). *Similarities in Early Development of Children With Atypical Prehension*, Master of Science, San Jose State University, USA.
- Çelebi, B. (2010). *Hareket eğitiminin okul öncesi eğitim kurumlarındaki 5 – 6 yaş grubu çocuklarda fiziksel ve motor gelişime etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Muğla Üniversitesi, Muğla.
- Davranış Bilimleri Enstitüsü. *Motor Sistem*. (Erişim Tarihi: 29.04.2012) http://www.dbe.com.tr/tr.TR/Content/Cocuk_ve_Genc/8_Norogelisimsel_Alan/Motor_Sistem.aspx
- Derri, V., Tsapakidou, A., Zachopoulou, E. (2001). *Complexity of rhythmic ability as measured in preschool children*. *Perceptual & Motor Skills*, 92, s.777
- Dursun, M. Z. (2004). *Temel becerileri içeren özel beden eğitimi program tasarısının okul öncesi 6 yaş çocukların motor beceri erişimleri üzerine etkisi*, Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Eichstaedt, B. C., Laway B. W. (1992). *Physical activity for individuals with mental retardation*. Illinois. Human Kinetics Books, Champaigne.
- Erden, M., Akman Y. (1996). *Eğitim psikolojisi*, Ankara: Arkadaş Yayınevi,
- Ersoy Ö. Ç. (2010). Bir sanat ve spor bileşeni “Dans”. *ODTÜ’lüler Bülteni*. Sayı No: 197 30-31
- Fidan N., Erden M. (1994). *Eğitime Giriş*, Ankara: Meteksan Matbaacılık.

- Frankenburg W. K., Dodds J. B. (1990) *Denver II Screnning Manual*. Çeviren: Anlar B, Yalaz K. Denver II Gelişimsel Tarama Testi Türk Çocuklarına Uyarlanması Ve Standardizasyonu
- Frost J. ve ark. (2001). *Play and child development*, New Jersey: Merrill-Prentice Hall, Inc., s.216-222.
- Gallahue, D. (1982). *Understanding motor development in children*. New York: Jhon Wiley Sons.
- Gallahue, D. (2002). Motor Gelişim Kursu, 7. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, Antalya.
- Gallahue, D. L, Ozmun, J. G. (2006). *Understanding motor development: Infants, children, adolescents, adults*. 6th Ed. International Edition, New York: McGraw-Hill Companies, 524 p.
- Gander, J. M, Gardiner, W. H. (1993). *Çocuk ergen gelişimi*. (Çev: Dönmez, A. ve Arkadaşları). Ankara: İmge Kitapevi.
- Geuze, R. H. (2003). Static balance and developmental coordination disorder, *Human Movement Science*, Volume 22, Issues 4-5, Pages 527-548.
- Gesell, A., Thompson, H. (1934). *Infant behavior: Its genesis and growth*. New York: Greenwood Press.
- Gilbert, A. G. (2005). Dance Education in the 21st Centry, *Journal of Physical Education, Recration & Dance*. 76 (5), 26-35.
- Goran, M. I. (1998). Measurement Issues Related To Studies Of Childhood Obesity: Assessment Of Body Composition, Body Fat Distirbution, Physical Activity And Food Intake, *Pediatrics*; 101, 3, S. 505.

- Gökmen, H., Karagöl, T., Aşçı, F.H. (1995). *Psikomotor gelişim*. T.C. Başbakanlık GSGM, Eğitim Dairesi Başkanlığı, Ankara: Gökçe Ofset, 95 s.
- Gökalp, M. (2007). *Okul öncesi dönemde hareket gelişimini destekleyen oyunlar*. Okul Öncesi Dönemde Anne Baba Kaynak Kitapları. Bilgin Eğitim Teknolojileri A.Ş.
- Graham, S. F. (2002). Dance: A transformative occupation. *Journal of Occupational Science*, 9, 128–134.
- Güven, N. (1979). *Süt Çocuğunda Motor Gelişim*. Çocuk Gelişimi ve Eğitimi El Kitabı Ankara: Hacettepe Üniversitesi Yayınları. 14-23.
- Hazar, F., Taşmektepligil, Y. (2008) Puberte Öncesi Dönemde Denge Ve Esnekliğin Çeviklik Üzerine Etkilerinin İncelenmesi. *Spormetre Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi*, Cilt: VI Sayı: 19-12.
- Haywood, K.M., and Getchell, N. (2005). *Life span motor development*. Fourth Edition, Human Kinetics, 326 p, USA.
- http://stu.inonu.edu.tr/~dans/?page_id=12 (Erişim Tarihi: 01.05.2012)
- İnan, M. (1998). *3-9 Yaş Çocuklar İçin Uygulamalı Hareket Eğitimi Öğretmen El Kitabı*. İstanbul: Özal Matbaacılık.
- Kahl, H., Emmel J. (2002) *The motor Aktivitiy Study Segment as Pilot Study of The Child and Adolescent Health Survey*, Gesundheitswesen 64 Suppl 1:S114-8, December.
- Kaya, A. (2011). *Gelişim*. <http://arzukaya168.blogspot.com/2011/11/gelisim- alanlari-sayfa-68-arastirma.html> (Erişim Tarihi: 04.04.2012)

- Kayapınar, F., Ç, Özbar, N. (2004). *Okul öncesi dönemde uygulanan hareket eğitimi programının çocukların fiziksel özelliklerine etkisi*, 8. Uluslar Arası Spor Bilimleri Kongresi 17-20 Kasım, Kemer/Antalya
- Kephart, C. N., Godfrey, B. B. (1973). *Movement patterns and motor education*. New Jersey: Prentice Hall, Inc.
- Kerkez, F. (1997). *9-11 Yaş grubu çocuklarda kondisyonel spormotorik özelliklerin koordinatif yeteneklere etkisinin araştırılması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Van.
- Kerkez, F. (2006). *Oyun Ve Egzersizin Yuva Ve Anaokuluna Giden 5-6 Yaş Grubu Çocuklarda Fiziksel Ve Motor Gelişime Etkisinin Araştırılması*. Doktora Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Trabzon.
- Kırıcı, H. M. (2008). *Okulöncesi eğitim kurumlarındaki 4-6 yaş grubu çocuklarda 8 haftalık hareket eğitiminin motor performanslarına etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Muğla Üniversitesi, Muğla.
- Kim, J. (1998). *The Effects Of Creative Dance Instruction On Creative And Critical Thinking Of Seventh Grade Female Students In Seoul, Korea*, School Of Education New York University, USA.
- Koçak, S. ve Kartal, A. (2003). İlköğretim öğrencilerinin bir öğretim döneminde fiziksel uygunluk gelişimlerindeki değişimin incelenmesi. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 8(1), 53-60.
- Koff, S. R. (2000). Toward a Definition of Dance Education. *Childhood Education*. 77 (1), 27-31.
- Kraus, R., Chapman, H. S. & Dixon, B. (1991). *History of the Dance in Art and Education*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.

- Lake, R. (2010). *The benefits of dance for kids*. (Erişim Tarihi: 11.05.2012)
<http://www.livestrong.com/article/214791-the-benefits-of-dance-for-kids/>
- Lam, M.Y., Ip, M.H., Lui, P.K., and Koong, M.K. (2003). *How teachers can assess kindergarten children's motor performance in Hong Kong*. *Early Child Development and Care*, 173(1), 109-118.
- Lee, K. (1998). *Guidelines for creative dance instruction for kindergarten children in korea*, School of Education New York University, USA. UMI No: 9908275.
- Lin, C. M. (2005). *Perception of dance instructors regarding general dance education curricula in Taiwan*, The University of South Dakota, USA. UMI No: 3188198.
- Lobo, Y. B., Winsler, A., (2006). The effects of a creative dance and movement program on the social competence of Head Start Preschoolers. *Social Development*, Volume15, Number 3, August pp. 501-519 (19).
- Lorenzo-Lasa R, Ideishi R. I., Ideishi, S.K. (2007). Facilitating Preschool Learning and Movement through Dance *Early Childhood Education Journal*, Vol. 35, No. 1.August
- Mayosky, M. (1995). *Creative activies for young children*. New York: Delmar Publishers Inc.
- Miller, G. *Latin Dance For Children*. (Erişim Tarihi: 23.04.2012)
http://dance.lovetoknow.com/Latin_Dance_for_Children.
- McGraw, M. B. (1935). *Growth: A study of Johnny and Jimmy*. New York: Appleton- Century Co.

- Morris, M.A., Atwater, E. A., Williams, J. M. ve Wilmore, H. J., (1982). Age and sex differences in motor performance Of 3 through 6 year old children, *research quarterly for exercise and sport*, Volume: 53, No:3, 214-221.
- Morrison G. S.(2000). *Fundamentals of early childhood education*, USA: Merrill and imprint of Prentice Hall Inc, 2nd edition, s.215, 241-263,
- Mosston, M., Ashworth, S. (1986). *Teaching physical education*. New York: Macmillan Collage Publishing Company, 257 p.
- Mülazımoğlu B.Ö. (2006). *Bruininks-Oseretsky motor yeterlik testinin geçerlik, güvenirlik çalışması ve beş-altı yaş grubu çocuklara uygulanan jimnastik eğitim programının motor gelişime etkisinin incelenmesi*, Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Müniroğlu, S. (1995). *Anaokullarına devam eden dört-beş yaş grubu çocukların motor gelişim düzeylerine etki eden bazı faktörler üzerine bir araştırma*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Ev Ekonomisi Anabilim Dalı , S.31-63, Ankara.
- Odabası, B.(2003). *12 haftalık yüzme temel eğitim çalışmalarının 7-12 yaş grubu kız ve erkek yüzücülerin fiziksel ve motorsal özellikleri üzerine etkisi*, Yüksek Lisans Tezi, Kocaeli Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kocaeli.
- Oktay, A. (2000). *Yaşamın sihirli yılları: okul öncesi dönem*. İstanbul: Epsilon yayınları.
- Overby, L. Y. (1992). *Status of Dance in Education*. ERIC Digest. Retrived on June 19.

- Özbar, N., Kayapınar, F. Ç. (2004). *Okulöncesi dönem çocuklarında hareket eğitiminin el-göz koordinasyonu süresi ve hata sayısına etkisi*, 8. Uluslar Arası Spor Bilimleri Kongresi 17-20 Kasım, Kemer/Antalya.
- Özel Eğitim Sitesi. (2012) *Psikomotor Gelişim Tanımı ve Önemi*
<http://www.ozelegitimsitesi.com/motor-ozbakim-ogrt/psikomotor-gelisim.html> (Erişim Tarihi: 08.04.2012)
- Özer, D.S., Özer M.K. (2009). *Çocuklarda motor gelişim*, Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Payne, V.G., Isaacs, L.D.(2005). *Human motor development: A life span approach*. 5th ed. 497 p., Boston: McGraw-Hill.
- Pendik ve Sanat. *Dans*. (Erişim Tarihi: 29.05.2012)
<http://okulweb.meb.gov.tr/34/16/316267/images/Dergi%20Tasar%C4%B1mlar%C4%B1/5B%20K%C3%9CLT%C3%9CR%20SANAT%20DERG%C4%B0S%C4%B0.pdf>
- Preston- Dunlop, V. (1979). *Dancing and dance theory*, England: A Laban Centenary Publication,
- Pretell, J.A. (2008). *A Look At The Orijin Of Salsa*
<http://www.monarchknights.com/teacherwebpages/pickman/documents/Dancehistories.pdf> (Erişim Tarihi: 22.02.2012)
- Przysucha, E. (2000). *The comparison of balance performance between boys with and without developmental coordination disorder*. Master Of Science .
- Sacha T. J., & Ross, S. W. (2006). Effect of pretend imagery on learning dance in preschool children. *Early Childhood Education Journal*, 33, 341–345.

- Sallis, J. F. (1993). Epidemiology of physical activity and fitness in children and adolescents. *Critical Reviews in Food Science and Nutrition*, 33, 403–408.
- San-Bayhan, P., Artan, İ. (2004). *Çocuk gelişimi ve eğitimi*. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları Ltd. Ş. Asır Matbaası, 296 s.
- Santrock, J. W. (1981). *Adolescense*. (4th ed.) Wm. C.Brown Publishers
- Sarı, S. Ç. (2005). Okul Öncesi Dönemde Hareket Gelişimi ve Eğitimi, *Bilim ve Aklın Aydınlığında Eğitim Dergisi*, Yıl: 6, Sayı: 62.
- Saygın, Ö., Polat, Y. ve Karacabey, K., (2005), Çocuklarda Hareket Eğitiminin Fiziksel Uygunluk Özelliklerine Etkisi, *Fırat Ü. Sağlık Bil. Dergisi*, 19(3), 205
- Schleyer, C. (1998). Comparison of cognitive skills utilized in high school physical.
- Schmit JM, Regis DI, Riley MA. (2005). *Dynamic patterns of postural sway in balet dancers and track athletes*. Exp Brain Res. 163(3):370-8.
- Shirley, M. M. (1931). *The first two years: A study of twenty-five babies*. Minneapolis: University of Minnesota Press.
- Srroj, L. (2002). *Effect of motor abilities on performing the hvar folk dance cicilion in 11-year-old girls*. Coll Antropol. Dec;26(2):539-43
- Senemoğlu, N. (2010). *Gelişim, öğrenme ve öğretim: Kuramdan uygulamaya*, Ankara: Pegem Akademi.
- Sevim, Y. (1997). *Antrenman bilgisi*, Tubitay Ltd. Sti., Ankara.

- Sevimay, D. (1986). Okulöncesi çağı çocuklarının motor performanslarının incelenmesi. (Basılmamış Bilim uzmanlığı tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Sherbon, E.(2002). *Modern Dance Methods*. Mayfield, USA
- Shilling, W. A.(2002). *Mathematics, music and movement:Exploring concepts and connections*. Early Childhood Education Journal, 29, 179–184.
- Shumway-Cook, A., & Woollacott, M. H. (2007). *Motor learning and recovery of function*. In A. M. H. Shumway-Cook Woollacott (Ed.), Motor control: Translating research into clinical practice, 3rd edition (pp. 30–31). PA: Lippincott, Williams & Wilkins. Philadelphia.
- Stinson, S. (1989). Creative dance for preschool children. *Early Child Development and Care*, 47;205-209.
- Strickland, E. (2001). Move to the music. *Early Childhood Today*, 15(4);36-38.
- Sun, S., Seyrek H. (1998). *Okul öncesi eğitimde müzik*. İzmir: Müzik Eserleri Yayınları, 330s,
- Şen, M. (2004), *Anaokuluna devam eden altı yas çocukların motor gelişimlerine beden eğitimi çalışmalarının etkisinin incelenmesi*, Ankara Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Ev Ekonomisi (Çocuk Gelişimi) ABD Yüksek Lisans Tezi, Ankara.
- Şentürk, H. E. (2012). *Okul öncesi eğitim kurumlarındaki çocuklarda hareket eğitiminin motor performanslarına etkisi*. Sözlü Bildiri. Muğla Üniversitesi. Muğla.
- Temel, F. (1994). Montessori'nin görüşleri ve eğitim yaklaşımı. *Okul Öncesi Eğitimi Dergisi*, 26(47),18-22.

- Timurkaan, S. (2003), *Farklı fiziki özelliklere sahip yerleşim bölgelerinde yasayan altı yaş grubu çocukların psikomotor gelişimlerinin karşılaştırılması*, Yüksek Lisans Tezi, İnönü Üniversitesi, Malatya.
- Tokinan, B. Ö. (2008). *Yaratıcı Dans Etkinliklerinin Motivasyon, Özgüven, Özyeterlik Ve Dans Performansı Üzerindeki Etkileri*. Doktora Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- Topçu, A. K. (2008). *Görsel sanatlar eğitiminde bir öğretim yöntemi olarak yaratıcı drama*, Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi. Konya.
- Tüfekçioğlu, E. (2002). *Okulöncesi 4-6 yaş çocuklarında algısal motor gelişim programlarının denge ve çabukluk üzerine etkisi*, Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Ürfioğlu, A.(1989). *Bebeklik ve okul öncesi dönemde müziğin gelişimi ve eğitimi*. İstanbul: Ya-pa Yayınları, s.96.
- Waxer, L. A. (2002). *The city of musical memory: salsa, record grooves, and popular culture in cali*, Colombia: Wesleyan, p. 93-94.
- Wickstrom, L. R. (1977). *Fundamental motor patterns*. Lea. Febiger, Philedelphia.
- Wolff, P. H., Gunnoe C. E, Cohen C (1983). Associated movements as a measure of developmental age. *Developmental medicine and Child Neurology*. Vol. 25.417-429.
- Venetsanou F., Kambas, A. (2004). How can a tradional Greek dances programme affect the motor proficiency of the preschool children? *Research in Dance education*, Vol. 5,No. 2, pp. 127-138.

- Yahşi, A.S. (1998). *Motorsal beceri öğretiminde değişik ön alıştırma türlerinden hangisinin daha etkili ve kalıcı olduğuna ilişkin bir araştırma*, Yüksek Lisans Tezi, Celal Bayar Üniversitesi, Manisa.
- Yenal, T. H., Çamlıyer, H. ve Saracoğlu, A.S. (1999). İlköğretim ikinci devre çocuklarında beden eğitimi ve spor etkinliklerinin motor beceri ve yetenekler üzerine etkisi. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 4(3), 15-24.
- Yeşilyaprak, B. (2002). *Gelişim ve öğrenme psikolojisi*. Ankara: Pegem A Yayıncılık.
- Yiğit, B., Bayraktar, M. (2006). *Okul-Çevre İlişkileri*. Ankara: Pegem A Yayıncılık.
- Yörükoğlu, A. (1981). Gelişim ilkeleri ve çocuk ruh gelişimi. Ruh sağlığı ve hastalıkları. Öztürk O (Ed.). *Türkiye sinir ve ruh sağlığı Derneği yayınları* No.7, 63-92. Ankara
- Yüksel, E. (2003). *Okul öncesi ve ilköğretim çağındaki çocukların bedensel ve sosyal gelişmelerinde beden eğitimi ve sporun önemi ve buna ilişkin yönetici, öğretmen görüşleri*, Yüksek Lisans Tezi, Niğde Üniversitesi, Niğde.
- Yüzgöl, A., Müniroğlu, S. (2001). *Ankara’da özel bir okulda 7-12 yaş grubu çocukların fiziksel özelliklerinin incelenmesi*. 3. Uluslararası Akdeniz Spor Bilimleri Kongresi, s. 343-356, 2-4 Kasım, Antalya.
- Zachopoulou, E., Tsapakidou, A., Derri, V. (2004). The Effects of a Developmentally Appropriate Music and Movement Program On Motor Performance, *Early Childhood Research Quarterly*, Volume 19, Issue 4, 631–642.

Zaichowsky, B. L. ,Martinek, T. (1980).*Growth and development. The child and physical activity*. Saint Louis: The C. U. Mosby Company, 147 s.

Zlkadiroğlu, Z. (1995). *5-6 yaş grubu kız ve erkek çocuklarda 12 haftalık jimnastik ve yüzme çalışmalarının esneklik ve kondisyonel özellikleri üzerine etkisi*. Basılmamış Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi, Adana.

ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler

Adi Soyadı: Alev ÇELİK ARSLAN

Doğum Yeri ve Tarihi: ANKARA 01.01.1978

Eğitim Durumu

Lisans Öğrenimi:

ORTA DOĞU TEKNİK ÜNİVERSİTESİ OKUL ÖNCESİ ÖĞRETMENLİĞİ

Yüksek Lisans Öğrenimi:

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ OKUL ÖNCESİ ÖĞRETMENLİĞİ

Bildiği Yabancı Diller:

İNGİLİZCE

İs Deneyimi

Çalıştığı Kurumlar:

ANKARA ÖZEL YÜCE KOLEJİ

KAYSERİ TED KOLEJİ

KAYSERİ ODTÜ KOLEJİ

İletişim

E-posta Adresi:

alvclk@gmail.com

Tarih:

19.06.2012