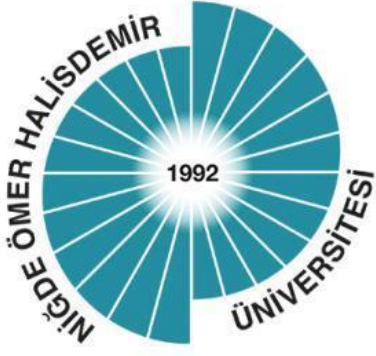




T.C.

**NİĞDE ÖMER HALİSDEMİR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI**

**ÇOCUKLARDA BADMİNTON ANTRENMANLARININ
DİKKAT DÜZEYİ ÜZERİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**Hazırlayan
Ömer ŞAHİN**

**Niğde
Ağustos, 2019**

T.C.
NİĞDE ÖMER HALİSDEMİR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI

ÇOCUKLARDA BADMİNTON ANTRENMANLARININ
DİKKAT DÜZEYİ ÜZERİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Hazırlayan
Ömer ŞAHİN

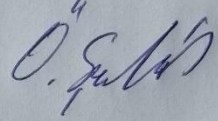
Danışman : Doç.Dr. Zait Burak AKTUĞ
Üye : Doç.Dr. Serkan İBİŞ
Üye : Doç.Dr. İbrahim ŞAHİN

Niğde
Ağustos, 2019

YEMİN METNİ

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “Çocuklarda Badminton Antrenmanlarının Dikkat Düzeyi Üzerine Etkisinin İncelenmesi” başlıklı bu çalışmanın, bilimsel ve akademik kurallar çerçevesinde tez yazım kılavuzuna uygun olarak tarafımdan yazıldığını, yararlandığım eserlerin tamamının kaynaklarda gösterildiğini ve çalışmamın içinde kullanıldıkları her yerde bunlara atıf yapıldığını belirtir ve bunu onurumla doğrularım. 22/08/2019

Ömer ŞAHİN



ONAY SAYFASI

Doç.Dr. Zait Burak AKTUĞ danışmanlığında **Ömer ŞAHİN** tarafından hazırlanan “**Çocuklarda Badminton Antrenmanlarının Dikkat Düzeyi Üzerine Etkisinin İncelenmesi**” adlı bu çalışma jürimiz tarafından Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalında Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

Tarih: 22/ 08 /2019

JÜRİ:

Danışman: Doç Dr. Zait Burak AKTUĞ

Üye :Doç Dr. Serkan İBİŞ

Üye : Doç.Dr İbrahim ŞAHİN

ONAY:

Bu tezin kabulü enstitü yönetim kurulununTarih vesayılı kararı ile onaylanmıştır.

Doç.Dr.Emin Hüseyin ÇETENAK

Enstitü Müdürü

ÖNSÖZ

Araştırmamın her aşamasında benden emeğini esirgemeyen akademik olarak gelişmeme yardımcı olan değerli danışman hocam Doç.Dr. Zait Burak AKTUĞ'a, yüksek lisans eğitimim ve tez çalışmam süresince bana yol gösteren hocalarım Doç.Dr. Serkan İBİŞ ve Doç.Dr. Gürkan YILMAZ'a, hayata farklı bir bakış açısıyla bakmamı sağlayan hocam Dr.Öğr.Üyesi İbrahim Ümran AKDAĞÇIK'a, yüksek lisans eğitimimde bana destek olan Melih Engin ÇITIRKI, Necdet Eray PİŞKİN, Emrah ŞENGÜR, Fatma Betül GÜNDOĞDU ve abim Yunus ÇOŞKUN'a, tez çalışmamda öğrencilerin çalışmaya katılması ve ölçümlerinin alınmasında sabırla davranan benden yardımını esirgemeyen arkadaşım Abdurrahman ARSLAN'a ve bana hep inanan ve güvenen aileme teşekkür ediyorum.

Üniversite hayatım boyunca ve sonrasında hep yanımda olan kendimi özel hissettiren eşim Hatice ŞAHİN'e ve biricik oğlumuz Nazım'a sevgilerimi sunuyorum.

Ömer ŞAHİN

ÖZET
YÜKSEK LİSANS TEZİ
ÇOCUKLARDA BADMİNTON ANTRENMANLARININ
DİKKAT DÜZEYİ ÜZERİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ

ŞAHİN, Ömer
Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı
Tez Danışmanı: Doç. Dr. Zait Burak AKTUĞ
Ağustos 2019, 56 Sayfa

Yapılan çalışmanın amacı, çocuklara uygulanan 8 haftalık badminton hedef antrenmanlarının ve koordinasyon çalışmalarının dikkat düzeyi üzerine etkisinin incelenmesidir. Çalışmaya 11-15 yaşları arası 90 (erkek = 54, kız = 36) gönüllü çocuk katılmıştır. Çocuklar herhangi bir egzersiz yapmayan kontrol grubu (KG) (N=30), 8 hafta boyunca hafta 3 gün badminton antrenmanı yapan badminton grubu (BG) (N=30) ve badminton antrenmanına ilaveten, koordinasyon çalışmaları ve badmintonda hedef antrenmanları yapan deney grubu (DG) (N=30) olmak üzere üç gruba ayrılmıştır. Çocukların dikkat düzeyini belirlemede Burdon dikkat testi kullanılmıştır. Çocukların dikkat düzeyleri çalışma başlamadan önce ve 8 haftalık egzersizler sonrasında olmak üzere iki kez ölçülmüştür. Dikkat düzeylerinin grup içi ön test son test arasındaki farkı belirlemede Paired t testi kullanılmıştır. İstatiksel analiz sonucunda KG'nun ön testleri ile son testleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmazken, BG'nun $Burdon_{giriş}$, $Burdon_{gelişme}$ ve $Burdon_{toplam}$ skorlarının, DG'nun ise $Burdon_{giriş}$, $Burdon_{gelişme}$, $Burdon_{sonuç}$ ve $Burdon_{toplam}$ skorlarının son testte istatistiksel olarak anlamlı şekilde arttığı belirlenmiştir. Sonuç olarak, günümüz çocuklarının önemli problemlerinden olan dikkat eksikliğinin badminton antrenmanları ile azaltılabileceği belirlenmiştir. Ayrıca çocuklara uygulanan koordinasyon geliştirici çalışmaların ve hedef antrenmanlarının çocuklarda dikkat eksikliğini azaltmada ekstra katkı sağlayacağı söylenebilir.

Anahtar kelimeler: Dikkat, Çocuk, Badminton

ABSTRACT
MASTER'S THESIS
INVESTIGATION OF THE EFFECT OF BADMINTON
TRAINING ON ATTENTION LEVELS OF CHILDREN

ŞAHİN, Ömer
Physical Educationan and Sports Department
Supervisor: Assoc. Prof. Zait Burak AKTUĞ
August 2019, 56 pages

The aim of this study is to investigate the effect of 8-week badminton target training and coordination training on attention level of children. 90 volunteer children between the ages of 11-15 (male = 54, female = 36) participated in the study. The children were grouped in three groups: The control group (CG) (N = 30), who did not perform any exercise; the badminton group (BG) (N = 30) who performed badminton training 3 days a week for 8 weeks, and the experimental group (EG) (N = 30) who performed badminton target training and coordination training in addition to the badminton training. Burdon Attention Test was used to determine the attention levels of the children. The attention levels of the children were measured twice; first, before the study started and secondly, after 8 weeks of exercise. Paired t test was used to determine the difference between the attention levels in the pre-test and the post-test level. As a result of the statistical analysis, there was no statistically significant difference between the pre-tests and post-tests of the CG, while it was found out that the Burdon_{introduction}, Burdon_{development} and Burdon_{final} scores of the BG and Burdon_{introduction}, Burdon_{development}, Burdon_{final} and Burdon_{total} scores of the EG increased in the last test statistically significantly. As a result, it has been found that the attention-deficit, which is one of the important problems of today's children, can be reduced by badminton training. In addition, it can be said that coordination developing activities and target trainings applied to children will make extra contribution in reducing attention deficit in children.

Keywords: Attention, Children, Badminton

İÇİNDEKİLER

YEMİN METNİ.....	i
ONAY SAYFASI	ii
ÖNSÖZ	iii
ÖZET	iv
ABSTRACT.....	v
İÇİNDEKİLER	vi
TABLolar LİSTESİ.....	viii
ŞEKİLLER LİSTESİ	ix
EKLER.....	x
BÖLÜM 1	1
1. GİRİŞ	1
1.1. Problem Durumu	2
1.2. Araştırmanın Amacı	2
1.3. Araştırmanın Önemi	2
1.4. Sınırlılıklar	3
1.5. Varsayımlar	3
1.6. Tanımlar	3
BÖLÜM 2	4
2. GENEL BİLGİLER.....	4
2.1. Badmintonun Tarihçesi	4
2.1.1. Dünyada Badminton.....	5
2.1.2. Türkiye’de Badminton	6
2.2. Badmintonun Tanımı	7
2.3. Badminton Temel Oyun Kuralları.....	7
2.4. Badminton Saha ve Malzemeler	8

2.5. Badminton Temel Vuruş Teknikleri	9
2.6. Dikkat	10
2.6.1. Dikkatin Biyolojik Temeli.....	11
2.6.2. Dikkat Çeşitleri.....	12
2.6.3. Sporda Dikkat	14
2.6.4. Dikkati Etkileyen Faktörler	15
2.7. Çocuk ve Spor	16
2.8. Çocuklarda Dikkat Toplamının Gelişimi	17
BÖLÜM 3	18
3. MATERYAL VE METOD	18
3.1. Antrenman Programı	18
3.2. Ölçüm ve Testler	27
3.3. Bourdon Dikkat Testi (Harf Formu)	27
3.4. Verilerin Analizi.....	27
BÖLÜM 4	28
4. BULGULAR.....	28
BÖLÜM 5	31
5. TARTIŞMA	31
BÖLÜM 6	36
6. KAYNAKÇA.....	36
EKLER.....	41
Ek 1. Burdon Dikkat Testi (Harf Formu).....	41
Ek 2. İzin Belgesi	42
Ek 3. Özgeçmiş	43

TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 3.1. Deney Grubunun 8 Haftalık Koordinasyon ve Badminton Hedef Antrenman Programı.....	26
Tablo 4.1. Katılımcıların Demografik Özellikleri.....	28
Tablo 4.2. Kontrol Grubunun Burdon Dikkat Testi Ön Test Son Test Fark Tablosu..	28
Tablo 4.3. Badminton Grubunun Burdon Dikkat Testi Ön Test Son Test Fark Tablosu.....	29
Tablo 4.4. Deney Grubunun Burdon Dikkat Testi Ön Test Son Test Fark Tablosu...	29
Tablo 4.5. Grupların Burdon Dikkat Testi Ön Test Son Test Arasında Yüzdelik Artış.....	30

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1. Badminton Saha Ölçüleri	8
Şekil 2. Badminton Vuruş Teknikleri.....	9
Şekil 3. Badminton Vuruş Teknikleri.....	10
Şekil 4. Servis Hedef Çalışması.....	19
Şekil 5. Smaç Hedef Çalışması.....	19
Şekil 6. Drop Hedef Çalışması	20
Şekil 7. Paralel Smaç Çalışması	20
Şekil 8. Çapraz Smaç Çalışması	20
Şekil 9. Top Besleme.....	21
Şekil 10. Paralel Forheand Çalışması	21
Şekil 11. Çapraz Forheand Çalışması	21
Şekil 12. Paralel Backheand Çalışması	22
Şekil 13. Çapraz Backheand Çalışması	22
Şekil 14. Sağ Yan Tek Basma Çalışması.....	22
Şekil 15. Sağ Yan Çift Basma Çalışması.....	23
Şekil 16. Sol Yan Tek Basma Çalışması	23
Şekil 17. Sol Yan Çift Basma Çalışması	23
Şekil 18. Öne Tek Basma Çalışması.....	24
Şekil 19. Öne Çift Basma Çalışması.....	24
Şekil 20. Geriye Tek Basma Çalışması	25
Şekil 21. Geriye Çift Basma Çalışması	25
Şekil 22. Burdon Dikkat Testi Uygulaması.....	27

EKLER

Ek 1. Burdon Dikkat Testi (Harf Formu)

Ek 2. İzin Belgeleri

Ek 3. Özgeçmiş



BÖLÜM 1

1. GİRİŞ

Badminton dünyada geniş kitlelere hitap ettiğinden dolayı önemli bir yere sahiptir. Böyle olmasının sebebi oyunun zarif bir karakteristik özelliğe sahip olmasından kaynaklanmaktadır. Öte yandan badminton oyun nitelikleri bakımından sahalar ve özellikle de buna uygun bir alana ihtiyaç duyulmadan oynanabilmektedir. Parkta, okulda, mesire alanlarında, bahçede, kumsalda dahası buz pistinde bile oynanabilir (Chu, 2013: 41).

Yukarıda saydığımız bu özelliklerden dolayı badminton oyunu her geçen gün daha fazla kitlelere erişebilmektedir. Ayrıca insanların sağlığını iyileştirmeye, spor ve egzersiz ihtiyaçlarına cevap verebilme niteliğine sahiptir (Cümşütoğlu ve Kale, 1994).

Badminton hem çocuklukta hem gençlik dönemlerinde hem de ileriki yaşlarda rahatça oynanabilmektedir. Sporcuların haricinde bireyler tarafından rahatça öğrenilip oynanabilir. Badminton raket ile oynanmayan spor branşlarına göre erkek ve bayanın karşılıklı oynayabileceği hem eğlence maksatlı hem de rekabet güden birkaç spor dalından biridir.

Son yıllarda psikolojik bir varlık olan insanların hayatları sürecindeki varlığı küçük yaşlardan itibaren başlamasıyla hayat boyu süregelen odaklanma, konsantre olma, motivasyon, güdülenme ve özellikle de dikkat ile ilgili problemler bilimsel tartışmaların merkezinde yer almaktadır (Amoda, 1996).

Bazı durumlarla faal olarak ilgilenilebilmek için başka unsurlardan ilgimizi çekmek durumunda kalırız ve bu olayın gerçek karşısı da dalgınlık dediğimiz şaşkın sersemlemiş durumdur. Hali hazırda ‘‘ Beyincik gelişim gecikmesini iyileştireceği’’ görüşünde olan öğrencilere yönelik bir egzersiz programı dikkat eksikliği bozukluğunu hafifletici alternatif bir tedavi olarak sunulmaktadır. Tanımlanan egzersiz programlarının uygulanmasının okuma ve yazma yeteneği üzerinde önemli düzeyde iyileşme sağladığı görülmüştür. Bu egzersizlerin çok sayıda çocuk, ergen ve yetişkinlerde okuma, yazma ve kavrama zorluğu ile konsantre ve organize olma

zayıflıklarını, hantallığı, özsaygı azlığını ve duyguları kontrol etme zorluklarını iyileştirdiği iddia edilmektedir (Thomas, 2010: 22).

Badminton sporu, reaksiyon çabukluğu, yönelim, denge, dayanıklılık gibi kişilerin psikomotor becerilerini de en iyi bir şekilde geliştirebilme özelliğine sahip olan bir branş olmakla beraber, ileriki yaşlarda önemli bir düzeyde azalış gösteren reaksiyon çabukluğuna bir frenleme rolünü üstlenmektedir. Bu bağlamda, badminton sporu jet pilotları ve hatta astronotların egzersiz programına dahil edilmektedir. Bu spor branşı, hızlı karar alma mekanizması gösteren, saniyelerle beynimizin taktiksel yönden en iyi ve olumlu bir forma ulaştıran nadir branşlardan birisidir (Shaw, 1989).

1.1. Problem Durumu

11-15 yaş arası çocuklarda badminton antrenmanı yapan çocuklar ile badminton antrenmanı yapmayan çocukların dikkat düzeyleri arasında fark var mıdır?

1.2. Araştırmanın Amacı

Çalışmamızda 11-15 yaş arası çocuklarda badmintonun dikkat düzeyi üzerine etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Bu amaçla, 11-15 yaş arasındaki 90 çocuk 30'ar kişilik 3 gruba ayrılmıştır. 2 kontrol grubu 1 deney grubundan oluşmaktadır. Birinci kontrol grubu herhangi bir spor branşı ile uğraşmayanlar, ikinci kontrol grubu badminton antrenmanı yapanlar, deney grubu ise badminton antrenmanına ilaveten 8 haftalık antrenman programını uygulayanlardan oluşmaktadır.

1.3. Araştırmanın Önemi

Badminton sporunun geçmişi çok eskilere dayanmasına rağmen yeteri kadar gelişim gösterememiştir. Teknolojik gelişmelerle beraber badminton Türkiye'de ve Dünya'da yerini yavaş yavaş almaya başlamıştır. Ülkemizde badminton sporu ile ilgili yapılan çalışmaların yetersiz olması badminton branşında çalışmamıza yön vermiştir.

Yapılan çalışma sonuçlarına göre hem dikkat düzeyini arttırmak hem de antrenman planı yaparken istenilen sonuçlara daha kısa sürede ulaşmak için rehber olacağından önem taşımaktadır.

1.4. Sınırlılıklar

- ✓ Çalışmaya katılan çocukların 11-15 yaş arasında olması ile sınırlıdır
- ✓ Araştırma; 2018-2019 eğitim öğretim yılında Danişment Gazi Sosyal Tesislerindeki 90 kişilik öğrenci grubu ile sınırlıdır.

1.5. Varsayımlar

- ✓ Teste katılan grupların test uygulamalarını en iyi şekilde yaptıkları varsayılmıştır.
- ✓ Deney grubunun uygulanan antrenman planını en iyi şekilde yaptıkları varsayılmıştır.

1.6. Tanımlar

Dikkat: Dikkat, kişilerin duyu organları vasıtasıyla erişebildiği ve bu yolla farkına vardığı olağanüstü çevresinde ortaya çıkan uyarıcıya/uyarıcılara bilinçsel alıcılarını yönlendirme hali olarak tanımlanabilir (Eyesenck ve Keane, 2000).

BÖLÜM 2

2. GENEL BİLGİLER

2.1. Badmintonun Tarihçesi

Badminton branşının geçmişi çok eski tarihlere dayanmaktadır. Hindistan’da yapılan kazı araştırmalarında taşlara işlenmiş çeşitli figürlere rastlanılmıştır. Arkeologlar ve tarihçiler, bu spor branşının zamanımızdan 3000 sene evvel oynandığını dile getirmektedir (Cümşütoğlu ve Kale, 1994).

Çinliler MÖ 5. yüzyılda, boş zamanlarını egzersizle geçirmek ve zinde kalmak için 5-6 adet kaz tüyünü bir vişne üzerine takıp güneş ışığında kurumaya bırakarak meydana getirdikleri badminton topuna benzeyen Ti Jian Zi (Ti jianzi) ismi verilen bir oyunu ayaklarıyla oynamışlardır (Gezgin ve Gümüş, 2018: 12).

Ayrıca badmintona benzeyen 19. yüzyıl ortalarında Hindistan’da önemli ilerleme kaydeden ve rağbet gören bu spor yine Hindistan’da “poona (poana)” adıyla oynanmıştır. Bu ülkede de kirazgillere takılan kaz tüyü top ve tahta raketlerle oynanan oyun hızla başka ülkelere de yayılmıştır. Fransa’da badmintona Kokvanten (uçan horoz) ile birlikte Jevolan (tüy top) Çar Rusya’da ise Laptu; Almanya, Avusturya ve İsviçre vb. farklı Avrupa ülkelerinde badminton, federball olarak isimlendirilmiştir (Gülmez, 2007: 3-5).

Özellikle 14. asırdan sonra Japonya’da toplum tarafından çok beğenilerek ve ilgi duyularak oynanmıştır. Bu oyun Marco Polo’nun desteğiyle Asya’dan Avrupa’ya taşınmıştır. Oyun gerçekte “Badminton” adlı bir beldede yaygın olarak oynanmasından dolayı bu ismi almaktadır (Yorulmazlar ve Kepoğlu, 2006).

Gloucestershire (Günümüzde Avon olarak bilinir.) Dükü Beauford (Buford) “poona” olarak bilinen bu oyunu 1872 yılında Hindistan’dan İngiltere’ye getirerek çocuklarına oyun kurallarını öğretmiştir. Beauford Dükü’nün kız çocukları bu oyunu ilk defa Badminton Evi’nde misafirleri için sergilemişler. Badminton ismini bu evden almaktadır (Gezgin ve Gümüş, 2018: 12).

2.1.1. Dünyada Badminton

Tüy topun gelişmesi ile badmintona Avrupa’da rağbet duyulmasından dolayı büyük bir dağılım sergilemiş, Avrupa’dan sonra Japonya ve Endonezya’da yayılım göstermiştir. Çin Halk Cumhuriyeti 1960’lı yılların ortasına doğru dünya sahnesinde yerini almıştır. Çin Halk Cumhuriyeti siyasal nedenlerden dolayı Uluslararası Badminton Federasyonuna kabul edilmemiştir. Bu sebeple 1978’de başta Çin olmak üzere 3. Dünya ülkeleri bir araya gelerek Dünya Badminton Federasyonu (WBF)’nu kurulmuştur. Ülkelerin tamamı 1981 yılının mayıs ayında bir araya gelerek Uluslararası Badminton Federasyonu (IBF) bayrağı altında toplanmışlardır (Niesner ve Ranzmayer, 1992: 1-3). Yine bu oyun Badminton kasabasından İngiltere’nin tamamına dağılmıştır.

Baldwin (Boldvin) böylece ilk kez Badmintonda oyunun nasıl oynatılacağına dair kurallar koyan kişi olarak tarihe adını yazdırmıştır. 1887 yılında Baldwin’in koyduğu bu kurallardan yola çıkarak badminton oyunu kurallı olarak oynanmaya başlanmıştır. İlk onaylanan kurallar çok az farklılık göstererek çağımıza değin aktarılmıştır. 1898 senesinde ilk resmî tüy topu kullanan ve ölçülerini onaylatan kişi Ann Jackson (En Ceksın) olmuştur. Böylelikle Baldwin ve Jackson İngiltere tarihine ilk badminton sporcuları olarak yerini almıştır (Gezgin ve Gümüş, 2018: 12).

1893 yılında İngiltere’de ilk Badminton Federasyonu olan İngiltere Badminton Federasyonu kurulmuştur (Aracı, 2006).

1898 yılında Miss Ann Jackson isimli bir İngiliz kadın oyuncu ilk nizami tüy top patentini alan kişi olmuştur (Aracı, 2006).

1899 senesinde ilk defa kupa şampiyonası İngiltere’de yapılmıştır (Aracı, 2006).

1911 yılında İngiliz Badminton oyuncusu Sammuel Messiya tarafından ilk Badminton oyun kurallarını barındıran, teknik ve taktiğini öğreten kitap yayınlamıştır. Bu kitap incelendiğinde, bu alanda bu zamana dek yazılan kitaplarda çok az farklılıklar olduğu görülmektedir (Aracı, 2006).

Amerikalılar, İngilizlerden önce badminton oyununa benzer bir oyunu Battledore ve Shuttlecock isimli oyunların Virginina Eyaletinde oynandığını ileri sürmektedir. Amerika’da Charlie Chaplin, sanatçılar arasında Badminton şampiyonu olmuştur (Cümşütoğlu ve Kale, 1994).

1972 Münih oyunlarında Badminton, ilk defa olimpiyat sahnesine gösteri sporu olarak çıkmıştır. Barcelona 1992 Olimpiyat Oyunları'nın resmi programına kadın ve erkeklerde tekler ve çiftler kategorilerinde dahil olan Badminton, 1996 Atlanta Olimpiyat Oyunları'na karışık çiftler kategorisi dahil edilerek programa eklenmiştir (Badminton, agis, 2019).

1977 yılında ilk defa İsviçre'de resmi olarak Dünya şampiyonası düzenlenmiştir. 5 Haziran 1985'te Uluslararası Olimpiyat Komitesi (IOC) badminton branşının 1992 Olimpiyat programına resmen alınmasına karar vermişlerdir (Memedov ve Kale, 1994).

2.1.2. Türkiye'de Badminton

Badmintonun Türkiye'deki kısa tarihçesi, Sosyalist Sovyetler Birliğinin dağılarak Türkiye ile Türk Cumhuriyetleri arasındaki ilişkilerin artması ile başlamış Badminton Federasyonu 31 Mayıs 1991 Tarihinde kurulmuştur. 3 Kasım 1991'de 104. Üye olarak Uluslararası Badminton Federasyonunca tam üye sıfatını kazanmıştır (Yıldırım, 1993).

Türkiye Badminton Federasyonu'nun kurucu ve ilk başkanı İrfan Yıldırım'dır. Ayrıca bu sporun ilk antrenör ve ilk hakemlerinden birisidir. 5 Aralık 1993'te federasyon başkanlığına Akın Taşkent ilk başkan olarak seçilmiştir. A.Faik İmamoğlu'nun 1997-2004'da iki dönem başkanlık yapmıştır. 2004'ün 12. ayında gerçekleştirilen seçimde Murat Özmekik federasyon başkanlığına getirilmiştir. 2006 senesinde 8 Eylül'de gerçekleştirilen seçimlerde Murat Özmekik ikinci defa federasyon başkanlığına layık görülmüştür. Türkiye'de ilk defa düzenlenen ve Badminton Federasyonu'nun 1994 faaliyet programı içerisinde yer alan deplasmanlı Badminton Ligi Tespit Müsabakaları ise, 11 Bölgeden 24 takımın katılımı ile 4-7 Nisan 1994 tarihleri arasında Ankara'da oynanmıştır. Bu karşılaşmalar sonucunda 8 takım Badminton Ligine katılmaya hak kazanmıştır. Pek çok üniversitemizin yer aldığı Üniversiteler 1. ve 2. Liginden başka, 10'u 1.Lig, 20'si Bölgesel lig olmak üzere toplam 30 kulübün mücadele verdiği deplasmanlı Badminton Ligi'ne 2000 senesinde, ilk kez uygulanan sistem dahilinde, minikler ligi de dahil olmuştur. Türkiye'de ilk defa Londra 2012 Olimpiyat Oyunları'nda bayanlarda Neslihan Yiğit ülkemizi temsil etmiştir. MEB ve Badminton Federasyonu'nun beraber düzenledikleri Minikler, Yıldızlar, Gençler, Okullar arası yarışmaları ve bireysel Türkiye

Şampiyonaları yanı sıra açık turnuvaların da düzenlediği Badminton branşı büyük bir hızla gelişme göstermektedir (Badminton, agis, 2019).

2.2. Badmintonun Tanımı

Badminton kelime anlamı olarak tüylü top manasına gelmektedir. 2 ya da 4 oyuncu ile oynanılır. Amaç topun yere düşmemesidir. Raketle karşılıklı vuruş esasına dayalıdır. File üstünde oynanan olimpiik bir spor branşıdır. Oyunun maksadı tüy topu, raket ile etkili bir vuruş yaparak file üstünden, karşı takımın sahasının içerisine düşürmektir. Top karşı tarafın sahasına temas ettiğinde, topu atan taraf sayı veya avantaj elde eder (Salman, 1994: 5).

Badmintonda hız, akılcılık, reaksiyon, beceri, hareketlilik ve çabukluk gibi v.b etmenlerin öne çıkmasına dayanarak oyunun izlenimi çok zevkli ve eğlenceli hale gelir. (Gülmez, 2007: 16-17). Badminton zevkli bir oyun olduğundan dolayı sporcu seçmelerinde, antropometrik özellikleri zayıf, uzun boylu ve ince kas niteliğini taşıyanlar tercih sebebi olmalı. Ayrıca hız, sürat, reaksiyonu ve de sıçrama kuvvetleri üst düzeyde olmalı (Omosegaard , 1996).

Kolaylıkla öğrenilebilen ve oynatılabilen, bayan ve erkek, bütün yaş gruplarında yaşam boyu oynanabilen, şiddet içermeyen, seyredilmesi eğlenceli olan bir spor branşıdır (Yumuk, 2004).

2.3. Badminton Temel Oyun Kuralları

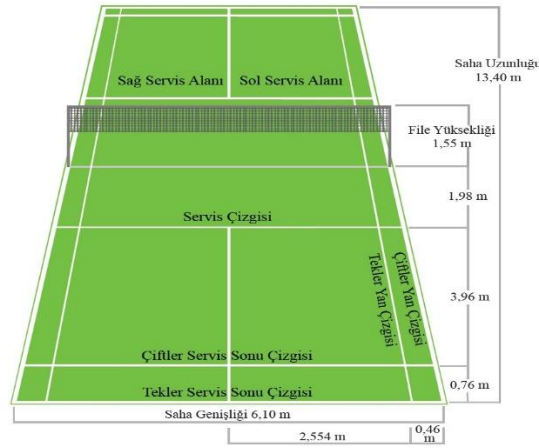
Uluslararası Badminton Federasyonu her sene düzenli olarak bir statü kitabı yayınlamaktadır. Bu kitap Badminton oyun kurallarını, varsa yapılmış düzeltmeleri ve yorumları içerir (Lei, Deng ve Lu, 1993).

Badminton seti olarak 21 sayıdan oluşmaktadır. 2 set alan müsabakayı kazanır. Müsabakanın berabere olması durumunda 3. Set oynanır. Bu sette 11. Sayı alındığın da rakipler arasında yarı alan değişimi yapılmaktadır. 20–20 beraberlik durumunda iki sayı uzatmaya gidilir. Fark iki olur ise maç sona erer. Eğer sayı 30’a kadar uzarsa iki fark aranmaz ve maç sona erer; örnek 29-30 gibi. Badminton branşı, çiftlerde her yarı yan alanında ikişer oyuncu, teklerdeyse birer oyuncu ile oynanmaktadır (Lei, Deng ve Lu, 1993). Badminton oyunu;

- Tek erkeler
- Tek bayanlar
- Çift erkekler
- Çift bayanlar
- Karışık çiftler olarak 5 kategori üzerinden oynanır (Lei, Deng ve Lu, 1993).

2.4. Badminton Saha ve Malzemeler

Badminton branşında kullanılan malzemeler; oyun sahasını ortadan ikiye bölen bir file, raket ve tüy toptan oluşmaktadır. File, sahanın her iki tarafında duran dikmelere geçirilir. Badminton malzemeleri, rekreatif faaliyetler için de kullanılabilir ve maliyeti oldukça uygundur. Performans sporcularının kullanmış oldukları badminton malzemeleri ise rekreatif faaliyetler için kullanılan malzemelere göre biraz daha pahalı olmasına karşın diğer spor branşlarına göre toplumun her kesiminden insanların kolaylıkla alabileceği fiyatta, uygun ve ekonomiktir (Cümüştoğlu ve Kale, 1994 ; Yumuk, 2004).



Şekil 1. Badminton Saha Ölçüleri

Badminton oyun saha alanı zemini genellikle ahşap malzeme kullanılarak (parke) yapılmaktadır. Buradaki amaç oyuncuların kaymasını önlemektir. Ancak ideal olanı sentetik malzemeden yapılan halı kortlardır. Saha çizgileri kolayca görülebilen, beyaz ya da sarı renkte ve 4 cm kalınlığında olmalıdır. Çizgiler sahaya dâhil ölçülerdir. Sahanın uzunluğu 13,40 m’dir. Tekler müsabakalarında saha genişliği 5,18 m, çiftler müsabakasında ise saha genişliği 6,10 m’dir (Yumuk, 2004).

2.5. Badminton Temel Vuruş Teknikleri

Badmintonun temel vuruşlardan olan aşirtma (clear), damlak (drop), küt (smash) hareket yönlerinin aynı olması sebebiyle aynı grupta incelenmesinde yarar vardır (Gülmez, 2007).

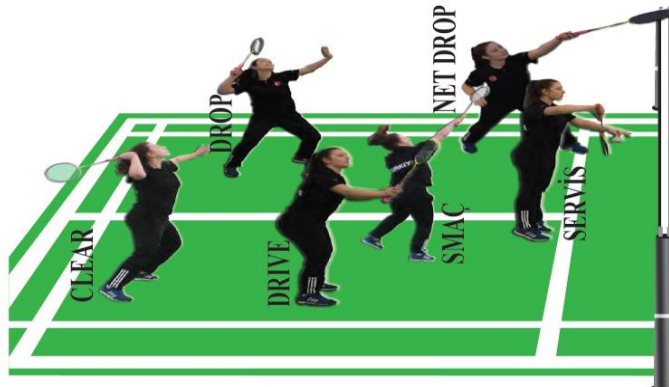
Clear, Drop, Smaç, Clear (Aşirtma): Baş üstünden, dip korttan dip korta doğru vurularak yapılan bir vuruş tekniğidir (Altıntaş, 2018).

Yavaş Clear (Yavaş Aşirtma): Topun uçuş yönü hep yüksekte olmaktadır (Altıntaş, 2018).

Hızlı Clear (Hızlı Aşirtma): Top düz, süratli ve kortun içinde oyuncunun topa hamle yapamayacağı pozisyonda alçak bir uçuş yönü izlemektedir (Altıntaş, 2018).

Drop (Damlak): Bulunduğumuz dip kortumuzdan karşı tarafa filenin dibine doğru aşirtma bir şekilde vurulur (Knup, 1989).

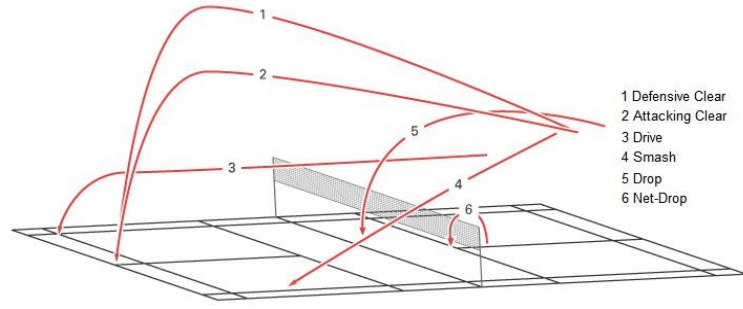
Smaç (Küt): Sağ veya sol omuzlardan rotasyon yaparak kolları öne getirerek baş üzerinden öne doğru raket başı önde ön kort ya da orta korta doğru yapılan bir vuruş tekniğidir (Altıntaş, 2018).



Şekil 2. Badminton Vuruş Teknikleri

Yüksek Backhand Clear: Rakip tarafların kendi dip kortlarından karşı tarafın dip kortuna doğru topun atılmasıdır (Altıntaş, 2018).

Backhand Net Drop: Backhand tutuşta file altında damlak vuruşla topu rakip tarafın sahasına filenin üst kısmından hemen geçecek şekilde çok kısa vuruşlarla yapılan vuruş tekniğidir (Altıntaş, 2018).



Şekil 3. Badminton Vuruş Teknikleri

Forehand File Drop (Forehand Net Drop): Bu atış tekniği file önünde oynanan ve fileye topun olabildiği kadarıyla yakın geçmesini hedefleyen bir vuruştur (Altıntaş, 2018).

Filede Savunma Aşırtması: Taktik amaçlı vurulan bir vuruş çeşididir. Mümkün olduğu kadarıyla top yüksekten oynanılmaya çalışılır. Buradaki amaç zaman kazanılmaya çalışılmasıdır (Altıntaş, 2018).

Filede Backhand Smaç Vuruşu: Fileden topu fazla yükseltmeden hızlı bir vuruşla topu karşı sahaya göndermek amaçlanmaktadır (Altıntaş, 2018).

Smaç Karşılama: Backhand bir vuruş tekniği ile top karşılanır (Altıntaş, 2018).

2.6. Dikkat

Yaşantılarımızın her alanında bütün davranışlarımız dikkat ile bağlantılıdır. Dikkatin birçok tanımı yapılmıştır.

Dikkat, düşünen beyine girecek tüm adayları istemsiz, ancak ısrarlı bir biçimde art arda tetkik eder, kayıtsız gördüklerini, düşündüklerini süzgeçten geçirip atar, seçilen birden fazla uyarıcıyı zihne dâhil eder. Sonrasında bu ayırt edilmiş parçaların en bilgilendirici ve en doğru olanlarını anlaşılıp hatırlanacak veya hemen kullanılacak kadar derinlere akmaya çağırır (Levine, 2002).

1890 yıllarında William James'e göre "Herkes dikkatin ne olduğunu bilir. Dikkat aynı anda mümkün olan objeler ya da düşünce ırmakları gibi görünenler arasından bir tanesinin açık seçik ve canlı bir şekilde beynin sahiplenmesidir. Diğer bir deyişle, bazı uyarılarla ilgilenebilmek için diğer uyarıcılardan kendini uzak

tutmak, geri çekmektir. Odaklanma ve bilinç konsantrasyonu, dikkatin temelini oluşturur.” (Karaduman, 2004).

William James’in Dr.Thomos E.Brown’un “Spot Işığın Teorisi” diye adlandırdığı kuramını çok iyi açıklamıştır; Dikkat tek başına güçlü bir ışık hüzmeleri gibi, zihnin, o sırada etrafta olup biten diğer bütün algılanabilecek şeyler ve düşünceler arasından seçilmiş nesnelere ve düşünce trenine odaklanmasıdır (Thomas, 2010: 22).

Dikkat, diğer algılanabilir bilgileri görmezden gelerek subjektif veya tarafsız sayılan, ayırıcı bir biçimde datanın farklı bir tarafına yoğunlaşmanın davranışsal ve zihinsel prosesidir. Bu bir etkilenme durumudur. Zihin tarafından koordineli olarak objelerin veya düşüncelerinin görüldüğünden birinin canlı ve net bir şekilde elde edilmesidir (Anderson, 2004: 519).

Dikkat, çevrede başka uyarıcıların olmasına rağmen bazı bilgilerin seçilmesi veya işlenmesi anlamına gelir (Pashler, 1998).

Dikkat, kişilerin duyu organları vasıtasıyla erişebildiği ve bu yolla farkına vardığı olağanüstü çevresinde ortaya çıkan uyarıcıya/uyarıcılara bilinçsel alıcılarını yönlendirme hali olarak tanımlanabilir (Eyesenck ve Keane, 2000).

Belirli bir objeyi tanımak amacıyla dikkati bu obje üzerine yönlendirmek gerekmektedir. Verdiğimiz örneklerden hareketle dikkatin en mühim niteliklerinden birisi seçiciliktir. Yapısalci yaklaşımın öncüsü James “Bir şeyle daha etkili bir biçimde uğraşabilmek için öteki şeylerden çekilmek gerekir” söylerken dikkatin seçicilik hususunun altını çizmektedir. Bu tanımdan yola çıkarak dikkati tanımlarsak, uyarıcıların diğerlerine oranla daha iyi algılanabilmesi maksadıyla, uyarıcılara ilişkin duyuşal eşik kademeli ve seçici bir şekilde indirgenmesi sürecidir. Dikkat 3 temel bileşenden oluşur: Odaklanma, devam etme ve yönelim (orientation) tepkisi şeklindedir (Baddeley, 1990 ; Jennings ve Coles, 1991).

2.6.1. Dikkatin Biyolojik Temeli

İnsan beyni yaklaşık 1350-1400 gr ağırlığındadır. Yaklaşık yüz milyar nöronlardan, yani her biri milimetrenin yüz binde biri kadar olan minik hücrelerden meydana gelir. Nöronlar beynin yapı taşıdır. Her nöronda da dentrit ismi verilen on binlerce minik dalın geliştiği bir hücre gövdesi bulunmaktadır. Bu dentritler diğer nöronlardan bilgi alır. Ayrıca her nöronun akson denilen ve diğer hücrelere bilgi

göndermek için kullanılan bir de uzantıları vardır. Bu uzantıların uzunluğu yaklaşık 1mm'den 1m ye kadar değişebilir (Thomas, 2010: 22). 1000 bin katlı bir gökdelen düşünelim bu gökdelenin en tepesinden yere kadar inen devasa yan duvarlarının olduğu 17 inç ışıklı tv ekranıyla kaplı olduğunu hayal edelim. Her bir ekranda aşağı yukarı 200 bin pixel olduğu hayal edinildiğinde bu kadar büyük bir alanı kaplamak için yarım milyon tv ekranında bulunacak toplam pixel sayısının insan beynindeki nöron sayısına eşit olduğunu dile getirmektedir. Ve bu tüm nöronlar bir portakal büyüklüğündeki tabakaya üst üste sıkışmış bir şekildedir (Churchland, 1996).

Beyin, girdilerin seçimine aracı olan iki farklı sistemden meydana gelmektedir. Bunlar, posterior sistem yani parietal korteksin bir kısmı ve bazı alt kortik yapılardır. Bu sistem, yerleştirme ile alakalıdır. Birçok yer arasından birini tercih etmekten ve bir yeri başka bir yerden ayırt etmekten mesuldür. Dikkat ile ilgili diğer sistem ise, bir nesnenin yerinden çok özellikleriyle, örneğin şekli ya da rengi ile ilgilidir. Buna da anterior sistem, yani beynin ön bölgesi olan frontal lob denir. Bu bölge, aynı zamanda bireyin öz kontrolünü sağlaması, dikkat kesilmesi ve dikkatin devamlılığı, arzuların şartlara göre yeniden yorumlanması ve geleceğe yönelik planlı yapılmasını sağlayan beyin bölümüdür. Birinden dikkatini bir noktadan başka bir noktaya değiştirmesi istendiğinde, bunu parietal lobların ön bölgeleri gerçekleştirir. Eğer beyindeki bu bölgeler zarara uğramış ise kişilerin dikkatlerini bir şeye odaklanması ve dikkatlerini toplaması konusunda zorluklar yaşadıkları gözlenmiştir (Karaduman, 2004).

2.6.2. Dikkat Çeşitleri

Sürekli Dikkat

Herhangi bir kimselerin dikkatini çekmek olabildiğince kolaydır, fakat kesin olarak herhangi bir süreyi korumak veya sürdürmek için bir meydan okumadır. Sürekli dikkat, kişi tekrarlayan hareket veya aktivite ile karşılaşsa bile, bu odağı veya konsantrasyonu uzun süreli olarak tutabilme kabiliyetidir. Genel olarak bir öğretmene kulak kesilmek, öğretmenin tüm saatini derse ayırması, ders dinlemek, kitap okumak ve test etmek için bütün geceyi not etmek, teste cevap vermek veya soru sormak, kapsamlı olarak bir projeyi tamamlamak gibi tüm dersler için genel olarak dikkat çeken bir tür veya belki de düzenli aralıklarla tekrar eden bir vazife

üzerinde çaba göstermek. Bu tür bir dikkat çok faydalı olmalı, lakin çoğu zaman elde etmek veya elde etmesi çok zor olan tür olarak adlandırılır (Barkley ve Russell, 1997: 65-94).

Bölünmüş Dikkat

Bölünmüş dikkat, cevap veren kişinin birden fazla yanıtla odaklaştığı ve bunlara aynı zamanda tepki verdiği çok kritik bir dikkat şeklidir. Bölünmüş dikkat için daha yaygın kullanılan diğer bir terim, iki veya daha fazla vazife arasında hokkabazlık yapan çok görevli dikkat çeşididir. Bölünmüş dikkat sebebiyle, kullanıcının zihinsel odaklanmayı çoğunlukla kullandığı için hemen yorulması sık görülen bir durumdur (Bhasin, marketing91, agis. 2019).

Günlük yaşantıda hangi iki farklı etkinliği aynı zamanda başarılı bir şekilde gerçekleştirdiğimiz düşünüldüğü zaman akıllara bu iki faaliyetin birbirlerinden çok ayrı oldukları gelir. Gerçekleştirilen iki faaliyet karşılaştırıldığında benzerlik oranlarının büyük bir öneme sahip olduğunu gösteren birden fazla bulgular mevcuttur. Kişiler duyuşsal olarak verilen sözcükleri anlayıp öğrenirken öbür taraftan da can sıkıcı istenmeyen birtakım sözcükleri tekrar etmeye veyahut gölgelemeye çalıştıklarında, öğrenmiş oldukları sözcükleri hafızadan geri çağırılması sadece şans düzeyinde bulunmaktadır. Fakat öğrenilecek olan sözcükler uzamsal olarak verildiğinde anımsama oranı %90 düzeylerine çıkar (Soysal, Yalçın ve Can, 2008).

Seçici Dikkat (Odaklanmış Dikkat)

Odaklanmış dikkat, bir şeyin seçilerek ayırt edilmesi, sabitlenmesi manasına gelmektedir. Odaklanmış dikkatin bir diğer ismi de seçici dikkattir. Dikkatin keskin olma ve yoğunlaşma durumunu açıklar. Seçici dikkat (focusedattention) istemli dikkatin esas özelliğini taşır. Organizmanın dış dünyadan gelen uyaranlara karşı olarak seçme eyleminde olması seçici dikkatin bir belirtecidir. Birtakım etkenlerin seçici dikkati güçleştirici ve kolaylık sağlayıcı nitelikleri vardır. Bununla birlikte, dikkat edilen ya da edilmeyen uyaranlarla bağlantılı olarak seçici dikkat performansının nasıl olması gerektiği sorusuna da yoğunlaşmak gerekir (Baddeley, 1990; Pashler, 1998).

Dikkatin öğelerinden biri olan seçicilik, belirgin olanı tespit edebilme, seçici dikkatin en önemli unsurlarından bir tanesidir; farkındalığı, bir kişinin dış olaylardan diğerine kaydırabilmesidir (Mesulam, 2004).

Şöyle ki kavram olarak seçicilik, merkezi sinir sisteminin belirli bir yeterlilikle olması ve organizmanın hedeflere yönelik davranışlarda bulunma durumu göstermesi ile tanımlanabilir (Aydın, 1999).

Bu konu hakkında bir örnek verirsek, kokteyl partisi bunu en güzel şekliyle tanımlar. Çoğunluğun bulunduğu bir yerde yalnızca karşınızdaki kişiye odaklanıp ona kulak veririz fakat ortamdaki herhangi birileri adımızı telaffuz ettiğinde dikkatimiz o tarafa doğru yoğunlaşır. Çünkü o sırada bir diğer uyarana dikkat verilse dahi, bizler için en belirleyici veya önemli olanı uyarıcının ortaya çıkması, dikkatimizin o tarafa yönelmesini zorunlu hale getirmektedir. Gerçekleştirilen bu olay, dikkat mekanizmasının uyarılara karşı yapmış olduğu seçim sonucu olarak karşımıza çıkabilmektedir (Kuşcu, 2010).

Daha önce de belirtildiği gibi dikkatin temel özelliği seçiciliktir. Sürekli dikkati çekecek birden fazla uyarıcı bulunur. Bu uyarıcıların hepsine aynı anda odaklanmak imkânsız olduğu dolayısıyla bunlardan hangilerinin mühim olduğu seçilebilmelidir. Dikkatte seçicilik bulunmasaydı, canlılar çevrelerindeki şeylere tutarlı davranamazlardı. Odaklanmış dikkat seviyesi fazla olan kişiler özellikle ilgilenmeleri gerekenlerle ilgilenirken, bu kabiliyeti az olan ya da dikkati dağınık olan kişiler çevresindeki uyarıcılara daha fazla ilgi göstermektedir. Aslında bu uyarıların birçoğu ilgilenmemeleri gereken uyarıcı niteliği taşımaktadır. Odaklanmış dikkatin seviyesini belirleyen veya geliştirmeye yönelik araştırmalar yapmak için bu kavramları geçerli ve güvenilir bir biçimde değerlendirebilecek ölçme araçlarına gereksinim duyulmaktadır (Asan, 2011).

2.6.3. Sporda Dikkat

Spor yapmak tüm insanlar gibi dikkat eksikliği olan çocuklar ve erişkinler içinde oldukça faydalıdır. Burada ‘spor’ kelimesi ile neyin kastedildiği de çok önemlidir. Ev önlerindeki arsalarda maç yapmak veya yazlıkta gün boyu denize girmek ‘spor yapmak’ olarak algılanmamalıdır. Dikkat Eksikliği olan çocukların gelişimine ve tedavisine yararlı olmasını istediğimiz spor faaliyetleri bir eğitmen

gözetiminde, kurallı ve disiplinli şekilde haftada en az iki kere olması gerekir (Ercan ve Aydın, 2013: 17).

Spor, seçici dikkat ile ilgili yapılan araştırmalarda odak noktası haline gelmiştir. Singer ve arkadaşları (1991)'na göre psikomotor yetenekleri başarılı bir biçimde ortaya koymak amacıyla kişiler, seçici olarak dikkat edebilmeli ve alakasız olan uyarıcıları görmezden gelirken ilgi duydukları uyarıcılara konsantre olarak dikkatlerini toplayabilmelidir. Organizma, herhangi bir durumda devamlı şekilde hem içsel hem de dışsal çevreden gelen bilgi yağmuruna tutulur ve sadece belli bir kısmını asimile edebilir. Dolayısıyla sadece birkaç uyarının işleme dahil edilmesi için seçiciliğe gerek duyulur (Boutcher, 1995: 251-263).

Düzenli fiziksel egzersizler ve sporun dikkati toplama ve öğrenme üzerinde çok önemli etkileri vardır bunlar:

- ✓ Kas gevşemesi
- ✓ Zihinsel gevşeme
- ✓ Yapılan işte etkinliğin artması
- ✓ Enerjide artış
- ✓ Duygusal boşalma ve rahatlık
- ✓ Daha iyi uyku
- ✓ Kendine güven artışı
- ✓ Daha iyi sağlık (Özkaynak, 2013: 163).

Uygun uyarıcıya dikkat yoğunlaştırmak ve dikkat etmeyi devam ettirme becerisinin sporda başarı için çok önemli bir faktör teşkil ettiği gözlemlenmektedir (Çağlar ve Koruç , 2006: 58-80).

2.6.4. Dikkati Etkileyen Faktörler

Dikkat, dışsal ve içsel sebeplerden etkilenmektedir. Bunlardan bazıları dikkati olumsuz bazıları da olumlu yönde etkilemektedir. Dikkati olumlu ve olumsuz yönde etkileyen bazı faktörler şunlardır;

- Hedef yoksunluğu ya da belirsizliği
- Fazla heyecan
- Fazla kaygı ve gerginlik
- Fazla ya da yeteri kadar güdülenmeme

- Başarılı olma hazzından mahrumiyet
- Başarılı olamama endişesi
- Çeşitli psikolojik, sosyal ya da zihinsel etkenler sebebiyle, kimi öğrencilerin yaşadıkları öğrenme zorlukları
- Eğitim yönünden geri plana itilme
- Eğitimde öğretmen merkezli öğretim planlarının hakim olması
- Okula erken veya geç gitme
- Geri besleme eksikliği
- Hazır bulunuşluk: Öğrenme bakımından öğrencinin duyuşsal özelliklerinin, bilişsel yetkinliklerinin ve devinimsel kabiliyetlerinin uygunluk düzeyi
- Hormonlarla ilgili sorunlar (örneğin, tiroit bezinin fazla çalışması)
- Organik sorunlar
- Organizmayı iç ve dış fiziksel uyaranlar: (dış uyaranlar ısı, ışık, ses vb. iç uyaranlar, beslenme ve uyku eksikliği, yorgunluk vb.)
- Öğrenmenin kişinin iç dünyasındaki duygu durumuna uygun olmaması
- Uygun bir ceza ve ödül sisteminin olmaması
- Psikolojik buhranlar (anne-babanın ayrılması)
- Zihinsel Etmenler: kişinin zekâ düzeyi, algı ve bellek süreçlerinin işleyişi (Çoban, 2017: 9-11).

Dikkat eksikliği var denilebilmesi için yedi yaşından önce, normal birinde olandan çok daha şiddetli seviyede görülmesi gerekir. Yani Aşırı Hareketlilik, Dikkat Dağınıklığı ve isteklerini erteleyememe bireyin günlük hayatını etkileyecek boyutlarda olmalıdır (Ercan ve Aydın, 2013: 17). Her yaştan pek çok insan dikkat işlevlerindeki kronik bozukluklar yüzünden gereksiz yere sorunlar yaşamaktadır (Thomas, 2010: 22).

2.7. Çocuk ve Spor

Spor, sağlıklı nesillerin geliştirilip, yetiştirilmesinde temel eğitim vasıtasıdır. Kişilerin, refahı ve mutluluğu bir yönden fiziksel ve ruhsal sağlığın tam ve sürekli olarak sürdürülmesiyle ilişkilidir. Kişilerin yaşamlarını sağlıklı bir şekilde idame etmeleri, bedensel ve ruhsal gelişimlerini sağlamalarında sporun önemli bir yeri vardır (Yetim, 2011: 165).

Oyun, duygu, düşünce ve karşılıklı ilişkiler içerisinde yuvarlanıp ve bu zor hadiselerin üstesinden gelmek için yetenek ve kontrol kazanmanın önemli bir yoludur. Oyuncak ise çocuğun beş duyu organı ve duygularını uyaran, değerlendirme ve pratiğe geçirme yetilerini geliştiren, hayal gücünü zenginleştiren, fiziksel ve sosyal gelişimini hızlandıran bir oyun aracıdır (Şenol, 2006).

Çocuk için oyun ise, gerçek yaşantının bir yansımasıdır. Çocuklar; kaynaşmayı, paylaşmayı, bireyler arasındaki ilişkileri, kavgaları, anlaşmazlıkların sebeplerini ve sonuçlarını, karar vermeyi, sorun ile başa çıkmayı, çevresini algılamayı oyun ile anlamlandırıp öğrenmektedir. Oyunlar çocukların zihinsel gelişimlerine büyük oranda katkı sağlar. Zihinsel gelişim, bilgiyi algılama ve saklama ile alakalıdır. Bununla birlikte çocukların karar verme, tefekkür edebilme ve kavrama yetisi, değerlendirme, yorum yapabilme, yargıya varabilme kabiliyetleri de gelişir. Dikkat, algı ve kavrama yetisi gibi işlevleri oyunun başarı ile oynanmasında rol alır. Oyun oynayan çocukların, birçok bilişsel kabiliyetleri de gelişir. Karar verme, hafıza strateji geliştirme, gözlem, mekânsal kavrama gücü, sorun çözme ve yaratıcı düşünce bu önemli bilişsel becerilerden bir kaçıdır (Gander ve Gardiner, 1993: 256-257).

2.8. Çocuklarda Dikkat Toplamanın Gelişimi

Bazı araştırmacılar Rapp'ın açıklamasına göre, dikkatin gelişimindeki en önemli dönüm noktasının 6-7 yaşlardan itibaren olduğu, bazıları ise, dikkat düzeyindeki artmanın, 8-9 yaşları civarında gerçekleştiği görüşündedirler. Teorik açıklamalara göre ise, dikkat davranışlarındaki gelişmeler orta çocuklukta (6 -12 yaş dönemi) olmaktadır (Rapp, 1982).

Wagner, 6-14 yaşlarındaki çocukların seçici dikkatlerinde, artan yaşla beraber gelişmeler olduğunu, bu yaş civarında mental gelişimin işlem öncesi dönemden somut işlemler ve sonra soyut işlemler dönemine ilerlediğini, dikkat sürecindeki değişikliklerin ve devamının Piaget'in mental gelişim safhaları ile açıklandığını vurgulamaktadır (Wagner, 1991: 72-80).

BÖLÜM 3

3. MATERYAL VE METOD

Çalışmaya 11-15 yaşları arası 90 (erkek = 54, kız = 36) gönüllü çocuk katılmıştır. Çocuklar kontrol grubu (N =30), badminton grubu (N =30) ve deney grubu (N =30) olmak üzere 3 gruba ayrılmıştır. Kontrol grubuna bir egzersiz programı uygulanmamıştır. Badminton grubu 8 hafta boyunca hafta 3 gün badminton antrenmanı yapan çocuklardan, deney grubu ise badminton antrenmanına ilaveten, koordinasyon çalışmaları ve badmintonda kullanılan vuruş teknikleri ile ilgili hedef antrenmanları yapan çocuklardan oluşmuştur. Çalışmaya katılan hem badminton grubundaki hem de deney grubundaki çocukların en az 1 yıldır düzenli olarak badminton antrenmanları yapmasına dikkat edilmiştir. Çalışmaya katılan bütün çocuklara uygulanacak testler ve antrenman programları hakkında bilgi verilmiştir.

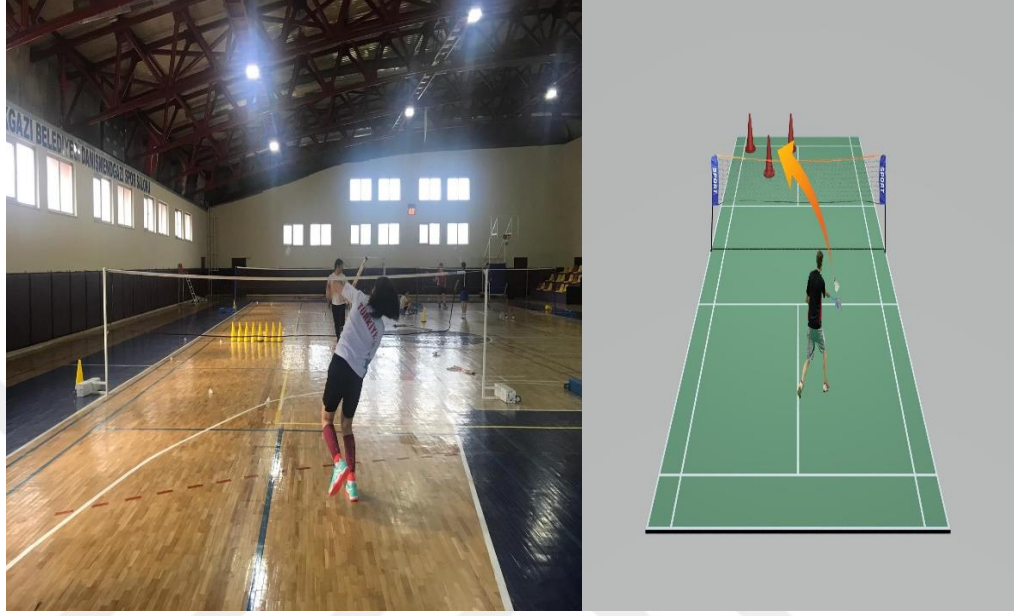
Araştırma Grubu

Çalışma grubu Kayseri ili Eskişehir Bağları Danışman Gazi Tesislerine üye olan 60 badminton sporcusu ve 30 sedanter gönüllü çocuktan oluşmaktadır.

3.1. Antrenman Programı

Badminton grubuna 8 hafta boyunca haftada 3 gün motorik özellikleri ve badminton tekniklerini geliştirmeye yönelik antrenman programı uygulanmıştır. Deney grubuna ise badminton grubuna uygulanan antrenman programının aynısı uygulatılmış, ayrıca her antrenmandan önce 30 dk hedef (backhand, forehand, servis ve smaç) ve merdiven ipi ile koordinasyon çalışmaları (öne-geriye tek basma, öne-geriye çift basma, yan sağ -sol tek basma, yan sağ -sol çift basma) yaptırılmıştır. Deney grubu antrenman programı, koordinasyon hareketlerinin her biri için 4'er kez 2 set, hedef çalışmalarında ise her hareket için 25 hedef vuruş 3 set şekilde düzenlenmiştir. Koordinasyon hareketlerinin hepsi 8 hafta boyunca her antrenmanda

uygulanırken, hedef çalışmalarında her antrenmanda sadece bir vuruş tekniği (backhand, forehand, servis, smaç) uygulanmıştır. Çocuklara her antrenman sonrasında soğuma egzersizleri yaptırılmıştır. Badminton ve koordinasyon antrenmanları badminton antrenörü Abdurrahman Arslan gözetiminde yürütülmüştür.



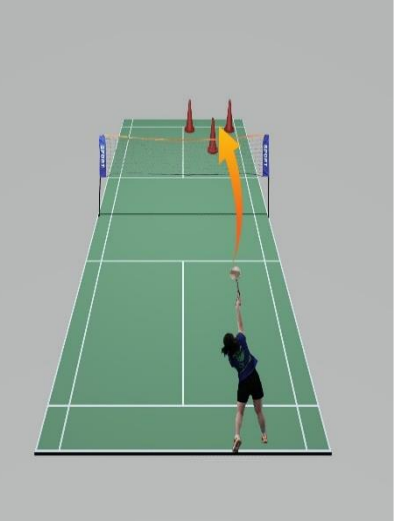
Şekil 4. Servis Hedef Çalışması



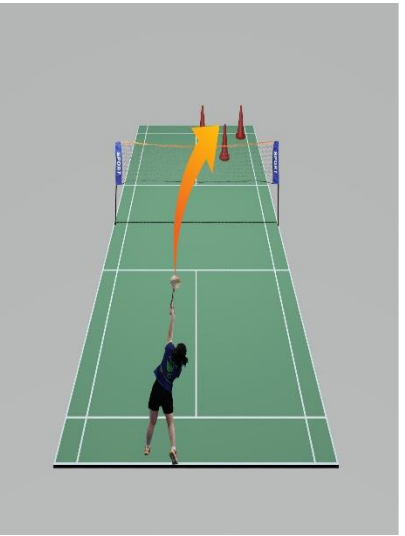
Şekil 5. Smaç Hedef Çalışması



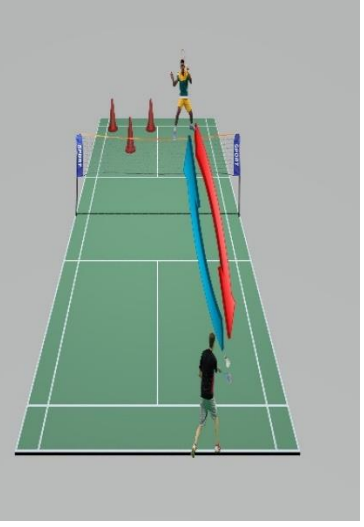
Şekil 6. Drop Hedef Çalışması



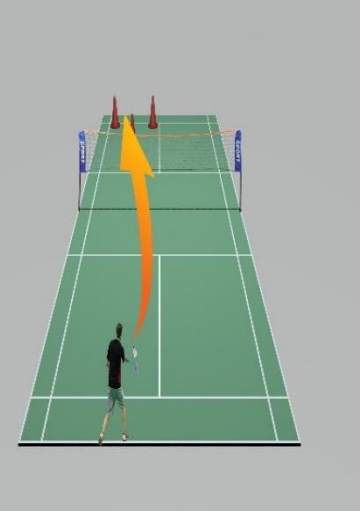
Şekil 7. Paralel Smaç Çalışması



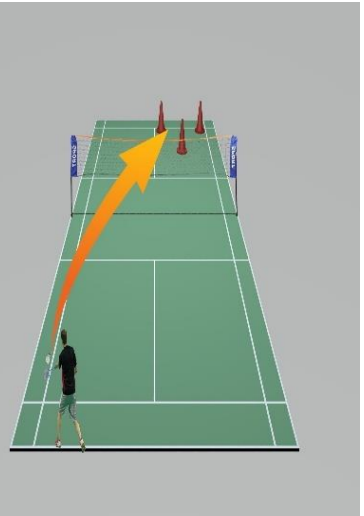
Şekil 8. Çapraz Smaç Çalışması



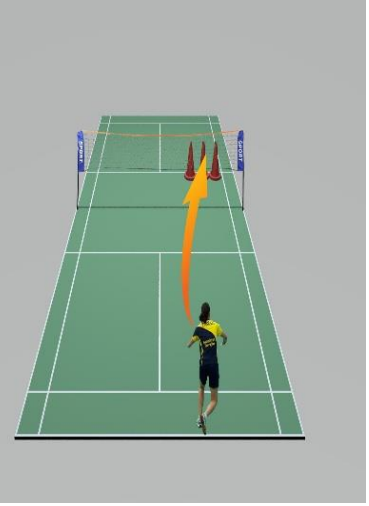
Şekil 9. Top Besleme



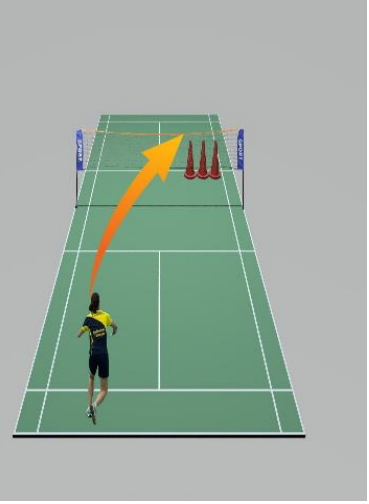
Şekil 10. Paralel Forheand Çalışması



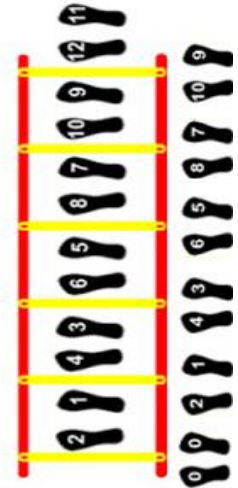
Şekil 11. Çapraz Forheand Çalışması



Şekil 12. Paralel Backheand Çalışması



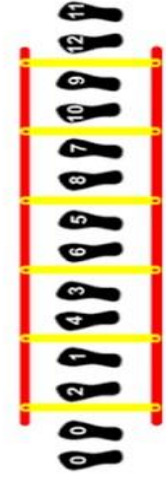
Şekil 13. Çapraz Backheand Çalışması



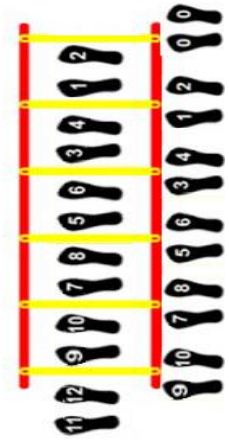
Şekil 14. Sağ Yan Tek Basma Çalışması



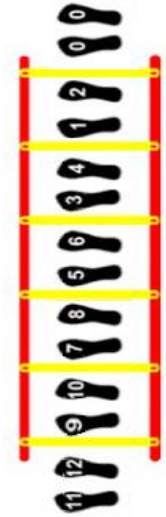
Şekil 15. Sağ Yan Çift Basma Çalışması

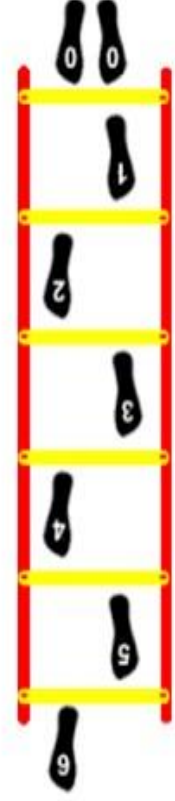
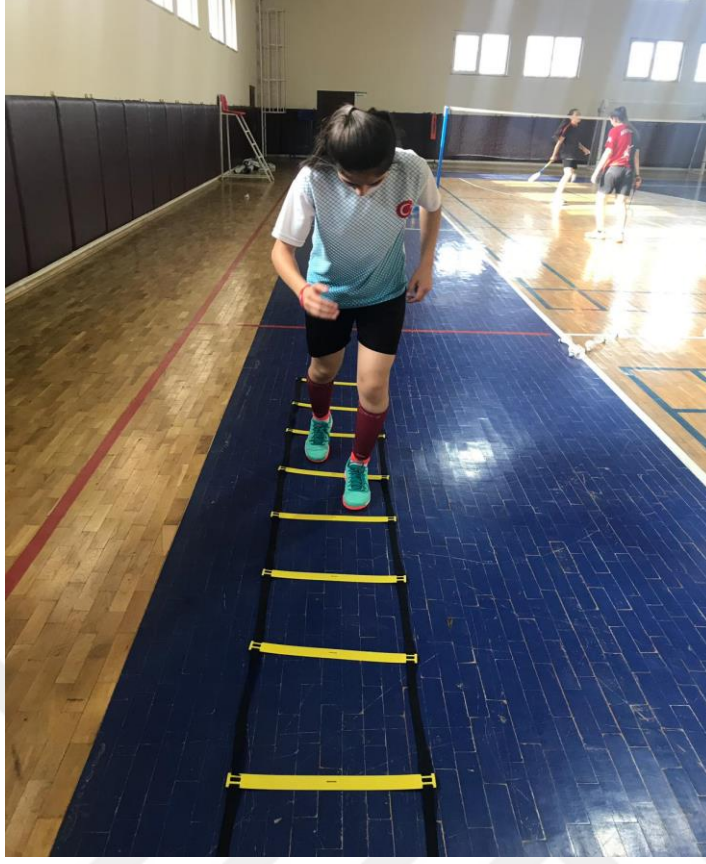


Şekil 16. Sol Yan Tek Basma Çalışması

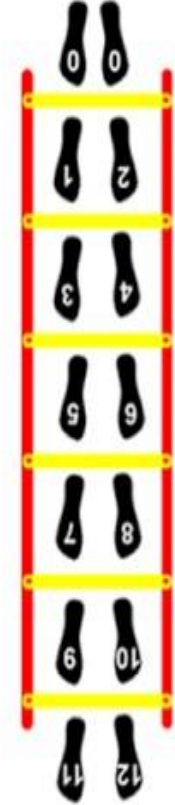
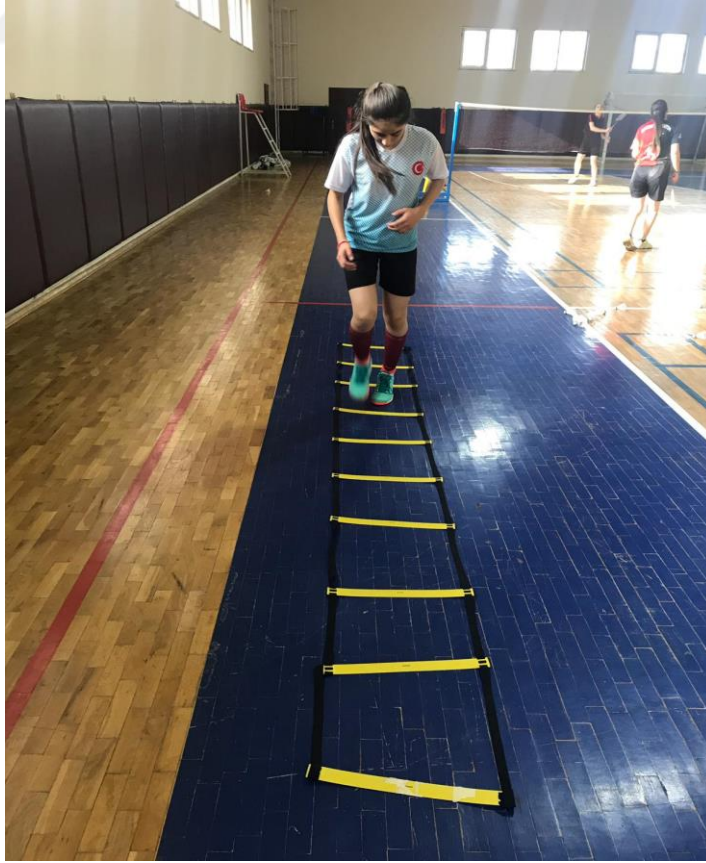


Şekil 17. Sol Yan Çift Basma Çalışması

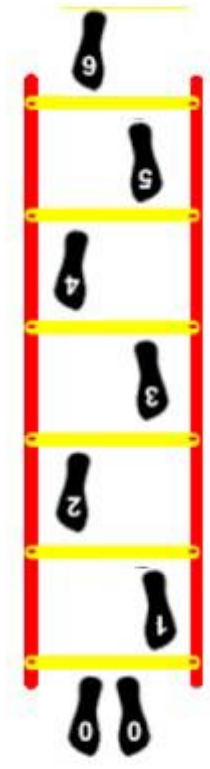




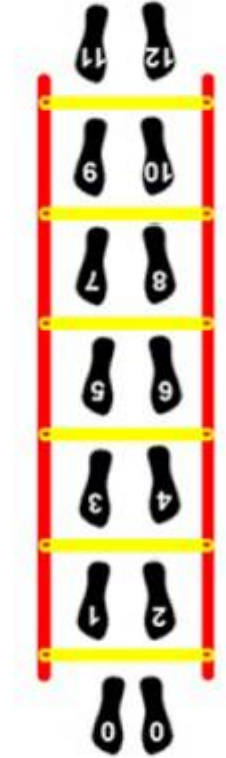
Şekil 18. Öne Tek Basma Çalışması



Şekil 19. Öne Çift Basma Çalışması



Şekil 20. Geriye Tek Basma Çalışması



Şekil 21. Geriye Çift Basma Çalışması

Tablo 3.1. Deney Grubunun 8 Haftalık Koordinasyon ve Badminton Hedef**Antrenman Programı**

1.Hafta ve 3. Hafta		
Pazartesi	Çarşamba	Cuma
Süre: 30 dk	Süre: 30 dk	Süre: 30 dk
Isınma Çapraz Forehand Hedef Çalışmaları 3x25 Paralel Forehand Hedef Çalışmaları 3x25 Koordinasyon hareketleri 2x4 Soğuma	Isınma Çapraz Backhand Hedef Çalışmaları 3x25 Paralel Backhand Hedef Çalışmaları 3x25 Koordinasyon hareketleri 2x4 Soğuma	Isınma Çapraz Forehand Hedef Çalışmaları 3x25 Paralel Forehand Hedef Çalışmaları 3x25 Koordinasyon hareketleri 2x4 Soğuma
2. Hafta ve 4. Hafta		
Pazartesi	Çarşamba	Cuma
Süre:30 dk	Süre:30 dk	Süre:30 dk
Isınma Çapraz Backhand Hedef Çalışmaları 3x25 Paralel Backhand Hedef Çalışmaları 3x25 Koordinasyon hareketleri 2x4 Soğuma	Isınma Çapraz Forehand Hedef Çalışmaları 3x25 Paralel Forehand Hedef Çalışmaları 3x25 Koordinasyon hareketleri 2x4 Soğuma	Isınma Çapraz Backhand Hedef Çalışmaları 3x25 Paralel Backhand Hedef Çalışmaları 3x25 Koordinasyon hareketleri 2x4 Soğuma
5. Hafta ve 6. Hafta		
Pazartesi	Çarşamba	Cuma
Süre:30 dk	Süre:30 dk	Süre:30 dk
Isınma Çapraz Smaç Hedef Çalışmaları 3x25 Paralel Smaç Hedef Çalışmaları 3x25 Koordinasyon hareketleri 2x4 Soğuma	Isınma Servis Hedef Çalışmaları 3x25 Koordinasyon hareketleri 2x4 Soğuma	Isınma Çapraz Smaç Hedef Çalışmaları 3x25 Paralel Smaç Hedef Çalışmaları 3x25 Koordinasyon hareketleri 2x4 Soğuma
7. Hafta		
Pazartesi	Çarşamba	Cuma
Süre:30 dk	Süre:30 dk	Süre:30 dk
Isınma Çapraz Forehand Hedef Çalışmaları 3x25 Paralel Forehand Hedef Çalışmaları 3x25 Koordinasyon hareketleri 2x4 Soğuma	Isınma Çapraz Backhand Hedef Çalışmaları 3x25 Paralel Backhand Hedef Çalışmaları 3x25 Koordinasyon hareketleri 2x4 Soğuma	Isınma Çapraz Smaç Hedef Çalışmaları 3x25 Paralel Smaç Hedef Çalışmaları 3x25 Koordinasyon hareketleri 2x4 Soğuma
8. Hafta		
Pazartesi	Çarşamba	Cuma
Süre:30 dk	Süre:30 dk	Süre:30 dk
Isınma Servis Hedef Çalışmaları 3x25 Koordinasyon hareketleri 2x4 Soğuma	Isınma Çapraz Smaç Hedef Çalışmaları 3x25 Paralel Smaç Hedef Çalışmaları 3x25 Koordinasyon hareketleri 2x4 Soğuma	Isınma Çapraz Forehand Hedef Çalışmaları 3x25 Paralel Forehand Hedef Çalışmaları 3x25 Koordinasyon hareketleri 2x4 Soğuma

3.2. Ölçüm ve Testler

Çocukların boyları, çıplak ayak ve yere düz başmış şekilde duvara sabitlenmiş mezura ile cm cinsinden, vücut ağırlıkları hassas elektronik tartı ile kg cinsinden ölçülmüştür. Çocukların vücut kitle indeksi [vücut ağırlığı (kg) / boy uzunluğunun² (m²)] formülü ile belirlenmiştir.

3.3. Bourdon Dikkat Testi (Harf Formu)

Burdon dikkat testi 1955 yılında Benjamin Burdon tarafından geliştirilmiştir. Bu testte karışık olarak dizilmiş farklı harfler bulunmaktadır. Kişiden bu harfler arasında bulunan “a, b, d ve g” harflerini 5 dk içerisinde bulması istenmektedir. Kişi bulduğu harfin üstüne kalem ile işaret bırakmaktadır. Burdon dikkat testinde toplam 660 harf yer almaktadır. Test, harfleri bilen her yaştaki kişiye uygulanabilir. Burdon dikkat testinin değerlendirilmesi doğru işaretlenmiş harfler, yanlış işaretlenmiş harfler ve zaman üzerinden yapılabilir (Kaymak, 2003). Çalışmamızda çocukların doğru işaretlediği harfler üzerinden değerlendirme uygulanmıştır.



Şekil 22. Burdon Dikkat Testi Uygulaması

3.4. Verilerin Analizi

Verilerin analizinde SPSS 24 programı kullanılmış, çalışmada anlamlılık düzeyi $p < 0,05$ olarak kabul edilmiştir. Verilerin normallik dağılımı Shapiro-Wilk testi ile belirlenmiştir. Veriler normal dağılım gösterdiği için dikkat düzeylerinin ön testleri ile son testleri arasındaki farkı belirlemede Paired t testi kullanılmıştır.

BÖLÜM 4

4. BULGULAR

Tablo 4.1. Katılımcıların Demografik Özellikleri

	Kontrol Grubu	Badminton Grubu	Deney Grubu
	$\bar{x} \pm Ss$	$\bar{x} \pm Ss$	$\bar{x} \pm Ss$
Yaş (yıl)	12,70±1,11	12,90±1,09	13,06±1,43
Boy (m)	1,58±0,9	1,56±0,06	1,55±0,08
Vücut ağırlığı (kg)	45,70±7,50	45,73±8,57	43,50±7,99
VKİ (kg/m ²)	18,16±1,71	18,58±2,48	17,90±1,94

Tablo 4.2. Kontrol Grubunun Burdon Dikkat Testi Ön Test Son Test Fark Tablosu

		$\bar{x} \pm Ss$	t	p
Burdon _{giriş}	Ön test	31,06±2,40	,452	0,65
	Son test	32,83±2,61		
Burdon _{gelişme}	Ön test	25,80±2,84	-,483	0,63
	Son test	25,03±2,31		
Burdon _{sonuç}	Ön test	30,63±2,02	1,947	0,06
	Son test	29,60±3,01		
Burdon _{toplam}	Ön test	86,50±5,69	,807	0,42
	Son test	86,46±6,86		

p<0,05

Tablo incelendiğinde kontrol grubunun Burdon dikkat testi ön testi ile son testi arasında anlamlı bir farklılık görülmemektedir.

Tablo 4.3. Badminton Grubunun Burdon Dikkat Testi Ön Test Son Test Fark Tablosu

		$\bar{x} \pm Ss$	t	p
Burdon _{giriş}	Ön test	33,30±3,49	-2,697	0,01*
	Son test	34,56±3,09		
Burdon _{gelişme}	Ön test	26,50±3,87	-2,649	0,01*
	Son test	27,50±3,52		
Burdon _{sonuç}	Ön test	30,23±3,82	-1,055	0,30
	Son test	30,83±3,82		
Burdon _{toplam}	Ön test	89,10±10,40	-2,724	0,01*
	Son test	91,83±9,02		

p<0,05

Tablo incelendiğinde badminton grubunun Burdon_{giriş} Burdon_{gelişme} ve Burdon_{toplam} değerlerinin son testte istatistiksel olarak anlamlı şekilde attığı görülmemektedir.

Tablo 4.4. Deney Grubunun Burdon Dikkat Testi Ön Test Son Test Fark Tablosu

		$\bar{x} \pm Ss$	t	p
Burdon _{giriş}	Ön test	34,16±3,84	-9,820	0,00*
	Son test	37,26±4,30		
Burdon _{gelişme}	Ön test	27,26±4,10	-13,055	0,00*
	Son test	31,33±4,40		
Burdon _{sonuç}	Ön test	32,70±4,18	-12,194	0,00*
	Son test	36,36±4,38		
Burdon _{toplam}	Ön test	93,13±10,54	-13,321	0,00*
	Son test	104,63±11,70		

p<0,05

Tablo incelendiğinde deney grubunun Burdon_{giriş} Burdon_{gelişme} Burdon_{sonuç} ve Burdon_{toplam} değerlerinin son testte istatistiksel olarak anlamlı şekilde attığı görülmemektedir.

Tablo 4.5. Grupların Burdon Dikkat Testi Ön Test Son Test Arasında Yüzdelik Artış

	Kontrol Grubu	Badminton Grubu	Deney Grubu
Burdon _{giriş}	% 0,5	%3	%9
Burdon _{gelişme}	% -0,001	%3	%15
Burdon _{sonuç}	% -0,03	%2	%11
Burdon _{toplam}	% -0,005	%3	%12

Tablo incelendiğinde badminton grubunun Burdon_{giriş} (% 3) Burdon_{gelişme} (% 3) Burdon_{sonuç} (% 2) ve Burdon_{toplam} (% 3) skorlarının yüzdesel olarak gelişim sağladığı belirlenmiştir. Ayrıca deney grubunun Burdon_{giriş} (% 9) Burdon_{gelişme} (% 15) Burdon_{sonuç} (% 11) ve Burdon_{toplam} (% 12) skorlarının yüzdesel arttığı tespit edilmiştir.

BÖLÜM 5

5. TARTIŞMA

Yapılan çalışmada 8 haftalık koordinasyon hareketlerinin ve badminton hedef antrenmanlarının dikkat düzeyi üzerine etkisi incelenmiştir.

Dikkatin tanımında bulunan çevrede başka uyarıcıların olmasına rağmen bazı bilgilerin seçilmesi veya işlenmesi (Pashler, 1998) dikkate alınarak, çocuklara uygulanan koordinasyon egzersizleri ve hedef vuruşlarının dikkati artıracağı çalışmamızın hipotezini oluşturmuştur.

Çalışmamızın sonucunda, kontrol grubunun ön testleri ile son testleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmazken, badminton grubunun $Burdon_{giriş}$ $Burdon_{gelişme}$ ve $Burdon_{toplam}$ skorlarının, deney grubunun ise $Burdon_{giriş}$ $Burdon_{gelişme}$ $Burdon_{sonuç}$ ve $Burdon_{toplam}$ skorlarının son testte istatistiksel olarak anlamlı şekilde arttığı belirlenmiştir. Bu artışın deney grubunda yüzdesel olarak daha yüksek olduğu görülmektedir (Badminton grubu $Burdon_{toplam}$ % 3, Badminton grubu $Burdon_{toplam}$ % 12).

Literatürde farklı spor branşlarının dikkat düzeyi üzerine etkilerinin incelendiği çalışmalar bulunmaktadır.

Tunç, Akandere ve Baştuğ'un (2014: 104-115) golf egzersizlerinin bireylerin dikkat düzeyi üzerine etkilerini araştırdığı çalışmaya 14-15 yaşlarında toplam 60 çocuk katılmıştır. Katılımcılara, 8 haftalık golf egzersizinden önce ve sonra Bourdon dikkat testi uygulanmıştır. Sonuç olarak, uygulanan golf egzersizinin çocukların dikkat düzeyini önemli ölçüde artırdığı belirlenmiştir.

Göktepe, Akalın ve Göktepe (2016: 722-731) başka bir çalışmada kayak sporu yapan çocuklarla spor yapmayan çocukların dikkat düzeyleri arasındaki farkın belirlenmesini amaçlamıştır. Çalışmaya lisanslı olarak kayak sporu yapan 52 çocuk ve herhangi bir spor branşı yapmayan 45 çocuk olmak üzere toplam 97 kişi gönüllü olarak katılmıştır. Çalışmaya katılan çocuklara Bourdon dikkat testi uygulanmıştır.

Göktepe ve diğerlerinin (2016: 722-731) çalışmasında elde edilen verilere göre, kayak sporu yapan çocuklar ile spor yapmayan çocukların dikkat düzeyleri arasında kayak sporu yapanlar lehine anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir bu bağlamda çocukların dikkat düzeylerinin gelişimi için spora katılımları gerektiğini belirtmiştir.

Gelişli ve Yazıcı (2016: 29) ‘seke seke ben geldim’ adlı oyunun çocukların dikkat becerilerinin gelişimine etkisini incelemiş, “Oyun Gözlem Formu” ile toplanan verilerle “Seke Seke Ben Geldim” oyununun çocukların dikkat becerilerinin gelişimine etkisi nedir? sorusuna yanıt aramıştır. Çalışmaya 60-72 aylık toplam 20 çocuk katılmıştır. Çalışma sonucunda “Seke Seke Ben Geldim” adlı oyunun çocukların dikkat becerilerini geliştirdiği tespit edilmiştir.

Kartal, Dereceli ve Kartal’ın (2016: 82-88) benzer bir çalışmada eskrim sporunun 10-12 yaş arası çocuklarda dikkat düzeylerini etkileyip etkilemediğini araştırmışlardır. Çalışmaya 10-12 yaş arası 20 sporcu, 20 öğrenci olmak üzere toplam 40 kişi katılmıştır. Çocukların dikkat düzeyleri Bourdon dikkat testi ile belirlenmiştir. Çalışma sonucunda eskrim sporu yapan çocukların, spor yapmayan çocuklara göre dikkat düzeylerinin daha iyi olduğu belirlenmiştir.

Renk’in (2019) çalışmasında 10-13 yaş grubu çocuklarda oyunsal etkinliklerin dikkat özelliklerine olumlu yönde etki ettiğini gözlemlemiştir. Çalışmasında iki grup arasında son test bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğunu belirtmiştir.

Topçu, Yıldız ve Bilgen’in (2007: 89-93) yapmış olduğu araştırmada dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu (DEHB) bulunan çocuklarda folklor egzersizinin DEHB üzerine etkisini incelemiştir. Çalışmaya DEHB tanısı almış yaşları 8-12 yıl olan (1 kız, 6 erkek) toplam 7 çocuk katılmıştır. Çocukların yakınlarına Conner's ölçekleri verilmiş ve daha sonra tahmini ve gerçek reaksiyon zamanları ölçülmüştür. Çocukların yakınları (öğretmenler ve aileler) tarafından doldurulan Conner's ölçeklerinin total skorlarında egzersiz programı sonrasında anlamlı düşme saptanmış tahmini reaksiyon zamanlarında da egzersiz programı sonrasında anlamlı yükselme tespit edilmiştir. Sonuç olarak, DEHB olan çocukların davranışları üzerinde egzersizin olumlu etkileri olduğunu görülmüş ve medikal tedaviye yardımcı olarak klinikte kullanılabileceği söylenmiştir.

Yurdakul, Çamlıyer, Karabulut ve Soytürk'ün (2012: 103-108) araştırmasına göre 12 haftalık hareket eğitimi programlarının, öğrencilerde, dikkat ve hafıza gelişimi üzerine etkilerini incelemiştir. Çalışmaya yaşları 8 olan toplam 146 öğrenci katılmıştır. Çalışma grupları kontrol (n=77) ve deney grubu (n=69) olarak ikiye bölünmüştür. Benton Görsel Bellek Testi, her iki gruba da çalışma öncesi ve sonrası olmak üzere iki kez uygulanmıştır. Deney grubuna 12 hafta boyunca haftada 2 ders saati süresince beden eğitimi derslerinde dikkat ve hafıza gelişimine etkisi olabileceği düşünülmüş olan “Hareket Eğitimi Programı” uygulanmıştır. Kontrol grubu bu süreçte sadece kendi sınıf öğretmenleriyle her zaman yürüttükleri tarzda beden eğitimi derslerini sürdürmüşlerdir. Çalışma sonunda elde edilen veriler ışığında, özel olarak hazırlanmış hareket eğitimi programının, 8 yaş grubu ilköğretim okulu öğrencilerinin dikkat ve hafıza gelişimleri üzerine etkili olduğu belirlenmiştir.

İbiş ve Aktuğ (2018: 106-110) spor yapan çocuklarla spor yapmayan çocukların dikkat düzeyleri arasındaki farkı belirlemek amacı ile yaptığı çalışmaya 10-14 yaşları arasında toplam 920 (spor yapan= 506, spor yapmayan= 414) çocuk katılmıştır. Çocukların dikkat düzeyini belirlemede D2 dikkat testi kullanılmıştır. Çalışma sonucunda spor yapan çocukların spor yapmayan çocuklara göre dikkat düzeylerinin daha iyi olduğunu belirtmiştir. Ayrıca dikkat eksikliği kategorilendirilmesinde (TN-E düzey) spor yapan çocukların iyi sınıfında fazla, kötü sınıfında ise az sayıda olduğu tespit edilmiştir.

Akandere, Baştuğ, Asan ve Baştuğ'un (2010) çalışmasında 9-13 yaş grubu öğrencilere 8 hafta boyunca uygulanan eğitsel oyun programının çocukların dikkat düzeyi üzerine etkisini incelemiş, eğitsel oyun oynayan çocukların dikkat düzeylerinin daha fazla gelişim gösterdiğini belirlemiştir.

Orhan, Aktuğ ve İbiş (2018: 447-469) dikkat düzeyi, fiziksel aktivite seviyesi ve dijital oyun bağımlılığı arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmaya 10-14 yaşları arasında toplam 245 çocuk (kız=131 erkek=114) katılmıştır. Çocukların dikkat düzeyleri D2 dikkat testi ile, Fiziksel aktivite seviyeleri anket formu ile belirlenmiştir. Çalışma sonucunda fiziksel aktivite seviyesi ile dikkat düzeyi arasında bir ilişki belirlenmemiştir. Orhan, Aktuğ ve İbiş (2018) dikkat düzeyi, fiziksel aktivite seviyesi arasında bir ilişkinin olmamasını çocukların yaptıkları spor branşlarındaki yüklenme şiddetlerinin yetersiz olması ile ilişkili olabileceğini söylemiştir.

Asan (2011) masa tenisi egzersizinin çocuklarda dikkat düzeyini etkileyip etkilemediğini araştırmıştır. Çalışmaya 9-13 yaş grubu 80 öğrenci dâhil edilmiştir.

Katılımcılar deney grubu ve kontrol grubu olmak üzere iki gruba ayrılmıştır. 8 haftalık egzersizlerin öncesinde ve sonrasında hem kontrol hem deney gruplarına Bourdon dikkat testi uygulanmıştır. Çalışma sonucunda kontrol grubunda dikkat düzeylerinin ön test-son test karşılaştırılmasında anlamlı bir farklılık belirlenmezken, masa tenisi egzersizi yapan çocukların dikkat düzeylerinin arttığı tespit edilmiştir.

Yukarıdaki çalışmalarda belirtildiği gibi fiziksel aktivite ve sporun dikkat düzeyi üzerine etkisinin olduğu çalışmamızda da belirlenmiştir. Sadece badminton oynayan badminton grubunda dikkat düzeyinde bir artış olması yukarıda belirtilen çalışmaların sonuçlarını desteklemektedir.

Zametkin, Liotta ve Lebov'a (1990: 17-23) göre bu durum iki şekilde açıklanabilir. İlki egzersizin beyin kan akımını artırarak etkilediği yönündedir.

Foss ve Keteyian (1998) bu duruma örnek olarak aerobik egzersizle doku kan akımı ve O₂ alımının (uptake) arttığını söylemektedirler. Diğerleri ise egzersizin hücre kapillerini geliştirip kan akışı ve beyin oksijenlenmesini artırmanın yanında, beyinde nörotransmitter ve nörotrofinler seviyesinde artış, sinir hücrelerinde büyüme, beyin dokusu hacminde artış ve yeni sinir hücresi bağlantıları geliştirdiği şeklindedir. (Cotman, Berchtold ve Christie, 2007: 464-472; Cotman ve Berchtold, 2002: 295-301; Cooke ve Bliss, 2006: 1659-1673; Van, Gage ve Lombroso, 2002)

Çalışmamızda ise sadece badminton antrenmanlarının dikkat üzerine etkisi değil aynı zamanda deney grubuna badminton grubuna yapılan antrenmanlara ilaveten uygulanan hedef çalışmalarının ve koordinasyon egzersizlerinin de etkisi incelenmiştir. Sonuç olarak da uygulanan hedef çalışmaları ve koordinasyon egzersizlerinin dikkat düzeyini artırmada daha fazla bir gelişim gösterdiği belirlenmiştir.

Literatür incelediğinde çoğunlukla bir spor branşının dikkat düzeyi üzerine etkileri incelenmiştir.

Pişkin ve Alpay (2019) çalışmamıza benzer olarak kort tenisinde 8 haftalık hedef çalışmalarının dikkat düzeyi üzerine etkilerinin incelendiği bir çalışmaya 10-12 yaş arası toplam 60 çocuk katılmıştır. Çocuklar kontrol grubu (n=30) ve deney grubu (n=30) olarak ikiye ayrılmıştır. Çalışma sonucunda sessiz ortamda oynanan ve dikkatin büyük öneme sahip olduğu kort tenisinde hedef antrenmanlarının çocukların dikkat düzeyi üzerine olumlu etkileri olduğu belirlenmiştir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

8 haftalık badminton antrenmanlarının ve koordinasyon çalışmalarının 11-15 yaş arası çocuklarda dikkat düzeylerinde olumlu yönde etkilediği izlenmiştir.

Takip edilen antrenman çizelgesi bir sonraki zamanda yapılacak çalışmalarda süre olarak daha uzun tutulabilir.

Uyguladığımız antrenman planlamasından hariç başka bir antrenman programı uygulamak katkı sağlayabilir.

Antrenmanların yoğunluğu, süresi ve kullanılacak deneklerin fiziksel durumlarına, kondisyonlarına sporcu geçmişlerine göre daha ayrıntılı şekilde planlanabilir.

Kullanılan antrenman yöntemlerinin diğer yaş gruplarına daha kapsamlı bir şekilde uygulanması fayda sağlayabilir.

Uygulanan antrenman programının diğer raketli sporlarda da fayda sağlayabileceği düşünülebilir.

BÖLÜM 6

6. KAYNAKÇA

- Akandere, M., Baştuğ, G., Asan, R. ve Baştuğ, K. (2010). Çocuklarda Eğitsel Oyunun Dikkat Üzerine Etkisi, International Scientific Conference “*Perspectives in Physical Education and Sport*”, 21-23 May, Constanta, Romania.
- Altıntaş, S. (2018). *Badminton Eğitiminin Bazı Motorik ve Fiziksel Özelliklere Etkisinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Van.
- Amoda, S. (1996). *Farklı Dikkat Düzeylerinin Örtük ve Açık Bellek Üzerindeki Etkileri* Yüksek Lisans Tezi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. İzmir: Ege Üniversitesi.
- Anderson, J. (2004). *Bilişsel Psikoloji ve Etkileri* (6.basım b.). Değer Yayıncılar. 519
- Aracı, H. (2006). *Okullarda Beden Eğitimi* (Cilt 6). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Asan, R. (2011). *Sekiz Haftalık Masa Tenisi Egzersizinin 9-13 Yaş Arası Çocuklarda Dikkat Üzerine Etkisi*. Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi. Konya.
- Aydın, A. (1999). *Gelişim ve Öğrenme Psikolojisi* (1.baskı b.). İstanbul: Anı Yayıncılık.
- Baddeley, A. D. (1990). *Human memory: Theory and practice*. Psychology Press.
- Barkley and Russell, A. (1997). *Davranışsal Engelleme, Sürekli Dikkat ve Yürütme İşlevleri: Birleştirici DEHB Teorisi Oluşturmak*. Psikolojik Bülten (Cilt 121). 65-94
- Bhasin, H. (2019). <https://www.marketing91.com>. 20 Şubat 2019 tarihinde alınmıştır
- Boutcher, SH. (1995). Attention and Athletic Performance: an Integrated Approach. In Thelma S. Horn (Ed.), *Advances in Sport Psychology*, Champaign, IL: Human Kinetics Publishers, p. 251-263.
- Chu, A. (2013). Dynamic Strenght and Expolosive Pover, Plyometrics. *Human Kinetics*, 41.

- Churchland, P. M. (1996). *The Engine of Reason, The Seat of The Soul: A Philosophical Journey Into the Brain*. Mit Press.
- Cooke SF and Bliss TV (2006). *Plasticity in The Human Central Nervous System*. Brain. 129: 1659-1673.
- Cotman CW, Berchtold NC and Christie LA (2007). Exercise Builds Brain Health: Key Roles of Growth Factor Cascades and İnflammation. *Trends İn Neuroscience*. 30(9): 464-472.
- Cotman CW. and Berchtold NC. (2002). Exercise: A Behavioral İntervention to Enhance Brain Health and Plasticity. *Trends İn Neuroscience* 25(6): 295-301.
- Cümşütoğlu , R. ve Kale, R. (1994). *Uçan Tüytıp Badminton*. İstanbul: Başak Ofset.
- Çağlar, E. ve Kuruç, Z. (2006). Dikkat Testinin Sporcularda Güvenirliğı ve Geçerliliğı. *Hacettepe J. of Sport Sciences, Spor Bilimleri Dergisi*, 2(17), 58-80.
- Çoban, F. (2017). *Farklı Spor Branşlarındaki Üniversite Öğrencilerinin Dikkat Düzeylerinin Karşılaştırılması*. Yüksek Lisans Tezi. Fırat Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Elazığ. 9-11
- Ercan, E.S. ve Aydın, C. (2013). *Dikkat Eksikliği Hiperaktif Bozukluğu* (4.baskı). İstanbul: Pupa Yayıncılık. 17
- Eyessenck, M. and Keane, M. (2000). Cognitive Psychology. *A Student's Handbook, London: Psychology Press* (4. baskı). Londra.
- Foss ML, M. L. and Keteyian, S. J. (1998). *Fox's Physiological Bases For Exercise and Sport*, 6th ed. WBCI McGraw Hill.
- Gander, J. and Gardiner, W. (1993). *Çocuk ve Ergen Gelişimi*. (B. Onur, Çev.) Ankara: İmge Kitabevi. 256-257
- Gelişli, Y. ve Yazıcı, E. (2016). Seke Seke Ben Geldim Adlı Oyunun Çocukların Dikkat Becerilerinin Gelişimine Etkisi/The Effect Of" Seke Seke Ben Geldim" Game On The Development Of Attention Skills Of Children. *Turan: Stratejik Araştırmalar Merkezi*, 8(31), 29.
- Gezgin, İ. ve Gümüş, M. (2018). *Ortaöğretim Spor Lisesi Bireysel Sporlar Badminton Dersi Kitabı*. Meb Yayınları. 12.

- Göktepe, M., Akalın, T. C. ve Göktepe, M. M. (2016). Kayak Sporu Yapan Çocukların Dikkat Düzeylerinin İncelenmesi. *International Journal of Science Culture and Sport*, 4 (Special Issue 3), 722-731.
- Gülmez, İ. (2007). *Badminton öğretimi(Her Yönüyle Badminton)*. Ankara: Badminton Federasyonu Yayınları.3-5;8-9; 16-17.
- İbiş, S. ve Aktuğ, Z. B. (2018). Effects of Sports On The Attention Level and Academic Success in Children. *Educational Research and Reviews*, 13(3), 106-110.
- Jennings, R. and Coles, M. (1991). *Handbook of Cognitive Psychology: Central and Automatic Nervous System Approaches*.MA Cambridge university Press.
- Karaduman, B. D. (2004). *Dikkat Toplama Eğitim Programının İlköğretim 4. ve 5. Sınıf Öğrencilerinin Dikkat Toplama Düzeyi, Benlik Algısı ve Başarı Düzeylerine Etkisi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Kartal, R., Dereceli, Ç. ve Kartal, A. (2016). Eskrim Sporu Yapan ve Yapmayan 10-12 Yaş Arası Çocukların Dikkat Düzeylerinin İncelenmesi. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 3(2), 82-88.
- Kaymak, S. (2003). *Dikkat Toplama Eğitimi Programının İlköğretim 2. ve 3.Öğrencilerinin Dikkati Toplama Becerilerinin Geliştirilmesine Etkisi*. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.Ankara
- Knup, M. (1989). *Badminton Praxis Programme Übungen, Lernhilfen Reinbek*. Rowohlt.
- Kuşcu, Ö. (2010). *Orff-Schulwerk Yaklaşımı ile Yapılan Müzik Etkinliklerinin Okul öncesi Dönemdeki Çocuklarının Dikkat Becerilerine Etkisi*, Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Konya.
- Lei, R. R., Deng, S. X. and Lu, L. F. (1993). Study On The Physiological Function, Physical Quality and Mental Characteristics Of The Chinese Badminton Players. *Chinese Sports Science and Technology*, 29, 28-38.
- Levine, M. (2002). *A Mind at a Time, Her Çocuk Basarabilir, Okul Çağında Zihinsel Gelisim Ve Öğrenme Farklılıkları*. (Z. Babayigit, Çev.) İstanbul: Boyner Yayınları.
- Memedov, R. ve Kale, R. (1994). *Uçan Tüytüp Badminton*(2.Basım). İstanbul. Başak Ofset.

- Mesulam, M. M. (2004). *Dikkat Şebekeleri. Konfüzyonel Durumlar ve İhmal Sendromları: Davranışsal ve Kognitif Nörolojinin İlkeleri*. H. Gürvit, İstanbul.
- Niesner, W. and Ranzmayer, H. (1992). *Badminton Training Technik, Tacticks, Reinbeck, Rowolth Taschhenbuch Verlag* GmbH.P:42 Reinbeck bei Hamburg. 1-3.
- Omosgaard, B. (1996). *Physical Training for Badminton*. International Badminton Federation (JIBF) Denmark.
- Orhan E., Aktuğ, Z. B. ve İbiş, S. (2018). Çocuklarda Fiziksel Aktivite Seviyesi, Dijital Oyun Bağımlılığı ve Dikkat Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Tarih Okulu Dergisi*, 2018 December 2018 Yıl 11, Sayı XXXVII-2,447-469.
- Özkaynak, Ö. A. (2013). *Çocuk ve Ergenlerde Dikkat Eksikliği* (2.baskı). İstanbul: Ekinoks Yayınevi.163.
- Pashler, H. (1998). *The Psychology of Attention. A Bradford Book* (2. Edition b.). London: The MIT Press.
- Pişkin, N.E. ve Alpay, C.B. (2019). 8 Haftalık Kort Tenis Antrenmanının 10-12 Yaş Aralığındaki Çocuklarda Dikkat Gelişimleri Üzerine Etkisi, *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13(1).
- Rapp, G. (1982). *Aufmerksamkeit und Konzentration: Erklärungsmodelle, Störungen, Handlungsmöglichkeiten*. Klinkhardt.
- Renk, M. (2019). *10-13 Yaş Grubu Çocuklarda Oyunsal Etkinliklerin Dikkat Gelişimine Etkisi*, Yüksek Lisans Tezi, Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Niğde.
- Salman, M. ve Salman S. (1994). *Badminton Temel Teknikleri ve Öğretimi*. Onay Ajans. Ankara.5.
- Shaw, M. (1989). *How to Play Badminton*.Jarrod Colour Puplicatious,Great Britain.
- Soysal, S., Yalçın, K. ve Can, H. (2008). Bilissel Psikoloji Kapsamında Yer Alan Dikkat Teorileri. *New Symposium Journal*, 46(1), 40.
- Şenol, S. (2006). *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı* . Ankara: HYB Yayıncılık.
- Thomas, E. (2010). *Dikkat Eksikliği Bozukluğu (Çocuklarda ve Yetişkinlerde Odaklanamayan Zihin)* (2 baskı). Ankara. Oddü Yayıncılık. 22.

- Topçu, B., Yıldız, S. ve Bilgen, Z. T. (2007). Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu Olan Çocuklarda Folklor Egzersizinin Etkisi. *Genel Tıp Dergisi*, 17(2), 89-93.
- Tunç, A., Akandere M. ve Baştuğ G. (2014). The Analysis of The Attention Levels of Individuals Playing Golf, *Turkish Journal of Sport and Exercise*, Volume: 16 Issue: 1- Pages: 104-115.
- Van Praag H., Gage FH. and Lombroso PJ. (2002). Genetics of childhood disorders: XXXVI. stem cell research, part 1: new neurons in the adult brain. J. Am. Acad. *Journal of The American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*. 41(3): 354-356
- Wagner, I. (1991). *Entwicklungspsychologische Grundlagen. In. H.Barchmann, W. Kinze & N. Roth (Eds.), Aufmerksamkeit und Konzentration im Kindesalter: Interdisziplinäre Aspekt*. Berlin: Verlag Gesundheit.72-80
- [www.badminton.gov.tr](https://www.badminton.gov.tr/federasyon/75tarihce.html).(2019). <https://www.badminton.gov.tr/federasyon/75tarihce.html>. 20 mayıs 2019 tarihinde alınmıştır.
- Yetim, A. (2011). *Sosyoloji ve Spor*. Ankara: Berikan Yayınevi.165
- Yıldırım, İ. (1993). *Badminton El Kitabı*. Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü Spor Eğitim Dairesi Başkanlığı. Ankara.
- Yorulmazlar, M. M. ve Kepoğlu, A. (2006). *Badminton Teknik Öğretimi Taktik ve Kuralları* (1 baskı). İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.9-19
- Yumuk, S. (2004). *Badminton*. Lale Matbaası 1.baskı, Eskişehir. 3-39.
- Yurdakul, N. A., Çamlıyer, H., Karabulut, N. ve Soytürk, M. (2012). Sekiz yaş grubu çocuklarda hareket eğitiminin dikkat ve hafıza gelişimine etkileri. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, Konya 14(1), 103-108.
- Zametkin, A.J., Liotta, W. and Leboy, S. (1990). The Neurobiology of Attention Deficit/Hyperactivity Disorder. *The Journal of Clinical Psychiatry*, 59(7), 17-23.

EKLER

Ek 1. Burdon Dikkat Testi (Harf Formu)

BURDON DİKKAT TESTİ

Adı Soyadı :

Yaş :

Okul :

Cinsiyet : Erkek ☐ Kız ☐

Sınıf :

a e p z n z s u a h v k l a s i b i o u o e
r v b p m i b i r b s m n t d a u f c f k a
c k a h s e y p h b p s d g y z d v r i f g
y d v c o y e r z h e z s e g m k f z d a y
f s d y i b t d h m l r i e m t g t b d f u
k c i c k o k o s t l u z u g m a f l v u t
i z r f o u d v h y p n b p m v h n n g r y
p v k l n t y o r z n c p h t e m z i o i m
r a l y g s o i v a i n a r c h o d b f p h
k u b s y g u e m k l t c g v g r i p c t e

c i t e l r n z f u d t m s h d k u f d s m
s i v e t c p l r g v g c t l r m e u g y e
b o k e h b u k o p f i d o h o r a n i a v
i o s g y l a r m i f b z m e l h p z n z r
o y t n a k v p y k g v n h v m p b n p y h
v d u o f r h i t u v l u a m f a c u l t s
o k o k c i c k u f s b t g t m e i n i z h
d t b i y a s f y n d z f k m g e s z e h z
r e n o c v d y f f l r v d z v g d z p b e
p y c a a s c g c a h t n m p b r i b i k p

a f n p v d m t o y m i l g d e o t o c n t
l u p z n k r h p u c b o y g u d v y a o l
s z o a p f f t c v k i r b p m n e r g e s
b a h v i h s c k z r f d r a c g y n m h y
t d ş v c g z y f m p t r o g e u u b b y h
i u a n y a d u m f a p y z e b k d b o l z
e l z h e a d z t c l p r y f m s n v i c v
s b i v m z g p s m r k b k r e h c u v n s
f l s l e i o l g l k t h z o k t d e a r h
f m i u c f t i b s g k m k n p h v b g u i

Ek 2. İzin Belgesi



T.C.
KAYSERİ VALİLİĞİ
Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü

02/01/2019

ÖMER HALİS DEMİR ÜNİVERSİTESİ SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
NİĞDE

Üniversitenizin 161812011 numaralı yüksek lisans öğrencisi Ömer ŞAHİN Müdürlüğümüzde 21.01.2019-04.03.2019 tarihleri arasında "Çocuklarda Badminton Antrenmanının Dikkat Düzeyi Üzerine Etkisinin İncelemesi " konulu tezle ilgili çalışma yapmasında bir sakınca bulunmamaktadır.

Ahmet METİN
Şube Müdürü

EK 3. Özgeçmiş

KİŞİSEL BİLGİLER

Adı ve Soyadı : Ömer ŞAHİN
Doğum Yeri ve Tarihi : KAYSERİ 1985
Medeni Hali : Evli
İletişim Bilgileri : erdogansahin2005@hotmail.com



EĞİTİM

1999-2002 Kayseri Lisesi
2009-2013 Erciyes Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor
Yüksekokulu Rekreasyon Bölümü
2016-2019 Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi Sosyal Bilimleri
Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı
Yüksek Lisans Programı

