

T.C.
KOCAELİ ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

**MÜZİK VE LİFE KİNETİK İLE DESTEKLENEN TENİS
ANTRENMANLARININ 10-14 YAŞ GRUBU ÇOCUKLARIN ÇOKLU
ZEKÂ VE MOTİVASYON DURUMU ÜZERİNE ETKİSİ**

Fuat Orkun TAPŞIN

Kocaeli Üniversitesi
Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yönetmeliğinin
Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Programı için Öngördüğü
DOKTORA TEZİ Olarak Hazırlanmıştır

KOCAELİ
2023

T.C.
KOCAELİ ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

**MÜZİK VE LİFE KİNETİK İLE DESTEKLENEN TENİS
ANTRENMANLARININ 10-14 YAŞ GRUBU ÇOCUKLARIN ÇOKLU
ZEKÂ VE MOTİVASYON DURUMU ÜZERİNE ETKİSİ**

Fuat Orkun TAPŞIN

Kocaeli Üniversitesi
Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yönetmeliğinin
Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Programı için Öngördüğü
DOKTORA TEZİ
Olarak Hazırlanmıştır

Danışman: Prof. Dr. Elif KARAGÜN

Sağlık Bilimleri Etik Kurulu
Onay Numarası: GOKAEK-2022/04.22

KOCAELİ
2023

SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜ'NE

Tez adı: Müzik ve Life Kinetik ile Desteklenen Tenis Antrenmanlarının 10-14 Yaş Grubu Çocukların Çoklu Zekâ ve Motivasyon Durumu Üzerine Etkisi

Tez yazarı: Fuat Orkun TAPŞIN

Tez savunma tarihi: 19.06.2023

Tez Danışmanı: Prof. Dr. Elif KARAGÜN

Bu çalışmada, Jürimiz tarafından Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Programında DOKTORA TEZİ olarak kabul edilmiştir.

SINAV KURULU ÜYELERİ		
ÜNVAN	ADI SOYADI	İMZA
BAŞKAN		
DANIŞMAN		
ÜYE		
ÜYE		
ÜYE		
ÜYE		

Onay

Bu tez Kocaeli Üniversitesi Lisansüstü Eğitim ve Öğretim Yönetmeliğinin ilgili maddeleri uyarınca yukarıdaki jüri tarafından uygun bulunmuş ve Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yönetim

....../.../2023

Prof. Dr. Sema Aşkın KEÇELİ
KOÜ Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürü

ORİJİNALLİK BİLDİRİMİ

Kocaeli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü'ne,

Doktora tezi olarak hazırlayıp sunduğum “Müzik ve Life Kinetik ile Desteklenen Tenis Antrenmanlarının 10-14 Yaş Grubu Çocukların Çoklu Zekâ ve Motivasyon Durumu Üzerine Etkisi” başlıklı tezimde başka kaynaklardan yararlanılarak kullanılan yazı, bilgi, şekil, tablo ve diğer malzemeler kaynakları gösterilerek verilmiştir. Tezimde yer alan deneysel çalışmalar/araştırmalar bilimsel ahlak ve değerlere uygun olarak tarafımdan yapılmıştır. Tezimin fikir/hipotezi tümüyle tez danışmanım ve bana aittir.

Yukarıda belirtilen hususlar bir intihal programı (Turnitin %21) kullanılarak test edilmiş olup, doğruluğunu beyan ederim.

.../.../2023

Fuat Orkun TAPŞIN

ÖZET

Müzik ve Life Kinetik ile Desteklenen Tenis Antrenmanlarının 10-14 Yaş Grubu Çocukların Çoklu Zekâ ve Motivasyon Durumu Üzerine Etkisi

Amaç: bu çalışmanın amacı, müzik ve life kinetik ile desteklenen tenis antrenmanlarının 10-14 yaş grubu çocukların çoklu zekâ ve motivasyon durumu üzerine etkisinin incelenmesidir. **Yöntem:** araştırmanın amacı doğrultusunda, Sakarya Tenis Akademisi (Karaman) ve Sakarya Mavi Tenis Akademisinden (Serdivan) yazılı izinler alındıktan sonra araştırmaya gönüllü katılmak isteyen ve ailelerinin de onay verdiği hobi amaçlı tenis oynayan 10-14 yaş grubu çocuklara araştırmanın amacı ve 10 hafta süresince, haftada 2 gün ve 15 dakika sürecek müzik ve life kinetik çalışma programı açıklanmıştır. Araştırmaya gönüllü katılmak isteyen çocuklara ön test olarak sosyo-demografik özellikleri belirleyen 8 soruluk bilgi anketi ve Saban (2001) tarafından geliştirilen 80 maddelik çoklu zekâ ölçeği; Willis (1982) tarafından geliştirilmiş Tiryaki ve Gödelek (1997) tarafından uyarlama çalışması yapılmış 40 maddelik sporda başarı motivasyon ölçeği uygulanmıştır. Araştırmanın müdahale grubunu Sakarya Tenis Akademisindeki hobi amaçlı tenis eğitimi alan çocuklar oluştururken, araştırmanın kontrol grubunu da Sakarya Mavi Tenis Akademisinde hobi amaçlı tenis eğitimi alan çocuklar oluşturmaktadır. Araştırmaya 10-14 yaş aralığında hobi amaçlı tenis oynayan 35 müdahale ve 40 kontrol grubu olmak üzere toplam 75 çocuk araştırma kapsamına alınmıştır. Araştırmada müdahale grubuna haftada 2 gün ve 15 dakika süren, müzik ve life kinetik uygulaması yapılmıştır. Kontrol grubundaki çocuklar ise 10 hafta boyunca sadece rutin tenis antrenmanlarına devam etmişlerdir. 10. hafta sonrasında her iki gruba da son test uygulaması yapılmış ve araştırma sonlandırılmıştır.

Bulgular: Elde edilen bulgular incelendiğinde ön testlerde anlamlı bir fark bulunmazken, müzik ve life kinetik uygulamasına katılan çocukların doğacı ve sosyal zekâ haricindeki bütün zekâ alt boyutlarında anlamlı bir farklılık olduğu bulunmuştur ($p<0.05$). Sporda başarı motivasyon ölçeğinde ise sadece başarıya yaklaşma alt güdüsünde anlamlı bir farklılık belirlenmiştir ($p<0.05$). 10 haftalık rutin tenis antrenmanlarına devam eden kontrol grubunda ise çoklu zeka ölçeğinde içsel ve bedensel zeka alt boyutlarında anlamlı bir farklılık bulunurken ($p<0.05$) spora özgü motivasyon ölçeğinde ise anlamlı bir fark bulunmamıştır.

Sonuç: Müzik ve life kinetik uygulamalarının çocukların çoklu zeka ve başarı motivasyon durumunu olumlu yönde etkilediği görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Spor, life kinetik, müzik, başarı motivasyonu, tenis

ABSTRACT

The Effect of Tennis Training Supported by Music and Life Kinetics on Multiple Intelligences and Motivation Status of 10-14 Year-Old Children

Objective: The aim of this study is to examine the effects of tennis training supported with music and life kinetics on multiple intelligence and motivation status of 10-14 age group children.

Method: In line with the purpose of the research, children aged 10-14 playing tennis for hobby purposes, who wanted to participate in the research voluntarily after obtaining written permissions from Sakarya Tennis Academy (Karaman) and Sakarya Mavi Tennis Academy (Serdivan), and their families gave consent, The music and life kinetic training program, which will last for the day and 15 minutes, has been announced. As a pre-test for the children who want to participate in the research voluntarily, an 8-question information questionnaire determining socio-demographic characteristics and an 80-item multiple intelligence scale developed by Saban (2001); Developed by Willis (1982) and adapted by Tiryaki and Gödelek (1997), a 40-item success motivation scale in sports was applied. While the intervention group of the research consists of children who receive tennis training for hobby purposes in Sakarya Tennis Academy, the control group of the research consists of children who receive tennis training for hobby purposes at Sakarya Blue Tennis Academy. A total of 75 children, 35 of whom were in the intervention group and 40 of whom were in the control group, were included in the study, between the ages of 10-14, playing tennis for hobby purposes. In the study, music and life kinetics were applied to the intervention group for 10 weeks, 2 days a week and 15 minutes. The children in the control group only continued their routine tennis training for 10 weeks. After the 10th week, a post-test was applied to both groups and the study was terminated.

Results: When the findings were examined, there was no significant difference in the pre-tests, but it was found that there was a significant difference in all intelligence sub-dimensions of the children who participated in the music and life kinetics application, except for naturalist and social intelligence ($p<0.05$). In the success motivation scale in sports, a significant difference was determined only in the sub-motive of approaching success ($p<0.05$). In the control group, who continued their routine tennis training for 10 weeks, there was a significant difference in the internal and physical intelligence sub-dimensions of the multiple intelligence scale ($p<0.05$), but no significant difference was found in the sport-specific motivation scale.

Conclusions: It has been observed that music and life kinetic applications have a positive effect on children's multiple intelligence and achievement motivation.

Keywords: Sports, life kinetics, music, motivation, tennis

TEŞEKKÜR

Öncelikle Yüksek Lisans ve Doktora eğitimim süresince, bilgi ve deneyimlerinden yararlandığım saygıdeğer danışmanım Prof. Dr. Elif KARAGÜN' e, tez izleme komitesinde bana yol gösteren Prof. Dr. Betül BAYAZIT ve Prof. Dr. Korkmaz YİĞİTER hocama teşekkür ediyorum. Araştırmam için bana destek olan Sakarya Tenis Klubü ve Sakarya Mavi Tenis Klubüne, doktora eğitimim sırasında yardımlarını esirgemeyen arkadaşılarım Gökhan ÇAKMAK ve Sabit SELVİ 'ye,

Hayatın her aşamasında beni hiçbir zaman yalnız bırakmayan, maddi-manevi desteğini esirgemeyen aileme teşekkürü borç bilirim.



İÇİNDEKİLER

ÖZET	iv
ABSTRACT	v
TEŞEKKÜR	vi
İÇİNDEKİLER	vii
ŞEKİLLER	ix
TABLolar	x
1. GİRİŞ	1
1.1. Genel Bilgiler	2
1.1.1. Motivasyon Kavramı	2
1.1.2. Motivasyonun Önemi	3
1.1.3. Motivasyon Türleri	3
1.1.4. Motivasyon Kuramları	4
1.2.1. Zekâ	9
1.2.1.1. Çoklu Zekâ Kuramı	10
1.2.1.2. Çoklu Zekâ Kuramı Üzerine Yapılan Yurt İçi Çalışmalar	12
1.2.1.3. Çoklu Zeka Kuramı Üzerine Yapılan Yurt Dışı Çalışmalar	13
1.3.1. Müzik	14
1.3.1.1. Müzik Kavramı	14
1.3.1.2. Müzik Üzerine Yapılan Yurt İçi Çalışmalar	14
1.3.1.3. Müzik Üzerine Yapılan Yurt Dışı Çalışmalar	15
1.3.1.4. Life Kinetik	15
1.4.1. Tenis	17
1.4.1.1. Türkiye’de Tenis	17
1.4.1.2. Dünya’da Tenis	18
2. AMAÇ	19
3. YÖNTEM	20
3.1. Araştırmanın Yöntemi	20
3.1.1. Müzik ve Life Kinetik Uygulamasında Yer Alacak Çocukların Tespiti ve Alınan İzinler	20
3.1.2. Müzik ve Life kinetik programının oluşturulması	21
3.1.3. Süreç	22

3.1.4. Uygulama	23
3.2. Veri Toplama Araçları	23
3.2.1. Kişisel Bilgi Formu	23
3.2.2. Çoklu Zekâ Ölçeği	23
3.2.3. Sporda Başarı Motivasyon Ölçeği	24
3.3. Verilerin Analizi:	24
4. BULGULAR	25
5. TARTIŞMA	41
5.1. Müdahale ve Kontrol Gruplarının Sosyo-Demografik Özelliklerine Ait Bulguların Tartışılması	41
5.1.1 Cinsiyet	41
5.1.2 Yaş, Sınıf ve Ailedeki Birey Sayısı	41
5.1.3 Ekonomik Durum	41
5.1.4 Sportif Uygulama Öncesi Müzik Dinleme Şiddeti	41
5.1.5 Tenis Oynama Süresi	41
5.1.6 Sportif Uygulama Öncesi Müzik Dinleme Sıklığı	41
5.2. Uygulanan Çoklu Zeka Ölçeğinin Ön Test ve Son Test Değerlerine Ait Bulguların Tartışılması	41
5.3. Uygulanan Sporda Başarı Motivasyon Ölçeğinin Ön Test ve Son Test Değerlerine Ait Bulguların Tartışılması	41
6. SONUÇ VE ÖNERİLER	52
7. KAYNAKLAR	53
8. ÖZGEÇMİŞ	64
EKLER	65
EK-1. Kişisel Bilgi Formu	65
EK-2. Sporda Başarı Motivasyonu	66
EK-3. Çoklu Zekâ Alanları Değerlendirme Ölçeği	68
EK-4. Tenis Kulüplerinden Alınan Yazılı İzinler	70
EK-5. Çocuklara Uygulanan 10 Haftalık Life Kinetik Programı	72
EK-6. Sakarya Tenis Akademisindeki Çocukların 10 Haftalık Tenis Antrenman Programı	81
EK-7. Mavi Tenis Akademisindeki Çocukların 10 Haftalık Tenis Antrenman Programı	82
EK-8. Araştırmacının Life Kinetik Eğitim Belgesi	83

ŞEKİLLER

Şekil 1.1. Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisi teorisi.....	5
Şekil 1.2. Herzberg'in çift faktör teorisi.....	6
Şekil 1.3. Erg modeline göre ihtiyaçlar hiyerarşisi	7
Şekil 1.4. Çoklu zekâ kategorisi.....	10
Şekil 4.1. Çoklu zekâ ölçeğine göre müdahale grubunun ön test ve son test puanları.....	30
Şekil 4.2. Çoklu zekâ ölçeğine göre kontrol grubunun ön test ve son test puanları.....	32
Şekil 4.3. Müzikal zekâ alt boyutu ön test ve son test puanları	32
Şekil 4.4. Sözel zekâ alt boyutu ön test ve son test puanları	33
Şekil 4.5. Görsel zekâ alt boyutu ön test ve son test puanları	33
Şekil 4.6. Doğacı zekâ alt boyutu ön test ve son test puanları	34
Şekil 4.7. Mantıksal zekâ alt boyutu ön test ve son test puanları.....	34
Şekil 4.8. Bedensel zekâ alt boyutu ön test ve son test puanları	35
Şekil 4.9. İçsel zekâ alt boyutu ön test ve son test puanları	35
Şekil 4.10. Sosyal zekâ alt boyutu ön test ve son test puanları	36
Şekil 4.11. Sporda başarı motivasyon ölçeğine göre müdahale grubunun ön test ve son test puanları	37
Şekil 4.12. Sporda başarı motivasyon ölçeğine göre kontrol grubunun ön test ve son test puanları	38
Şekil 4.13. Güç gösterme alt boyutu ön test ve son test puanları.....	39
Şekil 4.14. Başarıya yaklaşma alt boyutu ön test ve son test puanları	39
Şekil 4.15. Başarısızlıktan kaçma alt boyutu ön test ve son test puanları.....	40

TABLÖLAR

Tablo 3.1. Ön-Son test deney deseni	20
Tablo 3.2. Çocuklara uygulanan 10 haftalık life kinetik programı.....	22
Tablo 4.1. Planlanan ve uygulanan life kinetik hareketleri	25
Tablo 4.2. Sosyo-Demografik özellikler.....	26
Tablo 4.3. Uygulanan çoklu zekâ ölçeğinin ön test ve son test sonuçlarının değerlendirilmesi	28
Tablo 4.4. Uygulanan başarı motivasyon ölçeğinin ön test ve son test sonuçlarının değerlendirilmesi	36

1. GİRİŞ

Spor, bireyin hem fiziksel hem de zihinsel yeteneklerini rekabetçi bir aktivite yoluyla veya sadece eğlence için geliştiren fiziksel bir aktivitedir (Yıldız ve Çetin, 2018). Bir başka tanıma göre ise spor, psikomotor becerileri devreye sokan ve geliştiren, aynı zamanda eğlence veya sağlık amacıyla yapılan bireysel veya toplu faaliyetler dizisi şeklinde tanımlanmıştır (Heper ve ark., 2012). Literatüre bakıldığında sporun, dostluk, dayanışma, sadakat, takım çalışması, öz disiplin, özsaygı, kendine ve başkalarına güven, saygı, alçak gönüllülük, iletişim, liderlik, sorunlarla yüzleşme yeteneği gibi önemli değerleri öğrettiği ifade edilmiştir (Filiz, 2010). İnsanın psikofiziksel gelişimi için vazgeçilmez bir bileşen olan spor, eğitici işlevi sayesinde sosyal ve aile kültürümüzde her zaman belirleyici bir rol oynamıştır (Mavi, Tuncel, Tuncel ve Akdemir, 2011).

Günümüzde insanların serbest zamanlarını en verimli şekilde geçirdikleri spor branşlarından biri de tenis olduğu görülmektedir. Tenise ilginin bu denli yoğun olması, bu branşa katılım ve prensipleri gibi bilimsel çalışmaların gerekliliğini de ön plana çıkardığı ifade edilmiştir (Kaya, 2016). Konuyla ilgili yapılan çalışmalara bakıldığında bu branşın kişilerin el-göz koordinasyonunu geliştirdiği, stresle başa çıkma düzeyini arttırdığını, fiziksel, zihinsel, sosyal ve duygusal zorlukların üstesinden gelmeyi öğrettiğini belirleyen çalışmaların olduğu (Pluim, Staal, Marks, Miller ve Miley, 2007) görülmüştür.

Müzik, bir fikri iletmek için ses ya da enstrümantal sesleri, bazen her ikisini de biçim, uyum ve duygu ifadesini kullanarak birleştiren bir sanat olduğu belirtilmiştir (Kaplan ve Steele, 2005). Müzik, dünya çapındaki kültürlerde kilit rol oynayan birçok farklı formu temsil ettiğini ve insanların duygularını, düşüncelerini müzik yoluyla da paylaştığından dolayı müziğin günümüze kadar varlığını devam ettirdiği açıklanmıştır (Radocy ve Boyle, 2003). Müzik kişinin odaklanmasına yardımcı olduğu gibi uyuma, egzersiz yapma, okuma-yazma, matematik, duygu ve düşünceleri ifade etmede desteklediği dolayısıyla işitsel zekâyı zenginleştirdiği yönünde veriler ortaya koyan çalışmaların olduğu da görülmüştür (Sharon, 2011;Şen, 2006).

Life kinetik hareketleri, bilişsel-motor koordinasyon eğitiminin bir şekli olduğu belirtilmiştir (Komarudin, 2019). Bu hareketler spor, okul, çalışma ortamı ve hatta çocuklar, yetişkinler, ebeveynler, hasta insanlar gibi daha geniş topluluklar dâhil olmak üzere çeşitli amaçlar için performansı arttırmak amacıyla uygulandığı açıklanmıştır (Tekdemir, 2022). Life kinetik hareketleri, sporcuların sinir sistemini hareket geçiren hareket alışkanlıklarının oluşturulmasına ve kortikal bölümlerini aktive eden ve bunlarla ilişkili çeşitli temel hareketleri uygulayan farklı hareket aktivitelerini bir araya getiren egzersiz hareketleri olduğu belirtilmiştir (Lutz, 2017). Bu egzersizler, eğlenceli ve zihinsel açıdan zorlayıcı

hareket olup zihinsel ve biyokimyasal yorgunluğu hedeflediği ve bu yolla da zihinsel artışı desteklediği ileri sürülmüştür (Yarım, Çetin ve Orhan, 2019).

Life kinetik ve müzik ilişkisini ortak olarak inceleyen çalışma olmamakla birlikte life kinetik veya müzikle ilgili yapılan çalışmalarda hem müziğin hemde life kinetiğin her birinin uygulandığı bireyde konsantre olma durumunu, farkındalık durumunu, algılama özelliğini, bilişsel ve duyuşsal özellikleri geliştirdiğini bulan çalışmaların olduğu görülmüştür (Pietsch, Böttcher ve Jansen, 2017; Uluğbay, 2013). Tüm bu bilgiler göz önüne alındığında müzik ve life kinetik hareketlerinin çocukların gelişimini destekleyebileceğini düşündürmüştür.

Gardner (1999)' a göre çoklu zekâ 8 temel alandan oluşmakta ve bu 8 zekâ alanı her bireyde belirli bir düzeyde mevcuttur. 8 zekâ alanının yüksek olanın kullanılmasıyla düşük olan zekâ alanını geliştirebileceğini belirtmiştir.

Literatürde yer alan tüm bu bilgilerden yola çıkıldığında tenis branşına ilgi ve yönelim gösteren çocukların tenis oynamakla kinestetik zekâ, müzik kullanımı ile müzik-ritmik zekâ, life kinetik egzersizleri ile görsel ve işitsel zekâ alanları aktive edilmektedir. Bu alanların aktive edilmesiyle birlikte toplam çoklu zeka düzeyinde ve çoklu zeka ile birlikte çocukların motivasyon düzeyinde de bir değişim yaratıp yaratmadıkları merak edilmiştir. Bu açıdan müzik eşliğinde life kinetik uygulamalarına katılan çocukların bu uygulamaya katılmayan çocuklara göre çoklu zeka gelişimi ve motivasyon durumu üzerine etkisi araştırılmak istenmiştir. Bu amaç doğrultusunda 10-14 yaş aralığında hobi amaçlı tenis oynayan gönüllü kız ve erkek çocukları araştırmanın örneklem grubunu oluşturmuştur.

1.1. Genel Bilgiler

1.1.1. Motivasyon Kavramı

Motivasyonun, "güdü" kökünden geldiği ve eylemlerimizin ve davranışlarımızın arkasındaki itici nedenleri tanımladığı ve belirli içsel veya dışsal ödüller veya teşviklerle beslenen fizyolojik bir arzu olduğundan söz edilmiştir (Yaman, 2017).

Motivasyon istenen davranışları başlatmada, kişisel tatmine ulaşmada, başarılı olmada ve organizmanın uyarıcı faktörlerini harekete geçirmede önemli bir güç olduğu belirtilmiştir (Vatansever, 2015). Başka bir tanıma göre ise motivasyon, hedefe yönelik davranışları başlatan, yönlendiren ve sürdüren bir iç güç şeklinde tanımlanmıştır (Ülker, 2002).

Motivasyon bir süreç olduğu, kendimizde veya çevremizde bir değişiklik isteyen özü, enerjik ve kalıcı amaca yönelik davranışları içerdiği ve kişinin çevreyle uyumlu olmasını, açık uçlu ve problem çözücü bir şekilde ilişki kurması için organizmaya gereken itici gücü ve yönü verdiği, bir hedefin hizmetinde hareket etme arzusu olduğu belirtilmiştir (Ataman, 2001; Eroğlu, 2004; Kantar, 2013; Şimşek ve Çelik, 2019).

Başka bir tanıma göre ise motivasyon, hedeflerimizi belirlemede ve bunlara ulaşmada insan davranışının arkasındaki itici güç olduğu ve yaşamaya değer bir yaşam için

çabalamaya devam etme arzusu olduğu belirtilmiştir (Seker, 2015). Motivasyon, hedefe yönelik davranış ve bireye arzu edilen hedeflerine ulaşmak için fiziksel ve zihinsel enerjisini kullanmaya iten, ihtiyaç, istek ve arzunun neden olduğu bir tutku olarak tanımlanmıştır (Güney, 2007). Motivasyon kavramı için çok farklı varsayımların olduğu ve tarihsel süreç içerisinde farklı başlıklarda incelendiğinden bahsedilmiştir (Şimşek ve Çelik, 2019).

Motivasyonun, davranışları sağlayan unsur olduğu ve kişinin olumlu olmasını istediği aktivitelere dâhil olma olumsuz sonuçlardan ise kaçınma meyili ile ilişkili olduğu belirtilmiştir (Beck, 2005). Araştırmacılar motivasyonu tam anlamıyla tanımlamakta zorlansalar da motivasyon kavramının bileşenlerini daha kolay tanımlandığını ifade etmişlerdir (Moyers ve Rollnick, 2002). Motivasyon, çalışanın iş süreçlerinde daha etkin ve verimli sonuçlar üretmesini sağlayan itici bir güç olduğu belirtilmiştir (Şahin, 2004).

Motivasyon, sizi bir amaca hizmet etmeye zorlayan bir dizi psikolojik güç veya faktör nedeniyle bir şeyler yapma arzusu veya isteği olduğu hedeflerimizi belirlemede ve gerçekleştirmede insan davranışının hayati bir bileşeni olduğu da belirtilmiştir (Luecke, 2008).

Motivasyon, bireyin bir hedefe ulaşmak için gösterdiği çabanın yoğunluğunu, yönünü ve sürekliliğini hesaba katan süreçler olarak açıklanmıştır (Sabuncuoğlu ve Tüz, 1998). Motivasyonun temel özellikleri, hedefe yönelik sürekli bir süreç ve yetenekleri performansa dönüştüren psikolojik bir olgu olduğu ifade edilmiştir (Arık, 1996).

1.1.2. Motivasyonun Önemi

Motivasyon, bireyin içinde oluşan psikolojik bir olgu olması dolayısıyla, insanı başarıya götüren önemli bir psikolojik faktör olarak görülmüş. Yeterli motivasyonu olmayan bireylerin uzun vadeli hedeflerine ulaşmasının zor olduğu belirtilmiştir (Şahin, 2004). Motivasyon, bir dizi farklı kaynak ve koşulu içeren insanların en iyi performansını sergilemeye teşvik eden ve kurumsal hedeflere ulaşmada yardımcı olan önemli bir faktör olduğu belirtilmiştir (Bilecen, 2008; Dur, 2014). Kendi davranışlarımızın yanı sıra diğer insanların davranışlarının nedenlerini anlamamıza yardım ettiği için oldukça önem verilmesi gereken bir konu olarak düşünülebilir.

1.1.3. Motivasyon Türleri

İç motivasyon

İçsel motivasyon, kişisel tatmin veya tatmin için davranış benimsenmeye veya değiştirmeye yönlendiren uyarımı ifade ettiği belirtilmiştir (Özer ve Topaloğlu, 2012). Başka bir tanıma göre ise içsel motivasyon, içten gelen ve gerçekten yapmak istediğimiz davranışlara yol açan doğal bir motivasyon olduğu ifade edilmiştir (Dereli, 1981).

Dış motivasyon

Deckers (2018) dışsal motivasyonu, dış veya çevresel kaynaklar, çevreden elde edilebilen teşvikler ve hedefler olarak adlandırılan olay ve durum şeklinde tanımlamıştır. Bir başka tanıma göre ise dışsal motivasyon, sosyal yaptırım, ceza, ödül gibi dış etkilere kaynaklanan bir motivasyon türü olduğu belirtilmiştir (Özer ve Topaloğlu, 2012).

1.1.4. Motivasyon Kuramları

Motivasyon kuramları, bir kişiyi belirli bir amaç veya sonuç için çalışmaya neyin yönlendirdiğini insanların kişilik özelliklerine ve hırslarına dayalı olarak neyin motive ettiğini anlamaya çalışan psikolojik modeller olduğu ifade edilmiştir (Cengiz, 2009; Kulbak, 2019). Motivasyon kuramları kapsam ve süreç kuramları olmak üzere iki başlık altında incelendiği görülmüştür (Schwartz, 2006).

Kapsam teorileri

Kapsam teorileri, insanları iş ortamında neyin motive ettiğini açıklamaya çalışan bir yaklaşımdır (Tevrüz, Erdem ve Bozkurt, 2012).

İhtiyaçlar hiyerarsisi

Bu teori, her insanın eksiksiz, mutlu ve tatmin olmuş bir birey veya çalışan olmak için yolculuklarında karşılaması gereken beş temel ihtiyaç olduğu inancına dayandırılmıştır. İhtiyaçlar hiyerarsisi genellikle, temelinde birinci seviye olan fizyolojik ihtiyaçlar olan bir piramit olarak sunulmuştur. İhtiyaçlar piramidi güvenlik ihtiyaçları, sosyal ihtiyaçlar, saygınlık ihtiyaçları, piramidin tepesinde kendini gerçekleştirme ihtiyacı olduğu ve bir kişi her bir seviyenin ihtiyaçlarını karşılamaya motive edildiği ve önceki seviye az ya da çok yerine getirilinceye kadar sonraki aşamaya geçilemeyeceği belirtilmiştir (Maslow, 1943). Maslow'un (1943) ortaya koyduğu kurama göre ihtiyaçlar aşağıdaki şekilde sıralanmıştır.



Şekil 1.1. Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisi teorisi (Maslow, 1943).

1. Fizyolojik ihtiyaçlar: Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisinin en alt seviyesi olduğu açıklanmıştır. Bir insanın hayatta kalması için ihtiyaç duyduğu en temel unsurlar olduğu ifade edilmiştir. Bu aşamada barınma, su, yiyecek, sıcaklık, dinlenme ve sağlık ihtiyacını içerdiğinden bahsedilmiştir.

2. Güvenlik ihtiyaçları: Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisinin ikinci seviyesi güvenlik ihtiyacı olduğu belirtilmiştir. Güvenlik veya güvenlik ihtiyaçları, bir kişinin hayatında ve çevresinde kendini güvende hissetme ihtiyacı ile ilgili olduğu açıklanmıştır. Bu aşamanın yasa, düzen, öngörülemez tehlikeli koşullardan korunma gereksiniminden geldiği belirtilmiştir.

3. Ait Olma ve Sevgi İhtiyacı: Maslow'un hiyerarşisinin üçüncü basamağı sevgi ve ait olma ihtiyacı olduğu açıklanmıştır. İnsanlar, başkalarıyla etkileşime girmeyi arzulayan sosyal varlıklar olduğu ifade edilmiştir. Hiyerarşinin bu seviyesi, arkadaşlık, yakınlık, aile ve sevgi ihtiyacını ana hatlarıyla belirtir. İnsanların bir gruba ait olduklarını hissetmek için sevgi verme ve alma ihtiyacı olduğundan bahsedilmiştir. Bu ihtiyaçlardan yoksun bırakılan bireyler, yalnızlık ya da depresyon yaşayabileceği belirtilmiştir.

4. Saygınlık İhtiyacı: Maslow'un kuramına göre dördüncü seviyesinin, saygınlık ihtiyacı olduğu açıklanmıştır. Saygınlık ihtiyaçları, bir kişinin tanınma, statü kazanma ve saygı duyulduğunu hissetme ihtiyacıyla ilgili olduğu belirtilmiştir. Bir kişi sevgi ve ait olma ihtiyaçlarını giderdikten sonra, saygınlık ihtiyaçlarını gidermeye çalışıldığından söz edilmiştir.

5. Kendini Gerçekleştirme: Maslow'un kuramının beşinci ve son aşaması ise kendini gerçekleştirme ihtiyacıdır. Buna göre tam potansiyelin gerçekleştirilmesini, kişisel gelişim arayışını, yaratıcılığı ve zirve deneyimlerini içerdiğinden bahsedilmiştir (Maslow, 1943).

Çift faktör teorisi

Bu kuramın temeli, Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisi modelinden uyarlanarak yapıldığından söz edilmiştir (Şahin, 2004). İş tatminine neden olan şeylerin, iş tatminsizliğine neden olan şeylerin tam tersi olduğu fikriyle başlayan teoride katılımcılardan işlerinde kendilerini olumlu ve olumsuz hissettiren unsurları belirlemeleri istenildiği belirtilmiştir (Gökçe, 1999). Bu araştırmanın sonunda Herzberg, insanları mutlu eden şeyin ne yaptıkları veya nasıl kullanıldıkları, insanları mutsuz eden şeyin ise onlara nasıl davranıldığı olduğunu keşfetmiştir (Kenra, 1987). İnsanları işte tatmin eden şeylerin, tatminsizliğe sebep olan şeylerden farklı olduğunu, dolayısıyla bu iki zıt duygunun olamayacağına dayanarak Herzberg, motive ediciler ve hijyen faktörleri teorisini oluşturduğu belirtilmiştir. Her iki faktör de çalışanları motive edebilir ancak farklı nedenlerle çalışacakları açıklanmıştır. Hijyen faktörleri, çalışanlarda yalnızca kısa vadeli memnuniyete neden olurken, motive edici nedenler uzun vadeli iş tatminine neden olduğu ifade edilmiştir (Herzberg, 2005).

Motive Ediciler	Hijyen Faktörleri
• Performans ve Başarı • Tanıma • İş durumu • Sorumluluk • İlerlemesi için fırsatlar • Kişisel Gelişim • Yapılan iş	• Aylık maaş • Çalışma şartları • Fiziksel çalışma alanı • Meslektaşları ile ilişki • Süpervizör ile ilişki • Süpervizör kalitesi • Politikalar ve kurallar

Şekil 1.2. Herzberg'in çift faktör teorisi (Dion, 2006)

Motive ediciler

Motive ediciler, işte tatmin duygularına neden olan faktörler olduğu, kişinin yeteneklerini ve potansiyelini gerçekleştirmesinde önemli bir rol oynadığı belirtilmiştir (Kantar, 2013; Salanova ve Kirmanen, 2010). Motive edici unsurlarda bireyin çalışma performansını arttırmak için sorumluluk verilmesi ve çalışanın daha verimli çalışması için öğrenme fırsatlarının sağlanması gerektiği ileri sürülmüştür (Tevrüz, Erdem ve Bozkurt, 2012). Sorumluluk ve öğrenme fırsatlarına ek olarak tanınma, başarı, ilerleme ve büyüme de

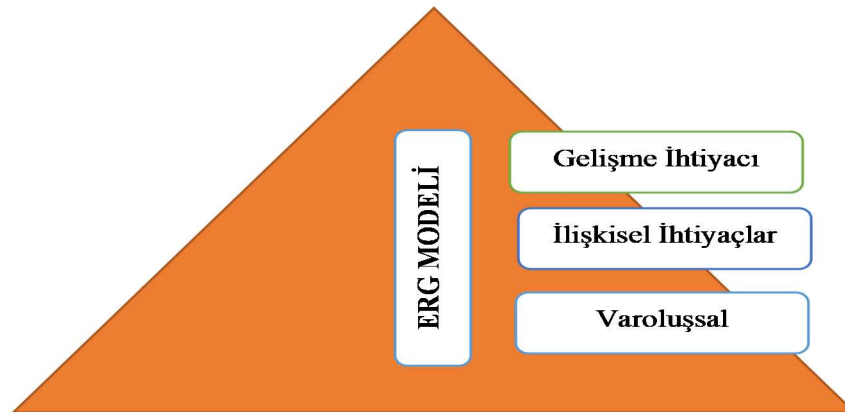
motivasyon faktörlerini etkilediği ancak bunlara değeri verilerek çalışanların memnuniyet düzeyinin artacağı belirtilmiştir (Herzberg, 2005).

Hijyen faktörleri

Hijyen faktörleri veya memnuniyetsizlikler, çalışanın kısa sürede motive olup çalışabileceğini ileri sürmüştür (Küçüközkan, 2015). Motive ediciler, şu anda memnuniyete neden faktörler iken, hijyen faktörleri ise iş memnuniyetsizliğine neden olan faktörler olduğu belirtilmiştir (Paksoy, 2002). Bu faktörde maaşların veya ücretlerin, aynı sektördeki veya coğrafi bölgedeki diğer kişilerinde aldığı maaşların birbirine eşdeğer olması gerektiği kişiye statüsü tanınması ve korunması gerektiği açıklanmıştır (Onaran, 1981). Çalışanlar, mevcut ekonomik durumda mümkün olduğu kadar, işlerinin güvence altına alınmasını hissetmesi ve çalışma koşullarının temiz, yeterince aydınlatılmış ve güvenli olmasını sağlık, emeklilik ve çocuk bakımı gibi yeterli yan haklar sağlanmasını genel olarak yapılan iş miktarına eşdeğer tazminat sağlanması gerektiğinden söz edilmiştir (Herzberg, 2005; Yeşil, 2016). Esnek saatler, kıyafet yönetmeliği, tatil programları ve diğer çizelgeler gibi politikalar ve idari uygulamaların çalışanları etkilediği ve verimli bir şekilde sistemin yürütülmesi gerektiği belirtilmiştir (Büyükyavuz, 2015). Bu faktörler işin içeriği ile ilgili olduğu ve eğer uygun biçimde iseler, iş tatminsizliğini ortadan kaldırma eğiliminde olduğu da açıklanmıştır (Herzberg, 2005).

Alderfer' in ERG teorisi

ERG teorisi çalışan bireylerin motivasyonunu açıklamanın bir yolu olduğu, Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisini beş seviyeden üç seviyeye indirdiği açıklanmış ve ERG motivasyon teorisinin, bir kişinin aynı anda birden fazla ihtiyaca odaklanabileceğini iddia ederken, Maslow'un teorisi, bir kişinin başka bir ihtiyaca odaklanmadan önce yalnızca bir ihtiyaç üzerinde çalışabileceği belirtilmiştir (Aydın, 2007; Küçüközkan, 2015).



Şekil 1.3. Erg modeline göre ihtiyaçlar hiyerarşisi (George ve Jones, 2012)

- **Gelişme İhtiyacı:** Tüm maddi ve fizyolojik arzuları (örneğin, yemek, su, hava, giyim, güvenlik, fiziksel sevgi ve şefkat) içerdiğinden söz edilmiştir.
- **İlişkisel İhtiyaçlar:** Bu ihtiyaçta bir grubun veya ailenin parçası olarak tanınmak ve güvende hissetmenin önemli olduğu vurgulanmıştır. Maslow 'un üçüncü ve dördüncü seviyelerini ifade ettiği belirtilmiştir.
- **Varoluşsal İhtiyaçlar:** Varoluş, insanlar olarak temel hayatta kalma ihtiyaçlarımızı ifade eder. Bu kategoride yiyecek ve su, barınma, sağlık ve kendini güvende hissetme yer almaktadır. Bu ihtiyaçlar genel olarak temel fizyolojik ve güvenlik ihtiyaçlarımız olduğundan söz edilmiştir (Mullins, 2002).

Süreç teorileri

Süreç kuramları, çalışanların iş tatminlerinin sebeplerini ne şekilde oluşturduğunu, kişilerin hangi hedeflere nasıl ve ne şekilde motive olduklarıyla ilgilenir (Dereli, 1981).

Eşitlik kuramı

John Adams tarafından geliştirilen eşitlik teorisi, çalışanların girdileri (performans) ile çıktıları (ödülleri ve tazminat) arasında adil bir oran sağlamanın önemli olduğu belirtilmiştir (Selen, 2012). Bu kuramda çalışanın girdilerinin çıktılarından fazla olduğunun saptanması motivasyonunun düşmesine neden olabileceği belirtilmiştir (Önen ve Kanayran, 2015). Basit bir ifadeyle, eşitlik teorisi, bir bireyin kendisi ile bir akranı arasında bir eşitsizlik tespit etmesi durumunda, durumu kendi nazarında adil hale getirmek için yaptıkları işi düzelterek belirtir (Eren, 2001). Çalışanlar girdi-çıkıtı oranlarının akranlarınınkine eşit olmadığına inanırlarsa, işlerinde motivasyonlarını yitirmiş ve tatminsiz hissedebilecekleri belirtilmiştir (Koçel, 2010). Bir çalışan, kendisiyle tamamen aynı işi yapan bir meslektaşından daha fazla para kazandığını öğrenirse, daha az iş yapmayı seçebilir ve böylece onların gözünde adalet yaratabilir (Moorhead ve Griffin, 1989). Eğer çalışanlar, girdi-çıkıtı oranlarının akranlarınınkine eşit olmadığına inanırlarsa, işlerinde motivasyonlarını yitirmiş ve tatminsiz hissedebilirler (Oral ve Kuşluyan, 1997).

Hedef belirleme teorisi

Hedef belirleme, kişinin duygularının, düşüncelerinin ve eylemlerinin görev performansı üzerinde etkisi olduğunu belirten bir yaklaşımdır (Lunenburg, 2011). Teorinin temel bileşeni, işçileri hem işte hem de iş dışında mümkün olduğunca üretken olmaya teşvik ettiği, açıkça tanımlanmış ve belirtilmiş hedeflere sahip olmanın önemini ve bu tür hedeflere ilişkin geri bildirimin verilme ve alınma şeklinin tanımlandığı bir teori olduğu belirtilmiştir (Aydın, 2007).

Bu kuram hedef belirleme konusunda beş temel ilkeyi önermektedir.

Bu ilkeler;

- Açıklık,
- Zorluk,
- Bağlılık,
- Geri bildirim,
- Görev zorluğu olduğu belirtilmiştir (Locke ve Latham, 2002).

Pekiştirme teorisi

Hedef belirleme teorisi, bireyin eylemlerini yönlendiren niyetleri olduğunu öne süren bilişsel bir yaklaşım iken, pekiştirme teorisi, pekiştirmenin davranışı koşullandırdığını savunan bir yaklaşım olduğu ifade edilmiştir. Davranışçılar, davranışı çevresel olarak pekiştireçlerin neden olduğunu ileri sürmektedirler. Pekiştirme teorisi, bireyin içsel durumunu göz ardı eder ve yalnızca bir kişiye bir eylemde bulunduğu ne olduğuna odaklanır. Pekiştirme teorisi, davranış üzerinde etkisi olduğu bilinen duyguları, tutumları, beklentileri ve diğer bilişsel değişkenleri göz ardı ettiği ifade edilmiştir (Koçel, 2010).

1.2.1. Zekâ

Zekâ karmaşık ve tartışmalı bir kavram olarak insan beyninin karmaşık bir yeteneğidir (Gardner, 1997). Bazı araştırmacılar zekanın tek ve genel bir yetenek olduğunu öne sürerken, bazı araştırmacılarında zekanın bir dizi yetenek, beceri ve yeteneği kapsadığını varsaymaktadır (Cherry, 2011). Zaman içerisinde zekâ üzerine yapılan araştırmalar arttıkça farklı bakış açılarının olduğu ve bu kavramın günlük hayatta da yoğun bir şekilde yerini aldığı görülmüştür (Bümen, 2005).

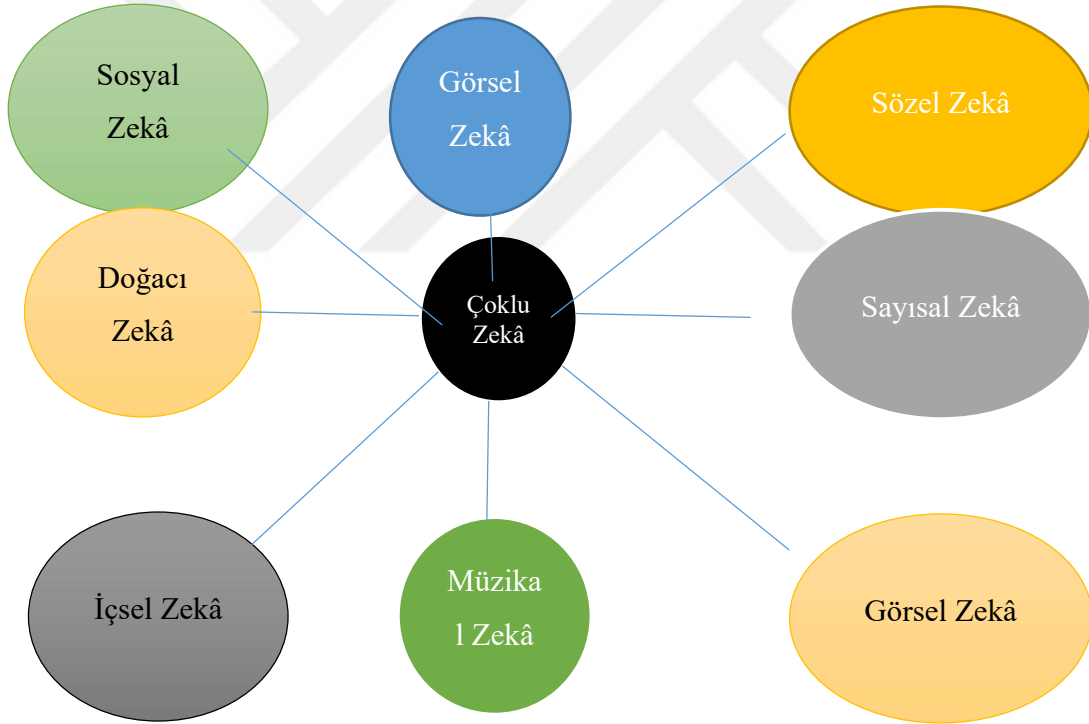
Sternberg'e (1985) göre, zekâ “kişinin yaşamıyla ilgili gerçek dünya ortamlarına amaçlı olarak uyum sağlamaya, seçmeye ve şekillendirmeye yönelik zihinsel bir faaliyettir. Zekâ daha genel olarak, bilgiyi algılama veya çıkarsama yeteneği onu bir ortam veya bağlamda uyarlanabilir davranışlara uygulanacak bilgi tutma yeteneği olarak tanımlandığı görülmüştür (Akkuş, 2019).

Zekâ birçok şekilde tanımlanmıştır: üst düzey yetenekler (soyut akıl yürütme, zihinsel temsil, problem çözme ve karar verme gibi) (Yörükoğlu, 2002) öğrenme yeteneği, duygusal bilgi, yaratıcılık ve çevrenin taleplerini etkili bir şekilde karşılamak için uyum şeklinde belirtilmiştir (Thurstone, 1973). Zekâ, popüler anlamda çevreyi en etkili şekilde değiştirmek için bilgiyi öğrenme ve uygulama konusunda genel bir zihinsel yetenek olarak da tanımlanmıştır (Yaylacı, 2006). Başka bir tanıma göre ise zekâ, bilgiyi akılda tutma, problemleri çözmek için akıl yürütmeyi kullanma veya ortalamanın üzerinde beyin gücüne sahip olma yeteneği şeklinde tanımlanmıştır (Pekdemir ve Akyol, 2011).

1.2.1.1. Çoklu Zekâ Kuramı

1900’lü yıllarda Paris’te, Alfred Binet ve meslektaşları, zekâ olarak adlandırılan IQ (zekâ katsayısı) kavramını ortaya koymuştur (Willingham, 2006). İlkokuldaki çocukların potansiyel veya olası performansının tahmin edilebileceği bir araç geliştirmişlerdir. Test, olası okul performansını tahmin etmek için değerlendirilen, puanlanan ve analiz edilen çok sayıda maddeye dayandığının çalışma çağdaş çağın IQ testleri ve standartlaştırılmış testleri haline geldiği belirtilmiştir (Gardner, 1993). Bu yaklaşımı özellikle karakterize eden durumun, zekânın tek bir kapsayıcı yapıya indirgenmesi olduğu açıklanmıştır (Denig, 2004). Bu yaklaşım ve bakış açısı, yirminci yüzyılın büyük bölümü için genel olarak kabul edilmiş ve meydan okunmamış bir yaklaşım olduğu açıklanmıştır.

Gardner (1999) yılında yayınladığı “Zekâ Yeniden Yapılandırıldı” adlı eserinde zekâyı 8 alt kategoride incelemiştir. Bu 8 zekâ alanı;



Şekil 1.4. Çoklu zekâ kategorisi (Gardner, 1999).

Sözel dilsel zekâ

Sözel zekâ tipi sözlü ve yazılı dile duyarlılık ve yeni diller öğrenme yeteneğinin yanı sıra hedeflere ulaşmak için dili kullanma yeteneği olarak tanımlanmıştır (Vural, 2005). Dilsel zekâ, günlük konuşmalarımızda birbirimizle konuşma, birine mektup yazma veya herhangi bir sözlü aktiviteyi gerçekleştirme yeteneği olduğu açıklanmıştır. Bu zeka türünün, dilin sözdizimini veya yapısını, dilin fonolojisini veya seslerini, dilin semantiğini veya

anlamalarını ve dilin pragmatik boyutlarını veya pratik kullanımlarını manipüle etme yeteneğini içerdiği belirtilmiştir (Tarman, 1998).

Mantıksal-Matematiksel zekâ

Mantıksal zekâ, matematiksel işlemleri mantıksal ve analitik olarak yürütme yeteneği olarak tanımlanmıştır. Gardner (1993) matematikçileri, bilim adamlarını bu varsayımsal zekânın yüksek seviyelerine sahip olan kişiler olduğunu belirtmiştir. Mantıksal zekâlarını kullanmayı tercih eden insanlar genellikle standart anlama veya yazılı dil testlerinde başarılı oldukları ifade edilmiştir (Armstrong, 1994). Soyut problemleri çözmeyi sevdikleri ve bunu genellikle deneme yanılma yoluyla yaptıkları belirtilmiştir (Saban, 2005).

Görsel- Uzamsal zekâ

Bu zekâ türüne sahip olan insanların sanatsal yeteneklerinin yüksek olduğu belirtilmiştir (Vural, 2005). Özellikle bu tür zekâsı baskın olan insanların detay ve renk unsurlarına dikkat ettikleri ve uzamsal farkındalıkları olduğu ifade edilmiştir (Talu, 1999). Bu zekâ tipine sahip olanların resim ve heykel yapmaktan zevk aldıkları, matematiksel problemleri çözmek için resimsel öğeleri (zihinsel imgeler) kullandıklarından söz edilmiştir (Armstrong, 1994).

Bedensel zekâ

Bedensel-kinestetik zekâ, duyguları veya arzuları ifade etmek için bedeni kullanma yeteneği olarak ifade edilmiştir (Gardner, 2010). Başka bir tanıma göre ise bedensel zekâ, kişinin vücudunu hem ifade hem de somut amaçlar için çok farklı ve becerikli şekillerde kullanma yeteneği olduğu belirtilmiştir (İzci, Kara ve Dalaman, 2007).

Sosyal zekâ

Sosyal zekâ, bir kişinin kişilerarası ilişkileri anlama ve yönetme yeteneğini ifade ettiği belirtilmiştir (Demirel, Başbay ve Erdem, 2006). Bireyin diğer insanların duygularını, düşüncelerini ve davranışlarını anlama ve bunlara göre hareket etme yeteneğini içerir (Korkmaz, 2001). Sosyal zekâ, kendini tanıma ve başkalarını tanıma kapasitesi olduğu da açıklanmıştır (Yılmaz ve Fer, 2003). Sosyal zekâ, insanlarda, deneyimlerden ve sosyal ortamlardaki başarı ve başarısızlıklardan öğrenmeyle geliştiği belirtilmiştir (Saban, 2005). İnsanlara karşı duyarlı oldukları, empati yapabildikleri, çevresindeki kişilerin hislerini, istekleri onlar için önemli olduğu açıklanmıştır (Fleetham, 2014). Bu tür zekâsı baskın olan insanların karşılarındaki insanın jest ve mimiklerine karşı daha dikkatli oldukları,

yüzlerindeki ifadeden ne anlatmak istediğini, ne hissettiğini anlayabildikleri ve iletişimlerinin çok kuvvetli oldukları belirtilmiştir (Bümen, 2005).

İçsel zekâ

İçsel zekâ, kişinin kendi arzularını, korkularını ve yeteneklerinin farkında olması ve bu bilgiyi sağlıklı yaşam kararlarını vermek için kullanılan bir zekâ tipi olduğu ifade edilmiştir. İçsel zekâ, bağımsız olmamıza ve kendimiz üzerinde düşünmemize izin veren bir zekâ türü olduğu açıklanmıştır (Demirel, Başbay ve Erdem, 2006).

Müziksel-Ritmik zekâ

Bu zeka türü baskın olan bireylerde enstrüman çalma ve şarkı söylemeye karşı ilgili oldukları belirtilmiştir (Çuhadar, 2006). Müzikal zekâ tipi baskın olan bireyler sese karşı duyarlıdır (Lazear, 1999). Gardner (2010) yaptığı araştırma sonucunda, insanlardaki müziksel becerinin sinir sistemine, çok şaşırtıcı bir çeşitlilikte yayılma gösterdiğini gözlemlemiş ve bu çeşitliliğin temelini ise bireylerin sahip oldukları müzikal becerinin türü olduğunu açıklamıştır.

Doğa zekâsı

Yıldırım (2006) bu zekâ türünün, nesneleri tanıyabilen nesneleri aralarındaki göze çarpan benzerliklere ve farklılıklara göre kategorize etme kapasitesi olduğunu belirtmiştir. Bu yetenek hem canlı hem de cansız nesnelerin anlamlı taksonomilerinin üretilmesinde kritik bir rol oynadığı ve bu zekâyı kullanan insanların genellikle her zaman fiziksel çevrenin parçalarını gözlemlemek, sınıflandırmak ve anlamakla ve aynı zamanda doğal fenomenleri anladığını göstermekle ilgili oldukları belirtilmiştir (Altan, 1999; Saban, 2005).

1.2.1.2. Çoklu Zekâ Kuramı Üzerine Yapılan Yurt İçi Çalışmalar

Sarı (2021) ‘‘Lise Öğrencilerin Çoklu Zekâ Alanları ve Sporda Yaşam Becerilerinin İncelenmesi’’ adlı yüksek lisans tez çalışmasında öğrenci ailelerinin gelir düzeyine göre çoklu zekâ alanları arasında anlamlı bir farklılık olduğu sonucunu bulmuştur. Gelir düzeyi daha yüksek olan öğrencilerin sosyal zekâ ve içsel zekâ puanlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Tekin ve Taşgın (2008) tarafından yapılan ‘‘Spor Yapan ve Yapmayan Ortaokul Öğrencilerinin Yaratıcılık ve Çoklu Zekâ Alanlarının incelendiği araştırma sonucunda; ortaokulda spor yapan erkeklerin kız öğrencilerine kıyasla mantıksal ve bedensel zekâ puanının daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Yine bir başka çalışmada 12 hafta boyunca 8-10 yaş grubu çocuklara futbol eğitimi verilmiş ve araştırma sonucunda bu yaş grubu çocukların bedensel zekâ puanlarında olumlu gelişmeler olduğu sonucu bulunmuştur (Cengiz ve Pulur, 2008). Babacan (2012) ‘‘Sınıf Öğretmenliği Bölümünde Okuyan Öğretmen Adaylarının Üst-Bilişsel Okuma Stratejileri ve Çoklu Zekâ Alanları’’ adlı çalışmasında içsel zekâ alanlarının en baskın zekâ tipi olduğu belirtilmiştir.

Avcı (2018) tarafından ‘‘Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencileri ile Diğer Fakülte Öğrencilerinin Çoklu Zekâ Alanları ve Problem Çözme Becerilerinin İncelenmesi’’ adlı yüksek lisans tezinde elde edilen bulgular şu şekilde özetlenebilir: Üniversite öğrencilerinin baba öğrenim durumunda mantıksal ve doğacı zekâ alt boyutlarında anlamlı bir fark olduğu sonucu bulunmuştur. Babası okuryazar olan üniversite öğrencilerinin mantıksal ve doğacı zekâ alt boyut puanlarının daha yüksek olduğu sonucu bulunmuştur.

1.2.1.3. Çoklu Zekâ Kuramı Üzerine Yapılan Yurt Dışı Çalışmalar

Loori (2005) tarafından yapılan ‘‘Çoklu Zekâlar: Erkeklerin ve Kadınların Tercihleri, Sosyal Davranış ve Kişilik, Toplum İçin Kişilik Araştırmaları’’ adlı çalışmasında araştırmaya katılan bireylerin mantıksal-matematiksel zekâ türü kadın ve erkek ayrı ayrı incelemiş ve ortalamalara göre farklılık mantıksal-matematiksel zekâ alanında erkeklerin lehine olduğu sonucu bulunmuştur.

Nasser, Singhal ve Abouchid (2008) tarafından yapılan ‘‘Çoklu zekâyâ ilişkin benlik tahminlerinde cinsiyet farklılıkları: Hintli ve Lübnanlı gençler arasında bir karşılaştırma’’ adlı araştırmada söz konusu iki ülkede de sözel ve dilsel zekâ alanında kız öğrencilerin daha başarılı olduğu gözlemlenmiştir. Ayrıca bu çalışmada Lübnanlı öğrencilerin mantıksal veya matematiksel, kişilerarası ve içsel, bedensel-kinestetik zekâ alanları da cinsiyetlere göre farklılık gösterdiği sonucuna varılmıştır.

Jones (2006). ‘‘Bale Öğretimi: Çoklu Zekâ Kuramının Bale Eğitiminde Uygulanması’’ adlı çalışmasında bedensel zekâsı yüksek kişilerin içsel zekâlarının da yüksek olduğu belirtilmiştir.

Furnham, Hosoe ve Tang (2002). ‘‘Erkek Kibri ve Kadın Alçakgönüllülüğü? Kùltürlerarası Bir Çalışma’’ Amerika, İngiltere ve Japonya’da Benlik, Ebeveyn ve Kardeş Çoklu Zekâ Dereceleri’’ adlı çalışmasında elde edilen bulgular şu şekilde özetlenebilir: Katılımcıların, ailelerin ve kardeşlerinin zekâ türlerini belirlemek amacıyla bir araştırma yapılmıştır. Araştırmaya 229 İngiliz, 213 Amerikalı ve 164 Japonyalı katılmıştır. Bu araştırma sonucunda sözel zekâ alanında, kadın ve erkekler arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır.

1.3.1. Müzik

Müzik, çok yönlü bir kavramdır. İnsanlar çağlar boyunca müziğe ilgi duysalar da, müziğe yüklenen anlamlar zaman içinde değişmektedir, başka bir deyişle insanlar farklı nedenlerle farklı bağlamlarda müzik yapmakta, dinlemekte ve kullanmaktadır. Müzik, hayat, aşk, dostluk, ruh, ahlak, iletişim, özgürlük, direniş, itaat, hakimiyet, güç, para, menfaat, kazanç, hayal gücü, deneyim, yaratma gibi birçok şeyle ilişkilidir (Angı, 2013). Sosyal, politik, ahlaki sonuçlar doğurabilir. İyi niyet veya kötü niyetle kullanılabilir. Müziğin büyük önem taşıdığı ve birçok özelliği olduğundan dolayı incelenmeyi hak ettiği düşünülmektedir.

1.3.1.1. Müzik Kavramı

Müzik, bir fikri iletmek için ses ya da enstrümantal sesleri, bazen her ikisini de biçim, uyum ve duygu ifadesini kullanarak birleştiren bir sanat biçimidir (Radocy ve Boyle, 2003). Müzik, dünya çapındaki kültürlerde kilit rol oynayan birçok farklı formu temsil eder (Say, 2002). Müzik, inancın, bilginin, varlığın ruhsal ifadesi olduğu ve insanlar için iyi bir şey yapma arzusunu, insanlığın kendisini takıldığı yerlerden kurtarmasına yardım etme arzusu olduğu şeklinde tanımlanmıştır (Kaplan, 2005). Başka bir tanıma göre ise müzik, işlevsel bir melodik çizgi oluşturmak için ritmi ve sesi birleştiren sanat formu olarak açıklanmıştır (Sözer, 2014). Müzik, seslerin ve sessizliğin organize bir biçimde birleşimi olduğu ve tarih öncesi çağlarda başlayan eski bir sanat formu olduğu belirtilmiştir (Günay, 2006).

Müzik, şu ya da bu şekilde her insan toplumuna nüfuz eden bir sanat olarak değerlendirilmiştir (Selanik, 1996). Müzik çok yönlü bir sanattır; şarkıda olduğu gibi kelimelerle ve dansa olduğu gibi fiziksel hareketle ittifaklara kolayca uyum sağladığı ve tarih boyunca ritüel ve dramının önemli bir tamamlayıcısı olduğu belirtilmiştir (Erdoğan, 2013). İnsan duygularını yansıtmaya ve etkileme kapasitesi ile itibar kazandığı belirtilmiştir. Müziğin psikoterapide, geriatride ve reklamcılıkta kullanımının etkileri, insan davranışını etkileme gücüne olan inancın kanıtıdır (Attali, 2005).

1.3.1.2. Müzik Üzerine Yapılan Yurt İçi Çalışmalar

Adıbelli (1990) tarafından yapılan ‘‘ Dinlenmekte olan müzik türlerinin sosyo-kültürel farklılıklar açısından incelenmesi’’ konulu çalışmasında toplumsal yapı itibarıyla her tabakada dinlenen müzik türleri ve yaklaşımları farklı bulunmuştur. Yaşam koşulları yüksek olan bireylerin Türk sanat müziği ve yeni müzik türlerini dinlemeyi tercih ederken, yaşam koşulları kötü olan bireyler ise Türk halk müziği ve kısmen arabesk müzik dinlediği tespit edilmiştir. Alt ve üst tabakalar arasında önemli Sosyo-kültürel farklılıkların bulunduğu, bunda özellikle manevi kültürün etkin rol oynadığı verilerle saptandığı belirtilmiştir.

Bağcı (2009) tarafından yapılan ‘‘ Eşlik desteğinin armoni ve solfej eğitimindeki başarı düzeyine etkisi’’ adlı doktora tezinde müzik eğitimi verilen okullarda yapılan solfej ve armoni çalışmalarında piyano eşliğinin öğrencilerin bu çalışmalardaki başarıları üzerindeki etkileri araştırılmıştır. Araştırmanın sonucunda eşlik desteğinin solfej ve armoni derslerindeki başarı düzeyini arttırdığı sonucuna varılmıştır.

Demirtaş ve Şişman (2021) tarafından ‘‘ İlköğretim 7. Sınıf öğrencilerinin müzik dersinde şarkıların piyano eşlikli öğretilmesinin öğrenci kazanımlarına etkileri’’ adlı çalışmada elde edilen bulgular özet olarak şunlardır: Müzik eğitimi sürecinde, şarkı öğretimi boyunca piyano eşliğini kullanmak, eğitimin kalitesini ve sonucunu olumlu yönde etkilediği bulunmuştur. Piyano eşliği kullanılarak şarkı öğretimi yapılmasının, çocukların doğru ses, yorum ve hızda söylemelerine katkı sağladığı sonucuna da varılmıştır.

Özhun (2002) tarafından yapılan ‘‘ Askerlik döneminin, gençliğin müzikal beğenisine etkileri ‘‘ adlı çalışmasının sonucuna göre müzikal beğenilerin, askerlik dönemi öncesi ve askerlik dönemi sonunda önemli sayılabilecek olumlu ya da olumsuz durumları etkileyebileceğini belirtmiştir.

1.3.1.3. Müzik Üzerine Yapılan Yurt Dışı Çalışmalar

Pogonowski (1985) tarafından yapılan ‘‘ Süreç odaklı bir müzik müfredatında ilköğretim öğrencilerinin tutum değerlendirmesi’’ adlı çalışmasında elde edilen bulgular özet olarak şunlardır: İlköğretimden toplam 411 öğrencinin katılımı ile gerçekleşen araştırmada müzikal tutum envanteri ve müzikal tutumda ritm ve melodi testi uygulanmış ve öğrencilerin enstrüman çalması ve müzik dinlemesi, okul içi ve dışı müzik etkinliklerine katılmak gibi konularda cesaretlendirdiği saptanmıştır.

Hargreaves, Comber ve Colley (1995)’ in ‘‘ İngiliz ortaokul öğrencilerinin müzik tercihleri üzerine; yaş, cinsiyet ve eğitimin etkileri’’ adlı çalışmasının sonucunda öğrencilerin cinsiyet ve yaş değişkenleri ile müzik beğenileri arasında anlamlı farklar bulunmuştur. Yapılan bir başka çalışmada ise müzik dinleyen yaşlı hastaların uyku kalitesinin arttırdığı sonucu bulunmuştur (Chan, Chan ve Mok, 2010).

Phillips (2003) tarafından yapılan araştırmada ise öğrencilerin müziğe ilişkin tutumları incelenmiş ve düşük sosyoekonomik düzeydeki öğrencilerin sınıf düzeyi yükseldikçe müziğe ilişkin tutumlarının ve öngörülerinin arttığı sonucu bulunmuştur.

1.3.1.4. Life Kinetik

Life kinetik eğitimi, bilişsel-motor koordinasyon eğitiminin bir şekli olduğu ifade edilmiştir (Komarudin, 2019). Bu eğitim, egzersizin üç yönünün birleşimi vardır: hareket egzersizi eğitimi, bilişsel zorluk eğitimi ve görsel algı eğitimi olduğu belirtilmiştir (Demirakca, Cardinale, Dehn, Ruf ve Ende, 2016).

Life kinetik eğitiminin yeni olmadığı tüm spor topluluklarının bu eğitime aşına olduğu avrupa ülkelerindeki insanlar, yaratıcılık, konsantrasyon, hafıza, güven gibi çeşitli hedefleri geliştirmek ve hatta hastalıktan iyileşme sürecinde kullanmak için life kinetik eğitimi uyguladıkları belirtilmiştir (Lutz, 2014). Life kinetik antrenmanı yapan bireylerin artan konsantrasyon, artan reaksiyon hızı ve sporcu hatasını azaltma yeteneği dahil olmak üzere birçok faydası olduğu ifade edilmiştir (Lutz, 2017).

Life kinetik antrenmanları ile beklenen faydalar

Life kinetik egzersizi, sporcuların psikolojik kapasitelerini artırarak, yarışma boyunca zekâlarını sürekli olarak kullanmayı öğrendikleri, bunun hızlı ve doğru bir karar olduğunu fark ettirdikleri bir egzersiz türüdür. Life kinetik eğitimi en iyi şekilde birlik, uyum ve düzen sağlamayı birbirine bağladığı ve life kinetik antrenmanları sayesinde sporcuların hızlı bir şekilde anlayabildiği ve hızlı karar verme düzeylerine ulaşabildiği açıklanmıştır (Lutz, 2010).

Life kinetik hareketleri vücut koordinasyon eğitimi, çocukların ve yetişkinlerin beyin gelişimi üzerinde olumlu bir etkiye sahip olduğu belirtilmiştir (Pelatihan, 2016). Life kinetik yöntemi, hızlı bir şekilde ustalaşarak, sporcuların bilişsel işlevlerinde giderek daha fazla eğitilecekleri, beynin bölümlerinin, özellikle de hipokampusun çok iyi eğitilebileceği ifade edilmiştir (Hoyo, 2016). Yapılan araştırmalar da life kinetik egzersizlerinin bilişsel süreci etkilediği açıkça görüldüğünü belirtmişlerdir (Lutz, 2014; Duda, 2015; Komarudin ve Awwaludin, 2018). Life kinetik eğitimi ile bu gelişimi artırmak mümkündür. Yapılan araştırmalarda elit sporcular ve farklı branşlardan takımlar, life kinetik egzersizlerinin etkilerini hissettiklerini ve life kinetik egzersizlerinin koordinasyon becerilerini olumlu yönde etkilediğini ve bu egzersizlerin reaksiyon süresi ve öğrenme üzerinde olumlu etkileri olduğunu belirtmişlerdir (Lutz, 2017; Vural, 2016).

Life kinetik üzerine yapılan yurt içi çalışmalar

Yıldırım (2021) tarafından yapılan yüksek lisans tezinden elde edilen bulgulara bakıldığında 10 hafta boyunca sporculara life kinetik ve psikolojik beceri uygulamaların yapıldığı ve araştırma sonucunda sporcuların psikolojik becerileri alt boyutlarında bulunan; zorluklarla baş edebilme yeteneği, öğrenmeye açık olabilme, konsantrasyon, güven ve başarı motivasyonu, hedef belirleme ve mental hazırlık, baskı altında iyi performans gösterebilme ve endişelerden kurtulmak gibi sporcuların psikolojik beceri alt boyutlarından öğrenmeye açık olabilme alt boyutunda, istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu sonucu bulunmuştur.

Peker (2014) tarafından yapılan bir araştırmada 8 hafta boyunca haftanın 3 günü 45 dakika boyunca yaz okulunda futbol eğitimi alan 24 çocuğa çocuklara life kinetik hareketleri uygulanmıştır. Araştırma sonunda life kinetik programına katılan çocukların denge, ritim,

oryantasyon ve ayırlama yeteneği olarak ayırdığı testlerinde istatistiksel açıdan anlamlı farklılık bulunmuştur.

Life kinetik üzerine yapılan yurt dışı çalışmalar

Grünke (2011) tarafından yapılan “Yaşam Kinetiği eğitiminin ciddi öğrenme sorunları olan çocukların dikkat ve akıcı zekâ performansı üzerindeki etkileri” adlı çalışmasında zihinsel problemlili 34 öğrenciyle life kinetik egzersizi yapılmış ve zihinsel problemlili çocukların dikkat değerlerinde %6 oranında artış olduğu sonucu bulunmuştur.

Wienecke ve Nolden (2010) tarafından yapılan bir araştırmada ise antrenmanda sporculara life kinetik egzersizi uygulanmıştır. Antrenmanda life kinetik egzersizini uygulayan sporcuların müsabaka esnasında hata oranlarının %39 oranında azaldığı belirtilmiştir.

1.4. Tenis

Tenis kuralları oldukça basittir. İki veya dört kişilik oynanan bir oyundur. Oyuncular filenin karşısında karşılıklı durmalıdır. Topu filenin karşısına ilk gönderen oyuncuya servis atan, diğer oyuncuya servis karşılayan denir. Servis atan veya servis karşılayan olma hakkı ve taraf seçimi kura ile belirlenir. Kazanan, ister servis atma, ister servis karşılama haklarından birini seçer. Oyunu servisi kullanan kişi başlatır. Alınan ilk puan “15”, ikinci puan “30”, üçüncü puana ise “40” denir. İkili olarak bilinen 40-40 puan durumu varsa, bir taraf iki defa üst üste sayı alırsa oyunu kazanmış olur. Tenis sadece popüler bir spor türü değildir; zamanımızda popüler bir eğlence türüdür. Bu spor sağlık, güç, zindelik ve çeviklik için çok faydalıdır. Tenis oynamanın fiziksel, zihinsel ve duygusal faydaları olduğu zindeliği arttırdığı, genel vücut koordinasyonunu ve esnekliği artırdığı bunun da ötesinde tenis oynamanın sosyal becerileri geliştirdiği, stresi azalttığı ve sportmenliği öğrettiği de ifade edilmiştir (Sancaklı, 2002)

1.4.1. Türkiye’de Tenis

Türkiye’de de tenis 1900’lü yıllardan beri kitleler arasında kendine uygun bir yer bulmaya çalıştığı açıklanmıştır. 1905 yılında İzmir’de İngiliz vatandaşları tarafından oynandığı Türkiye’ye İngiliz diplomatlar tarafından tenisin tanıtıldığı açıklanmıştır. Türklerin ilk tenis oynaması 1915 yılında olduğu iddia edilmiş ve o andan itibaren tenis, Türkiye’deki Amerikan kolejlerinde oynanan sporlardan biri haline geldiği ileri sürülmüştür. Fuat Hüsnü Kayacan, Fenerbahçe’de tenis kulübünün kurulmasıyla Türkiye’de tenise başlayan ilk kişi olmuştur. Türk oyuncuların ilk uluslararası turnuvası 1930 yılındaki Balkan Şampiyonası’nda Sedat Erkoğlu ve Vahram Şirinyan’ın çift oyuncu kategorisinde birinci olduğu Balkan Şampiyonası olmuştur. Türkiye Tenis Federasyonu 1923 yılında kurulduğu

açıklanmıştır. Türk milli oyuncular ilk kez 1948'de Davis Kupası'na katıldığı belirtilmiştir. Tenis Avrupa'da oynandıktan yüzlerce yıl sonra Türkiye'de de oynanmaya başlandığından söz edilmiştir (Boyar, 2016).

1.4.2. Dünya’da Tenis

Tenis uzun zamandır tüm dünyada popüler ve prestijli bir bireysel spor olmuştur. Eskiden krallar ve soylular tarafından oynandığı için kraliyet sporu olarak bilinmektedir. Avrupalı kraliyet ailelerinin tenise olan ilgisi, tenisin gelişmesinde önemli bir faktör haline geldiği açıklanmıştır. Ayrıca, Avustralya Açık, Wimbledon, Fransa Açık, ABD Açık vb. uluslararası tenis turnuvalarının artması, gelişimini ve kitlelere ulaşmasını hızlandırıcı etki yaptığı belirtilmiştir (Pattullo, 2002). Tenise ilgi eskiden özellikle gelir düzeyi yüksek kesimde daha yaygın olduğu ifade edilmiştir. Günümüz dünyasında tenis, diğer birçok spor dalı ile kıyaslandığında halen daha fazla para gerektiren bir spor dalı olmakla birlikte, artık daha yaygın olarak oynanmakta ve eskisinden daha popüler hale geldiği belirtilmiştir (İmamoğlu, 2009).

2. AMAÇ

Bu araştırmanın amacı, müzik ve life kinetik ile desteklenen tenis antrenmanlarının 10-14 yaş grubu çocukların çoklu zeka ve motivasyon durumu üzerine etkisi olup olmadığının araştırılmasıdır. Tenis kulüplerinde yürütülen mevcut rutin antrenman programları içerisinde ısınma sonrası ve rutin antrenmanları öncesi 10 hafta süresince haftada 2 gün ve 15 dakika süren müzik ve life kinetik uygulaması yer alacak, böylece 10 haftalık müzik eşliğinde uygulanacak life kinetik egzersizlerinin 10-14 yaş grubu çocukların çoklu zeka ve motivasyon düzeyleri üzerine etkisi olup olmadığı araştırılmak istenmiştir.

Bu ana amaç doğrultusunda ön test ve son test desenine dayalı olarak yapılan çalışmada aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır.

- Sadece rutin antrenmana katılan kontrol grubu ile rutin antrenmanlarının yanısıra müzik eşliğinde yapılan 15 dkikalık life kinetik egzersizlerinin uygulandığı müdahale grubunun ön testler açısından çoklu zeka ve motivasyon düzeyleri arasında anlamlı bir fark var mıdır?
- Sadece rutin antrenmana katılan kontrol grubu ile rutin antrenmanlarının yanısıra müzik eşliğinde yapılan 15 dkikalık life kinetik egzersizlerinin uygulandığı müdahale grubunun son testler açısından çoklu zeka ve motivasyon düzeyleri arasında anlamlı bir fark var mıdır?
- Sadece rutin antrenmanlara katılan kontrol grubunun çoklu zeka ve motivasyon düzeyleri ön test ve son testleri arasında anlamlı bir fark var mıdır?
- Rutin antrenmanları öncesi müzik eşliğinde yapılan 15 dkikalık life kinetik egzersizleriyle birlikte rutin antrenmanlara katılan müdahale grubunun çoklu zeka ve motivasyon düzeyleri açısından ön test – son testler arasında anlamlı bir fark var mıdır?

3. YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Yöntemi

Bu araştırma deney desenli bir çalışmadır. Araştırmanın müdahale ve kontrol gruplarını oluşturan örneklemini Sakarya Tenis Akademisi (Karaman) ve Sakarya Mavi Tenis Akademisinde (Serdivan) hobi amaçlı tenis eğitimi alan 10-14 yaş aralığında bulunan çocuklardan oluşmaktadır. Araştırmada 35 müdahale, 40 kontrol grubunda olmak üzere toplam 75 çocuk ile araştırma yürütülmüştür.

Tablo 3.1. Ön-Son test deney deseni

Gruplar	Deney İşlem	Uygulama	Deney İşlem
Müdahale grubu	Ön Test	İşlem (Müzik ve Life Kinetik Uygulaması)	Son Test
	35		35
Kontrol grubu	Ön Test	Rutin Tenis Antrenmanı	Son Test
	40		40

3.1.1. Müzik ve Life Kinetik Uygulamasında Yer Alacak Çocukların Tespiti ve Alınan İzinler

Araştırması için öncelikle Kocaeli Üniversitesi Girişimsel olmayan etik kuruldan GOKAEK-2022/04.22 numaralı Etik Kurul onayı, ardından tenis kulüplerinden yazılı izinler alınmıştır. Seçilen tenis kulüpleri kolay ulaşılabilir olması, pandemi süreci ve doktora tezinin belirli süre ile sınırlı olmasından dolayı seçilmiştir. Yazılı izinler alındıktan sonra araştırmacı antrenmanın olacağı gün ve saatte tenis kulüplerine gitmiş ve 10-14 yaş arasında tenis eğitimi alan çocukların anlayabileceği düzeyde araştırmanın amacını anlatmıştır. Araştırmanın amacı ve olası kazanımları çocuklara anlatıldıktan sonra velilere de araştırmanın amacı anlatılmış daha sonra doktora tez çalışmasına katkı sağlayacaklarından dolayı teşekkür edilmiştir. Araştırma hakkında bilgilendirme sonrası velileri tarafından onay verilen ve 10-14 yaş grubu çocuklara ve ailelerine onam formları doldurtulup imzalatılmıştır. Onam formu imzalama işleminden sonra ön test olarak sosyo-demografik özellikleri belirleyen 8 soruluk bilgi anketi ve Saban (2001) tarafından geliştirilen 80 maddelik çoklu zekâ ölçeği ile Willis (1982) tarafından geliştirilmiş Tiryaki ve Gödelek (1997) tarafından Türkçeye uyarlama çalışması yapılmış 40 maddelik sporda başarı motivasyon ölçeği uygulanmıştır.

Araştırma için Sakarya Mavi Tenis Akademisi (Serdivan) ve Sakarya Tenis Akademisinde (Karaman) hobi amaçlı tenis eğitimi alan 10-14 yaş aralığındaki çocuklar seçilmiştir. Belirtilen bu iki tenis kulübünden yeterli sayıda gönüllü katılımcıya ulaşılması

amacıyla doktora tez süresi sınırlılığı dahilinde bu iki tenis kulübünde sonraki sürelerde de kayıt olan çocuklara da aynı işlemler uygulanmış, araştırma süresi her bir grup için 10 hafta olacak şekilde yürütülmesi planlanmış ve uygulaması yapılmıştır. Sakarya Tenis kulübü müdahale (uygulama) grubu Sakarya Mavi Tenis Kulübü ise kontrol grubu olarak seçilmiştir.

3.1.2. Müzik ve Life kinetik programının oluşturulması

Müzik ve life kinetik programı oluşturulurken, 10-14 yaş aralığındaki çocukların 10 hafta süresince, haftada 2 gün ve 15 dakika olmak üzere, düzenli olarak katılım sağlayabilecekleri, ilgilerine hitap eden verimli bir program şeklinde hazırlanmıştır. Araştırmada müdahale ve kontrol gruplarının verileri karşılaştırması yapılacağı için kulüplerden uygulanacak rutin tenis antrenman programı alınmış ve incelenmiştir. Kulüplerin hazırladığı rutin tenis antrenman programı incelendiğinde (EK 6 ve Ek 7) müdahale ve kontrol grubuna uygulanacak rutin antrenman programının benzer olduğu görülmüştür. Müdahale grubuna Ek 6’da yer alan standart antrenman programının yanısıra ısınma sonrası ve bu rutin antrenman programı öncesi müzik eşliğinde 15 dakika süren life kinetik uygulaması yapılmıştır. Kontrol grubundaki çocuklar ise sadece Ek 7’de sunulan 10 haftalık rutin antrenman programına devam etmişlerdir. Müzik ve life kinetik uygulamalarına kısa bir ısınma protokolünden sonra hemen başlanmıştır. Sakarya tenis akademisi uygulamanın (müzik ve life kinetik) yapılacağı kulüp olarak seçilirken; Sakarya mavi tenis kulübü ise kontrol grubu olarak seçilmiştir. Müdahale grubuna yapılacak olan life kinetik uygulamaları süresince çalacak olan müziklerin belirlenmesi için literatür taraması yapılmış ve insanlara kendilerini iyi hissettirdiği belirtilen Johan Sebastian’ın “back the best of back”, Vivaldi’nin “four seasons”, Mozart’ın “la majör piyano K488”, Johan Pachelbel’in “Canon in D majör” isimli parçaları bir araya getirilerek antrenman başında ve kısa bir ısınma protokolünden sonra uygulanmaya başlanmıştır (Jenkins, 2001, Özkalaycı, 2015, Zimmerhan, Nieveen ve Barnason, 1996).

Tablo 3.2. Çocuklara uygulanan 10 haftalık life kinetik programı

Hafta	Süre	Tekrar sayısı	Life kinetik hareketleri
1	15 dakika	Hareket otomatik hale gelene kadar uygulanmıştır	Ellerimizde ki topları paralel olarak havaya atıp çapraz yakalama egzersizi
2	15 dakika	Hareket otomatik hale gelene kadar uygulanmıştır	Gözler kapalı hedefe top atma egzersizi (iki elle)
3	15 dakika	Hareket otomatik hale gelene kadar uygulanmıştır	Hedef topu yakalama egzersizi
4	15 dakika	Hareket otomatik hale gelene kadar uygulanmıştır	Çemberde top oyunu
5	15 dakika	Hareket otomatik hale gelene kadar uygulanmıştır	Top dansı
6	5 dakika	Hareket otomatik hale gelene kadar uygulanmıştır	Futbolda pas çalışmasının sesli olarak uygulanması
7	15 dakika	Hareket otomatik hale gelene kadar uygulanmıştır	Çemberde 5'li kombinasyon
8	15 dakika	Hareket otomatik hale gelene kadar uygulanmıştır	Yön değiştirme hareketleri
9	15 dakika	Hareket otomatik hale gelene kadar uygulanmıştır	Top çalma hareketi
10	15 dakika	Hareket otomatik hale gelene kadar uygulanmıştır	Çapraz life kinetik egzersizi

3.1.3. Süreç

Müzik ve life kinetik uygulamalarına başlamadan önce, tenis eğitimine katılan çocuklara hem yürütülen doktora tez araştırmasının hem de müzik ve life kinetik uygulamalarının verimliliği açısından, düzenli gelmenin önemi vurgulanmış ve çocuklara haftada 2 günü (cumartesi ve pazar günü) 15 dakika erken gelip gelemeyecekleri sorulmuş, alınan yanıtlar doğrultusunda uygulamalar ve ardından antrenman programlandırılmıştır.

3.1.4. Uygulama

Müdahale grubuna uygulanan müzik ve life kinetik uygulamaları, Sakarya tenis kulübünde, bizzat araştırmacı tarafından rutin antrenmanlar öncesi ısınma yaptırıldıktan sonra uygulanmıştır. Müzik ve life kinetik uygulamaları esnasında çalacak olan müzikler, bilgisayar yardımıyla 15 dakika boyunca kesintisiz dinletildikten ve bu dinleme ile birlikte life kinetik egzersiz programı uygulanması sonrası rutin antrenmanları yaptırılmıştır. Kontrol grubu olarak belirlenen Sakarya mavi tenis kulübündeki 10-14 yaş aralığındaki çocuklar ise 10 hafta boyunca normal rutin tenis antrenmanlarına devam etmişlerdir. Sakarya tenis akademisi ve Sakarya mavi tenis kulübündeki çocukların 10 haftalık tenis antrenman programı Ek-7 ve E-8 de belirtilmiştir.

3.2. Veri Toplama Araçları:

Bu araştırmada literatür bilgiler ışığında katılımcıların sosyodemografik ve spor özelliklerini belirlemek için araştırmacılar tarafından hazırlanan 8 soruluk bilgi anketi, Saban (2001) tarafından geliştirilmiş çoklu zekâ alanları envanteri ve Willis (1982) tarafından geliştirilen ve Türkçeye uyarlama çalışması ise Tiryaki ve Gödelek (1997) tarafından yapılmış 40 soruluk sporda başarı motivasyon ölçeği kullanılmıştır.

3.2.1. Kişisel Bilgi Formu

Kişisel bilgi formu, çocukların; yaşı, cinsiyeti, kaçınıcı sınıfta okuduğu, ailenin toplam gelir durumu, ailedeki birey sayısı, sportif uygulama öncesi müzik dinleme şiddeti, tenis oynama süresi, sportif uygulama öncesi müzik dinleme sıklığı ve sportif uygulama öncesi müzik dinleme şiddeti gibi sorularla çocukların mevcut sosyo-ekonomik durumu ile antrenmana etki edebilecek alışkanlıkları hakkında bilgi alınması amaçlanmıştır.

3.2.2. Çoklu Zekâ Ölçeği

Saban (2001) tarafından geliştirilmiş olan çoklu zekâ ölçeği 80 maddelik ve 5li likert tipi bir ölçektir. Ölçek sözel dilsel zekâ, matematiksel zekâ, görsel zekâ, bedensel zekâ, müziksel zekâ, sosyal zekâ, içsel zekâ ve doğacı zekâ şeklinde 8 alt boyuttan oluşmaktadır. Dereceleme sistemine göre hazırlanmış ölçekte, 1 puan bana çok az uygun ile 5 bana tamamen uygun şeklinde puanlanmaktadır. Her bir alt boyuttan alınacak en yüksek puan 80 iken alınacak en düşük puan ise 8 olduğu belirtilmiştir.

Çoklu zekâ alt boyutlarının Cronbach alpha değeri ise sırasıyla; sözel dilsel zekâ (0.84), matematiksel zekâ (0.84), görsel zekâ (0.83), bedensel zekâ (0.86), müziksel zekâ (0.83), sosyal zekâ (0.82), içsel zekâ (0.87), doğacı zekâ (0.88) olduğu açıklanmıştır.

3.2.3. Sporda Başarı Motivasyon Ölçeği

Sporda Başarı Motivasyon Ölçeği; Willis (1982) tarafından geliştirilmiş ve Türkçeye uyarlanması Tiryaki ve Gödelek (1997) tarafından yapılmış 5'li likert tipi, 40 maddelik ve 3 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçek, ‘‘güç gösterme güdüsü 12 madde $r=0,81$ ’’, ‘‘başarıya yaklaşma 17 madde $r=0,82$, ‘‘başarısızlıktan kaçınma 11 madde $r=.80$ ’’ ile ölçülmeye çalışılmıştır.

3.3. Verilerin Analizi:

Araştırmada elde edilen veriler ortalama, standart sapma ve yüzde olarak sunulmuştur. Veriler SPSS 25. 0 paket programında analiz edilmiş ve yapılan analizlerde, müdahale ve kontrol grubu arasında grupların kategorik değişkenler yönünden farklı olup olmadığı, fark var ise istatistiksel açıdan bir anlamlılık gösterip göstermediklerini belirlemek için de Chi-Square Test kullanılmıştır. Veriler normal dağılım gösterdiği için iki ilişkili grubun aritmetik ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını sınamak için Paired Sample T Testi kullanılmıştır. Müdahale ve kontrol grupları arasında fark olup olmadığını belirlemek için Independent T Testi kullanılmıştır. İstatistiksel anlamlılık düzeyi 0,05 olarak kabul edilmiştir.

4. BULGULAR

Bu bölümde müdahale ve kontrol gruplu uygulanan ön test ve son test desenine dayalı araştırmadan elde edilen verilere yer verilmiştir.

Müzik ve life kinetik uygulamalarının devam aşamasında her uygulama sonrası; hobi amaçlı tenis eğitimi alan 10-14 yaş aralığındaki çocuklara farklı life kinetik hareketlerinden hoşlanıp hoşlanmadıkları, ilgi ve tutumları değerlendirilerek, daha sonra aynı egzersizlerin tekrar edilip edilmemesine karar verilmiştir. Topları havaya paralel olarak atıp çapraz yakalama egzersizi, hedef topu yakalama egzersizi, top dansı ve futbolda pas çalışmasının sesli olarak uygulanması en çok istenen ve çocukların iletişimlerinde oldukça destekleyici 4 hareket olduğu gözlemlenmiştir. Eldeki topları düz atıp çapraz yakalama egzersizi 6 hareket, gözler kapalı hedefe top atma egzersizi 1 hareket, hedef topu yakalama egzersizi 1 hareket, çemberde top egzersizi 1 hareket, top dansı egzersizi 8 hareket, futbolda pas çalışmasının sesli olarak uygulanması 3 hareket, çemberde 5'li kombinasyon egzersizi 1 hareket, yön değiştirme egzersizi 8 hareket, top çalma egzersizi 1 hareket ve çapraz life kinetik egzersizi de 2 hareketten oluşmaktadır. Müzik ve life kinetik uygulamasına katılan çocuklar için alternatif olarak hareketi yaparken sıkılmaları durumunda küçük topları havaya atıp tutarak top sektirme (iki hareket) ve sol ve sağ ayakla dönüşümlü olarak top sektirme hareketi (dört hareket) alternatif olarak eklenilmiş ama uygulanmamıştır. Hazırlanan life kinetik programında planlamada yer verilen uygulamalar, planlanan hareket sayısı, uygulanan hareket sayısı, uygulanmayan hareketin adı ve sayısı ve planda yapılan değişim nedeni verilerin yer aldığı bilgilere tablo 4.1.' de yer verilmiştir.

Tablo 4.1. Planlanan ve uygulanan life kinetik hareketleri

Life Kinetik Uygulamasının Adı	Planlanan Hareket Sayısı	Uygulanan Hareket Sayısı	Uygulanmayan Hareketin Adı ve Sayısı	Planda Yapılan Değişim Nedeni
Eldeki Topları Düz Atıp Çapraz Yakalama Egzersizi	6	6	-----	-----
Gözler Kapalı Hedefe Top Atma Egzersizi	1	1	-----	-----
Hedef Topu Yakalama Egzersizi	2	1	Küçük topları havaya atıp tutarak top sektirme çalışması-2	-----

Life Kinetik Uygulamasının Adı	Planlanan Hareket Sayısı	Uygulanan Hareket Sayısı	Uygulanmayan Hareketin Adı ve Sayısı	Planda Yapılan Değişim Nedeni
Çemberde Top Egzersizi	1	1	-----	-----
Top Dansı Egzersizi	8	8	-----	-----
Futbolda Pas Çalışmasının Sesli Olarak Uygulanması	3	3	-----	-----
Çemberde 5'li Kombinasyon Egzersizi	1	1	-----	-----
Yön Değiştirme Egzersizi	8	4	Sol ve sağ ayakla dönüşümlü olarak top sektirme hareketi-4	-----
Top Çalma Egzersizi	1	1	-----	-----
Çapraz Life Kinetik Egzersizi	2	2	-----	-----

Tablo 4. 2'ye bakıldığında müdahale grubundaki çocukların 19'unun (%54, 3) erkek, 16'sının (%45, 7) kadın, kontrol grubundaki çocukların 23 'ünün (%57, 5) erkek, 17' sinin (%42, 5) kız olduğu belirtmiştir. Müdahale ve kontrol gruplarını karşılaştırdığımızda gruplar arasında ($p=0,299$; $p>0,05$) istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı cinsiyet açısından grupların benzer olduğu sonucu bulunmuştur.

Yaş değişkenine göre müdahale grubundaki çocukların 21'inin (%60,0) 13 veya 14 yaşında, 14'ünün (%40, 0) 10,11 veya 12 yaşında olduğu yanıtını verirken, kontrol grubundaki çocuklar ise 21'inin (%52, 5) 13 veya 14 yaşında, 19'unun (%47, 5) 10,11 veya 12 yaşında olduğunu belirtmiştir. Bu sonuç müdahale ve kontrol gruplarının benzerliği açısından anlamlı bir farkın olmadığını göstermektedir ($p=0,299$; $p>0,05$).

Sınıf değişkenine göre müdahale grubundaki çocukların 23'ünün (%65, 7) 7. veya 8. sınıfta, 12'sinin (%34, 3) 5. veya 6. sınıfta okuduğu yanıtını verirken, kontrol grubundaki çocukların 21' inin (%52, 5) 7. veya 8. sınıf, 19'unun (%47, 5) 5. veya 6. sınıfta okuduğu yanıtı alınmıştır. Çocukların sınıf durumları yönünde müdahale ve kontrol grupları

karşılaştırıldığında anlamlı bir farkın olmadığı müdahale ve kontrol gruplarının benzer olduğu bulunmuştur ($p=0,133$; $p>0,05$).

Ailedeki birey sayısına göre müdahale grubundaki çocukların 26' sının (%74, 3) 3 veya 4 kişilik aileye, 9'unun (%25, 7) 5 veya 6 kişilik aileye sahip olduğu yanıtını verirken, kontrol grubundaki çocukların ise 29'unun (%72, 5) 3 veya 4 kişilik aileye, 11'inin (%27, 5) 5 veya 6 kişilik aileye sahip olduğu yanıtı alınmıştır. Çocukların ailedeki birey sayısı durumuna göre müdahale ve kontrol grubundaki puanlar karşılaştırıldığında anlamlı bir farkın olduğu görülmüştür ($p=0,000$; $p<0,05$).

Ailenin toplam gelir durumuna göre müdahale grubundaki çocukların 20' sinin (%57, 1) 12001TL ve üzeri, 15' inin (%42, 9) 12000TL ve altı gelirinin olduğunu belirtirken, kontrol grubundaki çocukların ise 30' unun (%75, 0) 12001TL ve üzeri, 10' unun (%25, 0) 12000TL ve altı gelire sahip olduğu belirtilmiştir. Müdahale ve kontrol gruplarındaki çocukların puanları karşılaştırıldığında anlamlı bir farkın olduğu sonucu bulunmuştur ($p=0,000$; $p<0,05$).

Sportif uygulama öncesi müzik dinleme şiddetine göre müdahale grubundaki çocukların 20' sinin (%57, 1) sportif uygulama öncesinde düşük veya orta şiddette müzik dinlediği, 8'inin (%22, 9) yüksek şiddet, 7 'sinin (%20, 0) müzik dinlemediği yanıtını verirken, kontrol grubundaki çocukların ise 19' unun (%47, 5) düşük veya orta şiddette, 13'ünün (%32, 5) müzik dinlemediği, 8'inin (%20, 0) yüksek şiddette müzik dinlediği yanıtı alınmıştır. Müdahale ve kontrol grubundaki çocukların grupları karşılaştırıldığında anlamlı bir farkın olduğu görülmüştür ($p=0,002$; $p<0,05$).

Tenis oynama süresine göre müdahale grubundaki çocukların 23'ünün (%65, 7) 6 ay ve üzeri, 12'sinin (%34, 3) 6 aydan az tenis oynadıkları yönünde cevap verirken; kontrol grubundaki çocukların 21' inin (%52, 5) 6 ay ve üzeri, 19' unun (%47, 5) 6 aydan az tenis oynadıkları yanıtı alınmıştır. Müdahale ve kontrol gruplarındaki çocukların puanları karşılaştırıldığında anlamlı bir farkın olmadığı sonucu bulunmuştur ($p=0,133$; $p>0,05$).

Sportif uygulama öncesi müzik dinleme sıklığına göre müdahale grubundaki çocukların 14' ünün (%40, 0) her zaman, 14' ünün (%40, 0) nadiren, 7'sinin (%20) hiç müzik dinlemediği yanıtı alınırken, kontrol grubundaki çocukların ise 16' sının (%40) her zaman, 13' ün (%32, 5) nadiren, 11'inin (%27, 5) sportif uygulama öncesi hiç müzik dinlemediği yanıtı alınmıştır. Müdahale ve kontrol gruplarındaki çocukların grupları karşılaştırıldığında anlamlı bir farkın olmadığı görülmüştür ($p=0,326$; $p>0,05$).

Tablo 4.2. Sosyo-Demografik özellikler

Değişkenler		Müdahale Grubu		Kontrol grubu		P
		N	%	N	%	
Cinsiyet	Kız	16	45,7	17	42,5	0,299
	Erkek	19	54,3	23	57,5	
Yaş	10-11-12 yaş	14	40,0	19	47,5	0,299
	13-14 yaş	21	60,0	21	52,5	
Sınıf	5. ve 6. sınıf	12	34,3	19	47,5	0,133
	7. ve 8. sınıf	23	65,7	21	52,5	
Ailedeki Birey Sayısı	3 veya 4 kişi	26	74,3	29	72,5	0,000
	5 veya 6 kişi	9	25,7	11	27,5	
Ailenizin Toplam Geliri	12000tl ve altı	15	42,9	10	25,0	0,004
	12001tl ve üzeri	20	57,1	30	75,0	
Sportif Uygulama Öncesi Müzik Dinleme Şiddeti	Müzik Dinlemiyor	7	20,0	13	32,5	0,002
	Yüksek Şiddet	8	22,9	8	20	
	Düşük veya Orta Şiddet	20	57,1	19	47,5	
Tenis Oynama Süresi	6 aydan az	12	34,3	19	47,5	0,133
	6 ay ve üzeri	23	65,7	21	52,5	
Sportif Uygulama Öncesi Müzik Dinleme Sıklığı	Her zaman	14	40,0	16	40,0	0,326
	Hiç	7	20,0	11	27,5	
	Nadiren	14	40,0	13	32,5	

Müzikal zekâ ölçeği alt boyut puanına göre müdahale grubundaki çocukların kendi içinde ön test ve son testler açısından değerlendirildiğinde; ön test ortalamasının $34,05 \pm 8,45$ iken, son test puan ortalamasının $38,60 \pm 7,31$ olduğu görülmüştür. Bu iki grubun kendi içinde ön test ve son testler açısından değerlendirildiğinde anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür ($p=0,000$; $p<0,05$).

Sözel zekâ ölçeği alt boyut puanına göre müdahale grubundaki çocukların kendi içinde ön test ve son testler açısından değerlendirildiğinde; ön test ortalamasının $35,05 \pm 5,88$ iken, son test puan ortalamasının $36,85 \pm 7,70$ olduğu görülmüştür. Bu iki grubun kendi içinde ön test ve son testler açısından değerlendirildiğinde anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p=0,020$; $p<0,05$).

Görsel zekâ ölçeği alt boyut puanına göre müdahale grubundaki çocukların kendi içinde ön test ve son testler açısından değerlendirildiğinde; ön test ortalamasının $35,05 \pm 5,49$ iken, son test puan ortalamasının $36,77 \pm 6,57$ olduğu görülmüştür. Bu iki grubun kendi içinde

ön test ve son testler açısından değerlendirildiğinde anlamlı bir farklılık olduğu sonucu bulunmuştur ($p=0,018$; $p<0,05$).

Doğacı zekâ ölçeği alt boyut puanına göre müdahale grubundaki çocukların kendi içinde ön test ve son testler açısından değerlendirildiğinde; ön test ortalamasının $35,51\pm7,78$ iken, son test puan ortalamasının $35,31\pm7,49$ olduğu görülmüştür. Bu iki grubun kendi içinde ön test ve son testler açısından değerlendirildiğinde anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ($p=0,857$; $p>0,05$).

Mantıksal zekâ ölçeği alt boyut puanına göre müdahale grubundaki çocukların kendi içinde ön test ve son testler açısından değerlendirildiğinde; ön test ortalamasının $36,08\pm5,14$ iken, son test puan ortalamasının $42,11\pm9,61$ olduğu görülmüştür. Bu iki grubun kendi içinde ön test ve son testler açısından değerlendirildiğinde istatistiksel açıdan ileri derecede anlamlı bir fark olduğu belirlenmiştir ($p=0,000$; $p<0,05$).

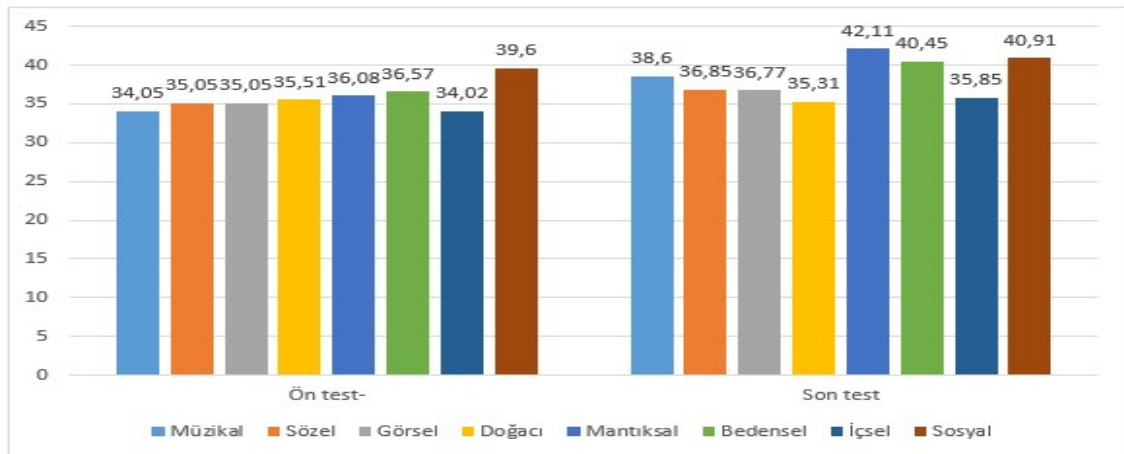
Bedensel zekâ ölçeği alt boyut puanına göre müdahale grubundaki çocukların kendi içinde ön test ve son testler açısından değerlendirildiğinde; ön test ortalamasının $36,57\pm5,68$ iken, son test puan ortalamasının $40,45\pm5,15$ olduğu görülmüştür. Bu iki grubun kendi içinde ön test ve son testler açısından değerlendirildiğinde istatistiksel açıdan ileri derecede anlamlı bir fark olduğu sonucu bulunmuştur ($p=0,000$; $p<0,05$).

İşsel zekâ ölçeği alt boyut puanına göre müdahale grubundaki çocukların kendi içinde ön test ve son testler açısından değerlendirildiğinde; ön test ortalamasının $34,02\pm4,84$ iken, son test puan ortalamasının $35,85\pm5,21$ olduğu görülmüştür. Bu iki grubun kendi içinde ön test ve son testler açısından değerlendirildiğinde anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür ($p=0,028$; $p<0,05$).

Sosyal zekâ ölçeği alt boyut puanına göre müdahale grubundaki çocukların kendi içinde ön test ve son testler açısından değerlendirildiğinde; ön test ortalamasının $39,60\pm5,42$ iken, son test puan ortalamasının $40,91\pm5,86$ olduğu görülmüştür. Bu iki grubun kendi içinde ön test ve son testler açısından değerlendirildiğinde anlamlı bir farklılık olduğu sonucu bulunmuştur ($p=0,067$, $p>0,05$).

Tablo 4.3. Uygulanan çoklu zekâ ölçeğinin ön test ve son test sonuçlarının değerlendirilmesi

Çoklu Zekâ Ölçeği Alt Boyutları		Deney Grubu Ort. ± SS	Kontrol Grubu Ort. ± SS	P Değeri
Müzikal Zekâ Alt Boyutu	Ön Test	34,05±8,45	31,62±8,57	0,221
	Son Test	38,60±7,31	34,10±9,04	0,022
	P Değeri	0,000	0,071	
Sözel Zekâ Alt Boyutu	Ön Test	35,05±5,88	33,77±8,11	0,442
	Son Test	36,85±7,70	35,32±7,64	0,391
	P Değeri	0,020	0,231	
Görsel Zekâ Alt Boyutu	Ön Test	35,05±5,49	33,90±6,50	0,412
	Son Test	36,77±6,57	34,12±7,15	0,101
	P Değeri	0,018	0,857	
Doğacı Zekâ Alt Boyutu	Ön Test	35,51±7,78	34,92±8,04	0,749
	Son Test	35,31±7,49	34,15±8,38	0,531
	P Değeri	0,857	0,593	
Mantıksal Zekâ Alt Boyutu	Ön Test	36,08±5,14	32,52±6,59	0,012
	Son Test	42,11±9,61	34,80±8,34	0,001
	P Değeri	0,000	0,062	
Bedensel Zekâ Alt Boyutu	Ön Test	36,57±5,68	35,12±6,82	0,326
	Son Test	40,45±5,15	37,47±6,36	0,030
	P Değeri	0,000	0,041	
İçsel Zekâ Alt Boyutu	Ön Test	34,02±4,84	33,82±7,10	0,887
	Son Test	35,85±5,21	36,50±7,64	0,676
	P Değeri	0,028	0,035	
Sosyal Zekâ Alt Boyutu	Ön Test	39,60±5,42	35,32±7,45	0,006
	Son Test	40,91±5,86	36,70±7,81	0,011
	P Değeri	0,067	0,251	



Şekil 4.1. Çoklu zekâ ölçeğine göre müdahale grubunun ön test ve son test puanları (paired sample t test)

Kontrol grubundaki çocukların müzikal zekâ alt boyut puanlarının kendi içinde ön test ve son testler açısından değerlendirildiğinde; ön test ortalamasının $31,62 \pm 8,57$ iken, son test puan ortalamasının $34,10 \pm 9,04$ olduğu görülmüştür. Bu iki grubun kendi içinde ön test ve son testler açısından değerlendirildiğinde anlamlı bir farklılık olmadığı belirlenmiştir ($p=0,071$; $p>0,05$).

Sözel zekâ ölçeği alt boyut puanına göre kontrol grubundaki çocukların kendi içinde ön test ve son testler açısından değerlendirildiğinde; ön test ortalamasının $33,77 \pm 8,11$ iken, son test puan ortalamasının $35,32 \pm 7,64$ olduğu görülmüştür. Bu iki grubun kendi içinde ön test ve son testler açısından değerlendirildiğinde anlamlı bir farklılık olmadığı bulunmuştur ($p=0,231$; $p>0,05$).

Görsel zekâ ölçeği alt boyut puanına göre kontrol grubundaki çocukların kendi içinde ön test ve son testler açısından değerlendirildiğinde; ön test ortalamasının $33,90 \pm 6,50$ iken, son test puan ortalamasının $34,12 \pm 7,15$ olduğu görülmüştür. Bu iki grubun kendi içinde ön test ve son testler açısından değerlendirildiğinde anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir ($p=0,857$; $p>0,05$).

Doğacı zekâ ölçeği alt boyut puanına göre kontrol grubundaki çocukların kendi içinde ön test ve son testler açısından değerlendirildiğinde; ön test ortalamasının $34,92 \pm 8,04$ iken, son test puan ortalamasının $34,15 \pm 8,38$ olduğu görülmüştür. Bu iki grubun kendi içinde ön test ve son testler açısından değerlendirildiğinde anlamlı bir farklılık olmadığı belirlenmiştir ($p=0,593$; $p>0,05$).

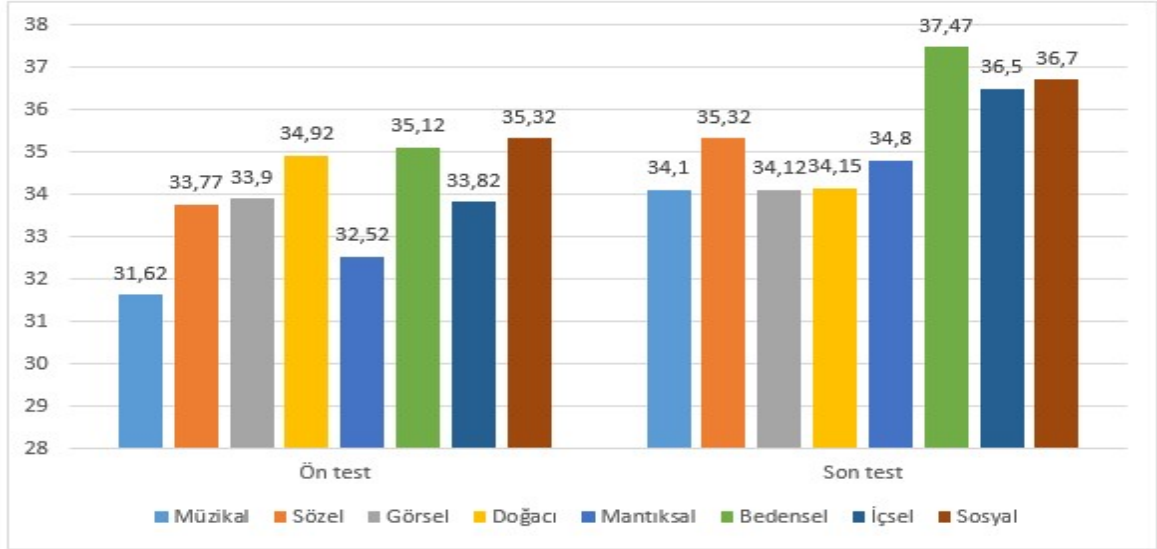
Mantıksal zekâ ölçeği alt boyut puanına göre kontrol grubundaki çocukların kendi içinde ön test ve son testler açısından değerlendirildiğinde; ön test ortalamasının $32,52 \pm 6,59$ iken, son test puan ortalamasının $34,80 \pm 8,34$ olduğu görülmüştür. Bu iki grubun kendi içinde ön test ve son testler açısından değerlendirildiğinde anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ($p=0,062$; $p>0,05$).

Bedensel zekâ ölçeği alt boyut puanına göre kontrol grubundaki çocukların kendi içinde ön test ve son testler açısından değerlendirildiğinde; ön test ortalamasının $35,12 \pm 6,82$ iken, son test puan ortalamasının $37,47 \pm 6,36$ olduğu görülmüştür. Bu iki grubun kendi içinde ön test ve son testler açısından değerlendirildiğinde anlamlı bir farklılık olduğu sonucu bulunmuştur ($p=0,041$; $p<0,05$).

İşsel zekâ ölçeği alt boyut puanına göre kontrol grubundaki çocukların kendi içinde ön test ve son testler açısından değerlendirildiğinde; ön test ortalamasının $33,82 \pm 7,10$ iken, son test puan ortalamasının $36,50 \pm 7,64$ olduğu görülmüştür. Bu iki grubun kendi içinde ön test ve son testler açısından değerlendirildiğinde anlamlı bir farklılık olduğu bulunmuştur ($p=0,035$; $p<0,05$).

Sosyal zekâ ölçeği alt boyut puanına göre kontrol grubundaki çocukların kendi içinde ön test ve son testler açısından değerlendirildiğinde; ön test ortalamasının $35,32 \pm 7,45$ iken, son test puan ortalamasının $36,70 \pm 7,81$ olduğu görülmüştür. Bu iki grubun kendi içinde ön

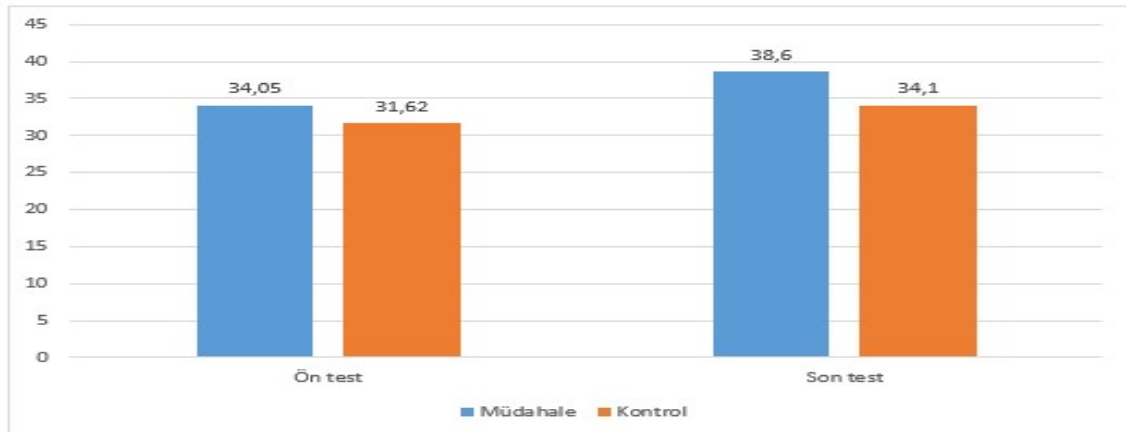
test ve son testler açısından değerlendirildiğinde anlamlı bir farklılık olmadığı sonucu bulunmuştur ($p=0,251$; $p>0,05$).



Şekil 4.2. Çoklu zekâ ölçeğine göre kontrol grubunun ön test ve son test puanları (paired sample t test)

Müzikal zekâ alt boyut puanı değerlendirildiğinde, müdahale grubundaki çocukların ön test puanları $34,05 \pm 8,45$ iken, kontrol grubundaki çocukların ön test puanları $31,62 \pm 8,57$ olduğu, iki grup arasında görülen ön test puan farkının ise istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmüştür ($p=0,221$; $p>0,05$).

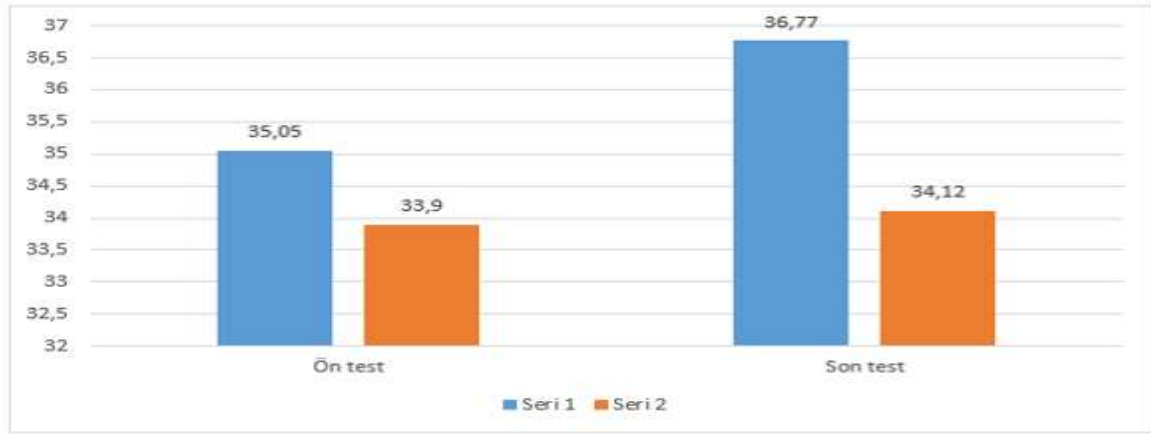
Müzikal zekâ alt boyut puanı son test sonuçları incelendiğinde müdahale grubundaki çocukların puanlarının $38,60 \pm 7,31$ iken, kontrol grubundaki çocukların puanları ise $34,10 \pm 9,04$ olduğu, iki grup arasında görülen son test puan farkının ise istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir ($p=0,022$; $p<0,05$).



Şekil 4.3. Müzikal zekâ alt boyutu ön test ve son test puanları (independent t testi)

Sözel zekâ ölçeği alt boyut puanı değerlendirildiğinde; müdahale grubundaki çocukların ön test puanları $35,05 \pm 5,88$ iken, kontrol grubundaki çocukların ön test puanları $33,77 \pm 8,11$ olduğu, iki grup arasında görülen ön test puan farkının ise anlamlı olmadığı görülmüştür ($p=0,442$; $p>0,05$).

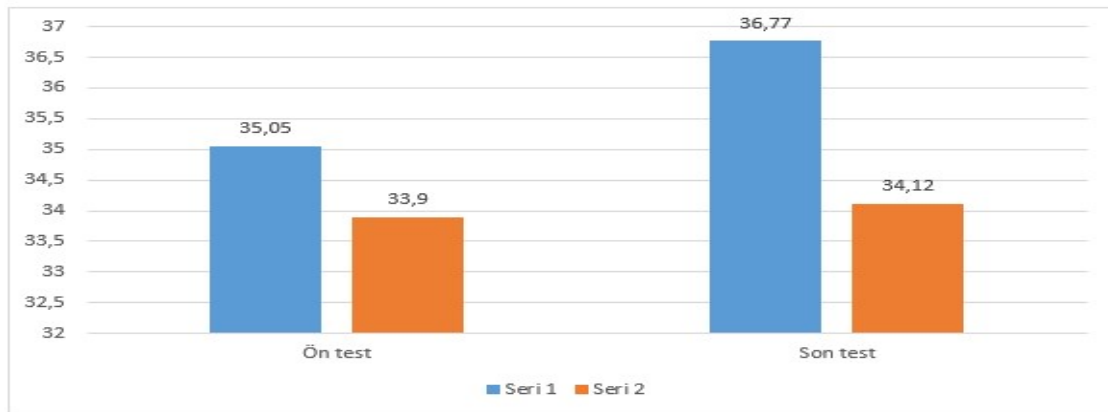
Sözel zekâ alt boyut puanı son test sonuçları değerlendirildiğinde; müdahale grubundaki çocukların ortalama puanları $36,85 \pm 7,70$ iken, kontrol grubundaki çocukların ortalama puanları $35,32 \pm 7,64$ olduğu, iki grup arasında görülen son test puan farkının ise anlamlı olmadığı bulunmuştur ($p=0,391$; $p>0,05$).



Şekil 4.4. Sözel zekâ alt boyutu ön test ve son test puanları (independent t testi)

Görsel zekâ alt boyut puanı değerlendirildiğinde; müdahale grubundaki çocukların ön test puanlarının $35,05 \pm 5,49$ iken, kontrol grubundaki çocukların ön test puanlarının $33,90 \pm 6,50$ olduğu, iki grup arasında görülen ön test puan farkının ise anlamlı olmadığı görülmüştür ($p=0,412$; $p>0,05$).

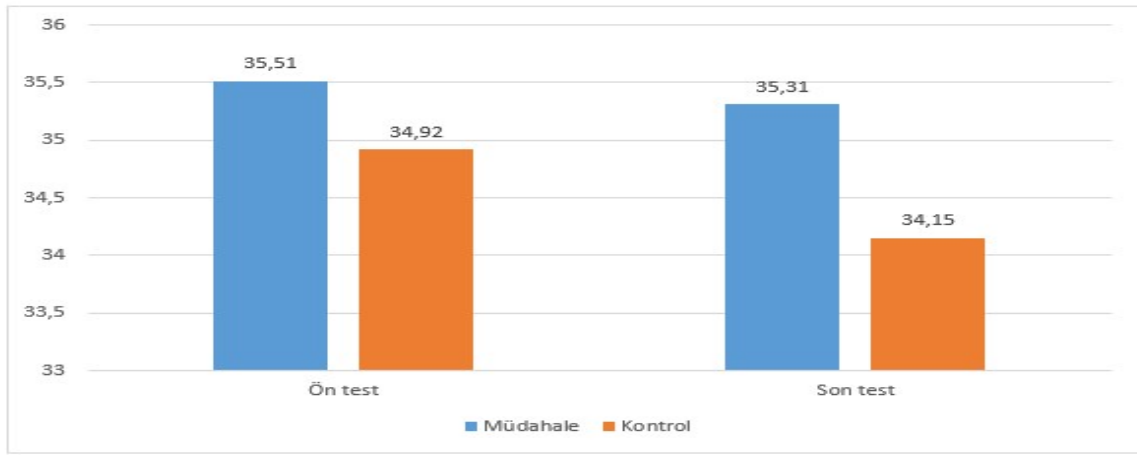
Görsel zekâ alt boyut puanı son test sonuçları değerlendirildiğinde; müdahale grubundaki çocukların puanlarının $36,77 \pm 6,57$ iken, kontrol grubundaki çocukların puanları $34,12 \pm 7,15$ olduğu, iki grup arasında görülen son test puanları arasındaki fark ise anlamsız bulunmuştur ($p=0,101$; $p>0,05$).



Şekil 4.5. Görsel zekâ alt boyutu ön test ve son test puanları (independent t testi)

Doğacı zekâ ölçeği alt boyut puanı değerlendirildiğinde; müdahale grubundaki çocukların ön test puanlarının $35,51 \pm 7,78$ iken, kontrol grubundaki çocukların ön test puanları $34,92 \pm 8,04$ olduğu, iki grup arasında görülen ön test puanları arasındaki farkının ise anlamlı olmadığı görülmüştür ($p=0,749$; $p>0,05$).

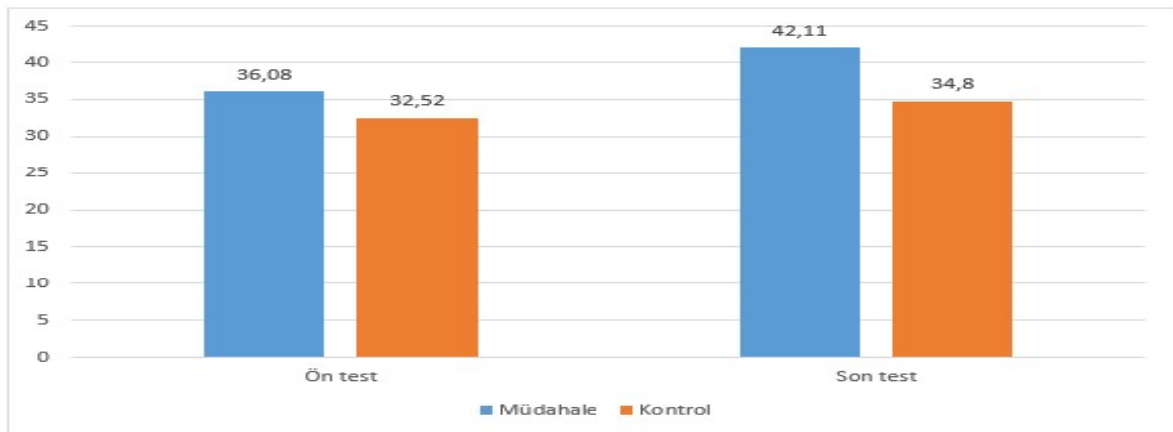
Doğacı zekâ alt boyut puanı son test sonuçları değerlendirildiğinde; müdahale grubundaki çocukların puanları $35,31 \pm 7,49$ iken, kontrol grubundaki çocukların puanlarının ise $34,15 \pm 8,38$ olduğu, iki grup arasında görülen son test puan farkı anlamlı görülmemiştir ($p=0,531$; $p>0,05$).



Şekil 4.6. Doğacı zekâ alt boyutu ön test ve son test puanları (independent t testi)

Mantıksal zekâ ölçeği alt boyut puanı değerlendirildiğinde; müdahale grubundaki çocukların ön test puanları $36,08 \pm 5,14$ iken, kontrol grubundaki çocukların ön test puanları $32,52 \pm 6,59$ olduğu, iki grup arasında görülen ön test puan farkının ise müdahale grubu lehine anlamlı olduğu görülmüştür ($p=0,012$; $p<0,05$).

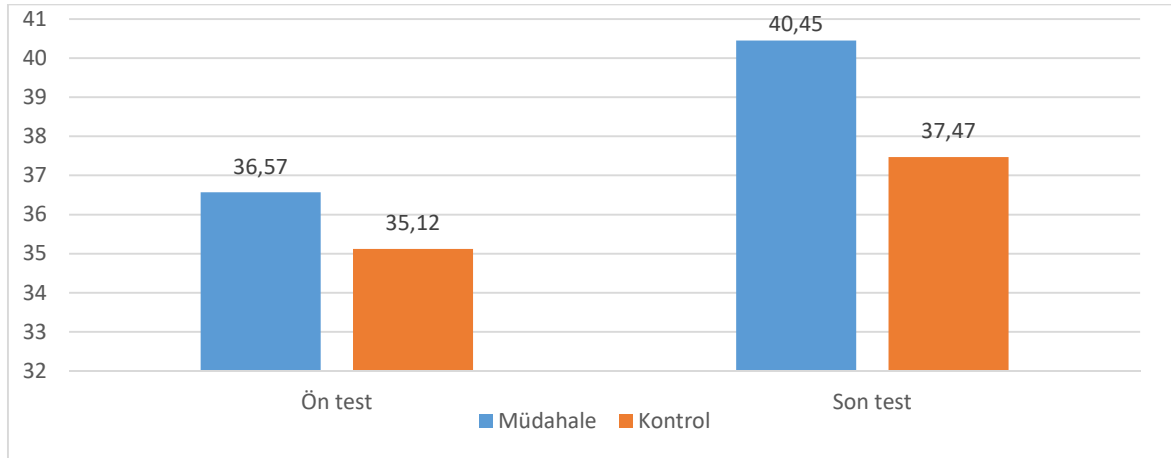
Mantıksal zekâ alt boyut puanı son test sonuçları değerlendirildiğinde; müdahale grubundaki çocukların puanları $42,11 \pm 9,61$ iken, kontrol grubundaki çocukların puanları ise $34,80 \pm 8,34$ olduğu, iki grup arasında görülen son test puan farkının ise müdahale grubu lehine anlamlı bulunmuştur ($p=0,001$, $p<0,05$).



Şekil 4.7. Mantıksal zekâ alt boyutu ön test ve son test puanları (independent t testi))

Bedensel zekâ ölçeği alt boyut puanı değerlendirildiğinde; müdahale grubundaki çocukların ön test puanları $36,57 \pm 5,68$ kontrol grubundaki çocukların ön test puanlarının $35,12 \pm 6,82$ olduğu, iki grup arasında görülen ön test puan farkı anlamlı görülmemiştir ($p=0,326$; $p>0,05$).

Bedensel zekâ alt boyut puanı son test sonuçları değerlendirildiğinde ise müdahale grubundaki çocukların puanları $40,45 \pm 5,15$ iken, kontrol grubundaki çocukların puanları $37,47 \pm 6,36$ olduğu, iki grup arasında görülen son test puan farkının ise müdahale grubu lehine anlamlı olduğu görülmüştür ($p=0,030$; $p<0,05$).



Şekil 4.8. Bedensel zekâ alt boyutu ön test ve son test puanları (independent t testi)

İşsel zekâ ölçeği alt boyut puanı değerlendirildiğinde; müdahale grubundaki çocukların ön test puanları $34,02 \pm 4,84$ iken, kontrol grubundaki çocukların ön test puanları $33,82 \pm 7,10$ olduğu, iki grup arasında görülen ön test puanları arasındaki fark ise anlamsız bulunmuştur ($p=0,887$; $p>0,05$).

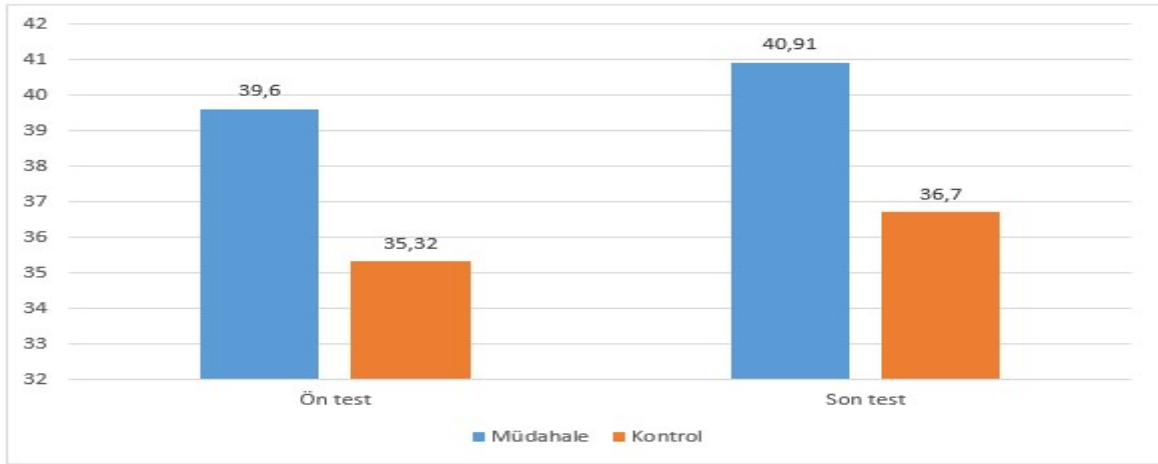
İşsel zekâ alt boyut puanı son test sonuçları değerlendirildiğinde; müdahale grubundaki çocukların puanları $35,85 \pm 5,21$ iken, kontrol grubundaki çocukların puanları ise $36,50 \pm 7,64$ olduğu, iki grup arasında görülen son test puan farkının ise anlamlı olmadığı görülmüştür ($p=0,676$; $p>0,05$).



Şekil 4.9. İşsel zekâ alt boyutu ön test ve son test puanları (independent t testi)

Sosyal zekâ ölçeği alt boyut puanı değerlendirildiğinde; müdahale grubundaki çocukların ön test puanları $39,60 \pm 5,42$ iken, kontrol grubundaki çocukların ön test puanları $35,32 \pm 7,45$ olduğu, iki grup arasında görülen ön test puan farkının ise müdahale grubunu lehine anlamlı olduğu görülmüştür ($p=0,006$; $p<0,05$).

Sosyal zekâ alt boyut puanı son test sonuçları değerlendirildiğinde; müdahale grubundaki çocukların puanları $40,91 \pm 5,86$ iken, kontrol grubundaki çocukların puanları $36,70 \pm 7,81$ olduğu, iki grup arasında görülen son test puan farkının ise müdahale grubu lehine anlamlı bulunmuştur ($p=0,011$; $p<0,05$).



Şekil 4.10. Sosyal zekâ alt boyutu ön test ve son test puanları (independent t testi)

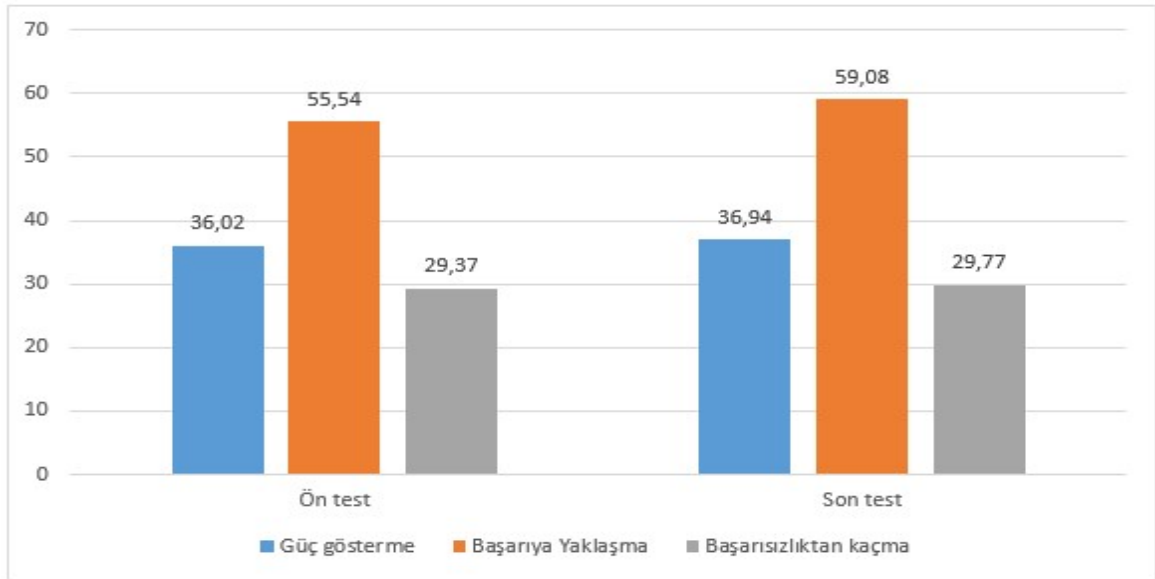
Müdahale grubundaki çocukların güç gösterme güdüsü alt boyut puanı kendi içinde ön test ve son testler açısından değerlendirildiğinde; ön test ortalamasının $36,02 \pm 6,71$ iken, son test puanının ortalamasının $36,94 \pm 6,17$ olduğu görülmüştür. Bu iki grubun kendi içinde ön test ve son testler açısından değerlendirildiğinde anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna varılmıştır ($p=0,223$; $p>0,05$).

Müdahale grubundaki çocukların başarıya yaklaşma güdüsü alt boyut puanı kendi içinde ön test ve son testler açısından değerlendirildiğinde; ön test puan ortalamasının $55,54 \pm 8,09$ iken, son test puan ortalamasının ise $59,08 \pm 9,17$ olduğu görülmüştür. Bu iki grubun kendi içinde ön test ve son testler açısından değerlendirildiğinde anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür ($p=0,000$; $p<0,05$).

Müdahale grubundaki çocukların başarısızlıktan kaçma alt boyut puanı kendi içinde ön test ve son testler açısından değerlendirildiğinde; ön test ortalamasının $29,37 \pm 7,90$ iken, son test puanının $29,77 \pm 7,98$ olduğu görülmüştür. Bu iki grubun kendi içinde ön test ve son testler açısından değerlendirildiğinde anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p=0,624$; $p>0,05$).

Tablo 4.4. Uygulanan başarı motivasyon ölçeğinin ön test ve son test sonuçlarının değerlendirilmesi

Sporda Başarı Motivasyon Ölçeği Alt Boyutlar		Deney Grubu Ort. $\pm$ SS	Kontrol Grubu Ort. $\pm$ SS	P Değeri
Güç Gösterme Güdüsü Alt Boyutu	Ön Test	36,02 $\pm$ 6,71	38,35 $\pm$ 9,49	0,232
	Son Test	36,94 $\pm$ 6,17	37,60 $\pm$ 8,35	0,703
	P Değeri	0,223	0,617	
Başarıya Yaklaşma Güdüsü Alt Boyutu	Ön Test	55,54 $\pm$ 8,09	57,35 $\pm$ 7,99	0,335
	Son Test	59,08 $\pm$ 9,17	60,42 $\pm$ 12,86	0,610
	P Değeri	0,000	0,138	
Başarısızlıktan Kaçma Güdüsü Alt Boyutu	Ön Test	29,37 $\pm$ 7,90	31,65 $\pm$ 7,46	0,203
	Son Test	29,77 $\pm$ 7,98	33,07 $\pm$ 9,51	0,110
	P Değeri	0,624	0,274	

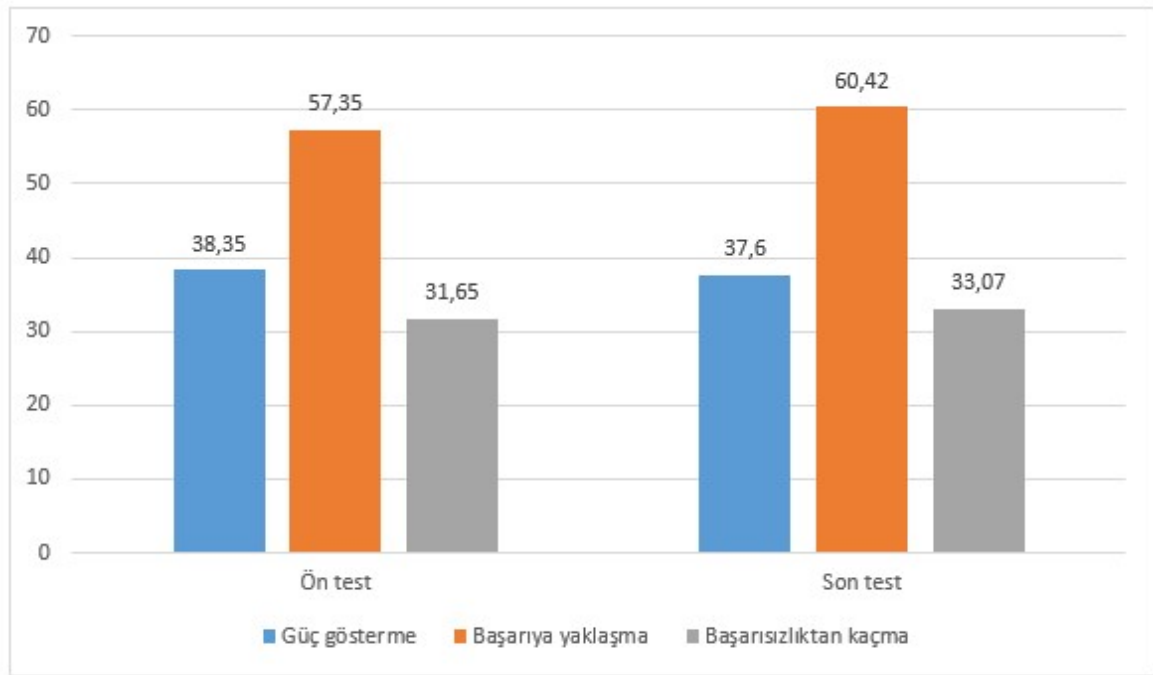


Şekil 4.11. Sporda başarı motivasyon ölçeğine göre müdahale grubunun ön test ve son test puanları (paired sample t test)

Kontrol grubundaki çocukların güç gösterme güdüsü alt boyut puanı kendi içinde ön test ve son testler açısından değerlendirildiğinde; ön test ortalamasının 38,35 $\pm$ 9,49 iken, son test puanının 37,60 $\pm$ 8,35 olduğu görülmüştür. Bu iki grubun kendi içinde ön test ve son testler açısından değerlendirildiğinde anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ($p=0,617$; $p>0,05$).

Kontrol grubundaki çocukların başarıya yaklaşma güdüsü alt boyut puanı kendi içinde ön test ve son testler açısından değerlendirildiğinde; ön test ortalamasının $57,35 \pm 7,99$ iken, son test puanının $60,42 \pm 12,86$ olduğu görülmüştür. Bu iki grubun kendi içinde ön test ve son testler açısından değerlendirildiğinde anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p=0,138$; $p>0,05$).

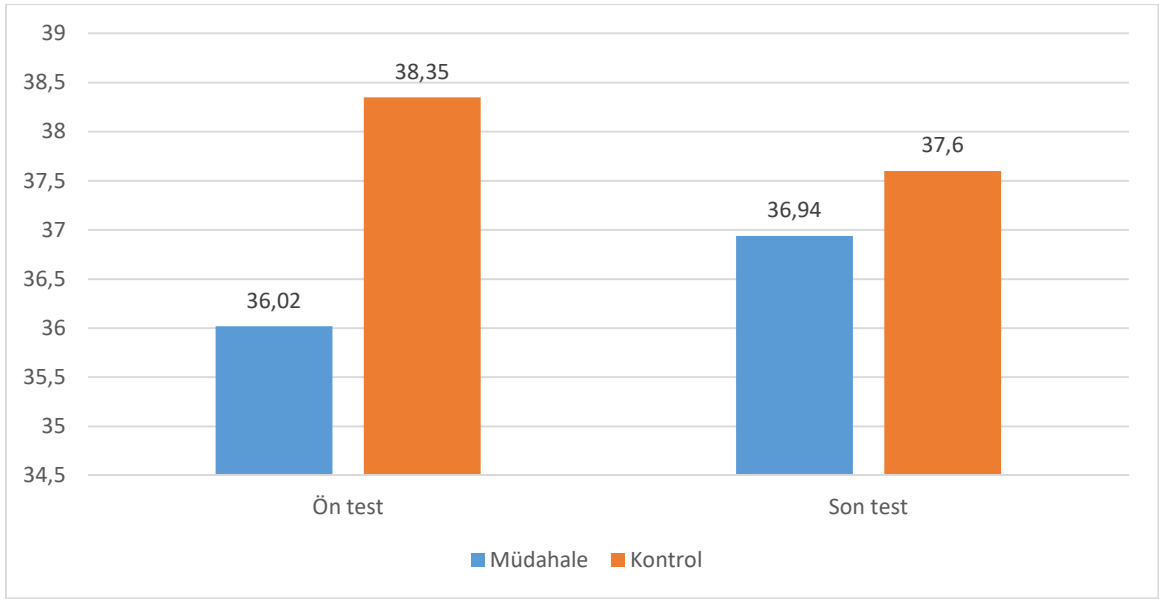
Kontrol grubundaki çocukların başarısızlıktan kaçma güdüsü alt boyut puanı kendi içinde ön test ve son testler açısından değerlendirildiğinde; ön test ortalamasının $31,65 \pm 7,46$ iken, son test puanının $33,07 \pm 9,51$ olduğu görülmüştür. Bu iki grubun kendi içinde ön test ve son testler açısından değerlendirildiğinde anlamlı bir farklılık olmadığı sonucu bulunmuştur ($p=0,274$; $p>0,05$).



Şekil 4.12. Sporda başarı motivasyon ölçeğine göre kontrol grubunun ön test ve son test puanları (paired sample t test)

Güç gösterme alt boyut puanı değerlendirildiğinde, müdahale grubundaki çocukların ön test puanları $36,02 \pm 6,71$ iken, kontrol grubundaki çocukların ön test puanları $38,35 \pm 9,49$ olduğu, iki grup arasında görülen ön test puan farkının istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmüştür ($p=0,232$; $p>0,05$).

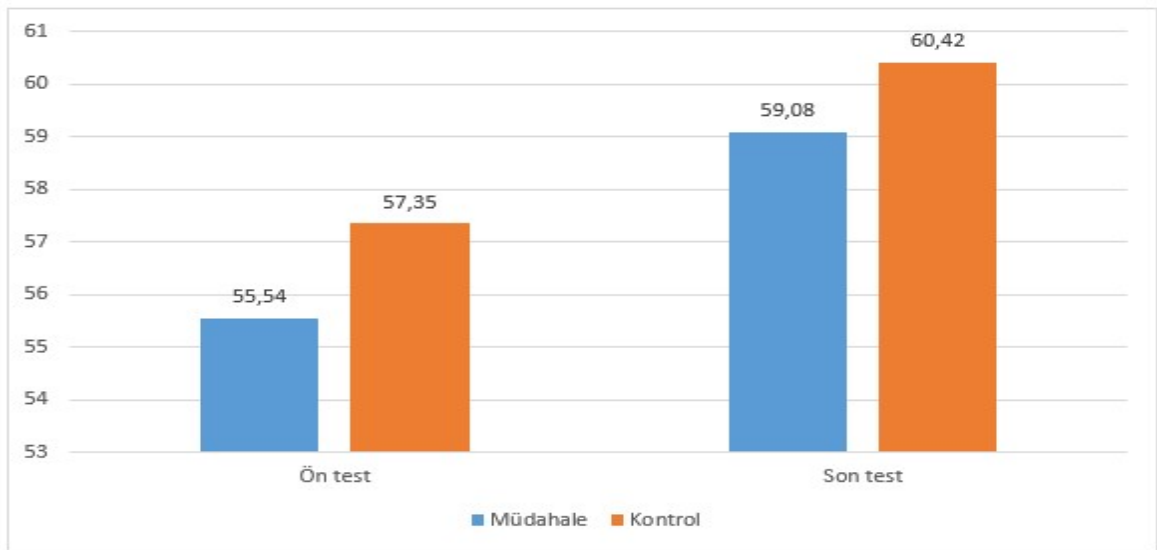
Güç gösterme alt boyut puanı son test sonuçları değerlendirildiğinde; müdahale grubundaki çocukların puanları $36,94 \pm 6,17$ iken, kontrol grubundaki çocukların puanları ise $37,60 \pm 8,35$ olduğu, iki grup arasında görülen son test puan farkı ise anlamlı görülmemiştir ($p=0,703$; $p>0,05$).



Şekil 4.13. Güç gösterme alt boyutu ön test ve son test puanları (independent t testi)

Başarıya yaklaşma alt boyut puanı değerlendirildiğinde; müdahale grubundaki çocukların ön test puanları $55,54 \pm 8,09$ iken, kontrol grubundaki çocukların ön test puanları $57,35 \pm 7,99$ olduğu, iki grup arasında görülen ön test puan farkının ise anlamlı olmadığı görülmüştür ($p=0,335$; $p>0,05$).

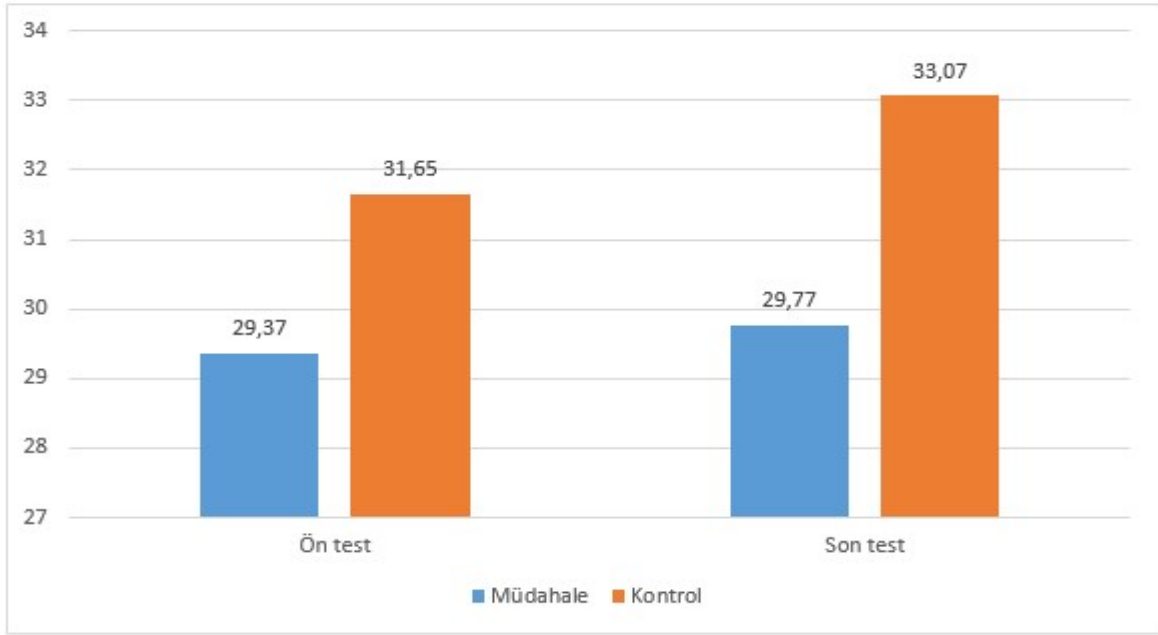
Başarıya yaklaşma alt boyut puanı son test sonuçları değerlendirildiğinde; müdahale grubundaki çocukların puanları $59,08 \pm 9,17$ iken, kontrol grubundaki çocukların puanları ise $60,42 \pm 12,86$ olduğu, iki grup arasında görülen son test puan farkının ise istatistiksel olarak anlamlı olmadığı bulunmamıştır ($p=0,610$; $p>0,05$).



Şekil 4.14. Başarıya yaklaşma alt boyutu ön test ve son test puanları (independent t testi)

Başarısızlıktan kaçma alt boyut puanı değerlendirildiğinde; müdahale grubundaki çocukların ön test puanları $29,37 \pm 7,90$ iken, kontrol grubundaki çocukların ön test puanları $31,65 \pm 7,46$ olduğu, iki grup arasında görülen ön test puan farkının istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmüştür ($p=0,203$; $p>0,05$).

Başarısızlıktan kaçma alt boyut puanı son test sonuçları değerlendirildiğinde; müdahale grubundaki çocukların puanları $29,77 \pm 7,98$ iken, kontrol grubundaki çocukların puanları ise $33,07 \pm 9,51$ olduğu, iki grup arasında görülen son test puan farkının ise istatistiksel olarak anlamlı olmadığı belirlenmiştir ($p=0,110$; $p>0,05$).



Şekil 4.15. Başarısızlıktan kaçma alt boyutu ön test ve son test puanları (independent t testi)

5. TARTIŞMA

Bu araştırma, müzik ve life kinetik ile desteklenen tenis antrenmanlarının 10-14 yaş grubu çocukların çoklu zekâ ve motivasyon durumu üzerine etkisini incelemeyi amaçlamaktadır. Bu ana amaç doğrultusunda araştırmanın bu bölümünde, yapılan analizler sonucunda ulaşılan bulgular özetlenerek tartışılmıştır.

5.1. Müdahale ve kontrol gruplarının sosyo-demografik özelliklerine ait bulguların tartışılması

Araştırma gruplarını oluşturan müdahale ve kontrol gruplarındaki çocukların sosyo-demografik özelliklerinin yapılan uygulama sonuçlarını etkilememesi açısından benzer olması önem arz ettiğinden, öncelikle oluşturulan grupların sosyodemografik değişkenler açısından homojenliği analiz edilmiştir. Yapılan analiz sonuçlarına bakıldığında; cinsiyet, yaş, sınıf, tenis oynama süresi, sportif uygulama öncesi müzik dinleme sıklığı açısından grupların benzer olduğu görülmüştür. Özellikle motivasyon ve çoklu zeka düzeyine etki edebilecek; cinsiyet, yaş, tenis oynama yılı, spor etkinlikleri öncesi müzik dinleme alışkanlığının her iki grupta benzer olması yapılan uygulama programının etkisini göstermesi açısından önemlidir. Nitekim müdahale ve kontrol gruplarının uygulanan ön testlerin sonuçları analiz edildiğinde çoklu zeka ölçeğinin; sözel, müzikal, görsel, doğacı, bedensel ve içsel alt zeka alanları açısından anlamlı bir farklılığın olmaması ve sadece sosyal zeka alanı açısından fark bulunması yaptığımız etkinlik programının çoklu zeka alanlarına etkisini gösterdiğini, sosyal zeka alt boyutunda ön test ve son testler açısından fark bulunması durumunun da daha farklı araştırmalarda derinlemesine değerlendirilmesinin önerilmesinin uygun olacağı düşünülmüştür. Sosyal zeka ile ilgili literatür incelendiğinde; sosyal zeka düzeyini etkileyen faktörler arasında sosyo-ekonomik durum, motivasyon, kültürel faktörler, eğitim gibi durumlardan etkilendiği (Karagüven ve Hülya, 2015) sonuçları dikkate alındığında; araştırma grubunun bu özellikleri taşıması nedeniyle olabileceği ancak bu örnekte cinsiyet, yaş ve sınıfta anlamlı bir farklılık görülmemesi daha farklı araştırmalarla incelenmesini gerekli kılmaktadır. Yine müdahale ve kontrol grubuna uygulanan motivasyon ölçeği ön testleri karşılaştırıldığında iki grubun ön testleri arasında anlamlı bir fark olmaması sosyo demografik özellikleri benzer bulunan her iki grubun homojen olduğu ve müzik eşliğinde uygulanan lifekinetik programının etkisini göstermesi açısından doğru sonuçlar ortaya koyduğu düşünülmüştür.

5.1.1. Cinsiyet

Literatüre bakıldığında; çoklu zekâ ve sporda başarı motivasyon durumunun hangi cinsiyette daha sık görüldüğüne ilişkin araştırma bulgularının birbirleri ile tutarlı olmadığı görülmektedir. Bazı araştırmalar erkeklerin kızlara göre zekâ puanlarının daha yüksek olduğunu bildirirken (Nuhoğlu, 2007; İlter, 2019; Yüksel ve Çeliköz, 2021) bazı

çalışmaların aksine, kızların erkeklere göre zekâ puanlarının daha yüksek olduğunu bildiren çalışmalar da mevcuttur (Güllü ve Tekin, 2009). Yine literatürde motivasyonla ilgili yapılan çalışmalar incelendiğinde de; çoklu zekada olduğu gibi başarı motivasyonunda da kimi araştırmalarda cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermeyen çalışmalar olmakla birlikte (Can, Güven, Soyer ve Demirel, 2009), erkeklerin başarı motivasyon puanlarının kadınlara göre daha yüksek olduğunu bulan çalışmaların olduğu da görülmüştür (Aktaş, Çobanoğlu, Yazıcılar ve Nihal, 2006).

Müzik ve life kinetik uygulamalarıyla desteklenmiş rutin tenis antrenmanlarına devam eden çocukların çoklu zeka ve motivasyon düzeylerindeki değişimi inceleyen bu araştırmada cinsiyetin araştırma bulgularının etkilenmemesi açısından grupların birbirine benzer olduğu görülmektedir. Müdahale ve kontrol gruplarındaki kız ve erkek çocukların sayılarının benzerliği istatistiksel açıdan test edildiğinde; aradaki farkın anlamlı olmaması ($p = 0.299$, $p > 0.05$) da bu beklentiyi karşıladığını ve uygulanan programın etkisini ortaya koymada önemli olduğunu düşündürmüştür.

5.1.2. Yaş, sınıf ve ailedeki birey sayısı

Yaş değişkenine göre müdahale ve kontrol gruplarındaki çocukların sonuçlarına bakıldığında; gruplar arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır. Literatüre bakıldığında 10-14 yaş aralığında çocukların çoklu zekânın hangi yaş grubunda daha sık görüldüğüne ilişkin çeşitli araştırmaların olduğu görülmektedir. Bazı araştırmalar yaşı çoklu zekâyı etkilediğini göstermesiyle birlikte (Polat, Biçer ve Gürer, 2019; Şentürk ve Yazıcı, 2020), bazı araştırmaların da yaşı çoklu zekâyı etkilemediğini (Yücel, 2021) göstermiştir. Keskin (2009) çoklu zekânın hemen hemen her yaş grubunda geliştirebileceğini belirtmiştir. Yaş değişkenine göre sporda başarı motivasyonunda anlamlı bir farklılık değişim gösterdiğini bildiren çalışmalar (Aktuğ, Uğurlu, Yetiş, Dündar ve Murathan, 2014) olmakla birlikte anlamlı bir fark bulmayan çalışmaların (Üstun, Acet ve Ersoy, 2016) olduğu da görülmüştür. Ancak literatürde 10-14 yaş aralığındaki çocukların psikososyal alanda hızlı bir değişim yaşadığı (Doğan, 2007), bu açıdan biyolojik yaşı önemli olduğu belirtilmiştir (Türkmen, Zekioğlu, Yıldız ve Göral, 2013). Yapılan bu araştırmada yaş değişkeni açısından müdahale ve kontrol grupları arasında anlamlı bir farkın olmadığı istatistiksel analiz sonuçlarından görülmektedir. Bu sonuç da yaş değişkeni açısından grupların birbirine benzer olduğu ve uygulanan programın etkisinin test edilmesi açısından beklentileri karşılayacağı düşünülmüştür.

Sınıf değişkenine göre müdahale ve kontrol grubundaki çocuklar arasında anlamlı bir farklılık olmadığı bulunmuştur. Bu sonucun alınmasında sınıf gruplarının birbirine denk olmasından kaynaklandığı düşünülmüştür.

Ailedeki birey sayısına göre demografik açıdan sonuçlara incelendiğinde; müdahale ve kontrol grubundaki çocuklar arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Literatürde yapılan çalışmalara bakıldığında ise; ailede yaşayan bireylerin çocukların

gelişiminde önemli olduğu belirtilmiştir (Ertan, 2017). Sunarti ve Zukdi (2019) ailede yaşayan birey sayısı ile zeka arasında negatif yönlü bir ilişki olduğunu açıklamış ve kalabalık ailelerde doğan çocukların daha küçük ailelerde büyüyen çocuklara göre zeka testlerinde daha düşük puan aldıklarını belirtmiştir.

Duran (2007) ise, tek çocuğa sahip ailelerde çocukların ilgi alanlarının daha çeşitlilik gösterebileceğini belirtmiş ve ailenin destekleyici rolünden, aile bireylerinin tüm dikkatlerini ve ilgilerini çocuğa yönelttiğini ve bu durumun da çocuğun gelişimini olumlu etkileyebileceğini ileri sürmüştür. Araştırmamızda müdahale ve kontrol gruplarında anlamlı bir farkın çıkması grubun bu özelliği ve literatür sonuçları açısından bakıldığında; aile bireyleri ve zeka alanları ilişkisini değerlendiren detaylı çalışmaların yapılmasına ihtiyaç olduğu düşünülmüştür. Bu anlamlılık araştırma sonucuna etki edebilen bir değişken olarak düşünülse de diğer sosyo-demografik değişkenler açısından gruplar arası farkın anlamlı çıkmaması bu değişkenin etkisini sınırlandırdığını, özellikle sosyal alan olan aile ortamı ve aile bireylerin sayısının sosyal zeka alanına etki eden bir unsur olarak düşünülebileceği, zaten sosyal zeka alanı analizlerinde müdahale ve kontrol grupların ön test ile son testlerini karşılaştıran analizlerde bir farklılık bulunması, ancak müdahale ve kontrol gruplarının her birinin kendi içerisinde öntest- son testleri arasında anlamlı fark bulunmaması da bu düşüncemizi destekler niteliktedir. Bu açıdan aile ve çoklu zekayı konu alan detaylı araştırmaların yapılmasının önemli olduğu düşünülmüştür.

5.1.3. Ekonomik durum

Sosyo-demografik değişkenlerin müdahale ve kontrol gruplarında benzer olup olmadığının belirlenmesi açısından yapılan analizlerde iki grup arasında anlamlı farklılık olduğu görülmüş ve bu durum da araştırmanın sınırlılığı olarak kabul edilmiştir. Çinkılıç ve Soyer (2013)'in yaptıkları çalışmada zekâ alanlarının; sosyal, çevresel, ekonomik durumlardan etkilendiğini belirtmişlerdir. Yapılan başka bir araştırmada ise kötü sosyoekonomik durumun çocukların gelişimini engellediği, yüksek sosyoekonomik statüye sahip ebeveynlerin ise gelişim için gerekli ön koşulları sağlayabildikleri belirtilmiştir (Manhas, 2019). Literatürde yer alan bu bilgilerle bakıldığında ekonomik durum açısından her iki grubun benzer olmaması nedeniyle parametrik analizler kullanılarak araştırma sonuçları değerlendirilmiş ancak araştırmanın bir sınırlılığı olarak da kabul edilmiştir. Yapılan bu araştırmada iki grup arasında anlamlı bir farkın çıkmasında çocukların gelişiminde ekonomik durumunun önemli olduğunu düşündürmüştür. Kontrol grubunda 12001tl ve üzeri gelire sahip olanların müdahale grubundaki 12001tl ve üzeri gelire sahip olanlara göre daha fazla olması ve kontrol grubundaki ailelerin 12000tl ve altı gelire sahip olanların müdahale grubundaki ailelere göre daha az olması bu sonucun alınmasında etkili olduğu düşünülmüştür.

5.1.4. Sportif uygulama öncesi müzik dinleme şiddeti

Sportif uygulama öncesi müzik dinleme şiddeti açısından müdahale ve kontrol grubunun benzer olup olmadığı analiz edildiğinde iki grup arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Literatüre bakıldığında; Turhan ve Karayol (2022) yaptıkları çalışmada müzik dinleme şiddetinin bireyde; motivasyon, zihinsel, performans ve sağlamlık durumunu etkilediğini belirtmişlerdir. Villamizar, Arenas, Bustamante ve Moyeda (2020) ise yüksek sesli müzik dinlemenin performansı etkilediği sonucunu bulmuşlardır. Yapılan başka bir çalışmada ise müziğin belirli görevlerin yerine getirilmesinde, önemli olduğu belirtilmiştir (Day, Lin, Huang ve Chuang, 2009). Yine kontrol ve müdahale grubundaki katılımcı çocukların araştırma öncesi sesli müzik dinleyip dinlememe durumları açısından homojen dağılım göstermemeleri de bir diğer sınırlılık olarak kabul edilmiştir. Bu sonucun alınmasında müdahale grubundaki çocukların sportif uygulama öncesinde düşük veya orta şiddette daha fazla müzik dinlemeleri ve müdahale grubundaki çocukların sportif uygulama öncesi müzik dinlememe durumu kontrol grubuna göre daha az olmasının bu sonucun alınmasında etkili olduğunu düşündürmüştür.

5.1.5. Tenis oynama süresi

Literatüre bakıldığında spora başlama süresinin sporcuların başarı ve zekâ durumunu etkilediği (Bora, 2013; Gülünay ve Savas, 2022), ayrıca spor deneyiminin kişisel ve yaşam becerileri üzerine olumlu etkileri olduğu belirtilmiştir (Jones ve Lavalley, 2009; Gould ve Carson, 2010). Literatürdeki araştırma bulguları göz önüne alındığında sonuçlara etki edebilecek bir diğer değişken de tenis oynama süresi olarak düşünüldüğünden bu değişken açısından müdahale ve kontrol gruplarının benzerliği sorgulanmıştır. Bu açıdan müdahale ve kontrol grubu arasında bir farklılık olup olmadığı incelenmiş ve iki grubun benzer olduğu, anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür. Bu sonucun da uygulanan programın etkisini test etmede objektif veri sunduğunu göstermesi bakımından önemli görülmüştür.

5.1.6. Sportif uygulama öncesi müzik dinleme sıklığı

Sportif uygulama öncesi müzik dinleme sıklığına göre müdahale ve kontrol grubundaki çocuklar arasında istatistik olarak anlamlı bir farklılık olmadığı bulunmuştur. Yapılan çalışmalarda düzenli olarak müzik dinlemenin, bireylerin ifade yeteneklerini geliştirdiğini, estetik ve yaratıcı düşünme potansiyellerini olumlu yönde etkilediğini ve müziğin bilişsel düşünme kabiliyetini arttırdığı belirtilmiştir (Özbey, 2010; Özdemir ve Coşkun, 2018; Yener ve Öztürk, 2008). Literatürde yer alan bu bulgular göz önüne alındığında müzik kullanılarak life kinetik egzersizlerin çoklu zeka ve motivasyon üzerindeki etkisini test eden bu çalışmada sportif uygulama öncesinde müdahale ve kontrol grupları arasında müzik dinleme alışkanlığının benzer olması önemli görülmüştür. Her iki grubun homojenliği bu değişken açısından test edildiğinde de anlamlı bulunmaması araştırma sonuçlarımızın objektif olması açısından önemli görülmüştür.

5.2. Uygulanan çoklu zekâ ölçeğinin ön test ve son test değerlerine ait bulguların tartışılması (paired sample t-testi)

Yapılan bu çalışmanın ana problemlerinden olan 10 haftalık müzik eşliğinde uygulanan life kinetik egzersiz uygulamalarının çoklu zeka alanlarına bir etkisi olup olmadığı test edildiğinde sadece mantıksal zeka ve sosyal zeka alt boyutlarında kontrol ve müdahale grupları arasında ön testler açısından anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Diğer zeka alanlarında ise ön testler açısından müdahale ve kontrol grubu arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Yine kontrol ve müdahale gruplarından elde edilen ölçek verileri analiz edildiğinde; sözel zekâ, görsel zekâ, doğacı zekâ ve içsel zekâ alanları açısından ön testler ve son testler açısından anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Diğer zekâ alanlarından; müziksel zekâ, mantıksal zekâ, bedensel zekâ ve sosyal zekâ alanlarında kontrol ve müdahale grupları arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur.

Anlamlı farklılık bulunan zekâ alanlarına sırasıyla bakılacak olunursa;

Müzikal zekâ

Müziksel zeka alt boyutunda kontrol ve müdahale grubu arasında ön testler açısından anlamlı bir fark görülmezken son testlerde müdahale grubu lehine anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Bu durum ortalama puanlar ve her iki grubun kendi içindeki öntest-son test karşılaştırmaları göz önüne alındığında müdahale grubunun başlangıçta 34 olan müzik zekâ puan ortalamasının 38 puan ortalamasına yükselmesi ve müdahale grubunun ön test ve son testleri arasında anlamlı bir fark görülmesi, yine her ne kadar kontrol grubunda da ön test puanlarının son testlerde artmış olsada, kontrol grubunun kendi içinde ön test ve son testleri arasında anlamlı bir farklılık görülmemesi, müdahale ve kontrol grubunun ön testlerdeki anlamsız farkın son testlerde anlamlı hale gelmesi yani her iki grubun son test puanları arasındaki farkın anlamlı olması müzik eşliğinde uygulanan life kinetik egzersiz programının müzik zekâyı geliştirdiği yönünde bir sonuç ortaya koymaktadır. Müdahale grubundaki çocukların müzikal zekâ puan artışındaki bu sonuçlar da 10 haftalık müzikli life kinetik uygulamasının olumlu etkilerinden kaynaklandığını düşündürmüştür. Nitekim kontrol grubunda müzikal zekâ puanlarında anlamlı bir sonuç çıkmaması müdahale grubuna uygulanan programın etkisi açısından önemli olduğu düşünülmüştür. Literatüre bakıldığında müzik dinlemenin akıcılık, çalışma belleği ve tanıma belleği gibi bilişsel becerileri geliştirdiği ifade edilmiştir (Criscuolo, Bonetti, Särkämö, Kliuchko ve Brattico, 2019). Ayrıca Meister ve ark. (2004) tarafından yapılan bir araştırmada öğrencilere müzik dinletilmiş ve müzik çalarken birinci motor korteks ve arka pariyatel korteks'in çift taraflı olarak aktif hâle geldiği belirtilmiştir. Müzik konusuyla ilgili yapılan başka bir araştırmada ise düzenli olarak müzik dinlemenin üst düzey algısal işlemeyi ve hassas duyu-motor koordinasyonunu etkilediği belirtmiştir (Uluğbay, 2013; Thompson, Moulin, Hayre ve Jones, 2006). Ayrıca life kinetik egzersizlerinin de nöral bağları güçlendirdiği ve öğrenme sürecini hızlandırdığı açıklanmıştır (Tejada, Schmitz ve Faro, 2017). Müdahale grubundaki

çocuklara 10 hafta boyunca düzenli olarak müzik eşliğinde life kinetik hareketlerinin uygulanması müzikal zekâyı olumlu yönde etkilediği düşünülebilir.

Sözel zekâ

Sözel zekâ alt boyutunda ön testler açısından kontrol ve müdahale grubu arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Sözel zekâ alt boyutunda son testler açısından da kontrol ve müdahale grubu arasında istatistiksel olarak yine anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Ancak müdahale grubunun ön test ve son test sonuçları kendi içinde karşılaştırıldığında sözel zekâda anlamlı bir farkın olması müzik eşliğinde uygulanan life kinetik egzersiz programının sözel zekâyı geliştirdiği yönünde bir sonuç ortaya koymaktadır. Nitekim kontrol grubunun ön test ve son testleri kendi içerisinde karşılaştırıldığında sözel zekâda anlamlı bir farklılığın bulunmaması bu yorumu desteklemektedir. Müdahale grubunun ön test ve son test sonuçları arasında anlamlı farkın çıkmasında müdahale grubuna dinletilen müziğin etkilerinden kaynaklanabileceğini göstermiştir. Yapılan literatür taramasında 20 gün boyunca düzenli olarak müzik dinleyen çocukların sözel zeka durumlarında gelişmiş performans sergilendiği belirtilmiştir (Moreno ve ark., 2011). Ayrıca araştırmada sözel zekadaki bu gelişmenin, yönetici işlevli bir görev sırasında işlevsel beyin esnekliğindeki değişikliklerden kaynaklandığı belirtilmiştir. Kraus ve Chandrasekaran (2010) müzik eğitiminin sözel hafızanın yanı sıra işitsel becerileri de geliştirdiğini belirtmişlerdir. Bu araştırma sonuçları düşünüldüğünde müzik dinlemenin beyni güçlendiren bir kaynak olduğu, bireysel gelişimin şekillenmesinde müziğin önemli olduğunu düşündürmüştür. Kontrol grubunun ön test ve son test sonuçlarında anlamlı bir farklılık çıkmasa da ortalama puanlarındaki artış düzenli olarak spor yapmanın sözel zekâyı geliştirici olumlu etkisi olabileceğini düşündürmüştür. Bayrak, Çeliksoy ve Çeliksoy (2005) düzenli olarak spor yapmanın sözel zekâyı etkilediğini belirtmişlerdir. Yine düzenli spor yapmanın insanlara zihinsel, psikolojik ve sosyal yönden olumlu etkilerinin olduğu da bildirilmiştir (Yıldız ve Çetin, 2018).

Görsel zekâ

Görsel zekâ alt boyutunda ön testler açısından kontrol ve müdahale grubu arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Bu şekilde her iki grubun ön testlerinde anlamlı bir fark bulunmaması kontrol ve müdahale grubunun görsel zeka açınsan benzer özellikler taşıdığını göstermiştir. Son testler açısından kontrol ve müdahale grubunun görsel zeka puanları arasında da istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Ortalama puanlara bakıldığında müdahale grubunun ön test ve son test sonuçları kendi içinde karşılaştırıldığında; başlangıçta 35 olan görsel zekâ puan ortalamasının 36 puan ortalamasına yükselerek ön test ve son testlerin puanları arasında anlamlı farklılık görülmesi, kontrol grubu kendi içerisinde ise ön test ve son test puanları arasında anlamlı bir farkın olmaması uygulanan life kinetik programının görsel zekâyı geliştirdiğini ortaya koymaktadır. Müdahale grubunda görsel zekâda anlamlı bir farkın çıkmasında uygulanan programın etkisi açısından önemli olduğu düşünülmüştür. Yapılan literatür incelemesinde görsel algılamının

diğer algılar içinde en etkili ve en güçlü olan algı olduğunu, duyu organları ile beyne gelen bilgilerin %80'lik kısmının görme organı aracılığı ile gerçekleştiği belirtmiştir (Erben, 2005). Karabay ve Geçen (2022) yaptığı çalışmada ise görsel zekânın geliştirilmesi için görsel uyarıcılarının etkin bir şekilde kullanılması gerektiğini belirtmişlerdir. Lutz (2014) sporcular üzerinde yapmış olduğu çalışmasında life kinetik hareketlerinin görsel egzersizler sonucunda göz sisteminin kalibrasyonu sağlanarak görsel algı düzeyinin geliştirilebileceğini belirtmiştir. Müdahale gruplarındaki çocukların görsel zeka puanlarının anlamlı bir şekilde yükselmesinde life kinetik hareketlerinin görsel algı durumunu olumlu yönde etkilemesinden kaynaklandığını düşündürmüştür. Kontrol grubundaki çocukların ön test ve son test sonuçlarında anlamlı bir fark çıkmasa da spor yapan çocukların spor yapmayan çocuklara göre görsel zeka puanlarının daha yüksek olduğunu bulan araştırma sonuçları olduğu da görülmüştür (Bozdağ ve Sarı 2021). Görsel zekayla ilgili yapılan bir çalışmada spor veya fiziksel aktivitenin görsel uzamsal yeteneklerin sürdürülmesinde önemli olduğu belirtilmiştir (Cereatti, Casella, Manganeli ve Pesce, 2009).

Doğacı zeka

Doğacı zekâ alt boyutunda hem ön testler hemde son testler açısından kontrol ve müdahale grupları karşılaştırıldığında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Ortalama puanlar göz önüne alındığında müdahale grubunun başlangıçta 35 olan doğacı zekâ puan ortalamasının 35 puan ortalamasında kalması, kontrol grubunda ise 33 ortalama puandan 34 puana yükselmesi müdahale grubuna uygulanan programın ve kontrol grubunun rutin tenis antrenmanlarına devam etmesinin doğacı zekâyı etkilemediğini göstermiştir. Ayrıca müdahale ve kontrol grubunun ön test sonuçlarında anlamlı bir farkın çıkmaması grupların benzerliği açısından her iki grubun homojen olduğu ortaya koymuştur.

Mantıksal zekâ

Mantıksal zekâ alt boyutunda ön testler açısından kontrol ve müdahale grubu arasında anlamlı bir farklılık olduğu sonucu bulunmuştur. Mantıksal zekâ alt boyutu son testler açısından kontrol ve müdahale grubu karşılaştırıldığında ise yine anlamlı bir farklılık olduğu bulunmuştur. Bu durum ortalama puanlarda göz önüne alındığında müdahale grubunun başlangıçta 36 olan mantıksal zekâ puan ortalamasının 42 puan ortalamasına anlamlı bir şekilde yükseldiği, kontrol grubunda ise 32 ortalama puandan 34 puana yükselse de bu yükselmenin anlamlı olmadığı görülmüştür. Bu durum literatürde yer alan spor yapma süresinin mantıksal zekâyı etkilediği (Bilir, Şahin ve Yıldırım, 2018; Ermiş, Ermiş ve İmamoğlu, 2018) bilgileriyle değerlendirildiğinde mantıksal zekâ ön test sonuçlarında müdahale grubu lehine anlamlı bir farkın çıkmasında çocukların tenis oynama süreleri üzerinde etkili olduğunu düşündürmüştür. Bu çalışmada müdahale ve kontrol gruplarındaki çocukların hobi amaçlı tenis oynama süreleri birbirine yakın olsa da müdahale grubundaki çocukların 6 aydan daha fazla tenis oynama durumu göz önüne alındığında bu sonucun ortaya çıkmasında etkili olabileceğini düşündürmüştür. Bu sonuç göz önüne

alındığında daha net veriler ve kesin sonuçlara ulaşmak için detaylı çalışmaların planlanmasının uygun olacağı düşünülmüştür. Ayrıca mantıksal zekâ son testler açısından kontrol ve müdahale grubu arasında da anlamlı bir farkın çıkması müzik eşliğinde uygulanan life kinetik egzersiz programının mantıksal zekâyı geliştirdiği yönünde bir sonuç ortaya koymaktadır. Bu sonucu destekleyen bir diğer güçlü nokta ise kontrol grubunun ön test ve son testleri kendi içerisinde karşılaştırıldığında anlamlı bir sonuç bulunmazken; müdahale grubunun ön test ve son test sonuçları kendi içinde karşılaştırıldığında ön test-son testler arasında mantıksal zekâda anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Literatüre bakıldığında müzik dinlemenin beyindeki işitsel korteks ve beynin duygu, hafıza ve motor koordinasyonla ilişkili bölümlerini olumlu yönde etkilediği belirtilmiştir (Jensen 2006; Sylwester, 1995). Erman (2003) yaptığı çalışmada müzik dinlenmek ile mantıksal zekâ arasında anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Life kinetik konusuyla ilgili yapılan çalışmalara bakıldığında life kinetiğin beynin hem sağ hemde sol yarım küresini anda anda çalıştırdığı için hafızayı ve genel sağlığı olumlu yönde etkilediği, beyinde yeni sinapsların oluşumunda ve beynin bağlanmayı sağlayan bölümlerinde bağlantıyı artırdığı ifade edilmiştir. Ayrıca life kinetiğin bireylerdeki performansı olumlu yönde etkileyebilmesi için düzenli olarak yapılması gerektiği belirtilmiştir (Dishman ve ark., 2006; Henryk, 2015 ;Peker, 2017; Novan ve ark., 2020; Komarudin, 2019; Thomas, 2012). Yapılan bu araştırmada müdahale grubundaki çocukların mantıksal zekâ puan artışında hem müziğin hemde life kinetik hareketlerinin mantıksal zekâ gelişiminde önemli olduğu görülmüştür. Düzenli olarak spor yapmanın; algı, dikkat, mantıksal ve yaratıcı düşünme, hafıza, analitik becerileri geliştirdiğini (Nazarenko, 2013) belirten çalışmalar göz önüne alındığında; 10 hafta boyunca rutin tenis antrenmanlarına devam eden çocukların spor yapıyor olmalarının mantıksal zeka gelişimleri için önemli olduğu düşünülmüştür.

Bedensel zeka

Bedensel zekâ alt boyutunda kontrol ve müdahale grubu arasında ön testler açısından anlamlı bir fark görülmezken son testlerde müdahale grubu lehine anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Bedensel zekâda ön testlerdeki anlamsız farkın son testlerde anlamlı bir farklılığa dönmesinde uygulanan programının bedensel zekâyı geliştirdiğini ortaya koymaktadır. Ancak hem müdahale grubunun ön test ve son testleri kendi içerisinde karşılaştırıldığında hemde kontrol grubunun ön test ve son testleri kendi içerisinde karşılaştırıldığında her iki grubun ön test ve son testleri arasında anlamlı bir farkın çıkmasında çocukların rutin tenis antrenmanlarına devam etmelerinin, spor yapıyor olmanın etkisi olduğunu göstermiştir. Ancak rutin antrenmanlara devam etmenin haricinde müdahale grubunun bedensel zeka puanlarının kontrol grubunun puanlarına göre daha fazla artması müdahale grubuna müzikli uygulanan life kinetik egzersiz programının bedensel zekâ puan artışında etkili olduğunu göstermiştir. Bu yorumu destekleyen bir diğer güçlü nokta bedensel zekâ alt boyutunda ön testler açısından kontrol ve müdahale grubu arasında anlamlı bir fark

görülmekle birlikte son testlerde anlamlı bir farkın olması müzik eşliğinde uygulanan life kinetik egzersiz programının bedensel zekâyı geliştirdiği yönünde bir sonuç ortaya koymaktadır. Literatür incelemesi yapıldığında sportif uygulama öncesi dinlenen müziğin sporcularda performansı olumlu yönde etkilediği belirtilmiştir (Çelik ve Karabilgin, 2022; Erdal, 2005). Ayrıca life kinetik egzersizlerinin de sporcularda; performans, hareket hızı ve nöromusküler aktivasyon ve bireylerde performans niteliklerini arttırdığının belirtilmesi müdahale grubundaki çocukların bedensel zekâ puan ortalamalarının artışında uygulanan programın etkili olduğunu düşündürmüştür (Vural, 2016; Yarım, Çetin ve Orhan, 2019). Yapılan çalışmalarda çocukların spor yapmaları veya düzenli spor yapmaları bedensel zekâ durumlarını etkilediği belirlenmiştir (Ermiş, Ermiş, ve İmamoğlu, 2018). Araştırma sonuçları literatür bilgileriyle incelendiğinde; her ne kadar spor yapmak bedensel zekâyı geliştiriyor olsa da daha yüksek ve verimli sonuçlar elde etmek adına müzikli uygulanan life kinetik egzersizlerinin spor programlarına dahil edilmesi önemli görülmüştür.

İşsel zekâ

İşsel zekâ alt boyutuna göre hem ön testlerde hemde son testlerde müdahale ve kontrol grupları arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Ancak müdahale grubunun ortalama puanları göz önüne alındığında başlangıçta 34 olan işsel zekâ puan ortalamasının 35 puan ortalamasına yükseldiği, kontrol grubunda ise 33 ortalama puandan 36 puana yükseldiği, hem müdahale hem de kontrol grubunun ön testleri ve son testleri arasındaki farkın anlamlı çıktığı görülmüştür. İşsel zekâ hem müdahale hem de kontrol grubunun kendi içerisinde ön test ve son test sonuçları arasında anlamlı bir farkın çıkmasında müdahale ve kontrol gruplarının düzenli olarak rutin tenis antrenmanlarına devam etmesinin etkili olduğu düşünülmüştür. Bu yorumu destekleyen bir diğer güçlü nokta ise işsel zekâ alt boyutunda hem ön testler hemde son testler açısından kontrol ve müdahale grubu arasında anlamlı bir farkın görülmemesi düzenli olarak spor yapmanın önemli olduğunu düşündürmüştür. Müdahale ve kontrol gruplarının işsel zekâ anlamlılık düzeylerinin birbirine yakın olması rutin tenis antrenmanlarına devam edilmesinin işsel zekâ gelişiminde önemli olduğunu ortaya koymuştur.

Sosyal zekâ

Sosyal zekâ alt boyutunda ön testler açısından kontrol ve müdahale grubu arasında müdahale grubu lehine anlamlı bir fark olduğu görülürken; son testlerde de müdahale grubu lehine anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Araştırmaya dahil edilen grupların benzerliğini gösteren ön test sonuçları incelendiğinde müdahale grubu lehine anlamlı bir farklılık görülse de son testlerde müdahale grubunun puanlarının kontrol grubuna göre daha fazla yükselmesi daha detaylı planlanmış çalışmaların yapılması gerektiğini düşündürmüştür.

Hem müdahale grubunu ön test ve son testleri kendi içerisinde karşılaştırıldığında hemde kontrol grubunu ön test ve son testleri kendi içerisinde karşılaştırıldığında müzik ve

life kinetik uygulamasının ve rutin tenis antrenmanlarına devam edilmesinin sosyal zekâyı etkilemediğini düşündürmüştür. Literatüre bakıldığında aynı yaş gruplarında çalışan kişilerin sosyal zekâ açısından önemli bir fark olduğunu göstermiştir (Promsri, 2014). Ayrıca Malik, Siddique ve Hussain (2018) sosyal zekânın bireyin yaşantısı veya kültürel anlamda farklılıklarından etkilenebileceğini belirtmişlerdir. Yapılan bu araştırmada gruplar her ne kadar birbirine denk olsa da müdahale grubundaki çocukların sosyal zekâ puan ortalamaları hem ön testlerde hemde son testlerde müdahale grubunun lehine çıkması çocuklardaki bireysel anlamdaki farklılıklardan kaynaklanabileceği, ancak kesin sonuçlara ulaşabilmek açısından detaylı çalışmaların yapılmasının önemli olduğu düşünülmüştür.

5.3. Uygulanan başarı motivasyon ölçeğinin ön test ve son test değerlerine ait bulguların tartışılması (paired sample t-testi)

Güç gösterme alt boyutunda hem ön testler hemde son testler açısından kontrol ve müdahale grupları karşılaştırıldığında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Ortalama puanlar göz önüne alındığında müdahale grubunun başlangıçta 36 olan güç gösterme puan ortalamasının değişmeden 36 puan ortalamasında kalması, kontrol grubunda ise 38 olan ortalama puanın 37 puana düşmesi müdahale ve kontrol gruplarını etkilemediğini göstermiştir. Bu araştırmada müdahale grubuna uygulanan müzik ve life kinetik programının ve kontrol grubunun rutin tenis antrenmanlarına devam etmesinin güç gösterme alt boyutunu etkilemediğini ortaya koymuştur. Ayrıca müdahale ve kontrol grubunun ön test sonuçlarında anlamlı bir farkın çıkmaması grupların benzerliği açısından her iki grubun homojen olduğu ortaya koymuştur.

Başarıya yaklaşma alt boyutunda hem ön testler hemde son testler açısından kontrol ve müdahale grupları karşılaştırıldığında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Ancak başarıya yaklaşma ön test ve son testler açısından her bir grup kendi içerisinde karşılaştırıldığında müdahale grubunun ön test ve son test puanları arasında anlamlı bir sonuç olduğu görülmüştür. Bu anlamlı sonucun çıkmasında uygulanan programının başarıya yaklaşma alt boyutunda etkili olduğunu ortaya koymuştur. Kontrol grubu ön test ve son testleri kendi içerisinde karşılaştırıldığında anlamlı bir sonucun çıkmaması da bu yorumu desteklemektedir. Yapılan literatür incelemesinde; life kinetik egzersizlerinin özgüven, motivasyon, başarı, takım içi iletişim, sportif performansı, rekabetçi davranış ve odaklanma gibi özellikleri geliştirdiği belirtilmiştir (Komarudin, Mulyana ve Novian, 2021; Cresswell ve Hodge, 2004; Vealey, 2001; Weinberg ve Gould, 2007). Ayrıca müziğin de; uyarılmayı, motivasyonu arttırdığı (Özgenel, 2018; Sezer, 2013) egzersiz sırasında müzik dinlemenin, psikolojik (yani, ruh hali, motivasyon) ve psikofizyolojik (yani, algılanan eforun oranı, uyarılma) değişiklikleri olumlu yönde etkilediği (Karow ve ark., 2020; Ballmann ve ark., 2021; Boutcher, 1990) belirtilmiştir. Kontrol grubundaki çocukların başarıya yaklaşma alt boyut puanları ön test ve son test sonuçları kendi içinde incelendiğinde her ne kadar anlamlı bir ilişki bulunmasa da spor yapmanın ve profesyonel olarak spor yapmanın başarıya

yaklaşma durumunu olumlu yönde etkilediği belirtilmiştir (Abakay ve Kuru, 2010; Duman, 2002; Turhan, 2009).

Başarısızlıktan kaçma alt boyutunda hem ön testler hemde son testler açısından kontrol ve müdahale grupları karşılaştırıldığında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Ortalama puanlar göz önüne alındığında müdahale grubunun başlangıçta 29 olan başarısızlıktan kaçma puan ortalamasının 29 puan ortalamasında kalması, kontrol grubunda ise 31 ortalama puandan 33 puana yükselmesi müdahale ve kontrol gruplarını etkilemediğini göstermiştir. Bu araştırma sonucunda hem müdahale grubuna müzikli uygulanan life kinetik programı hem de rutin tenis antrenmanlarının motivasyonun başarısızlıktan kaçma alt boyutunu etkilemediğini ortaya koymuştur. Ayrıca müdahale ve kontrol grubunun ön test sonuçlarında anlamlı bir farkın çıkmaması grupların benzerliği açısından her iki grubun homojen olduğunu ortaya koymuştur. Bu homojenlikte uygulanan programın etkisinin test edilmesinde dış faktörlerin etkisini düşürmesi bakımından önemli görülmüştür.

5.4. Sınırlılıklar

- Araştırmanın evreni, Sakarya ili, Karaman’ da bulunan Sakarya Tenis Spor Kompleksi ve Serdivan’da bulunan Sakarya Mavi Tenis Kulübü ile sınırlıdır.
- Gönüllü katılım gösteren 10-14 yaş aralığında hobi amaçlı tenis oynayan çocuklar ile sınırlıdır.
- Ölçekleri ve bilgi anketini doğru doldurmuş çocuklar ile sınırlandırılmıştır.
- Devam eden bir sakatlığı olmayan, fiziksel olarak spora elverişli olan çocuklar ile sınırlıdır.
- Müzik ve life kinetik uygulamaları tez süresi içerisinde 10 hafta ve haftada iki gün (Cumartesi ve Pazar) 15 dakika ile sınırlıdır.

6. SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırma, 10 hafta boyunca rutin tenis antrenmanlarına devam etmenin yanında müzik ve life kinetik uygulamasına katılan (müdahale grubu) ve sadece rutin tenis antrenmanlarına devam eden (kontrol grubu) 10-14 yaş aralığındaki hobi amaçlı tenis oynayan çocukların çoklu zeka ve motivasyon durumu ön test ve son test deneysel desene dayalı karşılaştırma yöntemi ile test edilmiştir.

Müzik ve life kinetik uygulaması çocukların çoklu zeka ölçeğinde; mantıksal, sözel, görsel, müzikal, içsel ve bedensel zekâ durumlarını etkilediği görülürken, sporda başarı motivasyon ölçeğinden ise sadece başarıya yaklaşma durumlarını etkilediği görülmüştür. Ayrıca çoklu zekâ ölçeğinde ön testler karşılaştırıldığında mantıksal zekâda ve sosyal zekâda, son test sonuçları karşılaştırıldığında ise müzikal, bedensel ve sosyal zekada müdahale grubundaki çocukların lehine anlamlı bir sonuç bulunmuştur.

Rutin tenis antrenmanlarına devam eden çocukların çoklu zekâ durumlarında ise içsel ve bedensel zeka alt boyutlarında anlamlı bir fark olduğu sonucuna varılmıştır. Müdahale ve kontrol gruplarındaki çocukların hem ön testte hemde son testte bağımsız t testi sonuçlarına göre sporda başarı motivasyon alt boyut puanlarında anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir.

Bu sonuçlar göz önünde bulundurularak aşağıdaki önerilerde bulunulmuştur.

1. Müzik ve life kinetik uygulamalarına katılan 10-14 yaş aralığındaki hobi amaçlı tenis oynayan çocukların çoklu zeka gelişimi ve sporda başarı motivasyon durumu hakkında bilgi alınabilir.

2. Rutin tenis antrenmanlarına devam eden 10-14 yaş aralığındaki çocukların çoklu zeka ve sporda başarı motivasyon durumu hakkında bilgi alınabilir.

3. Değişik ölçeklerle, hobi amaçlı tenis oynayan çocukların farklı zihinsel özellikleri üzerine müziğin ve life kinetik uygulamasının etkisi daha detaylı planlanmış çalışmalarla ölçülebilir.

4. Eğitim kurumlarında bu tür uygulamaların yapılması çocuk ve gençlerin psikososyal gelişim alanlarına katkı sağlayabilir.

5. Çocukların çoklu zekâ ve başarı motivasyonlarının geliştirilmesi açısından rutin tenis antrenmanlarına müzik dinleme ve life kinetik egzersizleri ilave edilebilir.

6. Müzik veya life kinetik uygulamalarının olumlu etkileri göz önüne alındığında bu konuyla ilgili seminerler ya da farkındalık projeleri yapılabilir.

7. Farklı spor branşlarında bu tür uygulamaların yapılması sonucunda çocukların zihinsel ve motivasyon durumu hakkında bilgi alınabilir.

7. KAYNAKLAR

Abakay, U., & Kuru, E. (2010). Profesyonel ve amatör futbolcuların statü değişkeni açısından başarı motivasyonu farklılıkları. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 4(3), 186-191.

Adıbelli, İ. (1990). *Dinlenmekte olan müzik türlerinin sosyo-kültürel farklılıklar açısından bir çözümlenmesi (sivas ili ilçe merkezi örneklemeinde)*. Yüksek Lisans Tezi. Sivas: Cumhuriyet Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Akkuş, B.Ç. (2019). *İlkokul 3. Ve 4. Sınıf öğrencilerinin saldırganlık, duygusal zeka ve doğum sıraları arasındaki ilişki*. Yüksek Lisans Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Erciyes Üniversitesi. Kayseri.

Aktaş, Z., Çobanoğlu, G., Yazıcılar, İ., & Nihal, E. (2006). Profesyonel basketbolcularda spora özgü başarı motivasyon düzeyinin cinsiyetler açısından karşılaştırılması. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 4(2), 55-59.

Aktuğ, Z. B., Uğurlu, F. M., Yetiş, Ü., Dündar, A., & Murathan, F. (2014). Investigating success motivation levels of sporters in football branch with regards to certain variables. *International Journal of Science Culture and Sport*, (1), 375-390. doi: 10.14486/IJSCS108

Angı, Ç. E. (2013). Müzik kavramı ve türkiye’de dinlenen bazı müzik türleri. *İdil Sanat ve Dil Dergisi*, 2(10), 59-81.

Altan, M. (1999) *Çoklu zeka kuramı*, İnönü Üniversitesi, Eğitim Fakültesi.

Arık, İ. A. (1996). *Motivasyon ve heyecana giriş*. İstanbul: Çantay Kitabevi, (s 318).

Armstrong, T. (1994). Multiple Intelligence in the Classroom. Alexandria, VA: Association for Supervision and Curriculum Development.

Ataman, G. (2001). *İşletme Yönetimi Temel Kavram ve Yeni Yaklaşımlar*, İstanbul.

Attali, J. (2005). *Gürültüden Müziğe*. (Çev: G. G. Türkmen). İstanbul: Ayrıntı Yayınları

Avcı P. (2018). *Spor bilimleri fakültesi ile diğer fakülte öğrencilerinin çoklu zeka alanları ve problem çözme becerilerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi*. Yüksek Lisans tezi, Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.

Aydın, B. (2007). *Fen bilgisi dersinde içsel ve dışsal motivasyonun önemi*. Yüksek Lisans Tezi, Yedi Tepe Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Babacan, T. (2012). *Sınıf öğretmeni adaylarının üstbilişsel okuma stratejileri ile çoklu zekâ alanları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Sivas: Cumhuriyet Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sivas.

Bağcı, H. (2009). *Eşlik desteğinin armoni ve solfej eğitimindeki başarı düzeyine etkisi* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Ballmann, C. G., Cook, G. D., Hester, Z. T., Kopec, T. J., Williams, T. D., & Rogers, R. R. (2021). Effects of preferred and non-preferred warm-up music on resistance exercise performance. *Journal of Functional Morphology and Kinesiology*, 6(1), 3.

Bayrak, Ç., Çeliksoy, M. A., & Çeliksoy, S. (2005). Beden eğitimi ve spor yüksekokullarındaki öğrencilerin çoklu zekâ kuramına ilişkin zekâ profilleri ve uygulanan yetenek giriş sınavları ile ilişkisi, 10-11 Haziran, Bursa: 4. Ulusal Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Sempozyumunda Sunulmuş Bildiri.

Beck, J. S. (2005). *Cognitive therapy for challenging problems: What to do when the basics don't work*. New York: Guilford Press.

Bilecen, F. (2008). *İşletmelerde motivasyon ve çalışanların motivasyonunu etkileyen faktörlerin belirlenmesi*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi, İstanbul.

Bilir, F. P., Şahin, N., & Yıldırım, A. (2018). Çoklu zeka alanları ve algılanan liderlik davranışları ilişkisi: hokey sporcuları örneği. *Balkan and Near Eastern Journal of Social Sciences Balkan ve Yakın Doğu Sosyal Bilimler Dergisi*, 04(03), 115-122.

Bora, M. V. (2013). *Beden eğitimi öğretmeni ve sporcu öğrenciler arasındaki iletişimin, sportif başarı motivasyonu ile ilişkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Şanlıurfa.

Boutcher, S. H., & Trenske, M. (1990). The effects of sensory deprivation and music on perceived exertion and affect during exercise. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 12(2), 167-176.

Boyar, A. (2016). *Shoulder proprioception in male tennis players between ages 14-16*. Yüksek Lisans Tezi. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Bozdağ, B., & Sarı, H. G. (2021). Lise öğrencilerinin çoklu zekâ alanları ve sporda yaşam becerilerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 4(1), 130-144.

Bümen, N. T. (2005). *Okulda çoklu zekâ kuramı*. Ankara: Pegem A Yayıncılık.

Büyükyavuz, S. (2015). *Liderlik stillerinin çalışan motivasyonuna etkisi (konya sağlık kuruluşları çalışanları örneği)*. Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Can, Y., Güven, H., Soyer, F., & Demirel, M. (2009). Elit taekwondo sporcularında aile-antrenör-kulüp desteği ve başarı motivasyonu arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 7(1).

Cengiz, E. (2009). *ARCS motivasyon modelinin fen ve teknoloji dersinde öğrencilerin başarısına ve öğrenmenin kalıcılığına etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.

Cengiz, Ş., & Pulur, A. (2008). 12 haftalık futbol eğitiminin 8-10 yaş grubu çocukların bedensel-kinestetik ve müzik zekâ gelişimi üzerine etkisi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2(3), 165-173.

Cereatti, L., Casella, R., Manganelli, M. & Pesce, C. (2009). Ergenlerde görsel dikkat: Spor uzmanlığının ve akut fiziksel egzersizin kolaylaştırıcı etkileri. *Spor ve Egzersiz Psikolojisi*, 10 (1), 136-145.

Chan, M.F., Chan, E.A., & Mok, E., (2010), Effects of music on depression and sleep quality in elderly people: a randomised controlled trial, *Complementary Therapies in Medicine*, 18, 150-159.

Cherry, K. (2011). Theories of intelligence . Retrieved from <http://psychology.about.com/od/cognitivepsychology/p/intelligence.ht>

Cresswell, S., & Hodge, K. (2004). Coping skills: Role of trait sport confidence and trait anxiety. *Percept Mot Skills*. 98(2): 433-8.

Criscuolo, A., Bonetti, L., Särkämö, T., Kliuchko, M., & Brattico, E. (2019). On the association between musical training, intelligence and executive functions in adulthood. *Frontiers in Psychology*, 10, 1704.

Çamurcu, S.N. (2007). *İlköğretim ikinci kademe öğrencilerin çoklu zekâ alanlarına yönelik dağılım düzeylerinin tespit edilmesi*, (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Karadeniz Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Trabzon.

Çelik, Ç., & Karabilgin, B. N. (2022). Müziğin sporcular üzerindeki etkilerinin incelenmesi. *Düzce Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 2(1), 38-44.

- Çinkılıç, İ., & Soyer, F. (2013). Beden eğitimi öğretmen adaylarının çoklu zekâ alanları ile problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Spor Yönetimi ve Bilgi Teknolojileri Dergisi*, 8(1):4-16.
- Çuhadar, C.H., (2006). *Müziksel Zekâ. Ulusal Müzik Eğitimi Sempozyumu Bildirisi*, Pamukkale Üniversitesi, 26-28 Nisan, Denizli.
- Day, R.F., Lin, C.H., Huang, W.H., & Chuang, S.H. (2009). Effects of music tempo and task difficulty on multi-attribute decision-making: An eye-tracking approach. *Computers in Human Behavior*, 25(1), 130–143.
- Deckers, L. (2018). *Motivation: Biological, psychological, and environmental*. London: Routledge.
- Demirakca, T., Cardinale, V., Dehn, S., Ruf, M., & Ende, G. (2016). The exercising brain: changes in functional connectivity induced by an integrated multimodal cognitive and wholebody *Coordination Training*. *Hindawi Publ Corp*. 1(1):1–11.
- Demirel, Ö., Başbay, A. & Erdem, E. (2006). *Eğitimde çoklu zekâ: Kuram ve uygulama*. Ankara: Pegem A Yayıncılık.
- Demirtaş, S., & Şişman, Ö. (2021). İlköğretim 7. sınıf müzik dersinde şarkıların piyano eşlikli öğretilmesinin öğrenci kazanımlarına etkileri: Denizli ili örneği. *Atatürk Üniversitesi Güzel Sanatlar Enstitüsü Dergisi*, 27(47), 309-321.
- Denig, S. (2004). Multiple intelligences and learning styles: Two complementary dimensions. *Teachers College Record*, 106/1. Available from: <http://www.tcrecord.org/PrintContent.asp?ContentID=11513> (Accessed 3 October 2005).
- Dereli, T. (1981). *Organizasyonlarda Davranış*, İstanbul: Ar Yayın Dağıtım.
- Dishman, R. K., Berthoud, H. R., Booth, F. W., Cotman, C. W., Edgerton, V. R., Fleshner, M. R., & Zigmond, M. J. (2006). Neurobiology of exercise. *Obesity*, 14(3), 345-356.
- Dion, M. J. (2006). *The impact of workplace incivility and occupational stress on the job satisfaction and turnover intention of acute care nurses*. University of Connecticut.
- Doğan, Y. (2007). İlköğretim çağındaki 10-14 yaş grubu öğrencilerinin gelişim özellikleri. *Uludağ Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 8(13), 155-187.
- Duda, H. (2015). Application of life kinetic in the process of teaching technical activities to young football players. *Antropomotoryka. Journal of Kinesiology and Exercise Sciences*, 71(25):51-61, 2015.
- Duman, S. (2002). *Türkiye 1. Liglerinde mücadele eden futbol, hentbol ve voleybol takımlarının (bayan-erkek) başarı motivasyonu farklılıkları ve sportif tecrübe dağılımlarının başarı motivasyonlarına etkisi*, Yüksek Lisans Tezi, Kırıkkale Üniversitesi, Kırıkkale.
- Dur, B. (2014). *Lise öğretmenlerinin motivasyon düzeyi ve motivasyon düzeyi ile okul kültürü arasındaki ilişki*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Aydın Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Duran, Ş. (2007). *9.10. 11 yaşındaki çocukların zihinsel gelişim ve benlik saygısına ailenin sosyo-ekonomik düzeyinin etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Elmacioğlu, T. (1998). *Başarıda aile faktörü*, İstanbul: Hayat Yayınları.
- Er, N., Çobanoğlu, G., Er, G., Zekioğlu, A., & Yazıcılar, İ. (2003). Sporda başarı motivasyonunun cinsiyetler açısından analizi. *Beden Eğitimi ve Sporda Sosyal Alanlar Kongresinde sunulmuş Poster Bildiri, Ankara*, 10(11).
- Erben, S. (2005). *Montessori materyallerinin zihin engelli ve işitme engelli çocukların alıcı dil gelişiminde görsel algı düzeyine etkisi*. Yüksek Lisans Tezi (basılmamış), Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.

- Erdal, G. (2005). Sporda performansın artırılmasında müziğin etkisi. 4. *Ulusal Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Sempozyumu*, 10(11).
- Erdoğan, G. (2013). *Bireysel çalgısıyla canlı müzik yapan ve yapmayan müzik bölümü öğrencilerinin çalgılarındaki başarı durumları*, Yüksek Lisans Tezi, Cumhuriyet Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sivas.
- Eren, E. (2001). *Örgütsel Davranış ve Yönetim Psikolojisi*, Genişletilmiş 7. Baskı, İstanbul: Beta Basım Yayım Dağıtım.
- Eri, E. (2018). Futbol altyapı sporcularında algılanan ebeveyn tutumları ile başarı motivasyonu arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Eurasian Research in Sport Science*, 3(2), 80-92.
- Erman, A. (2003). *İlköğretim 4. sınıf öğrencilerinin çoklu zekâ türlerindeki dağılım ve düzey ölçümlerinin müziksel zekâ ile karşılaştırmalı olarak incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi Ankara: Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Ermış, E., Ermiş, A., & İmamoğlu, O. (2018). The relationship of sports and multi intelligence in adult student. *Electronic Turkish Studies*, 13(18), 589-598.
- Eroğlu, F. (2004). *Davranış Bilimleri*. İstanbul: Beta Basım Yayım.
- Eroğlu, Ş. (2018). *Elit güreşçiler ile farklı branşlardaki sporcuların başarı motivasyonunun incelenmesi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kahramanmaraş.
- Ertan, T. F. (2017). Çoklu zekâ kuramı ve askeri okul hayatının Atatürk'ün liderliğine etkileri. *Atatürk Yolu Dergisi*, 15(60).
- Filiz, Z. (2010). Üniversite öğrencilerinin sosyalleşmesinde spora katılımın değerlendirilmesi. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 4(3), 192-203.
- Fleetham, M. (2014) *Pocket Pal: Multiple Intelligences*, London, Bloomsbury Education.
- Furnham, A., Hosoe, T., & Tang, T. L. P. (2001). Male hubris and female humility? A crosscultural study of ratings of self, parental, and sibling multiple intelligence in America, Britain, and Japan. *Intelligence*, 30(1), 101-115.
- Gardner, H. (1983). *Zihin çerçeveleri, çoklu zeka kuramı*. İstanbul: Alfa Yayınları.
- Gardner, H. (1993). *Multiple Intelligences: The Theory in Practice - A Reader*. New York: Basic.
- Gardner, H. (1997). Multiple intelligences as a partner in school improvement. *Educational Leadership*, 55(1), 20-21.,
- Gardner, H. (2010). *Zihin Çerçeveleri Çoklu Zekâ Kuramı*. (Çev. Ebru Kılıç), İstanbul: Alfa Yayınları.
- Gardner, H., (1999). *Çoklu Zekâ: Görüşmeler ve Makaleler*. İstanbul: Enka Okulları Vakfı.
- George, J. M., & Jones, G. (2012). *Understanding and managing organizational behavior*. New Jersey: Prentice Hall 6th Edition.
- Goleman, D. (1995). *Duygusal zeka*. (Çev. B.S. Yüksel). İstanbul: Varlık Yayınları.
- Gould, D., & Carson, S. (2010). The relationship between perceived coaching behaviors and developmental benefits of high school sports participation. *Hellenic Journal Of Psychology*, 7(1), 298-314.
- Gökçe, G. (1999). Kamu kurumlarında iş görenlerin motivasyonu üzerine bir araştırma. *Süleyman Demirel Üniversitesi İ.İ.B.F. Dergisi*, 2(4), 16-22.

- Grünke, M. (2011). Die Effekte des Life Kinetik-Trainings auf die Aufmerksamkeits-und die Fluide Intelligenzleistung von Kindern mit gravierenden Lernproblemen. *Heilpädagogische Forschung*, 37(1), 2-12.
- Gül, E. (2007). *Eğitimde çocuk başarısı için okul-aile işbirliği*. Yüksek Lisans Tezi. Yeditepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Gülünay, Y. I., & Savas, S. (2022). An investigation of the effects of intelligence type and physical activity participation level on foreign language learning achievement in university preparatory class students. *International Online Journal of Education and Teaching*, 9(1), 69-84.
- Güllü, M., & Tekin, M. (2009). Spor lisesi öğrencileri ile genel lise öğrencilerinin çoklu zekâ alanlarının karşılaştırılması. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3(3), 247-258.
- Günay, E. (2006). *Müzik Sosyolojisi Sosyolojiden Müzik Kültürüne Bir Bakış*. (1. Basım). İstanbul: Bağlam Yayıncılık.
- Güney, S. (2007), *Yönetim ve Organizasyon* (2.Basım). Ankara: Nobel Yayınları.
- Hargreaves, D. J., Comber, C., & Colley, A. (1995). Effects of age, gender, and training on musical preferences of British secondary school students. *Journal of Research in Music Education*, 43(3), 242-250.
- Henryk, D. (2015). Application of life kinetik in the process of teaching technical activities to young football players. *J Kinesiol Exerc Sci*.71(25):53–63.
- Heper, E., Koca, C., Ertan, H., Kale, M., Terek, S., Karabudak, E., & Ertan, H. (2012). *Spor Bilimleri ile İlgili Kavramlar ve Sporun Tarihsel Gelişimi*. Spor Bilimlerine Giriş (1. Baskı, ss. 11–12). Eskişehir: Anadolu Üniversitesi.
- Herzberg, F. (2005). The motivation-hygiene theory. Organizational behavior one: Essential theories of motivation and leadership, *ME Sharpe Inc, New York*, 2(4), 61-74.
- Hoyo, D. (2016). "Effects of 10-week eccentric overload training on kinetik parameters during change of direction in football players." Science and Medicine in Football, *Journal of Sports Sciences*, vol. 34(14).
- İlter, İ. (2019). *Ortaokulda okuyan aktif atletizm sporcularının yaratıcılık ve çoklu zeka alanlarıyla olan ilişkilerinin araştırılması*, Yüksek Lisans Tezi Amasya, Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Amasya.
- İmamoğlu S. H. (2009). Spor sponsorluğuna ilişkin hukuki düzenleme üzerine bir değerlendirme. *Ankara Üniversitesi Hukuk Fakültesi Dergisi*, 58(1), 63-96.
- İzci, E., Kara, A., & Dalaman, F. (2007). Dershane öğrencilerinin çoklu zeka kuramı açısından. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 21(21), 1-14.
- Jenkins, J.S. (2001). Mozart etkisi. *Kraliyet Tıp Derneği Dergisi*. 94(4), 170-172.
- Jensen, E. (2006). *Beyin uyumlu öğrenme* (Çev: A. Doğanay), Adana: Nobel Yayınevi.
- Jones, M. I., & Lavallee, D. (2009). Exploring the life skills needs of british adolescent athletes. *Psychology of sport and Exercise*, 10(1), 159-167.
- Jones, K. M. (2006). Teaching of Ballet: The Application of Multiple Intelligence Theory in Ballet Training. *Dance/Diversity/Dialogue: Bridging Communities and Cultures*, 220.
- Kabapınar, Y. (2014). *Kuramdan Uygulamaya Sosyal Bilgiler Öğretimi*. Ankara: Pegem Akademi.
- Kantar, H. (2013). *İşletmede motivasyon*. İstanbul: Kum Saati.
- Kaplan, A. (2005). *Kültürel müzikoloji*, İstanbul: Bağlam Yayınları.

- Kaplan, R. S., & Steele, A. L. (2005). An analysis of music therapy program goals and outcomes for clients with diagnoses on the autism spectrum. *Journal of Music Therapy*, 42(1), 2-19.
- Karabay, Ö., & Geçen, F. (2022). Sanat eğitimi kapsamında atık ve artık materyallerle görsel belleği güçlendirilen çocuğa “görsel düşünme” yetisinin kazandırılması özet. *Cilt/Volume 6 Sayı/Issue 1 Temmuz/July*, 66.
- Karagüven, M. H. Ü., & Hülya, M. (2015). Empati ve sosyal zeka. *International Journal of Social Science*, 34, 187-197.
- Karow, M. C., Rogers, R. R., Pederson, J. A., Williams, T. D., Marshall, M. R., & Ballmann, C. G. (2020). Effects of preferred and nonpreferred warm-up music on exercise performance. *Perceptual and Motor Skills*, 127(5), 912-924.
- Kaya, N. (2016). *Lisanslı tenis sporcularının tenis sporuna başlama nedenleri, beklentileri ve beklentilerinin önündeki engellerin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Burdur.
- Keskin, A. (2009). *Oyunların çocukların çoklu zekâ alanlarının gelişimine etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Kenra, M. (1987). *Psychology In Business*, London: Theory and Applications.
- Kimura, D. (2002). Sex differences in the brain (revision of 1999 paper). *Scientific American*, 12, 32-37.
- Koçel, T. (2010). *İşletme Yöneticiliği*. Ankara: Arıkan Yayınları.
- Komarudin, K., & Awwaludin, N.P. (2018). Life kinetik training in improving the physical condition of football athletes. 3rd International Conference on Sport Science, Health, and Physical Education, *Advances in Health Sciences Research*, 11(2), 36-45.
- Komarudin, K., Mulyana, B., & Novian, G. (2021). The effect of life kinetik training models to improve self-confidence in team and individuals athletes. *The Open Psychology Journal*, 14(1).
- Komarudin, M. (2019). Life kinetic training in improving the cognitive functions. In 2nd International Conference on Sports Sciences and Health 2018 (2nd ICSSH 2018) (pp. 107-110). New York: Atlantis Press.
- Korkmaz, H. (2001). Çoklu zekâ kuramı tabanlı etkin öğrenme yaklaşımının öğrenci başarısına ve tutumuna etkisi. *Eğitim ve Bilim Dergisi*, 26(119).
- Kraus, N., & Chandrasekaran, B. (2010). İşitsel becerilerin gelişimi için müzik eğitimi. *Nature, Nörobilimi Dergisi*, 11 (8), 599-605.
- Kulbak, H. (2019). *Öğretmenlerin mesleki gelişime yönelik motivasyonları ve mesleki gelişimleri önünde algıladıkları engeller: bir karma yöntem araştırması*, Yüksek Lisans Tezi, Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Çanakkale.
- Küçüközkan, Y. (2015). Liderlik ve motivasyon teorileri: kuramsal bir çerçeve. *Uluslararası Akademik Yönetim Bilimleri Dergisi*, 1(2): 86-115.
- Lazear, D. (1999). Multiple Intelligence Approaches to Assessment – Solving the Assessment Conundrum (Revised) . Chicago: Zephyr.
- Locke, L. A., & Latham, G. P. (2002). Building a practically useful theory of goal setting and task motivation. *American Psychologist*, 57 (9), 705-717.
- Loori, A. (2005). MultipleIntelligences: A Comparativestudybetweenthepreferencesof malesandfemales, socialbehaviorandpersonality, *SocietyForPersonality Research(Inc)*. 33 (1), Ss. 77–78.

- Luecke, R. (2008). *Performans Yönetimi*. (Çev. Aslı Özer) İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.
- Lunenburg, F. C. (2011). Goal-setting theory of motivation. *International Journal of Management, Business, and Administration*, 15 (1), 1-5.
- Lutz, H. (2010). *Fußball spielen mit life kinetik*. Münih: Blv buchverlag gmbh.
- Lutz, H. (2014). *Life Kinetik*. Gehirntraining durch Bewegung. 1–111 p
- Lutz, H. (2017). *Perform Better with Life Kinetik Life*. New York: Kinetik Presentation NSCAA Convention.
- Manhas, T. (2019). Relationship between socio economic variables and multiple intelligences of school students: a review study. *International Journal of Research and Analytical Reviews*, 6(2), 863-866.
- Malik, M. A., Siddique, F., & Hussain, S. N. (2018). Exploring the development of social intelligence of students during university years. *Pakistan Journal of Education*, 35(1), 43-58.
- Maslow, A. H. (1943). Preface to motivation theory. *Psychosomatic Medicine*, 5(1), 85-92.
- Mavi, S., Tuncel, S., Tuncel, F., & Akdemir, B. (2011). Ankara’da yaşayan insanların spor yapma ve yapmama nedenleri. *Uluslararası Hakemli Akademik Sosyal Bilimler Dergisi*, 3(2), 36-42.
- Meneviş, İ., & Özad, B. E. (2014). Do age and gender influence multiple intelligences?. *Social Behavior and Personality: An international journal*, 42(1), 9S-19S.
- Meister, I. G., Krings, T., Foltys, H., Boroojerdi, B., Müller, M., Töpper, R., & Thron, A. (2004). Playing piano in the mind—an fMRI study on music imagery and performance in pianists. *Cognitive Brain Research*, 19(3), 219-228.
- Moorhead, G., & Griffin, R. W. (1989). *Organizational Behavior* (2. Press), ABD: Houghton Mifflin Company.
- Moreno, S., Bialystok, E., Barac, R., Schellenberg, E. G., Cepeda, N. J., & Chau, T. (2011). Short-term music training enhances verbal intelligence and executive function. *Psychological science*, 22(11), 1425-1433.
- Moyers, T. B., & Rollnick, S. (2002). A motivational interviewing perspective on resistance in psychotherapy. *Journal of Clinical Psychology*, 58(2), 185-193.
- Mullins, L.J. (2002). *Management and organizational behavior*. UK: PrenticeHall Sixth Edition.
- Nasser, R., Singhal, S., & Abouchedid, K. (2008). Gender differences on self-estimates of multiple intelligences: a comparison between indian and lebanese youth. *Journal of Social Sciences*, 16(3), 235-243.
- Nazarenko, L. D. (2013). The role of intelligence in sport. *Theory and practice of physical culture*, (10), 2.
- Novan, N. A., Hidayah, N., Erawan, B., Komarudin, K., Awwaludin, P. N., & Mustaqim, R. (2020). Implementation of life kinetic mental training method in order to improve the competency of coaches in psychological training for athletes. In 4th International Conference on Sport Science, Health, and Physical Education (ICSSHPE 2019) (pp. 256-259). Atlantis Press.
- Nuhoglu, S. (2007). *İlköğretim ikinci kademe öğrencilerinin çoklu zeka alanlarına yönelik dağılım düzeylerinin tespit edilmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Onaran, O. (1981). *Çalışma Yaşamında Güdüleme Kuramları*. Ankara: Sevinç Matbaası.
- Oral, S., & Kuşluyan, Z. (1997). “Motivasyon konusunda oluşturulan yaklaşımlar ve işletmelerde motivasyon artırmaya yönelik olarak kullanılan araçlar”, *Verimlilik Dergisi*, Ekim, ss. 93-116.

- Önen, S. M., & Kanyran, H. G. (2015). Liderlik ve motivasyon: kuramsal bir değerlendirme. *Birey ve Toplum Dergisi*, 5(10), ss.43-63.
- Özbey, E. (2010). *Okul öncesi 6 yaş grubu çocuklarının öğrenme performanslarının artırılmasında müzik eğitiminin bilişsel süreçlerde etkisinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Özdemir, E., & Coşkun, S. (2018). Müzik dinleme etkinliklerinin ilköğretim öğrencilerinin akademik başarısına etkisi. *İlköğretim Online*, 17(1), 57-69.
- Özer, P., & Topaloğlu, T. (2012). *Motivasyon ve Motivasyon Teorileri, İçinde: Liderlik ve Motivasyon Geleneksel ve Güncel Yaklaşımlar*, Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Özgenel, P.E. (2018). *Şizofreni hastalarında müzik terapinin depresyon, işlevsellik, genel psikopatoloji klinik parametreleri üzerine etkileri*. Yüksek lisans tezi. Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Özhun, Ö. (2002). *Askerlik döneminin, gençliğin müzikal beğenisine etkileri*. Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Gazi Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Özkalaycı, Ö. (2015). *Pediyatrik dantel girişimlerde müzik dinletilmesinin sedasyon gereksinimi ve düzeyine etkisi*. Yüksek lisans tezi. Başkent Üniversitesi, Ankara.
- Paksoy, M. (2002). *Çalışma Ortamında İnsan ve Toplam Kalite Yönetim*. İstanbul: Çantay Kitabevi.
- Pattullo E. (2002). *Health Clubs and Leisure Centres: 2002 Market Report*. UK: Key Note Ltd.
- Pekdemir, D, Z. & Akyol. K. A. (2011). Farklı Türdeki ilköğretim okullarına devam eden beşinci sınıf öğrencilerinin çoklu zeka alanlarının incelenmesi, *Kuramsal Eğitimbilim*, 4 (1), 154-163.
- Peker, A. T. (2014). *Life kinetik antrenmanlarının koordinatif yetenekler üzerine etkisi*, Yüksek Lisans Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Pelatihan, K. (2016). Brain Jogging untuk meningkatkan konsentrasi, motivasi, dan hasil belajar keterampilan tenis. Hibah PPKBK UPI tahun.
- Phillips, S. L. (2003). Contributing Factors to Music Attitude in Sixth-, Seventh-, and Eighth-Grade Students. Doctoral Dissertation, The University of Iowa, Iowa, USA.
- Pietsch, S., Böttcher, C. & Jansen, P. (2017). Cognitive motor coordination training improves mental rotation performance in primary school-aged children. *Mind, Brain and Education*, 11(4); 176-180.
- Pluim, B. M, Staal, J. B, Marks, B. L, Miller, S. & Miley, D. (2007). Health benefits of tennis. *British Journal of Sports Medicine*, 41(11), 760-768.
- Pogonowski, L.M. (1985). Attitude assessment of upper elementary students in a process-oriented music curriculum. (Electronic version). *Journal of Research in Music Education* 33(4), 247-257.
- Polat, D., Biçer, M., & Güner, B. (2019). Spor bilimleri alanında özel yetenek sınavına giren adayların çoklu zekâ alanlarının incelenmesi. *Journal of History School (JOHS)*.
- Promsri, C. (2014). *An empirical study on social intelligence of Thai employees in a private organization*. Proceeding of Eurasia Business Research Conference, 16-18 June 2014, Nippon Hotel, Istanbul, Turkey.
- Radocy R E., & Boyle D. J. (2003). *Psychological Foundations of Musical Behavior*, Illinois: Charles C. Thomas Publisher, LTD.
- Saban, A. (2001). *Çoklu zekâ teorisi ve eğitim*. Ankara, Nobel Yayın Dağıtım.
- Saban, A. (2005). *Çoklu Zeka Teorisi ve Eğitim*, 5.Basım, Nobel Yayın Dağıtım, Ankara, Şubat.
- Sabuncuoğlu, Z. & Tüz, M. (1998). *Örgütsel Psikoloji*. Ezgi Kitabevi, Bursa.38.

Salanova, A., & Kirmanen, S. (2010). Employee satisfaction and work motivation – research in prismamikkeli. *Mikkeli University of Applied Sciences*.

Sancaklı, C. (2002). *Lisanslı tenis sporcularının sosyo-ekonomik düzeylerinin analizi (istanbul ili ted ve enka spor klübü uygulaması)*. Yüksek Lisans Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya Üniversitesi, Sakarya.

Sarı, H. G. (2021). *Sportif faaliyetlere katılan lise öğrencilerinin zeka boyutlarının yaşam becerilerinin incelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Malatya Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Malatya.

Say, A. (2002). *Müzik Sözlüğü*. Ankara: Müzik Ansiklopedisi Yayınları.

Schwartz, A. (2006). *Motivation: Linking Performance to Goals*. Waverley, MA: A.E. Schwartz & Associate.

Seker, S.E. (2015). *Motivasyon Teorisi*. Yönetim Bilişim Sistemleri Ansiklopedisi içinde (c. 2(1), ss. 22-26.

Selanik, C. (1996). *Müzik Sanatının Tarihsel Serüveni*. Ankara: Doruk Yayıncılık.

Selen, U. (2012). *İşletmelerde Önce İnsan*. İstanbul: Çatı Yayınları.

Sezer, F. (2013). Professionals working in the field of psychological counseling views on the music therapy Psikolojik danışma alanındaki uzmanların müzik terapisine ilişkin görüşleri. *Journal of Human Sciences*, 10(2), 219-232.

Sharon, L. (2011). The Effects of Music on Student Psychology. Web site: http://www.eric.ed.gov/ERICWebPortal/search/detailmini.jsp?_nfpb=true&_ERICExtSearch_SearchValue_0=ED519172&ERICExtSearch_SearchType_0=no&accno=ED519172 adresinden 10 Aralık 2011 tarihinde edinilmiştir.

Sözer, V. (2014). *Müzik Terimleri Sözlüğü*, Remzi Kitabevi 2. Baskı İstanbul.

Sunarti, V., & Zukdi, I. (2019). The influence of the number of family members to children's multiple intelligences of students of 'aisyiyah kindergarten padang. In *1st Non Formal Education International Conference (NFEIC 2018)* (pp. 126-129). Atlantis Press.

Sternberg, R. J. (1985). *Beyond IQ: A Triarchic Theory of Human Intelligence*. New York: Cambridge University Press.

Sylwester, R. (1995). *A Celebration of Neurons an Educator's Guide to the Human Brain*. Virginia: Association for Supervision and Curriculum Development.

Şahin, A. (2004). Yönetim ve motivasyon ilişkisi. *Selçuk Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 11(3), 523 – 547.

Şen, Y. (2006). Okulöncesi dönemde, çocuğun gelişiminde müziğin önemi. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 7(1), 337-343.

Şentürk, B., & Yazıcı, A. G.(2020). Sporcuların çoklu zeka düzeylerinin farklı değişkenler açısından incelenmesi: ordu ili örneği. *uluslararası egzersiz psikolojisi dergisi*, 2(1), 36-48

Şimşek, M. Ş. Çelik, A. (2019). *Yönetim ve Organizasyon* (21. Baskı). Konya: Eğitim Yayınevi.

Talu, N. (1999). Çoklu zekâ kuramı ve eğitime yansımaları. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 15(15).

Tarman, S. (1998). Çoklu zeka kuramı ve zekanın yedi türü, *Yaşadıkça Eğitim Dergisi*, Sayı.58, İstanbul, s.13.

Tejada, J., Schmitz, H. & Faro, A. (2017). Life Kinetik'in nörobilim ve eğitim açısından bir bakış açısı geliştirme yöntemi: Teorik bir analiz. *Araştırma Eğitimi Gözden Geçirin*, 55 (45), 127-151.

Tekdemir, R. (2022). *11-12 yaş tenisçilerde life kinetik egzersizlerinin motorik özelliklere ve tenis becerilerine etkisi*, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.

Tekin, M. (2007). *Beden eğitimi ve spor yüksek okullarında öğrenim gören öğretmen adaylarının çeşitli değişkenlere göre çoklu zeka alanlarının incelenmesi*. 5. Ulusal Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Sempozyumu, 02-03 Kasım Adana.

Tekin, M. (2009). Ferdi ve takım sporlarında erkek ve kız sporcuların farklı zekâ tiplerindeki seviyelerinin karşılaştırılması.

Tekin, M., & Taşgın, Ö. (2008). Orta öğretimde öğrenim gören spor yapan ve yapmayan öğrencilerin yaratıcılık ve çoklu zeka alanları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, s. 2(3), 206-214.

Tevrüz, S., Erdem, G., & Bozkurt. T. (2012). *Davranışlarımızdan Seçmeler-Örgütsel Yaklaşım*. 3. Ankara: Nobel Yayıncılık.

Thurstone, L. L. (1973). Primary mental abilities. In *The measurement of intelligence* (pp. 131-136). Springer, Dordrecht.

Thompson, R. G., Moulin, C., Hayre, S., & Jones, R. W. (2006). Music enhances category fluency in healthy older adults and Alzheimer's disease patients. *Exp. Aging Res.* 31, 91–99. doi: 10.1080/03610730590882819

Thomas, M. (2012). The effect of different movement exercises on cognitive and motor abilities. *Advances in Physical Education*, 2(04), 172.

Tiryaki, Ş., & Gödelek, E. (1997). *Spora özgü başarı güdülenmesi ölçeğinin Türk sporcuları için uyarlanması*. I. Uluslararası Spor Psikolojisi Sempozyumu, 10–12/Ekim, Mersin.

Turhan, M. (2009). *Profesyonel futbolcularda depresyon düzeyi, anksiyete düzeyi ve kişilik özellikleri ile sporda başarı motivasyonu arasındaki etkileşimin incelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Turhan, M. Ö. & Karayol, M. (2022). Examination of the relationship between music and success motivation in sports, *International Journal of Eurasian Education and Culture* , 7(17), 1171-1201.

Türkmen, M., Zekioğlu, A., Yıldız, K., & Göral, M. (2013). Antrenörlerin spora özgü başarı motivasyonlarının karşılaştırılması. *Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi*, 6(3), 51-62.

Uluğbay, S. (2013). Müzik eğitiminin çocuk zekâsına olan etkileri. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 21(3), 1025-1034.

Ural, O. (2008) *futbolda takım performansına etki eden motivasyonel faktörlerin belirlenmesine yönelik bir uygulama (gençlerbirliği spor kulübü örneği)*, 61, Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Üstun, Ü. D., , Acet, M., Ersoy, A. (2016). Sporcular için spora özgü başarı motivasyonu: yaz spor okulundan bir örnek. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, (49), 115-123.

Ülker , A., (2002). *Organizasyonlarda motivasyon ve bir uygulama. İnönü üniversitesi*, Yüksek Lisans Tezi, İnönü Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Malatya.

Vatansever, H. (2015). Sınıf yönetiminde öğrenci motivasyonu ve motivasyonu etkileyen etmenler. *International Periodical For The Languages*, 10(3), 1079- 1100.

Vealey, R.S., (2001). *Understanding and enhancing self-confidence in athletes*. New York: RNS.

Villamizar, C. D., Arenas, C. G., Bustamante, F. O., & Moyeda, I. G. (2020). The effect of listening to loud music in the performance of three higher-level cognitive functions.

- Vroom, V.H. (1964). *Work and motivation*. New York: John Wiley & Sons.
- Vural, B. (2005). Öğrenci Merkezli Eğitim ve Çoklu Zeka. (Üçüncü Baskı). İstanbul: Hayat Yayıncılık.
- Vural, M.U. (2016). *Life kinetik antrenmanlarının genç basketbolcularda denge, reaksiyon süresi ve dikkat üzerine etkisi*. Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Ankara.
- Weinberg, R. S., & Gould, D. (2017). *Foundations of sport and exercise psychology*. New York: Human kinetics.
- Wienecke, E., & Nolden, C. (2010). Auswirkungen von Life Kinetik auf die Cortisolausschüttung und Herzfrequenz während psychischen Stress situationen (hier: Wettkampf) und der Koordination am Beispiel Leistungssport Golf. Saluto– Kompetenzzentrum für Gesundheit und Fitness in Deutschland, Halle/Westfalen.
- Willingham, D.T. (2006). Reframing the mind: a response to Howard Gardner] . Available from: <http://www.educationnext.org/unabridged/20043/willingham.pdf> (Accessed 2 August 2006).
- Willis, D.J. (1982). Three scales to measure sport related motives. *Journal of Sport Psychology*, 4, 338-353.
- Yaman, A. (2017). *Toplam kalite yönetimi uygulamaları ile iş gören motivasyonunun iş tatmini üzerine etkilerinin incelenmesi: bir devlet hastanesinde araştırma*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yarım, İ., Çetin, E., & Orhan, Ö. (2019). Life kinetiğin performans sporcuları üzerine etkileri. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 4(2), 181-186.
- Yaylacı, G. Ö. (2006). *Kariyer yaşamında duygusal zeka ve iletişim yeteneği: " diyalog ve duyguları yönetmek"*. İstanbul: Hayat Yayıncılık.
- Yener, S. & Öztürk, E. (2008). İlk ve orta öğretim kurumlarında şiddetin önlenmesinde müzik eğitiminin önemi, ataturk üniversitesi, *Güzel Sanatlar Fakültesi Dergisi*, 14 (5), 111-115.
- Yeşil, A. (2016). Liderlik ve motivasyon teorilerine yönelik kavramsal bir inceleme. *Uluslararası Akademik Yönetim Bilimleri Dergisi*, 2(3), 158-180.
- Yıldırım, A. (2021). *Life kinetik ve psikolojik beceri antrenmanlarının hokey beceri ve psikolojik değişkenler üzerine etkisinin incelenmesi*. Adana Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Adana.
- Yıldırım, K. (2006). Çoklu zeka kuramı destekli kubaşık öğrenme yönteminin ilköğretim 4. Sınıf öğrencilerinin matematik dersindeki başarılarına etkisi. *Ahi Evran Üniversitesi Kirehir Eğitim Fakültesi Dergisi (KEFAD)* 7(2), 301-315.
- Yıldız, E., & Çetin, Z. (2018). Sporun psiko-motor gelişim ve sosyal gelişime etkisi. *Hacettepe University Faculty of Health Sciences Journal*, 5(2), 54-66.
- Yılmaz, G., & Fer, S. (2003) Çok yönlü zeka alanlarına göre düzenlenen öğretim etkinliklerine ilişkin öğrencilerin görüşleri ve başarıları. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 25, 235-245.
- Yörükoğlu, A. (2002). *Çocuk Ruh Sağlığı*. İstanbul: Özgür Yayınları.
- Yücel, T. S. (2021). Muhasebe derslerindeki akademik başarı ile çoklu zeka alanları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Muhasebe ve Finansman Dergisi*, (89), 45-74
- Yüksel, Z., & Çeliköz, N. (2021). İlkokul öğrencilerine yönelik çoklu zekâ ölçeği: geçerlilik ve güvenirlik çalışması. *Akdeniz Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 4(1), 154-174.
- Zimmerhan, L., Nieveen J., & Barnason, S. (1996). The effects of music interventions on postoperative pain and sleep in coronary artery bypass graft (CABG) patients. *Research and Theory for Nursing Practice*. 10(2): 15.

8. ÖZGEÇMİŞ



EKLER

EK-1. Kişisel Bilgi Formu

BİLGİ ANKETİ

1. BÖLÜM SOSYO-DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

Sayın Katılımcı,

Bu araştırma, müzik ve life kinetik ile desteklenen tenis antrenmanlarının 10-14 yaş grubu çocukların çoklu zeka ve motivasyon durumu üzerine etkisini incelemek amacıyla yapılmaktadır. Uygulanan ölçekler ön test ve son test tekrar edileceği için sağlıklı analiz yapabilmek için ölçeklere isminizi yazmanız, ya da bir rumuz kullanmanız gerekecektir. İlk uygulamada kullandığınız aynı isim veya rumuzu son test uygulamasında yazmanız gerekecektir. Bu nedenle unutmayacağınız bir isim veya rumuz kullanmanız önemlidir. İsmınızı yazmanız durumunda da çalışmalar gizlilik esasına dayalı olduğu için, doldurduğunuz ölçekler araştırmacıda saklı kalacak. Bu ölçekleri sadece araştırmacılar görecektir. Cevaplar toplam veri olarak herhangi bir isim yer almadan değerlendirilecektir. Sonuçlar, tez çalışması olarak yayın haline getirilecektir. Araştırma süresince kimliğiniz gizli kalacaktır. Herhangi bir yerde isminize yer verilmeyecektir. Bu anketi içten ve eksiksiz doldurarak yapacağınız katkı için teşekkür ederiz.

1-Adınız ve Soyadınız: _____

2.Yaşınız: _____

3.Cinsiyet Kadın () Erkek ()

4.Ailenizin toplam aylık geliri: _____

5. Kaçınıcı Sınıfta Okuyorsunuz: _____

6. Ailenizdeki Toplam Birey Sayısı: _____

7. Sportif Uygulama Öncesinde Müzik Dinleme Şiddetiniz:

Müzik Dinlemiyorum ()-----Yüksek Şiddet ()-----Düşük ve Orta Şiddet ()

8. Ne Zamandan Beri Tenis Sporunu Yapmaktasınız:-----6 Ay'dan az ()-----6 Ay ve üzeri ()-----

7. Sportif Uygulama Öncesinde Hangi Sıklıkla Müzik Dinlersiniz:

Her zaman ()-----Hiç ()-----Nadiren ()

EK-2. Sporda Başarı Motivasyonu

	Aşağıdaki ifadeleri dikkatlice okuyarak katılma derecenizi, her bir ifadenin karşısında yer alan derecelendirme seçeneklerinden uygun olanını (X) işareti koyarak belirtiniz. Lütfen hiçbir ifadeyi boş bırakmayınız.	Hiçbir Zaman	Bazen	Çok Az	Oldukça Fazla	Her Zaman
1	Takım arkadaşlarım oyundaki mücadeleçiliğime saygı duyarlar.	1	2	3	4	5
2	Maçtan hemen önce gergin oluyorum ve olduğum yerde duramıyorum.	1	2	3	4	5
3	Takım arkadaşlarımı oyuna ısındırma becerisine sahibim.	1	2	3	4	5
4	Zor bir antrenman anında çalıştırıcının takdiri bana zorluğu unutturur	1	2	3	4	5
5	Diğerleri beni önde gelen bir yarışmacı olarak görmüyorlar.	1	2	3	4	5
6	İyi bir oyun çıkartmak heyecan veriyor.	1	2	3	4	5
7	Takım arkadaşlarım liderlik yeteneğime saygı duyarlar.	1	2	3	4	5
8	İzleyiciler varken daha iyi oynadığımı düşünüyorum.	1	2	3	4	5
9	Takım arkadaşlarım kadar sert ve dayanıklı görünmüyorum.	1	2	3	4	5
10	Takım arkadaşlarım iş bitiriciliğimi ve kararlılığımı beğeniyor.	1	2	3	4	5
11	Diğer oyuncuların eğitilmesi için çok çaba gösteriyorum.	1	2	3	4	5
12	Spordaki geçmiş başarılarımdan söz etmeyi sevmiyorum.	1	2	3	4	5
13	Takım lideri olmaktan hoşlanıyorum	1	2	3	4	5
14	Maçta kendimi oyuna öylesine veriyorum ki geçici olarak gerçekte bağlantımı yitiriyorum.	1	2	3	4	5
15	Kaybedilen bir maçtan sonra uyumakta güçlük çekiyorum.	1	2	3	4	5
16	Bir maçı kazanınca kendimi çok tatmin olmuş hissediyorum.	1	2	3	4	5
17	Bir maçtan önce sakin olmak benim için çok zor.	1	2	3	4	5
18	Yeteneklerini geliştirmek için fazladan antrenman yapan sporcuları takdir ediyorum.	1	2	3	4	5
19	İnsanların maç sırasında beni izlemelerinden hoşlanıyorum.	1	2	3	4	5
20	Sporda başarılı olmayı istiyorum.	1	2	3	4	5
21	Benimle aynı düzeyde olan birisiyle mücadele ederken kazanmaktan çok kaybederim.	1	2	3	4	5
22	Kaybetmek beni gereğinden fazla etkiliyor.	1	2	3	4	5

	Aşağıdaki ifadeleri dikkatlice okuyarak katılma derecenizi, her bir ifadenin karşısında yer alan derecelendirme seçeneklerinden uygun olanını (X) işareti koyarak belirtiniz. Lütfen hiçbir ifadeyi boş bırakmayınız.	Hiçbir Zaman	Bazen	Çok Az	Oldukça Fazla	Her Zaman
23	Sporda başarılı olmak için yıl boyu çalışmayı isterim.	1	2	3	4	5
24	Amacım bir spor dalında önde gelen biri olmaktır.	1	2	3	4	5
25	Maç sırasında, maçı verebilecek bir hata yaparsam kendime gelmem biraz zaman alır.	1	2	3	4	5
26	İyi bir sporcu olmak benim için önemli değildir.	1	2	3	4	5
27	Bazen, maçı kaybettiğimizde günlerce bunu kendime dert ederim.	1	2	3	4	5
28	Bir maçtan hemen sonra karnıma ağrılar girer.	1	2	3	4	5
29	Sportif kapasitemi beğenmiyorum.	1	2	3	4	5
30	Çok yetenekli rakiplere karşı daha iyi oynadığımı sanıyorum.	1	2	3	4	5
31	En iyisini yapmak için çok çaba sarf ederim.	1	2	3	4	5
32	Birisiyle maç hakkında konuşurken heyecanlanıyorum.	1	2	3	4	5
33	Tanınmak umuduyla spor branşında çok çalışıyorum.	1	2	3	4	5
34	Bir hata yaptığımda maçın geri kalan bölümünde bu beni çok üzüyor.	1	2	3	4	5
35	Bir takım arkadaşımın oynamasına yararlı olacak önerilerde bulunmaktan hoşlanıyorum.	1	2	3	4	5
36	Başkaları için güç bulduğum bir görevin bana verilmesinden zevk duyuyorum.	1	2	3	4	5
37	Bir maçtan önce olacakları kendime çok dert etmiyorum.	1	2	3	4	5
38	Sezon dışında sporu unutmaktan hoşlanıyorum.	1	2	3	4	5
39	Maçtan önceki gece uyumakta güçlük çekiyorum.	1	2	3	4	5
40	Başarıya açılan yol, şanstın çok daha fazla çalışmadan geçer.	1	2	3	4	5

EK-3. Çoklu Zekâ Alanları Değerlendirme Ölçeği Sporda Başarı Motivasyonu

1= Hiç uygun değil 2= Çok az uygun 3 = Kısmen uygun 4= Oldukça uygun 5 = Tamamen uygun (M)	Hiç uygun değil	Çok az uygun	Kısmen uygun	Oldukça uygun	Tamamen uygun
1. Makinelerin nasıl çalıştığına dair sorular sorarım.	1	2	3	4	5
2. Aritmetik problemleri kafamdan hesaplarım.	1	2	3	4	5
3. Matematik ve fen derslerinden hoşlanırım.	1	2	3	4	5
4. Satranç ve benzeri strateji oyunları severim.	1	2	3	4	5
5. Mantık bulmacalarını, beyin jimnastiğini severim	1	2	3	4	5
6. Bilgisayarda oyunlardan çok hoşlanırım.	1	2	3	4	5
7. Deneylerde, yeni denemeler yapmaktan hoşlanırım.	1	2	3	4	5
8. Arkadaşlarıma oranla daha somut düşünebilirim.	1	2	3	4	5
9. Matematik oyunlarından hoşlanırım.	1	2	3	4	5
10. Sebep-sonuç ilişkilerini kurmaktan zevk alırım.	1	2	3	4	5
11. Resimlerden çok yazılar dikkatimi çeker.	1	2	3	4	5
12. İsimler, tarihler, yerler konusunda belleğim iyidir.	1	2	3	4	5
13. Kitap okumayı severim.	1	2	3	4	5
14. Bilmecelerden, kelime oyunlarından hoşlanırım.	1	2	3	4	5
15. Dinleyerek daha iyi öğrenirim.	1	2	3	4	5
16. Yaşıma göre kelime hazinem iyidir.	1	2	3	4	5
17. Yazı yazmaktan hoşlanırım.	1	2	3	4	5
18. Kelimeleri doğru şekilde telaffuz ederim.	1	2	3	4	5
19. Öğrendiğim yeni kelimeleri kullanmayı severim.	1	2	3	4	5
20. Sözel tartışmalarda başarılıyım.	1	2	3	4	5
21. Renklere karşı çok duyarlıyım.	1	2	3	4	5
22. Harita, tablo türü materyalleri daha kolay algılarıım.	1	2	3	4	5
23. Arkadaşlarıma oranla daha çok hayal kurarım	1	2	3	4	5
24. Resim yapmayı ve boyamayı çok severim.	1	2	3	4	5
25. Yap-boz lego gibi oyunlardan hoşlanırım.	1	2	3	4	5
26. Daha önce gittiğim yerleri kolayca hatırlarım.	1	2	3	4	5
27. Bulmaca çözmekten hoşlanırım.	1	2	3	4	5
28. Rüyalarımı çok net ve ayrıntılarıyla hatırlarım.	1	2	3	4	5
29. Resimli kitapları daha çok severim.	1	2	3	4	5
30. Kitaplarıma, defterlerime diğer materyalleri çizerim.	1	2	3	4	5
31. Şarkıların melodilerini rahatlıkla hatırlarım.	1	2	3	4	5
32. Güzel şarkı söylerim.	1	2	3	4	5
33. Müzik aleti çalar ya da çalmayı severim	1	2	3	4	5
34. Müzik derslerini çok severim.	1	2	3	4	5
35. Ritmik konuşur yada hareket ederim.	1	2	3	4	5
36. Farkında olmadan mırıldanırım.	1	2	3	4	5
37. Çalışırken elimle ya da ayağımla ritim tutarım.	1	2	3	4	5

1= Hiç uygun değil 2= Çok az uygun 3 = Kısmen uygun 4= Oldukça uygun 5 = Tamamen uygun (M)	Hiç uygun değil	Çok az uygun	Kısmen uygun	Oldukça uygun	Tamamen uygun
38. Çevremdeki sesler çok dikkatimi çeker.	1	2	3	4	5
39. Çalışırken müzik dinlemek çok hoşuma gider.	1	2	3	4	5
40. Öğrendiğim şarkıları paylaşmayı severim.	1	2	3	4	5
41. Hayvanlara karşı çok meraklıyım.	1	2	3	4	5
42. Doğaya karşı duyarsız olanlara kızarım.	1	2	3	4	5
43. Evde hayvan besler ya da beslemeyi severim.	1	2	3	4	5
44. Bahçede toprakla ya da bitkilerle oynamayı çok severim.	1	2	3	4	5
45. Bitki beslemeyi severim.	1	2	3	4	5
46. Çevre kirliliğine karşı çok duyarlıyım.	1	2	3	4	5
47. Bitki ya da hayvanlarla ilgili belgesellere ilgi duyarım.	1	2	3	4	5
48. Mevsimlerle ve iklim olaylarıyla çok ilgiliyim.	1	2	3	4	5
49. Değişik meyve ve sebzelere karşı ilgiliiyimdir.	1	2	3	4	5
50. Doğa olaylarıyla ilgili çok ilgiliyim.	1	2	3	4	5
51. Arkadaşlarımla oyun oynamayı severim.	1	2	3	4	5
52. Çevremde bir lider olarak görünürüm.	1	2	3	4	5
53. Problemi olan arkadaşlarıma öğüt veririm.	1	2	3	4	5
54. Arkadaşlarım fikirlerime değer verir.	1	2	3	4	5
55. Organizasyonların vazgeçilmez elemanıyım.	1	2	3	4	5
56. Arkadaşlarıma bir şeyler anlatmaktan çok hoşlanırım.	1	2	3	4	5
57. Arkadaşlarımı sık sık ararım.	1	2	3	4	5
58. Arkadaşlarımla sorunlarına yardımcı olmaktan çok hoşlanırım.	1	2	3	4	5
59. Çevremdekiler benimle arkadaşlık kurmak ister.	1	2	3	4	5
60. İnsanlara selam verir, hatır sorarım.	1	2	3	4	5
61. Koşmayı atlamayı ve güreşmeyi severim.	1	2	3	4	5
62. Oturduğum yerde durmam, kımıldanırım.	1	2	3	4	5
63. Düşüncelerimi mimik-davranışlarla ifade ederim.	1	2	3	4	5
64. Bir şeyi okumak yerine yaparak öğrenmeyi severim.	1	2	3	4	5
65. Merak ettiğim şeyleri elime alarak incelemek isterim.	1	2	3	4	5
66. Boş vakitlerimi dışarıda geçirmek isterim.	1	2	3	4	5
67. Arkadaşlarımla fiziksel oyunlar oynamayı severim.	1	2	3	4	5
68. El becerilerim gelişmiştir.	1	2	3	4	5
69. Sorunlarımı anlatırken vücut hareketlerimi kullanırım.	1	2	3	4	5
70. İnsanlara ve eşyalara dokunmaktan hoşlanırım.	1	2	3	4	5
71. Bağımsız olmayı severim.	1	2	3	4	5
72. Zayıf yanlarımı severim.	1	2	3	4	5
73. Yalnız çalışmayı daha çok severim.	1	2	3	4	5
74. Yalnız oynamayı severim.	1	2	3	4	5
75. Yaptığım işleri arkadaşlarımla paylaşmayı severim.	1	2	3	4	5
76. Yaptığım işlerin bilincindeyim.	1	2	3	4	5
77. Pek kimseye akıl danışmam.	1	2	3	4	5
78. Kendime saygım yüksektir.	1	2	3	4	5
79. Yoğun olarak uğraştığım bir ilgi alanım hobim vardır.	1	2	3	4	5
80. Yardım istemeden kendi başıma ürünleri ortaya koyarım.	1	2	3	4	5

EK-4. Sakarya Tenis Akademisi İzin Yazısı

Sakarya Tenis Akademisi Spor Kompleksi

Prof. Dr. Elif Karag n sorumluluğunda yürütülecek olan “Müzik ve Life Kinetik ile Desteklenen Tenis Antrenmanlarının 10-14 Yaş Grubu Çocukların Çoklu Zeka ve Motivasyon Durumu  zerine Etkisi” isimli araştırma projesinin uygulama kısmının Sakarya Tenis Akademisi Spor Kompleksinde yürütülmesi uygundur.

05.01.2022

İmza
Adı, Soyadı
Unvanı
Birim yetkilisi

EK-4. Sakarya Mavi Tenis Akademisi İzin Yazısı

SAKARYA MAVİ TENİS AKADEMİSİ

Prof. Dr. Elif Karag n sorumluluğunda yürütülecek olan “Müzik ve Life Kinetik ile Desteklenen Tenis Antrenmanlarının 10-14 Yaş Grubu  ocukların  oklu Zeka ve Motivasyon Durumu  zerine Etkisi” isimli araştırma projesinin uygulama kısmının Serdivan Mavi Tenis Kulübü’nde yürütülmesi uygundur.

4.1.2022

EK-5. Çocuklara Uygulanan 10 Haftalık Life Kinetik Programı

1. Hafta –Müzik ve life kinetik uygulaması

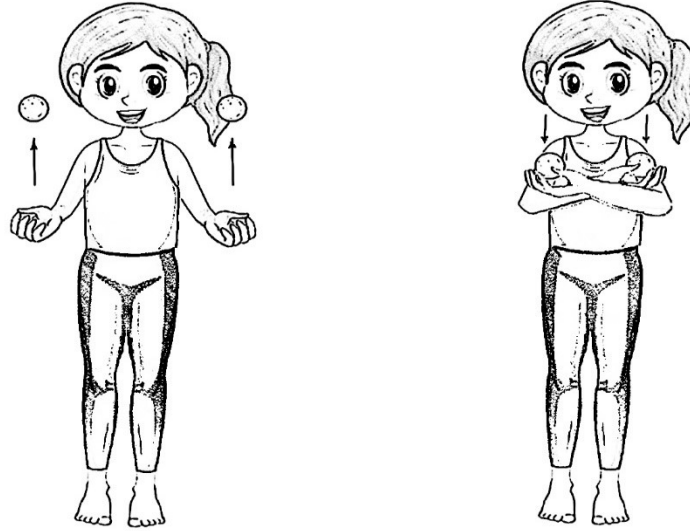
Egzersiz protokolünün uygulandığı günler: Cumartesi-Pazar

Uygulama süresi: 15 dakika

Tekrar sayısı: Hareket otomatik hale gelene kadar uygulanmıştır.

1. Ellerimizde ki topları paralel olarak havaya atıp çapraz yakalama egzersizi

1. **Hareket:** Sesli olarak ikişer ikişer ya da üçer üçer sayı sayma (2-4-6 veya 3-6-9).
2. **Hareket:** Ekleyerek sayı sayma (Örneğin; 1 ile başlayıp daima 3'er ekleyin 1-4-7-10)
3. **Hareket:** Alfabetik olarak harf sayma (A-B-C)
4. **Hareket:** Top ile ikinci temasınızdan sonra son olarak söylediğiniz harf ile başlayan bir kelime söyleyin (A-Ağaç, B- Balık, C-Cam)
5. **Hareket:** Bir önceki örnekte olduğu gibi ancak bu kez kelimeleri belli bir kategoriden seçin. (Ülkeler, şehirler, meyveler, sebzeler)
6. **Hareket:** Bu kez de bir harf, bir rakam olarak değiştirerek sayın. (1-A, 2-B, 3-C)



Şekil 6.1. Eldeki topları düz atıp çapraz yakalama egzersizi

2. Hafta –Müzik ve life kinetik uygulaması

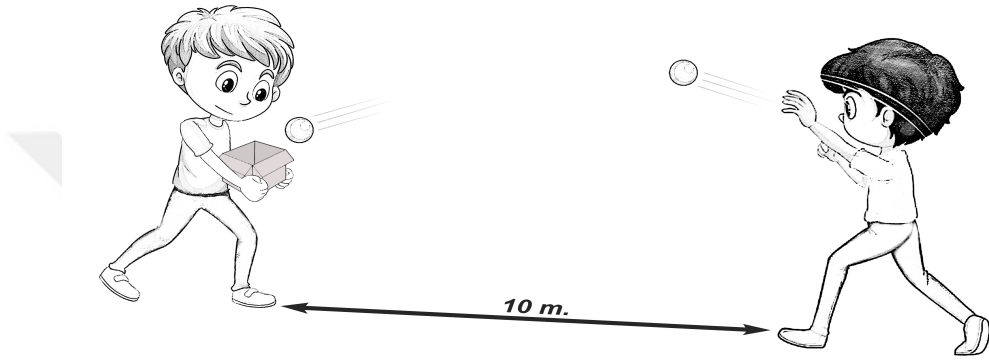
Egzersiz protokolünün uygulandığı günler: Cumartesi-Pazar

Uygulama süresi: 15 dakika

Tekrar Sayısı: Hareket otomatik hale gelene kadar uygulanmıştır.

2. Gözler kapalı hedefe top atma egzersizi (iki elle)

Egzersiz uygulaması esnasında iki çocuk aralarında 5-10 metre olacak şekilde karşılıklı olarak pozisyon almışlardır. Çocuklardan birisi elinde 10x10 cm boyutlarında bir kutu tutmuş diğer çocuk ise eldeki küçük toplarını fırlatarak kutunun içine sokmaya çalışmıştır. Atış yapan çocuk her atışından önce gözlerini açıp kutuya bakmış gerekli atış mesafesini ve rotasını zihninde belirledikten sonra gözlerini kapatarak atışını gerçekleştirmiştir.



Şekil 6.2. Gözler kapalı hedefe top atma egzersizi

3. Hafta –Müzik ve life kinetik uygulaması

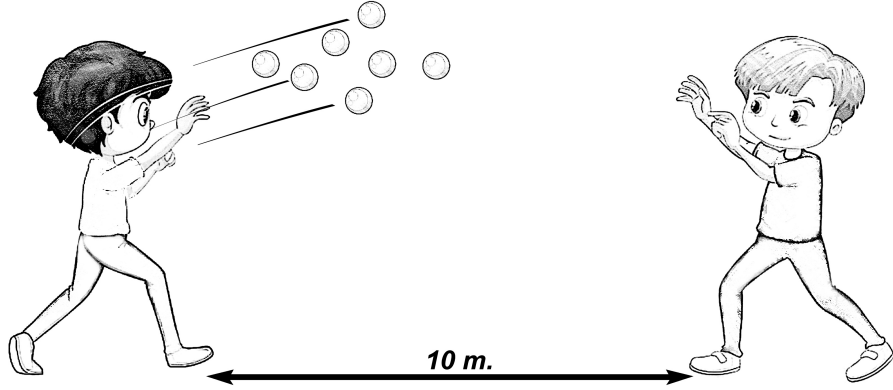
Egzersiz protokolünün uygulandığı günler: Cumartesi-Pazar

Uygulama süresi: 15 dakika

Tekrar sayısı: Hareket otomatik hale gelene kadar uygulanmıştır.

3.Hedef topu yakalama egzersizi

Çocuklar yine aralarında 10 metre mesafe olacak şekilde pozisyon alırlar. Çocukların birinde 2 tane çift olacak şekilde renkli bir tane de tek olan renkli top vardır. Diğer çocuk ise 10 metre mesafede sırtı dönük olarak bekler. Topları tutan çocuğun dönmesiyle sırtı dönük olarak bekleyen çocuk dönüş yapar ve döndüğü anda komut veren çocuk elindeki topları havaya fırlatır. Dönüş yapan çocuk kendine doğru gelen toplardan çift olmayıp tek olanı yakalar.



Şekil 6.3. Hedef topu yakalama egzersizi

4. Hafta –Müzik ve life kinetik uygulaması

Egzersiz protokolünün uygulandığı günler: Cumartesi-Pazar

Uygulama süresi: 15 dakika

Tekrar sayısı: Hareket otomatik hale gelene kadar uygulanmıştır.

4.Çemberde top oyunu

Bu life kinetik hareketi 5 ile 12 kişi arası yapılabilir. Çocuklar aralarında bir metre mesafe olacak şekilde yuvarlak oluşturmuşlardır. Çocuklardan birisi elindeki yeşil topu grup içindeki arkadaşlarından birine atarken kendi ismini söylemiştir. Daha sonra gruptaki çocuklardan yeşil top alınıp mavi top verilmiştir. Mavi top hangi çocuğun elindeyse topu attığı kişinin ismini söylemiştir. Gruptaki çocuklardan mavi top alındıktan sonra çocuklara kırmızı top verilmiştir. Kırmızı top ise gruptaki çocuklardan hangisindeyse topu birine atarken o kişinin topu kime atacağını söylemiştir. Hareketinin en son aşamasında ise bu renkli toplar grup içindeki (yeşil, mavi ve kırmızı) çocuklara verilmiş ve renkli topların durumlarına göre isimler söylenilmiştir.



Şekil 6.4. Çemberde top egzersizi

5. Hafta –Müzik ve life kinetik uygulaması

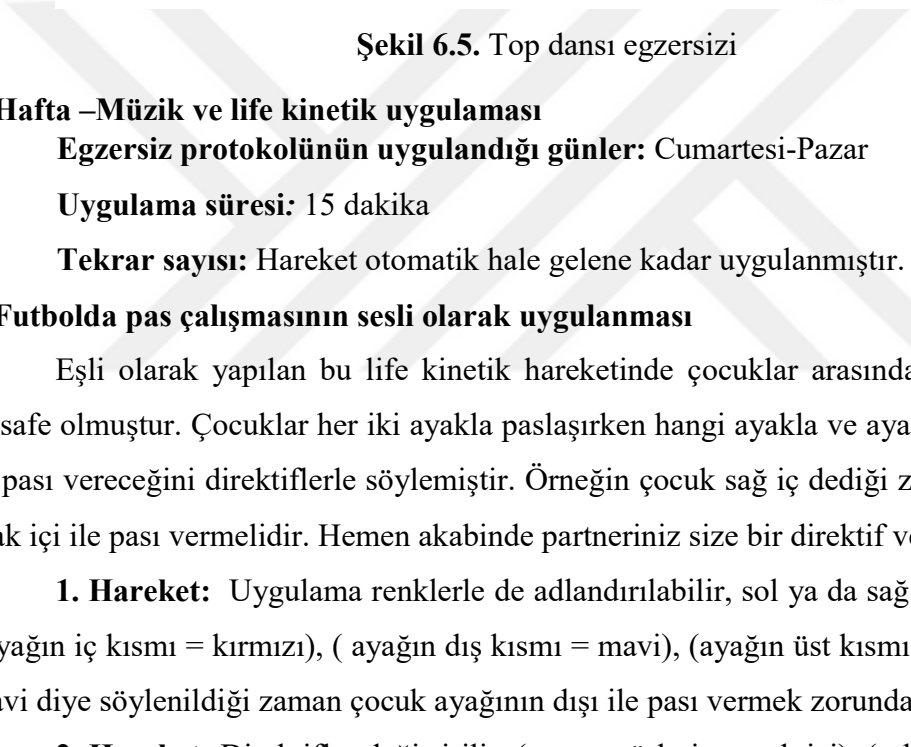
Egzersiz protokolünün uygulandığı günler: Cumartesi-Pazar

Uygulama süresi: 15 dakika

Tekrar sayısı: Hareket otomatik hale gelene kadar uygulanmıştır.

5. Top dansı

1. **Hareket:** Sağ elle topu sektirirken sol elimizdeki tülbent ile daire çizilir.
2. **Hareket:** Sağ elle topu sektirirken sol elimizdeki tülbent ile üçgen çizilir.
3. **Hareket:** Sol elle topu sektirirken sağ elimizdeki tülbent ile daire çizilir.
4. **Hareket:** Sol elle topu sektirirken sağ elimizdeki tülbent ile üçgen çizilir.
5. **Hareket:** Sağ elle ‘x’ işareti yapıp sol elimizle top atıp tutulur.
6. **Hareket:** Sol elle ‘x’ yapıp sağ elimizle top atıp tutulur.
7. **Hareket:** Sağ elle topu sektirirken sol elimizdeki tülbent ile daire çizilir sonra bir isim söylenir ismin son harfi ile başka bir isim söylenip devam edilir.
8. **Hareket:** Sol elle topu sektirirken sağ elimizdeki tülbent ile daire çizilir sonra bir isim söylenir ismin son harfi ile başka bir isim söylenip devam edilir.



Şekil 6.5. Top dansı egzersizi

6. Hafta –Müzik ve life kinetik uygulaması

Egzersiz protokolünün uygulandığı günler: Cumartesi-Pazar

Uygulama süresi: 15 dakika

Tekrar sayısı: Hareket otomatik hale gelene kadar uygulanmıştır.

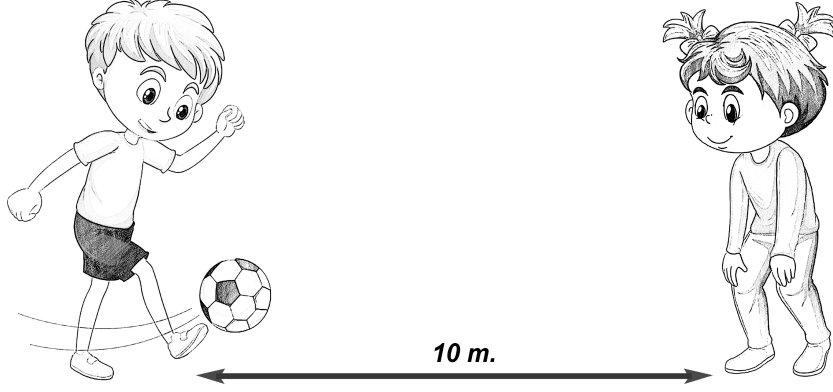
6. Futbolda pas çalışmasının sesli olarak uygulanması

Eşli olarak yapılan bu life kinetik hareketinde çocuklar arasında 10 metrelik bir mesafe olmuştur. Çocuklar her iki ayakla paslaşıırken hangi ayakla ve ayağın hangi bölgesi ile pası vereceğini direktiflerle söylemiştir. Örneğin çocuk sağ iç dediği zaman partner sağ ayak içi ile pası vermelidir. Hemen akabinde partneriniz size bir direktif verecektir.

1. Hareket: Uygulama renklerle de adlandırılabilir, sol ya da sağ ayak fark etmez. (Ayağın iç kısmı = kırmızı), (ayağın dış kısmı = mavi), (ayağın üst kısmı = sarı). Örneğin: Mavi diye söylenildiği zaman çocuk ayağının dışı ile pası vermek zorundadır.

2. Hareket: Direktifler değiştirilir. (meyve türleri = ayak içi), (sebze türleri = ayak dışı), (ağaç türleri = ayaküstü). Örneğin: Havuç diye söylenilirse ayak dışı ile pasın verilmesi gerekmektedir.

3. Hareket: Sol ve sağ ayak yerine sayıları söyleyerek egzersiz zenginleştirilir. (tek sayılar 1, 3, 5 iken = sol ayak), (çift sayılar 2, 4, 6 iken = sağ ayak). Örneğin, iki rakamı söylenirse çocuk pası sağ ayağı ile vermek zorundadır.



Şekil 6.7. Futbolda pas çalışmasının sesli olarak uygulanması

7. Hafta –Müzik ve life kinetik uygulaması

Egzersiz Protokolünün Uygulandığı günler: Cumartesi-Pazar

Uygulama süresi: 15 dakika

Tekrar Sayısı: Hareket otomatik hale gelene kadar uygulanmıştır.

7. Çemberde 5’li kombinasyon

Bu harekette 4 veya 6 kişi daire şeklinde dizilir. 1 deyince merhaba deyip el sıkışılır. 2 deyince eller başa konur. 3 deyince sağ el sağımızdaki kişinin omuzuna dokunur. 4 deyince eller aşağıda alkışlanır. 5 deyince geriye doğru zıplanır. 6 TÜRKİYE deyince iki elimiz sağ ve solumuzdaki kişilerin omuzlarına konur.



Şekil 6.7. Çemberde 5'li kombinasyon egzersizi

8. Hafta –Müzik ve life kinetik uygulaması

Egzersiz Protokolünün Uygulandığı günler: Cumartesi-Pazar

Uygulama süresi: 15 dakika

Tekrar Sayısı: Hareket otomatik hale gelene kadar uygulanmıştır.

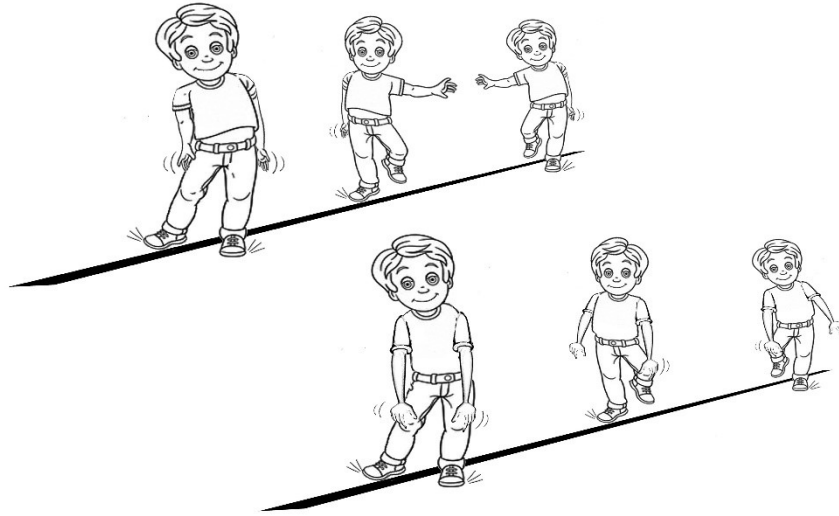
8. Yön değiştirme hareketleri

1. Hareket: Bu life kinetik hareketi 4-5 metrelik düz bir çizgi üzerinde yapılır. Düz çizginin soluna sol ayak, çizginin sağına sağ ayak, tekrardan düz çizginin sol tarafına zıplanıldıktan sonra her iki ayak aynı anda yere basılır.

2. Hareket: Aynı hareket geriye doğru yapılır.

3. Hareket: Düz çizginin sağına sağ ayakla zıplanıldığında sol elle sağ dize, çizginin soluna sol ayakla ayakla zıplanıldığında sağ elle sol dize vurulur. Düz çizginin sağına tekrardan zıplanıldığında bu sefer çift ayak eller dizlere aynı anda vurulur.

4. Hareket: Dizlere vurma hareketi telefon numarasını kesintisiz söyleyerek yapılır.



Şekil 6.8. Yön değiştirme egzersizi

9. Hafta –Müzik ve life kinetik uygulaması

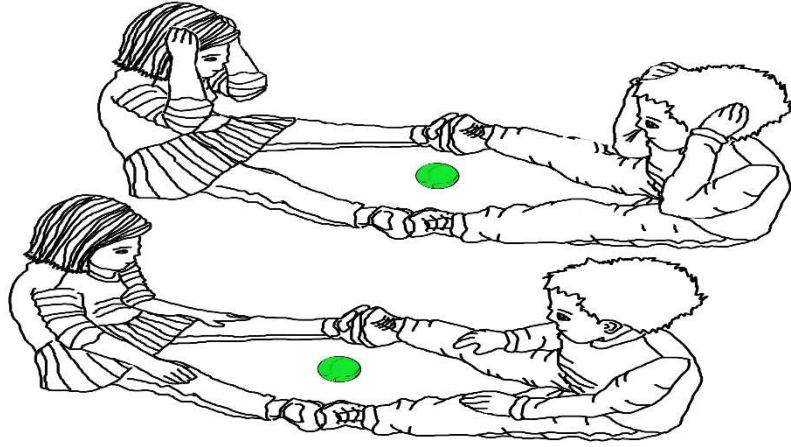
Egzersiz protokolünün uygulandığı günler: Cumartesi-Pazar

Uygulama süresi: 15 dakika

Tekrar sayısı: Hareket otomatik hale gelene kadar uygulanmıştır.

9. Top çalma hareketi

Bu life kinetik hareketinde çocuklar karşılıklı ayakları birbirlerine değecek şekilde yere oturur. Diz komutu ile eller dize, baş komutu ile eller başa, ayak komutu ile eller ayağa değdirilir. Top denince ayakların ortasındaki top alınmaya çalışılır.



Şekil 6.9. Top çalma egzersizi

10. Hafta –Müzik ve life kinetik uygulaması

Egzersiz protokolünün uygulandığı günler: Cumartesi-Pazar

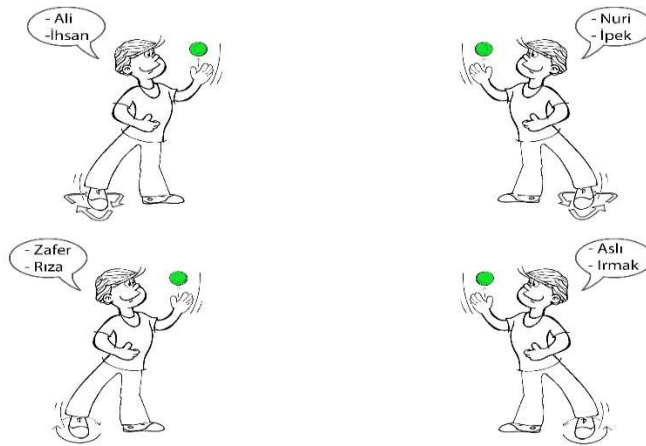
Uygulama süresi: 15 dakika

Tekrar sayısı: Hareket otomatik hale gelene kadar uygulanmıştır.

10. Çapraz life kinetik egzersizi

1. Hareket: Sol el ile topu 10 defa atıp tutarken sağ ayak bileğiyle üçgen yapılır. Bu hareket yapılırken sonraki aşamada bir de isim söylenir. İsim hangi harfle biterse o harfle başlayan başka bir isim söylenir. Daha sonra aynı hareket diğer el ve ayak bileğiyle yapılır.

2. Hareket: Sağ el ile topu 10 defa atıp tutarken sol ayak bileğiyle daire yapılır. Bu hareket yapılırken sonraki aşamada bir de isim söylenir. İsim hangi harfle biterse o harfle başlayan başka bir isim söylenir. Daha sonra aynı hareket diğer el ve ayak bileğiyle yapılır.



Şekil 6.10. Çapraz life kinetik egzersizi

EK-6 Sakarya Tenis Akademisindeki Çocukların 10 Haftalık Tenis Antrenman Programı

Hafta	Çalışma programı	Top çeşidi	Saha ölçüsü-file uzaklık
1	Isınma, forehand vuruş çalışması-backhand vuruş çalışması, bitiriş	Yeşil-turuncu	Ralli (4m)
2	Isınma, forehand vuruş çalışması-backhand vuruş çalışması, bitiriş	Yeşil-turuncu	Ralli (4m)
3	Isınma, forehand vuruş çalışması-backhand vuruş çalışması, bitiriş	Yeşil-turuncu	Ralli (5m)
4	Isınma, forehand- backhand vuruş çalışması- forehand vole çalışması, bitiriş	Yeşil-turuncu	Ralli (5 m) Vole (2-3m)
5	Isınma, forehand- backhand vuruş çalışması- backhand vole çalışması, bitiriş	Yeşil-turuncu	Ralli (6 m) Vole (2-3m)
6	Isınma, forehand-backhand vuruş çalışması, forehand ve backhand vole çalışması, bitiriş	Yeşil-turuncu	Ralli (6 m) Vole (2-3m)
7	Isınma, forehand-backhand vuruş çalışması, forehand- backhand vole çalışması, bitiriş	Yeşil-turuncu	Ralli (7 m) Vole (2-3m)
8	Isınma, forehand ve backhand vuruş çalışması, forehand- backhand vole çalışması, bitiriş	Yeşil-turuncu	Ralli (8 m) Vole (2-3m)
9	Isınma, forehand-backhand vuruş çalışması, servis çalışması, bitiriş	Yeşil-turuncu	Ralli (8 m) Servis (12 m)
10	Isınma, forehand-backhand vuruş çalışması, servis çalışması, bitiriş	Yeşil-turuncu	Ralli (9 m) Servis (12 m)

EK-7 Mavi Tenis Akademisindeki Çocukların 10 Haftalık Tenis Antrenman Programı

Hafta	Çalışma programı	Top çeşidi	Saha ölçüsü-file uzaklık
1	Isınma, forehand vuruş çalışması-backhand vuruş çalışması, bitiriş	Yeşil-turuncu	Ralli (4m)
2	Isınma, forehand vuruş çalışması-backhand vuruş çalışması, bitiriş	Yeşil-turuncu	Ralli (4m)
3	Isınma, forehand - backhand vuruş çalışması- forehand vole çalışması, bitiriş	Yeşil-turuncu	Ralli (5m)
4	Isınma, forehand- backhand vuruş çalışması, backhand vole çalışması, bitiriş	Yeşil-turuncu	Ralli (5 m) Vole (2-3m)
5	Isınma, forehand- backhand vuruş çalışması, forehand ve backhand vole çalışması, bitiriş	Yeşil-turuncu	Ralli (6 m) Vole (2-3m)
6	Isınma, forehand- backhand vuruş çalışması, forehand ve backhand vole çalışması, bitiriş	Yeşil-turuncu	Ralli (6 m) Vole (2-3m)
7	Isınma, forehand-backhand vuruş çalışması, servis çalışması, bitiriş	Yeşil-turuncu	Ralli (7 m) Vole (2-3m)
8	Isınma, forehand-backhand vuruş çalışması, servis çalışması, bitiriş	Yeşil-turuncu	Ralli (8 m) Vole (2-3m)
9	Isınma, forehand-backhand vuruş çalışması, forehand-backhand vole vuruş çalışması servis çalışması, bitiriş	Yeşil-turuncu	Ralli (8 m) Servis (12 m)
10	Isınma, forehand-backhand vuruş çalışması, forehand-backhand vole vuruş çalışması servis çalışması, bitiriş	Yeşil-turuncu	Ralli (9 m) Servis (12 m)

