



T.C
Marmara Üniversitesi
Eğitim Bilimleri Enstitüsü
Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Ana Bilim Dalı
Spor Eğitimi Bilim Dalı

FİZİKSEL ETKİNLİK KARTLARININ 5. SINIF ÖĞRENCİLERİ
ÜZERİNDEKİ ETKİLERİNİN İNCELENMESİ

Yonca ÖZTÜRK
(Yüksek Lisans Tezi)

İstanbul-2019

T.C
Marmara Üniversitesi
Eğitim Bilimleri Enstitüsü
Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Ana Bilim Dalı
Spor Eğitimi Bilim Dalı

FİZİKSEL ETKİNLİK KARTLARININ 5. SINIF ÖĞRENCİLERİ
ÜZERİNDEKİ ETKİLERİNİN İNCELENMESİ

Yonca ÖZTÜRK
(Yüksek Lisans Tezi)

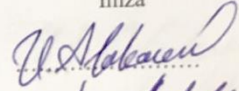
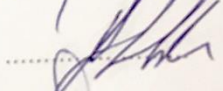
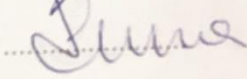
Tez Danışmanı
Doç. Dr. Ufuk ALPKAYA

İstanbul-2019

**Tüm kullanım hakları
M.Ü. Eğitim Bilimleri Enstitüsü'ne aittir.
© 2019**

ONAY YAZISI

Yonca ÖZTÜRK tarafından hazırlanan “Fiziksel Etkinlik Kartlarının 5. Sınıf Öğrencileri Üzerindeki Etkilerinin İncelenmesi” başlıklı bu çalışma 25 Temmuz 2019 tarihinde yapılan savunma sınav jürisi tarafından başarılı bulunmuş ve yüksek lisans tezi olarak kabul edilmiştir.

	Adı Soyadı	İmza
TEZ DANIŞMANI	Doç. Dr. Ufuk ALPKAYA.	
JÜRİ ÜYESİ	Doç. Dr. A. Oya ERKUT	
JÜRİ ÜYESİ	Dr. Öğr. Üyesi Nalan SUNA	

ÖZGEÇMİŞ

2006 Ahmet Çelebi İlköğretim Okulu

2010 Gaziantep Lisesi

2014 Gaziantep Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Antrenörlük Eğitimi Bölümü

2015 Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi Öğretmenliği Anabilim Dalı'nda yüksek lisans eğitimine başlama.

İLETİŞİM BİLGİLERİ

Görev Yaptığı Kurum: İstanbul Büyükşehir Belediyesi Spor İstanbul A.Ş.

E-Posta : yncztrk@gmail.com

ÖNSÖZ

Değişen teknoloji, gelişen eğitim sistemiyle birlikte gerek biz öğretmenler, gerek öğrenciler yaşadığımız güne ayak uydurmaya çalışmaktayız. Çağımızda neyi ne kadar ve nasıl yaptığımızı, neyin bize ne kadar faydası ya da zararı olduğunu kaçırabiliyoruz. Kendini yenileyen eğitim sistemimizle birlikte okul Beden Eğitimi ve Spor dersinde fayda sağlayacağı düşünülen ve derslerde aktif kullanılması istenilen Fiziksel Etkinlik Kartları ders müfredatına eklenmiştir. Bu araştırmada bu Fiziksel Etkinlik Kartlarının 5.sınıf öğrencileri üzerindeki etkilerinin rolü incelenmiştir. Bu etkilerin değerlendirildiği konular Beden Eğitime Karşı Tutumları, Akademik Motivasyon düzeyleri ve fiziksel etkinlikten hoşlanma düzeyleridir.

Araştırmanın konu ile ilgili kişilere gerekli mesajı ulaştıracağı ve litaretür fayda saylayacağı düşünülmektedir.

Böyle bir araştırma içerisinde bulunabilme yeterliliğine sahip olmama vesile olan ve bana hem lisans hem de yüksek lisans eğitimim boyunca emek veren tüm değerli hocalarıma teşekkürü bir borç bilirim.

Çalışma süresince benimle akademik anlamda bilgilerini paylaşan, tüm çalışma boyunca beni yüreklendiren, çalışmanın yönetilmesi ve bu aşamaya gelmesinde büyük katkı sağlayan tez danışmanım değerli hocam Doc. Dr. Ufuk ALPKAYA' ya sonsuz teşekkür ederim.

Doğduğum andan bu zamana kadar üzerimde emeği olan her zaman desteklerini hissettiğim, beni ben yapan, hep yanımda olan annem, babam ve kardeşlerime, sabrıyla, sevgisiyle her an varlığını hissettiren beni her zaman destekleyen nişanlım Yunus Emre Kalyon' a ve en az ailem kadar üzerimde emeği olan dostum Burçin Altay Bozfırat ve abim Mehmet Bozfırat' a sonsuz teşekkür ederim.

Yonca ÖZTÜRK

ÖZET

Araştırmanın amacı; 5. sınıflarda uygulanan Fiziksel Etkinlik kartlarının öğrencilerin beden eğitimi dersine olan tutumlarına, akademik motivasyonlarına ve uygulanan fiziksel aktivitelerden hoşlanma düzeylerine etkisini incelemektir.

Çalışmanın örneklemini İstanbul ili Ataşehir ilçesinde bulunan Emlak Konut Ortaokulunda okuyan rastlantısal yöntem ile seçilmiş 192 Kız, 219 erkek toplamda 408 5. sınıf öğrencileri oluşturmuştur. Katılımcılara kişisel bilgi formu, beden eğitimi dersi tutum, akademik motivasyon ve fiziksel aktiviteden hoşlanma ölçekleri uygulanmıştır. Çalışmada analizler için elde edilen anlamlılık düzeyleri, 0.05 olarak değerlendirilmiştir.

Öğrenciler kontrol ve deney grubu olarak iki gruba ayrılmıştır. Araştırmada öğrencilerin 10 haftalık uygulamalardan önce ve sonrasında beden eğitimi dersine olan tutumları ve akademik motivasyonları belirlenmiştir. Ayrıca her bir fiziksel etkinlik kartındaki uygulama ve müfredattaki her bir aktivite sonrası da fiziksel aktiviteden hoşlanma düzeyleri belirlenmiştir.

Uygulama öncesi ve sonrası değişkenler arası farkı belirlemek amacıyla bağımlı t testi uygulanmıştır. Yine katılımcıların fiziksel etkinlik sonrası ve normal ders sonrası fiziksel etkinlikten hoşlanma düzeylerinde etkili olup olmadığının karşılaştırılması Mann Whitney U testi ile yapılmıştır.

Yapılan analizlerde Fiziksel etkinlik grubu öğrencilerinin beden eğitimi dersine karşı olan tutumlarında anlamlı fark bulunmuştur ($p<0,05$). Kontrol grubu öğrencilerinin beden eğitimi dersine karşı tutumlarında da anlamlı fark bulunmuştur ($p<0,05$). Ancak artış oranlarına göre bakıldığında fiziksel etkinlik grubu öğrencilerinin, kontrol grubun öğrencilerine göre beden eğitimi dersine karşı tutum ortalamalarının daha yüksek olduğu görülmüştür.

Fiziksel etkinlik grubu öğrencilerinin akademik motivasyonlarının ön-test ve son-test sonuçlarına bakıldığında anlamlı fark bulunmuştur ($p<0,05$). Kontrol grubu öğrencilerinin de akademik motivasyon sonuçlarına bakıldığında anlamlı fark bulunmuştur ($p<0,05$). Ancak yine artış oranlarına göre bakıldığında fiziksel etkinlik grubu öğrencilerinin, kontrol grubun öğrencilerine göre akademik motivasyon ortalama değerlerinin daha yüksek olduğu görülmüştür. Öğrencilerin fiziksel etkinlik kartlarındaki aktivitelerden daha çok hoşlandıkları ve okul beden eğitimi dersi müfredatında olan aktiviteler ile fiziksel etkinlik kartlarındaki aktivitelerden keyif alma düzeyinde farklılık olduğu bulunmuştur ($p<0,05$).

Sonuç olarak fiziksel etkinlik kartlarının beden eğitimi ve spor dersine katkı sağladığı ve öğrencilerin derse katılımlarının daha aktif olduğu gözlemlenmiştir. Fiziksel aktivite kartları gibi farklı yöntemler, farklı ders işleme şekilleri öğrencilerin beden eğitimi dersine olan tutumlarını olumlu yönde değiştirdiğini, akademik motivasyonlarını arttırdığını, ve fiziksel etkinlik kartlarındaki aktivitelerden daha çok hoşlandıklarını söylenebiliriz.

Anahtar Kelimeler: Beden Eğitimi ve Spor, Fiziksel Etkinlik Kartları, Akademik Motivasyon, Fiziksel Aktiviteden Hoşlanma

ABSTRACT

The purpose of this research is to analyze effects of physical activity cards which are applied in 5th grade on students' attitudes towards Physical Education, the academic motivation and the level of activity enjoyment.

The sample of the study contains randomly selected totaly 408 5th grade students including 192 girls, 219 boys who are studying at Emlak Konut Middle School in Ataşehir, Istanbul. Personal information form, attitude scale towards Physical Education, the academic motivation scale and the enjoyment scale from physical activity were applied to the participants. In the study, the significance levels which are obtained for the analyzes were evaluated over 0.05.

The students were seperated into two groups as control and experimental. In the research, students' attitudes and academic motivations to Physical Education courses before and after the practice that took 10 weeks were determined. Beside that, their levels of enjoyment after practice on each physical activity card and each activity in the curriculum were determined.

The dependent t test was applied in order to determine the difference between the variables before and after the practice. Again, comparing whether the participants had an effect on their enjoyment level of physical activity after physical activity and normal lessons was done with the Mann Whitney U test.

Considering the analysis, significant differences were observed in the attitude towards physical education for physical activity group students ($p<0,05$). Significant differences were also observed considering the academic motivation results for control group students($p<0,05$). However, considering the rate of increase, it was observed that the students of physical activity group had higher attitude towards physical education course than the students of the control group.

Significant differences were observed considering the pre-test and post-test results of academic motivations for physical activity group students($p<0,05$). Significant differences were also observed towards the attitude of physical education for control group students($p<0,05$). However, considering the rate of increase, it was observed that the students of the physical activity group had higher academic motivation average values than the students of the control group. It was observed that students enjoyed from activities on physical activity cards more and that there was a difference between the level of enjoyment of activities on physical activity cards and activities in the school physical education curriculum ($p<0.05$).

Considering the analysis, it was observed that physical activity cards contribute to

Physical Education lesson and sport and students contribute to the course more actively. About different methods, such as physical activity cards and different course processing ways, it can be said to positively change students' attitudes to physical education, increase their academic motivation, and enjoy more activities on physical activity cards.

Key Words: Physical Education and Sports, Physical Activity Cards, Attitude Towards Physical Education, Academic Motivation, Enjoyment of Physical Activity

İÇİNDEKİLER

ÖZGEÇMİŞ	ii
ÖNSÖZ	iii
ÖZET	iv
ABSTRACT.....	vi
İÇİNDEKİLER	viii
TABLO LİSTESİ.....	x
KISALTMALAR	xi
BÖLÜM I.....	1
GİRİŞ	1
1.2.Amaç.....	2
1.3. Önemi	2
1.4.Sınırlılıklar.....	3
1.5.Varsayımlar	3
1.6.Tanımlar.....	3
BÖLÜM II	4
ALAN YAZIN	4
2.1. Beden Eğitimi ve Spor	5
2.1.1. Beden Eğitimi ve Spor Dersinin Önemi ve Amacı	7
2.1.2. Beden Eğitimi ve Spor Dersinin Faydaları.....	8
2.1.3. Beden Eğitimi ve Spor Dersi İçerikleri	10
2.2. Tutum Kavramı.....	14
2.3. Okullarda Başarı ve Motivasyon Arttırma Yolları.....	15
2.4. Beden Eğitimi ve Spor Derslerinde Başarı ve Motivasyon İlişkisi	18
2.5. Fiziksel Etkinlik Kartları	20
2.6. İlgili Araştırmalar	23
BÖLÜM III.....	29
YÖNTEM	29
3.1.Araştırma Modelleri	29

3.2.Evren ve Örneklem	29
3.3.1.Beden Eğitime karşı Tutum Ölçeği	30
3.3.2.Akademik Motivasyon Ölçeği.....	30
3.3.3.Fiziksel Aktiviteden Hoşlanma Ölçeği-Kısa Form	30
3.3.4.Kişilik Bilgi Formu.....	31
3.4. Verilerin Toplanması.....	31
3.5. Verilerin Analizi.....	35
BÖLÜM IV	35
BULGULAR.....	35
BÖLÜM V	46
SONUÇ	46
5.1. Yargı.....	46
5.2. Tartışma.....	48
5.3.Öneriler	52
6...Fiziksel etkinlik kartlarının farklı değişkenler üzerindeki etkilerine bakılarak farklı çalışmalar yapılabilir.....	53
KAYNAKÇA.....	53
EKLER	60

TABLO LİSTESİ

Tablo 2.1. Öğrenme Alanları ve sınıf düzeylerine göre kazanım dağılımları.....	12
Tablo 4.1. Öğrencilerin Beden Eğitimi Dersi Tutum Ortalama Değerleri.....	35
Tablo 4.2. Fiziksel Etkinlik Gurubu Beden Eğitimi Dersi Tutum Ön test ve Son Test Bağımlı t Testi Karşılaştırması.	36
Tablo 4.3. Kontrol Gurubu Beden Eğitimi Dersi Tutum Ön Test ve Son Test Bağımlı t Testi Karşılaştırması	37
Tablo 4.4. Öğrencilerin Akademik Motivasyon Ön test ve son test Minimum, Maksimum ve Ortalama Değerleri.....	37
Tablo 4.5. Fiziksel Etkinlik Gurubu Akademik Motivasyon Ön Test ve Son Test Karşılaştırması için yapılan bağımlı t Test Sonuçları	38
Tablo 4.6. Kontrol Gurubu Akademik Motivasyon Ön Test ve Son Test Karşılaştırması için yapılan bağımlı t Test Sonuçları	39
Tablo 4.7. Öğrencilerin Fiziksel Aktiviteden Hoşlanma Ortalama Değerleri	39
Tablo 4.8. Fiziksel Etkinlik Grubu Kadınların Fiziksel Etkinlik Sonrası Fiziksel Aktiviteden Hoşlanma Ortalama Değerleri	41
Tablo 4.9. Fiziksel Etkinlik Grubu Erkekler, Etkinlik Sonrası Fiziksel Aktiviteden Hoşlanma Düzeyi Ortalama Değerleri.....	42
Tablo 4.10. Kontrol Grubu Kadınların Normal Ders Sonrası Fiziksel Aktiviteden Hoşlanma Ortalama Değerleri	43
Tablo 4.11. Kontrol Grubu Erkekler Normal Ders Sonrası Fiziksel Aktiviteden Hoşlanma Düzeyi, maksimum, Minimum ve Ortalama Değerleri	43
Tablo 4.12. Tüm Deneklerin Fiziksel Etkinlik Sonrası ve Normal Ders Sonrası Fiziksel Etkinlikten Hoşlanma Düzeylerinin Mann Whitney-U Testine Göre Karşılaştırılması .	44
Tablo 4.13. Kadınların Fiziksel Etkinlik Sonrası ve Normal Ders Sonrası Fiziksel Etkinlikten Hoşlanma Düzeylerinin Mann Whitney-U Testine Göre Karşılaştırılması .	45
Tablo 4.14. Erkeklerin Fiziksel Etkinlik Sonrası ve Normal Ders Sonrası Fiziksel Etkinlikten Hoşlanma Düzeylerinin Mann Whitney-U Testine Göre Karşılaştırılması .	46

KISALTMALAR

FEK: Fiziksel Etkinlik Kartları

MEB: Milli Eğitim Bakanlığı

AMÖ: Akademik Motivasyon Ölçeği

TOPS: Yong and Sport Trust

BÖLÜM I

GİRİŞ

Eğitim, bireyin istendik ve kasıtlı olarak davranışlarında değişim sürecinin gerçekleştirilmesidir. Beden eğitiminde ise bedensel, duygusal, zihinsel ve sosyal davranışlarda değişim, fiziksel eğitimlere katılarak sağlanmaktadır. Diğer eğitim alanlarından farklı olarak hareketlerin öğrenmesi ve hareket yoluyla öğrenme felsefesi, beden eğitiminin benzersizliğini göstermektedir. İnsanın fiziksel aktivitelere katılması ile eğitim sürecini gerçekleştirmesi, beden eğitimi olarak tanımlanır (Tamer ve Pulur, 2001, s.12).

Beden eğitimin en önemli rollerinden birisi; bireylerin kişiliklerini geliştirebilmesi, sosyal hayata katılması ve doğru bir hayat çizgisini oluşmaktır. Bu derslerde uygulanan fiziksel aktivitenin miktarı, hangi spor türünün yapıldığıyla doğrudan ilgilidir. Ayrıca öğretmenin motive edici özelliği de fiziksel aktiveye katılım seviyesini olumlu anlamda etkilemektedir.

Öğrencilerin sağlıklı yaşam becerilerini öğrenmesini sağlamak, hayatları boyunca kullanacakları hareketleri kazandırmak ve hayatlarının sonraki aşamaları için onları spor faaliyetlerine hazırlamak; Ortaokul Beden Eğitimi ve Spor Dersi Öğretim programının temel hedeflerindendir.

Ülkemizde henüz yakın tarihte kullanılmaya başlanan ve FEK olarak adlandırılan bu kartlar, İngiltere ve İskoçya’da öğretmenlik eğitimi sırasında, aktif olarak görev yapan öğretmenler, okullarda eğitmenlik yapan koçlar ve spor eğitimi veren bütün herkes için hazırlanmıştır. Bu kartlar, öğretmenlerin işini kolaylaştırmak ve öğrencilerin bireysel farklılıklarını dikkate alarak eğitim süreçlerini şekillendirmesini sağlamak için kullanılan ve TOPs olarak adlandırılan önemli yardımcı kaynaklardır. TOPs kartları incelenerek, Uluslararası İlham Projesi kapsamında FEK geliştirilmiş ve bu süreçte Milli Eğitim Bakanlığı Beden Eğitimi Dersi Öğretim Programı temel alınmıştır (www.uluslararasıilham.org.tr).

Eğitim, bireysel farklılık içeren ve sürekli değişim gösteren bir süreçtir. Beden eğitimdeki sportif faaliyetler; bireysel farklılıklara göre şekillenmesi, işbirlikçi tarzı ve yaratıcılık gibi farklı stillere sahip olması, öğrencilerin eğitim süreçlerini desteklemektedir. 2012 yılında Türk Milli Eğitim sistemi içerisine Fiziksel Etkinlik Kartları (FEK) dahil olmuş ve bunlar, eğitim süreçlerinde kullanılmaya başlanmıştır (İrez vd., 2013, s.17-18).

Beden eğitimi derslerinde kullanılan FEK, öğrencilerin bireysel farklılıkların dikkate almakta ve farklılıkları fark ederek öğrencilerin ilgisini artırmayı ve eğlenerek öğrenmeyi sağlamayı hedeflemektedir (Usluoğlu 2013, s.5). Bu bağlamda bu araştırmada fiziksel etkinlik kartlarının 5. sınıf öğrencileri üzerindeki etkileri incelenmiştir.

1.2.Amaç

Bu araştırmanın amacı, Ortaokul 5. Sınıflarda Beden Eğitimi ve spor derslerinde kullanılan Fiziksel Etkinlik Kartlarının öğrencilerin Beden Eğitime karşı tutumlarına, akademik motivasyonlarına ve fiziksel etkinlikten hoşlanma durumlarındaki etkilerini incelemektir.

Bu araştırmanın Alt Problemleri şunlardır;

1. Fiziksel Etkinlik Grubu öğrencilerinin Beden Eğitime Karşı Tutumlarında Ön test son test ölçümleri arasında fark var mıdır?
2. Kontrol Grubu öğrencilerinin Beden Eğitime Karşı Tutumlarında Ön-Test ve Son-Test arasında fark var mıdır?
3. Fiziksel Etkinlik Grubu öğrencilerinin Akademik Motivasyonlarında Ön test son test ölçümleri arasında fark var mıdır?
4. Kontrol Grubu öğrencilerinin Akademik Motivasyonlarında Ön-Test ve Son-Test arasında fark var mıdır?
5. Fiziksel Etkinlik ve Kontrol Grubunun Fiziksel Etkinlikten Hoşlanma Düzeylerinde bir fark var mıdır?
6. Fiziksel Etkinlik Grubu Kadın öğrencilerin fiziksel aktiviteden hoşlanma düzeylerinde fark var mıdır?
7. Fiziksel Etkinlik Grubu Erkek öğrencilerinin fiziksel aktiviteden hoşlanma düzeylerinde fark var mıdır?
8. Kontrol Grubu kadın öğrencilerinin fiziksel aktiviteden hoşlanma düzeylerinde fark var mıdır?
9. Kontrol Grubu erkek öğrencilerin fiziksel aktiviteden hoşlanma düzeylerinde fark var mıdır?
10. Tüm öğrencilerin Fiziksel etkinlik sonrası ve normal ders sonrası fiziksel aktiviteden hoşlanma düzeylerinde fark var mıdır?
11. Tüm Kadın öğrencilerin fiziksel etkinlik sonrası ve normal ders sonrası fiziksel aktiviteden hoşlanma düzeylerinde fark var mıdır?
12. Tüm Erkek öğrencilerin fiziksel etkinlik sonrası ve normal ders sonrası aktiviteden hoşlanma düzeylerinde fark var mıdır?

1.3. Önemi

Bilindiği gibi günümüzde Fiziksel aktivitenin önemi her geçen gün artmakta ve fiziksel aktivitenin artırılması için etkinlikler, çalışmalar yapılmaktadır. Ancak Fiziksel aktivitenin artırılmasından ziyade bir alışkanlık haline gelmesi sağlanmaya çalışılmaktadır. Bu bağlamda alışkanlıklarımızın çoğu çocukluk çağında kazanılmaya başlayıp hayat boyu sürdürüle bilineceği yapılan bir çok çalışmalarla desteklenmektedir. Gelişen teknoloji bunu ters orantı da etkilese de yapılan çalışmalar gerek çocukları gerekse yetişkinleri fiziksel aktiviteye teşvik etmektedir. Özellikle çocuklar için teşviklerin temelini Beden Eğitimi ve Spor dersleri oluşturmaktadır. Bu bağlamda MEB'in de bu konudaki duyarlılığı ortadır ve çocukların fiziksel aktivitelerde etkin ve

istekli olmalarını sağlamak için FEK' ler hazırlanmıştır ve öğrencilerin Beden Eğitimi derslerinde uygulanması için müfredatta yerini almıştır. Bu kartlar öncelikle pilot okullarda uygulanmış daha sonra diğer okullara yayılmıştır. Hem öğretmene yol gösterme hem de öğrencilerin dikkatini çekme, derslere etkin halde katılımlarını sağlamak fiziksel aktivite düzeylerini arttırmak ve alışkanlık haline getirmeleri amaçlıdır. Hazırlanan kartlarla çocuklara oyunlarla onları sıkmadan bir çok kazanımın kazandırılması hedeflenmiştir. Çalışmamızda Beden Eğitimi ve spor dersinde uygulanan FEK' lerden seçilerek uygulanan fiziksel etkinliklerin (oyunların) çocukların uygulanan aktiviteden hoşlanıp hoşlanmadıklarına, beden Eğitimi dersine karşı olan tutumlarını değiştirip değiştirmediğini ve tüm bunların tüm derslerinde yani akademik motivasyonlarındaki etkisine bakılacaktır.

Ayrıca elde edilecek sonuçlar ile Beden Eğitimi ve spor derslerinin işleyişine, fiziksel aktivite kartlarının kullanımını arttırmaya ve literatüre katkı sağlaması yani sonraki çalışmalara kaynak oluşturması bakımından önemli olacağı düşünülmektedir.

1.4.Sınırlılıklar

Çalışma 2017-2018 Eğitim-öğretim yılında İstanbul ili Ataşehir ilçesinde bulunan Emlak Konut Ortaokulu'nda okuyan öğrencilerle sınırlandırılmıştır.

1.5.Varsayımlar

Çalışmaya katılan 5.sınıf öğrencilerinin ankete içtenlikle cevap verdikleri varsayılmıştır. Öğrencilerin bu çalışma için gönüllü olarak katıldıkları varsayılmıştır. Örnek grubun evreni temsil ettiği varsayılmıştır.

1.6.Tanımlar

Fiziksel Etkinlik Kartı: Değişen eğitim sistemimizle birlikte 2013-2014 eğitim öğretim yılında uygulamaya koyulan Beden eğitimi ve spor öğretim programı dahilinde öğretmenlere, antrenörlere, spor uzmanlarına yardımcı olmak, öğrencileri beden eğitimi derslerinde daha aktif hale getirmek amacı ile Fiziksel Etkinlik Kartları (FEK) hazırlanmıştır. Türkiye 'de FEK olarak isimlendirilen bu kartlar İngiltere ' de ve İsviçre'de de TOPs olarak isimlendirilmiş ve aynı amaçla kullanmıştır. Ülkemiz TOPs kartlarından esinlenerek FEK leri geliştirmiş ve Beden eğimi ve Spor dersi müfredatına eklemiştir. (MEB, 2012, s.9.)

Tutum: İnsanların kendi algı dünyası ile öğrenme süreçlerinin devamlı bir organizasyonudur . Tutumlar Olumlu ya da olumsuz olabilir. Olumsuz tutumlar; herhangi birşeye olumsuz düşünceye sahip olma, onu sevmeme, ona karşı hareketlerde bulunmayla kendini gösterebilir. Olumlu tutumlar ise; fikirlere, nesnelere olumlu inanca sahip olma, onu içselleştirme ve sevmeye ile kendini gösterebilir(Güllü M. , Güçlü. M. ,2009, s.139).

Akademik Motivasyon: Öğrencinin davranışını, tutumunu belirlemede en önemli unsur motivasyondur. Bu unsur motive olma eylemiyle kullanılır. Örneğin birey bir işi başaramazsa, ya da isteksizse o motive olmamış olarak isimlendirilir ya da tam tersi birey

bir işi başarılı bir şekilde ifade edip üstesinden geliyorsa yeterince motive olmuş denilmektedir. Öğrenme, Öğretme sürecinin başında aktif hale getirilmesi gereken motivasyon, öğrencinin aktif hale getirir ve gerek okul yaşamında gerek hayatının farklı dilimlerinde yapması gerekenleri geliştirmeye katkı sağlar (Gömleksiz, M.N. ve Serhatlıoğlu, B., 2013, s.101).

Fiziksel Aktivite: Fiziksel aktivite, insanların günlük hayatları içerisinde kullandıkları enerji miktarı, dengesi ve ağırlığın kontrolü için enerji harcamasıdır. Fiziksel aktiviteyi düzenli ve programlı olarak yaptığımızda egzersiz olarak adlandırılır. (Baltacı ve Düzgün, 2008, s.7).

BÖLÜM II

ALAN YAZIN

2.1. Beden Eğitimi ve Spor

Yakın bir zaman öncesine kadar beden eğitimi denildiğinde akla yalnızca beden egzersizleri gelirken günümüzde bu kavram ağırlıklı olarak hareketlerin eğitilmesi olarak kullanılmaya başlamıştır. Beden eğitimi, eğitimin normal sistemi ve tekniklerine uyumlu şekilde bireylerin fiziki ve psikolojik özelliklerini, hareketlerle sistematik bir biçimde geliştirmek ve bunu bir yaşam biçimi haline getirmek için yürütülen çalışmalardır. Bu amaçlarla yürütülen beden eğitimi aktiviteleri çocukların hareketli olabilmesi, motor yeteneklere bağlı olarak deneyim kazanabilmesi, karşılaştığı sorunlarla mücadele edebilme yeteneğini kazanması, farklı çocuklarla bir araya gelerek sosyalleşmesi açısından önem taşımaktadır. Beden eğitiminin temel amacı, çocukların bilişsel, devinişsel ve duyuşsal bakımlarda gelişmelerine yardımcı olmaktır (Özbek, 2003, s. 11).

Beden eğitimi aktiviteleri spor yaparken oyun oynama ihtiyacının da giderildiği, bu oyunlar aracılığı ile de psikolojik olarak çocuklara deneyim kazandırılan aktivitelerdir. Bu aktivitelerin sonucunda ortaya çıkan davranış değişiklikleri çocukların yaşamı üzerinde etkili olmaktadır. Yapılan araştırmalar beden eğitimi aktiviteleri sonucunda kazanılan olumlu davranış değişikliklerinin kişilerin ileriki yaşamlarında da olumlu etkiler sağlayabileceğini belirlemiştir (Çamlıyer, 2007, s.18).

Beden eğitimi; oyunlar, spor aktiviteleri veya jimnastik gibi çocuklar üzerinde çok yorucu etkisi olmayan ancak onları bedensel açıdan olgunlaştırma amacını taşıyan ve bu sırada psikolojik, fizyolojik ve bilişsel bakımlardan geliştirmeyi hedeflemektedir. Beden eğitimi; içinde fiziki aktivitelerin bulunduğu bir kavram olmasının yanı sıra fiziksel aktivitelerle beden gelişimini amaçlayan bir kavramdır (Açak, 2006, s.16).

Çocuklara verilecek olan spor eğitimlerinin önemli bir bölümünü meydana getiren beden eğitimi okul içi eğitimlerde ders saatleri içinde gerçekleştirilen tüm çalışmaların toplamından meydana gelmektedir. Günümüz eğitim sistemlerinde spor eğitimleri farklı biçimlerde ve daha geniş anlamda değerlendirilmektedir. Spor aktiviteleri genel olarak tek bir hareket türü ile sınırlandırılmamakta, okul sporları bağlamında çok geniş bir alanda değerlendirilmektedir (Açıkada, 1993, s.14).

Beden eğitimine yönelik derslerin bir sistem içine sokulması ve ders içeriği şeklinde ilk ve ortaöğretim kurumlarındaki eğitim programları içine dahil edilmesi Cumhuriyetin ilanından sonra gerçekleşmiştir. 1926 senesinde okullardaki eğitim programları içerisinde jimnastik adı ile dahil olan bu dersler ardından beden eğitimi dersi adı ile müfredat içine konulmuştur. Beden eğitimi, çocukların ve gençlerin fiziken, ruhen ve fikren gelişmesine yardımcı olmak, hem bireysel olarak yaşama hazırlamak hem de iş yaşamında karşılaşılabilecekleri zorluklara karşı mücadelecı bir ruh kazanmasını sağlamak, milli

bilinç ve vatandaşlık hislerinin güçlenmesini sağlamak adına gerçekleştirilen sistemli ve düzen içerisindeki çalışmalarını tamamı olarak tanımlanmaktadır (Kuru, 2000, s. 25).

Beden eğitiminde gerçekleştirilen fiziksel aktivitelere bağlı olarak vücuda alınmış olan fazla enerji atılabilmekte, bağışıklık sisteminin güçlenmesine katkı sağlanabilmekte, dolaşım ve solunum sistemlerinin çalışmaları düzenlenebilmekte, dengeli ve düzenli beslenme konusunda bilinç sahibi olunabilmekte, farklı spor alanları ile ilgili yetenekler, teknik ve taktik kuralları öğrenilebilmekte ve bireylerde herhangi bir spor dalına karşı olan ilgi veya yetenek ortaya çıkarılabilmektedir. Bununla birlikte beden eğitimi dersine katılan çocuklara sağlıklı olma, fiziksel olarak dinç olma, eğlenme, etkileyici olma, estetik olma, bedeni şekle sokma, performans sahibi olma, kendine güvenme, maceracı olma, sosyalleşme ve rahatlama gibi beceriler de kazandırılmaktadır. İlköğretim evresi ele alındığında ağırlıklı olarak 7 ile 9 yaş arasında bulunan öğrencilerin temel hareket yetilerinin kazanmaları, 10 ile 11 yaş arasındaki öğrencilerin ise daha özel hareketlerle ilgili yetileri kazanma ve 12 ile 14 yaş arasındaki öğrencilerin ise spor dallarına ilişkin özel hareketleri öğrenebilmeleri mümkün olmaktadır (Güllü, 2007, s. 53).

Genel eğitim kapsamı içerisinde beden eğitimi ve spor, bireyin beden ve zihnen disipline edilmesi, kurallara uyması, çağdaş modern eğitim anlayışında, birey olma, kendini gerçekleştirme sorumluluk bilincine varma ve bu değerlerle yoğrulması genel eğitim ve beden eğitimi ile örtüşmektedir. Gelişmiş ülkelerde genel eğitim programları içerisinde beden eğitimi ders yükünün önemli yeri vardır. Çağdaş eğitim anlayışında genel eğitim, beden eğitimi ve spor ile desteklenmektedir. Yine bu toplumlarda okullarda kazandırılan spor eğitiminin bireylerin sonraki yaşantılarında da devam ettiği gözlemlenmektedir (Aybek, 2007, s. 28).

İlköğretim kurumlarında uygulanabilecek olan beden eğitimi ve spor etkinlikleri, çocukların motor beceri ve yeteneklerinin geliştirilebilmesi, olumlu davranışların kazandırılabilmesi, yetişkinlik döneminde, sporu alışkanlık haline getirip aksatmadan sürdürebilmeleri ve sağlıklı olabilmeleri yönünden önemlidir. Beden eğitimi, temel hareket bilgi ve becerileri, yer değiştirme ve dengeli olmayı gerektiren hareketlerle nesnelerin kontrol edilmesini gerektiren hareketler ve hepsinin bir arada kullanıldığı birleştirilen hareketleri kapsamaktadır. Bu becerilerin temelde 1,2 ve 3. sınıflar içinde gelişmesi beklenmektedir (Yenal vd., 2009, s.15).

McKenzie ve diğerleri (1991) beden eğitimine yönelik ders içeriklerinin öğrencilerdeki fiziksel aktivitelere olan etkisini inceledikleri araştırmalarında bu derslerin halk sağlığı için de önemli düzeyde etkili olduğu sonucuna varmışlardır. Yanı sıra öğrencilerin fiziki aktivite seviyesini de yükselttiği tespit edilmiştir.

Gerçekleştirilen farklı bir araştırmada aktif yaşamın desteklenebilmesi ve bunun bir alışkanlık haline dönüşebilmesi için beden eğitiminin önemli olduğu tespit edilmiştir. Araştırmada ilköğretim seviyesindeki beden eğitimi derslerinde orta ve üst düzeydeki aktiviteler, hareketler, oyun ve dans etkinliklerine üst düzeyde katılan öğrencilerin egzersizlerin sağlıkla ilgili yararlarından daha yüksek seviyede yararlandıkları ifade edilmiştir (Haywood, 1991,s.151).

2.1.1. Beden Eğitimi ve Spor Dersinin Önemi ve Amacı

Okullar içinde öğrencilerin fiziki aktiviteler vasıtasıyla eğitimlerini sağlayan tek ders Beden Eğitimi ve Spor dersi olmaktadır. Bu ders, insanların daha sağlıklı olabilmeleri, daha karakterli olabilmeleri, daha yüksek düzeyde morale sahip olabilmeleri ve bu bağlamda ulusal açıdan güçlü ve ortak duyguları paylaşan bireyler olmalarını sağlayan önemli bir eğitim aktivitesidir. Beden eğitimi, oyunlar, jimnastik hareketleri ve spor aktiviteleri gibi eğitsel etkinliklerin tamamı olarak adlandırılan bir kavramdır. Bireyleri fiziksel, psikolojik ve davranışsal açıdan geliştiren, vücudun fiziksel bütünlüğüne zarar vermeden, bir denge içinde gelişmesine aracılık eden, kişileri hem kendine hem de içinde yaşadığı topluma karşı faydalı olmayı öğütleyen, bilimi temel alan beden faaliyetlerinin bütününe beden eğitimi denebilir (Açak, 2005,s.9).

Beden Eğitimi ve Spor dersi; çocukların hem davranışsal hem de bilişsel gelişimlerinin yanında fiziksel gelişimlerinin de uyum içinde gelişim göstermesine, onların içerisinde yaşamlarını sürdürdükleri toplumsal yapı için daha yararlı olmasına, bireysel olarak verimli ve mutlu olmalarına aracılık eden bir yapıdadır. Sayılar bu yararlarının yanı sıra toplumdaki tüm grupların Beden Eğitimi ve Spor aktivitelerine katılmaları ve sonucunda elde edecekleri başarıları yoluyla kendi ülkelerinin tanıtımını ve propagandalarını yapmaları bakımından da öneme sahiptir (İnal, 2003,s. 25).

Beden Eğitimi ve Spor dersleri; hem tek tek bireylerin hem de toplumun genel yapısının sağlıklı olması için önemli bir araçtır. Kalifiye insan gücü söz konusu olduğunda, sağlık olmadan verimin olamayacağı ve insanların kendilerinden beklenen eylemleri gerçekleştiremeyeceğinden söz edilebilir. Bireylerin, özellikle genç bireylerin, bedenlerinin ve ruhsal yapılarının eğitilmesi ve geliştirilebilmesi için en uygun ve etkili vasıta fiziksel hareketlerdir ve bu hareketlerin pek çok türünü içinde barındıran Beden Eğitimi ve Spor eğitimleridir. Bu özellikler iki ana başlık altında toplanabilir. Bunlar: Fiziksel Özellikler: Çevik olma, esnek olma, güçlü olma, hızlı olma, hareketli olma, koordinasyon içinde hareket edebilme gibi özelliklerdir. Ruhsal Özellikler ise : Yarışma ruhuna sahip olma, yardımlaşma duygusuna sahip olma, çalışma disiplininin olması, cesaretli olma, kararlı ve mücadeleci olma gibi özelliklerdir (İnal, 2003,s. 26).

Yaylacı 2007' ye göre genel eğitimin önemli bir parçası olan Beden Eğitimi ve Sporun temel amacı, çocukların fiziksel etkinlikler yani hareketler yolu ile eğitimi sağlayarak her öğrencinin kapasitesinin en üst düzeye çıkmasına yardımcı olmaktır. Aynı zamanda çocukların fiziksel, zihinsel, sosyal ve duygusal gelişimlerinin katkıda bulunmaktır. Beden eğitimi; sağlıklı, güçlü, mutlu olma, kişilik, karakter, ahlaki değerler kazanma, kültürleşme, toplumsallaşma ve vatandaşlık eğitimidir(Mirzeoğlu,2003,s.84).

2.1.2. Beden Eğitimi ve Spor Dersinin Faydaları

Eğitim ve öğretim süreçlerinde beden eğitimi ve spor derslerinin büyük bir önemi bulunmaktadır. Öğrencilerin oyalanması amacıyla ders programlarına dahil edilen bir ders değildir(Bucher,1999,s.35).

Beden eğitimi ve spor dersleri öğrencilerin fiziksel, zihinsel, ruhsal ve toplumsal açıdan gelişmelerinin dengeli ve sağlıklı şekilde olmasını sağlayan, onların toplumsal yapı içinde mutlu ve sağlıklı bireyler olarak var olmasına yardım eden bir yapıya sahiptir. Bu dersler sayesinde öğrenciler spor aktivitelerine katılım göstermekten zevk almakta ve sportif açıdan sahip oldukları yetenekleri geliştirmektedirler. Aynı zamanda farklı spor dallarına yönelik olarak farklı becerilere de sahip olma imkanı bulan öğrencilerde sorumluluk duygusunda gelişme ve sosyal hayatta görevler üstlenmede isteklilik gibi olumlu sonuçlar gözlenebilir. Farklı bir bakış açısı ile beden eğitimi ve spor derslerinin öğrencilere aşağıdaki katkıları sağladığı ileri sürülebilir (Ağırtaş, 2017,s.22):

- Öğrencinin kendisini gerçekçi bir şekilde tanıma ve çevresinde bulunan diğer kişilere tanıtmaya imkanı bulabilir.
- Öğrenciler sahip oldukları bilgilerin ve yeteneklerin farkına varır ve hem güçlü hem de zayıf yönleri ile ilgili bilgi sahip olurken zayıf olduğu yönlerin gelişmesi için gayret göstermeye başlar.
- Öğrenciler fiziksel olarak bedenlerini ve bedenlerinin sahip olduğu gücü ve sınırları daha yakından tanır.
- Yeni ve farklı yeteneklerin öğrenilmesi ile öğrenciler kendilerinde bulunan potansiyeli etkili ve verimli bir şekilde kullanma imkanı bulur.
- Öğrenciler sağlıklı ve mutlu bir yaşam sürdürebilmek için gereken tecrübe, bilgi, sorumluluk ve davranışları elde ederler.

Beden eğitimi kavramını kişilerin hayatı boyunca daha kaliteli bir yaşam sürmelerini sağlamak temel amacı ile onlara bedensel, duyuşsal ve ruhsal becerilerin kazandırılması süreci şeklinde tanımlamak mümkündür (Tamer, 1991,s.43-46; Senemoğlu,2001,s.34-35).

- Beden eğitimi ve spor derslerinin öğrencilerin fiziki gelişimlerine olan etkileri: Beden eğitimi aktivitelerinin en önemli özelliklerinden birisi öğrencilerin fiziki gelişimlerine katkı sağlamasıdır. Eğitim süreçlerindeki diğer dersler ve aktiviteler genel olarak öğrencilerin bilişsel gelişimleri üzerine eğilmektedir. Öğrencilerin

kaslarının, kemiklerinin ve eklemlerinin çalıştırılması ve fiziksel olarak gl hale gelebilmeleri ise beden eēitim ve spor dersleri ile mmkn olabilmektedir. İnsan doēal olarak hareket halinde olan bir yapıya sahiptir. Hareket zerine kurulu olan bu fizyolojik yapının geliştirilmesi ise önceden hazırlanan bazı planlara baēlı olarak gerçekleştirilen aktivitelerle mmkn olabilmektedir. Spor aktivitelerinin sürekli ve belirli bir program dahilinde yapılması, bedendeki fizyolojik sistemlerin gelişebilmesini, glenebilmesini ve daha verimli olarak çalışmasını saēlar. ērencilerin fiziksel gelişimlerinin onların sosyal yaşamları içinde dahi etkilemektedir. rneēin fiziki olarak sportif aktivitelere uyumlu olan ērenciler, spor etkinlikleri içerisine katılarak grup içinde kabul edilme, gruba karşı ait olma hissini yaşama gibi duyguları yaşayabilirken, fiziki olarak yetersiz olan çocuklar bu tür gruplar tarafından dışlanır ve ocuk olumlu sosyal ilişkiler kuramaz.

- Beden eēitimi ve spor derslerinin ērencilerin psikomotor gelişimi üstündeki etkileri: Psikomotor gelişim ile anlatılmak istenen şey asıl olarak vücutta bulunan kemiklerin, kasların ve diēer tüm biyolojik sistemlerin uyum içerisinde çalışması ve bir arada hareket edebilme yetisidir. Beden eēitimi derslerinde gerçekleştirilen aktivitelere baēlı olarak ērencilerin kas ve sinir koordinasyonları uyumlu bir şekilde gerçekleştirilir. Bu durum beden eēitimi derslerinin psikomotor gelişime yönelik etkilerini göstermesi açısından önemlidir. Psikomotor gelişimlerini tamamlayan ērenciler kas ve sinir sistemleri arasındaki koordinasyonunu kullanarak belirli bir işi daha az enerji harcayarak daha kolay, estetik ve başarılı olarak yerine getirebilmektedir. Koşmak, yakalamak, top sürmek, aēaca tırmanmak, tutmak, sıçramak... gibi yetenekler psikomotor gelişimle ilişkili durumda bulunan aktiviteler arasındadır. Beden eēitimi dersleri ile geliştirilip deēiřtirilmek istenilen bu yetenekler, ērencilerin bütünsel gelişimini saēlamada etkili olmaktadır.
- Beden eēitiminin zihinsel gelişim üzerindeki etkisi: Bireylerin yařadıēı dış çevreyi anlaması, olayları ve durumları yorumlayabilmesi, düşünme becerisi bireylerin zihinsel gelişimini ifade etmektedir. Bireylerin problem çözme, anlama ve ērenme ortamlarındaki yaşantıları onların zihinsel gelişimlerini hızlandırır. Beden eēitimi ve spor faaliyetlerinde oyunların ve yarışmaların kurallarını ērenme ve oyun sürecinde kazanmak amacıyla geliştirilen stratejiler bireylerin zihinsel gelişimlerini arttırıcı rol oynamaktadır. Bireyler sportif faaliyetleri izlerken sporcuların hareketlerini izlemesi, oyun kurallarının anlatılması, oyun stratejilerinin geliştirilmesi, planlama yapılması ve ērenilen hareketlerin uygulanması zihinsel faaliyetlerdir.
- Beden eēitiminin duygusal ve toplumsal gelişim üzerindeki etkisi: Bireylerin toplum kurallarına uyarak, deēerlerini benimsemesi, sosyal ilişkiler kurabilmesi ve temel hak ve özgürlüklere saygı göstermesi toplumsal gelişim ile ilgili durumlardır. Sportif faaliyetlerden bazılarının takım oyunları şeklinde olması, gerek bireysel gerekse de takım oyunlarının taraftarlar tarafından izlenmesi bu

faaliyetlerin toplumsal bir yapıya sahip olduğunu göstermektedir. Bu nedenle sporcular duygu ve düşüncelerini gerek izleyicilere, gerek takım arkadaşlarına ve gerekse de rakibine aktarma fırsatı bulmaktadır. Beden eğitimi ve spor faaliyetleri çerçevesinde bireyler kendilerine bir sosyal grup oluşturarak sosyal ilişkiler kurabilme ve bir gruba ait olarak kendini gerçekleştirme fırsat bulma imkanına sahip olurlar. Bu şekilde bireyin toplumsal gelişimi sağlanmış olur.

Beden eğitimi ve spor dersleri kapsamında öğretmenler öğrencilerine fiziksel bazı hareketlerin yapılması, kimi oyunların kurallarının öğretilmesi gibi bilgiler aktarmaktadır. Öğrenme kavramını kişilerin içinde bulundukları çevre içinde yaşadıkları deneyimlere bağlı olarak davranışsal değişim gösterebilmeleri olarak tanımlamak mümkündür. Öğrenmenin ortaya çıkabilmesi için gerekli olan etkenleri şöyle sıralamak mümkündür (Tamer, 2001,s.64):

1. Kişinin öğrenme durumuna karşı hazır olma seviyesi: Öğrenmenin ortaya çıkabilmesi için kişilerin fiziksel, bilişsel ve psikolojik olarak hazır bulunması gereklidir. Öğrenciler bir davranış veya spor aktivitesini öğrenebilmek için belirli düzeyde bir motivasyona sahip ise bu öğrenme gerçekleşebilmektedir. Bu yüzden beden eğitimi ve spor derslerini veren öğretmenlerin öğrencilere o derste öğretilecek olan aktivitelerin kural ve amaçları ile bu öğrenmenin sonunda ne tür yeterliliklere sahip olacakları konusunda bilgiler vermeli ve onları bu bilgiler doğrultusunda güdüleyebilmelidir.

2. Güdülenme Seviyesi: Öğrencilerin bir konuyu öğrenmeleri ile ilgili teşvik edilmeleri, öğrenme ortamında bulunan ve öğrenmeye engel olabilecek etkenlerin bertaraf edilmesi şeklinde tanımlanabilir. Öğrencilere öğrenme sürecinin sonucu ile ilgili bilgi verilmesi, geri bildirimde bulunulması ve başarılarla bağlı olarak belirli ödüller verilmesi onları güdüleyecek ve öğrenmesi daha verimli hale getirecektir.

3. Öğrenmenin Tekrarının Yapılması: Öğrenme süreçlerinin sağlıklı olabilmesi ve istenen yönde davranış değişikliklerinin ortaya çıkabilmesi için kalıcı öğrenmenin gerçekleşmesi gereklidir. Kalıcı öğrenmenin olabilmesi için de öğrenilen bilgilerin ve edinilen yeteneklerin tekrar edilmesi ve pratik yapılması büyük önem taşımaktadır.

4. Öğrenilecek davranışın niteliği: Öğrenilecek davranışların öğrencilerin yaşları, cinsiyetleri, sosyal ve ekonomik durumları, kültürel seviyeleri ve değer ve inançları ile uyumlu olması öğrenme süreçlerini kolaylaştırmaktadır. Bu yüzden öğretmenlerin öğretmek istedikleri davranışları ya da spor aktivitelerini öğrencilerin bireysel özelliklerine uyumlu hale getirmeleri önemlidir.

2.1.3. Beden Eğitimi ve Spor Dersi İçerikleri

Beden Eğitimi ve Spor Dersi Öğretim Programının amaçları öğrencilere yaşam boyu kullanmaları için hareket becerileri kazandırmak, aktif ve sağlıklı şekilde yaşamlarını sürdürmelerini sağlamak, öz yeterlilik ve özgüven sahibi yapmak, toplumsal açıdan sağlıklı bireyler olmalarını sağlamak ve bilişsel yeteneklerini de geliştirerek bir sonraki öğrenim düzeyine hazırlamaktır. Bu amaca yönelik olarak Beden Eğitimi ve Spor dersindeki içeriklerin öğretildiği öğrencilerin aşağıda yer alan program çıktılarına ulaşmaları ön görülmektedir (MEB, 2018,s.9):

- Farklı fiziki aktiviteler ve spor dalları ile ilgili özel hareketleri ediniz.
- Hareketlerle ilgili kavramları ve ilkeleri, farklı fiziki aktivitelerde ve spor karşılaşmalarında kullanır.
- Hareketlerle ilgili stratejilere taktikleri, çeşitli fiziki aktivitelerde ve spor karşılaşmalarında kullanır.
- Sağlıklı yaşama ilişkin fiziki aktiviteleri ve bunların spor kavramlarıyla ilgili olan ilkelerini açıklar.
- Sağlıklı olmak ve bunu koruyabilmek için fiziki aktivitelere ve sporlara düzenli şekilde katılır.
- Beden eğitimi ve sporla ilgili kültürel birikim ve değerlerimizi kavrar.
- Beden eğitimi ve spor yoluyla öz yönetim becerilerini geliştirir.
- Beden eğitimi ve spor yoluyla iletişim becerileri, iş birliği, adil oyun (fairplay), sosyal sorumluluk, liderlik, doğaya duyarlılık ve farklılıklara saygı özelliklerini geliştirir.

Beden Eğitimi ve Spor Dersi Öğretim Programı ile öğrencilere kazandırılması hedeflenen beceriler aşağıda sunulmuştur (MEB, 2018,s.9):

- Dayanıklı olma
- Çabuk (hızlı) olma
- Esnek olma
- Hareketli olma
- Koordinasyonu hareket edebilme
- Kuvvetli olma
- Ritimli olma

Beden Eğitimi ve Spor dersi ortaokul 5 - 8. sınıflarda okuyan öğrencilerin fiziksel etkinliklere ve spora katılmalarına ve bu süreçlerde bedensel, zihinsel, duygusal ve sosyal becerilerini geliştirmelerine katkı sağlayacak tüm eğitim süreçlerini içerir. Bu eğitim sürecinde öğrencilerin yaş düzeyi, hazır bulunuşlukları, ilgileri, beklentileri, gibi etkenlerin dikkate alınması gereklidir. Ders, öğrencilerin yaşıyla fiziksel özelliklerine uygun olan fiziksel etkinliklere ve sporlara katılacakları şekilde planlanır. Bu doğrultuda Beden Eğitimi ve Spor Dersi Öğretim Programı, ortaokul 5-8. sınıflar düzeyindeki

öğrencilerin gelişim ihtiyaçları ve eğitim öncelikleri göz önüne alınarak “Hareket Yetkinliği” ile “Aktif ve Sağlıklı Hayat” olmak üzere iki temel öğrenme ve gelişim alanı üzerine tasarlanmıştır. Aynı zamanda, “beden eğitimi ve spor” etkinliklerinin içindeki öz yönetim, sosyal ve düşünme becerilerini geliştirme fırsatlarından etkili bir şekilde yararlanmak için bu boyutlarla ilgili kazanımlara da Öğretim Programı’nda yer verilmiştir. Program’ın yapısındaki önemli unsurlardan birisi Program amaçlarına ulaşmada öğretmenlere ve öğrencilere yol gösterici olarak “Fiziksel Etkinlik Kartları (FEK)” kullanılacaktır. Program amaç ve çıktılarından yola çıkılarak sınıf düzeylerine göre belirlenmiş kazanımlar ve sınıf düzeyine göre öğrenme alanı/alt öğrenme alanı/kazanım dağılımları aşağıda sunulmuştur (Tablo 1). (MEB, 2018,s.13).

Tablo 2.1.Öğrenme Alanları ve sınıf düzeylerine göre kazanım dağılımları

Öğrenme alanı	Alt Öğrenme Alanı	5.Sınıf	6.Sınıf	7.Sınıf	8.Sınıf
1.Hareket Yetkinliği	Hareket becerileri	7	8	8	5
	Hareket kavramları, ilkeleri ve ilgili hayat becerileri	9	9	10	12
	Hareket strateji ve taktikleri	2	2	1	1
2.Aktif ve Sağlıklı Hayat	Düzenli fiziksel etkinlik	1	1	2	2
	Fiziksel etkinlik kavramları, ilkeleri ve ilgili hayat becerileri	7	6	5	6
	Kültürel birikimlerimiz ve değerlerimiz	5	5	4	4
Toplam		31	31	30	30

Kaynak: MEB, 2018,s.13.

Bu araştırma kapsamında, beden eğitimi ve spor dersindeki içeriklerin fiziki uygunluk, motor beceri ve oyun olmak üzere üç alt başlık halinde incelenmiştir.

Fiziksel Uygunluk

Fiziki açıdan uygun olma kardiovasküler anlamda dayanıklı olma, kas sisteminin dayanıklı olması, kasların güçlü olması, hızlı olma, esnek olma, çevik olma, dengeli olma, hızlı şekilde tepki verebilme ve bedensel kompozisyonu kapsamaktadır. Bu özellikler spor aktiviteleri ve sağlıklı olmak açısından farklı farklı değerlere sahip olduğu için performansa ilişkin fiziki uygunluk ve sağlığa ilişkin fiziki uygunluk şeklinde adlandırılmaktadır. Performansa ilişkin fiziki uygunluk hızlı olma, çevik olma, koordineli olma ve anlık tepkiler gösterebilme gibi özellikleri içerirken, diğer öğeler de sağlık ile ilişkilidir (Saygın vd., 2005,s.206).

Fiziki açıdan uygun olma doğal bir yeterlilik düzeyidir. İnsan bedeni yapılan aktivitelerden büyük oranda etkilenir ve fayda sağlar. Fiziki açıdan uygunluğun kazanılması erken çocukluk dönemlerinde elde edilen spor yapma alışkanlıkları ile yakından ilgilidir. Beden eğitimi programları ve spor etkinlikleri fiziksel uygunluğun geliştirilmesinde bir araç olarak kullanılır. Devamlılığı olan fiziki etkinliklerle ilgili alışkanlıklar erken çocukluk dönemlerinden itibaren okul müfredatlarında bulunan beden eğitimi ders programlarının devamlılığı ile mümkündür. İlkokuldan itibaren sürekli ve belirli bir amaca yönelik biçimde öğrencilere verilen beden eğitimi ve spor aktiviteleri çocukların sonraki senelerde yaşayacağı süreçte zihinsel ve bedensel alt yapısının ilk basamaklarını meydana getirecektir. Bunlarda sağlıklı bir toplumun ortaya çıkmasında önemlidir (İrez, 2012,s.21).

Motor Beceri

İlkokul eğitiminde beden eğitimi derslerinin en önemli amaçlarından birisi de sinir sistemi ile kaslar arasındaki koordinasyonun en üst seviyeye çıkarılmasıdır. Bu da motor becerilerin gelişimi bireyin zihinsel, duygusal ve toplumsal gelişimi ile ilişkili olmaktadır. Bu bileşenler birbirlerinden farklı şekilde gelişmezler 40. İlkokullarda beden eğitimi dersi çocukları hem aktif kılar hem de temel motor becerilerini geliştirmeye katkı sağlar. Ders içeriği olarak motor beceri konusu ele alındığında çocukların atlama, atma, yuvarlanma, yakalama, denge, vurma gibi konular işlenerek motor gelişimlerine katkı sağlanmalıdır (Ward vd., 2007,s.101).

Oyun

Özellikle ilkokullardaki beden eğitimi dersleri oyun etrafında yapılan hareketlerden meydana gelmektedir. Oyun ile öğrenme modern zamanların en etkili öğrenme araçlarından birini oluşturmaktadır. Oyun aracılığı ile öğretim tekniği ise çocukların okul ortamlarında fazla zorlanmadan benimseyebildikleri bir teknik olması bakımından önem taşımaktadır. Beden eğitimi dersi kapsamında oynanan oyunlar öğrencinin fiziki ve bilişsel becerilerini geliştirmesi ve sağlıklı bir bedene kavuşması için kullanılan bir araç şeklinde kabul edilmektedir (Hazar, 2000,s.25).

Oyun oynamanın ve oyun oynarken içine girilen sosyal etkileşimin çocuklardaki benlik oluşumu için önemli olduğu görülmektedir. Çocuk kendini ve çevreyi tanımak için önce hareket eder. Beden eğitim içerikleri de çocukların harekete ve oyuna en çok gereksinim duydukları bir dönemde özellikle ilkokul dönemlerinde büyük bir öneme sahip olmaktadır. Yaşın ilerlemesine bağlı olarak fiziksel özelliklerin ve becerilerin kazanılması zorlaşmaktadır (Gülüm, 2008,s.42).

2.2. Tutum Kavramı

Bireyin davranışlarının bir süre izlenmesiyle bireyin bir kişiye, olaya ya da nesneye yönelik olan yaklaşımları, soyut bir kavram olan tutum ile nitelendirilebilir. Örneğin, kadınlarla konuşmayan ve onların oldukları ortamlardan hızla ayrılan kişiler, kadınlara karşı olumsuz tutum sergilemektedir. Bireylerin sergilediği tutumlar olumlu ise alınan kararların da olumlu, sergilenen tutum olumsuz ise benzer şekilde alınan kararların da olumsuz olduğu görülmektedir. Tutumlar, alınan veya alınacak olan bütün kararları etkileme gücüne sahiptir (Ülgen, 1995, s.66).

Katz'a göre tutum, bireylerin çevrelerinde bulunan nesneleri, simgeleri ya da olayları değerlendirmeleridir. Katz, yapmış olduğu bu tanımlama ile bireylerin çevrelerine karşı sergilediği tavır ve duruşu ön plana çıkarmaktadır. Bireyin kendi pozisyonunu belirleyebilmesi, çevresi ile uyum sağlayabilmesinin en önemli şartıdır. Kendi pozisyonunu belirleyen bireyler, buradan hareket ile çevresine yön verebilir, kendi konumunu ve üstleneceği rolleri belirleyebilir (Akt. Keskin, 2015, s.53).

Tutumlar, bireylerin yaşadıkları olaylara ve deneyimlere bağlı olarak oluşmaktadır. Süreç sonunda oluşan tutum, bireylerin öğrenmeyle kazandıkları davranışların değişmesini sağlayan ve karar verme sürecini etkileyen bir olgudur (Tavşancıl, 2002, s).

Tutum, bireyleri çok fazla etkileyen bir eğilimdir. Bireyin geçmiş yaşantılarına bağlı olarak oluşan nesnelere, kurumlara, olaylara, fikirlere ve diğer kişilere karşı olan duygu, düşünce ve davranışlarının şekillenmesi sağlayan bir eğilim olarak tanımlanmaktadır. Yapılan bir diğer tanımlamada ise tutum; öğrenilmiş eğilimler olarak ifade edilir. Bu eğilimler; bireyleri semboller, durumlar, olaylar ve nesneler karşısında davranışlar sergilemeye itmektedir (Başer, 2009, s.17).

İnsanlar tarafından gösterilen davranışların oluşmasında etkili olan duyuşsal etmenler yani tutumlar; bireyler tarafından sergilenen davranışların hangi yönde olacağını ve bu davranışların şiddetini etkilemektedir. Tutumun eğitim ve öğretim alanında ne kadar etkili olduğu, son yıllarda yapılan çalışmalarda ortaya konulmuş bulunmaktadır. Buna göre öğrencilerin derslere, öğretmenlere, araç-gereçlere ve süreçteki diğer unsurlara karşı oluşturdıkları tutumlar, ders başarılarını etkilemektedir (Kavas, 2013, s.4).

2.2.1. Beden Eğitimi Dersinde Tutum

Eğitim ve öğretim sistemi içinde çok önemli bir yer tutan beden eğitimi ve spor dersleri, çocukların kişilik eğitimlerinin çok önemli bir parçasıdır. Genel eğitimin tamamlayıcısı ve eğitim ayrılmaz bir parçası olan beden eğitimi; öğrencilerin birden fazla alanda kendilerini geliştirmesini sağlamak ve onların gelişimlerine destek olmaktadır. Bu derslerin temelinde fiziksel aktivitelerin bulunması, toplumun sağlıklı bir yapıda olmasını da sağlamak ve toplum sağlığı için çok önemli bir rol oynamaktadır. Öğrencilerin eğitim süreçlerinde kişisel farklılıklarının ortaya çıkması ve bu özellikleri tanımasını sağlamak olan beden eğitimi ve spor derslerinin temel amacı, öğrencilerin fiziksel

aktivitelere katılmaya yönelik olumlu tutum ve davranış geliştirmesini sağlamaktır (Hünük ve Demirhan, 2003, s.178). Bütün bunlar birlikte değerlendirildiğinde söz konusu derslerin genel eğitim içinde çok özel bir yeri olduğu ve buna bağlı olarak birçok araştırmacı tarafından beden eğitimi dersine yönelik tutumlara yönelik araştırma yapılmış ve bunlar incelenmiştir.

Öğrenciler, eğitim ve öğretim süreçlerinde birçok tutum geliştirmektedir. Genel olarak öğretmenlerine, okula, derslere, ders konularına, aynı sınıfı ve okulu paylaştıkları arkadaşlarına yönelik tutumlarının olumlu olduğu bilinir. Geliştirilen bu olumlu tutum sayesinde öğrenciler; diğer öğrenciler ile uyum içinde sürecin içinde yer alır, büyük sorunlara sebebiyet vermez, okul içinde uygulanan kurallara uyar, boş zamanlarında kendileri için yararlı olacak etkinlikler yaparlar. Bütün bu olumlu davranışların oluşmasında ve gerçekleştirilmesinde, tutum çok önemli bir yere sahiptir ve çoğu zaman etkili olmaktadır (Kızılkaya, 2009, s.26). Buna karşın okullardaki beden eğitimi derslerine karşı olumsuz tutum geliştiren öğrenciler, dersin genel işleyişini olumsuz etkilemektedir. Bu tür öğrenciler; dersin genel olarak veriminin düşmesine neden olmakta, derse gerekli ilgiyi göstermemekte, yapılan aktivitelere katılmamakta, dersin işlenmesini olumsuz olarak etkilemekte ve bazı öğrencilerin de aynı şekilde derse karşı olumsuz tutum gelişmesine neden olmaktadır. Bu durum ise dersin işlenmesi sırasında farklı sorunların yaşanmasını tetiklemektedir.

Öğrencilerin, beden eğitimi dersine karşı sahip oldukları motivasyonları, bu derse yönelik olarak geliştirdikleri tutumları direkt olarak etkilemekte ve bu etkiler, yapılan farklı araştırmalarda sonucunda ortaya konmaktadır (Kır, 2012). Bununla birlikte öğrencilerin sahip olduğu yaşam şartları, sosyal yaşantılarının kalitesi ve benzer unsurlar da benzer şekilde beden eğitimi ve spor derslerine yönelik geliştirdikleri tutumu, direkt olarak etkilediği yapılan araştırmalarda tespit edilmiştir (Üstüner, 2006; Özyalvaç, 2010).

2.3. Okullarda Başarı ve Motivasyon Arttırma Yolları

Motor beceri gelişiminde öz düzenleme, bireysel ve bağlamsal özellikler ile gerçek başarı arasında bir arabulucu olarak düşünülür. Beden eğitimi programlarının, öz- düzenleme stratejilerini kullanan egzersiz ve spor ortamlarına aktif olarak katılan bireyler yetiştirmesi gerektiği düşünülmektedir. Çünkü bu şekilde öğrenciler fiziksel aktiviteyi bir yaşam biçimi alışkanlığı olarak benimserler (Fox vd., 2004,s.340). Sporun bir başarı ortamı olduğu göz önünde bulundurulursa, öğrencilere beden eğitimi derslerinde, fiziksel aktivite ve spor ortamına aktif olarak katılmaları ve etkili öğrenciler olabilmeleri için davranışlarını nasıl düzenleyecekleri öğretilmelidir.

Öz düzenlemenin, öğrenme ve becerilerin gelişmesine katkıda bulunduğu inanılan çok sayıda bilişsel ve davranışsal öğrenme tekniklerini içerdiği ileri sürülmektedir. Bilişin düzenlenmesi, gereksinimlerin veya beklentilerin değişmesine cevap olarak öğrencinin

planlama, gözlem yapma ve bilişsel süreçlerini kontrol etme veya düzeltme çabalarını tanımlamaktadır (Cox ve Williams, 2008,s.226).

Güdü düzeyinin yeniden yapılandırılması; öğrencinin kişisel çabasını düzenlemesini ve kontrol etmesini içermektedir. Öğrencinin kişisel olarak hedeflerini belirlemesi, kendini zorlayan veya ona sıkıcı gelen bir sorumluluk üstlendiğinde direnebilmesi ve vazgeçmemesi açısından öz düzenlemenin önemli bir güdüleyici tarafı şeklinde görülmektedir. Öz düzenleme uzun vadede öğrenme ve performans üzerinde de etkili olmaktadır. Çünkü özellikle psikomotor alanda öz düzenleme, uzun ve yoğun şiddetli alıştırmalara direnebilme noktasında önemlidir (Ommundsen, 2006,s.291).

Öz düzenlemenin motor öğrenme gelişimi noktasında üstlendiği bu büyük rol güdüleyici içerik ve kişisel amaçlar arasında bulunan etkileşimi araştırmayı gerektirmektedir. Öğrencinin başarıya ilişkin kendisine koyduğu hedefler, zor görevlerle ilgili gösterdiği direnç, uygun seviyede rekabetin içinde bulunduğu görev ve sorumluluklar, öz düzenleme ve bilişsel tekniklerin kullanılması ile ilgilidir. Öğrenci, öğrenmesini, performansını ve davranışlarını kendi kendine düzenleyebilmesi için belli hedeflere sahip olmalıdır veya gelişimini karşılaştırabilmek için belirli standartlara veya kriterlere sahip olmalıdır (Anderman ve Maehr, 1994,s.289).

Elliot ve Trash (2002) başarıya ilişkin konulan hedefin, öz düzenleme sürecinde önemli bir rolünün olduğunu ileri sürmektedirler. Hedefler, genel olarak eğilimlere yön veren düzenlemenin bilişsel formudur ve güdü sürecine anlam katmaktadır. Başarıya ilişkin konulan hedefi, insan davranışsal düzenlemesine, hayvanlarda gözlenmeyen esnek ve stratejik bir unsur katarlar. Benzer şekilde Pintrich (1999), başarı hedefleri ve öz düzenleme arasında istikrarlı bir ilişki olduğunu belirtmiştir. Başarı hedeflerinden biri olan ustalık hedefinin, etkili bilişsel strateji kullanımı ve öz-düzenleme stratejileri ile pozitif yönde ilişkili olduğunu ortaya koyan çalışmalara rastlanmaktadır (Anderman ve Maehr, 1994; Arabacı, 2008).

Bununla birlikte ustalık başarı hedefleri baskın konumda bulunan öğrenciler, performans hedefi baskın konumda bulunan öğrencilere kıyasla bilişsel stratejileri daha yüksek düzeyde dikkate almakta ve kullanmaktadırlar. Kimi araştırmalar da buna benzeyen biçimde ustalık hedefini ön planda tutan öğrencilerin, yeni bilgilerin önceki bilgilerle ve günlük olaylarla bağlantısını kurabilme, anlamalarını gözlemleyebilme ve temel düşünceleri açıklama gibi derin bilişsel öz düzenleme stratejileri kullandıklarını ortaya koymuştur (Cox ve Williams, 2008,s.227).

Ustalık hedefi, öğrencileri araştırmak, bilişsel gelişime neden olabilecek görevleri üstlenmek ve bu görevleri sürdürmek konuları ile ilgili teşvik edici içeriktedir. Ustalık hedefi ön planda bulunan öğrenciler, öğrenme süreçlerine ilgi duydukları, öğrenmelere

karşı pozitif yönlü tutum geliştirdikleri ve zorluk içeren görev ve sorumluluklardan keyif aldıkları bilgilerin birleştirilmesi ve anlamının kontrol edilmesi gibi çaba gerektiren ve anlama düzeyini yükselten teknikler kullanma eğitimi içinde olmaktadır (Güllü vd., 2009,s.276).

Performans hedefinin öz düzenleyici öğrenme, performans ve derinlemesine bilişsel stratejilerin kullanımı ile negatif, ezberci öğrenme gibi yüzeysel öğrenme stratejilerinin kullanımı ile pozitif ilişkili olduğunu ortaya koyan araştırmalar bulunmaktadır. Asıl olarak çok sayıda araştırma performans hedefinin yüzeysel ve bilgiyi mekanik ve tekrarlı ezberleme gibi düşük karmaşık öğrenme stratejileri ile ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır. Çünkü performans hedefini benimseyen öğrenciler diğer arkadaşlarına yeteneklerini sergilemeye odaklandıkları ya da yeteneksiz görünmekten korktukları için kısa dönemde algıladıkları yeteneksizliği saklamaya yönelik davranışlar sergilerler ve uzun dönemde öğrenme az oranda olur (Valle vd., 2003, s.102).

Bu öğrenciler sadece notlar, test sonuçları, başkalarına üstün gelmek ve en iyi öğrenci olarak algılanmak ile ilgilenirler. Görevi ilk bitiren öğrenci olmak için ezberleme, tahmin etme ya da akıllarına gelen ilk şeyi yazma gibi yüzeysel bilişsel stratejileri kullanırlar. Ayrıca performans hedefini benimsemiş öğrenciler, öğrenmenin kendisi ile ve çaba gerektiren stratejiler ile uğraşmazlar ve bu durum, bu bireylerin en çok kaçtığı şey olan yeteneksiz olduklarına inanmaları ile sonuçlanır(Güllü vd., 2009,s.277).

Fakat kimi çalışmalar performans hedefi ile öz yeterlik, öğrenme tekniklerini etkili kullanma, not ve derslerle ilgili olumlu tutumlar arasında zayıf veya ortalama bir etkileşim bulunduğunu ortaya koymaktadırlar (Urdan, 1997, s.95).

Performans hedefi kavramını performans yaklaşımı ve performanstan uzaklaşmak şeklinde ikiye ayırdığı modeli esas alan çalışmalarda daha belirgin bazı bulgular elde edilmiştir. Kimi araştırmalar ortaokul öğrencilerinde performans yaklaşımı hedefleriyle bilişsel tekniklerin kullanılması arasında anlamlı ve olumlu yönde bir etkileşim olduğunu belirlerken, daha küçük yaşta bulunan öğrenenlerle gerçekleştirilen kimi araştırmalar performans yaklaşımı hedefleriyle çaba, direnç sahibi olma ve yüzeysel bilgi işleme arasında anlamlı ve olumlu yönde bir etkileşim olduğunu tespit etmiştir. Kaplan (2007) ise performans yaklaşımı hedeflerinin kimi süreçlerde, kimi öğrenciler için başarı ve öğrenmeye ilişkin olumlu tutum ile ilişkilidir.

Öte taraftan performans kaçınımı hedefi, derinlemesine bilginin işlenmesinin olumsuz yöndeki tahmin edicisi, yüzeysel bilgiyi işlemenin olumlu yöndeki tahmin edicisidir, çabanın ve direncin gösterilmesi ile bir ilgisi yoktur. Fakat kimi çalışmalar performans yaklaşımı hedeflerinin rekabetle ilgili olumlu tutum, yüksek öz yeterlik, test başarısı ve

kişisel güdü ile ilgili olduğunu ortaya koymaktadırlar (Ommundsen ve Lemyre, 2007,s.147).

Lidor (2004)'a göre öğrenme teknikleri, spor aktivitelerindeki performans düzeyinin doğru şekilde ortaya çıkmasını sağlar. Öğrencilerde bulunan başarıya ilişkin hedefler, öz düzenleyici öğrenme ve beden eğitimi derslerinde ortaya koydukları teknikler arasında bulunan ilişkiyi araştıran az sayıda araştırmaya rastlanmaktadır.

Öz düzenleyici öğrenme tekniklerinin bir boyutu durumunda bulunan bilişsel strateji kullanımının tenis sporunda motor yetilerin öğretilmesi üzerindeki etkilerine yönelik gerçekleştirilen araştırmada Lee, Landin ve diğerleri (1992), tenis sporunda başarı gösteren öğrencilerin performanslarının geliştirilmesi amacıyla bazı bilişsel stratejileri kullandıklarını, bu alanda düşük seviyede başarı gösteren öğrencilerin ise başarısız girişimlere odaklanarak strateji kullanmadıklarını tespit etmişlerdir.

Buna benzer olarak güdüleyici stratejilerin bir diğer unsuru olan öz düzenleme ile ilgili ilköğretim ve ortaöğretim öğrencileriyle gerçekleştirilen araştırmalarda Solomon ve Lee (1997), beden eğitimi dersinde ustalık hedefi ve ikliminin öz düzenleme ve strateji kullanımını yansıtan davranışlarla ilgili olduğunu belirlemişlerdir. Çalışmadan elde edilen sonuçlar, yeteneklerin değiştirilmesine yönelik inancın, öğrencilerdeki üst bilişsel öz düzenleme stratejileri ile olumlu yönde ilgili olduğunu ortaya koymaktadır. Beden eğitimi konularında farklı öğrenme görevlerinde, artış gösteren bir beceri inancı bulunan öğrenciler, sabit bir beceri inancı bulunan öğrencilere kıyasla daha yüksek oranda bilişsel etkinliklerini planlama, gözlemlleme ve düzenleme aktiviteleri içine girmektedirler. Bu yüzden ders ortamında her beceri seviyesinde bulunan öğrencinin başarı gösterebileceği deneyimlere sahip olması ve beceri sahibi olduğu konusunda bilince sahip olması, öz düzenleme yetisini ve bilişsel strateji kullanımını artırır denebilir.

2.4. Beden Eğitimi ve Spor Derslerinde Başarı ve Motivasyon İlişkisi

Geçtiğimiz son 20 sene içerisinde, genç bireylerin beden eğitimi aktivitelerine katılımı, temel anlamda başarı hedefi teorisine dayanılarak açıklanmaktadır. Yürütülen araştırmalar başarıya ilişkin hedeflerle beden eğitimle ilgili tutumlar arasında bir etkileşim bulunduğunu ortaya koymaktadırlar. Beden eğitimi derslerinde ustalık iklimi algısı; fiziksel aktivite alışkanlığının artması ile pozitif ilişkilidir, bunun sonucu olarak öğrenciler beden eğitimine ilişkin pozitif yönlü tutumlar geliştirirler (Parish vd., 2003,s.176).

Luke ve Sinclair (1991) beden eğitimi öğretmenlerinin, öğrencilerin derse ilişkin olumsuz tutum geliştirmelerinde, olumlu tutum geliştirmelerine oranla daha güçlü bir etkiye sahip olduklarını öne sürmektedirler. Archer (1993), yaptığı meta analiz çalışmasında yüksek ustalık/yüksek performans başarı hedefine sahip öğrencilerin en yüksek olumlu tutuma sahip olduklarını, bunu sıra ile yüksek ustalık/düşük performans başarı hedefine sahip

öğrenciler, düşük ustalık/yüksek performans başarı hedefine sahip öğrenciler ve düşük ustalık/düşük performans başarı hedefine sahip öğrencilerin takip ettiğini ortaya koymuştur.

Wang ve diğerleri (2008), Singapurda öğrenim gören 493 ortaöğretim öğrencisi ile gerçekleştirdikleri araştırmada, ustalık yaklaşımı, ustalık kaçınımı, performans yaklaşımı ve performans kaçınımı başarı hedeflerini baz alan 2x2 başarı hedefi modeli üzerinde çalışmışlar ve orta seviyedeki ustalık yaklaşımı algısının beden eğitimi ile ilişkili pozitif yönlü tutumlarla ilgili olduğunu tespit etmişlerdir.

Öğrencilerdeki başarıya ilişkin hedeflerle birlikte derslerdeki güdü düzeylerinin de beden eğitimi ile ilgili pozitif yönlü tutumların oluşturması için önem taşımaktadır. Beden eğitimi dersinin öğrenciler tarafından sıkıcı ve küçük düşürücü aktiviteler içeren bir ders olarak algılanması ve buna bağlı olarak güdü düzeylerinin düşük kalması dersle ilgili negatif yönlü tutumların oluşmasına neden olabilir. Okullarda bulunan beden eğitimi derslerine ilişkin ders programlarının öğrencileri güdüleyici özellikler taşıması gereklidir. Bu şekilde öğrenciler derslere katılım gösterdiklerinde pozitif yönlü olumlu bilişsel ve duyuşsal deneyimlere sahip olurlar ve derse karşı pozitif yönlü tutum geliştirme eğiliminde olurlar. Papaioannou (1995), beden eğitimi dersine giren öğretmenlerin, ders kapsamında beden eğitimi ile ilgili pozitif tutumun vurgulandığı ve katılımın eğlenceli hale getirildiği bir ortamı, diğer bir deyişle ustalık iklimi oluşturmalarını önermektedir.

Güdüleyici bir ders iklimi meydana getirmek ile ilgili gerçekleştirilen çalışmalar ders ortamlarının motivasyonel ikliminin öğrencilerin dersle ilgili tutumlarına olan etkisini değerlendirmiş ve öğrencilerin yüksek algılanan beceri duygusu, yüksek güdü düzeyi ve beden eğitimi ders ile ilgili pozitif yönlü tutumlar geliştirme konusunda etkilenebileceğini tespit etmişlerdir (İnceoğlu, 2013,s.56).

Ustalık iklimi, yetenek ve çaba göstermenin başarıyı getirdiği inancı, öz gelişim için istek duyma, yüksek tatmin duygusu, yüksek algılanan yetenek hissi ve beden eğitimi ile ilişkili olumlu tutum ile ilişkili iken performans iklimi, yeteneğin başarıyı getirdiği inancı, yüksek düzeyde sıkılma ve beden eğitimi ile ilişkili olumsuz tutum ile ilişkilidir (Büyüköztürk vd., 2009; Escartí ve Gutiérrez, 2001).

Beden eğitimi dersleri bağlamında görülen güdüleyici iklimin başarı hedefleri ve derslerle ilgili tutumlarla arasındaki ilişki ile ilgili olarak gerçekleştirilen araştırmalara göre, beden eğitimi dersini yüksek ustalık iklimi bağlamında algılayan öğrencilerin dersle ilgili pozitif yönlü tutumlara sahip olduklarını göstermiştir. Örneğin Carpenter ve Morgan (1999), İngiltere ortaöğretim düzeyinde eğitim alan 118 öğrenci ile gerçekleştirdikleri araştırmada iklimi ustalık yönünde algılayan öğrencilerin, yüksek ustalık başarı hedefi, başarının çaba gösterme ile ilgili olduğu inancı, daha az sıkılma, yüksek tatmin ve spor ile ilgili pozitif yönlü tutumlar ve algılar geliştirdiklerini tespit etmiştir.

Gutierrez ve Ruiz (2009)'in, İspanya'da gerçekleştirdikleri araştırmalarda ise 910 ortaokul öğrencisiyle çalışılmıştır. Bu çalışmanın sonucunda ustalık ikliminin, beden eğitimi dersi ve bu derse katılan öğretmenle ilgili geliştirilen pozitif yönlü tutumun yordayıcısı olduğunu, performans ikliminin ise beden eğitimi dersi ve bu derse katılan öğretmenle ilgili pozitif yönlü tutumlarla negatif yönde ilişki içerisinde olduğunu tespit etmişlerdir. Her ikisi de ortaokul öğrencilerinde ancak farklı kültürlerde yapılan betimleyici araştırma sonuçları, ustalık ikliminin, spor aktivitelerine, beden eğitimi derslerine ve öğretmenlere yönelik geliştirilen olumlu tutumlarla ilişkisinin İngiliz ve İspanyol kültürlerinde farklılık göstermediğini ortaya koymaktadır.

Papaioannou ve Digelidis (1998), Yunanistan'da gerçekleştirdikleri araştırmada 7 ay boyunca ilkokul öğrencileri ile çalışmalar yürütmüşlerdir. Yapılan çalışmada öğretmenlerin ustalık iklimine vurgu yaptığında öğrencilerin beden eğitimi dersine olan ilgilerinin arttığını ve olumlu tutum geliştirdiklerini tespit etmişlerdir.

Christodoulidis ve diğerleri (2001), Yunanistan'da gerçekleştirdikleri araştırma kapsamında 105 ortaöğretim öğrencisi ile deney grubu olarak, 529 ortaöğretim öğrencisi ile kontrol grubu olarak çalışmışlardır. Deney grubuyla yaptıkları ve 1 yıl süren çalışmanın ardından şu bulgulara ulaşmışlardır; Ustalık iklimi temelinde işlenen deney grubunda bulunan öğrenciler kontrol grubunda bulunan öğrencilere kıyasla egzersizlerle ilgili pozitif yönlü tutumlar, iklimi ustalık bağlamında algılama ve egzersizlere vakit ayırma noktasında daha yüksek puanlar elde etmişlerdir. Çalışmanın bitmesinin ardından 10 aylık sürenin geçmesi beklenmiş yeni ölçüm çalışmaları yapılmıştır. Yapılan bu ölçümlerde etkinin ortadan kalktığı tespit edilmiştir.

2.5. Fiziksel Etkinlik Kartları

Ortaokul (5-8. sınıflar) Beden Eğitimi ve Spor Dersinde Öğretim Programı içerisinde öğretmene yol gösterici yardımcı araç olarak sunulan Fiziksel Etkinlik Kartlarının uluslararası tarihine bakıldığında, bu kartların İngiltere'de TOPs Cards adıyla ilk defa uygulandığı görülmektedir. TOPs Profesyonel Gelişim Programı genç insanlar için Beden Eğitiminin ve Spor programlarının kalitesini geliştirmek ve bunu uygulanabilir hale getirmek üzere 1994 yılında İngiltere'de kurulmuş kayıtlı bir kurum "Young and Sport Trust" ilkokul öğretmenleri tarafından ortaya çıkarılmıştır. TOPs Profesyonel gelişim programı ilk ikisi Top Play ve Top Sport olmak üzere bir dizi programdan oluşmaktadır. Top Play dört ile yedi yaş çocuklar arasında temel oyun becerilerinin elde edilmesi ve söz konusu becerilerin geliştirilmesine yoğunlaşmaktadır. Top Sport ise yedi ile on bir yaş aralığındaki çocuklara birçok spor bölümlerinde yeteneklerini geliştirme imkânı sağlamaktadır. Top Play ve Top Sport 1996/7 yılları arasında İngiltere ilkokul okullarına dâhil edilmiştir. Daha sonra Beden Eğitimi Ulusal Müfredatı için gözden

geçirildiği 2002 senesinde TOP programları için yeni bir döneme geçilmiştir. TOPs profesyonel gelişim programlarının temel amaçları beden eğitiminin ve sporun standartlarını artırmak, pratik yapmayı desteklemek ve geliştirmek, beden eğitiminin öğretim standartlarını artırmak üzere öğretmenin güvenini ve bilgisini artırmak ve eğlenceli fiziksel aktivite ve spor ortaya çıkarmaktır (www.uluslararasıilham.org.tr).

İngiltere ve İskoçya genelinde öğretmen olmak üzere eğitim alan üniversite öğrencilerine, eğitim kurumlarında görev yapan uzman öğretmenlere, eğitim kurumları haricinde görev yapan spor eğitimlerine ve toplum içerisinde diğer alanlarda spor eğitimleri veren eğitimci ve uzmanlara destek olabilmek için ortaya atılmış yüksek düzeyde Beden Eğitimi ve fiziksel aktivitelerin içinde bulunduğu en etkili yardımcı kaynaklardan biri ‘TOPs’ adı verilen kartlardır. Bu kartların öğretilmesine yönelik olarak TOPs uzman gelişim programları oluşturulmuş ve kartları kullanacak olan yukarıda sayılan kişilere destek olmak amacıyla toplantılar ve eğitim programları düzenlenmiştir. Uluslararası İlham Projesi’ne bağlı olarak Türkiye çapında da TOPs kartlarından ve programlarından yola çıkılarak ve Milli Eğitim Bakanlığı Beden Eğitimi Öğretim Programı esas alınarak, özellikle sınıf öğretmenleri, Beden Eğitimi öğretmenleri, antrenörler ve spor uzmanları hedef kitlesi için FEK geliştirilmiştir (Usluoğlu, 2014, s. 23).

TOPs programlarını açıklamaya ve değerlendirmeye yönelik olarak çok sayıda çalışma hazırlanmış ve makaleler yazılmıştır. Bu değerlendirme ve yazıların birçoğu temel olarak açıklayıcı niteliğe sahiptir. Örnek vermek gerekirse, Sabin (1997) yazdığı makalede TOPs kartlarını uzmanların ne şekilde müfredata dahil edebileceklerini anlatmaya çalışmıştır. Roberts ve arkadaşları (1998) Kuzey Batıda TOP Oyun ve TOP Spor ile ilgili olan ve hali hazırda ders içeriklerinde kullanılmaya devam edilen azı yaklaşımları ele almışlar ve bunları değerlendirmişlerdir. Buna bağlı olarak da TOPs içeriklerinin olumlu ve olumsuz yönlerini değerlendirmişlerdir. Roberts ve arkadaşlarına (1998) göre bu programın avantajları arasında şu yönleri saymıştır; eğitim kurumları temel anlamda sosyal veya sayısal bilimlere üzerine yoğunlaşmış olsa da TOPs içeriklerinin beden eğitimi kapsamında kullanılabilir durumda bulunması, eğitim süreçlerine destek sağlamaktadır ve bununla birlikte öğretmenlerin gelişmelerine yönelik olarak uzmanlık eğitimlerinin verilmesi onların bilgilerini ve becerilerini arttırmaya yardımcı olması sayılabilir. Buna ek olarak birden çok öğretmenin eğitilmesi için gereken uzun zaman aralıklarının, programların yürütülmesi için gereken maddi desteğin elde edilememesi ve konu ile ilgili yürütülen çalışmaların sayısı ve onların okullara nasıl entegre edileceği, spor amaçlı çantaların değiştirilmesi ve bunun okulların uzun dönem planlarına etkileri ise dezavantajlar olarak belirtilmiştir (Usluoğlu, 2014, s. 24).

Harris, Cale ve Musson (2007) ilköğretim okullarında TOPs programlarının öğrenme süreçlerindeki etkilerinin anlamaya yönelik olarak gerçekleştirdikleri çalışmada, TOPs programlarının ilköğretim seviyesindeki Beden Eğitimi öğretmenlerine destek olmak,

uzmanlık gelişimlerini sağlamak ve uzmanlık seviyesine erişememiş öğretmenlerin Beden Eğitimi derslerini işlemede kolaylık sağlamak, öğrencilerin ders içeriğini anlamasına yardımcı olmak, okullar temelindeki kimi çalışmaların geliştirilmesine destek olarak Beden Eğitimi dersleri ve okul sporları standartlarının yükseltilmesi, detaylı bir şekilde çalışmalara ve tekrarlara destek olmak, Beden Eğitimi derslerindeki standartları yükseltebilmek adına öğretmenlerin özgüvenlerini ve bilişsel seviyelerini yükseltmek, Beden Eğitimi derslerinin etkisini artırmak, öğrencilerin bu derse olan katılımlarını artırmak ve özellikle ergenlik dönemindeki öğrencilerin fiziki etkinlik bağlamında bu derslerden keyif almalarını sağlamak ve onlara spor imkanı tanımak amaçlı olduğu ifade edilmiştir. Bu kartların geliştirilmesi 2012 senesinde Londra’da düzenlenen Olimpiyat Oyunları ve Paralimpik Oyunları sırasında meydana getirilen “International Inspiration - Uluslararası İlham” programı kapsamında olmuş, çocuk ve genç bireylerin yaşamlarını oyunlar, beden eğitimi aktiviteleri, spor ve fiziksel etkinlikler yoluyla zenginleştirmek için, 5 ülkede başlatılan program 2012 senesi itibarıyla toplam 20 ülke genelinde yaygınlaştırılması ortalama 12 milyon öğrenciye ulaştırılması amaçlanmıştır. Program, ana ortakları durumunda bulunan British Council, UNICEF ve Birleşik Krallık Spor Kurumlarının yanında, İngiltere Dışişleri Bakanlığı, İngiltere Uluslararası Kalkınma Bakanlığı, İngiltere Olimpiyat Vakfı ve Londra Olimpik Oyunları Organizasyon Komitesi tarafından da destek görmektedir. Yurtdışında TOPs adıyla uygulanan bu program Türkiye’de FEK adı ile ders programları kapsamına alınmıştır. FEK üzerinde bulunan logolardan da anlaşılacağı üzere UNICEF ve British Council haricinde Türkiye Milli Olimpiyat Komitesi, Türkiye Milli Paralimpik Komitesi, Gençlik ve Spor Bakanlığı, Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı ve Milli Eğitim Bakanlığı tarafından da desteklenmektedir. İlköğretim düzeyinde eğitim alan öğrencilerin hem temel ve özelleşmiş hareket yeteneklerinin artmasını sağlamak, hem de çocukların yapılandırmacı anlayış kapsamında öğrenme ve öğretme süreçleri içine etkin bir şekilde dahil olmalarını sağlamak için 2012 senesinde yürürlüğe alınmıştır. FEK ders içeriklerinde sunulan bilgiler öğretilen oyunlar temelinde çocukların okulu sevmesi ve yaşlarına uygun oyunları oynamaları amacını taşımaktadır (MEB, 2012).

FEK, orijinal TOPs kartlarında olduğu gibi 2 setten meydana gelmektedir. İlk sette 6 ile 9 yaş arasında bulunan çocukların gelişimsel özelliklerine uyumlu şekilde, ilköğretim Oyun ve Fiziki Etkinlikler Dersi Öğretim Programı’nda (1 - 4. sınıflar) yer alan temel hareket bilgi ve becerilerine ait öğrenme alanındaki hareketleri geliştirmek üzere etkinlik ve oyun temelli kartlar vardır. İkinci sette ise 10 - 13 yaş arası çocukların hareket eğitim modeline uygun olarak bir spor branşına giriş aşamasında sahip olmaları gereken ortak temel sportif becerileri geliştirmeleri amacına hizmet eden kartlar yer almaktadır. Bu bilgiler ışığında FEK sarı ve mor kart gruplarından oluşmaktadır. Sarı kart grubunda (6 - 9 yaş) “Öğretmen Kartı”, “Temel Hareket Becerileri ve Kavramları Kartı”, “Birleştirilmiş Hareket Kartları”, “Sağlık Anlayışı Kartları”, “Spor Engel Tanımaz Kartı”, “Hareket Yetkinliği Kartı” ve “Fiziksel Etkinlik ve Beslenme Piramidi Kartı” olmak üzere toplam 34 kart

vardır. Mor kart grubunda (10 - 13 yaşlar) ise “Öğretmen Kartları”, “File ve Raket Oyunları”, “Hücum Oyunları”, “Vurma ve Yakalama Oyunları”, “Etkin Katılım”, “Sağlık Anlayışı” ve “Spor Engel Tanımaz” kartları dahil toplam 49 kart vardır (MEB, 2012).

FEK programının içinde bulunan her 2 sette de hazırlanmış olan kartların ön taraflarında oyun ve hareketlerin özet tanımları ve görsel olarak sunumları yapılmakta ve bu hareketlerin yapılması sırasında dikkat edilmesi gereken güvenlik noktaları anlatılmaktadır. Kartların arka taraflarında ise ön tarafta sunulan oyun ve hareketlerin yapılması sırasında dikkat edilmesi gereken “Öğrenme Anahtarı”, aktivitelerin ne şekilde çeşitlendirileceği (Kolaylaştırma ve Zorlaştırma), aktivitelere ilişkin “Değerlendirmeler ve İyileştirmeler” ile “Sağlık Anlayışı” kısımları bulunmaktadır. (Usluoğlu, 2014, s.25).

FEK içinde bulunan öğreticilere özel kartlar ve diğer kartların kullanılması için yol gösterici niteliktedir. Bununla birlikte her kart üzerinde, kartın kullanılması sırasında nelerin göz önünde bulundurulacağı da açıklanmaktadır. Hangi kartın hangi sırada kullanılması gerektiği ya da belirli bir sıranın olup olmayacağı ile detay da kazanımlarda belirtilmektedir. Kartlar programların esas dayanak noktası olmasının yanında öğrencilerin yeni öğrendiği veya bildiği oyunlar, roller, sözlü veya sözsüz dans ve hareketler ve aktivitelerle ilgili uygulamalar ve kazanımlar açıklamalar aracılığı ile desteklenir durumdadır. Sarı - Turuncu kart grubu öğrencilerin bulundukları yaş ve gelişimsel özellikler dikkate alındığında 1 ile 3. sınıf seviyelerinde kullanılması daha uygun iken, 4. sınıf seviyesinde hem sarı hem de mor kart grupları içinden uygun olanların seçilmesi ve uygulanması önerilmektedir. Bunun yanında, farklı yaş ve sınıflara yönelik olarak gerek duyulduğunda geçiş yapılabilir. Genel olarak mor kartlar ise 4 ile 8 sınıf seviyesindeki öğrenciler için daha uygun olarak değerlendirilmektedir (MEB, 2012).

FEK (Fiziksel etkinlik kartları)’e ait temel özellikler şöyle sıralanabilir (Torphe, 2013):

- S-Başarılı olmak (Success)
- M-Üst düzeyde katılma (Maximum Participation)
- I- Kapsayıcılık (Inclusive)
- L-Öğrenme (Learning)
- E-Eğlence (Enjoyment)
- S-Sosyalleşme (Socialization)

2.6. İlgili Araştırmalar

Hunt (1998) Hereford ve Worcester’da seçtiği ilkokullarda TOP Oyun ve TOP Spor programlarının oyun öğretimine etkileri hakkında Spode’un çalışmasını genişletir nitelikte bir yıl sonra bir araştırma yapmıştır. Benzer bir şekilde Hunt (1998)’da seçtiği

ilkokullarda oyun öğretimi üzerinde TOP programlarının olumlu etkiye sahip olduğunu belirtmiştir. Özellikle, öğretmenler TOPs programlarının onların özgüvenlerini ve rekabet ruhunu geliştirdiğini, daha fazla fiziksel ve entellektüel zorluklar sunulmasına rağmen öğrencinin beklentisini artırdığını, daha etkili organizasyon yöntemleri kullanımına katkı sağladığını, öğretmenin daha geniş kapsamlı olarak katılımını sağladığını ve öğrenci gruplarına faydası olduğunu, öğrencinin derste daha fazla aktif olmasını ve dersin daha eğlenceli geçmesine olanak sağladığını ve verilen görevlerin daha çok amaca yönelik olmasına katkı sağladığını belirtmiştir. TOPs programlarının sınırlılıkları olarak ise, fazla katılımcı olduğunda ihtiyaçları karşılamada zorluklar yaşandığı, uzun dönemli planlama ve değerlendirmede de zorluklar yaşandığı rapor edilmiştir. Hunt (1998) ilkokul öğretmenlerinin öğrencilerin ihtiyaçlarına karşılık verebilmek, TOPs program kartlarının okulun Beden Eğitimi programları ile ilişkisini kurmak, gözlem yeteneğini geliştirmek, oyun ilkelerinin ve oyun bilgisinin anlaşılması gibi konularda daha fazla destek ve gelişime ihtiyaç duyduklarını belirtmiştir.

Lawrence (2003) Miltton Keynes'te bulunan okullarda öğrenimlerine devam eden öğrenciler üzerinde TOP Oyunları ve TOP Spor programlarının ne tür etkiler oluşturduğuna dair bir çalışma gerçekleştirmiştir. Çalışmadan elde edilen sonuçlara göre okulların programa yüksek düzeyde katıldıkları, hem okulda görev yapan öğretmenlerin hem de öğrenim gören öğrencilerin bu programlardan üst düzeyde yararlandığı tespit edilmiştir. Bu yararların bazıları ise öğrencilerin beden eğitimi içeriklerine ilişkin daha pozitif bir algı geliştirdikleri ve beden eğitimi derslerine katılımın artması olarak sıralanabilir. Ayrıca bu yapılan araştırmada karşılaşılan bazı problemler arasında, TOPs eğitimi süreçlerine katılmayan öğretmenlerin oranının yüksek olmasını, TOPs aktivitelerini anlamak için öğretmenlerin çok sayıda kursu takip etmeleri gerektiği, okul müfredatında Beden Eğitimi derslerine ayrılmış olan sürenin kısıtlı olması ve okul gelişim planlarında beden eğitiminin öncelikli olmaması gösterilmiştir. Bununla birlikte Lawrence (2003)'a göre programın etkisine karşı bir sınırlama da kaynak kartların potansiyel kullanımının bazı öğretmenler tarafından anlaşılabilmesi olarak düşünülebilir ki, bunun sebebi de programın Beden Eğitimi müfredatının bütün parçası olacağını öne süren yeterli kanıt olmamasıdır (Akt: Haris vd., 2007).

Hürmeriç (2003), gerçekleştirdiği çalışmada öğrencilerin fiziki aktivite düzeylerinin, derslerin kapsamının ve öğretmen tutumlarının belirlenmesi; fiziki aktivite, ders kapsamı ve öğretmen tutumu arasındaki etkileşimin ortaya çıkarılması ve bu bileşenler bağlamında özel okul ve devlet okulu farklarını tespit etmeyi amaçlamıştır. Çalışma kapsamında Ankara'da faaliyet gösteren özel okullar ve devlet okullarında görev yapan 19 öğretmen ele alınmıştır. Bu kapsamda 36 ayrı ders ve 6, 7, ve 8.ci sınıf düzeyindeki 144 öğrenci sistematik bir gözlem aracı olan SOFIT ile takip edilmiştir. Çalışmadan elde edilen sonuçlara göre öğrencilerin aktif durumda bulundukları zaman dilimlerinde ağırlıklı

olarak yeni beceriler elde ettikleri tespit edilmiştir. Ancak görev yapan öğretmenler fiziki uygunluk ile ilgili genel bilgiye ve bu durumu teşvik edici davranışlara sahip değildir.

McKenzie ve arkadaşları (2006) kız öğrencilerin fiziki aktivite seviyelerini tespit etmek için gerçekleştirdikleri araştırmada örneklem olarak 36 okulda devam eden toplamda 431 beden eğitimi dersi içeriğinin, dersin işlendiği yer, öğretmenlerin özellikleri ve sınıfta bulunan öğrenci sayıları gibi değişkenlerle olan bağlantısını SOFIT gözlem tekniği ile tespit etmeyi amaçlamıştır. Çalışmadan elde edilen verilere göre öğretmenlerin, öğrencileri fiziki aktivitelere teşvik etme seviyelerinin yüksek olmadığı belirlenmiştir.

Hannen, Holt ve Hatten (2008) Amerika Birleşik Devletlerindeki bir lisede öğrenim gören öğrenciler üzerinde kişisel hale getirilmiş öğretim sistemlerinin uygulanması amacıyla, ders konularına temel bir giriş, sınıf kuralları ve politikaları, amaçlar, içerik bazlı modüller ve değerlendirmeleri içeren bir çalışma kitabı hazırlamışlardır. Çalışmaya spor aletlerini kullanmak konusunda eğitim alan ve kişisel olarak spor aktivitesi planlamaları yapabilme yeterliliğine sahip 13 bayan ve 13 erkek olarak toplamda 26 öğrenci katılım göstermiştir. Çalışma sonucunda elde edilen sonuçlara göre kişisel hale getirilmiş öğretim sistemlerinin uygulanması konusunda başarı sağlanmıştır. Çalışmaya katılan öğrenciler bu deneyimin farklı ve yeni bir deneyim olduğunu ifade etmişler ve bundan keyif aldıklarını ifade etmişlerdir. Bununla birlikte modelin kullanılmasına alıştığında öğrencilerin karşılarına konulan konuları ve eğitsel içerikleri eğlenceli bulmuşlardır.

Harris, Cale ve Musson (2011) gerçekleştirdikleri araştırmada ilköğretim seviyesinde Beden Eğitimi dersi veren uzman öğretmenlerin içerisine dahil oldukları Beden Eğitimi uzmanlık gelişimi programlarına olan bakış açılarını ve bu programların öğretmenler üzerindeki etkisi anlaşılmaya çalışılmıştır. Araştırma İngiltere'deki okullarda mesleklerini yürüten 5 okuldaki öğretmenlerle gerçekleştirilmiştir. Araştırmada elde edilmesi gereken veriler için derslerden önce gerçekleştirilen denetim sonuçları, derslerle ilgili değerlendirmeler, merkez grup mülakatları ve kişisel olarak yarı yapılandırılmış gözlem gibi teknikler kullanılmıştır. Araştırma kapsamında incelenen öğretmenlerin yüzde 82'sini kadın öğretmenler oluşturmuştur. Bu kadın öğretmenlerin ise yüzde 89'luk bir kısmı uzman beden eğitimi öğretmeni olduklarını fakat Beden Eğitimi derslerini verdiklerini ifade etmişlerdir. Öğretmenlerin yüzde 37'si 10 sene ve daha uzun süre, yüzde 44'ü 1 ile 10 sene arasındaki sürelerde ve yüzde 19'u 1 seneden daha kısa süredir öğretmenlik yapmaktadırlar. Araştırmada elde edilen verilerin birincisi öğretmenlerin Beden Eğitime yönelik uzman gelişim programlarından önce formasyon programlarındaki ve Beden Eğitimi kapsamında bulunan tecrübelerini ortaya koymaktadırlar. Bu bağlamda tespit edilen verilere göre öğretmenlerin yüzde 43'lük bir oranı geçmiş dönemlerde katıldıkları formasyon programlarının Beden Eğitimi öğretimi noktasında yetersiz olduğunu ifade ederken, yüzde 42'lik bir kısmı bu programların yeterli olduğunu ifade etmişlerdir. Öğretmenlerin yüzde 25'lik bir kısmı formasyon

programlarında 10 saatten daha kısa süre beden eğitimi uygulamalarına vakit ayrıldığını, yüzde 13'lük bir kısmı ise 40 saatten daha uzun süre ayrıldığını ifade etmişlerdir. Formasyon eğitiminin içeriği incelendiğinde Beden Eğitimi konularının yüzde 87'lik bir kısmını oyun, yüzde 83'lük bir kısmını jimnastik uygulamaları, yüzde 77'lik bir kısmını danslar, yüzde 48'lik bir kısmını atletizm, yüzde 33'lük bir kısmını sağlık ve fitness, yüzde 25'lik bir kısmını ise yüzme aktiviteleri oluşturmaktadır. Öğretmenlerin yüzde 86'lık bir kısmı oyunların öğretilmesi noktasında yeterli seviyede özgüvene sahip iken, bu oran jimnastik ve dans eğitiminde yüzde 66 civarlarında gerçekleşmektedir. Öğretmenlerin hemen hemen tamamı beden eğitimi konularına ilişkin tutumlara ve sınıfın yönetilmesi noktasında yeterli seviyede özgüvene sahip olduklarını ifade etmişlerdir. Bununla birlikte yüzde 66'lık bir kısmı beden eğitimi derslerinin sunulması ile ilgili daha yüksek düzeyde uzmanlık gelişimi programlarına gereksinim olduğunu ifade etmişlerdir.

Harris, Cale ve Musson (2011)'nin yaptıkları bir başka çalışmanın amacı ulusal profesyonel gelişim programının (TOPs programı) ilkökul öğretmenlerinin Beden Eğitimi dersi algılarına etkisini belirlemektir. Bu çalışma 4 yıla dağıtılmış ve çalışmanın içeriğini İngiltere'deki Beden Eğitimi dersleri oluşturmaktadır. Çalışmaya 2003 senesi boyunca uygulama ile ilgili planlarını gerekli olan kuruma ibraz eden 112 çalışmadan, amaca uygun olarak seçilen 6 yerel eğitim bölgesinde bulunan okullarda görev yapan öğretmenler katılmıştır. Çalışmada veri elde etmek için ders öncesi kayıtlar, ders içi değerlendirmeler, odak grup görüşmeleri ve bireysel röportajlar kullanılmıştır. Çalışmada elde edilen veriler temel olarak öğretmenlerin görüş ve düşüncelerini kapsamaktadır. Çalışmanın başında, profesyonel gelişim programlarına dahil olmadan önce ilkökul öğretmenleri Beden Eğitimi öğretimi hakkında olumsuz bakış açıları ve endişelerini ortaya koymuşlardır. Öğretmenler Beden Eğitimi ile ilgili olarak cimnastik ve dans eğitiminde özgüven eksikliklerini, beden eğitiminde değerlendirme, ayırma, dahil etme, süreklilik ve süreç ile ilgili konulardaki pedagojik bağlamda eksiklikler olduğunu belirtmişlerdir. Alınan profesyonel gelişim programının, öğretmenlerin derse olan tavırları, coşkuları ve dersi anlatma konusundaki kendilerine güvenleri bakımından hemen hemen tüm öğretmenler (yüzde 99) üzerinde olumlu etkiye sahip olduğu belirtilmiştir. Öğretmenlerin yüzde 50'lik kısmı aldıkları eğitim ile Beden Eğitimi öğretimi konusunda kendilerini daha yetkili hissettiklerini ifade etmişlerdir. Ayrıca, hedeflenen öğrenmenin daha anlaşılır olmasını arttırdığından dolayı derslerin yapısal olarak daha çok geliştiğini ifade etmektedirler. Öğretmenler öncelikle cimnastik ve dans konularında, daha sonra diğer alanlarda yaygın olarak bu durumu yaşadıklarını belirtmişlerdir.

Yalız (2011) gerçekleştirdiği çalışmada, Beden Eğitimi dersindeki fiziki aktivitelerin ve oyunların ilköğretime devam eden 4.cü sınıf öğrencilerinde gözlenen karakter gelişimi üzerinde hangi düzeyde etkili olduğunu anlamayı hedeflemiştir. Çalışma kapsamında

deneme modellemesi olan “ön test, son test ve kontrol gruplu model” kullanılmıştır. Araştırmanın deney grubunu Milli Eğitim Bakanlığının belirlediği programlara ek olarak karakter gelişimi ile ilgili belirlenen fiziki aktiviteler ve oyunlar uygulanmıştır. Kontrol grubu olan grupta ise Milli Eğitim Bakanlığının belirlediği Beden Eğitimi dersindeki müfredat uygulanmıştır. Çalışmanın sonucunda, Beden Eğitimi dersleri kapsamında bulunan konulara ek olarak karakter gelişimi ile ilgili belirlenen fiziki aktivite ve oyunların deney grubunda bulunan öğrencilerin karakter gelişimleri üstünde etkisinin bulunduğu belirlenmiştir. Beden Eğitimi dersi kapsamındaki konulara ek olarak karakter gelişimine yönelik belirlenmiş fiziksel etkinlik oyunlarının deney grubundaki öğrencilerin dürüstlük, yardımseverlik, sorumluluk ve vatandaşlık karakter bileşenleri üzerinde etkili olduğu görülmüştür.

Dudley ve arkadaşları (2012) yürüttükleri çalışmalarda Avustralya genelinde eğitimlerine devam eden öğrencilerin beden eğitimi dersinde yer alan fiziki etkinlikler, hareketler ve öğretmenlerin tutumları ile ilgili düşünceleri tespit etmeyi hedeflemiştir. Çalışma kapsamında Avustralya genelinde faaliyet gösteren 6 okul seçilmiş ve bu okullarda verilen toplamda 81 ders saati olan eğitimler sistematik bir gözleme tekniği olan SOFIT yöntemi ile gözlenmiştir. Araştırmaya göre beden eğitimi öğretmenlerinin yalnızca yüzde 31’lik bir kısmının öğrencilerini fiziki aktivitelere teşvik ettikleri görülmüştür.

İrez (2012) gerçekleştirdiği çalışmada Fiziki Etkinlik Kartlarının ilköğretim düzeyindeki okullarda 1.ci, 2.ci ve 3.cü sınıfa devam eden öğrencilerin fiziki aktivite düzeylerine, derslerin kapsamına, öğretmenlerin tutumlarına ve kız ve erkek öğrencilerin fiziki aktivite düzeylerine olan etkisini anlamaya çalışmıştır. Çalışma sonucunda ortaya çıkan sonuçlara göre fiziki etkinlik kartları öğrencileri ders içinde daha aktif hale getirmemektedir. Bu bağlamda öğrencilerin yürüme ve koşma oranları azalırken ayakta durma oranları da artış göstermiştir. Ek olarak, orta seviye ve üst seviyedeki fiziki aktivitelerde de (OYŞFA) azalış olduğu belirlenmiştir. İlk gözlemlerde deney ve kontrol gruplarında bulunan öğrencilerin “OYŞFA” değerleri yüzde 50 düzeylerinde gerçekleşirken, ikinci gözlemlerde bu oranın her iki grup için de düşme eğilimine girdiği tespit edilmiştir. Bu düşüşün deney grubunda bulunan öğrenciler için daha belirgin olduğu görülmüştür. Cinsiyet bağlamında fiziki aktivitelerdeki farklar ele alındığında, kontrol grubunda son gözlemlerde “koşma” oranları erkek öğrencilerde kız öğrencilere göre daha yüksek olduğunu belirlemiştir.

İrez ve diğerleri (2013) gerçekleştirdikleri araştırmada Fiziki Etkinlik Kartları uygulamalarının ilköğretime devam eden öğrencilerin ders içerisinde daha aktif olması bağlamında öğretmenlerin tutumlarına olan etkisini belirlemeye çalışmışlardır. Araştırma kapsamında Muğla İli merkez ilçesinde eğitim faaliyetlerine devam eden 7 okul seçilmiş ve bu okullarda görev yapan , 24 öğretmen ve ilk 3 sınıfta öğrenim gören 384 öğrenci

üzerinde çalışmalar yapılmıştır. Bu kişiler doğrudan sistematik bir gözlem aracı olan SOFIT tekniği kullanılarak gözlenmiştir. Deney ve kontrol gruplarındaki ilk ve son gözlemler arasında ortaya çıkan farklar eşleştirilerek bağımlı gruplar “T Testi” ile analiz edilmiştir. Çalışmadan elde edilen verilere göre fiziki etkinlik kartları Beden Eğitimi derslerinde “yetenek” gelişimi için üst düzeyde kullanılabilirliği olan bir öğretim materyalidir. Derslerde uygun grup sayıları, yeterli sayıda malzeme ve öğretmenin sınıfı iyi yönetmesi gibi etkenler iyileştirilirse öğretmen davranışlarında olumlu gelişmelerin söz konusu olacağı araştırmacılar tarafından rapor edilmiştir.

Özkan (2014) alt seviyede zihinsel engeli olan çocuklar üzerinde yaptığı çalışmada Beden Eğitimi derslerindeki aktivitelerin motor, sosyal yetiler ve yaşam kalitesi üzerinde ortaya çıkardığı etkilerini incelemeye çalışmıştır. Bu kapsamda Milli Eğitim Bakanlığı tarafından tavsiye edilen FEK programları esas alınarak iki alan uzmanı görüşü ile temel müfredatı incelenerek etkinlik programları hazırlanmıştır. Hafif derecede zihinsel engeli bulunan çocukların genel özellikleri ele alındığında yer değiştirme, dengeleme, nesnelerin kontrol edilmesine yönelik hareket ve aktivitelerde ve birleştirilmiş hareketlerde başarılı olamadıkları, sürekli devam eden tekrarlı hareketlerde de sorun yaşadıkları belirlenmiştir. Bu yüzden uygulama programı kapsamında bulunan etkinliklerde program hazırlanırken bu uygulamalarla ilgili etkinlik programı sürecinde, özel eğitim uzmanlarından destek alınmıştır ve uygulama programı başlatılmıştır. Uygulama gruplarında istatistiki açıdan bir anlamlı fark gözlemlenirken kontrol gruplarında genellikle istatistiki açıdan anlamlı fark gözlenmemiştir. Hazırlanan program uygulama gruplarında genel yaşam kalitesini yükseltmiş ve ön teste göre daha anlamlı sonuçlar elde edilmiştir. 14 haftalık Beden Eğitimi programının, hafif derecede zihinsel engelli çocuklarda motor, sosyal beceriler ve yaşam kalitesi üzerindeki etkilerinin uygulama grubunun lehine ve daha anlamlı düzeyde gerçekleştiği görülmüştür. Düzenli ve programlı Beden Eğitimi aktiviteleri hafif derecede zihinsel engelli çocukların motor, sosyal becerilerini ve yaşam kalitesini geliştirerek etkili sonuçlar sağlayabildiği tespit edilmiştir.

Ağırtaş (2017) araştırmasında, Ortaokullarda Beden Eğitimi ve Spor Dersinde, Akran Eğitiminin Etkililiğinin, Fiziksel Etkinlik Kartlarının kullanılması sonucunda öğrencilerin beceri gelişiminde ve Beden Eğitimi ve Spor Dersine karşı öğrenci tutumlarındaki değişikliği belirlemek ve Beden Eğitimi ve Spor dersinde FEK kartlarının akran eğitimciler tarafından kullanılmasını modellemeyi amaçlamıştır. Araştırmayı 2015-2016 Eğitim-Öğretim yılının II. Döneminde Elazığ ili Maden ilçesinde bulunan Atatürk Ortaokulu ile Sivrice ilçesinde bulunan Cumhuriyet Ortaokulunda 7. Sınıflarda öğrenim gören toplamda 120 öğrenci ile gerçekleştirmiştir. Fiziksel etkinlik kartlarının öğrencilerin derse yönelik tutumlarının etkisine bakıldığında, deney grubun ortak etkisinde anlamlı farklılığa ulaşılmıştır. Bu sonuca göre, deney ve kontrol grubundaki

öğrencilerin almış olduğu eğitim, programın öncesindeki ve sonrasındaki tutum düzeyinde son-test lehine anlamlı bir farklılığa yol açmıştır. Beden eğitimi derslerinde kullanılan akran eğitimi ve fiziksel etkinlik kartları hakkında öğrenci görüşleri araştırıldığında; öğrencilerin büyük çoğunluğunun, akran eğitimi ve fiziksel etkinlik kartlarla ders işlemenin derslerde farklılık yarattığı, hoşlarına gittiği, zevk aldıkları, derse katılımlarını arttırdığı, yararlı olduğu, kartların hareket becerilerini, kendilerine olan güveni geliştirdiği, kartları uygularken zorlanmadıklarını, işbirliği içerisinde hareket etmelerini sağladığı ve dersi daha eğlenceli hale getirdiği yönünde görüş bildirmişlerdir.

BÖLÜM III YÖNTEM

3.1.Araştırma Modelleri

Bu araştırma, “gerçek deneme modellerinden ön –test son test kontrol gruplu deneme modeline” uygun olarak düzenlenmiştir. Ön-test son test kontrol gruplu seçkisiz desen olarak da bilinen bu desen, eğitim ve psikolojide çok sık kullanılan deneysel desendir. Burada ilk olarak daha önce belirlenen denek havuzundan seçkisiz olarak iki grup oluşturulur. Gruplardan biri deney diğeri kontrol grubu olarak seçkisiz bir şekilde belirlenir.(Büyüköztürk, 2015)

3.2.Evren ve Örneklem

Bu çalışmanın evrenini ve örneklemi 2017-2018 eğitim-öğretim yılında İstanbul ili Ataşehir ilçesinde bulunan Emlak Konut Ortaokulu okuyan 5. sınıf öğrencileri oluşturmaktadır. Öğrenciler “küme, grup ve alan rastlantı örnekleme” ile öğrenci seçkisiz olarak seçilmiştir.

3.3.Verİ Toplama Aracı

Bu araştırmada dört ayrı veri toplama aracı kullanılmıştır. Bunlar, araştırmacının kendisinin hazırladığı, Güllü, M. Ve Güçlü, M. (2009) tarafından geliştirilen “Beden Eğitime Karşı Tutum Ölçeği” , Yurt, E.ve Bozer, E. N. tarafından Türkçe’ ye uyarlanması yapılan(2015) “Akademik Motivasyon Ölçeği” , D, Mirzeoğlu ve D. Çoknaz (2014) tarafından geçerlik ve güvenirlik çalışması yapılan “Fiziksel Aktiviteden Hoşlanma-Kısa Formu” ve “Kişisel Bilgi Formu” kullanılmıştır.

3.3.1.Beden Eğitime karşı Tutum Ölçeği

M, Güçlü ve M, Güllü tarafından geliştirilen ölçek, 11 maddesi olumsuz ve 24 maddesi olumlu olmak üzere toplam 35 maddeden meydana gelmiştir. Ölçek tek boyutlu olup, tek faktörün açıkladığı varyans %36,19 ve birinci öz değeri 12,67’dir. 45 gün ara ile 50 ortaöğretim öğrencisine uygulanması sonucu elde edilen test tekrar test yöntemine göre güvenirlik katsayısı 0,80 olarak ve tutarlılık katsayısı (Cronbach Alfa) 0,94 olarak bulunmuştur. Bu sonuçlar ortaöğretim öğrencileri için hazırlanmış beden eğitimi dersi tutum ölçeğinin geçerliği ve güvenirliği sağlamış olduğunu göstermektedir. Ölçekten alınan en düşük puan 35 en yüksek puan 175 tir (Ek 2).

3.3.2.Akademik Motivasyon Ölçeği

E, Yurt., E.N., Bozer’in (2015) tarafından Türkçe’ ye uyarlanması yapılan akademik motivasyon ölçeği; bilmeye yönelik içsel motivasyon, başarıya yönelik içsel motivasyon, uyarım yaşamaya yönelik içsel motivasyon, içe yansıyan dışsal motivasyon, dışsal motivasyon-dış düzenleme, belirlenmiş dışsal motivasyon ve motivasyonsuzluk olmak üzere yedi boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin boyutlarından alınan puanlar 4-28 puan arasında değişmekte ve ayrı ayrı değerlendirilebilmektedir. Ölçekte sadece Motivasyonsuzluk boyutundaki ifadeler olumsuzdur, örneğin; “...Dürüst olmak gerekirse, bilmiyorum, aslında okulda boşa zaman harcıyordum gibi geliyor.” gibi. Ancak puanlama yapılırken bu maddeler diğer maddeler gibi puanlanmaktadır. Yani, ölçekte ters puanlanan madde bulunmamaktadır (Vallerand et al., 1992). Ölçeğin her bir boyutundan alınabilecek en yüksek puan 28, en düşük puan ise 7’dir. Puanın 28 değerine yakın olması, öğrencilerin akademik motivasyon düzeylerinin yüksek olduğu yönünde değerlendirilebilir (Ek 3).

3.3.3.Fiziksel Aktiviteden Hoşlanma Ölçeği-Kısa Form

A.D, Mirzeoğlu ve D, Çoknaz (2014) tarafından türk çocuk ve gençleri için geçerlik güvenirlik çalışmasının yapıldığı Fiziksel etkinlikten hoşlanma ölçeği- kısa formu ilk olarak Kendzierski ve De Carlo (1991) tarafından geliştirilmiş, Graves ve diğerleri (2010) modifiye ederek 5 maddelik “Fiziksel Etkinlikten Hoşlanma Ölçeği-Kısa Form” hale getirilmiştir. Bu ölçek orjinal ölçekte yer alan 18 maddenin 5 tanesini alarak oluşturulmuştur. Oluşturulan bu ölçek de 7’li Likert tipinde bir ölçek olup, çift kutuplu şekildedir. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 35, en düşük puan ise 5’dir. Modifiye edilmiş 5 maddelik ölçeğin güvenirliği 3 farklı yaş grubunda test edilmiş ve gençler için (11-17 yaş arası) .739, genç yetişkinler için (21-38 yaş arası) .783 ve orta yetişkinler için (45-70 yaş arası) .840 olarak bulunmuştur. Tüm yaşlar göz önüne alındığında Cronbach

Alpha iç tutarlılık katsayısı .742 olarak hesaplanmıştır. Bu değerler ölçeğin güvenilirliğinin kabul edici bir düzey olduğunu göstermektedir (Ek 4).

3.3.4. Kişilik Bilgi Formu

Kişisel bilgi formu, araştırmanın örneklemini oluşturan ortaokul öğrencilerinin demografik özellikleri (Yaş, cinsiyet, gelir düzeyi, eğitimi vb.) belirlemek amacı ile araştırmacı tarafından yapılan bilgi toplama formudur (Ek 1).

3.4. Verilerin Toplanması

Bu araştırmada fiziksel etkinlik kartlarının 5. Sınıf öğrencileri üzerindeki etkilerini incelemek için beden eğitime karşı tutum ölçeği, akademik motivasyon ölçeği, fiziksel aktiviteden hoşlanma ölçeği ve kişisel bilgi formu uygulanmıştır. İstanbul İl Milli Eğitim Müdürlüğünden, okul müdürlerinden, beden eğitimi öğretmenlerinden ve diğer ders öğretmenlerinden gerekli izinler alınmıştır. Anket, araştırmacı tarafından Emlak Konut Ortaokuluna gidilerek tek tek her 5. Sınıf öğrencisine uygulanmıştır. Ölçeklerin sağlıklı uygulanması açısından öğrencilere tek tek açıklamalar yapılmıştır. Öğrencilerde uygulama derslerine başlamadan önce beden eğitimi tutum ölçeği, akademik motivasyon ölçeği ve kişisel bilgi formu uygulanmıştır. Fiziksel aktiviteden hoşlanma ölçeği ise her etkinlik veya dersin sonunda araştırmacı ve beden eğitimi öğretmenlerinin yardımlarıyla öğrencilere uygulanmıştır. Vücut kompozisyonu ölçümleri ders saatleri içinde yapılmıştır. Ölçümler 2017 Ekim ayı içinde gerçekleştirilmiştir.

Uygulamalara başlamadan önce deney ve kontrol grubu şubeleri belirlenmiştir. Araştırmanın örneklemini oluşturan okulda 12 tane 5. Sınıf şubesi bulunmaktadır ve 6 tane 5. Sınıf şubesi deney – 6 tane 5. Sınıf şubesi kontrol grubu olmak üzere haftalık ders program ve saatler göz önünde bulundurularak belirlenmiştir. Deney Grubu fiziksel etkinlik kartlarının; kontrol grubu normal ders müfredatının işlendiği gruptur. Araştırmada her iki gruba da aktivitelere başlamadan önce Beden Eğitimi Tutum Ölçeği ve Akademik Motivasyon ölçeği Ön test, 10 haftalık uygulama bittikten sonra da Son test olarak uygulanmıştır. Yine her iki gruba da 10 haftalık uygulama derslerine başlandığında her uygulama dersinin hemen ardından Fiziksel Aktiviteden hoşlanma ölçeği uygulanmıştır.

3.4.1. Fiziksel Etkinlik Grubu Ders Programı

Fiziksel etkinlik grubu 10 hafta boyunca her hafta bir oyun- 1 ders saati (40dk) olarak aşağıda belirtilen programı uygulamışlardır.

1. Hazine Sandığı

- İkişerli oyuncudan oluşan dört takım oluşturulur.
- Oyun kare bir alanda oynanır.

- Eşlerden biri sırayla ortadaki hazine sandığından (çemberin içi) koşarak topu alır ve kendi alanına geri dönerek topu kendi hazine sandığına koyar.
- Oyuncular her seferinde hazine sandığından bir top alır ve aldığı topa göre taşıma şeklini uygular.
- Ortadaki hazine sandığı boşaldığında takımlar kendi hazine sandıklarındaki topları ortadaki hazine sandığına tek tek geri götürürler.
- Oyuncular saat yönünde yer değiştirerek oyuna tekrar başlarlar.

2.Labirentten Çıkma

- Oyuncular dörderli geniş kolda çift kol aralığı oluştururlar ve el ele tutuşurlar.
- Bazı öğrenciler seçtikleri ekipmanlarla koridorların aralarında top sürerler.
- Verilen komutla birlikte koridoru oluşturan oyuncular sağa / sola dönerek yeni koridor oluştururlar.
- Top süren oyuncular yeni oluşan koridorda top sürmeye devam ederek labirentten çıkmaya çalışırlar.

3.Paslı Ebelemece

- Oyuncular oyun alanına dağılır. İki oyuncu ebe olarak belirlenir.
- Ebeler hariç tüm oyuncular yelek giyer.
- Ebeler paslaşarak topu diğer oyuncuların giydiği yeleğe dokundurmaya çalışır. Top, yeleğine değen oyuncu yeleğini çıkararak ebe grubuna dâhil olur.
- Oyuncular top ellerindeyken en fazla üç adım atarlar.
- Oyun bir oyuncu kalana kadar devam eder.

4.Hazır Mısın?

- Oyuncular dörtlü gruplar oluşturarak yan yana sıra olurlar.
- İlk oyuncu topu raketin üstüne koyar.
- Topu yandaki oyuncunun raketine yere düşürmeden geçirir. Top sıranın sonuna kadar geçirilir. Sonra sondaki oyuncu sıranın başına geçer.

- Herkes sırayla başa geçene kadar veya belli bir mesafe bitene kadar oyun devam eder.

5. Servis At Oyunu

- Oyun iki kişiyle oynanır.
- Oyuncular karşılıklı birbirlerine servis atarlar.
- Aynı çalışma ip / file üzerinde tekrarlanır.

6. Koşan Top

- İki geniş kaleye sahip sahada uygun sayıda iki takım oluşturulur.
- Oyuncular topla havadan paslaşırlar ve rakip kaleye topu atarak puan almaya çalışırlar.
- Oyuncular top kendilerindeyken koşamazlar, isterlerse kendi etraflarında dönebilirler.
- Kale alanında sadece kaleci durabilir ve kaleciler bu alanın dışına çıkamazlar.
- Pas arası yapılarak top kesilebilir ancak rakip oyunculara temas edilemez.
- Oyuncular topu durdurmak için ayaklarını kullanamazlar.

7. Hızlı Koş Oyunu

- Onar kişilik takımlar dairede yüzleri içe bakacak şekilde yerleşirler.
- Oyun bir kişinin topu yanındakine atmasıyla başlar.
- Oyuncular attığı pas sırasını (1-2-3 vb.) yüksek sesle söyleyerek topu yanındakine atar. 10. kişi “10 SON” diyerek topu 9. Kişiye geri atar ve grubun etrafında koşturmaya başlar.
- Diğerleri 9 ‘dan geriye doğru pas sırasını yüksek sesle söyleyerek (9-8-7 vb.) atmaya devam eder ve 1. oyuncuya top geldiğinde “1 SON” der.
- Bu arada koşan oyuncu geri sayma bitmeden kaç oyuncu geçerse geçtiği oyuncu sayısı kadar puan kazanır.
- Bir sonraki oyunda oyunu ilk başlatan oyuncunun sağındaki oyuncu (2. oyuncu) yeni oyunu başlatır.

8.Çember Çevirme

- Çember oyunu, hem tek kişilik hem de grupla oynanan bir oyundur.
- Sopa yardımıyla çemberi düşürmeden çevirme mantığına dayanan oyun, grup hâlinde oynandığında yarışma mesafesi 250-500 m olarak belirlenir. Bitiş noktasına en erken varan oyuncu birinci olur.
- Oyun tek kişilik oynandığında çemberin en uzun sürede düşürülmeden çevrilmesi önemlidir.

9. İletişim Oyunu

- Oyuncular belli bir çizgi üzerinde geniş kolda sıralanırlar.
- Sıranın sağ başında 1 Ocak, sol başında 31 Aralık olduğu söylenir.
- Oyunculardan sözlü iletişim kurmadan doğum günlerine göre sıralanmaları istenir.
- Verilen süre içerisinde sıralanma bittikten sonra oyunculara doğum tarihleri sorulur ve doğru yerde olup olmadıkları kontrol edilir.

10. Eşini Yönlendir

- Oyuncular ikişerli eş olur ve bir eşin gözü bağlanır.
- Belli yüksekliğe bir ip gerilir ve ipe bazı materyaller asılır (Örn.: Küçük balonlar, mendil, kurdela, fasulye kesesi, kâğıt vb.)
- Gözü bağlı oyuncu eşinin yönlendirmesi ile birlikte ipte asılı olan nesnenin ne olduğunu bulmaya çalışır.
- Her doğru bulunan nesne için eşi oyuncuya 1 puan verir.

3.4.2.Kontrol Grubu Ders Programı

Kontrol grubu 10 hafta boyunca her hafta 1 ders saati (40dk) olarak aşağıda belirtilen normal beden eğitimi ve spor dersi müfredatında bulunan programı uygulamışlardır.

1.Hafta : Futbolda topa alışma çalışmaları

2.Hafta: Futbolda topa alışma çalışmaları

3.Hafta Futbolda top kontrolü

4. Hafta: Futbolda sınıf içi pas

- 5. Hafta:** Futbolda sınıf içi pas
- 6. Hafta:** Voleybolda temel becerileri öğreniyorum; Parmak pas
- 7. Hafta:** Voleybolda temel becerileri öğreniyorum; Manşet pas
- 8. Hafta:** Voleybolda temel becerileri öğreniyorum; Servis
- 9. Hafta:** Hentbolda temel becerileri öğreniyorum
- 10. Hafta:** Hentbolda temel becerileri öğreniyorum

3.5. Verilerin Analizi

Bu araştırma sonucunda elde edilen veriler, bilgisayar ortamına aktarılmış ve SPSS 20 (Statistical Package for the Social Sciences) paket programı kullanılmıştır. Öncelikle tanımlayıcı istatistik olarak verilerin ortalama ve standart sapma aralığı belirlenmiştir. Grupların ön ve son test sonuçlarının analizinde bağımlı t test kullanılmış, cinsiyet farklılığı için bağımsız t test kullanılmış ve normal dağılım olmayan durumda Mann Whitney U testi kullanılmıştır. Analizler için elde edilen anlamlılık düzeyleri, $p < 0.05$ olarak kabul edilmiştir.

BÖLÜM IV BULGULAR

Bu bölümde fiziksel etkinlik kartlarının 5. sınıf öğrencileri üzerindeki etkilerinin incelenmesi amacıyla; etkinlik yapan grubumuzun ve kontrol grubumuzun uygulamalar öncesi ve sonrası akademik motivasyonları, beden eğitimi dersine karşı tutumları ve yaptıkları fiziksel etkinlik ya da eğitim öğretim programındaki etkinliklerden hoşlanma düzeyleri ile ilgili bulgular belirtilmiştir.

Tablo 4.1.Öğrencilerin Beden Eğitimi Dersi Tutum Ortalama Puanları

	Özellik		Minimum	Maksimum	X	SS
Fiziksel Etkinlik Grubu	Kadın	Ön Test	47,00	175,00	145,01	24,09
	N=96	Son Test	166,00	175,00	170,80	2,27
	Erkek	Ön Test	50,00	175,00	140,97	29,62
	N=109	Son Test	167,00	175,00	171,60	2,14
	Toplam	Ön Test	47,00	175,00	142,86	27,18
	N=205	Son Test	166,00	175,00	171,23	2,24
	Kadın	Ön Test	85,00	175,00	148,05	21,85
	N=97	Son Test	166,00	175,00	171,21	2,15

Kontrol Grubu	Erkek	Ön Test	57,00	175,00	142,19	24,63
	N=110	Son Test	166,00	175,00	171,07	2,11
	Toplam	Ön Test	57,00	175,00	144,93	23,50
	N=207	Son Test	166,00	175,00	171,13	2,12

Tablo 4.1’de görüldüğü gibi görüldüğü gibi Fiziksel Etkinlik Grubu kadınların ön test minimum puanları 47,00 puan, maksimum puanları 175,00 puan, ortalama puanları 145,01 puan ve standart sapması 24,09 puandır ve son test minimum puanları 166,00 puan, maksimum puanları 175,00 puan, ortalama puanları 170,80 puan ve standart sapması 2,27 puandır. Erkeklerin ön test minimum puanları 50,00 puan, maksimum puanları 175,00 puan, ortalama puanları 140,97 puan ve standart sapması 29,62 puandır ve son test minimum puanları 167,00 puan, maksimum puanları 175,00 puan, ortalama puanları 171,60 puan ve standart sapması 2,14 puandır. Yine Fiziksel Etkinlik Grubunun cinsiyet ayırımı yapılmaksızın tüm değerlerine baktığımızda, ön test minimum puanları 47,00 puan, maksimum puanları 175,00 puan, ortalama puanları 142,86 puan ve standart sapması 27,18 puandır ve son test minimum puanları 166,00 puan, maksimum puanları 175,00 puan, ortalama puanları 171,23 puan ve standart sapması 2,24 puandır.

Tablo 4.1’de görüldüğü gibi görüldüğü gibi Kontrol Grubu kadınların ön test minimum puanları 85,00 puan, maksimum puanları 175,00 puan, ortalama puanları 148,05 puan ve standart sapması 21,85 puandır ve son test minimum puanları 166,00 puan, maksimum puanları 175,00 puan, ortalama puanları 171,21 puan ve standart sapması 2,15 puandır. Erkeklerin ön test minimum puanları 57,00 puan, maksimum puanları 175,00 puan, ortalama puanları 142,19 puan ve standart sapması 24,63 puandır ve son test minimum puanları 166,00 puan, maksimum puanları 175,00 puan, ortalama puanları 171,07 puan ve standart sapması 2,11 puandır. Yine Kontrol Grubunun cinsiyet ayırımı yapılmaksızın tüm değerlerine baktığımızda, ön test minimum puanları 57,00 puan, maksimum puanları 175,00 puan, ortalama puanları 144,93 puan ve standart sapması 23,50 puandır ve son test minimum puanları 166,00 puan, maksimum puanları 175,00 puan, ortalama puanları 171,13 puan ve standart sapması 2,12 puandır.

Tablo 4.2.Fiziksel Etkinlik Grubu Beden Eğitimi Dersi Tutum Ön test ve Son Test Bağımlı t Testi Karşılaştırması

Değişken		N	X	SS	t	df	p
Kadın	Ön Test	96	145,01	24,09	-10,40	95	,00
	Son Test		170,80	2,27			
Erkek	Ön Test	109	140,97	29,62	-10,76	108	,00
	Son Test		171,58	2,14			
Ön Test		205	142,86	27,18	-14,85	204	,00

Tüm Grup	Son Test	171,21	2,23
----------	----------	--------	------

($p<0,05$)

Tablo 4.2’de görüldüğü gibi fiziksel etkinlik grubunun beden eğitimi dersi tutum puanları ön test ve son test arasında sırasıyla kadınlarda $t=-10,40$ değerle, erkeklerde $t=-10,76$ değerle ve cinsiyet gözetmeksizin tüm grupta $t=-14,85$ değerle istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur ($p<0,05$).

Tablo 4.3. Kontrol Grubu Beden Eğitimi Dersi Tutum Ön Test ve Son Test Bağımlı t Testi Karşılaştırması

Değişken		N	X	SS	t	df	p
Kadın	Ön Test	97	148,05	21,85	-10,40	96	,00
	Son Test		171,25	2,11			
Erkek	Ön Test	110	142,19	24,63	-12,39	109	,00
	Son Test		171,07	2,11			
Tüm Grup	Ön Test	207	144,93	23,50	-16,10	206	,00
	Son Test		171,15	2,11			

($p<0,05$)

Tablo 4.3’te görüldüğü gibi kontrol grubunun beden eğitimi dersi tutum puanları ön test ve son test arasında sırasıyla kadınlarda $t=-10,40$ değerle, erkeklerde $t=-12,39$ değerle ve cinsiyet gözetmeksizin tüm grupta $t=-16,10$ değerle istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur ($p<0,05$).

Tablo 4.4.Öğrencilerin Akademik Motivasyon Ön test ve Son test Standart Sapma Puanları

	Özellik		Minimum	Maksimum	X	SS
Fiziksel Etkinlik Grubu	Kadın	Ön Test	2,46	6,14	4,80	,82
	N=96	Son Test	5,75	6,14	5,92	,08
	Erkek	Ön Test	2,07	6,14	4,85	,81
	N=109	Son Test	5,71	6,07	5,91	,08
	Toplam	Ön Test	2,07	6,14	4,83	,81
	N=205	Son Test	5,71	6,14	5,91	,08
Kontrol Grubu	Kadın	Ön Test	2,14	6,36	4,76	,81
	N=96	Son Test	5,14	5,79	5,60	,14
	Erkek	Ön Test	1,96	6,57	4,70	,99
	N=110	Son Test	5,04	5,82	5,59	,15
	Toplam	Ön Test	1,96	6,57	4,73	,91
	N=206	Son Test	5,04	5,82	5,60	,15

Tablo 4.4'te görüldüğü gibi fiziksel etkinlik grubu kadınların ön test minimum puanları 2,46 puan, maksimum puanları 6,14 puan, ortalama puanları 4,80 puan ve standart sapması,82 puandır ve son test minimum puanları 5,75puan, maksimum puanları 6,14puan, ortalama puanları 4,85 puan ve standart sapması ,82 puandır. Erkeklerin ön test minimum puanları 2,07puan, maksimum puanları 6,14 puan, ortalama puanları 4,85 puan ve standart sapması ,81 puandır ve son test minimum puanları 5,15puan, maksimum puanları 6,07 puan, ortalama puanları 5,91 puan ve standart sapması ,81 puandır. Yine fiziksel etkinlik grubunun cinsiyet ayırımı yapılmaksızın tüm gruba baktığımızda, ön test minimum puanları 2,07puan, maksimum puanları 6,14 puan, ortalama puanları 4,83 puan ve standart sapması ,81 puandır ve son test minimum puanları 5,71puan, maksimum puanları 6,14 puan, ortalama puanları 5,91 puan ve standart sapması ,81 puandır.

Yine Tablo 4.4'te görüldüğü gibi Kontrol grubu kadınların ön test minimum puanları 2,14 puan, maksimum puanları 6,36 puan, ortalama puanları 4,76 puan ve standart sapması ,81puandır ve son test minimum puanları 5,14 puan, maksimum puanları 5,79 puan, ortalama puanları 5,60puan ve standart sapması ,14 puandır. Erkeklerin ön test minimum puanları 1,96 puan, maksimum puanları 6,57 puan, ortalama puanları 4,70puan ve standart sapması ,99 puandır ve son test minimum puanları 5,04 puan, maksimum puanları 5,82puan, ortalama puanları 5,59puan ve standart sapması ,15 puandır. Yine Kontrol Grubunun cinsiyet ayırımı yapılmaksızın tüm gruba baktığımızda, ön test minimum puanları 1,96 puan, maksimum puanları 6,57 puan, ortalama puanları 4,73puan ve standart sapması ,91 puandır ve son test minimum puanları 5,04 puan, maksimum puanları 5,82puan, ortalama puanları 5,60puan ve standart sapması ,15 puandır.

Tablo 4.5.Fiziksel Etkinlik Grubu Akademik Motivasyon Ön Test ve Son Test Karşılaştırması İçin Yapılan Bağımlı t Test Sonuçları

Değişken		N	X	SS	t	df	p
Kadın	Ön Test	96	4,80	,82	-13,11	95	,00
	Son Test		5,92	,08			
Erkek	Ön Test	109	4,85	,81	-13,38	108	,00
	Son Test		5,91	,08			
Tüm Grup	Ön Test	205	4,83	,81	-18,77	204	,00
	Son Test		5,91	,08			

($p < 0,05$)

Tablo 4.5'te görüldüğü gibi fiziksel etkinlik grubunun akademik motivasyon puanları ön test ve son test arasında sırasıyla kadınlarda $t = -13,11$ değerle, erkeklerde $t = -13,38$ değerle ve cinsiyet gözetmeksizin tüm grupta $t = -18,77$ değerle istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur ($p < 0,05$).

Tablo 4.6.Kontrol Grubu Akademik Motivasyon Ön Test ve Son Test Karşılaştırması İçin Yapılan Bağımlı t Test Sonuçları

Değişken		N	X	SS	t	df	p
Kadın	Ön Test	96	4,76	,81	-10,08	95	,00
	Son Test		5,60	,14			
Erkek	Ön Test	110	4,70	,99	-9,365	109	,00
	Son Test		5,59	,15			
Tüm Grup	Ön Test	206	4,73	,91	-13,59	205	,00
	Son Test		5,60	,15			

Tablo 4.6’da görüldüğü gibi kontrol grubunun akademik motivasyon puanları ön test ve son test arasında sırasıyla kadınlarda $t=-10,08$ değerle, erkeklerde $t=-9,35$ değerle ve cinsiyet gözetmeksizin tüm grupta $t=-13,59$ değerle istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur ($p<0,05$).

Tablo 4.7.Öğrencilerin Fiziksel Aktiviteden Hoşlanma Ortalama Puanları

	N	Minimum	Maksimum	X	SS
Fiziksel Etkinlik 1	207	35,00	35,00	35,00	,00
Fiziksel Etkinlik 2		35,00	35,00	35,00	,00
Fiziksel Etkinlik 3		35,00	35,00	35,00	,00
Fiziksel Etkinlik 4		35,00	35,00	35,00	,00
Fiziksel Etkinlik 5		35,00	35,00	35,00	,00
Fiziksel Etkinlik 6		35,00	35,00	35,00	,00
Fiziksel Etkinlik 7		35,00	35,00	35,00	,00
Fiziksel Etkinlik 8		35,00	35,00	35,00	,00
Fiziksel Etkinlik 9		35,00	35,00	35,00	,00
Fiziksel Etkinlik 10		35,00	35,00	35,00	,00
Fiziksel Etkinlik Toplam		35,00	35,00	35,00	,00
Kontrol Grubu 1	215	26,00	35,00	33,56	1,51
Kontrol Grubu 2		28,00	35,00	33,51	1,50
Kontrol Grubu 3		26,00	35,00	33,46	1,68
Kontrol Grubu 4		28,00	35,00	33,69	1,53
Kontrol Grubu 5		30,00	35,00	33,59	1,27
Kontrol Grubu 6		30,00	35,00	33,92	1,29
Kontrol Grubu 7		28,00	35,00	33,88	1,25
Kontrol Grubu 8		29,00	35,00	34,06	1,18
Kontrol Grubu 9		29,00	35,00	33,72	1,28
Kontrol Grubu 10		31,00	35,00	33,84	1,19

Kontrol Grubu Toplam	31,30	35,00	33,72	,70
----------------------	-------	-------	-------	-----

Tablo 4.7’de görüldüğü gibi cinsiyet ayrımı yapmaksızın Fiziksel Etkinlik Grubuna baktığımızda 1.Aktivitenin minimum puanları 35,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 35,00 puan, standart sapması ,00 puan, 2.Aktivitenin minimum puanları 35,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 35,00 puan, standart sapması ,00 puan, 3.Aktivitenin minimum puanları 35,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 35,00 puan, standart sapması ,00 puan, 4.Aktivitenin minimum puanları 35,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 35,00 puan, standart sapması ,00 puan, 5.Aktivitenin minimum puanları 35,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 35,00 puan, standart sapması ,00 puan, 6.Aktivitenin minimum puanları 35,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 35,00 puan, standart sapması ,00 puan, 7.Aktivitenin minimum puanları 35,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 35,00 puan, standart sapması ,00 puan, 8.Aktivitenin minimum puanları 35,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 35,00 puan, standart sapması ,00 puan, 9.Aktivitenin minimum puanları 35,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 35,00 puan, standart sapması ,00 puan, 10.Aktivitenin minimum puanları 35,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 35,00 puan, standart sapması ,00 puandır. Fiziksel Etkinlik grubunun tüm aktivitelerinin minimum puanları 35,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 35,00 puan, standart sapması ,00 puan, 0.Oyunun minimum puanları 35,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 35,00 puan, standart sapması ,00 puandır.

Yine Tablo 4.7’de görüldüğü gibi cinsiyet ayrımı yapmaksızın Kontrol Grubuna baktığımızda 1.Aktivitenin minimum puanları 26,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 33,56 puan, standart sapması 1,15 puan, 2.Aktivitenin minimum puanları 28,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 33,51 puan, standart sapması 1,50 puan, 3.Aktivitenin minimum puanları 26,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 33,46 puan, standart sapması 1,68 puan, 4.Aktivitenin minimum puanları 28,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 33,69 puan, standart sapması 1,53 puan, 5.Aktivitenin minimum puanları 30,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 33,59 puan, standart sapması 1,27 puan, 6.Aktivitenin minimum puanları 30,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 33,92 puan, standart sapması 1,29 puan, 7.Aktivitenin minimum puanları 28,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 33,88 puan, standart sapması 1,25 puan, 8.Aktivitenin minimum puanları 29,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 34,06 puan, standart sapması 1,18 puan, 9.Aktivitenin minimum puanları 29,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 33,72 puan, standart sapması 1,28 puan, 10.Aktivitenin minimum puanları 31,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 33,84 puan, standart sapması 1,99 puandır. Kontrol Grubunun tüm aktivitelerinin minimum puanları 31,30 puan,

maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 33,92 puan, standart sapması ,70 puandır.

Tablo 4.8. Fiziksel Etkinlik Grubu Kadınlarının Fiziksel Etkinlik Sonrası Fiziksel Aktiviteden Hoşlanma Ortalama Puanları

	N	Minimum	Maximum	X	SS
Fiziksel Etkinlik 1		35,00	35,00	35,00	,00
Fiziksel Etkinlik 2		35,00	35,00	35,00	,00
Fiziksel Etkinlik 3		35,00	35,00	35,00	,00
Fiziksel Etkinlik 4		35,00	35,00	35,00	,00
Fiziksel Etkinlik 5		35,00	35,00	35,00	,00
Fiziksel Etkinlik 6	98	35,00	35,00	35,00	,00
Fiziksel Etkinlik 7		35,00	35,00	35,00	,00
Fiziksel Etkinlik 8		35,00	35,00	35,00	,00
Fiziksel Etkinlik 9		35,00	35,00	35,00	,00
Fiziksel Etkinlik 10		35,00	35,00	35,00	,00
Fiziksel Etkinlik Toplam		35,00	35,00	35,00	,00

Tablo 4.8’de görüldüğü gibi Fiziksel Etkinlik Grubu kadın öğrencilerinin Fiziksel Etkinlik Kartları sonrası Fiziksel Etkinlikten Hoşlanma ortalamalarına baktığımızda 1.Aktivite minimum puanları 35,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 35,00 puan, standart sapma puanları ,00 puan, 2.Aktivite minimum puanları 35,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 35,00 puan, standart sapma puanları ,00 puan, 3.Aktivite minimum puanları 35,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 35,00 puan, standart sapma puanları ,00 puan, 4.Aktivite minimum puanları 35,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 35,00 puan, standart sapma puanları ,00 puan, 5.Aktivite minimum puanları 35,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 35,00 puan, standart sapma puanları ,00 puan, 6.Aktivite minimum puanları 35,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 35,00 puan, standart sapma puanları ,00 puan, 7.Aktivite minimum puanları 35,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 35,00 puan, standart sapma puanları ,00 puan, 8.Aktivite minimum puanları 35,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 35,00 puan, standart sapma puanları ,00 puan, 9.Aktivite minimum puanları 35,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 35,00 puan, standart sapma puanları ,00 puan, 10.Aktivite minimum puanları 35,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 35,00 puan, standart sapma puanları ,00 puandır. Fiziksel Etkinlik Grubu kadın öğrencilerinin tüm aktivitelerinin minimum puanları 35,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 35,00 puan, standart sapma puanları ,00 puandır.

Tablo 4.9. Fiziksel Etkinlik Grubu Erkeklerinin Fiziksel Etkinlik Sonrası Fiziksel Aktiviteden Hoşlanma Düzeyi Ortalama Puanları

	N	Minimum	Maximum	X	SS
Fiziksel Etkinlik 1	109	35,00	35,00	35,00	,00
Fiziksel Etkinlik 2		35,00	35,00	35,00	,00
Fiziksel Etkinlik 3		35,00	35,00	35,00	,00
Fiziksel Etkinlik 4		35,00	35,00	35,00	,00
Fiziksel Etkinlik 5		35,00	35,00	35,00	,00
Fiziksel Etkinlik 6		35,00	35,00	35,00	,00
Fiziksel Etkinlik 7		35,00	35,00	35,00	,00
Fiziksel Etkinlik 8		35,00	35,00	35,00	,00
Fiziksel Etkinlik 9		35,00	35,00	35,00	,00
Fiziksel Etkinlik 10		35,00	35,00	35,00	,00
Fiziksel Etkinlik Toplam		35,00	35,00	35,00	,00

Tablo 4.9’da görüldüğü gibi Fiziksel Etkinlik Grubu erkek öğrencilerinin Fiziksel Etkinlik Kartları sonrası Fiziksel Etkinlikten Hoşlanma ortalamalarına baktığımızda 1.Aktivite minimum puanları 35,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 35,00 puan, standart sapma puanları ,00 puan, 2.Aktivite minimum puanları 35,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 35,00 puan, standart sapma puanları ,00 puan, 3.Aktivite minimum puanları 35,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 35,00 puan, standart sapma puanları ,00 puan, 4.Aktivite minimum puanları 35,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 35,00 puan, standart sapma puanları ,00 puan, 5.Aktivite minimum puanları 35,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 35,00 puan, standart sapma puanları ,00 puan, 6.Aktivite minimum puanları 35,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 35,00 puan, standart sapma puanları ,00 puan, 7.Aktivite minimum puanları 35,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 35,00 puan, standart sapma puanları ,00 puan, 8.Aktivite minimum puanları 35,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 35,00 puan, standart sapma puanları ,00 puan, 9.Aktivite minimum puanları 35,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 35,00 puan, standart sapma puanları ,00 puan, 10.Aktivite minimum puanları 35,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 35,00 puan, standart sapma puanları ,00 puandır. Fiziksel Etkinlik Grubu erkek öğrencilerinin tüm aktivitelerinin minimum puanları 35,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 35,00 puan, standart sapma puanları ,00 puandır.

Tablo 4.10.Kontrol Grubu Kadınların Normal Ders Sonrası Fiziksel Aktiviteden Hoşlanma Ortalama Puanları

	N	Minimum	Maksimum	X	SS
Kontrol Grubu Aktivite 1		28,00	35,00	33,62	1,48
Kontrol Grubu Aktivite 2		28,00	35,00	33,54	1,43
Kontrol Grubu Aktivite 3		27,00	35,00	33,42	1,63
Kontrol Grubu Aktivite 4		28,00	35,00	33,83	1,47
Kontrol Grubu Aktivite 5		30,00	35,00	33,56	1,31
Kontrol Grubu Aktivite 6	101	31,00	35,00	33,96	1,25
Kontrol Grubu Aktivite 7		28,00	35,00	33,86	1,40
Kontrol Grubu Aktivite 8		29,00	35,00	34,16	1,18
Kontrol Grubu Aktivite 9		29,00	35,00	33,74	1,33
Kontrol Grubu Aktivite 10		31,00	35,00	33,99	1,14
Kontrol Grubu Toplam		28,00	35, 00	33,62	1,48

Tablo 4.10’da görüldüğü gibi kontrol grubu kadın öğrencilerinin normal ders sonrası Fiziksel Etkinlikten Hoşlanma ortalamalarına baktığımızda 1.Aktivite minimum puanları 28,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 33,62 puan, standart sapma puanları 1,48 puan, 2.Aktivite minimum puanları 28,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 33,54 puan, standart sapma puanları 1,43 puan, 3.Aktivite minimum puanları 27,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 33,42 puan, standart sapma puanları 1,63 puan, 4.Aktivite minimum puanları 28,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 33,83 puan, standart sapma puanları 1,47 puan, 5.Aktivite minimum puanları 30,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 33,56 puan, standart sapma puanları 1,31 puan, 6.Aktivite minimum puanları 31,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 33,96 puan, standart sapma puanları 1,25 puan, 7.Aktivite minimum puanları 28,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 33,86 puan, standart sapma puanları 1,40 puan, 8.Aktivite minimum puanları 29,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 34,16 puan, standart sapma puanları 1,18 puan, 9.Aktivite minimum puanları 28,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 33,74 puan, standart sapma puanları 1,33 puan, 10.Aktivite minimum puanları 31,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 33,99 puan, standart sapma puanları 1,14 puandır. Kontrol grubun kadın öğrencilerinin tüm aktivitelerinin minimum puanları 28,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 33,62 puan, standart sapma puanları 1,48 puandır

Tablo 4.11. Kontrol Grubu Erkekler Normal Ders Sonrası Fiziksel Aktiviteden Hoşlanma Düzeyi, maksimum, Minimum ve Ortalama Puanları

	N	Minimum	Maximum	X	SS
--	---	---------	---------	---	----

Kontrol Grubu Aktivite 1		26,00	35,00	33,50	1,58
Kontrol Grubu Aktivite 2		29,00	35,00	33,45	1,55
Kontrol Grubu Aktivite 3		26,00	35,00	33,54	1,72
Kontrol Grubu Aktivite 4		29,00	35,00	33,56	1,59
Kontrol Grubu Aktivite 5		30,00	35,00	33,57	1,26
Kontrol Grubu Aktivite 6	106	30,00	35,00	33,84	1,37
Kontrol Grubu Aktivite 7		30,00	35,00	33,91	1,12
Kontrol Grubu Aktivite 8		30,00	35,00	33,96	1,21
Kontrol Grubu Aktivite 9		29,00	35,00	33,70	1,27
Kontrol Grubu Aktivite 10		31,00	35,00	33,66	1,26
Kontrol Grubu Aktivite Toplam		31,30	35,00	33,67	,73

Tablo 4.11’de görüldüğü gibi Fiziksel Etkinlik Grubu erkek öğrencilerinin normal ders sonrası Fiziksel Etkinlikten Hoşlanma ortalamalarına baktığımızda 1.Aktivite minimum puanları 26,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 33,50 puan, standart sapma puanları 1,58 puan, 2.Aktivite minimum puanları 29,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 33,45 puan, standart sapma puanları 1,55 puan, 3.Aktivite minimum puanları 26,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 33,54 puan, standart sapma puanları 1,72 puan, 4.Aktivite minimum puanları 29,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 33,56 puan, standart sapma puanları 1,59 puan, 5.Aktivite minimum puanları 30,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 33,57 puan, standart sapma puanları 1,26 puan, 6.Aktivite minimum puanları 30,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 33,84 puan, standart sapma puanları 1,37 puan, 7.Aktivite minimum puanları 30,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 33,91 puan, standart sapma puanları 1,12 puan, 8.Aktivite minimum puanları 30,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 33,96 puan, standart sapma puanları 1,21 puan, 9.Aktivite minimum puanları 29,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 33,70 puan, standart sapma puanları 1,27 puan, 10.Aktivite minimum puanları 31,00 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 33,66 puan, standart sapma puanları 1,26 puandır. Kontrol Grubu erkek öğrencilerinin tüm aktivitelerinin minimum puanları 31,30 puan, maksimum puanları 35,00 puan, ortalama puanları 33,67 puan, standart sapma puanları,73puandır.

Tablo 4.12.Tüm Deneklerin Fiziksel Etkinlik Sonrası ve Normal Ders Sonrası Fiziksel Etkinlikten Hoşlanma Düzeylerinin Mann Whitney-U Testine Göre Karşılaştırılması

	Fiziksel Etkinlik Gurubu		Kontrol Gurubu		
	X	SS	X	SS	p
1.Aktivite	35,00	,00	33,56	1,51	,00
2.Aktivite	35,00	,00	33,51	1,50	,00

3. Aktivite	35,00	,00	33,46	1,68	,00
4. Aktivite	35,00	,00	33,69	1,53	,00
5. Aktivite	35,00	,00	33,59	1,27	,00
6. Aktivite	35,00	,00	33,92	1,29	,00
7. Aktivite	35,00	,00	33,88	1,25	,00
8. Aktivite	35,00	,00	34,06	1,18	,00
9. Aktivite	35,00	,00	33,72	1,28	,00
10. Aktivite	35,00	,00	33,84	1,19	,00
Toplam	35,00	,00	33,72	,70	,00

(p<0,05)

Tablo 4.12’de görüldüğü gibi Fiziksel etkinlikten hoşlanma düzeyleri bakıldığında öğrencilerin fiziksel etkinlik kartlarındaki aktivitelerden daha çok hoşlandıkları ve okul beden eğitimi dersi müfredatında olan aktiviteler ile fiziksel etkinlik kartlarındaki aktivitelerden keyif alma düzeyinde istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur (p<0,05)

Tablo 4.13. Kadınların Fiziksel Etkinlik Sonrası ve Normal Ders Sonrası Fiziksel Etkinlikten Hoşlanma Düzeylerinin Mann Whitney-U Testine Göre Karşılaştırılması

	Fiziksel Etkinlik Grubu		Kontrol Grubu		P
	X	SS	X	SS	
1. Aktivite	35,00	,00	33,62	1,48	,00
2. Aktivite	35,00	,00	33,54	1,43	,00
3. Aktivite	35,00	,00	33,42	1,63	,00
4. Aktivite	35,00	,00	33,83	1,47	,00
5. Aktivite	35,00	,00	33,56	1,31	,00
6. Aktivite	35,00	,00	33,96	1,25	,00
7. Aktivite	35,00	,00	33,86	1,40	,00
8. Aktivite	35,00	,00	34,16	1,18	,00
9. Aktivite	35,00	,00	33,74	1,33	,00
10. Aktivite	35,00	,00	33,99	1,14	,00
Toplam	35,00	,00			,00

(p<0,05)

Tablo 4.13’de görüldüğü gibi cinsiyet ayırımı yaparak sadece kadınların Fiziksel etkinlikten hoşlanma düzeylerine bakıldığında öğrencilerin fiziksel etkinlik kartlarındaki aktivitelerden daha çok hoşlandıkları ve okul beden eğitimi dersi müfredatında olan

aktiviteler ile fiziksel etkinlik kartlarındaki aktivitelerden keyif alma düzeyinde istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur ($p<0,05$)

Tablo 4.14. Erkeklerin Fiziksel Etkinlik Sonrası ve Normal Ders Sonrası Fiziksel Etkinlikten Hoşlanma Düzeylerinin Mann Whitney-U Testine Göre Karşılaştırılması

	Fiziksel Etkinlik Grubu		Kontrol Grubu		
	X	P	X	SS	P
1. Aktivite	35,00	,00	33,50	1,58	,00
2. Aktivite	35,00	,00	33,45	1,55	,00
3. Aktivite	35,00	,00	33,54	1,72	,00
4. Aktivite	35,00	,00	33,56	1,59	,00
5. Aktivite	35,00	,00	33,57	1,26	,00
6. Aktivite	35,00	,00	33,84	1,37	,00
7. Aktivite	35,00	,00	33,91	1,12	,00
8. Aktivite	35,00	,00	33,96	1,21	,00
9. Aktivite	35,00	,00	33,70	1,27	,00
10. Aktivite	35,00	,00	33,66	1,26	,00
Toplam	35,00	,00	33,67	,73	,00

($p<0,05$)

Tablo 4.13’de görüldüğü gibi cinsiyet ayırımı yaparak sadece erkeklerin Fiziksel etkinlikten hoşlanma düzeylerine bakıldığında öğrencilerin fiziksel etkinlik kartlarındaki aktivitelerden daha çok hoşlandıkları ve okul beden eğitimi dersi müfredatında olan aktiviteler ile fiziksel etkinlik kartlarındaki aktivitelerden keyif alma düzeyinde istatistiksel olarak bulunmuştur ($p<0,05$)

BÖLÜM V

SONUÇ

Bu bölümde Ortaokul 5.sınıf öğrencilerinin Beden Eğitimi ve Spor dersinde kullanılan Fiziksel Etkinlik Kartlarının, öğrencilerin beden eğitimi dersine karşı olan tutumlarını, akademik motivasyonlarını ve yapılan fiziksel etkinlikten hoşlanma düzeyleri incelenerek oluşturulan problem cümleleriyle alan yazın kısmındaki örneklerle açıklanacaktır.

5.1. Yargı

Araştırmanın Fiziksel etkinlik kartlarını kullanan öğrencilerin beden eğitimine karşı tutumlarında ön test son test ölçümleri arasında fark var mıdır 1. hipotezine göre, öğrencilerin birinci ve ikinci ölçümleri arasında anlamlı fark bulunmuştur. Buna göre 10 haftalık fiziksel etkinlik kartlarının uygulanması öğrencilerin beden eğitimi dersine karşı tutumlarını olumlu yönde arttırmıştır.

Kontrol grubu öğrencilerinin beden eğitimine karşı tutumlarında ön-test ve son-test arasında fark var mıdır 2. hipotezine göre, öğrencilerin birinci ve ikinci ölçümleri arasında anlamlı fark bulunmuştur. Buna göre normal müfredatı takip eden öğrenciler 10 hafta sonrasında beden eğitimi dersine karşı tutumları olumlu yönde artmıştır.

Araştırmanın fiziksel etkinlik kartlarını kullanan öğrencilerin akademik motivasyonlarında ön test son test ölçümleri arasında fark var mıdır 3. hipotezine göre, öğrencilerin birinci ve ikinci ölçümleri arasında anlamlı fark bulunmuştur. Buna göre 10 haftalık fiziksel etkinlik kartlarının uygulanması öğrencilerin akademik motivasyonlarını olumlu yönde arttırmıştır.

Kontrol grubu öğrencilerinin akademik motivasyonlarında ön test son test ölçümleri arasında fark var mıdır 4. hipotezine göre, öğrencilerin birinci ve ikinci ölçümleri arasında anlamlı fark bulunmuştur. Buna göre normal müfredatı takip eden öğrencilerin de 10 hafta sonrasında akademik motivasyonları olumlu yönde artmıştır.

Araştırmanın fiziksel etkinlik kartlarını kullanan grubun ve kontrol grubunun fiziksel etkinlikten hoşlanma düzeylerinde fark var mıdır 5. hipotezine göre, öğrencilerin fiziksel etkinlik kartlarındaki aktivitelerden daha çok hoşlandıkları ve normal müfredat dersinde olan aktiviteler ile fiziksel etkinlik kartlarındaki aktivitelerden keyif alma düzeyinde anlamlı fark bulunmuştur. Buna göre 10 haftalık fiziksel etkinlik kartlarının uygulanması öğrencilerin fiziksel aktiviteden hoşlanma düzeylerini olumlu yönde arttırmıştır.

Fiziksel etkinlik kartlarını kullanan kadın öğrencilerin fiziksel etkinlikten hoşlanma düzeylerinde fark var mıdır 6. hipotezine göre, kadın öğrencilerin fiziksel etkinlikten hoşlanma düzeylerinde anlamlı fark bulunmuştur.

Fiziksel Etkinlik kartlarını kullanan erkek öğrencilerin fiziksel etkinlikten hoşlanma düzeylerinde fark var mıdır 7. hipotezine göre, erkek öğrencilerin fiziksel etkinlikten hoşlanma düzeylerinde anlamlı fark bulunmuştur.

Kontrol grubu kadın öğrencilerin fiziksel etkinlikten hoşlanma düzeylerinde fark var mıdır 8. hipotezine göre, kadın öğrencilerin fiziksel etkinlikten hoşlanma düzeylerinde anlamlı fark bulunmuştur.

Kontrol grubu erkek öğrencilerin fiziksel etkinlikten hoşlanma düzeylerinde fark var mıdır 9. hipotezine göre, erkek öğrencilerin fiziksel etkinlikten hoşlanma düzeylerinde anlamlı fark bulunmuştur.

Araştırmadaki her iki grup öğrencilerinin fiziksel etkinlik kartları sonrası ve normal ders sonrası fiziksel aktiviteden hoşlanma düzeylerinde fark var mıdır 10. hipotezine göre, fiziksel etkinlik kartlarındaki aktivitelerden daha çok hoşlandıkları ve okul beden eğitimi dersi müfredatında olan aktiviteler ile fiziksel etkinlik kartlarındaki aktivitelerden keyif alma düzeyinde farklılık olduğu bulunmuştur.

Her iki gruptaki kadın öğrencilerin fiziksel etkinlik kartları sonrası ve normal ders sonrası fiziksel aktiviteden hoşlanma düzeylerinde fark var mıdır 11. hipotezine göre, fiziksel etkinlik kartlarındaki aktivitelerden daha çok hoşlandıkları ve okul beden eğitimi dersi müfredatında olan aktiviteler ile fiziksel etkinlik kartlarındaki aktivitelerden keyif alma düzeyinde farklılık olduğu bulunmuştur.

Her iki gruptaki erkek öğrencilerin fiziksel etkinlik kartları sonrası ve normal ders sonrası fiziksel aktiviteden hoşlanma düzeylerinde fark var mıdır 11. hipotezine göre, fiziksel etkinlik kartlarındaki aktivitelerden daha çok hoşlandıkları ve okul beden eğitimi dersi müfredatında olan aktiviteler ile fiziksel etkinlik kartlarındaki aktivitelerden keyif alma düzeyinde farklılık olduğu bulunmuştur.

5.2. Tartışma

Çalışmanın fiziksel etkinlik grubu katılımcıları; Bu gruptaki öğrenciler deney grubudur. Bu öğrencilerle 10 Haftalık Aktivite Programı gerçekleştirilmiştir.

Çalışmanın kontrol grubu katılımcıları; Bu gruptaki öğrencilerle normal beden eğitimi dersi kapsamını içeren 10 Haftalık Beden Eğitimi ve Spor Ders Programı gerçekleştirilmiştir.

5.2.1. Fiziksel Etkinlik Kartlarının Öğrencilerin Beden Eğitimi Dersine Tutumlarına Etkisi

Çalışmamızın fiziksel etkinlik kartlarını kullanan öğrencilerin 10 hafta sonra beden eğitimi dersine karşı olumlu tutum artışı göstermiştir, kontrol grubumuz normal beden eğitimi ders programını uygulamış ve bu grubumuzda da olumlu tutum göstermiştir. Ancak deney grubu öğrencilerimizdeki artış oranının daha fazla olduğu görülmektedir. Yani fiziksel etkinlik kartları her iki gruba etkili olmuş ve öğrencilerin tutumlarında artış gerçekleşmiştir.

Ağırtaş'ın 2017 yılında yaptığı ortaokul öğrencilerinin akran eğitim modeli ve fiziksel etkinlik kartlarının beden eğitimi dersine olan tutumlarını incelediği çalışmasında deney ve kontrol grubu lehinde anlamlı bir farklılığın olduğunu belirlemiştir. Yine İrez S.G. (2012), yaptığı FEK kartlarının ilköğretim öğrencilerinin beden eğitimi derslerindeki düzeylerini incelediği çalışmasında anlamlı fark bulmuştur. Alan yazındaki bu bulgular bizim çalışmamızla benzerlik göstermektedir.

Alan yazın taraması sonucunda ön test son test ölçümleri arasında fark olmadığını gösteren çalışmalara da rastlanmıştır. Nitekim Solmaz ve Bayrak (2016), fiziksel etkinlik grubu öğrencilerinde YSVQ tutumlarının ön test ve son test karşılaştırmasını yapmışlar. Araştırmaları nihayetinde fiziksel etkinlik gruplarında ön test ve son test puan

ortalamaları arasında istatistiksel bakımdan anlamlı bir fark olmadığı kanısına varmışlardır. Alan yazındaki bu bulgu bizim çalışmamızla farklılık göstermektedir.

Solmaz ve Bayrak (2016), kontrol grubu öğrencilerinde YSVQ tutumlarının ön test ve son test karşılaştırmasını yapmışlar. Araştırmaları nihayetinde kontrol gruplarının ön test ve son test puan ortalamaları arasında istatistiksel bakımdan anlamlı bir farkın olduğunu saptamışlardır. Güllü M. , ve arkadaşlarının (2016) yapmış olduğu ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersine ilişkin tutumlarının inceledikleri çalışmada da anlamlı fark elde edilmiştir. Ancak çalışmasında beden eğitimi programlarının deneklerinin gelişimindeki rolünü irdeleyen Khayyat (2015), öğrencilerini 18 haftalık eğitime tabi tutmuştur. Çalışması nihayetinde kontrol grubuna uygulanan normal spor içerikli beden eğitimi programı sonucunda, bu öğrencilerin tüm testlerinde hiçbir anlamlı değişiklik görülmemiştir. Bizim çalışmamız ise alan yazında kontrol grubu öğrencilerinin beden eğitime dersine karşı önceki döneme göre olumlu tutum artışı gösteren çalışmalarla örtüşmektedir.

5.2.2.Fiziksel Etkinlik Kartlarının Öğrencilerin Akademik Motivasyonlarına Etkisi

Fiziksel etkinlik grubumuzun öğrencilerinin 10 hafta sonra beden eğitimi dersine karşı akademik motivasyonlarında artış gözlemlenmiştir dolayısıyla fiziksel etkinlik kartları çok etkili olmuş ve öğrencilerin akademik motivasyonlarını olumlu yönde etkilemiştir. Kontrol grubumuzun öğrencilerinin 10 hafta sonra beden eğitimi dersine karşı akademik motivasyonlarında artış gözlemlenmiştir dolayısıyla beden eğitimi dersinin öğrencilerin akademik motivasyonları üzerinde olumlu yönde etkisi söz konusudur. Alan yazın taraması sonucunda ön test son test ölçümleri arasında istatistiksel olarak fark olduğunu gösteren çalışmalara rastlanmıştır.

Bilgin (2017), çalışmasında ortaokul öğrencilerinin motivasyonlarına bağlı akademik başarıları ve fiziksel uygunluklarını araştırmıştır. Çalışması nihayetinde öğrencilerini fiziksel aktivite düzeyi ve Fitness gram Test Bataryası ölçümlerine tabi tutmuş ve öğrencilerin fiziksel aktivite düzeyi ile akademik başarı puanları arasında anlamlı bir ilişki bulunduğunu, fiziksel aktivite düzeyini artırmak için ayrılan zamanın akademik başarı ve motivasyonu düşürmediği kanısına varmıştır.

Akandere vd., (2010), çalışmalarında beden eğitimi tutumlarında akademik motivasyon ve başarı düzeylerini araştırmışlardır. Çalışmalar nihayetinde araştırmaya katılan deneklerin beden eğitimi dersine ilişkin tutumları ile akademik motivasyonlarına ilişkin bulguları arasında istatistiksel olarak aynı yönde bir korelasyon bulunmuştur. Dolayısıyla beden eğitimi derslerinin öğrencilerin akademik motivasyonlarında arttırıcı etkisi gözlemlenmiştir. Bu anlamda beden eğitimi derslerinin öğrencilerin akademik motivasyon düzeylerinde pozitif etkisi söz konusudur. Alan yazındaki bu bulgu bizim çalışmamızla benzerlik göstermektedir.

5.2.3.Fiziksel Etkinlik kartlarının Öğrencilerin Fiziksel Etkinlikten Hoşlanma Düzeylerine Etkisi

Tüm deneklerin fiziksel etkinlik sonrası ve normal ders sonrası fiziksel etkinlikten hoşlanma düzeylerine bakıldığında deney kapsamındaki fiziksel etkinlik kartlarının hem kontrol grubu hem de fiziksel etkinlik grubunda olumlu farklılıklar gösterdiği saptanmıştır. Zira bu bulgu çalışmanın 1. ve 2. alt problemlerinin sonuçlarıyla da örtüşmektedir. Nitekim bu iki alt problemin bulguları da hem fiziksel etkinlik grubu hem de kontrol grubundaki öğrencilerin deney kapsamında beden eğitim dersindeki etkinliklere ilişkin öncesi ve sonrası dönemde deneklerin tutumları arasında anlamlı farklılıklar olduğu saptanmıştır. Dolayısıyla fiziksel etkinlik kartlarının fiziksel aktiviteden hoşlanma düzeylerinde etki düzeyinin yüksek olduğu da görülmüştür. Literatürdeki çalışmalarda genellikle kontrol ve deney grubunun fiziksel etkinliğe karşı tutumları ayrı ayrı verilmiştir. Alan yazın taraması sonucunda kontrol grubundaki öğrencilerin fiziksel aktivitelerden hoşlanma düzeylerinde farklılık gözlemlenen çalışmalara rastlanılmıştır.

İrez (2012), Fiziksel Etkinlik Kartları Uygulamasının İlköğretim Öğrencilerinin Beden Eğitimi Derslerindeki Fiziksel Aktivite Düzeyleri Ders İçerikleri Ve Öğretmen Davranışları Üzerine Etkisini araştırdığı çalışmada öğrencilerin fiziksel aktivite kartlarındaki etkinliklerden hoşlandıklarını saptamıştır. Yine Demirtöz ve Alpaya (2016), deney grubu ve kontrol grubu diye ayırdığı araştırma evreninin genel olarak fiziksel etkinliklerden hoşlanma düzeylerini olumlu yönde saptamıştır. Alan yazındaki çalışmaların bulguları bizim çalışmamızla benzerlik göstermektedir.

Fiziksel etkinlik kartlarını kullanan öğrencilerin 10 hafta sonra fiziksel aktivitelerden hoşlanma düzeylerinde olumlu tutum artışı görülürken cinsiyet ayrımı bakımından farklılık gözlenmemiştir. Yani hem kadın hem de erkek öğrenciler fiziksel aktivitelerden hoşlanmıştır. Alan yazın taraması sonucunda cinsiyet bakımından farklılığın olmadığı görüşü hakimdir.

Mirzeoğlu ve Çoknaz (2014), fiziksel etkinlik hoşlanma ölçeğini Türk genç ve çocuklara uygunluğunu araştırmışlar ve çalışmaya katılan öğrencilerin fiziksel etkinlikten hoşlanma düzeylerinde cinsiyet farklılığını incelemişlerdir. Yapılan bağımsız gruplar t test sonucunda ölçek puanları üzerinde istatistiksel olarak anlamlı herhangi bir cinsiyet farklılığına rastlanamamışlardır. Alan yazındaki bu bulgu bizim çalışmamızla benzerlik göstermektedir.

Kontrol grubumuz öğrencilerinin 10 haftalık normal beden eğitimi programı sonrası fiziksel aktivitelerden hoşlanma düzeylerinde cinsiyet bakımından anlamlı farklılık saptanmazken fiziksel aktivitelerden hoşlanma düzeylerinde olumlu farklılık görülmüştür. Yani normal beden eğitimi dersi alan öğrencilerde hem kadın hem de erkek

öğrencilerin fiziksel aktivitelere karşı görüşü değişmiştir. Alan yazın taraması sonucunda cinsiyet bakımından kontrol grubunun aralarında fark olmadığını benzer düzeyde hoşlandıklarına ilişkin bulgulara rastlanmıştır.

Uzun vd., (2017), çalışmalarında öğrencilerinin fiziksel aktiviteden hoşlanma düzeyini incelemişlerdir. Çalışmaları nihayetinde kız ve erkek öğrencilerin fiziksel aktiviteden hoşlanma düzeyleri arasında benzerlik saptamışlardır. Bu sonuç öğrencilerin kız erkek ayrımı yapılmadan demokratik şartlarda beden eğitimi dersi almalarıyla ilişkilendirilebilir. Alan yazındaki bu bulgu bizim çalışmamızla benzerlik göstermektedir.

Fiziksel etkinlikten hoşlanma düzeyleri bakıldığında öğrencilerin fiziksel etkinlik kartlarındaki aktivitelerden daha çok hoşlandıkları ve okul beden eğitimi dersi müfredatında olan aktiviteler ile fiziksel etkinlik kartlarındaki aktivitelerden keyif alma düzeyinde farklılık olduğu bulunmuştur. Alan yazın taraması sonucunda fark olduğuna ilişkin bulgulara rastlanılmıştır.

Wies, (2000) e göre öğrencilerin fiziksel aktiviteye katılımları, onların o aktiviteden ne kadar hoşlandıklarında etkili olduğunu belirtmiştir. Ayrıca fiziksel aktivitenin öğrenci tarafından yapılabilirliğinin de öğrenci katılımını etkilediği ifade edilmiştir (Ferrer ve Weiss, 2000). Diğer yandan Demirtöz ve Alpkaya (2016), çalışmalarında beden eğitimi dersi içinde öğrencilere dört farklı fiziksel aktivite (oyun şekli) yaptırarak bu aktivitelerden öğrencilerin hoşlanma düzeyini tespit etmeyi amaçlamışlardır. Çalışmalar nihayetinde aktivite sonrası öğrencilerin yüksek düzeyde fiziksel aktivitelerden keyif aldıkları, hoşlandıkları ve sevdikleri görülmüştür. Alan yazındaki bulgular bizim çalışmamızla benzerlik göstermektedir.

Cinsiyet ayrımı yaparak sadece kadınların fiziksel etkinlikten hoşlanma düzeylerine bakıldığında öğrencilerin fiziksel etkinlik kartlarındaki aktivitelerden daha çok hoşlandıkları ve okul beden eğitimi dersi müfredatında olan aktiviteler ile fiziksel etkinlik kartlarındaki aktivitelerden keyif alma düzeyinde farklılık olduğu bulunmuştur. Alan yazın taraması sonucunda fark olduğuna ilişkin bulgulara rastlanılmıştır.

Demirtöz ve Alpkaya (2016), Okul Çocuklarının Fiziksel Aktiviteden Hoşlanma Düzeylerini araştırdıkları çalışmalarında fiziksel aktivite türlerinde kız ve erkek öğrencilerin hoşlanma düzeylerini irdelemişler ve çalışmaları süresince cinsiyet bakımından istatistiksel anlamda anlamlı farklılık saptamazlarken; öğrencilerin ortalama hoşlanma puanları arasında belirgin farklılık gözlemlemişlerdir. Buna göre kız öğrencilerin ortalama hoşlanma puanını erkek öğrencilerin ortalama hoşlanma puanından daha düşük bulmuşlardır. Nihayetinde erkek öğrencilerin kız öğrencilerden daha fazla fiziksel aktivitelerden hoşlandığı görülmüştür. Alan yazında denek ve kontrol grubu kız öğrencilerin hoşlanma düzeyleri arasındaki farklılığı ölçen sınırlı sayıda çalışma söz konusudur. Ancak bu çalışmanın kız öğrencilerin fiziksel aktivitelerden hoşlandığı bulgusu çalışmamızın hoşlanma düzeyi bulgusuyla örtüşmektedir.

Ernst (1998), 4. , 5. ve 6. sınıflardaki öğrencilerin fiziksel aktivite düzeyleri ve ilgisini araştırdığı çalışmada öğrencilerini kontrol ve deney grubu diye ayırmıştır. Ancak kontrol grubu öğrencilerinin aktivitelerine öğretmen katılmamıştır. Çalışması nihayetinde kontrol grubundaki kızların aktivite düzeyinde ve aktiveye olan ilgisinde anlamlı bir artış saptamazken kızların fiziksel aktivite düzeylerinin ve kızların fiziksel aktiviteye olan ilgisinin okul tabanlı öğretmen rehberliğinde işlenen aktivite programları sayesinde arttığı kanısına varmıştır. Dolayısıyla kontrol ve deney grubu kız öğrencilerinin tutumları arasında farklılık gözlemiştir. Alan yazındaki bu bulgu bizim çalışmamızla benzerlik göstermektedir.

Her iki gruptaki erkek öğrencilerinin fiziksel etkinlikten hoşlanma düzeylerine bakıldığında kontrol grubu ve deney grubu erkek öğrencilerin fiziksel etkinlik kartlarındaki aktivitelerden hoşlandığını ancak fiziksel etkinlik grubu erkek öğrencilerinin daha çok hoşlandıkları ve okul beden eğitimi dersi müfredatında olan aktiviteler ile fiziksel etkinlik kartlarındaki aktivitelerden keyif alma düzeyinde farklılık olduğu bulunmuştur. Alan yazın taraması sonucunda kontrol ve deney grubu erkek öğrencilerin aktiviteden hoşlanma düzeyleri arasında fark olduğuna ilişkin bulgulara rastlanılmıştır.

Ernst (1998), erkek öğrencilerin fiziksel aktivite düzeyinde ve fiziksel aktivitelere olan ilgilerinde artış görülürken, kontrol grubundaki erkeklerin aktivite düzeyinde ve aktiveye olan ilgisinde anlamlı bir artış saptamamıştır. Alan yazındaki bu bulgu bizim çalışmamızla benzerlik göstermektedir. Yine Fairclough (2003) fiziksel aktivite de hoşlanmakla yapabilme arasında anlamlı bir ilişki olduğunu belirtmiş ve takım oyunlarından erkeklerin kızlardan daha çok hoşlandıklarını ifade etmiştir.

Demirtöz ve Alpkaya (2016)'nın çalışmalarında, erkeklerin gerçekleştirilen fiziksel aktivitelere karşı daha fazla atik ve hevesli olduğu gözlemlenmiştir. Bu noktada başka bir çalışmada da araştırılması gerekebilecek beden eğitimi derslerinde kız ve erkek öğrencilerin kabiliyetleri ve vücut yapılarıyla uyumu doğrultusunda gerçekleştirecekleri fiziksel aktivitelerden hoşlandıkları söylenebilir.

Çalışma nihayetinde alan yazındaki bulgular eşliğinde Ortaokul 5. Sınıflarda Beden Eğitimi ve spor derslerinde kullanılan Fiziksel Etkinlik Kartlarının öğrencilerin Beden Eğitime karşı tutumlarında pozitif etki oluşturduğu; akademik motivasyonlarında ilerleyici etki yarattığı ve fiziksel etkinliklerinden hoşlanan öğrencilerin derse doyumunun arttığı kanısına varılmıştır.

5.3.Öneriler

Öğrencilerin Beden eğitimine karşı tutum düzeyleri incelenirken bir sonraki çalışmalarda farklı değişkenler göz önünde bulundurularak farklı çalışmalar yapılabilir.

1. Beden Eğitimi ve Spor dersine yönelik tutum ile ilgili yapılacak çalışmaların daha geniş evren ve örneklem grubu ile çalışılabilir

2. Yine öğrencilerin akademik motivasyon gelişimlerine bakılırken farklı değişkenler göz önünde bulundurularak geniş evren ve örneklerle farklı çalışmalar yapılabilir.
3. Öğrencilerin fiziksel etkinlikten hoşlanma düzeylerine bakılırken farklı materyeller, yöntemler, oyunlar ve aktivite düzeylerine bakılarak farklı çalışmalar yapılabilir.
4. Çalışmamızda fiziksel etkinlik kartlarının üç değişkende de olumlu yönde etki sağladığı istatistiksel olarak gözlemlenmiştir ve fiziksel etkinlik kartlarının kullanımının artırılması, öğretmenlerin bu konuda bilinçlendirilip kartlar hakkında yeterli bilgi düzeyine gelmesi için çalışmalar yapılması önerilebilir.
5. Yine MEB'in temel amacı olan öğrencilerin akademik başarı düzeyine olumlu yönde etki eden beden eğitimi ve spor dersinin saatleri artırılabilir.
6. Fiziksel etkinlik kartlarının farklı değişkenler üzerindeki etkilerine bakılarak farklı çalışmalar yapılabilir.
7. Beden eğitimi öğretmenleri ; gerek okul içinde gerek okul dışında öğrencileri fiziksel aktiviteye yönlendirmeli ve fiziksel etkinlik kartları gibi farklı materyallerle öğrenciye dersi sevdirep, daha aktif ve etkin dersler işleyebilirler.

KAYNAKÇA

- Açık M (2006) Beden Eğitimi Öğretmeninin El Kitabı İstanbul: Morpa Yayınları
- Açık, M. (2005). Beden Eğitimi Öğretmeninin El Kitabı, İstanbul: Yayıncılık Matbaası, sayfa 9.
- Açıkkada Caner (1993) Beden Eğitiminden Spor Eğitime Eğitim Kurumlarında Beden Eğitimi ve Spor II Ulusal Sempozyumu 16–18 Aralık Manisa Ankara: Milli Eğitim Basımevi s 57-71.
- Ağırtas, R. 2017. Ortaokullarda Beden Eğitimi Ve Spor Dersinde Akran Eğitiminin Etkililiği: Fiziksel Etkinlik Kartlarının Kullanımı (Elazığ İl Örneği). Yüksek Lisans Tezi. T.C. Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Elazığ.
- Akandere M, Özyalvaç N ve Duman Ş, (2010). Ortaöğretim Öğrencilerinin Beden Eğitimi Dersine Yönelik Tutumları İle Akademik BaşarıMotivasyonlarının İncelenmesi (Konya Anadolu Lisesi Örneği). Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi.

- Anderman, E. M., Maehr, M. (1994). Motivation and schooling in the middle grades. *Review of Educational Research*, 64, 287-309.
- Arabacı, R. (2008). Attitudes Toward Physical Education And Class Preferences Of Turkish Secondary And High School Students. *Elementary Education Online*, 8(1), 2-8
- Archer, J. (1993). Students' perceptions of a mastery climate operating within a university course: Motivational implications. *Australian Association for Research in Education annual meeting*, Fremantle, Western Australia, November
- Aybek A. Öğrencilerin Beden Eğitimi Dersine Ve Ders Dışı Etkinliklere Yönelik Tutumlarında Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Rolü. Yüksek Lisans Tezi. Samsun: 19 Mayıs Üniversitesi; 2007.
- Başer, S. A. (2009). Öğretmen Niteliklerinin Beden Eğitimi Dersi Alan Öğrencilerin Bu Dersle Karşı Olan Tutumlarına Etkisi. Yüksek Lisans Tezi, Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Bolu.
- Baltacı, G. Ve Düzgün, İ. (2008). Adolesan ve Egzersizsiz, Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Bölümü, Ankara
- Bilgin E. (2017). Ortaokul Öğrencilerinin Fiziksel Uygunlukları Ve Akademik Başarıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Ankara
- Bucher C.A. *Foundations of Physical Education and Sport*. 9th Edition. Mosby, Incorporated; 1993.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., Demirel, F. 2009. *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. 4. Baskı. Ankara: Pegem A Yayıncılık
- Carpenter, P. J., Morgan, K. (1999) Motivational climate, personal goal perspectives and cognitive and affective responses in physical education classes. *European Journal of Physical Education*, 4, 31-41
- Christodoulidis, T., Papaioannou, A., Digelidis, N. (2001). Motivational Climate and Attitudes Towards Exercise in Greek Senior High School: A Year Long Intervention *European Journal of Sport Science*, vol. 1, issue 4, 1-12
- Cox, A., Williams, L. (2008). The Roles of Perceived Teacher Support, Motivational Climate, and Psychological Need Satisfaction in Students' Physical Education Motivation. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 30, 222-239.
- Çamlıyer H (2007) *Çocuk Hareket Eğitimi ve Oyun* İzmir: Can Ofset Yayıncılık
- Dudley D.A., Okely A.D., Cotton W.G., Pearson P. ve Caputi P. Physical activity levels and movement skill instruction in secondary school physical education. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 15, 2012:231-237.

- Demirtöz B. ve Alpkaya U. (2016). Okul Çocuklarının Fiziksel Aktiviteden Hoşlanma Düzeyleri. Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi Cilt 1, Sayı 1, ISSN 2536-5150, ss. 23-30 .DOI: 10.22396/sbd.2017.19.
- Elliot, A. J., Thrash, T. M. (2002). Approach-Avoidance Motivation in Personality: Approach and Avoidance Temperaments and Goals. Journal of Personality and Social Psychology, 82, 5, 804-818.
- Escartí, A., Gutiérrez, M. (2001). Influence of the Motivational Climate in Physical Education on the Intention to Practice Physical Activity or Sport. European Journal of Sport Science, 1(4) 1-12
- Fairclough, S.: (2003) Physical Activity, Perceived Competence and Enjoyment During High School Physical Education. European Journal of Physical Education, 2003, 8, 5-18.
- Ferrer-Caja, E. and Weiss, M.R. (2000). Predictors of intrinsic motivation among adolescent students in physical education. Research Quarterly for Exercise and Sport, 71(3): 267-279.
- Fox, K. R., Copper, A., McKenna, J. (2004). The school and the promotion of children's health-enhancing physical activity: Perspectives from the United Kingdom. Journal of Teaching in Physical Education, 23, 338-358.
- Gutierrez, M., Ruiz, L. M. (2009). Perceived Motivational Climate, Sportsmanship, and Attitudes Toward Physical Education Classes and Teachers. Perceptual and Motor Skills, 108, 308-326
- Güllü M. Ortaöğretim Öğrencilerinin Beden Eğitimi Dersine İlişkin Tutumlarının Araştırılması. Doktora Tezi. Ankara: Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı; 2007.
- Güllü, M., Güçlü, M. (2009) Ortaöğretim Öğrencileri İçin Beden Eğitimi ve Tutum Ölçeği Geliştirilmesi Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi Cilt 3, Sayı 2, 2009, s.139.
- Güllü, M., Güçlü, M., Arslan, C. (2009). Ortaöğretim Öğrencilerinin Beden Eğitimi Dersine İlişkin Tutumlarının İncelenmesi. E-Journal of New World Sciences Academy, 4(4), s.273-288.
- Güllü, M., Cengiz, S., Öztaşyonar, Y., Kaplan, B. (2016) Ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersine ilişkin tutumlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi. Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi Cilt 1 sayı 2.
- Gülüm, V. Adana İlindeki Beden Eğitimi Öğretmenlerinin İlköğretim Okullarında Uygulanmakta Olan Beden Eğitimi Öğretim Programına Yönelik Görüşlerinin Değerlendirilmesi. Yüksek Lisans Tezi. Adana: Çukurova Üniversitesi; 2008.
- Gömleksiz M.N., Serhatlıoğlu, B. (2013). Öğretmen Adaylarının Akademik Motivasyon Düzeylerine İlişkin Görüşleri 2013, s.101.

- Hannen, J. C., Holt, B. J. ve Hatten, J. D. (2008). Personalized system of instruction model: Teaching health related fitness content in high school physical education. *Journal of Curriculum and Instruction*, 2(2), 20-33.
- Harris, J., Cale, L. ve Musson, H. (2007). Evaluation of the impact of the TOP programmes on teaching and learning in primary schools in England. Loughborough University. England.
- Harris, J.; Cale, L. & Muson, H. (2011a). The effects of a professional development programme on primary school teachers' perceptions of physical education, *Professional Development in Education*, 37:2, 291-305.
- Harris, J; Cale, L. & Muson, H. (2011b). The predicament of primary physical education: a consequence of "insufficient" ITT and "ineffective" CPD?, *Physical Education and Sport Pedagogy*, 1-15.
- Haywood K.M. The Role Of Physical Education In The Development Of Active Lifestyles. *Research Quarterly for Exercise and Sport (RQES)* 1991; 62 (2): 151 - 156.
- Hazar M. Beden Eğitimi ve Sporda Oyunla Eğitim. Ankara: Tutubay Yayınları; 2000.
- http://www.uluslararasıilham.org.tr/site/?page_id=82, 11.04.2019
- Hunt S. (1998). Cross-cultural issues in the use of quality of life measures in randomised controlled trials. M. Staquet, R. Hays ve P. Fayers (eds.), *Quality of life assessment in clinical trials* (ss. 51-68) içinde, Oxford: Oxford University Press.
- Hünük, D., Demirhan, G. (2003). İlköğretim Sekizinci Sınıf, Lise Birinci Sınıf ve Üniversite Öğrencilerinin Beden Eğitimi ve Spora İlişkin Tutumlarının Karşılaştırılması. *Spor Bilimleri Dergisi*. 14(4). S: 175-184.
- Hürmeriç, I. (2003). İlköğretim beden eğitiminde öğrencilerin sağlıkla ilgili fiziksel aktivite seviyelerinin, ders içeriğinin ve öğretmen davranışlarının değerlendirilmesi. Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- İnal, A.N. (2003). Beden Eğitim ve Spor bilimi. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- İnceoğlu, M. (2013). Tutum Algı İletişim. Ankara: Verso Yayıncılık
- İrez, S.G., Yaman M., İrez, G.B. ve Saygın, Ö. (2013). Fiziksel etkinlik kartları uygulamasının ilköğretim Beden Eğitimi derslerindeki öğretmen davranışları üzerine etkisi. *International Journal of Human Sciences*, 10(1), 1717-1724.
- İrez, S., (2012). Fiziksel Etkinlik Kartları Uygulamasının İlköğretim Öğrencilerinin Beden Eğitimi Derslerindeki Fiziksel Aktivite Düzeyleri Ders İçerikleri Ve Öğretmen Davranışları Üzerine Etkisi. Doktora Tezi. Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- İrez, S.G: 2012. Fiziksel Etkinlik Kartları Uygulamasının İlköğretim Öğrencilerinin Beden Eğitimi Derslerindeki Fiziksel Aktivite Düzeyleri Ders İçerikleri ve

- Öğretmen Davranışları Üzerine Etkisi . Doktora Tezi. T.C. Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Kaplan, A. (2007). TheContributionsandProspects of GoalOrientationTheory. EducationalPsychologyReview, 19, 141-184.
- Kavas, E. (2013). Demografik Değişkenlere Göre Dini Tutum. Akademik Bakış Dergisi, 38, 1-20.
- Keskin, Ö. (2015). Ortaokul Öğrencilerinin Beden Eğitimi Dersine YönelikTutumlarının Bazı DeğişkenlereGöre İncelenmesi (Sakarya İli Örneği).Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- KhayyatHadyNabizadeh(2015). İlköğretim Okullarında Sağlıkla İlgili Beden Eğitimi Programının Öğrencilerin Fiziksel Uygunluk Düzeylerine Etkisi. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Kır, R. (2012). İlköğretim II. Kademe Öğrencilerinin Beden Eğitimi ve Spor Dersine Yönelik Tutum ve Davranışları. Yüksek Lisans Tezi, Kırıkkale Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kırıkkale.
- Kızılkaya, A. (2009). Lise Öğrencilerinin Spora Katılımında Ailenin Etkisi. Yüksek Lisans Tezi. Mersin Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Mersin.
- Kuru E. Beden Eğitimi ve Sporda Program Geliştirme. Ankara: 4. Aksam Sanat Okulu Matbaası; 2000.
- Lee, A. M.,Landin, D. K., Carter, J. A. (1992). Studentthoughtsduringtennisinstruction. Journal of Teaching in PhysicalEducation, 11, 256-267.
- Lidor, R. (2004). Developing Meta-cognitiveBehaviour in PhysicalEducationClasses: TheUse of Task-Pertinent Learning Strategies. PhysicalEducationandSportPedagogy 9, 55-71.
- Luke, M. D.,Sinclair, G. D. (1991). GenderDifferences in Adolescents'Attitudetoward School PhysicalEducation. Journal of Teaching in PhysicalEducation, 11, 31-46
- McKenzie T.L.,Catellier D.J., Conway T., Lytle L.A., Griesse M., Webber L.A., Pratt C.A. ve Elder J.P. Girls' activitylevelsandlessoncontexts in middleschool PE: TAAG baseline. MedicineandScience in Sports andExercise. 38(7), 2006:1229-1235.
- Mckenzie T.L.,Sallis J.F. &Nader P.R. SOFIT: SystemForObservingFitnessİnstruction Time. Journal of Teaching in PhysicalEducation 1991; 11. 195-205.
- MEB, 2018. Beden Eğitimi Ve Spor Dersi Öğretim Programı (Ortaokul 5, 6, 7 ve 8. Sınıflar). Ankara.
- MEB, (2012). 12 Yıl Zorunlu Eğitim, Sorular-Cevaplar. (http://www.meb.gov.tr/duyurular/duyurular2012/12Yil_Soru_Cevaplar.pdf, 18.03. 2019
- MEB, (2013). Beden Eğitimi ve Spor Dersi Öğretim Programı Uygulama Kılavuzu

- Mirzeoğlu, N. (2003). Spor bilimlerine giriş. Ankara: Bağırhan Yayinevi.
- Mirzeoğlu, A. D. ve Çoknaz, D. (2014). Fiziksel etkinlikten hoşlanma ölçeği-kısa formunun Türk çocuk ve gençleri için geçerlik ve güvenirlik çalışması. *International Journal of Human Sciences*, 11(1), 672-687. doi: 10.14687/ijhs.v11i1.2794
- Ommundsen, Y. (2006). Pupils' self-regulation in physical education: the role of motivational climates and differential achievement goals, *European Physical Education Review*; 12; 289-315.
- Ommundsen, Y., Lemyre, P. N. (2007). Self Regulation and Strategic Learning: The Role of Motivational Beliefs and the Learning Environment in Physical Education. (Dorothee Alferman Edt). *Psychology for Physical Educators: Student in Focus*. 2nd edition. Champaign: Human Kinetics. 141-174.
- Özkan, Z. (2014). Hafif derece zihinsel engelli çocuklarda Beden Eğitimi etkinliklerinin motor, sosyal beceriler ve yaşam kalitesi üzerindeki etkilerinin incelenmesi. Doktora Tezi. Trabzon : Karadeniz Teknik Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Özyalvaç, N. T. (2010). Ortaöğretim Öğrencilerinin Beden Eğitimi Dersine Yönelik Tutumları İle Akademik Başarı Motivasyonlarının İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Papaioannou, A. (1995). Differential perceptual and motivational patterns when different goals are adopted. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 17, 18-34
- Papaioannou, A., Digelidis, N. (1998). Effects of a 7-month intervention study on students' motivation in physical education. In Y. Theodorakis, M. Goudas (Eds.), *Proceedings of the 2nd international congress of sports psychology*, (pp. 131-133). Trikala, Greece: Greek Society of Sport Psychology
- Parish, L. E. Treasure, D. (2003). Physical activity and situational motivation in physical education: Influence of the motivational climate and perceived ability, *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 74, 2, 173-182.
- Pintrich, P. R. (1999). The role of motivation in promoting and sustaining self-regulated learning, *International Journal of Educational Research* 31, 459-470
- Sabin, V. (1997). Integration of TOP Play/ BT TOP sport activities into a progressive primary school games programme. *NWCPEA Bulletin*. Edition 8.
- Saygın Ö. Polat Y. Karacabey K. Çocuklarda Hareket Eğitiminin Fiziksel Uygunluk Özelliklerine Etkisi. *Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Tıp Dergisi* 2005; 19 (3): 205-212.
- Senemoğlu N. Öğrenci Görüşlerine Göre Öğretmen Yeterlikleri. 2000 Yılında Türk Milli Eğitim Örgütü ve Yönetimi Ulusal Sempozyumu. Ankara: 2001.

- Solmaz D., ve Bayrak C., (2016). Beden Eğitimi Dersindeki Fiziksel Etkinlik Oyunlarının İlköğretim Öğrencilerinin Karakter Gelişimleri Üzerindeki Etkisi. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi (H. U. Journal of Education) 31(4): 644-656, doi: 10.16986/HUJE.2016015695.
- Solmon, M. A., Lee, A. M. (1997). Development of an instrument to assess cognitive processes in physical education classes. Research Quarterly for Exercise and Sport, 68(2), 152-160
- Tamer K. Beden Eğitimi ve Spor Eğitmcilerinin Yetiştirilmesi, I. Eğitim Kurumlarında Beden Eğitimi ve Spor Sempozyumu. 19-21 Aralık. İzmir: Milli Eğitim Basımevi; 1991.
- Tamer K. Pulur A. Beden Eğitimi ve Sporda Öğretim Yöntemleri. Ankara: Ada Matbaacılık; 2001.
- Tavşancıl, E. (2002). Tutumların ölçülmesi ve spss ile veri analizi. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Torphe, S. (2013). Uluslararası İlham Projesi, TOPS Cardları Tanıtımı Ders Notları, Ankara.
- Urdan, T. (1997). Achievement goal theory: Past results, future directions. In M. L. Maehr, P. R. Pintrich (Eds.), Advances in motivation and achievement (Vol. 10., pp. 99-141). Greenwich, CT: JAI Press.
- Usluoğlu, Z. 2014. Fiziksel Etkinlik Kartlarına ilişkin Görüşler Ve kartların Öğrencilerin Beden Eğitimi Ve Spor Dersine Yönelik Tutumlarına Etkisi. Yüksek Lisans Tezi, T.C. Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bolu.
- Uzun M. , Ülker Y., İmamoğlu O., Çon M. ,Çavuşoğlu G., Taşmektepligil M.Y., (2017). Ortaokul Öğrencilerinin Sportif Etkinliklere Katılma Ve Fiziksel Aktiviteden Hoşlanma Durumlarının Belirlenmesi. İnönü Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi (İÜBESBD, 4(1),38-52
- Ülgen G. Eğitim psikolojisi: Birey ve Öğrenme. Ankara: Bilim Yayınları, 1995.
- Üstüner, M. (2006). Öğretmenlik Mesleğine Yönelik Tutum Ölçeğinin Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi (Çev: Özkan Keskin), 45, 109-127.
- Valle, A., Cabanach, R. G., Nunez, J. C., Gonzalez-Pianda, J., Rodriguez, S., Pineiro, I. (2003). Cognitive, Motivational, and Volitional Dimensions of Learning: An Empirical Test of a Hypothetical Model. Research in Higher Education, 44 (5).
- Wang, C. K., Lim, B. S. C., Aplin, N. G., Chia, Y. H. M., McNeill, M., Tan, W. K. C. (2008). European Physical Education Review, 14 (1), 51-70.
- Ward DS, Saunders RP, Pate RR. Physical Activity Intervention Series, Physical Activity Interventions in Children and Adolescents. USA, Human Kinetics; 2007.
- Weiss, M.R. (2000). Motivating kids in physical activity. President's Council on Physical Fitness and Sports. Research Digest, 3(11): 1-8.

- Yalız, D. (2011). Beden Eğitimi dersi kapsamındaki fiziksel etkinlik oyunlarının ilköğretim öğrencilerinin karakter gelişimleri üzerindeki etkisi. Doktora Tezi, Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Yenal T. Çamlıyer H. Saracaloglu A. İlköğretim İkinci Devre Çocuklarında Beden Eğitimi ve Spor Etkinliklerinin Motor Beceri ve Yetenekler Üzerine Etkisi. Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi 2009; 4 (3): 15- 16.

EKLER

Ek 1: Kişisel Bilgi Formu

Değerli Katılımcı,

Yüksek lisans tezi olarak yürütmekte olduğum araştırma kapsamında aşağıdaki sorulara vereceğiniz cevaplar tamamen bilimsel amaçlı ve gizlilik esasına göre değerlendirilecektir. Katkılarınızdan dolayı teşekkür ederim.

Yonca ÖZTÜRK

Marmara Üniversitesi

1. Cinsiyetiniz: () Erkek () Kız
2. Yaşınız :
3. Boy:
4. Kilo:
5. Sınıfınız : 5 () 6 () 7 () 8 ()
6. Kaç Kardeşsiniz(Kendinizle Beraber):
7. Anne Eğitim Durumu:
8. Anne Mesleği:
9. Baba Eğitim Durumu:
10. Baba Mesleği:
11. Aylık Ortalama Gelir Düzeyi:
12. Okulda Yaptığınız Beden Eğitimi ve Spor Dersi Dışında İlgilendiğiniz Spor Branşı Var mı:
Evet() Hayır ()
13. Yukarıdaki cevabınız Evet ise Hangi Spor Branşı Olduğunu Belirtiniz.
Voleybol () Basketbol Futbol () Badminton Diğer (.....)

Sayın öğrenci, Aşağıda beden eğitimi dersi ile ilgili cümleler bulunmaktadır. Her cümlenin karşısında beş (5) cevap seçeneği vardır. Her cümleyi dikkatlice okuduktan sonra cümledeki ifadeye ne düzeyde katılıyorsanız, o cevap seçeneğini (X) işaretleyiniz. Cevap seçenekleri arasında doğru ya da yanlış cevap yoktur. Cevap verirken de sadece haftalık ders programınız dâhilindeki beden eğitimi derslerini göz önünde bulundurunuz. Lütfen hiçbir soruyu boş bırakmayınız.	Kesinlikle katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Katılmıyorum
1. Beden eğitimi derslerini sabırsızlıkla beklerim	1	2	3	4	4
2. Beden eğitimi derslerinde kendimi zinde hissederim	1	2	3	4	5
3. Beden eğitimi dersini gereksiz bir ders olarak görüyorum.	1	2	3	4	5
4. Beden eğitimi ders aktivitelerinde iyi duruş alışkanlığı kazanıyorum.	1	2	3	4	5
5. Beden eğitimi derslerinde karşılaştığımız spor dallarının (voleybol, futbol vs.) saha ölçüleri, araç ve gereçleri ile ilgili bilgiler ilgimi çekiyor.	1	2	3	4	5
6. Beden eğitimi dersinde karşılaştığımız spor dalları ile ilgili temel becerileri (parmak pas, vs) öğrenmekten zevk alıyorum.	1	2	3	4	5
7. Beden eğitimi dersleri sayesinde sporun sağlığa ne kadar yararlı olduğunu anlıyorum.	1	2	3	4	5
8. Beden eğitimi derslerinde öğrendiğim becerileri okul dışı aktivitelerde de uyguluyorum.	1	2	3	4	5
9. Beden eğitimi derslerinde temel sağlık kuralları ile ilgili bilgilerim artıyor.	1	2	3	4	5
10. Beden eğitimi ders etkinlikleri az iletişim kurduğum sınıf arkadaşlarımla iletişimimizi artırıyor.	1	2	3	4	5
11. Beden eğitimi ders etkinlikleri yakın olduğum arkadaşlarımla samimiyetimizi daha da güçlendiriyor. 12. Beden eğitimi ders aktiviteleri kendime güven duymama sağlıyor.	1	2	3	4	5
13. Beden eğitimi ders aktivitelerinde arkadaşlarımla dostça oynuyorum.	1	2	3	4	5
14. Beden eğitimi derslerinin, günlük hayatın düzenine ve kurallarına uymayı kolaylaştırdığını düşünüyorum.	1	2	3	4	5
15. Beden eğitimi dersine katılmaktan zevk duyuyorum.	1	2	3	4	5
16. Beden eğitimi dersleri sınıf içi etkileşimimizi artırıyor.	1	2	3	4	5
17. Beden eğitimi dersinde bir şey öğrenmediğimi düşünüyorum.	1	2	3	4	5
18. Haftalık beden eğitimi ders saat sayısı daha fazla olmalıdır.	1	2	3	4	5
19. Beden eğitimi derslerinde genellikle eşofmanlarımızı giyinip hiçbir şey yapmadan tekrar çıkartıyoruz.	1	2	3	4	5
20. Beden eğitimi dersinde öğrendiğimiz bilgi, beceriler ve aktivitelerin ileriki hayatımızda hiç işimize yaramayacağını düşünüyorum.	1	2	3	4	5

21. Beden eğitimi ders aktiviteleri fiziksel gelişime katkı sağladığını düşünüyorum.	1	2	3	4	5
22. Beden eğitimi derslerinde rahatlayıp gevşiyorum.	1	2	3	4	5
23. Beden eğitimi dersleri sayesinde spor dallarını daha iyi tanıdığımı düşünüyorum.	1	2	3	4	5
24. Beden eğitimi dersi yaramaz ve tembel öğrencilerin dersidir.	1	2	3	4	5
25. Beden eğitimi dersi okul programlarından çıkartılmalıdır.	1	2	3	4	5
26. Beden eğitimi ders aktivitelerine katılmak istemiyorum.	1	2	3	4	5
27. Beden eğitimi dersleri sayesinde yeteneklerimin farkına varıyorum.	1	2	3	4	5
28. Beden eğitimi ders aktiviteleri sayesinde sağlığımı daha iyi koruyorum	1	2	3	4	5
29. Üniversiteye giriş sınav kaygısı varken beden eğitimi dersine katılmak beni rahatsız ediyor.	1	2	3	4	5
30. Beden eğitimi derslerinde çoğunlukla gereksiz bilgi ve beceriler öğreniyoruz.	1	2	3	4	5
31. Beden eğitimi dersleri insanı okul dışında da egzersiz ve spor yapmaya teşvik ediyor.	1	2	3	4	5
32. Beden eğitimi derslerinde sinir, kas ve eklem koordinasyonumuzu geliştirici hareketler yapıyoruz. 33. Beden eğitimi ders aktiviteleri sayesinde zararlı alışkanlıklardan uzak duruyorum.	1	2	3	4	5
34. Beden eğitimi ders etkinliklerine sadece yüksek not almak için katılıyorum.	1	2	3	4	5
35. Beden eğitimi ders aktiviteleri öğrencileri okul kurallarını çiğnemeye teşvik ediyor.	1	2	3	4	5

Ek 3: Akademik Motivasyon Ölçeği

Değerli öğrenci,

Bu ölçek; neden okula devam ettiğinizi belirlemek için yapılan bir bilimsel araştırmanın yürütülmesi amacıyla hazırlanmıştır. Ölçekte yer alan sorulara verdiğiniz yanıtlar, kesinlikle size not vermek ya da sizi eleştirmek amacıyla kullanılmayacaktır. Bu soruların herkes için geçerli doğru yanıtları bulunmamaktadır. Bu nedenle, neden okula gidiyorsunuz? Sorusunu cevaplamak için aşağıda verilen tüm ifadeleri dikkatle okuyunuz. İfadenin karşısındaki seçeneklerden sizin için en uygun olanı işaretleyerek cevabınızı belirtiniz.

Hiç Uyuşmuyor		Orta derecede Uyuşuyor		Tamamen Uyuşuyor								
1	2	3	4	5	6	7						
1	İleride yüksek ücretli bir iş bulabilmeme yardımcı olacağı için okula gidiyorum					1	2	3	4	5	6	7
2	Yeni şeyler öğrenmek istediğim için okula gidiyorum					1	2	3	4	5	6	7
3	İleride seçebileceğim liseye daha iyi hazırlanmamda bana yardımcı olacağı için okula gidiyorum					1	2	3	4	5	6	7
4	Kendi düşüncelerimi başkalarıyla paylaşmak beni mutlu ettiği için okula gidiyorum					1	2	3	4	5	6	7
5	Dürüst olmak gerekirse, bilmiyorum, aslında okulda boşa zaman harcıyormuşum gibi geliyor					1	2	3	4	5	6	7
6	Çalışmalarımı (ödev, proje vb.) başarı ile tamamladığımda mutlu olduğum için okula gidiyorum					1	2	3	4	5	6	7
7	Okulu bitirebileceğimi kendime kanıtlamak için okula gidiyorum					1	2	3	4	5	6	7
8	Ailemin istediği iyi bir liseye gidebilmek için okula gidiyorum					1	2	3	4	5	6	7
9	Daha önce hiç bilmediğim şeyleri keşfetmeyi sevdiğim için okula gidiyorum					1	2	3	4	5	6	7
10	Gelecekte saygın bir liseye girebilmemi sağlayacağı için okula gidiyorum					1	2	3	4	5	6	7
11	İlgi çekici metinler okumaktan zevk aldığım için okula gidiyorum					1	2	3	4	5	6	7
12	İlk zamanlar okula gitmem için geçerli nedenlerim vardı; fakat şimdi devam edip etmeme konusunda kararsızım					1	2	3	4	5	6	7
13	Kişisel hedeflerimi gerçekleştirerek başarılı olmak için okula gidiyorum					1	2	3	4	5	6	7
14	Başarılı olduğumda kendimi önemli hissettiğim için okula gidiyorum					1	2	3	4	5	6	7
15	İleride iyi bir hayat yaşamak istediğim için okula gidiyorum					1	2	3	4	5	6	7
16	İlgimi çeken konularda bilgimi artırmak için okula gidiyorum					1	2	3	4	5	6	7
17	Gelecekte, daha iyi bir meslek seçebilmemi sağlayacağı için okula gidiyorum					1	2	3	4	5	6	7

18	Derslerde geçen konulara kendimi kaptırmaktan büyük keyif aldığım için okula gidiyorum	1	2	3	4	5	6	7
19	Neden okula gittiğimi bilemiyorum, açıkçası çok da umurumda değil	1	2	3	4	5	6	7
20	Derslerde zor olan etkinlikleri başarı ile yapabildiğimi görmek bana zevk verdiği için okula gidiyorum	1	2	3	4	5	6	7
21	Kendime zeki olduğumu göstermek için okula gidiyorum	1	2	3	4	5	6	7
22	Sınavlarda daha yüksek puanlar alabilmek için okula gidiyorum	1	2	3	4	5	6	7
23	İlgimi çeken konularda beni sürekli öğrenmeye yönlendirdiği için okula gidiyorum	1	2	3	4	5	6	7
24	Lise de daha başarılı olmamı sağlayacak bilgi ve becerilerimi geliştireceği için okula gidiyorum	1	2	3	4	5	6	7
25	Birbirinden farklı ve ilginç konular öğrenirken hissettiğim büyük zevkten dolayı okula gidiyorum	1	2	3	4	5	6	7
26	Bilmiyorum, zaten okulda ne yaptığımı bir türlü anlayamıyorum	1	2	3	4	5	6	7
27	Derslerimde başarılı olmak, beni mutlu ettiği için okula gidiyorum	1	2	3	4	5	6	7
28	Derslerimde başarılı olabileceğimi kendime göstermek için okula gidiyorum	1	2	3	4	5	6	7

Ek 4: Fiziksel Etkinlikten Hoşlanma Ölçeği-Kısa Form

Tarih:								
Okulu:					Yaşı:			
Sınıfı:					Oynadığı oyunun adı:			
FİZİKSEL ETKİNLİKTEN HOŞLANMA ÖLÇEĞİ-KISA FORM								
Lütfen yaptığınız fiziksel etkinlik (aktivite) sırasında nasıl hissettiğinizi değerlendirin.								
Hoşlanıyorum	1	2	3	4	5	6	7	Nefret ediyorum
Sevmiyorum	1	2	3	4	5	6	7	Seviyorum
Hiç eğlenceli değil	1	2	3	4	5	6	7	Çok eğlenceli
Yaparken Fiziksel olarak iyi hissediyorum	1	2	3	4	5	6	7	Yaparken fiziksel olarak kötü hissediyorum
Çok bıkkınlık verici	1	2	3	4	5	6	7	Hiç hayal kırıklığına uğramadım

Ek 5: Veli Onay Mektubu

Veli Onay Mektubu

Sayın Veliler, Sevgili Anne-Babalar

Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Spor Eğitimi Anabilim Dalı Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü Yüksek Lisans Bitirme tezi kapsamında “Fiziksel Etkinlik Kartlarının 5.sınıf öğrencileri üzerindeki etkilerinin incelenmesi” başlıklı araştırma projesini yürütmekteyim. Araştırmamızın amacı Ortaokul çağındaki çocukların Beden Eğitimi ve Spor dersine uygulatılacak olan fiziksel etkinlik kartları oyunlarının, fiziksel etkinlikten hoşlanma düzeylerine, beden eğitimi dersine karşı tutumlarına, ve akademik başarı düzeylerindeki etkilerinin incelenmesidir. Bu amacı gerçekleştirebilmek için çocuklarınızın bazı anketleri doldurmalarına ve birlikte fiziksel etkinlik kartlarını uygulamaya ihtiyaç duymaktayım.

Katılmasına izin verdiğiniz takdirde çocuğunuz anketi okulda ders saatinde dolduracaktır ve yine fiziksel etkinlik kartlarını okulda beden eğitimi ders saatinde uygulanacaktır. Çocuğunuzun cevaplayacağı soruların onun psikolojik gelişimine olumsuz etkisi olmayacağından emin olabilirsiniz. Çocuğunuzun dolduracağı anketlerde cevaplar kesinlikle gizli tutulacak ve bu cevaplar sadece bilimsel araştırma amacıyla kullanılacaktır.

Araştırmayla ilgili sorularınızı aşağıdaki e-posta adresimi veya telefon numaramı kullanarak yöneltebilirsiniz.

Saygılarımla;

Yonca ÖZTÜRK

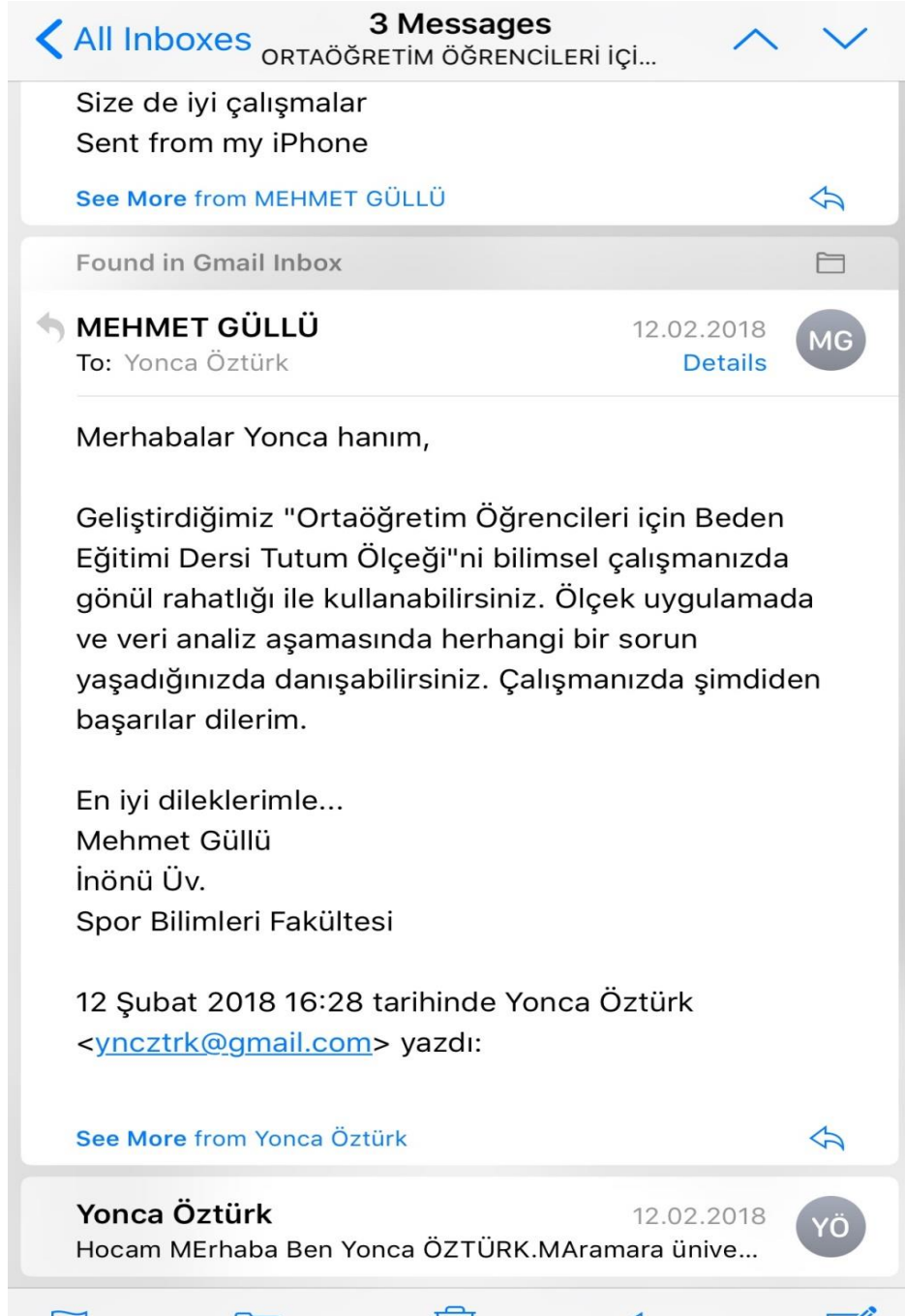
Tel: 0(554)115 4770

E-posta: yncztrk@gmail.com

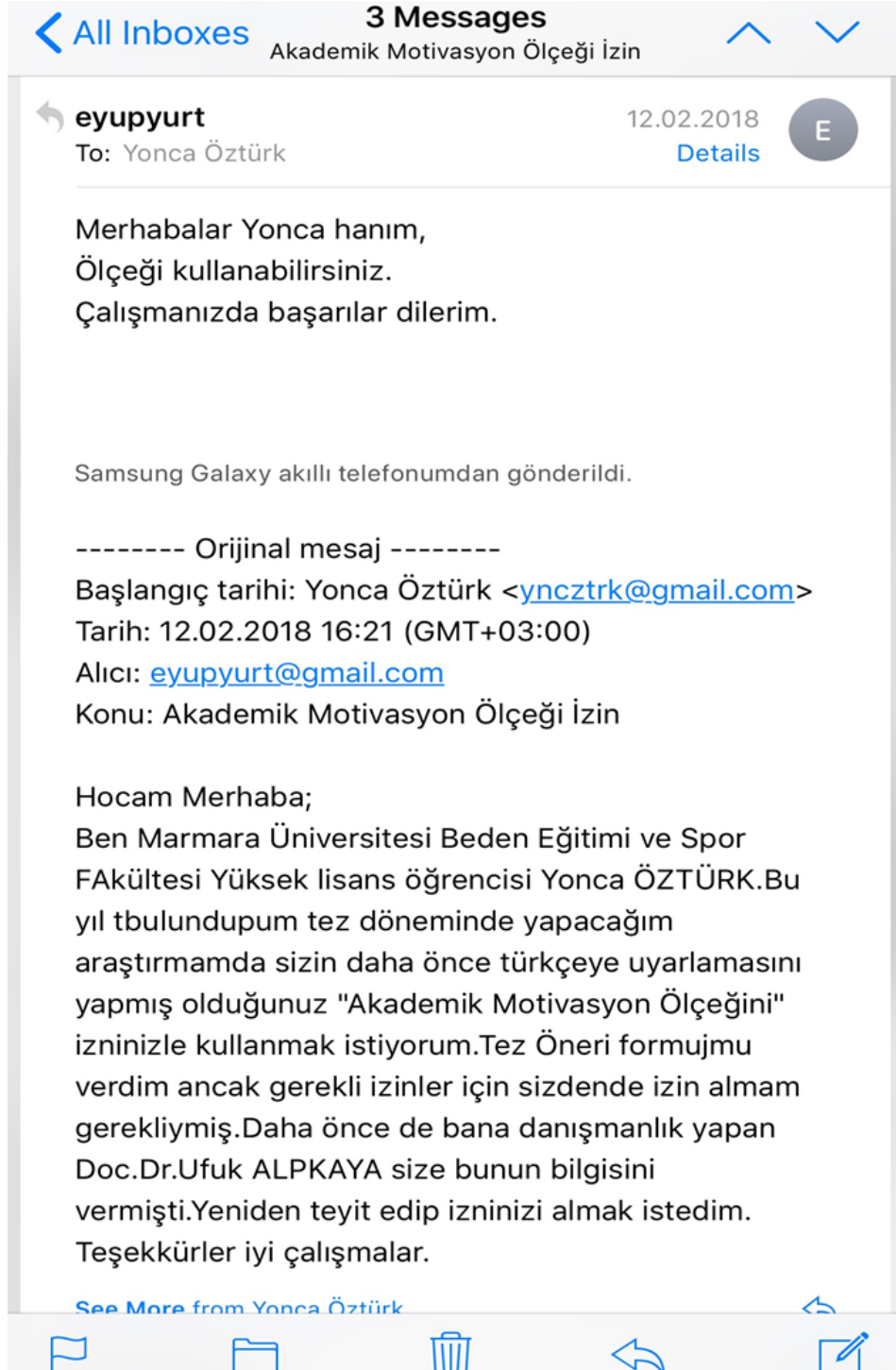
Bu araştırmaya çocuğumun katılmasını **ONAYLIYORUM / ONAYLAMİYORUM .**

İMZA.....

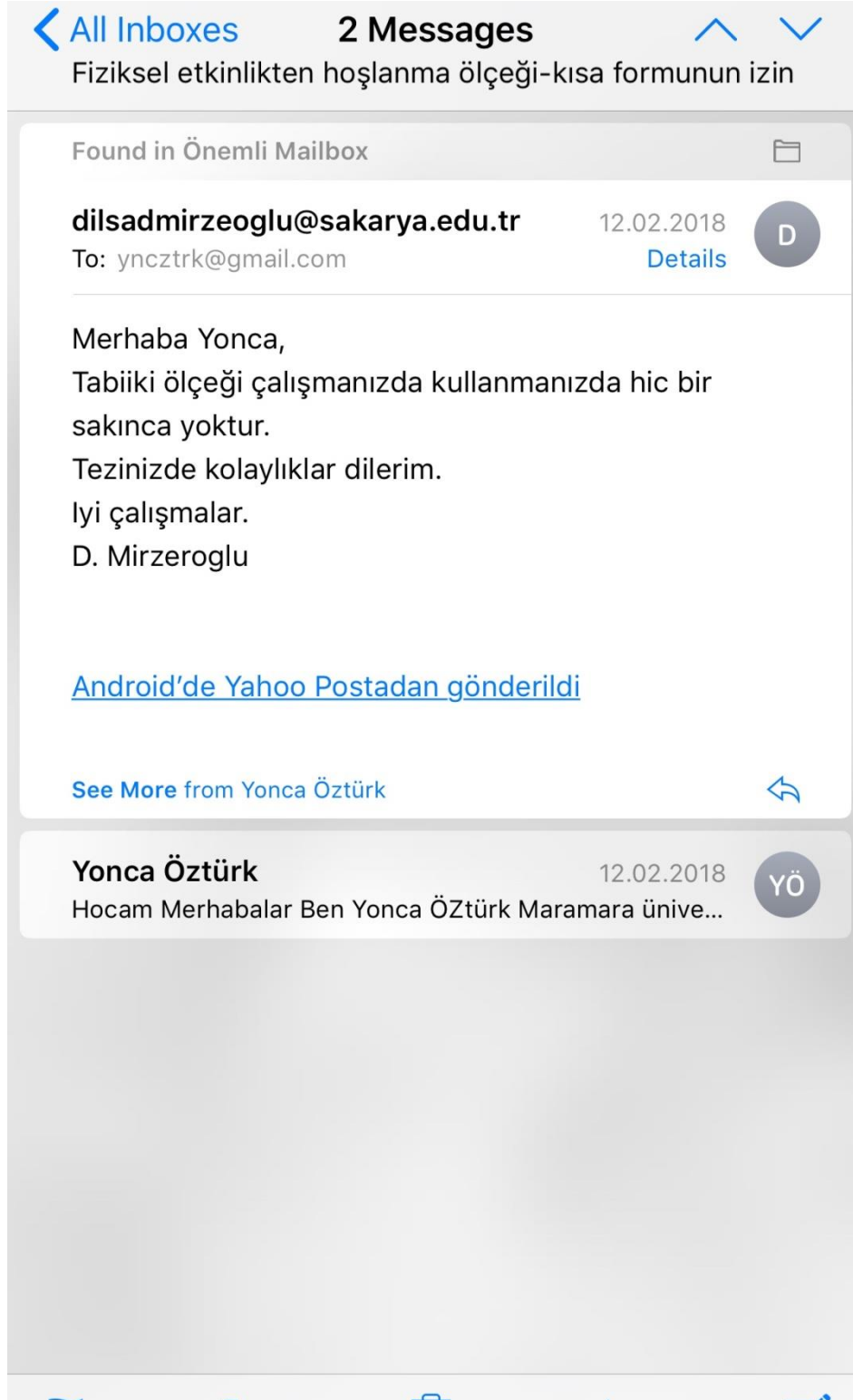
Ek 6: Beden Eğitime Karşı Tutum Ölçeği Anket Kullanım İzni



Ek 7: Akademik Motivasyon Ölçeği Kullanım İzni



Ek 8:Fiziksel Aktiviteden Hoşlanma Ölçeği-Kısa Form Kullanım İzni



Ek 9: MEB Anket Uygulama İzni



T.C.
İSTANBUL VALİLİĞİ
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

04.04.2018

Sayı : 59090411-44-E.6882636
Konu: Anket Araştırma İzni

MARMARA ÜNİVERSİTESİNE
(Öğrenci İşleri Daire Başkanlığı)

İlgi: a) 21.02.2018 tarih ve 1800058442 sayılı yazınız.
b) Valilik Makamının 02.04.2018 tarih ve 6719491 sayılı oluru.

Üniversiteniz Eğitim Bilimleri Enstitüsü yüksek lisans öğrencisi Yonca ÖZTÜRK'ün "**Fiziksel Etkinlik Kartlarının 5. Sınıf Öğrencileri Üzerindeki Etkilerinin İncelenmesi**" konulu araştırma çalışması hakkındaki ilgi (a) yazınız ilgi (b) valilik onayı ile uygun görülmüştür.

Bilgilerinizi ve araştırmacının söz konusu talebi; bilimsel amaç dışında kullanmaması, **uygulama sırasında bir örneği müdürlüğümüzde muhafaza edilen mühürlü ve imzalı veri toplama araçlarının kurumlarınıza araştırmacı tarafından ulaştırılarak uygulanması**, katılımcıların gönüllülük esasına göre seçilmesi, araştırma sonuç raporunun müdürlüğümüzden izin alınmadan kamuoyuyla paylaşılması koşuluyla, gerekli duyurunun araştırmacı tarafından yapılması, okul idarecilerinin denetim, gözetim ve sorumluluğunda, eğitim-öğretimi aksatmayacak şekilde ilgi (b) Valilik Onayı doğrultusunda uygulanması ve işlem bittikten sonra 2 (iki) hafta içinde sonuçtan Müdürlüğümüz Strateji Geliştirme Bölümüne rapor halinde bilgi verilmesini arz ederim.

M. Nurettin ARAS
Müdür a.
Müdür Yardımcısı

EK:1- Valilik Onayı
2- Ölçekler

Ek 10:Kullanılan Fiziksel Etkinlik Kartları



FİZİKSEL
ETKİNLİK
KARTLARI

1

Hücum Oyunları Hazine Sandığı



AÇIKLAMA

- İkişerli oyuncudan oluşan dört takım oluşturulur.
- Oyun kare bir alanda oynanır.
- Eşlerden biri sırayla ortadaki hazine sandığından (çemberin içi) koşarak topu alır ve kendi alanına geri dönerek topu kendi hazine sandığına koyar.
- Oyuncular her seferinde hazine sandığından bir top alır ve aldığı topa göre taşıma şeklini uygular.
- Ortadaki hazine sandığı boşaldığında takımlar kendi hazine sandıklarındaki topları ortadaki hazine sandığına tek tek geri götürürler.
- Oyuncular saat yönünde yer değiştirerek oyuna tekrar başlarlar.

ÖĞRETİMSSEL UYARLAMA

Hareket engeli ve koordinasyonu zayıf olan oyuncular için mesafe kısaltılabilir. Engel durumuna uygun taşıma şekli kullanılabilir. Hazine sandığı yerden yüksek bir yere konulabilir.

Güvenlik: : Hazine sandığının (çember) yeterli büyüklükte olmasına özen gösterin. Takımlar arasında uygun mesafe olmasını sağlayın.

Ekipman: Çeşitli toplar, çemberler, raketler, uzun saplı araçlar, tebeşirler.



FİZİKSEL
ETKİNLİK
KARTLARI

1

Hücum Oyunları Hazine Sandığı

Öğrenme Anahtarı

A.Beceri Öğrenme

- Diğer oyuncuların ve alanın kontrolü için baş yukarıda olmalı.
- Seçilen malzemeye uygun taşıma şekli (yuvarlama, sürme, paslaşma vb.) kullanılmalı.

B. Taktik Öğrenme

- Eşler arasında uygun paslaşma tekniğinin seçilmesi.

Değerlendirme ve İyileştirme

Çocukları;

- Oyun ile ilgili güçlü ve zayıf yönlerini söylemeye,
- İş birliği yapmanın önemini tartışmaya,
- Takımın başarısı için alternatif yöntemler önermeye,
- Farklı taşıma şekillerini geliştirecek çalışmalara ve uygulamaya teşvik edin.

Daha Kolay...

- Yürümek veya yavaş tempoda koşarak oynamak
- Taşınması kolay malzeme kullanmak
- Merkezden kenarlara olan mesafeyi azaltmak
- Paslaşmadan oynamak

Çeşitlendirme

Daha Zor...

- Engeller kullanmak
- Top sayısı ve çeşidini artırmak
- Merkezden kenarlara olan mesafeyi artırmak
- Savunmaya karşı oynamak

Sağlık Anlayışı

Çocukları;

- Sağlıklı ve sağlıksız yiyeceklerle ait görsel materyaller hazırlamaya,
- Hazırlanan materyalleri kullanarak hazine sandığına benzer oyun oynamaya,
- Oyunun ardından sağlıklı yiyeceklerin yararları ve sağlıksız yiyeceklerin zararları hakkında tartışmaya teşvik edin.



BRITISH COUNCIL



unicef



T.C.



T.C. Milli Eğitim Bakanlığı



T.C. Sağlık Bakanlığı

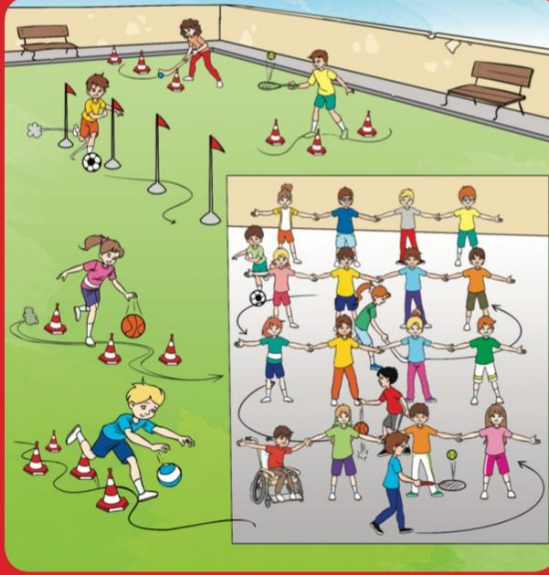


T.C. Kültür Bakanlığı



T.C. Gençlik ve Spor Bakanlığı

2 Hücum Oyunları Labirentten Çıkma



AÇIKLAMA

1. OYUN

- Oyuncular engeller içeren sınırlanmış bir alanda bireysel çalışırlar.
- Her oyuncu bir malzeme seçer ve işaret ile birlikte top sürmeye başlar.
- Oyuncular seçtiği başlangıç noktasından başlar ve tüm geçitler arasından top geçirerek bir turu tamamlar.
- Verilen süre içerisinde oyuncuların geçtiği geçit sayısı belirlenir.

2. OYUN

- Oyuncular dörderli geniş kolda çift kol aralığı oluşturlar ve el ele tutuşurlar.

- Bazı öğrenciler seçtikleri ekipmanlarla koridorların aralarında top sürerler.
- Verilen komutla birlikte koridoru oluşturan oyuncular sağa / sola dönerek yeni koridor oluşturlar.
- Top süren oyuncular yeni oluşan koridorda top sürmeye devam ederek labirentten çıkmaya çalışırlar.

ÖĞRETİMSSEL UYARLAMA

Bazı oyuncular için mesafe ya da geçit sayısı azaltılabilir. Bazı oyuncular komut verici görevi üstlenebilir. Görmeye güçlüğü çeken oyuncular için eş yardımıyla parkur tamamlanabilir.

Güvenlik: Oyuncuların sahayı ve diğer oyuncuları kontrol ettiklerinden emin olun. Labirentteki oyuncuların koridordaki oyuncuları kontrol ederek dönüş yapmasını sağlayın. Labirentteki oyuncuların dönerken vücut pozisyonlarını korumalarını sağlayın.

Ekipman: Çeşitli toplar, huniler, işaret tabakları, uzun saplı araçlar, tebeşirler.

2 Hücum Oyunları Labirentten Çıkma

Öğrenme Anahtarı

A. Beceri Öğrenme

- Geçitlerden geçerken top vücuda yakın kontrol edilmeli.
- Topla hareket ederken hem topu hem engeli göreceğ şekilde ilerlenmeli.
- Ani duruşlar ve yön değiştirmeler için hazırlıklı olunmalı.

B. Taktik Öğrenme

- Oyuncunun kendine en uygun izleyeceği yolu belirlemesi
- Oyuncu için başlangıçta en rahat kullanılabilen malzemeden en zor kullanılabilen malzemeye doğru seçim yapılması
- Verilen uyarılara karşı hazırlıklı olunması

Değerlendirme ve İyileştirme

Çocukları;

- Oyunda izlediği yolu değerlendirmeye,
- İzlediği yol ile kullandığı malzemenin etkilerini değerlendirmeye,
- Karşılaştığı sorunları ve çözüm yollarını tartışmaya,
- Birbirlerini izlemeye ve iyileştirmeye yönelik geri bildirim vermeye teşvik edin.

Sağlık Anlayışı

Çocukları;

- Sınıfta sırada oturdukları zaman sağlığını açısından en uygun oturma biçimlerini tartışmaya,
- Sırada otururken basit egzersiz hareketleri üretmeye teşvik edin.

Daha Kolay...

- Bir iki geçitle, küçük bir alanda çalışmak
- Engellerin sayısını azaltmak
- Geçitleri genişletmek
- Eşle çalışmak
- Az oyuncuyla çalışmak

Çeşitlendirme

Daha Zor...

- Oyuncuların geçitlerden geçmeden önce aldatma hareketlerini yapmalarını istemek
- Farklı engeller kullanmak
- Engellerin sayısını arttırmak

- Geçitleri daraltmak
- Alanını büyültmek
- Labirent oyununda birden fazla oyuncunun olduğu koridordan geçmek

Görev Ekipman Mekân İnsan

6 Hücum Oyunları Paslı Ebelemece



AÇIKLAMA

- Oyuncular oyun alanına dağılır. İki oyuncu ebe olarak belirlenir.
- Ebeler hariç tüm oyuncular yelek giyer.
- Ebeler paslaşarak topu diğer oyuncuların giydiği yeleğe dokundurmaya çalışır. Top, yeleğine değen oyuncu yeleğini çıkararak ebe grubuna dâhil olur.
- Oyuncular top ellerindeyken en fazla üç adım atarlar.
- Oyun bir oyuncu kalana kadar devam eder.

ÖĞRETİMSSEL UYARLAMA

Tekerlekli sandalye kullanan oyuncular topu kucağında daha uzun mesafe taşıyabilir.

Güvenlik: Oyuncuları koşarken birbirlerini kontrol etmeleri konusunda uyarın.

Ekipman: Çeşitli büyüklükte yumuşak toplar, antrenman yelekleri.

6 Hücum Oyunları Paslı Ebelemece

Öğrenme Anahtarı

A. Beceri Öğrenme

- Ebeler mesafeye dikkat ederek uygun hızda paslaşmalı.
- Pas yakalamaya hazır olduğunda el hedef olarak gösterilmeli.
- Pas atıldıktan sonra hemen pas alma pozisyonuna geçilmeli.

B. Taktik Öğrenme

- Paslaşırken rakip oyuncuların takip edilmesi
- Pas attıktan sonra koşarak savunma oyuncularına yakın bölgelerde pozisyon alınması
- Pas atma veya savunma oyuncusuna topu dokundurmada uygun zamanlamanın belirlenmesi

Değerlendirme ve İyileştirme

Çocukları;

- Her oyundan sonra kendi performanslarını değerlendirmeye,
- Oyunda daha etkili olmak için yeni taktikler üretmeye,
- Bazı ebelerin oyuncuları ebeleme niçin etkili olduklarını tartışmaya,
- Paslaşma becerilerini geliştirecek benzer oyunlar üretip oynamaya teşvik edin.

Sağlık Anlayışı

Çocukları;

- Haftalık bir egzersiz programı hazırlamaya,
- Hazırladığı programı sınıf arkadaşları ile paylaşmaya teşvik edin.

Çeşitlendirme

Daha Kolay.....

- Tek bir pas çeşidi kullanmak
- Oyun alanında tek yönde hareket etmek
- Büyük top kullanmak
- Alanı küçültmek
- Daha fazla ebe ile oynamak (ebeler için)

Daha Zor...

- Farklı pas çeşitleri kullanmak
- Daha küçük top kullanmak
- Birden fazla top kullanmak
- Alanı büyötmek

- Ebe sayısını sınırlı tutmak
- Uygun pas vermeyen veya topu kaçırın ebenin donması (ebeler için)



G Görev

E Ekipman

M Mekân

İ İnsan

1 File ve Raket Oyunları Hazır mısın?



AÇIKLAMA

1. PARK ET

- Topu raketin üstüne koyun ve raket üstünde yuvarlayın.
- Topu raketin sap kısmına getirmeye çalışın.

2. TIRTIL

- Oyuncular dörtlü gruplar oluşturarak yan yana sıra olurlar.
- İlk oyuncu topu raketin üstüne koyar.
- Topu yandaki oyuncunun raketine yere düşürmeden geçirir. Top sıranın sonuna kadar geçerilir. Sonra sondaki oyuncu sıranın başına geçer.
- Herkes sırayla başa geçene kadar veya belli bir mesafe bitene kadar oyun devam eder.

3. SERBEST ATIŞ

- Oyuncular ikiserli eşlere ayrılır.
- Eşlerden biri belirlenmiş alanda durur.

- Belirlenmiş alandaki oyuncu hazır konumdayken diğer oyuncu topu farklı atış şekilleriyle eşine atar.
- Belirlenmiş alandaki oyuncu topu karşıdaki eşine geri gönderir.
- Belirli bir süre sonra roller değişir.

4. YER DEĞİŞTİRELİM

- Oyuncular dörderli gruplar halinde çalışır.
- Dıştaki oyuncular ortadaki oyuncularla aynı anda top atar. Ortadakiler gelen topa vuruş yapıp kendi aralarında yer değiştirirler.
- Etkinlik bu şekilde devam eder ve bir süre sonra roller değişir.

ÖĞRETİMSSEL UYARLAMA

Bazı oyuncular için mesafe azaltılabilir ve belirlenmiş alan büyütülebilir. Parlak ve zilli top kullanılabilir.

Güvenlik: Belirlenmiş alanların arasında güvenli mesafe bırakın. Oyuncuların hareketleri kontrollü yapıldığından emin olun. Raket vb. araçları dikkatli kullanmaları konusunda uyarın. Her grubun koşu yönünü belirleyin.

Ekipman: Çeşitli top, çeşitli raketler, fasulye keseleri, işaret tabakları vb.

1 File ve Raket Oyunları Hazır mısın?

Öğrenme Anahtarı

A. Beceri Öğrenme

- Raket tokalaşır gibi kavranmalı.
- Top beklerken ayaklar omuz genişliğinde açık ve vücut dengeli olmalı.
- Vuruş yaparken vücut ağırlığı vuruş yönüne aktarılmalı.
- Top istenilen yere gönderilmeli.
- Top karşılandıktan sonra bekleme pozisyonuna geri dönülmeli.
- Atılan topa odaklanılmalı.

B. Taktik Öğrenme

- Topun farklı hızlar, yükseklikler ve bölgelere gönderilmesi
- Gelen topun yükseklik, hız ve yönüne göre uygun vuruş tekniği kullanılması (Tek el, iki el, düz, ters vb.)
- Topun geldiği yöne bakarak nereye geleceğinin tahmin edilmesi

Değerlendirme ve İyileştirme

Çocukları;

- Farklı karşılamaları/vuruşları nasıl yaptıklarını açıklamaya,
- Niçin farklı karşılama/vuruş teknikleri kullanmaları gerektiğini söylemeye,
- Etkinliklerde kullanabileceği raketler üretmeye teşvik edin.

Sağlık Anlayışı

Çocukları;

- Fiziksel etkinliklerde ısınmanın önemini tartışmaya,
- Isınma hareketleri yaparken vücutlarında meydana gelen ısı değişikliklerini söylemeye teşvik edin.

Çeşitlendirme

Daha Kolay...

- Karşılamada topun zıplamasına izin vermek
Zeminden yuvarlanan topu raket ile durdurmak
Baskın el ile topa vurmak
- Balon kullanmak
Daha yumuşak top kullanmak
Daha hafif ve yüzeyi büyük raket kullanmak

- Topu yakın mesafeden karşılamak
Belirlenmiş alanı daraltmak
- Tek başına çalışmak

Daha Zor...

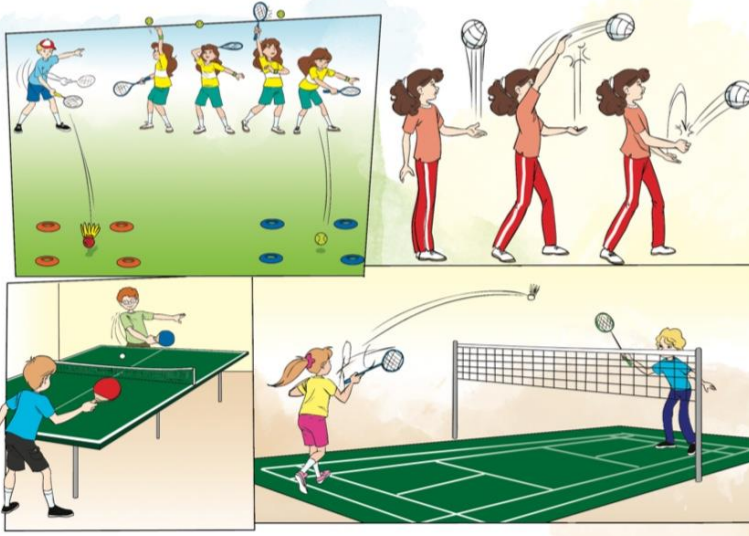
- Topu zıplatmadan karşılamak
Çeşitli yükseklik ve hızlarda top karşılamak
Baskın olmayan el ile topa vurmak
Kol vücuda çapraz biçimde el arkası ile vuruş yapmak
Belirlenen hedefe birden fazla atış yapmak

- Daha küçük top kullanmak
Yüzeyi küçük raket kullanmak
- Belirlenmiş alanı genişletmek
Uzak mesafeden karşılamak
- Eşle veya grupla çalışmak



Görev Ekipman Mekân İnsan

4 File ve Raket Oyunları Servis At



AÇIKLAMA

- Oyun iki kişiyle oynanır.
- Oyuncular karşılıklı birbirlerine servis atarlar.
- Aynı çalışma ip / file üzerinde tekrarlanır.

ÖĞRETİMSSEL UYARLAMA

Bazı oyuncular farklı ekipmanlar seçebilir. Mesafe kısaltılabilir veya alan hedeflemeden servis atılabilir.

Güvenlik: Grupları aralarına mesafe olacak şekilde paralel olarak yerleştirin. Oyuncuların, rakette servis atan oyuncuyu kontrol etmelerini sağlayın. Rakette servis atan oyuncuyu raketi sıkıca kavraması konusunda uyarın.

Ekipman: Çeşitli raketter, toplar, ipler, fileler, hedefler için güvenlik işaretleri, kutular, çemberler vb.

4 File ve Raket Oyunları Servis At

Öğrenme Anahtarı

A. Beceri Öğrenme

- Vücut atış yönünü göstermeli.
- Top, kolay vurulacak şekilde bırakılmalı/atılmalı.
- Topla elin/raketin buluşması için uygun mesafe ayarlanmalı ve iyi bir buluşma/vuruş noktası seçilmeli.
- Servis atarken zamanlamaya dikkat edilmeli ve ağırlık aktarımı yapılmalı.

- Topa vururken hedefe doğru kuvvet uygulanmalı.
- Servis atarken akıcı bir şekilde hareket ederek tüm beden kullanılmalı.

B. Taktik Öğrenme

- Farklı servis tekniklerinin kullanılması
- Topun farklı yön ve yüksekliklere gönderilmesi
- Topun karşılanması zor alanlara atılmaya çalışılması

Değerlendirme ve İyileştirme

Çocukları;

- Karşılanması zor servisler atmak için yapılması gerekenleri tartışmaya,
- Topla en iyi buluşma noktasını belirlemeye,
- Hangi topa servis atmanın daha kolay / zor olduğunu açıklamaya **teşvik edin.**

Sağlık Anlayışı

Çocukları;

- Sanal bilgisayar oyunları ile fiziksel etkinlik yolu ile oynadıkları oyunlar arasındaki (fiziksel, sağlık ve sosyal yaşam vb.) farklılıkları tartışmalar için **teşvik edin.**

Daha Kolay...

- Serbest olarak istenilen bölgeye servis atmak
- Büyük, hafif ve yumuşak toplar kullanmak
- Geniş yüzeyli, hafif raket kullanmak
- Filesiz çalışmak
- Yakın mesafeden topa vurmak
- Hedef alanını büyütme
- Bireysel çalışmak

Çeşitlendirme

Daha Zor...

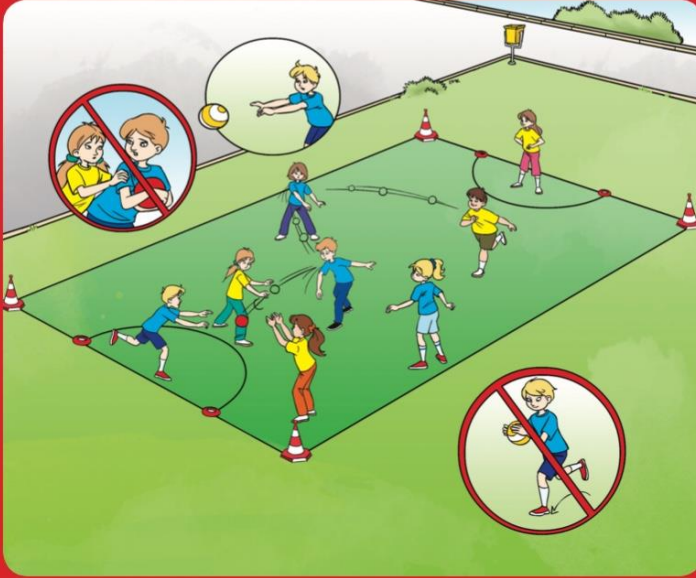
- Eşin söylediği yere/belirlenen alana servis atmak
- Küçük toplar kullanmak
- İple/fileyle çalışmak
- Fileye/ duvara olan mesafeyi arttırmak
- Hedef sayısını arttırmak
- Hedef alanını küçültmek
- Hareketli eşe servis atmak



Görev E Ekipman M Mekân İ İnsan

2 Vurma ve Yakalama Oyunları

Koşan Top



AÇIKLAMA

- İki geniş kaleye sahip sahada uygun sayıda iki takım oluşturulur.
- Oyuncular topla havadan paslaşırlar ve rakip kaleye topu atarak puan almaya çalışırlar.
- Oyuncular top kendilerindeyken koşamazlar, isterlerse kendi etraflarında dönebilirler.
- Kale alanında sadece kaleci durabilir ve kaleci bu alanın dışına çıkamazlar.
- Pas arası yapılarak top kesilebilir ancak rakip oyunculara temas edilemez.
- Oyuncular topu durdurmak için ayaklarını kullanamazlar.

ÖĞRETİMSSEL UYARLAMA

Bazı oyuncular belirli alanlarda oynatılabilir. (Örn. Kale yakınında bir oyuncu olabilir.) Onların yaptıkları atışlara daha fazla puan verilebilir.

Güvenlik: Topu yakalarken oyuncuların birbirlerine çarpmamalarına dikkat edin. Oyun alanının güvenli olduğundan emin olun.

Ekipman: Farklı büyüklüklerde top, fasulye keseni, tebeşirler, huniler.

2 Vurma ve Yakalama Oyunları

Koşan Top

Öğrenme Anahtarı

A. Beceri Öğrenme

- Oyuncular her zaman topu izlemeli.
- Top tüm el kullanılarak yakalanmalı
- Vücut atış yapılacak yönü göstermeli
- Atışlarda topun hızını ve isabetli atışı sağlayabilmek için öne bir adım atılmalı

B. Taktik Öğrenme

- Takımdaki tüm oyuncuların birbirleriyle paslaşması
- Savunma sırasında takım oyuncularının nerede durması gerektiği düşünülmesi
- Sayı kazanılabilecek pozisyonların görülmesi ve değerlendirilmesi

Değerlendirme ve İyileştirme

Çocukları;

- Diğer takımın güçlü ve zayıf yönlerini tartışmaya
- 4'e 3 ya da 5'e 4 takımlarla oynatarak daha az veya fazla oyuncunun oyunda ne gibi farklar yarattığını tartışmaya
- Oyundaki becerilerini iyileştirmek için birbirlerine olumlu dönütler vermeye **teşvik edin**.

Daha Kolay...

- Topla iki adım koşmak Topu sürmek
- Hafif ve büyük top kullanmak
- Sahayı küçültmek
- Takımlardan birine daha fazla oyuncu vermek ya da kalecinin kale alanından çıkmasına izin vermek

Çeşitlendirme

Daha Zor...

- Tek elle atıp tutmak Topu sürmeden oynamak Topu 5 sn. içerisinde elden çıkarmak
- Küçük bir top kullanmak
- Sahayı genişletmek Yakalayıcı için kaleyi büyütmek
- Takımlardan birine daha az oyuncu vermek Kalecinin kale alanından çıkmasına izin vermemek



● Görev ● Ekipman ● Mekân ● İnsan

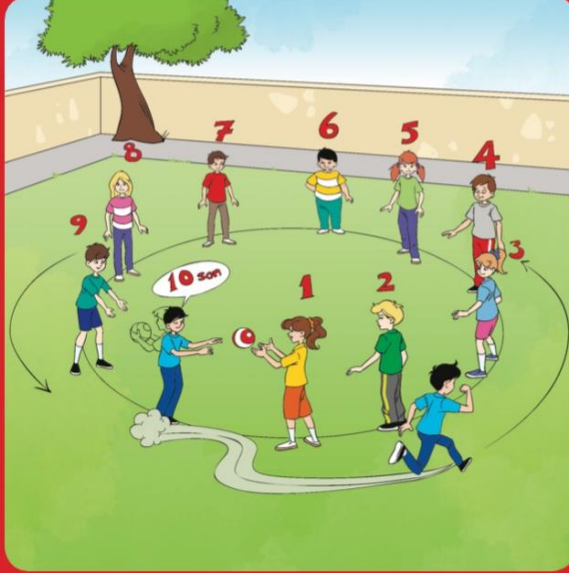
Sağlık Anlayışı

Çocukları;

- Fiziksel etkinliklerden sonra niçin nabızı yavaşlatacak etkinlikler yapılması gerektiğini tartışmaya
- Soğuma alıştırmaları yapmaya **teşvik edin**.

4 Vurma ve Yakalama Oyunları

Hızlı Koş



AÇIKLAMA

- Onar kişilik takımlar dairede yüzleri içe bakacak şekilde yerleşirler.
- Oyun bir kişinin topu yanındakine atmasıyla başlar.
- Oyuncular attığı pas sırasını (1-2-3 vb.) yüksek sesle söyleyerek topu yanındakine atar. 10. kişi "10 SON" diyerek topu 9. kişiye geri atar ve grubun etrafında koşmaya başlar.
- Diğerleri 9'dan geriye doğru pas sırasını yüksek sesle söyleyerek (9-8-7 vb.) atmaya devam eder ve 1. oyuncuya top geldiğinde "1 SON" der.
- Bu arada koşan oyuncu geri sayma bitmeden kaç oyuncu geçerse geçtiği oyuncu sayısı kadar puan kazanır.
- Bir sonraki oyunda oyunu ilk başlatan oyuncunun sağındakine oyuncu (2. oyuncu) yeni oyunu başlatır.

ÖĞRETİMSSEL UYARLAMA

Bazı oyuncuların topu daha yakından atması ve tutması gerekebilir. İhtime engelliler için farklı vücut işaretleri ile sayma teknikleri uygulanabilir. Puanlama sistemleri farklı olabilir.

Güvenlik: Oyuncu sayısı arttıkça oyuncular arasında uygun ve yeterli alan olduğundan emin olun. Kaygan ve sert zeminde oynatılmamasına özen gösterin. Koşan oyuncunun olası çarpışmalarına karşı önlem alın.

Ekipman: Plastik toplar, tebeşirler.

4 Vurma ve Yakalama Oyunları

Hızlı Koş

Öğrenme Anahtarı

A. Beceri Öğrenme

- Hızlı koşarken vücut kontrolü sağlanmalı.
- Topu tutarken çift el kullanılmalı.
- Topu atarken/tutarken vücut atış/tutuş yönünü göstermeli.
- Top her zaman izlenmeli.

B. Taktik Öğrenme

- Topun yakalanabilir bir hızda gönderilmesi
- Koşan oyuncunun topu ve sayıyı kontrol ederek koşması

Değerlendirme ve İyileştirme

Çocukları;

- Topu izlemenin ne gibi avantajlar sağlayacağını tartışmaya,
- Topu düşürmeden atmak / tutmak için neler yapabileceğini tartışmaya
- Güvenli ve hızlı koşma yollarının neler olduğunu düşünmeye teşvik edin.

Sağlık Anlayışı

Çocukları;

- Etkinlik sırasında niçin terlendiğini tartışmaya ve bazı oyuncuların yüzlerinin neden kızardığını açıklamaya teşvik edin.

Çeşitlendirme

Daha Kolay...

- Pas sayısını arttırmak (koşan oyuncu için)
- Topu elden ele vermek
- Daha yumuşak ve daha büyük toplar kullanmak
- Oyuncular arasındaki mesafeyi azaltmak
- Oyuncu sayısını azaltmak (koşan oyuncu için)

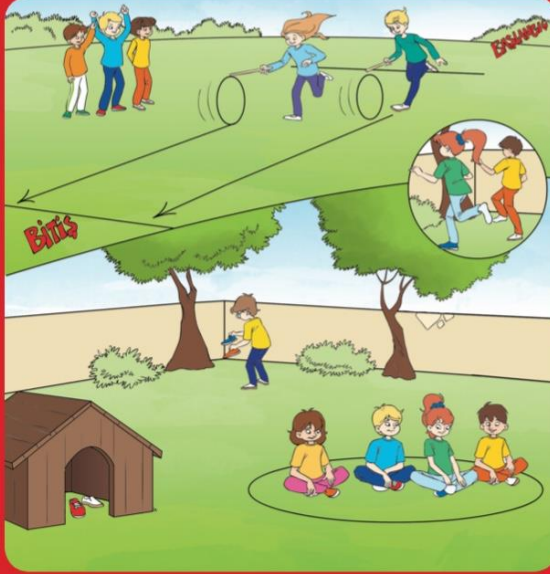
Daha Zor...

- Pas sayısını azaltmak (koşan oyuncu için)
- Topu tek elle vermek
- Yerden pas ile paslaşmak
- Daha ağır ve daha küçük toplar kullanmak
- Oyuncular arasındaki mesafeyi arttırmak
- Oyuncu sayısını arttırmak (koşan oyuncu için)

Görev Ekipman Mekân İnsan

3 Geleneksel Çocuk Oyunları

Çember Çevirme - Ayakkabı Saklama



AÇIKLAMA

ÇEMBER ÇEVİRME OYUNU

- Çember oyunu, hem tek kişilik hem de grupla oynanan bir oyundur.
- Sopa yardımıyla çemberi düştürmeden çevirme mantığına dayanan oyun, grup halinde oynandığında yarışma mesafesi 250-500 m olarak belirlenir. Bitiş noktasına en erken varan oyuncu birinci olur.
- Oyun tek kişilik oynandığında çemberin en uzun sürede düşürülmeden çevrilmesi önemlidir.

AYAKKABI SAKLAMA OYUNU

- En az 5 kişiyle oynanan oyununa başlamadan önce ebe seçimi yapılır.

- Tüm oyuncular, kendilerine ait birer adet ayakkabıyı derme çatma tahtalardan oluşturulan küçük eve koyarlar.
- Ebe, evdeki ayakkabıları alarak çeşitli yerlere saklar. Bu sırada diğer oyuncular ebeye bakmazlar. Ebe, bütün ayakkabıları sakladıktan sonra oyuncular ayakkabılarını tek ayak üzerinde sıçrayarak bulmaya çalışırlar.
- Ayakkabısını ilk bulan ve eve ilk getiren oyuncu, oyunu kazanır ve bir sonraki oyun için ebe olma hakkına sahip olur.

Güvenlik: Herkesi izleyip olası çarpışmalara karşı dikkatli olunmalıdır. Dengeli şekilde sekme yapılması konusunda oyuncular uyarılmalıdır.

Ekipman: Çemberler, sopalar, tahta parçaları, ayakkabılar.

3 Geleneksel Çocuk Oyunları

Çember Çevirme - Ayakkabı Saklama

Öğrenme Anahtarı

A. Beceri Öğrenme

- Nesne kontrolünü sağlamak
- Nesneye uygun müdahalelerde bulunarak en uzun mesafede gitmek
- Sekmede karşıya bakmak ve

kollardan destek almak

- Yukarı sekme yerine ileri sekmeyi kullanmak

B. Taktik Öğrenme

- En kısa mesafe seçilerek sekme yapılması

Değerlendirme ve İyileştirme

Çocukları;

- Etkili çember çevirme yönteminin nasıl olduğunu açıklamaya,
- Bireysel performansları hakkında yorum yapmaya,
- Oyunlarda başarılı olmak için farklı stratejiler üretmeye ve uygulamaya teşvik edin.

Çeşitlendirme

Daha Kolay...

- Yürüyerek çember çevirmek
- Sekmeyi yavaş tempoda yapmak
- Sekmede farklı ayak kullanmak
- Küçük ve hafif çember kullanmak
- Oyun alanını küçültmek
- Çember çevirme mesafesini azaltmak
- Oyuncu sayısını azaltmak

Daha Zor...

- Koşu temposunda çember çevirmek
- Sekmeyi hızlı ve sık tekrarlarla yapmak
- Sekmeyi hep tek ayakla yapmak
- Büyük ve daha ağır çember kullanmak
- Oyun alanını büyütme
- Çember çevirme mesafesini arttırmak
- Oyuncu sayısını arttırmak



G Görev E Ekipman M Mekân İ İnsan

Sağlık Anlayışı

Çocukları;

- Fiziksel etkinliklerde sıvı alımının önemini ve nasıl olması gerektiğini tartışmaya,
- Eklemli kontrollü bir şekilde kullanmanın önemini açıklamaya teşvik edin.

1 Biz Bir Takımız İletişim Yolları



AÇIKLAMA

1. ETKİNLİK

- Oyundaki tüm oyuncular tek bir takımdır, ancak oyuncular 2 eşit gruba ayrılır. Bir gruptaki oyuncuların gözleri bağlanır, diğer gruptaki oyuncuların oyunda konuşması yasaktır.
- Sahaya iki ucu kapalı uzun bir halat konur.
- Gözü bağlı oyuncular halatın içine girerler ve halatı bel seviyelerinde tutarlar. Onlardan halat ile düzgün bir üçgen oluşturmaları istenir.
- Gözü bağlı oyuncular halat ile üçgen oluştururken, konuşamayan oyuncular belli bir çizginin gerisinde gözleri bağlı oyunculara

üçgen oluşturmalarında onlara dokunmadan ve sözsüz iletişim kurarak yardımcı olurlar.

● Amaca ulaşıldıktan sonra gruplar ve görev değiştirilir. (Kare veya dikdörtgen oluşturmaları istemek gibi).

2. ETKİNLİK

- Oyuncular belli bir çizgi üzerinde geniş kolda sıralanırlar.
- Sıranın sağ başında 1 Ocak, sol başında 31 Aralık olduğu söylenir.
- Oyunculardan sözlü iletişim kumandan doğum günlerine göre sıralanmaları istenir.
- Verilen süre içerisinde sıralanma bittikten sonra oyunculara doğum tarihleri sorulur ve doğru yerde olup olmadıkları kontrol edilir.

Güvenlik: Zeminin düz ve kaygan olmamasına dikkat edilmeli. Oyuncuların gözleri halatın içinde kapatılmalı. Bazı ses ve işaretlerden yararlanarak iletişim yolları belirlenmeli.

Ekipman: Gözleri kapatmak için eşarplar, uzun halat.

1 Biz Bir Takımız İletişim Yolları

Öğrenme Anahtarı

A. Beceri Öğrenme

- Farklı sözsüz iletişim yolları kullanmak
- Gelen farklı sözsüz ifadeleri algılayarak, uygun tepkiler vermek.

B. Taktik Öğrenme

- Kendiliğinden ortaya çıkan liderlerin uyarılarına göre davranılması
- Grup olma ve iş birliği yapmanın öneminin kavranması

Çeşitlendirme

Daha Kolay...

- Farklı şekiller (kare, yıldız, beşgen vb.) yapmak
- Önce uzun sürede yapmak, daha sonra süreyi azaltarak yapmak
- Başlangıçta sözsüz iletişim kuralı için çok zaman vermek, daha sonra süreyi azaltmak
- Kısa bir halat ile çalışmak, daha sonra halatın uzunluğunu arttırmak
- Oyuncu sayısına uygun yeterli mekan kullanmak
- Konuşmayan oyuncular için mesafeyi kısa tutmak, daha sonra mesafeyi arttırmak
- Önce az oyuncu ile başlamak, sonra oyuncu sayısını arttırmak



Görev Ekipman Mekan İnsan

Değerlendirme ve İyileştirme

Çocukları;

- Ne tür sözsüz iletişim yolları kullandıklarını açıklamaya,
- Kendilerine uygun hedefler koymaya ve çalışmanın sonunda hedefe ne ölçüde ulaştıklarını açıklamaya,
- Oyunlarda zorlandıkları kısımların neler olduğunu ve bunların üstesinden nasıl geldiklerini belirtmeye,
- Genç engelliler ile empati kurmalarını sağlayacak farklı etkinlikler üretmeye **teşvik edin.**

Sağlık Anlayışı

Çocukları;

- Etkinlikleri yapan arkadaşlarının yüzlerinden ne gibi duygular yaşadıklarını anlamalarına
- Fiziksel etkinlik yapmanın sağlığa katkılarını tartışmaya **teşvik edin.**

2 Biz Bir Takımız Eşini Yönlendir



AÇIKLAMA

1. ETKİNLİK

- Oyuncular iki eşit gruba ayrılır. Sahada farklı engellerle bir parkur oluşturulur.
- Bir gruptaki oyuncuların gözleri kapanır.
- Diğer oyuncular sahada dağınık düzende durarak, ellerindeki huniyi kullanarak ya da farklı aletlerle ses çıkarak gözü bağlı oyuncuları istenilen hedefe doğru yönlendirirler.
- Belli bir süre sonra gruplar yer değiştirirler.

2. ETKİNLİK

- Sahaya farklı materyaller (çimen, fasulye, kum vb.) konularak bir parkur oluşturulur

ve üzerine çarşaf örtülür.

- Oyuncuların gözleri kapatılır ve sırası ile bu parkurda çıplak ayak/ çorapla dolaşarak çarşafın altındaki materyali bulmaya çalışırlar.

3. ETKİNLİK

- Oyuncular ikişerli eş olur ve bir eşin gözü bağlanır.
- Belli yüksekliğe bir ip gerilir ve ipe bazı materyaller asılır (Örn.: Küçük balonlar, mendil, kurdela, fasulye kesesi, kâğıt vb.)
- Gözü bağlı oyuncu eşinin yönlendirmesi ile birlikte ipte asılı olan nesnenin ne olduğunu bulmaya çalışır.
- Her doğru bulunan nesne için eş oyuncuya 1 puan verir.

Güvenlik: Zeminin kaygan olmamasına dikkat edilmelidir. Başlangıçta kısa ve az ekipmanlı parkurlar denenmelidir. Oyunculara zarar vermeyecek ekipmanlar kullanılmalıdır. Oyuncular birbirlerinin hareket yeterliliği konusunda uyarılmalıdır.

Ekipman: Gözleri kapatmak için eşarplar, huniler, farklı ses çıkarmak için kullanılacak ekipmanlar, balonlar, mendiller, kurdela, fasulye keseleri, çarşaf, ipler, mandallar.

2 Biz Bir Takımız Eşini Yönlendir

Öğrenme Anahtarı

A. Beceri Öğrenme

- Farklı sözsüz iletişim yolları kullanmak
 - Gelen farklı sözsüz ifadeleri algılayarak, uygun tepkiler vermek
- #### B. Taktik Öğrenme
- Eşden gelen mesajları dikkatle dinleyerek, en uygun tepkinin verilmesi
 - Eşine yardımcı olacak farklı sesler/ ifadeler verilmesi

Değerlendirme ve İyileştirme

Çocukları;

- Ne tür sözlü ve sözsüz iletişim yolları kullandıklarını açıklamaya,
- Kendilerine uygun hedefler koymaya ve çalışmaya ve hedefe ne ölçüde ulaştıklarını açıklamaya,
- Oyunlarda zorlandıkları kısımların neler olduğunu açıklamaya,
- Eşe güvenmenin ve işbirliği yapmanın önemini açıklamaya **teşvik edin.**

Çeşitlendirme

Daha Kolay...

- Başlangıçta az sayıdaki engel ile çalışmak, sonra engel sayısını arttırmak
- Fazla sayıdaki oyuncudan mesaj alırken, sonra mesaj sayısını azaltmak
- Sözel ifadeler ile yönlendirme yapmak, sonra sadece farklı sesler kullanarak yönlendirme yapmak
- Engel sayısını azaltmak, sonra engel sayısını arttırmak
- Dar alanda çalışmaya başlamak, daha sonra alanı genişletmek
- Gözü kapalı oyuncunun elinden tutarak onu yönlendirmek, sonra sadece sözlü mesajlarla veya ses ile yönlendirmek



G Görev E Ekipman M Mekân İ İnsan

Sağlık Anlayışı

Çocukları;

- Etkinlikleri yapan arkadaşlarının yüzlerinden ne gibi duygular yaşadıklarını anlamalarına,
- Etkinlikler sırasında kalp atışlarında nasıl değişiklik olduğunu açıklamaya
- Sağlıklı ilişkiler kurmada insanlara güvenmenin önemini açıklamaya **teşvik edin.**