

**T.C.
İSTANBUL GEDİK ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**



**İLKOKUL ÖĞRENCİLERİNDE MOTOR BECERİ, FİZİKSEL UYGUNLUK
VE SOSYAL BECERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Bahar TOKMAK

Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Tezli Yüksek Lisans Programı

HAZİRAN 2021

**T.C.
İSTANBUL GEDİK ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**



**İLKOKUL ÖĞRENCİLERİNDE MOTOR BECERİ, FİZİKSEL UYGUNLUK
VE SOSYAL BECERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**Bahar TOKMAK
181208002**

Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Tezli Yüksek Lisans Programı

Tez Danışmanı: Doç. Dr. Mehmet ŞAHİN

HAZİRAN 2021



T.C.
İSTANBUL GEDİK ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜ

Yüksek Lisans Tez Onay Belgesi

Enstitümüz, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Tezli Yüksek Lisans Programı 181208002 numaralı öğrencisi Bahar TOKMAK'ın "İlkokul Öğrencilerinde Motor Beceri, Fiziksel Uygunluk ve Sosyal Beceri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" adlı tez çalışması 03.06.2021 tarihinde yapılan tez savunma sınavında aşağıdaki jüri tarafından *Oy Birliği* ile Yüksek Lisans tezi olarak *Kabul* edilmiştir.

Öğretim Üyesi Adı Soyadı

Tez Savunma Tarihi: 03/06/2021

- 1)Tez Danışmanı:** Doç.Dr. Mehmet ŞAHİN
- 2) Jüri Üyesi:** Dr. Öğr. Üyesi Ayla TAŞKIRAN
- 3) Jüri Üyesi:** Dr. Öğr. Üyesi Faruk Salih ŞEKER

YEMİN METNİ

Yüksek Lisans tezi olarak sunduğum ‘‘İlkokul Öğrencilerinde Motor Beceri, Fiziksel Uygunluk ve Sosyal Beceri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi’’ adlı çalışmanın, proje safhasından sonuçlanmasına kadar ki bütün süreçlerde bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurulmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve onurumla beyan ederim. (03.06.2021)

Bahar TOKMAK



ÖNSÖZ

Öncelikle “İlkokul Öğrencilerinde Motor Beceri, Fiziksel Uygunluk ve Sosyal Beceri Arasında İlişkinin İncelenmesi” konulu araştırmada danışmanlığımı yapan, desteğini hiç esirgemeyen, tüm sorunlarıma sabırla çözüm bulan, sayın Doç. Dr. Mehmet ŞAHİN’e teşekkürlerimi sunarım.

Çalışmamı yürütmemde ellerinden gelen tüm desteği veren Mimar Sinan Eğitim Kurumları yönetici, veli ve öğrencilerime sonsuz teşekkür ederim.

Bana inanan ve yorulduğumda destek veren, her gün arayıp çalışmamın nasıl gittiğini soran, motivasyon konuşmaları ile beni teşvik eden, sevgili arkadaşlarım Selin ve Yiğit’e hayatımda oldukları için çok teşekkür ederim. Çalışmamı düzenlerken benimle beraber sabahlayan, canım arkadaşlarım Buse ve Uğur’a ayrıca teşekkürlerimi sunarım.

Her zaman yanımda olan, güçlü olmamı sağlayan, tüm eğitim hayatım boyunca neredeyse benimle beraber okuyan canım aileme sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Haziran 2021

Bahar TOKMAK

İÇİNDEKİLER

Sayfa

ÖNSÖZ	iv
İÇİNDEKİLER	v
KISALTMALAR	vii
ÇİZELGE LİSTESİ	viii
ŞEKİL LİSTESİ	ix
ÖZET	x
ABSTRACT	xi
1. GİRİŞ	1
1.1. Çalışmanın Amacı	4
1.2. Çalışmanın Önemi	4
1.3. Problem ve Alt Problemler	5
1.4. Hipotezler	5
1.5. Çalışmanın Sınırlılıkları	6
1.6. Sayıtlar	6
2. GENEL BİLGİLER	7
2.1. Gelişim	7
2.1.1. Bilişsel Gelişim.....	7
2.1.2. Duyuşsal Gelişim.....	8
2.1.3. Psikomotor Gelişim	9
2.1.4. İlkokul Çağındaki Çocuklarda Büyüme ve Gelişim Özellikleri.....	11
2.2. Motor Gelişim	13
2.2.1. Motor Gelişim Alanları.....	13
2.2.2. Motor Gelişimin İlkeleri	14
2.2.3. Motor Gelişimi Etkileyen Faktörler.....	16
2.2.4. İlkokul Döneminde Motor Gelişim	16
2.2.5. Motor Beceri	18
2.3. Fiziksel Aktivite	19
2.4. Fiziksel Uygunluk	20
2.4.1. Sağlıkla İlgili Fiziksel Uygunluk.....	20
2.4.2. Çocuklarda Fiziksel Uygunluk	21
2.4.3. Çocukların Fiziksel ve Motor Özellikleri	23
2.5. Sosyal Beceri	26
2.5.1. Sosyal Becerinin Boyutları	29
2.5.2. Sosyal Beceri Modelleri	29
2.5.3. Sosyal Beceri Yetersizliği.....	31
3. GEREÇ VE YÖNTEM	33
3.1. Çalışma Grubu.....	33
3.2. Çalışmanın Alanı	33
3.3. Çalışmanın Modeli	33
3.4. Çalışma Materyali	34
3.5. Veri Toplama Araçları.....	34

3.5.1. Fiziksel Uygunluk Ölçümü.....	35
3.5.2. Motor Beceri Ölçümü	38
3.5.3. Sosyal Beceri Ölçümü	41
3.6. Verilerin Analizi.....	43
4. BULGULAR.....	44
4.1. Katılımcıların Demografik Özelliklerine Ait Bulgular	44
4.2. Ölçekler ve Alt Boyutlara İlişkin Betimsel Bulgular	46
4.3. Motor Beceri Ölçeğine Yönelik Bulgular	47
4.4. Fiziksel Uygunluk Ölçeğine Yönelik Bulgular	50
4.5. Sosyal Beceri Ölçeğine Yönelik Bulgular.....	56
4.6. Motor Beceri ve Fiziksel Uygunluk Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular	57
4.7. Motor Beceri ve Sosyal Beceri Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular	60
4.8. Fiziksel Uygunluk ve Sosyal Beceri Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular ...	60
5. TARTIŞMA	62
6. SONUÇ VE ÖNERİLER.....	69
6.1. Sonuç	69
6.2. Öneriler.....	72
KAYNAKLAR	73
EKLER.....	Hata! Yer işareti tanımlanmamış.
ÖZGEÇMİŞ.....	103

KISALTMALAR

TGMD	:The Groos Motor Development (Kaba Motor Beceri)
Anova	: Analysis of variance
BKİ	: Beden Kütle İndeksi
cm	: Santimetre
DUA	: Durarak uzun atlama
kg	: Kilogram
f	: Frekans
m	: Metre
%	: Yüzde
n	: Örneklem sayısı
P	: Anlamlılık düzeyi
S.S.	: Standart sapma
Sd	: Serbeslik derecesi
SPSS	: StatisticalPackagefortheSocialSciences
t- testi	: İlişkisiz örneklemelerde puanlar arası farklılıklar
\bar{X}	: Sıra Ortalaması
Min.	: Minimum Değer
Max.	: Maximum Değer
Dikey S.	: Dikey Sıçrama

ÇİZELGE LİSTESİ

Sayfa

Çizelge 2.1: Piaget'e göre zihinsel gelişim dönemleri Piaget (1969)	8
Çizelge 2.2: Fiziksel Uygunluk Unsurları	20
Çizelge 4.1: Fiziksel uygunluk ve kaba motor beceri ölçümleri katılımcılarının demografik özelliklerine ilişkin betimsel istatistikler	44
Çizelge 4.2: Sosyal beceri derecelendiren katılımcıların demografik özelliklerine ilişkin betimsel istatistikler	45
Çizelge 4.3: Ölçek ve alt boyutlara ilişkin betimsel istatistikler	46
Çizelge 4.4: İlkokul öğrencilerinin kaba motor becerileri ve alt boyutlarının cinsiyetlerine göre karşılaştırılmasına yönelik bulgular.....	48
Çizelge 4.5: İlkokul öğrencilerinin kaba motor becerileri ve alt boyutlarının yaşa göre karşılaştırılmasına yönelik bulgular	48
Çizelge 4.6: İlkokulda öğrenim gören çocukların lokomotor becerileri, top becerileri ve kaba motor becerileri arasındaki ilişkiye yönelik bulgular	49
Çizelge 4.7: İlkokulda öğrenim gören öğrencilerin fiziksel uygunluk ölçümlerinin cinsiyetlerine göre karşılaştırılmasına yönelik bulgular.....	50
Çizelge 4.8: İlkokulda öğrenim gören öğrencilerin fiziksel uygunluk ölçümlerinin cinsiyetlerine göre karşılaştırılmasına yönelik bulgular.....	51
Çizelge 4.9: İlkokulda öğrenim gören öğrencilerin fiziksel uygunluk ölçümlerinin yaşa göre karşılaştırılmasına yönelik bulgular	51
Çizelge 4.10: İlkokulda öğrenim gören öğrencilerin fiziksel uygunluk ölçümlerinin yaşa göre karşılaştırılmasına yönelik bulgular	52
Çizelge 4.11: İlkokulda öğrenim gören çocukların fiziksel uygunluk ölçümleri arasındaki ilişkiye yönelik bulgular	53
Çizelge 4.12: İlkokul öğrencilerinin sosyal becerilerinin cinsiyete göre karşılaştırılmasına yönelik bulgular	56
Çizelge 4.13: İlkokulda öğrenim gören öğrencilerin sosyal becerilerinin yaşa göre karşılaştırılmasına yönelik bulgular	56
Çizelge 4.14: İlkokulda öğrenim gören öğrencilerin sosyal becerilerinin kardeş sayılarına göre karşılaştırılmasına yönelik bulgular.....	57
Çizelge 4.15: İlkokulda öğrenim gören öğrencilerin sosyal becerilerinin öğrencilerin ebeveynlerinin eğitim düzeylerine göre karşılaştırılmasına yönelik bulgular.....	57
Çizelge 4.16: İlkokulda öğrenim gören çocukların kaba motor becerileri ve alt boyutları ile fiziksel uygunluk ölçeği ölçümleri arasındaki ilişkiye yönelik bulgular.....	58
Çizelge 4.17: İlkokulda öğrenim gören çocukların sosyal becerileri ile kaba motor becerileri ve alt boyutları arasındaki ilişkiye yönelik bulgular	60
Çizelge 4.18: İlkokulda öğrenim gören çocukların sosyal becerileri ile fiziksel uygunluk ölçeği ölçümleri arasındaki ilişkiye yönelik bulgular	61

ŞEKİL LİSTESİ

	<u>Sayfa</u>
Şekil 2.1: Gallahue'nin Piramit Modeli (1982)	10
Şekil 2.2: Gallahue'nin Motor Gelişim Kum Saati Modeli.....	11



İLKOKUL ÖĞRENCİLERİNDE MOTOR BECERİ, FİZİKSEL UYGUNLUK VE SOSYAL BECERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

ÖZET

Gerçekleştirilen bu çalışmanın amacını “İlkokul Öğrencilerinde Motor Beceri, Fiziksel Uygunluk ve Sosyal Beceri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” oluşturmaktadır.

Araştırma; İstanbul ili, Büyükçekmece ilçesinde bulunan Mimar Sinan Özel İlkokulu 1,2,3 ve 4. sınıf öğrencilerinden oluşan katılımcılarla ile gerçekleştirilmiştir. Fiziksel uygunluk ve motor beceri ölçekleri; 90 kız, 87 erkek toplamda 177 katılımcıdan oluşurken, sosyal beceri derecelendirme ölçeği; 75 kız, 77 erkek toplamda 152 katılımcıdan oluşmaktadır. Katılımcıların antropometrik ölçümleri için; boy ve ağırlık ölçümleri yapılmış ardından BKİ’leri (Beden Kütle İndeksi) hesaplanmıştır. Fiziksel uygunluk ölçümleri için Eurofit Test Bataryasına göre; 20 m sürat koşusu, 10x5 mekik koşusu, otur eriş (esneklik) testi, dikey sıçrama testi, durarak uzun atlama testi, disklere dokunma testi ve mekik (gövde kaldırma) testi yapılmıştır. Motor beceri için TGMD-III testi kullanılmış ve katılımcılara, lokomotor beceriler ve top becerileri testleri yapılarak toplam kaba motor becerileri puanlanmıştır. Sosyal Beceri Derecelendirme Sistemi Anne-Baba Formu, katılımcıların velilerine Google Formlar ile düzenlenerek gönderilmiş ve cevaplar Microsoft Excel 2016 ile tablollaştırılmıştır.

Araştırma sonucu elde edilen verilerin çözümlenmesi sürecinde SPSS 22 istatistik paket programı kullanılmıştır. Elde edilen bulgular neticesinde araştırmanın sonucu olarak; ilkokul öğrencilerinin fiziksel uygunlukları ve motor becerileri arasında anlamlı bir farklılık bulunurken, sosyal beceriler ile fiziksel uygunluk ve motor becerileri arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Anahtar Kelimeler: *İlkokul öğrencileri, Fiziksel uygunluk, Motor beceri, Sosyal beceri*

**INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN MOTOR SKILL,
PHYSICAL FITNESS AND SOCIAL SKILLS IN PRIMARY SCHOOL
STUDENTS**

ABSTRACT

The subject of this study is "Investigation of the Relationship Between Motor Skills, Physical Fitness and Social Skills in Primary School Students".

Research; It was held with the participants of the 1st, 2nd, 3rd and 4th grade students of Mimar Sinan Private Primary School located in Büyükçekmece district of Istanbul. Physical fitness and motor skill scales; The social skills rating scale consists of a total of 177 participants, 90 girls and 87 boys; It consists of 75 girls, 77 boys and 152 participants in total. For anthropometric measurements of the participants; height and weight measurements were made and then BMIs were calculated. According to Eurofit Test Battery for physical fitness measurements; 20 m sprint, 10x5 shuttle run, sit and reach (flexibility) test, vertical jump test, standing long jump test, disc touch test and shuttle (body lift) test were performed. TGMD-III test was used for motor skills and total gross motor skills were scored by performing locomotor skills and ball skills tests. The Social Skills Rating System Mother-Father Form was sent to the parents of the participants by arranging them with Google Forms and the answers were tabulated with Microsoft Excel 2016.

SPSS 22 statistical package program was used in the process of analyzing the data obtained as a result of the research. As a result of the findings obtained, as a result of the research; While there was a significant difference between physical fitness and motor skills of primary school students, no significant difference was found between social skills and physical fitness and motor skills.

Keywords: *Primary school students, Physical fitness, Motor skills, Social skills*

1. GİRİŞ

İnsanoğlu yaşamını sağlıklı ve nitelikli sürdürebilmek için devamlı hareket halindedir. Doğum öncesi anne karnından başlayarak, doğum sonrası ve yaşamın geri kalanında bu hareketlilik devam etmektedir. Sağlıklı bir yaşam için hareketin önemi büyüktür. Yaşamın ilk yıllarından itibaren kazanılan hareket becerileri, ilerideki yıllarda öğrenilmesi beklenen hareket becerilerinin alt yapısını oluşturmaktadır. Bu yüzden temel motor becerilerin gelişmesi adına uygun ortamların oluşturulması, doğru eğitimin verilmesi oldukça önemlidir.

Motor gelişim; organizmanın, bedensel büyüme ve merkezi sinir sisteminin gelişimine paralel olarak isteğe bağlı hareketlilik kazanmasıdır (Özer ve Özer, 2016). Motor gelişim, insanların motor becerilerinde meydana gelen değişimleri ve bu değişimleri etkileyen faktörleri incelemektedir (Payne ve Isaac, 2011). Çocuklarda motor gelişim doğumdan sonra reflekslerle başlayan, daha sonra koordineli hareketlerle devam eden bir süreçtir. Normal gelişim gösteren çocuklar, büyümelerine paralel olarak belli dönemlerden geçerek hareket becerileri kazanırlar. Örneğin; bebekler önce emekler, sonra yürür ve daha sonra koşmaya başlayarak sıralı bir hareket becerisi kazanır. Tüm bu beceriler ileride spor branşlarının alt yapısını oluşturacak hareket kalıplarıdır (Gallahue ve Ozmun, 2006).

Motor beceri; koşma, sıçrama, fırlatma ya da yakalama gibi motor beceriyi gerçekleştirmeye yarayan kaba motor ve ince motor hareketlerini içeren yetenek ve kapasitelerdir. Bununla birlikte motor beceriler çocuğun yer değiştirme ve nesne kontrol becerileri ile doğrudan ilişkilidir (Horvat ve diğ., 2007). Motor beceriler denge (beden kontrolü), çeviklik, koordinasyon, manipülatif becerileri başarılı bir şekilde gerçekleştirmek için kuvvet ve esnekliği de içerisinde barındırmaktadır (Horvat ve diğ. 2003).

Hareket becerilerinin kazandırılması ve motor gelişimin takip edilmesi için çocuk ve gençlere çeşitli testler uygulanmaktadır. Motor gelişimin erken yaşta tespit edilmesi, motor beceri ile ilgili eksiklerin fark edilmesine ve bu eksiklerin giderilmesi adına uygun programların oluşturulmasına olanak tanımaktadır (Burton ve Miller, 1989).

Erken çocukluk döneminde yapılan bu testler, normal gelişim göstermeyen çocukların tanısına ve uygun programların oluşturularak gelişimlerinin desteklemesine katkı sağlamaktadır (Kerkez, 2013).

Fiziksel aktivite; iskelet kaslarının kasılarak enerji üretmesi sonucu enerji harcamak için yapılan bedensel hareketler olarak tanımlanmaktadır. Fiziksel uygunluk ise fiziksel aktiviteyi gerçekleştirmek amacı ile kazanılmış gerekli özelliklerdir. Bir başka deyişle günlük işlerimizi yorgunluk duymadan, enerjik bir şekilde geçirme yeterliliğine sahip olmak anlamına gelmektedir (Özer K, 2020). “Fiziksel uygunluk; kalp solunum dayanıklılığı, kassal dayanıklılık, kas kuvveti, kas gücü, sürat, esneklik, çeviklik, denge, reaksiyon zamanı ve beden kompozisyonunu içermektedir. Bu nitelikler performansla ilgili fiziksel uygunluk ve sağlıklı ilgili fiziksel uygunluk olarak sınıflandırılmaktadır (Özer K, 2020).”

Çocukların fiziksel uygunluk düzeylerini takip etmek, değerlendirmek ve uygun programlar geliştirmek için fiziksel özellikleri çeşitli testlerle ölçülmektedir. Bu konuyla ilgili çalışmalar gittikçe artış göstermekte ve bu sayede yetişkinlikte ortaya çıkan sağlık sorunları ile bu çalışmalar arasında bağlantı kurulmaktadır (Pate ve diğerleri, 2002; Fletcher ve diğerleri, 1996). Özellikle günümüzde Covid-19 ve pandemi sürecinin etkisiyle çocuklar evlerde hareketsiz kalmaktadır. Derslerine online olarak katılmakta, dışarı çıktıkları süre kısıtlı olduğundan dolayı yeteri kadar fiziksel aktiviteye katılamamaktadırlar. Bu da evde geçirilen bu süreçte kilo artışı ile beraber sağlıksız bir ortam oluşturmaktadır. Çocukların fiziksel uygunluk düzeylerinin belirlenmesi ve buna bağlı olarak fiziksel aktivite programlarının geliştirilmesi hareketsiz geçirilen bu sürecin telafisi adına önem teşkil etmektedir.

Sosyal gelişim, toplumun beklentilerine uygun olarak kazanılmış davranış kalıplarını ve bunu kullanabilme yeteneğini ifade etmektedir. Bireyin doğumu ile başlayan evreyi ve günlük davranış gelişimini kapsamaktadır (Yavuzer, 2007). İnsanlar çevresiyle sürekli bir etkileşim içerisindedir ve yaşamını sürdürdüğü topluma uyum sağlamaktadır. Çocuklar doğumlarıyla birlikte ilk sosyal çevresinin içerisinde yer almaktadırlar. İnsanlarla nasıl ilişki kuracağını ilk olarak ailesiyle deneyimleyen çocuklar daha sonra bu etkileşime arkadaşları ve diğer yetişkinlerle beraber devam eder (Kandır, 2007). Bireyin sosyal gelişimi, kendisinden beklenen davranışları sergileyecek şekilde yetişmesi ile ilgilidir. Çocuğun ilk yıllardaki sosyal gelişimi, sosyal davranışlarının temelini oluşturmaktadır. Sosyal gelişimin sağlıklı olabilmesi

için bireyin yaşamını sürdürdüğü topluma uyum sağlaması gerekmektedir (Çubukçu ve Gültekin, 2006).

Sosyal beceri, kişinin başkalarıyla olan iletişim ve etkileşimini başlatmaları ve sürdürebilmeleri için gerekli davranışlardır (Westwood, 2007). Bir başka deyişle, hayat boyu başarılı ve mutlu olmak için diğer insanlarla etkileşimi kolaylaştıran davranışların tümü sosyal beceridir (Genç, 2005). Sosyal becerilerin gelişimi çevresel ve kültürel faktörlerden, aile tutumlarından, kardeş ve arkadaş ilişkilerinden, eğitim programları ve öğretmen tutumlarından etkilenmektedir (Ceylan, 2009). Okuldaki sosyal ortamda yeni arkadaşlıklar edinme, bu arkadaşlıkları devam ettirme ve öğretmenlerle kurulan sağlıklı ilişkiler oldukça önemli becerilerdendir. Bu becerileri kazanmak, okula karşı tutumlarını olumlu yönde etkilemekte ve ileriki yaşamlarında daha başarılı olduklarını göstermektedir (Denham, 2006).

Çocuklar için okul ortamı sosyalleşmeleri açısından önem teşkil etmektedir. Akranları ile geçirdikleri süre içerisinde arkadaşlığı, paylaşmayı, kurallara uymayı ve oyuna katılma gibi durumları deneyimleyen çocuklar sosyal becerilerini geliştirmektedirler. Özellikle oyuna katılım sosyal becerileri geliştirmenin en iyi yolu olduğu gibi sosyal beceriler oyun esnasında doğal olarak kazanılmaktadır (Darwish ve ark., 2001; Swindells ve Stagnitti 2006). Sosyal ve psikolojik gelişim açısından önemli olan sosyal becerileri yetersiz olan çocuklar problem çözme gibi davranışlarda zorlanmaktadırlar. Dolayısıyla uygun olmayan davranışları kullanmaya yönelebilmektedirler (Bacanlı ve Erdoğan, 2003). Bu gibi durumlarda da çocuk akranları tarafından dışlanmakta, oyun ve benzeri etkinliklere katılımı içe dönük davranışlar sergilemektedirler. Erken yaşta kazanılamayan sosyal beceriler yaşamın ileriki zamanlarında hem bireyi hem de çevresini olumsuz yönde etkileyebilmektedir.

Çocukların sosyal becerilerini, fiziksel uygunluklarını ve motor becerilerini eş zamanda geliştirmelerini sağlamak adına en uygun ortamlar spor takımları, fiziksel aktiviteler, beden eğitimi ve spor dersleridir. Bu şekilde çocuklar oyun ve spor yoluyla hareket ederek fiziksel uygunluk ve motor becerilerini geliştirirken aynı zamanda bir takım içerisinde yer alarak sosyal becerilerini de geliştirme imkânı bulmaktadırlar. Beden eğitimi ve spor dersinde çocuklarda psikomotor ve bilişsel alanlarda gelişim sağlandığı kadar, oyun yoluyla; işbirliği, yardımlaşma, bir takım içerisinde yer alma, başkalarının hakkına saygı duyma, arkadaşlarını takdir etme, iletişim becerileri geliştirme gibi duyuşsal alanlarında da birçok gelişim

sağlanmaktadır. Bu şekilde sosyal becerilerinin gelişmesini sağlayan çocuklar gündelik hayatlarında da kazanmış oldukları bu becerileri kullanmaktadırlar. Bu da çocukların daha sosyal, özgüveni yüksek, adaletli, iletişim becerileri kuvvetli, fiziksel uygunluğu gelişmiş ve sağlıklı olan, sportif yetenekleri keşfedilmiş bireyler olmalarına katkı sağlayabilir.

Bu doğrultuda motor beceri ve fiziksel uygunlukları değerlendirilen çocukların sosyal becerilerinde ne kadar başarılı olduğu araştırılmak istenmiştir. Böyle bir bakış açısı, ilkokul öğrencilerinin sosyal beceri, motor beceri ve fiziksel uygunlukları arasında ilişkiyi anlamamızı sağlayabilir. Böylece sosyal becerileri kazandırmak için daha çok fiziksel aktivitelerden yararlanmalarını sağlayabilir, aynı zamanda daha iyi bir fiziksel uygunluk düzeylerine gelmeleri ve motor becerilerini geliştirilmeleri için uygun ortam ve koşullar yaratılabilir. Bu çalışmada amaç; ilkokul öğrencilerinin motor beceri, fiziksel uygunluk ve sosyal becerileri arasındaki ilişkilerinin incelenmesidir.

1.1. Çalışmanın Amacı

Çocukluklarda, oyun oynama ve oyuna katılabilme, kendini ifade edebilme, yeteneklerinin sergileyebilme oldukça önemlidir. Tüm bunları yapabilmek için fizyolojik ve psikolojik olarak herhangi bir engelin olmaması gerekmektedir. Fiziksel uygunluğu iyi olan bir çocuk, motor beceri ve sosyal beceri konularında da başarılı olabilir. Motor becerisi iyi olan bir çocuk, daha çok fiziksel aktivitelere katılım gösterir. Fiziksel aktiviteye katılım ise çocuğun arkadaşlarıyla daha çok sosyal ortama girmesine ve bir takım içerisinde rol almasına olanak sağlar. Fiziksel uygunluk, motor beceri ve sosyal beceri olgularının birbirleriyle bağlantılı oldukları düşünülmektedir.

Bu çalışmada amaç; ilkokul öğrencilerinin fiziksel uygunluk, motor beceri ve sosyal becerilerini demografik özelliklere göre karşılaştırarak aralarındaki ilişkiyi incelenmektir.

1.2. Çalışmanın Önemi

Bu çalışmada; ilkokul öğrencilerinin sosyal beceri, motor beceri ve fiziksel uygunlukları arasında ilişkiyi inceleyerek, aralarındaki ilişkiyi anlamak

amaçlanmıştır. Böylece çocuklara sosyal becerileri kazandırmak için daha çok fiziksel aktivitelerden yararlanmaları sağlanabilir, aynı zamanda daha iyi bir fiziksel uygunluk düzeyine gelmeleri ve motor becerilerini geliştirilmeleri için uygun ortam ve koşullar yaratılabilir.

Çalışmanın sonucunda da literatüre katkı sağlanmış ve geleceğe ışık tutulmuş olacağı düşünülmektedir.

1.3. Problem ve Alt Problemler

İlkokul öğrencilerinde motor beceri, fiziksel uygunluk ve sosyal beceri arasında ilişki var mıdır?

1. İlkokul öğrencilerinin motor becerileri yönünden yaşa göre bir farklılık var mıdır?
2. İlkokul öğrencilerinin motor becerileri yönünden cinsiyete göre bir farklılık var mıdır?
3. İlkokul öğrencilerinin fiziksel uygunlukları yönünden yaşa göre bir farklılık var mıdır?
4. İlkokul öğrencilerinin fiziksel uygunlukları yönünden cinsiyete göre bir farklılık var mıdır?
5. İlkokul öğrencilerinin sosyal becerileri yönünden yaşa göre bir farklılık var mıdır?
6. İlkokul öğrencilerinin sosyal becerileri yönünden cinsiyete göre bir farklılık var mıdır?
7. İlkokul öğrencilerinin motor beceri ve fiziksel uygunlukları arasında ilişki var mıdır?
8. İlkokul öğrencilerinin motor beceri ve sosyal becerileri arasında bir ilişki var mıdır?
9. İlkokul öğrencilerinin fiziksel uygunluk ve sosyal becerileri arasında bir ilişki var mıdır?

1.4. Hipotezler

Bu alandaki yapılmış araştırmalar doğrultusunda hipotezler oluşturulmuş ve aşağıda belirtilmiştir;

1. Hipotez: Erkek çocukların top becerileri ile kız çocuklarının top becerileri arasında fark vardır.
2. Hipotez: 4. sınıf öğrencilerinin lokomotor becerileri, 1. sınıf öğrencilerinin lokomotor becerileri arasında fark vardır.
3. Hipotez: Kız çocukların esneklik düzeyleri, erkek çocuklarının esneklik düzeyleri arasında fark vardır.
4. Hipotez: İlkokul öğrencilerinin fiziksel gelişim özelliklerine göre, kız ve erkek çocukların arasında anlamlı bir farklılık yoktur.
5. Hipotez: İlkokul öğrencilerinin fiziksel uygunluk düzeyleri ile yaşları arasında anlamlı bir farklılık yoktur.
6. Hipotez: İlkokul öğrencilerinin sosyal beceri düzeyleri arasında cinsiyete göre anlamlı farklılık yoktur.
7. Hipotez: İlkokul öğrencilerinin fiziksel uygunluk ve motor becerileri arasında anlamlı bir farklılık vardır.
8. Hipotez: İlkokul öğrencilerinin fiziksel uygunluk ve sosyal becerileri arasında anlamlı bir farklılık vardır.
9. Hipotez: İlkokul öğrencilerinin motor beceri ve sosyal becerileri arasında anlamlı bir farklılık vardır.

1.5. Çalışmanın Sınırlılıkları

Bu çalışmaya ilişkin ortaya konan sınırlılıklar şu şekilde sıralanmıştır:

- 1) Araştırmaya katılmaya gönüllü olmak,
- 2) İlkokul öğrencisi olmak (7-10 yaş arasında olmak),
- 3) Tipik gelişime sahip olmak,
- 4) Fiziksel aktiviteye katılımda sağlık sorunu bulunmamak,
- 5) Ebeveyn tarafından onay formunun imzalanmış olması.

1.6. Sayıtlar

Araştırmanın örneklemini oluşturan ilkokul öğrencilerinin sosyal becerilerine ilişkin ölçek sorularını, velilerin gerçeklere uygun bir şekilde yanıtladıkları varsayılmıştır.

2. GENEL BİLGİLER

2.1. Gelişim

Gelişim, bireyin öğrenme, olgunlaşma, hazır bulunuşluk gibi kavramları içinde barındıran fonksiyonel değişimlerini ifade eder. Gelişim büyümeyle beraber olgunlaşmayı da içine alarak yaşam boyu devam etmektedir. İnsan gelişiminde ve davranışında üç alan birbiri ile etkileşim içerisindedir (Özer D, 2016). İlk olarak Bloom ve arkadaşları insan gelişiminde etkili olan faktörleri ve birbirleri ile etkileşimlerini tanımlamıştır. İnsanın gelişimi, psikomotor gelişim, bilişsel gelişim ve duyuşsal gelişim olarak sınıflandırılmıştır (Gallahue 1982).

2.1.1. Bilişsel Gelişim

Bilişsel gelişim içerisinde algılama, hayal kurma becerisi, hafıza, olaylara karşı muhakeme yapabilme becerisi, akıl ve beden ilişkisi olarak kabul edilmektedir. Çevre ve birey arasındaki adaptasyon olarak da bilinmektedir. Bilişsel gelişim, kişinin bilgiyi edinmesinde ve işlemede, zihinsel faaliyetlerini gerçekleştirmesinde, olayları kavramasında ve aktivitelerinde gerçekleştirilmesi süreçlerini kapsamaktadır (Graham, 1987).

Piaget, çocukların düşünme becerilerini incelemek için insan zihninin gelişimi üzerine çalışmıştır. Çocuklar duyuşlar aracılığıyla topladıkları bilgileri özümleyerek çeşitli tepkilerde bulunmaktadır. Önce mevcut bilgilerini kullanarak verdikleri tepkilerini uyum süreci ile beraber değiştirerek daha sonra yeni tepkiler oluşturmaktadırlar. Böylece bir adaptasyon sürecinden geçerek olaylara ve durumlara uyum sağlamaktadırlar. Piaget, uyum sağlama ve özümleme süreçlerinin sadece çocukluk döneminde değil, yaşam boyu devam ettiğini ileri sürmektedir (Cüceloğlu 1992, Gander ve Gardiner 1993). Piaget (1969), ilk olarak düşünce kavramı üzerinde durmuştur. Bebekler ve çocuklar üzerinde gözlemler yaparak, çocukların davranışlarını gözlemlemiş ve bilişsel fonksiyonları gösteren ipuçlarını bulmuştur. Bebeklik ve çocukluk döneminde bilişsel becerilerin kazanılmasında hareketi birincil etken olarak görmüştür (Gallahue, 1982). Zeka gelişimi sürekli, ilerleyici bir süreçtir

ve gelişim birbirini izleyen evrelerden oluşmaktadır. Piaget, zihinsel gelişimi dönemlere göre sınıflandırmıştır (Özer ve Özer, 2016).

Çizelge 2.1: *Piaget'e göre zihinsel gelişim dönemleri Piaget (1969)*

Duyu-Motor Dönem	0-2 yaş
İşlem Öncesi Dönem	2-7 yaş
Somut İşlemler Dönemi	7-11 yaş
Soyut İşlemler Dönemi	11 ve üstü yaş

Piaget'in zihinsel gelişim sınıflandırmasına göre araştırmanın örneklem grubu somut işlemler dönemi (7-11 yaş) içerisinde bulunmaktadır. Bu dönem içerisinde yer alan çocuklar, dört işlem yapma yeteneğine sahip, nesnelere kavramsal olarak sıralayabilen ve belirli bir ilişkiye göre düzene koyabilen, sayı, hacim, ağırlık gibi kavramları kavrayabilen, gerçek dünya ile hayal dünyası arasındaki farkı anlayan, bir olayın birden fazla yönünü ele alabilen, geniş toplumsal bakış açısına sahip, sosyal ve duygusal açıdan zengin olabilmektedirler (Özer ve Özer, 2016).

2.1.2. Duyuşsal Gelişim

“Çocuğun duygusal ve sosyal gelişimi duyuşsal gelişim başlığı altında incelenmektedir.” Bireylerin diğer kişilerle olan etkileşimi, onlara karşı duygu ve davranışları sosyal gelişimleri içerisinde yer alır. Doğum anından başlayarak yaşam boyu devam eden sosyalleşme, bireyin yaşadığı toplumun değerlerine uygun davranışlar geliştirmesidir (Binbaşoğlu, 1990). Duyuşsal gelişim, bireyin karakter ve kişilik gelişiminin yanı sıra kendine güven duygusunun, başarı ve başarısızlığa karşı sergilediği davranışın, duygularını doğru ifade edebilmesinin ve istedik davranışlarda bulunmasının geliştirilmesini sağlamaktadır (Yamaner, 2001).

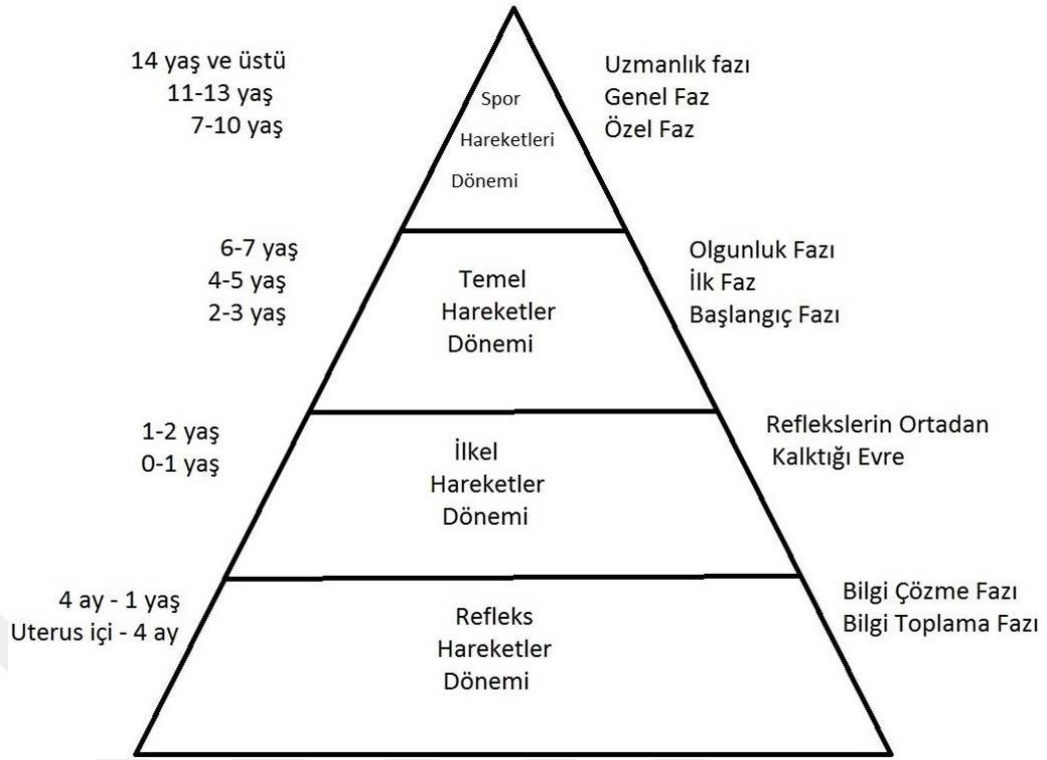
Motor gelişim açısından duyuşsal gelişim, fiziksel aktivitelere katılım sırasında bireyin kendi ve çevresindekiler hakkında geliştirdiği duygu ve düşünceleri kapsar. Fiziksel etkinliklere katılım doğal sosyal ortamları oluştururlar ve çocuklar bu şekilde kendi yeteneklerini tanıma, çevre hakkında bilgi edinme, başkalarının hakkına saygı duyma, paylaşma ve işbirliği, takım ruhu, dayanışma gibi kavramlar ile iç içe olurlar. Gelişimsel olarak oyuna katılım ve arkadaş ilişkisi, bireyin sosyal etkileşim düzeyini doğrudan etkiler (Gallahue, 1982).

İlkokul dönemindeki (6-10 yaş) çocuklar, anne ve babaya olan bağıllık duygularını, okulda arkadaş ve öğretmenlerine yöneltmektedirler. Öğretmenini rol-model alan çocuk için kişilik gelişiminde öğretmenin rolü büyüktür. Öğretmen çocuğa birçok olumlu duygu kazandırabileceği gibi, yüksek beklenti ve rekabetçi bir tutum sergilerse çocuğun kişilik ve yeterlilik duygularını zedeleyebilmektedir. Çocuklar bu dönemde sorumluluk almak ve sosyal beceriler kazanmak adına isteklidirler. Sorumluluklarını yerine getirdikleri için onaylanmak ve başarılı hissetmek istemektedirler. Çocukların bu çabaları doğru şekilde takdir edilir ve sorumluluk almaya özendirilirse çalışkanlık ve başarı duyguları gelişmektedir. Fakat beklentileri yüksek tutup, çabası karşısında eleştirilen çocuklar aşağılık duygusu geliştirmektedirler. Bu durumda sosyal ve duygusal gelişimi zedelemektedir (Özer ve Özer, 2016).

2.1.3. Psikomotor Gelişim

Psikomotor gelişim, yeni bir motor becerinin kazanılmasında hayat boyu devam eden fiziksel değişimlerle ilgili süreçtir. Çocuklarda motor gelişim, hareket ve fiziksel yeteneklerinin gelişimleri ile ilgilidir ve organizmanın, bedensel gelişimi ve merkezi sinir sisteminin gelişimine ile doğru orantılı isteğe bağlı olarak hareketlilik kazanmasıdır (Gallahue, 1982; Güven, 1979). Çocuklar her yeni motor beceri deneyimi ile beraber vücutlarını tanımakta ve çevreye karşı yeni bir hakimiyet kazanmaktadır. Yaşadıkları bu gelişmeler çocuğun bilgi edinmesine ve öğrenmesine katkı sağlamaktadır (Berk,2013; Kail,2014). Özellikle yaşamın ilk iki yılında kazanılan birçok motor beceri, çocukların büyüdükçe daha iyi denge, hız, çeviklik ve güce ulaşmalarını sağlamaktadır (Feldman, 2004).

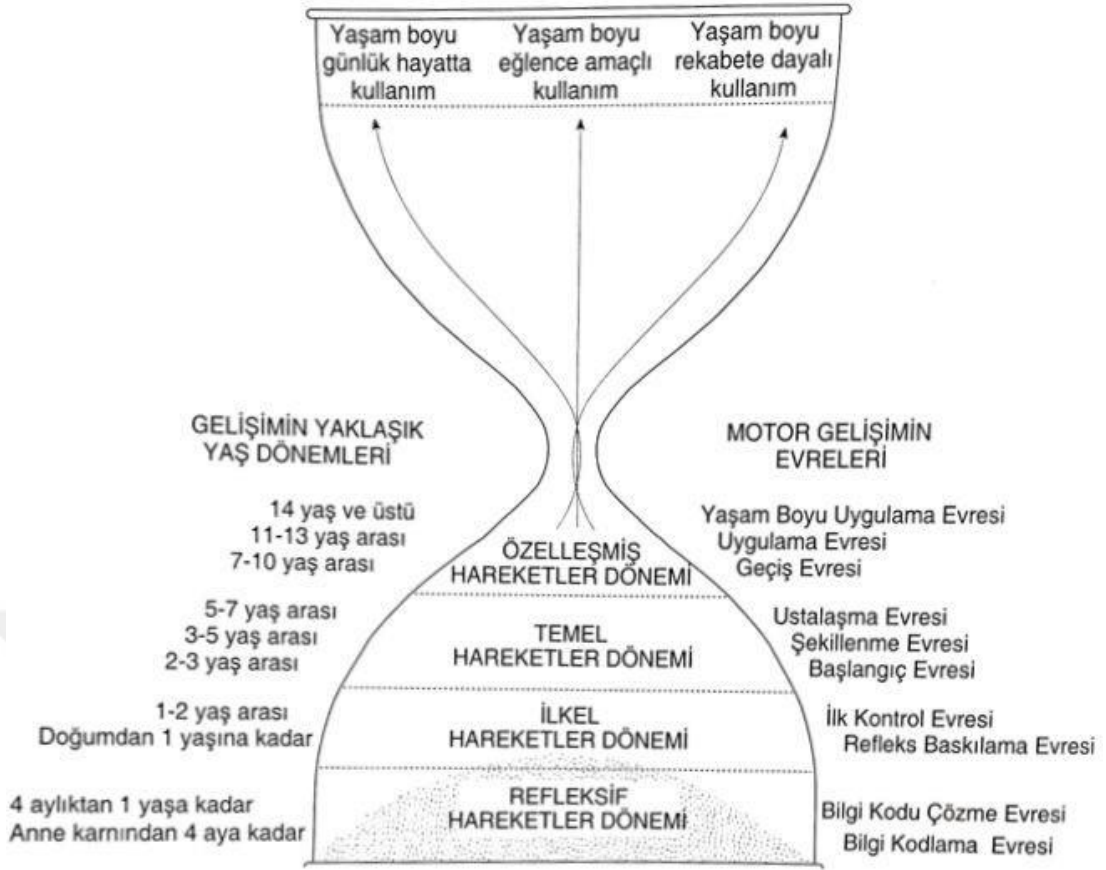
Gallahue (1982), motor gelişimi çocukluk dönemi ile sınırlamış ve kuramını piramit modeli ile sunmuştur. Bu modele göre dört motor beceri dönemi birbirini izleyen sırayla aşağıdan yukarıya, küçük yaştan büyük yaşa doğru dizilmiştir. En altta ve ilk sırada refleksif hareketler dönemi vardır ve bu dönem motor gelişimin temelini oluşturmaktadır. Bu dönemden sonra ikinci sırada ilkel hareketler dönemi yer almaktadır. Bu dönemi ise temel hareketler dönemi ve spor hareketleri dönemi takip etmektedir.



Şekil 2.1: Gallahue'nin Piramit Modeli (1982)

Şekil 2.1'e bakıldığında ilkokul 1. Sınıf öğrencilerinin temel hareketler döneminin olgunluk fazından çıkmakta olup 2, 3 ve 4. sınıf öğrencilerinin ise spor hareketleri döneminde olduğunu görmekteyiz. Araştırmamızın örneklem grubu ilkokul öğrencileri (7-10) olduğundan, Gallahue'nin piramit modelinde özellikle dikkate alınacak kısım spor hareketleri dönemi olmaktadır.

Gallahue (1982) daha sonra motor gelişim kuramını genişleterek yaşam boyu motor gelişimi incelemiştir. 1988'de Ozmun ile yayınladıkları kitaplarında motor gelişim dönemlerini aynı şekilde tutarak piramit modelinin yerine kum saati modelini oluşturmuştur. Refleksif hareketler dönemi, ilkel hareketler dönemi ve temel hareketler dönemi evreleri aynı şekilde dururken sporla ilişkili hareketler döneminde değişiklik yapmıştır. Piramit modelindeki spor hareketleri dönemi; özel, genel ve uzmanlık evresinden oluşurken, kum saati modelindeki bu evreler; spor becerilerine geçiş, spor becerilerini uygulama ve yaşam boyu spor aktivitelerine katılım evresi olarak değiştirilmiştir.



Şekil 2.2: Gallahue'nin Motor Gelişim Kum Saati Modeli

Kaynak: (Gallahue ve Ozmun, 1998)

Çocuklar temel hareketler döneminde koşma, atlama, sıçrama, top atma, top tutma ve topa ayakla vurma gibi temel hareket becerilerini geliştirmeye başlarlar. Fakat birçok eğitimci bu özelliklerin kendiliğinden öğrenildiğini düşünmektedirler. Çocukların büyük bir kısmı için bu bakış açısı doğru değildir. Çocukların temel hareket becerilerini geliştirmek için uygun programlar oluşturulmalı ve desteklenmelidir. Temel hareketler döneminde başarılı bir şekilde öğrenilen hareket becerileri daha sonraki yıllarda sporla ilişkili hareketler dönemi için alt yapı oluşturmaktadır (Özer ve Özer, 2016).

2.1.4. İlkokul Çağındaki Çocuklarda Büyüme ve Gelişim Özellikleri

Havighurst (1952), gelişimin birçok kavramın birbirleriyle etkileşimi sonucu ortaya çıktığını ileri sürmektedir. Bu kavramlar; genetik, kültürel ve sosyal yapılarıdır. Yaşamın kendisinin öğrenme olduğuna inanan Havighurst, gelişimde hayat boyu devam ettiği vurgulamaktadır. Havighurst'un önerdiği 6 gelişim döneminden orta çocukluk (6-12 yaş) dönemi özellikleri şu şekildedir;

1. Oyunlara katılmak için fiziksel beceriler geliştirme,
2. Olumlu tutum geliştirme,
3. Akranları ile iyi geçinme,
4. Okul dersleri için gerekli temel becerileri edinme,
5. Değerler ölçeği geliştirme (duygular üzerinde denetim, ahlaki değerlere uyma vb.),
6. Yaşadığı topluma karşı uygun tutum geliştirme,
7. Kendi bağımsızlığını kazanma,
8. Etkili düşünme ve günlük yaşam için gerekli kavramları geliştirme,
9. Cinsel rol kazanma (Dereobalı,2005).
10. 6-12 yaş çocuklarda en tipik büyüme özelliği, boy ve ağırlıktaki artışın yavaş olmasıdır.

Bu yıllardaki gelişim oldukça azdır. Bu dönem çocukların ergenlik (12-13 yaş) dönemine girmesine kadar devam eder. Bu yıllarda sabit ve yavaş büyüme söz konusu olsa da beceriler hızlıca öğrenilmektedir. Kız ve erkeklerin büyümelerindeki farklılıklar en düşük düzeydedir. Ağırlık ve boydaki yavaş büyüme çocuğun vücuduna alışması için bir fırsattır. Kızların ergenliğe erken girmesi sebebiyle boyları erkeklerden daha uzun olabilmektedir. Erkekler ise 14 yaş civarında kızların boyuna ulaşır hatta onları geçerler (Özer ve Özer, 2016).

İlkokul çağındaki çocukların gelişimsel özelliklerine bakıldığında; küçük kas gruplarının gelişimin hızlandığını, sinir-kas ve eklem koordinasyonunun geliştiği görülmektedir. Boyuna büyüme yavaşken, enine büyümenin ise hızlıdır. Dönemin sonunda vücut ve hareket gelişimi bakımından çocukluk olgunluğuna ulaşılır. Yoğun dikkat gerektiren konularda 20-25 dk, ilgili oldukları alanda ise daha uzun süre çalışabilirler. Kendilerini eleştirebilir ve realist düşünebilirler. Görev ve sorumluluk almayı sever ve ilişkilerinde dürüst olmayı tercih ederler. Bu dönemdeki çocuklar yorulduklarının farkına varamamaktadırlar (Yalçın, 1995).

Çocukların büyümesi, genetik yapılarına, beslenmelerine, çevresel faktörler gibi etkenlere bağlı olduğu kadar, fiziksel aktiviteye göre de farklılık göstermektedir. Sportif etkinliklere katılmayan çocukların kaslarının az geliştiği, aşırı ya da yetersiz beslenmelerinden dolayı zayıf veya şişman oldukları, algılama düzeylerinin ve öğrenme kapasitelerinin ise zayıf olduğu gözlemlenmiştir (Akçıda ve Ergen, 1990).

2.2. Motor Gelişim

Motor gelişim, insanların motor becerilerinde meydana gelen değişimleri ve bu değişimleri etkileyen unsurları incelemektedir (Payne ve Isaac, 2011). Motor gelişim; organizmanın, bedensel büyüme ve merkezi sinir sisteminin gelişimine paralel olarak isteğe bağlı hareketlilik kazanmasıdır. Gelişim önceden kestirilebilen bir düzen içindedir. Motor gelişimi etkileyen birçok faktör bu düzen içerisinde önceden kestirilebilmektedir. Motor gelişimin ilkeleri; gelişimin yönü, büyüme hızı, farklılaşma ve bütünleşme, kritik dönem kavramı, bireysel farklılıklar, beden ölçüleri, filogeni ve ontogeni olmak üzere yedi grupta incelenmektedir (Özer ve Özer, 2016).

2.2.1. Motor Gelişim Alanları

Çocukların günlük hareketlerini iki büyük grupta incelenmektedir. Bu gruplar:

1. Büyük Kas Hareketleri (Kaba Motor Beceriler)
2. Küçük Kas Hareketleri (İnce Motor Beceriler)

Büyük kas hareketleri yani kaba motor beceriler bedeni kullanmakla alakalıdır. Bir başka deyişle geniş kasların kullanımı içermektedir. Kaba motor beceriler ise üç grupta incelenmektedir. Bunlar:

1. Lokomotor Hareketler (Yer değiştirme hareketleri)
2. Lokomotor Olmayan Hareketler (Yer değiştirmeden yapılan hareketler)
3. Denge

Lokomotor hareketlerinde amaç bedenin bir yerden başka bir yere hareket etmesidir. Yürüme, koşma, atlama, emekleme, sıçrama, yuvarlanma, tırmanma gibi hareketler lokomotor hareketlere örnek olarak verilebilmektedir. Çocuk bu hareketleri birleştirerek ortaya yeni hareketler kalıbı çıkarabilmektedir. Yer değiştirme hareketleri ile çocuk kendisini çevresinde ayırt etmeyi, mesafe ve konum kavramlarını öğrenmektedir (Kephart ve Godfrey, 1973).

Lokomotor olmayan hareketler ise yer değiştirmeden yapılan hareketlerdir. Buradaki amaç konumunu koruyarak vücudunu hareket ettirmektir. İtme, çekme, salınım yapma, eğilme, dönme gibi hareketler, lokomotor olmayan hareketlere örnek olarak verilebilmektedir (Frankenburg ve Dodds, 1990).

Denge ise vücudun belirli bir alanda konumunu koruması yeteneğidir. Tüm hareketlerde önemli bir unsur olan denge, çocukların hareketlerinde dengeyi koruma ve sürdürme olarak ortaya çıkmaktadır (Gallahue, 1982). Örneğin; sek sek oynamak çocuğun dengesini kaybetmeden bir yerden bir yere vücudunu denge içerisinde taşıması sürecidir.

Küçük kas hareketleri, yani ince motor beceriler eli ve ayağı kullanma becerilerini içermektedir. Manipülatif beceri olarak da tanımlanan bu beceriler nesne kontrolünün gerektiren hareketleri kapsamaktadır. Yazı yazma, enstrüman çalma ve topu elle ya da ayakla kontrol etme becerileri küçük kas hareketlerine örnek olarak verilebilmektedir. Merkezden dışa gelişim ilkesi sonucunda küçük kas hareketleri büyük kas hareketlerinin gelişiminden sonra gelişmektedir (Gesell, 1940; Breckenridge ve Vincet, 1955).

2.2.2. Motor Gelişimin İlkeleri

1. Gelişimin Yönü: Motor gelişimde, gelişimin yönü düzenli bir sıra izler ve baştan ayağa ve merkezden dışa doğru gelişir. Kas kontrolünün gelişimi baştan ayağa şeklindeyken, okulöncesi çocuklar üst ekstremitelerini, alt ekstremitelerinden daha iyi kullanmaktadırlar. Çocuğun kaslarının merkezden uzak noktolara doğru kontrol altına alınması ise gelişimin merkezden dışa doğru olduğunu ifade etmektedir. Örneğin, eller kollara göre daha önce kontrol kazanmaktadır (Gallahue, 1982).
2. Büyüme Hızı: Çocuklarda büyüme dış etkenlere direnç gösterir, büyüme derecesi ise karakteristik ve evrenseldir. Örneğin; hastalık geçirerek büyümesi duraksayan çocuklar kendi kendine düzeltme yöntemi ile yaşitlarının düzeyine gelebilmektedirler. Çocuğun yaşitlarının büyüme ve gelişme hızını yakalaması yaşa, yoksunluğun yoğunluğuna ve süresine bağlı olarak değişiklik gösterebilmektedir (Gallahue, 1982).
3. Farklılaşma ve Bütünleşme: Motor gelişim sinir-kas sistemi açısından incelendiğinde hareketlerin koordineli ve karmaşık ilerlediği görülmektedir. Çocukların, bebeklik hareket kalıplarından gençlik hareket kalıplarına doğru ilerlemeleri farklılaşma olarak nitelendirilmektedir. Örneğin, bebeklik döneminde ince motor beceriler zayıfken, çocuk motor beceri anlamında geliştikçe çeşitli kas gruplarının kontrolünü sağlamaya başlar. Kas grupları ve

duyu sisteminin birbirleri ile etkileşimi ise bütünleşme olarak tanımlanmaktadır. Göz-el koordinasyonunun sağlanması bu aşamada önem teşkil etmektedir. Sonuç olarak, çocuğun kaba motor becerilerinden adım adım ince motor becerilere doğru gelişim göstermesine farklılaşma, kasların duyu organları ile koordineli hareketlerine ise bütünleşme denilmektedir (Gallahue, 1982).

4. Kritik Dönem Kavramı: Dışarıdan oluşan etkiler sebebi ile gelişim sekteye uğrayabilmektedir. Kritik dönem kavramı, çevresel etkenlerin gelişimi nasıl etkilediğini anlamamızı sağlaması açısından önem teşkil etmektedir (Özer, Özer 2016). Örneğin, doğum öncesinde bebeğin beyininin oluşması sürecinde alkol alımı, radyasyona maruz kalma gibi etkiler kalıcı hasarlara neden olabilmektedir. Çocuklarda yeteneklerin ortaya çıkışı süresi ve zamanı farklılıklar göstermekte ve bu dönemde uygun ortam ve etkileşimlerde bulunulmazsa, gelişim sekteye uğrayabilmektedir. Bu sebeple küçük yaşlar gelişim açısından kritik dönem olarak adlandırılmaktadır (Gallahue, 1982).
5. Beden Ölçüleri: Çocukların beden-kas yapısı ve duruşuna ait değişiklikler, hareket düzeylerinin ve kapasitelerini etkilemektedir (Gallahue, 1982). Motor yeterliliğin beden yapısı ile doğrudan ilişkili olduğu, büyüme ile birlikte duruşun performansı etkilediği görülmektedir. Örneğin, bacakların uzaması lokomotor hareketlerin daha doğru yapılmasını sağlamaktadır (Cratty, 1979).
6. Bireysel Farklılıklar: Gelişim, genetik ve çevresel faktörlerin etkisindedir. Çocuklar kendi gelişim çizgisinde ve önceden belli bir sırayı izleyerek gelişim gösterirler. Eğitim, sosyalleşme, deneyim fırsatları ve genetik faktörler yaş ile açıklanamayan davranış farklılıkları oluşturabilmektedirler (Wolff, Gunnoe ve Cohen, 1983). Her çocuğun motor gelişiminde bireysel farklılıklar olabilmektedir. Bu da bazı çocukların yeni beceriler öğrenmeye neden hazır olmadıklarını açıklamaktadır (Gallahue, 1982).
7. Filogeni ve Ontogeni: Filogenetik beceriler kendiliğinden ortaya çıkan, çevresel etkenlere direç gösteren, önceden bilinen bir sırayı takip eden ve gözlenebilen temel yeteneklerdir. Manipülatif beceriler (el ile alakalı beceriler), büyük kas kontrolü ve yer değiştirme hareketleri (lokomotor hareketler), filogenetik becerilere örnek olarak verebiliriz. Ontogenetik beceriler ise, doğrudan çevresel fırsatlara ve öğrenmeye bağlılık

göstermektedir. Voleybol, futbol, basketbol, yüzme gibi beceriler kendiliğinden öğrenilemediği gibi bireysel çalışma gerektirmektedir. Bu gibi becerilere ontogenetik beceriler denmektedir (Gallahue, 1982).

2.2.3. Motor Gelişimi Etkileyen Faktörler

Motor gelişimi etkileyen faktörler ise; doğum öncesi, doğum sırası ve doğum sonrası olarak üç döneme ayrılmaktadır (Özer ve Özer, 2016).

1. Doğum Öncesi Etmenler: Gebelikte yeterli ve dengeli beslenme, ilaç kullanımı, alkol, gebelikte geçirilen enfeksiyon hastalıkları, gebelik taksonomisi, kan uyuşmazlığı, annenin duygusal durumu ve yaşı, rdayasyon, kromozom ve gene bağlı özürler, kalıtım, ırk gibi etkenler doğum öncesi motor gelişimi etkileyen faktörlerdendir (Özer ve Özer, 2016).
2. Doğum Sırası Etmenler: Yeni doğan bebeğin yetersiz oksijen veya beklenmedik bir şekilde başı üzerinde oluşan basınç sebebiyle iki temel komplikasyonu göstermektedir. Oksijensiz kalan bebeğin beyin hücreleri zarar görebilmekte ve bu nedenle beyin felci, zihinsel engel ve epilepsi gibi etkiler görülebilmektedir (Özer ve Özer, 2016).
3. Doğum Sonrası Etmenler: Bağlılık, uyarıcı zenginliği ve yoksunluğu, cinsiyet ve çocuk yetiştirme yöntemleri doğum sonrası motor becerileri etkileyen etmenleri oluşturmaktadır (Özer ve Özer, 2016). Doğumdan hemen sonra anne ve bebeğin etkileşimi ile oluşan bağlılık çok önemlidir. Hareket ve deneyimin sınırlandırılması ise normal gelişimi geciktirmektedir (Gallahue, 1982). 12-13 yaşına kadar kız çocukları, erkek çocuklarına göre daha hızlı büyür ve olgunlaşırlar. Bu durum kızların erkeklere oranla denge becerilerinin daha iyi olmalarını sağlamaktadır (Dencla, 1974). Aşırı koruyucu tutumlarda bulunmak ve çocuğun hareketlerini kısıtlamak da motor gelişimin olumsuz etkilenmesine sebep olmaktadır.

2.2.4. İlkokul Döneminde Motor Gelişim

Yaşamın 2. yılından 7. yılına kadar olan süre temel hareket becerilerin kazanıldığı dönemdir (Gallahue, 1982). İlkokul çağının da 6-7 yaşlarında başladığını düşünecek olursak, birinci sınıfa giden öğrencilerin temel hareketler döneminin olgunluk fazında yer aldığını görebilmekteyiz.

Olgunluk evresinde çocuklar mekanik yönden gelişmiş, koordinatif hareketler sergileyebilmektedir. Çocukların bu evreye ulaşabilmesi için gerekli olanakların sağlanması, pratik ve deneyim şansı sunulmalı, motive edilmeli ve iyi bir eğitim almalıdırlar. Tüm çocuklar için gelişim sıralı ve aynıdır. Fakat gelişimin hızı çevresel faktörlere ve kalıtıma göre farklılık göstermektedir. Bu sebeple bireysel farklılıklar oluşmaktadır. Çocuğun olgunluk seviyesine ulaşması alıştırma, deneyim, cesaretlendirme ve öğretim yoluyla belirlenebilmektedir (Özer, Özer 2016). Temel hareketler döneminde olgunluk fazını ulaşamama ileride sporla ilişkili hareketler döneminde zorlanmalara neden olmaktadır (Gallahue, 1982; Gökmen ve ark., 1993).

İlkokulun ilk yıllarında temel hareket becerilerini geliştirilmesindeki başarısızlık ileriki yıllarda ergenlik ve yetişkinlik döneminde de başarısızlığa neden olur. Çocuklar gerekli hareket becerilerini kazanamadıklarında o hareket becerilerini gerektiren aktivitelere katılmak istemezler. Bu tabii ki ilkokul çağında öğrenilemeyen hareket becerilerinin yaşamın diğer zamanlarında öğrenilemeyeceği anlamına gelmemektedir. Fakat bu becerileri çocukluk döneminde kazandırmak daha kolaydır. Yine de çocukluk döneminde kazandırılmayan beceriler çoğunlukla ileriki dönemlerde de öğrenilememektedir. Bunun sebepleri ise, becerinin yanlış öğrenilmesinden dolayı daha sonra düzeltilememesi, utangaçlık ve korku faktörüdür. Bunlardan sebep, aktivitelere yetersiz katılım, arkadaşlarının dalga geçmesi kaygı, korku, çekinme gibi durumlar hareket becerilerinin öğrenilmesini güçleştirmektedir (Özer ve Özer, 2016).

Sporla ilişkili hareketler dönemi ise temel hareketler döneminden sonra gelen ve oluşan bir sonuçtur. Dengeleme, maipülatif ve lokomotor hareketlerin mükemmelleştiği ve artık günlük hayatta, sportif etkinliklerde kullanılmaya başladığı dönemdir. Bu dönemde becerilerin gelişimi; motor beceri, zihinsel ve duygusal birçok etkene bağlıdır. Çocuğun bu dönemdeki başarısı, temel hareketler döneminin olgunluk fazındaki performansına bağlıdır. İleriki çocukluk döneminde (7-12 yaş) motor beceri ve fiziksel performansı etkileyen unsurlardan biri cinsiyet farklılığıdır. Sürat, sıçrama, fırlatma ve denge gibi hareketlerde erkekler, esneklik ve koordinasyon gibi hareketlerde ise kızlar daha iyidir (Özer ve Özer, 2016).

Sporla ilişkili hareketler dönemi üç evrede incelenmektedir. Bu evreler; spor becerilerine geçiş evresi, spor becerilerini uygulama evresi ve yaşam boyu spor aktivitelerine katılım evresidir. 7-8 yaşındaki çocuklar, spor becerilerine geçiş

evresindedirler. Bu evrede ebeveyn, öğretmen ve antrenörlerin amacı, çocukların sportif aktivitelere katılmasını sağlamak ve bu yolla motor becerilerini ve hareket yeterliliklerini arttırmalarına olanak sağlamaktır. Temel hareket becerileri evresi ile spor becerilerine geçiş evresindeki farklılık, bu evrede becerilerin daha karmaşık ve özel biçimde uygulanmasıdır. Bu evrede çocuğun sınırlı beceri ve yeterliliği vardır (Özer ve Özer, 2016).

Spor becerilerine geçiş evresi ilkökul döneminde çocuklar için önem arz etmektedir. Bu dönemdeki çocuklar birçok deneyim ve hareket becerileri keşfetmelidirler. Oyun ve fiziki etkinlikler gibi hareket içeren aktivitelere katılmalı, düzenli uygulama fırsatı bulmalıdırlar.

2.2.5. Motor Beceri

Okulöncesi dönemde çocukların performansında her geçen gün değişim ve gelişim gözlenebilmektedir. Bu yaş grubu çocuklarda, kas kuvveti yaşa bağlı olarak artmakta ve cinsiyetler arası farklılık görülmemektedir. Bu dönemde, çocuklarda temel motorik özelliklerdeki performans gelişmektedir. Denge hariç diğer parametrelerin hepsinde yaşla birlikte ilerleme görülmektedir. Cinsiyet farklılığı az olmakla birlikte bazı becerilerde farklılık gösterebilmektedir. Örneğin; koşu, atlama, fırlatma gibi becerilerde erkek çocukları daha iyiysen, dengede kızlar erkeklerden daha başarılıdır. Cinsiyetler arasındaki farklılık bu dönemde az ve birbirine yakındır (Özer ve ark., 1992).

Kız ve erkeklerin motor beceri yetenekleri 7 yaşından 17 yaşına kadar doğrusal olarak bir artış göstermektedir. Bu gelişmeler büyüme ve gelişme ile oluşan biyolojik farklılaşmanın sonucu olarak meydana gelmektedir. Beden ölçüsü ve yapısı performansı etkileyen unsurlardandır. Çocukluk döneminde ise motor beceri ve beden ölçüsü ilişkisi genellikle düşüktür (Özer ve Özer, 2016). Beden ağırlığı, koşu ve atlama gibi performansları olumsuz yönde etkileyebilmekteyken, fırlatma performansı ile olumlu bir ilişki içerisindedir. Koşu ve atlamada ağır çocuklar, zayıf çocuklara oranla daha başarısız performans sergilerken, fırlatma gibi becerilerde zayıf çocuklardan daha başarılı olabilmektedirler (Willmore ve Costill, 1998).

2.3. Fiziksel Aktivite

Fiziksel aktivite; iskelet kaslarının kasılması sonucu oluşan enerjinin bedensel olarak harekete dönüşmesi olarak tanımlanabilmektedir. Kişilerin, fiziksel aktiviteyi gerçekleştirme durumlarına göre sınıflandırıldığında; mesleki aktiviteler, ev işleri, rekreasyonel aktiviteler ve egzersizler olarak gruplara ayrılabilir (Özer, 2020).

Genelde fiziksel aktivite ile spor teriminin eş anlamlı olduğu düşünülmektedir. Fiziksel aktivite, gündelik hayatta kas ve eklemlerin kullanılması sonucunda enerji harcanması, kalp ve dolaşım sisteminin hızlanması ve buna bağlı olarak yorgunluğun açığa çıkması olarak adlandırılmaktadır. Spor aktivitelerinin yanı sıra günlük zamanda gerçekleştirilen oyun, egzersiz gibi farklı etkinlikler fiziksel aktivite olarak kabul edilmektedir. Tüm fiziksel aktiviteler enerji harcamayı gerektirmektedir. Fiziksel aktiviteler çalışmaların çeşitliliğine ve yoğunluklarına göre farklılık gösterebilmektedir (Saygın, 2012; Zorba, 2006).

Gerçekleştirilen düzenli fiziksel aktiviteler; kas-iskelet sistemi, kalp-dolaşım sistemi, hormonal ve psikolojik fonksiyonlar açısından önemli ve etkili bulunmaktadır. Düzenli fiziksel aktiviteye katılım, kardiyovasküler hastalıklara yakalanma oranını düşürdüğü gibi diyabet, yüksek tansiyon, kolesterol gibi hastalıkların da önlenmesini yardımcı olmaktadır. Ayrıca vücuttaki yağ oranını azaltarak sağlıklı bir postürün oluşmasına katkı sağlamaktadır. Düzenli fiziksel aktivite, dayanıklılığın artmasına yardımcı olduğundan, kişinin günlük iş kapasitesini arttırmakta, dinlenme ve egzersiz kalp atım hızını düşürmektedir. Vücut ağırlığının kontrol altında tutulmasını ve kişinin psikolojik açıdan da kendini iyi hissetmesini sağlamaktadır. Sağlık açısından yararları olduğu gibi kişinin sosyal olarak da gelişmesini, çevresinin genişletmesini, eğlenmesini, stresle başa çıkma gibi sorunların üstesinden gelmesini desteklemektedir (Aracı ve Aracı, 2014).

Tüm bu hareketlerin bir amaca yönelik olması önem arz etmektedir. Hareketler belli ilkelere göre yapılır ve düzenli olarak devam edilirse güç ve dayanıklılık artar, solunum sistemi daha düzenli ve sağlıklı çalışır, kısacası insanın sağlığı yerinde olur ve performansı artar. Bu değişiklikler gözlemlenen, somut değerlerdir ve ölçülebilmektedir (Doğan, 2005). Fiziksel aktivite, fiziksel gelişimi sağlamakla birlikte psikolojik sıkıntıları da gidermektedir. Fiziksel aktiviteye katılan bireylerin

özgüvenleri artmakta, moralleri yükselmekte, iletişim becerileri gelişmekte, kendini sağlık ve mutlu hissetmektedir (Karasüleymanoğlu, 1995; Kalyon, 1997).

2.4. Fiziksel Uygunluk

Fiziksel aktiviteyi gerçekleştirmek için gerekli olan unsurlar fiziksel uygunluk olarak tanımlanmaktadır. Bir başka deyişle günlük işlerimizi yorgunluk duymadan, enerjik bir şekilde geçirme yeterliliğine sahip olmak anlamına gelmektedir. “Fiziksel uygunluk; kalp solunum dayanıklılığı, kassal dayanıklılık, kas kuvveti, kas gücü, sürat, esneklik, çeviklik, denge, reaksiyon zamanı ve beden kompozisyonunu içermektedir. Fiziksel uygunluk ve sağlık arasında olumlu yönde bir ilişki vardır. Fiziksel uygunluk seviyesi arttıkça sağlıkla ilgili risk faktörleri azalmaktadır. Fakat fiziksel uygunluk çalışmalarının yararları olduğu kadar, aşırı yapılan çalışmalar sakatlık gibi olumsuzluklara sebep verebilmektedir. Bu nitelikler performansla ilgili fiziksel uygunluk ve sağlıklı ilgili fiziksel uygunluk olarak sınıflandırılmaktadır (Özer K, 2020).”

Çizelge 2.2: Fiziksel Uygunluk Unsurları

Sağlıkla İlgili Fiziksel Uygunluk	Motor Uygunluk
- Kalp-Dolaşım Uygunluğu (Aerobik)	- Sürat
- Kassal Uygunluk (Kas kuvveti ve dayanıklılığı)	- Çabukluk
- Esneklik (aktif ve pasif)	- Koordinasyon
- Beden Kompozisyonu	- Patlayıcı Kuvvet
- Biyokimyasal Parametreler	

Kaynak: (Özer K, 2020)

2.4.1. Sağlıkla İlgili Fiziksel Uygunluk

Bireyin kalbinin, kan damarlarının, akciğerlerinin ve kaslarının en az yorgunluk seviyesi ile günlük aktiviteleri gerçekleştirecek düzeyde olması sağlıkla ilgili fiziksel uygunluk kavramını açıklamaktadır. Kısacası kişinin az yorgunlukla çok iş yapma kapasitesidir (Özer, 2020). Sağlıklı ilişkili fiziksel uygunluk vücudun fonksiyonel kapasitesini arttıran ve sağlığı geliştirmekle ilgili olan bileşenleri içermektedir. Aynı zamanda günlük aktiviteleri gerçekleştirme ve devam ettirme, hastalıklara daha az

yakalanma ve hareketlerin doğru şekilde gerçekleştirilmesi ile tanımlanabilmektedir (Winnick ve Short, 1999).

Aerobik uygunluk; oksijenin alınması, taşınması ve kullanılmasını içerir. Yürüme, koşma, yüzme gibi aktiviteler aerobik uygunluğun gelişimini sağlamaktadır. Aerobik uygunluk geliştikçe; dolaşım ve solunum metabolizması gelişir, stres ve kalp hastalığı riski azalır, postür düzelir, daha az yorulur, daha çok iş yapılır, kemik ve tendon yapıları güçlenir, vücut ağırlığı kontrol altına alınır, ruh hali güçlenir ve hoşgörü sağlanır (Özer, 2020).

Kassal uygunluk ise; kuvvet, dayanıklılık ve esneklik unsurlarını içerisinde barındırmaktadır. Kas tonusu ve esnekliği iyi olan bireyler, sağlıklı ve güzel bir postüre sahip olmaktadır. Yıllar içerisinde yoğun çalışma şartları, hareketsiz yaşam bel ve sırt ağrılarına sebep vermektedir. Kassal uygunluk bu gibi sorunların giderilmesine olanak tanımaktadır. İyi bir kassal uygunluğa sahip olan kişi, aktivitelerde ve spordaki performansı ile kendine güven duygusunu geliştirmekte ve dış görünüş olarak da kendini daha çok beğenmeye başlamaktadır (Özer, 2020).

2.4.2. Çocuklarda Fiziksel Uygunluk

Çocukların fiziksel ve motor uygunluk düzeyleri sadece beden eğitimi ve spor öğretmenleri için değil herkes tarafından önem taşımaktadır. Çocuklarda hareket ve motor gelişimin artırılması adına iyi hazırlanmış beden eğitimi programlarına ihtiyaç vardır. Bu şekilde çocuklarda fiziksel uygunluk düzeyi de artırılmış olmaktadır.

Kişilerin sağlıklı ve mutlu bir hayat sürebilmeleri için aktif yaşam tarzını benimsemeleri gerekmektedir. Aktif bir yaşam tarzı ise düzenli egzersiz ve fiziksel aktiviteler yaparak, esneklik, dayanıklılık, koordinasyon ve kuvvet gibi motor becerileri geliştirmektedir. Buna ek olarak sağlıklı ve dengeli beslenmek, aynı zamanda yeteri kadar uyumak da oldukça önemlidir. Çocuklarda aşırı beslenme, abur cubur tüketme ve hareketsiz yaşamla beraber şişmanlığa yol açmaktadır. Şişmanlık fiziksel bir sorun olarak görülse de aslında psikolojik sorunlara da yol açmaktadır. Bedenin beğenmeme, aşırı kilodan sebep hareket etmede zorluk yaşayan çocuk, oyuna katılmada zorluk çekmekte ve bu nedenle kendine güvensizlik, arkadaş edinmede zorluk çekmektedir. Bu açıdan bakıldığında ise aktif yaşamın sağlıklı ve aynı zamanda mutlu olmak için önemli olduğu görülmektedir (Kalish, 1996).

Aktif yaşam için gerekli alışkanlıkların temeli çocukluk çağında atılmaktadır. Çocukluk çağında aktif yaşamın benimsenmesi geleceğin sağlıklı toplumunu oluşturmak adına büyük bir önem oluşturmaktadır. Bu yaşam tarzının benimsenmesinde anne ve babanın rolü büyüktür. Önce anne ve babanın aktif bir yaşam tarzını benimsemiş, sağlıklı, beslenmesine dikkat eden, düzenli fiziksel aktivite yapan bireyler olmaları gerekmektedir. Çocuklar anne ve babalarını örnek aldıkları için doğal olarak bu yaşamı benimsemiş olmakta ve sağlıklı yaşamın önemini kavramaktadırlar (Özer ve Özer, 2016). Bu doğrultuda anne ve baba, çocukları ile birlikte yapabilecekleri egzersiz programları oluşturabilirler. Egzersizin yoğunluğu ve süresini kendi performanslarına göre belirlemeli ve ilerleme gösterdikçe yoğunluğu ya da süreyi arttırmalıdır. Bireylerin kendilerinde oluşan değişimi görmeleri için başlangıçta beden ölçülerini almaları önemlidir. Bu şekilde kendilerindeki fiziksel ve performans olarak değişimi gören anne, baba ve çocuk egzersiz yapmayı alışkanlık haline getirebilecektir (Kalish, 1996).

Aktif yaşamın benimsetilmesi adına okullara da büyük sorumluluk düşmektedir. Özellikle ilkokul çağındaki çocukların beden eğitimi ve spor derslerini amacına uygun ve bu alanda uzman öğretmenler tarafından verilmelidir. İlkokul kademesinde oyun ve fiziki etkinlikler dersi kapsamında sınıf öğretmenlerince uygulanan dersler, çocukların fiziksel uygunluklarını ve motor becerilerini geliştirmek açısından uygun programların oluşturulması ve uygulanması adına yetersiz kalmaktadır. İlkokul kademesinin temel hareketler döneminin olgunluk fazından çıkıp sporla ilişkili hareketler dönemine geçiş yaptığı bu dönemde, çocukların beden eğitimi ve spor öğretmenleri ile derslerini işlemeleri oldukça önemlidir. Daha önce de bahsedildiği gibi yanlış öğrenilen hareket becerilerini ileriki dönemde düzeltmek zorlaşmakta bu da çocukların fiziksel aktivitelere katılımında çekingen tavırlar sergilemelerine, korkmalarına ve özgüven eksikliğine sebebiyet vermektedir. Bu doğrultuda özellikle ilkokul yaş grubunun kritik dönemde olması sebebiyle doğru hareket becerileri kazandırılmalı, aktif ve sağlıklı yaşam tarzını benimsemeleri için spor sevdirmelidir.

Dayanıklılık, kuvvet, sürat ve esneklik gibi özellikler fiziksel uygunluk çalışmaları ile geliştirilmektedir. Büyüme ve gelişme sürecine ek olarak sinir sistemi, yağ ve kas dokusundaki değişimleri incelemek gerekmektedir.

- Yağ Dokusu: Ergenlik dönemi ile birlikte kızlarda yağ oranı artmakta, erkeklerde ise azalma eğilimi göstermektedir (Roche ve ark. 1996). Yağ hücreleri, doğumdan ölüme kadar artma eğilimi gösterebilmektedirler. Fakat yaşamın ilk yıllarında sabit kalma özelliği taşımaktadırlar. Bu sebeple yaşamın ilk yıllarındaki düşük yağ kapasitesinin korunması önemlidir. Böylece yağ hücresi kapasitesi en az seviyede tutularak ileride şişmanlık olasılığının azaltılacağı düşünülmektedir (Wilmore ve Costill, 1988). Yağ hücreleri hayat boyu sayıca artmaya devam etmekte olduğundan egzersiz alışkanları edinmek ve aktif yaşamı benimsemek oldukça önemlidir.
- Kas Dokusu: Doğumdan itibaren ağırlık kazanmaya paralel olarak kas kütlelerinde de sürekli bir artış olmaktadır. Çocukluk ve gençlik döneminde kas fibril tipleri araştırıldığında, çocuklarda yavaş kasılan (tip I) fibrillerin, hızlı kasılan (tip II) fibrillere göre daha fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Muratlı, 1997).
- Sinir Sistemi: Çocuk büyürken koordinasyonu ve çevikliği gelişmektedir. Bu hem merkezi sinir sisteminin hem de çevresel sinir sisteminin doğrudan etkisidir. Yaşamın ilk yıllarında sinir fibrillerinin miyelinizasyonu tamamlanmaktadır. Bu tamamlanma gerçekleşmediğinde ileti hızı yavaşlamaktadır. Yaşlanma sürecinde bu iletim hızı zaten yavaşlama eğilimi gösterdiğinden reaksiyon ve ileti hızında da azalmalar yaşanır (Wilmore ve Costill, 1988).

2.4.3. Çocukların Fiziksel ve Motor Özellikleri

- Kuvvet: Kuvvet; bir dirence karşı koyabilme yeteneği olarak tanımlanmaktadır. Çocuklarda kuvvetin artışı, fiziksel etkinliklere katılım düzeyine, beden ölçülerine, yaş ve cinsiyetlerine bağlı olarak değişiklik göstermektedir. Kas kuvveti, sakatlanmaların önlenmesinde önem teşkil etmektedir (Özer ve Özer, 2016).

Okulöncesi dönemde, kas kuvvetinde cinsiyete göre bir farklılık olmaması ile birlikte kademeli olarak kuvvette artış gözlemlenmektedir. Erkek çocuklarında kuvvetin yaşla birlikte artış gösterdiği ve 13-14 yaşlarında yoğun düzeye ulaşırlar. Kız çocuklarında ise 3 yaşından, 16-17 yaşlarına kadar yaşla birlikte doğrusal artış göstermektedir ve erkeklerde olduğunu gibi

yoğunlaştığı bir dönem yoktur. Okulöncesi ve ilkokul çağında, kız ve erkeklerde kuvvet artışı benzerken, cinsiyete göre gelişme ile birlikte farklılık göstermeye başlamaktadır. Erken gelişim gösteren çocuklar, arkadaşlarından daha kuvvetli olabilmektedirler. Bu da spor branşlarından avantaj olarak kullanılabilirlerdir. Çocuklar kuvvet özelliklerini koşma, sıçrama, çekme gibi egzersizlerle geliştirebilmektedirler (Özer ve Özer, 2016).

- Dayanıklılık: Dayanıklılık, uzun süreli fiziksel etkinlikleri yorgunluğa girmeksizin devam ettirme yeteneği olarak tanımlanabilmektedir. Kalp-dolaşım ve solunum sisteminin niteliğine bağlı olarak dayanıklılık düzeyinde farklılıklar oluşabilmektedir. Aerobik (oksijenli) çalışma kapasitesi, çocukluk dönemindeki sağlık ve yaşam biçimine göre değişiklik göstermektedir. Fiziksel olarak aktif olan çocuklar sedanter bireylere göre daha yüksek aerobik kapasiteye sahip olmaktadır. Erkek çocuklarında dayanıklılık, statik dengede yoğunlaşma yaşayarak 5 yaştan 14 yaşa kadar doğrusal olarak gelişmektedir. Kızlarda da aynı şekilde yaşla birlikte gelişim gösterirken erkeklerde olduğu gibi yoğunlaşma yaşanmamaktadır (Özer ve Özer, 2016).
- Sürat: Sürat motorik özelliklerden biri olup, sporda verimi etkileyen faktörlerden biridir. En kısa sürede bir işi yapabilme yeteneği olarak tanımlanan sürat, metre/saniye olarak ölçülmektedir. Sürat geliştirilmesi diğer motorik özelliklerin geliştirilmesine göre daha zordur. Çünkü sürat bireyin genetik olarak getirdiği bazı özellikler arasındadır (Gustin ve ark. 1992). Koşu hızı, erkeklerde 5 yaşından 17 yaşına kadar doğrusal olarak gelişim gösterirken, kızlarda bu gelişim 11-12 yaşına kadar doğrusal olarak devam ederken, 17 yaşına kadar hafif bir değişim göstermektedir (Özer ve Özer, 2016).
- Esneklik: Esneklik, eklem mobilitesi (hareketliliği) olarak tanımlanabilmektedir. Kasın uzunluğu ve eklem bağları, esnekliği etkileyen bireysel farklılıkları oluşturmaktadır. Kemikler, kaslar, ligamentler, tendonlar ve deri gibi yapılar da esnekliği etkilemektedir (Güler, 2003). Esneklik diğer fiziksel uygunluk özelliklerinin tersine yaş büyüdükçe azalma göstermektedir. Çocukların esneklik özellikleri 5 ve 8 yaşa kadar sabitken, 12-13 yaşına kadar doruk noktaya ulaşmış daha sonra yaş büyüdükçe azalma göstermektedir. Kızlar her yaş gruplarından erkeklere oranla daha esnektirler.

Ergenlik dönemindeki bedensel ve fonksiyonel değişimler esneklik değerlerini etkilemektedir (Özer ve Özer, 2016).

- Denge: Denge bütün hareketlerin temelini oluşturmakta ve belli bir yer de pozisyonu koruma olarak adlandırılmaktadır. Kas sistemi, göz ve orta kulak arasındaki bütünleşme denge hakkında bilgi vermektedir (Harsha, 1995). Denge, statik ve dinamik olmak üzere iki gruba ayrılmaktadır. Statik denge, sabit kalınan hareketleri içermektedir. Dinamik denge ise ağırlık merkezinin yapılan harekete göre sürekli bir değişim halin olması olarak tanımlanmaktadır. 2 ile 12 yaşları arasında doğrusal olarak artış gösterirken, 7-8 yaşlarında statik dengede kızların erkeklerden daha iyi olduğu, 8 yaş civarında ise her iki cinsiyette de statik dengenin sabitlendiği belirtilmektedir (Gutin ve ark., 1992). Yaşla birlikte gelişen denge özelliği, çocukluk yaşlarında kızlarda daha iyidir. Ergenlik döneminde verilerin sınırlı olduğu görülmektedir. Çalışmalar, ergenlik döneminde büyümeyle birlikte uzuvların büyümesi ve kas kütlesinin artmasıyla sakarlığın başladığını ortaya koymaktadır. Erkeklerin büyüme dönemlerindeki performans düşüklüğünün, denge, çeviklik ve koordinasyon problemlerinden kaynaklandığı düşünülmektedir (Özer ve Özer, 2016).

- Koordinasyon: Koordinasyon, iskelet kasları ve merkezi sinir sisteminin uyumlu çalışarak, amaca uygun olan hareketi gerçekleştirme yeteneği anlamına gelmektedir (Martin, 1998). Bir başka deyişle merkezi sinir sistemi ve iskelet kaslarının ortak çalışması sonucu amaçlı bir hareketin akışının yönlendirilmesi ve düzenlenmesidir (Hahn, 1982). Koordinasyon ne kadar iyiye hareket o kadar zorlanmadan gerçekleştirilmektedir. Koordinatif yeteneklerin gelişmesi, hareket becerilerine ait öğrenme sürecinin hızını ve niteliğini etkilemektedir. Bu yetenekler sayesinde değişmekte olan durumlara uyum sağlamamız kolaylaşmaktadır (Muratlı ve ark., 2011).

Hareket duygusu yeteneği 7 yaşında az gelişmiş düzeyde olmasına rağmen 10 yaşına kadar hızlı bir gelişme göstermektedir. Cinsiyete özgü hemen hemen hiçbir farklılık olmaması ile birlikte, antrenman yapan çocukların, antrenman yapmayan çocuklara oranla koordinasyon yeteneklerinin daha gelişmiş olduğu gözükmektedir. Karmaşık tepki (reaksiyon) yeteneği ise ilkökul çağındaki çocuklarda oransal olarak en yüksek artıştadır. Cinsiyeti özgü

farklılıklar azdır. Boyutsal yön belirlemede, 7 ve 9 yaşları arasında gelişim sıçraması yaşanmaktadır. Özellikle okul öncesi çağda motor öğrenme yeteneği hızlıdır. Bu dönem sonunda yüksek öğrenme hızı sebebiyle temel eğitim aşamasından sıkça yararlanılmalıdır. Koordinatif yeteneklerin temelini oluşturan ve spor tekniklerinin kazanılmasına ağırlık verilen antrenmanlara yönlendirilmelidirler (Muratlı ve ark., 2011).

2.5. Sosyal Beceri

Sosyal beceri, kişinin başkalarıyla olan iletişim ve etkileşimini başlatmaları ve sürdürebilmeleri için gerekli davranışlardır (Westwood, 2007). Bir başka deyişle, hayat boyu başarılı ve mutlu olmak için diğer insanlarla etkileşimi kolaylaştıran davranışların tümü sosyal beceridir (Genç, 2005). Sosyal becerilerin gelişimi çevresel ve kültürel faktörlerden, aile tutumlarından, kardeş ve arkadaş ilişkilerinden, eğitim programları ve öğretmen tutumlarından etkilenmektedir (Ceylan, 2009). Okuldaki sosyal ortamda yeni arkadaşlıklar edinme, bu arkadaşlıkları devam ettirme ve öğretmenlerle kurulan sağlıklı ilişkiler için önemli becerilerdendir. Bu becerileri kazanmaları, okula karşı tutumlarını olumlu yönde etkilemekte ve ileriki yaşamlarında daha başarılı olduklarını göstermektedir (Denham, 2006).

Çocuklar için okul ortamı sosyalleşmeleri açısından önem teşkil etmektedir. Akranları ile geçirdikleri süre içerisinde arkadaşlığı, paylaşmayı, kurallara uymayı ve oyuna katılma gibi durumları deneyimleyen çocuklar sosyal becerilerini geliştirmektedirler. Özellikle oyuna katılım sosyal becerileri geliştirmenin en iyi yolu olduğu gibi sosyal beceriler oyun esnasında kendiliğinden kazanılmaktadır (Darwish ve diğerleri, 2001; Swindells ve Stagnitti, 2006). Sosyal ve psikolojik gelişim açısından önemli olan sosyal becerileri yetersiz olan çocuklar problem çözme gibi davranışlarda zorlanmaktadırlar. Dolayısıyla olumsuz davranış biçimlerini kullanmaya yönelebilmektedirler (Bacanlı ve Erdoğan, 2003). Bu gibi durumlarda da çocuk akranları tarafından dışlanmakta, oyun ve benzeri etkinliklere katılımında içe dönük davranışlar sergilemektedirler. Erken yaşta kazanılamayan sosyal beceriler yaşamın ileriki zamanlarında hem bireyi hem de çevresini olumsuz yönde etkileyebilmektedir.

Yaşamın ilk yıllarında sosyal becerileri geliştirilmesi, çocukların duygusal ve bilişsel becerileri için katkı sağlamaktadır. İlk yıllarda sosyal ilişkileri geliştirmiş çocuklar,

ileriki yıllarda da bu ilişkilerini sürdürmeyi başarmakta, iletişim becerileri gelişmiş, kendini iyi ifade eden, topluma uyum sağlayan ve mutlu bireyler olmaktadır. Bunun aksine sosyal becerilerini geliştiremeyen ve bu konuda yetersiz olan çocuklar, yaşamları boyunca bireylerle ilişkilerde zorlanmakta, duygusal ve davranışsal olarak sorunlarla karşılaşmakta, okul ve meslek hayatlarına farklı problemler yaşamaktadır (Gülay ve Akman, 2009).

Akkök (2006), sosyal becerileri incelemiş ve bu becerileri altı bölümde sınıflandırmıştır:

1. İlişkiyi Başlatma ve Sürdürme Becerileri: Çocuğun karşısındaki kişiyi dinlemesi, konuşmayı başlatması ve sürdürmesi, kendini tanıtması, soru sorma ve yardım istemesi, teşekkür etme veya özür dilemesi, yönerge verme ve yönergeye uyma gibi süreçleri başarı ile gerçekleştirme becerisidir.
2. Grupla Bir İş Yönetme Becerileri: Çocuğun içerisinde bulunduğu gruptaki iş bölümüne uyma, grup içindeki sorumluluklarını yerine getirme ve kişilerin fikirlerini önemseyip, empati kurma becerileridir.
3. Duygulara Yönelik Beceriler: Çocuğun kendi duygularını anlaması ve ifade etmesi, başka bireylerin duygularını anlaması ve kızgınlıkları ile başa çıkması, sevgi gibi iyi duyguları ifade etmesi, korkularıyla başa çıkması ve kendinin ödüllendirmesi becerileridir.
4. Saldırgan Davranışlar ile Başa Çıkmaya Yönelik Beceriler: Çocuğun izin isteme, insanlara yardım etme, kendine ait şeyleri paylaşma, otokontrol sağlama, hakkını koruma ve savunma, alay etme gibi davranışlarla başa çıkma ve kavgadan uzak durma becerileridir.
5. Stres Durumuyla Başa Çıkma Becerileri: Çocukların başarısız oldukları bir durumla karşı karşıya kaldığında bu durumla başa çıkma, utanılan ya da grup baskısından dolayı oluşan durumlarla başa çıkma ve yalnız kalma korkusuyla başa çıkma becerileridir.
6. Plan Yapma ve Problem Çözme Becerileri: Çocuğun ne yapacağına karar verme, amaç oluşturma ve bilgi toplama, bir işte yoğunlaşma ve problemlerin kaynaklarını araştırma becerisidir.

Michelson ve arkadaşları ise sosyal beceriyi incelemiş ve 6 kavram üzerine dikkat çekmişlerdir:

1. Sosyal beceri süreci öğrenme ile başlamaktadır.
2. Hem sözel hem de sözel olmayan süreçleri içermektedir.
3. Davranış ve tepkilerde etkili olmaktadır.
4. Kişi ve çevrelerden gelen pekiştireçleri kuvvetlendirir.
5. Zaman yönetimi ve insan ilişkileri becerisidir.
6. Diğerlerinin yaşı, cinsiyeti ve statüsü gibi durumlardan etkilenmektedir (Michelson ve ark., 1981).

Cartledge ve Milburn (1983) ise sosyal beceri tanımlarını incelemiş ve 4 ortak nokta üzerinde durmuşlardır:

1. Gözlemlenebilen, bilişsel, duyuşsal ve motor davranışlardır,
2. Amaca yönelik ve iz bırakan davranış durumlarıdır,
3. Duruma ve sosyal içeriğe göre değişiklik gösterebilir,
4. Kişiler tarafından kabul görme, bireylerin olumsuz davranışlarını engelleme, bu olumsuz davranışlardan kaçınma ve etkileşimi sağlayan, toplum tarafından kabul edilen davranışlar olarak tanımlanmaktadır (Cartledge ve Milburn, 1983).

Hargie ve arkadaşları, sosyal becerileri sonradan öğrenilebilen, insan kontrolünde olan, hedefe yönelik ve ilişkiler arası davranışlar olduğu şeklinde nitelendirmişlerdir. Bundan yola çıkarak sosyal beceri davranışları ile ilgili şu 5 temel aşamayı belirtmiştir:

1. Hedefe yöneliktir,
2. İlişkiler arasındadır ve özel hedeflere ulaşmayı sağlar,
3. Durumlara uygundur,
4. Sonradan öğrenilebilen ve bilişsel denetim altında olan davranışlardır (Hargie ve ark. 1994).

2.5.1. Sosyal Becerinin Boyutları

Riggio (1986), sosyal becerinin birden fazla unsuru olan bir kavram olduğunu belirtmiştir. Geliştirdikleri Sosyal Beceri Envanteri'nde, bu becerileri yedi başlık altında toplamıştır. Bu başlıklar; duygusal anlatımcılık, duygusal kontrol, duygusal hassaslık, sosyal kontrol, sosyal duyarlı, sosyal manipülasyon ve sosyal anlatımcılık şeklindedir.

Gresham ve Elliot'un (1989), sosyal beceriyi yedi alt boyutta incelenmektedir. Bunlar; öz kontrol, grupla birlikte hareket etme, empati kurma, sorumluluk alma, kendini ifade etme, iş birliği yapma ve iletişim becerileridir.

Akkök (2006) ise sosyal beceriyi, ilişkileri başlatma, devam ettirme, grupla çalışabilme, duyguların ifade edilebilmesi, saldırgan davranışlara karşı tutum sergileme, strese girmeme, problemleri çözme ve planlama yapma becerileri şekilde boyutlandırmıştır.

Ortaya çıkan sonuçlara göre, sosyal becerilerin boyutları incelendiğinde, temel boyutun bireyin kendisini açıklama becerisi olduğu görülmektedir. Konuşmaya başlama, devam ettirme, ilişkilere yön verme, empati kurma, paylaşım ve yardımda bulunma veya yardım isteme gibi beceriler de sınıflandırmalar arasında yer almaktadır. Sosyal açıdan kişilerin bu becerileri bulundurması toplumsal açıdan yeterli olarak kabul edildiği gibi eksikliğinde ise sosyal beceri yetersizliği yaşanıldığı söylenmektedir (Çimen,2009).

2.5.2. Sosyal Beceri Modelleri

Sosyal beceriye için birçok model geliştirilmiştir. Bunlar, motor sosyal beceri, sosyal öğrenme, kendini ortaya koyma, insan davranışı, üç sistem, üretici sosyal beceri olarak sınıflandırılmaktadır.

1. Motor Sosyal Beceri Modeli: Bu modelde, sosyal becerinin motor beceri olduğu ortaya atılmaktadır. Sosyal beceriler ve motor beceriler arasında benzerlikler olduğuna dikkat çekilmiştir. Her iki beceri de performans olarak ele alındığında, ana amacının ve yan amacının oluştuğu belirtilmektedir. Oluşan ipuçlarının algılanıp amaca uygun değerlendirilmesi; ipucunu bulmada görme, işitme, dokunma ve devin duyumu algılarının kullanıldığı, sosyal beceri sonucu öğrenilen bilgilerin merkezi sinir sistemine aktarılması

ve burada da eyleme dönüştürüldüğü söylenmektedir. Bu eylemlerin davranışa dönüşmesi için kaslara ileti gönderildiği ve hareketlerin başlatılmasının da bu aşamada olduğu savunulmaktadır (Argyle, 1967'den akt., Bacanlı, 2014)

2. Kendini Ortaya Koyma Modeli: Leary (1982), kendini ortaya koyma yaklaşımını, her ne kadar sosyal anksiyeteyi anlatmak için ileri sürmüşse de sosyal beceri için kullanılmaktadır. Leary, kendi yaklaşımını ileri sürmeden önce diğer kuramları inceleyerek özetlemiş ve gruplara ayırmıştır. Daha sonra kendi kuramına beşinci yaklaşım olarak eklemiştir. Bu yaklaşımlar; kendini ortaya koyma, bilişsel kendini değerlendirme, beceri eksikliği yaklaşımı, klasik şartlanma yaklaşımı ve bireysel farklılıklar yaklaşımıdır. Leary, bireylerin başkaları üzerinde izlenim bırakmak için güdülendiklerini ve bunu başaramayacaklarından endişelendiklerini, karşı taraftan umdukları tepkileri göremediklerinde ise sosyal anksiyeteye düştüklerini ileri sürmektedir.
3. Üretici Sosyal Beceri: Trower (1982) tarafından ortaya çıkartılan sosyal becerinin üretici modelinde, çevreyi gözlemleyen insanların öz denetimlerinin daha güçlü, daha yetenekli ve durum yönelimli olurken; içsel gözlem yapan insanların ise daha kendine yönelik ve beceriksiz olduğunu ifade etmiştir. Trower, bu kavramda dört temel değişkenden söz etmektedir. Bu değişkenler; mantıksal işlevler, hedef-sonuç ilişkisi için bilişsel temeller, iç-dış olayları gözlemlemek için gözlem becerisi ve gözlenen performanstır (Trower, 1982'den akt., Bacanlı, 2015).
4. İnsan Davranışı Modeli: Harre ve Secord (1972), davranışlardaki düzenliliği iki düşünceye göre oluşturmuştur. Birincisinde, güçlerin itme ve çekmelerine yanıt veren, canlı olan insan vardır. İkincisinde ise özündeki davranışlara yön vererek davranan insan vardır. Her iki durum insanında da davranışlara yönelik amaç ve hedefler oluşmaktadır (Trower, 1982'den akt., Bacanlı, 1999).
5. Sosyal Öğrenme Modeli: Mischel'in (1975) bu modelinde, kişi direkt gözlem yoluyla öğrenir ve bu durumlara dair bilgi sahibi olur. Bu neticede bilişsel ve davranışsal yeteneklerini geliştirir. İnsanlar benzer olayları farklı şekillerde kodlayarak şemalar oluşturur. Mischel bu işlemleri, kodlama stratejisi ve kişisel yapılar kavramlarıyla açıklamaktadır. Bir başka parametre ise kişinin

davranışsal ihtimallerin sonuçları hakkında beklentide olmasıdır. Buradaki beklentiler; davranış-sonuç ve uyarıcı-sonuç beklentileridir. Son değişkende ise bireyler kendileri için başarı hedefleri planlar ve bu hedeflerine ne kadar yaklaştıklarına dair öz eleştiride bulunurlar (Trower, 1982'den akt., Bacanlı, 1999).

6. Üç Sistem Modeli; McFall (1982), bu modelde bireylerin sosyal yeteneklerini yerine getirebilmeleri için gerekli özel yetenekler olduğunu ifade etmiştir. McFall bu modelde üç sistem modelini tanımlamaktadır. Oraya atılan yaklaşımları ölçme olarak inceleyen McFall, kendisinin yaklaşımında ölçülebilirlik ve analiz kavramları ile açıklamıştır. Analizi kolay ve gerçekçi bir yaklaşım olan bu modele ismini veren sistem; açık motor, bilişsel ve fizyolojik davranış sistemleridir ve performanslar bu üç sistem üzerinden değerlendirilmektedir (McFall, 1982).

2.5.3. Sosyal Beceri Yetersizliği

Yapılan araştırmalar incelendiğinde, sosyal beceri yetersizliği iki şekilde görülmektedir. Bunlardan birincisi; insanların yeteri kadar sosyal becerileri içlerinde bulundurmamaları, ikincisi ise; bu becerileri buldursalar dahi uygun durum ve şartlarda kullanamamalarıdır. Eğer kişi beceriyi daha önce sergileyememiş ya da uygun ortam ve şartlarda kullanamıyorsa becerinin kazanıldığı söylenemez. Bu durumdan dolayı sosyal beceri yetersizliği; kazanım yetersizliği ve öğrenim azlığı olarak belirtilmektedir (Avcıoğlu, 2005).

Sosyal beceri yetersizliği sebebi ile çocukların arkadaşlarıyla etkileşiminde yeterli fırsatlar oluşmamaktadır. Bu sebeple de sosyal beceri yetersizliği olan çocuklar ve akranları arasında iletişim kopukluğu meydana gelmektedir. Sosyal beceriler bir gereklilik olduğu kadar kişinin hayatında da önem arz etmektedir (Avcıoğlu, 2005).

Yapılan araştırmalar sosyal beceri eksikliği dört başlık altında ele almıştır. Bunlar, farklı durumlarda hangi uygun sosyal davranışın sergileneceği kararını vermek için gerekli olan beceri eksikliğidir. Çocuğun davranışsal kazanımında olduğu halde uygun sosyal becerilerin doğru koşullarda sergilenememesidir. Bir diğeri ise sosyal performans eksikliğidir. Sosyal beceri performans eksikliği veya yetersiz pekiştirme eksikliğinden kaynaklanmaktadır. Sosyal beceri becerisine sahip olan kişilerin rol-model alınamaması, bir becerinin yeterli deneyimde yaşanmaması veya

tekrarlanamaması ve tutarsız pekiştirilmesi nedenleri ile oluşan sosyal beceri yetersizliğidir. Son olarak; depresyon, içe kapanma, öfke gibi davranışların ortaya çıktığı öz kontrol beceri eksikliğidir (Gresham ve Elliott, 1989; Gresham ve ark., 2001).



3. GEREÇ VE YÖNTEM

3.1. Çalışma Grubu

Bu araştırma içerisinde yer alan tüm bireyler ilkokul öğrencisi başlığı altında incelenerek ele alınmıştır. Araştırma, İstanbul ili Büyükçekmece İlçesi'nde bulunan Mimar Sinan Özel İlkokulu'nda öğrenime devam eden 1,2,3 ve 4. sınıf öğrencileri ile amaçlı örneklem grubuyla oluşturulan katılımcılarla gerçekleştirilmiştir. Amaçlı örnekleme yönteminde, amaca en uygun olan, bilgi açısından zengin durumlar içeren bir örneklem seçilir (Tanrıöğen, 2009; Patton, 2002). Araştırmada fiziksel uygunluk ve motor beceri ölçümlerine, 90 kız, 87 erkek, toplamda 177 kişi katılmıştır. Araştırmaya katılan öğrencilerin, %47'sini 1. sınıf öğrencisi, %51'i 2. sınıf öğrencisi, %35'i 3. sınıf öğrencisi ve %44'ü 4.sınıf öğrencisi oluşturmaktadır. 1. sınıf öğrencileri 7, 2. sınıf öğrencileri 8, 3. sınıf öğrencileri 9 ve 4. sınıf öğrencileri 10 yaş grubundadır. Sosyal beceri derecelendirme ölçeğine ise yine aynı katılımcılardan oluşan 75 kız, 77 erkek, toplamda 152 kişi katılmıştır. Katılımcıların, %49,3'ü kız, %50,7'i ise erkek öğrencilerden oluşmakta olup, %25,7'si 1. sınıf, %30,2'si 2. sınıf, %19,1'i 3. sınıf ve %25,0'ı ise 4. sınıf öğrencileridir. Sosyal beceri derecelendirme ölçeğinin velilere elektronik ortamdan iletilmesi ve doldurulan anketlerde bazı öğrencilerin bilgileri ile eşleşmemesinden dolayı katılımcılarla tutarlı olmayan anketler araştırmadan çıkartılmıştır.

3.2. Çalışmanın Alanı

Çalışmanın alanı; İstanbul ili, Büyükçekmece ilçesidir. Çalışmanın içerisinde yer alan bireyler Büyükçekmece ilçesinde bulunan Mimar Özel İlkokulu'nda eğitim görmeye devam eden 1,2,3 ve 4. sınıf öğrencilerinden oluşmaktadır.

3.3. Çalışmanın Modeli

Araştırmada nicel araştırma yöntemlerinden; Betimsel Araştırma Yöntemi ve İlişkisel Araştırma Yöntemi kullanılacaktır.

Betimsel araştırma, çalışma konusunun var olan durumuna ilişkin hipotezler test etmek için veya problemlere cevap bulmak için veriler toplamayı gerektiren araştırmalardır. İlişkisel Araştırma ise iki veya daha çok değişken arasındaki ilişkinin incelendiği araştırmalardır (Akgün ve ark., 2008).

3.4. Çalışma Materyali

Çalışma içerisinde, katılımcıların motor becerileri ölçmek için TGMD-III (Ulrich, 2017) kullanılmıştır. Fiziksel Uygunluk özelliklerini ölçmek için ise Eurofit Test Bataryası içerisinde yer alan; 20 metre sürat koşusu, 10x5 mekik koşusu, otur-eriş (esneklik) testi, disklere dokunma testi, mekik (gövde kaldırma) testi, durarak uzun atlama ve dikey sıçrama testleri yapılmıştır. Pandemi nedeniyle okulların öğrenime yüz yüze devam ettiği süre içerisinde yapılabilen tüm fiziksel uygunluk test ve ölçümleri yapılmış olup, okullar kapanıp evde online sürece devam edildiği süreçte ise örneklem grubuna ulaşamamasından dolayı filamingo denge testi, pençe kuvveti testi ve bara asılma testleri uygulanamamıştır. Sosyal Beceri Değerlendirme Ölçeği Anne-Baba Formu İlkokul Düzeyi (Gresham ve ark.) için öğrencilerin ailelerine, Google-Formlar ile oluşturularak elektronik ortamdan gönderilmiş ve doldurmaları rica edilmiştir. Aynı zamanda katılımcıların antropometrik ölçümleri için; boy ve ağırlık ölçümleri yapılmıştır. Daha sonra katılımcıların BKİ değerleri hesaplanmıştır. Bireylerin hareket analizlerinin yapılabilmesi için video kaydı yapılmış bunun içinde bir video kamera kullanılmıştır. Boy uzunluğu için, portable boy ölçer, ağırlık ölçümünde, ADE M320600 model baskül kullanılmıştır. Otur-eriş testi için Sit&Reach sehpası kullanılmıştır. Dayanıklılık ve sürat gibi hız ölçümlerinde el kronometresi kullanılmıştır. Durarak uzun atlama ve dikey sıçramada atletizm mezurası kullanılmıştır. TGMD-III lokomotor testleri için; koni ve işaretleyici bant, nesne kontrol becerileri için ise; plastik top, plastik beyzbol sopası, top standı, tenis topu, hafif plastik çocuk raketi, 5 numara basketbol topu ve futbol topu kullanılmıştır.

3.5. Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama aracı olarak; TGMD-III (Ulrich, 2017) testi, Eurofit Test Bataryası (1988) ve ilköğretim düzeyi Sosyal Beceri Değerlendirme Ölçeği Anne-Baba Formu (Gresham ve ark.) kullanılmıştır. Motor beceri, fiziksel uygunluk ve

antropometrik ölçümlerinin tümü okulda ve beden eğitimi ders saatlerinde ölçülmüştür.

Öncelikle çalışma grubunun antropometrik özellikleri için; boy, kilo ve BKİ değerleri ölçülmüştür. Fiziksel uygunluk parametreleri için; 20 metre sürat koşusu, 10x5 dayanıklılık koşusu, mekik (gövde kaldırma testi), durarak uzun atlama testi, dikey sıçrama testi, otur-eriş (esneklik) testi ve disklere dokunma testi yapılmıştır.

Çalışma grubunun motor beceri ölçümleri için ilk olarak lokomotor becerileri; koşma, gallop, tek ayak sıçrama, sekme, durarak uzun atlama ve kayma olmak üzere 6 parametre ölçülmüştür. Hareketlerin yapılışı, teste başlamadan önce çalışma grubuna gösterilmiş, iki deneme hakkı verilmiş ve performans kriterleri puanlanmıştır. Top becerilerini ölçmek için; sabit bir topa çift elle vurma, tek el ile sıçrayan bir topa el önü vuruş, durarak tek el ile top sürme, çift el top yakalama, duran topa ayakla vurma, yukarıdan top atışı ve aşağıdan top atışı olmak üzere 7 adet nesne kontrol beceri testi yapılmıştır. Bu testlerden önce de hareketlerin her birinin nasıl yapılacağı çalışma grubuna detaylı olarak anlatılmış ve gösterilmiştir. Daha sonra her top beceri testi için 2 deneme hakkı verilmiş ve her iki denemenin de performans kriterleri toplanarak puanlama yapılmıştır. Yapılan lokomotor ve top becerisi testlerinin puanları toplanarak kaba motor test puanına ulaşılmıştır.

Çalışma grubunun sosyal becerilerinin ölçülmesi amacı ile Gresham ve arkadaşlarının geliştirmiş olduğu Sosyal Beceri Derecelendirme Sistemi Anne-Baba Formu (İlkokul Düzeyi) Google Formlar üzerinden oluşturulmuş ve çalışma grubunun ailelerine elektronik ortamdan iletilmiştir. Cevaplanan anket verileri Microsoft Excel 2016 ile kaydedilmiş ve tablo haline getirilmiştir.

3.5.1. Fiziksel Uygunluk Ölçümü

Dünya Sağlık Teşkilatı (1968) sağlığı tanımlarken; kişinin bedenlen, ruhen ve sosyal açıdan iyilik halinde olmasından söz etmektedir. Bu da özellikle çocukluk döneminde spor yapma alışkanlığının kazandırılmasının önemini vurgulamaktadır. Avrupa Konseyi Bakanlar Komitesi 19 Mayıs 1987 tarihinde çıkarmış olduğu 9 numaralı tavsiye kararında; 6-7 yaştan başlayarak, 16-18 yaşa kadar çocukların fiziksel uygunluklarını ölçmek ve değerlendirmek için Avrupa Fiziksel Uygunluk Testlerinin (European Test of Physical Fitness EUROFIT) yapılmasını tavsiye etmiştir (Committee of Experts on Sports Research, 1988). Bu kapsamda çalışmada

Eurofit Test Bataryasına ait; 20 metre sürat koşusu, 10x5 dayanıklılık koşusu, gövde kaldırma testi, durarak uzun atlama testi, dikey sıçrama testi, otur-eriş testi, disklere dokunma testleri kullanılmıştır.

- Boy Ölçümü: Katılımcıların boy ölçümü yapılırken; ayaklarının çıplak, topuklarının bitişik, başının dik ve gözlerinin karşıya bakacak şekilde olması istenmiştir. Test ölçüm sırasında kayan kaliper çubuk katılımcının başına değdiği anda durdurularak değer cm cinsinden kaydedilmiştir (Zorba ve Saygın, 2009).
- Kilo Ölçümü: Katılımcıların vücut ağırlıkları hassaslık derecesi 0.1 kg olan baskülle ölçülmüştür. Vücut ağırlığı ölçümü sırasında, katılımcılardan ayaklarının çıplak olması istenmiştir. Katılımcının gövdesi dik pozisyondayken vücut ağırlığı kg olarak kaydedilmiştir (Zorba ve Saygın, 2009).
- BKİ Değeri Hesaplama: Katılımcıların Beden Kütle İndeksleri; Vücut Ağırlığı (kg) / (Boy (m))² formülü ile hesaplanmıştır (Zorba ve Saygın, 2009).
- 20 Metre Sürat Koşusu: 20 metrelik alan işaretleyici bantlarla belirlenmiş ve katılımcıların hazır olduklarında çıkış yapmaları istenmiştir. Başlangıç esnasında kronometre başlatılmış ve bitiş çizgine gelindiğinde durdurulmuştur. Skor puanı saniye cinsinden kaydedilmiştir (Zorba ve Saygın, 2009)..
- 10x5 Mekik Koşusu: Katılımcıların işaretleyici bantlarla belirlenmiş 5 metrelik alanda başlangıç uyarısıyla koşması istenmiştir. Her gidiş 1 ve dönüş 1 tur olarak sayılmış ve toplamda 10 tur koşması istenmiştir. Katılımcıların her seferinde yerdeki işaretleyici bandı iki ayağının da geçtiği kontrol edilmiştir. Test katılımcının bitiş çizgisinde gelmesi ile sonlandırılmış ve toplamda 10 turu hangi sürede bitirdiği saniye cinsinden kaydedilmiştir (CDDS, 1983).
- Mekik Testi (Gövde Kaldırma Testi): Katılımcıların minderine üstü uzanması ve dizlerini bükerek ayaklarını kalçadan 30 cm uzak olacak şekilde yerleştirmeleri istenmiştir. Daha sonra katılımcıların ellerini başının iki yanına almaları ve her gövdesini kaldırdığında dirseklerinin bacaklarına

temas etmesi ve daha sonrada sırtının mindere değene kadar yatması istenmiştir. Tüm yönergeleri uyacak şekilde yapılan hareket 1 mekik olarak kabul edilmiştir. Katılımcılar bir deneme yaptıktan sonra test başlamış ve 30 saniye boyunca yapılabilen toplam mekik sayısı test skoru olarak kaydedilmiştir (Zorba ve Saygın, 2009).

- Durarak Uzun Atlama Testi: Katılımcıların ayakları bitişik, başlangıç çizgisinde ve kolları kuvvet üretmek için uzatılmış şekilde konum almaları istenmiştir. Çift ayak sıraya bildikleri en ileri noktaya sıçramaları istenmiş ve sıradıkları noktada topuktan mesafe cm cinsinden ölçülmüştür (Zorba ve Saygın, 2009).
- Otur-Eriş (Esneklik) Testi: Esnekliği ölçmek için kullanılan bu testin materyalin uzunluğu 35 cm, genişliği 45 cm ve yüksekliği 32 cm'dir. Üst yüzey uzunluğu 55 cm, genişliği 45 cm ayrıca üst yüzeyi ayakların dayandığı yüzeyden 15 cm dışarıda olan; üst yüzeyi üzerinde 0-50 cm ölçüm cetveli bulunan bir sehpadır (Gökbel ve alışkan, 1991). Testin uygulanması sırasında katılımcılardan oturmaları ve ayaklarını sehpaye dayamaları istenmiştir. Daha sonra dizlerini bükmeden, gövdeden bükülerek elleri ile uzanabildikleri kadar ölçüm cetvelini yavaşça itmeleri istenmiştir. Cetvel üzerinde uzanabildikleri sayı skor olarak kaydedilmiştir (Zorba ve Saygın, 2009).
- Disklere Dokunma Testi: Katılımcılar test masasına gelerek iki diskin arasında bulunan dikdörtgene dominant olmayan ellerini yerleştirmeleri istenmiştir. Dominant elin ise dikdörtgende olan elin aksi yönünde olan diske koymaları istenmiştir. Dikdörtgendeki elin sabit diğer elin ise hızlıca disklere dokunulması istenmiştir. Hazır ve başla komutu ile test başlamış ve her diske 25 dokunuş sayılmıştır. Her iki diske toplamda 50 dokunuş yapılması ve en kısa sürede bitirilmesi istenmiştir. Toplam süre saniye cinsinden skor olarak kaydedilmiştir (Gökbel ve alışkan, 1991).
- Dikey Sıçrama Testi: Katılımcılar ayaktayken ellerinin ulaştığı en üst nokta işaretlenmiştir. Daha sonra ayaklar bitişik ve dizden bükerek sıçrayabildiği en yüksek noktaya sıçramaları ve dokunmaları istenmiştir. En yüksek noktaya dokunulan nokta ile başlangıç noktası arasındaki mesafe cm cinsinden skor olarak kaydedilmiştir (Zorba ve Saygın, 2009).

3.5.2. Motor Beceri Ölçümü

3 ile 10 yaş arası çocukların motor performanslarını değerlendirmek için Ulrich (2017) tarafından geliştirilen bu test; lokomotor ve top becerileri olmak üzere iki alt teste ayrılmıştır. Locomotor becerileri ölçmek için, koşma, galop, tek ayakla sıçrama, sekme, durarak uzun atlama ve kayma olmak üzere 6 adet testten yararlanılmıştır. Top becerilerini ölçmek için ise, sabit bir topa çift elle vurma, tek el ile sıçrayan topa el önu vuruş, durarak tek elle top sürme, çift el yakalama, duran topa ayakla vurma, yukarıdan top atışı ve aşağıdan top atışı olmak üzere 8 adet testten yararlanılmıştır.

“Webster ve Ulrich (2017) tarafından TGMD-III' ün geçerlik ve güvenilirlik çalışması ortalama yaşı ($X=6.33 \pm 2.09$) olan % 52.5' i erkek 807 çocuk üzerinde gerçekleştirilmiştir. Güvenirliğı yaşıla ilişkili olarak orta ila büyük derecelerde olmak üzere, lokomotor becerilerle ($r = 0,39$) karşılaştırıldığında top becerilerinde ($r = 0,47$) nin daha yüksek bulunmuştur. İç tutarlılık her yaş grubunda çok yüksek bulunmuş ve tüm ırk / etnik gruplar ve her iki cinsiyet için de aynı şekilde yüksek kalmıştır. Test-tekrar test güvenilirliğı, lokomotor (ICC = 0.97), top becerileri (ICC = 0.95) ve toplam TGMD-3 (ICC = 0.97) için yüksek değerler elde edilmiştir. Ön sonuçlar, TGMD-III'ün yeni normların kullanımı ve veri toplanması için güven sağlayan yüksek geçerlilik ve güvenilirlik seviyelerine sahip olduğunu göstermektedir (Webster, Ulrich 2017).”

Locomotor Testler:

- Koşma:

- Kollar ve bacaklar birbirine ters yönde hareket etmeli, dirsekler bükülü olmalıdır.
- Her iki ayağın da yerden kesildiğı kısa bir dönem olmalıdır.
- Ayakucu veya topuk ile yere kısa süreli temas olmalıdır.
- Koşu esnasında yere temas etmeyen bacak, kalçaya yakın olacak şekilde 90 derece bükülü olmalıdır.

- Gallop:

- Kollar bükülü ve hareket esnasında ileri savrulmalıdır.
- Öndeki ayak öne doğru hareket ederken, arkadaki ayak onu geçmemeli, öndeki ayağın yanında ya da arkasında olmalıdır.
- Her iki ayağın da kısa bir süre için yerden kesildiğı bir an olmalıdır.

- Ritmik olarak 4 ardışık gallop yapılmalıdır.
- Tek Ayakla Sıçrama:
 - Desteksiz bacak sıçrama yaparken bükülü ve kuvvet üretmek için salınım yapılmalıdır.
 - Sıçrama için kullanılmayan ayak, sıçrama bacağına önüne geçmemeli ve arkasında kalmalıdır.
 - Kollar bükülü olmalı ve kuvvet oluşturmak için ileri savrulmalıdır.
 - Tercih edilen ayakla üst üste 4 defa sıçrama yapılmalıdır.
- Sekme:
 - İleri adım atılırken aynı ayakla sekme hareketi yapılmalıdır.
 - Kollar bükülü olmalı ve kuvvet üretmek için bacakların zıt yönünde hareket etmelidir.
 - Arka arkaya 4 sekme hareketi yapılmalıdır.
- Durarak Uzun Atlama:
 - Sıçramanın öncesinde her iki diz bükülü ve kollar vücudun gerisinde olmalıdır.
 - Kollar ileri ve yukarı kuvvet üretirken başın üzerine kadar çıkmalıdır.
 - Her iki ayak aynı zamanda yerden havalanmalı ve iniş yapılmalıdır.
 - Sıçrama biterken kollar aşağı doğru kuvvetli bir şekilde itilmelidir.
- Kayma:
 - Vücut yana dönük ve ayaklar omuz genişliğinde açık olmalıdır.
 - Yana bir adım atmalı ve gerideki ayak diğer ayağın yanındaki bir noktaya kadar kaymalıdır.
 - Tercih edilen yöne doğru arka arkaya 4 defa kayma hareketi yapılmalıdır.
 - Tercih edilmeyen yöne doğru arka arkaya 4 defa kayma hareketi yapılmalıdır.

Top Becerisi Testleri

- Sabit Bir Topa Çift Elle Vurma
 - Dominant el sopayı dominant olmayan elin yukarısında olacak şekilde tutmalıdır.
 - Bedenin tercih edilmeyen tarafındaki kalça ve omuz karşıya bakmalıdır.
 - Salınım sırasında kalça ve omuzlar geri-ileri dönme hareketi yapılmalıdır.
 - Dominant olmayan ayak ile topa doğru adım alınır.

- Tek El ile Sıçrayan Topa El Önü Vuruş
 - Top yerde sekerken raket geriye doğru açılmalıdır.
 - Tercih edilmeyen ayak ile topa doğru adım alınmalıdır.
 - Topa vurulduğunda duvara doğru gitmelidir.
 - Top vuruşundan sonra raket tercih edilmeyen omuza doğru hareket etmelidir.
- Durarak Tek El ile Top Sürme
 - Top bel hizasında ve tek el ile sektirilmelidir.
 - Top tokatlanmamalı ve elin parmak uçlarıyla sektirilmelidir.
 - Top sektirirken ayaklar kıpırdamamalı ve 4 kez arka arkaya sektirilmelidir.
- Çift El Top Yakalama
 - Dirsekler bükülü ve eller vücudun önünde olmalıdır.
 - Topu tutmak için kollar ileri doğru hareket etmelidir.
 - Top eller ile yakalanmalıdır.
- Duran Topa Ayakla Vurma
 - Topa doğru koşarak yaklaşılmalıdır.
 - Topa temas etmeden önce uzun bir adım atılmalıdır.
 - Destek ayağı topa yakın bir noktaya yerleştirilmelidir.
 - Tercih edilen ayak ile ayak içi veya ayaküstü vuruş yapılmalıdır.
- Yukarıdan Top Atışı
 - El ve kolun aşağı doğru hareketi ile top atma başlatılmalıdır.
 - Topu atan elin tam tersi yöndeki kalça ve omuz, topun atılacağı yöne doğru döndürülmelidir.
 - Atış yapan elin tam tersi taraftaki ayak ile öne adım alınmalıdır.
 - Top atışı yapıldıktan sonra el takibe devam eder ve atış yapmaya kalça hizasına doğru hareketini deva ettirmelidir.
- Aşağıdan Top Atışı
 - Atış için kullanılacak el aşağı ve geri salınım yapmalıdır.
 - Atış yapan elin tam tersi taraftaki ayak ile öne adım alınmalıdır.
 - Top direkt duvara gidecek şekilde atılmalı ve yere değmemelidir.
 - Top atışından sonra el göğüs hizasına kadar hareketine devam etmelidir.

3.5.3. Sosyal Beceri Ölçümü

Gresham ve arkadaşlarının geliştirmiş olduğu Sosyal Beceri Derecelendirme Sistemi Anne-Baba Formu, katılımcıların velilerine Google Formlar ile düzenlenerek gönderilmiştir. Formda 1-38. sorularda bazı sosyal becerilerin hangi sıklıkta gerçekleştirildiği ve 39-55. sorularda bazı problem davranışların hangi sıklıkta gerçekleştirildiği sorulmaktadır. Formda öğrenci bilgileri kısmında; öğrencinin cinsiyeti, doğum tarihi, sınıfı ve kardeş sayısı sorulmuştur. Veli bilgileri kısmında ise; anne veya babanın yaşı ve eğitim düzeyi bilgileri sorulmuştur. Form, toplamda 55 sorudan oluşmaktadır ve tüm sorular için “Ne kadar sıklıkta?” sorusuna; asla (0), bazen (1), çok sık (2) şeklinde cevaplar verilmesi istenmiştir. Formda sorulan sorular şu şekildedir:

1. Evdeki zamanlarını uygun şekilde değerlendirir.
2. Odasını hatırlatma gereği duymadan düzenli tutar.
3. Evde uygun ses tonuyla konuşur.
4. Oyun etkinliklerine hatırlatılma gereği kalmadan kendinden katılır.
5. Yeni insanlarla tanışır ve kendisini tanıtır.
6. Başka çocuklar kendisine rahatsız edici davranışlarda bulunduğu uygun karşılık verir.
7. Satın alacağı bir şey için satış yapan kişilerle bilgi ve yardım için iletişim kurar.
8. Okulda veya herhangi bir yerde toplantılara katılır.
9. Uygun görmediği ricaları kibarca geri çevirir.
10. Akranlarını eve davet eder.
11. Ailedeki başarı durumlarında diğer kişileri tebrik eder.
12. Çabukça arkadaş edinir.
13. Değişik şeylere ilgi gösterir.
14. Sorun yaratabilecek durumlardan kaçınır.
15. Kişisel eşyalarını eve ait diğer şeyleri yerlerine kaldırır.
16. Ailesindeki bireylere yardım etmeye gönüllüdür.
17. Kendisine yapılan eleştirilere olumlu karşılık verir.
18. Telefona uygun şekilde cevap verir.
19. Ev işlerine siz yardım istemeden de yardımcı olur.
20. Uygun görmediği ev içi kuralları sorgular.
21. Ev işlerini yardımınızı istemeden önce kendisi yapmaya çalışır.

22. Akranları ile tartışırken otokontrolünü sağlar.
23. Çevresi tarafından sevilir.
24. Karşısındakinin konuşmasını beklemek yerine ve konuşmayı başlatır.
25. Ebeveyn ile anlaşmazlıklarını uygun bir şekilde sonlandırır.
26. Ebeveyn ile olan çatışmalarında otokontrolünü sağlar.
27. Arkadaşlarına ve ailedeki diğer çocuklara iltifat eder.
28. Ev işlerini zamanında bitirir.
29. Ailesindeki bireylerin eşyasını kullanmadan önce izin alır.
30. Sosyal ortamlarda özgüvenlidir.
31. Evden çıkmak için izin ister.
32. Akranlarının ve akrabalarının şakalarına ılımlı tepkiler verir.
33. Ebeveynin yardımını beklerken zamanını uygun şekilde değerlendirir.
34. Arkadaşlarının oyunla alakalı düşüncelerine saygı duyar.
35. Bir etkinlikten başka bir etkinliğe kolayca geçebilir.
36. Aile bireyleriyle gerektiği zaman kendiliğinden işbirliği yapar.
37. Arkadaşlarının güzel sözlerine veya hediyelerine karşılık teşekkür eder.
38. Olumsuz durumları uygun kişilere bildirir.
39. Başkaları ile kavga eder.
40. Morali bozuk gibi davranır.
41. Yalnızmış gibi görünür.
42. Kendisine fazla değer vermez.
43. Başkalarına karşı kırıncı davranışlarda bulunur.
44. Süregelen etkinlikler sırasında başkalarını rahatsız eder.
45. Çocuklarla aynı ortamda olmaktan sıkılır.
46. Başkalarıyla tartışır.
47. Aşırı hareketlidir ve yerinde duramaz.
48. Kurallara uymaz.
49. Olumsuz davranışları için uyarıldığında yetişkinlere karşı çıkar.
50. Düşüncesizce davranışlar gösterir.
51. Başkalarının söylediklerini dinlemez.
52. Kolayca utanır.
53. Kolayca dikkati dağılır.
54. Kolayca sinirlenir.
55. Kolayca öfke nöbetine girer.

3.6. Verilerin Analizi

Katılımcıların demografik özelliklerine ilişkin betimsel istatistikler için frekans ve yüzde analizi yapılmış, ölçekler ve alt boyutlarının minimum, maksimum, ortalama ve standart sapma değerleri belirlenmiştir. Araştırmanın nicel araştırma olmasından dolayı hangi istatistik analizlerinin yapılacağı verilerin normal dağılım gösterip göstermediği sonucuna göre belirlenmiştir. Verilerin dağılımının normallik gösterip göstermediğine dair Shapiro-Wilk testi uygulanmıştır.

Ayrıca sosyal beceri ölçeğine ilişkin güvenilirlik analiz sonucunu bulmak için Cronbach Alpha uygulanmış ve değeri ($\alpha=0,926$) bulunmuş ve bu sonuçlar ışığında sosyal beceri ölçeğinin güvenilir olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Katılımcılara yapılan test ölçekleri ile yaş düzeylerine göre karşılaştırılmasına yönelik tek yönlü varyans analizi (One-Way ANOVA) kullanılmıştır. Fiziksel uygunluk ölçeğinde normal dağılıma uymayan verilerin analizi için ise non-parametrik test olan Kuruskal Wallis testi uygulanmıştır.

Katılımcılara yapılan test ölçekleri ile cinsiyetlere göre karşılaştırılmasına yönelik bağımsız örneklem için t-testi, fiziksel uygunluk ölçeğinde normal dağılıma uymayan veriler için ise non-parametrik test olan Mann-Whitney U testi kullanılmıştır. Motor beceri, fiziksel uygunluk ve sosyal beceri ölçümlerinin arasındaki ilişkiye yönelik Pearson Korelasyon analizi kullanılmıştır. Çalışmada araştırma grubundan toplanan veriler SPSS 22 paket programı kullanılarak analiz edilmiştir.

4. BULGULAR

Bu bölümde araştırmada toplanan verilerin analizi sonucunda elde edilen bulgulara yer verilmiştir.

4.1. Katılımcıların Demografik Özelliklerine Ait Bulgular

Katılımcıların demografik özelliklerine ait bilgilerin verildiği çizelgeler fiziksel uygunluk ve motor beceri testlerine katılanların demografik özellikleri ve sosyal beceri derecelendirme ölçeğine katılanların demografik özellikleri olarak iki gruba ayrılmıştır. Bunun sebebi; çalışma grubunun okulda olduğu süre boyunca 177 kişiye ulaşılarak fiziksel uygunluk ve motor beceri ölçümlerinin tamamlanmış olmasına karşılık, sosyal beceri derecelendirme ölçeğinin anne-babalar tarafından elektronik ortamda doldurulmuş olmasıdır. Gönderilen ölçeği tüm katılımcıların velilerinin cevaplamamış olması ve bazı velilerin, öğrencilerin doğum tarihi ya da sınıfı gibi bilgilerini yanlış doldurmasından dolayı çalışma grubumuzla eşleşmemiş ve eşleşmeyen bu cevaplar çalışmadan çıkarıldığı için sosyal beceri derecelendirme ölçeği katılımcı sayısı 152 olarak belirlenmiştir.

Çizelge 4.1: Fiziksel uygunluk ve kaba motor beceri ölçümleri katılımcılarının demografik özelliklerine ilişkin betimsel istatistikler

Değişken	Grup	f	%
Cinsiyet	Kız	90	50,8
	Erkek	87	49,2
Yaş	7 yaş	47	26,6
	8 yaş	48	27,1
	9 yaş	38	21,4
	10 yaş	44	24,9
Sınıf	1. sınıf	47	26,6
	2. sınıf	51	28,8
	3. sınıf	35	19,7
	4. sınıf	44	24,9

Çizelge 4.1: Devamı

Değişken	Grup	f	%
BKI Sınıf	Zayıf	10	5,6
	Normal	86	48,6
	Kilolu	43	24,3
	Obez	38	21,5
Toplam		n=177	100,0

Fiziksel uygunluk ve motor beceri ölçümleri katılımcılarının demografik özelliklerine ilişkin betimsel istatistikler Çizelge 4.1’de sunulmuştur. Çizelge 4.1 incelendiğinde katılımcıların, %50,8’i kız, %49,2’i ise erkek öğrencilerden oluşmakta olup, %26,6’sı 1. sınıf, %28,8’i 2. sınıf, %19,7’ü 3.sınıf ve %24,9’u ise 4. sınıf öğrencileridir. Araştırmaya katılan katılımcıların, %26,6’ı 7 yaş, %27,1’i 8 yaş, %21,4’ü 9 yaş ve %24,9’u ise 10 yaş olup, ilkokulda öğrenim gören öğrencilerin BKI sınıflamaları incelendiğinde, %5,6’sının zayıf olduğu, %48,6’sının normal sınırlarda olduğu, %24,3’ünün kilolu olduğu ve %21,5’inin ise obez olduğu saptanmıştır.

Çizelge 4.2: Sosyal beceri derecelendiren katılımcıların demografik özelliklerine ilişkin betimsel istatistikler

Değişken	Grup	f	%
Cinsiyet	Kız	75	49,3
	Erkek	77	50,7
Yaş	7 yaş	39	25,7
	8 yaş	43	28,3
	9 yaş	31	20,4
	10 yaş	39	25,7
Sınıf	1. sınıf	39	25,7
	2. sınıf	46	30,2
	3. sınıf	29	19,1
	4. sınıf	38	25,0
Kardeş Sayısı	Hiç	47	30,9
	1 kardeş	75	49,3
	2 kardeş	27	17,8
	3 ve daha fazla	3	2,0

Çizelge 4.2: Devamı

Değişken	Grup	f	%
Ebeveyn Düzeyi	İlkokul-Ortaokul	8	5,3
	Lise	17	11,2
	Lisans	99	65,1
	Lisansüstü	28	18,4
Toplam		n=152	100,0

Sosyal beceri derecelendirme ölçeği katılımcılarının demografik özelliklerine ilişkin betimsel istatistikler Çizelge 4.2’de sunulmuştur. Çizelge 4.2 incelendiğinde katılımcıların, %49,3’ü kız, %50,7’i ise erkek öğrencilerden oluşmakta olup, %25,7’si 1. sınıf, %30,2’si 2. sınıf, %19,1’i 3. sınıf ve %25,0’ı ise 4. sınıf öğrencileridir. Araştırmaya katılan katılımcıları %25,7’si 7 yaş, %28,3’ü 8 yaş, %20,4’ü 9 yaş ve %25,7’i ise 10 yaş olduğu saptanmıştır. Araştırmaya katılan katılımcıların %30,9’u kardeşe sahip olmadığını, %49,3’ünün 1 kardeşinin olduğu, %19,8’inin ise 2 ve daha fazla kardeşe sahip olduğu belirlenmiş olup, katılımcıların ebeveyn eğitim düzeylerine bakıldığında ise ebeveynlerin, %5,3’ünün ilkokul, ortaokul, %11,2’sinin lise, %65,1’inin lisans ve %18,4’ünün lisansüstü mezunu olduğu saptanmıştır.

4.2. Ölçekler ve Alt Boyutlara İlişkin Betimsel Bulgular

İlkokulda öğrenim gören öğrencilere uygulanan ölçekler ve alt boyutlarına ilişkin betimsel istatistikler Çizelge 4.3’te sunulmuştur.

Çizelge 4.3: Ölçek ve alt boyutlara ilişkin betimsel istatistikler

Ölçek ve Alt Boyutlar	n	Min	Max	\bar{X}	S.H	s.s
Lokomotor Becerileri	177	28,00	46,00	42,36	0,34	4,55
Top Becerileri	177	28,00	52,00	44,07	0,43	5,79
Kaba Motor Beceriler	177	56,00	98,00	86,43	0,68	9,09
20 Metre Sürat Testi	177	4,07	6,61	5,11	0,04	0,56
10x5 Mekik Koşusu Testi	177	17,32	36,84	23,21	0,19	2,54
Disklere Dokunma	177	11,64	39,49	18,31	0,33	4,45
DUA	177	11,00	165,00	102,53	1,60	21,23
Dikey Sıçrama Testi	177	10,00	55,00	20,64	0,39	5,14

Çizelge 4.3: Devamı

Ölçek ve Alt Boyutlar	n	Min	Max	\bar{X}	S.H	s.s
Otur-eriş Testi	177	-11,00	21,00	4,85	0,41	5,51
Mekik	177	0,00	29,00	16,97	0,41	5,41
Sosyal Beceri	152	0,56	1,47	1,19	0,01	0,15

Çizelge 4.3 incelendiğinde, lokomotor becerileri alt boyutunun minimum değeri 28 maksimum değeri 46 ortalaması ise ($\bar{x}=42,36\pm 4,55$) olarak tespit edilmiştir. Top becerileri alt boyutunun minimum değeri 28 maksimum değeri 52 ortalaması ise ($\bar{x}=44,07\pm 5,79$) olarak tespit edilmiştir. Kaba motor beceri ölçeğinin minimum değeri 56 maksimum değeri 98 ortalaması ise ($\bar{x}=86,43\pm 9,09$) olarak tespit edilmiştir. 20 metre sürat testi ölçeğinin minimum değeri 4,07, maksimum değeri 6,61 ortalaması ise ($\bar{x}=5,11\pm 0,56$) olarak tespit edilmiştir. 10x5 mekik koşusu testi ölçeğinin minimum değeri 17,32, maksimum değeri 36,84 ortalaması ise ($\bar{x}=23,21\pm 2,54$) olarak tespit edilmiştir. Disklere dokunma testi ölçeğinin minimum değeri 11,64, maksimum değeri 39,49 ortalaması ise ($\bar{x}=18,31\pm 4,45$) olarak tespit edilmiştir. Durarak uzun atlama testi ölçeğinin minimum değeri 11, maksimum değeri 165 ortalaması ise ($\bar{x}=102,53\pm 21,23$) olarak tespit edilmiştir. Dikey sıçrama testi ölçeğinin minimum değeri 10, maksimum değeri 55 ortalaması ise ($\bar{x}=20,64\pm 5,14$) olarak tespit edilmiştir. Otur-eriş testi ölçeğinin minimum değeri -11, maksimum değeri 21 ortalaması ise ($\bar{x}=4,85\pm 5,51$) olarak tespit edilmiştir. Mekik ölçeğinin minimum değeri 0, maksimum değeri 29 ortalaması ise ($\bar{x}=16,97\pm 5,41$) olarak tespit edilmiştir. Bunlara ilaveten sosyal beceri ölçeğinin minimum değeri 0,56, maksimum değeri 1,47 ortalaması ise ($\bar{x}=1,19\pm 0,15$) olarak saptanmıştır.

4.3. Motor Beceri Ölçeğine Yönelik Bulgular

İlkokulda öğrenim gören öğrencilerin kaba motor becerileri ve alt boyutlarının cinsiyetlerine göre karşılaştırılmasına yönelik bağımsız örneklem için t-testi sonuçları Çizelge 4.4'de sunulmuştur.

Çizelge 4.4: İlkokul öğrencilerinin kaba motor becerileri ve alt boyutlarının cinsiyetlerine göre karşılaştırılmasına yönelik bulgular

Ölçekler	Cinsiyet	n	\bar{X}	s.s	t	p
Lokomotor Becerileri	Kız	90	42,71	4,24	1,057	0,292
	Erkek	87	41,99	4,84		
Top Becerileri	Kız	90	42,33	5,34	-4,263	<0,001**
	Erkek	87	45,87	5,71		
KABA MOTOR BECERİLERİ	Kız	90	85,04	8,70	-2,081	0,039*
	Erkek	87	87,86	9,32		

**($p<0,01$);*($p<0,05$)

Çizelge 4.4 incelendiğinde ilkokul öğrencilerinin lokomotor becerilerinin cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermediği ($p>0,05$) tespit edilmiş olup, top becerileri ve kaba motor becerilerinin cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gösterdiği ($p<0,05$) saptanmıştır. Aritmetik ortalamalar incelendiğinde erkek öğrencilerin top becerileri ve motor becerilerinin kız öğrencilere göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yüksek olduğu %95 güvenilirlikle söylenebilir.

İlkokulda öğrenim gören öğrencilerin kaba motor becerileri ve alt boyutlarının yaş düzeylerine göre karşılaştırılmasına yönelik tek yönlü varyans analizi (One-Way ANOVA) sonuçları Çizelge 4.5’de sunulmuştur.

Çizelge 4.5: İlkokul öğrencilerinin kaba motor becerileri ve alt boyutlarının yaşa göre karşılaştırılmasına yönelik bulgular

Ölçekler	Yaş	n	\bar{X}	s.s	F	p
Lokomotor Becerileri	7 yaş	47	38,72 ^b	5,61	17,840	0,001**
	8 yaş	48	43,75 ^a	3,27		
	9 yaş	38	44,08 ^a	2,96		
	10 yaş	44	43,23 ^a	3,42		
Top Becerileri	7 yaş	47	40,04 ^b	5,73	23,574	0,001**
	8 yaş	48	42,56 ^b	5,50		
	9 yaş	38	47,24 ^a	3,95		
	10 yaş	44	47,30 ^a	3,97		
Motor Becerileri	7 yaş	47	78,77 ^c	10,11	25,054	0,001**
	8 yaş	48	86,31 ^b	7,22		
	9 yaş	38	91,32 ^a	6,34		
	10 yaş	44	90,52 ^a	5,91		

**($p<0,01$) a,b,c:aynı sütunda farklı harfleri içeren gruplar arasındaki farklar önemlidir.

Çizelge 4.5 incelendiğinde, ilkokulda öğrenim gören öğrencilerin lokomotor becerileri, top becerileri ve kaba motor becerilerinin yaşa göre anlamlı bir farklılık gösterdiği ($p<0,01$) saptanmıştır. Aritmetik ortalamalar incelendiğinde, 7 yaşında olan öğrencilerin, lokomotor becerileri diğer yaş gruplarına göre daha düşük olduğu, 9 ve 10 yaşında olan öğrencilerin ise top becerileri ile motor becerilerinin diğer gruplara göre daha yüksek olduğu söylenebilir.

İlkokulda öğrenim gören çocukların lokomotor becerileri, top becerileri ve motor becerileri arasındaki ilişkiye yönelik Pearson korelasyon analizi sonuçları Çizelge 4.6'da sunulmuştur.

Çizelge 4.6: İlkokulda öğrenim gören çocukların lokomotor becerileri, top becerileri ve kaba motor becerileri arasındaki ilişkiye yönelik bulgular

Ölçekler		Lokomotor Becerileri	Top Becerileri	Kaba Motor Becerileri
Lokomotor Becerileri	r	1	0,541	0,845
	p		0,001**	0,001**
	n	177	177	177
Top Becerileri	r	0,541	1	0,907
	p	0,001**		0,001**
	n	177	177	177
Kaba Motor Becerileri	r	0,845	0,907	1
	p	0,001**	0,001**	
	n	177	177	177

**($p<0,01$)

Çizelge 4.6 incelendiğinde öğrencilerin lokomotor becerileri ile top becerileri ve kaba motor becerileri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki vardır ($p<0,01$). Lokomotor becerileri ile top becerileri arasında korelasyon katsayısı ($r=0,541$) olarak belirlenmiş ve öğrencilerin lokomotor becerileri ile top becerileri arasında pozitif yönlü orta kuvvetli bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Lokomotor becerileri ile kaba motor becerileri arasında korelasyon katsayısı ise ($r=0,845$) olarak belirlenmiş ve öğrencilerin lokomotor becerileri ile kaba motor becerileri arasında pozitif yönlü çok kuvvetli bir ilişki olduğu saptanmıştır. Çizelge 8'e göre ilkokulda öğrenim gören çocukların, top becerileri ile kaba motor becerileri arasındaki ilişki istatistiksel olarak %99 güvenilirlikle anlamlı bulunmuştur ($p<0,01$). Öğrencilerin top becerileri ile kaba motor becerileri arasındaki korelasyon katsayısı ($r=0,907$) olarak bulunmuş olup aralarında pozitif yönlü çok kuvvetli bir ilişki olduğu saptanmıştır.

4.4. Fiziksel Uygunluk Ölçeğine Yönelik Bulgular

İlkokulda öğrenim gören öğrencilerin 20 m sürat, otur eriş ve mekik testi ölçümlerinin cinsiyetlerine göre karşılaştırılmasına yönelik bağımsız örneklem için t-testi sonuçları Çizelge 4.7’de sunulmuştur.

Çizelge 4.7: İlkokulda öğrenim gören öğrencilerin fiziksel uygunluk ölçümlerinin cinsiyetlerine göre karşılaştırılmasına yönelik bulgular

Ölçekler	Cinsiyet	n	\bar{X}	s.s	t	p
20 Metre	Kız	90	5,14	0,52	0,621	0,535
	Erkek	87	5,08	0,59		
Otur-Eriş	Kız	90	6,64	5,40	4,633	<0,001**
	Erkek	87	3,01	5,02		
Mekik	Kız	90	16,86	4,61	-0,274	0,784
	Erkek	87	17,08	6,16		

** $(p<0,01)$

Çizelge 4.7 incelendiğinde; ilkokulda öğrenim gören öğrencilerin; 20 metre sürat testi ve mekik testi cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği ($p>0,05$) saptanmıştır. Ancak otur-eriş testinin cinsiyetlere göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiği %95 güvenilirlikle söylenebilir ($p<0,05$). Otur-eriş testi aritmetik ortalamaları incelendiğinde, kız öğrencilerin esneklik özelliğinin erkek öğrencilere göre daha iyi olduğu söylenebilir.

İlkokulda öğrenim gören öğrencilerin 10x5 mekik koşusu, disklere dokunma, durarak uzun atlama ve dikey sıçrama testi ölçümlerinin cinsiyetlerine göre karşılaştırılmasına yönelik Mann-Whitney U testi sonuçları Çizelge 4.8’de sunulmuştur. Fiziksel uygunluk ölçeğine ait 10x5 mekik koşusu, disklere dokunma, durarak uzun atlama ve dikey sıçrama testi ölçümlerinin cinsiyete göre normal dağılıma uymadığı ve çarpıklık ve basıklık değerlerinin de $-1,5\pm 1,5$ değerleri arasında değişmediği tespit edilmiştir. Bundan dolayı bağımsız örneklem için t-testi yerine bunun non-parametrik karşılığı Mann Whitney U testi kullanılmıştır.

Çizelge 4.8: İlkokulda öğrenim gören öğrencilerin fiziksel uygunluk ölçümlerinin cinsiyetlerine göre karşılaştırılmasına yönelik bulgular

Ölçekler	Cinsiyet	n	Medyan	Q1	Q3	Z	p
10x5 Mekik Koşusu	Kız	90	23,215	21,660	25,020	-1,351	0,177
	Erkek	87	22,790	21,350	24,370		
Disklere Dokunma	Kız	90	16,56	15,19	19,31	-1,874	0,061
	Erkek	87	18,63	14,96	21,96		
DUA	Kız	90	98,0	89,0	109,0	-2,662	0,008**
	Erkek	87	103,0	95,0	120,0		
Dikey S.	Kız	90	20,0	17,0	24,0	-0,615	0,539
	Erkek	87	20,0	18,0	24,0		

** ($p < 0,01$)

Çizelge 4.8 incelendiğinde, ilkokulda öğrenim gören öğrencilerin 10x5 mekik koşusu, disklere dokunma ve dikey sıçrama testi ölçümleri cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermediği ($p > 0,05$) tespit edilmiştir. Durarak uzun atlama ölçümünün ise öğrencilerin cinsiyetlerine göre anlamlı bir farklılık gösterdiği ($p < 0,05$) saptanmıştır. Erkek öğrencilerin durarak uzun atlama değerlerinin kız öğrencilere göre daha yüksek olduğu saptanmıştır.

İlkokulda öğrenim gören öğrencilerin; 20 metre sürat testi, esneklik testi ve mekik testinin yaşa göre karşılaştırılmasına yönelik tek yönlü varyans analizi (One-Way ANOVA) sonuçları Çizelge 4.9’da sunulmuştur.

Çizelge 4.9: İlkokulda öğrenim gören öğrencilerin fiziksel uygunluk ölçümlerinin yaşa göre karşılaştırılmasına yönelik bulgular

Ölçekler	Yaş	n	\bar{X}	s.s	F	p
20 Metre	7 yaş	47	5,38 ^b	0,56	8,012	<0,001**
	8 yaş	48	5,17 ^b	0,46		
	9 yaş	38	4,96 ^a	0,52		
	10 yaş	44	4,89 ^a	0,56		
Otur-Eriş	7 yaş	47	4,91	4,80	3,252	0,023*
	8 yaş	48	3,23 ^b	5,26		
	9 yaş	38	6,89 ^a	5,02		
	10 yaş	44	4,80	6,41		
Mekik	7 yaş	47	13,53 ^b	4,84	16,648	<0,001**
	8 yaş	48	15,92 ^b	5,33		
	9 yaş	38	19,55 ^a	4,13		
	10 yaş	44	19,55 ^a	4,71		

** ($p < 0,01$); * ($p < 0,05$) a,b,c,d: aynı sütunda farklı harfleri içeren gruplar arasındaki farklar önemlidir.

Çizelge 4.9 incelendiğinde, ilkokulda öğrenim gören öğrencilerin; 20 metre sürat, otur-eriş ve mekik testi ölçümlerinin yaşa göre anlamlı bir farklılık gösterdiği ($p<0,01$) saptanmıştır. 9 ve 10 yaşındaki öğrencilerin 20 metre sürat ve mekik testinde, 7 ve 8 yaşındaki öğrencilere göre daha başarılı olduğu söylenebilir. Ayrıca 9 yaşındaki öğrencilerin 8 yaşındakilere göre daha esnek olduğu saptanmıştır.

İlkokulda öğrenim gören öğrencilerin 10x5 mekik koşusu, disklere dokunma, durarak uzun atlama ve dikey sıçrama testinin yaşa göre karşılaştırılmasına yönelik Kuruskal Wallis test sonuçları Çizelge 4.10'da sunulmuştur. 10x5 mekik koşusu, disklere dokunma, durarak uzun atlama ve dikey sıçrama test ölçümlerinin yaşa göre normal dağılıma uymadığı, çarpıklık ve basıklık değerlerinin de $-1,5\pm 1,5$ değerleri arasında değişmediği tespit edildiğinden dolayı tek yönlü varyans analizi (One-Way ANOVA) yerine bunun non-parametrik karşılığı Kuruskal Wallis testi kullanılmıştır.

Çizelge 4.10: İlkokulda öğrenim gören öğrencilerin fiziksel uygunluk ölçümlerinin yaşa göre karşılaştırılmasına yönelik bulgular

Ölçekler	Yaş	n	Medyan	Q1	Q3	X ²	P
10x5 Mekik Koşusu	7 yaş	47	24,22 ^b	22,47	25,25	26,241	0,001**
	8 yaş	48	23,47 ^b	21,83	24,66		
	9 yaş	38	21,73 ^a	20,81	22,75		
	10 yaş	44	22,40 ^a	20,98	23,94		
Disklere Dokunma	7 yaş	47	21,96 ^c	19,31	25,14	75,889	0,001**
	8 yaş	48	17,62 ^b	15,56	19,78		
	9 yaş	38	16,09 ^b	14,82	19,01		
	10 yaş	44	14,91 ^a	13,95	15,67		
DUA	7 yaş	47	97,00 ^b	85,00	107,00	12,753	0,005**
	8 yaş	48	98,00 ^b	88,50	111,00		
	9 yaş	38	105,00 ^a	100,00	115,00		
	10 yaş	44	103,50 ^a	95,00	134,00		
Dikey S.	7 yaş	47	20,00 ^b	17,00	23,00	10,268	0,016*
	8 yaş	48	19,50 ^b	17,00	23,00		
	9 yaş	38	21,00	18,00	24,00		
	10 yaş	44	22,50 ^a	18,50	25,00		

**($p<0,01$);*($p<0,05$) a,b,c: aynı sütunda farklı harfleri içeren gruplar arasındaki farklar önemlidir.

Çizelge 4.10 incelendiğinde ilkokulda öğrenim gören öğrencilerin; 10x5 mekik koşusu, disklere dokunma, durarak uzun atlama ve dikey sıçrama testlerinin yaşa göre anlamlı bir farklılık gösterdiği ($p<0,05$) saptanmıştır. İlkokulda öğrenim gören 9 ve 10 yaşındaki öğrencilerin 10x5 mekik koşu testinde, 7 ve 8 yaşa göre daha başarılı

olduğu saptanmıştır. 10 yaşındaki öğrencilerin disklere dokunma testinde diğer yaş gruplarından daha iyi performans sergilediği, aynı zamanda 9 ve 10 yaşındaki öğrencilerin durarak uzun atlama testinde, 7 ve 8 yaşındaki öğrencilere göre daha başarılı olduğu söylenebilir. Ayrıca 10 yaşındaki öğrencilerin dikey sıçrama test ölçümlerinin 7 ve 8 yaşındakilere göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

İlkokulda öğrenim gören öğrencilerin, 20 metre sürat testi, 10x5 mekik koşusu, disklere dokunma, durarak uzun atlama, dikey sıçrama, otur-eriş ve mekik testi arasındaki ilişkiye yönelik Pearson Korelasyon analizi sonuçları Çizelge 4.11’de sunulmuştur.

Çizelge 4.11: İlkokulda öğrenim gören çocukların fiziksel uygunluk ölçümleri arasındaki ilişkiye yönelik bulgular

Ölçekler	20 Metre	10x5 Mekik Koşusu	Disklere Dokunma	DUA	Dikey S.	Otur- Eriş	Mekik	
20 Metre	r	1	0,582	0,449	-0,618	-0,401	-0,242	-0,604
	p		0,001**	0,001**	0,001**	0,001**	0,001**	0,001**
	n	177	177	177	177	177	177	177
10x5 Mekik Koşusu	r	0,582	1	0,359	-0,458	-0,256	-0,212	-0,527
	p	0,001**		0,001**	0,001**	0,001**	0,005**	0,001**
	n	177	177	177	177	177	177	177
Disklere Dokunma	r	0,449	0,359	1	-0,331	-0,228	-0,156	-0,471
	p	0,001**	0,001**		0,001**	0,002**	0,038*	0,001**
	n	177	177	177	177	177	177	177
DUA	r	-0,618	-0,458	-0,331	1	0,378	0,154	0,535
	p	0,001**	0,001**	0,001**		0,001**	0,041*	0,001**
	n	177	177	177	177	177	177	177
Dikey S.	r	-0,401	-0,256	-0,228	0,378	1	0,052	0,417
	p	0,001**	0,001**	0,002**	0,001**		0,495	0,001**
	n	177	177	177	177	177	177	177
Otur-Eriş	r	-0,242	-0,212	-0,156	0,154	0,052	1	0,179
	p	0,001**	0,005**	0,038*	0,041*	0,495		0,017*
	n	177	177	177	177	177	177	177
Mekik	r	-0,604	-0,527	-0,471	0,535	0,417	0,179	1
	p	0,001**	0,001**	0,001**	0,001**	0,001**	0,017*	
	n	177	177	177	177	177	177	177

**($p < 0,01$); *($p < 0,05$)

Çizelge 4.11 incelendiğinde, ilkokulda öğrenim gören öğrencilerin 20 metre sürat, 10x5 mekik koşusu, disklerle dokunma, durarak uzun atlama, dikey sıçrama ve mekik testi sonuçları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu ($p<0,05$) saptanmıştır. İlkokulda öğrenim gören öğrencilerin 20 metre sürat testi ile 10x5 mekik koşusu, disklerle dokunma, durarak uzun atlama, dikey sıçrama, otur-eriş ve mekik testi sonuçları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu ($p<0,01$) %99 güvenlilikle söylenebilir. Öğrencilerin 20 metre sürat testi ile 10x5 mekik koşusu testi arasındaki korelasyon katsayısı ($r=0,582$) olarak bulunmuş olup, arasında pozitif yönlü orta kuvvette bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Öğrencilerin 20 metre sürat testi ile disklerle dokunma testi arasındaki korelasyon katsayısı ($r=0,449$) olarak bulunmuş olup, arasında pozitif yönlü orta kuvvette bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin 20 metre sürat testi ile durarak uzun atlama testi arasındaki korelasyon katsayısı ($r= -0,618$) olarak bulunmuş olup, arasında negatif yönlü kuvvetli bir ilişki olduğu saptanmıştır. Öğrencilerin 20 metre sürat testi ile dikey sıçrama testi arasındaki korelasyon katsayısı ($r= -0,401$) olarak bulunmuş olup, arasında negatif yönlü orta kuvvette bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin 20 metre sürat testi ile otur-eriş testi arasındaki korelasyon katsayısı ($r= -0,242$) olarak bulunmuş olup, arasında negatif yönlü zayıf bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin 20 metre sürat testi ile mekik testi arasındaki korelasyon katsayısı ($r= -0,604$) olarak bulunmuş olup, arasında negatif yönlü kuvvetli bir ilişki olduğu söylenebilir. İlkokulda öğrenim gören öğrencilerin 10x5 mekik koşusu testi ile disklerle dokunma testi, durarak uzun atlama testi, dikey sıçrama testi, esneklik testi ve mekik test sonuçları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu ($p<0,01$) %99 güvenlilikle söylenebilir. Öğrencilerin 10x5 mekik koşusu testi ile disklerle dokunma testi arasındaki korelasyon katsayısı ($r=0,359$) olarak bulunmuş olup arasında pozitif yönlü zayıf bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin 10x5 mekik koşusu testi ile durarak uzun atlama testi arasındaki korelasyon katsayısı ($r= -0,458$) olarak bulunmuş olup arasında negatif yönlü orta kuvvette bir ilişki olduğu saptanmıştır. Öğrencilerin 10x5 mekik koşusu testi ile dikey sıçrama testi arasındaki korelasyon katsayısı ($r= -0,256$) olarak bulunmuş olup arasında negatif yönlü zayıf bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin 10x5 mekik koşusu testi ile otur-eriş testi arasındaki korelasyon katsayısı ($r= -0,212$) olarak bulunmuş olup arasında negatif yönlü zayıf bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin 10x5 mekik koşusu testi ile mekik testi arasındaki korelasyon katsayısı ($r= -0,527$) olarak bulunmuş olup

arasında negatif yönlü orta kuvvette bir ilişki olduğu söylenebilir. İlkokulda öğrenim gören öğrencilerin disklere dokunma testi ile durarak uzun atlama testi, dikey sıçrama testi, otur-eriş testi ve mekik testi sonuçları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki vardır ($p < 0,05$). Öğrencilerin disklere dokunma testi ile durarak uzun atlama testi arasındaki korelasyon katsayısı ($r = -0,331$) olarak bulunmuş olup arasında negatif yönlü zayıf bir ilişki olduğu saptanmıştır. Öğrencilerin disklere dokunma testi ile dikey sıçrama testi arasındaki korelasyon katsayısı ($r = -0,228$) olarak bulunmuş olup arasında negatif yönlü zayıf bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin disklere dokunma testi ile otur-eriş testi arasındaki korelasyon katsayısı ($r = -0,156$) olarak bulunmuş olup arasında negatif yönlü çok zayıf bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin disklere dokunma testi ile mekik testi arasındaki korelasyon katsayısı ($r = -0,471$) olarak bulunmuş olup arasında negatif yönlü orta kuvvette bir ilişki olduğu söylenebilir. İlkokulda öğrenim gören öğrencilerin durarak uzun atlama testi ile dikey sıçrama testi, esneklik testi ve mekik test sonuçları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki vardır ($p < 0,05$). Öğrencilerin durarak uzun atlama testi ile dikey sıçrama testi arasındaki korelasyon katsayısı ($r = 0,371$) olarak bulunmuş olup öğrencilerin durarak uzun atlama testi ile dikey sıçrama testi arasında pozitif yönlü zayıf bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin durarak uzun atlama testi ile esneklik testi arasındaki korelasyon katsayısı ($r = 0,154$) olarak bulunmuş olup arasında pozitif yönlü çok zayıf bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin durarak uzun atlama testi ile mekik testi arasındaki korelasyon katsayısı ($r = 0,535$) olarak bulunmuş olup arasında pozitif yönlü orta kuvvette bir ilişki olduğu söylenebilir. İlkokulda öğrenim gören öğrencilerin dikey sıçrama testi ile otur-eriş testi ile arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı ($p > 0,05$) belirlenirken, dikey sıçrama ile mekik test sonuçları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki vardır ($p < 0,05$). Öğrencilerin dikey sıçrama testi ile mekik testi arasındaki korelasyon katsayısı ($r = 0,417$) olarak bulunmuş arasında pozitif yönlü orta kuvvette bir ilişki olduğu söylenebilir. İlkokulda öğrenim gören öğrencilerin esneklik testi ile mekik test sonuçları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki vardır ($p < 0,05$). Korelasyon katsayısı incelendiğinde, esneklik testi ile mekik testi arasında pozitif yönlü çok zayıf bir ilişki ($r = 0,179$) olduğu saptanmıştır.

4.5. Sosyal Beceri Ölçeğine Yönelik Bulgular

İlkokulda öğrenim gören öğrencilerin sosyal becerilerinin cinsiyete göre karşılaştırılmasına yönelik bağımsız örneklem için t-testi sonuçları Çizelge 4.12’de sunulmuştur.

Çizelge 4.12: İlkokul öğrencilerinin sosyal becerilerinin cinsiyete göre karşılaştırılmasına yönelik bulgular

Ölçekler	Cinsiyet	n	\bar{x}	s.s	t	p
Sosyal Becerileri	Kız	75	1,51	0,25	0,981	0,328
	Erkek	77	1,47	0,27		

($p>0,05$)

Çizelge 4.12 incelendiğinde ilkokul öğrencilerinin sosyal becerilerinin cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği %95 güvenlilikle söylenebilir ($p>0,05$).

İlkokulda öğrenim gören öğrencilerin sosyal becerilerinin yaşa göre karşılaştırılmasına yönelik tek yönlü varyans analizi (One-Way ANOVA) sonuçları Çizelge 4.13’te sunulmuştur.

Çizelge 4.13: İlkokulda öğrenim gören öğrencilerin sosyal becerilerinin yaşa göre karşılaştırılmasına yönelik bulgular

Ölçekler	Yaş	n	\bar{x}	s.s	F	p
Sosyal Beceri	7 yaş	39	1,51	0,25	0,539	0,656
	8 yaş	43	1,51	0,24		
	9 yaş	31	1,48	0,24		
	10 yaş	39	1,45	0,30		

($p>0,05$)

Çizelge 4.13 incelendiğinde, ilkokulda öğrenim gören öğrencilerin sosyal becerinin yaşa göre anlamlı bir farklılık göstermediği ($p>0,05$) saptanmıştır.

İlkokulda öğrenim gören öğrencilerin sosyal becerilerinin, öğrencilerin kardeş sayısına göre karşılaştırılmasına yönelik tek yönlü varyans analizi (One-Way ANOVA) sonuçları Çizelge 4.14’de sunulmuştur.

Çizelge 4.14: İlkokulda öğrenim gören öğrencilerin sosyal becerilerinin kardeş sayılarına göre karşılaştırılmasına yönelik bulgular

Ölçekler	Kardeş Sayısı	n	\bar{X}	s.s	F	p
Sosyal Beceri	Hiç	47	1,51	0,20	0,317	0,729
	1 kardeş	75	1,49	0,28		
	2 ve daha fazla	30	1,46	0,28		

(p>0,05)

Çizelge 4.14'e göre ilkokulda öğrenim gören öğrencilerin sosyal becerilerinin öğrencilerin kardeş sayılarına göre anlamlı bir farklılık göstermediği (p>0,05) tespit edilmiştir.

İlkokulda öğrenim gören öğrencilerin sosyal becerilerinin, öğrencilerin ebeveynlerinin eğitim düzeylerine göre karşılaştırılmasına yönelik Kuruskal-Wallis testi sonuçları Çizelge 4.15'te sunulmuştur. Bazı gruptaki örneklem hacminin 30'dan küçük olduğu ve sosyal beceri ölçeğinin ebeveynlerin eğitim düzeylerine göre normal dağılıma uymadığı tespit edildiğinden dolayı Kuruskal-Wallis testi kullanılmıştır.

Çizelge 4.15: İlkokulda öğrenim gören öğrencilerin sosyal becerilerinin öğrencilerin ebeveynlerinin eğitim düzeylerine göre karşılaştırılmasına yönelik bulgular

Ölçekler	Ebeveyn Eğitim Düzeyi	n	Medyan	Q1	Q3	X^2	p
Sosyal Beceri	İlkokul/Ortaokul	8	1,19	1,03	1,60	6,916	0,075
	Lise	17	1,49	1,27	1,56		
	Lisans	99	1,55	1,38	1,71		
	Lisansüstü	28	1,55	1,41	1,69		

(p>0,05)

Çizelge 4.15 incelendiğinde ilkokulda öğrenim gören öğrencilerin sosyal becerilerinin öğrencilerin ebeveynlerinin eğitim düzeylerine göre anlamlı bir farklılık göstermediği (p>0,05) saptanmıştır.

4.6. Motor Beceri ve Fiziksel Uygunluk Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular

İlkokulda öğrenim gören çocukların kaba motor becerileri ve alt boyutları ile fiziksel uygunluk ölçeği ölçümleri arasındaki ilişkiye yönelik Pearson korelasyon analizi sonuçları Çizelge 4.16'da sunulmuştur.

Çizelge 4.16: İlkokulda öğrenim gören çocukların kaba motor becerileri ve alt boyutları ile fiziksel uygunluk ölçeği ölçümleri arasındaki ilişkiye yönelik bulgular

		20 Metre	10x5 Mekik Koşusu	Disklere Dokunma	DUA	Dikey S.	Otur- Eriş	Mekik
Lokomotor Becerileri	r	-0,485	-0,469	-0,529	0,392	0,323	0,204	0,422
	p	0,001**	0,001**	0,001**	0,001**	0,001**	0,007**	0,001**
	n	177	177	177	177	177	177	177
Top Becerileri	r	-0,568	-0,548	-0,533	0,535	0,379	0,069	0,609
	p	0,001**	0,001**	0,001**	0,001**	0,001**	0,361	0,001**
	n	177	177	177	177	177	177	177
Kaba Motor Becerileri	r	-0,604	-0,584	-0,604	0,537	0,403	0,146	0,599
	p	0,001**	0,001**	0,001**	0,001**	0,001**	0,053	0,001**
	n	177	177	177	177	177	177	177

** $(p<0,01)$

Çizelge 4.16 incelendiğinde; ilkokul öğrencilerinin lokomotor becerileri, top becerileri ve kaba motor becerileri ile 20 metre sürat, 10x5 mekik koşusu, disklere dokunma, durarak uzun atlama, dikey sıçrama ve mekik testi arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkinin olduğu ($p<0,01$) %99 güvenilirlikle söylenebilir. Çizelge 4.16'ya göre ilkokul öğrencilerinin lokomotor becerileri ile otur-eriş testi arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu ($p<0,05$) tespit edilmiş olup, öğrencilerinin top becerileri ve kaba motor becerileri ile otur-eriş testi arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı ($p>0,05$) saptanmıştır. İlkokul öğrencilerinin lokomotor becerileri ile 20 metre sürat testi arasındaki korelasyon katsayısı ($r=-0,485$) olarak bulunmuş olup öğrencilerin lokomotor becerileri ile 20 metre sürat testi arasında negatif yönlü orta kuvvette bir ilişki olduğu saptanmıştır. İlkokul öğrencilerinin lokomotor becerileri ile 10x5 mekik koşusu testi arasındaki korelasyon katsayısı ($r=-0,469$) olarak bulunmuş olup öğrencilerin lokomotor becerileri ile 10x5 mekik koşusu testi arasında negatif yönlü orta kuvvette bir ilişki olduğu belirlenmiştir. İlkokul öğrencilerinin lokomotor becerileri ile disklere dokunma testi arasındaki korelasyon katsayısı ($r=-0,529$) olarak bulunmuş olup öğrencilerin lokomotor becerileri ile disklere dokunma testi arasında negatif yönlü orta kuvvette bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. İlkokul öğrencilerinin lokomotor becerileri ile durarak uzun atlama testi arasındaki korelasyon katsayısı ($r=0,392$) olarak bulunmuş olup öğrencilerin lokomotor becerileri ile durarak uzun atlama testi arasında pozitif yönlü zayıf bir ilişki olduğu belirlenmiştir. İlkokul öğrencilerinin

lokomotor becerileri ile dikey sıçrama testi arasındaki korelasyon katsayısı ($r=0,323$) olarak bulunmuş olup öğrencilerin lokomotor becerileri ile dikey sıçrama testi arasında pozitif yönlü zayıf bir ilişki olduğu saptanmıştır. İlkokul öğrencilerinin lokomotor becerileri ile otur-eriş testi arasındaki korelasyon katsayısı ($r=0,204$) olarak bulunmuş olup öğrencilerin lokomotor becerileri ile otur-eriş testi arasında pozitif yönlü zayıf bir ilişki olduğu söylenebilir. İlkokul öğrencilerinin lokomotor becerileri ile mekik testi arasındaki korelasyon katsayısı ($r=0,422$) olarak bulunmuş olup öğrencilerin lokomotor becerileri ile mekik testi arasında pozitif yönlü orta kuvvette bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. İlkokul öğrencilerinin top becerileri ile 20 metre sürat testi arasındaki korelasyon katsayısı ($r=-0,568$) olarak bulunmuş olup öğrencilerin top becerileri ile 20 metre sürat testi arasında negatif yönlü orta kuvvette bir ilişki olduğu saptanmıştır. İlkokul öğrencilerinin top becerileri ile 10x5 mekik koşusu testi arasındaki korelasyon katsayısı ($r=-0,548$) olarak bulunmuş olup öğrencilerin top becerileri ile 10x5 mekik koşusu testi arasında negatif yönlü orta kuvvette bir ilişki olduğu belirlenmiştir. İlkokul öğrencilerinin top becerileri ile disklere dokunma testi arasındaki korelasyon katsayısı ($r=-0,533$) olarak bulunmuş olup öğrencilerin top becerileri ile disklere dokunma testi arasında negatif yönlü orta kuvvette bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. İlkokul öğrencilerinin top becerileri ile durarak uzun atlama testi arasındaki korelasyon katsayısı ($r=0,535$) olarak bulunmuş olup öğrencilerin top becerileri ile durarak uzun atlama testi arasında pozitif yönlü orta kuvvette bir ilişki olduğu belirlenmiştir. İlkokul öğrencilerinin top becerileri ile dikey sıçrama testi arasındaki korelasyon katsayısı ($r=0,379$) olarak bulunmuş olup öğrencilerin top becerileri ile dikey sıçrama testi arasında pozitif yönlü zayıf bir ilişki olduğu saptanmıştır. İlkokul öğrencilerinin top becerileri ile mekik testi arasındaki korelasyon katsayısı ($r=0,609$) olarak bulunmuş olup öğrencilerin top becerileri ile mekik testi arasında pozitif yönlü orta kuvvette bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. İlkokul öğrencilerinin kaba motor becerileri ile 20 metre sürat testi arasındaki korelasyon katsayısı ($r=-0,604$) olarak bulunmuş olup öğrencilerin motor becerileri ile 20 metre sürat testi arasında negatif yönlü orta kuvvette bir ilişki olduğu saptanmıştır. İlkokul öğrencilerinin kaba motor becerileri ile 10x5 mekik koşusu testi arasındaki korelasyon katsayısı ($r=-0,584$) olarak bulunmuş olup öğrencilerin kaba motor becerileri ile 10x5 mekik koşusu testi arasında negatif yönlü orta kuvvette bir ilişki olduğu belirlenmiştir. İlkokul öğrencilerinin kaba motor becerileri ile disklere dokunma testi arasındaki korelasyon katsayısı ($r=-0,604$) olarak bulunmuş olup

öğrencilerin kaba motor becerileri ile disklere dokunma testi arasında negatif yönlü orta kuvvette bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. İlkokul öğrencilerinin kaba motor becerileri ile durarak uzun atlama testi arasındaki korelasyon katsayısı ($r=0,537$) olarak bulunmuş olup öğrencilerin kaba motor becerileri ile durarak uzun atlama testi arasında pozitif yönlü orta kuvvette bir ilişki olduğu belirlenmiştir. İlkokul öğrencilerinin kaba motor becerileri ile dikey sıçrama testi arasındaki korelasyon katsayısı ($r=0,403$) olarak bulunmuş olup öğrencilerin kaba motor becerileri ile dikey sıçrama testi arasında pozitif yönlü orta kuvvette bir ilişki olduğu saptanmıştır. İlkokul öğrencilerinin kaba motor becerileri ile mekik testi arasındaki korelasyon katsayısı ($r=0,599$) olarak bulunmuş olup öğrencilerin kabamotor becerileri ile mekik testi arasında pozitif yönlü orta kuvvette bir ilişki olduğu tespit edilmiştir.

4.7. Motor Beceri ve Sosyal Beceri Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular

İlkokulda öğrenim gören çocukların sosyal becerileri ile kaba motor becerileri ve alt boyutları arasındaki ilişkiye yönelik Pearson korelasyon analizi sonuçları Çizelge 4.17’de sunulmuştur.

Çizelge 4.17: İlkokulda öğrenim gören çocukların sosyal becerileri ile kaba motor becerileri ve alt boyutları arasındaki ilişkiye yönelik bulgular

Ölçekler	Lokomotor Becerisi	Top Becerisi	Kaba Motor Becerisi	
	r	0,029	-0,019	0,002
Sosyal Beceri	p	0,725	0,815	0,977
	n	152	152	152

($p>0,05$)

Çizelge 4.17 incelendiğinde, öğrencilerin sosyal becerileri ile lokomotor becerileri, top becerileri ve kaba motor becerileri arasında istatistiksel olarak bir ilişkinin olmadığı ($p>0,05$) saptanmıştır.

4.8. Fiziksel Uygunluk ve Sosyal Beceri Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular

İlkokulda öğrenim gören çocukların sosyal becerileri ile fiziksel uygunluk ölçeği ölçümleri arasındaki ilişkiye yönelik Pearson korelasyon analizi sonuçları Çizelge 4.18’de sunulmuştur.

Çizelge 4.18: İlkokulda öğrenim gören çocukların sosyal becerileri ile fiziksel uygunluk ölçeği ölçümleri arasındaki ilişkiye yönelik bulgular

Ölçekler		20 Metre	10x5 Mekik Koşusu	Disklere Dokunma	DUA	Dikey S.	Otur-Eriş	Mekik
Sosyal Beceri	r	-0,030	-0,058	0,021	0,145	0,014	0,069	0,133
	p	0,711	0,476	0,796	0,075	0,869	0,400	0,104
	n	152	152	152	152	152	152	152

(p>0,05)

Çizelge 4.18 incelendiğinde, öğrencilerin sosyal becerileri ile 20 metre sürat testi, 10x5 mekik koşusu testi, disklere dokunma testi, durarak uzun atlama testi, dikey sıçrama testi, otur-eriş testi ve mekik testi arasında istatistiksel olarak bir ilişkinin olmadığı (p>0,05) tespit edilmiştir.

5. TARTIŞMA

Yapılan araştırmanın amacı ilkokul öğrencilerinin motor beceri, fiziksel uygunluk ve sosyal beceri özelliklerinin cinsiyet ve yaşa göre incelenmesidir. Araştırmanın sonuçlarına göre elde edilen verilerde bulunmuş olan sonuçlar ilişkin literatür ile karşılaştırma yapılarak bu bölümde sunulmaktadır.

Parlar (2019), ortaokulda eğitim gören öğrencilerin beden eğitimine yatkınlıklarını incelemiş ve bunun sosyal beceri düzeyleri ile ilişkisini tespit etmek istemiştir. “852 kişiden oluşan çalışma grubuna; Kişisel Bilgi Formu, Öncü ve Gürbüz, Küçük-Kılıç ve Keskin (2015) tarafından Türkçeye uyarlanan, Beden Eğitimi Yatkınlık Ölçeği ile Kocayörük’ün (2000) geliştirdiği Sosyal Beceri Ölçeği” uygulanmıştır. Araştırmanın sonucunda katılımcıların sosyal becerileri ile beden eğitimine karşı tutumları arasında pozitif yönde zayıf bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Ayrıca okul takımlarında yer alan ve lisanslı sporcu olan öğrencilerin sosyal becerilerinin daha yüksek olduğu görülmüştür. Parlar (2019), çalışmasında beden eğitimi ilişkin tutumlar ile sosyal beceri arasında pozitif yönde zayıf bir ilişki bulunurken, bu çalışmada öğrencilerin sosyal becerileri ile fiziksel uygunluk ve motor becerileri arasında bir ilişkiye rastlanılmamıştır.

Dalkılıç (2011), ilkokul öğrencilerinin iletişim becerileri ile sportif faaliyetlere katılımı arasındaki ilişkiyi incelenmiştir. Araştırmaya 6,7 ve 8. Sınıf öğrencileri katılmış, araştırmada 7 soruluk sportif faaliyetlere katılım düzeyini belirleme formu ve 8 soruluk kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Daha sonra Ersanlı ve Balcı (1996) tarafından geliştirilen İletişim Becerileri Envanteri kullanılmıştır. Sonuç olarak; öğrencilerin sportif faaliyetlere katılımlarının, cinsiyetlerine, yaşlarına, sınıflarına, anne babanın gelir düzeyine ve eğitimine göre iletişim becerisini anlamlı olarak değiştirdiği bulunmuştur. Bu çalışmada ise öğrencilerin fiziksel uygunluk ve motor becerileri özelliklerinin sosyal beceri düzeylerini etkilemediği sonucuna ulaşılmıştır.

Arslan (2016), 527 ilkokul birinci sınıfta okuyan öğrencinin sosyal beceri düzeylerinin bazı değişkenlere göre inceleyip, sosyal beceri yetersizliklerinin nedenlerini veli ve öğretmen görüşlerine göre tespit etmek istenmiştir. Araştırmada

Akçamete ve Avcioğlu (2005) tarafından geliştirilen ve sosyal beceri değerlendirme ölçeği ve kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Araştırma sonucuna göre, çocukların sosyal beceri düzeylerinin anne ve babanın eğitim düzeyi, aile tutumu, ekonomik durum, okulöncesi eğitim alma durumuna göre istatistiksel açıdan anlamlılık olduğu belirlenmiştir. Buna karşın sınıf mevcudu, kardeş sayısı, anne ve babanın yaşam durumu, cinsiyet ise istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın bulunmadığı tespit edilmiştir. Bu çalışmada ise çocukların sosyal beceri düzeyleri ile kardeş sayısı, anne ve babanın gelir ya da eğitim düzeyi arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanılmamıştır.

Richards (2018), ortaokul öğrencilerinin spor aktivitelerine katılım düzeyi ile öz yeterlilik arasındaki ilişkiyi belirlemek için çalışmada; öğrencilerin akademik, sosyal ve duygusal gelişimlerini desteklemek adına fiziksel aktivitelere katılımın önemli olduğunu tespit etmiştir. Bu çalışmada ise öğrencilerin sosyal becerileri ile fiziksel uygunluk ve motor becerileri arasında istatistiksel olarak bir ilişkinin olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Takami (2015), düzenli fiziksel egzersiz yapan öğrencilerin sosyal becerileri arasındaki ilişkiyi incelemek için 3000 üniversite öğrencisine “Buss-Perry saldırganlık ölçeği (CC-BPAQ)” ile “sosyal beceri ölçeği (RChUSSI)” uygulanmıştır. Araştırma sonucunda; toplam 2543 katılımcının görüşüne göre, sosyal becerilerin kazanılması açısından en verimli yılların ilk ve ortaokul dönemi olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu çalışmada ise ilkokul öğrencilerinin sosyal becerileri ile fiziksel uygunluk ve motor becerileri arasında istatistiksel olarak bir ilişkinin olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Reigal, Videra ve Gil (2014) tarafından gerçekleştirilmiş olan çalışmada, “Genel öz yeterlik, fiziksel egzersiz ve yaşam doyumu arasında olan ilişkileri incelemek” amaçlanmıştır. Malaga (İspanya) kentinden 14-17 yaşları arasında 2079 katılımcıya sosyo-demografik değişkenler, genel öz yeterlilik ve fiziksel egzersiz ölçeği ve Yaşam Ölçeği (SWLS) uygulanmıştır. Araştırmanın sonucunda; fiziksel etkinliklere katılan bireylerin yaşam doyumu ve genel öz yeterlik seviyelerinin daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Bu çalışmada ise ilkokul öğrencilerinin sosyal becerileri ile fiziksel uygunluk ve motor becerileri arasında istatistiksel olarak bir ilişkinin olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Gil-Madrona ve arkadaşları (2014), 10 ders boyunca beden eğitimi çalışmalarının sosyal becerileri geliştirme üzerindeki etkisini incelemiştirlerdir. Araştırmaya

İspanya'daki Albacete eyaletindeki, 9-10 yaş arasında 12 kız, 12 erkek toplam 24 öğrenci katılmıştır. Öğrencilere, 20 soruluk “Sosyal Beceriler Ölçeği” uygulanmıştır. Programın uygulanmasından sonra katılımcıların sosyal becerilerin arttığı tespit edilmiştir. Gil-Madrona ve arkadaşlarının yapmış olduğu çalışma ile bu çalışma birbirini desteklememiştir. Bu çalışmada öğrencilerin sosyal becerileri ile fiziksel uygunluk ve motor becerileri arasında istatistiksel olarak bir ilişkinin olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Gonzalez ve arkadaşları (2010), sosyal becerilerin beden eğitimi sınıfında öğrenilmesi yoluyla çatışmaların çözülmesi amacıyla çalışma yapılmıştır. 9-12 yaş arasında toplam 24 çocuğun sosyal ilişkilerini bilmek amacıyla ilk ve son test olarak sosyogram çalışması ve öğrencinin öğrenme süreci ile ilerleme düzeyini ölçmek için grup görüşmeleri yapılmıştır. Araştırmanın sonucunda; öğrencilerin tutumlarında önemli değişiklikler olduğu, araştırmanın başlangıcında sık rastlanan kişisel çatışmaların doğrusal oranda azaldığını ve öğrencilerin sportif etkinlikler yoluyla sosyal becerilerini ve arkadaşlık ilişkilerini geliştirildiği ortaya konulmuştur. Bu çalışmada ise ilkökul öğrencilerinin sosyal becerileri ile fiziksel uygunluk ve motor becerileri arasında istatistiksel olarak bir ilişkinin olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Demirtaş (2018), orta öğretim öğrencilerinin spor yapma durumlarına göre sosyal becerilerini incelenmiştir. 6 ayrı okulda öğrenim gören ortaöğretim öğrencilerinin oluşturduğu katılımcılara; “Kişisel Bilgi Formu” ile Yüksel’in (1997) Türkçeye uyarladığı “Sosyal Beceri Envanteri” uygulanmıştır. Araştırmanın sonucunda; takım sporu yapan öğrencilerin sosyal beceri puanlarının, sosyal anlatım özelliği bakımından anlamlılık gösterdiği sonucuna varılmıştır. Cinsiyete göre karşılaştırıldığında ise sosyal kontrol alt boyutu ile sosyal anlatımcılık alt boyutu üzerinde anlamlı bir farklılık görülmüştür. Bu çalışmada ise öğrencilerin sosyal becerileri ile fiziksel uygunluk ve motor becerileri arasında istatistiksel olarak bir ilişkinin olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Öztürk (2018), ortaokul öğrencilerinin sosyal becerileri spor yapma bakımından araştırmış ve 639 ortaokul öğrencisi çalışmaya dahil olmuştur. Katılımcılara; “Kişisel Bilgiler Formu” ile Matson ve diğerlerinin geliştirdiği ve Bacanlı ve Erdoğan’ın (2003) Türkçeye uyarladığı “Çocuklarda Sosyal Beceri Değerlendirme Ölçeği” uygulanmıştır. Sonuç olarak; öğrencilerin sosyal becerilerinin birçok değişkenin alt boyutundan etkilendiği belirlenmiştir. Bu çalışmada ise ilkökul öğrencilerinin sosyal

becerileri ile fiziksel uygunluk ve motor becerileri arasında istatistiksel olarak bir ilişkinin olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Dalkıran ve arkadaşları (2015), ortaöğretim öğrencilerinin sosyal becerileri ile spor yapma durumları arasındaki ilişkiyi karşılaştırmıştır. Araştırmaya; 81 spor yapan, 109 spor yapmayan toplam 190 öğrenci katılmıştır. Katılımcılara; Riggio'nun (1986) geliştirdiği ve Yüksel'in (2004) Türkçeye uyarladığı "Sosyal Beceri Envanteri" uygulanmıştır. Sonuç olarak; spor yapan öğrencilerin sosyal becerilerinde anlamlı farklılıklar görülmüş ve sosyal becerilerinin, spor yapmayanlara oranla daha iyi olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu çalışmada ise öğrencilerin sosyal becerileri ile fiziksel uygunluk ve motor becerileri arasında istatistiksel olarak bir ilişkinin olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Çiriş (2014), ortaokul öğrencilerinin sosyal beceri düzeylerini tespit etmek ve sporun sosyal beceriyi geliştirmedeki etkilerini bulmak için Matson, Rotatory ve Hessel'in (1983) geliştirdiği, Erdoğan ve Bacanlı'nın (2003) Türkçe'ye uyarladığı "Çocuklarda Sosyal Becerileri Değerlendirme Ölçeği (MESSY)" kullanılmıştır. Araştırmaya 6,7 ve 8. sınıf öğrencilerinden oluşan toplam 726 ortaokul öğrencisi katılmıştır. Araştırma sonucunda; katılımcıların sosyal beceri düzeylerinin cinsiyet bakımından incelendiğinde anlamlı bir farklılaşma görülmezken öğrencilerin sınıf seviyeleri sosyal beceri düzeyleri üzerinde etkili olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca katılımcıların ebeveyn öğrenim düzeylerine göre sosyal becerilerinin anlamlı düzeyde farklılaştığı, gelir düzeylerinin de beceriler üzerinde etkili olduğu görülmüştür. Bu çalışmada da, ilkokul öğrencilerin sosyal beceri düzeyinin cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermemesi bakımından bu çalışmaya paralellik göstermektedir. Fakat bu çalışmada ebeveynlerin gelir düzeyi ve eğitim durumu ile öğrencilerin sosyal becerileri arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanılmamıştır.

Yıldırım ve Özcan (2011), ortaöğretim öğrencilerinin sosyal beceri düzeyleri ile lisanslı spor yapma durumları arasındaki ilişkiyi tespit etmek istenmişlerdir. Araştırmaya 99 takım sporu yapan, 94 bireysel spor yapan ve 95 spor yapmayan toplam 288 katılımcı dahil edilmiştir. Çalışmada, Riggio'nun (1986) geliştirdiği ve Yüksel'in (1998) Türkçe'ye uyarladığı "Sosyal Beceri Envanteri"nden yararlanılmıştır. Araştırma sonucunda; bireysel ve takım sporu yapan öğrencilerin sosyal becerileri lehine anlamlı bir farklılığa ulaşılmıştır. Bu çalışmada ise

öğrencilerin sosyal becerileri ile fiziksel uygunluk ve motor becerileri arasında istatistiksel olarak bir ilişkinin olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Arslanoğlu (2010), ortaokul öğrencilerinin sosyal becerileri ile spor yapma durumu arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışmaya; aktif şekilde spor yapan ve spor yapmayan 234 kız, 242 erkek, toplamda 476 öğrenci katılmıştır. Riggio'nun (1989) geliştirdiği ve Yüksel'in (1997) Türkçeye uyarladığı sosyal beceri envanteri katılımcılara uygulanmış ve araştırmanın sonucunda, öğrencilerin sosyal becerileri ile spor yapma durumları arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Bu çalışmada ise öğrencilerin sosyal becerileri ile fiziksel uygunluk ve motor becerileri arasında istatistiksel olarak bir ilişkinin olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Balyan (2009), ortaokul ve lise öğrencilerinin sosyal becerilerini ve öz yeterlikleri ile beden eğitimi derslerine karşı tutumları arasındaki ilişkilerin tespit edilmesini amaçlamıştır. 701 erkek, 636 kadın, toplamda 1337 öğrenci çalışmaya katılmıştır. Çalışmada “Beden Eğitimi Dersine Yönelik Tutum Ölçeği”, “Matson Çocuklarda Sosyal Becerileri Değerlendirme Ölçeği” ve “Genel Özyeterlik Ölçeği” kullanılmıştır. Araştırmanın sonucunda, sportif etkinliklere katılan öğrencilerin sosyal becerilerinin pozitif yönde ve yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu çalışmada ise öğrencilerin sosyal becerileri ile fiziksel uygunluk ve motor becerileri arasında istatistiksel olarak bir ilişkinin olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Gözaydın ve arkadaşları (2006), 14 yaş çocuklarının katıldıkları yüzme, dans ve tenis gibi etkinliklerin sosyal gelişimlerine etkisini araştırmıştır. 100 öğrencinin katıldığı çalışmada; tenis, dans ve yüzme etkinlikleri toplamda 180 saat uygulanmıştır. Ayrıca katılımcılara, etkinlik öncesi ve sonrası sosyal gelişim için 15 soruluk test uygulanmıştır. Araştırmanın sonucunda; katılımcıların boş zaman etkinliklerinin sporla geçirilmesi sosyal becerileri olumlu etkilediği sonucuna ulaşılmıştır. Bu çalışmada ise öğrencilerin sosyal becerileri ile fiziksel uygunluk ve motor becerileri arasında istatistiksel olarak bir ilişkinin olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Saygın ve arkadaşları (2012), ilköğretim 3-5. sınıf öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeyleri ve sağlıkla ilişkili fiziksel uygunluk özelliklerinin araştırması amacı ile 122 kız, 122 erkek öğrenciden oluşan toplam 244 katılımcı araştırmaya dahil edilmiştir. Fiziksel uygunluk özellikleri için katılımcılara; boy, kilo, kuvvet , esneklik ve VO2 max. değerleri ölçülmüştür. Bouchard Three—Day Physical Activity Record anketleri ile fiziksel aktivite düzeyi belirlenmiştir. Araştırmanın sonucunda, erkek

öğrencilerin VO2 max, pençe kuvveti, fiziksel aktivite düzeyleri ve günlük enerji tüketiminin kızlardan daha yüksek olduğu, vücut yağ yüzdesi ve esnekliğin ise kızların erkeklerden daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bu çalışmada da benzer olarak erkek öğrenciler durarak uzun atlama testinde kızlar öğrencilerden daha başarılı sonuçlar elde ederken, kızların esneklik parametrelerinin erkeklere oranla daha iyi olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Uçan ve arkadaşları (2018,) lisanslı spor yapan öğrenciler ile spor yapmayan öğrenciler arasındaki fiziksel uygunluk farklılıkları incelenmek istemiştir. 7-10 yaş arasında spor yapan 165 kişi ile spor yapmayan 336 olmak üzere toplam 601 çocuk çalışmaya dahil olmuştur. Katılımcılara; antropometrik ölçümler ve mekik, esneklik, dikey sıçrama, şınav, denge, 20 m hız ve koş-yürü testi uygulanmıştır. Araştırma sonucunda öğrencilerin fiziksel uygunluk gelişimleri için spor branşlarına yönlendirilmelerinin önemli olduğu belirlenmiştir. Spor yapan ve yapmayan öğrencilerin cinsiyetlerine göre benzer fiziksel özelliklere sahip olduğu ve buna karşın erkeklerin, kız öğrencilere göre performans ile ilgili fiziksel uygunluk testlerinde daha başarılı olduğu tespit edilmiştir. Bu çalışmada da benzer olarak çocukların fiziksel uygunluklarının cinsiyetlerine göre farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Ancak durarak uzun atlama gibi kuvvet özelliğinde erkeklerin daha başarılı olduğu ve esneklik özelliğinde ise kızların daha başarılı olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Sever ve arkadaşları (2017), 8-14 yaş çocuklarının motorik özellikleri incelemiştir. 243 katılımcıya; esneklik, denge, plate tapping, görsel-işitsel reaksiyon, pençe kuvveti, bacak kuvveti, durarak uzun atlama, dikey sıçrama, bara asılma, mekik, 6 dakika koş-yürü testleri uygulanmıştır. Araştırmanın sonucunda yaş ve cinsiyete göre benzer özellikler gösterildiği, bara asılma ve denge testlerinin diğer testlere göre yüksek beceri farklılıkları gösterdiği bulunmuştur. Sever ve arkadaşlarının çalışmasına paralel olarak bu çalışmada da kuvvet ve esneklik dışında motorik özelliklerin yaş ve cinsiyete göre anlamlılık göstermediği bulunmuştur. Fiziksel uygunluk düzeyinin ise yaş ile paralel olarak geliştiği sonucuna ulaşılmıştır.

Erikoğlu ve arkadaşları (2009), gerçekleştirdikleri “7-12 yaş çocuklarda cinsiyet ve yaş gruplarına göre Eurofit test bataryası ile performans parametrelerinin değerlendirilmesi ve fiziksel ve fizyolojik özelliklerinin belirlenmesi” adlı çalışmalarında, 203 ilköğretim öğrencisine; sağlık topu fırlatma, denge, otur-eriş, , 20

m. sprint, mekik testi, plate tapping, dikey sıçrama ve 20m. mekik koşusu testleri uygulanmışlardır. Sonuç olarak, 10 yaştan önce performans parametreleri arasında cinsiyete göre anlamlı fark görülmemiştir. 10 yaş ve sonrasında erkek çocuklarda anaerobik güç üst, extremite kuvveti ve VO2max değerleri arasında anlamlı fark olduğu tespit edilmiştir. Erikoğlu ve arkadaşlarının çalışmasına paralel olarak bu çalışmada da fiziksel uygunluğun yaş ile beraber doğrusal olarak gelişim gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır.

Çelik ve arkadaşları (2013), ilkokulda öğrenim gören erkek ve kız öğrencilerinin fiziksel ve motorik değerlerini cinsiyete göre karşılaştırmışlardır. Çalışmaya 7,8 ve 9 yaş grubu 533 kız, 497 erkek toplam 1050 öğrenci katılmıştır. Daha sonra katılımcıların antropometrik ölçümleri yapılmış ve BKİ düzeyleri hesaplanmıştır. Sonuç olarak; spor yapmayan öğrencilerin benzer fiziksel özelliklere sahip olurken, performansla ilgili fiziksel uygunluk test sonuçlarında erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre daha iyi performans gösterdiği tespit edilmiştir. Çelik ve arkadaşlarının çalışmasına paralel olarak bu çalışmada da kız ve erkekler arasında büyük bir farklılık olmadığı, erkeklerin sadece durarak uzun atlama da kızlardan daha başarılı performansla sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Kurt (2018), ilkokul öğrencilerinin bazı motorik ve antropometrik özelliklerini spor yapma ve spor yapmama durumuna göre incelemiştir. 6-10 yaş grubu 60 kız, 60 erkek toplamda 120 öğrenciden oluşan örneklem grubundan, 60 kişi sadece beden eğitimi derslerine katılmış, diğer 60 kişi ise beden eğitimi dersleri ile beraber haftada 2 gün (90 dk.) toplamda 12 hafta süren antrenman programına katılmıştır. 12 haftalık sonunda tüm deneklere son testler uygulanmış ve araştırmanın sonucunda; fiziksel gelişimin sadece sporla ilgili olmadığı, fiziksel büyümenin de bu yaş grubunda etkili olduğu belirlenmiştir. Motor becerilerde ise esneklik ve reaksiyon değerlerinde antrenmanın anlamlı bir etkisine rastlarken, dikey sıçrama ve süratte anlamlı bir fark oluşturulmasına karşılık olumlu bir ilerleme gösterildiği sonucuna ulaşılmıştır. Kurt'un çalışmasına bakıldığında, bu çalışmada da fiziksel uygunluğun yaşa göre bir anlamlılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Fiziksel uygunluğun yaşla birlikte doğru orantıda gelişim gösterdiği görülmüştür.

6. SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırmanın konusunu ‘‘İlkokul Öğrencilerinde Fiziksel Uygunluk, Motor Beceri ve Sosyal Beceri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi’’ oluşturmaktadır. Çalışmaya, İstanbul ili, Büyükçekmece İlçesi’nde bulunan Mimar Sinan Özel İlkokulu’nda eğitim gören 1,2,3 ve 4. sınıf öğrencileri katılmıştır. Araştırmada fiziksel uygunluk ve motor beceri ölçümlerine; 90 kız, 87 erkek, toplamda 177 kişi katılmıştır. Araştırmaya katılan öğrencilerin, %47’sini 1.sınıf öğrencisi, %51’i 2.sınıf öğrencisi, %35’i 3.sınıf öğrencisi ve %44’ü 4.sınıf öğrencisi oluşturmaktadır. 1.sınıf öğrencileri 7, 2.sınıf öğrencileri 8, 3.sınıf öğrencileri 9 ve 4.sınıf öğrencileri 10 yaş grubundadır. Sosyal beceri derecelendirme ölçeğine ise yine aynı çalışma grubundan oluşan 75 kız, 77 erkek öğrenci katılmıştır.

6.1. Sonuç

Kaba motor becerileri ölçülen öğrencilerin test sonuçlarına göre; lokomotor becerilerinin cinsiyetlerine göre anlamlı bir farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Buna karşılık top becerileri ile toplam kaba motor becerilerinin cinsiyetlere göre anlamlı bir farklılık oluşturduğu bulunmuştur. Erkek öğrencilerin top becerilerinin ve kaba motor becerilerinin, kız öğrencilerine göre daha iyi olduğu sonucu ortaya çıkmıştır. Bulgular incelendiğinde erkek öğrencilerin top becerileri ve kaba motor becerilerinin kız öğrencilere göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde daha iyi olmasının sebebinin; erkek öğrencilerin, kız öğrencilere göre daha fazla topla oynanan sporlar ile ilgilenmesi, tenffüs ya da boş zamanlarında futbol, basketbol gibi topla oynanan oyunlara yönelmelerinden kaynaklandığı düşünülmektedir. Kaba motor becerilerin yaşa göre anlamlı bir farklılık gösterdiği belirlenmiştir. 9 ve 10 yaşındaki öğrencilerin motor becerilerinin, 7 yaşındaki öğrencilere oranla daha iyi olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonucun ise 1. sınıf öğrencilerinin temel hareketler döneminin son fazında olması, 2, 3 ve 4. sınıf öğrencilerinin ise spor hareketleri döneminde olması yaşa göre motor beceriler arasındaki farkı açıklamaktadır.

Fiziksel uygunlukları ölçülen ilkököl öğrencilerinin test sonuçlarına göre; 20 m sürat, 10x5 mekik koşusu, dikey sıçrama, disklere dokunma ve mekik testi ölçümlerinin cinsiyete göre anlamlı bir fark göstermediği sonucuna ulaşılırken; durarak uzun atlama ve otur-eriş testlerinin cinsiyetlere göre anlamlı bir farklılık gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır. Durarak uzun atlamada erkeklerin, kızlara oranla daha başarılı olduğu; kızların ise otur-eriş testlerinde erkeklere oranla daha başarılı olduğu tespit edilmiştir. Saygın ve arkadaşları (2012) tarafından gerçekleştirilen çalışmada, erkek çocukların pençe kuvveti, VO2 max, günlük enerji tüketimi ve fiziksel aktivite değerlerinin kızlardan daha yüksek olduğu, esneklik ve vücut yağ yüzdesinin ise kızların erkeklerden daha iyi olduğunu bulması bu çalışmaya paralellik göstermektedir.

Fiziksel uygunluk ölçümlerinin yaşa göre karşılaştırılması sonucunda ise fiziksel uygunluk testlerinin yaşa göre anlamlı bir farklılık gösterdiği belirlenmiştir. Fiziksel uygunluk gelişiminin yaşla beraber doğrusal oranda gelişme gösterdiği sonucuna varılmıştır. Bunun sebebinin ise ilkököl çağında, kız ve erkeklerde kuvvet artışı benzer olması ve yaşla beraber gelişme göstermesidir. Erken gelişim gösteren çocuklar, arkadaşlarından daha kuvvetli olabilmektedirler. Çocukların esneklik özellikleri ise 5 ve 8 yaşa kadar sabitken, 12-13 yaşına kadar doruk noktaya ulaşp daha sonra yaşla birlikte azalma göstermektedir. “Kızlar tüm yaş gruplarından erkeklere oranla daha esnektirler (Özer ve Özer 2016)” cümlesi ise çalışmada bulunan kızların erkeklere oranla daha esnek çıkması sonucunu desteklemektedir. Erikoğlu ve arkadaşları (2009) çalışmalarında 10 yaştan itibaren, özellikle erkek çocuklarda anaerobik güç, üst extremite kuvveti ve tahmini VO2max değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı fark tespit etmiştir. Bu da çocukların fiziksel uygunluklarının 10 yaşa kadar benzer özellikte olurken, 10 yaştan itibaren anlamlı bir farklılık oluşturduğunu göstermektedir.

Sosyal becerilerin yaşa ve cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermediği saptanmıştır. Çiriş (2014), çalışmasında katılımcıların sosyal beceri düzeylerinin cinsiyet bakımından incelendiğinde anlamlı bir farklılaşma görülmediği sonucunu bularak bu çalışmaya paralellik göstermiştir. Aynı zamanda ilkököl öğrencilerinin sosyal becerileri ile kardeş sayısı, ebeveynin eğitim ve gelir düzeyi arasında da anlamlı bir farklılık göstermediği bulunmuştur. Arslan (2016), tarafından yapılan çalışmada ise çocukların sosyal beceri düzeylerinin anne ve babanın eğitim düzeyi,

algılanan aile tutumu, ekonomik durum, okulöncesi eğitim alma durumuna göre istatistiksel açıdan anlamlılık olduğu, buna karşın kardeş sayısı ve cinsiyet istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olmadığını bulmuştur. Kardeş sayısı ve cinsiyete göre anlamlı bir farkın olmaması bu çalışmaya paralellik göstermektedir.

Yapılan literatür çalışmalarında; Gözaydın ve arkadaşları (2006), araştırmaları sonucu; boş zamanları sportif etkinlikler ile geçirmenin sosyal beceriyi olumlu etkilediği sonucuna ulaşmışlardır. Balyan (2009) ise çalışmasında spor etkinliklerine katılanların sosyal becerilerinin daha yüksek seviyede olduğunu belirlemiştir. Arslanoğlu (2010), çalışmasında; ortaöğretimde okuyan ve spor yapan öğrenciler ile sosyal beceriler arasında anlamlı bir farklılık tespit etmiştir. Dalkıran ve arkadaşları (2015), yaptıkları çalışmada spor yapan katılımcıların sosyal becerilerinin daha fazla olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Parlar (2019), çalışmasında beden eğitime ilişkin tutumlar ile sosyal beceri arasında pozitif yönde zayıf bir ilişki bulunurken, bu çalışmada öğrencilerin sosyal becerileri ile fiziksel uygunluk ve motor becerileri arasında bir ilişkiye rastlanılmamıştır.

Sonuç olarak; ilkokul öğrencilerinin fiziksel uygunluk ve motor becerileri arasında anlamlı bir ilişki varken, sosyal beceriler ile fiziksel uygunluk ve motor beceri arasında anlamlı bir ilişki olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonucun, örneklem grubu sayısından etkilenebileceği düşünülmektedir. Ayrıca Covid-19 sebebi ile bir yılı geçen süredir evde olan ve sosyal ortamlarda bulunamayan çocukların, bu süreçteki sosyal becerilerinde değişkenlik gösterebileceği, bunun da sosyal beceri derecelendirme anketindeki cevapları etkilemiş olabileceği, velilerin anketi cevaplarken objektif davranmamış veya sorulara odaklanmamış olabilecekleri düşünülmektedir. Bunun yanı sıra literatüre bakıldığında büyük ölçüde, sosyal beceri ve beden eğitime yatkınlık, tutum, spor yapma ve spor yapmama durumları karşılaştırılmıştır. Fiziksel uygunluk ve motor becerilerin, sosyal beceri ile arasındaki ilişki incelenmemiştir.

Bu sonuca göre; ilkokul öğrencilerinde motor beceri ve fiziksel uygunluk arasında anlamlı bir ilişki vardır. Fiziksel uygunluk düzeyini geliştirmek için fiziksel aktiviteye katılım sağlanmalı ve bu şekilde motor beceriler de geliştirilmelidir. Fiziksel uygunluk düzeyi gelişmemiş, oyun ve fiziki aktivitelere katılmayan çocukların motor beceri gelişimleri de buna paralel olarak etkilenmektedir.

6.2. Öneriler

Burada çalışmanın gerçekleştirilmesi aşamasında ve sonrasında elde edilen bilgilere göre ilkokul öğrencilerinin fiziksel uygunluk, motor beceri ve sosyal becerilerine ilişkin araştırma yapanlara öneriler aşağıda verilmiştir:

1. Özellikle ilkokul dönemindeki çocuklarda, motor beceri ve fiziksel uygunluk düzeyini belirlemek, gelecekte karşılaşılabilecek sağlık problemlerine karşı tedbir almayı sağlayabilmektedir. Bundan dolayı okullarda düzenli olarak fiziksel uygunluk ve motor beceri testleri uygulanmalıdır.
2. Çocukların sporla ilişkili hareketler döneminde başarılı olabilmeleri büyük oranda temel hareketler döneminin nasıl geçtiğine bağlıdır. Bu sebeple okullarda çocukların motor becerilerini geliştirecek programlar oluşturulmalıdır ve bu dersleri beden eğitimi ve spor öğretmenleri vermelidir. Böylece gelecekte spor branşlarında daha fazla başarı elde edilebilir.
3. Çocukların motor beceri ve fiziksel uygunlukların gelişmesi adına günlük yaşamlarında hareket etmeleri sağlanmalıdır. Özellikle günümüzde Covid-19 ve pandemi nedeniyle çocuklar evlerde hareketsiz bir yaşam sürmektedirler. Bu yaş grubunun motor beceri anlamında kritik dönemde olduğunu düşünürsek, bu dönemde hareketin çok daha önemli olduğunu görebiliriz.
4. Araştırmaya yönelik ise farklı yaş gruplarında motor beceri, sosyal beceri ve fiziksel uygunluk kavramları incelenebilir.
5. Örneklem grubunun daha fazla tutulması ve araştırma zamanının genişletilmesiyle araştırma daha kapsamlı hale getirilebilir.
6. İlkokul öğrencilerinde motor beceri ve fiziksel uygunluğun iletişim becerisi ya da beden eğitimi ve spor dersine karşı tutum üzerindeki etkisi incelenebilir.

KAYNAKLAR

- Açıkada, C. Ergen, E.** (1990). *Bilim ve Spor*, Tek Ofset Matbaacılık, Ankara.
- Akgün, Ö. K., Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E. K., Demirel, F. ve Karadeniz, Ş.** (2008). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Pegem Akademi, Ankara.
- Akkök, F.** (2006). *İlköğretimde Sosyal Becerilerin Geliştirilmesi Öğretmen El Kitabı*, (4. Basım). Özgür yayınları, İstanbul.
- Aracı, H. ve Aracı Ş.** (2014). *Spor Bilimleri Öğretimi*. Eylül Ofset. 1. Basım Grafiker Rek. San. ve Tic. Ltd Şti, Ankara.
- Arslan, A.** (2016). *İlkokul Birinci Sınıf Öğrencilerinin Sosyal Becerilerinin İncelenmesi*. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Giresun Üniversitesi.
- Arslanoğlu, C.** (2010). *Spor Yapan ve Spor Yapmayan Ortaöğretim Öğrencilerinin Sosyal Beceri Düzeylerinin Karşılaştırılması: Kars ili örneği* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Avcıoğlu, H.** (2005). *Etkinliklerle Sosyal Beceri Öğretimi*. Kök Yayıncılık, Ankara.
- Bacanlı, H.** (1999), *Sosyal Beceri Eğitimi*. Nobel Basım Dağıtım, Ankara.
- Bacanlı, H. ve Erdoğan Filiz, E.** (2003). Matson Çocuklarda Sosyal Becerileri Değerlendirme Ölçeğinin (MESSY) Türkçeye Uyarlanması, Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri (KUYEB), *Uluslararası ve Hakemli Eğitim Bilimleri Dergisi*, 3(2), 351-379.
- Bacanlı, H.** (2014). *Sosyal Beceri Eğitimi* (5. baskı). Pegem Akademi Yayın, Ankara.
- Bacanlı, H.** (2015). *Eğitim Psikolojisi* (22. baskı). Pegem Akademi, Ankara.
- Balyan, M.** (2009). *İlköğretim 2. Kademe ve Ortaöğretim Kurumlarındaki Öğrencilerin Beden Eğitimi Dersine Yönelik Tutumları Sosyal Beceri ve Özyeterlik Düzeylerinin Karşılaştırılması* (Yayınlanmamış doktora tezi). Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Berk L.E.,** (2013). *Child Development* (9th Ed.). Pearson Education, Upper Saddle River, NJ.
- Binbaşoğlu C.** (1190) *Gelişim Psikolojisi*. Kadioğlu Matbaası, Ankara.
- Breckenridge, E. M., Vincet, E. L.,** (1955). *Child Development*. WB Saunders Company. London.
- Burton, A.W. ve Miller, D.E.** (1998) *Movement Skill Assessment*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Cartledge, G. ve Milburn, J. F.** (1983). *Social Skills Assessment and Teaching In The Schools*. Advances in School Psychology, (Ed. T. R. Kratochwili) London Lawrence 3(4), 74137.

- CDDS.** (1983). *Testing Physical Fitness: EUROFIT. Experimental Battery Provisional Handbook*, Council of Europe, Strasbourg.
- Ceylan, Ş.** (2009). *Sosyal-Duygusal Erken Çocukluk Ölçeğinin Geçerlik-Güvenirlilik Çalışması ve Okul Öncesi Eğitim Kurumuna Devam Eden Beş Yaş Çocuklarının Sosyal-Duygusal Davranışlarına Yaratıcı Drama Eğitiminin Etkisinin İncelenmesi*, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Cratty J. B.** (1979) *Movement Behavior and Motor Learning*. Lea. Febiger, Philadelphia.
- Cüceloğlu D.** (1992) *İnsan ve Davranışı*. Remzi Kitabevi, İstanbul.
- Çelik, A., Günay, E., & Aksu, F.** (2013). *7-9 Yaş Grubu İlköğretim Öğrencilerinin Fiziksel ve Motorik Özelliklerinin Değerlendirilmesi*. Dokuz Eylül Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi, 27(1), 7-13.
- Çimen, N.** (2009). *Okul Öncesi Eğitim Programında Altı Yaş Grubu Çocukların Sosyal Becerilerinin Gerçekleşme Düzeyi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.
- Çiriş, V.** (2014). *Spor Yapan ve Yapmayan Ortaokul Öğrencilerinin Sosyal Beceri Düzeylerinin Karşılaştırılması* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Çubukçu, Z. ve Gültekin, M.** (2006). *İlköğretimde Öğrencilere Kazandırılması Gereken Sosyal Beceriler*. Bilig, 37, 155-174.
- Darwish, D., Esquivel, G. B., Houtz, J. C. & Alfonso, V. C.** (2001). *Play and Social Skills In Maltreated and Non-Maltreated Preschoolers During Peer Interactions*. Child Abuse and Neglect, 25, 13-31.
- Dalkılıç, M.** (2011). *İlköğretim Öğrencilerinin Sportif Faaliyetlere Katılım Düzeyi ve İletişim Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Master's Thesis, Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Spor Öğretmenliği Ana Bilim Dalı).
- Dalkıran, O., Aslan, C. S., Gezer, E. D. ve Vardar, T.** (2015). *Sporcu ve Sedanter Öğrencilerin Sosyal Beceri Düzeylerinin Karşılaştırılması*. Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 7(13), 224–230.
- Demirtaş, S.** (2018). *Spor Yapan ve Yapmayan Ortaöğretim Öğrencilerinin Sosyal Beceri Düzeylerinin Karşılaştırılması* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Balıkesir Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Balıkesir.
- Dencla B. M.** (1974) *Development Of Motor Coordination In Normal Children*. *Developmental Medicine Child Neurology*, 16, 729-741.
- Denham, A., Hatfield, S., Smethurst, N., Tan, E., and Tribe, C.** (2006). *The Effect of Social Skills Interventions In The Primary School*. *Educational Psychology in Practice*. 22(1), 33–51.
- Dereobalı N.** (2005). *Okul Çağında Çocuk Gelişimi ve Eğitimi*, İstanbul: Morpa Kültür Yayınları. Ersöz Y, 2012.
- Doğan, O.** (2005). *Spor Psikolojisi*. Nobel Yayın Dağıtım. Ankara.

- Erikoğlu, G., Özkamçı, H., Golmoghani, N., Suveren, C., Tuğçe, T. O. T., Şahin, N., & Güzel, N. A.** (2009). 7–12 Yaş Çocuklarda Cinsiyet ve Yaş Gruplarına Göre Eurofit Test Bataryasına Göre Performans Parametrelerinin Değerlendirilmesi. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 14(4), 49-64.
- Feldman, RS.** (2004). *Child Development* (3rd Ed.). Pearson Education, Upper Saddle River, NJ.
- Fletcher, G., Balady, G., Blair, SN., Blumenthal, J., Caspersen, CJ., & Chaitman, B.,** (1996). *Statement On Exercise: Benefits and Recommendations For Physical Activity*.
- Frankenburg, W.K., Dodds, J.B.,** (1990). *Denver II Screening Manual*. Çeviren: Anlar, B., Yalaz, K., *Denver II Gelişimsel Tarama Testi Türk Çocuklarına Uyarlanması ve Standardizasyonu*.
- Gallahue D.** (1982) *Understanding Motor Development in Children*. Jhon Wiley&Sons. New York.
- Gallahue D. and Ozmun, J. C.** (1998). *Understanding Motor Development; Infants, Children, Adolescents, Adults*. C. Brown & Benchmark Publishers, 541 p. Dubuque.
- Gallahue, D.L. and Ozmun, J.G.** (2006) *Understanding Motor Development: Infants, Children, Adolescents, Adults*. (6th Ed.) [International Edition], Mcgraw- Hill Companies, 524 P., New York.
- Gander, J M., Gardiner, W. H.,** (1993) *Çocuk ve Ergen Geilişimi*, Çev: Onur B. (ed.) İmge Kitabevi, Ankara.
- Genç, S. Z.** (2005). İlköğretimde Sosyal Becerilerin Gerçekleşme Düzeyinin Belirlenmesi Üzerine Bir Araştırma. *Gazi Üniversitesi Kastamonu Eğitim Dergisi*, 13(1), 41–54.
- Gesell, A.** (1940). *The First Five Years of Life*. Harper. Brothers Publishers. London.
- Gil-Madrona, P., Samalot-Rivera, A., Gutiérrez Marín, E. C., Ródenas-Jiménez, J. and Ródenas-Jiménez, M. L.** (2014). *Improving social skills through physical education in elementary 4th year*. *American Journal of Sports Science and Medicine*, 2(6), 5-8.
- Gonzalez, M. C., Regalado, M., Guerrero, J. T.** (2010). *Teaching and Learning Social Values: Experience of Resolution of Conflicts In The Classroom of Physical Education Across The Learning of Social Skills*. *Journal of Human Sport and Exercise*, 5(3), 497-506.
- Graham, G.** (1987). *Motor Skill Acquisition -An Essential Goal of Physical Education Programs*. *JOPERD*, 58, 44-48.
- Gresham, F. M. and Elliott, S.** (1989). *Social Skills Deficits As A Primary Learning Disability*. *Journal of Learning Disabilities*, 22(2), 120-124.
- Gresham, F. M., Suga, G. and Horner, R. H.** (2001). *Interpreting Outcomes of Social Skills Training For Students With High-Incidence Disabilities*. *Exceptional Children*, 3(67), 331.

- Gutin B, Manos T, Strong W.,** (1992). Defining Health and Fitness: First Step Toward Establishing Children's Fitness Standards, *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 63(2), 128-132.
- Gökbel, H., Çalışkan S.** (1991). Eurofit Testleri ve Kullanımı. *S.Ü. Tıp Fakültesi Dergisi* 7(4), 557-560.
- Gökmen H, Karagül T, Aşçı H. F.** (1993) *Psikomotor Gelişim*. T.C. Başbakanlık Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü, Ankara.
- Gözaydın, G., Bayazıt, B. ve Cantürk, M.** (2006, Kasım). *13-14 Yaş Okul Çağı Ergenlik Döneminde Uygulanan Dans, Yüzme ve Tenis Etkinliklerinin Çocuğun Sosyal Gelişime Etkisi*. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi'nde sunulan bildiri, Muğla Üniversitesi, Muğla.
- Gülay, H., Akman, B.** (2009). *Okul Öncesi Dönemde Sosyal Beceriler*. (1.basım). Pegem Akademi Yayıncılık, Ankara.
- Güler, D.,** (2003). *8-10 Yaş Grubu Erkek Çocuklarda AAHPERD Fiziksel Uygunluk Test Bataryasının Sosyo-Ekonomik Düzey İle İlişkilendirilmesi*, Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Hahn, E.,** (1982). *Kindertraining*. blv Sportwissen. München.
- Hargie, V., Dickson, D. and Tourish, D.** (1994). *Communication Skills Training and The Radiography Profession: A paradigm For Fraining and Development*. *Research in Radiography*, 3, 8-18.
- Harré, R. y Secord, P.** (1972). *The explanation of social behaviour*. Oxford: Blackwell.
- Harsha, D.W.** (1995). *The Benefits Of Physical Activity In Childhood*. *Am. J. Med. Sci.* Dec: 310 Suppl 1: S109-13.
- Horvat, M., Block, M.E., & Kelly, L.E.** (2007). *Developmental and adapted physical activity assesment*. Champaign: Human Kinetics.
- Horvat, M., Eichstaedt, C., Kalakian, L., & Croce, R.** (2003). *Developmental/adapted physical education: making ability count* (4th ed.) San Francisco: Cummings.
- Kail R.V.,** (2004). *Children and Their Development* (3rd Ed.). Pearson Education, Upper Saddle River, NJ.
- Kalish, S.** (1996). *Çocuğunuz İçin Spor ve Fitnes*. Türkçesi: Tuncer Büyükonat. Beyaz Yayınları, İstanbul.
- Kalyon, T. A.** (1997). *Özürlülerde Spor*. Bağırhan Yayınevi. Ankara.
- Kandır, A.** (2007). *Gelişimde 3-6 yaş*. (4. basım). İstanbul: Morpa Yayıncılık.
- Karasüleymanoğlu, A.** (1995). *Yeni Boyutlarıyla Spor*. Ozan Dağıtım. Ankara.
- Kerkez, F. İ.** (2013). *Türkiye'de Çocuklarda Motor Gelişimin Değerlendirilmesinde TGMD-2 Uygulamalarına Bir Bakış*. *Spor Bilimleri Dergisi*, 24(3), 245-254.
- Kephart, C.N., Godfrey, B.B.,** (1973). *Movement Patterns and Motor Education*. Prentice Hall, Inc. New Jersey.

- Kurt, E.** (2018). *6-10 Yaş Arası Spor Yapan ve Yapmayan İlkokul Öğrencilerinin Bazı Antropometrik ve Motorik Özelliklerinin İncelenmesi* (Master's thesis, Bursa Uludağ Üniversitesi).
- Leary, M. R.** (1982). *Social Anxiety, Review of Personality and Social Psychology*. Beverly Hills: Calif/Sage.
- Martin, D.** (1988). *Training im Kindes-und Jugendalter*. Schorndorf.
- McFall, M. R.** (1982). *A review and Reformulation of The Concept of Social Skills*. Behavioral Assesment, 4, 1-33.
- Mischel, T.** (1975). *Human Action*. Newyork: Academic Press.
- Michelson. L. ve ark.** (1981). *Social Skills Assessment of Children*. B. B. Lahey ve A.E. Kazdin (Eds) *Advances in Clinical Child Psychology*. N. Y. Plenum Press.
- Muratlı, S., Kalyoncu, O., Şahin, G.** (2011). *Antrenman ve Müsabaka*. Kalyoncu Spor ve Danışmanlık San. Tic. Ltd. Şti. İstanbul.
- Muratlı, S.** (1197). *Çocuk ve Spor*. Bağırhan Yayinevi, Kültür Maatbası, Ankara.
- Özer, K., Sayın, M., Hasırcı, S.** (1992). *Türk Cimnastiğinde Yetenek Belirleme Projesi ve Sonuçları*. II. Spor Bilimleri Kongresi. Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Özer, D., ve Özer K.** (2016). “Çocuklarda Motor Gelişim.” Nobel Yayınları, Ankara.
- Özer, K.** (2020). “*Fiziksel Uygunluk*” 7.Baskı, Nobel Yayınevi, Ankara.
- Öztürk, Y. A.** (2018). *Spor Yapan ve Yapmayan Ortaokul Öğrencilerinin Sosyal Beceri Düzeylerinin Araştırılması: Kütahya ili örneği* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Dumlupınar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kütahya.
- Parlar, F.** (2019). *Ortaokul Öğrencilerinin Beden Eğitimi Yatkinlıkları ile Sosyal Beceri Düzeyleri Arasındaki İlişki* (Doctoral dissertation, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü (Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği).
- Pate, R. R., Freedson, P. S., & Sallis, J. F.** (2002). *Compliance with Physical Activity Guidelines: Prevalence in a Population of Children and Youth*, AEP 12: 303–308
- Patton, M. Q.** (2002). *Qualitative Research and Evaluation Methods*. Sage Publications: Thousand Oaks.
- Payne VG, Isaacs LD.** (2011). *Human Motor Development: A Lifespan Approach*. (8th edition) McGraw Hill, USA.
- Reigal, R. E., Videra, A. and Gil, J.** (2014). *Physical Exercise, General Self-Efficacy and Life Satisfaction in Adolescence*. Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, 14(55), 561-576.
- Richards, A. J.** (2018). *Kentuckian Middle School Students’ Self-Efficacy and Their Participation in Physical Sports: A correlation study* (Unpublished doctoral thesis). Liberty University, Virginia.

- Riggio, R. E.** (1986). *Assessment of Basic Social Skills*. Journal of Personality and Social Psychology, 51, 647-660.
- Roche, A. F., Heymsfield S. B., Lohman T. G.** (1996). *Human Body Composition*. Human Kinetics. Campaign, IL.
- Saygın, Ö.** (2012). *Çocuklarda Fiziksel Aktivite Düzeyleri ve Vücut Kompozisyonlarının Belirlenmesi*. Muğla Üni. Basımevi. Muğla.
- Saygın, Ö., Taşkınöz, C., & Göral, K.** (2012). *İlköğretim 3-5. Sınıf Öğrencilerinin Fiziksel Aktivite Düzeyleri ve Sağlık İlişkili Fiziksel Uygunluk Özelliklerinin Araştırılması*.
- Sever, O., Fatmanur, E. R., Sivrikaya, M. H., İlhan, Ş. E. N., & Yılmaz, H. H.** (2017). 8-14 Yaş Çocuklarda Motorik Becerilerin İncelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 19(2), 18-28.
- Swindells, D. ve Stagnitti, K.** (2006). *Pretend Play and Parents'view of Social Competence: The Construct Validity of The Child-Initiated Pretend Play Assessment*. Australian Occupational Therapy Journal (53), 314-324.
- Takami, K.** (2015). *The Relationship Between Social Skills and Sports Activities Among Chinese College Students*. Psychology, 6, 393-399.
- Tanrıöğen, A.** (2009). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Seçkin Yayınevi, Ankara.
- Trower, P. and Curran. P.** (1982). *Toward a Generative Model of Social Skills: A Critique and Synthesis*. In J. P. Curran & P. M. Monti (Eds.), *Social Skills Training: A Practical Notebook for Assessment and Treatment* (pp. 427-599). New York: Guilford Press.
- Uçan, İ., Buzadağlı, Y., & Ağgön, E.** (2018). Çocuklarda Sporun Fiziksel Uygunluk Üzerine Etkisinin İncelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 20(3), 123-133.
- Webster, E. K., Ulrich, D.** (2017). *Evaluation of The Psychometric Properties of The Test of Gross Motor Development-third edition*. Journal of Motor Learning and Development, 5(1), 45-58.
- Westwood, P.** (2007). *Commonsense Methods for With Special Needs Strategies forthe Regular Classroom*. Newyork: Taylor &Francis e-Library.
- Willmore, J.H., Costill, D.L.** (1988). *Training for Sport and Activity*. Human Kinetics. Campaign, IL.
- Winnick, J.P., & Short, F.X.** (1999). *The Brockport Physical Fitness Test Manuel & Training Guide*. Champaign: Human Kinetics.
- Wolff P. H., Gunnoe C. E., Cohen C.** (1983) *Associated Movements as a Measure of Developmental Age*. Developmental Medicine and Child Neurology. Vol. 25. 417-429.
- Yalçın, H.F.** (1995). *Beden Eğitimi Öğretmeni El Kitabı*, 57, 66, G.Ü. İletişim Fakültesi Basımevi, Ankara.
- Yamaner, F.** (2001). *Beden Eğitimi ve Sporda Temel İlkeler*, Ekin Kitabevi, Ankara.
- Yavuzer, H.** (2007). *Çocuk Psikolojisi*. (20. Baskı). Remzi Kitabevi, İstanbul.

- Yıldırım, S. ve Özcan, G.** (2011). Lisanslı Olarak Takım Spor ve Bireysel Spor Yapan ile Spor Yapmayan Ortaöğretim Öğrencilerinin Sosyal Beceri Düzeylerinin Karşılaştırılması. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1(23), 109–134.
- Zorba, E.** (2006). *Herkes İçin Yaşam Boyu Spor*. Nobel Yayıncılık. Ankara.
- Zorba, E. ve Saygın, Ö.** (2009). *Fiziksel Aktivite ve Uygunluk*. Ankara: İnceler Ofset Matbaası.



EK-2: Veli Onay Formu

Veli Onay Mektubu

Sayın Veliler, Sevgili Anne-Babalar,

İstanbul Gedik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü olarak Yüksek Lisans Bitirme tezi kapsamında “İLKOKUL ÖĞRENCİLERİNDE MOTOR BECERİ, FİZİKSEL UYGUNLUK VE SOSYAL BECERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ” başlıklı araştırma projesini yürütmekteyiz. Araştırmamızın amacı fiziksel uygunluk, motor beceri ve sosyal beceri arasındaki ilişkiyi incelemektir. Bu amaçla çocuklarınızın bazı fiziksel performans testlerine katılması ve sizin ise sosyal beceri anketleri doldurmanıza ihtiyaç duymaktayız.

Katılmasına izin verdiğiniz takdirde çocuğunuz fiziksel performans testlerine okulda beden eğitimi ve spor dersi saatinde katılacaktır. Anne-baba anketleri ise size çocuğunuz aracılığıyla ulaştırılacaktır. Size zarf içinde gönderilecek anketlerin doldurulması gerekmektedir. Çocuğunuzun katılacağı fiziksel performans testlerinde onun psikolojik ve fizyolojik gelişimine olumsuz etkisi olmayacağından emin olabilirsiniz. Sizin dolduracağınız anketlerde cevaplarınız kesinlikle gizli tutulacak ve bu cevaplar sadece bilimsel araştırma amacıyla kullanılacaktır. Bu formu imzaladıktan sonra hem siz hem de çocuğunuz katılımcılıktan ayrılma hakkına sahipsiniz. Araştırma sonuçlarının özeti tarafımızdan okula ulaştırılacaktır.

Anketi doldurarak ve çocuğunuzun katılacağı fiziksel performans testleri ile bize sağlayacağımız bilgiler çocukların fiziksel uygunluk, motor beceri ve sosyal becerileri arasındaki ilişkinin saptanmasına önemli bir katkıda bulunacaktır. Araştırmayla ilgili sorularınızı aşağıdaki e-posta adresini veya telefon numarasını kullanarak bize yöneltebilirsiniz.

Saygılarımızla,

Beden Eğitimi ve Spor Öğretmeni: Bahar TOKMAK

Lütfen bu araştırmaya katılmak konusundaki tercihinizi aşağıdaki seçeneklerden size en uygun gelenin altına imzanızı atarak belirtiniz ve bu formu çocuğunuzla okula geri gönderiniz.

- A) Bu araştırmaya tamamen gönüllü olarak katılıyorum ve çocuğum’nın da katılımcı olmasına izin veriyorum izin vermiyorum
- B) Çalışmayı istediğim zaman yarıda kesip bırakabileceğimi biliyorum ve verdiğim bilgilerin bilimsel amaçlı olarak kullanılmasını kabul ediyorum. Kabul etmiyorum

Veli Adı-Soyadı

İmza

EK-3: Gönüllü Bilgilendirme Formu

GÖNÜLLÜ VE VELİ BİLGİLENDİRME FORMU

- 1. Çalışmanın adı: İLKOKUL ÖĞRENCİLERİNDE MOTOR BECERİ, FİZİKSEL UYGUNLUK VE SOSYAL BECERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**
- 2. Araştırmacıların adları ve kurumları.**
Doç. Dr. Mehmet ŞAHİN- Gedik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi
Bahar Tokmak- Mimar Sinan Eğitim Kurumları
- 3. Araştırmanın amacı ve kısa özeti:**
Bu araştırmada; motor beceri ve fiziksel uygunlukları değerlendirilen çocukların sosyal becerilerinde ne kadar başarılı olduğu araştırılmak istenmiştir. Böyle bir bakış açısı, ilkokul öğrencilerinin sosyal beceri, motor beceri ve fiziksel uygunlukları arasında ilişkiyi anlamamızı sağlayabilir. Böylece sosyal becerileri kazandırmak için daha çok fiziksel aktivitelerden yararlanmalarını sağlayabilir, aynı zamanda daha iyi bir fiziksel uygunluk düzeylerine gelmeleri ve motor becerilerini geliştirilmeleri için uygun ortam ve koşullar yaratılabilir. Bu çalışmada amaç; ilkokul öğrencilerinin motor beceri, fiziksel uygunluk ve sosyal becerileri arasındaki ilişkilerinin incelenmesidir.
- 4. Bu araştırma için neden siz seçildiniz?**
Bu araştırmada; ilkokul öğrencilerinin fiziksel uygunluk, motor beceri ve sosyal beceri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmaktadır. Bu doğrultuda siz ilkokul öğrencileri araştırma için uygun görülmektedir.
- 5. Araştırmaya katılmak / bir kez katıldıktan sonra sonuna kadar devam etmek zorunda mıyım?**
Araştırmaya katılmak tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Araştırmaya katılmak zorunda olmadığımız gibi istediğiniz zaman ayrılma hakkına sahipsiniz.
- 6. Katılmayı kabul edersem bana ne yapılacak?**
Araştırmaya katılmayı kabul ettiğiniz takdirde; fiziksel uygunluk ve motor becerilerinizi ölçmek adına bazı fiziksel performans testlerine katılacaksınız. Bunun haricinde bir de velinizin sizin için doldurması gereken sosyal beceri anketi bulunmaktadır.
- 7. Araştırmaya katılmak size bir zarar verecek mi? Sizin için olumsuz yönleri/riskleri olacak mı?**
Araştırmaya katılmak size psikolojik veya fizyolojik anlamda hiçbir zarar teşkil etmez. Olumsuz yönü olmadığı gibi herhangi bir riski yoktur.
- 8. Araştırmaya katılmanın size olası yararları nelerdir? Araştırmaya katılmak size bir fayda/üstünlük sağlayacak mı?**
Araştırmaya katılmak; fiziksel uygunluk, sosyal beceri ve motor beceri düzeyinizi ölçmenize olanak sağlar. Yapılan bu ölçümler sayesinde fiziksel performans düzeyinizi gözlemler ve buna uygun antrenman ya da günlük fiziksel aktivite ihtiyacınızı saptayabilirsiniz.

9. Araştırma için masrafım olacak mı? Araştırmanın benim için maddi bedeli var mı?

Araştırma için herhangi bir masrafınız ve kesinlikle maddi bir bedeli olmayacaktır.

10. Kimlik bilgilerim ve elde edilen verilerin gizliliği nasıl sağlanacak?

Kimlik bilgileriniz ve elde edilen veriler kesinlikle gizli tutulacak ve bu cevaplar sadece bilimsel araştırma amacıyla kullanılacaktır.

11. Araştırma sonunda bana bilgi verilecek mi?

Araştırma sonuçlarının zeti tarafımızdan okula ulaştırılacaktır.

12. Araştırma sonuçlarına ne olacak?

Araştırma sonuçları; fiziksel uygunluk, motor beceri ve sosyal becerileri arasındaki ilişkinin saptanmasında ve geliştirilmesinde önemli bir katkı sağlayacaktır. Gelecek dönemde yapılacak çalışmalarda da önemli bir veri kaynağı olacaktır.

13. Teşekkür:

Araştırmamıza katıldığınız için teşekkür ederiz.

EK-4: Sosyal Beceri Derecelendirme Ölçeği

SOSYAL BECERİ DERECELENDİRME SİSTEMİ ANNE BABA FORMU: İLKÖĞRETİM DÜZEYİ (ANA SINIFI- 6. SINIFLAR)

Frank M. Gresham ve Stephen N. Elliot

Yönerge:

Bu anket, çocuğunuzun bazı sosyal becerileri hangi sıklıkta sergilediğini ve bu becerilerin çocuğunuzun gelişiminde ne kadar önemli olduğunu ölçmek için düzenlenmiştir. Problem davranışların da derecelendirilmesi istenmektedir. Öncelikle çocuğunuz ve sizinle ilgili bilgileri yazınız.

Öğrenci Bilgisi:

Adı Soyadı:.....
Okulu:.....
Şehir:
Sınıfı:.....
Doğum tarihi (Gün-ay-yıl):.....
Cinsiyeti: Kız↑ Erkek↑
Öğretmenin Adı:.....
Kaç kardeşi var?
↑ Hiç ↑ 1 ↑ 2 ↑ 3 ve daha fazla

Anne-baba bilgisi:

Adı Soyadı:.....
Cinsiyet: Kadın↑ Erkek↑
Yaş:.....

Eğitim durumu: İlkokul↑	Ortaokul↑	Lise↑	Üniversite↑
Öğrenciyle akrabalık dereceniz nedir?..Anne↑	Baba↑	Diğer↑	
Ailenin Gelir Durumu:			
↑ 0- 500 YTL			
↑ 501-1500YTL			
↑ 1500YTL ve yukarısı			

Şimdi 2. ve 4 sayfadaki (1-55. maddeler) her bir maddeyi okuyunuz ve çocuğunuzun şu andaki davranışları düşününüz. Çocuğunuzun tanımlanan her davranışı hangi sıklıkta yaptığına karar veriniz. Eğer çocuğunuz bu davranışı;

Asla/hiç yapmıyorsa: sıfır'ı(0)

Bazen yapıyorsa: biri (1)'i

Çok sık yapıyorsa: ikiyi (2) daire içine alınız.

1'den 38'e kadar olan maddeleri bir kez ve bu davranışların her birinin, çocuğunuzun gelişimi için ne kadar önemli olduğunu belirlemek için derecelendiriniz.

Eğer bu davranış çocuğunuz gelişimi için önemli değilse, 0'ı

Eğer bu davranış çocuğunuz gelişimi için önemli ise, 1'i

Eğer bu davranış çocuğunuz gelişimi için kritik ise, 2'yi daire içine alınız.

Aşağıda size iki örnek verilmiştir:

önelmi? değil	Önelmi	Kritik	Ne kadar sıklıkta?			Ne kadar	
			Asla/hiç	Bazen	Çok sık	Önelmi	
Mizah duygusuna sahiptir.	0	1	2	0	1		
2							
Telefona uygun bir şekilde cevap verir.	0	1	2	0	1		
2							

Bu anne baba çocuklarının çok sık mizah duygusuna sahip olduğunu ve bunun çocuklarının gelişiminde önemli olduğunu düşünmektedir Bunun yanı sıra, anne baba çocuklarının hiç bir zaman telefona uygun bir şekilde cevap veremediğini, telefona uygun bir şekilde cevap verme becerisinin çocuklarının gelişiminde kritik bir beceri olduğunu düşünmektedir.

Doğru ya da yanlış cevap yoktur. İstediginiz kadar zamana sahipsiniz. Lütfen hiçbir maddeyi boş bırakmayınız.

Sosyal Beceriler	Ne kadar sıklıkta?			Ne kadar önemli?		
	Asla/hiç	Bazen	Çok sık	Önemli değil	Önemli	Kritik
1. Evdeki boş zamanlarını uygun bir şekilde değerlendirir.	0	1	2	0	1	2
2.Hatırlatmadan odasını temiz ve düzgün tutar..	0	1	2	0	1	2
3. Evde uygun bir ses tonuyla konuşur.	0	1	2	0	1	2
4.Oyun etkinliklerine hatırlatılmadan katılır.	0	1	2	0	1	2
5. Yeni insanlarla tanıştığında hatırlatılmadan kendisini tanıtır.	0	1	2	0	1	2
6. Diğer çocuklar kendisine vurduğunda ya da rahatsız ettiğinde uygun karşılık verir.	0	1	2	0	1	2
7. Bir şey satın alacağı zaman satış yapan kişilere bilgi ve yardım için soru sorar.	0	1	2	0	1	2
8. Okuldaki veya başka bir yerdeki toplantılara katılır.	0	1	2	0	1	2
9. Gerçekçi olmayan ricaları kibarca geri çevirir.	0	1	2	0	1	2
Sosyal Beceriler (devam)	Ne kadar sıklıkta?			Ne kadar önemli?		
	Asla/hiç	Bazen	Çok sık	Önemli değil	Önemli	Kritik
10. Arkadaşlarını eve davet eder.	0	1	2	0	1	2
11. Başarı durumlarında ailedeki diğer fertleri tebrik eder.	0	1	2	0	1	2
12. Kolaylıkla arkadaş edinir.	0	1	2	0	1	2
13. Değişik şeylere ilgi gösterir.	0	1	2	0	1	2

14. Sorun yaratabilecek durumlardan kaçınır.	0	1	2	0	1	2
15. Oyuncaklarını ve sahip olduğu eve ait diğer şeyleri yerine kaldırır.	0	1	2	0	1	2
16.Aile fertlerine yardıma gönüllüdür.	0	1	2	0	1	2
17. Kendisine yapılan eleştiriyi olumlu karşılar.	0	1	2	0	1	2
18.Telefona uygun cevap verir.	0	1	2	0	1	2
19. Siz yardım istemeden de ev işlerine yardımcı olur.	0	1	2	0	1	2
20. Kendisine haklı görünmeyen ev içi kurallarını uygun bir şekilde sorgular.	0	1	2	0	1	2
21.Ev işlerini sizing yardımınızı istemeden önce kendisi yapmaya çalışır.	0	1	2	0	1	2
22. Diğer çocuklarla tartışırken öfkesini kontrol eder.	0	1	2	0	1	2
23. Çevresi tarafından sevilir.	0	1	2	0	1	2
24. Önce başkasının konuşmasını beklemek yerine konuşmayı başlatır.	0	1	2	0	1	2
25. Sizinle olan anlaşmazlıklarını ılımlı bir şekilde sonlandırır.	0	1	2	0	1	2
26. Sizinle olan çatışmalarında öfkesini kontrol eder.	0	1	2	0	1	2
27. Arkadaşlarına ya da ailedeki diğer çocuklara iltifat eder.	0	1	2	0	1	2
28. Ev işlerini uygun bir zamanda bitirir.	0	1	2	0	1	2
29. Aile fertlerinden birinin eşyasını kullanmadan önce izin ister.	0	1	2	0	1	2
30. Sosyal ortamlarda (arkadaşlarının olduğu bir parti gibi) kendine güvenlidir.	0	1	2	0	1	2
31. Evden çıkmadan önce izin ister.	0	1	2	0	1	2
32. Arkadaşlarının ya da aynı yaşta olduğu akrabalarının takılmalarına	0	1	2	0	1	2

uygun tepki verir.						
33. Sizin yardımınızı beklerken zamanını ev işleriyle ya da başka konularla uğraşarak uygun bir şekilde değerlendirir.	0	1	2	0	1	2
34. Arkadaşlarının oyunla ilgili fikirlerini kabul eder.	0	1	2	0	1	2
35. Bir etkinlikten diğerine kolayca geçebilir.	0	1	2	0	1	2
36. Aile fertleriyle gerekli durumlarda kendiliğinden işbirliği yapar.	0	1	2	0	1	2
37. Arkadaşlarına iltifat ya da armağanlarına teşekkür eder.	0	1	2	0	1	2
38. Kaza gibi durumları uygun kişilere bildirir.	0	1	2	0	1	2

Problem Davranışlar

39. Başkaları ile kavga eder.	0	1	2
40. Üzgün veya canı sıkılmış gibi davranır.	0	1	2
41. Yalnızmış gibi görünür..	0	1	2
42. Kendisine fazla değer vermez.	0	1	2
43. Başkalarına karşı incitici ve tehditkar davranışlarda bulunur.	0	1	2
44. Devamlılık gösteren etkinlikler sırasında başkalarını rahatsız eder.	0	1	2
45. Çocuklarla aynı grup içerisinde bulunmaktan sıkılır.	0	1	2
46. Başkaları ile tartışır.	0	1	2
47. Yerinde hiç duramaz veya aşırı hareketlilik gösterir.	0	1	2
48. Kurallara veya isteklere itaat etmez.	0	1	2
49. Yetişkinlerce yaptığı davranıştan dolayı uyarıldığında karşı çıkar.	0	1	2
50. Düşüncesizce davranışlar gösterir.	0	1	2

51. Başkalarının söylediklerini dinlemez.	0	1	2
52. Kolayca utanır.	0	1	2
53. Kolayca dikkati dağılır.	0	1	2
54. Kolaylıkla sinirlenir.	0	1	2
55. Kolaylıkla öfke nöbetine girer.	0	1	2



EK-5: TGMD-III Ölçeği

TGMD-3 Kaba Motor Gelişim Testi 3

Profil/İnceleyen kayıt Formu

Bölüm 1 – Bilgi Tesbiti

İsim	Okul
Erkek Bayan Sınıf	Kimin tarafından müracaat edildiği
Test Tarihi	Müracaat sebebi
Doğum Tarihi	İnceleyen
Yaş	İnceleyen ünvanı

Bölüm 2 – Puanların Kaydı

İlk test	Ham puan	Standart puan	yüzde	Yaş denkliği
Lokomotor	___	___	___	___

Nesne kontrolü ____

Standart puanların toplamı ____

Büyük motor puanı ____

Bölüm 3 – Test Şartları

A- Testin yapıldığı yer _____

Etki ediyor

Etki etmiyor

B-Gürültü derecesi 1 2 3 4 5

C-Kesmeler 1 2 3 4 5

D-Dalgınlık yaratanlar 1 2 3 4 5

E- Işık 1 2 3 4 5

F-Isı 1 2 3 4 5

G- Notlar ve diğer düşünceler_____

Bölüm 4 – Diğer test verisi

Testin Adı Tarihi Standart Puan TGMD-2 dengi

— — — —

Bölüm 5 – Standart puanların profili

Standart puanlar Lokomotor Nesne kontrolü Puanlar Büyük motor puanı Puanlar

Bölüm 6 – İkincil test performans kaydı

Tercih edilen el: Sağ_ Sol_ Tesbit edilmedi_

Tercih edilen ayak: Sağ_ Sol_ Tesbit edilmedi_

Lokomotor Birinci Test

Yetenek	Malzeme	Talimatlar	Performans Kriterleri	Deneme1	Deneme2	Puan
1- Koşma	En az 18.3 m.lik açık alan, 2 koni ve işaretleyici bant	İki koniyi 15.24 mt. arayla yerleştirin. İkinci koninin ötesinde, emniyet duruş mesafesi için en az 2.44 ila 3.05 mt. boşluk olduğundan emin olun. Çocuğa “başla” dediğiniz zaman bir koniden diğerine koşabileceği kadar hızlı koşmasını söyleyin. İkinci bir deneme olacak şekilde tekrar edin	1- Kollar, bacakların zıttı yönde hareket eder, dirsekler bükülüdür. 2- Her iki ayağında yerden kesildiği kısa bir periyot 3- Ayak ucu veya topuk ile yere kısa süreli temas (Düz taban şeklinde koşu olmamalıdır) 4- Yere temas etmeyen bacak kalçaya yakın olacak şekilde 90 derece bükülü olmalıdır.			

Yetenek Puanı:

Beceri	Malzeme	Talimatlar	Performans Kriterleri	Deneme1	Deneme2	Skor
2- Gallop	En az 7.6 mt.'lik açık alan, 2 koni ve işaretleyici bant	İki koniyi 7.6 m arayla yerleştirin. Çocuğa, bir koniden diğerine gallop yaparak ilerlemesini ve durmasını söyleyin. İkinci bir deneme olacak şekilde tekrar edin.	1- Kollar bükülür ve ileri savrulularak kuvvet üretilir. 2- Öndeki ayak öne doğru adım atarken arkadaki ayak onun yan hizasında ya da biraz gerisinde olmalıdır , (arkadaki ayak öne geçmemelidir). 3- Her iki ayağında yerden kesildiği kısa bir periyot 4- Ritmik olarak 4 ardışık gallop yapılır.			

Yetenek Puanı:

Beceri	Malzeme	Talimatlar	Performans Kriterleri	Deneme1	Deneme2	Skor
3- Tek Ayakla sıçrama	En az 4.6 mt.lik açık alan, 2 koni ve işaretleyici bant	İki koniyi 7.6 m.arayla yerleştirin. Çocuğa tercih ettiği ayağı üzerinde 4 kez sıçrama hareketi yapmasını söyleyin (tercih edilen ayağı testen önce belirleyin). İkinci bir deneme olacak şekilde tekrar edin	1- Sıçrama için kullanılmayan bacak kuvvet üretmek için sarkık durumda ileriye doğru salınım yapar. 2- Sıçrama için kullanılmayan bacağın ayağı, sıçrama bacağının arkasında kalır (önüne geçmez). 3- Kollar bükülür ve ileri savrulularak kuvvet üretilir. 4- Tercih edilen ayağın üzerinde, durmadan 4 defa art arda sıçranır.			

Yetenek Puanı:

Beceri	Malzeme	Talimatlar	Performans Kriterleri	Deneme1	Deneme2	Skor
4- Sekme (Skip)	En az 9.2 mt.lik açık alan, 2 koni ve işaretleyici bant	İki koniyi 9.2 m. arayla yerleştirin. Çocuğa bir koniden diğerine sekme hareketiyle ilerlemesini söyleyin. İkinci bir deneme olacak şekilde tekrar edin.	1- İleri adım alırken aynı ayakla sekme hareketi yapar. 2- Kollar bükülür ve bacaklara zıt yönde ileri savrulurak kuvvet üretilir 3- Ritmik olarak 4 ardışık sekme yapılır.			

Yetenek Puanı:

Beceri	Malzeme	Talimatlar	Performans Kriterleri	Deneme1	Deneme2	Skor
5- Durarak Uzun Atlama	En az 3 mt. lik açık alan ve işaretleyici bant	Yerde bir başlama çizgisi işaretleyin. Çocuğun çizginin gerisinde olmasını sağlayın. Çocuğa, atlayabildiği kadar uzağa atlamasını söyleyin. İkinci bir deneme olacak şekilde tekrar edin.	1- Sıçramanın öncesinde her iki diz bükülür ve kollar vücudun gerisine uzatılır. 2- Kollar başın üzerine kadar, ileri ve yukarı kuvvetli bir şekilde uzatılır. 3- Her iki ayak aynı anda yerden kalkar ve iner. 4- İnişte kollar aşağı doğru kuvvetli bir şekilde itilir.			

Yetenek Puanı:

Beceri	Malzeme	Talimatlar	Performans Kriterleri	Deneme1	Deneme2	Skor
6- Kayma	En az 7.6 mt.'lik açık alan, 2 koni ve işaretleyici bant.	İki koniyi 7.6 m arayla yerleştirin. Çocuğa, bir koniden diğerine kaymasını ve geri gelmesini söyleyin. İkinci bir deneme olacak şekilde tekrar edin.	1- Vücut, omuzlar yerdeki çizgiyle aynı hizada olacak şekilde, yana döndürülür 2- Yana bir adım atarken gerideki ayak diğer ayağın yanındaki bir noktaya kadar kayar. 3- Arka arkaya en az 4 defa tercih edilen tarafa doğru kayma. 4- Arka arkaya en az 4 defa diğer tarafa doğru kayma.			

Yetenek Puanı

Hareket ikincil test ham puanı (6 yetenek puanı toplamı)

Top Becerileri ikincil testi

Beceri	Malzeme	Talimatlar	Performans Kriterleri	Deneme1	Deneme2	Skor
1-Sabit Bir Topa Çift Elle Vurma	10.2 cm.lik plastik top, plastik beyzbol sopası, top standı veya topun sabit bir şekilde kalmasını sağlayacak bir aparat	Çocuğun bel hizasına gelecek şekilde topu standı yerleştirin. kum yığınının topu yerleştirin. Çocuğa topa sert ve düz bir şekilde vurmasını söyleyin. İkinci bir deneme olacak şekilde tekrar edin.	1- Baskın el sopayı baskın olmayan elin yukarısında olacak şekilde tutar, 2- Vücudun tercih edilmeyen tarafındaki kalça/omuz karşıya bakar. 3- Salınım sırasında kalça ve omuzlar geri ve ileri dönme hareketi yapar. 4- Tercih edilmeyen ayak ile topa doğru adım alınır.			

Beceri	Malzeme	Talimatlar	Performans Kriterleri	Deneme1	Deneme2	Skor
2- Tek El ile, Sıçrayan topa El	Tenis topu, Hafif plastik çocuk raketi ve duvar	Plastik raket ve topu çocuğa verin. Çocuğa topu havaya kaldırıp elinden bırakmasını söyleyin (top yaklaşık olarak bel hizasında	1- Top sekerken raketin geriye doğru salınımı. 2- Tercih edilmeyen ayak ile topa doğru adım alınır. 3- Topa duvara doğru gidecek şekilde vurur.			

Önü vuruş.		sekmeli). Top sektikten sonra duvara doğru vurmasını söyleyin. İkinci bir deneme olacak şekilde tekrar edin.	4- Raket tercih edilmeyen omuza doğru harekete devam eder.			
---------------	--	--	--	--	--	--

Yetenek Puanı

Beceri	Malzeme	Talimatlar	Performans Kriterleri	Deneme1	Deneme2	Skor
3- Durarak Tek elle top sürme	3-5 yaş arası çocuklar için 20 -25 cm.lik oyun topu, 6- 10 yaş arası çocuklar için basket topu ve düz, sert bir yüzey	Çocuğa, ayaklarını hareket ettirmeden, elini kullanarak, topu 4 kere zıplatmasını ve topu tutarak durmasını söyleyin. İkinci bir deneme olacak şekilde tekrar edin.	1-Topa tek eliyle, yaklaşık bel hizasında temas eder. 2- Topu parmak uçlarını kullanarak iter (yani topu tokatlamaz) 3- Ayaklarını hareket ettirmeden topun kontrolünü sağlayarak 4 ardışık top zıplatma yapar.			

Yetenek Puanı:

Beceri	Malzeme	Talimatlar	Performans Kriterleri	Deneme1	Deneme2	Skor
4- Çift El Yakalama	10 cm.lik plastik bir top, En az 4.6 m açık alan ve işaretleyici bant	Birbirinden 4.6 m. uzaklıkta iki çizgi işaretleyin. Çocuk bir çizgide ve atıcı dizgide durur. Topu Çocuğun göğüs hizasına gelecek şekilde alttan atın. Çocuğa, topu 2 eliyle yakalamasını söyleyin. Sadece çocuğun göğüs seviyesine atılan topları sayın. İkinci bir deneme olacak şekilde tekrar edin.	1-Çocuğun elleri, dirsekleri bükülü olacak şekilde vücudun önünde yer alır. 2-Topun gelişi ile birlikte kollar topa doğru uzatılır. 3-Top sadece ellerle yakalanır.			

Yetenek Puanı:

Beceri	Malzeme	Talimatlar	Performans Kriterleri	Deneme1	Deneme2	Skor
5- Duran Topa Ayakla vurma	20 -25 cm.lik plastik oyun ya da futbol topu, işaretleyici bant duvar ve vuruş için açık alan.	Duvardan 6.1 m uzaklığa bir çizgi ve bu çizgiyle arasında 2.4 m aralık olacak şekilde ikinci bir çizgi çizin. Topu duvara yakın olan birinci çizgiye yerleştirin. Çocuğa kısa bir hızlanma koşusunun ardından topa sert bir şekilde duvara doğru vurmasını söyleyin. İkinci bir deneme olacak şekilde tekrar edin.	1-Topa hızlı ve akıcı şekilde yaklaşılır, 2- Çocuğun topa temasından hemen önce uzatılmış bir adım atması veya sıçrama yapması 3-Vuruş yapmayan ayak topa yakın bir noktaya yerleştirilir. 4- Topa tercih edilen ayağın üstü veya içi ile vuruş yapılır (ayak parmak ucu kullanmadan).			

Yetenek Puanı:

Beceri	Malzeme	Talimatlar	Performans Kriterleri	Deneme1	Deneme2	Skor
6- Yukarıdan top atışı	Tenis topu, duvar ve en az 6 m lik açık alan	Duvara 6 m mesafe olacak şekilde yere bant yapıştırın. Çocuğun duvara dönük olacak şekilde çizginin gerisinde durmasını sağlayın. Çocuğa, topu duvara doğru sertçe fırlatmasını söyleyin. İkinci bir deneme olacak şekilde tekrar edin.	1- Topu atma, el ve kolun aşağı doğru hareketi ile başlatılır. 2- Topu atan elin zıt tarafındaki kalça ve omuz, topun atılacağı duvara bakacak şekilde döndürülür. 3- Atış elinin tersindeki ayak ile duvara doğru adım alınır. 4- Atış yapan el, topu attıktan sonra takibe devam eder. Kol atış yapılmayan taraftaki kalça hizasına doğru hareket eder.			

Yetenek Puanı:

Beceri	Malzeme	Talimatlar	Performans Kriterleri	Deneme1	Deneme2	Skor
7-Aşağıdan top atışı	Tenis topu, işaretleyici bant, duvar ve 4.6 m lik açık alan	Duvara 4. 6 m mesafe olacak şekilde yere bant yapıştırın. Çocuğun duvara dönük olacak şekilde çizginin gerisinde durmasını sağlayın. Çocuğa, topu alttan atmasını ve duvara isabet ettirmesini söyleyin. İkinci bir deneme olacak şekilde tekrar edin.	1- Tercih edilen el aşağı ve geriye gövdenin arkasına doğru salınım yapar. 2- Atış elinin tersindeki ayak ile ileriye doğru adım alınır. 3-Top yerde zıplamadan direkt duvara vuracak şekilde atılır. 4-Top bırakıldıktan sonra el göğüs hizasına kadar takibe devam eder.			

Yetenek Puanı:

Nesne Kontrolü ikincil testi ham skoru (7 adet beceri puanının toplamı)

Puanlama Notları:

Alt testlerdeki uyulması gereken yönergeler ile ilgili olarak, teste başlamadan önce her bir alt test için çocuğa doğru ve bütün performans kriterlerini içeren, her bir becerinin uygulamalı gösterimini yapın; çocuğa önce bir deneme hakkı verin ve bunu takip eden puanlanacak 2 test hakkı sunun.

Her bir performans kriteri şu şekilde puanlanmalıdır

- Doğru performans sergilenirse = 1
- Doğru performans sergilenmez ise = 0

Performans kriterleri puanlamasını, her bir performans kriteri için deneme 1 ve deneme 2 puanlarının toplamını alarak yapın.

Beceri puanları hesaplamasını, her bir becerideki performans kriterleri puanlarının toplamını alarak yapın.

Toplam **lokomotor alt-test puanını**, bütün 6 lokomotor beceri puanlarını toplayarak hesaplayın.

Toplam **top becerileri alt-test puanını**, bütün 7 top beceri puanlarını toplayarak hesaplayın.

Toplam **kaba motor beceri test puanını**, bütün lokomotor ve top becerileri alt-test puanlarını toplayarak hesaplayın.

Testi uygulayan kişi nasıl puanlaması gerektiği konusunda emin değil ise, test yönetiminde performans kriterleri aşamasında ön yargı ile yaklaşılabilmesi daha önceki çalışmalar ile gözlemlenmiştir. Bu nedenle çocuğa testi uygularken, eğer performans kriterinin doğru uygulanıp uygulanılmadığından emin olamıyorsanız, çocuğa bir deneme daha yaptırıp yalnızca o performans kriterini gözlemleyip puanlayın.

Eğer dikkati çabuk dağılan veya test için işaretlenmiş alanda durdurmakta zorluk yaşadığınız herhangi bir fiziksel/zihinsel engeli olan bir çocuk ile veya çok küçük yaş gruplarından çocuklar ile çalışıyorsanız, çocuğa siz hareketi gösterirken işaretlemeyi yaptığınız alanda bekleyerek hareketi izlemesi gerektiğini ifade edin. Ayrıca lokomotor beceriler için, test sırasında çocuğun konumuna göre birden fazla işaretleme noktası oluşturarak uygulamaya yardımcı olabilirsiniz. Bu gibi çocuklara test sırasında daha fazla fırsat sunmak testin uygulanması konusunda sizlere yardımcı olabilir.

EK-6: Fiziksel Uygunluk Ölçeği

- Boy Ölçümü: Katılımcıların boy ölçümü yapılırken; ayaklarının çıplak, topuklarının bitişik, başının dik ve gözlerinin karşıya bakacak şekilde olması istenmiştir. Test ölçüm sırasında kayan kaliper çubuk katılımcının başına değdiği anda durdurularak değer cm cinsinden kaydedilmiştir.
- Kilo Ölçümü: Katılımcıların vücut ağırlıkları hassaslık derecesi 0.1 kg olan baskülle ölçülmüştür. Vücut ağırlığı ölçümü sırasında, katılımcılardan ayaklarının çıplak olması istenmiştir. Katılımcının gövdesi dik pozisyondayken vücut ağırlığı kg olarak kaydedilmiştir.
- BKİ Değeri Hesaplama: Katılımcıların Beden Kütle İndeksleri; Vücut Ağırlığı (kg) / (Boy (m))² formülü ile hesaplanmıştır.
- 20 Metre Sürat Koşusu: 20 metrelik alan işaretleyici bantlarla belirlenmiş ve katılımcıların hazır olduklarında çıkış yapmaları istenmiştir. Başlangıç esnasında kronometre başlatılmış ve bitiş çizğine gelindiğinde durdurulmuştur. Skor puanı saniye cinsinden kaydedilmiştir.
- 10x5 Dayanıklılık Koşusu: Katılımcıların işaretleyici bantlarla belirlenmiş 5 metrelik alanda başlangıç uyarısıyla koşması istenmiştir. Her gidiş 1 ve dönüş 1 tur olarak sayılmış ve toplamda 10 tur koşması istenmiştir. Katılımcıların her seferinde yerdeki işaretleyici bandı iki ayağının da geçtiği kontrol edilmiştir. Test katılımcının bitiş çizgisinde gelmesi ile sonlandırılmış ve toplamda 10 turu hangi sürede bitirdiği saniye cinsinden kaydedilmiştir.
- Mekik Testi (Gövde Kaldırma Testi): Katılımcıların minderin üzerine sırtüstü uzanması ve dizlerini bükerek ayaklarını kalçadan 30 cm uzak olacak şekilde yerleştirmeleri istenmiştir. Daha sonra katılımcıların ellerini başının iki yanına almaları ve her gövdesini kaldırdığında dirseklerinin bacaklarına temas etmesi ve daha sonrada sırtının mindere değene kadar yatması istenmiştir. Tüm yönergeleri uyacak şekilde yapılan hareket 1 mekik olarak kabul edilmiştir. Katılımcılar bir deneme yaptıktan sonra test başlamış ve 30 saniye boyunca yapılabilen toplam mekik sayısı test skoru olarak kaydedilmiştir.
- Durarak Uzun Atlama Testi: Katılımcıların ayakları bitişik, başlangıç çizgisinde ve kolları kuvvet üretmek için uzatılmış şekilde konum almaları

istenmiştir. Çift ayak sıçraya bildikleri en ileri noktaya sıçramaları istenmiş ve sıçradıkları noktada topuktan mesafe cm cinsinden ölçülmüştür.

- Otur-Eriş (Esneklik) Testi: Esnekliği ölçmek için kullanılan bu testin materyalin uzunluğu 35 cm, genişliği 45 cm ve yüksekliği 32 cm'dir. Üst yüzey uzunluğu 55 cm, genişliği 45 cm ayrıca üst yüzeyi ayakların dayandığı yüzeyden 15 cm dışarıda olan; üst yüzeyi üzerinde 0-50 cm ölçüm cetveli bulunan bir sehpadır (Gökbel ve Çalışkan, 1991). Testin uygulanması sırasında katılımcılardan oturmaları ve ayaklarını sehpaaya dayamaları istenmiştir. Daha sonra dizlerini bükmeden, gövdeden bükülerek elleri ile uzanabildikleri kadar ölçüm cetvelini yavaşça itmeleri istenmiştir. Cetvel üzerinde uzanabildikleri sayı skor olarak kaydedilmiştir.
- Disklere Dokunma (Plate Tapping) Testi: Katılımcılar test masasına gelerek iki diskin arasında bulunan dikdörtgene dominant olmayan ellerini yerleştirmeleri istenmiştir. Dominant elin ise dikdörtgende olan elin aksi yönünde olan diske koymaları istenmiştir. Dikdörtgendeki elin sabit diğer elin ise hızlıca disklere dokunulması istenmiştir. Hazır ve başla komutu ile test başlamış ve her diske 25 dokunuş sayılmıştır. Her iki diske toplamda 50 dokunuş yapılması ve en kısa sürede bitirilmesi istenmiştir. Toplam süre saniye cinsinden skor olarak kaydedilmiştir.
- Dikey Sıçrama Testi: Katılımcılar ayaktaayken ellerinin ulaştığı en üst nokta işaretlenmiştir. Daha sonra ayaklar bitişik ve dizden bükerek sıçrayabildiği en yüksek noktaya sıçramaları ve dokunmaları istenmiştir. En yüksek noktaya dokunulan nokta ile başlangıç noktası arasındaki mesafe cm cinsinden skor olarak kaydedilmiştir.

ÖZGEÇMİŞ

Adı-Soyadı: Bahar TOKMAK

EĞİTİM BİLGİLERİ

- İstanbul Gedik Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Beden Eğitim ve Spor Anabilim Dalı Beden Eğitimi ve Spor Öğretimi Tezli Yüksek Lisansı (2018 - ...)
- İstanbul Gedik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü (2013-2017)
- Ataşehir Prof. Faik Somer Güzel Sanatlar ve Spor Lisesi (2009 – 2013)