



**T. C.
ULUDAĞ ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM-BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI**

**İLKÖĞRETİM OKULLARINDA UYGULANAN BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR
DERSLERİNDE KULLANILAN FARKLI ÖĞRETİM YÖNTEMLERİNİN SOSYAL
YETKİNLİK BEKLENTİSİ ÜZERİNE ETKİSİ**

Yalçın ŞENİŞİK

(YÜKSEK LİSANS TEZİ)

Bursa-2006



T. C.
ULUDAĞ ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM-BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI

İLKÖĞRETİM OKULLARINDA UYGULANAN BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR
DERSLERİNDE KULLANILAN FARKLI ÖĞRETİM YÖNTEMLERİNİN SOSYAL
YETKİNLİK BEKLENTİSİ ÜZERİNE ETKİSİ

Yalçın ŞENİŞİK

(YÜKSEK LİSANS TEZİ)

Danışman: Prof. Dr. Füsun ÖZTÜRK KUTER

Bursa-2006

İÇİNDEKİLER

TÜRKÇE ÖZET.....	III
İNGİLİZCE ÖZET.....	IV
GİRİŞ.....	1
GENEL BİLGİLER.....	6
Eğitim.....	6
Öğretim.....	9
Öğrenme.....	11
Beden Eğitimi.....	15
Beden eğitimi ve spor.....	18
Beden eğitimi ve sporun yararları.....	20
Beden eğitimi ve sporun amaçları.....	21
Türk Milli Eğitiminin Amaçları.....	24
Milli Eğitim yönünden beden eğitimi ve sporun amaçları.....	24
İlköğretimin kapsamı, amaç ve görevleri, sorumlulukları.....	26
İlköğretimde beden eğitimi ve spor.....	28
Öğretim yöntemleri.....	30
Öğretimde yöntem ve yöntem seçimini etkileyen faktörler.....	32
Öğretim yönteminin öğrenci özelliklerince belirlenmesi.....	34
Beden eğitimi ve sporda kullanılan yöntemler.....	36
Komut yöntemi.....	37
Eşli çalışma yöntemi.....	40
Sosyal yetkinlik beklentisi.....	42
GEREÇ ve YÖNTEM.....	47
Araştırma grubu.....	47
Veri toplama araçları.....	48
Sosyal yetkinlik beklentisi ölçeği.....	49
Verilerin analizi.....	50
BULGULAR.....	51
TARTIŞMA ve SONUÇ.....	60

EKLER.....	68
Veli izin belgesi örneği.....	68
Voleybolda parmak pas günlük ders planı.....	69
Voleybolda parmak pas çalışma yaprağı.....	72
Basketbolda top sürme günlük ders planı.....	74
Basketbolda top sürme çalışma yaprağı.....	77
Basketbolda pas çeşitleri günlük ders planı.....	78
Basketbolda pas çeşitleri çalışma yaprağı.....	82
Voleybolda manşet pas günlük ders planı.....	84
Voleybolda manşet pas çalışma yaprağı.....	87
Basketbolda turnike günlük ders planı.....	88
Basketbolda turnike çalışma yaprağı.....	91
Hentbolda top sürme ve pas verme günlük ders planı.....	92
Hentbolda top sürme ve pas verme çalışma yaprağı.....	96
Voleybolda asya tipi servis günlük ders planı.....	98
Voleybolda asya tipi servis çalışma yaprağı.....	100
Futbolda ayak içi vuruş günlük ders planı.....	101
Futbolda ayak içi vuruş çalışma yaprağı.....	104
Sosyal Yetkinlik Beklentisi Ölçeği.....	105
KAYNAKLAR.....	107
TEŞEKKÜR.....	113
ÖZGEÇMİŞ.....	114

ÖZET

Bu çalışma, ilköğretim okullarında uygulanan beden eğitimi ve spor derslerinde kullanılan farklı öğretim yöntemlerinin sosyal yetkinlik beklentisi üzerine etkisini belirlemek amacıyla yapılmıştır.

Araştırmaya, farklı sosyo-ekonomik düzeydeki öğrencilerin bulunduğu Bursa Bısaş İlköğretim Okulunda okuyan, 43'ü kız, 48'i erkek toplam 91 altıncı sınıf öğrencisi, 30'u kız, 45'i erkek toplam 75 yedinci sınıf öğrencisi olmak üzere 166 öğrenci gönüllü olarak katılmıştır. 10 hafta süren bu çalışmada, öğrencilere uygulamalara başlamadan önce, ilk 4 haftalık uygulama sonunda ve 10'uncu haftanın sonunda olmak üzere toplam 3 kez 27 sorudan oluşan Sosyal Yetkinlik Beklentisi Ölçeği (SYB) uygulanmıştır. Veriler SPSS 13 istatistik programında değerlendirilirken, Kruskal Wallis, Mann-Whitney U, Wilcoxon, Spearman Korelasyon Katsayısı ve Shapiro testleri kullanılmıştır. Bütün testlerde anlamlılık düzeyi $p < 0.05$, güvenilirlik aralığı %95 olarak kabul edilmiştir.

Çalışmada deneklerin okudukları sınıfa, cinsiyetlerine, lisanslı olup olmadıklarına, daha önce beden eğitimi dersi dışında herhangi bir kursa veya kampa katılıp katılmadıklarına ve derslerde uygulanan yöntemlere göre sosyal yetkinlik beklenti puanları karşılaştırılmıştır.

Elde edilen bulgulara göre her iki yöntemde de ilk 4 haftalık çalışma sonrası SYB puanları ile 10 haftalık çalışma sonunda elde edilen SYB puanlarının, çalışma öncesi SYB puanlarıyla karşılaştırılmasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir fark bulunmuştur ($p < 0.05$).

Anahtar Sözcükler: ilköğretim, beden eğitimi ve spor, öğretim yöntemi, eğitim, öğretim, öğrenim, sosyal yetkinlik beklentisi.

SUMMARY

“The Effect of Different Teaching Methods Used in Physical Education Lessons in Primary Schools on Social Self-Efficacy Expectation”

The purpose of this study was to determine the effect of different teaching methods used in physical education lessons in primary schools on Social Self-Efficacy Expectation level.

A total of 166 students, 43 girls and 48 boys totally 91 students from 6th grade and 30 girls and 45 boys totally 75 students from 7th grade were participated voluntarily in this study. The subjects were given Social Self Efficacy Scale, consisting 27 questions, three times during the period of 10 weeks. The first one was given before the practise of the study, the second one was given after a 4 week practise and the third one was given at the end of 10th week. And also, a personal information form was given within the Social Self Efficacy Scale. While data have been evaluated at SPSS 13.0 statistic programme, Kruskall Wallis, Mann-Whitney U, Wilcoxon, Spearman Corelation Coefficient and Shapiro tests have been used. In all statistical tests, the level of significance and the reliability level were accepted as “ $p < 0.05$ ” and “95 %” respectively.

The Social Self-Efficacy Expectation Scale scores were compared according to the subjects’ grade level, gender, the teaching methods used in lessons, whether they had a sport licence or not and whether they had participated in any course or camp except from PE lessons.

The findings of the study showed that there is a statistically significant difference in both teaching methods, in the comparison of the Social Self-Efficacy Expectation Scale scores after a 4 week practise with the Social Self-Efficacy Expectation Scale scores before the practise of the study, and in the comparison of the scores after the end of 10 week with the scores before the practise of the study ($p < 0.05$).

Key words: primary school, physical education and sports, teaching methods, instruction, teaching, learning, social self efficacy.

GİRİŞ

Günümüzde ortaya çıkan gelişmeler bireyin çok yönlü olarak gelişimini kaçınılmaz hale getirmiştir. Hızla değişen çevresel şartlar, toplumsal dinamizm ve artan beklentiler bireyin yaşamını doğrudan etkilemektedir. Çağın gerektirdiği bilgi ve becerilerle donatılmış, kendisini ve çevresini sürekli geliştirebilen, olgu ve olayları çok yönlü değerlendirebilen bireylerin yetiştirilmesi son derece önemli ve gerekli hale gelmiştir. Bireyin kendini geliştirmesinin temeli sürekli öğrenmeye ve gelişmeye dayanır. Çünkü günümüz toplumu artık sanayi toplumunun da ötesine geçmiş ve bilgi toplumu haline gelmiştir. Bireyin sahip olduğu bilgi, beceri ve davranışların geliştirilmesi, yaşamda verimli ve etkili olmasının ön şartıdır.

Bireyin niteliklerinin geliştirilebilmesi ve gelecekteki yaşama hazırlanabilmesi nitelikli bir eğitim sürecinden geçirilmesine bağlıdır. Ancak, eğitim yoluyla öğrenen birey ve gelişen toplum gerçekleştirilebilir. Bilgiye dayalı organizasyonların ve süreçlerin geliştirilmesiyle birlikte, insana yapılan yatırım daha da önemli hale gelmiş ve bireyin yaşamının her aşamasında aktif olması ve sürece katılması gereği ortaya çıkmıştır. Bu da eğitim kurumlarının geliştirilmesi, eğitimcilerin niteliğinin artırılması ve bireyin eğitim sürecinin her aşamasına aktif olarak katılması ile sağlanabilir (1).

Eğitim, öğretim ve öğrenme birbirleri ile iç içe olan kavramlardır. Eğitim sürecinin temeli öğrenmeye dayanır. Eğitim ve öğretimin amacı öğrenmeyi sağlamaktır. Eğitim ve öğretim faaliyetlerinin hedeflerine ulaşması için öğrenmenin gerçekleşmesi gerekir (2). Öğrenme bireysel olarak gerçekleşir. Her birey kendi yaşantısı yoluyla öğrenir (3). İnsanlar duyu organlarını kullanarak, çevreleri ile iletişim kurdukları sürece yeni davranışlar öğrenirler (4). Ancak bu öğrenmelerin bir kısmı kendiliğinden, hiç kimsenin yardımı olmadan oluşur. Bu nedenle, eğitim ve öğretim süresince bireylere amaçlar doğrultusunda davranışlarını değiştirecekleri bir ortam hazırlayarak yaşantı geçirmeleri sağlanır (5).

Cumhuriyetimizin kurucusu Ulu Önder Mustafa Kemal ATATÜRK bu konudaki görüşünü “*Müsbet bilimlerin temellerine dayanan, güzel sanatları seven, fikir terbiyesinde olduğu kadar, beden terbiyesinde kabiliyeti artmış ve yükselmiş olan erdemli, kudretli, bir nesil yetiştirmek; ana siyasetimizin açık dileğidir.*” sözleriyle ifade etmektedir (6). Öğrenme ve öğretme beraber gelişen bir süreçtir. Öğrenme süreci bireyin doğumuyla birlikte ailede başlar, planlı ve programlı bir kurum olan okul ile devam eder

(1). İnsanlar kişiliklerinin temelini oluşturan bir kısım davranışı aile ortamında kazanır. Ortak aile yaşamı içinde ailenin temel davranış kalıplarını ve değerlerini öğrenirler. Toplumlar geliştikçe ve ailenin bütün bireyleri iş hayatında yer aldıkça okul öncesi çağdaki çocukların eğitimi kreş, yuva, ana okulu ve ilkokul gibi formal eğitim kurumları tarafından yerine getirilmekte ve ailenin çocuk üzerindeki etkileri azalmaktadır (7).

Eğitim gibi spor da, bireyin şekillenmesi açısından toplum yaşamında vazgeçilemeyecek, kesintiye uğratılamayacak bir olgudur. Eğitim de, spor da insan yaşamını katılımsal olarak etkilemektedir (8). Her iki olgu da sosyal kabullük için çok önemlidir. Bu amaçlarla yapılan etkinlikler farklı boyutlardan tartışılmaktadır. XVII. yy Descartes akılcılığında, sistematik olarak yapılan beden-zihin ya da beden-ruh ayrımı, zihin ya da ruhun ayrı bir cevher olarak kabul edilmesine neden olmuştur (9). Belki de “**Beden Eğitimi**” deyimi de bu ayrımın bir uzantısı olarak literatüre yerleştirilmiştir.

Beden Eğitimi kavramı 1940’lı yıllarda ortaya çıkmış ve günümüzde de gelişmelerini devam ettirmektedir. Ülkemizde Beden Eğitimi, ilk ve orta öğretim programlarımıza ancak 60’lı yıllarda bilimsel olarak yansımıştır. Türkiye’de beden eğitimi ve sporun gelişmesine damgasını vuran isimlerden biri de Selim Sırrı TARCAN’dır (1854-1957). Tarcan (10), “Spor beden eğitiminin edebiyatıdır, beden eğitimi toplumsal sağlığın bir koludur, cimmastik beden eğitiminin lisanıdır.” diyerek beden eğitimi ve spor etkinliklerinin bilinçli bir şekilde, planlı ve sağlık için yapılmasının önemine değinmiştir. Beden Eğitiminin bazı tanımlamaları da şöyledir: “Beden Eğitimi, hedefi insan performansını geliştirmek olan ve seçtiği fiziksel aktivitelerle bu hedefe ulaşmaya çalışan bir eğitim yöntemidir.” “Beden Eğitimi, etkinlik demektir. Beden araç olup, amaç tüm kişiliğin eğitimidir. Sağlıklı, güçlü, mutlu olma, kişilik, karakter, ahlaki değerler kazanma, kültürleşme, toplumsallaşma ve vatandaşlık eğitimidir.” “Beden Eğitimi, hareket etmeyi öğrenmek ve hareketler yolu ile öğrenmektir.” “Beden Eğitimi, okul öncesi çağdan okul kariyerinin bitimine kadar olan dönemde, insanın fiziksel gelişimine eğitimsel yaklaşımdır” (10, 11).

Beden Eğitimi kavramı, bazen spor eğitimiyle aynı, bazen de ayrı olarak kullanılmaktadır. Günümüzde **spor**; çoğu insan için yaşam felsefesinde yaşam kalitesini arttıran ve günlük sosyal aktiviteler içinde yer alması gereken doğal bir olgu olarak değerlendirilmektedir (12). Bireyin biyolojik, toplumsal ya da ekonomik gereksinimlerini karşılayan bir davranış biçimi, belirli ölçüde fiziksel güç ve beceri gerektiren yarışmalı ve eğlenceli etkinliklerdir (13, 14). Spor, sadece ferdin fiziki ve psikolojik (beden ve ruh sağlığı) yönden güçlenmesi için sürdürülen eğitici bir faaliyet değildir. Bunun yanında,

fertteki sorumluluk ve işbirliği eğilimi ile düzen sağlama yeteneğini ortaya çıkararak ferdin sosyalleşmesine katkıda bulunmaktadır (15). Sosyalleşme, bireyin içinde yetiştiği toplumun değer yargılarına uygun bir davranış geliştirme sürecidir. Buna bağlı olarak Bağırhan (16), spor eğitimini şöyle tanımlamıştır: “Spor yapan bireylerde, amaçlı olarak, kendi spor yaşantıları yolu ile davranışlarında, sporsal hareketler ve etkinlikler aracılığı ile toplumsal yaşantıda istedik yönde dönüşümler amaçlayan bireysel ve toplumsal değişim ve değiştirme sürecidir.” Hareketlerde ruhsal etken en az fiziksel etken kadar önemlidir. Fiziksel alanda vücut hareketlerinin organizmaya ve organların gelişimine etkisi olduğu gibi, ruhsal alanda da karakter ve zeka gelişimine etkisi vardır (17). Sportif oyunlara bir ekip üyesi olarak katılma; çocukta yardımlaşma, beraber çalışma, diğer ekip elemanlarına ve oyun düzenine saygılı olma gibi duyguları geliştirir (18). Spor yardımıyla, çocuğun çevresini tanınması ve iletişim kurabilmesi daha kolay gerçekleşmektedir. Spor etkinliklerine katılan gençler, davranış bozukluklarına yol açabilecek bir takım bilişsel, duyuşsal ve toplumsal korkularını spor sayesinde daha çabuk atlatabilmektedirler (13, 16, 18).

Öğretme-öğrenme etkinliği sırasında kullanılacak yöntem veya yöntemler bu etkinliğin, etkinlik eğitim programının, eğitim sisteminin işlerliğini, niteliğini ve verimliliğini belirleyecek bir yapı oluştururlar. Yöntem, en genel anlamıyla bir amaca götüren yol demektir. Birçokları için yöntem, eğitim programı ve felsefenin temelinde yer almaktadır. Yöntem ve konu alanı bilgisi birbirini tamamlayan iki öge olarak görülmektedir. Clarck ve Star (1968), “Bir öğretmen ne öğreteceği kadar, nasıl öğreteceğini de bilmiyorsa öğretim sönük, sıkıcı ve verimsiz olur.” diyerek buna dikkat çekmiştir (19). Öğretmen yöntem seçimi yaparken göz önünde bulundurması gereken bazı etkenlerle karşılaşacaktır. Öğretmenler birçok öğretim yöntemi arasından, dersin amaçlarına en uygun öğretim yöntemlerini seçebilmelidir. Öğretme-öğrenme süreçleri üzerinde çalışan araştırmacılar, kavramlar ve sınıflamalar üzerinde farklı görüşler taşımakla birlikte, birleştikleri temel nokta “tek ve sihirli bir öğretim yöntemi”nin olmadığıdır (20). Öğretim yönteminin diğer tüm alanlardan bağımsız, kendi kendine yeterli, tek başına bir bütünmüş gibi düşünülmesi yanlış olur. Bir kimse ulaşmak istediklerini bilmiyorsa, doğal olarak onu gerçekleştirecek bir yöntem belirleyemeyecektir. Bu konuda karar vermede felsefe ve özellikle eğitim felsefesinden yararlanılmalıdır (21). Çeşitli felsefi yaklaşımların, genel eğitimde olduğu gibi beden eğitimi ve spor alanında da yol gösterici ilkelerinin bulunduğu söylenebilir. İdealistlere, realistlere, pragmatistlere, natüralistlere ve diyalektik materyalistlere göre beden eğitimi ve spor farklı anlamlar taşır,

farklı işlevler görür ve farklı amaçlara hizmet eder. Bu akımlardan yola çıkarak, Beden Eğitimi ve Sporda, öğretme-öğrenme etkinlikleri ve bunların alt başlıkları olan yöntemleri, öğretmen merkezli, öğrenci merkezli ve öğretmen ve öğrencinin işbirliği içinde olduğu yöntemler olarak üç gruba ayırabiliriz (10, 11, 21). Bu bağlamda, eğitim kurumlarında ve spor branşlarının öğretiminde, yaygın olarak kullanılan öğretim yöntemleri bulunmaktadır.

Beden eğitimi ve sporda yöntem ve teknikler bazen bağımsız bazen de birlikte kullanılmaktadır. Beden eğitimi ve spor öğretiminde, genel eğitimde kullanılan soru-cevap, tartışma, düz-anlatım, dramatizasyon, gösteri, gezi-gözlem gibi yöntem tekniklerinin yanında, daha yaygın olarak kullanılan başlıca öğretim yöntemleri şunlardır (21-25):

- 1) Komut Yöntemi (A)
- 2) Alıştırma Yöntemi (B)
- 3) Eşli Çalışma Yöntemi (C)
- 4) Kendini Değerlendirme Yöntemi (D)
- 5) Katılım Yöntemi (E)
- 6) Yönlendirilmiş Buluş Yöntemi (F)
- 7) Problem Çözme Yöntemi (G)
- 8) Kişisel Program-Öğrencinin Tasarımı Yöntemi (H)
- 9) Öğrencinin Başlatması Yöntemi (I)
- 10) Kendine Öğretme Yöntemi (J)

Araştırmada kullanılan “KOMUT” ve “EŞLİ ÇALIŞMA” yöntemleri literatürde şu şekilde açıklanmaktadır:

Komut Yöntemi: Her öğrenme-öğretme olayında karar veren 2 kişi vardır: öğretmen-öğrenci. Bu yöntemin özelliği yapısındaki bütün kararları öğretmenin vermesidir. Hazırlık, uygulama ve değerlendirme bölümlerinde bütün kararları öğretmen verir. Öğrencinin görevi ise uygulamak, takip etmek ve denileni yapmaktır.

Eşli Çalışma Yöntemi: Uygulamalı derslerde farklı amaçlara ulaşmak, öğretmen ve öğrenci arasında yeni ilişkilerin oluşmasını sağlamak için kullanılan bir yöntemdir. Bu yöntem, öğretmenin hazırlık devresinde tüm kararları verip organize ederek başlattığı uygulamada, hareketlerin uygulanmasını, uygulanan hareketlerin kontrol, gözlem ve değerlendirmesini öğrenciye devrettiği bir yöntemdir. Bu yöntemin hedefi, öğrenciler arasında toplumsal hoşgörü ile iletişimin gelişmesini sağlamaktır. Yapılacak düzeltme ve kontrol etme mekanizması öğretmenden öğrenciye aktarılmıştır. Eşler arasında toplumsal

ilişki ve anında dönüt sağlama gibi iki önemli hedefe ulaşmada uygun koşullar oluşturan en etkin yöntemdir.

Bu yöntemler kullanıldıkları zaman, kişisel gelişime katkıları gelişim alanlarına göre farklılıklar gösterecektir. Bu gelişim alanlarını kısaca fiziksel gelişim, toplumsal gelişim, duygusal gelişim ve bilişsel gelişim olarak sıralayabiliriz (10, 22-30). Ayrıca bunlara ek olarak, davranışı açıklamaya ilişkin yaklaşım, **sosyal yetkinlik beklentisi** teorisinin de egzersiz ve sporda önemli bir yeri olduğunu vurgulamaktadır. **Sosyal yetkinlik**, bireyin motivasyonunu ve bilişsel kaynaklarını harekete geçirebileceğine olan inanç olarak tanımlanmakta ve bireyin yaşam deneyimlerine ilişkin değerlendirmeleri sonucu oluşmaktadır (31). **Sosyal yetkinlik beklentisi**, bireyin kendisini sosyal ilişkilerinde başarılı olarak değerlendirmesine yardım etmede önemli bir faktördür. Bilgi ve beceriden çok daha fazlasını kapsayarak, bireyin kendi kapasitesini etkin olarak kullanabilmesini de içerir (32). Bireyin inançlarının, kesin davranışı oluşturmada izleyeceği yoldaki başarısını açıklar (33). Bireyin kendisini sosyal ilişkilerinde başarılı olarak değerlendirmesinde önemli bir faktördür (18). Beden eğitimi dersi içinde veya ders dışı sportif egzersizlerde çocuk devamlı çevresindekilerle bir iletişim ve etkileşim halindedir. Kendi yaşında çocuklarla bir arada, paylaşma, yardımlaşma, kurallara uyma ve karşılıklı saygıyı öğrenir. Sorumluluk alma ve düzenli çalışma alışkanlığı edinir. En önemlisi çocuklar, oyunlar yolu ile yaşamlarını organize etme ve denetleme alışkanlığını geliştirebilirler. Çocukların geleceğin sorumluluk sahibi, üretken bireyleri ve iyi vatandaşları olabilmesi için, aile ve eğitim kurumlarının işbirliği içinde çocuklara iyi organize edilmiş oyun ortamları yaratması gerekir (34). Beden Eğitimi ve Sporun her türlü yararı bir yana bırakılsa bile, ortada bir kenara itilemeyecek bir şey vardır. O da, çocuğun spor yaparken yaşadığı sevinç ve duyduğu hazdır. Bu duygu, çocukların sosyal hayatlarına yansımaktadır. Bu nedenle, çocuğun spora olan ilgisi engellenmemelidir. Her ne sebeple olursa olsun, Beden Eğitimi ve Spordan yoksun kalan çocuk, yetişkinliğe bazı eksikliklerle girme durumunda kalmaktadır (35).

Bu çalışmanın amacı, 11-13 yaşları arasındaki ilköğretim öğrencilerinin katıldığı beden eğitimi derslerinde uygulanan komut ve eşli çalışma yöntemlerinin, onların sosyal yetkinlik beklentileri açısından karşılaştırılmasıdır.

GENEL BİLGİLER

Eğitim, öğretim ve öğrenme birbirleri ile iç içe olan kavramlardır. Eğitim ve öğretimin amacı öğrenmeyi sağlamaktır. Eğitim ve öğretim faaliyetlerinin hedeflerine ulaşması için öğrenmenin gerçekleşmesi gerekir (2). Eğitim işinin sonunda, insanlara yeni davranışlar kazandırmak amaçlanmaktadır. Davranış değiştirme işinin hangi faaliyetler yoluyla ve nasıl gerçekleşeceği hususu bizi doğrudan doğruya öğrenme işine ve onu sağlamak için düzenlenen öğretme sürecine götürür (3, 4, 36). Öğrenme bireysel olarak gerçekleşir. Her birey kendi yaşantısı yoluyla öğrenir (3). İnsanlar duyu organlarını kullanarak, çevreleri ile iletişim kurdukları sürece yeni davranışlar öğrenirler (10). Ancak bu öğrenmelerin bir kısmı kendiliğinden, hiç kimsenin yardımı olmadan oluşur. Bu nedenle eğitim ve öğretim süresince bireylere amaçlar doğrultusunda davranışlarını değiştirecekleri bir ortam hazırlayarak yaşantı geçirmeleri sağlanır (5).

EĞİTİM

Eğitim, toplumun değer yargılarına ve ihtiyaçlarına göre şekillenir. İletişim çağını yaşadığımız günümüz dünyasında, çocuğun alacağı eğitim, yaşantısını yönlendirmede etkin olduğu gibi kişiliğinin gelişiminde de önemli rol oynamaktadır. Kişilik gelişimi, çocuğun sosyalleşmesi ile doğrudan ve yoğun ilişkisi olan bir faktördür. Bu yaş dilimindeki çocuk sosyal çevresini oluşturan tabii çevrenin, biyolojik şartların, teknolojik ve kültür şartlarının içerisinde büyümektedir. Çocuğun yaşadığı bu ortam, eğer izin verilirse, çocuğun psikolojik yeteneklerini; karar verme, gerçekçi olarak tahmin yapabilme, riske girebilme ve kendine güven duygularını geliştirir (37). Özünde eğitilebilir bir canlı olan insanın en belirgin özelliği, yaptığı davranışla hareket ve eylemleri ile çevresini, amaçları doğrultusunda değiştirebilmesi ve kendini yenileyebilmesidir. Bu oluşumun gerçekleştirilmesinde eğitimin öncelikli bir işlevi bulunmaktadır. **Eğitim**, “önceden saptanmış esaslara göre insanların davranışlarında belli gelişmeler sağlamaya yarayan planlı etkiler sistemidir.” Eğitim kısa sürede oluşan, gerçekleşen bir süreç değildir. O, bir yönüyle “beşikten mezara kadar” süren bir süreçtir (38).

Eğitim, bireye yeni davranışlar kazandırmada ya da mevcut davranışları değiştirmede en etkili süreçtir. Bu yönüyle eğitim bireyin davranışlarında kendi yaşantısı yoluyla ve kasıtlı olarak istedik değişme meydana getirme süreci olarak tanımlanabilmektedir (7, 25,39, 40). Eğitimi, “bireyin davranışlarında kendi yaşantısı yolu ile kasıtlı olarak

istendik değişme meydana getirme süreci” olarak tanımlayan Ertürk, planlı eğitim faaliyetlerinin, davranış değişmesini, yani geçerli öğrenmeyi sağlayıcı yaşantıların oluşturulmasına dönük olması zorunluluğuna işaret etmektedir (36).

Eğitim, bireyde davranış değiştirme sürecidir. Diğer bir deyişle, eğitim sürecinden geçen kişinin davranışlarında bir değişme olması beklenmektedir. Varış (1981), eğitim yoluyla kişinin amaçları, bilgileri, davranışları, tavırları ve ahlak ölçülerinin değiştiiğini ifade etmektedir. Eğitim sürecine giren kişilerde bu değişmenin istenilen yönde olması beklenir. Eğitimi, bireyde kendi yaşantısı ve kasıtlı kültürleme yoluyla istenilen davranış değişikliğini meydana getirme süreci olarak da tanımlayabiliriz (41).

Eğitim, önceden saptanmış esaslara göre insanların davranışlarında belli gelişmeler sağlamaya yarayan planlı etkiler dizgesidir (7).

FELSEFİ açıdan baktığımızda; Eflatun, “Eğitim, bedene ve ruha yetenekli olduğu güzelliği vermektir.”, Cicero, “Eğitim, çocuğu insan haline getirme sanatıdır.” şeklinde tanımlarda bulunmuşlardır. Antik çağın ünlü düşünürü **Platon’un** “zihinsel eğitim ve bedensel yetilerini en güzel şekilde bağlayan ve onları en güçlü şekilde ruhun hizmetine sokan tam eğitilmiş ve uyum sağlamış insandır.” Görüşü bugün de etkinliğini ve geçerliliğini korumaktadır. Tarih de ilk defa eğitimle ilgili ciddi tanımı DEWEY yapmıştır. Dewey tanımını, “Eğitim yaşantıların yeniden örgütlenmesi ya da yenilenmesi” şeklinde yapmıştır (25, 40).

Durkheim eğitimi; “Yaşlıca kuşağın toplumsal hayat için, henüz yetersiz bulunan kuşak üzerinde uyguladığı eylem olarak tanımlamıştır.” Amacı ise, çocukta toplum içersinde, özellikle gireceği çevrede gerekli görülen fiziksel, entelektüel, moral, yetenek ve becerileri uyandırmak ve geliştirmektir (14).

Eğitim tanımlarının ortak özelliği, eğitimin bir süreç olması ve kişinin önceki durumdan daha yeterli hale gelme yani değişme sürecidir. Eğitimin amacı ve aracı insandır. Kaynağını felsefeden, geçerliğini bilimden, değerini toplumdan alır (42). Eğitimin amaçlarının gerçekleştirilmesi için bir dizi öğrenim etkinlikleri yapılır ve sonuçta, eğitilen bireyin davranışlarında uzun süreli değişiklikler görülür (38). Dünyadaki hızlı gelişmeler, bir yandan varolan bilgileri geçersiz hale getirirken, bir yandan da bilinmeyen pek çok şeyi açığa çıkarmaktadır. Yeni buluşlar, uluslar arası ilişkiler fen ve teknik alanındaki ilerlemeler kişileri ayak uydurmaya zorlamaktadır. Bu hızlı gelişimlere uyum sağlamanın en etken ve temel aracı şüphesiz eğitimidir (39). Eğitimin amacı çağlara göre değişik olmuştur. Eski çağlarda sağlam vücutlu insan yetiştirmek, orta çağlarda dindar

adam yetiştirmek, çağımızda ise; bugünkü eğitimin amaçları doğrultusunda bir toplum yetiştirmektir (43).

Eğitimin temel amacının, eğitilen ferde içinde yaşadığı toplumun değerlerinin aktarılması, uzun vadede onu toplumun yetkin, dengeli ve üretken bir üyesi haline getirmek, dolayısıyla da toplumsal entegrasyonu temin etmek ve sürdürmek olduğu açıktır. Ancak her ülke kendi eğitim politikasına göre eğitimin amaçlarını, süresini ve kapsamını belirleyerek uygular (44).

Eğitim sürecinin üç temel ögesi vardır. Eğitim amaçla başlar, öğretme-öğrenme etkinlikleri ile sürer ve değerlendirmeye sona erer. Amaçlar kişilere hangi bilgi, beceri ve tutumların kazandırılacağını ve bunların hangi konular içinde işleneceğini gösterir. Öğretim yoluyla ise kişilerin söz konusu bilgi, beceri ve tutumları öğrenmeleri sağlanır. Öğretim sonunda elde edilen ürünlerin amaçlara uygun ve yeterli olup olmadığı değerlendirme işlemi ile anlaşılır (7).

Eğitime anlam veren amaçlardır. Eğitim ve öğretim nitelik ve nicelik olarak bireyin gelişiminde, kişiliğinde ve yaşamında belirli sonuçlar elde etmek amacıyla girişilen planlı etkinlikler olduğuna göre eğitim amaçlarının önem ve gereği kendiliğinden anlaşılacaktır.

Demokratik bir toplumda kişinin eğitilmesi (45);

- 1- Mutluluk,
- 2- Sağlık,
- 3- Kişilik kazanma (ahlak ve karakter),
- 4- Ekonomik yararlılık,
- 5- Kültür (toplumun kültür değerlerine duyarlılık),
- 6- Toplumsal yararlılık (toplumsallaşma) gibi davranışların geliştirilmesine dayalı olacaktır.

Eğitim ve öğretim bir ulusun geçmişi, bugünü ve geleceği ile ilgili çok duyarlı ve önemli bir konudur. Bu konuda bütün ulusa ve özellikle eğitim kurumlarına ve dolayısıyla öğretmenlere büyük görev ve sorumluluklar düşmektedir. Eğitimin amacı da, ulusun ihtiyaçlarına, eğilimlerine ve gelecekle ilgili beklentilerine göre belirlenir. O halde eğitimin şu **genel amaçlarından** söz edilebilir (43):

- 1) Bireyin yeteneklerini dengeli ve sonuna kadar gelişmesini sağlayabilme.
- 2) Bireye gerekli bilgi, beceri, olumlu davranışları ve iyi alışkanlıklar kazandırabilme.
- 3) Bireyin kişiliğini kurabilme.
- 4) Bireyin sorun çözme becerisini geliştirebilme.

- 5) Ülkesine ve insanlığa iyi insan yetiştirebilme.
- 6) Bireyi içinde bulunduğu zamana ve gelecek yaşamına hazırlayabilme.

Eğitim uzun vadeli bir yatırımdır. Ve de en pahalı bir yatırımdır. Ürünü bir kuşak sonra verir. Bu bakımdan **eğitim ve öğretim** amaçlı, planlı, programlı, yöntemli ve kontrollü yapılmalıdır. Böyle yapılmazsa zaman, enerji ve ekonomik kayıp büyük olur.

Bir yıl sonrasını düşünüyorsan eğer, tohum ek.

On yıl sonrası ise tasarladığın, ağaç dik.

Ama yüz yıl sonrası için, halkı eğitmeye gayret et.

Bir kez tohum ekersen bir kez ürün alırsın.

Bir kez ağaç dikersen on kez ürün alırsın.

Yüz kez olur bu ürün, eğer eğitilirse ulusun.

Çin Ozanı Kuan Tzu (M.Ö. 650)

Eğitim süreci, öğretim ve öğrenme süreçlerini içine alır ve onlardan daha geniş kapsamlıdır. Eğitim zaman ve mekan yönünden kapsamlı, süreli ve çok boyutludur. Eğitimde bilgi dahil her türlü tecrübe üzerinde durulur. Öğretim ise güdümlüdür, planlıdır, programlıdır, desteklidir (2).

ÖĞRETİM

Eğitim ve öğretim kavramları çoğu kez aynı anlamda kullanılmaktadır. Oysa eğitim, bireyde davranış değişikliği meydana getirme süreci, öğretim ise bu davranış değişikliğinin okulda planlı ve programlı bir şekilde yapılması sürecidir. Eğitim her yerde, ancak öğretim daha çok okulda yapılmaktadır. Eğitim süreci çok boyutludur, süreklidir, yaşam boyu devam eder, yaşantılarla kazanılır. Zaman ve yer açısından sınırsızdır ve her şeyden önemli olarak da kültürü oluşturur. Öğretme süreci ise öğrenme etkinliklerini yönlendirme ya da klavuzlama işidir. Burada sözü edilen öğrenme kavramı, yaşantı ürünü ve az çok kalıcı izli davranış değişikliği olarak tanımlanmaktadır (5, 41). Eğitim ve öğretim ailede başlar. Aile bütün olumlu durumlara sahip olsa bile, çocuğunu bütün yönleriyle planlı, programlı ve bir sistem içinde yetiştirmesi çok zordur. Çünkü eğitim ve öğretim işi, bir uzmanlık ve sanat işidir. Bu bakımdan okul, çocuğu en iyi eğiten ve öğretene bir kurumdur denilebilir. Eğitim ve öğretim bir bütündür. Eğitim ve öğretim dengeli bir biçimde yürütülmelidir.

Öğretim deyince, en kısa ifade ile, pedagojik formasyonu olan kimselerin (öğretmenlerin) bilgi ve maharetler kazandırmak veya bilgi ve maharet kazanmalarını ayarlamak suretiyle, öğrenim müesseselerinde bulunan öğrencilerin fiziki ve (ruhi-zihni) gelişmelerini ve hayat şartlarına kolayca intibak etmelerini sağlamak için yaptıkları etkinlikler anlaşılır (2). Bloom'a göre öğretim hizmetinin niteliğini etkileyen dört ana etken vardır. Bunlar, öğrenciye sunulan ipuçları, öğrencinin öğrenme sürecine katılımı, öğrenciye sağlanan pekiştiriciler ve geribildirim- düzeltmedir (26).

Öğretim geniş bir kavramdır. Öğretimde, öğrenme ve öğretme diye iki etkinlik vardır. Bunlardan öğrenme öğrencinin, öğretme ise öğretmenin etkinlikleridir. Öğrenme kavramının, öğretim kavramı içindeki yeri büyüktür. Öğretimde, öğretmenden daha çok öğrencinin kendi kendisine öğrenmesi esastır. Öğrenme etkinliklerinde, öğrencinin ilgi ve iradesi çok önemlidir. Öğrenciyi kendi kendisinin rehberi haline getirmek gereklidir (43).

Öğretim, öğretme ve öğrenmeyi kapsamına alır. Okullarda öğretme faaliyetleri önceden hazırlanmış bir program çerçevesinde amaçlı, planlı, kontrollü ve düzenli olarak yapılır. Okullardaki öğretmenlerin rehberliğinde çeşitli denemelerde bulunarak bilgi, beceri, tavır ve idealler kazanırlar. Okullarda bunların öğrencilere kazandırılması ile ilgili yapılan faaliyetlere **öğretim**, bu faaliyetlerin sonucu düşünüş, değerlendiriş ve davranışlarda meydana gelen değişimlere ise **eğitim** denir (25).

Öğretimde göz önünde bulundurulması gereken amaçlar üç alanda ele alınır (10, 25, 46, 47):

- 1.) **Kognitif (bilişsel) alan:** (Bilgi düzeyi-Kavrama düzeyi-Uygulama düzeyi-Analiz düzeyi-Sentez düzeyi-Değerlendirme düzeyi)
- 2.) **Efektif (duyuşsal) alan:** (Alma düzeyi-Davranımda bulunma düzeyi-Kıymet biçme düzeyi-Organize etme düzeyi-Kendine mal etme düzeyi)
- 3.) **Psiko-motor alan:** (Gözleme düzeyi-Taklit etme düzeyi-Pratik yapma düzeyi-Yeni duruma uydurma düzeyi).

Öğretim, toplumun eğitim amaçlarını gerçekleştirmede, özellikle bilgi ve beceriler yoluyla eğitimin temel ve önemli bir bölümünü oluşturur. Öğretim, bir anlamda eğitime giden bir araçtır. Öğretim bir süreçtir. Eğitimde olduğu gibi öğretimin de amaçları, toplumun ve çağın gereklerine göre belirlenir. Bu süreçteki amaçlar genel olarak ana çizgileriyle şu şekilde ifade edilebilir (43):

- 1) Çocuklara, gençlere (bireylere) belirlenen bilgi, beceri, davranış ve değerler kazandırabilme.

- 2) Çocukların ruh, beden, zihin, düşünme, karar verme, karakter, kişilik ve sosyal yeteneklerini geliştirebilme.
- 3) Çocuklara öğrenmesini öğretebilme.
- 4) Çocukları bireysel ihtiyaçlarını, sorunlarını tanıma ve bu ihtiyaçlara cevap verebilme.
- 5) Çocukların güdülerini bilinçli bir surette düzenleyerek geliştirebilme.
- 6) Çocukları yaparak ve yaşayarak iş içinde hayat işlerine hazırlayabilme.
- 7) Okulun eğitim amaçlarını gerçekleştirebilmek için gerekli olan bütün önlemleri alabilme.

ÖĞRENME

Eğitim sürecinin temeli öğrenmeye dayanır. Öğrenme süreci bireyin doğumuyla birlikte ailede başlar, planlı ve programlı bir kurum olan okul ile devam eder. Çünkü bu dönemde kazanılan davranışlar bireyin gelecekteki yaşamını doğrudan etkilemektedir (1). Bireyin yetenekleri, eğitim ve öğretim durumu, öğrenmeye hazır olması, güdülenişi, ilgileri, tavırları, kendi değer yargıları, öğrenme konuları, etkinlikler, unutmama ve hatırlama, haz ve elem, övme, yerme, başarıları, başarısızlıkları, yarışma, birlikte çalışma, ödül, ceza, tekrarlar, alıştırılmalar, ödevler, parça parça öğrenmek, bütünüyle öğrenmek, değerlendirmeler, öğretmen, beden ve ruh sağlığı, aydınlık, ısı, rutubet, havanın temizliği, alkol, tütün, kafein, araç ve gereçler, bireyin yaşayışı, öğrenme zamanı, vb. Bu faktörler iyi olduğu oranda, öğrenme de o derece kolay ve sağlam olur (43).

Öğrenme ile eğitim arasındaki geçişi öğretim sağlar. Bunlar arasındaki ilişkiyi spor alanından örnekle açıklayacak olursak: bir futbolcunun bir futbol müsabakasını izleyerek kendine göre bazı teknik ve kuralları öğrenmesi “**öğrenmeye**”, bir antrenör tarafından, belli bir öğrenme ortamında planlı ve düzenli bir program içinde futbolu öğretme etkinliğini “**öğretme**”, bu sporcunun gerek kendisinin, gerekse antrenörü tarafından öğretilmiş davranışların bu futbolcu üzerinde, kendi kişiliği ile birleştirilerek bilgi becerisi ile oluşturduğu teknik taktik davranış değişikliğini de “**eğitime**” örnek verebiliriz (25).

İnsanların konuşması, çeşitli tutum ve alışkanlıklar kazanması, kısacası hayatın her aşaması öğrenme ile ilgilidir. Öğrenmenin tanımının nasıl yapılacağı öğrenmeye hangi açıdan bakıldığına göre değişir. Günümüzde öğrenmeyi tanımlayan değişik kuramlar vardır. Bu kuramları davranışçı ve bilişsel olmak üzere iki grupta toplamak mümkündür.

Davranışçı açıdan öğrenme, yaşantı sonucu gözlenebilen davranışlarda ortaya çıkan kalıcı değişiklikler olarak tanımlanabilir. Öğrenmenin yaşantı sonucu olması, öğrenme sonucunda bir değişiklik olması, kalıcı iz bırakması ve gözlenebilen davranışlarda değişiklikler olması esas alınmaktadır.

Bilişsel açıdan öğrenme, bireylerin zihinsel yapılarında görülen değişimlerdir. Bu yaklaşımda hafıza, algı, hatırlama, yaratıcılık gibi içsel süreçler ön plandadır. Bu içsel süreçlerin dışa yansması davranış değişikliğidir. Gestalt psikolojisine göre de öğrenme, bireyin karşılaştığı bir durumu algılaması ve yorumlamasındaki değişimdir.

Öğrenme sürecinde, öğretim etkinliklerinin planlanmasından, uygulanması ve değerlendirilmesine kadar tüm aşamalarda öğrencilerin aktif katılımı söz konusudur (2). Öğretme okulda öğretmenler, ailede anne babalar, işyerlerinde ustalar, akran gruplarında arkadaşlar, sokaktaki insanlar ve iletişim araçları tarafından sürekli olarak gerçekleştirilmektedir. Bu kişi ve araçların gönderdiği mesajlarla sürekli iletişimde bulunan kişinin davranışları değişmektedir. Bir etkinliğin öğretim olarak kabul edilebilmesi için öğrenmenin olması gerekir. Yani öğrenmenin olmadığı yerde öğretim de yoktur. Sınıf içinde öğretmen açısından yaptığı iş öğretim, öğrenci açısından baktığımızda ise öğrenmedir (25). Öğretim ve öğrenme sürecinde, öğrencilerin beklentilerine ve konuların özelliklerine en uygun olarak etkinlikler belirlenerek sınıf içi çalışmalar organize edilmelidir (2).

Öğrenme, kazanılan bilgi ve becerileriyle davranışların değişmesidir. Bireyin yaşantıları yoluyla meydana gelen kalıcı değişikliklerdir. Öğrenmenin iki yolu vardır. Birincisi kendi yaşantılarımız, ikincisi eğitimidir. Bunların ikisi hayat boyu birlikte yürür. Öğrenmenin olabilmesi için, bilgi ve becerilerin davranışlarımızı değiştirmeleri gereklidir. Öğrenme karmaşık bir süreçtir. Asıl öğrenme, anlayarak öğrenmedir. Bu tür öğrenme, bilinçli bir öğrenmedir. Bu öğrenme biçimi düşünceye dayanır (43). Bu çerçeveden bakıldığında, öğrenmenin doğasına ilişkin olarak, yapısalcı teori, aşağıdaki 10 temel **öğrenme ilkesini** ileri sürmektedir (20):

- 1) Öğrenme, pasif bir alma süreci değil, aktif bir anlam oluşturma sürecidir.
- 2) Öğrenme, kavramsal bir değişmeyi içerir.
- 3) Öğrenme, öznelidir.
- 4) Öğrenme, durumsaldır ve çevresel şartlara göre şekillenir.
- 5) Öğrenme, sosyaldır.
- 6) Öğrenme, duygusaldır.
- 7) Öğrenme işinin niteliği, öğrenme sürecinde önemlidir.

- 8) Öğrenme, gelişimseldir.
- 9) Öğrenme, öğrenci merkezlidir.
- 10) Öğrenme, süreklidir.

Öğrenme, kişinin yeteneklerine, onun biyolojik ve kültürel gelişimine, içinde yaşadığı toplumdaki kültüre, güdülenmişliğine, ilgisine, öğrenme ortamının havasına bağlıdır.

Öğrenme, bilgi işlem sürecine benzer bir biçimde oluşur (2).

Öğrenmenin psikologlar tarafından yapılmış tanımlarına bakacak olursak;

“Öğrenmek, öğrencinin daha önceden bilmediği bir şeyi yapmak yeteneğini kazanmasıdır.” *Book*

“Öğrenmek, yeni tepkiler yapmasını öğrenmek veya eskileri değiştirmektir.” *Burton*

“Öğrenmek, alışkanlıklar ve bilgi kazanmak sürecidir.” *Pyle*

“Öğrenmek, tecrübe ve eğitim vasıtası ile davranışların değişmesidir.” *Gates (48)*

İyi bir öğrenme düzenlenmiş bir ortam ve iyi bir plan gerektirir. William Kilpatrick’ın söylediği gibi “*Neyi yaşarsak onu öğreniriz, yaşadığımız yer, etkileşimde bulunduğumuz insanlar ve çevre ne öğreneceğimizi belirler. Topluluk eğitir, fakat birey kendisi öğrenir.*”

(43). İnsan doğduğu andan başlayarak bütün hayatı boyunca öğrenmek durumundadır.

Ailesi, okulu, çevresi ve dünya ile ömür boyu etki ve tepki içindedir. Bu etkiler ne kadar olumlu ise birey o derece eğitilmiş olur.

Öğrenmenin en iyi şekilde meydana gelebilmesi şu faktörlere bağlıdır (27):

1. Öğrenci aktivitelerin içinde ve merkezinde olmalıdır.
2. Öğrencinin bireysel ihtiyaçları, ilgileri, kapasiteleri iyi belirlenmelidir.
3. Öğretmen konuları öğrencilerin kendilerinin araştırmalarına ve keşfetmelerine yardımcı olmalıdır.
4. Duruma göre öğrenciler tepki göstererek yaratıcılıklarını kullanabilmelidirler.
5. Öğrenme ancak konuya ilgi ve istekli olan öğrencilerle gerçekleşebilir, bu nedenle ilgi ve istek uyandırılmalıdır.
6. Öğrenciler kendilerinin bizzat çaba göstererek öğrendiklerinin yararlı ve doğru olduğuna inanırlar. Yanlışlar bu duygu dikkate alınarak öğrencinin kendine güveni sarsılmadan, emek ve çabaları küçümsenmeden düzeltilmelidir.
7. Öğrenmek için öğrenci kendisi çaba sarf etmelidir. Ancak böylece çocuk kendini daha güçlü hissedecek, yaşamla bağları güçlenecek ve daha akılcı kararlar vermesi sağlanacaktır. Bu yolla öğrenme sonucunda çocuk başarının değerini daha iyi anlayacak, diğer insanları daha çok takdir edecek, sağlığını daha iyi koruyabilecektir.

Çocukların öğrenmeleri daha çok onların duygusal algılamaları ile harekete geçen ilişkilendirme ve tepkilerle olur; işiterek, görerek, tadarak, dokunarak, koklayarak, hareket ederek. Bu duyular ne kadar çok uyarılırsa, öğrenme dereceleri de o kadar çoğalabilir ve öğrenme zenginleşir.

Öğrenen bir çocukta aşağıdaki şu davranışlar gözlenebilir (27):

- Yeni teknikleri kullanır ve geliştirir.
- Yeni alışkanlıklar kazanır.
- Yeni tavır ve tutumlar geliştirir.
- Yeni ilgiler oluşturur.
- Yeni görüş ve düşünceler geliştirir.
- Öğrendiklerini kullanabilir ve genellemeler yapabilir.
- Sosyal iletişim kurabilir.
- Çevresiyle ve çevresindeki insanlarla daha çok ilgilenmeye başlar.

Hiçbir şey bilmiyor,
Bilmediğini de bilmiyor,
Sakın ondan aptaldır,

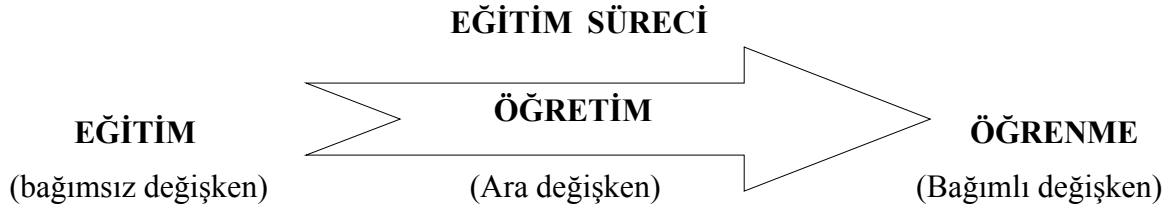
Pek çok şey biliyor,
Bildiğini de bilmiyor,
Uyandır onu “uykudadır.”

Hiçbir şey bilmiyor,
Bilmediğini de biliyor.
Öğret ona “çocuktur.”

Pek çok şey biliyor,
Bildiğini de biliyor.
Takip et onu “akıllıdır.”

İran Atasözü (43)

Şu ana kadar anlatılanları toparlayacak olursak; eğitim, öğretim etkinlikleri aracılığıyla, bireyde istenilen yöndeki düşünce ve davranış değişikliklerini meydana getirmek, yani öğrenmeyi sağlamak üzere uygulanır. Eğer bir kimsede yaşantı ürünü olarak bir davranış değişikliği görülmüş ise, bireyin öğrendiğinden söz edilir. Bu noktada eğitim ile öğrenme arasında bir sebep-sonuç ilişkisi kurulabilir. Buna göre, eğitimin; davranış değişikliğini istenilen yönde meydana getirmek üzere sebep olucu, yani işi başlatıcı bir rol oynaması; buna bağlı olarak da, davranış değişikliğinin (öğrenmenin) bir sonuç halinde ortaya çıkması söz konusudur. Belirtilen bu sebep-sonuç ilişkisinde, eğitim ile öğrenmeyi, sürecin başlangıç ve bitiş noktaları olarak ele alacak olursak; eğitimi “bağımsız değişken” olarak düşünebiliriz. Böylelikle, üçü arasında anlamlı bir bağ kurmak ve her birinin işlevini daha iyi belirlemek mümkün olur.



Şekil 1. EĞİTİM – ÖĞRETİM – ÖĞRENME İLİŞKİSİ (49).

BEDEN EĞİTİMİ

Eğitim, amacı ve aracı insan olan karmaşık bir oluşumdur. Düşünce kaynağını felsefeden, doğruluğunu bilimden, düzenini toplumdan alan bir insan yaratma sanatıdır. İnsan yaratma oluşumunda Beden Eğitiminin genel eğitime katkısı çok büyüktür. Diğer bir deyişle, Beden Eğitimi ile Genel Eğitim ayrılmaz bir bütündür (45, 48). Eğitimin insan bütünlüğü ile ilgilenmesi ve bireyi bir bütün olarak ele alınması nedeniyle beden eğitiminin de temel yaklaşımı insanı bir bütün olarak ele almak olmalıdır. Beden eğitimi bu amaçlarını gerçekleştirirken araç olarak da insan doğasında var olan hareketleri kullandığı bilinmektedir (50). Beden eğitimi, bireyin beden sağlığını, ruh sağlığını, beden becerilerini geliştirmeye yönelik, gerektiğinde çevresel koşullara ve katılımcıların özelliklerine göre değişebilen esnek kurallara dayalı oyuna, cimnastiğe, spora dönük alıştırma ve çalışmaların tümünü kapsayan geniş tabanlı bir etkinliktir (29). Beden eğitimi etkinlikleri, insanı ruhsal ve düşünsel yaşama yöneltmek onun biyolojik varlığını da yüceltir. Bu açıdan beden eğitiminde yetenek değil, eğitim söz konusudur (6). Ayrıca beden eğitimi, çocuğun oyun hakkının ve serbest hareketinin okul yaşamı içindeki yerini güvenceye alır, bedensel ve ruhsal eğitimi sağlayarak sportif etkinliklerden zevk almasını mümkün kılar (6, 48, 51).

Beden Eğitimi, insan doğasında var olan hareketleri şekillendirerek çocuk yaştan itibaren sosyal uygunluk, zekilik, ruhen ve bedenen kuvvetlilik, cesaret ve disiplin gibi nitelikleri kazandırmayı amaçlayan bir bilim dalıdır (50). “Beden Eğitimi, her çocuk için neşe içinde, kişisel buluş ve benimsemesine yönelik olmalıdır. Aynı zamanda çevreye karşı sosyal bir sorumluluğun ön plana çıktığı şekilde, şimdi ve gelecek için sosyal öğrenme ve eğitime de kuvvetle dikkat çekmesi gerekir.” (52).

“Beden Eğitimi umumiyetle medeniyetin, kendi cemiyetinin sosyal faaliyetlerinin mahsulüdür (53).”

“Genel eğitimin tamamlayıcısı ve ayrılmaz bir parçası olan beden eğitimi, organizmanın bütünlüğü ilkesine dayalı olarak kişiliğin de eğitimidir.” (54).

“Okul öncesi çağdan okul kariyerinin bitimine kadar ki dönemde insanın fiziksel gelişimine katkıda bulunan eğitimsel yaklaşımdır.”(55)

“Beden Eğitimi, genel eğitimin moral, entelektüel ve fizik bölümlerinden biri olarak çevik, dayanıklı, pek gözlü tek kelime ile iyi yurttaş yetiştirmekte uygulanan jimnastik ve spor gibi beden hareketlerinin tümüdür.” (56).

ARACI'ya göre beden eğitimi, bireyin beden sağlığını, ruh sağlığını, beden becerilerini geliştirmeye yönelik, gerektiğinde çevresel koşullara ve katılımcıların özelliklerine göre değiştirilebilen esnek kurallara dayalı oyuna, cimmastiğe, spora dönük alıştırmaya ve çalışmaların tümünü kapsayan geniş tabanlı bir etkinliktir (28, 57).

“Beden eğitimi; insanın fiziksel, ruhsal ve zihinsel niteliklerini, bulunulan yaşın ve genetik kapasitesinin gerektirdiği verim gücüne ulaştırmak amacı ile rekabet olmaksızın yapılan faaliyetler bütünüdür.” (58).

“Beden Eğitimi, hareket etmeyi öğrenmek ve hareketler yolu ile öğrenmektir.” (10). Beden Eğitiminin amacı, öğrencilerin fiziksel etkinlikler, yani hareketler yoluyla gelişim ve eğitimlerini sağlayarak her öğrencinin hareket kapasitesinin en üst düzeye ulaşmasına yardımcı olmaktır (25). Ruth ve Helen'e göre beden eğitiminin amacı; sosyal yeteneklerde gelişme, güven, emniyet, dürüstçe mücadele etme, saygı ve sorun çözme tekniklerinde gelişmenin olmasıdır (50). Beden eğitimi dersinde ele alınan hareket eğitimi ve oyun konuları insanın eğitimi ve öğretiminde ele alınan Bilişsel, Duyuşsal, Sosyal ve Fiziksel gelişim konularını kapsamına almaktadır. Yani çocuğa bir hareket becerisi kazandırmak bilişsel, sosyal ve duyuşsal yönlerini de geliştirmek beden eğitimi dersinin amaçlarının çok kapsamlı olması gerektiğini dile getirmektedir (27). Beden Eğitiminin bu alanlardaki rolü ise kısaca şöyle ifade edilebilir (10, 29):

Fiziksel Gelişimdeki Rolü : Bireylerin fiziksel gelişimlerine katkıda bulunmak yalnız beden eğitimine özgü bir amaçtır. Beden eğitimi etkinlikleri düzenli yapıldıklarında, organizmanın fiziksel uygunluğunu ve dayanıklılığını buna bağlı olarak iç organların fonksiyonlarını geliştirir. Böylece organizmanın değişen koşullara daha kolay uyum sağlaması ve yorgunluğa karşı koyma gücü artar. En fazla etki, becerilerin gelişmesi, kassal hareketle verimliliğin artması, dolayısıyla kassal güç ve dayanıklılığın artmasında görülür.

Zihinsel Gelişimdeki Rolü : Beden eğitimi aracılığıyla birey, sağlık ilkeleri ve hareketin yaşamdaki önemini kavrar. İnsan hareketinin doğası, büyüme ve gelişmedeki önemi, temizlik, hastalıklardan korunma, dengeli ve yeterli beslenme, iyi alışkanlıklar kazanma

vb. konularda bilgi edinir. bu gerçeklere ilişkin bilgilerin birikimi ile etkinlikler yeni bir anlam kazanacak bu da her bireyin daha sağlıklı yaşam sürdürmesine yardımcı olacaktır.

Duygusal ve Toplumsal Gelişimdeki Rolü : Duygusal ve toplumsal gelişim birbirleriyle karşılıklı etkileşim halindedir. Her beden eğitimi etkinliği toplumsal bir deneyimdir. Ve çoğunlukla duyguları geliştirir. Bu etkinlikler sayesinde birey, duygularını ifade etme olanağı bulur. Saldırganlık, öfke, utangaçlık, kıskançlık vb. duygularında boşalım sağlar, bunları kontrol etmesini sağlar. Beden Eğitimi etkinlikleri benlik gelişimine de katkıda bulunur. Beden Eğitimi etkinlikleri bireyde; kurallara uyma, başkalarının haklarına saygı, yardımlaşma, işbirliğine dayalı yaşama biçimi gibi alışkanlıklar kazandırır. Ayrıca bireylere etkin olma, sorumluluk yükleme ve sonuçlara katlanma olanakları sağlar.

Genel eğitimin tamamlayıcısı ve ayrılmaz bir parçası olan beden eğitimi, aynı zamanda kişiliğin eğitimidir. Başka bir deyişle öğrencilerin gelişim özellikleri göz önünde tutularak onların, fert ve toplum önünde sağlıklı, mutlu, iyi ahlaklı ve dengeli bir kişilik sahibi; yapıcı, yaratıcı ve üretken; milli kültür değerlerini ve demokratik hayatın gerektirdiği davranışları kazanmış fertler olarak yetiştirilmeleri için en önemli araç olacaktır. Beden eğitimi derslerinde kazandırılması amaçlanan bilgi, beceri, tavır ve alışkanlıkların tamamının değerlendirilmesi gerekir (6, 40, 51, 59).

Beden eğitimi etkinlikleri sayesinde (48, 56);

1. Kişi kendini tanıır, tanıtır.
2. Yeteneklerini geliştirir, sınırlı ve güçlü yönlerini öğrenir.
3. Vücuduna ve sağlığına karşı bilinçlenir.
4. Beceriler kazanarak organizmasını en etkili biçimde kullanmasını öğrenir.
5. Fiziksel uygunluğu (kuvvet, çabukluk, dayanıklılık, esneklik, çeviklik, koordinasyon ve sağlık) geliştirir.
6. Etkinlikler sonucu kişisel ve toplumsal nitelik ve becerileri geliştirir.
7. Sağlık, mutluluk, yaşamında gerekli bilgi, davranış, alışkanlıklar ve beceriler kazandırır.
8. Boş zaman davranışı ve alışkanlıklarını geliştirir. Kendine güveni artırır.

Beden Eğitimi; her bireyi kendi kapasitesi doğrultusunda fiziksel, bilişsel, sosyal ve duyuşsal bütünlük içerisinde geliştirerek sağlıklı yaşamasına katkıda bulunmak yoluyla, spor öğretiminin en temel hedefini oluşturur (27).

İnsanın düşünsel ve ruhsal yapısıyla birlikte bütünlüğünü oluşturan vücudun, belli amaçlar için eğitilmesi düşüncesi insanlığın evren üzerindeki varlığı kadar eskidir. Canlılığın tek belirtisi olan hareket, beden eğitiminin de başlıca aracıdır (6, 29).

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR

Beden eğitimi bazen amaç, bazen de sporun bir aracı olarak düşünülmektedir. Beden Eğitimi ve Spor birbirini tamamlayan ve birbirinden ayrı düşünülmemesi gereken iki kavramdır. İnsanın beden ve ruh sağlığını geliştirmek ve iradesini güçlü kılmak beden eğitimi ve sporun temel amaçlarından biri olduğu gibi aynı zamanda beden eğitimi ve spor ferdin keşfedilmemiş özelliklerini ve yaratıcı yönünü hareket geçiren önemli bir faktördür (50).

Eğitimin kapsamı içine giren beden eğitimi ve spor, “Vücutun yapı ve fonksiyonlarını geliştirebilmeye, eklem ve kasların kontrollü, psikolojik ilerleme ve dengeli bir biçimde gelişmeyi sağlamayı, okul çağı sonrası iş ve rekreatif faaliyetlerin süresi içinde harcanan fiziki gücü en ekonomik biçimde kullanmayı, dolayısıyla organların kontrolüne metotlu bir şekilde hareket etmesini öğreten bir faaliyet sistemidir.”

Beden eğitimi ve sporun, ferdin eğitimindeki yerinin çok önemli olduğu, bu yüzden de eğitim sistemi içinde daha fazla yer verilmesi gerekliliği göz ardı edilemeyecek bir gerçektir (51). Geniş anlamda öğretim programı, okul tarafından öğrencilere kazandırılmak istenen yaşantıların tümünü ifade eder. Beden eğitimi ve sporla öğrenciler kişilik, karakter, duygusal, zihinsel, sosyal, bireysel ve toplumsal bir çok değer kazanmaktadırlar. Öğretim programı içerisinde yer alan beden eğitimi ve spor dersleri, kazandırılmak istenen yaşantılar için bir araçtır. Beden eğitimi, genel eğitimin bir parçasıdır. Genel eğitimin hedeflerine ulaşmaya katkıda bulunur. Günümüzde beden eğitimi ve spor, yetişmekte olan yeni nesillerin temel kaynağı olan insana, fikren ve bedenen sağlık kazandıran bir faaliyet planı olarak kabul edilmektedir. Beden eğitimi ve spor faaliyetlerini insan hayatında vazgeçilmez bir alışkanlık haline getirmek gerekmektedir (25, 60).

Eğitimin işlevi, toplum üzerinde değişen ve gelişen teknolojinin oluşturduğu etkiye karşı nitelikli insan gücü yetiştirmektir. Bilindiği gibi, nitelikli insan gücü de fiziksel, zihinsel ve ruhsal olarak sağlıklı olmayı gerektirir. Bu da beden eğitimi ve sporun temelini oluşturan çok yönlü hareket çeşitlerini ve prensiplerini içeren beden eğitimi ve spor eğitimiyle kazanılır. Nitekim, beden eğitimi ve spor, insanlık tarihinin her dönemimde görülen uygulamaları ile gelişmiş ve günümüzde her düzeyde eğitimin ayrılmaz bir parçası olarak görülen bilinçli ve planlı faaliyetlerdir (61). Beden eğitimi ve spor çocuğun tüm gelişimi boyunca göz önünde tutulması gereken bir olgudur. Çünkü beden eğitimi ve spor çocuğun temel etkinliğidir. Çocuk beden eğitimi ve spor içinde bedensel yeteneklerini

geliştirir. Hareket ve davranış olgunluğu kazanır. Kendi olanaklarını kavrar, yeteneklerini sezer. Enerjisini kullanmayı, eşyaya egemen olmayı onu kullanmayı öğrenir.

Çocuk, beden eğitimi ve spor içinde çevresiyle duygusal ve fiziki ilişki kurar; sosyal yönünü geliştirme olanağı bulur. Başkalarını taklit ederek davranışlarını olgunlaştırır, yeni beceriler kazanır. Yenmeyi, yenilmeyi, bir kavgayı sürdürmeyi, uzaklaşmayı, barışmayı, yardımlaşmayı, birlikte yapmayı, yarışmayı, rekabeti beller (62).

Beden eğitimi ve spor faaliyetleri; insanların bedeni ve zihni yönlerden sağlıklı gelişimlerini sağlayan, bu alanda kazandıkları bilgi, beceri ve iyi alışkanlıklar yolu ile ahlaklı olmalarında büyük rol oynayan faaliyetlerdir (58).

Beden eğitimi ve sporun ideal tanımı, insanın fiziksel güç ve yeteneklerinin, zihinsel ve ruhsal eğitimine paralel düzeyde geliştirilmesini hedefleyen hareket formları olarak yapılmaktadır. Ancak tarihi süreç içerisinde sportif faaliyetlerin çok değişik nedenlerle uygulandığı ve gerek birey, gerekse toplum açısından oldukça değişik fonksiyonları yerine getirdiği bilinmektedir (63).

Beden Eğitimi ve Spor; fiziksel hareketlerin planlı bir gelişme doğrultusunda yaşantıya dönüştürülmesidir.

Beden Eğitimi ve Spor; Milli Eğitimin temel ilkelerine bağlı olarak kişinin bedensel, ruhsal, zihinsel gelişimini sağlamanın yanı sıra, oyun, jimnastik ve spor gibi eğitici bütün bedensel etkinlikleri içeren genel kavramdır.

Beden Eğitimi ve Spor, büyük kas etkinlikleri aracılığı ile bireyin bedensel, ruhsal ve toplumsal bütünlüğü zedelemeyen kişiyi toplum yararına en iyi şekilde geliştirme eğitimidir.

Beden Eğitimi ve Spor, sağlıklı, güçlü, mutlu olma, kişilik, karakter, ahlaki değerler kazanma, kültürleşme, toplumsallaşma ve vatandaşlık eğitimidir.

Beden Eğitimi ve Spor, kişinin beden, ruhen ve fikren gelişimini sağlama kişiyi günlük yaşama ve iş yaşamının koşullarına hazırlamak, ulusal bilinç ve yurttaşlık duygularını kuvvetlendirmek amacı ile yapılan, düzenli ve metotlu çalışmaların tümüdür.

Beden Eğitimi ve Spor, hareket etmeyi öğrenmek ve hareket yoluyla öğrenmektir (22, 24, 45).

Felsefe tarihindeki filozofların Beden Eğitimi ve Sporla ilgili görüşlerinde; Sokrat öncesi ve sonrası, Platon ve Aristo dönemleri insan eğitimi için spora son derece önem verdikleri görülmektedir. Descartes de dahil, idealist felsefe içinde zihni ya da ruhu bedenden ayırıyorlardı. Ama spor söz konusu olunca bu ayırımdan vazgeçiyorlardı. XVII. yy. Descartes akılcılığında beden, zihin ya da ruh ayırımı sistematik olarak yapılmıştır.

Fakat bugün beden ve zihin bir bütün olarak ele alınmaktadır. Aydınlanmada, kişinin kendini aydınlatmasında ya da kültürlenmesinde sporun yeri büyüktür (53).

Günümüzde beden eğitimi ve sporun önemini üç yönden ele almak mümkündür (25):

- 1) Sağlık açısından,
- 2) Estetik Yönden,
- 3) Felsefi ve Pedagojik Yönden.

Beden Eğitimi ve Sporun Yararları

Beden eğitimi ve spor, insanların hareketlerinde yapısal, duygusal, sosyal denge ve uyumları sağlayan önemli bir etkinliktir. Gelişmenin iyi, güzel ve olumlu doğrultuda olmasını sağlar. Beden eğitimi ve spor insanlarda;

- 1) Bedensel ve psikolojik (ruhsal) sağlığı,
- 2) Kişisel yetenek ve farklılıkları, diğer insanların yetenek ve farklılıklarını kavramayı,
- 3) Kendine güven ve cesaret duymayı,
- 4) Yaş dönemlerinin korkularını, benlik doyumunu, kişilik gelişimi ortamını,
- 5) Başarıda, başarısızlıkta paylaşımı ve paylaşmanın önemini,
- 6) Kişisel ve takım, grup sorumluluğunu,
- 7) Otorite ve disiplin kavramını,
- 8) Çalışmanın ve çalışkan olmanın zevkini,
- 9) Yaratıcılık duygularını,
- 10) Sosyal, toplumsal organizasyonlara katılmanın, anlaşabilme olgusunun değerini ortaya koyan bir olgudur.

Tamer; beden eğitimi ve sporun amaçlarını organik gelişim, sinir-kas gelişimi, fiziksel gelişim ve duygusal gelişim olarak, Sel; görsel ve toplumsal amaçlar olarak sınıflandırmış, Bağırhan ise; bunları sağlık, verim, hareket, uyum, serbest zamanlar ve estetik, dans ve ritim başlıkları altında toplamıştır. Hasırcı ve Yıldırım, orta öğretim kurumlarında uygulanan beden eğitimi ve spor ders ve aktivitelerinde ön görülen amaçlara yönelik bireylere kazandırılması gereken nitelikleri de şöyle belirlemişlerdir;

- 1) Biyolojik (fiziksel) gelişime katkıda bulunmak,
- 2) Psikolojik gelişime katkıda bulunmak,
- 3) Sosyal gelişime katkıda bulunmak,
- 4) Yaratıcılık ve estetik duygusunu geliştirmek,
- 5) Sonraki yaşamında kullanılabilecek alışkanlıklar kazandırmaktır (61).

Beden Eğitimi ve Sporun Amaçları

1.) Kişisel yönden :

- a) Sağlık (beden, ruhsal, toplumsal)
- b) Fizik uygunluğu (Tüm organizmanın etkili görevliliği)
- c) Kas kemik gelişimi (Güzel vücut ve estetik davranış)
- d) İş emniyet eğitimi (Sağlık, kazalara karşı korunma, ilk yardım için gerekli bilgi, davranış alışkanlıkları ve beceri kazanmak)
- e) Dengeli esnek kişilik (iyi ahlak, karakter)
- f) Bedenen eğitilmiş olmak
- g) Boş zamanları değerlendirme davranış becerileri
- h) Kültürel şevk ve duyarlık gelişimi

2.) Toplumsal yönden :

- a) Barış ve savaş için gerekli vatandaşlık niteliklerini sağlamak
- b) Toplumsal sorumluluğu geliştirmek
- c) Liderlik niteliklerini geliştirmek
- d) Yasalara, kurallara göre ve geleneklere saygı göstermek
- e) Oyun aracılığı ile sıra ve hak kavramlarını geliştirerek başkalarının kişiliğine saygılı olma
- f) İş birliği, takım ruhu ve kolektif davranışlar geliştirerek başkalarının kişiliğine saygılı olma
- g) Toplumun değer yargılarına saygısını bilinçlendirmek

3.) Ekonomik yararlılık :

- b) Yapıcı, yaratıcı ve üretici yetenekleri geliştirmek
- c) İş, görev ve meslek sorumluluğunu geliştirmek
- d) İş ve çalışmalarında verimli ve başarılı olmak
- e) Kamu kaynaklarını korumak ve iyi kullanmak
- f) Milli enerji kaynaklarını korumak
- g) Aileye, çevreye ve okula yararlı görev ve sorumluluk yüklemek (28, 45, 56).

Beden eğitimi ve spor çocuğun; hareket etme, motorsal beceriler yoluyla yaşantı edinme, mücadele etme ve takdir edilme, başka çocuklarla oynama ihtiyaçlarını karşılar. Çocuklar, okula farklı çevrelerden gelirler. Bu nedenle, her biri değişik yeteneğe, ilgi ve ihtiyaçlar sahiptir. Üst düzeyde gelişimlerini sağlayabilmek için öğretmen, öğrencilerinin gelişim özelliklerini, ilgi ve ihtiyaçlarını iyi bilmelidir (40). Eğitim, amacı ve aracı insan

olan karmaşık bir oluşumdur. Düşünce kaynağını felsefeden, doğruluğunu bilimden, düzenini toplumdan alan bir insan yaratma sanatıdır. Bu yüzden, Beden Eğitimi ve Spor, aşağıdaki dört yönlü gelişimi de amaçları içine temel olarak almıştır (6, 45):

- a) Organik Gelişim,
- b) Sınır-Kas Gelişimi,
- c) Zihinsel Gelişim,
- d) Heyecansal (Duygusal) Gelişim.

Beden eğitimi ve sporun temel amacı, insanın beden ve ruh sağlığını geliştirmek, iradesini güçlü kılmaktır. Kişiler arasındaki ilişkileri çoğaltmak, grup çalışmasını kolaylaştırmak, karşılıklı dayanışmayı sağlamak, kişiyi topluma kazandırmak ve sosyalleşmesine katkıda bulunmak, sporun amaç ve yararları arasında sayılabilir. Sportif etkinliklerin gelişmesinde, yapılanmasında rol oynayan sosyal ve ekonomik etkenleri şu şekilde sıralayabiliriz :

- 1.) Kitle iletişim araçları
- 2.) Gelir düzeyinin yüksekliği
- 3.) Boş zamanların varlığı
- 4.) Genel ekonomik durum
- 5.) Nüfusun sosyal gelişmişlik durumu, sosyal ve kültürel düzeyin yüksekliği
- 6.) Sosyal statünün eğitim yoluyla elde edilmiş olması
- 7.) Kişilerin sosyalleşme durumu
- 8.) Toplam nüfus içinde genç-yaşlı oranı
- 9.) Spor için uygun bir alt yapının olması
- 10.) Toplumun sosyal, ekonomik ve kültürel hedeflerinin belirlenmiş ve sosyal bütünleşmenin gerçekleşmiş olması.

Sosyal bir olay niteliğine sahip spor ve beden eğitimi faaliyetleri, bedensel ve ruhsal bir eğitim ortamı olarak değerlendirilmektedir. Kişilerin sosyalleşmesine yardımcı olan, sosyal ilişkilerin ve toplumun sosyal yönden kalkınmasında rol oynayan eğitim programları, insan unsurunun niteliğini geliştirip, üretimde ve uygarlık yarışında daha başarılı hale getirmeyi amaçlar. Gelişmiş ülkelerde boş zamanları değerlendirme amacıyla mesleki ve kültürel faaliyetlerin yanı sıra, sportif etkinliklere de büyük önem verilir.

Sportif olaylar iç ve dış turizmin gelişmesine de katkıda bulunur. Milli takımlarımız veya uluslar arası turnuvalara katılan takımlarımızla birlikte her geçen gün büyük sayıda bir izleyici kitlenin harekete geçmesi ve bu tür haberlerin günlerce kamu gündeminde ilk sırada yer almasının canlı örneklerini sıklıkla yaşamaktayız.

Sosyal süreç içinde, spor yoluyla birbirleriyle ilgili birtakım kavramlar ortaya çıkar. Bu kavramalar arasında (29);

- a) Rekabet,
- b) Çatışma veya mücadele,
- c) İşbirliği,
- d) Uyum,
- e) Bütünleşme, sayılabilir.

ATATÜRK, “*Sosyal açıdan spor hareketlerini düzenlemekle görevli olanlar, Türk çocuklarının spor hayatını yükseltmeyi düşünürken, sadece gösteri için ve kazanmak emeliyle herhangi bir müsabakada bir spor politikası oluşturmazlar. Asıl amaç, her yaştaki Türk için beden eğitimi sağlamaktır.*” diyerek her yaştaki Türk için Beden Eğitiminin sağlanması düşüncesini ifade etmiştir.

Birinci Beş Yıllık Kalkınma Planında beden eğitimi ve sporun, gerektiği kadar yer almadığı görülmektedir. İkinci Beş Yıllık Kalkınma Planında ise şu önemli hususlar yer almıştır:

- Sağlam ve sıhhatli bir kuşak yetiştirilmesinde spor ana eğitim araçları arasında kabul edilmelidir.
- Devletin sporla ilgili faaliyetleri, sporu topluma yönelten, okul ve halk sporuna öncelik veren, bir nitelik kazanacaktır.

En son olarak Beşinci Beş Yıllık Kalkınma Planında da;

- “- Beden Eğitimi ve Sporun yaygınlaştırılması ve amatör sporun teşviki esastır.
- Kitle sporuna ehemmiyet verilecek ve bunun için gerekli şartlar hazırlanacaktır.
- Okullarda spor ve spor eğitimine ağırlık verilecek.
- Spor tesisleri süratle tamamlanacak ve yaygınlaştırılacak.
- İş yerlerinde beden eğitimi yapılması sağlanacaktır.” maddelerine yer verilmiştir (64).

Beden eğitimi ve spor arasındaki fark; beden eğitimi, bireyin beden ve ruh sağlığının gelişmesi için yapılan hareketlerin tümüdür. Spor ise, bireyin beden ve ruh sağlığının gelişmesi yanında, belli kurallara göre rekabet içinde mücadele etme, heyecan duyma, yarışma ve üstün gelme amacını içerir (28).

TÜRK MİLLİ EĞİTİMİNİN AMAÇLARI

Genel Amaçlar: 2842 sayılı kanunun 2. maddesinin -i bendine göre;

Türk Milli Eğitiminin genel amacı, Türk Milletinin bütün fertlerini,

- 1) Atatürk inkılap ve ilkelerine ve Anayasada ifadesini bulan Atatürk Milliyetçiliğine bağlı, Türk Milletinin milli, ahlaki, insani, manevi ve kültürel değerlerini benimseyen, koruyan ve geliştiren; insan haklarına ve Anayasanın başlangıcındaki temel ilkelere dayanan demokratik, laik ve sosyal bir hukuk devleti olan Türkiye Cumhuriyetine karşı görev ve sorumluluklarını bilen ve bunları davranış haline getirmiş yurttaşlar yetiştirmek,
- 2) Beden, zihin, ahlak, ruh ve duygu bakımından dengeli ve sağlıklı şekilde gelişmiş bir kişiliğe ve karaktere, hür ve bilimsel düşünce gücüne, geniş bir dünya görüşüne sahip, insan haklarına saygılı, kişilik ve teşebbüsüne değer veren, topluma karşı sorumluluk duyan, yapıcı, yaratıcı kişiler olarak yetiştirmek,
- 3) İlgil, istidat ve kabiliyetlerini geliştirerek gerekli bilgi, beceri, davranışlar ve birlikte iş görme alışkanlığı kazandırmak suretiyle hayata hazırlamak ve onların, kendilerini mutlu kılacak ve toplumun mutluluğuna katkıda bulunacak bir meslek sahibi olmalarını sağlamak.

Böylece, bir yandan Türk vatandaşlarının ve Türk toplumunun refah ve mutluluğunu arttırmak, öte yandan milli birlik ve bütünlük içinde iktisadi, sosyal ve kültürel kalkınmayı desteklemek ve hızlandırmak ve nihayet Türk Milletini çağdaş uygarlığın yapıcı, yaratıcı, seçkin bir ortağı yapmaktadır.

Özel Amaçlar: aynı kanunun 3. maddesine göre

Türk eğitim ve öğretim sistemi, bu genel amaçları gerçekleştirecek şekilde düzenlenir ve çeşitli derece ve türdeki eğitim kurumlarının özel amaçları, genel amaçları ve Türk Milli Eğitiminin temel ilkelerine uygun olarak tespit edilir (6, 2, 25, 40, 47).

MİLLİ EĞİTİM YÖNÜNDEN BEDEN EĞİTİMİNİN AMAÇLARI

Atatürk İlkeleri ve İnkılapları, Anayasa, Milli Eğitim Temel Kanunu ve Türk Milli Eğitiminin temel amaçları doğrultusunda; öğrencilerin gelişim özellikleri de göz önünde tutularak, onların kişisel ve toplumsal yönden sağlıklı, mutlu, iyi ahlaklı ve dengeli bir kişilik sahibi, yapıcı, yaratıcı ve üretken, milli kültür değerlerini ve demokratik hayatın temel ilkelerini benimsemiş fertler olarak yetiştirilmeleri GENEL AMAÇTIR.

- 1) Atatürk'ün ve düşünürlerin beden eğitimi ve spor konusunda söyledikleri sözleri açıklayabilme.
 - 2) Bütün organ ve sistemleri seviyesine uygun olarak güçlendirebilme ve geliştirebilme.
 - 3) Sinir, kas ve eklem koordinasyonunu geliştirebilme.
 - 4) İyi duruş alışkanlığı edinebilme.
 - 5) Beden eğitimi ve sporla ilgili temel bilgi, beceri, tavır ve alışkanlıklar edinebilme.
 - 6) Ritim ve müzik eşliğinde hareketler yapabilme.
 - 7) Halk oyunlarımızla ilgili bilgi ve beceriler edinme ve bunları uygulamaya istekli olma.
 - 8) Milli bayramlar ve kurtuluş günlerinin anlamını, önemini kavrayabilme, törenlere katılmaya istekli olma.
 - 9) Beden eğitimi ve sporun sağlığa yararlarını kavrayarak, boş zamanlarını spor faaliyetiyle değerlendirmeye istekli olabilme.
 - 10) Temel sağlık kuralları ve ilk yardım ile ilgili bilgi, beceri, tavır ve alışkanlıklar edinebilme.
 - 11) Tabiatı sevme, temiz hava ve güneşten faydalanabilme.
 - 12) İş birliği içinde çalışma ve birlikte davranma alışkanlığı edinebilme.
 - 13) Görev ve sorumluluk alma, lidere uyma ve liderlik yapabilme.
 - 14) Kendine güven duyma, yerinde çabuk karar verebilme.
 - 15) Dostça oynama ve yarışma, kazananı takdir etme, kaybetmeyi kabullenebilme, hile ve haksızlığın karşısında olabilme.
 - 16) Demokratik hayatın gerektirdiği tavır ve alışkanlıklar edinebilme.
 - 17) Kamu kaynaklarını iyi kullanma ve koruyabilme.
 - 18) Spor araç ve tesisleri hakkında bilgi sahibi olma ve bunları gerektiği gibi kullanabilme.
- (6, 25, 28, 40, 47, 56, 57)

Milli Eğitim Bakanlığı, ilköğretim okulları, lise ve dengi okullar beden eğitimi dersi öğretim programında beden eğitimi, genel eğitimin tamamlayıcısı ve ayrılmaz bir parçası olarak tanımlarken, öğrencilerin kişiliklerinin eğitiminde önemli bir yere sahip olduğunu vurgulamaktadır. Bu anlamda, beden eğitimi, öğrencilerin gelişim özellikleri göz önünde tutularak onların fert ve toplum yönünden sağlıklı, mutlu, iyi ahlaklı ve dengeli bir kişilik sahibi; yapıcı, yaratıcı ve üretken; milli kültür ve değerlerini ve demokratik hayatın gerektirdiği davranışları kazanmış fertler yetiştirmek için en önemli araç olarak tanımlamıştır. Aynı zamanda, açıklamalar kısmında yer alan 16. maddede “fiziksel, zihinsel, duygusal ve sosyal boyutların” beden eğitimi ve sporun başta gelen amaçlarından olduğunu ifade etmektedir. Bu amaçla, ilköğretim okulları, lise ve dengi okullar beden

eğitimi dersi öğretim programları, program geliştirme ilkesine uygun şekilde hazırlanmaya çalışılmış ve 1987-1988 öğretim yılından itibaren uygulanmaya başlanmıştır (MEB, 1995). Bu program belirlenmiş olan amaçlara ulaşmak amacıyla hazırlanmış bir kılavuz niteliğindedir. Üniversitelerden yetişen beden eğitimi öğretmenlerinin görevi mesleki eğitim esnasında kazanmış oldukları bilgi, beceri ve pedagojik formasyon özellikleri hazırlanmış olan bu programı kullanarak belirlenmiş olan amaçlara ulaşmak doğrultusunda kullanmaktır. 9.12.1987 tarih ve 57 sayılı kararı ile kabul edilen bu program “.....uygulanmak ve denenip geliştirilmek kaydıyla....” ibaresini kullanmaktadır. Bu nedenle öğretmenlerin beden eğitimi derslerini uygulamaya aktardıklarında karşılaştıkları eksiklikler, program hedeflerine ulaşılmasını olumsuz yönde etkileyen etmenleri ortaya çıkartabilir (65).

Okul beden eğitimi dersleri içinde hareket eğitimi, oyun eğitimi ve spor etkinlikleri birbirini tamamlayan kesimler olarak yer alır. Okul sporunun özü, kıyasıya rekabetten çok spor eylemleri yoluyla gençlerin kendilerini kanıtlamalarına olanak veren, heyecan, belirsizlik ve riziko dolu eylemlerden oluşur (66).

Beden eğitimi dersinin genel eğitime yapacağı katkı benzersiz ve çok önemlidir. Amacı, doğru eğitim yöntemleriyle fiziksel, duygusal, entelektüel ve sosyal açıdan olgun birey gelişimine ve öğrencinin akademik başarısına katkıda bulunmaktır. Beden eğitimi dersi öğrencilere bir bütün olarak yaklaşılması gereken bir derstir. Beden eğitimi program modelleri ve etkinlikleri, “fiziksel becerileri uygulama”ya dayalı kullanımın yanı sıra, daha geniş mantık kullanma ve problem çözebilme becerilerinin geliştirilmesinin de göz önüne alınmalıdır. Paylaşma, yardımlaşma, dikkat, sorun çözme, yaratıcılık gelişimi, tartışma, deneme ve yanılma yöntemleri gibi sosyal hedefler, motor becerilerin öğretilmesi, geliştirilmesi gibi fiziksel hedefler temel alınmalıdır (67).

İLKÖĞRETİMİN KAPSAMI, AMAÇ VE GÖREVLERİ, SORUMLULUKLARI

İlköğretim 7-14 yaşlarındaki çocukların eğitim ve öğretimlerini kapsar. İlköğretim, kız ve erkek bütün vatandaşlar için zorunludur ve Devlet okullarında parasızdır. İlköğretim kurumları; 8 yıllık öğretimin yetiştirici ve tamamlayıcı sınıflar ile özel eğitime muhtaç çocuklar için kurulan okulların sınıflarını kapsamaktadır (47).

Madde 23’te belirtilen temel eğitimin amaç ve görevleri, milli eğitimin genel amaçlarına ve temel ilkelerine uygun olarak;

- 1) Her Türk çocuğuna iyi bir vatandaş olmak için gerekli temel bilgi, beceri, davranış ve alışkanlıkları kazandırmak; onu milli ahlak anlayışına uygun olarak yetiştirmek;
- 2) Her Türk çocuğunu ilgi, istidat ve kabiliyetleri yönünden yetiştirerek hayat ve üst öğrenime hazırlamaktır (47).

7-14 yaş kapsayan ilköğretim çağında, benlik algısı gelişir ve buna bağlı olarak başarı duygusu son derece büyük önem kazanır. Dürtülerin etkisi azalmıştır, buna bağlı olarak da öğrenme etkinliklerine daha aktif olarak katılmaya çalışır. İlköğretim öncesi dönemdeki bağımlılıklar giderek azalır ve öz disiplin gelişir. Sosyal gelişim açısından, aileyle sınırlı çevreden daha geniş bir sosyal çevreye geçiş yaşanır. Bu dönemde çocuğa, sorumluluk alma, işbirliği yaparak çalışma, kendini yönetme, zamanı iyi kullanma, kendine güvenme, planlı çalışma, sabırlı olma, yaptığı işten zevk alma, kendini ifade edebilme gibi becerilerin kazandırılması gerekmektedir. Burada sorumluluk da büyük ölçüde ilköğretim kurumlarına ve öğretmenlere düşmektedir (42). Temel eğitim çağı olarak düşünülen bu dönemde edinilen bilgi beceri ve tutumlar çocuğun geleceğini belirlemektedir. Piaget'e göre (1954), ilköğretim dönemi çocuğun daha soyut düşünebildiği ve olaylara daha fazla mantıklı yaklaşım sergileyemediği bir dönemdir. Yapılan bazı araştırmalar 7-11 yaş grubu çocukların gelişim özelliklerinden dolayı harekete gereksinimlerinin karşılanabilmesi için sınıf öğretmenlerinin beden eğitimi ve oyun etkinliklerine daha fazla zaman ayırması gerektiği sonucuna varmıştır (68).

Toplumun gerçek uygarlık belirtisi olan okullarda çocuklar birlikte yaşayarak, birlikte öğrenerek, birlikte paylaşarak, birlikte düşünerek, birlikte oynayarak Türk toplumunun tüm bireyleri olarak kaderde kıvançta ve tasada bir olma bilincine ulaşarak eğitilirler.

İlköğretimin temel görev ve sorumlulukları aşağıdaki gibi sıralanabilir (45);

- 1) Gelişim (Bütünlük ilkesini zedelemeyen bedensel, ruhsal ve toplumsal tüm gelişme).
- 2) Sağlık (Kalıtsal güç ve yeteneklere dayalı bedensel, ruhsal ve toplumsal dengeli sağlık).
- 3) Öğretim (Gelişim-Öğrenme ilkelerine uygun bilgi, davranış, alışkanlık, ve beceriler oluşturma, verim ve başarı).
- 4) Kültür (Ulusal ve evrensel kültüre karşı bilinçlilik ve duyarlılık, eleştirerek uygarlaşma).
- 5) Dengeli Esnek Kişilik (İyi ahlak ve karakter sahibi güvenilir, kendini, duygularını, denetleyebilen sağlıklı kişilik)
- 6) Toplumsal Yararlılık (Olumlu ilişkiler kurma, toplumsallaşma oluşumuyla toplumsal sorumluluk ve iyi vatandaşlık geliştirme).

- 7) Ekonomik yararlılık (İlgi ve yetenekleri yönünde iş, görev ve meslek sorumluluğu geliştirerek yapıcı, yaratıcı ve üretici gücüyle topluma olumlu katkıda bulunmak).
- 8) Demokratik Yaşam (Eğitim ve demokrasiyi, bireyin kişiliğinin gelişiminde ayrılmaz bir bütün ve düzen olarak gerçekleştirme).
- 9) Boş Zaman (Oyun aracılığıyla etkinliklerinde özgürlük gereksinimlerinde doygunluk ve yaşamında mutluluk oluşturmak).
- 10) Liderlik ve Rehberlik (Olumlu iş ve oyun davranışları geliştirmek, yetenekleri yönünde ve sorunlarının çözümünde güçlenmesini sağlamak).

İlköğretim kademesi, bireye temel bilgi, beceri ve davranışları kazandıran zorunlu bir öğretim kademesidir. Bu kademe öğretmenin öğretim etkinliklerini nitelikli bir biçimde gerçekleştirebilmesi, hem sahip olduğu bilgi ve beceri birikimi ile, hem de öğrencilerin ilgi, ihtiyaç ve beklentilerini çok iyi tanınması ile yakından ilişkilidir. Öğrencilerinin ilgi ve ihtiyaçlarını tanıyan bir öğretmen, öğrenme ortamlarını uygun tutum ve değerleri geliştirebileceği şekilde düzenler, sınıf içi etkileşimi ve sürece aktif katılımı sağlar, öğrencilerin tutum ve değerlerinin gelişmesini sürekli izler ve değerlendirir. İlköğretim öğrencileri gelişim özellikleri gereği sürekli hareket halinde ve sınıf içi etkinliklere aktif olarak katılıma eğilimindedirler. Bu da onların yaparak ve yaşayarak öğrenmeye istekli oldukları sonucunu ortaya çıkarmaktadır. Birey öğretme-öğrenme sürecine ne kadar aktif katılırsa, o kadar kalıcı ve etkili öğrenme gerçekleştirebilmektedir (1).

Genel eğitimin amacı bireylerde istenilen normlarda çok yönlü gelişim ve değişimi sağlayarak istendik davranışlar geliştirmektir. Beden eğitimi dersleri kapsamında sunulan hareket eğitiminin kendi amaçları olmasına karşın, genel eğitim bütünlüğü içerisinde dersin kendisi, konuları, uygulanacak yöntemler ve kullanılacak araç-gereçler genel eğitimin amaçları doğrultusunda olmalıdır.

İLKÖĞRETİMDE BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR

Modern eğitim anlayışı çerçevesinde eğitim ve öğretim faaliyetlerinde gençlerin zihni gelişmesinin olduğu kadar bedeni ve ruhi gelişimlerinin de sağlanması ihtiyacı ortaya çıkmıştır. Öğrencilerin zihin ve bedenlerinin maksimal gelişim göstermesi için beden eğitimi derslerine ihtiyaçları vardır. Beden eğitimi dersi ile öğrencinin bedenini en verimli ve etkili biçimde nasıl kullanabileceği öğretilmekte, doğru hareket etmesini, zihinsel ve duygusal açıdan olumlu gelişimine katkıda bulunması sağlanmaktadır (69).

Çocuğun büyüme ve beden gelişiminin en hızlı olduğu dönemlere rastlayan **ilköğretim**, eğitim bakımından çok fazla önem taşıdığı gibi fizyolojik gelişim devrelerini de etkilemekte ve çocuğun hem bedensel gelişiminde hem de sosyal yaşantısında çok önemli bir süreç olarak karşımıza çıkmaktadır (37). Çocuğun eğitiminde aileden sonra ikinci derecede sorumlu kurum **ilköğretim okulları** olmaktadır. Bu kurumların amacı, ilköğretim programında yer alan dersler ve diğer eğitici etkinliklerle çocuğun bilgi, beceri ve tutumlarını geliştirmektir. Temel eğitim çağı için oyun ve oyun yapısında düzenlenmiş ve gelecekte yapılacak spor türlerine hazırlayıcı alıştırmalar son derece önemlidir (38).

İlkokullarımızdaki beden eğitimi dersleri birçok öğretmen ve yöneticinin de düşündüğü gibi sadece oyun oynayıp rahatlayabilecekleri bir ders olarak düşünülmemelidir. Bu düşünce yine bazı öğretmenleri, zaten çocuk sürekli oyun oynuyor bu derste de mi oyun oynatayım, o halde matematik veya Türkçe çalışırım daha iyi düşüncesine itmekte ve öyle de davranmaktadırlar. Bundan dolayı da ilkokul beden eğitimi programlarında beden eğitimi dersi sadece bir oyun saati olarak düşünülmektedir. Beden eğitimi derslerinin tek amacı eğlendirmek ve eğlenmek değildir. Bir oyunu eğlenceli kılan oyunla ilgili becerilerin önceden kazanılıp geliştirilmesine bağlıdır. Beden eğitimi de genel eğitim kapsamında fiziksel açıdan bedeni, hem de beden yoluyla diğer alanlardaki bilişsel, sosyal, duyuşsal alanlardaki gelişim ve değişimleri sağlamaktadır (27).

İlk ve ortaöğretimde okutulan Beden Eğitimi dersi, çocuk ve gencin genel eğitiminde önemli bir araç olarak kullanılarak; onların hareket ihtiyacını karşılamak ve hareket aracılığıyla öğrenmesini amaçlamaktadır. Beden eğitimi derslerinin amaca uygun biçimde yapılmaması çocuk ve gencin bedensel gelişiminin yanı sıra, zihinsel ve toplumsal gelişimini de olumsuz etkileyeceği bir gerçektir (70).

Beden eğitimi derslerinde öğrenciler; sağlıklı ve mutlu yaşayabilmek ve verimli olabilmeyi öğrenir, boş zamanlarını değerlendirme, dinlenme, ruh sağlığı ile ilgili beceri ve alışkanlıkları kazanırlar. Günümüzde beden eğitiminin amacı, sadece beden eğitimi değil, zihin ve vücudun birlikte gelişimine katkıda bulunmaktır. Duyuşsal ve sosyal yön ise yadsınmamaktadır (22). Yani, beden eğitimi ve spor derslerinde bireyin bütünsel gelişimi dikkate alınmalıdır. Beden eğitimi öğretmenin bireyin bu bütünsel gelişimine katkıda bulunabilmesi için devrinişsel beceriler, pedagoji, bilimsel yöntem, fen-sağlık-hareket bilimleri ve sosyal-insan bilimleri konusunda bilgi, beceri ve tutuma sahip olması gerekir (55).

İlköğretimin birinci kademesinde daha ziyade birlik ve beraberliği, grup ve toplum şuurunu, dayanışmayı oluşturu bir spor anlayışı uygulamak gerekir. İlköğretimin ikinci

kademesi ise uzun vadede çocuklarda toplumsal başarı şuurunu yerleştirmeyi, giderek rekabetçi bir eğitim ve çalışma hayatına hazırlığı sağlamayı amaçladığından, bu kademedekiler için düzenlenen spor programlarında nispeten de olsa yarışmacı niteliğin, bir başka deyişle yarı elitist bir spor anlayışının tatbiki gerekir. Spor ve buna bağlı hareket eğitimi, kişinin içerisinde yaşadığı toplumun çok değişik boyutlarını, hareket yolu ile ele alan bir önemli sosyal olgu olarak yer almaktadır (29).

Beden Eğitiminin birinci derecede katkısı bedensel gelişim üzerine olmaktadır. Ancak bu, beden eğitimi dersinin sadece bedensel gelişimi sağladığı şeklinde anlaşılmalıdır. Genel eğitim kapsamında ele alınması gereken çocuğun lokomotor, manipülatif ve denge hareket yeteneklerini geliştirmesinin yanında, çocuğun fiziksel uygunluk (fitness), algısal-motor gelişim, sosyal-duygusal gelişim, öğrenme kapasitesinin geliştirilmesi ve serbest zamanı olumlu ve iyi yönde kullanma alışkanlıklarının kazandırılmasına büyük katkılar sağlar (27).

Bu dersle ilgili genel hedefler Kurtz tarafından 6 başlık altında toplanmaktadır. Bunlar;

- 1.) Sağlık, dinçlik, bedensellik
- 2.) Eğlence, yaşantı geçirme, etkile(n)me
- 3.) Verim (performans) etkinlik, kendine güven
- 4.) Estetik, gösteri, açıklama, biçimlendirme
- 5.) Gerilim, macera
- 6.) Birliktelik, kurumsallık, toplumsallık

İlköğretim, lise ve okulöncesi dönemlerde programlar geliştirilirken çocukların yaş dönemlerine göre fiziksel, bilişsel, devinişsel ve duyuşsal gelişim özelliklerine göre etkinliklerin oranları belirlenebilir. Örneğin, ilköğretim döneminde oyun, sağlık ve hareket ön plandayken, ortaöğretimde performans ön plana çıkabilir (55).

İnsanın ruh ve beden olarak bütünlüğünü bozmadan eğitilmesi sorunu, genel eğitimin hem bugün hem de gelecekte en önemli amacıdır. Beden Eğitimi dersinin amacı, değişik ve zengin hareketler yoluyla beden eğitilmesidir. Bu amacın gerçekleştirilmesi için temel eğitim programında bir dizi konu ve eğitim amaçları yer almaktadır (38).

ÖĞRETİM YÖNTEMLERİ

Öğrenme yaşantıları oluşturmayı amaçlayan öğretme durumları, çeşitli öğretme yöntemlerinden yararlanılarak tasarlanır ve uygulamaya konulur. Öğretme yöntemi, öğrenciyi hedefe ulaştırmak için izlenen yoldur. Yöntemle, belli öğretme teknikleri ve

araçları kullanılarak öğretmen ve öğrenci faaliyetlerinin bir plana göre düzenlenmesi ve yürütülmesi amaçlanır. Bir başka deyişle, “öğretme yöntemi öğrencilere bilgi, beceri ve tutum kazandırılması amacıyla gözlem, deney, planlama çalışmaları, uygulama ve çalışma tekniklerinin tümünü kapsar (36).

Öğrencilere yeni davranışlar kazandırılmasının nasıl gerçekleştirileceği, yöntem sorununu ortaya çıkarır. Bir öğrenme ünitesinin hedefleri belirlendikten sonra, bu hedefleri gerçekleştirmek için tasarlanan etkinlikler, birbirini izleyen üç aşamada yürütülür. Bunlar başlangıç, geliştirme ve sonuç alma etkinlikleridir. Öğretme sürecinin bu aşamalarında, öğretmenin ve öğrencilerin hangi etkinlikleri nasıl yapacakları ve bu etkinlikler sonunda öğrenciye hangi öğrenme yaşantılarının kazandırılacağı önceden saptanmak durumundadır.

Yöntem kavramı bugüne kadar farklı şekillerde tanımlanmıştır. Sözelimi yöntem, bir sorunu çözmek, bir deneyi sonuçlandırmak, bir konuyu öğrenmek ya da öğretmek gibi amaçlara ulaşmak için bilinçli olarak seçilen ve izlenen yoldur (41). Yöntem, kavram ve gerçekleri incelemede tutulan düzenli yol demektir (40).

Yöntemler gerçekleri bulmaya giden yollardır. Yöntemler bilimsel çalışma yollarıdır. Yöntem, “zihnin, bir gerçeğe ulaşmak yahut onu kanıtlamak üzere mantığa uygun bir biçimde düzenlenmiş ilkelerin, kuralların, evrelerin bütünüdür. Bir eylemi, bir işi, bir etkinliği sonuca götürmek için akla uygun olarak izlenen yoldur.”

En kolayından en zoruna kadar bütün işleri, bir plan ve program içinde çözmek durumundayız. Bu plan ve programın gerçekleşmesi için de, uygun yöntemlerle çalışmak gerekmektedir. Yöntemsiz çalışıldığı zaman amaca varılması güçleşir veya hiç varılamaz. Zaman ve enerji kaybı doğar. Araç ve gereç savurganlığı olur. Çağımız yöntemli çalışmayı gerektirmektedir. Öğrenci derslerini, meslek sahibi işlerini, devlet kalkınmasını planlı ve yöntemli çalışmasıyla amacına vardırabilir (43).

Doğru yoldan yürüyen bir topal, yolunu şaşırıp bir koşucudan daha çabuk hedefe varır.

F. BACON

İlköğretimdeki beden eğitimi derslerinde, amaçların gerçekleştirilmesi çocuğun gelişimine uygun çok çeşitli hareket formlarının deneyimlerle kazandırılmasına bağlıdır. Çocuklarda hareket etmeyi öğrenmek veya hareketler yoluyla öğrenmenin gerçekleşmesini sağlamak, çok çeşitli öğretim yöntem, teknik ve eğitimsel yaklaşımların kullanılmasını gerektirir (27).

Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenleri tarafından oldukça önemli olan öğretim yöntemleri öğretmen açısından bilinmesi gereken konuların başında gelir. Tüm öğretim şekillerinde olduğu gibi spor tekniklerinin öğretiminde de belirli bir teknik, beceri ve yöntemler kullanılır. Bir spor tekniğinin yanlış öğrenilmesinden sonra düzeltilmesi, ilk kez öğrenenden daha zor olacağı daima göz önünde bulundurulmalıdır. Beden Eğitiminde belirlenmiş amaçlara ulaşmak için en kısa yol olan öğretim yöntemlerinin temelini “Nasıl öğreteceğim?” sorusunun cevabı oluşturur. Bir spor eğitimcisi ne kadar “yol-yöntem” bilgisine sahip olursa, amacına ulaşmada o kadar tercih şansına sahip demektir (25). Çünkü, eğitim amaçlarında yer alan kompleks öğrenme ortamlarında kullanılan metotlarda “Bir yöntem hepsine uymaz.” anlayışı vardır. Bu yöntemlerin birbirlerinden farklı bilişsel, sosyal ve psikomotor amaçları vardır (71).

Öğretimde Yöntem ve Yöntem Seçimini Etkileyen Faktörler

Öğretimde yöntem, kısa zamanda daha çok amacın gerçekleşmesini sağlar. Öğretimde amaçların gerçekleşmesi ise; öğrencilerin, amacın, konunun, eldeki araç ve gereçlerle öğretmenin özelliklerine uygun bir metodun bulunmasına ve uygulanmasına bağlıdır (40). Öğretimde geniş anlamda kullanılan “yöntem” terimi; öğretmenin öğretme, öğrencinin öğrenme çabalarını; ele alınacak konunun gereklerine, duyulan ihtiyaca, belirlenen amaca ve türlü psiko- fizik koşullara uygun olacak tarzda örgütlenmesinin, en sağlam ve uygun araçlarla çalışarak başarılı sonuçlar elde etmenin tekniğidir. Yöntem, çalışmalarını düzenler, disiplin altına alır. Çağımızda öğretimde, öğrencinin özelliklerine, çevrenin koşullarına ve ele alınan konu ile ilgili yöntemler kullanılır (43).

Öğretim stili kavramının, bir bireysel bir de genel anlamı vardır. *Bireysel anlamda öğretim stili*, bir öğretmenin ya da belli bir dönemde ya da belli bir millete ait bir grup öğretmenin öğretimi oluşturmasının özel şahsi şekillenmesi, ortak karakteristik özelliğidir. *Genel anlamda öğretim stili* de, çağımız değer yargıları ve yönelişlerinden ve günümüz pedagojik bilincinden ortaya çıkan, belli bir süre ve onun temel tutumu için esas olan, yani arzu edilen öğretim oluşturma biçimidir. Yapılan araştırmalar, ders stili ile öğrenci davranışı arasında yakın ilişki olduğunu ortaya koymaktadırlar (2).

Yöntem seçiminde yöntemin (25);

- Öğrencilerin özelliklerine uygun olmasına; yaş, cinsiyet, seviye, fizik gibi.
- Gelişim düzeylerine uygun olmasına; kalp dolaşım, solunum, sindirim gibi.

- Öğretilecek konu ile yöntem arasındaki ahenkliğe uygun olmasına; konu ile yöntem uyum içinde birleştirilmeli, birbiri ile örtüşecek biçimde olmasına dikkat edilmesi gerekir.

Öğretim metot ve teknikleri, öğretim stratejilerinin yapı taşlarıdır. Bazı eğitimciler, öğretim metodunun bir “öğretim tekniği” olduğunu savunurlarken, bazıları da tekniği, daha geniş olan metodun içindeki bazı küçük işleri yapma yolu olarak anlarlar. Yani bir metodun içinde çeşitli teknikler kullanılabilir. Bütün derslerde tek bir metot veya teknik kullanan öğretmen çok başarılı olamaz (40).

Sınıflarımızda karşılaşacağımız çocukların boyları, cinsiyetleri, zekaları, kişilikleri, fiziksel görünüşleri, kısaca her şeyleri birbirinden farklıdır. Bireysel farklılıkları dikkate almadan yapılan bir eğitimin başarılı olması söz konusu değildir. Bu sebeple, öğretim faaliyetleri düzenlenirken, öğrenciler arasındaki farklılıkların muhakkak surette göz önünde bulundurulması gerekir. Bir öğretmen normal dağılım eğrisini göz önüne alarak, sınıfındaki öğrencilerin zeka, duygu, heyecan, ön öğrenme, dikkat ve sosyal gelişim gibi bir çok açılarından birbirinden farklı olabileceğini hiçbir zaman unutmamalıdır. Bireyler arasındaki farklılıkları gruplandıran çok sayıda yaklaşım mevcuttur. Aslında bu yaklaşımların hepsi de bazı değişkenleri temel alarak farklılıkları sınıflandırmaya çalışmaktadır. Bu yaklaşımlardan birine göre bireysel farklılıkları dört ana grupta toplamak mümkündür. Bunlar sırasıyla zeka, sosyoekonomik düzey, cinsiyet ve kültürdür (26). Bir başka yaklaşımda bu farklılıkları zihinsel, fiziksel, çevresel, kültürel ve duygusal farklılıklar olmak üzere 5 ana grupta toplamaktadır (47, 72). Bireysel farklılıkların ortaya çıkarabileceği sorunların giderilmesi için öğretmenlerin bazı stratejiler takip etmesi gerekir. Bu stratejilere şu örnekler verilebilir (26):

- 1.) Öğrencilerin kültürel özgeçmişlerini dikkate alarak öğretim yapmak.
- 2.) Akranların birbirine öğretmenlik yapmasını sağlayarak, öğrenci katılımını artırmak
- 3.) Kişiselleştirilmiş örnekler ve problemler sunmak
- 4.) İşbirliğine dayalı öğretim yöntemlerini uygulamak
- 5.) Ders planlarında bireyselleştirilmiş öğretime yer vermek.

Öğretmenin yöntem seçimini etkileyecek faktörler arasında şunları sayabiliriz:

- 1) Öğretmenin yönetime yatkınlığı
- 2) Zaman ve fiziksel imkanlar
- 3) Maliyet
- 4) Öğrenci grubunun büyüklüğü
- 5) Konunun özelliği
- 6) Öğretim sonucunda öğrencide geliştirilmek istenen nitelikler: Dersin amaçları o dersin

hangi yöntemlerle işlenmesi konusunda ipuçları verebilmektedir. Örneğin, öğrencinin becerilerinin gelişmesi amaçlanan bir derste “yaparak öğrenmeye” yönelik yöntemlerin ağır basması gerekmektedir. Ayrıca programın niteliği, öğrenci grubunun tutumları, öğretmenin kişiliği, sınıf atmosferi gibi etmenlerin dışında (25, 43, 70, 72) yöntem seçimini, “öğretmenin öğretim yükü, okul gününün uzunluğu, öğretmenin yönetim ve eğitici çalışmalarla ilgili yükümlülükleri, ders araç-gereçlerinin durumu” da etkileyebilmektedir. Öğretme-öğrenme süreçleri üzerinde çalışan araştırmacılar, kavramlar ve sınıflamalar üzerinde farklı görüşler taşımakla birlikte, birleştikleri temel nokta “tek ve sihirli bir öğretim yöntemi”nin olmadığıdır. Öğretmenler birçok öğretim yöntemi arasından, dersin amaçlarına en uygun öğretim yöntemlerini seçebilmelidir (20).

Öğretim Yönteminin Öğrenci Özelliklerince Belirlenmesi

Şüphesiz öğretmen, okuldaki dersinde, öğrenci sınıfları halinde ders vermektedir. Öğrenciler, öğretmenin dersini inşa etmesinde ve yöntem seçiminde dikkat etmesi gerek çeşitli özellikleri de beraberinde getirirler. Bu özellikler şunlar olabilir (2):

- Öğrencinin doğumla birlikte getirdiği ve psikolojik gelişimiyle ilgili özellikler
- Öğrencinin kendi yaşadığı çevreden getirdiği özellikler
- Öğrencinin ders anındaki psikolojik hali
- Öğrencinin gelişimine bağlı olarak derslerinde gösterdiği beceri (başarı) iniş-çıkışları
- Öğrenim ile ilgili motivasyonlar
- Dış koşulların etkileri.

Beden eğitimi derslerinde kullanılan yöntemlerin temel amacı, öğrencilerin kişilik gelişimine katkıda bulunarak, farklı yaklaşımlarla öğrenmelerini ya da öğrendikleri becerileri geliştirmelerini sağlamaktır. Burada üzerinde durulması gereken özellik, öğrenme geliştirmenin farklı yaklaşımlarla kazandırılması özelliğidir. Ele alınacak farklı yaklaşımlar beceri öğretilirken öğrenciye kazandırılacak amaç ve hedefleri de belirler. Öğrenme ya da öğrenilmiş becerinin geliştirilmesi istenirken belirlenen amaç ve hedeflerin yakalanabilmesi için uygun yöntemi seçmek gerekir. Kullanılan yöntemlerin her birinin öğrenci üzerinde diğerlerinden farklı kazanımları vardır. Yöntemler birbirlerinin karşıtları değil, gelişim alanlarında öğrenciye farklı kazanımlar sunan ve birbirlerini tamamlayan özelliklere sahiptirler. Bir takım yöntemler daha çok kullanılıyor olabilir. Bu özelliği onu

diğerlerinden üstün kılmaz. Ya da bazı yöntemler çok az kullanılıyor olsalar da farklı kazanımları nedeniyle diğer yöntemlerden daha az öneme sahip değillerdir (73).

Etkili öğretimde; öğretimi eğlenceli hale getirmek ve yaparak yaşayarak öğrenme, istenilen davranışların kazanılmasını kolaylaştırır. Bunun için eğitim ve öğretimde çeşitli yöntem, teknik ve materyallerin kullanılması önerilmektedir (74). Günümüzde yöntem ve araç seçiminde aşağıdaki ilkeler geçerliliğini sürdürmektedir:

- 1) Bütün öğrenme hedeflerinin gerçekleştirilmesinde aynı derecede etkili olabilecek bir yöntem ve araç yoktur.
- 2) En iyi yöntem ve aracın hangileri olacağını, öğretme sırasında öğrencinin yapması gerekli etkinlikleri belirler.
- 3) Yöntem ve araçlar, konu ve derslerle eşleştirilmekten çok, öğrenciye kazandırılacak davranışlarla eşleştirilmelidir.
- 4) En etkili öğretme durumları, yöntem ve araçların, bu durumların içinde birlikte düşünülüp düzenlenmesi ile yaratılabilir. Bu durumda her yöntem ve aracın belli işlevler için kullanılması gerekir.
- 5) Öğrenme, öğrencinin daha önce öğrendiklerini yeni öğrenme durumunda hatırlayabilmesi ve kullanmasıyla oluşmaktadır. Öğrenci ancak bu suretle öğrenme işine etkin olarak katılabilmektedir.
- 6) Öğrenmede, öğrencinin güdülenmiş olması, dikkatini sürekli tutması, öğrenileceklerin bulunduğu kaynakla etkileşimde bulunması çok önemli rol oynamaktadır.
- 7) Öğrencilerin, öğrenmede birbirlerinden farklı bilişsel süreçler kullanmaları, öğrenme stilleri ve yeteneklerinde farklılıkların olması çeşitli öğretme yöntem ve araçlarının bir arada kullanılmasını ve bireyselleştirilmiş öğretime yer verilmesi gerekmektedir.

Bilen'in de belirttiği gibi "bir öğretmenin sınıfında kullanabileceği çok sayıda öğretme teknikleri vardır. Bunlardan biri diğerinden üstün olmadığı gibi, her durumda başarıyla uygulanabilecek bir teknikten söz etmekte mümkün değildir (36).

Yöntem seçimi ve kullanılma biçimi de beden eğitimi öğretimi sürecini etkileyen önemli bir etkidir. Günümüzde öğretmen merkezli öğretim anlayışı, giderek yerini öğrenci merkezli öğretim anlayışına bırakmaya başlamıştır. Bu anlayış sınıf içi uygulamalara da yansımakta ve daha etkili öğrenme-öğretme yöntem ve tekniklerinin ortaya çıkarılmasına yol açmaktadır.

BEDEN EĞİTİMİ VE SPORDA KULLANILAN YÖNTEMLER

Öğretim yönteminin diğer tüm alanlardan bağımsız, kendi kendine yeterli, tek başına bir bütünlük gibi düşünülmesi yanlış olur. Bir kimse ulaşmak istediklerini bilmiyorsa, doğal olarak onu gerçekleştirecek bir yöntem belirleyemeyecektir. Bu konuda karar vermede felsefe ve özellikle eğitim felsefesinden yararlanılmalıdır (21). Çeşitli felsefi yaklaşımların, genel eğitimde olduğu gibi beden eğitimi ve spor alanında da yol gösterici ilkelerinin bulunduğu söylenebilir. İdealistlere, realistlere, pragmatistlere, natüralistlere ve diyalektik materyalistlere göre beden eğitimi ve spor farklı anlamlar taşır, farklı işlevler görür ve farklı amaçlara hizmet eder. Bu akımlardan yola çıkarak, beden eğitimi ve sporda, öğretme-öğrenme etkinlikleri ve bunların alt başlıkları olan yöntemleri, öğretmen merkezli, öğrenci merkezli ve öğretmen ve öğrencinin işbirliği içinde olduğu yöntemler olarak üç gruba ayırabiliriz (11,21). Bu bağlamda eğitim kurumlarında ve spor branşlarının öğretiminde, yaygın olarak kullanılan öğretim yöntemleri bulunmaktadır.

Beden eğitimi ve sporda uygulanan yöntemler şu özelliklere sahip olmalıdır (22, 24, 25):

- 1) Esneklik: Her öğrencinin ihtiyacına cevap vermelidir.
- 2) Aktiflik: En üst düzeyde hareket uygulama alanına sahip olmalıdır.
- 3) Çağdaş olma: Yenilikleri içermeli ve geliştirmeye açık olmalıdır.
- 4) Geniş kapsamlı olma: Değişik öğrenci gruplarına ve farklı yaş kesimlerinin beceri ve yeteneğine uygun olarak düzenlenebilir olmalıdır.
- 5) Katılım ve işbirliğini sağlama: Öğrenciler açısından cazip grup çalışmasına elverişli olmalıdır.

Beden eğitimi ve sporda yöntem ve teknikler bazen bağımsız bazen de birlikte kullanılmaktadır. Beden eğitimi ve spor öğretiminde, genel eğitimde kullanılan soru-cevap, tartışma, düz-anlatım, dramatisasyon ve gösteri gibi yöntem-tekniklerinin yanında, daha yaygın olarak kullanılan başlıca öğretim yöntemleri şunlardır (21-25, 70, 75):

- 1) Komut Yöntemi (A)
- 2) Alıştırma Yöntemi (B)
- 3) Eşli Çalışma Yöntemi (C)
- 4) Kendini Değerlendirme Yöntemi (D)
- 5) Katılım Yöntemi (E)
- 6) Yönlendirilmiş Buluş Yöntemi (F)
- 7) Problem Çözme Yöntemi (G)

- 8) Kişisel Program-Öğrencinin Tasarımı Yöntemi (H)
- 9) Öğrencinin Başlatması Yöntemi (I)
- 10) Kendine Öğretme Yöntemi (J).

Bu araştırmada kullanılan Komut Yöntemi ve Eşli Çalışma Yönteminin ayrıntılı olarak açıklanması yararlı görülmektedir.

KOMUT YÖNTEMİ

Komut Yöntemine, *klasik yöntem* de denilmektedir. Bu yöntemin özelliği yapısındaki bütün kararları öğretmenin vermesidir. Öğretmen, bilgi ve becerileri hazır olarak öğrencilere aktarır. Öğrenci ise, öğretmen tarafından verilen kararları izleyerek kendinden istenilenleri yapar. Bir başka deyişle öğrenciler, öğretmenin vereceği komuta göre davranır. Geleneksel bakış açısı olan komut yönteminde, öğretmenengin bilgi ve deneyimleri doğrultusunda becerilerin öğretilmesinde önce beceri hakkında açıklamalar yapar, ilgili komutları öğrencilere göndererek hareketi gösterir. Daha sonra öğretmen tarafından istenilen soruların yanıtları verilir ve gösterilen hareketler yapılır. Bu arada, öğretmen gereksinim duyduğu anlarda hareketi durdurur ya da tekrar yaptırır. Ders süresinin sonunda ise, öğrenciler belli bir düzende toplanarak seremoni yapılır ve ders bitirilir.

Yöntemin Özellikleri: Her yöntem öğretme davranışını, konu seçimini ve düzenlemesini etkilediği gibi, öğrenciyi de farklı şekillerde etkiler. Bu yöntemin özellikleri (22-24):

- 1=) Konu sabittir. Tek bir standardı yansıtır.
- 2=) Konu, anında anımsamalarla ve tekrar edilen performans yoluyla öğrenilir.
- 3=) Konuyu belirlemede uzman olan öğretmendir.
- 4=) Anımsama ve uygulama becerisi ne kadar hızlı olursa, öğrenci konunun başka bir yönüne geçmekte o kadar yeterli olacaktır.
- 5=) Bireysel farklılıklara yer yoktur.
- 6=) Sık yapılan taklitler yoluyla grup çalışmayı aynı şekilde yapabilir.
- 7=) Öğrenci hızlı ilerleme gösterir.
- 8=) Temel performans hedefi, yöntemi uygulamada kişisel sapmaları ortadan kaldırmaktır.

Yöntemin Hedefleri: Öğretmen ve öğrenci, bu yöntemde bir grup hedefe ulaşır.
Bunlar :

- 1=) Uyarıcıya anında tepki
- 2=) Aynılık; uyma ve eş zamanlı performans
- 3=) Önceden belirlenmiş bir modele bağlı kalma
- 4=) Bir modelin taklit edilmesi
- 5=) Tepkinin açıklığı ve doğruluğu
- 6=) Törenler, adetler, kostümler ve dini etkinlikler yoluyla kültürel geleneklerin sürdürülmesi
- 7=) Estetik standartlarının korunması
- 8=) Grubun ortak ruhu düşüncesinin yüceltilmesi
- 9=) Zaman kullanımında verimlilik
- 10=) Güvenlik (22-24, 75).

Komut yönteminde konuyu belirlemede uzman olan ve bütün kararları veren öğretmendir. Mekan, duruş, başlama zamanı, hız ve ritim, durma zamanı, süre ve aralık ile ilgili bütün kararlar öğretmen tarafından verilir. Öğretmenin amacı, öğrencileri düzgün bir biçimde hemen harekete geçirebilmektir. Öğretmen hareketi açıklar, gösterir ve komutu verir. Konuyu açıklarken performans modelini ortaya koyar. Bu, film ve slaytlarla, video göstericisi vb. yardımıyla bir öğrencinin görevlendirilmesiyle de yaptırılabilir. Öğretmen, istenilen anda dikkati çekerek gerekli düzeltmeler yapıp, hareketi tekrar başlatabilir. Komutları sade, anlaşılır bir dille ve yüksek sesle vermelidir. Emir- komut yanında uyarılarda da bulunabilir. Sınıf içi organizasyonda, yani öğrencilerin düzenlenmesinde amaç; öğrencilerin çalışmada verimli bir şekilde yer almalarını ve öğretmenle iletişim kurmalarını sağlayacak bir düzen yapmalarınıdır. Her öğrencinin en üst düzeyde katılımını sağlamak için araç-gereç düzenlenmesi de öğrenmeyi kolaylaştıracak şekilde düzenlenmelidir. Öğrencinin çalışma performansı ve kararların takip edilmesiyle bağlantılı olarak öğrenciye dönüt sunulmalıdır. Bireysel veya tüm sınıfa dönük düzeltmeler yapılabilir. Öğretmen, gösterme ve açıklama için kısa bir zaman kullanılmalıdır. Öğrencileri güdülemek, benlik kavramlarını yükseltmek ve grubun ortak ruhunu geliştirmek için bu yöntemi kullanabilir. Değişik sinyaller kullanarak, komutların aynılığından meydana gelecek sıkıntıları engeller. Öğretmen sınıfı yönetirken gezinerek, kişisel ve özel dönüt sağlama olanağı sağlar.

Komut Yönteminde **Öğretmenin** amaç, hedef ve davranışlarını şu şekilde sıralayabiliriz:

- ❖ Derse iyi başlama ve dersi iyi bitirme.
- ❖ Hedef davranışları açık olarak ifade edebilme.

- ❖ Hedeflere erişirecek şekilde plan yapma.
 - ❖ Çeşitli etkinliklerden yararlanmaya çalışma.
 - ❖ Uygun araç- gereç seçme veya hazırlama.
 - ❖ Tüm öğrenciler ve gruplarla iletişim kurma.
 - ❖ Öğretim araç-gereçlerini ustalıkla kullanma.
 - ❖ Açık ve anlaşılır açıklamalar yapma.
 - ❖ Ses tonunu etkili kullanma.
 - ❖ Öğrencilerden gelecek dönütlere duyarlı davranma ve onlardan yararlanma.
 - ❖ Kesinti ve müdahalelerle başa çıkma.
 - ❖ Öğrencilerdeki gelişmeleri değişik ölçütlerle değerlendirme.
 - ❖ Zamanı planlı ve iyi kullanma.
 - ❖ Ders işlerken bütün öğrencilerle ilgilenme.
 - ❖ Öğrencilerin derse yeterince katılmalarını sağlama.
 - ❖ Övgü ve yaptırımları iyi kullanma.
- Aynı yöntemde **Öğrencilerin** ise amaç, hedef ve davranışları şu şekildedir:
- ❖ Öğretmen tarafından gösterilen model doğrultusunda hareket etme.
 - ❖ Mekan, duruş, başlama zamanı, hız ve ritim, durma zamanı, süre ve aralık ile ilgili bütün kararların öğretmenden geleceğini bilme.
 - ❖ Öğretmenin verdiği kararlara uyma.
 - ❖ Öğretmenin verdiği değişik komut sinyallerine anında tepki verebilme.
 - ❖ Öğretmen-öğrenci ilişkisinin beklentilerini kavrayabilme.
 - ❖ Her bölümde etkin katılım için en yüksek düzeyde zaman kullanma.
 - ❖ Kurallara uymayı öğrenme.
 - ❖ Araç-gereçleri verimli ve dikkatli bir şekilde kullanma.
 - ❖ Hareketleri düzgün ve standardına uygun bir şekilde uygulayabilme.
 - ❖ Öğretmenin vereceği dönütlere uyararak, çalışma performansını düzeltme veya devam ettirebilme (24, 76).

Yöntemin Uygulanmasının Yararları: Her yöntemin kendi doğruları, yanlışları ve potansiyel zorlukları vardır. Komut yönteminde;

- 1=) Komutlar öğretmen tarafından verildiği için ders disiplin içinde yapılır.
- 2=) Yerleşim ve organizasyon kolay olur.
- 3=) Fazla öğrenci kitlesine hitap etmek mümkündür.
- 4=) Öğrenci kurallara uymayı öğrenir.
- 5=) Konuların tekrar edilmesindeki kolaylıktan dolayı pekiştirme iyi yapılır.

6=) Zaman istenildiği Şekilde verimli kullanılır.

7=) G¼venlik koşullarına uygun ders yapılır.

Yöntemin Sakıncaları:

1=) Öğrencilerin ritimleri algılama düzeyleri, emir-komutu anlama süreleri ve derse başlama süreleri farklı olduğundan, bazılarının dersten soğumalarına neden olur.

2=) Ders, bütün öğrenciler motive edilmedikçe amacına ulaşamayabilir.

3=) Verilen emir-komutların yapılması öğrencinin benlik gelişimini etkileyebilir.

4=) Komutların sürekli aynı olması sıkıcı olur.

5=) Hareketlerin aşırı tekrarı yorgunluğa ve dersin sıkıcı olmasına neden olur.

6=) Fikir alışverişinde bulunma olmadığından karar verme, etkileşim kurma, tartışma olgusu ve paylaşma duygusu gelişmez.

7=) Hareketlerde bireysel farklılığa dikkat edilmez (21-24).

EŞLİ ÇALIŞMA YÖNTEMİ

Uygulamalı derslerde farklı amaçlara ulaşmak, öğretmen ve öğrenci arasında yeni ilişkilerin oluşmasını sağlamak için kullanılan bir yöntemdir (22, 24, 77). Öğrencilerin küçük gruplar halinde, birbirlerine akademik değerleri öğrettikleri bir dizi alternatif eğitim-öğretim metotlarından birisidir (71).

Yöntemin Özellikleri: EŞli çalışma yöntemi, işbirliğine dayalı öğretim modellerinden en pratik olanı ve en çok tercih edilenidir. Çünkü, her düzeyde ve her konuda kolaylıkla uygulanabilmektedir (71). Öğrenciler çalışmalarını işbirliği içinde yürütürler. EŞlerden birisi istenilen hareketi yapar ve hareketle ilgili kararları verir. Bu durumdaki öğrenci *gözlemci* rolünü üstlenir. Diğeri ise, yapılan hareketi izleyerek, öğretmenin verdiği ölçütlere dayalı olarak eşinin performansı hakkında bilgi verir. Bu durumdaki öğrenci de *uygulayıcı* rolünü üstlenmiş olur. Uygulama sırasında eşlerin görevleri sürekli değişir. Öğrenciler, eşleştirildiklerinde kimin hangi görevi yapacağı kesinlik kazandırılmalıdır. Öğrenciler belli bir süre sonra yaptıkları görevleri öğretmenin uyarısıyla değişirler. Öğrenci, uygulama ve değerlendirme bölümlerinde kararlara katılmaktadır. EŞlerin seçilmesinde boy, kilo, beceri düzeyi, vb. özelliklerden yararlanılabilir (30, 71, 78). Öğrenciler ve onların öğrenimine dayalı yeni bir bakış açısıyla beden eğitiminin geliştirilmesi, çocuklar açısından yaşamsal bir önem taşımaktadır. EŞli Çalışma Yöntemi, beden eğitiminin bu şekilde geliştirilmesi için etkili bir yol olarak görülmektedir. Grup

aracılığıyla, bireysel sorumluluğu geliştirmek ve işbirliği becerilerini güçlendirmek, eşli çalışma yönteminin en temel ilkelerini oluşturmaktadır (79).

Yöntemin Hedefleri: Bu yöntem, öğretmenin hazırlık devresinde tüm kararları verip organize ederek başlattığı uygulamada, hareketlerin uygulanmasını, uygulanan hareketlerin kontrol, gözlem ve değerlendirmesini öğrenciye devrettiği bir yöntemdir. Bu yöntemin hedefi, öğrenciler arasında toplumsal hoşgörü ile iletişimin gelişmesini sağlamaktır. Yapılacak düzeltme ve kontrol etme mekanizması öğretmenden öğrenciye aktarılmıştır. Eşler arasında toplumsal ilişki ve anında dönüt sağlama gibi iki önemli hedefe ulaşmada uygun koşullar oluşturan en etkin yöntemdir. Öğretmen, dönüt kararlarını ilk kez burada öğrenciye devreder. Yapılacak düzeltme ve kontrol etme mekanizmasının öğretmenden öğrenciye kaydırıldığı bu yöntem, öğretmenin bütün sınıfı istenilen şekilde kontrol etme ve düzeltmelerin eşit oranda yapılmasının güç olduğu durumlarda başvurulur (22, 24, 25).

Yöntemin Uygulanmasının Yararları: Bu yöntemin uygulanması **öğrencilere** bir takım yararlar sağlayarak yönteme özgü farklı amaç ve hedeflere ulaşma fırsatları yaratır. Bunlardan bazıları;

- 1=) Grup içinde roller değiştikçe öğrenciler dinlenme fırsatı bulurlar.
- 2=) Hataların anında düzeltilmesi, yanlış pekiştirmeleri ortadan kaldırır.
- 3=) Arkadaşlık ilişkileri gelişir; okula, derse ve öğretmene ilgileri artar.
- 4=) Yeni konulara geçilip, eşler değiştikçe, dostluk duyguları gelişir.
- 5=) Liderlik etme yeteneği gelişir.
- 6=) Kendi yaşlıları tarafından eleştirilmeyi ve değerlendirilmeyi görerek birbirlerini dinlemeyi öğrenirler. Böylece birbirlerine saygı duymayı ve sabır göstermeyi de öğrenmiş olurlar.
- 7=) Öğrenme ortamında öğrenciler birbirlerine bağımlı olduklarından dolayı, sınıfta sosyal ortamın oluşmasına katkıda bulunurlar.
- 8=) Etkin katılımdan dolayı zihinsel becerilerin kazanılması mümkün olmaktadır.
- 9=) Öğrencilerin bilişsel yönlerinin yanı sıra, duyuşsal ve sosyal yönleri de gelişir.
- 9=) Öğretmen sürekli olarak yanlarında olmadan (ölçüt çizelgesi yardımıyla) iki taraflı bir ilişki içinde öğrenmeye zaman harcayabilirler (22, 24, 30, 75, 76, 77, 80).

Bu yöntem **öğretmen** açısından da farklı yaklaşımlar ortaya çıkarmaktadır. Bunlar;

- 1=) Öğretmen, gözlemci ve uygulayıcı arasındaki toplumsallaşmayı, eğitimde amaçlanan bir hedef olarak kabul eder.
- 2=) Öğrencilere, birbirlerine doğru ve nesnel dönüt vermeyi öğretebilmenin önemini bilir.
- 3=) Öğrenciye dönüt verme gücünü devredebilir.

- 4=) Öğretmen, öğrenci ile yeni bir ilişkinin içine gireceğinin bilincindedir.
- 5=) Öğretmen, uygulayıcı ile doğrudan iletişimde bulunmamayı gerektiren yeni bir davranış öğrenir.
- 6=) Kendisinin bilgi, değerlendirme ve dönüt için tek kaynak olmadığı gerçeğini kabul eder.
- 7=) Öğretmen, öğrencinin çalışma anında uygun kararlar vereceği konusunda ona güvenmeyi öğrenir.
- 8=) Öğretmenin sınıf seviyesini, fizik kapasitesini, alım gücünü, iş başarabilme yeteneğini bilmesi gerekmektedir.
- 9=) Zamanı olduğundan daha çok öğrenciyi gözleme imkanı bulabilecektir.
- 10=) Öğretmen, öğrencinin çalışmasına yardımcı olması, öğrenciyeye belirli yazılı bilgileri takip etmeyi öğretme ve gelişimlerini kaydetme için çalışma yaprakları hazırlama ve bunları kullanabilme becerisini geliştirir (22, 24, 75, 76, 77, 80).

Yöntemin Sakıncaları:

- 1=) Sınıfın tamamı her durumda gözlem altında tutulmalıdır.
- 2=) Öğretmen, kayıt edici ve gözlemciye güvenmek zorundadır. Yanlış gözlem ve kayıt yapılmışsa değerlendirme hatalı olur.
- 3=) Öğrencilerin yeni görevlerini öğrenmeleri uzun zaman alabilir. Bu nedenle boşa zaman harcanabilme riski söz konusudur.
- 4=) Gözlemci öğrenci, uygulayıcı öğrenciyi eleştirirken incitebilecek sözler kullanabilir.
- 5=) Düzeltmeler doğrudan öğretmen tarafından yapılmadığı için aksamalar olabilir (22, 24, 76, 77).

SOSYAL YETKİNLİK BEKLENTİSİ

Beden Eğitimi ve Spor derslerinde kullanılan yöntemlerin gelişim alanlarına etkisinin yanında, bireyin yeni davranışlar kazanması da amaçlanmaktadır. Bireyin yeni bir takım davranışlar kazanması, sağlıklı bir hayat sürdürebilmesi, içinde bulunduğu fiziksel ve sosyal çevreye uyum sağlamasına bağlıdır. Bu nedenle sosyal gelişim ve buna bağlı olarak sosyalleşme kavramı büyük bir önem taşımaktadır. Sosyalleşme ya da toplumsallaşma, kişinin belirli bir toplumun davranış kalıplarını kişiliğine mal ederek o topluma ait bir kişi durumuna gelmesidir. Bireylerin, çevrelerindeki insanlarla birtakım yaşantılar geçirmesi ve onlarla fikir alışverişinde bulunması sosyal etkileşim olarak tanımlanabilir (26). Sosyal yaşamın bir gereği olarak insanlar birbirleriyle sürekli iletişim halindedirler. Bu yolla

insanlar birbirlerine duygularını, düşüncelerini ve isteklerini aktarabilmektedirler (18). Çocuklar, bebeklik dönemlerinden itibaren çevrelerindeki diğer çocuklarla ve yetişkinlerle etkileşim kurarlar. Bu etkileşimler esnasında bir çok kelime, kavram, ilke, kural vs. öğrenirler. Daha ileri yaşlarda okullar, sosyal etkileşimin en yoğun yaşandığı alanlar haline gelir (26).

Başarılı bir sosyal etkileşim için de çeşitli bilişsel ve davranışsal becerilere sahip olmak gerekir. Bireyin bir takım sosyal ilişkileri yürütebilmesi için gerekli becerilerin kazanılmış olduğunu ifade eden kavram da “**sosyal yetkinlik beklentisi**”dir (18). Sosyal yetkinlik beklentisi, kişiler arası ilişkilerde bireysel beceriye bağlı olarak gösterilen performans hakkında bireyin kendilik beklentisi olarak da tanımlanabilir (81, 82).

İnsanlar bir konuda çaba göstermeleri gerektiğinde, o konuda yetenekli olup olmadıklarını düşünürler. Söz konusu yeteneğin kendisinde olduğunu varsayan bireyler o konuda daha kolay davranış gösterir ve sürdürürler. Kendilerinin o konu hakkında yetersiz olduğu inancını taşıyan bireyler, davranışa başlama ve sürdürme konusunda başarısızlık yaşarlar. Bu durum literatürde “yetkinlik beklentisi” kavramıyla açıklanmaktadır. Bandura (83), yetkinlik beklentisini, verilen bir etkinlikle ilgili olarak bireyin, bu etkinliği başarılı bir şekilde gerçekleştirebilmek için kendi yeteneğine duyduğu inanç şeklinde açıklar. Herhangi bir davranışa başlamak için kendi yeteneklerine inanmaktan daha merkezi bir bilişsel yapı yoktur. Bu nedenle öğretmenler, öğrencilerin kendi çabalarıyla istenen sonuçlara ulaşabilecekleri inancını desteklemelidir (18, 26, 32).

Sosyal yetkinlik, bireyin motivasyonunu ve bilişsel kaynaklarını harekete geçirebileceğine olan inanç olarak tanımlanmakta ve bireyin yaşam deneyimlerine ilişkin değerlendirmeler sonucu oluşmaktadır (31).

Sosyal yetkinlik, bireyin şimdiki ve gelecekte karşılaşılabileceği güç durumların üstesinden gelmede ne derece başarılı olabileceğine ilişkin kendi hakkındaki yargısı veya inancıdır (18).

Sosyal yetkinlik insanların başkalarıyla ilişki kurabilmesi ve bu ilişkilerin uzun süre geçerliliğini koruyabilmesi becerilerini kapsar. İnsanlar arası iyi ilişkilerin yanı sıra bir takım oluşturabilme, takım ruhunu sağlayabilme ve bu takımı yönetme becerisini gösterme de bu yetkinlik ile olur. BALTAŞ'a göre (84), **kişisel yetkinlik**; *kendisiyle ilgili farkındalık* (Duygusal farkındalık, kendini değerlendirme, özgüven), *kendini yönetme* (Kendini kontrol, güvenilirlik, esneklik, yeniliklere açık olmak, kontrol odağı kendi içinde olmak), *motivasyon* (Başarı yönelimi, bağlılık, girişimcilik, iyimserlik) bileşenlerinden oluşur. **Sosyal yetkinlik**; *empati* (Diğer insanları anlama, başkalarını geliştirme, hizmete

yönelik olma) ve *sosyal beceriler* (İletişim, etki yaratma ve etkileme, çatışma çözümü, işbirliği, ekip çalışmasına yatkınlık, liderlik, ilişki kurma, gücünün farkında olma) bileşenlerinden oluşur. Bandura, ayrıca, kişisel yetkinliği bireyin verilen davranışı başarılı bir şekilde tatbik edebilmeyi idrak etme kapasitesi olarak da tanımlamaktadır (85). Bu, bir görevi başarıyla tamamlayabilme kapasitesindeki inanç ve beklentilere aracılık etmektedir (86). Sosyal öğrenme teorisyenlerinden bazıları da, algılanan kişisel yetkinliği, belli görevleri tamamlamadaki performansa bağlı olan güven duygusu şeklinde tanımlarlar. Ayrıca, yetenek ile mantıklı olarak hareket etmeye önderlik eden yetkinlik beklentisi arasındaki karşılaştırmayı da vurgulamaktadırlar (87). Kişisel yetkinlik, olumlu davranış değişikliği ve algılanan kontrole bağlantılı bulunmuştur (88).

Kişisel yetkinlik ve beklenti arasındaki etkileşim, duyuşsal işlemler ve güdülerin esas davranışı belirlemesini etkiler. Eğer bireyler, davranışlarına göre düşük kişisel yetkinlik beklentilerine sahiplerse, en ufak bir zorlukla karşılaşınca, ya kendi çabalarını sınırlıyorlar ya da davranışı tatbik etme işinden tamamen vazgeçiyorlar (86). Eğitim sürecinde sosyal yetkinlik gelişimi, sosyal beceriler ile birlikte düşünülmektedir. Bu becerilerin gelişmesi sosyal yetkinlik olarak düşünülen gelişmelerdir. Bunlar kendini ifade etme, kendine güven, arkadaşlarca kabul görme, aile fertleri ve diğer önemli bireylerce kabul görme, sosyal bağımsızlık, destekleyici sosyal çevre olarak özetlenebilir (81). Sosyal yetkinlik beklentisi, bireyin kendisini sosyal ilişkilerinde başarılı olarak değerlendirmesine yardım etmede önemli bir faktördür. Bilgi ve beceriden çok daha fazlasını kapsayarak, bireyin kendi kapasitesini etkin olarak kullanabilmesini de içerir (32). Yetkinlik beklentisi bir çok durumda etkili olabilir. Bandura'ya göre, yetkinlik beklentisi şu durumlarda etkili olmaktadır (18, 26):

- 1) İstekler
- 2) Amaca ulaşma gücü
- 3) Güdülenme düzeyi
- 4) Zorluklar karşısında direnme gücü
- 5) Güç durumlarda toparlanmayı sağlayan analitik düşünme
- 6) Başarı ve başarısızlığın doğal nitelikleri
- 7) Stres ve depresyon.

Yetkinlik beklentisi, bilişsel yeteneklerin gelişimiyle de ilgilidir. Çünkü, çocukların kendi yeteneklerine duydukları inanç onların ilgi, akademik güdülenme ve akademik yeteneklerini etkiler. Öğretmenler ve anne-babalar çocuklarla iletişim kurarken onların yetersizliğini zaman zaman vurgularlarsa çocukların yetkinlik algısı olumsuz yönde

etkilenecektir. Bu açıdan cesaretlendirme, olumlu benlik ve yetkinlik algısının gelişimi için oldukça iyi bir tekniktir. Öğretmenlerin dikkat etmesi gereken bir nokta, yetkinlik beklentisinin bir kişilik özelliği olmayışıdır. Yetkinlik beklentisinin özgül bir doğası vardır. Öğrencilerin yetkinlik beklentisi farklı durum ve davranışlarla ilgili olarak farklılık gösterebilir. Önemli olan çocuklar için destekleyici ve paylaşımaya dayalı bir ortam oluşturabilmektir. Destekleyici iletişim çocukların güçlüklerle başa çıkmalarını, depresyondan uzak kalmalarını ve akranlarıyla olumlu ilişkiler kurmalarını kolaylaştırır (26). Yetkinlik beklentisinin dört temel kaynağı vardır:

- 1.) **Önceki performans:** Yinelene başarılar yetkinlik beklentisini artırır, başarısızlıklar azaltır. Bu nedenle geçmişteki başarılar yetkinlik beklentisi açısından iyi bir ölçüttür.
- 2.) **Dolaylı öğrenme:** Akranlarının belli bir etkinlikle ilgili başarısını gözleyen öğrenciler aynı davranışı kendilerinin de yapabileceği beklentisini dolaylı olarak güçlendirirler. Ancak, bu beklentiye dayalı olarak bir başarısızlık yaşanırsa dolaylı öğrenme sonucu ortaya çıkan beklenti boşa gitmiş olur.
- 3.) **Sözel ikna:** Çocuklar değer verdikleri kişilerin kendilerine yönelik ikna edici sözlerinden olumlu yönde etkilenirler. “Bunu yapabilirsin, sana güveniyorum.” türünden sözler yetkinlik beklentisini artırır. İkna sözlerinden sonra eğer başarısızlık yaşanırsa bu beklenti olağan olarak düşer.
- 4.) **Fizyolojik durum:** Titremek, terlemek, kaygılanmak gibi duygusal belirtiler yetkinlik beklentisi ile ilgili ipucu verebilir. Öğrenciler daha az kaygılandıklarında karşılaştıkları etkinliği daha kolay yapabileceklerini düşünürler (5, 18, 26, 32, 82, 83, 85, 86, 88).

Bandura'nın sosyal yetkinlik beklentisi teorisi; davranış, bilişsel, fizyolojik faktörler ve çevresel etkenlerin birbirleriyle etkileşimi sonucu ortaya çıkan bir süreç olarak değerlendirilmektedir. Eğitim sürecinde “sosyal yetkinlik “ gelişimi, sosyal beceriler ile birlikte düşünülmektedir. Bu nedenle, akademik becerilerle birlikte çocukların sosyal gelişimleri temel alındığında, önem kazanmaktadır. Bu becerilerin gelişmesi sosyal yetkinlik olarak düşünülen gelişmelerdir. Bunlar;

- 1=) Kendini ifade etme, kendine güven
- 2=) Arkadaşlarca kabul görme
- 3=) Aile fertleri ve diğer önemli bireylerce kabul görme
- 4=) Sosyal bağımsızlık
- 5=) Destekleyici sosyal çevre olarak özetlenebilir.

İlköğretim çağındaki çocukların sosyal yetkinlikleri, aile, arkadaş, ders çalışma, akademik başarı ve motivasyon, günlük işleri yapmada beceri gibi bir çok davranış

üzerinde etkilidir. Bireyin kendisini sosyal yetkinliği olan bir insan olarak yorumlaması ve algılaması, etkileşimlerinde daha istikrarlı, güvenli olmasına ve uygun yönlendiricilerle daha verimli sonuç alabilmesine neden olabilir (18, 81).

Davranışı açıklamaya ilişkin yaklaşım, sosyal yetkinlik beklentisi teorisinin egzersiz ve sporda önemli bir yeri olduğunu vurgulamaktadır. Sosyal yetkinlik beklentisi, bireyin inançlarının kesin davranışı oluşturmada izleyeceği yoldaki başarısını açıklar (33). Beden eğitimi dersi içinde veya ders dışı sportif egzersizlerde çocuk kendi bedenini tanır, yeteneklerinin farkına varır. Başarabileceği ve başaramayacağı hareketleri, emniyetli bir ortamda öğrenerek gereksiz tehlikelerden uzak duracak deneyimler edinir. Kendi yaşında çocuklarla bir arada, paylaşma, yardımlaşma, kurallara uyma ve karşılıklı saygıyı öğrenir. Sorumluluk alma ve düzenli çalışma alışkanlığı edinir. En önemlisi çocuklar, oyunlar yolu ile yaşamlarını organize etme ve denetleme alışkanlığını geliştirebilirler. Çocukların geleceğin sorumluluk sahibi, üretken bireyleri ve iyi vatandaşları olabilmesi için, aile ve eğitim kurumlarının işbirliği içinde çocuklara iyi organize edilmiş oyun ortamları yaratması gerekir (34). Beden eğitimi ve sporun her türlü yararı bir yana bırakılsa bile, ortada bir kenara itilemeyecek bir şey vardır. O da çocuğun spor yaparken yaşadığı sevinç ve duyduğu hazdır. Bu duygu çocukların sosyal hayatlarına yansımaktadır. Bu nedenle çocuğun spora olan ilgisi engellenmemelidir. Her ne sebeple olursa olsun beden eğitimi ve spordan yoksun kalan çocuk, yetişkinliğe bazı eksiklerle girme durumunda kalmaktadır (35).

GEREÇ VE YÖNTEM

Bu bölümde, çalışmada kullanılan, araştırmanın modeli, örneklem, veri toplama araçları, bunlarla ilgili yapılmış güvenilirlik ve geçerlik çalışmaları bilgileri, verilerin toplanması ve verilerin analizi hakkında bilgiler verilmiştir.

Araştırma Grubu

Araştırma için, Bursa İli Osmangazi Büyükşehir Belediyesi sınırları içerisinde bulunan, Osmangazi İlçe Milli Eğitim Müdürlüğüne bağlı farklı sosyo-ekonomik düzeyi temsil edebilen öğrencilere sahip okullardan, tesadüfi örnekleme yöntemiyle Bisaz İlköğretim Okulu seçilmiştir. Denekleri Bisaz İlköğretim okulu ikinci kademesinde okuyan 6. ve 7. sınıf öğrencileri oluşturmuştur. Çalışmaya, İl Milli Eğitim Müdürlüğünden gerekli izinler alındıktan sonra başlanılmıştır.

Bu çalışma için, Bisaz İlköğretim Okulu Müdürü ve Beden Eğitimi öğretmenleri ile bir ön görüşme yapıp, çalışmanın içeriği ile ilgili ayrıntılı bilgiler verilmiştir. Beden Eğitimi öğretmenlerinin ders programı ve yıllık planları incelenip, tesadüfi örnekleme yöntemiyle iki tane 6. sınıf ve iki tane de 7. sınıf belirlenmiştir. Bu seçim yapılırken, seçilen dört sınıfta aynı gün Beden Eğitimi dersi olmasına dikkat edilmiştir. Seçilen sınıflarda, Beden Eğitimi dersine girmesinde sakınca bulunan raporlu öğrenciler çalışmanın dışında tutulmuştur. Diğer, tüm öğrenciler çalışmaya gönüllü olarak dahil olmuşlardır.

Çalışmamızı oluşturan öğrencilerin sınıf ve cinsiyetlerine göre dağılımları tablo 1' de verilmiştir.

Tablo-1 Çalışmaya Katılan Öğrencilerin Cinsiyet Ve Sınıflarına Göre Mevcutlarının

Dağılımı.

	<u>KIZ</u>	<u>ERKEK</u>	<u>TOPLAM</u>
<u>6. SINIF</u>	43	48	91
<u>7. SINIF</u>	30	45	75
<u>TOPLAM</u>	73	93	166

Tablo-1 'de de görüldüğü gibi çalışmaya 43' ü Kız, 48'i Erkek toplam 91 altıncı sınıf öğrencisi, 30'u Kız, 45'i Erkek toplam 75 yedinci sınıf öğrencisi katılmıştır.

10 hafta boyunca, haftada iki saat Beden Eğitimi dersine katılan toplam 166 öğrencinin demografik özellikleri de şu şekildedir:

Tablo. 2 Çalışmaya Katılan Öğrencilerin Cinsiyetlerine Göre Demografik Özellikleri.

	<u>YAŞ</u> (yıl)	<u>KİLO</u> (Kg)	<u>BOY</u> (cm)
<u>KIZ</u> (n: 73)	12.52 ± 0.08	38.96 ± 0.67	148.21 ± 0.86
<u>ERKEK</u> (n: 93)	12.78 ± 0.08	39.73 ± 0.55	147.09 ± 0.93
<u>TOPLAM</u> n: 166	12.67 ± 0.06	39.39 ± 0.42	147.60 ± 0.64

Tablo-2 'de çalışmaya katılan 73 kız öğrencinin yaş ortalamaları; (12,52 ± 0,08) yıl, boy ortalamaları (148,21 ± 0,86) cm ve vücut ağırlığı ortalamaları da (38,96 ± 0,67) kg, 93 erkek öğrencinin ise yaş ortalamaları (12,78 ± 0,08) yıl, boy ortalamaları (147,60 ± 0,64) cm ve vücut ağırlığı ortalamaları da (39,39 ± 0,42) kg olarak tespit edilmiştir.

Veri Toplama Araçları

Çalışmaya gönüllü olarak katılan öğrencilerin araştırmacı tarafından hazırlanan izin belgeleri öğrenci velilerine yollanmış ve bunlar imzalatılıp tekrar geriye alınmıştır. Bu izin belgesi örneği **Ek 1' de** sunulmuştur. Öğrencilerin cinsiyet, sınıf düzeyi ve sosyo-ekonomik düzey değişkenleri göz önünde bulundurulmuştur.

Çalışmanın başında yıllık müfredata uygun olarak işlenecek konularla ilgili araç-gereç ve malzeme yoklaması yapılmış ve yeterli malzemenin olduğu belirlenmiştir. Beden Eğitimi öğretmeninin hazırlamış olduğu yıllık plana göre ders konuları belirlenmiş ve bu ders konularına ait günlük planlar ve ayrıca, Eşli Çalışma Yöntemi için çalışma yaprakları hazırlanmıştır. Müfredata uygun olarak hazırlanan, günlük plan örnekleri ve çalışma yaprakları örnekleri **Ek 2 - 17' de** gösterilmiştir.

Sınıflar belirlendikten sonra, uygulamaya başlamadan önce çalışmaya katılan tüm öğrencilerin “**1. ölçüm**” lerini belirlemek amacıyla “**Sosyal Yetkinlik Beklentisi Ölçeği**” uygulatılmıştır. Ölçeği uygulamadan önce öğrencilere, uygulama ve yanıtlama biçimi hakkında bilgi verilmiş ve ölçek bizzat araştırmacı tarafından uygulatılmıştır. Bu ölçek ayrıca, 4 hafta süren ilk uygulama döneminin sonunda “**2. ölçüm**” olarak ve de çalışmanın tamamlandığı 10’ uncu hafta sonunda da “**3. ölçüm**” olarak uygulanmış ve toplam 3 defa öğrencilerden veri alınmıştır.

1. ölçüm = Çalışmanın başında uygulama öncesi yapılan sosyal yetkinlik beklentisi ölçeğinin ölçümü (SYBP 1).

2. ölçüm = Çalışmada ilk 4 haftalık periyot tamamlandıktan sonra yapılan sosyal yetkinlik beklentisi ölçeğinin ölçümü (SYBP 2).

3. ölçüm = 10 haftalık çalışmanın sonunda yapılan son sosyal yetkinlik beklentisi ölçeğinin ölçümü (SYBP 3).

İlk testin uygulamasını takiben yöntemlerin hangi sınıflara uygulanacağı belirlenmiştir. Bunun için ilk 4 hafta boyunca bir 6’ ıncı ve bir 7’ inci sınıfa “**Komut Yöntemi**”, diğer 6’ ıncı ve 7’ inci sınıfa da “**Eşli Çalışma Yöntem**”leri uygulatılmıştır. 4 hafta sonunda çalışmaya katılan tüm öğrencilere ikinci kez “**Sosyal Yetkinlik Beklentisi Ölçeği**” uygulatılmış ve sınıfların yöntemleri değiştirilerek ikinci 4 haftalık uygulamaya geçilmiştir. Bu sefer de komut yöntemi uygulanan öğrencilere eşli çalışma yöntemi, eşli çalışma yöntemi uygulananlara da komut yöntemi uygulanmıştır. Tüm ders uygulamaları araştırmacı tarafından yapılmıştır.

Sosyal Yetkinlik Beklentisi Ölçeği

Örnekleme oluşturan öğrencilerin sosyal yetkinlik beklentisinin ölçümünde, Bilgin tarafından geliştirilen, 9-13 Yaş için hazırlanan Sosyal Yetkinlik Beklentisi Ölçeği kullanılmıştır. Bu ölçek toplam 27 maddeli bir ölçek olup, üçlü derecelendirme türüne göre oluşmaktadır. Deneklerin maddeleri okuyarak, karşısında bulunan “**HER ZAMAN** (3 puan) - **BAZEN** (2 puan) - **HİÇBİR ZAMAN** (1 puan)” kutucuklarından kendilerine uygun seçeneği işaretlemeleri beklenmektedir. Süre kısıtlaması söz konusu değildir. Ölçekten alınacak yüksek puan, sosyal yetkinlik beklentisinin yüksekliğine, düşük puan ise sosyal yetkinlik beklentisinin düşüklüğüne işaret etmektedir.

Ölçekle ilgili yapılan geçerlik çalışmalarında; Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ile yapılan benzer ölçekler geçerliğinde 0.28 bir ilişki bulunmuştur. Öğrencilerden toplanan verilerle madde-toplam puan korelasyonları hesaplanmış ve toplam puan ile 0.001 düzeyinde anlamlı ilişki (0.46 ve üstü) gösteren **27 madde** geçerli kabul edilmiştir. 27

madde ile hesaplanan alfa değeri 0.83 olarak bulunmuştur. Güvenirlik çalışmasında testi yarılama yöntemiyle 0.82, testin tekrarı yönteminde ise 0.69'luk değerler bulunmuştur. Bu sonuçlar, ölçeğin sosyal yetkinlik beklentisini ölçebilecek nitelikte olduğunu göstermektedir (32). Ölçek **Ek 18'** de sunulmuştur.

Ayrıca araştırmaya katılan öğrencilerin yaş, cinsiyet, kilo, boy, okul, sınıf, aile yapısı, sosyo-ekonomik düzeylerine ilişkin bilgilerle, daha önce spor yapıp yapmadığı, lisansının olup olmadığı, herhangi bir kurs veya kampa katılıp katılmadığı ile ilgili sorulardan oluşan bir Kişisel Bilgi Formu hazırlanmıştır. Bu form daha sonra sosyal yetkinlik beklentisi ölçeğinin üst tarafına ilave edilerek öğrencilere tek sayfa halinde sunulmuştur. Ölçekle beraber, kişisel bilgi formu da **Ek 18'** de yer almaktadır.

Verilerin Analizi

Verilerin istatistiksel analizi **SPSS 13.0** istatistik paket programında yapılmıştır. Verilerin normal dağılım gösterip göstermediği **Shapiro-Wilk** testi ile incelenmiştir. Normal dağılmayan veri için iki grup karşılaştırmasında **Mann-Whitney U** testi, ikiden fazla grup karşılaştırmasında **Kruskal Wallis** testi ve grupların kendi içersindeki ölçümlerinin karşılaştırılmasında da **Wilcoxon işaret sıra** testi kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkiler **Spearman korelasyon katsayısı** ile incelenmiştir. Anlamlılık düzeyi $\alpha=0.05$ olarak belirlenmiştir.

BULGULAR

Araştırmaya katılan deneklerin sosyal yetkinlik beklenti puanlarının cinsiyete, okudukları sınıfa, lisanslı olup olmadıklarına, beden eğitimi ve spor dersi dışında herhangi bir kursa veya kampa katılıp katılmadıklarına, yaşadıkları yerleşim birimine, ailedeki birey sayısına, sosyo-ekonomik düzeylerine ve beden eğitimi dersinde işledikleri yöntemlere göre yapılan karşılaştırmalar ile elde edilen sonuçlar 3-16 no'lu tablolarda yer almaktadır.

Aşağıdaki tabloda, öğrencilerin sınıflarına göre yöntemler bakımından SYB puanlarında farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan Wilcoxon testi sonuçları yer almaktadır.

Tablo-3. 6. Sınıf ve 7. Sınıf Öğrencilerinin 1. Ölçüm ve 2. Ölçümde Elde Edilen SYB Puanlarının Wilcoxon Testi ile Karşılaştırılması.

SINIF	<u>KOMUT YÖNTEMİ</u>			p	<u>EŞLİ ÇALIŞMA YÖNTEMİ</u>			p
	SYBP	SYBP			SYBP	SYBP		
	1. ölçüm	2. ölçüm		1. ölçüm	2. ölçüm			
6. SINIF	n: 46	61.08 ± 0.98	62.85 ± 0.89	0.001	n: 45	61.18±0.97	64.11 ± 0.80	< 0.05
7. SINIF	n: 34	56.61 ± 0.76	58.02 ± 0.98	0.053	n: 41	60.37±0.92	63.15 ± 1.09	< 0.05

1. ölçüm = Çalışmanın başında uygulama öncesi yapılan sosyal yetkinlik beklentisi puanlarının ölçümü.

2. ölçüm = Çalışmada ilk 4 haftalık periyot tamamlandıktan sonra yapılan sosyal yetkinlik beklentisi puanlarının ölçümü. **SYBP** = Sosyal Yetkinlik Beklenti Puanı.

Tablo-3' de 6. sınıflarda uygulanan komut yönteminde ve eşli çalışma yönteminde, 2. ölçüm SYB puanları ile 1. ölçüm SYB puanları arasında yapılan karşılaştırmada; 2. ölçüm SYB puanları, 1. ölçüm SYB puanlarına göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur (sırasıyla Komut yöntemi 62.85 ± 0.89, 61.08 ± 0.98; Eşli Çalışma yöntemi 64.11 ± 0.80, 61.18 ± 0.97, **p < 0.05**).

7. sınıflarda uygulanan komut yönteminde 2. ölçüm SYB puanları ile 1. ölçüm SYB puanları arasında yapılan karşılaştırmada; 2. ölçüm SYB puanları ile 1. ölçüm SYB puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir fark bulunmazken (58.02 ± 0.98, 56.61 ± 0.76), **p > 0.05**), eşli çalışma yönteminde yapılan karşılaştırmada bu fark istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur (63.15 ± 1.09, 60.37 ± 0.92, **p < 0.05**).

Araştırmanın örneklemini oluşturan 6. ve 7. sınıf öğrencilerinin grup içi 1. ölçüm ve 3. ölçüm SYB puanlarının Wilcoxon testi ile karşılaştırılmasına bağlı sonuçlar aşağıdaki tabloda verilmiştir.

Tablo-4. 6. Sınıfların ve 7. Sınıfların “Grup İçi” 1.Ölçüm ve 3.Ölçüm SYB Puanlarının Wilcoxon Testi ile Karşılaştırılması.

SINIF		SYBP 1. ölçüm	SYBP 3. ölçüm	p
6. SINIF	n: 91	61.13 ± 0.69	65.07 ± 0.62	< 0.05
7. SINIF	n: 75	58.67 ± 0.65	62.52 ± 0.79	< 0.05

1. ölçüm = Çalışmanın başında uygulama öncesi yapılan sosyal yetkinlik beklenti puanlarının ölçümü
3. ölçüm = 10 haftalık çalışmanın sonunda yapılan son sosyal yetkinlik beklentisi puanlarının ölçümü
SYBP = Sosyal Yetkinlik Beklenti Puanı.

Tablo-4’ de uygulamaya katılan 6. sınıfların ve 7. sınıfların kendi aralarındaki, 3. ölçüm SYB puanları ile 1. ölçüm SYB puanları arasında yapılan karşılaştırmada; 3. ölçüm SYB puanları, 1. ölçüm SYB puanlarına göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur (sırasıyla 6.sınıflar 65.07 ± 0.62, 61.13 ± 0.69; **p < 0,05**; 7. sınıflarda 62.52 ± 0.79, 58.67 ± 0.65; **p < 0,05**).

Bir sonraki tabloda öğrencilerin cinsiyetlere göre 1. ölçüm ve 2. ölçümde elde edilen SYB puanlarında farklılık olup olmadığını belirlemek amacı ile yapılan Wilcoxon testi sonuçları özetlenmiştir.

Tablo-5. Öğrencilerin Cinsiyetlere Göre 1. Ölçüm ve 2. Ölçümde Elde Edilen SYB Puanlarının Wilcoxon Testi ile Karşılaştırılması.

CİNSİYET	n:	KOMUT YÖNTEMİ			p	ESLİ ÇALIŞMA YÖNTEMİ			p
		SYBP 1. ölçüm	SYBP 2. ölçüm			SYBP 1. ölçüm	SYBP 2. ölçüm		
KIZ	30	60.00 ± 1.19	61.90 ± 1.24	.015	n: 43	61.56 ± 0.89	64.04 ± 0.98	< 0.05	
ERKEK	50	58.70 ± 0.85	60.14 ± 0.85	.006	n: 43	60.02 ± 1.00	63.25 ± 0.91	< 0.05	

1. ölçüm = Çalışmanın başında uygulama öncesi yapılan sosyal yetkinlik beklentisi puanlarının ölçümü.
2. ölçüm = Çalışmada ilk 4 haftalık periyot tamamlandıktan sonra yapılan sosyal yetkinlik beklentisi puanlarının ölçümü. SYBP = Sosyal Yetkinlik Beklenti Puanı.

Tablo-5' de cinsiyetler arasında, komut yöntemi uygulanan 2. ölçüm ile 1. ölçüm SYB puanları arasında yapılan karşılaştırmada; her iki cinsiyette de 2. ölçüm SYB puanları 1. ölçüm SYB puanlarına göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur (sırasıyla kızlar; 61.90 ± 1.24 , 60.00 ± 1.19 ; $p < 0.05$; erkekler; 60.14 ± 0.85 , 58.70 ± 0.85 ; $p < 0.05$). Aynı şekilde eşli çalışma yöntemi uygulanan 2. ölçüm SYB puanları ile 1. ölçüm SYB puanları arasında yapılan karşılaştırmada; her iki cinsiyette de 2. ölçüm SYB puanları, 1. ölçüm SYB puanlarına göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur (sırasıyla kızlar; 64.04 ± 0.98 , 61.56 ± 0.89 ; $p < 0.05$; erkekler; 63.25 ± 0.91 , 60.02 ± 1.00 ; $p < 0.05$).

Öğrencilerin cinsiyetlere göre grup içi 1. ölçüm ve 3. ölçüm SYB puanlarının Wilcoxon testi ile karşılaştırılmasına bağlı sonuçlar aşağıdaki tabloda yer almaktadır.

Tablo-6. Öğrencilerin Cinsiyetler Bakımından 1. Ölçüm ve 3. Ölçüm “Grup İçi” SYB Puanlarının Wilcoxon Testi İle Karşılaştırılması.

CİNSİYET		SYBP 1. ölçüm	SYBP 3. ölçüm	p
KIZ (Toplam)	n: 73	60.92 ± 0.71	63.99 ± 0.79	< 0.05
ERKEK (Toplam)	n: 93	59.31 ± 0.65	63.88 ± 0.65	< 0.05

1. ölçüm = Çalışmanın başında uygulama öncesi yapılan sosyal yetkinlik beklenti puanlarının ölçümü
3. ölçüm = 10 haftalık çalışmanın sonunda yapılan son sosyal yetkinlik beklentisi puanlarının ölçümü
SYBP = Sosyal Yetkinlik Beklenti Puanı.

Tablo-6' da uygulamaya katılan tüm KIZ ve ERKEK öğrencilerin grup içi 3. ölçüm SYB puanları ile 1. ölçüm SYB puanları istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur (sırasıyla kızlar, 63.99 ± 0.79 , 60.92 ± 0.71 ; $p < 0.05$; erkekler, 63.88 ± 0.65 , 59.31 ± 0.65 ; $p < 0.05$).

Cinsiyetlerin birbirleriyle karşılaştırılmasını amaçlayan 1. ölçüm ve 3. ölçüm SYB yüzde değişim puanlarının Mann-Whitney U testi ile karşılaştırılmasına bağlı sonuçlar bir sonraki tabloda özetlenmiştir.

Tablo-7. Cinsiyete Göre Öğrencilerin 1. Ölçüm ve 3. Ölçüm SYB Yüzde Değişim Puanlarının Mann-Whitney U Testi ile Karşılaştırılması.

YÜZDE DEĞİŞİM PUANLARI	KIZ (n: 73)	ERKEK (n: 93)	p
1. ölçüm ve 3.ölçüm	0.05 ± 0.01	0.08 ± 0.01	0.033

1. ölçüm = Çalışmanın başında uygulama öncesi yapılan sosyal yetkinlik beklenti puanlarının ölçümü
3. ölçüm = 10 haftalık çalışmanın sonunda yapılan son sosyal yetkinlik beklentisi puanlarının ölçümü
SYBP = Sosyal Yetkinlik Beklenti Puanı. Çalışma sonrası değerler; çalışma öncesi değerler temel alınarak yüzde değişimlerine göre hesaplanmıştır.

Tablo-7' de, cinsiyetlerin birbirleriyle karşılaştırılmasında, erkeklerin SYB yüzde değişim puanları, kızların SYB yüzde değişim puanlarına göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur (sırasıyla Erkekler, 0.08 ± 0.01 ; Kızlar, 0.05 ± 0.01 ; $p < 0.05$).

Aşağıda yer alan tabloda öğrencilerin lisanslı olup olmama durumlarına göre SYB puanlarındaki farklılığı belirlemek amacı ile yapılan Wilcoxon testi sonuçları özetlenmiştir.

Tablo-8. Lisanslı Öğrenciler ile Lisanssız Öğrencilerin 1. Ölçüm ve 2. Ölçümde Elde Edilen SYB Puanlarının Wilcoxon Testi İle Karşılaştırılması.

LİSANS DURUMU	KOMUT YÖNTEMİ			p	EŞLİ ÇALIŞMA YÖNTEMİ			p
	SYBP 1. ölçüm	SYBP 2. ölçüm			SYBP 1. ölçüm	SYBP 2. ölçüm		
Lisanslı	n: 22	60.45 ± 1.05	61.36 ± 0.95	.202	n: 25	62.56 ± 1.14	66.96 ± 1.13	< 0.05
Lisanssız	n: 58	58.70 ± 0.87	60.59 ± 0.91	<0.05	n: 61	60.06 ± 0.80	62.29 ± 0.76	< 0.05

1. ölçüm = Çalışmanın başında uygulama öncesi yapılan sosyal yetkinlik beklentisi puanlarının ölçümü.
2. ölçüm = Çalışmada ilk 4 haftalık periyot tamamlandıktan sonra yapılan sosyal yetkinlik beklentisi puanlarının ölçümü. SYBP = Sosyal Yetkinlik Beklenti Puanı.

Tablo-8' de alınan sonuçlarda, komut yönteminde 2. ölçüm ve 1. ölçümün karşılaştırılmasında, Lisanslılarda istatistiksel olarak anlamlı farklılık yokken (sırasıyla 61.36 ± 0.95 ; 60.45 ± 1.05 ; $p = 0.202$; $p > 0.05$), Lisanssızlarda; bu fark istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur (sırasıyla 60.59 ± 0.91 , 58.70 ± 0.87 ; $p < 0.05$). eşli çalışma yönteminde hem Lisanslılarda hem de Lisanssızlarda 2. ölçüm ve 1. ölçümün SYB puanları arasında, istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık bulunmuştur (sırasıyla Lisanslılar 66.96 ± 1.13 , 62.56 ± 1.14 ; $p < 0.05$; Lisanssızlar 62.29 ± 0.76 ; 60.06 ± 0.80 ; $p < 0.05$).

Lisanslı öğrenciler ile lisanssız öğrencilerin grup içi 1. ölçüm ve 3.ölçüm SYB puanlarının Wilcoxon testi ile karşılaştırılmasına ilişkin sonuçlar bir sonraki tabloda belirtilmiştir.

Tablo-9. Lisanslılar ile Lisanssızların “Grup İçi” 1. Ölçüm ve 3. Ölçüm SYB Puanlarının Wilcoxon Testi ile Karşılaştırılması.

LİSANS DURUMU		SYBP 1. ölçüm	SYBP 3. ölçüm	p
Lisanslı (Toplam)	n: 47	61.57 ± 0.79	67.31 ± 0.76	< 0.05
Lisanssız (Toplam)	n:119	59.40 ± 0.59	62.58 ± 0.59	< 0.05

1. ölçüm = Çalışmanın başında uygulama öncesi yapılan sosyal yetkinlik beklenti puanlarının ölçümü
3. ölçüm = 10 haftalık çalışmanın sonunda yapılan son sosyal yetkinlik beklentisi puanlarının ölçümü
SYBP = Sosyal Yetkinlik Beklenti Puanı.

Tablo-9’ da uygulamaya katılan öğrencilerden lisanslılar ile lisanssızların 3. ölçüm SYB puanları ile 1. ölçüm SYB puanları arasında yapılan karşılaştırmada; her iki grupta da 3. ölçüm SYB puanları, 1. ölçüm SYB puanlarına göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur (sırasıyla Lisanslılar 67.31 ± 0.76, 61.57 ± 0.79; **p< 0.05**; Lisanssızlar 62.58 ± 0.59, 59.40 ± 0.59; **p< 0.05**).

Bir sonraki tabloda ise, lisanslı öğrenciler ile lisanssız öğrencilerin 1. ölçüm ve 3. ölçüm SYB yüzde değişim puanlarının Mann-Whitney U testi ile karşılaştırılmasını özetleyen sonuçlar yer almaktadır.

Tablo- 10. Lisanslılar ile Lisanssızların Birbirleriyle Karşılaştırılması Bakımından, 1. Ölçüm ve 3. Ölçüm SYB Yüzde Değişim Puanlarının Mann Whitney U Testi ile Karşılaştırılması.

YÜZDE DEĞİŞİM PUANLARI	<u>LİSANSILAR</u>	<u>LİSANSISIZLAR</u>	P
1. ölçüm ve 3.ölçüm	0.06 ± 0.01 (n: 47)	0.10 ± 0.01 (n: 119)	< 0.05

1. ölçüm = Çalışmanın başında uygulama öncesi yapılan sosyal yetkinlik beklenti puanlarının ölçümü
3. ölçüm = 10 haftalık çalışmanın sonunda yapılan son sosyal yetkinlik beklentisi puanlarının ölçümü
SYBP = Sosyal Yetkinlik Beklenti Puanı. Çalışma sonrası değerler; çalışma öncesi değerler temel alınarak yüzde değişimlerine göre hesaplanmıştır.

Tablo-10’ da, lisanssızların SYB yüzde değişim puanları, lisanslıların SYB yüzde değişim puanlarına göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur (sırasıyla Lisanssızlar, 0.10 ± 0.01; Lisanslılar, 0.06 ± 0.01; **p < 0,05**).

Araştırmamızda yanıtı aranan sorulardan biriside, öğrencilerin herhangi bir kursa veya kampa katılıp katılmadıklarının SYB puanlarına etkisiyle ilgilidir. Bu soruya yanıt bulmak için toplanan verilerin analizi aşağıdaki tabloda verilmiştir.

Tablo-11. Kursa veya Kampa Katılanlar ile Kursa veya Kampa Katılmayanların, 1. ölçüm ve 2. ölçümde Elde Edilen SYB Puanlarının Wilcoxon Testi ile Karşılaştırılması.

KURSA KAMPA KATILMA DURUMU	<u>KOMUT YÖNTEMİ</u>			p	<u>ESLİ ÇALIŞMA YÖNTEMİ</u>			p
	SYBP 1. ölçüm	SYBP 2. ölçüm			SYBP 1. ölçüm	SYBP 2. ölçüm		
Katılmış	n: 9	58.67 ±1.18	59.89 ± 1.18	.180	n: 10	61.90 ± 1.96	64.10 ±1.82	.036
Katılmamış	n: 71	59.25 ±0.77	60.91 ± 0.79	<0.05	n: 76	60.64 ± 0.72	63.59 ±0.72	<0.05

1. ölçüm = Çalışmanın başında uygulama öncesi yapılan sosyal yetkinlik beklentisi puanlarının ölçümü.

2. ölçüm = Çalışmada ilk 4 haftalık periyot tamamlandıktan sonra yapılan sosyal yetkinlik beklentisi puanlarının ölçümü. **SYBP** = Sosyal Yetkinlik Beklenti Puanı.

Tablo-11' de, alınan sonuçlara göre, komut yönteminde, 2. ölçümdeki SYB puanları ile 1. ölçümdeki SYB puanları arasında kursa veya kampa katılanlar da istatistiksel olarak anlamlı farklılık yokken (sırasıyla 59.89 ± 1.18; 58.67 ±1.18; **p= 0.180; p > 0.05**), kursa veya kampa katılmayanlar da istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık bulunmuştur (sırasıyla 60.91 ± 0.79, 59.25 ±0.77; **p < 0.05**). Eşli çalışma yönteminde hem kursa veya kampa katılanlarda hem de katılmayanlarda 2. ölçümdeki SYB puanları 1. ölçümdeki SYB puanlarına göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur (sırasıyla Katılanlar: 64.10 ±1.82, 61.90 ± 1.96, **p < 0,05**; Katılmayanlar: 63.59 ± 0.72, 60.64 ± 0.72; **p < 0.05**).

Kursa veya kampa katılan öğrenciler ile kursa veya kampa katılmayan öğrencilerin “grup içi” 1. ölçüm ve 3. ölçüm SYB puanlarının Wilcoxon testi ile karşılaştırılmasına ilişkin sonuçlar aşağıdaki tabloda verilmiştir.

Tablo- 12. Kursa veya Kampa Katılanlar ile Kursa veya Kampa Katılmayanların “Grup İçi” 1. Ölçüm ve 3. Ölçüm SYB Puanlarının Wilcoxon Testi ile Karşılaştırılması.

KURSA KAMPA KATILMA DURUMU		SYBP 1. ölçüm	SYBP 3. ölçüm	p
Katılmış	n: 19	60.37 ± 1.20	65.52 ± 1.34	0.001
Katılmamış	n:147	59.97 ± 0.52	63.71 ± 0.54	<0.05

1. ölçüm = Çalışmanın başında uygulama öncesi yapılan sosyal yetkinlik beklenti puanlarının ölçümü
3. ölçüm = 10 haftalık çalışmanın sonunda yapılan son sosyal yetkinlik beklentisi puanlarının ölçümü
SYBP = Sosyal Yetkinlik Beklenti Puanı.

Tablo-12’ de uygulamaya katılan öğrencilerden kursa veya kampa katılanlar ile katılmayanların “grup içi” yapılan karşılaştırılmasında; her iki grupta da 3. ölçüm SYB puanları, 1. ölçüm SYB puanlarına göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur (sırasıyla Katılanlar: 65.52 ± 1.34, 60.37 ± 1.20; **p < 0.05**; Katılmayanlar: 63.71 ± 0.54, 59.97 ± 0.52; **p < 0.05**).

Bir sonraki tablo, kursa veya kampa katılan öğrenciler ile kursa veya kampa katılmayan öğrencilerin 1.ölçüm ve 3.ölçüm SYB yüzde değişim puanlarının Mann-Whitney U testi ile karşılaştırılmasını sonuçlarını vermektedir.

Tablo- 13. Kursa veya Kampa Katılanlar ile Kursa veya Kampa Katılmayanların Birbirleriyle Karşılaştırılması Bakımından, 1. Ölçüm ve 3. Ölçüm SYB Yüzde Değişim Puanlarının Mann Whitney U Testi ile Karşılaştırılması.

YÜZDE DEĞİŞİM PUANLARI	Kursa veya Kampa Katılmış	Kursa veya Kampa Katılmamış	P
1. ölçüm ve 3.ölçüm	0.09 ± 0.02 (n: 19)	0.07 ± 0.01 (n: 147)	0.156

1. ölçüm = Çalışmanın başında uygulama öncesi yapılan sosyal yetkinlik beklenti puanlarının ölçümü
3. ölçüm = 10 haftalık çalışmanın sonunda yapılan son sosyal yetkinlik beklentisi puanlarının ölçümü
SYBP = Sosyal Yetkinlik Beklenti Puanı. Çalışma sonrası değerler; çalışma öncesi değerler temel alınarak yüzde değişimlerine göre hesaplanmıştır.

Tablo-13’ de görüldüğü gibi, kursa veya kampa katılan ve katılmayan öğrencilerin 3. ölçüm SYB yüzde değişim puanları ile 1. ölçüm SYB yüzde değişim puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık bulunamamıştır (sırasıyla Katılanlar, 0.09 ± 0.02; Katılmayanlar, 0.07 ± 0.01; **p= 0.156; p > 0.05**).

Aşağıdaki tabloda, kullanılan yöntemlere göre 1. ölçüm ve 2. ölçümde elde edilen SYB puanlarında farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan Wilcoxon testi sonuçları yer almaktadır.

Tablo-14. Yöntemlere Göre 1. Ölçümde ve 2. Ölçümde Elde Edilen SYB Puanlarının Wilcoxon Testi ile Karşılaştırılması.

YÖNTEMLER		SYBP 1. ölçüm	SYBP 2. ölçüm	p
Komut Yöntemi	n: 80	59.1 ± 0.69	60.8 ± 0.70	< 0.05
Eşli Çalışma Yöntemi	n: 86	60.8 ± 0.67	63.6 ± 0.67	< 0.05

1. ölçüm = Çalışmanın başında uygulama öncesi yapılan sosyal yetkinlik beklentisi puanlarının ölçümü.
2. ölçüm = Çalışmada ilk 4 haftalık periyot tamamlandıktan sonra yapılan sosyal yetkinlik beklentisi puanlarının ölçümü. SYBP = Sosyal Yetkinlik Beklenti Puanı.

Tablo-14' de, komut yöntemi ve eşli çalışma yöntemi, 2. ölçüm SYB puanları ile 1. ölçüm SYB puanları arasında yapılan karşılaştırmada; 2. ölçüm SYB puanları 1. ölçüm SYB puanlarına göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur (sırasıyla Komut yöntemi 60.80 ± 0.70, 59.19 ± 0.69 ve Eşli Çalışma yöntemi 63.65 ± 0.67, 60.80 ± 0.67, **p < 0.05**).

Araştırmaya katılan öğrencilerin uygulama öncesi 1. ölçüm ve uygulama sonunda yapılan 3. ölçüm SYB puanlarının Wilcoxon testi ile karşılaştırılmasına bağlı sonuçlar aşağıdaki tabloda sunulmuştur.

Tablo-15. Uygulamaya Katılan Tüm Öğrencilerin 1. Ölçüm ve 3. Ölçüm SYB Puanlarının Wilcoxon Testi ile Karşılaştırılması.

Toplam Öğrenci Sayısı	SYBP 1. ölçüm	SYBP 3. ölçüm	p
n: 166	60.01 ± 0.48	63.92 ± 0.50	< 0.05

1. ölçüm = Çalışmanın başında uygulama öncesi yapılan sosyal yetkinlik beklenti puanlarının ölçümü
3. ölçüm = 10 haftalık çalışmanın sonunda yapılan son sosyal yetkinlik beklentisi puanlarının ölçümü
SYBP = Sosyal Yetkinlik Beklenti Puanı.

Tablo-15' de uygulamaya katılan tüm öğrencilerin 3. ölçüm SYB puanları ile 1. ölçüm SYB puanları arasında yapılan karşılaştırmada; 3. ölçüm SYB puanları, 1. ölçüm SYB puanlarına göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur (sırasıyla 3. ölçüm 63.92 ± 0.50; 1. ölçüm 60.01 ± 0.48; **p < 0.05**).

Ayrıca araştırmaya katılan öğrencilere uygulanan kişisel bilgi formlarında yer alan bazı değişkenler ile öğrencilerin aldıkları SYB puanları arasında farklılık olup olmadığını belirlemek için istatistik analizlerde kullanılmış ve elde edilen bulgular aşağıda özetlenmiştir:

“**Ailenin Yaşadığı Yer**” maddesi ile **Sosyal Yetkinlik Beklentisi (SYB)** puanları arasında yapılan Kruskal Wallis testine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunamamıştır.

“**Ailenizdeki Birey Sayısı**” ve “**Evin Aylık Toplam Geliri**” maddelerinin **Sosyal Yetkinlik Beklentisi (SYB)** puanları arasındaki ilişkiye Spearman Korelasyon testi ile bakılmış ve hem *ailedeki birey sayısı* hem de *evin aylık toplam geliri* ile SYB puanları arasında anlamlı bir ilişki saptanamamıştır.

“**Anne-Babanızın Size Karşı Tutumu**” maddesi ile **Sosyal Yetkinlik Beklentisi (SYB)** puanları arasında yapılan Mann-Whitney U testi sonuçlarına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunamamıştır.

TARTIŞMA VE SONUÇ

İlköğretim okullarında uygulanan Beden Eğitimi ve Spor derslerinde kullanılan farklı öğretim yöntemlerinin sosyal yetkinlik beklentisi açısından karşılaştırılması amacıyla yapılan bu çalışmada elde edilen bulgular, çalışmanın amacını destekler nitelikte bulunmuş ve yorumları aşağıda açıklanmıştır.

Beden eğitimi ve spor dersinde kullanılan yöntemlerle ilgili olarak yurt içinde ve yurt dışında çok sayıda çalışmalar olmasına rağmen, sosyal yetkinlik beklentisi ile yöntemlerin birlikte ele alındığı bir çalışmaya rastlanmamıştır. Yurt dışında yapılan araştırmalarda, sportif aktivite içeren çalışmaların performansı arttırmada, spor branşına yönelmede, bilişsel ve sosyal becerileri geliştirmede belirgin bir faktör olduğu vurgulanmaktadır (18).

Araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyet, sınıf, aile yapısı, sosyo-ekonomik düzeylerine ilişkin bilgilerle, daha önce spor yapıp yapmadığı, lisansının olup olmadığı, herhangi bir kurs veya kampa katılıp katılmadığı gibi değişkenlerin kullanılan yöntemler de dikkate alınarak, bunların sosyal yetkinlik beklentisi üzerinde olumlu etkilerinin olup olmadığı incelenmiştir.

6. sınıf ve 7. sınıf öğrencilerinde, komut yöntemi ve eşli çalışma yönteminin uygulandığı şubelerde ilk 4 hafta sonundaki Sosyal Yetkinlik Beklentisi puanları ile uygulama öncesi yapılan ölçüm sonuçları karşılaştırıldığında, sadece 7. sınıf öğrencilerinde Komut yönteminde SYB puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir fark bulunmazken (58.02 ± 0.98 , 56.61 ± 0.76 , $p > 0.05$), diğerlerinde 0.05 düzeyinde anlamlı farklılık bulunmuştur. Yine 6. sınıfların kendi aralarındaki ve 7. sınıfların kendi aralarındaki çalışma sonrası SYB puanları ile çalışma öncesi SYB puanları arasında yapılan karşılaştırmada, her iki grupta da 0.05 düzeyinde anlamlı farklılık bulunmuştur ($p < 0, 05$).

Ryan ve Dzewaltowski, gençlerde farklı fiziksel aktivite ve kişisel yetkinlik tipleri arasındaki ilişkiyi karşılaştırmışlar ve 6. sınıf ve 7. sınıf öğrencileri üzerinde yapılan bu çalışmada, fiziksel aktivite yoluyla kendilerine olan güvenlerinin arttığı, fiziksel aktivitedeki engellerin üstesinden geldikleri, aktif olmak, kendilerine çevre bulmak ve oluşturmak için diğer arkadaşlarıyla sosyal ortamlara katıldıklarını saptamışlardır (89).

Öztürk ve arkadaşları (90), yaptıkları çalışmalarında, 14-16 yaş grubu bireylerde 4 hafta süren yaz spor çalışmalarının voleybol, yüzme ve basketbol branşlarında yetkinlik beklentisi puanlarını yükselttiğini tespit etmişlerdir. Bu sonuçlarda da görüldüğü gibi fiziksel aktivitenin türü ne olursa olsun bireyin sosyal yetkinlik beklentisi ve kendini ifade

etme düzeyine olumlu etkisi bulunmaktadır.

Koç' un (66) yaptığı öğrencilerin sportif etkinliklerden sağladıkları yararlar konusundaki çalışmaya katılan öğrencilerin anket sorularına verdikleri yanıtlarda; fiziksel ve ruhsal gelişime katkısı, sosyal ilişkilerin güçlendirilmesi, yeni dost ve arkadaş kazanımı, sağlıklı bir yaşam, kendine güven duygusunun gelişimi, serbest zamanın değerlendirilmesinde anlamlı katkı, grupla çalışma ve birlikte bir iş başarma yeteneğinin gelişmesi, dinlenme, rahatlık sağlama şeklinde cevaplar alınmıştır.

“Cinsiyet” faktörü göz önünde bulundurularak yapılan incelemede her iki yöntemde de; 1. ölçüm ve ilk 4 haftalık çalışma sonunda yapılan 2. ölçümde elde edilen SYB puanlarının karşılaştırılması ile, 1. ölçüm ve 8 haftalık çalışma sonrası yapılan 3. ölçümde cinsiyetlerin grup içi SYB puanlarının karşılaştırılması istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur ($p < 0.05$). 1. ölçüm ve 3. ölçüm sonrası cinsiyetlerin kendi aralarındaki SYB yüzde değişim puanlarının karşılaştırılmasında ise erkeklerin SYB yüzde değişim puanları, kızların SYB yüzde değişim puanlarına göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur (sırasıyla ERKEKLER, 0.08 ± 0.01 ; KIZLAR, 0.05 ± 0.01 ; $p < 0.05$). Buradaki farklılığın nedeni, beden eğitimi derslerinin genel yapısından kaynaklanan erkek öğrencilerin derste daha aktif olma, daha katılımcı olma ve dersten daha fazla kazanç sağlama isteklerinden meydana geldiği söylenebilir.

Öztürk ve arkadaşlarının yaptığı çalışmada, deneklerin sosyal yetkinlik beklenti puanları cinsiyetlere göre karşılaştırılmış, bayanlar ve erkekler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir (88).

Story ve arkadaşları çalışmalarında, fiziksel aktivite, vücut yapısına göre davranışlar ve cinsiyet ilişkisini incelemişlerdir. Sonuçta sosyal yetkinlik beklentisi ile cinsiyetler arası farklılığın olmadığını belirtmişlerdir (91).

Öğrencilerin lisansının olup olmamasıyla ilgili yapılan karşılaştırmalarda; Lisansı Olmayanlar da hem komut yönteminde hem de eşli çalışma yönteminde ilk 4 haftalık çalışma sonrası SYB puanları, çalışma öncesi SYB puanlarına göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur ($p < 0.05$). Lisansı Olanlar da ise komut yönteminde ilk 4 haftalık çalışma sonrası SYB puanları ile çalışma öncesi SYB puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık yokken (sırasıyla 61.36 ± 0.95 ; 60.45 ± 1.05 ; $p = 0,202$; $p > 0,05$), eşli çalışma yönteminde anlamlı düzeyde farklılık bulunmuştur (66.96 ± 1.13 , 62.56 ± 1.14 ; $p < 0.05$).

Bu sonuç ile lisanslı öğrencilerin gittikleri kulüp takımlarında veya okul takımlarında daha çok tercih edilen komut yöntemini benimsedikleri ve eşli çalışma ile yapılan uygulamaların sosyal yetkinlik beklentisi üzerine olumlu etkiler yaptığı söylenebilir.

“Lisansız Olanlar” ile “Lisansız Olmayanlar”ın “birbirleriyle” karşılaştırılması bakımından, 8 haftalık çalışma sonrası ve çalışma öncesi SYB yüzde değişim puanları arasında yapılan karşılaştırmada; Lisansız Olmayanların SYB yüzde değişim puanları, Lisansız Olanların SYB yüzde değişim puanlarına göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur (sırasıyla Lisansız Olmayanlar, 0.10 ± 0.01 ; Lisansız Olanların, 0.06 ± 0.01 ; $p < 0, 05$). Bu durum fiziksel aktiviteye katılımın sosyal yetkinlik beklentisi üzerinde olumlu etkisi olduğunu vurgulamaktadır.

Öztürk ve arkadaşları, çalışmalarında deneklerin sosyal yetkinlik beklenti puanlarını sporcu lisans düzeylerine göre karşılaştırdıklarında, farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (88).

Tiller, çalışmasında Kolej öğrencilerinde okul yıllarının sosyal yetkinlik ile ilişkisini incelemiş ve tüm lise birinci sınıf öğrencilerinin sosyal yetkinlik kontrol puanlarının, lise 2. ve 3. sınıflarda okuyanlardan daha düşük olduğunu bulmuştur (92). Okul yıllarında sahip olunan öğrenme ortamının niteliği, boş zamanı değerlendirme aktivitelerinin etkisi çocuğun sosyal yetkinliğinin artması bakımından önemli rol oynayabilir.

Uygulamaya katılan öğrencilerden “Kursa veya Kampa Katılmayanlar” ın hem komut yönteminde hem de eşli çalışma yönteminde, 1. ölçüm ve 2. ölçümde elde edilen SYB puanlarının karşılaştırılmasında ve ayrıca 1. ölçüm ve 3. ölçüm “grup içi” SYB puanlarının karşılaştırılmasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde fark bulunmuştur ($p < 0.05$). Komut yönteminde “Kursa veya Kampa Katılanlar”da istatistiksel olarak anlamlı farklılık yokken (sırasıyla 59.89 ± 1.18 ; 58.67 ± 1.18 ; $p = 0.180$; $p > 0.05$), eşli çalışma yönteminde, 1. ölçüm ve 2. ölçümde elde edilen SYB puanlarının karşılaştırılmasında ve ayrıca 1. ölçüm ve 3. ölçüm “grup içi” SYB puanlarının karşılaştırılmasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde fark bulunmuştur ($p < 0.05$). Bu sonucun kursa veya kamp gibi eğitim merkezlerinde görevli olan öğretmenlerin, öğretmen merkezli bir eğitim sergilemelerinden kaynaklandığı düşünülebilir.

Bazı araştırmalar; bedensel aktiviteler yoluyla fiziksel ve psiko-sosyal alanlarda kazanılan davranışların günlük yaşamda gerekli ve ilgili benzer durumlara transfer olduğunu göstermiştir. Bu tür aktiviteler çocuğun doğal gereksinmesi olduğundan severek ve isteyerek yapılmakta, motivasyonu sağlayarak öğrenmeyi kolaylaştırmaktadır (27).

Lorsbach ve Jinks'in sosyal yetkinlik kavramıyla öğrenme ortamına bağlı öğrenci algılarının ilişkisini inceleyen araştırmasında, öğrencilerin kişisel akademik yetkinliklerine odaklanmanın öğrencilerin öğrenme ortamına olan algılarını değiştirebileceği vurgulanmaktadır (87). Bu tip öğrenme ortamları yaratan kurs, kamp ve yaz okulları gibi yerlerin çocukların sosyal çevrelerinin değişmesi bakımından önemi büyüktür. Ayrıca bu gibi yerlerde çocuklara eğitmenlik yapan kişilerinde, gelişme çağındaki çocukların fiziksel, bilişsel, duyuşsal ve toplumsal ihtiyaçlarını karşılayabilecek niteliklerde pedagojik bilgilere sahip olması gerekmektedir.

Montcalm (93), yaptığı bir çalışmada, Bandura'nın sosyal yetkinlik teorisinin, öğrenci davranışlarının, onların araştırma becerilerini kullanma ve edinimlerini nasıl kolaylaştırdığı veya engellediğini aydınlatmak için uygun bir kavramsal yapı sağladığını belirtmiş ve sosyal yetkinlik ile öğrenci öğrenimini etkileyen etkiler arasındaki ilişkinin üzerinde durmuştur. Öğrencilerin derse olan ilgisi, kullanılan yöntemler, öğrenci-öğretmen ilişkisi gibi etmenler sosyal yetkinliği etkileyebilmektedir.

Yöntemlerin karşılaştırılmasına geldiğimiz zaman; “komut yöntemi” ve “eşli çalışma” yönteminin, ilk 4 haftalık çalışma sonrası SYB puanları ile çalışma öncesi SYB puanları arasında yapılan karşılaştırmasında; ilk 4 haftalık çalışma sonrası SYB puanları çalışma öncesi SYB puanlarına göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur (sırasıyla; “Komut yöntemi” 60.80 ± 0.70 , 59.19 ± 0.69 ve “Eşli Çalışma yöntemi” 63.65 ± 0.67 , 60.80 ± 0.67 , $p < 0.05$).

Uygulamaya katılan tüm öğrencilerin çalışma sonrası SYB puanları ile çalışma öncesi SYB puanları arasında yapılan karşılaştırmada; çalışma sonrası SYB puanları, çalışma öncesi SYB puanlarına göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur (sırasıyla çalışma sonrası 63.92 ± 0.50 , çalışma öncesi 60.01 ± 0.48 ; $p < 0.05$).

Bu sonuca dayanarak, kullanılan yöntemler farklı olsa da öğrencilerin fiziksel aktiviteye katılımlarının sosyal yetkinlik beklentisi üzerinde olumlu etkileri olduğu söylenebilir.

Literatürde incelediğimiz araştırmaların hemen hepsinde egzersiz ve spor aktivitelerine katılımın, sosyal yetkinlik beklentisi üzerinde olumlu etkileri olduğuna işaret etmektedir.

Spence ve arkadaşları egzersizde sosyal yetkinlik beklentisi ve anlık duyguların ön test sonuçlarına etkisini belirlemek amacıyla yaptıkları çalışmada egzersiz yaptırılan grubun sosyal yetkinlik beklentisi son test puanları ile ön test puanları arasında artış göstererek, fiziksel aktivitenin sosyal yetkinlik beklentisi üzerinde olumlu etkisi olduğunu belirlemişlerdir (94).

Fiziksel aktivite ve sosyal yetkinlik ilişkisini inceleyen Allison ve Keller, yaşlı yetişkinlerde, sosyal yetkinliğin fiziksel aktivite düzeyi üzerinde direkt bir etki göstermemesine rağmen, uzun süreli fiziksel aktivitelerin öz güven duygusuna dolaylı olarak etkisi olduğunu bulmuşlardır (95).

Ayrıca literatürde yöntemlerle ilgili olarak da bir çok yerli ve yabancı araştırma yer almaktadır. Bunlardan bazılarını göz atacak olursak;

Demirhan (96), sporda beceri öğreniminde, öğrenci merkezli yöntemin erişim ve kalıcılığa etkisini belirlemeyi amaçlamış, araştırmasının bulgularına göre bütün düzeylerin erişiminde, öğrenci merkezli yöntemle ders işleyen deney grubu lehinde anlamlı farklılık bulunmuştur.

Pehlivan ve Alkan (79), işbirlikli öğretim yönteminin öğrencinin duyuşsal özellik ve motor beceri alanlarındaki erişim düzeyine etkisini incelemişler, ön test ve son test biçiminde yapılan veri analizleri sonucunda deney ve kontrol gruplarının son tutum test puan ortalamaları arasında istatistiki olarak önemli bir fark bulamamışlardır.

Wilson (97), motor beceri öğreniminde, alıştırma ve eşli çalışma yöntemlerini karşılaştırmış, araştırma sonucunda, motor beceri öğreniminde iki yöntem arasında anlamlı bir fark bulamamıştır.

Sunay, Gündüz ve Dolaşır (98), Beden Eğitimi ve Spor öğretmeni adaylarına voleybol temel tekniklerinin öğretiminde uygulanan farklı öğretim yöntemlerinin etkisi üzerine yaptıkları çalışmada komut ve yönlendirilmiş buluş yöntemlerini kullanmış, fakat yapılan analizler sonucunda, voleybol temel teknikleri öğretiminde kullanılan bu yöntemlerin etkinliklerinin karşılaştırılmasında anlamlı bir farklılık saptayamamışlardır.

Cai (99), karate ve squash öğretiminde komut, katılım ve eşli çalışma yöntemlerini kullanmış, öğrencilerin aktiviteden hoşlanma düzeylerini karşılaştırmıştır. Sonuçta, komut yöntemiyle karate öğrenen grup, gerek diğer yöntemle karate öğrenenlerden, gerekse komut yöntemiyle squash öğrenenlerden daha yüksek hoşnut olma düzeyi göstermiştir.

Moore (100), voleybol öğretiminde, alıştırma ve eşli çalışma yöntemlerini karşılaştırmış, araştırma sonucunda, iki yöntemin birbirlerine üstünlük sağlayamadıklarını bulmuştur.

Gage ve Berliner (2) belli yöntemlerin, belli özelliklere sahip öğrencilerde daha iyi sonuçlara neden olurken, başka karakteristiklere sahip öğrencilerde, diğer yöntemlerin daha iyi beceriler elde etmekte olduğunu bulmuşlardır.

Golberger ve Gemey (101) tarafından yapılan çalışma da, öğretim yöntemleri arasında, en yüksek başarıyı alıştırma yöntemi sağlamıştır. Aynı çalışmada, temel motor

becerilerin öğreniminde, eşli çalışma yönteminin, katılım yönteminden daha üstün olduğu görülmüştür.

Chang ve Chen (102) araştırmalarında, ilkokul öğrencilerinde, beden eğitimi dersinde kullanılan Mosston'un eşli çalışma yönteminin bilişsel ve duyuşsal öğrenmeye olan etkisini incelemişler ve eşli çalışma yapan grupta bilişsel yönden son test sonuçlarını kontrol grubuna göre anlamlı düzeyde yüksek bulmuşlardır. Duyuşsal yönden her iki grup arasında da son testlerde anlamlı bir farklılık bulamamışlardır.

Karakaya ve arkadaşları (103), cimmastikte çember becerisinin öğretiminde komut ve alıştırma yöntemlerinin erişiyeye etkisini incelemek amacıyla yaptıkları çalışmada, komut ve alıştırma yöntemleriyle ders işlenen grupların erişiyeye düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulamamışlardır.

Salte ve Graham (101), golf öğretiminde, komut ve yönlendirilmiş buluş yöntemlerini karşılaştırmışlar, iki yöntem arasında fark bulamamışlardır.

Başöz ve Özdemir (67), çalışmalarında, ilköğretimde Yaratıcı Drama Yöntemi ile yapılan beden eğitimi dersleri ile diğer yöntemlerin kullanıldığı beden eğitimi derslerindeki öğrencilerin tutumlarında verilen cevaplara göre anlamlı bir farklılığın olup olmadığını incelemişlerdir. Araştırma sonucunda diğer yöntemlerle işlenen beden eğitimi derslerinde öğrencilerin zorlandıkları görülürken, yaratıcı drama ile işlenen derslerden öğrencilerin bir hayli keyif aldıkları saptanmıştır.

Yapılan bir çalışmada beden eğitimi öğretmenlerinin komut yöntemini (%47,0), katılım yöntemini (%43,5) ve gösteri tekniğini (%43,1) çok sık kullandıklarını; alıştırma yöntemini (%50,1), kendini kontrol (%45), anlatım tekniği (%41), örnek olay (%38,9), eşli çalışma (%38,6), soru-cevap (%37,4) yöntemlerini sıklıkla kullandıklarını ortaya koymaktadır. Yine aynı çalışmada kadın öğretmenlerin komut yöntemini (%50), katılım yöntemini (%47) ve gösteri tekniğini (%44) çok sık kullanmakta olduğunu; erkek öğretmenlerin ise komut yöntemini (%46) ve gösteri tekniğini (%43) çok sıkça kullandıkları belirtilmektedir (104).

Kasap (105), işbirliği yaklaşımı ile ilgili yapılan 122 araştırmanın bulgularını şu şekilde özetlemektedir:

- Okula karşı tavırlarda olumlu gelişmeler,
- Birlikte çalışma becerileri,
- Özgüven, duygusal olgunluk, sosyal beceriler: başkasını düşünme, kabullenme,
- Diğerleri ve okul personeli ile yakınlık,

- Kendine gerçekçi bakış – İç barış,
- Farklı statüler, yetenekli-yeteneksizler arasında olumlu tutum ve paylaşım

“Beden Eğitimi” kişi ve toplum sağlığında önde gelen bir kavramdır.” Çocuk, ilköğretim çağına başladığından itibaren beden eğitimi etkinlikleriyle kişisel bir çok özellikleri kazanmaya başlar. Bunlar başta sağlıklı bir fizik gelişimi ile birlikte cesaret, kendine güvenme, sorumluluk taşıma, yardımlaşma, paylaşma, karar verebilme, kişilik gelişimi ve irade gücünün oluşumu gibi kazanılacak daha bir çok yeteneklerdir. Okul öncesinden başlayarak, tüm öğrenim yaşantısında çocuk ve gencin bedensel, zihinsel ve sosyal gelişimlerini en iyi destekleyen beden eğitimi ve spor etkinlikleri bu görevlerinin yanında ülke düzeyinde ve uluslararası düzeyde sportif harekete de temel olmaktadır.

Eğitim ve öğretimin amaçlarına ulaşmak için bilgi, materyal ve etkinlikler arasında hangilerinin seçileceğini ve bunların öğrencilere niçin ve nasıl yaptırılacağını, ne gibi yardımcı ve tamamlayıcı kaynak araçların kullanılacağını ve elde edilen sonuçların nasıl değerlendirileceğinin önceden tasarlanması gerekmektedir. Bu oluşturulacak eğitim programının önceliği olmalıdır. Beden eğitimi programları da öğrencileri fiziksel, zihinsel, sosyal ve duygusal alanda sağlam bir birey olarak kendilerini geliştirme yeteneklerinin kazandırılması amacıyla hazırlanmalıdır. Bu programların amacı, sadece elit sporcular yetiştirmek değil, daha çok çocukların fiziksel olarak aktif bir yaşam tarzını benimsemelerini sağlamaktır.

Beden eğitimi insanı bütün yönleriyle etkileyebilmektedir. İşte bu sebepten dolayı beden eğitimi ve spor, eğitim sistemi içinde büyük bir pay sahibidir (106).

Eğitim sisteminin, dolayısıyla öğretim programlarının dayandığı felsefe ve öğretmenin öğrenme ve öğretme hakkındaki görüşleri, yöntem seçimine etki eder. Öğretmenin öğretme stili, kişiliği, öğrencileriyle kurduğu iletişim biçimi, kullanılan yöntemlerin ne dereceye kadar etkili olarak kullanılabilmesinin sınırını çizer (36). Öğretimde, öğrenciye kazandırılmak üzere ele alınan konuya en uygun düşen öğrenme ve öğretim yöntemleri, öğrenme ve öğretim ilkeleri ve öğretim teknikleri bir uyum içinde gereğinde ve gereği kadar kullanılabilirse, o zaman bilinçli öğretim yapılmış olur. Bunun öyle olması da gerçek bir öğretim için gereklidir.

Öğretmen yöntemini her öğrencinin bedensel, zihinsel, psikolojik özelliklerine, öğretimin amaçlarına, ele alınan konuya, konunun özelliklerine, çevreye, sınıfına, araç ve gereçlere göre seçebilmelidir.

Öğretmen yönteminin bir amaç değil, bir araç olduğunu hiçbir zaman unutmamalıdır. Yöntemi bu yönde değerlendirmek, öğretmeni gerçek öğretim yapmada bilinçli kılacaktır

(43). Klasik yöntemler, öğretmen ya da öğretmen merkezli (otokratik) yöntemlerden ziyade dikkatin daha çok bireysel ve grup çalışmaları üzerinde yoğunlaştığı öğrenen merkezli modern yöntemlerden yararlanılarak öğrenciler yaratıcılığa, problem çözmeye, kendi fikirlerini geliştirmeye ve bu fikirlerini ortaya koymaya, başarılarını paylaşmaya, başkalarını kabullenebilmeye, kurallara uymaya, adil olmaya güdülendirilmelidir (47, 105).

Bu araştırmada elde edilen sonuçlar ve yukarıda sözü edilen literatür ışığında şu önerilerde bulunabiliriz:

Beden eğitimi ve sporun aktif bir vücut yapısına sahip olmakla birlikte, sosyal gelişimde bir araç olarak yardımı yadsınamayacak ölçüde büyüktür. İlkokullarda, beden eğitimi derslerinin sağlıklı yürütülebilmesi için beden eğitimi kavramının çocuklara küçük yaşlarda aşılması gerekliliği her zaman göz önünde bulundurulmalıdır. Çocuğun bedensel, zihinsel, görsel ve sosyal gelişiminde beden eğitimi ve sporun önemi, özellikle velilere anlatılmalı ve bunun içinde okullarda paneller, toplantılar, konferanslar yapılmalıdır. Beden eğitimi derslerinin işlenişinde beden eğitimi öğretmenleri de gerekli ciddiyeti göstermeli ve sınıfların yaş düzeylerine göre pedagojik ve fiziksel gelişim değerlerine uygun müfredat uygulamalıdır.

Beden eğitimi ve spor eğitimine ilkokuldan düzenli ve amaçlı bir şekilde başlamalı ki, çocuğun gelecek yıllarda yaşayacağı süreçte zihinsel, bedensel ve sosyal alt yapısının ilk basamaklarını meydana getirebilsin. Beden eğitimi derslerinde farklı öğretim yöntemleri kullanmak, çocukların gelişimlerine etkide bulunabileceği gibi, sosyal yetkinliklerinin artmasına da neden olacaktır. Geleneksel yöntemlerden uzak, öğrenci merkezli beden eğitimi öğretimleri, çocukların bir çok yönden farklı özelliklerinin gelişmesinde rol oynayabilir. Çünkü beden eğitimi, öğrencilerin okuldaki ve toplum içindeki manevi, ahlaki, kültürel, zihinsel ve bedensel gelişimlerini üst seviyeye çıkarmak ve öğrencilere ilerideki yaşamlarında fırsatlar, sorumluluklar ve deneyimler hazırlamak amacını taşımaktadır.

Araştırmamızda elde edilen veriler de benzer birçok araştırmada olduğu gibi fiziksel aktivitenin gençlerin sosyal yetkinlik beklentisi puanlarına olumlu katkıda bulunduğunu göstermektedir. Ancak farklı yöntemlerin sağladığı katkılarla ilgili sağlıklı önerilerde bulunmak için benzer konuda çalışacak araştırmacılara;

- 1-) Araştırma süresinin daha uzun tutulması,
 - 2-) Farklı yöntemlerin uygulamaya dahil edilmesi,
 - 3-) Denek sayısının artırılması
- önerilebilir.

EKLER

EK 1

T.C.
OSMANGAZİ BİSAŞ İLKÖĞRETİM OKULU

Bisaş İ.Ö.Okulu 6 - B / D sınıfı öğrencilerinden, velisi olduğunuz
.....'ın Beden Eğitimi derslerinde yüksek lisans tezimin
konusu olan “**İlköğretim Okullarında Uygulanan Beden Eğitimi Ve Spor
Derslerinde Kullanılan Farklı Öğretim Yöntemlerinin Sosyal Yetkinlik Beklentisi
Üzerine Etkisi**”ni araştırmak üzere 10-12 haftalık bir uygulama yapmak için gerekli
iznin verilmesini saygılarımla arz ederim.

Öğrenci Velisinin

Adı – Soyadı

Yalçın ŞENİŞİK
U.Ü. Eğitim- Beden Eğt. ve Spor
Anabilim Dalı Yük. Lisans Öğrencisi

İmza

T.C.
OSMANGAZİ BİSAŞ İLKÖĞRETİM OKULU

Bisaş İ.Ö.Okulu 7 - C / F sınıfı öğrencilerinden, velisi olduğunuz
.....'ın Beden Eğitimi derslerinde yüksek lisans tezimin
konusu olan “**İlköğretim Okullarında Uygulanan Beden Eğitimi Ve Spor
Derslerinde Kullanılan Farklı Öğretim Yöntemlerinin Sosyal Yetkinlik Beklentisi
Üzerine Etkisi**”ni araştırmak üzere 10-12 haftalık bir uygulama yapmak için gerekli
iznin verilmesini saygılarımla arz ederim.

Öğrenci Velisinin

Adı – Soyadı

Yalçın ŞENİŞİK
U.Ü. Eğitim- Beden Eğt. ve Spor
Anabilim Dalı Yük. Lisans Öğrencisi

İmza

BÖLÜM I

Dersin adı	Beden Eğitimi ve Spor
Sınıf	6 / B-D, 7 / C-F
Tarih	/ / 2005
Ünitenin Adı/No	Voleybol / 9
Konu / No	Parmak Pas / 1
Önerilen Süre	Ders Saati

BÖLÜM II

Öğrenci Kazanımları	1. Ellerin ve parmakların pozisyonunu doğru teknikle gösterebilme. 2. Duruş pozisyonunda ayakların, dizlerin, sırt, kalça ve kolların pozisyonunu gösterebilme. 3. Topla buluşma anındaki uygun vücut pozisyonunu gösterebilme. 4. Vuruş anındaki pozisyonu doğru olarak gösterebilme. 5. Topa vurduktan sonra hareketi tamamlayabilme. 6. Parmak pas tekniğinin aşamalarını hatırlayabilme. 7. Koordinasyonu geliştirici hareketleri yapabilme.
Davranışlar	Öğrencilerin kazanımlar gerçekleştirebilmeleri için yerine getirmeleri gereken davranışlar çalışma yapraklarında yer almaktadır.
Dersin İşlenişi	* Topsuz parmak pas çalışması * Karşılıklı parmak pas çalışması * Değişik mesafelerde ve hızlarda parmak pas çalışması
Güvenlik Önlemleri (var)	Oluşabilecek sakatlıkların önlenmesi için topların belirli bir alanda toplanması. Çalışma yapılacak zeminin kontrol edilmesi (yer kaygan olmamalı)
Öğretim Yöntem ve Teknikleri	Komut yöntemi,Eşli Çalışma Yöntemi
Kullanılan Eğitim Teknolojileri-Araç Gereçler ve kaynakça	Voleybol topu,file,çalışma yaprakları. Mosston M, Ashworth S. (Beden Eğitimi Öğretimi) Yavaş M, İlhan A. (Beden Eğitimi veSporda Özel Öğretim Yöntemleri)
B A Ş L A M A D E V R E S İ	<ol style="list-style-type: none"> 1. Selamlama (günaydın, iyi dersler) 2. Yoklama (sağ baştan sayılır) 3. Düzen Ahştırmaları *Sıralanmalar, sağa-sola-geriye dönüşler. *İkişerli, dörderli sıraya geçişler. *Uygun adımda yürüyüşler. 4. Genel Isınma: <ul style="list-style-type: none"> • 3 dakika hafif tempoda ısınma koşusu yaptırılır • Sağ ve sol kol öne-geriye çevrilir. • Bel önde-geride çevrilir. • Koşu ile birlikte dizleri karına çekme hareketi yapılır. • El ve ayak bilekleri ısıtılır. 5. Özel Isınma : <ul style="list-style-type: none"> • Omuzları önden geriye, geriden öne doğru çevirerek ısıtma. • Sıçrayarak Voleybol topunu yere çarptırmak suretiyle omuz ve bel kısımlarını ısıtma. • Çift elle voleybol topunu belirli mesafedeki arkadaşına baş üstünden atarak üst kol kaslarının çalıştırılması

Teknik Bilgi

Ayaklar omuz genişliğinde açık dizler hafif bükülü, bir ayak diğer ayağa göre önde olmalıdır. Gövde dik, kollar 45 derece açığı geçmeyecek şekilde bükülü, dirsekler biraz açık, eller göğüs hizasında 35-40 cm önde tutulmalıdır. Topa vurulacağı anda eller alının üzerinde ve vücut tamamen olmalıdır. Pas atılırken topun gidiş yönüne doğru ayakların, kolların ve ellerin katılması ile itiş gücünün ileriye doğru olması gerekir.

Komut Yöntemi: Bu yöntemde öğretmen beceriyi geliştirmek amacıyla yaptırılacak alıştırmaları gösterir. Öğrencinin görevlerini hatırlatır ve belirlenen süre içinde uygulama başlatılır. Öğretmen gözlem yapar, teknikte hata yapan öğrencilerin hatalarını söyler ve ipuçlarını vererek hatalarını düzeltmeleri için çalışma yapraklarına yönlendirir.

1. İki öğrenciye bir top verilir, karşılıklı belirli mesafeden birbirine düzgün parmak pas çalışırlar.
2. Öğrenciler aynı çalışmayı file üzerinde yaparlar.
3. İki kişiye bir top verilir. Eşler oturarak karşılıklı kontrol pas ve pas çalışması yaparlar.

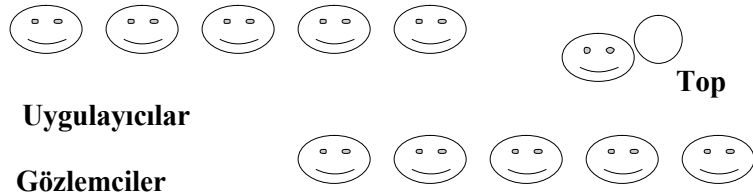
Eşli Çalışma Yöntemi: Beceri öğretmen tarafından öğrencilere gösterilir ve açıklanır. Yöntem hakkında bilgi verilir. Çalışma yapraklarının nasıl kullanılacağı açıklanır. Daha sonra öğrenciler ikiye ayrılarak ayrılırlar ve uygulayıcı ile gözlemci belirlenir, uygulayıcı hareketi yaparken, gözlemci gözlem yapar, belirlenen süre sonunda yer değiştirirler.

1. Öğrenciler topsuz hareketi uygularlar. Verilen süre sonunda yer değiştirirler.

Gözlemciler



2. Öğrenciler tek sıra olurlar ve bir kişi önde topu havaya atar diğer öğrenciler gelip parmak pas tekniğini uygularlar. Verilen süre sonunda yer değiştirirler.



Oyun: Öğrenciler eşit sayıda iki grup oluşturur ve karşılıklı olarak derin kolda sıraya geçerler. Birbirlerine karşılıklı olarak pas atmaya başlar. Topu düşüren oyun dışı kalır. Böylece sayı olarak üstün olan grup oyunu kazanır.



Selamlama (sağ baştan sayılır) yapılır.
Ders Bitirilir.

BÖLÜM III

Ölçme Değerlendirme: <ul style="list-style-type: none">• Bireysel öğrenme etkinliklerine yönelik ölçme değerlendirme.• Grupla öğrenme etkinliklerine yönelik ölçme değerlendirme• Öğrenme güçlüğü olan öğrenciler ve ileri düzeyde öğrenme hızında olan öğrenciler için ek ölçme değerlendirme etkinlikleri.	* Parmak pasta başlangıç pozisyonunda vuruş anında ve sonrasında dikkat edilmesi gerekenler nelerdir? * Öğrenciler 4-5'li gruplar halinde izlenecek ve eksiklikleri giderilecektir. * Hareketi istenilen şekilde yapan öğrencilerden, eksiği olanlara dönüt vermeleri istenecektir.
Dersin Diğer Derslerle İlişkisi	Türkçe ; Çalışma yapraklarının doğru şekilde okunup anlaşılması.

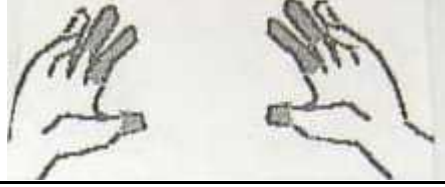


BÖLÜM IV

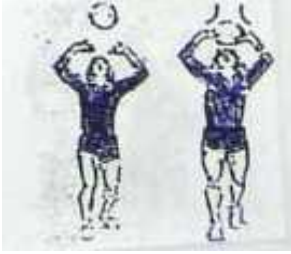

Planın Uygulanmasına İlişkin Açıklamalar	Verilen süre içinde ders için planlanan yöntemler uygulanmış ve herhangi bir sorun yaşanmadan istenilen amaca ulaşılmıştır.
--	---

BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENİ
ADI SOYADI

UYGUNDUR...../...../.....
İMZA

OKUL MÜDÜRÜ

İsim : Sınıf : Fak.No : Tarih :	YÖNTEM : Eşli Çalışma Yöntemi ÇALIŞMA YAPRAĞI NO: 1	
VOLEYBOLDA PARMAK PAS TEKNİĞİ		
<p>Öğrenciye; voleybolda yapılmakta olan Parmak Pas tekniğinin uygulama biçimiyle ilgili hareket analizleri sunulmuştur. Öğretmene kaynak olarak hazırlanmıştır. Gerekğinde öğrencileri çalışma yaprağına yönlendirebilir. Parmak pasta topu karşılarken mümkün olduğunca dizler bükülmeli, top baş üzerinde karşılanmalıdır.</p>		
AÇIKLAMALAR	ŞEKİL	SÜRE
Ellerin ve parmakların pozisyonu avuç içleri içbükey bir durumdadır. Bilek parmakların yumuşak olmasına dikkat edilmelidir. Ayrıca bütün parmaklar açık olmalıdır. Top ağırlığı ile, bileklere baş, işaret ve orta parmaklara baskı yapar.		5 dakika
Duruş pozisyonu A- ayaklar omuz genişliğinde açık ya da bir ayak önde ve arkadaki ayak topuğu biraz havadadır. B- Vücut ağırlığı öndeki ayak üzerindedir. C- Sırt düz, kalça ve dizler hafif büküldür. Dirsekler vücuda 90 derece açı ile durur ve avuç içleri birbirine bakar.		5 dakika
Topla buluşma anı A- ayakların ve vücudun pozisyonunda değişiklik olmaz. B- Baş doğrultusu topa doğrudur. C- Omuzlar hedefe yönelik, eller alın hizasında 25-30 cm öndedir. D- Bütün parmaklar açık olmalıdır. E- Topun izdüşümü alın bölgesindedir		5 dakika

<p>Vuruş Anı</p> <p>A- topa temas edecek bölge parmakların 1. boğumları olmalıdır.</p> <p>B- Topa vurulacağı anda eller alın üzerinde , vücut tamamen topun altında olmalıdır</p> <p>C- Top yakalandıktan sonra vücut itme gücünü kullanarak açılan vücut şekli yükseltilir ve itme gerçekleştirilir.</p>		<p>5 dakika</p>	
<p>Bitiriş pozisyonu</p> <p>A- Ağırlık transferi topa doğrudur. Topun gittiği yöne doğru ayakların kolların ve ellerin harekete katılması ve itiş gücünün öne ve ileriye olması gerekir.</p>		<p>5 dakika</p>	

BÖLÜM I

Dersin adı	Beden Eğitimi ve Spor
Sınıf	6 / B-D, 7 / C-F
Tarih	/ / 2005
Ünitenin Adı/No	Basketbol / 8
Konu / No	Top Sürme / 1
Önerilen Süre	Ders Saati

BÖLÜM II

Öğrenci Kazanımları	<ol style="list-style-type: none"> 1. Top sürerken vücudun, dizlerin ve ayakların pozisyonunu doğru olarak gösterebilme. 2. Alçak top sürme tekniğindeki pozisyonunu gösterebilme. 3. Yüksek top sürme tekniğindeki pozisyonunu gösterebilme. 4. Sınırlandırılmış alanda durarak ve hareket halinde top sürme tekniğini uygulayabilme. 5. Top sürme tekniğinin aşamalarını hatırlayabilme. 6. Alçak, yüksek ve el değiştirerek top sürme tekniklerini uygulayabilme. 7. Koordinasyonu geliştirici hareketleri yapabilme.
Davranışlar	Öğrencilerin kazanımlar gerçekleştirebilmeleri için yerine getirmeleri gereken davranışlar çalışma yapraklarında yer almaktadır.
Dersin İşlenişi	<ul style="list-style-type: none"> * Tam saha top sürme * Eşit aralıktaki huniler arasında "S" çizerek top sürme * El değiştirerek top sürme * Değişik hızlarda top sürme
Güvenlik Önlemleri(varsa)	Isınma anında oynanacak koşmalı oyunlar bölümünde öğrencileri pota demirlerinden uzak tutacak kuralları uygulama.
Öğretim Yöntem ve Teknikleri (sunuş – buluş)	Komut Yöntemi, Eşli Çalışma yöntemi ,
Kullanılan Eğitim Teknolojileri-Araç Gereçler ve Kaynakça	<p>Basketbol potaları , basketbol topu , huniler. Çalışma yaprakları.</p> <p>Mosston M, Ashworth S. (Beden Eğitimi Öğretimi) Yavaş M, İlhan A. (Beden Eğitimi ve Sporda Özel Öğretim Yöntemleri)</p>
Başlama Devresi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Selamlama: (günaydın, iyi dersler) 2. Yoklama: (sağ baştan sayılır.) 3. Düzen Alıştırmaları: Grupla tempolu yürüyüşler. 4. Genel Isınma: <ul style="list-style-type: none"> • 4 tur tempolu koşu yaptırılır. • Koşarken kollarla öne ve geriye çevirmeler yapılır. • Ayak topukları kalçaya değecek şekilde sekmeler yapılır. • Bacaklar omuz genişliğinde açık bir şekilde sağa-sola, öne-geriye hamlelerle bacak kaslarında esnetmeler yapılır. 5. Özel Isınma Hareketleri: <ul style="list-style-type: none"> • El ve ayak bileklerinin her iki yöne çevrilerek ısıtılması. • Kanguru sıçrayışı yaptırılır. • Baş sağa-sola, öne-geriye çevrilerek ve yarım daireler yapılarak boyun kasları ısıtılır. • Vücut dik iken yanlara, öne ve geriye esnetmeler yapılarak bel ve sırt kasları ısıdırılır.
Esas Devre	<p>Teknik Bilgi: Top sürme tekniği, dizler hafif bükülü vücut ağırlık merkezi alçakta olmak üzere eğilmiştir. Baş yukarıda, gözler öne baka. Top sağ el ile sürülüyorsa, vücut ağırlığı sol ayak üzerindedir. Sol el ile sürülüyorsa, vücut ağırlığı sol ayak üzerindedir.</p> <p>TEKNİK :</p> <p>A) ALÇAK TOP SÜRME :</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Dizler hafif bükülü ve gövde ağırlık merkezi alçakta olmak üzere öne eğiktir. ➤ Baş yukarıda gözler öne doğru bakar. ➤ Sağ elle top sürülüyorsa vücut ağırlığı sol ayak üzerindedir. ➤ Parmaklar el, el bileği ve kol; topa birlikte uyumlu olarak alçalıp yükselir. ➤ Parmaklar açık ve avuç içi topa temas etmez. ➤ Top sürülürken top vücuda yakın ve diz yüksekliğindedir. (Resim 1)



Resim 1

B) YÜKSEK TOP SÜRME :

- Dizler hafif bükülü ve gövde dik pozisyonundadır.
- Baş yukarıda gözler öne doğru bakar.
- Parmaklar el, el bileği ve kol; topa birlikte uyumlu olarak alçalıp yükselir.
- Ağırlık merkezi her iki bacağına eşit olarak dağıtılır.
- Parmaklar açık ve avuç içi topa temas etmez.
- Top kalça seviyesinde ve büyük adım alışlarıyla vücudun önünde sürülür (Resim 2).



Resim 2

C) ARKADAN EL DEĞİŞTİREREK TOP SÜRME :

- Sağ elle top sürülürken vücut hafifçe öne eğiktir.
- Kalça öne kaydırılırken top sağ arka taraftan sol tarafa itilir.
- Bu durumda sağ bacak önde olup, vücut yarım sola döndürülür.
- Top sürüşe sol el ile devam edilir.
- Uygularken top taşıma yapılmamalıdır.



Resim 3

**Bitiriş
Devresi**

Oyun: Sınıf iki gruba ayrılır , gruplardan biri bir potaya diğeri ise öbür potaya geçer , üç sayı koridorunun orada derin kolda sıraya geçerler. Grup başlarında birer top bulunur. İşaretle birlikte grup başındaki kişiler potaya isabetli turnike atışı yapınca kadar potaya atış yapar daha sonra geriye top sürerek gelir ve topu grup başına verir sıranın arkasına geçer. Top ilk başlayan kişiye gelince oyun biter. Önce bitiren grup oyunu kazanır

Selamlama:

Dersin Bitirilmesi:

BÖLÜM III

Ölçme Değerlendirme: <ul style="list-style-type: none">• Bireysel öğrenme etkinliklerine yönelik ölçme değerlendirme.• Grupla öğrenme etkinliklerine yönelik ölçme değerlendirme• Öğrenme güçlüğü olan öğrenciler ve ileri düzeyde öğrenme hızında olan öğrenciler için ek ölçme değerlendirme etkinlikleri.	<ol style="list-style-type: none">1. Top sürerken ve turnike yaparken dikkat edilmesi gereken noktalar nelerdir?2. Öğrenciler bireysel olarak izlenip, hataları giderilecektir.3. Hareketi istenilen şekilde yapan öğrencilerden, eksik olanlara dönüt vermeleri istenecektir.
Dersin Diğer Derslerle İlişkisi	

BÖLÜM IV

Planın Uygulanmasına İlişkin Açıklamalar	Verilen süre içinde ders için planlanan yöntemler uygulanmış ve herhangi bir sorun yaşanmadan istenilen amaca ulaşılmıştır.
--	---

BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENİ
İMZA




UYGUNDUR...../...../.....

ADI SOYADI
OKUL MÜDÜRÜ

İSİM :	YÖNTEM	:EŞLİ ÇALIŞMA
SINIF :	ÇALIŞMA YAP NO	: 1
TARİH :		

BASKETBOLDA TOP SÜRME ŞEKİLLERİ

Öğrenciye,Basketbol top sürme tekniğini öğretilmesi ve hareketin doğru doğru yapılabilmesi için hareketin aşağıdaki aşamaları verilmiştir.Bu hareketlerin hatasız yapılabilmesi için hareketlerin eksiksiz ve tam olarak öğrenilmesi gerekir.

ÇALIŞMANIN AÇIKLANMASI	ŞEKİL	SÜRE	UYGULAYICI A		UYGULAYICI B	
			E	H	E	H
<p>ŞEKİL 1: Top sürerken vücudumuz ha- çe öne doğru eğilir,dizler bükülür ve a- ğırlık iki ayak ucuna eşit olarak dağıtı- lır. Baş yukarıda tutulur ve top sürme anında topa bakılmaz. Top sürme du- rarak ve hareket halinde olur.</p>						
<p>ŞEKİL 2 : Alçak Top Sürme Dizler hafif bükülü ve gövde, ağırlık merkezi alçakta olmak üzere öne doğ- ru eğiliriz. Baş yukarıda bakışlar öne doğru olmalıdır. Eğer sağ elle top sürü- yorsak, vücut ağırlığı sol ayak üzerinde dir. Parmaklar, el, el bileği ve kol topa uyumlu olarak alçalıp yükselir. Topu iyi kavramak için parmaklar açık ve avuç içi topa temas etmez. Ayrıca top sürülürken topu vücuda yakın ve diz yüksekliğinde tutmalıyız.</p>						
<p>ŞEKİL 3 : Yüksek Top Sürme Dizler hafif bükülü ve gövde dik pozis- yondadır. Ağırlık merkezi her iki baca- ğa eşit olarak dağıtılır. Top kalça sevi- yesinde büyük adım alışlarıyla öne doğ- ru sürülür.</p>						

KAYNAKLAR : GENÇLER İÇİN BASKETBOL EFES PİLSEN SPOR KULÜBÜ EĞİTİM YAYINLARI 2
ELYAF MATBAACILIK 1987

BÖLÜM I

Dersin adı	Beden Eğitimi ve Spor
Sınıf	6 / B-D, 7 / C-F
Tarih	/ / 2005
Ünitenin Adı/No	Basketbol / 8
Konu / No	Pas Çeşitleri / 3-4-5
Önerilen Süre	Ders Saati

BÖLÜM II

Öğrenci Kazanımları	<ol style="list-style-type: none"> 1. Temel duruş pozisyonunu gösterebilme. 2. Göğüs pas atarken ayakların, bacakların ve kolların pozisyonunu gösterebilme. 3. Yer pas atma (Bounce pas) tekniğindeki pozisyonu gösterebilme. 4. Baş üstü pas tekniğindeki aşamaları gösterebilme. 5. Pas verme tekniklerini ve aşamalarını hatırlayabilme. 6. Koordinasyonu geliştirici hareketleri yapabilme.
Davranışlar	Öğrencilerin kazanımlar gerçekleştirebilmeleri için yerine getirmeleri gereken davranışlar çalışma yapraklarında yer almaktadır.
Dersin İşlenişi	<ul style="list-style-type: none"> * Topsuz olarak pas çeşitlerini uygulama. * Karşılıklı pas çeşitlerini uygulama. * Çeşitli şekillerde pas verme. * Değişik mesafelerde pas verme. * Rakibin pozisyonuna göre pas verme.
Güvenlik Önlemleri	Oluşabilecek sakatlıkların önlenmesi için çalışma yapılacak zeminin kontrol edilmesi.
Öğretim Yöntem ve Teknikleri (sunuş – buluş)	Komut yöntemi – Eşli Çalışma Yöntemi.
Kullanılan Eğitim Teknolojileri Araç Gereçler ve Kaynakça	<p>Basketbol topu, huniler, çalışma yaprakları.</p> <p>Mosston M, Ashworth S. (Beden Eğitimi Öğretimi) Yavaş M, İlhan A. (Beden Eğitimi ve Sporda Özel Öğretim Yöntemleri)</p>
Başlama	<ol style="list-style-type: none"> 1. Selamlama: (günaydın, iyi dersler) 2. Yoklama: (sağ baştan sayılır.) 3. Düzen Alıştırmaları: Grupla tempolu yürüyüşler. 4. Genel Isınma: <ol style="list-style-type: none"> 1. Öğrencilere altı tur ısınma koşusu yaptırılır. 2. Koşarken kollarla öne-geriye çevirme hareketi yaptırılır. 3. Koşu ile birlikte dizleri karına ve yanlara çekme, ayak topuklarını kalçaya doğru çekme hareketi yaptırılır. 4. Öğrenciler alana dağınık düzende yerleştirilir ve başı sağa-sola-öne-geriye çevirme hareketi yaptırılır. 5. Ayaklar kapalı gövdeyi sağa-sola-öne-geriye esnetme hareketi yaptırılır. 6. Ayaklar omuz genişliğinde açılarak bele önde, arkada yarım ve tam dairesel hareketler yaptırılır. 7. El ve ayak bileklerine çevirme hareketleri yaptırılır. 8. Ayaklar omuz genişliğinden daha fazla açılarak sağ ve sol dizi bükerek bacaklara esnetme hareketi yaptırılır. 9. Ayaklar kapalı durumda çömelip kalkma hareketi yaptırılır. 10. Dizleri bükmeden öne doğru küçük esnetmeler yaptırılır.

11. Karşılıklı iki öğrenciye oturur pozisyonda birbirlerinin omuzlarından ittirerek gövdeyi öne doğru esnetme hareketi yaptırılır.

5. Özel Isınma Hareketleri:

1. Kolda ve bacaklarda esnetme hareketleri yaptırılır.
2. El ve ayak bileklerine yönelik çevirme hareketleri yaptırılır.

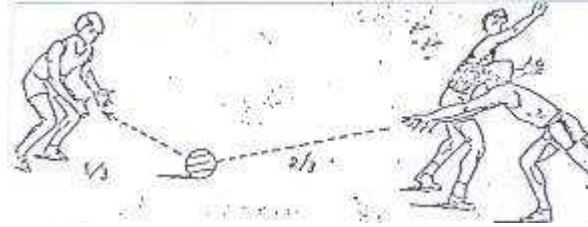
Teknik Bilgi:

KOMUT YÖNTEMİNE GÖRE :

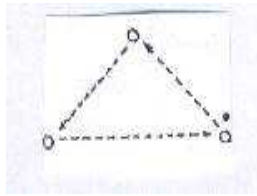
GÖĞÜS PASI : Oyun içerisinde en sık kullanılan basketbolun temel pasıdır. Yakın mesafelerde 10 metreye kadar kullanılan süratli ve emniyetli bir pastır. **YERDEN PAS:** Genellikle potaya topsuz dalan oyuncuları ve pivotu beslemek için kullanılır. Top,pası vereceğimiz oyuncu ile aramızdaki mesafenin 2/3 kısmındaki yere vurulur ve top kalça yüksekliğinde oyuncuya ulaşır.

BAŞ ÜSTÜ PAS: Çoğunlukla pivot oyuncusuna verilen bir pas şeklidir. yan taraflardan daha rahat verildiğinden, savunma oyuncularına nazaran, forvet oyuncuları tarafından daha sık kullanılır.

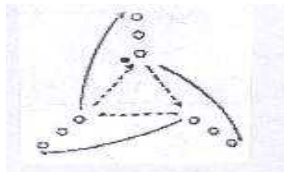
- * Öğrenci,karşılıklı ikişerli eşleştirilir. Birbirleri ile çeşitli şekilde paslaşmaları sırayla yaparlar.
- * Her iki eşte birer top vardır, çeşitli pasları karşılıklı olarak uygularlar.
- * İki oyuncu arasında bir savunma oyuncusu varken savunmanın pozisyonuna göre paslaşmalar yapılır.



*Üçgende hızlı pas: Önce bir top ile sonra iki top ile çalışılır.

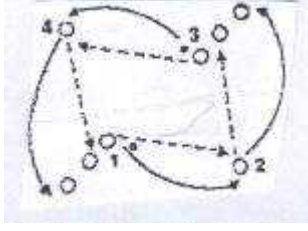


*Gruplar üçgen dizilişi yaparlar. Pas veren oyuncu topun arkasından takip ederek pas verdiği grubun arkasına geçer. Alıştırma, önce bir top ile sonra iki top ile yapılır.

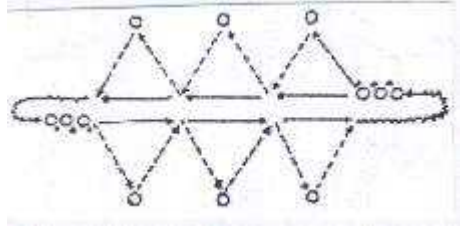


E
S
a
s
D
e
v
r
e

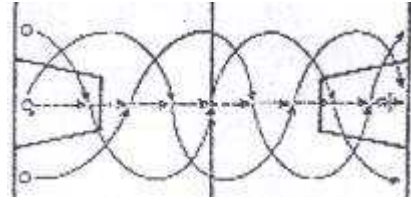
*Üstteki alıştırma, dörtlü grupta uygulanır ancak yanlarda birer oyuncu vardır, alıştırma iki top ile yapılır.



*Tam saha iki grup vardır. Aralarında pas verecek oyuncular vardır. Hızlı tempo ile pas çalışması yapılır.

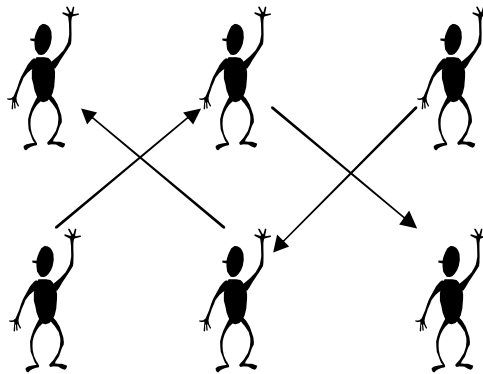


*Tam saha örme pas yapılır (üçlü paslaşma).

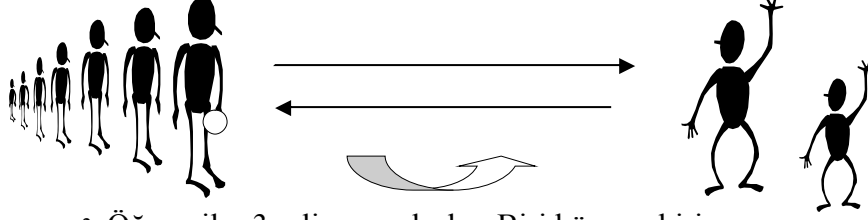


EŞLİ ÇALIŞMA YÖNTEMİNE GÖRE :

- 1- Öğrenciler karşılıklı eş olurlar. Her gruptaki oyuncular çaprazlarına atarak en kısa sürede fazla sayı yapmaya çalışırlar.



2- Öğrenciler iki gruba ayrılırlar ve derin kolda sıra olurlar. Karşılıklı sıra olurlar. Pas çeşitleri kullanılarak karşı grubun arkasına koşarak giderler



3- Öğrenciler 3 erli grup olurlar. Biri hücum, biri savunma olur kendi aralarında oynarlar. Komut ile birlikte yerden pas kullanarak topu arkadaşına ulaştırır.



B
i
t
i
r
i
ş
i
l
e
n
i
r

- Öğrenciler sıraya geçtikten sonra selamlama yapılır.
- İyi dersler (iyi günler) dileyerek ders bitirilir.

Selamlama:

Dersin Bitirilmesi: Öğrenciler iki eşit gruba ayrılırlar. Başlama çizgisinin gerisinde derin kolda sıralanırlar. Düdük sesi ile birlikte ilk oyuncular basketbol topu ile duvara kadar koşarak, baş üstü pas ile topu duvara vurduktan sonra, topu sırada bekleyen arkadaşlarına göğüs pası yada yerden pasla verip sıranın arkasına geçerler. Oyunu ilk bitiren grup kazanır.

Araç-gereçler toplanır,yoklama alınarak selamlama ile ders bitirilir.

BÖLÜM III

Ölçme Değerlendirme:

- Bireysel öğrenme etkinliklerine yönelik ölçme değerlendirme.
- Grupla öğrenme etkinliklerine yönelik ölçme değerlendirme
- Öğrenme güçlüğü olan öğrenciler ve ileri düzeyde öğrenme hızında olan öğrenciler için ek ölçme değerlendirme etkinlikleri.

1. Top sürerken ve turnike yaparken dikkat edilmesi gereken noktalar nelerdir?
2. Öğrenciler 4'lü-5'li gruplar halinde izlenip, hataları giderilecektir.
3. Hareketi istenilen şekilde yapan öğrencilerden, eksiği olanlara dönüt vermeleri istenecektir.

Dersin Diğer Derslerle İlişkisi

Türkçe: Çalışma yapraklarının doğru şekilde okunup anlaşılması

BÖLÜM IV


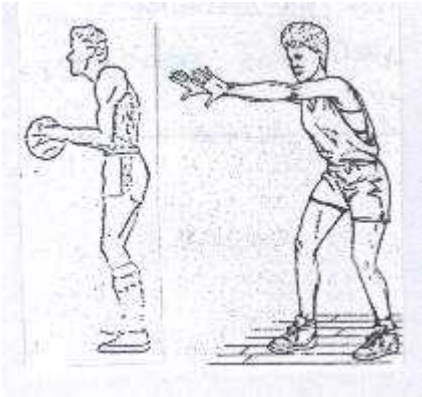
Planın Uygulanmasına İlişkin Açıklamalar



Verilen süre içinde ders için planlanan yöntemler uygulanmış ve herhangi bir sorun yaşanmadan istenilen amaca ulaşılmıştır.

BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENİ
ADI SOYADI

UYGUNDUR/...../.....
İMZA

OKUL MÜDÜRÜ

İSİM :		YÖNTEM:			
SINIF :		EŞLİ ÇALIŞMA YÖNTEMİ			
NO :		ÇALIŞMA YAPRAĞI NO:1			
TARİH :					
BASKETBOLDA TEMEL DURUŞ VE PAS ÇEŞİTLERİ					
<p>Öğrenciye ; Basketbolda temel duruş ve pas çeşitlerini uygulama biçimleri ile ilgili açıklamalar sunulmuştur. Öğretmen hareketi gösterip açıkladıktan sonra eşler verilen süre içinde hareketi uygularlar. Uygulayıcı hareketi yaparken gözlemci arkadaşının uygulamasını gözlemler. Yapılan hareketi çalışma yaprağından da yararlanarak değerlendirir. Hatalı yerlerde eşini uyararak hatasını düzeltmesini sağlar. Verilen süre bitiminde eşler yer değiştirir.</p>					
ÇALIŞMANIN AÇIKLANMASI	ŞEKİL	SÜRE veya TEKRAR SAYISI	E	H	ÖĞR. DÖNÜTÜ
<p>A.TEMEL DURUŞ</p> <p>1. Dizler bükülü, vücut ağırlığı her iki bacakta eşit ve kollar öne doğru parmaklar açık olarak uzatılmıştır.</p>		5 Tekrar			
<p>B.GÖĞÜS PASI</p> <p>1. Top göğüs hizasında çift elle tutulur.</p> <p>2. Bacaklar omuz genişliğinde açıklığında olup, vücudun ağırlık merkezi her iki bacağına eşit olarak dağıtılmıştır.</p> <p>3. Pasın isabetli ve dengeli olabilmesi için bir adım ileri alınır.</p> <p>4. Pas atıldıktan sonra kollar gergin ve avuç içleri yanları gösterecek şekilde olmalıdır.</p>		10 Tekrar			


ÇALIŞMANIN AÇIKLANMASI	ŞEKİL	SÜRE veya TEKRAR SAYISI	E	H	ÖĞR. DÖNÜTÜ
<p>C. YERDEN PAS</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Top elden çıkartılırken kolların,el bileğinin, parmakların durumu çift el göğüsten pas ile aynıdır. 2. Sadece vücut ağırlık merkezi daha aşağıda olup, dizler ve kalça biraz daha fazlaca bükülmüştür. 3. Hareketi kolaylaştırmak için bazen öne bir adım atılır. 		10 Tekrar			
<p>D. BAŞ ÜSTÜ PAS</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Top başın üstünde tutulurken çok rahat ve yumuşak bir görünümde olmalıdır. 2. Parmaklar açık ve yukarıyı gösterip topun alt yan tarafından kavrar. 3. Dirsekler hafif büküldür. 4. Hareketin başlangıcında el bilekleri biraz geriye alınırken kollar ve el bileği hafif aşağıya doğru uzatılır. 5. Top, bileklerin aşağıya doğru itilerek düşürülmesiyle parmakları terk eder. Avuç içleri pas sonrası, yeri gösterir. 		10 Tekrar			

BÖLÜM I:

Dersin adı	Beden Eğitimi ve Spor
Sınıf	6 / B-D, 7 / C-F
Tarih	/ / 2005
Ünitenin Adı/No	Voleybol / 9
Konu / No	Manşet Pas / 2
Önerilen Süre	Ders Saati

BÖLÜM II

Öğrenci Kazanımları	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ellerin ve kolların pozisyonunu doğru teknikle gösterebilme. 2. Topla buluşmadan önceki vücut pozisyonunu doğru şekilde gösterebilme. 3. Topla buluşma anındaki uygun vücut pozisyonunu gösterebilme. 4. Vuruş anındaki pozisyonunu doğru olarak gösterebilme. 5. Topa vurduktan sonra hareketi tamamlayabilme. 6. Manşet pas tekniğinin aşamalarını ifade edebilme. 7. Koordinasyonu geliştirici hareketleri yapabilme.
Davranışlar	Öğrencilerin kazanımlar gerçekleştirebilmeleri için yerine getirmeleri gereken davranışlar çalışma yapraklarında yer almaktadır.
Dersin İşlenişi	<ul style="list-style-type: none"> * Topsuz manşet pas çalışması * Karşılıklı parmak pas ve manşet pas çalışması * Filede oyun formatında manşet pas çalışması * Her türlü yükseklik ve zorlukta gelen topları manşet pasla pasöre gönderme.
Güvenlik Önlemleri(varsı)	Çalışma yapılacak zeminin kontrol edilmesi (yer kaygan olmamalı).
Öğretim Yöntem ve Teknikleri (sunuş – buluş)	<ul style="list-style-type: none"> • Komut Yöntemi, • Eşli çalışma yöntemi
Kullanılan Eğitim Teknolojileri-Araç Gereçler ve Kaynakça	<ul style="list-style-type: none"> • Voleybol Topu, file, çalışma yaprakları <p>Mosston M, Ashworth S. (Beden Eğitimi Öğretimi) Yavaş M, İlhan A. (Beden Eğitimi ve Sporda Özel Öğretim Yöntemleri)</p>
Başlama Devresi	<ol style="list-style-type: none"> 1) Selamlama: (günaydın, iyi dersler) 2) Yoklama: (sağ baştan sayılır) 3) Düzen alıştırılmaları: <ul style="list-style-type: none"> • Genel ısınma: Düz koşular yaptırılır. Düzen alıştırılmaları yaptırılır. Derin kolda ikili ve dörtlü sıra olma Uygun adım yürüyüşler Sağa ve sola , geriye dönüşler Sol kolu ve sağ kolu öne-geriye çevirme , dizleri karına doğru çekme, ayak topuklarını kalçaya doğru çekme hareketleri yaptırılır. Baş sağa-sola, öne-geriye bükme hareketi yaptırılır. Başa sağda-solda, önde-geride tutma hareketi yaptırılır. Omuzlara ve kollara önden-geriye, geriden-öne çevirme hareketi yaptırılır. Kollara önde gergin olarak tutma hareketi yaptırılır. Bele dairesel hareketler yaptırılır. Ayaklar kapalı durumda öne esnetme hareketi yaptırılır. Ayaklar omuz genişliğinde açık, sağ ve sol ayağın üzerine esnetme hareketi yaptırılır.

	<p>El ve ayak bileklerine çevirme hareketi yaptırılır.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Özel Isınma: • Öğrenciler birbirleriyle karşılıklı eşit sayıda eşleşecek şekilde yerleştirilir • Topu yere çarpıtılarak , çift elle üstten ve yanlardan gönderilmesi gibi hareketler yaptırılır. • Arkaya dönülerek alttan ve üstten toplar karşıya gönderilir. • Karşılıklı manşet çalışması uygulanır.
Esas Devre	<p>1.TEKNİK : İki kolun iç tarafının yan yana gelerek,dirsekle el arasındaki en geniş bölümlerle topa vurulmasıdır.Kol vuruşu genellikle,servis karşılama ve hücum vuruşu karşılama ile nadiren topun alçağa düştüğü durumlarda uygun bir vuruş yapmak için de kullanılır. En önemli nokta top gelmeden önce,dengeli,kararlı ve ön temas pozisyonunda bulunmaktır.İyi bir pozisyon yüksek ve rahat bir beklemedir.Alçak ve eğik bir bekleme yorucudur. Manşetçinin elleri ve kolları,vücudun ön kısmına yakın olmalıdır.Ayaklar yan yana ve fazla açık olmamalıdır.Dizler bükülü durumdadır,ağırlık ayak uçlarında,kalça geride,sırt düz,omuzlar öne doğru verilmelidir.Kollar vücuttan uzakta olmalıdır. Vuruş kısa bir kol salınımı yani 15-20cm'lik kolun ileri hareketi ile yapılır ve yer ile 45 derecelik açıda durur Şekil : 1 ALİŞTİRMA : Öğrenciler topsuz olarak hareketi yaparlar</p>  <p style="text-align: right;">Şekil :1</p> <p>ALİŞTİRMA: Öğrenciler iki eliyle havaya attıkları topun yere değmesini bekleyerek sektirler. (Dizlerden yaylanarak ve topu öne, yukarıya ve yanlara sektirerek tekrarlarlar)</p> <p>ALİŞTİRMA: Gruplara ayrılarak (top ve öğrenci sayısına göre değişebilir), eşin attığı topu yerden sektirerek eşine atar ve grubun arkasına geçer.</p> <p style="text-align: center;">* * * * *</p> <p>ALİŞTİRMA : Öğrenciler file üzerinden parmak pas ile gelen topa manşet vuruşuyla karşılık verirler ve bu çalışmayı yarı sahadaki öğrenciler atış değişikliği yaparak tekrarlar ile yaparlar.</p> <p>ALİŞTİRMA: Öğrenciler filenin iki yarı sahasına üçerli şekilde üçgen oluşturacak şekilde dağılırlar.Bir,iki ve üç numaralı oyuncu diye numaralandırılır.bir numara ikiye,iki numara üçe,üçü topu manşet pas ile atar.Üç numara ise son atışı karşı yarı sahaya manşet vuruşuyla atar.Bu çalışmayı hareket pekişene kadar yaparlar.</p>
Bitiriş Devresi	<ul style="list-style-type: none"> • Voleybol maçı yaptırılır. • Malzemeler toplanır. • Yoklama alınır ve selamlama yapılır

BÖLÜM III

<p>Ölçme Değerlendirme:</p> <ul style="list-style-type: none">• Bireysel öğrenme etkinliklerine yönelik ölçme değerlendirme.• Grupla öğrenme etkinliklerine yönelik ölçme değerlendirme• Öğrenme güçlüğü olan öğrenciler ve ileri düzeyde öğrenme hızında olan öğrenciler için ek ölçme değerlendirme etkinlikleri.	<p>* Manşet pasta başlangıç pozisyonunda, vuruş anında ve sonrasında dikkat edilmesi gerekenler nelerdir? * Öğrencilerin 4-5'li gruplar halinde değişik pozisyonlarda manşet pas yapmaları izlenerek, hataları giderilecektir. * Hareketi istenilen şekilde yapan öğrencilerden, eksiği olanlara dönüt vermeleri istenecektir.</p>
<p>Dersin Diğer Derslerle İlişkisi</p>	<p>Türkçe Dersi: Okuduğunu anlama ve anlatabilme özelliğini geliştirmek için çalışma yaprakları hazırlanarak uygulanır.</p>

BÖLÜM IV




<p>Planın Uygulanmasına İlişkin Açıklamalar</p>	<p>Verilen süre içinde ders için planlanan yöntem uygulanmış ve herhangi bir sorun yaşanmadan istenilen amaca ulaşılmıştır.</p>
---	---

BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENİ

İMZA

UYGUNDUR/...../.....

ADI SOYADI
OKUL MÜDÜRÜ

AD SOYAD : SINIF : FAK. NO : TARİH : KONU :		YÖNTEM : EŞLİ ÇALIŞMA ÇALIŞMA YAPRAĞI NO : 1		
ÖĞRENCİYE : Voleybol'da manşet pasın tekniği aşağıda verilmiştir. Öğrenciler ikiye bölünür ve biri gözlemci diğeri uygulayıcı olacaktır. Gözlemci, uygulayan öğrencinin davranışlarını dönüt kısmına (+) ve (-) olarak kayıt edecektir. AMAÇ : Her türlü yükseklik ve zorlukta gelen toplara manşet pas ile pasöre gönderebilmek		DÖNÜT		
AÇIKLAMALAR	ŞEKİLLER	Süre	U.A	UB
1. TEKNİK : <ul style="list-style-type: none"> İki kolun iç tarafının yan yana gelerek, dirseklerle el arasındaki en geniş bölümle topa vuruşudur. Kol vuruşu genellikle servis karşılama durumlarda uygun bir vuruş yapabilme amacıyla kullanılır. Şekil : 1 	 <p>Şekil : 1</p>			
2. TEKNİK : <ul style="list-style-type: none"> En önemli nokta top gelmeden önce, dengeli, kararlı ve ön temas pozisyonunda bulunmaktır. İyi bir pozisyon yüksek ve rahat bir beklemedir. Alçak ve eğik bir bekleme yorucudur. <p>Şekil : 2</p>	 <p>Şekil : 2</p>			
3. TEKNİK : <ul style="list-style-type: none"> Manşetçinin elleri ve kolları, vücudun ön kısmına yakın bulunmalıdır. Ayaklar yan yana ve fazla açık olmamalıdır dizler bükülü durumdadır. Ağır ayak uçlarında, kalça geride, sırt düz, omuzlar öne doğru verilmelidir. Kollar vücuttan olabildiğince uzakta olmalıdır. Vuruş kısa bir kol salınımı yani 15-20cm'lik kolun ileri hareketi ile yapılır ve yer ile 45 derecelik açıda durur. Şekil : 3 	 <p>Şekil : 3</p>			

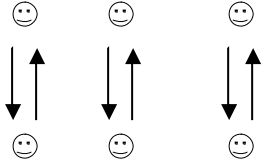

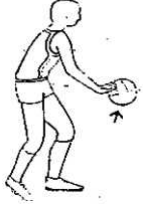

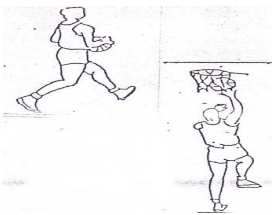
Kaynakça: Faruk KORKMAZ, Voleybol Takım Sporları 1 (Ders Notları), 30-35sh.

BÖLÜM I

Dersin adı	Beden Eğitimi ve Spor
Sınıf	6 / B-D, 7 / C-F
Tarih	/ / 2005
Ünitenin Adı/No	Basketbol / 8
Konu / No	Top Sürme ve Turnike / 1
Önerilen Süre	Ders Saati

BÖLÜM II

Öğrenci Kazanımları	<ol style="list-style-type: none"> 1. Turnikeye başlarken uygun açığı saptayabilme. 2. Top sürme işleminin sonunda adımlamayı doğru yapabilme. 3. Adımlama sırasındaki pozisyonu (vücutun ve topun) gösterebilme 4. Adımlama sonundaki sıçramayı, topu taşıyışı, topun elden çıkışını ve elden çıkış anındaki elin pozisyonunu doğru olarak gösterebilme. 5. Turnike adımlaması tekniğinin aşamalarını hatırlayabilme. 6. Sağ ve sol taraftan turnike atabilme. 7. Koordinasyonu geliştirici hareketleri yapabilme. 						
Davranışlar	Öğrencilerin kazanımlar gerçekleştirebilmeleri için yerine getirmeleri gereken davranışlar çalışma yapraklarında yer almaktadır.						
Dersin İşlenişi	<table> <tr> <td>* Topsuz olarak turnike adımlaması</td> <td>* Hızlı turnike atma</td> </tr> <tr> <td>* Sağ taraftan turnike atma</td> <td>* Hunilerin arasından top sürerek geçip turnike atma</td> </tr> <tr> <td>* Sol taraftan turnike atma</td> <td></td> </tr> </table>	* Topsuz olarak turnike adımlaması	* Hızlı turnike atma	* Sağ taraftan turnike atma	* Hunilerin arasından top sürerek geçip turnike atma	* Sol taraftan turnike atma	
* Topsuz olarak turnike adımlaması	* Hızlı turnike atma						
* Sağ taraftan turnike atma	* Hunilerin arasından top sürerek geçip turnike atma						
* Sol taraftan turnike atma							
Güvenlik Önlemleri(varsa)							
Öğretim Yöntem ve Teknikleri (sunuş – buluş)	Komut Yöntemi, Eşli çalışma yöntemi						
Kullanılan Eğitim Teknolojileri- Araç Gereçler ve Kaynakça	<p>Düdük, huni Basketbol topu, pota, çalışma yaprakları</p> <p>Mosston M, Ashworth S. (Beden Eğitimi Öğretimi) Yavaş M, İlhan A. (Beden Eğitimi ve Sporda Özel Öğretim Yöntemleri)</p>						
Başlama Devresi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Selamlama yapılır. 2. Yoklama yapılır. 3. Düzen alıştırılmaları (Derin kolda ikili ve dörtlü sıra olma. Uygun adım yürüyüşler. Sağa ve sola , geriye dönüşler) <ul style="list-style-type: none"> • Genel ısınma -Düz koşular yaptırılır. -Sol kolu ve sağ kolu öne-geriye çevirme , dizleri karına doğru çekme, ayak topuklarını kalçaya doğru çekme hareketleri yaptırılır. -Baş sağa-sola, öne-geriye bükme hareketi yaptırılır. -Başa sağda-solda, önde-geride tutma hareketi yaptırılır. -Omuzlara ve kollara önden-geriye, geriden-öne çevirme hareketi yaptırılır. -Kollara önde gergin olarak tutma hareketi yaptırılır. -Bele dairesel hareketler yaptırılır. -Ayaklar kapalı durumda öne esnetme hareketi yaptırılır. -Ayaklar omuz genişliğinde açık, sağ ve sol ayağın üzerine esnetme hareketi yaptırılır. -El ve ayak bileklerine çevirme hareketi yaptırılır. • Özel Isınma: -Baş sağa sola öne arkaya hareket ettirilir. -Başa, geride ve önde olmak üzere dairesel hareketler yaptırılır. -Beli bükmeden dizle üzerinde çömelip kalma ve daha sonra sıçrama hareketleri yaptırılır. 						

<p>Esas Devre</p>	<p>Alıştırılmalar:</p> <p>1. Karşılıklı eşler top sürerek birbirlerine topu verirler.</p> <div style="text-align: center;">  </div> <p>Tekniği: Dizler hafif bükülü ve gövde; ağırlık merkezi alçakta olmak üzere öne eğilmiştir. Baş yukarıda, gözler öne doğru bakar.</p> <p>2. Basketbolda sağ ve sol turnike tekniğini geliştirmek için sınıf eşit olarak iki gruba ayrılır. Uygulamayı yapacak olan grup duvarın karşısına geçer. Her uygulayıcıya basketbol topu, her gözlemciye de çalışma yaprağı verilir. Uygulayıcı, yerde işaretlenmiş adımlama tekniğini ve potaya top bırakmayı uygular. Gözlemci öğretmenin belirlediği kriterleri göz önünde bulundurarak hata yapan arkadaşını uyarır. Süre dolduktan sonra yer değiştirilir ve ders işlenişine devam edilir.</p> <div style="text-align: center;">  <p>● Uygulayıcı Öğrenci ○ Gözlemci Öğrenci</p> </div> <p>Hareketin tekniği:</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;">  <p>1. aşama top sürme</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>2. aşama topu tutma</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>3. aşama adımlamaya girme ve çembere atış</p> </div> </div> <p>Bu teknik sırasında adımlama sağ taraftan ve sağ ayakla başlanırsa sağ turnike, sol taraftan ve sol ayakla başlanırsa sol turnike denir.</p>
<p>Bitiriş Devresi</p>	<p>Oyuncu bir, top sürerek turnike atışı yapar. Biraz geride duran oyuncu iki, oyuncu bir ile aynı anda koşarak onun turnike atışını önlemeye çalışır. Oyuncu engeller etrafında top sürerek sağ taraftan sağ elle sol taraftan sol elle turnike atışı yapar. Çalışma akıcı olup zaman tutularak müsabakaya dönüştürülür. Öğrencilere malzemeler toplattırılır, geniş kolda tek sıraya geçirilip sağ baştan saydırılarak selamlayla ders bitirilir.</p>

BÖLÜM III

Ölçme Değerlendirme:

- Bireysel öğrenme etkinliklerine yönelik ölçme değerlendirme.
- Grupla öğrenme etkinliklerine yönelik ölçme

1. Top sürerken ve turnike yaparken dikkat edilmesi gereken noktalar nelerdir?
2. Öğrenciler 4'lü-5'li gruplar halinde izlenip, hataları giderilecektir.

değerlendirme • Öğrenme güçlüğü olan öğrenciler ve ileri düzeyde öğrenme hızında olan öğrenciler için ek ölçme değerlendirme etkinlikleri.	3. Hareketi istenilen şekilde yapan öğrencilerden, eksiki olanlara dönüt vermeleri istenecektir.
Dersin Diğer Derslerle İlişkisi	Türkçe Dersi: Okuduğunu anlama ve anlatabilme özelliğini geliştirmek için çalışma yaprakları hazırlanarak uygulanır. Matematik Dersi: Turnike giriş açısının ayarlanması.

BÖLÜM IV


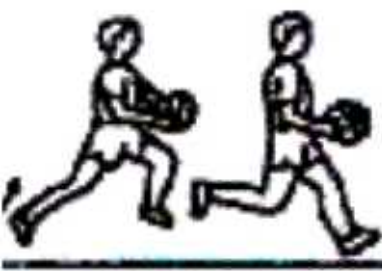
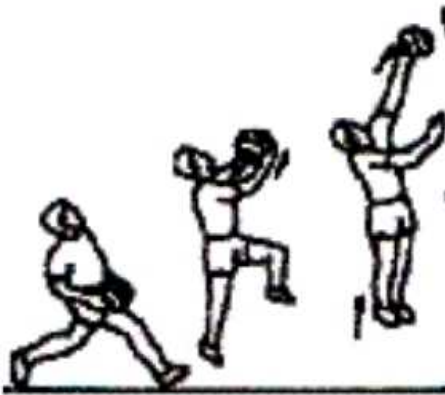
Planın Uygulanmasına İlişkin Açıklamalar	Verilen süre içinde ders için planlanan yöntemler uygulanmış ve herhangi bir sorun yaşanmadan istenilen amaca ulaşılmıştır.
--	---

BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENİ

UYGUNDUR/...../.....

İMZA

ADI SOYADI
OKUL MÜDÜRÜ

İSİM:	YÖNTEM : Eşli Çalışma Yöntemi					
SINIF:						
FAK. NO:	ÇALIŞMA YAPRAĞI : 1					
TARİH:						
KONU:	Basketbol' da 3 adım (Turnike) tekniği (sağdan-soldan)					
ÖĞRENCİYE:	Basketbol' da 3 adım (Turnike) tekniğinin öğretilmesi ve öğrencilerin harekete doğru girebilmesi için hareketin aşağıda analizleri sunulmuştur.					
Açıklamalar	Şekil	Süre	Dönüt			
İlk Adım			Uyg1	Uyg2		
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Potanın altındaki boyalı alanın 45 derece sağ yan tarafından potaya yaklaşılmalıdır. Top sürme kesildiği anda sağ ayak birinci adım olarak ileriye doğru atılmalıdır. 			E	H	E	H
İkinci Adım						
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Adımlamaya başlandığı anda top karın hizasında olmalıdır. İkinci adım olan sol ayak birinci adımdan daha kısa ileri ve yukarı doğru uzatılmalıdır. 						
Üçüncü Adım ve topu bırakma						
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Sağ ayak üzerinde kuvvetli sıçram yapılırken aynı anda sol ayak dizden karın hizasına doğru çekilmelidir. ➤ Sol ayak yukarı doğru kaldırılırken karın hizasında olan top aynı anda üzerinde iki elle yukarıya doğru kaldırılmalıdır. ➤ El topu atış eli olan sağ elin birinc boğumlarıyla kavranmalıdır. ➤ Top atış kolunun el bileğinin bükülmesiyle panyanın küçük karesinin sağ üst köşesine çarptırıl 						

DERS PLANI

EK-12

BÖLÜM I

Dersin adı	Beden Eğitimi ve Spor
Sınıf	6 / B-D, 7 / C-F
Tarih	/ / 2005
Ünitenin Adı/No	Hentbol / 10
Konu / No	Top tutma ve temel pas tekniği / 2
Önerilen Süre	Ders Saati

BÖLÜM II

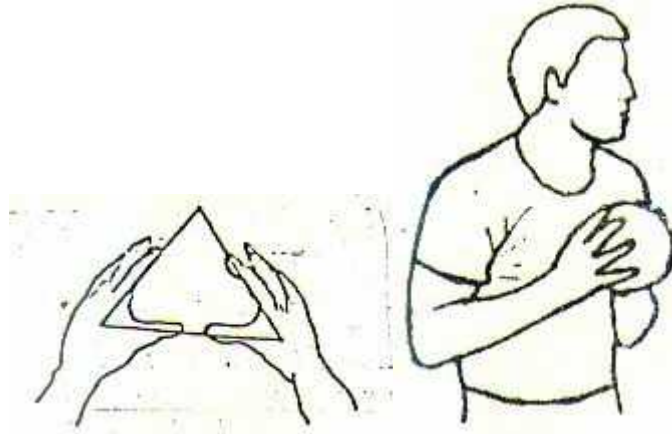
Öğrenci Kazanımları	<ol style="list-style-type: none"> 1. Top tutmada ellerin pozisyonunu gösterebilme. 2. Topu yakalama anında bacakların, kolların ve ellerin pozisyonunu gösterebilme. 3. Topu tuttuktan sonraki pozisyonunu gösterebilme. 4. Pas verme anında atış kolundaki değişiklikleri ifade edebilme. 5. Topu elden çıkartma anındaki pozisyonunu doğru olarak gösterebilme. 6. Pas tekniğinin aşamalarını hatırlayabilme. 7. Koordinasyonu geliştirici hareketleri yapabilme.
Davranışlar	Öğrencilerin kazanımlar gerçekleştirebilmeleri için yerine getirmeleri gereken davranışlar çalışma yapraklarında yer almaktadır.
Dersin İşlenişi	<ul style="list-style-type: none"> * Topsuz olarak pas çeşitlerini uygulama. * Karşılıklı pas çeşitlerini uygulama. * Çeşitli şekillerde pas verme. * Değişik mesafelerde pas verme. * Rakibin pozisyonuna göre pas verme.
Güvenlik Önlemleri(varsa)	Varsa aktiviteye katılmayacak rahatsız öğrencilerin tespiti, öğrencilerin uygulama evresinde birbirlerine dikkatli davranma konusunda uyarılması.Ders alanındaki öğrencilere zarar verecek maddelerin temizlenmesi.
Öğretim Yöntem ve Teknikleri (sunuş – buluş)	<ul style="list-style-type: none"> • Komut Yöntemi, Eşli çalışma yöntemi
Kullanılan Eğitim Teknolojileri-Araç Gereçler ve Kaynakça Öğretmen Öğrenci	<ul style="list-style-type: none"> • Hentbol topu, huni, çalışma yaprakları <p>Mosston M, Ashworth S. (Beden Eğitimi Öğretimi) Yavaş M, İlhan A. (Beden Eğitimi ve Sporda Özel Öğretim Yöntemleri)</p>
Başlama Devresi	<ol style="list-style-type: none"> 1) Selamlama: (günaydın, iyi dersler) 2) Yoklama: (sağ baştan sayılır.) 3) Düzen alıştırılmaları: <ul style="list-style-type: none"> • Genel ısınma: Düz koşular yaptırılır. Düzen alıştırılmaları yaptırılır. Derin kolda ikili ve dörtlü sıra olma Uygun adım yürüyüşler Sağa ve sola , geriye dönüşler Sol kolu ve sağ kolu öne-geriye çevirme , dizleri karına doğru çekme, ayak topuklarını kalçaya doğru çekme hareketleri yaptırılır. Baş sağa-sola, öne-geriye bükme hareketi yaptırılır. Başa sağda-solda, önde-geride tutma hareketi yaptırılır. Omuzlara ve kollara önden-geriye, geriden-öne çevirme hareketi yaptırılır.

Kollara önde gergin olarak tutma hareketi yaptırılır.
Bele dairesel hareketler yaptırılır.
Ayaklar kapalı durumda öne esnetme hareketi yaptırılır.
Ayaklar omuz genişliğinde açık, sağ ve sol ayağın üzerine esnetme hareketi yaptırılır.
El ve ayak bileklerine çevirme hareketi yaptırılır.

- **Özel Isınma:**
 - El bileklerinin iyice ısıtılması.(eller birleştirilerek dairesel formda çevrilir)
 - Omuz ekleminin iyice ısıtılması.(Kollar öne ve geriye çevrilir)

**Esas
Devre**

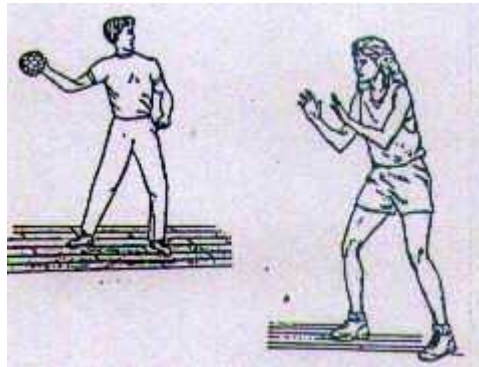
TOPUN TUTULUŞ ŞEKLİ: Bu harekette öğretmen beceriyi gösterir ve açıklar.Hentbol topunu tutarken el topun ne altında nede çok üstünde olmamalıdır.Top baş parmaklar ve işaret parmakları ile bir üçgen yapacak şekilde göğüs önünde tutulmalıdır.



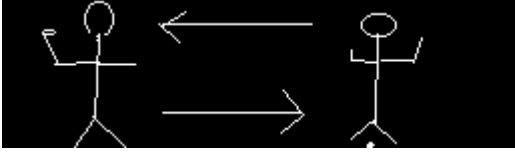
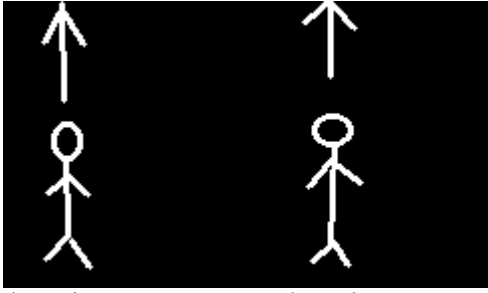
Şekil-1

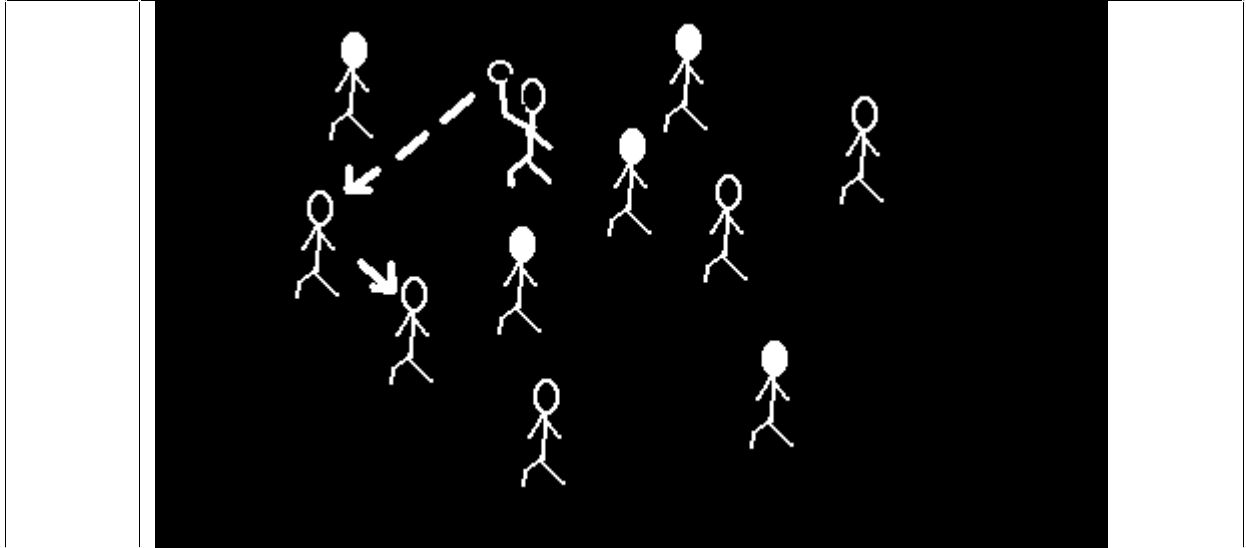
Şekil-2

TEMEL PAS : Bu hareketi de öğretme gösterir ve açıklar.Ayaklarımız omuz genişliğinde açık yada bir ayağımız önde olmalıdır.Kolumuz 90 derece açık olacak şekilde olmalı ve karşımızdaki kişinin göğüs hizasına gelecek şekilde pas verilmeli ve top atışı tamamlandıktan sonra el bileği bükülü pozisyonda olmalıdır.



Şekil-3

	<p>Top tutma ve temel pas ilgili alıştırılmalar:Top tutma ve pas tekniği öğrencilere açıklanmıştır.Bundan sonra uygulayıcı ve gözlemci öğrencilerden oluşan iki grup karşılıklı yerlerini alırlar.Uygulayıcı öğrenciler beceriyi öğretilen tekniklerle uygulamaya çalışırlar.Gözlemci öğrenciler ise yapılan hareket konusunda uygulayıcı öğrenciye iyi veya kötü olduğu şeklinde dönüt verirler.Ayrıca , gözlem kartlarını kullanarak hareketin durumuna göre not alırlar.</p> <p>Burada uygulayıcı öğrencilerin performansı hakkında sadece gözlemci öğrenci ile iletişim kurulur.</p> <div style="text-align: center;">  <p>uygulayıcı 1 Uygulayıcı 2</p>  <p>Gözlemci 1 Gözlemci 2</p> </div> <p style="text-align: center;">Şekil -4</p> <ul style="list-style-type: none"> - Uygulayıcı öğrenciler 3m mesafede top tutma ve temel pas alıştırması yaparlar.Gözlemci öğrenciler gözlem yaparlar.3 dakika sonra uygulayıcı ve gözlemci öğrenciler yer değiştirirler.
<p>Bitiriş Devresi</p>	<p>EĞİTSEL OYUN: Hentbolde top tutma ve temel pasın geliştirilmesi için 10 pas oyunun öğrencilere oynatılır.Öğrenciler iki eşit gruba ayrılır.Gruplardan biri topu düşürmeden kendi grubundaki öğrencilerle pas yapmaya çalışır.Diğer grup onların pas yapmasını engellemeye çalışır.Oyun kuralları: Öğrenci pas aldığı kişiye pas atamaz,top yere düşerse karşı gruba verilir.Bu kuralara uygun olarak 10 pası tamamlayan grup oyunu kazanır.</p>



BÖLÜM III

<p>Ölçme Değerlendirme:</p> <ul style="list-style-type: none">• Bireysel öğrenme etkinliklerine yönelik ölçme değerlendirme.• Grupla öğrenme etkinliklerine yönelik ölçme değerlendirme• Öğrenme güçlüğü olan öğrenciler ve ileri düzeyde öğrenme hızında olan öğrenciler için ek ölçme değerlendirme etkinlikleri.	<ol style="list-style-type: none">1. Top sürerken ve pas yaparken dikkat edilmesi gereken noktalar nelerdir?2. Öğrenciler 4'lü-5'li gruplar halinde izlenip, hataları giderilecektir.3. Hareketi istenilen şekilde yapan öğrencilerden, eksiği olanlara dönüt vermeleri istenecektir.
<p>Dersin Diğer Derslerle İlişkisi</p>	<p>Türkçe Dersi: Okuduğunu anlama ve anlatabilme özelliğini geliştirmek için çalışma yaprakları hazırlanarak uygulanır.</p>

BÖLÜM IV

<p>Planın Uygulanmasına İlişkin Açıklamalar</p>	<p>Verilen süre içinde ders için planlanan yöntemler uygulanmış ve herhangi bir sorun yaşanmadan istenilen amaca ulaşılmıştır.</p>
---	--

BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENİ
ADI SOYADI

UYGUNDUR...../...../.....
İMZA

OKUL MÜDÜRÜ

İSİM :
SINIF :
FAK. NO:
TARİH :
UYGULAYICI A:
UYGULAYICI B:

YÖNTEM: EŞLİ ÇALIŞMA YÖNTEMİ

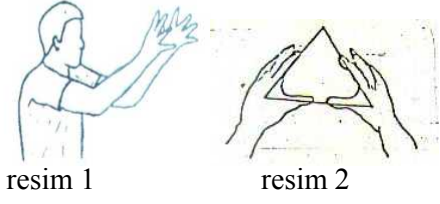
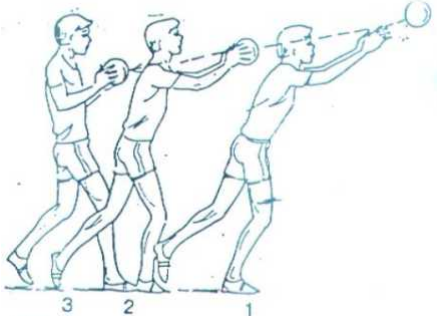
ÇALIŞMA YAPRAĞI NO: 1




HENTBOLDA TOP TUTMA ve TEMEL PAS TEKNİĞİ

Öğrenciye:Hentbolda topun tutuş şekli; eller üçgen şeklinde baş parmak ve serçe parmak başta olmak üzere diğer parmak yardımıyla top fazla sıkılmamak şartı ile tutulur.Atış pozisyonunda atış kolu ile top tutulur ve üst kol omuz hizasında,alt kol ise dirsek eklemine 90 derece açı yapacak şekilde tutulur.Daha sonra bu pozisyonda top başın arkasına alınır.Yine bu pozisyonu bozmadan top baş hizasına geçtikten sonra atış yapılır.

Bu derste eşli çalışma yöntemi kullanılacaktır.Bir uygulayıcı bir gözlemci olmak üzere öğrenciler ikiye bölüneceklerdir.Uygulayıcı öğrenci hareketi tekniğine göre uygulamaya çalışacak,gözlemci öğrenci ise yapılan hareketin doğruluğunu kontrol edip,sözlü dönüt verecek ve çalışma yaprağına kayıt tutacaktır.Bu uygulama verilen süre içerisinde yapılacaktır.Öğretmen sadece gözlemci öğrenciler ile diyaloga girecektir. Çalışma süresi içinde gözlem yaptıkları kişileri yanlarına çağırarak doğrularını ve yanlışlarını söyler. Doğru hareketlerin yerine '+' düzeltilemeyen yanlışların yanına '-' koyar. Belirlenen zaman kadar çalışma devam eder. Ve sonra görevler değişir.

AMAÇ: Gözlemci öğrenci bu çalışmada öğretmene bağlı kalmadan arkadaşının hatasını bulmayı ve düzeltme becerisini geliştirir.Uygulayıcı öğrenci ise bir eşli çalışmayı ve onun uyarılarına dayanarak hatasını düzeltme becerisini geliştirir.

AÇIKLAMALAR	ŞEKİL	SÜRE	UYGULAYICI A		UYGULAYICI B	
			EVET	HAYIR	EVET	HAYIR
<p>A-TOP TUTMADA ELLERİN POZİSYONU:</p> <p>1)Eller baş hizasından ileriye doğru uzanmıştır. 2)Avuç içleri karşıyı gösterir. 3)Baş parmak ve işaret parmakları bir üçgen oluşturacak şekilde durur.</p>	 <p>resim 1 resim 2</p>					
<p>B- TOPU YAKALAMA:</p> <p>1)Bacaklarımız genişliğinde açık durumda bir ayak destek için öne alınır.Vücut ağırlığı bu ayak üzerindedir. 2)Eller üçgen pozisyonda baş hizasında tutulur. 3)Topu yakalama anında kollar dirseklerden hafif bükülerek topun sürati azaltılır. 4)Eller topu fazla sıkmadan üçgen biçimde kavrar.</p>	 <p>3 2 1</p>					

<p>C-TOPU TUTTUKTAN SONRA VÜCUDA YAKLAŞTIRMA:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1)Top baş hizasında yakalanır. 2)Top tutulduktan sonra dirsekler hafif bükülür. 3)Dirsekler bükülü pozisyonda kollar geri çekilir. 4)Top göğüs hizasında tutulur. 						
<p>TEMEL PAS A-TOPU ATIŞ KOLU İLE TUTARAK GERİYE ALMA:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1)Top atış eliyle (sağ veya sol) sıkıca tutulur. 2)Top başın arkasına doğru alınır. 3)Üst kol omuz ile aynı hizada olur. 4)Alt kol dirsek ekleminde 90 derecelik açı yapar. 5)Vücut hafif atış kolu yönüne döner. 6)Atış yapacak kolun tarafındaki bacak geri alınır. 						
<p>B-TOPU ELDEN ÇIKARTMA:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1)Atış kolu olmayan kol yana açılarak dengeleyici görevi görür. 2)Topu atarken vücut öne savrulma hareketi yapar. 3)Top başı geçtikten sonra elden çıkarılır. 4)Top elden çıktıktan sonra atış eli bileği aşağıya doğru bükülür. 						

KAYNAKLAR: Öğretmenin el kitabı sayfa 222. **Yazar:** Mahmut AÇAK
Yayın evi: Sezer ofset matbaacılık

BÖLÜM I

Dersin adı	Beden Eğitimi ve Spor
Sınıf	6 / B-D, 7 / C-F
Tarih	/ / 2005
Ünitenin Adı/No	Voleybol / 9
Konu / No	Asya tipi Servis / 6
Önerilen Süre	Ders Saati

BÖLÜM II

Öğrenci Kazanımları	<ol style="list-style-type: none"> 1. Temel duruş tekniğindeki pozisyonu gösterebilme. 2. Topun havaya atılışındaki kolların ve ayakların pozisyonunu gösterebilme. 3. Top havadayken uygun vücut pozisyonunu gösterebilme. 4. Topa vuruş anındaki pozisyonu doğru olarak gösterebilme. 5. Asya servis tekniğinin aşamalarını ifade edebilme. 6. Koordinasyonu geliştirici hareketleri yapabilme.
Davranışlar	Öğrencilerin kazanımlar gerçekleştirebilmeleri için yerine getirmeleri gereken davranışlar çalışma yapraklarında yer almaktadır.
Dersin İşlenişi	<ul style="list-style-type: none"> * Topsuz servis çalışması * Karşılıklı servis atma * File üstünden karşı sahaya servis atma * Tekniğine uygun ve değişik açılara servis atma.
Güvenlik Önlemleri (varsa)	Çalışma yapılacak servis alanı içinde öğrencilerin dolaşmamasına dikkat edilmelidir.
Öğretim Yöntem ve Teknikleri	<ul style="list-style-type: none"> • Komut yöntemi, Eşli Çalışma Yöntemi
Kullanılan Eğitim Teknolojileri-Araç Gereçler ve Kaynakça	<ul style="list-style-type: none"> • Voleybol Topu, file, hedef bölgesi, çalışma yaprakları <p>Mosston M, Ashworth S. (Beden Eğitimi Öğretimi) Yavaş M, İlhan A. (Beden Eğitimi ve Sporda Özel Öğretim Yöntemleri)</p>
Başlama Devresi	<ol style="list-style-type: none"> 1) Selamlama: (günaydın, iyi dersler) 2) Yoklama: (sağ baştan sayılır) 3) Düzen alıştırılmaları: <ul style="list-style-type: none"> • Genel ısınma: Düz koşular yaptırılır. Düzen alıştırılmaları yaptırılır. Derin kolda ikili ve dördü sıra olma. Uygun adım yürüyüşler. Sağa ve sola , geriye dönüşler Sol kolu ve sağ kolu öne-geriye çevirme, dizleri karına doğru çekme, ayak topuklarını kalçaya doğru çekme hareketleri yaptırılır. Baş sağa-sola, öne-geriye bükme hareketi yaptırılır. Başa sağda-solda, önde-geride tutma hareketi yaptırılır. Omuzlara ve kollara önden-geriye, geriden-öne çevirme hareketi yaptırılır. Kollara önde gergin olarak tutma hareketi yaptırılır. Bele dairesel hareketler yaptırılır. Ayaklar kapalı durumda öne esnetme hareketi yaptırılır. Ayaklar omuz genişliğinde açık, sağ ve sol ayağın üzerine esnetme hareketi yaptırılır. El ve ayak bileklerine çevirme hareketi yaptırılır. • Özel Isınma:

	<p>Sıçrayarak voleybol topunu yere çarptırmak sureti ile omuz ve bel kaslarını ısıtma El ve ayak bileklerini her iki yöne çevrilerek ısıtılması. Çift elle voleybol topunu belirli mesafedeki arkadaşına baş üstünden atarak üst kol kasları çalıştırılması.</p>
Esas Devre	<p>Teknik : Ayaklar omuz genişliğinde açık ve 45 derece sağa dönük. Dizler bükülü, ağırlık eşit olarak dengelenir, sol el topu yukarıya 15 cm atar sağ el gidebildiği kadar geriye gider , öne kısa bir adım alınır ağırlık arka ayağa aktarılır , dirsek bilek ve el düz ve topa vurana kadar kenetlenmiştir. Top el ayasına gelirken parmak uçları bükülür, topa dokunuşta yüz ve vücut hedefe dönüktür, vuruştan sonra kol hareketi salınım ı devam eder.</p> <p>Alıştırmalar : Öğrenciler birer voleybol topu alırlar ve karşılıklı sıraya geçerler, öğretmen yapılacak beceriyi öğrenciyeye gösterir. Öğrencilerin beceriyi görsel olarak anlaması sağlanır.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Voleybol sahasında file karşısında topsuz olarak hareketi yapmaya çalışır. 2. Öğrenciler karşılıklı sıraya geçerler ve topları yere vurdurarak birbirlerini atarlar. 3. Bir sonraki hareket topları avuç içleri ile vurarak karşılıklı atarlar. 4. Bu uygulamalar sonunda öğrenciler Asya tipi servisi uygulamaya başlarlar.
Bitiriş Devresi	<p>Oyun : Sınıf iki gruba ayrılır ve voleybol servis atış çizgisinde karşılıklı sıraya geçerler, her iki yarı sahada da bir hedef alan belirlenir ve Asya tipi servis atışı kullanılarak bu hedeflere isabetli atışlar yapan grup kazanır.</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Malzemelerin toplanması ➤ Selamlama ➤ Dersin bitirilmesi

BÖLÜM III

<p>Ölçme Değerlendirme:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bireysel öğrenme etkinliklerine yönelik ölçme değerlendirme. • Grupla öğrenme etkinliklerine yönelik ölçme değerlendirme • Öğrenme güclüğü olan öğrenciler ve ileri düzeyde öğrenme hızında olan öğrenciler için ek ölçme değerlendirme etkinlikleri. 	<p>* Asya tipi servis atarken, başlangıç pozisyonunda, vuruş anında ve sonrasında dikkat edilmesi gerekenler nelerdir? * Öğrencilerin bireysel olarak servis atmaları izlenerek, hataları giderilecektir. * Hareketi istenilen şekilde yapan öğrencilerden, eksiği olanlara dönüt vermeleri istenecektir.</p>
Dersin Diğer Derslerle İlişkisi	Türkçe Dersi: Okuduğunu anlama ve anlatabilme özelliğini geliştirmek için çalışma yapıları hazırlanarak uygulanır.



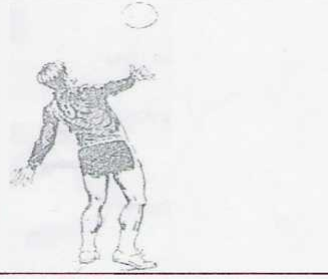
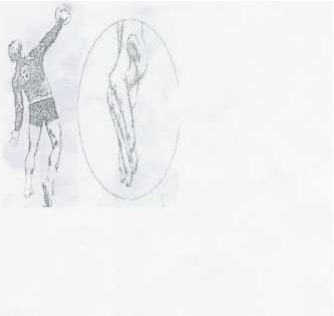
BÖLÜM IV

Planın Uygulanmasına İlişkin Açıklamalar	Verilen süre içinde ders için planlanan yöntemler uygulanmış ve herhangi bir sorun yaşanmadan istenilen amaca ulaşılmıştır.
--	---

BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENİ
İMZA

UYGUNDUR/...../.....

ADI SOYADI
OKUL MÜDÜRÜ

AÇIKLAMALAR		ŞEKİL	TEKRAR	DÖNÜT	
Temel Duruş				E	H
İSİM : SINIF : FAK.NO. : TARİH : KONU : Voleybol da asya tipi servis ÖĞRENCİYE : Voleybolda asya tipi servis konusu teknikleri ile sunulmuştur. Öğrenci standartlara uygun asya tipi servis uygularken kendisi hakkında bir takım değerlendirmeler yapar. Hareketi ölçüt çizelgesiyle karşılaştırır ve nasıl uygulayacağına karar verir. Hatalı olduğu yerlerde düzeltici hareketler yapar, gerektiğinde öğretmeninden yardım ister ve teknik düzeltildiğinde diğer harekete geçer.					
1. Ayaklar omuz genişliğinde sağa 45 derece dönük 2. Dizler bükülü 3. Ağırlık eşit olarak dengelenir 4. Top göğüs kafesinin önünde tutulur 5. Sol dirsek vücuttan 5-10 cm kadar önde 6. Sol dirsek yeri gösterir 7. Servisçi topa bakar			10 TKR.		
Topun Havaya Atılması Bu aşama üç hareket aynı anda başlar ve biter 1. Sol el topu dik bir halde iken kaldırırken 2. Sağ el geriye gider.Sol ayak öne hareket eder. 3. El olabildiğince topla hareket eder. 4. Top çevirmeden,döndürmeden atılır. 5. Atışta servisçinin kolu düzdür. 6. Top servisçinin elinden 15cm kadar yükselmelidir.			10 TKR.		
Sağ el ve sağ omuz 1.Top havaya atıldığında kol gidebildiği kadar geriye gider 2.Omuz gövde tarafından durdurulana kadar geriye gider. 3.Yüz ve omuz hedefe 90 derece açı yapar. 4.Öne kısa bir adım alınır. 5.Ağırlık arkaya aktarılır.			10 TKR.		
Vuruşta servisçi 1.Kalça ve omuzlar topa döndükçe vuruşa hazır hale gelir. 2. Ağırlık ön ayağa kayar 3. Öndeki ayak hedefe dönük ve gergindir 4. Dirsek,bilek ve el düz ve topa vurana kadar kenetlenmiştir. 5. Parmak uçları top elin ayasına gelirken bükülür. 6. Parmaklar düz ve açıktır. 7. Topa dokunuşta yüz ve vücut hedefe dönüktür. 8. Omuzlar kol ve el doğrultusu yerle 45 derece açıdadır. 9. Vuruştan sonra kol hareketine devam eder.			10 TKR.		

Kaynak: Jeff Lucas,Pass-set-crush, Çevirenler;Gonca Gülçin,Sibel Özyörük,Derleyen Reha Pekünlü, Yurttaş Mat.Bursa,1989, sf 75-88.

BÖLÜM I

Dersin adı	Beden Eğitimi ve Spor
Sınıf	6 / B-D, 7 / C-F
Tarih	/ / 2005
Ünitenin Adı/No	Futbol / 11
Konu / No	Ayak içi vuruş tekniği / 8
Önerilen Süre	Ders Saati

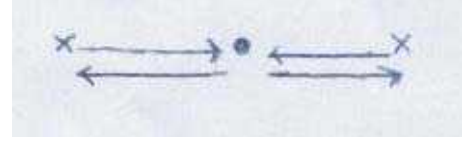
BÖLÜM II

Öğrenci Kazanımları	1. Topa vurmada önceki temel duruş pozisyonunu gösterebilme. 2. Topa buluşma aşamasındaki uygun vücut pozisyonunu gösterebilme. 3. Topa vuruş anındaki pozisyonu doğru olarak gösterebilme. 4. Ayak içi vuruş tekniğinin aşamalarını ifade edebilme. 5. Koordinasyonu geliştirici hareketleri yapabilme.
Davranışlar	Öğrencilerin kazanımlar gerçekleştirebilmeleri için yerine getirmeleri gereken davranışlar çalışma yapraklarında yer almaktadır.
Derin İşlenişi	* Topsuz ayak içi pas çalışması * Karşılıklı ayak içi pas çalışması * Değişik mesafelerde ve birden fazla topa ayak içi pas çalışması * 5'e 2 oyununda pas yapma * Her türlü yükseklik ve zorlukta gelen topları ayak içi pasla hedefe gönderme.
Güvenlik Önlemleri(varsa)	Öğrencilerin alıştırmaları yaparken birbirlerine çarpmamaları için mesafeler iyi belirlenmeli, futbol topuna sert vurmamaları için uyarılar yapılmalı ve çalışma tercihen etrafa zarar vermeyecek şekilde açık alanda yapılmalıdır.
Öğretim Yöntem ve Teknikleri (sunuş – buluş)	Komut yöntemi, Eşli Çalışma Yöntemi
Kullanılan Eğitim Teknolojileri-Araç Gereçler ve Kaynakça	Futbol Topu (15 adet), kale, huni veya dikme Mosston M, Ashworth S. (Beden Eğitimi Öğretimi) Yavaş M, İlhan A. (Beden Eğitimi ve Sporda Özel Öğretim Yöntemleri)
Başlama Devresi	1. Öğrenciler geniş kolda sıraya geçirilir, 2. Yoklama yapılır, 3. Selamlaşma yapılır, 4. Öğrencilere ders hakkında bilgi verilir. 5. Düzen alıştırmaları yaptırılır.(rahat-hazır ol,yerinde sağa-sola dönüşler,yürüyüş esnasında dönüşler) 6. Genel ısınma : • Spor salonunda hafif tempolu 2 tur (jogging) ,2 tur tempolu koşu yaptırılır. • Koşarken diz çekme,kolları öne geri çevirme hareketi yaptırılır., • Genel jimnastik hareketleri (başı öne-geri çevirme,omuzları öne-geri çevirme,bele dairesel hareketler yaptırma, ayak ve bacakları esnetme)yaptırılır. 7. Özel ısınma : • El ve ayak bileklerinin ısıtılması • Bele ait egzersiz hareketlerinin tekrarlanması Dizlerin içe-dışa açma-germe hareketinin yaptırılması.
Esas Devre	Futbolda ayak içi pas tekniği öğrencilere anlatılır.Topa kısa adımlarla düz koşu ile gelinir.Destek ayağı topun bir ayak genişliği kadar yanında durur.Ayak içi topun gideceği yere bakar.Ayak geriden gelirken,kalçadan dışa doğru 90 derece çevrilirken ayak içi hedefi gösterir.Topa istenilen vuruşun yapılması için kuvvet uygulanır.Topa vurduktan sonra,vuruş ayağı salınıma devam eder ve vücut hafifçe geriye doğru bükülür.

ALİŞTIRMALAR:

Alıştırmalar komut yöntemiyle yapılır. Öğrenciler ikişerli olur, her ikilide bir top bulunur.

1. Karşılıklı geçen ikilinin tam ortasına top konur. Öğrenciler sırayla öğretmenin komutuyla topa yaklaşma koşusu yaparak destek ayaklarını topun yanına koyarak orada kalırlar. Bu alıştırmayı önce grupların sağ tarafındaki sonrada soldaki öğrenciler yapar. (5 dk.)



2. İkililer komutla destek koşusunu yaparak topa hafifçe vururlar. Eşler bu alıştırmayı da yine sırayla yapar. (10dk.)



3. Eşlerden biri topu önüne alır ve azıcık geriye çıkararak eşine yerden ayak içi pas verir. Gelen topu diğer eş ayağıyla tutar ve komutla eşine geri ayak içi pas olarak verir. (10dk)



4. Eşler topu durdurmadan yerden karşılıklı ayak içi pas yaparlar. Alıştırmaya öğretmenin komutuyla başlarlar. (5dk.)



5. Aynı alıştırma eşlerin arasındaki mesafe genişletilerek yapılır. (5dk.)

**Bitiriş
Devresi**

Oyun: Sınıf iki eşit gruba ayrılır. Tek kale maç yapılır. Kaleci olmaz. Bütün paslar ayak içi pas olmak zorundadır. Hatalı pas yapan oyundan çıkar. Süre belirlenir. Kaybeden grup öğrencileri topları toplar. Öğrenciler geniş kolda tek sıraya geçerler. Sağ baştan sayılarak yoklama alınır. İyi günler sözüyle öğrenciler dağılır.

Selamlama (sağ baştan sayılır.)
Dersin bitirilmesi

BÖLÜM III

<p>Ölçme Değerlendirme:</p> <ul style="list-style-type: none">• Bireysel öğrenme etkinliklerine yönelik ölçme değerlendirme.• Grupla öğrenme etkinliklerine yönelik ölçme değerlendirme• Öğrenme güçlüğü olan öğrenciler ve ileri düzeyde öğrenme hızında olan öğrenciler için ek ölçme değerlendirme etkinlikleri.	<p>* Ayak içi pas verirken, başlangıç pozisyonunda, vuruş anında ve sonrasında dikkat edilmesi gerekenler nelerdir? * Öğrencilerin 4-5'li gruplar halinde değişik pozisyonlarda manşet pas yapmaları izlenerek, hataları giderilecektir. * Hareketi istenilen şekilde yapan öğrencilerden, eksiği olanlara dönüt vermeleri istenecektir.</p>
Dersin Diğer Derslerle İlişkisi	Türkçe: Çalışma yapraklarının doğru şekilde okunup anlaşılması.

BÖLÜM IV

Planın Uygulanmasına İlişkin Açıklamalar	Verilen süre içinde ders için planlanan yöntemler uygulanmış ve herhangi bir sorun yaşanmadan istenilen amaca ulaşılmıştır.
--	---

BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENİ
ADI SOYADI

UYGUNDUR/...../.....
İMZA

OKUL MÜDÜRÜ

İSİM :	YÖNTEM : EŞLİ ÇALIŞMAYÖNTEMİ
SINIF:	ÇALIŞMA YAPRAĞI : 2
FAK.NO:	
TARİH:	

FUTBOLDA AYAK İÇİ VURUŞ

ÖĞRENCİYE: Futbolda ayak içi vuruş tekniğinin daha iyi uygulanabilmesi için bir alıştırma yöntemi seçilmiştir. Sınıfın çık kalabalık olması ve zaman sorunu olduğunda öğrenci çalışma yaprağına yönlendirilir. Öğretmen uygulamaya alıştırma yöntemi ile devam edeceğini söyleyerek sınıfın eşleşmesini ister. Öğrencilerin yöntemdeki görevlerini hatırlatır, beceriyi geliştirmek amacı ile yaptırılacak alıştırmaları gösterir ve belirlenen süre içinde uygulamayı başlatır.

ACIKLAMALAR:	ŞEKİL	SÜRE	DÖNÜT
<ol style="list-style-type: none"> 1. Ayaklar omuz genişliğinde açık 2. Dizler bükülü 3. Ağırlık eşit olarak dengelenir 4. Top vücudun önünde durur 5. Sağ ayak toptan bir adım kadar geriye alınır 6. Sol ayak karşıyı gösterir 7. Uygulayıcının bakışı topadır. 		5 dakika	
<p>Topla buluşma aşaması</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Sol ayak topa hamle yaparken 2. Sağ ayak toptan bir adım geride destek bacağı olarak yerleştirilir 3. Vücut dizden esnetilir 4. Top destek ayağının gösterdiği yöne atılır 5. Vuruşta uygulayıcının vuruş bacağı kalçadan kilitlenmiştir. 6. Top karşıya yerden gönderilmelidir. 		5 dakika	
<p>Vuruşta uygulayıcı</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Kalça ve omuzlar topa dönüktür 2. Ağırlık destek ayağındadır. 3. Destek ayağı hedefe dönük ve dizden bükülüdür 4. Diz, kalça, ayak bileği topa vurana kadar kilitlenmiştir. 5. Topa ayak parmak ucu ve topuk arasında bulunan kısımla vurulur. 6. Vuruştan sonra ayak salınımına devam eder. 7. Destek ayağı sabittir. 8. Savurma bacağı arkadan öne doğru salınım yapar. 9. Vücut topun gideceği yöne doğru dönüktür. 		5 dakika	

KAYNAK: Futbolda teknik ve teknik antrenman uygulamaları. (AHMET APAYDIN)

KİŞİSEL BİLGİ FORMU**EK 18**

1. Adı-Soyadı:.....Okulu:.....Bölümü:.....Sınıfı:.....
2. Cinsiyet: ()Kız Erkek () Yaşınız: Kilonuz:..... Boyunuz:.....
3. Daha önce Beden Eğitimi dersi dışında herhangi bir spor çalışması, kurs veya kampa katıldınız mı?
()EVET ()HAYIR
4. Cevabınız evet ise açıklayınız:.....
5. Herhangi bir spor dalında lisansınız var mı, varsa branşınız?.....
6. Cevabınız evet ise lisans düzeyiniz: ()Okul Lisansı ()Kulüp Lisansı
7. Bir spor etkinliğine katılmak ister miydiniz? ()EVET ()HAYIR
8. Yaşamınızın büyük bir bölümünü geçirdiğiniz yerleşim birimi:
()Büyük Şehir ()Küçük Şehir ()İlçe ()Köy
9. Ailenizdeki birey sayısı? ()3-4 ()5-6 ()7-8 ()Daha fazla
10. Çalışıyorsa annenizin maaşı?
()Çalışmıyor ()200 Milyondan az ()200-400 Milyon arası
()400-600 Milyon arası ()600-900 Milyon arası ()900 Milyondan fazla
11. Çalışıyorsa babanızın maaşı?
()Çalışmıyor ()200 Milyondan az ()200-400 Milyon arası
()400-600 Milyon arası ()600-900 Milyon arası ()900 Milyondan fazla
12. Bir ayda tüm aile fertleriyle birlikte evinize giren toplam para miktarı:
.....
13. Anne-babanızın size karşı tutumu?
()Baskıcı (Kuralcı) ()Arkadaşça (Ölçülü) ()Şiddetli ()İlgisiz

SOSYAL YETKİNLİK BEKLENTİSİ ÖLÇEĞİ

Bütün cümleleri atlamadan okuyunuz ve acele etmeden HEPSİNİ içtenlikle yanıtlayınız. Her cümle için sadece bir yanıt vereceksiniz. Lütfen aynı cümleye birden fazla yanıt vermeyiniz.

ÖRNEK CÜMLE	HER ZAMAN	BAZEN	HİÇBİR ZAMAN
1.Okulda yapılacak bir eğlenceyi düzenlemek için gönüllü olabilirim		X	

CÜMLELER	HER ZAMAN	BAZEN	HİÇBİR ZAMAN
1.Okulda yapılacak bir eğlenceyi düzenlemek için gönüllü olabilirim			
2.Sinemaya gitmeyi planlayan bir grup arkadaşta katılma isteğinde bulunabilirim.			
3.Yardıma ihtiyacım olduğunda telefonla öğretmenimi arayabilirim.			
4.Okullar arası spor karşılaşmaları için okulumuza gelen öğrencilere yardımcı olacak gruba katılabilirim.			
5.Öğretmenin sorduğu soruya yanıt vermek için gönüllü parmak kaldırabilirim.			
6.Okuldaki bir eğlenceye beraber gitmek için kız-erkek arkadaşımı davet edebilirim.			

CÜMLELER	HER ZAMAN	BAZEN	HİÇBİR ZAMAN
7.Arkadaşlarıma hafta sonu piknik yapmak istediğimi söyleyebilirim.			
8.Ders arasında sınıfta fıkra anlatabilirim.			
9.Hafta sonu arkadaşlarımla birlikte pastaneye gidebilirim.			
10.Sınıfta kitap almak için para toplamayı üstlenebilirim.			
11.Öğretmene söylenecek konularda önderlik edebilirim.			
12.Hafta sonunu geçirmesi için herhangi bir arkadaşımı evimize davet edebilirim.			
13.Sınıfa yeni gelen öğrenciye kendimi tanıtabilirim.			
14. Bir kız-erkek arkadaşımı sinemaya gitmek için davet edebilirim.			
15.Bir arkadaşıma doğum günü hediyesi alama işini üstlenebilirim.			
16.Hastalanan bir arkadaşımı ziyaret edebilirim.			
17.Sınıfta dersle ilgili yapılan karşılıklı okumaya katılabilirim.			
18.Üzüntülü olduğumda dinlemesi için bir arkadaşımdan yardım isteyebilirim.			
19.Üzülen bir arkadaşımı teselli edebilirim.			
20.Arkadaşlarla yaz kamplarına katılabilirim.			
21.Derslerde gönüllü olarak tahtaya kalkabilirim.			
22.Karşı cinsle dostluk kurabilirim.			
23.Ders arasında okul bahçesinde oyun oynayan gruba katılabilirim.			
24.Gönüllü olarak sınıfta şiir okuyabilirim.			
25.Karşı cinsten bir arkadaşıma güzel görüdüğünü söyleyebilirim.			
26.Öğretmenin koyduğu bir kurala karşı fikrimi söyleyebilirim.			
27.Öğretmenlerle sınıfta dışında sohbet edebilirim.			

KAYNAKLAR

1. GÖKÇE E. İlköğretimde aktif öğrenme sürecine ilişkin öğrenci ve öğretmen görüşleri. Akdeniz Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 1: 53-64, 2004.
2. HESAPÇIOĞLU M. Öğretim ilke ve yöntemleri, Beta Basım Yayım Dağıtım, İstanbul, sayfa 29-31, 69, 144, 255, 1994
3. ÖZDEN Y. Öğrenme ve Öğretme, Pegem A Yayıncılık, ANKARA, 1998.
4. SENEMOĞLU N. Gelişim, öğrenme ve öğretim, kuramdan uygulamaya, Özsen Matbaası Ltd. Şti, ANKARA, sayfa 235-236, 1998.
5. ERDEN M, AKMAN Y. Gelişim ve öğrenme, 5. Basım, Arkadaş Yayınevi, Ankara, sayfa 65, 247, 2001.
6. KIRANBAĞLI M. Beden eğitimi öğretmenlerinin el kitabı, Optimal Eğitim Yayınları, İstanbul, sayfa 16-23, 58, 1995.
7. FİDAN N, ERDEN M. Eğitime giriş, Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi, Ankara, sayfa 18-24, 100, 1994.
8. KARASÜLEYMANOĞLU A. Yeni boyutlarıyla spor, 4. Baskı, Ozan Dağıtım, Aşama Ofset, Ankara, sayfa 32, 1995.
9. TURGUT İ. Bedenim ve zihnim. Eğitim Kurumlarında Beden Eğitimi ve Spor 2. Ulusal Sempozyumu, M.E.Basımevi, Ankara, sayfa 39, 1994.
10. MİRZEOĞLU N. Spor bilimlerine giriş, Bağırhan Yayımevi, ANKARA, sayfa 25-84, 131-135,151, 2003
11. ORHUN A. Pedagojik ve felsefi temelleri ile beden eğitiminden hareket eğitimine, BOLU, sayfa 11, 1999.
12. ÖZTÜRK F, KUTER M. Antrenör ve sporcu el kitabı, Bağırhan Yayımevi, 2. baskı, Spor Kitabevi, ANKARA, sayfa 36, 1999.
13. YAYLACI F. Ortaöğretim kademesinde spor bölümünü seçen öğrencilerin niteliklerinin incelenmesi. II. Ulusal Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Sempozyumu, Ak mat Matbaacılık, Bursa, sayfa 183, 2001.
14. KILCIGİL E. Sosyal çevre-spor ilişkileri, Bağırhan Yayımevi, Spor Kitabevi, Ankara, sayfa 2-16, 22-54, 1998.
15. ERKAL ME. Sosyolojik açıdan spor, Filiz Kitabevi, Formül Matbaası, İstanbul, sayfa 89, 137, 1992.
16. BAĞIRHAN T. Spor bilimlerinde beden eğitimi ve spor ikilemi. Spor Bilimleri 2. Ulusal Kongresi Bildirileri, Spor Bilimleri ve Teknolojisi Yüksekokulu Yayını No: 3, ANKARA, sayfa 189-198, 1992.
17. SELÇUK H. Beden eğitimi temel bilgileri, Ders Kitapları Anonim Şirketi, İstanbul, sayfa 10-13, 1984.
18. ZÜLKADİROĞLU Z. 11-13 yaş grubu bireylerde temel jimnastik çalışmalarının, sosyal yetkinlik beklentisi üzerine etkisi, Çukurova Üniversitesi Doktora Tezi, Adana, 2002.
19. BİLEN M. Plandan uygulamaya öğretim, Aydan Web Tesisleri, Ankara, sayfa 6-7, 1996.
20. SABAN A. Öğrenme öğretme süreci, Nobel Yayın Dağıtım, İstanbul, sayfa 126-137, 185-214, 2000.
21. DEMİRHAN G. Beden eğitimi ve sporda öğretme-öğrenme etkinlikleri ve felsefe, Spor Bilimleri Dergisi, Hacettepe Journal Of Sport Sciences, Ankara, (8), 1, sayfa 4-16, 1997.

22. YAVAŞ M, İLHAN A. Beden eğitimi ve sporda özel öğretim yöntemleri, 2. Baskı, Melisa Matbaacılık, Bursa, sayfa 26, 44-50, 1997.
23. MOSSTON M, ASHWORTH S. Beden eğitimi öğretimi, Çeviren: TÜZEMEN E, Bağırçan Yayınevi, Ankara, sayfa 15-30, 76-97, 2000.
24. İLHAN A, YAVAŞ M. Beden eğitimi ve sporda özel öğretim yöntemleri ders notları, sayfa 44-50, Bursa, 2002.
25. ÇÖNDÜ A. Beden eğitimi ve sporda özel öğretim yöntemleri, Star Ofset, Nobel Yayın Dağıtım, Ankara, sayfa 6-46, 90-118, 1999.
26. SELÇUK Z. Gelişim ve öğrenme, 7. baskı, Nobel Yayın Dağıtım, Ankara, sayfa 17-24, 81,124-125,221-223, 2000.
27. ÇAMLIYER H, ÇAMLIYER H. Eğitim bütünlüğü içinde çocuk hareket eğitimi ve oyun, sayfa 4, 19-25, 39-41, 77-83,122, 1997.
28. ARACI H. Okullarda beden eğitimi, 3. baskı, Nobel Yayın Dağıtım, Ankara, sayfa 5-10, 25-34, 2001.
29. YAMANER F. Beden eğitimi ve sporda temel ilkeler, Hünkar Ofset, Ekin Kitapevi, Bursa, sayfa 3-7, 10-14, 65-71, 2001.
30. SIEDENTOP D, TANNEHILL D. Developing teaching skills in physical education, 4th edition, Mayfield Publishing Company, page 59, 280-296, 2000.
31. AYSAN F, HARMANLI Z. Yaşam doyumunu yordamada yaşam uyumu, özyeterlik ve başa çıkma stratejileri, VII. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi Bildiri Özetleri, İnönü Üniversitesi, Peget Yayıncılık, MALATYA, sayfa 93, 2003.
32. BİLGİN M. Grup rehberliğinin sosyal yetkinlik beklentisi üzerindeki etkisine yönelik deneysel bir çalışma, Doktora tezi, Çukurova Üniversitesi, Eğitim Fakültesi Dergisi, 5: 47, 1997.
33. EDWARDS R. The effects of performance standarts on behavior patterns and motor skill achievement in children, Journal of Teaching In Physical Education, page 7, 90-102, 1988.
34. BAUMANN S. Uygulamalı spor psikolojisi, Çeviren: İKİZLER HC, ÖZCAN AO. Alfa Basım Yayım Dağıtım, İstanbul, sayfa 24, 1994.
35. EROL S. Bursa Nilüfer İlçesi ilköğretim okullarındaki öğrenci velilerinin beden eğitimi ve spora bakış açılarının İncelenmesi. III. Ulusal Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Olimpik Eğitim ve Spor Kültürü Sempozyumu, Uludağ Üniversitesi, Bursa, sayfa 33, 2003.
36. FİDAN N. Eğitim psikolojisi, Okulda öğrenme ve öğretme, Alkım Yayınevi, Ankara, sayfa 2-12, 168-178, 1996.
37. BOZTEPE H. İlköğretim çağındaki çocukların bedensel ve sosyal gelişmelerinde beden eğitimi ve sporun önemi. Eğitim Kurumlarında Beden Eğitimi ve Spor II. Ulusal Sempozyumu, Manisa, sayfa 361-365, 1993.
38. KOÇ Ş, ÇOBANOĞLU Y. İlköğretimde beden eğitimi derslerinin uygulamasında sınıf öğretmenlerinin görüşlerine ilişkin bir araştırma. Eğitim Kurumlarında Beden Eğitimi ve Spor II. Ulusal Sempozyumu, Manisa, sayfa 369-371, 1993.
39. DUMAN S, İNAL AN, TAŞĞIN Ö. Özel eğitim sınıflarında uygulanan beden eğitimi dersi öğretim programının öğretmen görüşleriyle değerlendirilmesi. III. Ulusal Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Olimpik Eğitim ve Spor Kültürü Sempozyumu, Uludağ Üniversitesi, Bursa, sayfa 176, 2003.
40. HARMANDAR İH. Beden eğitimi ve sporda özel öğretim yöntemleri, Nobel Yayın Dağıtım, Ankara, sayfa 3-21, 67-83, 2004.

41. DEMİREL Ö. Genel öğretim yöntemleri, Usem Yayınları:11, Ankara, sayfa 1-3, 33-42, 45-52, 1995.
42. KASAP H. Spor kültürünün oluşmasında beden eğitimi öğretmeninin önemi ve katkıları. III. Ulusal Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Olimpik Eğitim ve Spor Kültürü Sempozyumu, Uludağ Üniversitesi, Bursa, sayfa 90-91, 2003.
43. KEMERTAŞ İ. Uygulamalı genel öğretim yöntemleri, 2. Baskı, Birsen Yayımevi, İstanbul, sayfa 9-41, 50-153, 1997.
44. GEZGİN MF, AMMAN MT. Temel eğitimde yararlılık açısından spor olgusu. Eğitim Kurumlarında Beden Eğitimi ve Spor II. Ulusal Sempozyumu, Manisa, sayfa 234-237, 1993.
45. İlkokullarda beden eğitimi, T.C. Gençlik ve Spor Bakanlığı Eğitim Genel Müdürlüğü Yayınları: 4, Başbakanlık Basımevi, Ankara, sayfa 5-11, 1973.
46. MOORE KD. Öğretim becerileri, Çeviren: KAYA N, Bursa, sayfa 6, 58-63.
47. KÜÇÜKAHMET L. Eğitim programları ve öğretim, 8. baskı, Gazi Kitapevi, Ankara, sayfa 12-15, 35, 60-93, 224-233, 1997.
48. ÖZMEN Ö. Çağdaş sporda eğitim üçgeni, 2. baskı, Bağırhan Yayımevi, Ankara, sayfa 12,26-30, 1999.
49. ÖNDER NK. Öğretimde program, ilke ve yöntemler, Arı Basımevi, sayfa 19-35, 1986.
50. BALCIOĞLU B, ÖZBEK A, SUNGUR N. Beden eğitimi ve spor öğretmenliği öğrencilerinin değer sistemleri ve sorun çözmedeki yeterliliklerinin incelenmesi. III. Ulusal Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Olimpik Eğitim ve Spor Kültürü Sempozyumu, Uludağ Üniversitesi, Bursa, sayfa 13-20, 2003.
51. SÖNMEZ T. SUNAY H. Ankaradaki ortaöğretim kurumlarında uygulanan beden eğitimi ve spor dersinin etkinliği üzerine bir araştırma. II. Ulusal Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Sempozyumu, Uludağ Üniversitesi, Bursa, sayfa 105-106, 2001.
52. TURGUT İ. Bedenim ve zihnim. Eğitim Kurumlarında Beden Eğitimi ve Spor II. Ulusal Sempozyumu, Manisa, sayfa 39-45, 1993.
53. HÜSEYİNOĞLU H. Eğitim alanlarının, sosyal çevrenin fizyolojik ve psikolojik unsurlarının beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin yetiştirilmesindeki önemi. II. Ulusal Sempozyumu, Manisa, sayfa 35-38, 1993.
54. TOKER F, ERDEN S. Ortaöğretim kurumlarında beden eğitimi ve spor alanı derslerinin ders geçme ve kredi yönetmeliğine göre Bursa ilindeki uygulanışı üzerine bir araştırma. Eğitim Kurumlarında Beden Eğitimi ve Spor II. Ulusal Sempozyumu, Manisa, sayfa 326-331, 1993.
55. DEMİRHAN G. Dünyada beden eğitimi öğretmeni yetiştirme. II. Ulusal Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Sempozyumu, Uludağ Üniversitesi, Bursa, sayfa 20-24, 2001.
56. KOLAYIŞ H, TAŞKIRAN Y. Beden eğitimi öğretmenin yetenek seçimindeki rolü. II. Ulusal Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Sempozyumu, Uludağ Üniversitesi, Bursa, sayfa 161-164, 2001.
57. GÜLLÜ M, KORUCU G. İlköğretim ikinci kademe öğrencilerinin beden eğitimi derslerine ilişkin görüşlerinin incelenmesi. 4. Ulusal Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Sempozyumu, Uludağ Üniversitesi, Bursa, sayfa 395-397, 2005.
58. ÖZŞAKER M, ORHUN A. İlköğretim okullarında beden eğitimi dersinin amaç ve içeriğine ilişkin sorunlar. 4. Ulusal Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Sempozyumu, Uludağ Üniversitesi, Bursa, sayfa 103-105, 2005.
59. TEKİN M, DEMİR B, TAŞGIN Ö. Beden eğitimi ve spor öğrencilerinin çeşitli değişkenler açısından lise öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersine karşı

- göstermiş oldukları tutum ve görüşlere etkisi. 4. Ulusal Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Sempozyumu, Uludağ Üniversitesi, Bursa, sayfa 412-420, 2005.
60. TIRYAKI Ş, ÇOLAKOĞLU M ve ark. Liselerde ders geçme ve kredi sisteminde spor alanının görünümü üzerine bir inceleme. Eğitim Kurumlarında Beden Eğitimi ve Spor II. Ulusal Sempozyumu, Manisa, sayfa 318, 1993.
 61. SUNAY H, GÜNDÜZ N. Ortaöğretim kurumlarında uygulanan beden eğitimi ve spor derslerine ilişkin amaçların gerçekleşme düzeyleri ile öncelikleri üzerine bir araştırma. II. Ulusal Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Sempozyumu, Uludağ Üniversitesi, Bursa, sayfa 75-77, 2001.
 62. EROL S, ARABACI R, ACAR ZA. Bursa Nilüfer İlçesi ilköğretim okullarındaki öğrenci velilerinin beden eğitimi ve spora bakış açılarının incelenmesi. III. Ulusal Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Olimpik Eğitim ve Spor Kültürü Sempozyumu, Uludağ Üniversitesi, Bursa, sayfa 33-34, 2003.
 63. ÖZMADEN M, ÖZMADEN B. Türkiye’ de beden eğitimi ve spor çalışmaları (Türkiye İdman Cemiyeti İttifakı Dönemi ve öncesi gelişmeler). 4. Ulusal Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Sempozyumu, Uludağ Üniversitesi, Bursa, sayfa 421, 2005.
 64. ZORBA E. Yaşam boyu spor, 1.baskı, Marmara Yayın Dağıtım, İstanbul, sayfa 8,9, 2004.
 65. DEMİRHAN G, COŞKUN H, ALTAY F. Beden eğitimi derslerinin işlenmesinde ortaya çıkan eksikliklere ilişkin görüşler. III. Ulusal Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Olimpik Eğitim ve Spor Kültürü Sempozyumu, Uludağ Üniversitesi, Bursa, sayfa 216, 2003.
 66. KOÇ Ş. Değişik kesimlerin okul beden eğitimi konusundaki görüş ve değerlendirmelerine ilişkin bir araştırma. Eğitim Kurumlarında Beden Eğitimi ve Spor II. Ulusal Sempozyumu, Manisa, sayfa 438-449, 1993.
 67. BAŞÖZ G, ÖZDEMİR E. İlköğretimde, yaratıcı drama yöntemi ile yapılan beden eğitimi dersleri ile diğer yöntemlerle yapılan beden eğitimi derslerinde öğrenci tutumlarının karşılaştırılması. 7. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, Antalya, sayfa 113, 2002.
 68. PEHLİVAN Z, ÜNSAL S. Beden eğitimi öğretmenlerinin öğretmen adayları tarafından gözlem sonuçlarının analizi. III. Ulusal Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Olimpik Eğitim ve Spor Kültürü Sempozyumu, Uludağ Üniversitesi, Bursa, sayfa 98-99, 2003.
 69. TEKİN M, DEMİR B, TAŞĞIN Ö. Beden eğitimi ve spor öğrencilerinin çeşitli değişkenler açısından lise öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersine karşı göstermiş oldukları tutum ve görüşlere etkisi. 4. Ulusal Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Sempozyumu, Uludağ Üniversitesi, Bursa, sayfa 412-420, 2005.
 70. PEHLİVAN Z, İlköğretimde beden eğitimi öğretmeni yetiştirme. II. Ulusal Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Sempozyumu, Bursa, Uludağ Üniversitesi, sayfa 115-116, 2001.
 71. BARRETT T. Effects of cooperative learning on the performance of six grade physical education students. Journal of Teaching in Physical Education, 24: 88-102, 2005.
 72. KÜÇÜKAHMET L. Öğretim ilke ve yöntemleri, Alkim Yayınları, İstanbul, sayfa 30, 51-72, 1998.
 73. KORKMAZ NH, İLHAN A, YAVAŞ M. Beden eğitimi derslerinde çalışma yapraklarının kullanılma nedenleri. 4. Ulusal Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Sempozyumu, Uludağ Üniversitesi, Bursa, sayfa 462-465, 2005.

74. PEHLİVAN Z, ALDEMİR G. Beden eğitimi öğretmeni yetiştirmede drama tekniğinin kullanılması. II. Ulusal Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Sempozyumu, Uludağ Üniversitesi,Bursa, sayfa 309, 2001.
75. MOSSTON M, ASHWORTH A. Teaching physical education, fifth edition, Benjamin Cummings, page 76-91, 116-136, 2002.
76. İLHAN A. Beden eğitimi ve sporda özel öğretim yöntemleri, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Ders Notları, Bursa, 2002.
77. GRİNESKİ S. Beden eğitiminde işbirliğiyle öğrenme, Çeviren: YENİÇERİ S, Volkan Matbaası, İstanbul, sayfa 18-25, 2002.
78. RINK JE. Teaching physical education for learning, 3rd edition, WCB Mc Graw Hill, University of South Carolina, page 287-291, 1998.
79. PEHLİVAN Z, ALKAN G. İşbirlikli öğretim yönteminin öğrencinin duyuşsal özellik ve motor beceri alanlarındaki erişü düzeyine etkisi. 7. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, Antalya, sayfa 24, 2002.
80. GÖMLEKSİZ MN, ONUR E. İngilizce öğreniminde işbirlikli öğrenme yönteminin öğrenci başarısı üzerine etkisi. Milli Eğitim Dergisi, 166: 182-199,Bahar, 2005.
81. AKKÖK F. İlköğretimde sosyal becerilerin geliştirilmesi öğretmen el kitabı, 2.Baskı, Özgür Yayınları, İstanbul, sayfa 19-21, 1999.
82. BİLGİN M. 14-18 yaş grubu ergenlere yönelik sosyal yetkinlik beklentisi ölçeği geliştirilme çalışması. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, cilt II, sayı 12, sayfa 7-15, 1999.
83. BANDURA A. Self-efficacy, toward a unifying theory of behavioral change. Psychological Review, 84, 2: 191-215, 1977.
84. BALTAŞ A. Duygusal yetkinlikler rehberi. Kaynak Dergisi, Baltaş-Baltaş Yönetim, Eğitim Ve Danışmanlık Merkezi Yayını, sayı 9, 2002.
85. RUIZ AS, CID FV. Interactive effect of self-efficacy and incentive value on peripheral physiological reactivity in the performance of a cognitive task. Psychology in Spain, vol. 1, 1: 156-165, 1997.
86. BROWN BL. Self-efficacy beliefs and career development. Adult Career and Vocational Education Columbus OH, Eric Digest No, 205, 1999.
87. LORSBACH AW, JINKS JL. Self-efficacy theory and learning environment research. Science Education Department of Curriculum and Instruction, Illinois State University, vol. 2: 157-167, 1999.
88. ÖZTÜRK F, KOPARAN Ş, ÖZKAYA G. Bursa ili 9-13 yaş grubu raket sporcularının sosyal yetkinlik beklentisi puanlarının karşılaştırılması. II. Raket Sporları Sempozyumu, Kocaeli, sayfa 125-130, 2005.
89. RYAN GJ, DZEWALTOWSKI DA. Comparing the relationships between different types of self-efficacy and physical activity in youth. Health Education and Behaviour, Thousand Oaks, vol. 29, issue 4, page 491, 2002.
90. ÖZTÜRK F, KOPARAN Ş, EFE M. Yaz spor çalışmalarının 14-16 yaş grubu bireylerin sosyal yetkinlik beklentisi ve atılganlık durumlarına etkisi. X. Ulusal Spor Hekimliği Kongresi, İzmir, sayfa 101, 2005.
91. STORY M, STEVENS J, EVANS MC, JUHAER CE, GITTELSON J, GOING SB, CLAY TE, MURRAY DM. Weight loss attempts and attitudes toward body size, eating and physical activity in American Indian Children: Relationship to weight status and gender, Obesity Research, 9; 356-363, 2001.
92. TILLER D. Self efficacy in college students, Psychology Research, psy 302, Missouri Western State College, December 3, 1995.

93. MONTCALM DM. Applying Bandura's theory of self-efficacy to the teaching of research. *Journal of Teaching in Social Work*, vol. 19, issue: ½, page 93-107, 2000.
94. SPENCE, JC., BLANCHARD, C. (2001). Effects Of Pretesting on Feeling States And Self-Efficacy in Acute Exercise, *Research Quarterly For Exercise and Sport.*; 72(3):310-314.
95. ALLISON MJ, KELLER C. Self-efficacy intervention effect on physical activity in older adults. *Western Journal of Nursing Research*, Beverly Hills, vol. 26, issue 1, page 31, 2004.
96. ÖZER CÇ, TETİK O. Teniste raketle top sektirme becerisinin öğretiminde komut ve katılım yöntemlerinin performansına etkisi. Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri ve Teknolojisi Yüksekokulu Spor Eğitimi Anabilim Dalı, Yayınlanmamış Bitirme Projesi, Ankara, 2003
97. WILSON SL. The effects of two teaching styles of children's skill performance and tasks analysis ability. *Dissertation Abstracts*, International University of Virginia, vol. 58, 12: 4597-A, 1998.
98. SUNAY H, GÜNDÜZ N, DOLAŞIR S. Beden eğitimi ve spor öğretmeni adaylarına voleybol temel tekniklerinin öğretiminde uygulanan farklı öğretim yöntemlerinin etkisi. 7. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, Antalya, sayfa 73, 2002.
99. CAI SX. Effects of three teaching styles in college student mood states, enjoyment of physical activity and attitude toward teaching. *Dissertation Abstracts*, International University of Arkansas, vol. 56, 7: 2065-A, 1996.
100. MOORE RE. Effects of the use of two different teaching styles on motor skill acquisition of 5th grade students. *Dissertation Abstracts*, International East Texas State University, vol. 57, 7: 2940-A, 1997.
101. SILVERMAN S. Research on teaching in physical education. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, vol. 62, 4: 352-364, 1991.
102. CHANG CH, CHEN CS. The effects of Mosston's reciprocal style on elementary students' learning in physical education. The 46th ICHPER-SD Anniversary World Congress, İstanbul, sayfa 568, 2005.
103. KARAKAYA V, DEMİRHAN G, DURSUN Z. Cimnastikte çember öğretiminde komut ve alıştırtma yöntemlerinin erişiyeye etkisi. II. Ulusal Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Sempozyumu, Uludağ Üniversitesi, Bursa, sayfa 322-325, 2001.
104. DEMİRHAN G, COŞKUN H, ALTAY F. Farklı öğretim yöntem ve tekniklerinin beden eğitimi derslerinde kullanılma düzeylerine ilişkin görüşler. III. Ulusal Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Olimpik Eğitim ve Spor Kültürü Sempozyumu, Uludağ Üniversitesi, Bursa, sayfa 108-115, 2003.
105. KASAP H. Spor eğitiminde rekabetçi, bireysel ve işbirliği yaklaşımları. II. Ulusal Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Sempozyumu, Uludağ Üniversitesi, Bursa, sayfa 49, 2001.
106. ŞİRİN EF, BOZKURT İ. İlköğretim okullarında görev yapan sınıf öğretmenlerinin beden eğitimi dersi ile ilgili tutum ve uygulamaları. 4. Ulusal Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Sempozyumu, Uludağ Üniversitesi, Bursa, sayfa 96, 2005.

TEŞEKKÜR

Yüksek lisans tezi olarak hazırladığım bu çalışmada öncelikle benim ikinci bir üniversite okumama ilham kaynağı olan, bunu başarabileceğime beni inandıran ve her zamanengin bilgileriyle bizleri aydınlatan emekli öğretim üyesi Sn. Prof. Dr. Mustafa DURAK'a, ve yine aynı konuda beni hep destekleyen insanlar arasında sayabileceğim bölümümüzün değerli hocalarından rahmetli Yrd. Doç. Dr. Fevzi TOKER'e, bu zor günlerimde yardımlarını benden esirgemeyen ve tezimin bitirme aşamasında danışmanlığımı üstlenen Bölüm Başkanımız Sn. Prof. Dr. Füsun Öztürk KUTER'e, Bölüm Başkan Yardımcımız Sn. Yrd. Doç. Dr. Nimet H. KORKMAZ'a, değerli hocalarımdan Sn. Şenay Koparan ŞAHİN'e, benim gibi bilim için çabalayan fakat benden bir basamak daha üstte olan doktora öğrencisi arkadaşım Sn. Mehmet EFE'ye, yüksek lisans kader arkadaşım Sn. Kemal AKAR'a, istatistik analizleri sırasında başını çok ağrıttığım Biyoistatistik Anabilim Dalı Araştırma Görevlisi Sn. Güven Özkaya'ya, tezimle ilgili olarak Bısaş İlköğretim Okulunda çalışmama olanak sağladıklarından dolayı Bısaş İlköğretim Okulu Müdürü Sn. Abdullah SAFCI'ya, Beden Eğitimi Öğretmenleri Sn. Okşan GİRGİN ve Nalan GÖZÜ'ye, Ankara'da kaynak araştırmalarımada bana çok yardımcı olan H.Ü. Spor Bilimleri ve Teknolojisi Yüksekokulu Yüksek Lisans öğrencisi Sn. Deniz HÜNÜK'e ve onu tanımamı sağlayan Sn. Hayriye ÇAKIR'a, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü öğrenci işleri sorumlularından Sn. Hasan SÖZER'e ve Sn. Yaşar ÖZER'e, Sağlık Bilimleri Enstitüsü öğrenci işlerinde her sıkıntımıza çözüm yolları arayıp bulan Sn. Yusuf AKGÜN'e, bölümümüzdeki fotokopi işlemlerimizi anında halleden Sn. Recep KÜÇÜK'e, tezimi teslim etmeden önce arızalanan bilgisayarımdeki yazdığım tüm bilgilere beni tekrar kavuşturan çok değerli arkadaşım Sn. Ümit DOĞRU'ya, araştırma önerisinin hazırlanmasından itibaren danışmanlığıma atanan, fakat daha sonra emekli olan birinci danışmanım Sn. Atilla İLHAN'a ve Atilla Hocayla birbirlerine hep "Ortak" diye hitap eden, daha sonra danışmanlığıma atanan, ama çok kısa bir süre sonra emekli olan Sn. Yrd. Doç. Dr. Mehmet YAVAŞ'a ve;

hayatım boyunca, her zaman, her yerde ve her şekilde bana maddi ve manevi destek olan sevgili Babam Ömer ŞENİŞİK ile Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi Spor Hekimliğinde doktor olan canım Kardeşim Seçkin ŞENİŞİK'a, son olarak da her zor anımda yanımda olduğunu bildiğim, cennetteki meleklerin en güzeli olduğuna inandığım BİRİCİK ANNEM'e sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Yalçın ŞENİŞİK

ÖZGEÇMİŞ

26. 01. 1977 tarihinde Bursa' nın Gemlik ilçesinde dünyaya geldim. İlkokulu, Gemlik Şehit Cemal İlköğretim Okulunda okuduktan sonra, kolej sınavlarında İstanbul Özel Ortadoğu Lisesini kazandım. Orta son sınıfa kadar İstanbul'da okuduktan sonra Bursa Anadolu Lisesine nakil yaptım. Liseyi burada tamamladım. Aktif olarak sporla uğraştığım için bir süre öğrenimime ara verdim. 1998 senesinde Uludağ Eğitim Fakültesine bağlı Beden Eğitimi ve Spor Bölümü sınavlarında başarılı olarak, burada okumaya hak kazandım. Birinci sınıfın sonunda eğitim fakültesi içinde başka bir bölümde daha okumak isteyenler için açılan yan alan ve çift alan diploma programına başvurarak İngilizce Öğretmenliği Bölümünde okuma şansını yakaladım. 2002 senesinde Beden Eğitimi ve Spor Bölümünden 3.18'lik diploma notuyla mezun oldum. 2003 senesi bahar döneminde açılan Yüksek Lisans sınavını kazanarak, kendi bölümümde yüksek lisans öğrencisi olma hakkını elde ettim. 2004 senesi güz dönemi sonunda yarım dönem uzamak zorunda kalan İngilizce Öğretmenliği bölümünden de mezun oldum. Hemen iki hafta sonrasında Milli Eğitim Bakanlığının ara dönem için yaptığı öğretmen atamalarına başvurarak Sakarya'nın Kocaali İlçesi Çok Programlı Lisesinde İngilizce Öğretmeni olarak göreve başladım. Halen Görükle Akşemsettin İlköğretim Okulunda İngilizce öğretmeni olarak görev yapmaktayım. Ayrıca 2000 senesinden bu yana Bursa Kültür, Sanat ve Turizm Vakfının düzenlediği Altın Karagöz Halk Dansları Yarışmasında yabancı ekiplerin rehberliğini yapmaktayım. Bir çok kez de, ülkemizi temsil etmek amacıyla yurt dışında yapılan uluslar arası halk oyunları festivallerine hem dansçı hem de rehber olarak katıldım. Şu ana kadar hedeflerimin çoğuna ulaştım. Amacım iyi bir akademisyen olabilmek. Bunu için de sonuna kadar elimden gelen gayreti göstereceğim.

Yalçın ŞENİŞİK