

BEDEN EĞİTİMİ DERSLERİNİN ÇOCUKLARDA SEÇİLMİŞ MOTORİK ÖZELLİKLER ÜZERİNE ETKİSİ

Hürmüz KOÇ* Ali TEKİN**

*Erciyes Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı

**Muğla Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı

Özet

Bu çalışma, ilköğretimde uygulanan beden eğitimi dersinin seçilmiş motorik özellikler üzerindeki etkisini belirlemek amacıyla yapıldı. Çalışmaya, haftada 2 saat düzenli olarak beden eğitimi derslerini uygulamalı olarak katılan (G₁) ve katılmayan (G₂) ilköğretim 1. kademesinde okuyan 138 öğrenci gönüllü olarak katıldı. Çalışmaya katılan gönüllülerin fiziksel ölçümler ile esneklik, kol hareket hızı, denge, durarak uzun atlama, kol kuvveti, mekik ve sürat gibi motorik özellikler ölçüldü. Grupların karşılaştırılmasında bağımsız gruplarda student t testi uygulandı. Çalışma sonucunda gruplar arası fark 1. sınıfta boy uzunluğu ve durarak uzun atlama G₁ grubu, kol kuvveti ise G₂ grubu, 2. Sınıfta yaş G₁ grubu, 3. sınıfta denge G₁ grubu, kol hareket hızı, kol kuvveti ve sürat ise G₂ grubu lehine anlamlı bulundu. Sonuç olarak, beden eğitimi programının temel amaçları arasında yer alan hareket becerilerinin kazanılması ve geliştirilmesi, haftada düzenli olarak uygulanan beden eğitimi dersinin sıklığına ve nitelikli beden eğitimi öğretmenine bağlı olduğunu düşünmekteyiz.

Anahtar kelimeler: Beden Eğitimi, İlköğretim, Motorik Özellikler

EFFECT OF PHYSICAL EDUCATION COURSES ON SOME CERTAIN MOTORIC FEATURES OF CHILDREN

Abstract

This study carried out to determine the effect of physical education courses on some certain motoric features of primary education. The 138 volunteer students who participated (G₁) and not participated in (G₂) physical education courses 2 hours a week took part in the study. Motoric performances of all subjects such as flexibility, arm movement speed, balance, long jump, arm strength and velocity were measured. For comparison, the student t test was used for independent groups. The differences in height and long jump were significant in 1st grade, and balance in 3rd grade students. As a result, we think that providing and maintaining the movement skills which take place among the basic aims of physical education courses is based on the frequency of these courses a week.

Key words: Physical Education, Primary Education, Motoric Features

GİRİŞ

İlköğretimde sekiz yıl boyunca uygulanan beden eğitimi dersleri özellikle ilköğretimin 1. kademesinde oyunlar şeklinde uygulanmaktadır. Oyun kavramının temelinde de hareket becerilerinin kazanılması vardır. İnsan yaşamını daha sağlıklı ve nitelikli şekilde sürdürebilmek için harekete etmeye ihtiyaç duyar (Temel ve Avşar, 2009). Beden eğitimi, kişinin fiziksel hareketlere katılmak suretiyle davranışlarında kasıtlı olarak beden eğitimin amaçlarına uygun bedensel, duygusal, sosyal ve zihinsel değişim meydana getirme sürecidir (Tamer ve Pulur, 2001). Genel eğitimin tamamlayıcısı ve ayrılmaz bir parçası olan beden eğitimi, organizmanın bütünlüğü ilkesine dayalı olarak çocukların bedensel gelişimi, hareket becerilerinin gelişimi, sinir kas koordinasyon gelişimi, kişisel ve sosyal uyum sağlaması (kişiliğin eğitimi) açısından son derece önemlidir (Bucher ve Koenig, 1983; Harmandar, 2004). Beden Eğitimi, vücut ve yapı fonksiyonunu geliştirmeyi, eklem ve kasların kontrolü ve dengeli bir biçimde gelişmesini sağlamayı, okul çağı sonrası iş ve sosyal faaliyetlerin süresi

içinde harcanan fiziki gücü en ekonomik şekilde kullanmayı, dolayısıyla organların kontrolü, metotlu bir şekilde hareket etmesini öğreten bir faaliyet sistemidir (Haywood, 1989). Hareket eğitimi çocuğun lokomotor ve denge hareket yeteneklerini geliştirir. Aynı zamanda bu temel eğitim çocuğun fiziksel uygunluk, algısal - motor gelişim, sosyal-duygusal gelişim, öğrenme kapasitesinin geliştirilmesi ve serbest zaman olumlu ve iyi yönde kullanma alışkanlıklarının kazandırılmasına büyük katkılar sağlar (Çamlıyer, 1999).

İlköğretim büyümenin ve beden gelişiminin en hızlı olduğu dönemdir. İlköğretim eğitim bakımından çok fazla önem taşıdığı gibi, fizyolojik gelişim devrelerini etkilemekte ve çocuğun hem fiziksel gelişiminde hem de sosyal davranışlarında çok önemli süreçler olarak karşımıza çıkmaktadır (Gülüm,2008).

İlköğretim müfredat programında yer alan beden eğitimi derslerinin uygulamasında amacına ulaşmadığına dair çalışmaların bulunmasına (Topyaka,1995; Koçak ve Kartal,2003) rağmen, amacına ulaştığını belirten çalışmalarda (Yenal ve ark, 1996; Mamak ve ark, 2010) mevcuttur. Beden eğitimi, temel hareket bilgi ve becerileri, yer değiştirme hareketleri, dengeleme hareketleri, nesne kontrolü gerektiren hareketler ve bunların bir arada kullanıldığı birleştirilmiş hareketleri içermektedir. Bu becerilerin temelde 1,2 ve 3. sınıflar içinde gelişmesi beklenmektedir (Temel ve Avşar, 2009).

Bu çalışma, ilköğretim birinci kademesinde yer alan 1.2.ve 3. sınıfta (7,8 ve 9 yaş) uygulanan beden eğitimi derslerinin seçilmiş motorik özellikler üzerindeki etkisini belirlemek amacıyla yapıldı.

YÖNTEM

Çalışmaya ilköğretim birinci kademesinde 1. 2. ve 3. sınıf okuyan öğrenciler gönüllü olarak katıldı. Çalışmaya 1. sınıftan 40, 2. sınıftan 51 ve 3. sınıftan 47 olmak üzere toplam 138 erkek öğrenci iştirak etti. Çalışmaya katılan 1. 2.ve 3. sınıflarda haftada 2 saat düzenli olarak beden eğitimi derslerini işleyen şubedeki öğrenciler G_1 grubunu, düzenli olarak beden eğitimi dersini işlemeyen şubedeki öğrenciler ise G_2 grubunu oluşturdu. Çalışmaya katılan gönüllülerin boy uzunluğu ve vücut ağırlığı gibi fiziksel ölçümler ile esneklik, kol hareket hızı, denge, durarak uzun atlama, kol kuvveti, mekik ve sürat gibi motorik özellikler ölçüldü(Şipal, 1989).

Gönüllülerin yaşlarının belirlenmesinde kimlik bilgisi esas alındı. Boyları metre ile ölçülerek cm cinsinden, vücut ağırlığı elektronik baskül ile ölçülerek kg cinsinden kaydedildi. Deneğin esnekliğini ölçmek için otur - uzan testi uygulandı. Esneklik ölçümü için esneklik sehpası kullanıldı. Denek mümkün olduğu kadar vücudunu öne doğru esneterek en uzak

noktada 1-2 sn. bekledi ve bu nokta test sonucu olarak kaydedildi. Kol hareket süratini ölçmek için disklere dokunma testi uygulandı. 80 cm mesafeye yerleştirilen 20 cm. çapında iki A ve B plastik disklere denek dominant olan eli ile mümkün olan hızla 25 defa dokundu. Deneğin 25 dokunuş yapmasından sonra zaman durduruldu ve elde edilen değer test sonucu olarak kaydedildi. Vücut dengesini ölçmek için flamingo denge testi uygulandı. 50 cm. uzunluğunda, 4 cm. yüksekliğinde ve 3 cm. genişliğinde demir kullanıldı. Denek denge demiri üzerinde, bir dakika durabilmek için gereken deneme sayısı test sonucu olarak kaydedildi. Durarak uzun atlama testi için deneklerin ayakları bitişik ve ayak parmak uçları sıçrama çizgisinin gerisinde olacak şekilde durdu, dizlerini bükerek kolların ikisini de geriye doğru sallayarak, öne doğru mümkün olduğu kadar uzağa atladı. İki deneme yapılarak en iyi değer kaydedildi. Deneklerin karın kas dayanıklılığını ölçmek için mekik ölçümü yapıldı. Denek hareketi yapmak için, sırt üstü yatarak, ellerini ensede birleştirip, dizlerini karnına doğru çekip dizler 90 derece pozisyonda, ayak tabanı tamamen minderde olacak şekilde hazır hale geldi. Yukarıya doğru kalkarken, dirsekleri öne doğru getirerek dizlere dokundu. 30 saniyelik süre içerisinde bu hareketi mümkün olan hızla yaparak hareket sayısı test sonucu olarak kaydedildi. Deneklerin kol kuvvetini ölçmek için barda bükülü kol ile asılma testi yapıldı. Denek barfiks altında durarak, düz tutuşla (pençe tutuşu) omuz genişliğinde barfiks demirini tuttu. Kendini yukarıya, çenenin barfiks üstüne çıkana kadar çekti. Bu pozisyonu, çene barfiks dayamadan, mümkün olduğu kadar uzun süre devam ettirdi. Test pozisyonunu muhafaza edemeyip, gözlerini barfiks hizasına indiği anda test sona erdirildi. Süre sn cinsinden kayıt edildi. Sürat salonda belirlenen 30 metrelik mesafede kronometre yardımı ile ölçüldü. Testler iki defa tekrarlanarak en iyi derece test sonucu olarak kaydedildi.

Verilerin analizinde SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) paket programı kullanıldı. Verilerin normal dağılım gösterip göstermediği One-Sample Kolmogorov-Smirnov testi ile test edildi ve verilerin normal dağılım gösterdiği tespit edildi. Ölçüm sonuçları, ortalama (\bar{X}) ve standart sapma (SS) olarak sunuldu. Grupların karşılaştırılmasında bağımsız gruplarda student t testi kullanıldı. $P < 0.05$ değeri anlamlı kabul edildi.

BULGULAR

Tablo 1. 1. Sınıfa Ait Fiziksel ve Motorik Özellikler

Değişkenler	Grup	$\bar{X} \pm SS$	p
Yaş (yıl)	G ₁ (n=19)	7.05±0.22	p>0.05
	G ₂ (n=21)	7.09±0.30	
Boy (cm)	G ₁ (n=19)	122.57±4.77	P<0.05
	G ₂ (n=21)	119.61±3.72	
Kilo (kg)	G ₁ (n=19)	23.94±3.43	p>0.05
	G ₂ (n=21)	22.80±3.72	
Denge (dk/adet)	G ₁ (n=19)	13.78±4.90	p>0.05

Kol Hareket Hızı (sn)	G ₂ (n=21)	12.95±4.21	p>0.05
	G ₁ (n=19)	18.94±3.37	
Esneklik (cm)	G ₂ (n=21)	19.19±3.91	p>0.05
	G ₁ (n=19)	20.94±4.69	
Durarak Uzun Atlama (cm)	G ₂ (n=21)	20.33±3.97	P<0.001
	G ₁ (n=19)	117.73±8.88	
Mekik (sn/adet)	G ₂ (n=21)	110.57±7.40	p>0.05
	G ₁ (n=19)	12.52±3.43	
Kol Kuvveti (sn)	G ₂ (n=21)	14.47±3.45	P<0.05
	G ₁ (n=19)	20.42±13.20	
Sürat (sn)	G ₂ (n=21)	32.47±15.60	p>0.05
	G ₁ (n=19)	6.70±0.50	
	G ₂ (n=21)	6.77±0.72	

Tablo 2. 2. Sınıfa Ait Fiziksel ve Motorik Özellikler

Değişkenler	Grup	$\bar{X} \pm SS$	p
Yaş (yıl)	G ₁ (n=26)	8.50±0.58	P<0.05
	G ₂ (n=25)	8.16±0.47	
Boy (cm)	G ₁ (n=26)	129.23±4.99	p>0.05
	G ₂ (n=25)	127.64±5.99	
Kilo (kg)	G ₁ (n=26)	26.92±5.62	p>0.05
	G ₂ (n=25)	27.20±5.816	
Denge (dk/adet)	G ₁ (n=26)	3.73±2.45	p>0.05
	G ₂ (n=25)	4.84±2.13	
Kol Hareket Hızı (sn)	G ₁ (n=26)	15.15±1.78	p>0.05
	G ₂ (n=25)	15.96±2.07	
Esneklik (cm)	G ₁ (n=26)	20.07±3.57	p>0.05
	G ₂ (n=25)	19.12±3.85	
Durarak Uzun Atlama (cm)	G ₁ (n=26)	121.50±15.26	p>0.05
	G ₂ (n=25)	124.40±11.16	
Mekik (sn/adet)	G ₁ (n=26)	18.038±3.30	p>0.05
	G ₂ (n=25)	17.76±4.05	
Kol Kuvveti (sn)	G ₁ (n=26)	18.34±13.88	p>0.05
	G ₂ (n=25)	12.20±8.64	
Sürat (sn)	G ₁ (n=26)	6.08±0.75	p>0.05
	G ₂ (n=25)	5.92±0.86	

Tablo 3. 3. Sınıfa Ait Fiziksel ve Motorik Özellikler

Değişkenler	Grup	$\bar{X} \pm SS$	P
Yaş (yıl)	G ₁ (n=23)	9.39±0.65	p>0.05
	G ₂ (n=24)	9.33±0.48	
Boy (cm)	G ₁ (n=23)	132.91±5.73	p>0.05
	G ₂ (n=24)	133.04±5.03	
Kilo (kg)	G ₁ (n=23)	30.39±5.96	p>0.05
	G ₂ (n=24)	29.45±4.02	
Denge (dk/adet)	G ₁ (n=23)	4.04±0.20	P<0.001
	G ₂ (n=24)	7.20±3.84	
Kol Hareket Hızı (sn)	G ₁ (n=23)	14.60±2.29	P<0.001
	G ₂ (n=24)	12.33±1.97	
Esneklik (cm)	G ₁ (n=23)	19.52±4.06	p>0.05
	G ₂ (n=24)	17.79±1.55	
Durarak Uzun Atlama (cm)	G ₁ (n=23)	113.91±17.73	p>0.05
	G ₂ (n=24)	118.41±11.20	
Mekik (sn/adet)	G ₁ (n=23)	17.47±4.39	p>0.05
	G ₂ (n=24)	15.95±2.49	
Kol Kuvveti (sn)	G ₁ (n=23)	9.91±10.66	P<0.001
	G ₂ (n=24)	25.66±16.90	
Sürat (sn)	G ₁ (n=23)	6.47±1.03	P<0.001
	G ₂ (n=24)	4.87±0.79	

Tablolar incelendiğinde çalışmaya katılan 1. 2. ve 3. sınıflarda haftada 2 saat düzenli olarak beden eğitimi derslerini işleyen öğrenciler (G_1) ile düzenli olarak beden eğitimi dersi işlemeyen öğrenciler (G_2) arasındaki farklar tespit edildi. Çalışma sonucunda G_1 ve G_2 grubundaki öğrenciler arasındaki fark, 1. sınıfta boy uzunluğu ve durarak uzun atlama G_1 grubu, kol kuvveti ise G_2 grubu, 2. Sınıfta yaş G_1 grubu, 3. sınıfta denge G_1 grubu, kol hareket hızı, kol kuvveti ve sürat ise G_2 gurubu lehine anlamlı olduğu görüldü.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Beden eğitimi, temel hareket bilgi ve becerileri, yer değiştirme hareketleri, dengeleme hareketleri, nesne kontrolü gerektiren hareketler ve bunların bir arda kullanıldığı birleştirilmiş hareketleri içermektedir. Bu becerilerin temelde 1, 2 ve 3. sınıflar (7, 8 ve 9 yaş) içinde gelişmesi beklenmektedir (Temel ve Avşar, 2009). Bizim bulgularımızda elde edilen değerlere bakıldığında değişimlerin sadece beden eğitiminde uygulanan fiziksel aktiviteye bağlı olmadığı, yaşa ve ders dışı fiziksel aktivitelere bağlı olduğu görülmektedir. Çünkü anlamlı değişimlerin ilköğretim 1. ve 2. sınıftaki çocuklarda daha az, 3. sınıftaki çocuklarda ise daha fazla olduğu, aynı zamanda bazı motorik özelliklerin G_2 grubundaki çocukların lehine olduğu görüldü. Koçak ve Kartal (2003), yaptıkları çalışmada ilköğretim okullarında uygulanan müfredat programındaki beden eğitimi derslerinin öğrencinin fiziksel gelişimine olan etkisini araştırmışlar ve araştırma sonucunda uygulanmakta olan beden eğitimi ders etkinliklerinin istenen ölçüde öğrencilerin fiziksel uygunluklarında anlamlı gelişmelere yol açmadığını belirtmişlerdir. Bu çalışma bizim bulgularımızı desteklemektedir. 8-10 yaş dönemindeki çocuklar, gelişim dönemlerinden son çocukluk dönemi içerisinde bulunmakta olup, psikomotor gelişim dönemi sporla ilişkili hareketler evresinde yer almaktadır. Bu döneme ait bedensel yapıdaki değişim, çocuğun bedenini daha iyi tanmasına ve kullanmasına imkan sağlar. Dolayısıyla çocuk koordinasyon ile kontrol gerektiren becerilerde büyük aşama kaydeder (Gökmen ve ark, 1995).

İmamoğlu ve arkadaşları (2002), fiziksel aktivite ve beden eğitimi dersine katılım süresi faktörlerine bağlı olarak öğrencilerin fiziksel uygunluk düzeylerinin karşılaştırılması amacı ile yaptıkları çalışma, Bolu il merkezinden 172, Köln il merkezinden 156 öğrenciyi Eurofit test bataryasında değerlendirmişler derlendirme sonucunda, Köln deki öğrencilerin fiziksel becerilerde daha başarılı olduklarını belirtmişler ve bunun sebebini de, beden eğitimi dersleri ve serbest zaman etkinliklerinin nicelik ve nitelik açısından daha iyi olduğunu belirtmişlerdir. Bayrakdar ve arkadaşları (2010), 7-11 yaş arası kız çocukların fiziksel aktivite düzeyleri ve vücut kompozisyonlarını inceledikleri çalışmalarında, kız çocukların fiziksel

aktivite düzeylerinin diğer ülke çocuklarına oranla daha düşük olduğunu belirtmişlerdir. Bunun sebebinin diğer ülkelerin fiziksel aktivite alışkanlığının çocukluk çağlarda kazandırıldığını, bizim ülkemizde ise fiziksel aktiviteye yönelik beden eğitimi dersinin haftalık ders saatinin düşük olması ve bu sebepten dolayı fiziksel aktivite düzeyinin diğer ülkelerde yaşayan çocuklara oranla daha düşük çıktığı belirtmişlerdir. Tanyeri (2001), düzenli oyun ve beden eğitimi yapan çocukların kemik ve kas dokusu yapılarındaki gelişmeye bağlı olarak büyümeye karşı uyarıcı sonuçlar doğurduğu, çocuk gelişimi açısından önemli sayılan oyun ve beden eğitiminin, eğitimin ilk basamağı olan ilköğretimde ki önemini belirtmiştir.

Düzenli olarak yapılan fiziksel aktiviteler çocuk gelişimi açısından önemlidir. Bu alanda yapılan çalışmalara bakıldığında düzenli olarak fiziksel aktivitelere katılan çocuklar ile katılmayan çocukların arasında farkların olduğu belirtilmiştir. Yetiştirme yurdunda barınan 7-11 yaş arası kız ve erkek çocuklara yaptırılan rekreasyon etkinliklerinin vücut % yağ değerlerine etkisini araştırmışlar ve çalışma sonucunda yetiştirme yurdunda barınan çocuklara yaptırılan rekreasyon aktivitelerinin vücut yağ yüzdelerinde azalmaya neden olduğunu belirtmişlerdir (Kuşnel ve ark, 2010). Uygun ve arkadaşları (2010), 8-12 yaşları arasındaki düzenli spor yapan ve yapmayan çocuklarda yaşam kalitesini incelemişler. Düzenli antrenman yapan ve yapmayan kızların, sağlığını ve aktivitelerini hakkında, duygularını hakkında, diğerleri ile benim aramda sorularına verilen cevaplarda farklar kız grupları arasında anlamlı fark bulunmaz iken, erkekler arasında anlamlı fark bulunmuştur. Alpay ve arkadaşları (2008), 11-14 yaş gurubundaki spor yapan ve yapmayan çocuklarda yaptıkları çalışmada spor yapan grupta nabızın ve kan basınçlarının düşük, vital ve zorlu vital kapasitenin yüksek olduğunu belirtmişlerdir. Yetkin ve arkadaşları (2008), ilköğretim birinci sınıf öğrencilerinin el-göz koordinasyonu ve reaksiyon sürelerinin on iki hafta ve haftada bir gün bir ders saati yapılan halkoyunları çalışmasından ne derece etkilendiğini belirlemek amacı ile yaptıkları çalışmalarında, deney gurubunda ön-son test değerlerinde anlamlı sonuçlar bulduklarını belirtmişlerdir. İlhan (2010), özel eğitim alan 9-11 yaş aralığında olan 16 hafif derecede zihinsel yetersizliği olan çocuklarda beden eğitimi ve spor aktivitelerinin nevroitik sorun düzeylerine etkisi araştırmış ve uygulama sonucunda, beden eğitimi ve spor etkinliklerinin, zihinsel engelli çocuklarda sosyal, duygusal, fiziksel, zihinsel ve hareket genel gelişimine hizmet ettiğini belirtmişlerdir. Bu sonuçlarda gösteriyor ki düzenli olarak uygulanan fiziksel aktiviteler çocukların fiziksel, fizyolojik, psikolojik, sosyolojik ve motorik özellikler yönünden gelişimine katkı sağlamaktadır.

Asıl beden eğitimi okul öncesi dönemde başlatılmalıdır. Çünkü okul öncesi dönemde beden eğitimi önemli ve kritik bir bölümü içermektedir. Bu dönem çocuklara sağlanacak

deneyimlerle elde edilecek temel bilgi, beceri ve alışkanlıkların kazandırılması, çocuğun ilköğretimde motor gelişim, fiziksel büyüme ve merkezi sinir sisteminin gelişimine paralel olarak organizmanın isteme bağlı hareketlilik kazanmasında etkili olacaktır (Yalçınkaya ve ark, 2010). Okul öncesi eğitsel oyunlar motor becerilerin geliştirilmesinde önemli bir fırsattır (Aytaç, 2003). Çocukluk döneminde oyun etkinliklerine katılan çocukların, ilköğretim döneminde hareket becerilerinin kazanılmasında daha başarılı olduğu (Gray, 2003) ve ileriki yaşlarda daha sağlıklı ve bilinçli olacağı (Jimmy, 2003) belirtilmiştir.

Sonuç olarak, hareket becerilerinin kazanılmasında ve geliştirilmesinde temel etkenin, çocuğun haftada düzenli olarak katıldığı beden eğitimi dersinin sıklığına ve nitelikli beden eğitimi öğretmenine bağlı olduğunu düşünmekteyiz. İlköğretim müfredat programında yer alan beden eğitimi dersinin amacına ulaşmasında, branş hocalarının eksikliği, beden eğitimi derslerinde başka derslerin işlendiği, spor tesisi ve malzeme eksikliği gibi faktörlerin engel teşkil ettiğini düşünmekteyiz.

ÖNERİLER

Bu çalışma sonucunda sunulacak öneriler ise, mevcut beden eğitimi dersi müfredat programı incelendiğinde, bu programın ortaöğretime yönelik olduğu görülmektedir. Oysaki beden eğitimi öğretmenleri farklı yaş gruplarında ve farklı okullarda görev yapmaktadırlar. Bu noktadan bakıldığında beden eğitimi ve spor bölümlerindeki müfredat programlarının okul öncesi, ilköğretim, ortaöğretim ve engellilerde beden eğitimi olarak işlerlik kazandırılması gerekmektedir.

Beden eğitimi ve spor yüksekokullarına bağlı beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü yeni bir yapıya kavuşturulmalı, bu yeni yapıda beden eğitimi öğretmenliği okul öncesi, ilköğretim, ortaöğretim ve engellilerde beden eğitimi olarak düzenlenmelidir. *Okul öncesi beden eğitimi öğretmenliği müfredat programı*, eğitsel oyunlar, egzersiz yoluyla çocuğun gelişimin ve hareketle öğrenmeyi içermelidir. *İlköğretim beden eğitimi öğretmenliği programı*, çocukların buldukları yaş itibariyle branşlara yönelme yaşını içermektedir. Bu noktadan bakıldığında bu bölüme ait müfredat programının yetenek seçimi ve branşlara yönlendirme yani branşlara ait becerinin gelişimini içermelidir. *Ortaöğretim beden eğitimi öğretmenliği müfredat programı*, bireysel ve takım sporlarına ait teknik becerilerin üst düzeye çıkarılmasına yönelik öğretim yöntemlerini ve ilkelerini içermelidir. *Engelliler beden eğitimi öğretmenliği müfredat programı* ise, engelli gruplara göre farklılık göstermeli, daha çok oyun formatında eğitime dayanan bir programı içermelidir.

Beden eğitimi dersleri ve serbest zaman etkinliklerinin nicelik ve nitelik açısından daha iyi değerlendirilmesi gerekmektedir. Beden eğitimi derslerinin haftalık ders saatleri

artırılarak, beden eğitimi öğretmenleri liderliğinde uygun tesis ve malzemeler kullanılarak işlenmesi gerekir.

KAYNAKLAR

Alpay B, Altuğ K, Hazar S, (2008). İlköğretim Okul Takımlarında Yer Alan 11-13 Yaş Grubu Öğrencilerin Bazı Solunum ve Dolaşım Parametrelerinin Spor Yapmayan Öğrencilerle Karşılaştırılarak Değerlendirilmesi. Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi 8 (17): 22-29.

Aytaç Ü, (2003). Çocukta Hareket, Oyun Gelişimi ve Öğretimi, Açık Öğretim Fakültesi Okul Öncesi Öğretmenliği Lisans Programı, Web-Ofset Tesisleri, Eskişehir.

Bayrakdar A, Saygın Ö, (2010). 7-11 Yaş Arası Kız Çocukların Fiziksel Aktivite Düzeyleri ve Vücut Kompozisyonlarının İncelenmesi. 11.Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, 10-12 Kasım, Antalya.

Bucher CA, Koenig CR, (1983). Method and Material for Secondary School Physical Education. Saint Louis: The C.V. Mossey Company.

Çamlıyer H, (1999). Eğitim Bütünlüğü İçinde Çocuk Hareket Eğitimi ve Oyun. Can Ofset Basım, İzmir.

Gökmen H, Karagül T, Aşçı FH, (1995). Psikomotor Gelişim, GSGM Yayın No: 139 Ankara.

Gray Ty-Am, Judy O, (2003). Physical Education Recreation and Dance. 74(6) : 52.

Gülüm V, (2008). Adana İlindeki Beden Eğitimi Öğretmenlerinin İlköğretim Okullarında Uygulanmakta Olan Beden Eğitimi Öğretim Programına Yönelik Görüşlerinin Değerlendirilmesi. Çukurova Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi.

Harmandar, İH, (2004). Beden Eğitimi ve Sporda Özel öğretim Yöntemleri. Nobel Yayın Dağıtım, Ankara.

Haywood KM, (1989). Life Span Motor Development. Champaing Human Kinetics. Pub Inc.

İlhan EL, (2010). Hafif Derecede Zihinsel Yetersizliği Olan Çocuklarda Beden Eğitimi ve Spor Aktivitelerinin Nevrotik Sorun Düzeylerine Etkisi. 11.Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi 10-12 Kasım, Antalya.

İmamoğlu O, Çoknaz H, (2002). İlköğretim Programlarında Yer Alan Beden Eğitimi Dersleri ile Öğrencilerin Fiziksel Gelişimlerinin Araştırılması. Atatürk Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi (atabesbd). 4 (2) : 5-11.

Jimmy A, (2003). Participation in Extracurricular Physical in Middle Schools. 74(4) : 10.

- Koçak S, Kartal A, (2003). İlköğretim Öğrencilerinin Bir Öğretim Döneminde Fiziksel Uygunluk Gelişimindeki Değişimin İncelenmesi. Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 8 (1) : 53-60.
- Kurşunel M, Cesur E, Aydın M, Meriç Bingül B, (2010). Yetiştirme Yurdunda Barınan Çocuklara Yaptırılan Rekreasyon Etkinliklerinin % Yağ Oranlarına Etkisinin Araştırılması 3. Ulusal Spor Bilimleri Öğrenci Kongresi 19-20 Mayıs Çanakkale.
- Mamak H, Koç H, Pepe K, (2010). 8 Yıllık Kesintisiz İlköğretim Okullarında Beden Eğitimi ve Spor Derslerinin Amaçlarına Ulaşma Düzeyi (Konya İli Uygulaması). Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi, 12 (2): 120–133.
- Şipal MC, (1989). Eurofit Bedensel Yetenek Testleri El Kitabı. T.C. Başbakanlık G.S.G.M Dış İlişkiler Dairesi Başkanlığı Yayını, Yayın No 78. Ankara.
- Tamer K, Pulur A, (2001). Beden Eğitimi ve Sporda Öğretim Yöntemleri. Ada Matbaacılık Lit. Şik. Ankara.
- Tanyeri,Y, (2001). İlköğretim I, II, III. ve IV, V. Sınıflarında Beden ve Oyun Eğitimine Verilen Önem. Atatürk Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi (atabesbd)1 (4) :154-156.
- Temel C, Avşar P, (2009). İlköğretim Beden Eğitimi Dersi 1-8. Sınıflar Öğretmen Kılavuz Kitabı. M.E.B. Devlet Kitapları İkinci Baskı Saray Matbaacılık, Ankara.
- Topyaka I, (1995). Ortaöğretimde Beden Eğitimi ve Spor Müfredatı Sorunları ve Yeni yaklaşımlar. Marmara Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi.
- Uygun C, Şahin G, Gözaydın G, (2010). Çocuklarda Düzenli Spor Alışkanlığının Yaşam Kalitesine Etkisi 3. Ulusal Spor Bilimleri Öğrenci Kongresi 19-20 Mayıs Çanakkale.
- Yalçinkaya G, Serbes Ş, (2010). Okulöncesi Dönem (36-72 Aylık) Çocukların Motor Performanslarının Değerlendirilmesi 3. Ulusal Spor Bilimleri Öğrenci Kongresi 19-20 Mayıs Çanakkale.
- Yenal HT, Çamlıyer H, Saraçoğlu AS, (1999). İlköğretim İkinci Devre Çocuklarında Beden Eğitimi ve Spor Etkinliklerinin Motor Beceri ve Yetenekler Üzerine Etkisi. Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi 8 (3) : 15-24.
- Yetkin MK, Kayapınar FÇ, (2008). On İki Haftalık Halk Oyunları Eğitiminin İlköğretim Birinci Sınıf Öğrencilerinin El-göz Koordinasyonları ve Reaksiyon Sürelerine Etkisinin Değerlendirilmesi. Atatürk Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi (atabesbd) 10 (4) : 60 – 70.