



12. ULUSLARARASI BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLİĞİ Kongresi



ÖĞRENEN ÖĞRETMEN

KONGRE BİLDİRİ KİTAPÇIĞI



25 - 27 EKİM

2024

YER:

Bursa Uludağ Üniversitesi
Prof. Dr. M.Mete Cengiz
Kültür Merkezi

WWW.ULUDAG.EDU.TR/ULUBESOK





12th

INTERNATIONAL PHYSICAL EDUCATION
AND SPORTS TEACHING



Congress

THE LEARNING TEACHER

CONGRESS PROCEEDING BOOK



OCTOBER 25th - 27th

2024

VENUE:

Bursa Uludağ University,
Prof. Dr. M.Mete Cengiz
Cultural Center

WWW.ULUDAG.EDU.TR/ULUBESOK



12. Uluslararası Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Kongresi
12th International Physical Education And Sports Teaching Congress

25-27 Ekim 2024 / October 25th- 27th, 2024 – Bursa, Türkiye



12. Uluslararası Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Kongresi

12th International Physical Education and Sports Congress



12. ULUSLARARASI BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLİĞİ Kongresi

ÖĞRENEN ÖĞRETMEN



Değerli Meslektaşlarımız;

Türkiye Beden Eğitimi Öğretmenleri Derneği (TÜBED) misyonuyla düzenlenen Uluslararası Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Kongresiyle 2000-2001 yıllarında başlayan ev sahipliği deneyimlerimizle, Bursa Uludağ Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü organizasyonu ile geleneksel rotamızı sürdürmekten memnuniyet duyuyoruz. Güncel bilgilerin paylaşımının ve akademik bilgi tabanının genişletilmesinin hedeflendiği bu kongre serisi, 2024 yılında 12. Uluslararası Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Kongresi'yle devam ediyor.

TÜBED olarak, ülkemizdeki araştırmacıları, akademisyenleri ve beden eğitimi öğretmenlerini bir araya getirerek, yeni bilimsel bulguların ve yöntemlerin paylaşılmasına öncülük etmeyi hedefliyoruz. Uluslararası düzeydeki benzer kongrelerdeki çalışmaların yanı sıra eğitim modellerinin adaptasyonu, yaratıcı uygulamalar ve daha birçok konuyu ele alarak, eğitim-öğretim kalitesinin artırılmasına yönelik katkılarda bulunmaya odaklanıyoruz.

Kongremiz 25-27 Ekim 2024 tarihleri arasında Bursa Uludağ Üniversitesi'nde gerçekleştirilecektir. Üniversitemizin sahip olduğu geniş olanaklarıyla desteklenen bu kongre, özgün akademik ve uygulamalı çalışmaların paylaşılacağı bir platform olacaktır. Alan araştırmacıları yapan akademisyenlerin, sahada çalışan beden eğitimi öğretmenleriyle buluşma fırsatı bulacakları bu kongreyi önemsiyoruz. Üniversitelerin ilgili fakültelerinden gelecek akademisyenlerin deneyimlerinden faydalanma arzusu taşıyan öğretmenlerimizi ve bağımsız araştırmacılarımızı kongremize katılmaya davet ediyoruz.

Bursa Uludağ Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde gerçekleştireceğimiz 12. Uluslararası Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Kongresinde buluşmak dileğiyle, katılımınız ve katkılarınız için şimdiden teşekkür ederiz.

Saygılarımızla,

Prof. Dr. Ramiz ARABACI
BUÜ SBF Dekanı ve Kongre Başkanı

Prof. Dr. Hasan KASAP
TÜBED ve Kongre Başkanı

25 - 27 EKİM

2024

YER:

Bursa Uludağ Üniversitesi
Prof. Dr. M. Mete Cengiz
Kültür Merkezi

WWW.ULUDAG.EDU.TR/ULUBESOK



TÜBİTAK





KURULLAR / COMMITTEES

Kongre Onur Kurulu

Dr. Osman Aşkın BAK -Gençlik ve Spor Bakanı
Erol AYYILDIZ- Bursa Valisi
Mustafa BOZBEY- Bursa Büyükşehir Belediye Başkanı
Dr. Ferudun YILMAZ- Bursa Uludağ Üniversitesi Rektörü
Dr. Uğur ERDENER - Türkiye Milli Olimpiyat Komitesi (TMOK) Başkanı
Dr. Fikret SOYER- Spor Bilimleri Derneği Başkanı
Dr. Hürmüz KOÇ - Spor Bilimleri Fakülteleri Dekanlar Konseyi Başkanı
Dr. Selahattin AKPINAR - Türkiye Üniversite Sporları Federasyonu Başkanı
Rahmi AKSOY- Bursa Gençlik ve Spor İl Müdürü
Dr. Ahmet ALİREYİSOĞLU- Bursa Milli Eğitim Müdürü
Şefik SİVRİKAYA - TÜBED Eski Başkanı
Dr. Atilla ERDEMLİ - TÜBED Üyesi
Dr. Ümit KESİM - TÜBED Üyesi
Dr. Füsun Öztürk KUTER

Düzenleme Kurulu

Dr. Nimet Haşıl KORKMAZ
Dr. Recep GÖRGÜLÜ
Dr. Gıyasettin DEMİRHAN
Dr. Ramiz ARABACI
Dr. Şerife VATANSEVER
Dr. Şenay ŞAHİN
Dr. Süleyman ŞAHİN
Dr. Deniz HÜNÜK
Dr. Levent İNCE
Dr. Ayşe Dilşad MİRZEOĞLU
Dr. Erkut TUTKUN
Ahmet Nazım GÜRAK

Kongre Sekreteri

Dr. Hüseyin TOPÇU

Kongre Sekreter Yardımcıları

Selen Uğur MUTLU
Hilal ORUÇ

Düzenleme Kurul ve Komiteleri

Dr. Hasan KASAP
Dr. Mehmet İNAN
Dr. Mehmet ÖZTÜRK
Dr. Fatih DERVENT
Dr. Sezgin DEMİRTAŞ
Dr. Ayşegül KARAHAN
Dr. Hakkı ÖZKARAKAŞ



Organizasyon ve Gönüllüler Komitesi

Ahmet Nazım GÜRAK

Cengiz AKÇA

Mine TOPSAÇ

Bengül AYDIN

Faruk KORKMAZ

Mehmet DOĞAN

Aygül AKÇA

Günaydın KIRCI

Dr. Ali Kamil GÜNGÖR

Dr. Merve Gezen BÖLÜKBAŞ

Selen Uğur MUTLU

Hilal ORUÇ

Mertkan ÖNCÜ

Sponsorluk Komitesi

Dr. Erkut TUTKUN

Dr. Şenay ŞAHİN

Dr. Tonguç VARDAR

Dr. Canan Bastık SALKIM

Ayşegül DOĞAN

Ahmet Nazım GÜRAK

Etik Uygunluk İnceleme Komisyonu

Dr. Recep GÖRGÜLÜ

Dr. Yahya YILDIRIM

Dr. Züleyha AVŞAR

Aygül AKÇA

Kongre Yayın Kurulu

Dr. Sadettin EROL

Dr. Canan Bastık SALKIM

Dr. Züleyha AVŞAR

Basın ve Sosyal Medya Koordinatörlüğü

Dr. Okan GÜLTEKİN

Dr. Yahya YILDIRIM

Dr. Ali Kamil GÜNGÖR

Hilal ORUÇ

Mertkan ÖNCÜ

Misafir Organizasyonları Koordinatörlüğü

Dr. Nimet Haşıl KORKMAZ

Dr. Şerife VATANSEVER

Dr. Merve Gezen BÖLÜKBAŞ

Selen Uğur MUTLU



Bilim Kurulu Listesi

Dr. Recep Görgülü - Bilim Kurulu Başkanı
Dr. Abdurrahman Aktop
Dr. Adnan Turgut
Dr. Ahmet Yıkılmaz
Dr. Ali Culha
Dr. Ali Tatlıcı
Dr. Alparslan İnce
Dr. Alper Aslan
Dr. Alper Karadağ
Dr. Arslan Kalkavan
Dr. Ayşe Dilşad Mirzeoğlu
Dr. Ayşe Feray Özbal
Dr. Ayşe Türksoy Işım
Dr. Baki Yılmaz
Dr. Beyhan Özgür
Dr. Bilal Demirhan
Dr. Bilgehan Baydil
Dr. Bülent Ağbuğa
Dr. Çalık Veli Koçak
Dr. Cem Onat
Dr. Cemal Gündoğdu
Dr. Cemalettin Budak
Dr. Cemali Çankaya
Dr. Cengiz Karagözoğlu
Dr. Çetin Özdilek
Dr. Cevdet Cengiz
Dr. Deniz Hünük
Dr. Emrah Atay
Dr. Engin Gezer
Dr. Engin Kılıç
Dr. Kürşat Sertbaş
Dr. Levent Görün
Dr. Mehmet Acet
Dr. Mehmet Güçlü
Dr. Mehmet Haluk Sivrikaya
Dr. Mehmet Kutlu
Dr. Mehmet Mustafa Yorulmazlar
Dr. Mehmet Saltan
Dr. Mehmet Türkmen
Dr. Mehmet Ulukan
Dr. Metin Kaya
Dr. Metin Polat
Dr. Metin Şahin
Dr. Mine Turğut
Dr. Muhammet Cevat Acar
Dr. Murat Atasoy
Dr. Murat Eliöz
Dr. Murat Şahbulak
Dr. Murat Şat
Dr. Murat Taş
Dr. Murat Taşan

Dr. Erdoğan Unur
Dr. Ergün Yurdadön
Dr. Erhan Devrilmez
Dr. Erkal Arslanoğlu
Dr. Ersan Kara
Dr. Ezel Nur Korur
Dr. F. Hülya Aşçı
Dr. F. Zişan Kazak
Dr. Fatih Bektaş
Dr. Fatih Hazar
Dr. Fatma İlker Kerkez
Dr. Ferda Gürsel
Dr. Fuat Erduğan
Dr. Fulya Benzer
Dr. Gıyasettin Demirhan
Dr. Gökhan Bayraktar
Dr. Hakan Acar
Dr. Hamdi Alper Güngörmüş
Dr. Harun Genç
Dr. Hasan Kasap
Dr. Hayri Akyüz
Dr. Hürmüz Koç
Dr. Hüseyin Nasip Özaltaş
Dr. Hüseyin Topçu
Dr. Hüseyin Ünlü
Dr. İbrahim Baz
Dr. İdris Yılmaz
Dr. İlhan Otağ
Dr. Kemal Tamer
Dr. Kenan Sivrikaya
Dr. Meryem Altun Ekiz
Dr. Nevzat Mirzeoğlu
Dr. Nihal Akoğuz Yazıcı
Dr. Nimet Haşıl Korkmaz
Dr. Numan Bahadır Kayışoğlu
Dr. Nuray Satılmış
Dr. Nurettin Konar
Dr. Nurper Özbar
Dr. Ökkeş Alpaslan Gençay
Dr. Önder Karakoç
Dr. Onur Kaya
Dr. Özcan Saygın
Dr. Özgür Eken
Dr. Özlem Alagül
Dr. R. Timuçin Gençer
Dr. Ramiz Arabacı
Dr. Reşat Kartal
Dr. Resul Çekin
Dr. Rıdvan Çolak
Dr. Rohat Cebe
Dr. Rüçhan İri

12. Uluslararası Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Kongresi
12th International Physical Education And Sports Teaching Congress

25-27 Ekim 2024 / October 25th- 27th, 2024 – Bursa, Türkiye



Dr. Murat Tekin
Dr. Murşit Aksoy
Dr. Mustafa Atlı
Dr. Mustafa Kızılkoca
Dr. Mustafa Özdal
Dr. Mustafa Zahit Serarşlan
Dr. Mutlu Türkmen
Dr. Muzaffer Selçuk
Dr. Nalan Suna
Dr. Necip Fazıl Kışalı
Dr. Serdar Kocaekşi
Dr. Serdar Orhan
Dr. Serdar Tok
Dr. Serkan İbiş
Dr. Servet Reyhan
Dr. Settar Koçak
Dr. Sinan Güner
Dr. Seydi Ahmet Ağaoğlu
Dr. Sibel Arşlan
Dr. Sinan Ayan
Dr. Şenay Şahin
Dr. Şerife Vatansever
Dr. Şevki Kolkısa
Dr. Tahir Hazır
Dr. Tefvik Cem Akalın
Dr. Tuncay Alparslan
Dr. Turgay Özgür
Dr. Uğur Abakay
Dr. Ülfet Erbaş
Dr. Ümid Karlı
Dr. Ümit Yetiş
Dr. Ünal Karlı
Dr. Vedat Çınar
Dr. Yahya Polat
Dr. Yakup Akif Afyon
Dr. Yakup Aktaş
Dr. Yavuz Selim Ağaoğlu
Dr. Yılmaz Çakıcı
Dr. Yücel Ocak
Dr. Yunus Arşlan

Dr. Sabit Duman
Dr. Savaş Duman
Dr. Sefa Lök
Dr. Sefer Ada
Dr. Selahattin Akpınar
Dr. Selçuk Akpınar
Dr. Semiyha Tuncel
Dr. Serdar Adıgüzel
Dr. Serdar Eler
Dr. Serdar Geri
Dr. Yunus Esen
Dr. Yusuf Soylu
Dr. Zekai Pehlevan
Dr. Zekihan Hazar
Dr. Zeynep Filiz Dinç
Dr. Zekeriya Göktaş

Not: Kongre Bilim Kurulu isme göre alfabetik olarak dizinlenmiştir.



12. ULUSLARARASI BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLİĞİ Kongresi



ÖĞRENEN ÖĞRETMEN

Destekleyen Kuruluşlar



TÜBİTAK



TÜRKİYE
MİLLİ
OLİMPİYAT
KOMİTESİ



2024

YER:
Bursa Uludağ Üniversitesi
Prof. Dr. M.Mete Cengiz
Kültür Merkezi

WWW.ULUDAG.EDU.TR/ULUBESOK





TÜBİTAK

12th

INTERNATIONAL PHYSICAL EDUCATION
AND SPORTS TEACHING



Congress

THE LEARNING TEACHER

Supporting Organizations



TÜBİTAK



NİLÜFER
BELEDİYESİ
BURSA



TÜRKİYE
MİLLİ
OLİMPİYAT
KOMİTESİ



SPORDEK

2017



LEVOR
HOTEL
★★★★



KITCHEN LIFE



GYM
STOCK



Kayra
Yemek



Eker



Uludağ
PREMIUM



Ocalis



2024

VENUE:
Bursa Uludağ University,
Prof. Dr. M.Mete Cengiz
Cultural Center

WWW.ULUDAG.EDU.TR/ULUBESOK





12. ULUSLARARASI BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR
ÖĞRETMENLİĞİ KONGRESİ
12th INTERNATIONAL PHYSICAL EDUCATION AND
SPORTS TEACHING CONGRESS

25-27 Ekim 2024 / October 25th- 27th, 2024 – Bursa, Türkiye



1. GÜN PROGRAMI / 1st DAY PROGRAMME
25 Ekim 2024, Cuma / 25th October 2024, Friday

09.00-13.00	KAYIT / REGISTRATION
09.30-10.00	AÇILIŞ KONUŞMALAR / OPENING SPEECHES Piyade Kurmay Yarbay İlker Çelikcan Salonu / Piyade Kurmay Yarbay İlker Çelikcan Hall
10.00-10.15	NİLÜFER ODA ORKESTRASI AÇILIŞ KONSERİ / NILUFER CHAMBER ORCHESTRA OPENING CONCERT Piyade Kurmay Yarbay İlker Çelikcan Salonu / Piyade Kurmay Yarbay İlker Çelikcan Hall
10.15-10.30	KARİZMA SHOW SAHNE GÖSTERİSİ / KARİZMA SHOW PERFORMING ARTS Piyade Kurmay Yarbay İlker Çelikcan Salonu / Piyade Kurmay Yarbay İlker Çelikcan Hall
10.30-10.45	KONGRE AÇILIŞI HALK DANSLARI GÖSTERİSİ / CONGRESS OPENING FOLK DANCE PERFORMANCE Piyade Kurmay Yarbay İlker Çelikcan Salonu / Piyade Kurmay Yarbay İlker Çelikcan Hall
10.45-11.00	KAHVE ARASI / COFFEE BREAK
11.00-12.00	AÇILIŞ PANELİ / OPENING PANEL Piyade Kurmay Yarbay İlker Çelikcan Salonu / Piyade Kurmay Yarbay İlker Çelikcan Hall “Günümüz Türkiye’sinde Beden Eğitimi ve Spor ve Gelecekteki Perspektifler” / “Physical Education and Sports in Today’s Turkey and Future Perspectives” <u>Moderatör / Moderator</u> Dr. Füsun ÖZTÜRK KUTER <u>Panelistler / Panelists</u> Dr. Süleyman ŞAHİN Gençlik ve Spor Bakanlığı Yatırım ve İşletmeler Genel Müdürü / Ministry of Youth and Sports General Director of Investments and Enterprises Ebubekir Siddık SAVAŞÇI Millî Eğitim Bakanlığı Temel Eğitim Genel Müdürü / Ministry of National Education, Director General of Education

	<p>Dr. Hasan KASAP <i>TÜBED Başkanı / Chairman of TÜBED</i></p> <p>Dr. Ömer ÖZYILMAZ <i>İstanbul Aydın Üniversitesi, Cumhurbaşkanlığı Eğitim ve Öğretim Politikaları Kurul Üyesi / Istanbul Aydın University, Member of the Presidential Education and Training Policies Council</i> Cumhuriyetimizin 100. Yılında Öğretmen Yetiştiren Kurumlar Çalıştayları ve Spor Bilimleri Fakülteleri</p>
12.00-12.15	KAHVE ARASI / COFFEE BREAK
12.15-13.00	<p>ANA OTURUM 1 / MAIN SESSION 1 Özel Harekât Polis Memuru İlyas Kaygusuz Salonu / Özel Harekât Polis Memuru İlyas Kaygusuz Hall</p> <p><u>Moderatör / Moderator</u> Dr. Fatih DERVENT</p> <p><u>Konuşmacı / Speaker</u> Dr. Peter ISERBYT Instructional Alignment: A Silver Bullet</p>
13.00-14.30	<p>ÖĞLE YEMEĞİ ARASI / LUNCH BREAK Çamlık Restoranı / Çamlık Restaurant</p>
14.30-15.15	<p>ATÖLYE ÇALIŞMASI 1 / WORKSHOP 1 Spor Bilimleri Fakültesi 301 Numaralı Derslik / Faculty of Sports Sciences, Classroom No. 301</p> <p>Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Mesleki Gelişiminde İşbirlikli Eylem Araştırması Deneyimleri / Experiences of Collaborative Action Research in the Professional Development of Physical Education Teachers</p> <p>Dr. Deniz HÜNÜK Eslem GÖKÇEK Tunahan Miraç BİRSEN Zuhal SALMAN Sevinç ÖKCÜN</p>
14.30-15.00	<p>DAVETLİ KONUŞMACI / INVITED SPEAKER Özel Harekât Polis Memuru İlyas Kaygusuz Salonu / Özel Harekât Polis Memuru İlyas Kaygusuz Hall</p> <p>Dr. Osman KALYONCUOĞLU Spor ve İstanbul / Sports and Istanbul</p>
14.30-15.45	<p>SÖZEL OTURUM 1 / ORAL SESSION 1 Jandarma Er Bahadır Aydın Seminer Salonu / Jandarma Er Bahadır Aydın Seminar Hall</p> <p><u>Moderatör / Moderator</u> Dr. Çetin ÖZDİLEK</p> <p>I. Eklektik Kuramlar Temelinde Beden Eğitimi ve Spora Özgü Ölçme Araçlarının Yeniden Yapılandırılması: Kendi Yönetiminde Hareket Öğrenme Stratejileri Üzerine Bir Rasch Analizi Uygulaması <i>Olca Kiremitçi, Berkcan Boz, Hayal Boyacıoğlu, Tugay Küçükçal</i></p>

	<p>II. Öğrenci-Sporcularda Kariyer Uyum Yeteneklerinin Değerlendirilmesi <i>Duygu Karadağ, Osman Urfa, F. Hülya Aşçı</i></p> <p>III. Oyunsal Antrenman/Egzersiz Tasarımı Ölçeği: Güvenirlilik Çalışması <i>Ayşe Kübra Aktaş, Berk Hakan Yılmaz</i></p> <p>IV. Taekwondo Sporcularında Core Antrenmanının Performansa Etkisi <i>Sevilay Kaplan, Mustafa Said Erzeybek</i></p> <p>V. Öğrenme Stilleri ve Akademik Öz Yeterlik: Aktif Öğrenci Katılımı <i>Negin Borousan, A.Meliha Canpolat</i></p>
14.30-15.45	<p>SÖZEL OTURUM 2 / ORAL SESSION 2 Küçük Seminer Salonu / Small Seminar Room</p> <p>Moderatör / Moderator Dr. Şenay ŞAHİN</p> <p>I. Spor Bilimleri Fakültesinde Öğrenim Gören Öğretmen Adaylarının Öğretmenlik Mesleğine Yönelik Tutumlarının İncelenmesi <i>Yusuf Burak Yamaner, Tonguç Vardar</i></p> <p>II. Okul Öncesi ve İlkokul Çağındaki Çocuklara Yönelik Resimli Fiziksel Aktivite Kitaplarının Toplumsal Cinsiyet Analizi <i>Safter Elmas, Aydan Gözmen Elmas</i></p> <p>III. Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenlerinin Öğretme-Öğrenme Anlayışları ile Öz Yeterlilik Algıları Arasındaki İlişki <i>Ahmet Haktan Sivrikaya, Öznur Şan</i></p> <p>IV. Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenleri ile Öğretmen Adaylarının Eğitim Felsefesi İnançlarının Karşılaştırılması <i>İlknur Sürün, A. Dilşad Mirzeoğlu</i></p> <p>V. Eşli Çalışma Yöntemi ile Yürütülen Karate Dersinin Öğrencilerin Empatik Eğilim ve Eleştirel Düşüncelerine Etkisi <i>Aslıhan Aygüneş, Emre Aksoy, A. Dilşad Mirzeoğlu, Nurullah Çelik</i></p>
15.20-16.50	<p>ATÖLYE ÇALIŞMASI 2 / WORKSHOP 2 Spor Bilimleri Fakültesi Spor Salonu / Faculty of Sports Sciences, Sports Hall</p> <p>Uygulamalı Beden Okuryazarlığı / Practical Body Literacy</p> <p>Dr. Ferda GÜRSEL Dr. Nimet HAŞIL KORKMAZ Dr. Özlem ALAGÜL Fatma DEMİR ZENGİN Hasibe ÇORUH Simaynur SANUÇ</p>
15.20-16.50	<p>ATÖLYE ÇALIŞMASI 3 / WORKSHOP 3 Prof. Dr. M. Mete Cengiz Kültür Merkezi Önü / Prof. Dr. M. Mete Cengiz Cultural Center's Square</p>

	Kay-Kay Atölyesi / Skateboard Workshop Melis SAKAOĞLU
16.00-16.15	KAHVE ARASI / COFFEE BREAK
16.15-16.45	EBSCO SUNUMLARI / EBSCO PRESENTATIONS Özel Harekât Polis Memuru İlyas Kaygusuz Salonu / Özel Harekât Polis Memuru İlyas Kaygusuz Hall Konuşmacı / Speaker Sultan Süleyman ÖKTEN Spor Bilimlerinde Akademik İlerlemenin Güçlendirilmesi: ÜAK Kriterlerine Uygun Ana Kaynak Olarak SportDiscus with Full Text
16.45-17.30	ANA OTURUM 2 / MAIN SESSION 2 Özel Harekât Polis Memuru İlyas Kaygusuz Salonu / Özel Harekât Polis Memuru İlyas Kaygusuz Hall Moderatör / Moderator Dr. Deniz HÜNÜK Konuşmacı / Speaker Dr. Phillip WARD The Power of Teachers: What a Difference a Quality Teacher Can Make / Öğretmenlerin Gücü: Kaliteli Bir Öğretmen Ne Kadar Fark Yaratabilir (Çevrimiçi/Online)
16.55-18.25	ATÖLYE ÇALIŞMASI 4 / WORKSHOP 4 Uludağ Üniversitesi Cimnastik Salonu / Uludag University Gymnastics Hall Parkour Dr. Peter ISERBYT Anke MOUS
17.30-17.45	KAHVE ARASI / COFFEE BREAK
17.45-19.00	SÖZEL OTURUM 3 / ORAL SESSION 3 Özel Harekât Polis Memuru İlyas Kaygusuz Salonu / Özel Harekât Polis Memuru İlyas Kaygusuz Hall Moderatör / Moderator Dr. Erkut TUTKUN I. Covid-19 Sonrası Yetişkin Bireylerin Fiziksel Aktivite Durumlarına Göre Uyku Kalitesi, Beslenme ve Yaşam Kalitelerinin İncelenmesi <i>Esra Kurt, Coşkun Rodoplu, Ramiz Arabacı</i> II. Strateji Kavramı ve Spor Olaylarından Örnekler <i>Atakan Yıldız</i> III. 12-18 Yaş Tenisçilerin Beslenme Bilgi Düzeyleri ve Alışkanlıklarının İncelenmesi (Bursa Örneği) <i>Deniz Yılmaz, Mert Arabacı, Ramiz Arabacı</i> IV. Optimal Tenis Eğitimi: Bütüncül Yaklaşım Perspektifinden Elit Tenisçinin Yetiştirilmesi

	<p><i>Mert Arabacı</i></p> <p>V. Beden Eğitimi ve Spor Öğretmen Adaylarının Öğretmenlik Mesleği Genel Yeterliliklerine İlişkin Özdeğerlendirme Algılarının İncelenmesi <i>Nazlı Yanar Tunçel, Züleyha Avşar</i></p>
17.45-19.00	<p>SÖZEL OTURUM 4 / ORAL SESSION 4 Jandarma Er Bahadır Aydın Seminer Salonu / Jandarma Er Bahadır Aydın Seminar Hall</p> <p><u>Moderatör / Moderator</u> Dr. Nimet HAŞIL KORKMAZ</p> <p>I. Dünya Sağlık Örgütü Fiziksel Aktivite Tanımları, Önerileri ve Planları <i>Mehmet Öztürk</i></p> <p>II. Beden Eğitimi ve Spor Öğretmen Adaylarında Temel İlk Yardım Bilgisi Eğitiminin Etkisi <i>Fatma İlker Kerkez, Seray Can, Zeynep Aydoğan, Durmuşali Karadağ, Sümeyye Savcı</i></p> <p>III. Ortaokul Öğrencilerinde Postür Bozuklukları ve Egzersiz Sonrasındaki Değişimlerin İncelenmesi <i>Engin Demiralay, Fatih Şenduran, Mustafa Kadir Arseven, Satılmış Egemen Aykaç</i></p> <p>IV. Ergenlerde Sağlık ve Fiziksel Okuryazarlık: Kritik Bir Dönemde Gelişim ve Sağlık Üzerine Etkileri <i>Hakan Güçlü, Ayşe Oya Erkut</i></p> <p>V. Uyarlanmış Beden Eğitimi Dersinin Etki Mekanizması: Özel Gereksinimi Olan ve Olmayan Öğrenciler Üzerine Karşılaştırmalı Bir Araştırma <i>Mehmet Çetin, Emel Çetin, Ekrem Levent İlhan</i></p>
18.30-19.15	<p>ATÖLYE ÇALIŞMASI 5 / WORKSHOP 5 Spor Bilimleri Fakültesi Spor Salonu / Faculty of Sports Sciences, Sports Hall</p> <p>Pickleball Atölyesi / Pickleball Workshop</p> <p>Dr. Fatih DERVENT Mustafa Enes DEBİK</p>
<p>2. GÜN PROGRAMI / 2nd DAY PROGRAMME 26 Ekim 2024, Cumartesi / 26th October 2024, Saturday</p>	
09.00-12.15	<p>KAYIT / REGISTRATION</p>
09.00-10.30	<p>SÖZEL OTURUM 5 / ORAL SESSION 5 Özel Harekât Polis Memuru İlyas Kaygusuz Salonu / Özel Harekât Polis Memuru İlyas Kaygusuz Hall</p> <p><u>Moderatör / Moderator</u> Dr. Olcay KİREMİTÇİ</p> <p>I. Student Teachers Instructional Alignment in Unit- and Lesson plans for Net Games</p>

	<p><i>Anke Mous, Jackie Lund, Peter Iserbyt</i></p> <p>II. Beden Eğitimi Öğretmen Adaylarına Yönelik Araştırma Eğilimleri: Bibliyometrik Bir Değerlendirme <i>Seda Nur Uysal, Emine Büşra Yılmaz, Oğuzhan Dalkıran, Hüseyin Şahin Uysal</i></p> <p>III. Beden Eğitimi Öğretmen Adaylarının Mesleki Arayışları: “Beş Yıl Sonra Kendimi Hiçbir Yerde Görmüyorum” <i>Emine Büşra Yılmaz, Oğuzhan Dalkıran, Seda Nur Uysal</i></p> <p>IV. Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenlerinin Sesine Kulak Ver: Sahanın Hikayeleri <i>Hande Büşra Eren, Nazlı Yanar Tunçel, Semiyha Tuncel</i></p> <p>V. Hareket Eden Hikayeler: Temel Hareket Becerileri Öğretim Macerası <i>İpek Heleplioğlu1, Zeynep Hazal Özipek, Özlem Alagül</i></p> <p>VI. Erken Cumhuriyet Dönemi Beden Eğitimi ve Spor Alanında Bir Alman: Herbert Riedel <i>Sevda Korkmaz, İbrahim Yıldırım</i></p>
09.00-10.15	<p>SÖZEL OTURUM 6 / ORAL SESSION 6 Jandarma Er Bahadır Aydın Seminer Salonu / Jandarma Er Bahadır Aydın Seminar Hall</p> <p><u>Moderatör / Moderator</u> Dr. Hürmüz KOÇ</p> <p>I. İşe Alım Süreçlerinde Erotik Sermaye: Kadın Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenleri Perspektifi <i>Okan Gültekin</i></p> <p>II. Ortaokul Öğretmenlerinin Duygu Düzenleme Becerileri (Akdeniz Bölgesi Örneği) <i>İlyas Mert Öztürk, Ece Selvi, Hayati Burak Akay</i></p> <p>III. Futbol Hakemlerinin Ruminatif Düşünce Düzeylerinin İncelenmesi <i>Atilla Pulur, Fatih Gündoğdu, Hüseyin Mete Gündoğdu</i></p> <p>IV. Beden Eğitimi Öğretmen Adaylarının Baskı Altında Lazer Tabanca Atış Performanslarının İncelenmesi: Kalp Atım Hızı Değişkenliği Biyo-Geribildirim Uygulamasının Test Edilmesi. <i>Furkan Gümüş, Recep Görgülü</i></p> <p>V. Spor Bilimleri Alanında Yapılan Öz Düzenlemeli Öğrenme ile İlgili Çalışmaların Vosviewer ile Bibliyometrik Bir Analizi <i>Ayşe Kübra Aktaş, Berk Hakan Yılmaz</i></p>
09.00-10.30	<p>SÖZEL OTURUM 7 / ORAL SESSION 7 Küçük Seminer Salonu / Small Seminar Room</p> <p><u>Moderatör / Moderator</u> Dr. A. Dilşad MİRZEOĞLU</p> <p>I. Bursa İli Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Türkiye Yüzyılı Maarif Modeli Kapsamındaki Görüşleri <i>Ahmet Alireisoğlu, Yasemin Kıvrak, Mücahit Sak</i></p> <p>II. 14-18 Yaş Grubundaki Yüzücülerin Farklı Yüzme Stillindeki Kalp Atım Hızı Değişkenliklerinin İncelenmesi: Kısa Mesafe (50 M) Performansı</p>

	<p><i>Mehmet İnan, Ramiz Arabacı</i></p> <p>III. Kafein Ağızda Çalkalama Yönteminin Reaksiyon Hızına Etki Süresinin Araştırılması <i>Burcu Aktan Tüzer, Gülbin Rudarlı</i></p> <p>IV. Beden Eğitiminde Temel Psikolojik İhtiyaçların Tatmini ve Engellenmesi Ölçeği' nin Türk Toplumuna Uyarlanması: Geçerlik ve Güvenilirlik Çalışması <i>Mümine Soytürk, Hilal Tınaz Mermerli, Bahtiyar Ulaş Urhan</i></p> <p>V. Program Dışı Etkinliklere Katılan Ortaokul Öğrencilerinin Sosyal-Duygusal ve Ahlaki Gelişimlerinin İncelenmesi <i>Özün Özçelik, Mümine Soytürk</i></p> <p>VI. Erzurum Tekman İlçesindeki Ortaokul Öğrencilerinin Beden Eğitimi Dersine Yönelik Tutumları <i>Taner Aydın, Tonguç Vardar</i></p>
10.30-10.45	KAHVE ARASI / COFFEE BREAK
10.45-12.15	<p>ANA OTURUM 3 / MAIN SESSION 3 Özel Harekât Polis Memuru İlyas Kaygusuz Salonu / Özel Harekât Polis Memuru İlyas Kaygusuz Hall</p> <p><u>Moderatör / Moderator</u> Dr. Levent İNCE</p> <p><u>Konuşmacılar / Speakers</u> Dr. Alexandra PREDOIU Effective Teacher-Student Communication in Physical Education and Sport / Beden Eğitimi ve Sporda Etkili Öğretmen-Öğrenci İletişimi</p> <p>Dr. Weidong LI Situated Game Teaching Through Set Plays: an Innovative Game Centered Approach to Teach or Coach Sports in K-12 Physical Education / Oyun Senaryolarıyla Durumsal Öğretim Modeli: K-12 Beden Eğitiminde Spor Öğretimi veya Antrenörlüğü İçin Yenilikçi Oyun Merkezli Bir Yaklaşım</p>
12.15-13.15	ÖĞLE YEMEĞİ ARASI / LUNCH BREAK Çamlık Restoranı / Çamlık Restaurant
13.15-14.45	<p>ANA OTURUM 4 / MAIN SESSION 4 Özel Harekât Polis Memuru İlyas Kaygusuz Salonu / Özel Harekât Polis Memuru İlyas Kaygusuz Hall</p> <p>Spor: Zihinsel Performanstan Nörolojik Sağlığa / Sport: From Mental Performance to Neurological Health</p> <p><u>Moderatörler / Moderators</u> Dr. Necdet KARLI Dr. Mustafa BAKAR</p> <p><u>Konuşmacılar / Speakers:</u> Dr. Emel OĞUZ AKARSU</p>

	<p>Hareket Eğitiminde Beceri Nasıl Geliştirilir: Zihinsel Gücümüz / How to Develop Skills in Movement Education: Our Mental Strength</p> <p>Clinical Psychologist Zeynep ŞEKER AYGÜL Egzersizle Zihni Dengeye Getirmek: Psikiyatrinin Hareketli Yüzü / Stabilising the Mind with Exercise: The Moving Side of Psychiatry</p> <p>Dr. Sevda ERER Yaşlanmayan Beyin: Egzersizin Nörodejeneratif Hastalıklara Karşı Gücü / The Ageless Brain: The Power of Exercise Against Neurodegenerative Diseases</p>
13.15-14.45	<p>ATÖLYE ÇALIŞMASI 6 / WORKSHOP 6 Spor Bilimleri Fakültesi 301 Numaralı Derslik / Faculty of Sports Sciences, Classroom No. 301</p> <p>GençTÜBED</p> <p>Dr. Özlem ALAGÜL Berkcan BOZ Evren YÜKSEL Pelin ALTAY Canay İMREK Gülnehal ÇARKACI Kerem CİNGÖZ Melih Kağan YAVUZ Münüre Beril KİRAÇ Sara Nur KAY Simaynur SANUÇ Zehra ÇAPRAZ</p>
14.45-15.00	<p>KAHVE ARASI / COFFEE BREAK</p>
15.00-16.30	<p>SÖZEL OTURUM 8 / ORAL SESSION 8 Özel Harekât Polis Memuru İlyas Kaygusuz Salonu / Özel Harekât Polis Memuru İlyas Kaygusuz Hall</p> <p><u>Moderatör / Moderator</u> Dr. Özlem ALAGÜL</p> <p>I. Ters Yüz Öğrenme ve Oyun Uygulamaları Modelinin Ortaokul Öğrencilerinin Futbol Oyun Performansı ve Taktik Bilgisi Üzerine Etkisi <i>Abdulkadir Yıldız, Nazım Abdurrahim Nayır, Fatih Dervent, Erhan Devrilmez</i></p> <p>II. Oyun Senaryolarıyla Durumsal Öğretim Modelinin Futbol Taktik Bilgisi ve Teknikleri Üzerine Etkisi <i>Nazım Nayır, Fatih Dervent, Erhan Devrilmez</i></p> <p>III. Cimnastik Alan Bilgisi Öğretim Programının Öğretim Elemanlarının Alan Bilgilerine, Pedagojik Alan Bilgilerine, Öğrenci Hatası Bilgilerine ve Öğrencilerin Öğrenme Düzeyine Etkisi <i>Ekrem Yasin Tabak, Erhan Devrilmez, Fatih Dervent, Mehmet Dalkılıç, Ömer Özer, Phillip Ward</i></p> <p>IV. Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Görevler Arası Uyarlamalarının Öğrencilerin Performansına Etkisi <i>Gülşah Güner Dalar, Fatih Dervent, M. Lale Güler, Erhan Devrilmez</i></p> <p>V. İşbirlikli Öğrenme Modelinin Sosyal Beceri ve Judo Temel Becerilerine Etkisi <i>Nazlıcan Kılıç Cura, Burak Güneş</i></p>

	<p>VI. Beden Eğitimi Öğretmen Adaylarının Temel Psikolojik İhtiyaçlarının İncelenmesi <i>Çetin Özdilek, Sinan Akın, Betül Altınok, Onur Sarı, Hüseyin Duşbudak, Erdal Ateş</i></p>
15.00-16.30	<p>SÖZEL OTURUM 9 / ORAL SESSION 9 Jandarma Er Bahadır Aydın Seminer Salonu / Jandarma Er Bahadır Aydın Seminar Hall</p> <p><u>Moderatör / Moderator</u> Dr. Şerife VATANSEVER</p> <p>I. Sporda Algılanan Gündüsel İklim: Ebeveynin Oluşturabileceği Etkiler Üzerine Bir İnceleme <i>Sinem Gölcüklü, Şenay Şahin, Şerife Vatansever</i></p> <p>II. Tersine Çevrilmiş Sınıf Modeli, Özel Gereksinimli Çocukların Öğrenme Sürecinde Motivasyon ve Öz Yeterlik Düzeyini Etkiler Mi? <i>Selen Uğur Mutlu, Nimet Haşıl Korkmaz, Fatma Demir Zengin, Hüseyin Topçu, Ali Kâmil Güngör</i></p> <p>III. Ortaokul Öğrencilerini Fiziksel Aktivite ve Egzersize Teşvik Etmek İçin 4 Haftalık Mobil Tabanlı Oyunlaştırma Uygulamasının Deneyimlenmesi <i>Hasibe Çoruh, Nimet Haşıl Korkmaz</i></p> <p>IV. Bebek Yüzme Eğitimi'nin Fiziksel, Fizyolojik ve Psikolojik Etkileri <i>Erengül Özbuğutu, Şerife Vatansever, Nimet Haşıl Korkmaz, Şenay Şahin</i></p> <p>V. Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Yapay Zekâ Farkındalık ve İş Tatminleri Üzerinde Cinsiyet ve Eğitim Durumunun Aracı Rolü <i>Nurgül Erol, Bijen Filiz</i></p> <p>VI. Temel ve Savaş Beden Eğitimi Dersi Alan Öğrencilerin Spora Katılım Motivasyonları ile Algılanan Empatik ve Sosyal Öz Yeterlik Düzeylerinin İncelenmesi <i>Muhammed Dağ, Osman Göde</i></p>
15.00-16.15	<p>ÇEVİRİMİÇİ OTURUM / ONLINE SESSION Küçük Seminer Salonu / Small Seminar Room</p> <p><u>Moderatör / Moderator</u> Dr. Yahya YILDIRIM</p> <p>I. Ülkelerin Olimpiyat Oyunlarındaki Sportif Başarıları: Ekonomik Refah ve Yaşam Kalitesinin Önemi <i>Hilal Oruç, Ramiz Arabacı</i></p> <p>II. The Role Of Gut Microbiota On Obesity: Physical Activity-Based Approaches <i>Merve Gezen Bölükbaş, Şerife Vatansever, Deniz Zeynep Sönmez</i></p> <p>III. Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Bilgi Teknolojilerine Yönelik Özyeterlik Düzeylerinin İncelenmesi <i>Güler Gülcan Korkmaz</i></p> <p>IV. Sosyal Öğrenme Kuramının Voleybol Branşı Üzerinden Beceri Öğretimine Etkisi <i>Dilara Koca, Melike Taşbilek Yoncalık</i></p> <p>V. Bedensel Engellilerde Futbolda Medikal Egzersiz Terapisi <i>Mürsel Akdenk, İbrahim Kurt</i></p>

15.00-16.30	ATÖLYE ÇALIŞMASI 7 / WORKSHOP 7 Spor Bilimleri Fakültesi Spor Salonu / Faculty of Sports Sciences, Sports Hall Ultimate Frizbee Dr. Peter ISERBYT Anke MOUS
16.30-16.45	KAHVE ARASI / COFFEE BREAK
16.45-18.15	ANA OTURUM 5 / MAIN SESSION 5 Özel Harekât Polis Memuru İlyas Kaygusuz Salonu / Özel Harekât Polis Memuru İlyas Kaygusuz Hall <u>Moderatör / Moderator</u> Dr. Mehmet İNAN <u>Konuşmacılar / Speakers</u> Dr. Erhan DEVRİLMEZ Beden Eğitimi Öğretmen Eğitiminde Yeni Yaklaşım: Pratiğe Dayalı Öğretmen Eğitimi / New Approach in Physical Education Teacher Training: Practice-Based Teacher Education Dr. Özlem ALAGÜL Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Meslekte Anlam Arayışı / Physical Education Teachers' Search for Meaning in the Profession Dr. Levent İNCE Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenlerinin Mesleki Yetkinliği Nasıl Ölçülmeli ve Değerlendirilmeli / How to Measure and Evaluate the Professional Competence of Physical Education and Sports Teachers
16.45-18.15	ATÖLYE ÇALIŞMASI 8 / WORKSHOP 8 Spor Bilimleri Fakültesi Spor Salonu / Faculty of Sports Sciences, Sports Hall Uyarlanabilir Oyunlar: Atana Kadar ve Panyalı Pas Oyunu / Adaptive Games Pelin ALTAY Hakkı ÖZKARAKAŞ Alper KORKMAZ Muzaffer Gökhan YILMAZ
18.15-18.30	KAHVE ARASI / COFFEE BREAK
18.30-19.15	ATÖLYE ÇALIŞMASI 9 / WORKSHOP 9 Spor Bilimleri Fakültesi 301 Numaralı Derslik / Faculty of Sports Sciences, Classroom No. 301 Yenilikçi Pedagojilerle Kapsayıcı Öğretim: Geleceğin Beden Eğitimi Öğretmenleri Anlatıyor! / Inclusive Teaching with Innovative Pedagogies: Future Physical Education Teachers Explains! Dr. Deniz HÜNÜK M. Beril KİRAÇ Kaan Kutlu AYDOĞDU Furkan Onur AYDINOĞLU Akın EROL Yusuf Can ŞENSOY
18.30-19.30	

	<p>POSTER OTURUMU / POSTER PRESENTATIONS Fuaye Alanı / Foyer</p> <p><u>Moderatör / Moderator</u> Dr. Canan BASTIK SALKIM</p> <p>I. Büyük Katılımlı Spor Organizasyonlarında Türk ve Yabancı Ülke Seyircilerinin Etkinlik Kalitesi Algılarının Karşılaştırılması: <i>Ebrar Tabak, Oruç Ali Uğur</i></p> <p>II. Voleybol Antrenörlerinin Durumluk ve Sürekli Kaygı Düzeylerinin Bazı Parametrelere Göre İncelenmesi (Bursa İli Örneği) <i>Atakan Yıldız</i></p> <p>III. Antrenör Adayları İçin Basketbol Bilgi Testi Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması <i>Recep Soslu, Meltem Devrilmez, Mert Bilgiç, Erhan Devrilmez, Mustafa Levent İnce</i></p> <p>IV. Disiplinler Arası Yaklaşım ile İşlenen Beden Eğitimi ve Spor ve Fen Bilgisi Derslerinin Öğrencilerin Öğrenim Düzeylerine Ve Tutumlarına Etkisi <i>Melih Kağan Yavuz, Uğur Yavuz, Damla Çapar, Erhan Devrilmez</i></p> <p>V. Beden Eğitimi ve Spor Öğretmen Adaylarının Alan Bilgisi Düzeyleri ile Öğretim Elemanlarının Sahip Olduğu Öğrenci Hataları Bilgisi İlişkisinin İncelenmesi: Takım Sporları Örneği <i>Hilal Şimşek, Sefa Lök, Erhan Devrilmez</i></p> <p>VI. Okul Öncesi Eğitim Alan ve Almayan İlkokul Öğrencilerinin Çivileme Testi Performanslarının İncelenmesi <i>Berat Kaya</i></p>
19.30-21.00	<p>GALA YEMEĞİ / GALA DINNER Çamlık Restoranı / Çamlık Restaurant</p>
<p>3. GÜN PROGRAMI / 3rd DAY PROGRAMME 27 Ekim 2024, Pazar / 27th October 2024, Sunday</p>	
10.15-11.00	<p>ANA OTURUM 6 / MAIN SESSION 6 Özel Harekât Polis Memuru İlyas Kaygusuz Salonu / Özel Harekât Polis Memuru İlyas Kaygusuz Hall</p> <p><u>Moderatör / Moderator</u> Dr. Erhan DEVRİLMEZ</p> <p><u>Konuşmacı / Speaker</u> Dr. Ove Østerlie Flipped Learning in Physical Education: Evolution Over a Decade and Future Horizons / Beden Eğitiminde Ters Yüz Öğrenme: On Yıldaki Evrimi ve Gelecekteki Ufukları (Çevrimiçi / Online)</p>
11.00-11.15	<p>KAHVE ARASI / COFFEE BREAK</p>
11.15-12.00	<p>ÖDÜL VE KAPANIŞ TÖRENİ / AWARDS AND CLOSING CEREMONY Piyade Kurmay Yarbay İlker Çelikcan Salonu / Piyade Kurmay Yarbay İlker Çelikcan Hall</p>
12.00-13.00	<p>ÖĞLE YEMEĞİ ARASI / LUNCH BREAK</p>

12. Uluslararası Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Kongresi
12th International Physical Education And Sports Teaching Congress

25-27 Ekim 2024 / October 25th- 27th, 2024 – Bursa, Türkiye



	Çamlık Restoranı / Çamlık Restaurant				
13.00-17.00	GÖLYAZI/CUMALIKIZIK GEZİSİ / GÖLYAZI/CUMALIKIZIK EXCURSION				
	Piyade Kurmay Yarbay İlker Çelikcan Salonu / Hall		Küçük Seminer Salonu/ Small Seminar Room		Çamlık Restoranı / Restaurant
	Özel Harekât Polis Memuru İlyas Kaygusuz Salonu / Hall		Fuaye Alanı / Foyer		Sınıf İçi Atölye / In-Class Workshop (Spor Bilimleri Fakültesi 301 Numaralı Derslik / Faculty of Sports Sciences, Classroom No. 301)
	Jandarma Er Bahadır Aydın Seminer Salonu / Hall		Mola/Aktivite / Breaks/Activities		Spor Salonu Atölyesi / Sports Hall Workshop (Spor Bilimleri Fakültesi Spor Salonu/Prof Dr. M. Mete Cengiz Kültür Merkezi Önü /Uludağ Üniversitesi Cimnastik Salonu / Faculty of Sports Sciences, Sports Hall/ Prof. Dr. M. Mete Cengiz Cultural Center's Square/ Uludag University Gymnastics Hall)



İÇİNDEKİLER / CONTENT

DAVETLİ KONUŞMACI ÖZETLERİ / KEYNOTE SPEAKER ABSTRACTS	24
SÖZEL BİLDİRİ ÖZETLERİ / ORAL PRESENTATION ABSTRACTS	32
POSTER BİLDİRİ ÖZETLERİ /POSTER PRESENTATION ABSTRACTS	85
TAM METİNLER / FULL PAPERS	93



DAVETLİ KONUÇMACI ÖZETLERİ

KEYNOTE SPEAKER ABSTRACTS



Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Meslekte Anlam Arayışı (!)

Dr. Özlem ALAGÜL¹

¹Kastamonu Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Kastamonu, Türkiye

“Yaşamak için bir nedeni olan insan her türlü nasıl’a katlanabilir” (Viktor Frankl)

Bireyin toplumda yaşadığı her bir olaya nasıl bir anlam yüklediği, dünyada nasıl bir amacı olduğunu anlamasına katkı verir. Birey ya kendince anlamlı bir iş yaptığında, ya bir olayı/durumu tam olarak deneyimlediğinde ya da kaçınılmaz acılara uyum sağlamayı sağlayacak doğru bir tutum aldığına yaşamdaki anlamını bulabileceği ifade edilir. Çünkü *“geleceğe ve gelecekte yerini bulması mümkün olan bir anlama sahip olanlar, hayatta kalma şansı en yüksek olanlardır”* der Frankl (2020). Bununla birlikte insanın insanlığını kendisinin inşa ettiği, yaşama anlam verenin kendisi olduğu bakış açısından düşünüldüğünde (Geçtan, 2019), yaşamın anlamlı hale gelmesinin önemi yadsınmamaktadır. Bu anlam yaratma süreci de yaşamın genel olarak anlamından çok insanın hayatının öznel anlamı olması önerilmektedir. Bu sunumda, beden eğitimi öğretmenlerinin mesleklerinde anlam arayışlarının nasıl şekillendiğini ve bu anlam arayışını etkileyen temel faktörler üzerine tartışmak hedeflenmektedir. Özellikle ekonomik zorluklar, pandemi süreci ve yapay zekânın gelişimi gibi güncel koşulların bu anlam arayışı üzerindeki etkilerine odaklanılmaktadır.

Anlam arayışı, beden eğitimi öğretmenlerinin mesleklerine yönelik motivasyonlarını, bağlılıklarını ve mesleki tatminlerini belirleyen önemli bir unsurdur. Hayatın anlamına yönelik ilk soruların genelde yaşamda bir şeylerin eksik olduğu hissedildiğinde kendini gösterdiği ifade edilmektedir. Beden eğitimi öğretmenleri düşünüldüğünde ekonomik zorluklar, öğretmenlerin mesleklerinden aldıkları tatmini azaltarak, anlam arayışını sorgulamaya başlamalarına sebep olabilir. Düşük maaşlar, artan yaşam maliyetleri ve maddi güvencenin eksikliği, öğretmenlerin mesleklerine olan bağlılıklarını sarsabileceği gibi onları anlam arayışına yönlendirebilir. Yaşamda anlam ya da yaşamda anlamın varlığı, Steger (2009) tarafından kişinin yaşamını anlamlandırmasını sağlayan bir hedefe, bir misyona ya da kapsayıcı bir yaşam amacına sahip olma derecesi olarak tanımlanmıştır. Pandemi süreci ve onunla eğitimde zorunlu uygulanan uzaktan eğitim, bu süreçte fiziksel aktivitelerin kısıtlanması nedeniyle öğretmenlerin öğrencilerle kurduğu fiziksel bağların önemini ortaya koymuş ve öğretmen-öğrenci etkileşiminde yenilikçi bağların oluşturulmasını gerektirmiştir. Bu bağların dönüşümü, öğretmenlerin mesleklerinde anlam bulmalarını zorlaştırabilirken, aynı zamanda öğrenci-öğretmen etkileşimini yeniden tanımlama ihtiyacını da gündeme getirmiştir.

Yapay zekâ ve teknolojinin hızlı gelişimi ise hem fırsatlar hem de tehditler sunmaktadır. Teknolojinin eğitimde artan rolü, öğretmenlerin öğrencileri motive etme, yaratıcı çözümler sunma ve mesleki rollerini yeniden tanımlama ihtiyacını beraberinde getirmiştir. Bu gelişmeler, öğretmenlerin mesleklerinde anlam bulmalarını destekleyebilecek yeni araçlar ve yöntemler sunarken, aynı zamanda öğretmenlik rolünün dönüşmesine ve bu dönüşümün anlam arayışı üzerindeki etkilerine de yol açmaktadır.

Sonuç olarak, beden eğitimi öğretmenlerinin mesleki yaşamlarında kendi hayatları için değerli olan ve şartlarına uygun olarak, kendilerinden daha büyük bir davaya bağlanmasıyla yaşamlarında bir anlam yaratma sürecine dahil olabilirler. Böylece hayatın bir anlamı olduğu

12. Uluslararası Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Kongresi
12th International Physical Education And Sports Teaching Congress

25-27 Ekim 2024 / October 25th- 27th, 2024 – Bursa, Türkiye



duygusu, bazen yüzleşme zorunda kalınan olumsuz durumlara rağmen bireylere dayanma, başa çıkma gücü verebilir.



Beden Eğitimi Öğretmen Eğitiminde Yeni Yaklaşım: Pratiğe Dayalı Öğretmen Eğitimi

Erhan Devrilmez¹

¹Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Karaman, Türkiye

Öğretmen eğitimi, alan yazında uzun zamandır tartışılan bir konudur ve araştırmacılar sürekli bir reform gerektiği konusunda hemfikirdir. Bu tartışma, beden eğitimi ve spor alanında da devam etmektedir. Beden eğitimi ve spor öğretmeni yetiştiren kurumlarda uygulamaya dönük ders sayısının yeterli olmadığı alan yazında belirtilmektedir (Armour, 2017; Dillon vd., 2017; O'Leary vd., 2015; Patton ve Parker, 2015; Standal vd., 2014). Benzer bulgular ülkemiz beden eğitimi ve spor öğretmeni yetiştiren kurumlarda da elde edilmiştir (Bulca et al., 2012; Dervent et al., 2020; İnce, 2019; Şen et al., 2021). Bu sorunun çözümüne yönelik yakın zamanda beden eğitimi ve spor öğretmeni yetiştiren kurumlarda daha yetkin ve donanımlı beden eğitimi ve spor öğretmeni yetiştirmek için yeni bir yaklaşım alan yazına kazandırılmıştır. Bu yaklaşım pratiğe dayalı öğretmen eğitimi (PDÖE-M) modeli olarak ifade edilmektedir. Yaklaşımına göre model, beden eğitimi ve spor öğretmeni yetiştiren kurumlarda makro ve mikro seviyelerde değişiklikler önermektedir. Makro seviyede, beden eğitimi öğretmeni eğitime yönelik öğretim programı geliştiren uzmanların bu programlardaki disiplin derslerinin sayısının azaltılması ve mesleki uygulama, alan bilgisi ve uygulama yönelik ders sayısının artırılması beklenmektedir. Ayrıca öğretim ile disiplin dersleri arasında güçlü bir ilişki kurulması makro seviye hedeflerindedir. Mikro seviye de ise alan bilgisine yönelik derslerinin performans odaklıdan özelleşmiş alan bilgisi ve öğretim görevi odaklı derslere dönüştürülmesi için yeniden tasarlanmalıdır (Ward et al., 2023). Beden eğitimi ve spor öğretmeni yetiştiren kurumlarda PDÖE-M uygulayabilmek için üniversite öğretim elemanının tekrarlı öğretim, temel uygulamalar, prova ile öğretim, senaryolar ve uyarlamalı öğretim kullanmalıdır. Bu öğretim elemanları, ulusal beden öğretim müfredatı ve öğrenme çıktıları ya da standartları ile öğretim modelleri arasında bağlantı kurabilmelidir (Ward et al., 2023). Öğretim elemanları planlama yaparken öğretimsel uyarlamalar yapılabilmelerine olanak sağlayacak ders planlarını hazırlamalıdır. Hazırlanan ders planları aynı öğretim planının tekrar eden küçük değişikliklere yönelik esnek yapıda olmalıdır. Yakın zamanda yapılan çalışmalar beden eğitimi ve spor öğretmeni adaylarının gerçek okulda beden eğitimi ve spor öğretmeni olduklarında yeterliliklerini sağlamada modelin etkili olduğunu göstermektedir (Ward vd., 2022; 2023). Ülkemiz beden eğitimi ve spor öğretmeni yetiştiren kurumlarda daha yetkin ve donanımlı beden eğitimi ve spor öğretmeni yetiştirmek için bu modelin uygulanabilir olduğu

12. Uluslararası Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Kongresi
12th International Physical Education And Sports Teaching Congress

25-27 Ekim 2024 / October 25th- 27th, 2024 – Bursa, Türkiye



düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Öğretmen eğitimi, Öğretim Programı, Beden eğitimi ve spor, Model uygulaması



Effective Student-Teacher Communication In Physical Education And Sport

Dr. Alexandra PREDOIU¹

¹National University of Physical Education and Sport, Romania

The emphasis of modern education has moved to developing and maintaining excellent teacher-student relationships as a result of conceptual shifts and advancements in teaching strategies (Wang, 2024; Liu, 2024). Communication is known as a vital interpersonal ability; it is the foundation on which relationships are initiated, maintained, negotiated or dissolved and also an important tool for effective teaching (Pânișoară et al., 2019). Efficient communication between teacher and student, in physical education and sport, is considered to be the measure of success in learning, strengthening or perfecting the motor actions (Insigne, 2024) including the transmission of competence, knowledge and skills. It is generally acknowledged that communication lies at the heart of education (Sawford & Miles, 2021) and as frontline ambassadors of knowledge, teachers need to find effective ways to communicate with students in order to create a supportive environment where everyone can thrive. Whole Brain Teaching (WBT) is considered to be such an effective teaching strategy, knowing that each student (and person) has a particular way of processing and interpreting data, hemispheric dominance playing a very important role (Predoiu et al., 2023). The cerebral preference refers to the dominancy of a certain cerebral quadrant. Specialized literature (Tanner, 1997; Roco et al., 2014) mentions that the brain is composed of four interactive quadrants – the upper left quadrant, lower left quadrant, lower right quadrant and upper right quadrant. Taken together, these four specialized parts form a “whole brain” (Hermann, 1991). Knowing the particularities of the students, the teacher can approach them at their level of understanding, using the appropriate language to convey his message (Kim & Park, 2020). In this context, the 4-Sided Communication Model or the 4 Ears Model, developed by Friedemann Schultz von Thun (Fierro-Evans, 2015) is also very useful. This model argues that an assertion (statement) issued by a person, can have four different effects. Each of the statements contains, whether we want or not, four messages: factual information (about which I am informed), a self statement (what I show about myself), a relationship indicator (what I think about you and the relationship I have with you) and a request (what I want you to do). In the relational sphere between teacher and student, in physical education and sports domain, all types of communication (verbal, paraverbal, non-verbal) are important (Charlina et al., 2024; Predoiu et al., 2019), as well as the main representation system (visual, auditory, kinesthetic), or the specific communication style (assertive, non-assertive, manipulative or aggressive), being very useful to know also, the major advantages or disadvantages associated with using a particular style (Pânișoară et al., 2019).



The Power of Teachers: What a Difference a Quality Teacher Can Make

Dr. Phillip Ward¹

¹ *Ohio State University, Department of Human Sciences, Ohio, ABD*

In this presentation, I argue first that the joy of moving should be the primary goal of physical education and that all other objectives should serve this goal. My rationale is that experiencing joy in moving is a precursor to achieving sustained physical activity across the lifespan. I then make the case that the best way the goal of teaching students to find joy in moving is by supporting teachers by strengthening their ability to teach physical education. In unpacking this last statement I argue, first that teaching is powerful when it is done with care, using professional knowledge, and active decision making. Second, that the improvement of teaching, in both pre-service and in-service settings, requires a focus on the practice of teaching. The practice of teaching should be grounded in teaching experience and competence in the content to be taught, relative to the needs of the students and state or national standards. I conclude by emphasizing the importance of adaptive teaching in helping teachers become active decision makers who can improve their teacher across the career.

Flipped Learning in Physical Education: Evolution Over a Decade and Future Horizons

Dr. Ove Østerlie¹

¹ Norwegian University of Science and Technology, Department of Teacher Education, Norway

Over the last decade, flipped learning (FL) has gained traction as a pedagogical approach in physical education (PE), driven by an increasingly integration of digital technology across academic subjects. FL has been shown to promote positive student outcomes in PE across the cognitive, psychomotor and affective domains and has potential to transform traditional instructional models. Although significant progress has been made, further exploration is needed regarding how specific elements of FL, such as its theoretical foundations and methodological considerations, affect key outcomes like student and teacher perceptions, student motivation, and engagement, particularly within the PE context.

Therefore, this keynote theoretically explores the evolution of FL in PE. We trace its progression from an initial focus on digital content delivery to a more holistic approach that supports active, student-centred learning within and beyond PE settings. Early conceptions of FL often viewed it as a supplementary method for enhancing classroom engagement, but ongoing research and practical applications have refined its role as a comprehensive framework uniquely suited to the dynamic PE environment and aligned with whole-of-school physical activity promotion initiatives. We identify and discuss three primary shifts in how FL was and is conceptualised within PE.

First, we note a transition from a reliance on generic definitions rooted in the cognitive learning domain toward a more field-specific operationalization that prioritizes the psychomotor learning central to PE. This shift underscores the importance of adapting FL to the unique demands of PE, where skill development and physical activity are paramount. The new definition also recognizes the importance of the cognitive and affective domains and acknowledges FL can promote meaningful learning in PE through the promotion of cooperative learning, critical thinking, self-regulation, and the development of positive attitudes toward lifelong physical activity. Next, we discuss the evolution from viewing FL as a standalone tool or instructional strategy toward recognizing it as an entangled pedagogical framework in which technology and pedagogy are deeply intertwined. This shift acknowledges FL is not simply a digital tool for delivering content outside the classroom but a dynamic framework where digital technologies and teaching practices co-evolve, shaping and being shaped by one another. Finally, we overview how FL has progressed from having an exclusive focus within PE classes toward recognizing its alignment with whole-of-school frameworks, emphasizing the role of FL in supporting comprehensive approaches to school physical activity promotion. This evolution reflects the potential of FL to expand learning across school, home, and community environments and support meaningful, sustain physical activity engagement.

We conclude by offering practical guidance for physical educators interested in implementing FL and by highlighting future research directions. As FL in PE continues to evolve and be refined over the next decade and beyond, its potential to support meaningful learning and lifelong physical activity habits in students will depend on ongoing collaboration among researchers,

12. Uluslararası Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Kongresi
12th International Physical Education And Sports Teaching Congress

25-27 Ekim 2024 / October 25th- 27th, 2024 – Bursa, Türkiye



educators, and communities. Ultimately, these advancements will contribute to a more nuanced, context-sensitive, and impactful approach to the designs and implementations FL in PE.



SÖZEL BİLDİRİ ÖZETLERİ

ORAL PRESENTATION ABSTRACTS

SB:1

Eklektik Kuramlar Temelinde Beden Eğitimi ve Spora Özgü Ölçme Araçlarının Yeniden Yapılandırılması: Kendi Yönetiminde Hareket Öğrenme Stratejileri Üzerine Bir Rasch Analizi Uygulaması

Olca Kiremitci¹, Berkcan Boz², Hayal Boyacıoğlu³, Tuğay Küçükçal⁴

¹Ege Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, İzmir-Türkiye

²Ege Üniversitesi, Fen Fakültesi, İstatistik Bölümü, İzmir-Türkiye

³Giresun Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, Giresun-Türkiye

Özet

Amaç: Bu çalışmanın amacı, beden eğitimi ve spor alanında gerçekleştirilen uyarlama çalışmalarında sıklıkla kullanılan klasik test kuramı (KTK) kapsamındaki psikometrik ölçümlerden farklı olarak, madde tepki kuramı (MTK) çerçevesinde faydalanılan ve ölçüm aracının kullanımında araştırmacıya ekonomik kazanım sağlayabilecek Rasch analizinin uygulanabilirliğini test etmektir. **Yöntem:** Çalışmaya 3 farklı üniversitenin beden eğitimi ve spor bölümlerinde eğitim gören 436 (251 Erkek/%57.6–185 Kadın/%42.4) öğretmen adayı katılım göstermiştir. Çalışmada Bund ve Wiemeyer (2005) tarafından geliştirilen ve Kiremitci ve Canpolat (2010) tarafından uyarlanan Kendi Yönetiminde Hareket Öğrenme Stratejileri Ölçeği kullanılmıştır. Ölçüm aracı, 5 strateji alanını hedefleyen 13 gizil değişkenin ölçümünde kullanılan 35 maddelik tek boyutlu yapıya sahiptir. Ölçüm aracının 35 maddeden oluşan tek boyutlu yapısı ilk olarak, KTK kapsamında iç tutarlık katsayı hesaplamaları, %27'lik alt ve üst gruplar madde analizi, açımlayıcı faktör analizi (AFA) ve doğrulayıcı faktör analizi (DFA) ile test edilmiş olup, elde edilen sonuçlar aynı veri setinde kişi yetenek düzeyi ile madde zorluk düzeyi arasındaki farkın lojistik fonksiyonunu test etmek amacıyla MTK kapsamında Rasch modeliyle analiz edilmiştir. **Bulgular:** İlk aşamada elde edilen sonuçlar KTK dahilinde uyum göstermiş olsa da, MTK Rasch analizine ilişkin bulgular 3 maddenin lojistik fonksiyon değerlerinin uygun olmadığını ortaya koymuştur. Çalışmanın amacına yönelik ekonomik kullanımı test etmek amacıyla lojistik fonksiyonunun vermiş olduğu bilgilerden faydalanılarak, her bir gizil değişken için en uygun madde tercih edilmek suretiyle aynı güçlük derecesine sahip maddelerden 13 tanesi kullanılarak KTK ve MTK kapsamında tüm analizler tekrarlanmıştır. Elde edilen sonuçlar, KTK için iç tutarlık katsayısı ($\alpha=.969$), madde analizi ($t=-15.70/-20.48$), AFA ($KMO=.965/x^2=5767.47$, $df=78 - p<.001$) ve DFA ($Std.Est.=.779/.889-x^2/df=5.34-CFI=.95-RMSEA=.09$) için elde edilen sonuçlarının yanı sıra, Rasch analizi sonuçlarının da (Person Reliability=.907, MADaQ3=.092 $p<.001$; Infit=.761/1.271-Outfit=.782/1.327) istatistiksel olarak anlamlı olduğunu göstermiştir. **Sonuç:** Elde edilen sonuçlar, Kendi Yönetiminde Hareket Öğrenme Stratejileri Ölçeği 35 maddelik formu yerine, daha ekonomik olan 13 maddelik tek boyutlu yapısının araştırmacılar tarafından güvenilir ve geçerli şekilde kullanılabilirliğini göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: Eklektik Yaklaşım, Geçerlik, Güvenirlik, Rasch Analysis

E-posta: olcakiremitci@gmail.com



SB:2

Öğrenci-Sporcularda Kariyer Uyum Yeteneklerinin Değerlendirilmesi

Duygu Karadağ¹, Osman Urfa², F. Hülya Aşçı³

¹Haliç Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi, İstanbul-Türkiye

²Milli Eğitim Bakanlığı, Burdur-Türkiye

³Fenerbahçe Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, İstanbul-Türkiye

Özet

Giriş: Spor kariyerlerinin taleplerinin yanı sıra eğitim kariyerini sürdürmeye çalışan sporcular, genellikle düşük mesleki hazırlık ve spor sonrası hayata uyum sağlama zorluğu gibi sorunlarla karşılaşmaktadırlar. Bu nedenle, mevcut Kariyer Uyum Yetenekleri Ölçeği temel alınarak Ryba, Zhang, Huang ve Aunola (2016) tarafından genç sporcuların spor ve eğitimi başarılı bir şekilde birleştirmek için yararlanabilecekleri belirli yetenekleri anlamak amacıyla ölçeğin Çift Kariyer Formu geliştirilmiştir. Bu bağlamda çalışma Kariyer Uyum Yetenekleri Ölçeği-Çift Kariyer Formunun Türkçe geçerlik ve güvenilirliğini test etmeyi amaçlamaktadır. Yöntem: Çalışmaya, 62 kız (\bar{X} yaş=14.84±1.95) ve 156 erkek (\bar{X} yaş=14.75±1.97) toplam 218 öğrenci-sporcu (\bar{X} yaş=14.78±1.96) katılmıştır. Katılımcılara “Kişisel Bilgi Formu” ve “Kariyer Uyum Yetenekleri Ölçeği-Çift Kariyer Formu” uygulanmıştır. Ölçek, “endişe”, “çift kariyer endişesi”, “kontrol”, “merak” ve “güven” olmak üzere beş alt boyut ve 27 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin yapı geçerliğini incelemek için Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA); güvenilirliğini sınamak için ise Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı kullanılmıştır. Bulgular: Doğrulayıcı faktör analizi sonuçları yakınsamama hatası verdiği için analizler yürütülememiştir. Bu nedenle maddelere ait tanımlayıcı istatistikler ve korelasyon katsayıları incelenmiştir. Çift Kariyer endişesi faktöründe yer alan üç maddeye (m7-m8-m9) ait düzeltilmiş toplam puan korelasyonu 0,20 değerinin altında bulunmuştur. İlgili 3 maddenin aynı zamanda ölçekteki diğer maddelerle anlamlı bir ilişkisi de bulunamamış ve ölçekten çıkarılmıştır. Daha sonra ilgili faktörde 2 madde kaldığı için analizler tekrar hata vermiş ve bu yüzden Çift Kariyer endişesi faktörü ölçekten çıkartılmıştır. Geriye kalan 22 madde ve 4 faktörlü yapının mükemmel uyum değerleri gösterdiği ortaya konmuştur ($\chi^2/df=1,04$, CFI= 0,989, TLI= 0,989, RMSEA= 0,014, SRMR= 0,071). Maddelere ait faktör yüklerinin ise 0,30 ile 0,71 arasında olduğu ve tüm maddelere ait z değerlerinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir. Alt boyutlara ait Cronbach alfa iç tutarlık katsayıları ise 0,70 (kontrol) ile 0,81(merak) arasındadır. Sonuç: Ölçeğin 22 madde ve 4 faktörlü yapısının, sporcuların çift kariyere dair uyum yetenekleri ile ilgili araştırmalarda kullanmak için geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Öğrenci-Sporcu, Kariyer Uyum, Çift Kariyer

E-posta: duygukaradag@halic.edu.tr

SB:3

Oyunsal Antrenman/Egzersiz Tasarımı Ölçeği: Güvenirlik Çalışması

Ayşe Kübra Aktaş¹, Berk Hakan Yılmaz²

¹Bartın Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor, Bartın-Türkiye.

²Kastamonu Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor, Kastamonu-Türkiye.

Özet

Araştırmanın amacı, bireylerin oyunsal antrenman/ egzersiz tasarımı değerlendirilmesi için bir ölçme aracı olarak “Oyunsal Antrenman/ Egzersiz Tasarımı Ölçeği’nin Türk kültürüne uyarlamasını yapmaktır. Araştırmanın çalışma grubunda 124’ü kadın, 163’ü erkek olmak üzere toplam da 287 gönüllü katılımcı yer almıştır. Ölçeğin orijinal formu “oyunsal tasarım” (6 madde) ve yarışmacı tasarım” (6 madde) olmak üzere iki alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin yapı geçerliliğini test etmek için Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA) ve Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) yapılmıştır. Ölçeğin güvenilirliği için ise Cronbach’s Alpha iç tutarlılık katsayıları hesaplanmıştır. AFA sonucuna göre ölçeğin iki alt boyuttan oluştuğu belirlenmiştir. Yapılan DFA sonuçları, orijinal formula tutarlı olarak ölçek Türkçe versiyonunun da iki alt boyut (oyunsal tasarım ve yarışmacı tasarım) ve toplam 12 maddeden oluştuğunu göstermiştir. Ölçeğin güvenilirlik değerlendirmesi iç tutarlılık katsayısı ile hesaplanmış ardından madde toplam test korelasyonları da madde ayırt ediciliğine kanıt sağlamak amacı ile incelenmiştir. Araştırma kapsamında gerçekleştirilen Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) uyum iyiliği indeks değerleri ise x^2/sd ($x^2=93,57$, $sd=48,23$) = 1,94, RMSEA= ,058, SRMR= ,029, CFI= ,98, GFI= ,95 olduğu tespit edilmiştir. Ölçeğe ilişkin Cronbach Alpha değerlerinin ise oyunsal tasarım alt boyutu için ,89, yarışmacı tasarım alt boyutu için ,85, ölçeğin toplam puanına ilişkin Cronbach Alpha değerinin ise ,92 olduğu tespit edilmiştir. Elde edilen bilgi ve bulgular ışığında Türk kültürüne uyarlanan Oyunsal Antrenman/ Egzersiz Tasarımı Ölçeği’nin geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu söylenebilir

Anahtar Kelimeler: Oyun, Oyunsal Tasarım, Oyunsal Spor Tasarımı

E-posta: bhyilmaz@kastamonu.edu.tr

SB:4

Taekwondo Sporcularında Core Antrenmanının Performansa Etkisi

Sevilay Kaplan¹, Mustafa Said Erzeybek¹

¹Ahlatlıbel Mahallesi İncek Şehit Savcı Mehmet Selim Kiraz Bulvarı 06805 Beytepe/Ankara

Özet

Spor, yaşla mücadele ederken kazanılan temel beceriler ve geliştirilen aletli-aletsiz savaş mücadelelerini, serbest zaman dilimindeki yükselişe bağlı olarak, toplu bir şekilde veya tek tek barışçıl bir biçimde ve simülasyon yöntemiyle, oyun, serbest zaman geçirme ve işlerden uzaklaşmak amacıyla kullanılmasına bağlı estetik bir teknik yeterliliği, fiziki yarışmacı ve toplumsal süreçtir (Fişek, 1980). Fişek'in tanımına ek olarak, spor insanın fiziki yaşantısını etkileyen, fiziksel doyumun yanında ruhsal doyuma ulaşmasını da sağlayan faktörel bir araçtır. Birçok dalı bulunmaktadır. Bunlardan birisi de Taekwondodur. Taekwondo, orijinini Kore savunma sporlarının değişik şekillerinden almıştır (Heler ve ark., 1998). Taekwondonun kelime etimolojisine baktığımız zaman "tae; ayaklarla tekme atmak, kırmak, vurmak, kwon; yumruk veya elle vurmak, yok etmek, do ise metot" anlamına gelmektedir (Lewis,1996). Taekwondo, core kaslarının güçlenmesine büyük katkı sağlamaktadır. Core kasları, vücudun orta bölgesini destekleyen kas gruplarını ifade etmektedir. Bu kaslar, denge, stabilite, vücut koordinasyonu ve güçlü vuruşlar için son derece önemlidir. Vuruşun güçlü olması için kas sisteminin de güçlü olması, etkin şekilde kullanılması gerekmektedir. Bu çalışmada, taekwondo sporcularında core antrenmanlarının performansa etkisine yönelik çalışmaların literatür taraması yapılmıştır. Araştırmada, geçmiş yıllarda yapılan çalışmalar derlenmiş ve elde edilen bulgular yorumlar ile desteklenmiştir. Taekwondo sporcuları için core antrenmanı, sporcu performanslarını ve genel fiziksel kapasitelerini önemli ölçüde artırır. Core kasları, sadece karın bölgesi değil, aynı zamanda sırt, kalça ve pelvis kaslarını da içerir ve bu kas grubu vücut hareketlerinde merkezi bir rol oynamaktadır. Taekwondo sporcuları için core antrenmanı, teknik performansları ve fiziksel kapasiteleri üzerinde doğrudan etkili olup, daha güçlü, dengeli, hızlı ve dayanıklı olmalarına yardımcı olur. Core antrenmanlarını düzenli olarak programlarına dahil eden sporcular, hem müsabakalarda hem de antrenmanlarda daha üst düzeyde performans sergileyebilirler. Bu bildirideki temel amaç da bu kas sisteminin önemini vurgulayarak elde edilen verilerden hareketle gelişiminde etkili olacak yol ve yöntemlere yer vermek olacaktır.

Anahtar Kelimeler: Taekwondo, Core Antrenman, Antrenman, Kas sistemi



SB:5

Öğrenme Stilleri Ve Akademik Öz Yeterlik: Aktif Öğrenci Katılımı

Negin Borousan¹, A.Meliha Canpolat²

¹Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, İzmir- TÜRKİYE

²Ege Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümleri, İzmir-TÜRKİYE

Özet

Bu araştırma, Spor Bilimleri Fakültelerinde farklı bölümlerde öğrenim gören öğrencilerin akademik özyeterlikleri, derslere katılımları ve öğrenme stilleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi ve derse katılımlarında hangi öğrenme stillerini kullanarak daha etkin öğrendiklerinin belirlenmesi amacıyla düzenlenmiştir. Araştırmanın çalışma grubunu, Türkiye'nin Ege Bölgesi'nde yer alan İzmir, Manisa ve Aydın illerindeki Ege Üniversitesi, Adnan Menderes Üniversitesi ve Celal Bayar Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nin üç farklı bölümünde (Beden Eğitimi Öğretmenliği, Spor Yöneticiliği ve Antrenörlük Eğitimi) öğrenim gören 274 kadın ve 355 erkek olmak üzere toplam 629 öğrenci oluşturmaktadır. Öğrencilerin akademik özyeterliklerini, derse katılımlarını ve tercih ettikleri öğrenme stillerini belirlemek için "Akademik Özyeterlik Ölçeği", "Derse Katılım Ölçeği" ve "Sözel-Görsel Öğrenme Stili ölçekleri" kullanılmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde betimsel istatistik yöntemlerinden, korelasyon analizinden, hiyerarşik ve hiyerarşik olmayan küme analizinden ve çok değişkenli varyans analizinden yararlanılmıştır. Korelasyon analiz sonuçlarına göre, akademik özyeterlik ölçeği ile derse katılım ölçeği ve sözel-görsel öğrenme stilleri ölçeğinin tüm alt boyutları arasında pozitif ve anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Aynı zamanda, sözel ve görsel öğrenme stilleri ile derse katılım ölçeğinin tüm alt boyutlarının düşük düzeyde pozitif bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Kümeleme analizleri sonucunda, akademik özyeterlik puanı yüksek olan öğrencilerin hem derse katılım ölçeğinin hem de sözel ve görsel öğrenme stilleri ölçeğinin tüm alt boyut puan ortalamaları, orta ve düşük akademik özyeterliğe sahip öğrencilerin ortalamalarından anlamlı şekilde daha yüksek bulunmuştur. Kümeleme analizi sonrasında gruplandırılan özyeterlik değişkeni ve cinsiyetin derse katılım ölçeği ile sözel ve görsel öğrenme stilleri alt boyut puanları üzerindeki ortak etkisini anlamak için çok yönlü varyans analizinden faydalanılmıştır. Yapılan analizlere göre, akademik özyeterliği yüksek olan erkek öğrencilerin sözel ve görsel öğrenme stilleri ölçeğinin ortalamaları, kadın katılımcıların ortalamalarından yüksek olarak tespit edilmiştir. Ayrıca, cinsiyet ve özyeterliğin sözel ve görsel öğrenme stilleri üzerinde ortak bir etkisi varken; derse katılım ölçeği üzerinde herhangi bir ortak etki tespit edilememiştir.

Anahtar Kelimeler: Akademik Özyeterlik, Öğrenme Stilleri, Derse Katılım

E-posta: neginborousan@yahoo.com

SB:6

Spor Bilimleri Fakültesinde Öğrenim Gören Öğretmen Adaylarının Öğretmenlik Mesleğine Yönelik Tutumlarının İncelenmesi

Yusuf Burak Yamaner¹, Tonguç Vardar²

¹Bursa Uludağ Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bursa-TÜRKİYE

²Bursa Uludağ Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Bursa-TÜRKİYE

Özet

Giriş ve Amaç: Beden eğitimi ve spor öğretmenliği, bireylerin fiziksel gelişimlerini ve sağlıklı yaşam alışkanlıklarını desteklemek açısından kritik bir meslektir. Spor Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim gören öğretmen adaylarının bu mesleğe yönelik tutumları, gelecekteki uygulamaları ve öğrencilere aktardıkları değerler üzerinde önemli bir etkiye sahiptir. Bu çalışma, öğretmen adaylarının beden eğitimi ve spor öğretmenliği mesleğine yönelik tutumlarını inceleyerek, mevcut durumlarını ve bu tutumların oluşumundaki etkenleri belirlemeyi amaçlamaktadır. Gereç ve Yöntem: Araştırmanın çalışma grubunda rastgele örnekleme yöntemi ile seçilen ve yaşları 18-24 arasında değişen 82 kişi (Ortyaş= 21.8±2.14) yer almıştır. Veri toplama amacı ile araştırmacı tarafından oluşturulan kişisel bilgi formuna ek olarak, Üstüner (2006) tarafından geliştirilen “Öğretmenlik Mesleğine Yönelik Tutum Ölçeği (ÖMYTÖ)” kullanılmıştır. Araştırma kapsamında oluşturulan hipotezler, bağımsız örneklemler için t test, ANOVA analizi yöntemleri kullanılarak test edilmiştir. Bulgular: Elde edilen bulgular sonucunda, katılımcıların öğretmenlik mesleğine yönelik tutum ölçeğinden almış oldukları puanlar değerlendirilmiştir. Bu doğrultuda cinsiyet değişkeni bağlamında bakıldığı zaman kadın öğretmen adayları ile erkek öğretmen adaylarının öğretmenlik mesleğine yönelik tutum puanları arasında anlamlı farklılığın olduğu saptanmıştır (p<0.05). Bir diğer değişken olan bölüm ve sınıf değişkeni bağlamında bakıldığında da yine katılımcıların öğretmenlik mesleğine yönelik tutum puanları arasında anlamlı farklılığın olduğu saptanmıştır (p<0.05). Diğer yandan gelir düzeyi, anne baba eğitim durumu değişkenleri bağlamında katılımcıların öğretmenlik mesleğine yönelik tutum puanlarında anlamlı farklılığın olmadığı saptanmıştır (p>0,05). Tartışma ve Sonuç: Sonuç olarak, öğretmen eğitimi programlarının cinsiyet ve akademik profil gibi değişkenleri göz önünde bulundurularak yapılandırılması, öğretmen adaylarının mesleki tutumlarını olumlu yönde etkileme potansiyeline sahip olduğu söylenebilir. Gelecek araştırmaların, bu değişkenlerin tutumlar üzerindeki etkilerini daha derinlemesine inceleyerek, eğitim politikalarının geliştirilmesine katkı sağlayabileceği düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Beden Eğitimi, Aday, Öğretmen, Meslek ve Tutum

E-posta: yamaner7@gmail.com

SB:7

Okul Öncesi ve İlkokul Çağındaki Çocuklara Yönelik Resimli Fiziksel Aktivite Kitaplarının Toplumsal Cinsiyet Analizi

Safter Elmas¹, Aydan Gözmen Elmas¹

¹Marmara University, Faculty of Sport Sciences, Physical Education and Sports, İstanbul-TURKEY

Özet

Okul öncesi ve ilkököl dönemindeki çocukların fiziksel aktivite ve sportif faaliyetlerini ele alan resimli, çizimli ve metinli kitaplardaki toplumsal cinsiyetli temsiller, bu dönemdeki çocukların beden eğitimi derslerinde cinsiyet kimliği gelişimi üzerinde olumlu/olumsuz etkilere sahip olabilir. Bu çalışma, okul öncesi ve ilkököl dönemini kapsayan 4-9 yaş arasındaki çocuklara yönelik kitaplarda kız ve oğlan çocuklarının nasıl, nerede, ne kadar resmedildiğini ve anlatıldığını anlamayı ve bu sayede toplumsal cinsiyet düzeninin görsel ve söylemsel inşasını keşfetmeyi amaçlamaktadır. 10 farklı yayınevinden çeşitli spor branşlarının olduğu, resimli, çizimli ve metinli içeriklere sahip olan ve ortalama sayfa sayısı 52 olan 16 kitabı, toplumsal cinsiyetin kuramsallaştırması ve Connell'in (2005) erkeklikler kuramına dayanarak nitel araştırmayla gerçekleştirdik. İçerik analizini uygularken Feminist ve Çok Modlu Eleştirel Söylem Analizi temel yaklaşımımız oldu. Bulgular, kitapların erkekmerkezcil içerikleri yoğunlukla temsil ettiğini göstermektedir. Kitaplarda tercih edilen branşlar, kitap kapağında ve içinde resmedilen çocuklar, aktivitelerde oynayan/izleyen ve söyleyen/dinleyen konumlar, ders kitaplarının ezici bir çoğunlukla vurgulanmış kadınlık ve hegemonik erkeklik söylemleriyle tanımlandığını ortaya koymuştur. Çocuk kitaplarının, cinsiyetli olarak yapılandırıldığı birçok söylem (örn: "futbol erkek işi") ve çizimli eylem (ip atlayan kız/şut çeken oğlan, ağlayan kız/bağırان oğlan) içerdiğini bulduk. Bununla birlikte, toplumsal cinsiyet normlarına uymayan yayın içerikleri niceliksel ve niteliksel olarak az da olsa vardı (karma futbolda kaptan kız, ip atlayan oğlan vb.). Bulgular ışığında, çocuk kitaplarının hem fiziksel aktivite kültürüne hem de okullardaki beden eğitimi derslerine dönük toplumsal cinsiyet çağrışımlarının ve kalıp yargılarının erken bir kaynağı olabileceğini, öte yandan yaygın olmasa da buna alternatif olan toplumsal cinsiyet eşitliğine kapı aralayan, kapsayıcı ve katılımcı bir perspektifinde belirmeye başladığını söyleyebiliriz.

Anahtar Kelimeler: Çocuk, Kitap, Toplumsal Cinsiyet, Fiziksel Aktivite, Beden Eğitimi



SB:8

Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenlerinin Öğretme-Öğrenme Anlayışları ile Öz Yeterlilik Algıları Arasındaki İlişki

Ahmet Haktan Sivrikaya¹, Öznur Şan²

¹Balıkesir Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü,
Balıkesir-TÜRKİYE

²Öznur ŞAN, Balıkesir Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Balıkesir-TÜRKİYE

Özet

Özet: Giriş ve Amaç: Araştırmanın temel amacı, beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin öğretme-öğrenme anlayışları ile öz yeterlilik algıları arasındaki ilişkiyi incelemektir. Yöntem: İlişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Çalışma Balıkesir ilinde görevli 260 beden eğitimi ve spor öğretmenini kapsamaktadır. Veriler, Öğrenme- Öğretme Anlayışları ve Özyeterlilik Algısı Ölçeği ile toplanmıştır. Verilerin analizlerinde betimleyici istatistik, T-Testi ve Tek Yönlü Varyans kullanılmıştır. Analizlerde anlamlılık düzeyi $p < 0,05$ 'tir. Bulgular ve Sonuç: Beden eğitimi öğretmenlerinin öğretme ve öğrenme anlayışları orta düzeyde, öz yeterlilik algıları ise yüksek düzeydedir. Beden eğitimi öğretmenlerinin öğretme ve öğrenme anlayışları ile öz yeterlilik algıları arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Beden eğitimi, Spor, Öğretmen, Öğretme, Öğrenme, Özyeterlilik

E-posta: haktan35@hotmail.com



SB:9

Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenleri İle Öğretmen Adaylarının Eğitim Felsefesi İnançlarının Karşılaştırılması

İlknur Sürün¹, A. Dilşad Mirzeoğlu²

¹Sakarya Gençlik Spor İl Müdürlüğü, SAKARYA/TÜRKİYE

²Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi. Beden Eğitimi ve Spor, SAKARYA- TÜRKİYE

Özet

Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenleri İle Öğretmen Adaylarının Eğitim Felsefesi İnançlarının Karşılaştırılması Özet Bu çalışmada Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlı okullarda görev yapan beden eğitimi ve spor öğretmenleri ile Beden Eğitimi ve Spor Bölümünde okuyan öğretmen adaylarının eğitim felsefesi inançlarının karşılaştırılması amaçlanmıştır. Araştırmada betimsel tarama modeli kullanılmış olup, çalışmaya Marmara Bölgesinde seçilen illerde görev yapan 554 öğretmen ve aynı illerde bulunan üniversitelerin beden eğitimi ve spor bölümlerinde öğrenim gören 528 öğretmen adayı katılmıştır. Verilerin toplanmasında öğretmenlerinin ve öğretmen adaylarının demografik bilgileri "kişisel bilgi formu" ile elde edilirken, eğitim felsefesi inançlarını belirlemek için ise Yılmaz, Altinkurt ve Çokluk (2011) tarafından geliştirilen "Eğitim İnançları Ölçeği" kullanılmıştır. Çalışmada elde edilen veriler bağımsız gruplar t testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA) istatistiksel testleri kullanılarak analiz edilmiştir. Araştırmada elde edilen bulgulara göre, beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin ve öğretmen adaylarının en çok varoluşçuluk ve ilerlemecilik eğitim felsefelerine, en az ise esasicilik eğitim felsefesine eğilim gösterdikleri belirlenmiştir. Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin eğitim felsefesi inançlarında cinsiyete, eğitim düzeyine, kıdem yılına ve okulda çalıştıkları spor branşlarına göre anlamlı farklılık görülürken, görev yaptıkları okul düzeyine göre anlamlı farklılık görülmemiştir. Öğretmen adaylarının eğitim felsefesi inançları ise cinsiyete, öğrenim gördükleri sınıf düzeyine, lisanslı sporcu olma durumuna ve lisanslı olarak yaptıkları spor türüne göre anlamlı farklılık görülürken, öğrenim gördükleri üniversiteye göre anlamlı farklılık olmadığı görülmüştür. Beden eğitimi ve spor öğretmenleri ile öğretmen adaylarının eğitim felsefesi inançları karşılaştırıldığında ise, ilerlemecilik, varoluşçuluk ve yeniden kurmacılık eğitim felsefeleri alt boyutlarında öğretmen adayları lehine anlamlı bir farklılık görülmüştür. Sonuç olarak, beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin ve öğretmen adaylarının çağdaş eğitim felsefelerine eğilimlerinin daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmeni, Öğretmen Adayı, Felsefe, Eğitim Felsefesi İnançları, Beden Eğitimi Ve Sporda Felsefe

E-posta: ilknursurun259@gmail.com.tr

SB:10

Eşli Çalışma Yöntemi İle Yürütülen Karate Dersinin Öğrencilerin Empatik Eğilim Ve Eleştirel Düşüncelerine Etkisi

Aslıhan Aygüneş¹, Emre Aksoy², A. Dilşad Mirzeoğlu³, Nurullah Çelik³

¹Bartın Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, Bartın-Türkiye

²Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Sakarya-Türkiye

³Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, Sakarya-Türkiye

Özet

Bu çalışmanın amacı; üniversitede eşli çalışma yöntemiyle yürütülen karate derslerinin, öğrencilerin empatik eğilim ve eleştirel düşüncelerine etkisini incelemektir. Ön test-son test kontrol gruplu deneysel desende tasarlanan çalışmaya, 2023-2024 güz döneminde, Bartın Üniversitesi ve Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi'nde seçmeli karate dersi alan 20 üniversite öğrencisi katılmıştır. Çalışmada veriler; Dökmen (1988) tarafından geliştirilen "Empatik Eğilim Ölçeği" ve Ricketts ve Ruds (2005) tarafından geliştirilip Demircioğlu ve Kilmen (2012) tarafından Türkçe'ye uyarlanan "Eleştirel Düşünme Eğilimi Ölçeği" ile elde edilmiştir. Uygulama aşamasında 8 hafta boyunca karate dersleri deney grubunda eşli çalışma yöntemi ile, kontrol grubunda ise komut yöntemi ile yürütülmüştür. Elde edilen verilerin analizinde bağımsız ve bağımlı gruplar t-testi kullanılmıştır. Çalışmada elde edilen veriler, deney grubunun hem empatik eğilim, hem de eleştirel düşünme ön test-son test puanlarının benzer olduğunu ortaya koymuştur. Kontrol grubunda da benzer şekilde empatik eğilim ve eleştirel düşünme ön test-son test puanları arasında anlamlı fark olmadığı belirlenmiştir. Ayrıca deney ve kontrol gruplarının empatik eğilim ve eleştirel düşünme son test puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı fark olmadığı belirlenmiştir. Sonuç olarak, üniversite öğrencilerinde karate dersi için eşli çalışma ve komut yöntemlerinin empatik eğilim ve eleştirel düşünme özelliklerine benzer etkileri olduğunu ve bu özelliklerin gelişimi için her iki yöntemin de kullanılabileceği söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Eşli Çalışma Yöntemi, Komut Yöntemi, Karate, Empatik Eğilim, Eleştirel Düşünme

SB:11

COVID-19 Sonrası Yetişkin Bireylerin Fiziksel Aktivite Durumlarına Göre Uyku Kalitesi, Beslenme ve Yaşam Kalitelerinin İncelenmesi

Esra Kurt¹, Coşkun Rodoplu², Ramiz Arabacı¹

¹Bursa Uludağ University, Faculty of Sport Sciences, Department of Physical Education and Sport,
Bursa, TÜRKİYE

²Bursa Technical University, Common Lessons, Bursa, TÜRKİYE

Özet

Bu çalışmanın amacı, COVID-19 tanısı alan yetişkinlerin hastalık tanısı aldıktan 12 hafta sonra fiziksel aktivite durumlarına göre uyku kalitesi, beslenme ve yaşam kalitesi arasındaki farkları araştırmaktır. Bu çalışmaya Bursa'da yaşayan 18-65 yaş arası 277 sedanter yetişkin dahil edilmiştir. Veriler 'Google Form' kullanılarak toplanmıştır. Katılımcıların tanımlayıcı ve sosyo-demografik özellikleri, aşılama ve COVID-19 durumu, vücut ağırlığı ve boy uzunluğu beyanları esas alınmıştır. Katılımcıların beslenme davranışları Sağlıklı Beslenme Tutum Ölçeği (ASHN), uyku durumları Pittsburgh Uyku Kalitesi İndeksi (PSQI), PA düzeyleri Uluslararası PA Anketi (IPAQ) ile ve yaşam kaliteleri Dünya Sağlık Örgütü Yaşam Kalitesi Ölçeği (WHOQOL-BREF) Kısa Formu ile belirlenmiştir. Veriler SPSS for Windows 26.0 (Chicago, IL, ABD) istatistik yazılımı kullanılarak analiz edilmiştir. Veriler frekans (f) ve yüzde (%) olarak ifade edilmiştir. Katılımcıların PA durumuna göre uyku kalitesi, beslenme ve yaşam kalitesindeki farklılıklar Ki-kare (χ^2) testi ile analiz edilmiştir. Analiz sonuçlarına göre, COVID-19 tanısı sonrası 277 bireyin %63,6'sının PA' da inaktif olduğu, %65,8'inin orta düzeyde beslenme durumuna sahip olduğu, %53,3'ünün uyku durumunun kötü olduğu ve %54,4'ünün yaşam kalitesinin iyi olduğu tespit edildi. COVID-19 sonrası normalleşme sürecindeki katılımcıların fiziksel aktivite durumuna göre uyku kalitesi, beslenme ve yaşam kalitesi arasında bir fark bulunmamıştır.

Anahtar Kelimeler: COVID-19, Kilitlenme, Fiziksel aktivite, Uyku Kalitesi, Beslenme ve Yaşam Kalitesi

E-posta: esrakrt87@gmail.com



SB:12

Strateji Kavramı Ve Spor Olaylarından Örnekler

Atakan Yıldız¹

¹TFF Federasyon Temsilcisi, Bursa / TÜRKİYE

Özet

Strateji kelimesi, Eski Yunanca’ da «Strategós» kelimesinden köken almaktadır ve «Generalin Sanatı» anlamına gelmektedir. Muhtelif zamanlarda, muhtelif tanımları yapılan strateji kavramını; “kişi veya grubun, rakiplerinin önüne geçmesini sağlamak ve kazanmak üzere kaynakların etkin ve verimli kullanılarak alınan riskleri ve kararları esas alan bir kazanma oyunu” olarak tanımlamak ve “uzlaşmaları kırmak suretiyle başarılı olmak doğrultusundaki düşünce sistematığı” olarak değerlendirmek mümkündür. Bu sunumun amacı; strateji ve yatay düşünce sistemlerinin tanımı, kökeni ve gerektirdiği kişilik özellikleri ile birçok uluslararası spor organizasyonlarında stratejiye dair kayıtlara ve literatüre geçen ve örnek teşkil edebilecek birtakım örnek olayları derlemek ve ortaya koymaktır.

Anahtar Kelimeler: Strateji, Yatay Düşünce, Vizyon, Hedef, Rekabet, Risk, Perspektif

E-posta: atakanyildiz16@gmail.com

SB:13

12-18 Yaş Tenisçilerin Beslenme Bilgi Düzeyleri Ve Alışkanlıklarının İncelenmesi (Bursa Örneği)

Deniz Yılmaz¹, Mert Arabacı^{2,3}, Ramiz Arabacı^{2,3}

¹*İstanbul Aydın Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, İstanbul-Türkiye*

²*Bursa Uludağ Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Bursa-Türkiye*

³*Sporda Elit Performans Araştırma Grubu, Bursa-Türkiye*

Özet

Bu çalışmanın amacı, Bursa ilinde ikamet eden 12-18 yaş aralığındaki kadın ve erkek tenisçilerin beslenme bilgi düzeyleri ile beslenme alışkanlıklarının ayrıntılı bir şekilde incelenmesidir. Araştırmaya toplam 102 kadın ve erkek (\bar{x} yaş= 13.9±1.7 yıl ve 14.6±2 yıl; ağırlık 50.7±10.2 kg ve 60.6±13.3 kg; boy 161.3±8.3 cm ve 170.2±11.6 cm, sırasıyla) gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcılar en az 3 yıldan beri düzenli olarak tenis antrenmanlarına ve turnuvalara katılmakta olup TTF ve ITF junior sıralamasında ilk 1000 yer almaktadırlar. Verileri toplamak için 51 soruluk bilgi formu (anket) kullanıldı. Ankette ilk 6 soru tanımlayıcı özellikler, diğer sorular ise beslenme bilgi düzeyleri ve alışkanlıkları ile ilgiliydi. Anketler yüz-yüze ve on-line (Google forms) olarak 01-30 Ağustos 2024 tarihler arasında araştırmacılar tarafından uygulandı. Elde edilen veriler SPSS for Windows 27 istatistik programında Bağımsız t test ve Ki kare testleri ile analiz edildi. Etki büyüklüğünü belirlemek için Cohen's d değeri (0.2 küçük, 0.5 orta ve 0.8 büyük etki) kullanıldı. Kız ve erkek tenisçilerin uyku süreleri (7.9±1 saat ve 8±1.2 saat) arasında da istatistiksel olarak anlamlı fark olmadığı ($p>0.05$) ancak su tüketimi (2±.9 L/gün ve 2.7±1.2 L/gün) açısından anlamlı fark ($p<0.05$) olduğu belirlenmiştir. Katılımcıların %72.5'i kilo vermek ($\chi^2=20.7^*$) ve %75.5'i almak istemedikleri ($\chi^2=26.5^*$) belirtmişlerdir. Katılımcıların % 71 vücut görünüşünden memnun olduğu ($\chi^2=15.7^*$), %67.6'sı günde 3 öğün yemek yediği ($\chi^2=12.7^*$), %16.7'si öğün atlama alışkanlığı olduğu ($\chi^2=12.7^*$), %62.7 beslenmelerine dikkat ettiklerini ($\chi^2=58.7^*$), %55'i besin destek ürünleri hakkında bilgisi olduğu ($\chi^2=51.9^*$), %16.7 si karbonhidrat programı kullandığı ($\chi^2=15.25^*$), %85' sporcu içeceği tüketmediği ($\chi^2=45.3^*$), %73.5' i sporcu beslenmesi hakkında bilgisi olmadığı ($\chi^2=22.6^*$), %64'ü sporcu beslenmesi hakkında diyetisyenden bilgi aldığı ($\chi^2=6.6^*$), yoğun antrenman sonrası %85'i Kırmızı et ve makarna ($\chi^2=45.3^*$) tercih ettiği, düşük yoğunlukta geçen antrenman sonrasında %40.2'si tavuk ve pilav ($\chi^2=35.9^*$) tercih ettiği belirlenmiştir. Sonuç olarak, Bursa'da ikamet eden 12-18 yaş aralığındaki tenisçilerin beslenme konusunda temel düzeyde bilgiye sahip oldukları, ancak tenis sporuna özgü beslenme alışkanlıklarını geliştirmeleri gerektiği ifade edilebilir.

Anahtar Kelimeler: Sporcu Beslenmesi, Beslenme Bilgi Düzeyi, Beslenme Alışkanlıkları, Tenisçiler, 12-18 Yaş, Su Tüketimi, Uyku Süresi, Kilo Kontrolü

SB:14

Optimal tenis eğitimi: bütüncül yaklaşım perspektifinden elit tenisçinin yetiştirilmesi

Mert Arabacı¹

¹ *Uludağ University, Faculty of Sport Sciences, Physical Education and Sports, Bursa-TURKEY*

Özet

Tenis yaklaşık 150 yıllık bir geçmişe sahip en popüler spor dallarından birisidir. Ülkemizde de her yaş kategorisinde popülaritesi giderek artmaktadır. Ancak, ülkemizde elit tenisçinin yetiştirilmesi hala bu alanda en önemli bir sorun olup bilimsel çalışmaların yapılmasına ihtiyaç vardır. Bu araştırmanın amacı, elit tenis oyuncusunun yetiştirilmesindeki faktörlerinin, paydaşlarının, eğitimi programları ve stratejilerin oynadıkları rolleri incelemektir. Bu çalışmada iki araştırma sorusuna cevap aranmaktadır: (1) Kariyer yörüngelerin elit tenis oyuncunun geliştirme yollarındaki rolleri nelerdir? ve (2) Bu yörüngelerin teniste nasıl modellenmiştir? Bu araştırma nitel bir çalışma olup kaynak tarama ve inceleme yöntemi kullanılmıştır. SPORTDiscus with Full Text, PubMed ve SCOPUS veri tabanları taranarak 2004-2024 yılları arasında Teniste Elit Sporçunun yetiştirilmesi ile ilgili İngilizce yazılmış bilimsel makaleler incelenmiştir. Ayrıca tenis eğitimi ile ilgili (Tenis Akademileri, Tenis Federasyonları, kulüpler vb.) web sayfaları incelenmiş ve yarı yapılandırılmış görüşmeler tenis uzmanları ile yapılmıştır. Tenis eğitiminde sporçunun fiziksel, fizyolojik ve mental yeteneği yanında antrenör, veli, tesis, yönetim, organizasyon, planlama, eğitim gibi faktörler son derece önemlidir. Bu faktörler iyi bir tenisçi olmanın yapı taşları arasında yer almaktadır. Tenis eğitiminde yaşlara göre antrenman süresi ve hacmi, teknik-taktik, fiziksel ve mental antrenman, tamamlayıcı çalışmalar yoga, stretching, elit tenisçiler ile konuşma, yaşlara göre oynanması gereken turnuva sayısı, güçlü sponsorlar gibi markerler önemi öne çıkan bulgulardır. Dünyada hem tenis hem de eğitimde kendilerini ilerletmek isteyen sporcular için çeşitli akademiler bulunmaktadır. Birçok sporcu 13-14 yaşlarından itibaren bu tenis akademilerinin programlarını izlemekte olup lise eğitimlerini tamamlanmasıyla ya turnuvalara katılarak profesyonel tenisçi olarak devam etmekte ya da üniversite eğitimi ile birlikte elit seviyeye ulaşma yolunu tercih etmektedir. Sonuç olarak, en üst düzey gençler seviyesindeki performansın nihai üst düzey profesyonel başarının kritik bir öncüsü olduğunu ve en iyi profesyonel tenis oyuncularının başlangıç yaşından uluslararası genç seviyesine ulaşmaya kadar yaklaşık 10 yıl ve kariyer zirvesi sıralamasına ulaşmak için ortalama 10 yıl daha harcadıkları söylenebilir. Ayrıca elit tenisçilerinin çok yönlü, geniş kapsamlı ve yoğun bir tenis eğitimi aldıkları görülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Tenis, Elit Performans, Kapsayıcı Eğitim

E-posta: mertarabaci2002@hotmail.com

SB:15

Beden Eğitimi ve Spor Öğretmen Adaylarının Öğretmenlik Mesleği Genel Yeterliliklerine İlişkin Özdeğerlendirme Algılarının İncelenmesi

Nazlı Yanar Tunçel¹, Züleyha Avşar²

¹Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Karaman-Türkiye

²Bursa Uludağ Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, Bursa-Türkiye

Özet

Giriş ve Amaç: Öğretmen eğitimi esnasında edinilen mesleki bilgi, beceri ve yeterlikler, öğretmen adayının öğretime yönelik tutumunu etkilemektedir. Bu nedenle öğretmen adaylarının mesleğe yönelik özyeterlik algıları önemlidir. Bu araştırma, beden eğitimi ve spor öğretmen adaylarının öğretmenlik mesleği özyeterliklerini, kendi değerlendirmeleri aracılığıyla incelemeyi amaçlamaktadır. Yöntem: Çalışmanın araştırma grubunu, farklı üniversitelerin beden eğitimi ve spor öğretmeni yetiştiren bölümlerinde öğrenim gören ve öğretmenlik uygulaması dersini tamamlamış 66 beden eğitimi ve spor öğretmen adayı oluşturmaktadır. Genel tarama modelinde gerçekleştirilen çalışmada, veri toplama aracı olarak Milli Eğitim Bakanlığı (2017) tarafından yayınlanan Öğretmenlik Mesleği Genel Yeterlilikleri kullanılmıştır. Elde edilen veriler Jamovi 1.8.2 istatistik yazılım programında analiz edilmiştir. Bulgular: Analiz sonuçlarına göre öğretmen adayları mesleki yeterlikler açısından kendilerini yüksek düzeyde (4,360,43) yeterli bulmaktadır. Araştırmada yer verilen çeşitli değişkenler açısından da öğretmen adaylarının kendilerini yeterli bulma düzeyleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark saptanmamıştır. Sonuçlar: Beden eğitimi ve spor öğretmen adaylarının kendilerini öğretmenlik mesleği yeterlilikleri açısından yüksek düzeyde yeterli bulmaları öğretmen yetiştiren kurumlar açısından memnuniyet verici bir durumdur. Katılımcı grubun henüz mesleki deneyiminin olmaması kendilerini öğretim konusunda yüksek düzeyde yeterli hissetmelerine neden olmuş olabilir. Bunun yanında nicel çalışmalara dayalı olarak katılımcıların sorulara yüksek düzeyde olumlu cevap vermiş olma ihtimalleri de göz ardı edilmemelidir. Bu nedenle çalışmanın devamında araştırma grubundan seçilecek bir odak grup ile nitel anlamda derinlemesine görüşme yapılması önerilir.

Anahtar Kelimeler: Beden Eğitimi Öğretmeni, Öğretmenlik Uygulaması, Öğretmenlik Mesleği

E-posta: nazliyanar@kmu.edu.tr



SB:16

Dünya Sağlık Örgütü Fiziksel Aktivite Tanımları, Önerileri ve Planları

Mehmet Öztürk¹

¹*YeniYüzyıl Üniversitesi Faculty of Sport Sciences, Coachin Educations, İstanbul Turkey*

Özet

Bu çalışma, Dünya Sağlık Örgütünün (DSÖ), Fiziksel aktivite tanımlarını, önerilerini ve ileriye dönük eylem planlarını özetlemek amacıyla yapılmıştır. Bunun için, DSÖ internet sayfası kaynak olarak alınmış ve önemli bulunan kısımları özetlenmiştir. Yapılan bu çalışmayla, toplumun ve fiziksel aktivite üzerinde çalışan paydaşların bilgilerinin güncellemesine katkı yapacağı ve toplumların fiziksel aktivitelerinin artırılmasına yönelik çalışmalara katkı yapacağı düşünülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Pysical Activity, Healt Promotions

E-posta: mehmet.ozturk@yeniuyuzyl.edu.tr

SB:17

Beden Eğitimi ve Spor Öğretmen Adaylarında Temel İlk Yardım Bilgisi Eğitiminin Etkisi

Fatma İlker Kerkez¹, Seray Can², Zeynep Aydoğan¹, Durmuşali Karadağ³, Sümeyye Savcı³

¹Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, Muğla-TÜRKİYE

²Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Muğla-TÜRKİYE

³ Muğla İl Sağlık Müdürlüğü, Muğla, TÜRKİYE

Özet

Giriş: Beden eğitimi ve spor (BES) öğretmenleri okullarda dersin uygulamalı yapısı gereği temel ilk yardım (TİY) gerektiren acil durumlarla karşılaşabilmektedir. Ancak lisans programında birinci sınıfın güz yarıyılında alınan Sağlık Bilgisi ve İlk Yardım dersi bu durumlarda müdahale edebilecekleri bilgi ve beceriyi sağlamakta yetersiz kalmaktadır. Bu kapsamda çalışmanın amacı; Sağlık Bakanlığı onaylı 16 saatlik TİY eğitiminin BES Öğretmenliği Programı üçüncü sınıf öğrencilerinin TİY bilgi ve becerilerine etkisinin araştırılmasıdır. Üçüncü sınıfların seçilme nedeni dördüncü sınıfta öğretmenlik uygulaması sırasında TİY bilgi ve becerisine sahip olmalarının hedeflenmesidir. Yöntem: Çalışmada gelişmiş karma yöntem araştırmalarından müdahale deseni kullanılmıştır. Bu desende, deneysel müdahale süreci nitel verilerle desteklenmektedir. Araştırmanın nicel aşamasında tek grup ön test-son test yarı deneysel desen kullanılmıştır. Çalışma grubu 2023-2024 eğitim-öğretim yılı bahar döneminde MSKÜ, SBF BES Öğretmenliği Programı'nda aktif olarak öğrenim görmekte olan üçüncü sınıf öğrencileridir (n=39). Veriler tanımlayıcı bilgi formu, "Üniversite Öğrencilerinde İlk Yardım Bilgi Düzeyi Ölçeği" ve araştırmacılar tarafından geliştirilen BES dersine yönelik TİY becerilerini kapsayan on senaryo ile toplanmıştır. Nicel veriler tanımlayıcı istatistik ve tekrarlı ölçümlerde varyans analizi, nitel veriler doküman analizi ile değerlendirilmiştir. Bulgular: Nicel verilerin analizi sonucunda, TİY eğitimi alan BES öğretmen adaylarının ön test (15,41±0,46) ile son test (18,64±0,46) puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu (p<0,05) belirlenmiştir. Son test ile bir ay sonra yapılan kalıcılık testi (18,41±0,41) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır bu durum eğitimde kazanılan bilginin kalıcılığını göstermektedir. Nitel verilerin analizi sonucunda senaryolarda elde edilen bulguların nicel verilerle tutarlı olduğu ve ön testte cevap verilemeyen senaryolara BES adayları tarafından doğru ve ayrıntılı şekilde cevap verilebildiği belirlenmiştir. Sonuç: TİY eğitimi BES adaylarında bilgi ve beceri düzeylerini artırmıştır. Ancak gerçek anlamda müdahale edebilecek duruma gelmeleri için lisans eğitim programında Sağlık Bilgisi ve İlk Yardım dersinin ayrılarak, İlk Yardımın üçüncü sınıfta bir dönem boyunca uygulamalı verilmesi önerilir.

Anahtar Kelimeler: Beden Eğitimi, Öğretmen Eğitimi, Acil Durum, İlk Yardım

E-posta: fatmakerkez@mu.edu.tr



SB:18

Ortaokul Öğrencilerinde Postür Bozuklukları Ve Egzersiz Sonrasındaki Değişimlerin İncelenmesi

Engin Demiralay¹, Fatih Şenduran¹, Mustafa Kadir Arseven¹, Satılmış Egemen Aykaç¹

¹*İstanbul Aydın Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi Ve Spor.*

Özet

Bu çalışma, Antalya ilinde yaşayan ortaokul öğrencilerinde postür bozukluklarını tespit etmek ve egzersiz sonrası bu bozukluklarda meydana gelen değişimleri incelemeyi amaçlamaktadır. Çalışmaya toplam 60 öğrenci katılmıştır. Öğrencilerin postür analizleri, manuel yöntemlerle ve New York Postür Analizi kullanılarak yapılmıştır. Manuel postür analizinde baş-boyun pozisyonu, omuzlar, omurga eğrisi, kalça pozisyonu, dizler ve ayakların pozisyonları gözlemlenmiş ve ölçülmüştür. Araştırma sürecinde, postür bozukluğu tespit edilen öğrencilere 6 haftalık bir egzersiz programı uygulanmıştır. Bu program kapsamında öğrenciler, haftada 3 gün ve günde 1 saat egzersiz yapmışlardır. Altı haftanın sonunda öğrencilerin postürleri yeniden değerlendirilmiş ve ön test-son test sonuçları karşılaştırılarak SPSS yazılımı kullanılarak analiz edilmiştir. Bulgular, düzenli egzersiz programının öğrencilerdeki postür bozukluklarını düzeltmede etkili olduğunu göstermektedir. Özellikle sırt ve bel bölgelerindeki postür bozukluklarında anlamlı iyileşmeler gözlemlenmiştir. Erkek ve kız öğrenciler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır; her iki cinsiyet de benzer iyileşmeler göstermiştir. Sonuç olarak, bu çalışma düzenli fiziksel aktivitenin ve doğru egzersiz programlarının çocuklarda postür bozukluklarını düzeltmede önemli bir rol oynadığını ortaya koymaktadır. Bu bulgular, ortaokul döneminde postür bilincinin artırılmasının ve beden eğitimi derslerinin aktif olarak işlenmesinin önemini vurgulamaktadır.

Anahtar Kelimeler: Postür, Postür Bozukluğu, Egzersiz, Ortaokul Öğrencileri

E-posta: sdkshn.45@gmail.com



SB:19

Ergenlerde Sağlık ve Fiziksel Okuryazarlık: Kritik Bir Dönemde Gelişim Ve Sağlık Üzerine Etkileri

Hakan Güçlü¹, Ayşe Oya Erkut²

¹*İstanbul Esenyurt Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Spor Yöneticiliği, İstanbul-Türkiye*

²*Marmara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi Ve Spor Eğitimi Bölümü, İstanbul-Türkiye*

Özet

Giriş: Fiziksel okuryazarlık, bireylerin yaşam boyu fiziksel aktivitelere katılımını sağlayan motivasyon, güven, bilgi ve fiziksel yeterliliğin gelişmesini ifade eden önemli bir kavramdır (IPLA, 2017). Ergenlik dönemi, fiziksel, zihinsel ve sosyal değişimlerin yaşandığı kritik bir süreçtir. Bu dönemde fiziksel okuryazarlığın geliştirilmesi, ergenlerin genel sağlık durumu üzerinde büyük olumlu etkilere sahiptir (Whitehead, 2010). Yetersiz fiziksel aktivite, obezite ve diğer kronik hastalıklar gibi sağlık sorunlarına yol açabilir (WHO, 2018). Bunun yanı sıra, fiziksel okuryazarlık, ergenlerin gelecekteki yaşam tarzı seçimlerini de doğrudan etkileyebilmektedir (Robinson et al., 2015). **Yöntem:** Bu çalışmada, ergenlerin fiziksel okuryazarlık düzeylerini etkileyen faktörler, okul temelli programlar, aile desteği ve toplum temelli spor aktivitelerinin rolü incelenmiştir. Literatür taraması yoluyla, ergenlerde fiziksel okuryazarlığı artıran stratejiler ve bu stratejilerin sağlık üzerindeki etkileri değerlendirilmiştir (Salmon et al., 2007). Ayrıca, medyanın ve dijital teknolojilerin ergenlerin fiziksel aktiviteleri üzerindeki etkileri de ele alınmıştır (Levin-Zamir & Bertschi, 2018). **Bulgular:** Yüksek fiziksel okuryazarlık düzeyine sahip ergenler, fiziksel aktivitelere daha fazla katılmakta ve bu aktivitelerin sağlık üzerindeki etkilerinin olumlu olduğu görülmektedir (Cairney et al., 2019). Araştırmalar, fiziksel okuryazarlığın obezite, kardiyovasküler hastalıklar gibi kronik sağlık sorunlarını önlediğini ve zihinsel sağlık üzerinde de olumlu etkiler yarattığını göstermektedir (WHO, 2018). Düzenli fiziksel aktivite, özgüven artışı, stres ve anksiyete azalması gibi zihinsel faydalar sağlamaktadır (Biddle & Asare, 2011). Ayrıca, ergenlerin sosyal becerilerini geliştirdiği ve duygusal refahlarını artırdığı da belirtilmiştir (Robinson et al., 2015). **Sonuç:** Fiziksel okuryazarlık, ergenlerin genel sağlığını iyileştiren ve yaşam boyu fiziksel aktiviteyi teşvik eden bir araç olarak değerlendirilmektedir. Bu nedenle, okul, aile ve toplum temelli stratejiler geliştirilerek ergenlerde fiziksel okuryazarlığın artırılması büyük önem taşımaktadır. Medya ve dijital araçların da etkili kullanımıyla fiziksel aktivite teşvik edilebilir (Nutbeam, 2000). Ayrıca, bu stratejiler, ergenlerin sağlıklı yetişkinler olarak topluma katkıda bulunmalarına da yardımcı olacaktır.

Anahtar Kelimeler: Fiziksel Okuryazarlık, Ergen Sağlığı, Fiziksel Aktivite, Sağlık Gelişimi

E-posta: hakanguclu@esenyurt.edu.tr

SB:20

Uyarlanmış Beden Eğitimi Dersinin Etki Mekanizması: Özel Gereksinimi Olan ve Olmayan Öğrenciler Üzerine Karşılaştırmalı Bir Araştırma

Mehmet Çetin¹, Emel Çetin², Ekrem Levent İlhan³

¹Millî Eğitim Bakanlığı, Fatih Sultan Mehmet Fen Lisesi, Safranbolu-Karabük-TÜRKİYE

²Millî Eğitim Bakanlığı, Safranbolu Evliya Çelebi Mesleki Teknik Anadolu Lisesi, Safranbolu-Karabük-TÜRKİYE

³Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara-TÜRKİYE

Özet

Uyarlanmış beden eğitimi (UBE) farklı engel türlerine sahip özel gereksinimli bireylerin özel ihtiyaçlarının karşılanmasında ve fiziksel aktivitelerden maksimum fayda sağlamalarında uygulanan fiziksel eğitim programlarının değiştirilmiş veya uyarlanmış halidir. Bu programlar bireylerin fiziksel, ruhsal ve sosyal gelişimlerini hedeflerken, toplumsal yaşam içinde aktif olarak katılımlarına da olumlu katkı sağlamaktadır. Bu araştırmada, tipik gelişim gösteren öğrenciler (TGGÖ) ile özel gereksinimli öğrencilerin (ÖGÖ) birlikte UBE derslerine katılımları sağlanmıştır. Araştırmanın temel amacı, UBE uygulamalarının her iki öğrenci grubunun sosyal becerileri, benlik algıları ve birbirleriyle olan etkileşimleri üzerindeki etkilerini incelemektir. Bu çerçevede, farklı gelişim düzeyine sahip öğrencilerin bir arada eğitim almasının, sosyal ilişkiler ve bireysel farkındalıklar üzerindeki katkıları değerlendirilmeye çalışılmıştır. Nitel araştırma yöntemiyle tasarlanan araştırmanın çalışma grubu amaçsal örneklem yöntemlerinden ölçüt örnekleme yöntemiyle belirlenmiştir. Çalışma grubu TGGÖ, ÖGÖ ve ÖGÖ'lerin öğretmenlerinin yer aldığı 21 kişilik gönüllü katılımcıdan oluşmaktadır. Veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından oluşturulan kişisel bilgi ve yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır. Verilerin analizinde ise içerik analizi yönteminden faydalanılmıştır. Çalışma kapsamında, TGGÖ'lere çalışmanın başlangıcından önce özel eğitim uygulama okulu ziyareti yaptırılmış ve dört oturumdan oluşan farkındalık eğitimi verilmiştir. Uygulama aşaması TGGÖ'ler ve ÖGÖ'lerin birlikte katılım sağladığı 15 seanslık UBE dersi uygulamasında oluşmaktadır. TGGÖ'ler ve ÖGÖ'lerin öğretmenleriyle araştırmanın başında ve sonunda görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Çalışmada TGGÖ'ler ile ÖGÖ'lerin bir arada bulunduğu UBE dersi uygulamalarının etkisi incelendiğinde TGGÖ'lerin kendilerine yönelik algılarında iletişim, uyum, empati, sorumluluk üstlenme, duygu kontrolü ve atılganlık becerileri ile özgüven, öz farkındalık, kendilerine yönelik sosyal kabul algılarında gelişmeler olduğu tespit edilmiştir. Bununla birlikte TGGÖ'lerin ÖGÖ'lere yönelik yargılarında ve sosyal kabullerinde olumlu yönde gelişmeler olduğu belirlenmiştir. ÖGÖ'lerin öğretmen görüşleri incelendiğinde ise benzer şekilde ÖGÖ'lerin iletişim, uyum, sorumluluk alma ve duygu kontrolü gibi becerilerinde gelişmeler bulgulanmıştır. Sonuçlar eğitim ortamlarında farklı gelişim gösteren öğrencilerin bir arada UBE uygulamalarına katılımlarının TGGÖ'lerin kişisel algılarında gelişme, her iki grup üzerinde ise sosyal becerileri ve karşılıklı sosyal kabullerinde olumlu katkılar sağlaması bakımından önemli olduğunu ortaya koymaktadır.

Anahtar Kelimeler: Uyarlanmış Beden Eğitimi, Özel Gereksinim, Akran Etkileşimi, Sosyal Beceri, Kişisel Gelişim, Beden Eğitimi Ve Spor

E-posta: mehmet.cetin.78@hotmail.com

SB:21

Beden Eğitimi Öğretmen Adaylarına Yönelik Araştırma Eğilimleri: Bibliyometrik Bir Değerlendirme

Seda Nur Uysal¹, Emine Büşra Yılmaz², Oğuzhan Dalkıran², Hüseyin Şahin Uysal²

¹Burdur Mehmet Akif Ersoy University, Faculty of Sport Sciences, Sports Management, Burdur-TÜRKİYE

²Burdur Mehmet Akif Ersoy University, Faculty of Sport Sciences, Physical Education and Sports, Burdur-TÜRKİYE

Özet

Araştırmanın amacı, beden eğitimi ve spor öğretmen adayları üzerine yapılan bilimsel çalışmaların konu eğilimlerini bibliyometrik analiz ile belirlemektir. Öğretmen adaylarının pedagojik ve mesleki yeterlilikleri, eğitim kalitesini artırmada büyük rol oynamaktadır. Bu bağlamda, öğretmen adaylarına yönelik bilimsel çalışmaların eğilimlerini belirlemek ve alandaki boşlukları tespit etmek araştırmacılar için önemli bir ihtiyaçtır. Bu araştırma, öğretmen adaylarıyla ilgili çalışmaların yıllara göre dağılımını, en çok yayın yapan yazarları, dergileri ve anahtar kelimeleri analiz ederek alandaki eğilimleri belirlemeyi hedeflemektedir. Araştırma, nicel araştırma yöntemlerinden bibliyometrik analiz ile yürütülmüştür. Literatür taraması için Web of Science (WoS) veri tabanı kullanılmış olup, "preservice physical education", "pre-service physical education", "candidate AND physical education" anahtar kelimeleri ile tarama gerçekleştirilmiştir. Bunun sonucunda, beden eğitimi öğretmen adayları üzerine WOS'da taranan 206 makale araştırmaya dahil edilmiştir. İstatistiksel analizler R 4.2.2 programlama dili kullanılarak Bibliometrix paketi ile gerçekleştirilmiştir. Çalışmaların yıllara göre dağılımı, atıf sayıları, anahtar kelimeleri ve yayın yapan yazarlar üzerine veriler bibliyometrik analiz için kullanılmıştır. 1987-2023 yılları arasında beden eğitimi öğretmen adayları üzerine yapılan çalışmaların sayısında önemli bir artış olduğunu göstermektedir. Özellikle 2020-2021 pandemi döneminde bu artış zirveye ulaşmıştır. Araştırmalar, daha çok "beliefs" (inançlar), "attitudes" (tutumlar), "students" (öğrenciler) ve "knowledge" (bilgi) gibi anahtar kelimeler üzerine yoğunlaşmıştır. En fazla yayın yapan yazar Xiaofen D. Keating olurken, en çok yayın yapan dergiler arasında Research Quarterly for Exercise and Sport ve Journal of Teaching in Physical Education yer almaktadır. Türkiye, bu alanda en fazla makale yayınlayan ikinci ülke olarak dikkat çekmektedir. Sonuçlar, beden eğitimi öğretmen adaylarıyla ilgili bilimsel çalışmaların son yıllarda hızla arttığını ve bu alanda uluslararası düzeyde önemli akademik ilginin bulunduğunu göstermektedir. Pandemi döneminin çevrimiçi eğitimde yeni ihtiyaçlar doğurması, bu artışı tetikleyen etmenlerden biridir. Son olarak, çalışmaların çoğunlukla öğretmen adaylarının pedagojik becerilerine ve mesleki yeterliliklerine odaklandığı ifade edilebilir. Bu araştırmanın bulguları, beden eğitimi öğretmen adaylarına yönelik çalışma yapacak alan uzmanlarına ve araştırmacılara katkı sağlayabileceği düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Bibliyometrik Analiz, Beden Eğitimi, Öğretmen Adayları



SB:22

Bedens Eğitimi Öğretmen Adaylarının Mesleki Arayışları: “Beş Yıl Sonra Kendimi Hiçbir Yerde Görmüyorum”

Emine Büşra Yılmaz¹, Oğuzhan Dalkıran¹, Seda Nur Uysal²

¹Burdur Mehmet Akif Ersoy University, Faculty of Sports Sciences, Physical Education and Sports, Burdur-TURKEY

²Burdur Mehmet Akif Ersoy University, Faculty of Sports Sciences, Sport Management, Burdur-TURKEY

Özet

Özet Giriş: Bu durum çalışmasının amacı, Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversite’sindeki beden eğitimi öğretmenliği programındaki öğretmen adaylarının lisans eğitimi sürecinde öğretmenlik mesleği tercihi ile ilgili düşüncelerinin, düşüncelerindeki değişikliklerin ve bu değişimde hangi faktörlerin etkili olduğunun Vroom’un Beklenti Teorisi perspektifinden keşfedilmesidir. Yöntem: Bu araştırmada, nitel araştırma yöntemlerinden durum çalışması deseni kullanılmıştır. Araştırma grubunu amaçlı örnekleme yöntemi (ders sürecini tamamlayan ve araştırmacılar tarafından oluşturulan yapılandırılmış gözlem formundan en yüksek puanı alanlar) ile belirlenen 9 beden eğitimi öğretmen adayı (6 kadın, 3 erkek) oluşturmaktadır. Veriler, yarı yapılandırılmış bireysel görüşmeler yoluyla toplanmış ve içerik analizi yöntemiyle analiz edilmiştir. Bulgular: Elde edilen bulgulara göre iki ana tema ve beş kategori oluşturulmuştur: Tema 1) Öğretmen Adaylarının Meslekle İlgili Düşünceleri: Mesleği seçme nedenleri ve öğretmenlik becerilerini deneyimleyebilecekleri dersler kategorisinden oluşurken Tema 2) Öğretmen Adaylarının Meslekle İlgili Olumlu Düşüncelerinin Süreç İçerisindeki Değişimi: Mesleki hedefler, atama ve istihdam sorunları, lisans eğitimi ile ilgili sorunlar olmak üzere üç kategoriden oluşmaktadır. Sonuç: Beden eğitimi öğretmen adaylarının mesleki motivasyonları, Vroom’un Beklenti Teorisi’ne göre incelendiğinde; gösterdikleri çabanın atanma gibi somut bir ödüle yol açacağına dair beklentilerinin azalması, formasyon eğitiminin varlığı, KPSS ile lisans eğitimi arasındaki uyumsuzluk ve istihdam sorunları nedeniyle olumsuz etkilenmiştir. Öğretmen adaylarının öğretmenlik becerilerini deneyimleyebilecekleri uygulamaların geliştirilmesiyle mesleki motivasyonlarının yeniden artırılacağı ve geleceğe yönelik daha olumlu bir bakış açısı kazanmalarına yardımcı olabileceği sonucuna varılmıştır. Öneri olarak; öğretmen adaylarının öğretmenlik becerilerini deneyimleyebilecekleri ve teorik bilgilerin uygulamaya aktarılmasına olanak sağlayacak şekilde lisans eğitim programlarının yapılandırılması, KPSS ve mülakat sınavı ile lisans eğitimi arasındaki ilişkinin daha da artırılması, atama sayılarının artırılması sağlanmalıdır. Ayrıca, öğretmenlik mesleğine yönelik olumsuz motivasyonun azaltılabilmesi için öğretmenlik programına giriş şartları ile pedagojik formasyon alma şartlarının uyumsuzluğunun giderilmesi çalışmanın önemli çıktılarından birisidir.

Anahtar Kelimeler: Vroom Beklenti Teorisi, Mesleki Motivasyon, Nitel Araştırma

E-posta: ebyilmaz@mehmetakif.edu.tr



SB:23

Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenlerinin Sesine Kulak Ver Sahanın Hikayeleri

Hande Büşra Eren¹, Nazlı Yanar Tunçel², Semiyha Tuncel¹

¹Ankara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü, Ankara-TÜRKİYE

²Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Karaman-TÜRKİYE

Özet

Giriş ve Amaç: Eğitim ortamları ve öğretim yöntemleri sürekli olarak geliştikçe, beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin mesleki uygulamalarını ve gelişim yollarını anlamak, öğretim niteliğini arttırmak ve öğretmen gelişimini desteklemek oldukça önemlidir. Bu araştırma, beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin mesleki uygulamalarını ve gelişimlerini incelemeyi amaçlamaktadır. Yöntem: Araştırma nitel araştırma yöntemlerinden durum çalışması çerçevesinde yürütülmüştür. Araştırmanın çalışma grubunu Türkiye' nin farklı il ve okul türlerinde görev yapan gönüllü 16 öğretmen oluşturmaktadır. Katılımcıların belirlenmesinde kolay ulaşılabilir durum örnekleme kullanılmıştır. Çalışmada veri toplama aracı olarak yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır. Araştırmacılar tarafından geliştirilen form öğretmenlerin öğretim programlarına, iş birliklerine, mesleki gelişimlerine, karşılaştıkları zorluklara ve başa çıkma yöntemlerine ve iyi uygulamalarını ortaya çıkaran açık uçlu yedi sorudan oluşmuştur. Elde edilen veriler içerik analizi yöntemi ile MAXQDA analiz programı kullanılarak analiz edilmiştir. Bulgular: Beden eğitimi öğretmenlerinin derslerini öğrencilerin bireysel farklılıklarına göre uyarlamadıklarını ve genellikle geleneksel öğretim yöntemleri kullandıkları, meslektaşları ile bir araya gelme fırsatları aradıkları, sürekli profesyonel gelişim süreçleri içerisinde oldukları tespit edilmiştir. Sonuçlar: Öğretmenlerin mesleki gelişimleri desteklenmeli ve öğrenme ortamlarının daha da zenginleştirilmesi için gerekli tüm kaynaklar sağlanmalıdır.

Anahtar Kelimeler: Beden Eğitimi, Beden Eğitimi Öğretmeni, Mesleki Gelişim

E-posta: erenhandebusra@gmail.com

SB:24

Hareket Eden Hikayeler: Temel Hareket Becerileri Öğretim Macerası

İpek Heleplioglu¹, Zeynep Hazal Özipek¹, Özlem Alagül²

¹Karabük Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü/Beden Eğitimi ve Spor, Karabük-Türkiye

²Kastamonu Üniversitesi/Spor Bilimleri Fakültesi, Kastamonu-Türkiye

Özet

Temel hareket becerileri, çocukların erken yaşlardan itibaren fiziksel, bilişsel ve sosyal gelişimlerinde kritik bir rol oynar. Bu beceriler, yalnızca çocukların fiziksel kapasitelerini artırmakla kalmaz, aynı zamanda onların problem çözme, karar verme ve sosyal etkileşim yeteneklerini de geliştirir. Yaşam boyu sağlıklı olmanın temel taşlarından biri olan bu becerilerin kazandırılması, erken çocukluk döneminden başlayarak çeşitli eğitim süreçlerinde desteklenmelidir. Bu bağlamda, temel hareket becerileri sadece zaman içinde geliştirilemez, aynı zamanda gelişimsel olarak uygun şekillerde güçlendirme ve uygulama için bir rehber öğretmene ihtiyaç duyulmaktadır. Öğretmenlerin çocukların hareket eğitimine daha aktif ve yaratıcı bir şekilde katılmaları için yenilikçi yaklaşımların kullanılması büyük önem taşır. Aynı zamanda öğrenme süreçlerinde yaratıcı ve katılımcı bir ortam sağlayabilmek için onları harekete geçiren, anlamalarını kolaylaştıran ve yaratıcı düşünmeyi teşvik eden yöntemlerin kullanılması gereklidir. Bu noktada, öğretmenler kilit bir rol oynar; çocukları motive eden, onlara rehberlik eden ve yenilikçi yöntemleri uygulayan öğretmenlerin varlığı sürecin başarısı açısından oldukça önemlidir. Bu araştırmanın amacı, yenilikçi yaklaşımlar arasında yer alan hikayeleştirme yöntemini temel hareket becerilerini öğretirken öğretmenlerin yaşadıkları zorluklara karşı geliştirdikleri stratejileri incelemektir. Araştırma, Kastamonu ili Merkez ilçesindeki okul öncesi kurumunda görev yapan iki beden eğitimi öğretmeni ile yürütülmüş ve durum çalışması desenine dayalı olarak gerçekleştirilmiştir. Araştırma verileri, öğretmenlerin ders planları, sınıf içi gözlemleri, öğretmen günlükleri ve ders sonu yansımalarından elde edilmiştir. İçerik analizi sonucunda, öğretmenler yapay zeka ve web 2.0 teknolojilerini kullanarak, öğrenciler tarafından bilinen ancak kendileri tarafından bilinmeyen hikayelerin kurgularını yeniden oluşturmuşlardır. Aynı zamanda, sınıf ve okul bahçesi gibi ortamlardaki doğal olarak var olan malzemeleri veya özellikleri hikaye kurgularına ekleyerek materyal eksikliğini gidermişlerdir. Bu sayede, hikayeler aracılığıyla sınırsız materyal kullanımı, öğretmenlerin yaratıcılık becerilerinin gelişmesine katkı sağlamıştır. Ayrıca, öğrenciler temel hareket becerilerini anlamlandırmalarını hareketleri hikaye kurgusuna dahil ederek ortaya koymuşlardır. Sonuç olarak; öğretmenler hikayeleştirme kullanımı ile öğrencileri öğrenme sürecine dahil ettiği, teknolojik araçları kullanarak öğrencileriyle aynı bilgileri edinebildiği ve kendi bağlamlarından sınırsız materyaller oluşturabildiği söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Hareket Eğitimi, Hikayeleştirme, Okul Öncesi, Temel Hareket Becerileri

E-posta: ipekheleplioglu@gmail.com

SB:25

Erken Cumhuriyet Dönemi Beden Eğitimi ve Spor Alanında Bir Alman: Herbert Riedel

Sevda Korkmaz¹, İbrahim Yıldırım²

¹Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

²İstanbul Büyükşehir Belediyesi

Özet

Erken Cumhuriyet Dönemi Beden Eğitimi ve Spor Alanında Bir Alman: Herbert Riedel Cumhuriyetin kuruluşuyla hedeflenen ‘muasır medeniyetler’ seviyesine ulaşma yolunda eğitim önemli araç olarak ele alınmış, gereksinim duyulan yetişmiş insan ihtiyacı yurtdışına gönderilen öğrencilerin yanı sıra getirilen yabancı uzmanlarla karşılanmaya çalışılmış, beden eğitimi alanında da birçok yabancı getirilmiştir. Bu kişilerden olan Herbert Riedel, Yüksek Ziraat Enstitüsü’ndeki eğitimci kimliğiyle spor tarihinde ayrı yer edinmiş, açılması planlanan ‘Yüksek Beden Terbiyesi Mektebi’ne dair model önerisi sunmuş, birçok spor branşında yetiştirdiği öğrencilerle spor yaşamına hareketlilik getirmiştir. Riedel, döneminin öne çıkan eğitimcilerinden biri olmasına karşın bugüne kadar gölgede kalmış bir isimdir. Bu çalışmada doküman incelemesi ve literatür taraması yöntemlerinden yararlanılarak bir eğitimci olarak Riedel’in beden eğitimi alanındaki çalışmaları incelenmiştir. Riedel, Yüksek Ziraat Enstitüsü bünyesinde (1933-1939) beden eğitimi direktörlüğü ve öğretmenliği görevlerini yürütmüş, okulun beden eğitimi müfredat programını uygulamaya koymuştur. Beden eğitimi dersleri enstitüde verilen diğer derslerle aynı önem ve ağırlıkta ele alınmış, katılım zorunlu tutulmuş, başarı göstermeyenlerin diploma alamaması şartı uygulanmıştır. Oluşturulan programdaki teorik ve pratik derslerin önemli kısmını ülkesine dönene kadar veren Riedel’in özellikle Enstitü bünyesinde oluşturduğu takımlar ve yetiştirdiği sporcular, çeşitli yarışmalar ve etkinliklerde aktif olarak yer almıştır. Atıcılık, eskrim, atletizm, basketbol, voleybol, futbol, boks gibi pek çok branşta performans sporcuları yetiştiren Riedel, kış sporlarındaki çalışmalarıyla kısa zamanda kayak branşında takım çıkarılmasını ve ilk kez kış olimpiyatlarına katılımı sağlamıştır. Riedel kurulması planlanan ‘Yüksek Beden Terbiyesi Mektebi’ hakkında bir model hazırlamış, modelinde Mektebin yapacağı işi ilmen araştırma, uygulama, öğretme ve etkilerini gözetme olarak belirlemiş, bu amaçla diğer kurumlarla işbirliğini önermiştir. Sonuç olarak Herbert Riedel, Türkiye’de kaldığı yıllarda Yüksek Ziraat Enstitüsü’nde direktörlük ve öğretmenlik görevlerini yürütmüş, onlarca öğrenci yetiştirmiştir. Enstitü bünyesinde yetiştirdiği öğrencilerden oluşan takımlar ve bireysel sporcularla rekreasyonel ve profesyonel anlamda spor alanına canlılık getirmiştir. Enstitüden mezun olanların yurdun dört bir tarafında görev yaptığı düşünüldüğünde Riedel’in beden eğitimi alanındaki etkisi daha net anlaşılmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Erken Cumhuriyet Dönemi, Herbert Riedel, Beden Eğitimi Öğretimi Tarihi, Spor



SB:26

İşe Alım Süreçlerinde Erotik Sermaye: Kadın Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenleri Perspektifi

Okan Gültekin¹

Bursa Uludağ University Faculty of Sport Sciences, Physical Education and Sports Bursa-Türkiye

Özet

Erotic Capital in Recruitment Processes: Perspectives of Female Physical Education and Sports Teachers Following Marx, Weber and Bourdieu, Catherine Hakim introduced the concept of “erotic capital” as a distinct type of capital and defined it in terms of six key features. Hakim presents this concept in terms of a form of capital in which women are particularly advantaged. This study was conducted to reveal the use and importance of the concept of erotic capital in physical education and sports and educational sciences literature. In the research, school principals who are authorized in the recruitment processes of women working as physical education and sports teachers in private schools, or private school owners who are the sole authorities in the recruitment process, were included in the study using the linear snowball sampling method and data were obtained through in-depth interviews. Through the collected data, it is aimed to reveal the reflection of the concept in working life. It was seen that erotic capital is an effective factor in the recruitment processes of physical education and sports teachers and that physical characteristics such as sexual attractiveness and beauty as well as communication skills, social characteristics, vitality and social presentation are taken into consideration in recruitment processes. These results suggest that factors such as gender, physical appearance and social interaction may influence inequalities in the workplace and reflect the biases of decision makers in recruitment processes.

Anahtar Kelimeler: Erotic Capital, Women, Physical Education and Sports Teachers

E-posta: otekin@uludag.edu.tr



SB:27

Ortaokul Öğretmenlerinin Duygu Düzenleme Becerileri (Akdeniz Bölgesi Örneği)

İlyas Mert Öztürk¹, Ece Selvi¹, Hayati Burak Akay¹

¹Mehmet Akif Ersoy University, Department of Physical Education and Sports Teaching, Master's Programme with Thesis, Turkey

Özet

Öğretmenlerin yaşadıkları olaylar doğrultusunda hangi durumlarda daha dikkatli olması ve o durumun yönetilebilmesinde nelerin gerekli olduğunu belirlemek için, duygu düzenleme becerilerine ihtiyaç duyabilecekleri düşünülmektedir. Bu araştırmanın amacı Akdeniz bölgesinde görev yapan ortaokul öğretmenlerinin duygu düzenleme beceri düzeylerinin incelenmesidir. Araştırmanın örneklemini Akdeniz bölgesinde görev yapan 459 (K:209, E:250) ortaokul öğretmenleri oluşturmaktadır. Araştırmada öğretmenlerin duygu düzenleme becerilerinin değerlendirilmesi için Vatan, Oruçlular Kahya (2018) tarafından geliştirilen “Duygu Düzenleme Becerileri Ölçeği” kullanılmıştır. Araştırma verilerinin analiz edilmesi için ilk olarak normallik analizi yapılmıştır. Veriler normal dağılım göstermediği için cinsiyet değişkeni karşılaştırılmasında Mann-Whitney U Testi, yaş, branş ve kıdem değişkenlerinin karşılaştırılması için ise Kruskal Wallis-H Testi kullanılmıştır. Sonuç olarak alt boyutlar doğrultusunda inceleme yapıldıktan sonra; cinsiyet, yaş, branş ve kıdem değişkenlerinde sadece kıdem değişkeninin içinde bulunan “Duyguları Kabul” alt boyutunda anlamlı farklılık rastlanırken ($p < ,05$), diğer alt boyutlar arasında anlamlı farklılığa rastlanmamıştır ($p > ,05$). Sonuçlar doğrultusunda öğretmen adaylarının ders müfredatlarına veya öğretmenlerin ders dışı etkinlik olarak duygu düzenleme becerilerini geliştirebileceği içeriklere, müfredatta yer verilmesi gerektiği önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Duygu Düzenleme Becerisi, Ortaokul ve Öğretmen

E-posta: ozturkilyasmert6@gmail.com

SB:28

Futbol Hakemlerinin Ruminatif Düşünce Düzeylerinin İncelenmesi

Atilla Pulur¹, Fatih Gündoğdu², Hüseyin Mete Gündoğdu³

¹Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi Bölümü, Ankara-Türkiye

²Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor ABD, Ankara-Türkiye

³Bilecik Şeyh Edebali Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, Bilecik-Türkiye

Özet

Araştırmanın amacı futbol hakemlerinin performansını olumsuz yönde etkileyebileceği düşünülen ruminatif düşünce düzeyinin belirlenerek bazı değişkenlere göre karşılaştırılmasıdır. Araştırmanın evrenini 2023-2024 sezonunda Türkiye Futbol Federasyonu (TFF) tarafından organize edilen çeşitli liglerde görev alan faal futbol hakemleri oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklem gurubunu ise evren içerisinden rastgele olarak seçilen 428 faal futbol hakemi oluşturmaktadır. Araştırmada ölçüm araçları olarak, katılımcıların kişisel bilgilerini toplamak üzere araştırmacılar tarafından oluşturulan “Demografik Bilgi Formu” ile katılımcı hakemlerin ruminatif düşünce düzeylerinin belirlenmesi için Michel Kröhler ve arkadaşları tarafından 2021 yılında geliştirilen, Türkçe uyarlaması Ahmet Yavuz Karanfil ve Emirhan Pehlivan tarafından 2023 yılında yapılan “Spor Müsabakası Ruminasyon Ölçeği” kullanılmıştır. Araştırma verilerinin analizinde SPSS 22.0 paket programı kullanılmış ve verilerin dağılımı incelenmiştir. Verilerin analizinde, betimsel istatistik yöntemi olarak (yüzde/frekans), dağılımları kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki farklılıkların tespiti için ise bağımsız iki farklı gurubun karşılaştırılması için Independent Samples T-Test, ikiden fazla bağımsız gurubun karşılaştırılması için ise One Way Anova Testi kullanılmıştır. Gruplar arası fark tespit edilmesi durumunda ise farkın hangi guruplardan kaynakladığını belirlemek üzere Post-Hoc çoklu karşılaştırma testleri uygulanmıştır. Sonuçlar %95 güven aralığında, anlamlılık düzeyi $p < 0.01$ olarak kabul edilmiştir. Futbol hakemlerinin ruminatif düşünce düzeyleri incelendiğinde; Kadın futbol hakemlerinin ruminasyon puanlarının ortalamasının, erkek futbol hakemlerinin ruminasyon puanları ortalamasından daha yüksek olduğu, futbol hakemlerinin yaş aralığı büyüdükçe ruminasyon puanları ortalamasının ters orantılı olarak düşüş eğilimi gösterdiği ayrıca hakemlik kariyerinin başında olan genç hakemlerin, tecrübeli hakemlere göre ruminasyon puanı ortalamasının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca futbol hakemlerinin eğitim düzeylerinin, ruminasyon puan ortalamaları açısından anlamlı bir farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Ruminatif düşünce düzeyi yüksek olan hakemlerin, kariyer riski taşıdığı ve bu doğrultuda psikolojik desteğe ihtiyaç duyabileceği değerlendirilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Spor, Futbol, Hakem, Ruminasyon

E-posta: pulur@gazi.edu.tr

SB:29

Beden Eğitimi Öğretmen Adaylarının Baskı Altında Lazer Tabanca Atış Performanslarının İncelenmesi: Kalp Atım Hızı Değişkenliği Biyo-Geribildirim Uygulamasının Test Edilmesi

Furkan Gümüş¹, Recep Görgülü¹

¹Bursa Uludağ Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Elit Performans Psikolojisi Laboratuvarı (PePLaB)

Özet

Performansı ideal bir şekilde sergileyebilmek için beden ve zihin arasındaki uyumu da sağlanması gerekir. Bu uyumu açıklamaya çalışan kuram ve yaklaşımların arasından özellikle performansın kırılma anına ve yapılan kritik hatalara dikkat çeken Wegner'in "Zihinsel Kontrolün İronik Süreçleri Kuramı" dır (Wegner, 1994). Bu kurama göre bireyin yapmaması gereken bir eylemden kaçınırken istemeden de olsa o eylemi yapma (ironik hata) durumuna yol açabilir (Binsch ve ark., 2009). Diğer bir ifadeyle, birey baskı altındayken kusursuz zihinsel kontrol sağlayamadığında yapmaktan en çok kaçındığı davranışı gerçekleştirme eğilimine girebilmektedir. Yani beden-zihin arasındaki uyum performans özelinde olumsuz etkilenmiş olur. Beden eğitimi ve spor öğretiminde, öğrencilerin anlık duygu durumlarının (örn; dikkat, odaklanma ve konsantrasyonun ön planda olduğu) performanslarına önemli etkilerde bulunduğu bilinmektedir. Bu çalışmanın temel hedefi; beden eğitimi öğretmenliği adaylarının 4 seanslık "Kalp Atım Hızı Değişkenliği Biyo-Geribildirim uygulamasının, düşük ve yüksek kaygı durumlarında (psikolojik baskı) lazer atış performansına etkisinin araştırılmasıdır. Çalışmanın örneklemini 18-30 yaş aralığındaki 30 (15 erkek+15 kadın) Uludağ Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği lisans öğrencileri oluşturmuştur. Katılımcıların demografik bilgileri kişisel bilgi formu ile toplanmış olup, Zihinsel Hazırlık Formu (MRF-3; Krane, 1994) kullanılarak bilişsel ve somatik kaygı ile özgüven durumları ölçülmüştür. Sonuç olarak; Deney grubunda ön testte düşük ve yüksek kaygı koşulunda, bilişsel kaygı durumunda istatistiksel olarak anlamlılık bulunurken ($p=0.16$), kontrol grubunda anlamlılık bulunmamıştır. Son test aşamasında deney grubunda somatik kaygı durumunda anlamlılık ($p=.012$) kaydedilirken, kontrol grubunda bilişsel kaygı düzeyinde anlamlılık kaydedilmiştir ($p=.032$). Deney grubunda ön-test aşamasında düşük ve yüksek kaygı durumlarında ironik hata verilerinde anlamlılık bulunurken ($p=.008$) kontrol grubunda anlamlılık bulunmamıştır. Son-test aşamasında sadece deney grubunda ironik hata verilerinde anlamlılık ($p=.036$) kaydedilmiştir. Sonuç olarak bu çalışma modern pentatlon branşında atış performansında yapılan pilot çalışma özelliğini taşımaktadır. Bu konuda yapılacak daha kapsamlı çalışmaların baskı altında performans olgusuna katkı sağlaması öngörülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Kalp Atım Hızı Değişkenliği, Biyo-Geri Bildirim, Baskı Altında Performans, Kaygı, İronik Hata, Modern Pentatlon



SB:30

Spor Bilimleri Alanında Yapılan Öz Düzenlemeli Öğrenme ile ilgili Çalışmaların VosViewer ile Bibliyometrik Bir Analizi

Ayşe Kübra Aktaş¹, Berk Hakan Yılmaz²

¹Bartın Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor, Bartın-Türkiye

²Kastamonu Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor, Kastamonu-Türkiye

Özet

Bireylerin öğrenme süreçlerini etkin bir şekilde yönetme yeteneğini ifade eden öz düzenlemeli öğrenme spor bilimlerinde son yıllarda kullanılmaya başlanan yenilikçi yaklaşımlardan biridir. Öz düzenlemeli öğrenme, bireylerin öğrenme sürecine aktif bir şekilde katılmalarını sağlar ve motivasyonlarını artırmalarına yardımcı olur. Spor bilimleri alanında öz düzenlemeli yaklaşımın etkililiğini göstermek amacıyla yapılan bilimsel araştırmalar zaman içinde artmaktadır. Bu araştırmanın amacı, öz düzenlemeli öğrenme üzerine yayımlanan bilimsel araştırmaların bibliyometrik analiz yöntemiyle incelenmesidir. Bu amaçla Web of Science (WOS) veri tabanında, “self regulated learning” anahtar kelimeleri kullanılarak ulaşılan 27 bilimsel makaleden veri toplanmıştır. Araştırmaya sadece makale türünde belgeler dâhil edilmiş, SSCI ve SCI-Expanded indeksleri ile sınırlandırılmış, tarama yapılırken herhangi bir dil ve tarih filtrelemesi uygulanmamıştır. Verilerin analizi Vosviewer (1.6.20 versiyon) yazılımı kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Araştırmada, yayınların kronolojik durumu, öğelerin (yazar, kurum, ülke) atıf ve doküman sayıları ile en sık kullanılan anahtar kelimeler ağ ve yoğunluk haritalarıyla görselleştirilmiştir. Sonuç olarak, beden eğitimi ve oyunlaştırma üzerine yayınlanan makalelerin son yıllarda arttığı, bu yayınların büyük ölçüde spor psikolojisi, futbol ve gelişimsel koordinasyon bozukluğu alt alanlarında yapıldığı görülmüştür. Ayrıca alanda en üretken yazarların Bradley W. Young ve Criss Visscher olduğu, en üretken ülkenin ise Kanada olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Öz Düzenlemeli Öğrenme, Vosviewer, Bibliyometri

E-posta: ayseaktas@bartin.edu.tr

SB:31

Bursa İli Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Türkiye Yüzyılı Maarif Modeli Kapsamındaki Görüşleri

Ahmet Alireisoğlu¹, Yasemin Kıvrak², Mücahit Sak³

¹Bursa İl Millî Eğitim Müdürlüğü, Bursa İl Millî Eğitim Müdürü, Bursa-TÜRKİYE

²Bursa İl Millî Eğitim Müdürlüğü, Ar-Ge Birimi, Bursa-TÜRKİYE

³Bursa İl Millî Eğitim Müdürlüğü, İş Yeri Sağlık ve Güvenlik Birimi, Bursa-TÜRKİYE

Özet

Bu çalışma, Türkiye Yüzyılı Maarif Modeli kapsamında beden eğitimi programında yapılması planlanan değişiklikler hakkında Bursa ili beden eğitimi öğretmenlerinin görüşlerini incelemeyi amaçlamaktadır. Türkiye Yüzyılı Maarif Modeli, eğitim sistemine yönelik yeni bir yaklaşım sunmakta ve öğrencilerin bedensel, zihinsel ve duygusal gelişim alanlarının tamamının geliştirilmesine yönelmektedir. Yeni programın amaçlarına ulaşması için beden eğitimi ve spor dersi öğrenci gelişimi açısından önemli görülmektedir. Bu bağlamda, çalışmamızda Bursa'da görev yapan beden eğitimi öğretmenlerinin yeni model hakkındaki bilgi düzeyleri, programda yapılan/yapılacak değişikliklere yönelik tutumları ve önerileri değerlendirilmiştir. Araştırmada veri toplama, demografik bilgiler, Türkiye Yüzyılı Maarif Modeli'ne dair bilgi düzeyi ve öğretmenlerin modelin beden eğitimi derslerine sağlayacağı katkılara ilişkin soruları içeren anket aracılığıyla sağlanmıştır. Ankette öğretmenlerin yeni modele ilişkin görüşleri, modelin temel unsurlarından bedensel gelişimi ele alan hareketli yaşam, sağlıklı beslenme, zararlı alışkanlıkları önlemede beden eğitimi dersinin rolü, dijital teknolojilerin beden eğitimi dersinde kullanımı ve özellikle yeni model ile eğitim programlarında yer alan sosyal duygusal öğrenmenin geliştirilmesinde beden eğitimi dersinin etkisini ortaya koyan dokuz çoktan seçmeli soru ve modele ilişkin genel görüşleri ve iyileştirmeye açık alanları içeren üç tane de açık uçlu soruya yer verilmiştir. Sonuçlar, beden eğitimi öğretmenlerinin çoğunluğunun Türkiye Yüzyılı Maarif Modeli hakkında orta düzeyde bilgiye sahip olduğunu ve programda yapılan/planlanan değişikliklere genel olarak olumlu yaklaştığını göstermiştir. Özellikle gelişmekte olan spor dallarının tanıtılması ve dijital teknolojilerin beden eğitimi derslerine entegrasyonu, öğretmenler tarafından en çok desteklenen unsurlar olmuştur. Ayrıca, öğretmenler sosyal ve duygusal öğrenmenin derslere dâhil edilmesinin ve sağlıklı yaşam bilgisi verilmesinin önemine de vurgu yapmıştır. Araştırmada öğretmenlerin beden eğitimi derslerinde iyileştirilmesi gereken alanlar ve Yeni Model'e dair önerileri de incelenmiştir. Sonuçlar, eğitimde dijitalleşme ve öğrenci motivasyonunu artırmaya yönelik çalışmaların önemini ortaya koymaktadır. Bu bulgular doğrultusunda, beden eğitimi derslerinin bu alanda güncel gelişmelerin, olimpiyatların, yeni spor dallarının takip edilerek geliştirilmesi, etkili ve verimli bir şekilde yapılandırılması için öğretmenlerin geri bildirimlerinin dikkate alınması gerektiği sonucuna varılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Türkiye Yüzyılı Maarif Modeli, Bedensel Gelişim, Beden Eğitimi Öğretmenleri

E-posta: mudur16@meb.gov.tr

SB:32

Yaş Grubundaki Yüzücülerin Farklı Yüzme Stillерindeki Kalp Atım Hızı Değişkenliklerinin İncelenmesi: Kısa Mesafe (50 m) Performansı

Mehmet İnan¹, Ramiz Arabacı²

¹Bursa Uludağ Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bursa-TÜRKİYE

²Ramiz ARABACI, Bursa Uludağ Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Bursa-TÜRKİYE

Özet

Yüzme, serbest, sırtüstü, kurbağa ve kelebek gibi dört ana teknik stili içeren, dünyanın en popüler spor dallardan birisidir. Sporcuların antrenmanlara adaptasyonunu değerlendirmek için Kalp Atım Hızı Değişkenliği (KAHD), önemli bir fizyolojik ölçüt olarak kabul edilmektedir. Ancak, farklı yüzme stilleri ve mesafeler arasındaki KAHD' nin nasıl değiştiğine dair bilgi sınırlıdır. Bu çalışmanın amacı, 14-18 yaş arasındaki sporcuların 50 metre mesafede farklı yüzme stillerinin KAHD üzerindeki etkilerini incelemek ve yüzme öncesi (YÖ), esnasında (YE) ve sonrasındaki (YS) kalp atım hızı değişikliklerini karşılaştırarak bu durumun antrenman ve performans üzerindeki olası yansımalarını ortaya koymaktır. Araştırmaya toplam 23 yüzücü gönüllü olarak katılmıştır. Yüzücülerin ortalama yaşı 15.4±1.191 yıl, boyu 175.3±6.757 cm ve vücut ağırlığı 64.9±7.558 kg olarak belirlenmiştir. Gönüllülerin KAHD parametreleri Polar V800 akıllı saat ve H-7 göğüs bandı kullanılarak ölçülmüştür. Veriler Kubios HRV Premium 3.5.0 programında değerlendirilmiştir. Gönüllüler, bir hafta arayla dört farklı stilde 50m maksimum hızda yüzdürülmüş ve YÖ, YE ve YS KAHD ölçümleri alınmıştır. KAHD parametreleri arasında RR, SDNN, RMSSD, VLF, LF, HF ve Kalp Atım Hızı incelenmiştir. Elde edilen veriler SPSS for Windows 29 istatistik paket programında Two Way ANOVA (4 yüzme stil x 3 zaman) testi ile analiz edilmiştir. Araştırma bulguları, serbest, sırtüstü, kurbağa ve kelebek stilleri arasında 50 m yüzmede RR (F=2.670*, $\eta^2 = 0.083$), SDNN (F=2.251*, $\eta^2 = 0.071$), VLF (F=2.590*, $\eta^2 = 0.081$), LF (F=4.271*, $\eta^2 = 0.127$), HF (F=2.206*, $\eta^2 = 0.070$) ve kalp atım hızı (F=3.352*, $\eta^2 = 0.103$) açısından istatistiksel olarak anlamlı farklar tespit edilmiştir. Farklı yüzme stillerinin KAHD üzerinde farklı bir etki yarattığını söylenebilir. Yüzme stillerinin, sporcuların fizyolojik yanıtlarını etkilediğini ve antrenman dönemleri boyunca KAHD 'nin izlenmesinin önemini vurgulamaktadır. Gelecek çalışmalar, farklı mesafeler ve antrenman koşulları altında KAHD üzerindeki etkileri daha detaylı inceleyebilir. Sonuç olarak, bu çalışma, yüzme antrenmanlarında farklı stillerin kalp atım hızı üzerindeki etkilerini anlamının, sporcuların performansını optimize etmek ve antrenman programlarını geliştirmek açısından kritik olduğunu ortaya koymaktadır.

Anahtar Kelimeler: Kalp Atım Hızı Değişkenliği

E-posta: inanmehmet12@outlook.com



SB:33

Kafein Ağızda Çalkalama Yönteminin Reaksiyon Hızına Etki Süresinin Araştırılması // Investigation of the Action Time of Caffeine Mouth Rinse Method on Reaction Speed

Burcu Aktan Tüzer¹, Gülbin Rudarlı²

¹Ege University, Institute of Health Sciences, Sport and Health Science, Izmir –TURKIYE

²Ege University, Faculty of Sport Sciences, Coaching Education, Izmir - TURKIYE

Özet

Çeşitli dozlarda kafein (KAF) tüketiminin, sportif performansın önemli bir bileşeni olan reaksiyon hızına (RH) etkisini inceleyen çok sayıda çalışma olsa da etki mekanizmasının farklı olduğu iddia edilen KAF ağızda çalkalama yönteminin RH'ya etkisini inceleyen çalışmalar sınırlı sayıdadır ve uygulama sonrası en etkili süre incelenmemiştir. Bu çalışmada amaç, RH üzerinde KAF ağızda çalkalama sonrası en etkili sürenin belirlenmesidir. Tekrarlı ve tek kör dizaynında planlanan bu çalışmaya gönüllü olarak katılan 31 sağlıklı ve antrene sporcu RH testini kontrol (çalkalama yapılmadan), plasebo (su) ve KAF ağızda çalkalama seanslarında gerçekleştirmiş, KAF ağızda çalkalandıktan 0-5-10-15-20-25 dakika sonra RH testi tekrarlanmıştır. Ayrıca katılımcılar uygulanan anketler ile fiziksel aktivite (FA) seviyeleri, günlük KAF tüketim miktarları, sabahçıl-akşamcıl olma özellikleri ile uykululuk durumları değerlendirilmiş, bu özelliklerin RH test sonuçlarına etkisi araştırılmıştır. Tekrarlayan ölçümlerde Varyans Analizi sonucunda, 25 ml suya eklenen 600 mg (%2,4) KAF'ın 10 sn ağızda çalkalanması sonrası ölçülen RH, kontrol ve plasebo seanslarından, ayrıca 10-15-20. dakikalarda ölçülen RH, 5 ve 25. dakikalardan anlamlı olarak iyi bulunmuştur. Tekrarlı ölçümlerde iki yönlü Varyans Analizi sonucunda, Sabahçıl-akşamcıl tip, FA aktivite ve günlük KAF tüketim düzeyleri RH test sonuçları üzerinde etkili olmuştur. Elde edilen sonuçlar reaksiyon hızını artırmak isteyen sporcuların %2,4 KAF içeren solüsyonu ağızda çalkalama yöntemini uygulayabileceklerini ve özellikle çalkalamadan sonraki 10-20. dakikalar arasında daha iyi RH performansı gösterebileceklerini düşündürmektedir.

Anahtar Kelimeler: Ergojenik Yöntem, Görsel Reaksiyon, Sporcu, 1,3,7-Trimetilksantin, Ağızda Çalkalama

E-posta: brctzr@gmail.com

SB:34

Beden Eğitiminde Temel Psikolojik İhtiyaçların Tatmini ve Engellenmesi Ölçeği' nin Türk Toplumuna Uyarlanması: Geçerlik ve Güvenilirlik Çalışması

Mümine Soytürk¹, Hilal Tınaz Mermerli¹, Bahtiyar Ulaş Urhan¹

¹Manisa Celal Bayar University, Faculty of Sport Sciences, Physical Education and Sport, Manisa/Türkiye

Özet

Giriş ve amaç: Beden Eğitiminde Temel Psikolojik İhtiyaçların Tatmini ölçeğinin geçerlik ve güvenilirlik çalışması daha önce yapılmıştır. Beden eğitimi öğretmenin öğrencilerinin temel psikolojik ihtiyaçları hakkında farkındalığının olması, öğrencilerin hedeflenen öğrenme içeriklerini bilinçli bir bakış açısıyla sunmasına olanak tanıyacaktır. Bu nedenle çalışmada “Basic psychological need satisfaction, need frustration scale in Physical Education” isimli ölçme aracının Türkçeye ve Türk toplumunda yer alan ortaokul öğrencilerine uyarlanması, geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olarak Beden Eğitimi ve Spor alanına kazandırılması amaçlanmıştır. Yöntem: Altı orta okuldan, 5.- 8. Sınıflar arasından toplam 1260 öğrenci (617 kız; 643 erkek) çalışmaya katılmıştır. Veri elde etmek için Beden Eğitiminde Temel Psikolojik İhtiyaçların Tatmini ve Engellenmesi Ölçeği, Beden Eğitiminde Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Bu çalışmada verilerin analizinde iç tutarlılık, açımlayıcı faktör analizi (AFA), doğrulayıcı faktör analizi (DFA) ve ölçüt geçerliliği, istatistiksel analizleri kullanılmıştır. Bulgular: Orijinal yapısı 24 madde olan ölçekten gerekli koşulları sağlamayan 4 madde çıkarılmıştır. Elde edilen sonuçlar 20 madde arasındaki varyansın %54,36' sini açıklamıştır. Ölçek 6 alt boyut olarak (3 alt boyut temel psikolojik ihtiyaçların tatmini, 3 alt boyut temel psikolojik ihtiyaçların engellenmesi) ölçeğin orijinal yapısını korumuştur. Ölçeğin Cronbach alpha değeri ,821 bulunmuştur. Uyum indekslerinin değerleri ise makul düzeyde ($\chi^2/sd = 2,473$; CFI=.,95; NFI= .92; IFI= .95 ve RMSEA= 0,034) bulunmuştur. Sonuç: Türkçeye uyarlanan formdan elde edilen verilerin dört madde çıkarıldığında orijinal ölçek ile benzerlik gösterdiği, kuramsal yapı ile açıklandığı, 5-8. sınıf öğrencilerinin Temel Psikolojik İhtiyaçların Tatmini ve Engellenmesi ölçmede geçerli ve güvenilir bir ölçek olduğu sonucuna varılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Temel Psikolojik İhtiyaçların Tatmini, Temel Psikolojik İhtiyaçların Engellenmesi, Özerklik, İlişkili Olma, Yeterlik, Beden Eğitimi Dersi

SB:35

Program Dışı Etkinliklere Katılan Ortaokul Öğrencilerinin Sosyal-Duygusal Ve Ahlaki Gelişimlerinin İncelenmesi

Özün Özçelik¹, Mümine Soytürk²

¹Beden Eğitimi Öğretmeni, Milli Eğitim Müdürlüğü

²Manisa Celal Bayar University, Faculty of Sport Sciences, Physical Education and Sports, Manisa-Türkiye

Özet

Amaç: Program dışı sportif etkinlikler arasında yer alan ders dışı etkinliklere ve destekleme ve yetiştirme kurslarına katılan ortaokul öğrencileri ile bu etkinliklere katılan ve herhangi bir sportif faaliyete katılmayan öğrenciler arasındaki sosyal duygusal ve ahlaki gelişimleri açısından incelenmesi amaçlanmıştır. Gereç ve Yöntem: Araştırma geçmişten günümüze kadar uzanan bir uygulama durumunu var olduğu haliyle betimlemeyi amaçlayan araştırma yaklaşımı olan genel tarama modeli (bilimsel yöntem) kullanılmıştır. Araştırmaya 6. 7. ve 8. Sınıf öğrencilerinden oluşan 711 öğrenci gönüllü olarak katılmıştır. Tarama modelinde veri elde etmede “Sosyal-Duygusal ve Ahlaki Gelişim Ölçeği (SDAGO)” kullanılmıştır. Verilerin analizinde frekans, aritmetik ortalama, standart sapma temel belirleyici teknikler ile analiz edilmiştir. Ayrıca iki bağımsız grubun verilerinin karşılaştırılmasında t testi, ikiden fazla bağımsız grubun karşılaştırılmasında tek yönlü ANOVA testi kullanılmıştır. Bulgular: SDAGO aracılığı ile elde edilen verilerden; program dışı sportif etkinliklere katılan grubun, PDSE katılan hem kızların hem de oğlanların lehine, her iki grupta da 8’nci sınıfların aleyhine sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca her iki grubun anne ve babalarının eğitim düzeyi ve aynı şekilde meslek grupları toplam puanda fark oluşturmamıştır. Arkadaş sayısı değişkeni ise sadece “olumlu sosyal davranış” alt boyutunda 9-12 arkadaşı olanların lehine puan elde edilmiştir. Sonuçlar: Ortaokul öğrencilerinin sosyal-duygusal ve ahlaki gelişimleri PDSE katılımına göre fark göstermiştir ancak sahip oldukları sosyo ekonomik özelliklerinden etkilenmemiştir.

Anahtar Kelimeler: Ortaokul Öğrencileri, Beden Eğitimi, Sosyal, Duygusal Ve Ahlaki Gelişim, Program Dışı Etkinlikler

E-posta: brctzr@gmail.com

SB:36

Erzurum Tekman İlçesindeki Ortaokul Öğrencilerinin Beden Eğitimi Dersine Yönelik Tutumları

Taner Aydın¹, Tonguç Vardar¹

¹Faculty of Sport Sciences, Physical Education and Sports, Bursa-TURKEY

Özet

Giriş ve Amaç: Bu araştırmada ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi dersine bakış açıları incelenmiş, elde edilen sonuçlar ortaya konulmuştur. 2019-2020 eğitim öğretim yılında Erzurum ili Tekman ilçesinde öğrenim gören ortaokul öğrencileri örneklem grubu olarak alınmıştır. Araştırma, Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlı genel ortaokul ile Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlı özel ortaokullarda öğrenim gören öğrencilerin beden eğitimi dersine karşı tutumlarının belirlenmesi amacıyla yapılmıştır. **Gereç ve Yöntem:** Araştırma sürecinde 159 öğrenciye anket uygulanmıştır. Veri toplama araçlarından Güllü ve Güçlü (2009) tarafından 600 öğrenciye uygulanarak geliştirilen tutum ölçeği, 11 madde olumlu ve 24 madde olumsuz olmak üzere toplam 35 maddeden oluşmaktadır. Anket iki bölümden oluşmaktadır. Birinci bölüm kişisel bilgilerden, ikinci bölüm ise Beden eğitimi dersi tutum ölçeğinden oluşmaktadır. **Bulgular:** Öğrencilerin beden eğitimi dersi tutum düzeyleri yaşlarına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir ($p=0,287$). Öğrencilerin beden eğitimi dersi tutum düzeyleri cinsiyetlerine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir ($p=0,003$). Öğrencilerin beden eğitimi dersi tutum düzeyleri öğrencilerin sınıflarına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir ($p=0,545$). Öğrencilerin beden eğitimi dersi tutum düzeyleri öğrencilerin sahip oldukları kardeş sayılarına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir ($p=0,134$ tablo 11). Öğrencilerin beden eğitimi dersi tutum düzeyleri ailelerinin gelir düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir ($p=0,839$). Öğrencilerin beden eğitimi dersi tutum düzeyleri babalarının eğitim düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir ($p=0,286$). Öğrencilerin beden eğitimi dersi tutum düzeyleri annelerinin eğitim düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir ($p=0,042$). Öğrencilerin beden eğitimi dersi tutum düzeyleri babalarının mesleğine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir ($p=0,051$). Öğrencilerin beden eğitimi dersi tutum düzeyleri annelerinin mesleğine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir ($p=0,092$) **Tartışma ve Sonuç:** Sonuç olarak araştırmanın benzer çalışmalardan farklı olmasının sebebi kırsal bölgede yapılması ve oradaki yaşam koşullarının farklılığından kaynaklandığı düşünülmektedir. Bu gibi çalışmaların farklı illere, farklı örneklem gruplarına (veliler, öğretmenler vs.), farklı sosyo-demografik özelliklere göre yapılması ve desteklenmesi gerekir.

Anahtar Kelimeler: Beden Eğitimi, Spor, Tutum

E-posta: tnraydn253516@gmail.com



SB:37

Ters Yüz Öğrenme ve Oyun Uygulamaları Modelinin Ortaokul Öğrencilerinin Futbol Oyun Performansı ve Taktik Bilgisi Üzerine Etkisi

Abdulkadir Yıldız¹, Nazım Abdurrahim Nayır¹, Fatih Dervent¹, Erhan Devrilmez²

¹Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği A.B.D. İstanbul- Türkiye

²Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu, Karaman-TÜRKİYE

Özet

Oyun Uygulamaları Modeli, Ters Yüz Öğrenme Modeli ve Teknik Odaklı Öğretim uygulanan ortaokul altıncı ve yedinci sınıflardaki öğrencilerin beden eğitiminde futbol taktiksel bilgi düzeylerini, futbol oyun performanslarını arasındaki farkı incelemektir. Çalışmada ön test-son test eşleştirilmiş deneysel desen kullanılmıştır. Katılımcılar araştırma gruplarına uygun yansız bir şekilde Oyun Uygulamaları Modeli ve Ters Yüz Öğrenme Modeli karşılaştırma grubu Teknik Odaklı Öğretim olarak atanmıştır. Çalışma grubunda 64, karşılaştırma grubunda 32 olmak üzere toplam 96 öğrenci çalışmaya katılmıştır. Araştırma ilk hafta ön test son hafta son test olmak üzere altı haftayı kapsamaktadır. Altı hafta süren çalışmada öğrencilerin futbol taktiksel bilgi düzeyleri, futbol oyun performansları analiz edilmiştir. Verilerin analizi için tanımlayıcı ve karışık ölçümlerde ANOVA analizleri yapılmıştır. Analizler sonucunda Oyun Uygulamaları Modeli ve Ters Yüz Öğrenme Modeli ile işlenen futbol ünitesi Teknik Odaklı Öğretim ile karşılaştırıldığında beden eğitiminde futbol taktiksel bilgisi ve futbol oyun performansında daha etkili gelişim sağladığı tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Ters Yüz Öğrenme Modeli, Dijital Eğitim, Oyun Uygulamaları Modeli

E-posta: kadiryildiz-19@hotmail.com

SB:38

Oyun Senaryolarıyla Durumsal Öğretim Modelinin Futbol Taktik Bilgisi ve Teknikleri Üzerine Etkisi

Nazım Nayır¹, Fatih Dervent², Erhan Devrilmez³

¹Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü

²Marmara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

³Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

Özet

Beden eğitimi ve spor öğretim programları öğrencilerin bilişsel, duyuşsal ve psikomotor öğrenme alanlarına yönelik bazı kazanımlara ulaşmasını hedeflemekte ve model temelli yaklaşımların kullanılması önerilmektedir. Model temelli yaklaşımlar; amaç, içerik, uygulama ile ölçme ve değerlendirme gibi unsurları içerdiği için öğrenme alanlarını bütüncül olarak kazandırmayı kolaylaştırabilmektedir. Rink'e (1991) göre bir öğretim modeli kavramsal çerçevesini öğrenme modelinden almalıdır. Yenilikçi bir model olan Oyun Senaryolarıyla Durumsal Öğretim Modeli'nin temelini Durumsal Öğrenme teorisi oluşturmaktadır. Oyun Senaryolarıyla Durumsal Öğretim Modelinin amacı öğrencilerin gelişim düzeylerine uygun ve gerçek maç koşullarını yansıtan öğeler içeren oyun senaryolarında ilişkisel analiz yoluyla karar vermeleri ve bu kararları oyunlarda uygulayarak oyunsal yeterliliklerini geliştirmektir (Li vd., 2018). Bu araştırmanın amacı Oyun Senaryolarıyla Durumsal Öğretim Modeli ve Teknik Odaklı Öğretimin ortaokul futbol ünitesinde öğrencilerin taktik bilgisi ve teknikleri üzerine etkisini incelemektir. Araştırma yarı deneme modellerinden eşitlenmemiş kontrol gruplu modele uygun yürütülmüştür. Örneklem grubu çalışma ve karşılaştırma gruplarına rastgele atanmıştır. Yedi hafta boyunca, bir ders saati 40 dakikadan oluşan 18 saat ders işlenmiştir. Öğrencilerden taktiksel bilgi (Xie, 2018) ve teknik test (Höner vd., 2015) verileri toplanmıştır. 77 öğrencinin katıldığı çalışmada tekrarlayan ölçümlerde ANOVA analizi kullanılmıştır. Oyun Senaryolarıyla Durumsal Öğretim Modeliyle işlenen derslerin Teknik Odaklı Öğretime göre pas-kontrol ($F(1)= 1.243, p>.05, \eta^2=.019$), top sürme ($F(1)= .000, p>.05, \eta^2=.000$), şut isabet ($F(1)= 3.258, p>.05, \eta^2=.048$) ve şut kalite ($F(1)= 1.670, p>.05, \eta^2=.003$) tekniklerinde benzer performans gelişimi sağlarken taktik bilgisinde ($F(1)= 4.176, p<.05, \eta^2=.060$) daha etkili gelişim sağladığını göstermiştir. Yapılan çalışmanın sonucunda Oyun Senaryolarıyla Durumsal Öğretim Modeli ile işlenen dersin öğretim programlarından beklenen tekniklerin gelişimi yanı sıra taktik ve strateji gibi bilişsel kazanımların elde edilmesinde etkili bir model olduğu söylenebilir. Hem psikomotor hem de bilişsel kazanımlar sağlması açısından Oyun Senaryolarıyla Durumsal Öğretim Modelinin öğretim programlarında yer alan kazanımlara etkili bir şekilde ulaşılmasında kullanılabileceği düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Pedagojik Model, İlişkisel Analiz, Karar Verme, Beden Eğitimi

SB:39

Cimnastik Alan Bilgisi Öğretim Programının Öğretim Elemanlarının Alan Bilgilerine, Pedagojik Alan Bilgilerine, Öğrenci Hatası Bilgilerine Ve Öğrencilerin Öğrenme Düzeyine Etkisi

Ekrem Yasin Tabak¹, Erhan Devrilmez², Fatih Dervent³, Mehmet Dalkılıç¹, Ömer Özer⁴, Phillip Ward⁵

¹Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü, Karaman-Türkiye

²Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü, Karaman-Türkiye

³Marmara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü, İstanbul-Türkiye

⁴Bandırma Onyedli Eylül Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü, Balıkesir-Türkiye

⁵Ohio Devlet Üniversitesi, İnsan Bilimleri Bölümü, Kinezyoloji, Columbus-Ohio-ABD

Özet

Bu araştırmanın amacı, cimnastik alan bilgisi öğretim programının öğretim elemanlarının alan bilgilerine (AB), pedagojik alan bilgilerine (PAB), öğrenci hatası bilgilerine ve öğrencilerin öğrenme düzeyine etkisini incelemektir. Çalışmada yarı deneysel araştırma tasarımı kullanılmıştır. Çalışmaya iki devlet üniversitesinde cimnastik derslerini yürüten iki öğretim elemanı ve onların derslerini takip eden 58 beden eğitimi ve spor öğretmen adayı katılmıştır. Çalışmamızda öğretim elemanları ve öğretmen adaylarının cimnastik genel alan bilgisi (GAB) düzeyleri için Devrilmez ve arkadaşları (2019) tarafından geliştirilen cimnastik alan bilgisi testi ve özelleşmiş alan bilgisinin (ÖAB) öğretim tasarımı ve sunumu bilgi düzeyleri için Ward ve arkadaşları (2017) tarafından geliştirilen içerik haritaları kullanılmıştır. Ayrıca öğretim elemanlarının PAB düzeylerini belirlemek için Lee (2011) tarafından geçerliği sağlanan PAB ölçme aracı kullanılmıştır. PAB düzeyleri belirlemek amacıyla öğretim elemanlarının 14 haftalık dersleri video kamera ile kayıt altına alınmıştır. Videolar üç kodlayıcı tarafından incelenmiş ve kodlanmıştır. Bulgulara göre öğretim elemanlarının yeterli GAB ve öğretim tasarımı ve sunumu düzeylerine sahip olduğu belirlenmiştir. Bulgular, öğretim elemanlarının öğrencilerinin muhtemel hataları tahmin etmede deney grubu öğretim elemanının karşılaştırma grubu öğretim elemanından oldukça yüksek olduğunu göstermiştir. Bulgular ayrıca deney grubu öğretim elemanının PAB kategorilerinde karşılaştırma grubu öğretim elemanından daha yüksek değerlere sahip olduğu tespit edilmiştir. Çalışma bulgularında deney grubu öğretmen adayları yeterli cimnastik GAB ve öğretim tasarımı ve sunumu bilgi düzeyine sahipken karşılaştırma grubunun yeterli düzeye sahip olmadığı belirlenmiştir. Sonuç olarak, ÖAB odaklı cimnastik öğretim uygulamasının öğretim elemanlarının cimnastik AB, PAB, öğrenci hatası bilgilerine ve öğrencilerin öğrenme düzeyine etkisinin olduğu belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Öğrenci Hataları, Öğretim Elemanı, Öğretim Tasarımı Ve Sunumu, Cimnastik, Alan Bilgisi

SB:40

Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Öğrenci Hatalarına Yönelik Uyarlamalarının Öğrenci Performansına Etkisi

Gülşah Güner Dalar¹, Fatih Dervent², M. Lale Güler², Erhan Devrilmez³

¹Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Marmara Üniversitesi, İstanbul-TÜRKİYE (e-mail:

²Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul-TÜRKİYE

³Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu, Karaman-TÜRKİYE

Özet

Pedagojik alan bilgisi (PAB), öğretmenlerin öğrencilerin yanlış anlamalarını ve düşük performanslarını azaltmak için öğretim yöntemlerini değiştirdikleri bir bilgi türüdür (Shulman, 1986). Öğrencilerin hatalarını tanımak, hataların nasıl düzeltileceğini bilmek, öğretim görevlerinde değişikliğe gitmek özelleşmiş alan bilgisinin (ÖAB) alt boyutu olan "öğrenci hataları bilgisi" ile PAB arasında doğrudan bir ilişki olduğunu göstermektedir (Kim, 2015; Iserbyt vd., 2015; Iserbyt vd., 2017). Öğretim planları genelde genellikle önceden belirlenmiş olsada, öğretmenler bazen öğrencilerin ihtiyaçlarına göre değişiklik yapar. Belirli öğrenciye yönelik değişikliklere "görev içi", tüm sınıfa ya da gruba yönelik olanlara ise "görevler arası" uyarlamalar denir (Dervent vd., 2016). Bu çalışmanın amacı ÖAB eğitimi tamamlayan öğretmenin korfbolda görevler arası uyarlamaları ve öğrenci performansına etkisini incelemektedir. Çalışma yarı deneysel modelde tasarlanmış ve 10 hafta sürmüştür. Katılımcıları, İstanbul, Türkiye'deki iki farklı devlet lisesinden iki kadın beden eğitimi öğretmeni (Ezgi: 44 ve Ece: 47; takma adlar) ve sınıf düzeyi 11 olan iki sınıftan toplam 28 öğrenci (M=15.39; SD=0.95) oluşturmaktadır. Çalışmanın başında öğretmenlerden biri, korfbolda öğrenci hataları bilgisiyle öğretim tasarımı ve sunumunu içeren dört saatlik ÖAB odaklı eğitim almıştır. Veriler, kodlama eğitimi tamamlamış dört gözlemci tarafından fonksiyonel davranış analizine göre öncül, davranış ve sonuç kategorilerinde toplanmıştır. Öğretmenlerin (öğretim tasarımı geliştirme ve sunumu, öğrenci hataları bilgisi) ve öğrencilerin (doğru, kısmen doğru, hatalı performans) davranışları betimsel olarak analiz edilmiştir. Araştırmada, ÖAB eğitimi alan öğretmenin öğretim tasarımı (N=19) karşılaştırma grubuna göre (N=0) daha fazla iyileştirme yaptığı görülmüştür. Öğretim tasarımı sunumlarında ise ÖAB eğitimi alan öğretmen (N=820), karşılaştırma grubuna (N=528) göre daha fazla görsel ve sözel davranış sergilemiştir. Müdahaleler sonrası, deney grubu öğrencileri (N=7600, %67,74) karşılaştırma grubuna (N=4828, %63,09) göre daha fazla doğru performans göstermiştir. Bu çalışmadan elde edilen bulgular, öğrenci hataları ve iyileştirmelerine odaklanan bir alan bilgisi eğitimi, daha yüksek sayıda görevler arası uyarlamaya ve öğrencilerin daha doğru performanslar sergilemesine katkı sağladığını göstermektedir. Bilgilendirme: Çalışma x isimli yüksek lisans tez çalışmasının bir bölümünü oluşturmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Pedagojik Alan Bilgisi, Özelleşmiş Alan Bilgisi, Korfbol, Fonksiyonel Davranış Analizi

E-posta: gunergulsah9@gmail.com

SB:41

İşbirlikli Öğrenme Modelinin Sosyal Beceri ve Judo Temel Becerilerine Etkisi

Nazlıcan Kılıç Cura¹,Burak Güneş¹

¹*Sakarya University of Applied Sciences, Faculty of Sport Sciences, Physical Education and Sports, Sakarya, TÜRKİYE*

Özet

Bu araştırmada lise beden eğitimi ve spor derslerinde İşbirlikli Öğrenme Modeli'nin (İÖM) sosyal beceri ve judo temel becerilerine etkisini incelemek amaçlanmıştır. Araştırmada deneysel çalışma desenlerinden ön test-son test kontrol gruplu desen kullanılmıştır. Araştırma 2023-2024 eğitim öğretim yılı bahar döneminde Bursa ilinin Yıldırım ilçesinde bulunan bir lisede gerçekleştirilmiştir. Araştırma için dört şube olan 9. Sınıflardan yansız atama yöntemi ile iki şube belirlenmiş ve 8 hafta boyunca bir şubede dersler İşbirlikli Öğrenme Modeli (İÖM) eşleş-kontrol et- uygula tekniği ile (deney grubu), diğer şubede ise Doğrudan Öğretim Modeli (DÖM) (kontrol grubu) ile işlenmiştir. Araştırmada öğrencilerin sosyal beceri puanlarını ölçmek için "Matson Sosyal Beceri Değerlendirme Ölçeği" kullanılmıştır. Öğrencilerin judo temel beceri (geriye düşüş, sağa-sola düşüş, osoto gari, seoi nage, ogoshi) düzeylerini ölçmek için araştırmacı tarafından geliştirilen "Judo Temel Beceri Gözlem Formları" kullanılmıştır. Araştırma sonucunda İÖM ile ders işleyen grubun sosyal beceri ön test son test puanları karşılaştırıldığında son testler lehine anlamlı bir fark bulunmuştur. Judo temel becerilerinde ise (geriye düşüş, sağa-sola düşüş, osoto gari, seoi nage ve ogoshi) ön test ve son test puanları arasında son testler lehine anlamlı bir fark olduğu bulunmuştur. DÖM ile ders işleyen grubun sosyal beceri olumlu davranışlar boyutunda ön test ve son test puanları arasında anlamlı bir fark bulunmazken, olumsuz davranışlar ve sosyal beceri puanları arasında son testler lehine anlamlı bir fark olduğu bulunmuştur. Judo temel becerilerinde ise ön test ve son test puanları arasında son testler lehine anlamlı bir fark olduğu bulunmuştur. Araştırmada deney grubu ve kontrol gruplarının sosyal beceri erişim puanları karşılaştırıldığında olumlu davranışlar ve olumsuz davranışlar puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır. Sosyal beceri puanlarında ise İÖM lehine anlamlı bir fark bulunmuştur. Araştırmada deney grubu ile kontrol gruplarının judo temel beceri erişim puanları karşılaştırıldığında yalnızca sağa-sola düşüş becerisinde İÖM lehine anlamlı bir fark olduğu bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: İşbirlikli Öğrenme, Judo Eğitimi, Sosyal Beceriler, Judo Temel Becerileri, Eğitim Modelleri

E-posta: nzlcn48@outlook.com

SB:42

Sporda Algılanan GÜdüsel İklim: Ebeveynin Oluşturabileceği Etkiler Üzerine Bir İnceleme

Sinem Gölcüklü¹, Şenay Şahin¹, Şerife Vatansever¹

¹University, Faculty of Sports Sciences, Coaching Education, Bursa-TURKEY

Özet

Sportif başarıda önemli bir rol oynayan güdüsel iklim, antrenörlerin, ailelerin, arkadaşların ya da eğitimcilerin tutumları ve davranışları ile şekillenen bir yapıyı ifade etmektedir. Güdüsel iklim, sporcuların, içinde buldukları ortamı antrenör, aile, arkadaş gibi dış etmenlerin etkisiyle nasıl değerlendirdikleri olarak ele alınmaktadır. Aileler antrenör, öğretmen ve arkadaşlara göre çocukların yaşamının her alanında önemli bir yere sahip olduğu bilinen bir gerçektir. Aile aynı zamanda bu alanlardan biri olan spor ortamında da sporcu performansına etkide bulunan güdüsel iklimi yaratan önemli kaynaklardan bir tanesidir (1). Ebeveynlerin sahip oldukları yaklaşımların, iletişim becerilerinin, düşünce yapılarının sporcu etkileyebilmesiyle birlikte özellikle erken çocukluk döneminde ebeveynlerin oluşturmuş oldukları güdüsel iklimin sporcular üzerindeki etkilerini bilmek önemlidir. Algılanan güdüsel iklim, sporcunun bulunduğu ortamı yorumlamasıyla da ilişkilendirilebilir. Sporcuların algıladıkları güdüsel iklim, sporcunun hataya olan bakış açısını, performansı ve başarıyı yorumlamasını etkileyebilmektedir. Bu çalışmanın amacı ebeveynlerin yaratmış oldukları güdüsel iklimin sporcunun psikolojik becerilerine olan etkisinin, sporcunun başarıya olan yaklaşımının, performansı anlamlandırmasının, tükenmişlik düzeyinin ne dereceye etkilenebileceği gibi faktörü ortaya çıkarmayı hedeflemektedir. Çalışmada amaca yönelik 7 çalışmaya yer verilen bu derlemenin bulgular kısmında çalışmaların amaçları, çeşitli ölçme araçları, örneklem özellikleri, değişkenler arasındaki ilişkiler ve sonuçlar dahil edilmiş, çalışmaların detayları amaç çerçevesinde ele alınmıştır. Sonuç olarak sporcunun çevresinde yer alan kişiler sporcunun sportif hayatını etkileyebilmektedir. Ebeveynlerin sporcular üzerinde oluşturmuş oldukları güdüsel iklimin sporcunun süreç boyunca göstermiş olduğu performansı destekleyen, hatalarının olabileceği ve bunları geliştirebileceğinin farkına varmasını, antrenmanı ve maçları bir fırsat olarak görmesine, kendilerini daha olumlu algılayabilmesine yardımcı olabilir. Özellikle çocukluk çağında ebeveynlerin göstermiş olduğu yaklaşım şekli ile oluşturdukları güdüsel iklim ilerleyen yaşlarda çocuğun sporculuk kariyeri ve performans çıktılarına olan etkisini değerlendirmede etkili bir yaklaşım olduğu düşünülebilir.

Anahtar Kelimeler: GÜdü, Sporda Algılanan GÜdüsel İklim, Ebeveyn GÜdüsel İklimi

E-posta: 602380004@ogr.uludag.edu.tr



SB:43

Tersine Çevrilmiş Sınıf Modeli, Özel Gereksinimli Çocukların Öğrenme Sürecinde Motivasyon Ve Öz Yeterlik Düzeyini Etkiler Mi?

Selen Uğur Mutlu¹, Nimet Haşıl Korkmaz¹, Fatma Demir Zengin¹, Hüseyin Topçu¹, Ali Kamil Güngör¹

¹Uludağ University, Faculty of Sport Sciences, Physical Education and Sports, Bursa-TURKEY

Özet

Özel gereksinimli öğrencilerin motivasyonu, öğrenme ve öz yeterliğin gelişimi için kritik öneme sahip olup, düşük motivasyon derslere katılım isteksizliği yaratabilir. Araştırmanın amacı Tersine Çevrilmiş Sınıf Modelinin, geleneksel yöntemle göre öğrencilerin motivasyon ve öz yeterliği üzerindeki etkililiğini analiz etmektedir. Araştırma nicel araştırma yöntemlerinden çapraz desen modeline göre tasarlanmıştır. Araştırmaya Kocaeli ilinden 43 ortaokul (13 zihinsel yetersizliği, 14 özel öğrenme güçlüğü olan ve 16 tipik gelişim gösteren) öğrencisi dahil edilmiştir. Müdahale 8 hafta geleneksel yöntem, 8 hafta Tersine Çevrilmiş Sınıf Yöntemi olacak şekilde 16 hafta boyunca devam etmiştir. Araştırmada kişisel bilgi formu, Beden Eğitimi Motivasyon Ölçeği ve Çocuklar İçin Öz yeterlik Ölçeği veri toplama aracı olarak kullanılmıştır. Verilerin analizi SPSS 28.0 paket programı ile yapılmıştır. Verilerin analizinde iki yönlü ANOVA testi uygulanmıştır. Elde edilen bulgulara göre grup içi karşılaştırmalarda içsel ve dışsal motivasyon parametresinde zihinsel yetersizliği ve özel öğrenme güçlüğü olan öğrencilerde ters yüz öğrenme modelinde anlamlı farklılık tespit edilirken tipik gelişim gösteren öğrencilerde her iki yöntemde anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Motivasyonsuzluk parametresinde ise tüm gruplarda ters yüz öğrenme modelinde anlamlı farklılık bulunmaktadır. Akademik öz yeterlik, sosyal öz yeterlik, duygusal öz yeterlik ve toplam öz yeterlik parametresinde zihinsel yetersizliği ve özel öğrenme güçlüğü olan öğrencilerde ters yüz öğrenme modelinde anlamlı farklılık tespit edilirken tipik gelişim gösteren öğrencilerde her iki yöntemde anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Sonuç olarak farklı eğitim yöntemleri ve modeller kullanılarak öğrencilerin motivasyon ve öz yeterlik inançlarının arttırılabileceği tespit edilmiştir. Bu sebeple beden eğitimi ve spor dersinde farklı yöntemleri kullanarak ve diğer derslerde de bu tür yöntemler kullanarak öğrencilerin motivasyonu ve öz yeterliğini artırılması önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Özel Gereksinimli Çocuklar, Tersine Çevrilmiş Sınıf, Geleneksel Yöntem, Motivasyon, Öz Yeterlik

E-posta: selenugur@uludag.edu.tr

SB:44

Ortaokul Öğrencilerini Fiziksel Aktivite ve Egzersize Teşvik Etmek İçin 4 Haftalık Mobil Tabanlı Oyunlaştırma Uygulamasının Deneyimlenmesi

Hasibe Çoruh¹, Nimet Haşıl Korkmaz¹

¹Bursa Uludağ Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor, Bursa-TÜRKİYE

Özet

Ortaokul öğrencilerinin çoğu yeterince aktif değildir ve bu hareketsizlik yetişkinlikte de devam ederek kronik hastalıklara yol açmaktadır. Öğrencileri, fiziksel olarak daha aktif olmaya teşvik etmek için yenilikçi yaklaşımlara ihtiyaç vardır. Fiziksel aktivitedeki motivasyonu ve katılımı artırmak için hedefler belirlemenin ve ödülleri sağlamanın etkileşimli bir yolu oyunlaştırmadır. Bu çalışmanın amacı, geliştirilen mobil tabanlı oyunlaştırma uygulaması sayesinde, belirlenen adım sayısı ve egzersiz hedeflerinin tamamlanması ve etkisinin incelenmesidir. Çalışmada, ön-test son-test kontrol gruplu deneysel desen kullanılmıştır. Araştırma grubu, yaşları 11-14 arasında olan 7. Sınıfta öğrenim gören 25 öğrenciden (deney grubu:12, kontrol grubu:13) oluşmaktadır. Veri toplama aracı olarak; Çocuklar için Fiziksel Aktivite Ölçeği (ÇFAÖ), adım sayısı ve egzersiz takibi için geliştirilen mobil tabanlı oyunlaştırma uygulaması kullanılmıştır. 4 hafta boyunca öğrencilerin adım sayarlar ile adım sayıları izlenmiş ve belirtilen temel egzersizleri yapılması istenmiştir. Deney grubuna (DG) oyunlaştırma unsurları içeren (rozet, puan, liderlik tabloları vb.) kontrol grubuna (KG) oyunlaştırma unsurları içermeyen mobil uygulama kullanılmıştır. İki grup arasındaki farkı belirlemek için Mann-Whitney-U testi kullanılmıştır. KG ve DG gruplarının ÇFAÖ ön-test ve son-test sonuçları arasında anlamlı bir fark bulunmuştur. KG ve DG gruplarının günlük 10,000 adım ve egzersiz hedefini gerçekleştirmede anlamlı bir fark bulunmuştur. 4 haftanın sonunda DG'nin ortalama adım sayısı daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir. DG grubunda adım sayısı ve egzersiz hedefine ulaşmada oyunlaştırma unsurlarının etkili olduğu görülmektedir. Ayrıca, DG grubunun fiziksel aktivite düzeyi arttığı gözlemlenmiştir. Sonuç olarak, DG grubunda adım sayısı hedefi ve egzersiz hedeflerini daha fazla tamamladığı için oyunlaştırmının etkili olduğunu görülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Fiziksel Aktivite, Mobil Uygulama, Motivasyon, Oyunlaştırma

E-posta: coruhhasibe16@gmail.com

SB:45

Bebek Yüzme Eğitimi'nin Fiziksel, Fizyolojik ve Psikolojik Etkileri

Erengül Özbuğutu¹, Şerife Vatansever², Nimet Haşıl Korkmaz², Şenay Korkmaz²

¹Erengül Özbuğutu *Uludağ Üniversitesi Antrenörlük Bölümü Bursa Turkey Erenköy Kız Lisesi İstanbul Turkey*

²Bursa *Uludağ Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor, Bursa-TÜRKİYE*

Özet

Bebek Yüzme Eğitimi 'nin Fiziksel ,Fizyolojik ve Psikolojik Etkileri Erengül Özbuğutu ,Şerife Vatansever ,Nimet Haşıl Korkmaz ,Şenay Şahin Bebek Yüzme Eğitimi bebeklerin anne karnında edindikleri Dalış Refleksi ve Nefes Tutma Becerileri'ni Kelime Bağdaştırma Yöntemi ile onlara hatırlatılmasını sağlayan ,bebeklerin öncelikle suda güvenliğinin sağlanması ve onların fiziksel ,zihinsel ve psikolojik gelişimini amaçlayan yüzme programıdır .Bebeklerin anne karnında edindikleri Dalış Refleksi ve Nefes Tutma Becerileri doğduktan sonra 6. aya kadar devam etmektedir .Bu dönemde Bebek Yüzme Eğitimi 'nin verilmesi .bebeklerin pek çok farklı fonksiyonlarının gelişmesine katkı sağlamaktadır .Bu eğitimin yaygınlaşması nedeni ile son yıllarda bu alan ile ilgili birçok çalışma yapılmıştır .Bu çalışmanın amacı bebeklerde yüzme eğitiminin etkisini araştıran çalışmaları derlemektir . Bebek Yüzme Dersleri 'nin Amacı Bu eğitimlerin amacı öncelikle bebeklerin güvenliğidir .Bebeklerin istemli veya istemsiz bir şekilde suya girdiklerinde dalma refleksini kullanarak ve küçük ayak hareketleri ile suyun üstüne güvenli bir şekilde çıkmalarını amaçlar . Bebek Yüzme Eğitimi bebeklerde iskelet yapısını geliştirerek vücut koordinasyonu sağlamaktadır. Bu sayede bebeklerin duruşu ve iskelet sistemi daha düzgün bir görünüme kavuşmaktadır .Bebeklerde düz kasların gelişimine katkı sağlamaktadır .İstemli kaslar olarak adlandırılan iskelet kasları ,vücudun hareket etmesini sağlamaktadır .Yüzme bebeklerde bu kasları güçlendirerek ileri dönemde sakatlanma riskini en aza indirmektedir . Bebek Yüzme Eğitimi kalp kasının güçlenmesine faydalı olduğu görülmektedir. Sinir sistemini oldukça güçlendiren yüzme sporu bu sayede kalp kasını da olumlu yönde etkilemektedir. Eğitimler bebeklerdeki gaz probleminin giderilmesine katkıda bulunup .yemek yeme ve uyku düzenini kontrol altına almakta yarar sağlamaktadır , Bebek Yüzme Eğitimi ile anne - baba arasındaki bağı kuvvetlendirdiği gibi bebeğin sosyalleşmesine ,dengesinin korunmasına ve bebeğin yürüme sürecinin hızlanmasına katkı sağlamaktadır.

Anahtar Kelimeler: Baby seimming training, Balance, Coordination, Socialization



SB:46

Bedens Eğitimi Öğretmenlerinin Yapay Zekâ Farkındalık ve İş Tatminleri Üzerinde Cinsiyet ve Eğitim Durumunun Aracı Rolü

Nurgül Erol¹, Bijen Filiz¹

¹Afyon Kocatepe Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Afyonkarahisar- Türkiye

Özet

Bu araştırmanın amacı, beden eğitimi öğretmenlerinin yapay zekâyâ karşı tutumlarının iş tatminleri üzerindeki etkisini incelemektir. Nicel araştırma olarak kurgulanan çalışmada ilişkisel tarama yöntemi kullanılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak “Öğretmenler İçin Yapay Zekâ Farkındalık Düzeyi Ölçeği” ve “Minnesota İş Tatmini Ölçeği” kullanılmıştır. Araştırmanın veri grubunu 2023-2024 eğitim-öğretim yılında Afyonkarahisar ilinde görev yapan 230’u kadın, 231’i erkek toplam 465 gönüllü beden eğitimi öğretmeni oluşturmuştur. Çalışmada aritmetik ortalama ve standart sapma, t testi, tek yönlü ANOVA, Pearson momentler çarpımı korelasyon analizi ve aracılık analizi yapılmıştır. Analiz sonucunda, kadın beden eğitimi öğretmenlerinin erkeklere göre yapay zeka farkındalık düzeylerinin daha yüksek olduğu; lisans mezunu beden eğitimi öğretmenlerinin yüksek lisans mezunlarına göre yapay zeka farkındalık ve iş tatmini düzeylerinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Beden eğitimi öğretmenlerinin yapay zeka farkındalık ve iş tatmini puanlarının yüksek olduğu, yapay zekâ farkındalık düzeyleri arttıkça iş tatminlerinin de arttığı görülmektedir. Ayrıca, yapay zeka farkındalığının cinsiyeti doğrudan etkilemediği, yapay zeka farkındalığının ve cinsiyetin iş tatminini pozitif yönlü ve doğrudan etkilediği, yapay zeka farkındalık ile iş tatmini arasındaki ilişki üzerinde cinsiyetin aracı etkisinin pozitif olduğu tespit edilmiştir. Son olarak, yapay zeka farkındalığının eğitim durumunu ve iş tatminini pozitif yönlü ve doğrudan etkilediği, eğitim durumunun iş tatminini doğrudan etkilemediği, yapay zeka farkındalık ile iş tatmini arasındaki ilişki üzerinde eğitim durumunun aracı etkisinin pozitif olduğu tespit edilmiştir. Sonuçlar, beden eğitimi öğretmenlerinin iş tatminlerini yükseltmede yapay zeka farkındalığının olumlu yönde etkisi olduğunu göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: Yapay Zekâ, İş Tatmini, Beden Eğitimi Öğretmeni

E-posta: nerol.03@hotmail.com

SB:47

Temel ve Savaş Beden Eğitimi Dersi Alan Öğrencilerin Spora Katılım Motivasyonları ile Algılanan Empatik ve Sosyal Öz Yeterlik Düzeylerinin İncelenmesi

Muhammed Dağ¹, Osman Göde²

¹Milli Savunma Üniversitesi Hava Astsubay Meslek Yüksekokulu, İzmir, TÜRKİYE

²Pamukkale Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Fakültesi Denizli, TÜRKİYE

Özet

Bu araştırmanın amacı, temel ve savaş beden eğitimi dersi alan öğrencilerin spora katılım motivasyonları ile algılanan empatik ve sosyal öz yeterlik değişkenlerinin kendi aralarındaki yordayıcı ilişkinin tespit edilmesi ve bazı demografik değişkenler açısından incelenmesidir. Araştırmanın örneklemini 2020-2021 eğitim öğretim yılında askeri eğitim veren bir kamu kurumunda eğitim alan gönüllü olarak katılan toplam 274 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmada verileri toplamak amacıyla Kişisel Bilgi Formu, Algılanan Empatik ve Sosyal Öz Yeterlik Ölçeği ve Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu Ölçeği kullanılmıştır. Bu araştırma, var olan bir durumu açıklamaya çalışmasından dolayı tarama modelinde betimsel bir araştırmadır. Tanımlayıcı istatistikler, Pearson Kolerasyon analizi, Basit Doğrusal Regresyon Analizi, varyans analizi (ANOVA), Kruskal-Wallis H Testi ve Bağımsız Gruplar T –testi analizleri kullanılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre spora katılım motivasyonu ile algılanan empatik ve sosyal öz yeterlik arasındaki ilişki orta düzeyde pozitif ve anlamlı bulunmuştur ($p<0,05$). Araştırmaya katılan öğrencilerin spora katılım motivasyonları ve algıladıkları empatik ve sosyal öz yeterlikleri (sırasıyla %81 ve %85 ile) yüksek düzeyde bulunmuştur. Spora katılım motivasyonu yaşa göre anlamlı farklılık göstermemiştir ($p>0,05$); ancak eğitim düzeyi ve sporculuk geçmişi olup olmamasına göre anlamlı farklılık göstermiştir ($p<0,05$) ancak yaş ve eğitim düzeyine göre anlamlı farklılık göstermemiştir ($p<0,05$). Sonuç olarak; temel ve savaş beden eğitimi dersi alan öğrencilerin genel olarak spora katılım motivasyonlarının ve algılanan empatik ve sosyal öz yeterlik düzeylerinin anlamlı ve yüksek seviyelerde olduğu görülmektedir. Bu durumda öğrencilerin yaşamları boyunca katılım motivasyonlarının yüksek olması halinde sporu yaşam tarzı haline getirmelerinde, karşılaşılabilecekleri durumlarda empati gösterebilecek inançlarının yüksek olmasında, kişilerarası iletişimi başlatmada ve sürdürülebilmedeki yeteneklerine olan inançlarının yüksek olmasında temel ve savaş beden eğitimi dersinin etkisinin olabileceği değerlendirilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Beden Eğitimi, Spora Katılım Motivasyonu, Empatik ve Sosyal Öz Yeterlik

E-posta: muhammeddag1@gmail.com



SB:48

Ülkelerin Olimpiyat Oyunlarındaki Sportif Başarıları: Ekonomik Refah ve Yaşam Kalitesinin Önemi

Hilal Oruç¹, Ramiz Arabacı¹

¹Bursa Uludağ Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor, Bursa - Türkiye

Özet

Bu araştırmanın amacı, 2008-2024 yılları arasında düzenlenen Yaz Olimpiyat Oyunlarında ülkelerin sportif başarıları ile ekonomik refah ve yaşam kalitesi arasındaki ilişkileri incelemektir. Mevcut araştırmada ülkelerin sportif başarılarının belirlenmesi için ardışık beş olimpiyat oyunundaki madalya sayısı ve genel sıralaması IOC resmi web sayfasından alındı. Ülkelerin ekonomik refahının değerlendirilmesi için dünya bankasından elde edilen gayri safi yurt içi hasıla (GSYİH) verileri kullanıldı. Yaşam kalitesinin değerlendirilmesinde, OECD'nin Daha İyi Yaşam Endeksi (Better Life Index, BLI) ve Sosyal İlerleme Endeksi (Social Progress Index, SPI) verileri kullanıldı. Yapılan Spearman Korelasyon Analizi sonucunda, GSYİH ile madalya sayısı arasında istatistiksel olarak pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulundu ($p < .05$). GSYİH ile madalya sıralaması arasında ise negatif yönde korelasyon gözlemlendi ($p < .05$). Madalya sayıları ile BLI alt boyutları arasındaki ilişkilere bakıldığında, konut ($r = .47$, $p = .012$) ve gelir ($r = .466$, $p = .014$) alt boyutlarında anlamlı pozitif ilişki bulundu. Ancak, madalya sayısı ile toplum aidiyeti, eğitim ve sağlık gibi diğer boyutlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmadı. SPI verilerine göre, genel sosyal gelişmişlik puanı ile madalya sayısı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulundu ($r = .330$, $p = .029$). SPI için temel ihtiyaçlar ($r = .348$, $p = .021$), iyi olma hali ($r = .353$, $p = .019$) ve fırsatlar ($r = .336$, $p = .026$) alt boyutları ile madalya sayıları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulundu. Sonuçlar, olimpiyat oyunlarındaki ülkelerin ekonomik gücünün (GSYİH) spor başarıları ile ilişkili olduğunu göstermektedir. Ayrıca, BLI alt boyutlarından konut ve gelir düzeyi gibi temel unsurların da spor başarıyı etkileyebileceğini göstermektedir. SPI verileri, sosyal gelişmişlik düzeyi yüksek ülkelerin daha fazla madalya kazanma eğiliminde olduğunu ortaya koymuştur. Bu durum sportif başarı için yalnızca ekonomik değil, aynı zamanda refah ve sosyal gelişmişlik unsurlarının da önemini vurgulamaktadır. Spor politikaları geliştirme sürecinde ekonomik ve sosyal unsurların birlikte ele alınmasının sürdürülebilir sportif başarı için kritik öneme sahiptir.

Anahtar Kelimeler: Yaz Olimpiyatları, Sportif Başarı, Ekonomik Refah, Yaşam Kalitesi

E-posta: hilaloruc@uludag.edu.tr



SB:49

The Role of Gut Microbiota on Obesity: Physical Activity-Based Approaches

Merve Gezen Bölükbaş¹, Şerife Vatansever¹, Deniz Zeynep Sönmez²

¹Bursa Uludag University, Physical Education and Sports, Bursa-TURKEY

²City University of New York, Cuny School of Medicine, New York

Abstract

Obesity is a problem that threatens public health with its rapidly increasing prevalence and the serious health problems it causes. Gut microbiota plays a critical role in energy homeostasis, inflammation control and regulation of metabolic processes. In obese individuals, imbalance of gut microbiota is associated with low-grade chronic inflammation and metabolic disorders. When studies conducted in recent years are examined, it is shown that gut microbiota plays an important role in the development of obesity and this balance can be positively changed through physical activity. In this context, the aim of this study is to discuss the effects of physical activity on gut microbiota in obesity and the consequences of these changes on metabolic health by reviewing the evidence in the current literature. When the results are examined, it is revealed that regular physical activity increases the diversity of beneficial bacteria in the gut microbiota in obesity management and that these changes may be effective in reducing obesity-induced inflammation. In conclusion, this review shows how physical activity modulates the gut microbiota and plays an important role in preventing and treating obesity. In this context, more studies are needed to better understand how physical activity modulates the gut microbiota and plays a role in preventing and treating obesity.

Keywords: Obesity, Gut Microbiota, Physical Activity, Exercise

E-posta: mgezenn@gmail.com

SB:50

Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Bilgi Teknolojilerine Yönelik Özyeterlik Düzeylerinin İncelenmesi

Guler Gulcan Korkmaz¹

¹Dumlupınar University, Faculty of Sport Sciences, Physical Education and sports, Kutahya-TURKEY

Özet

Günümüz dünyasında başka bir boyuta taşınan eğitim ve öğretim uygulamalarında beden eğitimi ve öğretmenlerinin ne derece teknolojik kaynaklara uyum sağlayıp, öğretim içerisinde ne derece kullanabildiğinin özyeterlik çerçevesinde incelendiği bir araştırmadır. Öğretmen teknolojik unsurları kullanmaya kendini ne kadar yeterli görüyorsa o kadar eğitimde işe koşacağı varsayılmıştır. Teknolojideki hızlı gelişim ve şimdinin öğrencilerinin bir dijital dünyaya doğarak gelmiş olmalarından dolayı öğretmenlerin bu gelişmeleri yakından takip edip, gerekli yetkinlikleri kazanması beklenmektedir. Öğretmenlerin teknoloji kullanımındaki özyeterlik düzeylerinin incelenmesi amacıyla Deniz ve Algan (2013) tarafından oluşturulan "Eğitimde Bilgi Teknolojileri Kullanımı Özyeterlik Öğretmen Değerlendirme Formu" ile beraber öğretmenlerin yaşı, cinsiyeti, meslek yılı, mezun olduğu bölüm ve interneti olan bir bilgisayara sahip olup olmadığı gibi çeşitli değişkenler sorulmuştur. Varolan bulgular SPSS 21 istatistik paket programı kullanılarak değerlendirilmiştir. Hesaplamalar için tüm alt boyutların ortalaması ve ölçek toplam puanı çıkarılmıştır. Verilerin normal dağılım gösterip göstermediğini belirtmek için Shapiro-Wilk testi ile analiz edilmiştir. Temel beceriler özyeterliği alt boyut ortalaması, sistem bilgisi özyeterliği alt boyut ortalaması, sınıf yönetimi alt boyut ortalaması, teknoloji tabanlı eğitsel etkinlikler düzenleme alt boyut ortalaması ve ölçek toplam puanının normal dağılım değerleri taşımadığı anlaşılmıştır. ($p < 0,05$). Verilerin analiz edilmesinde parametrik testlerden Independent Samples T-Testi ve One Way Anova testleri tercih edilmiştir. Elde edilen bulgulara göre cinsiyet değişkenine göre erkek beden eğitimi öğretmenlerinin lehine tüm alt boyutlarda anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir. Yaş değişkeninde yaş grubu arttıkça özyeterlik düzeylerinde düşüş saptanmıştır. Meslek yılı değişkeninde, meslek yılı arttıkça özyeterlik düzeylerinin azaldığı gözlemlenmiştir. Mezun olunan bölüm değişkeninde tüm alt boyutlarda BESYO ya da spor fakültesi mezunu olanların alan dışından mezun olan öğretmenlere göre daha yüksek özyeterlik düzeyine sahip olduğu belirlenmiştir. İnterneti olan bir bilgisayara sahip olup olunmamasına göre yapılan incelemede sahip olanlar lehine anlamlı bir farklılık olduğu saptanmıştır. Araştırma neticesinde eksikliklerin giderilmesi amacıyla cinsiyet, yaş gibi farklılıkları azaltmak için içeriğine ve hedef kitlesine uygun hizmetiçi eğitimler planlanabilir.

Anahtar Kelimeler: Beden eğitimi ve spor Öğretmeni, Bilgi Teknolojileri, Öz-yeterlik

SB:51

Sosyal Öğrenme Kuramının Voleybol Branşı Üzerinden Beceri Öğretimine Etkisi

Dilara Koca¹, Melike Taşbilek Yoncalık²

¹Kırıkkale University Faculty of Sports Sciences, Physical Education and Sports Teaching, Kırıkkale-TURKIYE

²Kırıkkale University Faculty of Sports Sciences, Sports Management, Kırıkkale-TURKIYE

Özet

Bu çalışmaya Kırıkkale İl merkezinde bulunan Namık Kemal Ortaokulu 5. Sınıfında öğrenim gören 32 gönüllü kız öğrenci katılmıştır. Araştırmaya katılan öğrencilerden 22'si deney, 10'u kontrol grubunu oluşturmuştur. Okulun voleybol takımında oynayan öğrenciler Sosyal Öğrenme Kuramının uygulandığı Deney grubuna dahil edilmiştir. Deney ve Kontrol grubu çalışmaları farklı günlerde beden eğitimi ve spor derslerinde yürütülmüştür. Katılımcıların voleybol becerilerinin değerlendirilmesinde dereceleme ölçeği, voleybola yönelik tutumlarının belirlenmesinde ise bir voleybol tutum ölçeğine başvurulmuştur. Yapılan normallik sınaması (Shapiro Wilk) sonucunda verilerin normal dağılım göstermediği anlaşıldığından elde edilen verilerin analizlerinde Mann-Whitney U Testi ve Wilcoxon testi uygulanmıştır. Deney ve kontrol gruplarının beceri ve tutum puanları ön test sonuçlarında anlamlı derecede farklılığın olmadığı tespit edilmiştir. Bu araştırmanın başında her iki grubun voleybola yönelik beceri ve tutum değerleri bakımından benzerlik gösterdiği varsayılmıştır. Araştırmaya katılan deney ve kontrol grubu öğrencilerinin ön test ve son test puanları karşılaştırıldığında her iki grupta da son test puanlarının istatistiki olarak anlamlı derecede daha yüksek olduğu görülmüştür. Deney ve kontrol grupları son test puanları arasında istatistiki olarak anlamlı derecede bir farkla karşılaşılmasına rağmen, deney grubu öğrencilerinin parmak pas, manşet pas ve voleybola yönelik tutum puanlarının daha yüksek seviyede olduğu tespit edilmiştir. Tüm bu veriler ışığında sosyal öğrenme kuramının voleybol becerilerinin öğretiminde faydalı olabileceği düşünülmektedir. Bu Araştırma Tübitak 2023/ 2. Dönem 2209-A Üniversite Öğrencileri Araştırma Projeleri Destekleme Programı' nda Proje olarak Sunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Beceri Öğretimi, Voleybol, Sosyal Öğrenme Kuramı

E-posta: dilarakoca2301@gmail.com



SB:52

Bedensel Engellide Futbolda Medikal Egzersiz Terapisi

Mürsel Akdenk¹, İbrahim Kurt², Yunus Emre Güler³

¹*İstanbul Esenyurt Üniv, İstanbul-Türkiye.*

²*Beden Eğitimi ve Spor Öğretmeni, Milli Eğitim Müdürlüğü, Samsun-Türkiye*

Özet

Bedensel Engellide Futbolda Medikal Egzersiz Terapisi Giriş : Bedensel Engellide Futbolda Medikal Egzersiz Terapisinde Yaralanmanın Önlenmesinde İlk Yardım ve Rehabilitasyon Çalışmalarına yer verilmektedir . Yaralanmanın Önlenmesinde İlk Yardım ve Rehabilitasyon Çalışmalarına yer verilmektedir . Yöntem :Öncelikle ;bir yandan; hem Bireysel Engelli Koçlarına; hem de Bireysel ve takım Sporunda Bedensel Engellide Futbolda Sporcuya da İlk Yardım Bilgileri ve Belgeleri Verilmekte; yine de Tıbbi Masaj Teknikleri ile Sporcudaki Sert Eklemlere ve Kaslara Özel Isınma Programları uygulanmaktadır. Öte yandan;Bireysel/Engelli Özel Koçu tarafından antrenmanda ve müsabakalarda Özel Sporculara ;zaman zaman uygun aralıklarda ilgili Engelli Spor Dalında Eklemlere ve Kaslara Neler yapılacağı öğretilmektedir.Uygulamalı yapılan bu çalışma da ;18 yaş ve üstü Sporcularda Bireysel Koçluk Belgesi Öğretilmekte;ve verilmekte; yeterli Mesleki Medikal Egzersiz terapisi ve rehabilitasyonlarına yer verilmektedir. Bulgular: Genel Bulgularda; Araştırma ve Akademik Eğitim Destek Terapisi; Avustralya, Melbourne’de alındı. Özel Bulgularda; Avustralya’da yapılan Akademik Destek Eğitim Terapisi çalışmasına; Türkiye’deki 6 Üniversitede; İstanbul’da Spor Hekimliği Enstitüsünde; Gençlik ve Spor Bakanlığı; Antrenörlük Eğitimi Kurslarında ve Spor Masörlüğü kurslarında da uygulandı. Genel Sonuçta; Avustralya’da alınan ve yapılan uygulamalara, Avrupa Birliği Jean Monnet Vakfının Avrupa Akdeniz Üniversitesi ve İtalya Bari Üniversitesindeki Kültürel Liderlik ve Sağlık Turizmi Terapisi Yüksek Lisans programlarında devam edildi. Halen Yüksek Lisans Tezi yazılmaktadır . Özel Sonuçta; önce Avustralya, sonrada Avrupa Birliği Uygulamalarına; Türkiye ’deki bazı Üniversitelerde; Gençlik ve Spor Bakanlığının bazı Antrenörlük Eğitimi ve Masörlük Kurslarında; Bazı Derneklerin Çalışmalarında devam edildi. Avustralya; Türkiye ve Avrupa Birliğinde birçok Vakıf ziyaret edildi. Araştırmacı belirtilen ülkelerde ki Dernekler;Vakıflar ve Bazı Yüksek Öğretim kurumlarındaki çalışmalarda görev aldı.

Anahtar Kelimeler: Bedensel Engelli, Bedensel Engellide Futbol, Medikal Egzersiz Terapisi, Yaralanmanın Önlenmesi, İlk Yardım ve Rehabilitasyon Çalışmaları



POSTER BİLDİRİ ÖZETLERİ

POSTER PRESENTATION ABSTRACTS

PB:1

Büyük Katılımlı Spor Organizasyonlarında Türk ve Yabancı Ülke Seyircilerinin Etkinlik Kalitesi Algılarının Karşılaştırılması:

Ebrar Tabak¹, Oruç Ali Uğur¹

¹*Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü, Karaman-Türkiye*

Özet

Bu çalışmanın amacı, büyük katılımlı spor organizasyonlarında Türk ve yabancı ülke seyircilerinin etkinlik kalitesi algılarının karşılaştırılmasıdır. Araştırmada nicel araştırma yöntemlerinden betimsel tarama yöntemi tercih edilmiştir. Çalışmaya 114 Türk ve 105 yabancı uyruklu, toplamda 219 aerobik cimnastik seyircisi oluşturmaktadır. Katılımcılar cinsiyete göre 58 erkek ve 161 kadın olarak belirlenmiştir. Yaş ortalamaları incelendiğinde katılımcıların 13 ile 66 ($\bar{X}=30.26$, $Ss=15.00$) yaş aralığında olduğu tespit edilmiştir. Çalışma verileri, Ko ve arkadaşları (2021) tarafından geliştirilen ve Tunç ve Uğur (2023) tarafından Türk kültürüne uyarlanan “Büyük Katılımlı Spor Organizasyonlarında Seyircilerin Etkinlik Kalitesinin Değerlendirilmesi: Tek Madde Ölçümü” ölçeği kullanılmıştır. Araştırma verileri 17-19 Aralık 2023 tarihlerinde Antalya’da düzenlenen Aerobik Cimnastik Avrupa Şampiyonasında toplanmıştır. Elde edilen veriler, SPSS 26.0 paket programı ile analiz edilmiştir. Analiz işlemleri için ANOVA analizi tercih edilmiştir. Bulgular katılımcıların Aerobik Cimnastik Avrupa Şampiyonası’nın kalitesini genel olarak beğendiğini göstermektedir. Bulgular Türk seyircilerin etkinlik kalitesi algılarının yabancı seyircilerden yüksek olduğunu ancak istatistiksel olarak farklılık olmadığını göstermektedir. Ayrıca cinsiyet açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmasa da ortalama değerlere göre kadınların etkinlik kalitesi algısı erkek katılımcılardan yüksek bulunmuştur. Sonuç olarak, Aerobik Cimnastik Avrupa Şampiyonasına katılan Türk ve yabancı seyircilerin etkinlik kalitesi algılarının yüksek olduğu ancak aralarında fark olmadığı belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Aerobik Cimnastik, Kalite Algısı, Organizasyon Kalitesi

PB:2

Voleybol Antrenörlerinin Durumluk Ve Sürekli Kaygı Düzeylerinin Bazı Parametrelere Göre İncelenmesi (Bursa İli Örneği)

Atakan Yıldız¹

¹TFF Federasyon Temsilcisi, Bursa / TÜRKİYE

Özet

Sporcunun yüksek performansa ulaşmasına yön veren en güçlü kavramlardan biri, antrenörlük kavramıdır. Sporcunun başarısı birbirine bağlı duygu, düşünce ve davranışlara dayanan bütüncül bir yapıya sahiptir. Bu bütüncül yapı antrenör ile sporcu arasında duygusal bir yakınlık, etkili bir bağ, birbirlerine karşı duyulan yüksek güven, saygı, karşılıklı değer vermek gibi önemli boyutları içermektedir. Bu bağlamda, antrenörün süreç odaklı her durumda görevini başarma duygusunu hedefleyici performans iklimi oluşturması beklenmektedir. Sporcu performansında oluşturduğu bu etkinin büyüklüğü düşünüldüğünde antrenörlerin, algılanan davranışları yönünden sürekli kaygı ve stres ortamında kalması kaçınılmazdır. Voleybol gibi dinamik ve her an değişen durumlara yönelik strateji geliştirmesi gereken bir oyunda antrenör değişen kaygı durumları ile başa çıkmak zorundadır. Yapılan bu araştırmada; Bursa ilinde yaşayan ve müsabık takımların bütün yaş gruplarında çalışan voleybol antrenörlerinin, başarı odaklı mücadelesinde karşılaşacağı en önemli psikolojik durumlardan biri olan durumluk ve sürekli kaygı düzeylerini belirlemek ve bu düzeylerin yaş, sahip olduğu belge türü, çalıştırdığı takım düzeyi ve sporcu özgeçmişi gibi değişkenlere göre değişkenlik gösterip göstermediğini tespit etmek amaçlanmıştır. Elde edilen verilerin analizi sonucunda; voleybol antrenörlerinin durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin medeni durum açısından anlamlı bir farklılığın olduğu, cinsiyet, yaş, mezuniyet durumu, aylık gelir, sporcu geçmişi, antrenörlük belge türü, antrenörlük yılı, çalıştırılan takım ve takım müsabaka düzeyi yaş değişkeni, belge türü değişkeni, çalıştırdığı takım düzeyi değişkeni açısından ise anlamlı bir farklılığın olmadığı tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Antrenör, Durumluk Kaygı, Sürekli Kaygı, Kaygı, Performans, Stres, Medeni Durum, Voleybol, Antrenörlük, Kaygı Ölçeği

E-posta: atakanyildiz16@gmail.com

PB:3

Antrenör Adayları için Basketbol Bilgi Testi Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması

Recep Soslu¹, Meltem Devrilmez², Mert Bilgiç³, Erhan Devrilmez⁴, Mustafa Levent İnce⁵

¹Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü

²Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü

³Akdeniz Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü

⁴Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü

⁵Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü

Özet

Antrenörlerin ve antrenör adaylarının fiziksel aktivite ve spor derslerine yönelik yeterli alan bilgisine sahip olmaları beklenmektedir (Petry vd., 2006; Tabak vd., 2022). Bu çalışmada antrenör adayları için basketbol bilgi testinin geliştirilmesi ve geçerlik-güvenirlik düzeyinin incelenmesi amaçlanmaktadır. Bilgi testi soruları için üniversitede basketbol dersini yürüten iki akademisyen, iki deneyimli basketbol antrenörü ve bir Türkçe dil uzmanından oluşan uzman grup oluşturulmuştur. Grup başlıca yazar öncülüğünde bir araya gelerek basketbol branşı öğrenme çıktılarına yönelik belirtke tablosu oluşturmuş ve bu doğrultuda soru havuzu hazırlanmıştır. Grup ilk aşamada 28 soru oluşturmuş ve bu sorular uzman grupta yer almayan ve üniversitelerin antrenörlük bölümlerinde basketbol derslerini yürüten iki akademisyen ile paylaşılmış ve geri bildirim alınmıştır. Anlaşılabilirlik, benzerlik ya da kapsam dışı olma durumu gibi etkenlere göre 7 soru havuzdan çıkarılmıştır. Son aşamada sorular Türkçe dil uzmanı tarafından kontrol edilmiş ve 21 soruluk bilgi testine son hali verilmiştir. Sorular üniversitelerin antrenörlük bölümlerinde basketbol dersini yeni tamamlamış 40 antrenör adayına sunulmuş ve soruları incelemeleri istenmiştir. Antrenör adaylarının anlaşılabilirlik açısından incelemesi sonrasında gerekli düzeltme istenmemiştir. Son halini alan bilgi testi dört çoktan seçmeli ve basketbol kurallar, teknik ve taktik sorularından oluşan bir test olarak belirlenmiştir. Araştırmamıza antrenör eğitimi bölümünde öğrenim gören ve basketbol dersini başarı ile tamamlayan 507 (149 kadın ve 358 erkek) antrenör adayı katılmıştır. Testin geçerlik ve güvenilirlik analizleri için Rasch analizi kullanılmıştır. Bulgulara göre geliştirilen bilgi testinin maddeleri yüksek düzeyde içsel ve dışsal uyuma sahiptir. Ayrıca bulgular maddelerin yüksek düzeyde, kişilerin ise yeterli düzeyde ayırt ediciliğe ve güven indeksine sahip olduklarını göstermektedir. Sonuç olarak, geliştirilen basketbol bilgi testi antrenör adaylarının basketbol bilgi düzeyini ölçmek için geçerli ve güvenilir bir ölçme aracıdır.

Anahtar Kelimeler: Antrenör Adayları, Basketbol, Bilgi Testi, Rasch Analizi

E-posta: atakanyildiz16@gmail.com



PB:4

Disiplinler arası Yaklaşım ile İşlenen Beden Eğitimi ve Spor ve Fen Bilgisi Derslerinin Öğrencilerin Öğrenim Düzeylerine ve Tutumlarına Etkisi

Melih Kağan Yavuz¹, Uğur Yavuz¹, Damla Çapar², Erhan Devrilmez¹

¹Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, Karaman-Türkiye

²Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Karaman-Türkiye

Özet

Giriş: Bu çalışmanın amacı, disiplinler arası yaklaşımla işlenen beden eğitimi ve spor ve fen bilgisi derslerinin öğrencilerin öğrenim düzeylerine ve tutumlarına etkisinin incelenmesidir. **Yöntem:** Bu çalışmada ön test – son test karşılaştırma gruplu yarı deneysel araştırma deseni uygulanmıştır. Çalışmaya Karaman iline bağlı fiziki şartları birbirine yakın iki devlet ortaokulunda öğrenim gören 5. sınıf toplam 57 öğrenci katılmıştır. Uygulama sürecinde gerekli kriterleri yerine getirmeyen 14 öğrenci çalışmadan çıkarılmış ve deney (N= 18) ve karşılaştırma (N=25) grupları çalışmayı tamamlamıştır. Deney grubuna disiplinler arası yaklaşımla ile 8 haftalık beden eğitimi ve spor ve fen bilgisi dersleri uygulanırken; karşılaştırma grubu standart beden eğitimi ve spor ve fen bilgisi derslerine 8 hafta devam etmişlerdir. **Veri toplama araçları;** a) Beden eğitimi ve spor dersine karşı olan tutumlarını saptamak için Phillips ve Silverman'ın (2012) geliştirdiği, Türkçe geçerlik ve güvenilirliği Kalemoglu Varol ve arkadaşları (2016) tarafından gerçekleştirilen İlköğretim Beden Eğitimi Dersi Tutum Ölçeği, b) Fen bilgisi dersi tutum düzeylerini ölçmek amacıyla Oğuz (2002) tarafından geliştirilen fen bilimleri dersi tutum ölçeği, c) Fen bilgisi ünitelerinden madde özellikleri bilgi düzeylerini ölçmek amacıyla Şentürk (2021) tarafından geliştirilen madde özellikleri kavramsal bilgi testi, ve d) Fen bilgisi dersi ışık ünitesi bilgi düzeylerini ölçmek amacıyla Salgut (2007) tarafından geliştirilen ışık ve ses bilgi testi kullanılmıştır. **Veriler analiz öncesinde normal dağılım açısından kontrol edilmiş ve parametrik testlerden karışık ölçümlerde ANOVA analizi kullanılmıştır. Bulgular:** Bulgulara göre uygulanan öğretim programı sonrasında deney grubu öğrencilerinin fen bilgisi dersi maddelerin halleri ve ışık ve ses bilgi düzeylerinde karşılaştırma grubuna göre anlamlı düzeyde yükselme meydana gelmiştir. Her iki grup katılımcılarının beden eğitimi ve fen bilgisi derslerine yönelik tutumlarında anlamlı farklılık oluşmamıştır. **Sonuç:** Sonuç olarak, uygulanan disiplinler arası yaklaşımla işlenen beden eğitimi ve spor ve fen bilgisi derslerinin öğrencilerin fen bilgisi dersi öğrenim düzeylerine olumlu etkisinin olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Disiplinler Arası Yaklaşım, Fen Bilgisi, Beden Eğitimi, Tutum, Bilgi Testi

E-posta: melihkagan20@gmail.com

PB:5

Bedens Eğitimi ve Spor Öğretmen Adaylarının Alan Bilgisi Düzeyleri ile Öğretim Elemanlarının Sahip Olduğu Öğrenci Hataları Bilgisi İlişkisinin İncelenmesi: Takım Sporları Örneği

Hilal Şimşek¹, Sefa Lök², Erhan Devrilmez²

¹Karamanođlu Mehmetbey Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü, Karaman-TÜRKİYE

²Selçuk Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Konya, TÜRKİYE

Özet

Bu çalışma ile beden eğitimi ve spor öğretmen adaylarının alan bilgisi düzeyleri ile öğretim elemanlarının sahip olduğu öğrenci hataları bilgisi ilişkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışmada ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın katılımcılarını 14 haftalık basketbol, futbol ve hentbol derslerini yeni tamamlayan 45 beden eğitimi ve spor öğretmen adayı ile bu dersleri yürüten üç öğretim elemanı oluşturmaktadır. Katılımcıların alan bilgisi düzeylerini tespit etmek için futbol, hentbol ve basketbol genel alan bilgisi (GAB) testleri ve içerik hartaları kullanılmıştır. Verilerin analizi için tanımlayıcı istatistik ve Pearson korelasyon analizi tercih edilmiştir. Çalışma sonucunda elde edilen bulgulara göre öğretim elemanları ile futbol dersini alan öğretmen adaylarının yeterli GAB düzeyine (%60 ve üzeri) ulaştığı, basketbol ve hentbol dersini alan öğretmen adaylarının yeterli GAB düzeyine ulaşamadığı görülmüştür. Öğretim elemanları ile öğretmen adaylarının GAB düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olmadığı belirlenmiştir. Öğretim elemanları ve öğretmen adaylarının öğretim tasarımı ve sunumu bilgisi düzeyleri, başarı için istenen 3.0 ve üzeri kriteri sağlayamamıştır. Öğretim elemanları ile öğretmen adaylarının öğretim tasarımı ve sunumu bilgisi düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olmadığı belirlenmiştir. Öğretim elemanlarının öğrenci hataları bilgisi düzeyleri ile öğretmen adaylarının GAB düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olmadığı belirlenmiştir. Öğretim elemanlarının öğrenci hataları bilgisi düzeyleri ile öğretmen adaylarının öğretim tasarımı ve sunumu bilgisi düzeyleri arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Sonuç olarak öğretim elemanlarının öğrenci hataları bilgisi düzeyleri arttıkça beden eğitimi ve spor öğretmen adaylarının öğretim tasarımı ve sunumu bilgisi düzeyleri artmaktadır. Buna göre öğretim elemanlarının öğrenci hataları bilgisini artıracak uygulamalara ağırlık verilmesinin, beden eğitimi ve spor öğretmen adaylarının öğretim tasarımı ve sunumu bilgisinin yeterli düzeye ulaşmasına ve gerçek okul ortamında öğrencilerinin öğrenme düzeylerini artırmalarına yardımcı olacağı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmen Adayı, Öğrenci Hataları, Öğretim Elemanı, Öğretim Tasarımı Ve Sunumu



PB:6

Okul Öncesi Eğitim Alan ve Almayan İlkokul Öğrencilerinin Çivileme testi Performanslarının İncelenmesi

Berat Kaya¹, Sinan Bozkurt¹

¹Marmara University, Faculty of Sport Sciences, Physical Education and Sports, İstanbul-TURKEY

Özet

Okul öncesi dönem, bireyin eğitim yaşantısının temellerinin atıldığı, kritik öneme sahip bir dönemdir. Genel olarak algısal gelişimin, çocuğun bilişsel gelişiminde önemli rol oynadığı ve okulöncesi ve ilkokul yıllarında büyük bir gelişme gösterdiği konusunda bir görüş birliği vardır. El-göz koordinasyonu, el becerisi, reaksiyon zamanı, önceleme zamanı gibi özelliklerin algısal motor beceriler kapsamında yer aldığı bildirilmektedir. Bu araştırmanın amacı; ilkokul 1.ve2.sınıf öğrencilerinin (bağımsız değişken) Oluklu Çivileme test performanslarının (bağımlı değişken) incelenmesi ve öğrencilerin performanslarının karşılaştırılmasıdır. Bu araştırmanın problem cümlesi okul öncesi eğitimi alan ve almayan öğrencilerin performans düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık var mıdır? sorusudur. Bu nicel araştırma ilişkisel tarama modeline göre yapılmıştır. Araştırma grupları oluşturulurken olasılık temelli olmayan “uygun örnekleme yöntemi” kullanılmıştır. Bu araştırmanın amacına ilişkin örneklem gruplarını İstanbul ili Esenler İlçesi’ndeki bir devlet okulunun 1. ve 2. sınıflarda öğrenim gören erkek ve kız öğrencileri oluşturmuştur. Veri Toplama Araçları olarak Oluklu Çivileme testi yüz yüze uygulanmıştır. Sporcuların nicel verilerin tanımlayıcı istatistikleri ve öğrenci gruplarının test değerleri arasındaki farklılıkların incelenmesi Mann Whitney U testi kullanılarak SPSS 22 istatistiksel paket programında yapılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Çivileme Testi, Algısal beceri

E-posta: sbozkurt@marmara.edu.tr



PB:7

Okul Öncesi Eğitim Alan ve Almayan İlkokul Öğrencilerinin Çivileme testi Performanslarının İncelenmesi

Berat Kaya¹

¹Marmara University, Faculty of Sport Sciences, Physical Education and Sports, İstanbul-TURKEY

Özet

Okul öncesi dönem, bireyin eğitim yaşantısının temellerinin atıldığı, kritik öneme sahip bir dönemdir. Genel olarak algısal gelişimin, çocuğun bilişsel gelişiminde önemli rol oynadığı ve okulöncesi ve ilkokul yıllarında büyük bir gelişme gösterdiği konusunda bir görüş birliği vardır. El-göz koordinasyonu, el becerisi, reaksiyon zamanı, önceleme zamanı gibi özelliklerin algısal motor beceriler kapsamında yer aldığı bildirilmektedir. Bu araştırmanın amacı; ilkokul 1.ve2.sınıf öğrencilerinin (bağımsız değişken) Oluklu Çivileme test performanslarının (bağımlı değişken) incelenmesi ve öğrencilerin performanslarının karşılaştırılmasıdır. Bu araştırmanın problem cümlesi okul öncesi eğitimi alan ve almayan öğrencilerin performans düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık var mıdır? sorusudur. Bu nicel araştırma ilişkisel tarama modeline göre yapılmıştır. Araştırma grupları oluşturulurken olasılık temelli olmayan “uygun örnekleme yöntemi” kullanılmıştır. Bu araştırmanın amacına ilişkin örneklem gruplarını İstanbul ili Esenler İlçesi’ndeki bir devlet okulunun 1. ve 2. sınıflarda öğrenim gören erkek ve kız öğrencileri oluşturmuştur. Veri Toplama Araçları olarak Oluklu Çivileme testi yüz yüze uygulanmıştır. Sporcuların nicel verilerin tanımlayıcı istatistikleri ve öğrenci gruplarının test değerleri arasındaki farklılıkların incelenmesi Mann Whitney U testi kullanılarak SPSS 22 istatistiksel paket programında yapılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Çivileme Testi, Algısal Beceri

E-posta: sbozkurt@marmara.edu.tr

12. Uluslararası Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Kongresi
12th International Physical Education And Sports Teaching Congress

25-27 Ekim 2024 / October 25th- 27th, 2024 – Bursa, Türkiye



TAM BİLDİRİLER

FULL PAPERS

TB:1

Ortaokul Öğrencilerinde Postür Bozuklukları Ve Egzersiz Sonrasındaki Değişimlerin İncelenmesi

Engin Demiralay¹, Fatih Şenduran, Satılmış Egemen Aykaç¹, Mustafa Kadir Arseven¹

¹*İstanbul Aydın Üniversitesi*

Giriş

Bu çalışma, Antalya ilinde yaşayan ortaokul öğrencilerinde postür bozukluklarını tespit etmek ve egzersiz sonrası bu bozukluklarda meydana gelen değişimleri incelemeyi amaçlamaktadır. Çalışmaya toplam 60 öğrenci katılmıştır. Öğrencilerin postür analizleri, manuel yöntemlerle ve New York Postür Analizi kullanılarak yapılmıştır. Manuel postür analizinde baş-boyun pozisyonu, omuzlar, omurga eğrisi, kalça pozisyonu, dizler ve ayakların pozisyonları gözlemlenmiş ve ölçülmüştür. Araştırma sürecinde, postür bozukluğu tespit edilen öğrencilere 6 haftalık bir egzersiz programı uygulanmıştır. Bu program kapsamında öğrenciler, haftada 3 gün ve günde 1 saat egzersiz yapmışlardır. Altı haftanın sonunda öğrencilerin postürleri yeniden değerlendirilmiş ve ön test-son test sonuçları karşılaştırılarak SPSS yazılımı kullanılarak analiz edilmiştir. Bulgular, düzenli egzersiz programının öğrencilerdeki postür bozukluklarını düzeltmede etkili olduğunu göstermektedir. Özellikle sırt ve bel bölgelerindeki postür bozukluklarında anlamlı iyileşmeler gözlemlenmiştir. Erkek ve kız öğrenciler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır; her iki cinsiyet de benzer iyileşmeler göstermiştir. Sonuç olarak, bu çalışma düzenli fiziksel aktivitenin ve doğru egzersiz programlarının çocuklarda postür bozukluklarını düzeltmede önemli bir rol oynadığını ortaya koymaktadır. Bu bulgular, ortaokul döneminde postür bilincinin artırılmasının ve beden eğitimi derslerinin aktif olarak işlenmesinin önemini vurgulamaktadır.

Materyal ve Yöntem

Bu çalışmada, öğrencilerin demografik özellikleri ve eğitim programının etkisi üzerine yapılan analizler için çeşitli istatistiksel testler kullanılmıştır. İstatistiksel analizler, IBM SPSS Statistics 26 yazılımı kullanılarak gerçekleştirilmiştir.

Bulgular

Yapılan analizler sonucunda, cinsiyet ve VKİ (vücut kitle endeksi) grupları arasında Ön-Test – Son-Test toplam skorları açısından anlamlı fark bulunmadığı; ancak, eğitim programının genel olarak öğrencilerin 39 performansında anlamlı ve büyük bir iyileşmeye yol açtığı tespit edilmiştir. Bu sonuçlar, eğitim programının etkili olduğunu ve öğrencilerin spor performansını artırdığını göstermektedir.

Tartışma

Araştırmamızın bulguları, postür bozukluklarının erken yaşta tespit edilmesi ve uygun egzersiz programları ile müdahale edilmesinin uzun vadeli sağlık yararları sağlayabileceğini göstermektedir. Ortaokul öğrencileri arasında yapılan bu çalışma, postür bozukluklarının yaygın



olduğunu ve düzenli egzersizlerin bu bozuklukları düzeltmede etkili olduğunu kanıtlamaktadır. Bu bağlamda, okullarda postür taramalarının yapılması ve öğrencilere uygun egzersiz programlarının sunulması önerilmektedir.

Sonuç

Araştırmamızın genel sonuçları, postür bozukluklarının ortaokul öğrencileri arasında yaygın olduğunu ve egzersiz programlarının bu bozuklukları düzeltmede etkili olduğunu göstermektedir. Altı haftalık egzersiz programı sonucunda öğrencilerin %85'inde postür testlerinde belirgin iyileşmeler gözlemlenmiş, ağrı şiddeti VAS (Visual Analog Scale) kullanılarak ölçülmüş ve başlangıçtaki ortalama 7.2 olan ağrı puanı, program sonunda 3.1'e düşmüştür. Bu bulgular, düzenli egzersizlerin postür bozukluklarını düzeltme ve ağrıyı azaltma konusundaki etkinliğini ortaya koymaktadır

Anahtar Kelimeler: Postür, Postür Bozukluğu, Egzersiz, Ortaokul Öğrencileri

TB:2

İşe Alım Süreçlerinde Erotik Sermaye: Kadın Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenleri Perspektifi

Okan Gültekin¹

¹Uludağ University, Faculty of Sport Sciences, Physical Education and Sports, Bursa-TURKEY

Giriş

Kuramsal Çerçeve Ekonomik determinizm, altyapı-üst yapı karşıtlığı ile ilgili tartışmalarının sonucu olarak ortaya konmuş bir terim olarak karşımıza çıkar. Bu karşıtlık, Marksist bakış açısının, sınıf kuramının da çerçevesini belirlemiştir. Marks, iki temel sınıftan oluşan bir toplum tasarımı ortaya koymakta ve sınıflar arası farklılığın ise ekonomik sermayeye sahip olunması ya da olunmamasına bağlamaktadır (Dugan, 2023). Bu konuyla Weber ve sonrasında Pierre Bourdieu ilgilenmiştir. Bourdieu, “kültürel sermaye”, “sembolik sermaye” gibi ekonomik sermaye dışında farklı sermaye biçimlerini ortaya koymuştur (Özkan & Kök, 2019). Bourdieu’den sonra yeni bir sermaye türü olarak “erotik sermaye” (dördüncü sermaye) kavramı “Catherina Hakim” (Hakim, 2010), tarafından kullanılmaya başlanmıştır. Hakim, geliştirdiği bu sermayenin özelliklerini ve sahip olan kişinin avantajlarını kuramsal bir çerçeve içinde ele almıştır. Özellikle kadınlar açısından bu sermayeye sahip olmanın yararı olduğunu ancak kullanma konusunda kişileri alıkoyan engellerin varlığından söz etmektedir (De, Adriana, 2019). Bununla birlikte, birçok sosyal teorisyenden aldığı ilgiye rağmen, erotizm, muhtemelen biyolojik çağrışımları nedeniyle, genellikle sosyolojik araştırmanın ana nesnesi olmamıştır. Bu, günlük sosyal ilişkilerimizde erotizmin önemi göz önüne alındığında şaşırtıcıdır (Requena, 2017). Emek açısından sermaye incelendiğinde, 1914 başlayan “Fordist” yaklaşımdan, 20. yüzyıla, çalışma ve üretim ilişkileri farklılaşmıştır (Braverman, 1998; Andrew, 2017). İnsanlarla etkileşimi içeren tüm hizmet işlerindeki emek sürecinde adı geçen “duygusal emek” kavramı ise Arlie Russell Hochschild tarafından ortaya konmuştur. Kavramı doğuran çalışma hosteslerle gerçekleştiği için bu emek türünü erkeklerinde kullanmasına rağmen kadınlar açısından incelenmesi daha doğru olacaktır (Hochschild, 2012). Kadınlar açısından “duygusal emek” kavramının, cinselliğin çekiciliğini kullanmayı ima eden bir yönü de bulunmaktadır (Bolzorano, 2009; Budd, 2011). Hakim Cinselliğin çekiciliğini de kapsayan ve bunu daha açık şekilde ortaya koyan “erotik sermaye” (fourth capital) kavramını ortaya koymuştur (Hakim, 2010). Bu çalışmada Bourdieu’nun sermaye biçimlerine değinildikten sonra, Hakim’in erotik sermaye kuramının genel çerçevesi açıklanacaktır. Son bölümde ise erotik sermaye kuramının, emek piyasası için öne sürdüğü açıklamaların geçerliliğini test etmeye yönelik, doğrusal kartopu örnekleme yöntemi (Patton, 2005; Creswell, 2013), ile belirlenen özel okullarda işe alımda yetkili olan yönetici/okul sahibi pozisyonundaki kişilerin, kadın beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin işe alım süreçlerinde gözettikleri süreçleri “derinlemesine görüşme” (Uslu, 2023), şeklinde yapılarak elde edilen veriler ortaya konacaktır. Bourdieu ve Sermaye Türleri Bourdieu, temelinde habitus, alan ve sermaye gibi kavramlara tanımlamalar getirerek toplumsal gerçekliği bu kavramlar eşliğinde anlamaya çalıştığı görülmektedir. Bourdieu toplumsal olaylara bakış açısı getirmek ve bu bağlamda sınıflar arasında ortaya çıkan çatışmaları açıklayabilmek için



belirlediği farklı alanlar mevcuttur (Bourdieu & Wacquant; 1992). Bu alanlar mevkiler arasındaki ilişkilerden meydana gelmekte ve güce göre şekillenmektedir. Bu gücün şekillenmesi ise sermaye dağılımı ile gerçekleşir. Bourdieu'nun sermaye kavramında; sosyal sermaye toplumdaki ilişkiler bütünü şeklinde ifade edilmektedir. Ekonomik sermaye ise ekonomik kaynakların tamamıdır. Kültürel sermaye eğitim yoluyla elde edilmiş her şey olarak tanımlanmaktadır. Sembolik sermaye sahip olunan sembolik değerlerdir. Bourdieu'nun bir başka kavramı olan habitus ise sistemin yeniden üretimi sağlamaktadır. Bourdieu salt yapı ve salt bireyi ele almaktadır. Bu bağlamda her iki etkenden birini edilgen konuma yerleştirmektedir (Gilleard, 2020) Bourdieu'nun sermaye, alan ve habitus kavramları bize toplumsal yapıyı çözümlenme ve bu bağlamda çoklu sınıf yapılarına bir bakış açısı kazanma imkânı tanımaktadır. Bourdieu sosyolojisinde politik iktisat kültürü tanıma ve anlamada belirleyici rol oynamaktadır. Bourdieu metodolojisi ile kültürel durum, sınıfsal konumun durağanlığını garanti altına almaktadır. Bağıntısallığı gerçekliğin temel koşulu olarak görmektedir. Ekonomik durum, sınıfsal konum ve kültürel beğeniler arasında meydana gelen karşılıklı ilişkinin karmaşık yapısı kaybolmaktadır. Bourdieu sosyolojisinde diyalektik es geçilmiştir (Kaplan & Yardımcıoğlu, 2020). Catherine Hakim ve Sermaye Hakim, erotik sermayenin, sosyal bilim çevrelerinde ihmal edilmesinin nedenini bu alanın erkek egemenliğine bağlamaktadır. Aynı zamanda Marksist yapı için, iktisadi sermayeye yaptığı vurguyu aşan ve başka sermaye çeşitlerini öne çıkaran yaklaşımları da içermesine rağmen, erotik sermaye kavramına kaynaklık edecek kadar ayrıntılı incelenmediğini de öne sürmektedir. Bourdieu'nun da benzer şekilde, sermayenin farklı biçimlerini ele almış olmasına rağmen, Marksist yapı da olduğu gibi Bourdieu'nun analizlerini de aşan başka bir sermaye biçimini olduğunu ileri sürer. Bu nedenle Hakim bu yeni sermaye biçimini “dördüncü sermaye” çeşidi olarak ortaya koyar (Hakim, 2010). Hakim, erotik sermayenin ekonomik, kültürel ve sosyal sermayeye ait olduğunu, toplumsal ortamdaki cinsellik ve cinsel ilişkileri analiz ederek göstermektedir. Aynı zamanda Hakim, erotik sermayeyi, toplumdaki diğer insanların, özellikle de karşı cinsin bakış açısı ile estetik, görsel, fiziksel, sosyal ve cinsel çekiciliğin bir karışımı olarak tanımlar. Hakim de erotik sermayeyi altı “duruma” ayırmaktadır (Hakim, 2010). Erotik sermayenin altı ögesi: Birinci ve belki de en açık ögesi, güzellik olduğunu belirtmiştir. Güzelliğin tanımlayıcı normu kültürden kültüre ve dönemsel olarak değişmektedir. İkinci öge, geleneksel güzellik ögesinden tamamen farklı olabilen cinsel çekiciliktir. Hakim, bu iki ögenin arasındaki ayrımı, birinin yüze diğerinin ise bedene ilişkin bir çekicilik olarak ortaya koymaktadır. Buna göre güzellik durağan olma eğilimindeyken –ki böylece bir fotoğraf ile ifade edilebilir- cinsel çekicilik, bir kimsenin hareketleri, konuşması ve davranışları ile ilgilidir, dolayısıyla ancak hareketli bir film (görüntü) ile ifade edilebilir. Erotik sermayenin üçüncü ögesi, sosyal özelliklerle ilgilidir: nezaket, letafet (hoşluk-incelik), karşılıklı etkileşimdeki sosyal beceriler, insanların sizi beğenmelerini, rahatlık hissetmelerini ve mutlu olmalarını, sizi tanımayı istemelerini ve duruma göre size istek duymalarını sağlama becerisi bu sosyal özellikleri tanımlamaktadır. Dördüncü öge canlılıktır. Bu kavram, fiziksel zindeliğin, sosyal enerjinin ve iyi bir mizah duygusuna sahip olmanın bir karışımıdır. Beşinci öge kişinin sosyal sunumu ile ilgilidir: giyim tarzı, yüz makyajı, kullanılan parfüm ve takılar, saç tarzı ve kişinin sosyal statüsünü ve tarzını yansıtan öteki aksesuarlar bu sosyal sunumun çerçevesini belirler. Bu sermayenin son ögesi ise cinselliğin kendisidir, cinsel yeterlilik, enerji ve erotik bir tasarım bu ögelerle ilgilidir.



Hakim (2010: 501- 502), Erotik sermayeyi, kişinin yaptığı meslekle ilişkilendirerek “duygusal emeğin” de erotik sermayenin, üçüncü özelliği (sosyal özellikler) olduğunu belirtmektedir. Hakim, bir çok toplumda kadınların, erkeklerden daha fazla bu sermaye türüne sahip olmalarına rağmen bu özelliğin farkında olmadıklarını öne sürmektedir. Hakim, benzeri nedenlerle kadınların yukarıya doğru bir sosyal hareketlilik için bu sermayeden yararlanabileceklerini iddia etmektedir. Hakim’e (2010:505) göre bunun nedeni erkeklerin, kadınların bu eşsiz avantajlarını kullanmaya engel olmaları ve hatta kadınların, erotik sermaye özellikleri konusunda değersiz olduklarına ikna etmeleridir. Erkeklere oranla daha düşük ücretlerle çalışan ve daha alt kadrolarda yoğunlaşan kadın çalışanların üst yönetim kadrolarında yer almalarını engelleyen şeffaf, varlığını hissettikleri ancak görünmez bu engeller, sosyoloji yazının da “cam tavan sendromu” (glass ceiling syndrome) olarak yer almaktadır (Sarioğlu, 2018). İpçioğlu’nun (2018) araştırmasına katılan kadınların yarısının cam tavan sendromunun kişinin kendisinden kaynaklı bir süreç olduğunu dile getirmiştir. Yine bir başka çalışmada, kadınların kendi kendilerine koyduğu engellerin daha baskın olduğunu tespit edilmiştir (Doğru, 2010). Hakim’e (2010: 507) göre bu sermaye, modern toplumlarda evlilik piyasası için değil, emek piyasasında da gittikçe önem kazanmaktadır. Dolayısıyla erotik sermaye iktisadi, sosyal ve kültürel sermayeler kadar değerli bir sermaye çeşidi haline gelmiş durumdadır. Hakim'e göre erotik sermaye, kadınların erkeklere göre avantajlı olduğu, takdir edilmeyen bir kaynak olmakla kalmayıp, kadınlar için eğitim ve iş deneyimi ile aynı değere sahip bir kaynaktır (2010: 512, 2011). Dolayısıyla, Hakim'in "manifestosu" (2011: 200) kadınları toplumsal cinsiyet eşitsizliğini düzeltmek için güçlü bir araç olarak erotik sermayeyi geliştirmeye çağırılmaktadır. Hakim, erotik sermayenin kadınlar için tüm sosyal arenalarda eğitim, iş eğitimi ve sosyal temaslar, diğer bir deyişle sırasıyla insan sermayesi ve sosyal sermaye kadar önemli olduğunu savunmaktadır (2011: 2). Hakim bu iddiasını desteklemek için boy uzunluğu (2011: 182-183), kişinin beden-kitle endeksi (2011: 110) ve güzellik (2011: 94-102) gibi özelliklerin sosyoekonomik etkileri üzerine yapılan sosyal bilimsel çalışmalara atıfta bulunmaktadır. Bu literatür, daha uzun boylu, boy-kilo oranı daha yüksek ve daha güzel yüzlü bireylerin piyasada, özellikle de özel sektörde bir ücret primi ile ödüllendirildiğini öne sürmektedir (2011: 181). Benzer şekilde Beulaygue (2012) de yaptığı çalışmada da daha yüksek erotik sermaye düzeyine sahip kadınların, düşük erotik sermaye düzeyine sahip benzerlerine göre yüksek yıllık kazançlara sahip olduğunu göstermektedir. Erotik sermayenin kazançlar üzerindeki etkisinin bu olumlu bulgusu, Hakim'in daha yüksek erotik sermaye düzeyine sahip kadınların benzerlerinden daha yüksek gelir elde etme olasılığı iddiası önermesiyle tutarlıdır. Dahası, bu erotik sermayeye sahip olanlar, olmayanlara kıyasla, dünyayı daha dostane olarak deneyimlemektedir ve çocukluğun ilk yıllarından itibaren daha sıcak (2011: 96), daha iyi kişilerarası ilişkiler, daha zeki ve daha dürüst olarak algılanmaktadır (2011: 97), ve suç faaliyetlerinde yakalanma veya mahkemede suçlu kararı alma olasılıkları daha düşüktür (Green, 2013). Bir statü özelliği olarak erotik sermayenin bir diğer önemli özelliği, insanların yüksek düzeyde çekiciliğin diğer özelliklerin de yüksek düzeyde olduğu anlamına geldiğine inanmalarıdır (Requena, F. (2017)

Materyal ve Yöntem

Araştırma Süreci ve Veriler Bu çalışmanın temel amaçlarından birisinin “erotik sermaye” ya da “



dördüncü sermaye” kavramının beden eğitimi ve spor ve eğitim bilimleri literatüründe görünmesini sağlamaktır Andrew ve arkadaşlarının (2011) da belirttiği üzere bu tür araştırmalar, genellikle kavramları netleştirmeyi, bir takım açıklamalar ve kavrayışlar elde etmeyi amaçlar. Bu çerçevede özel okulda okul müdürü konumunda bulunan ve işe alımda yetkili olan 10 kişi (6 erkek, 4 kadın), öğretmenlerin işe alımında tek yetkili olan özel okul sahipleri 6 kişi (3 erkek /3 kadın) doğrusal kartopu örneklem yöntemi türü kullanılarak çalışmaya alınmış ve derinlemesine mülakat yoluyla veriler elde edilmiştir. Kavramsal çerçevenin özel okullarda görev yapan kadın beden eğitimi ve spor öğretmeni için karşılığını kavramaya yönelik yapılan bu görüşmeler, Haziran 2023 - Temmuz 2023 tarihlerinde gerçekleştirilmiştir. Mülakatların uzunluğu 35 dakika ile 50 dakika arasında değişmektedir. Okul müdürleri daha önce aynı okulda öğretmenlik yapan kişilerden oluşmaktadır. Bu çalışmada yapılan görüşmelerde, erotik sermayenin altı boyutunun öğretmenlerin işe alımında etkili olup olmadığı ve işe kabul edilmedeki işveren ayrımcılığı incelenmiştir.

Bulgular

Bulgular Bu çalışmada yapılan görüşmelerde, erotik sermayenin altı boyutu (güzellik, cinsel çekicilik, sosyal özellikler, canlılık, sosyal sunum ve cinselliğin kendisi) iki ana ekseninde etkili olup olmadığı öğrenilmeye çalışılmıştır. Bunlardan birisi bu özelliklerin kişinin iş bulmada / işe kabul edilmedeki (işveren ayrımcılığı); ikincisi ise çalışma hayatının içindeki rolünün ne olduğuna yönelik olmuştur. Okul müdürleri ile yapılan görüşmelerde daha çekingen cevaplar vermeye çalıştıkları izlenimi edinilmiştir. İşe kabul edilmede fiziksel görüntünün olumlu rolünü kabul etmektedirler. Fiziksel görüntüyü daha çok Hakim’in tanımladığı güzellik / yüz ve kısmen de cinsel çekicilik / beden ögesine karşılık gelecek şekilde kullanmışlardır. Kendilerinin bu tür özelliklere (güzellik/çekicilik) sahip olmalarının yanı sıra özellikle mesleklerini yerine getirmesinde gerekli olan donanıma da (pedagojik yeterlilik, okulun ilgili olduğu sportif branşlarda yetkinlik) sahip olmaları gerektiğine ve işe alınmalarının tek nedeninin fiziksel görüntü olmayacağını açıklama gereği duymuşlardır. Okul yöneticileri ile görüşmeler sırasında, öğretmenlerin işe alımında bilgi ve deneyim, okulun sportif hedeflerini gözettiklerini belirtmelerinin yanı sıra fiziksel görüntünün işe alınmada önemli olduğu kabul etmişleridir. Bir okul yöneticisi işe alım sürecini şöyle ifade etmektedir.: “Öğretmen alımlarında fiziksel görüntü tabi ki önemli, fiziksel özelliklerinin toplumun “güzel, yakışıklı” kriterleri içine değerlendirmesi o aday öğretmeni tercih etmemde önemli bir etken, elbette öğretmenin bilgi, tecrübesi çok önemli ancak aday öğretmen ortalamasının üstünde iyi bir görüntüye sahip ise bu durum ona avantaj sağlamaktadır. Özellikle yeni mezun adayları işe alımda fiziksel görüntü kriteri daha ağırlıklı olarak tercih nedeni olabilmektedir.” Bir diğer okul müdürü öğrenci/veli profilinin buna neden olduğuna dair açıklamasında; “Yüksek gelir seviyesinde veli / öğrenci profiline sahip bir okulda çalışıyorum. Bu okulda öğretmenin, güzel / yakışıklı ve bakımlı olması gerektiğini belirtmek isterim. Özellikle fiziksel görüntü olarak beden eğitimi öğretmenlerinin seçiminde bu konuda daha hassas davrandıklarını, aynı şekilde, yabancı dil, resim ve müzik öğretmenlerinin bu kriterleri taşımasının işe alımda tercih nedeni olduğunu belirtmektedir.” İki okul yöneticisi ise; Özellikle beden eğitimi ve spor öğretmenin işe alımında boy ve kilonun önemli olduğunu, atletizmin atma branşları,

dövüş sporları gibi fiziksel özellikleri daha farklı kişileri tercih etmedikleri, konuşma tarzının (şive), ses tonunun da işe alımda etkili olduğunu belirtmişlerdir. Beden eğitimi ve spor öğretmenin yüzme, halk oyunları (dans), takım sporları ve diğer salon sporlarında yetkinliğinin olması işe alımda daha etken olduğunu vurgulamışlardır. Diğer yandan her ne kadar okul müdürü olsalar da aynı kaygıları okul sahipleri açısından kendilerine de dezavantaj getirecek kaygılarını taşıdıklarını belirtmişlerdir. Zaman içinde kendilerinin değişen görüntülerinin tecrübelerinden daha önemli olabileceği ve işsiz kalabilecekleri kaygısı taşıdıklarını belirtmişlerdir. Ağırıklı olarak; sınırlı-kontratlı, yarı zamanlı, proje bazlı sözleşmeler ile işgücü piyasalarına iş yapan sınıf olarak tanımlanan prekarya'yı temsil etmediklerini düşünseler bile her yıl yenilenen kontratları nedeniyle iş kaybetme korkusu taşıdıklarını ifade etmişlerdir. Öte yandan erotik sermayenin işe alımda dezavantajlı bölümü ise ortalamanın üstünde bir güzellik ve cinsel çekiciliği ağır basan öğretmen adayını tercih etmedikleri ile ilgiliydi. Özellikle görüşme gerçekleştirilen kadın yöneticilerin dördü de benzer şekilde şu ifadeleri kullanmışlardır. ; “Sanırım kadın olduğum için işe başvuran kadın öğretmen adayının cinsel çekiciliğinin fazla oluşunu ve bunu öğretmen adayının bilinçli bir şekilde avantaj olarak kullandığını fark edebiliyorum. O nedenle bu özellikte birkaç başvuruyu geri çevirdim. Bu çekiciliğin öğrencilerin anneleri tarafından hoş karşılanmadığını, öğretmenlerin, erotik sermaye özelliklerinin kıskançlık yaratabileceğini ifade etmişlerdir.” Diğer taraftan, erkek yöneticiler açısından bu durum böyle değerlendirilmemekte, öğretmen adayının yeterli donanıma sahip olduklarına inanırlarsa, cinsel çekiciliğin işe alımda elenme nedeni olmayacağını belirtmişlerdir. Erkek ve kadın yöneticilerin birleştiği temel nokta ise erotik sermayenin öteki öğelerinin daha önemli olduğudur. Bunlar, erotik sermayenin sosyal özellikler, canlılık ve sosyal sunum öğeleridir. Öğretmenin öğrencilere derste hâkimiyeti açısından iletişim becerileri ki (güler yüzlü olmak göz teması vb.) aynı zamanda öğrenci velisi ile iletişimde de önemli rol oynadığını, dış görünüşün beden eğitimi ve spor öğretmeni açısından önemli olduğunu ancak, sosyal öğelerin bu özelliği desteklemediğinde bir sonraki öğretim yılında öğretmenin işine son vermek zorunda kaldıklarını belirtmişlerdir. Çünkü öğretmenin eğitsel değer olarak öğrencilere ve okula katkıda bulunmaması gibi bir durumun ortaya çıktığını gözlemlediklerini vurgulamışlardır. Okul yöneticisi dışında odak görüşmesi yapılan okul kurucuları/sahipleri de, okul yöneticileri ile benzer görüşlere sahip olduklarını öğretmen adayının eğitsel donanımının yanı sıra erotik sermayenin bir ögesi olan sosyal sunuma daha çok vurgu yapmışlardır. Sadece beden eğitimi öğretmenlerinin değil diğer tüm branş öğretmenlerinin bakımlı olmasının önemli olduğunu bakımlı olmanın temiz kokmak, temiz giyinmek, saç sakal şekline özen göstermek olarak açıklamaktadırlar. Zaman zaman öğrencilerin ve velilerin öğretmenlerin giydikleri kıyafetlerin markalarına bakıp öğretmenleri değerlendirdiklerini de ifade etmişlerdir. Okul kurucuları/sahiplerine, öğretmenlerin maaşları dışında bu giderleri karşılayabilecekleri ara ödemeler yapılıp yapılmadığı sorusuna karşılık; herhangi bir ödeme yapılmadığını belirtmişlerdir.

Tartışma

Sonuç ve Değerlendirme Erotik sermaye kavramının, beden eğitimi öğretmenleri açısından işe alım süreçlerine nasıl etki ettiğini ve bu süreçte hangi özelliklerin daha ağırıklı olduğunu



incelemeyi amaçlayan bu çalışmanın sonuçlarına göre, erotik sermayenin altı boyutu arasında güzellik ve cinsel çekicilik özelliklerinin işe alım süreçlerinde önemli bir etkiye sahip olduğu görülmüştür. Özellikle özel okullarda okul yöneticileri tarafından yapılan işe alımlarda, fiziksel görüntünün ve dışsal çekiciliğin kadın beden eğitimi ve spor öğretmeni adaylarının tercih edilme seviyesini etkilediği belirlenmiştir. Fakat güzellik ve cinsel çekiciliğin yanı sıra, öğretmen adaylarının sosyal özellikleri, canlılığı ve sosyal sunumu da işe alım süreçlerinde dikkate alınmaktadır. Özellikle iletişim becerileri ve pozitif sosyal etkileşim öğrencilerle ve velilerle kurulan ilişkilerde önemli bir rol oynamaktadır. Ayrıca, çalışmanın bulguları, kadın beden eğitimi ve spor öğretmenleri arasında erotik sermayenin farklı boyutlarına sahip olmanın avantajlarını ve dezavantajlarını açıkça göstermektedir. Kadın öğretmen adaylarının cinsel çekiciliklerini ve dışsal görünümünü avantaj olarak kullanma potansiyeline sahip oldukları, ancak bu durumun aynı zamanda kıskançlık ve olumsuz tepkilere yol açabileceği belirlenmiştir. Özellikle bazı durumlarda kadın öğretmen adaylarının cinsel çekiciliklerinin öğrenci velileri tarafından olumsuz şekilde algılanabileceği ve iş yerinde olumsuz etkiler yaratabileceği ifade edilmiştir.

Sonuç

Sonuç olarak, erotik sermayenin beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin işe alım süreçlerinde etkili bir faktör olduğu ve cinsel çekicilik, güzellik gibi fiziksel özelliklerin yanı sıra iletişim becerileri, sosyal özellikler, canlılık ve sosyal sunum gibi özelliklerin de işe alım süreçlerinde dikkate alındığı görülmüştür. Bu sonuçlar, cinsiyet, fiziksel görünüm ve sosyal etkileşim gibi faktörlerin iş yerindeki eşitsizlikleri etkileyebileceğini ve işe alım süreçlerinde karar vericilerin önyargılarını yansıtabileceğini göstermektedir. Kadın ya da erkek beden eğitimi öğretmenleri üzerinde, erotik sermayeye ilişkin literatürde çalışmaya rastlanmamıştır. Ancak, Tyler ve Abbot (1998: 441-2), hosteslerin görünümünün çalıştıkları örgüt tarafından nasıl kontrol edildiğine dair yaptıkları çalışma kapsamında katıldıkları bir işe alım oturumunda elde ettiği sonuçlar şu şekildedir. “Adaylar, şu sebeplerden dolayı reddedildiler: aday çok yaşlıydı, adayın derisi lekeliydi, adayın saçları çok kısaydı, çok dağınıktı veya da çok sıkıydı, adayın tırnakları çok kısaydı veya kemirilmişti, adayın duruşu kötüydü ya da adayın bacakları çok tombuldu. Başka adaylar ise ağırlıkları boylarıyla düşünülen oranda olmadığı, çok içe dönük oldukları, ‘letafet ve tarza’ sahip olmadıkları için reddedildiler. Başka bazıları, işe alım mülakatı yapan görevlinin işaret ettiği gibi, ‘avam bir aksana’ sahip oldukları için reddedildiler. Bir aday, yüzünün öteki özelliklerine göre dişlerinin çok çıkıntılı olması sebebiyle işe alım elemanı tarafından reddedildi. Gözlemlediğimiz mülakatlar süresince kadın bir adaya, işe alım mülakatı yapan görevli tarafından ‘yaşından dolayı dezavantajlı olduğunu düşünmemesi’ gerektiği telkin edildi, ‘daha olgun kadınları da tercih ediyoruz... 27 asla ileri bir yaş değil. Ben de 27 yaşındayım.’ Aynı havayolu şirketindeki başka bir aday ise hafifçe ‘armut şekilli’ olduğu gerekçesiyle veya orantısız olması ve bir görevlinin ortaya koyduğu gibi, ‘çikolataya olan zaafının ilerleyebilmesi’ ihtimaline dayanarak reddedildi.” Buna benzer bir durumu THY’nin kabin memurları için öngördüğü kriterleri konu edinen bir haberde de görmek mümkündür. Airport Haber’de (2013) çıkan ve “THY’nin bu konuda şakası yok” başlığını taşıyan haber şu şekilde: “Türk Hava Yolları, her yıl Mayıs ayında yaptığı boy kilo ölçümlerini bu yıl sürpriz bir şekilde Şubat ayı içerisinde yapma kararı aldı. THY’nin haber vermeden aldığı bu karar



sonrası kabin memurları, katı diyetle başladı. THY'nin belirlediği boy/kilo kriterlerine uyabilmek için 4-28 Şubat tarihleri arasında yapılacak ölçümlere hazırlanan kabin memurlarının birçoğunun diyetle yetinmeyip bıçak altına yattığı da kaydedildi. Boy/kilo oranı açısından sıkıntı yaşamayacağını düşünenler ölçümlerini yaptırırken kritik durumdakilerin son güne kadar diyetle devam edeceği ve uygun ölçülere geldiklerinde ölçüm yaptıracağını öğrenildi. Bilindiği gibi iki yıl önce THY, boy kilo kıstaslarına uymayan bazı kabin memurlarını ücretsiz izne çıkarmış, verilen sürede uygun kiloya düşmeyen kabin memurları ile yollarını ayırmıştı." Yukarıdaki örneklerde olduğu gibi "erotik sermaye" sahibi olmanın, bu özelliklere sahip olan veya bu sermayenin taşıyıcısına çeşitli avantajlar sağladığı görülmektedir. Araştırma sonuçlarımız havayolu şirketlerinin çalışanlarından beklediği erotik sermaye özellikleri ile benzerlik göstermektedir. Literatürde öğretmenler için erotik sermaye konusunda yapılmış çalışmaya rastlanmamıştır. Ancak İngiltere de Dr. Sottise akademisyenlerin, daha iyi giyinmesi, düzgün makyaj yapmaları ve daha fit olmalarının onları öğrencilerin gözünde daha iyi bir öğretmen yapacağını belirtmektedir. Ayrıca, öğrenci değerlendirmelerinin akademisyenin zindeliğini ve kişisel çekiciliğini ölçmek için "Eğitmen iyi giyinmişti" veya "Eğitmenin manyetik bir kişiliği vardı" gibi sorular içeren bir bölüm içermesi gerektiğini ve ardından öğrenciye konuyla ilgili "katılıyorum", "kesinlikle katılmıyorum", katılmadığım veya tarafsız olup olmadığı sorulması gerektiğini savunmaktadır. Hertfordshire Üniversitesi, Colour Me Academic adlı danışmanlık şirketi ile akademisyenlere erotik sermaye birikimi konusunda stil, davranış ve diğer tavsiyeler sunmayı içeren bir program başlatmıştır. (Cocks, 2017). Bu çalışmanın sonuçları, özellikle eğitim ve iş dünyasındaki cinsiyet eşitsizliği ve ayrımcılık konularına dikkat çekmektedir. İşe alım süreçlerinde cinsel çekiciliğin ve dışsal görünümün ağırlık kazanması, kadın beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin mesleki yeteneklerinin ve eğitim seviyelerinin gölgede kalmasına neden olabilmektedir. Bu noktada, cinsiyet eşitsizliği ve cinsel ayrımcılıkla mücadele için daha şeffaf, adil ve objektif işe alım yöntemleri ve politikalarının geliştirilmesi gerekliliği vurgulanmalıdır. Sonuç olarak, erotik sermayenin işe alım süreçlerinde etkisi karmaşık ve çok boyutlu bir konudur ve cinsiyet, fiziksel görünüm gibi özelliklerin iş yerindeki dinamikleri nasıl etkileyebileceğini anlamak önemlidir. Bu çalışma, konuyla ilgili spor bilimleri ve eğitim bilimleri alanlarında farkındalığı artırma, cinsiyet eşitsizliği sorunlarına dikkat çekme ve daha adil işe alım uygulamalarının geliştirilmesine yönelik bir adım olarak değerlendirilebilir. Daha derinlemesine bir çalışma önerisi olarak, erkek öğretmen adaylarının işe alımlarının incelenmesi bunun yanı sıra işe alımları yapan kişilerin cinsiyetlerinin karar verme süreçlerini nasıl etkilediği üzerine farklı araştırmalar yapılabilir. Farklı ülkelerdeki güzellik/çekicilik anlayışı da araştırmalar arasında farklılıklara neden olabileceği göz ardı edilmemelidir.

Anahtar Kelimeler: Erotik Sermaye, Dördüncü Sermaye, Kadınlar, Beden Eğitimi Spor Öğretmenleri

E-posta: otekin@uludag.edu.tr

TB:3

Spor Bilimleri Alanında Yapılan Öz Düzenlemeli Öğrenme ile ilgili Çalışmaların VosViewer ile Bibliyometrik Analizi

Ayşe Kübra Aktaş¹, Berk Hakan Yılmaz²

¹Bartın Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor, Bartın-TÜRKİYE. (e-mail: ayseaktas@bartin.edu.tr

²Kastamonu Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor, Kastamonu-TÜRKİYE

Giriş

Öğrenme süreçleri, insan ihtiyaçları ve çağın gereklilikleri ile gelişip değişerek karşımıza çıkmaktadır. Bu süreçler kuramlar yoluyla tanımlanmaktadır. Albert Bandura (1986) tarafından ortaya atılan Sosyo-bilişsel kuram bunlardan biridir. Sosyo-bilişsel kuramda bireyin çevresini gözlemlemesi sonucu öğrenmenin gerçekleştiği ifade edilir. Bu kuramdan temel alan, öz düzenlemeli öğrenme ise bireyin kendini gözlemleyerek edindiği öğrenmeler olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu kavram literatürde birçok araştırmacı tarafından çeşitli şekillerde tanımlanmıştır. Zimmerman (2000), “akademik amaçlara ulaşmak için ortaya çıkan duygu, düşünce ve eylemler bütünü” olarak tanımlarken, Pintrich (2000) akademik amaç kısıtlaması koymaksızın, öğrencilerin bilişsel ve davranışsal süreçlerini düzenleyerek, belirledikleri hedeflere ulaşmak amacıyla bunları sürekli olarak izleyip kontrol ettikleri bir mekanizma olarak tanımlamıştır. Öz-düzenlemeli öğrenme, öğrenen bireylerin hedeflere ulaşma sürecinde düşünce, eylem ve motivasyonlarını stratejik bir yöntem ile fark etmelerini ve bu süreci bilinçli bir şekilde kontrol etmelerini içermektedir (McCardle, Young ve Baker, 2019; Zimmerman, 2006). Öz-düzenlemeli öğrenen bireyler, hedeflerine ulaşabilmek için; planlama, izleme ve uyarılama yoluyla öğrenmeyi aktif bir yaklaşım ile gerçekleştirirler (Zimmerman, 1989; Zimmerman, 1986; Zeidner, Boekaerts ve Pintrich, 2000). Kuramsal çerçeve incelendiğinde öz düzenlemeli öğrenme ile ilgili farklı modeller mevcut olsa da Boekaerts, Efklides ve Zimmerman tarafından açıklanan 3 farklı öğrenme modeli görülmektedir (Zimmerman, 1989; Boekaerts, 1999; Efklides, 2011; Delibalta ve Taşdelen Teker, 2024). Boekaerts, Efklides ve Zimmerman’ın öz-düzenlemeli öğrenme modelleri, öğrenme sürecinde bilişsel ve motivasyonel düzenlemelerin önemini vurgular. Boekaerts, öğrenme ve kaynakları koruma arasındaki dengeyi sağlayan, öğrencinin bilişsel stratejileri bilinçli bir şekilde seçmesini sağlayan bir model sunarken, Efklides, öğrenmeyi makro düzeyde sabit bireysel özellikler ve mikro düzeyde görev-birey etkileşimleri üzerinden açıklayarak, metakognitif düşüncelerin öğrenme üzerindeki etkisine odaklanmaktadır. Zimmerman ise öğrenmeyi hedef belirleme, görev performansı ve öz-yansıtma aşamalarıyla tanımlar ve bireyin stratejik eylemlerinin öz düzenleyici süreçlerle nasıl şekillendiğini açıklar (Zimmerman, 1989; Boekaerts, 1999; Efklides, 2011). Öz düzenlemeli öğrenme yöntemlerinden spor bilimleri alanına en yakın, öz değerlendirme ve stratejik hedef yönetimi süreçlerini içermesi nedeniyle Zimmerman’ın modeli

karşımıza çıkmaktadır. Spor bilimlerinde öğrencilerin fiziksel gelişimini sağlamak ve performanslarını iyileştirmek için öz düzenlemeli öğrenme yöntemini kullanmaları, motivasyonu artırırken öğrenme sürecinin optimizasyonunu sağlayabileceği ifade edilir (Goudas, Dermitzaki ve Kolovelonis, 2017). Öz-düzenlemeli öğrenme aynı zamanda spor ortamında değerlendirildiğinde, sporcuların antrenmanlarını etkili bir şekilde yönetmelerine olanak sağlayan ve performanslarını bağımsız bir şekilde geliştirebilen bireyler olarak yetişmelerini hedefleyen önemli bir yaklaşım olarak öne çıktığı bilinmektedir (Yarayan, Yılmaz, Solmaz ve Can, 2024). Ayrıca, öz düzenlemeli öğrenme stratejilerinin Spor Bilimleri öğrencilerinde uygulamalı derslere yönelik akademik başarıyı ve fiziksel yeterliliği artırdığına yönelik bulgular literatürde yer almaktadır (Ruiz, Haerens, Barker ve Oostra, 2020). Bu bağlamda, öz değerlendirme ve stratejik hedef yönetimi, beden eğitimi öğrencilerinin kendi performanslarını gözlemleyip iyileştirme fırsatları sunduğu için, spor eğitiminde önemli bir pedagojik araç olarak değerlendirilebilir. Spor bilimleri alanında öz düzenlemeli öğrenme ile ilgili çalışmaların oldukça kısıtlı olduğu görülmektedir. Literatürde mevcut olan çalışmaları, konu alanlarını derinlemesine inceleyen çalışmaların yapılması literatür boşluklarına ışık tutacaktır. Bu çalışma ile Spor Bilimleri alanında yapılan çalışmaların bibliyometrik olarak incelenmesi ve gelecek çalışmalara kaynak oluşturması amaçlanmıştır.

Yöntem

Bu çalışma nicel araştırma yönteminde, bibliyometri metodolojisinde tasarlanmıştır. Bibliyometrik metodoloji, bilimsel literatürün çeşitli özelliklerini (örneğin, yayın sayısı, atıf sayısı, anahtar kelime dağılımı, yazar ve kurum iş birlikleri) inceleyerek belirli bir alandaki bilgi üretimini ve etkiyi değerlendirmeyi amaçlar (Moed, 2005). Bu yöntem, bilimsel çalışmaların yayılma şekillerini, atıf dinamiklerini ve araştırma eğilimlerini analiz etmek için kullanılır (Glänzel & Schubert, 2004). Bibliyometrik metodoloji, genellikle belirli bir süre zarfında yayınlanan makaleleri, dergileri ve yazarları kapsamlı bir şekilde tarayarak veri toplar; bu veriler daha sonra çeşitli metrikler (örneğin, h-indeksi, etki faktörü, ortak atıf ağları) kullanılarak analiz edilir. Bu sayede, araştırma alanındaki genel eğilimler, en etkili çalışmalar ve bilimsel topluluk içindeki iş birlikleri hakkında önemli bilgiler elde edilir (Leydesdorff & Milojević, 2015).

Çalışmada spor bilimleri alanında öz düzenlemeli öğrenme konusunda yapılan bilimsel araştırmaların mevcut eğilimleri ve üretkenliğine yönelik verilerin sistematik hale getirilmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda analize dahil edilecek çalışmalara Web of Science (WOS) veri tabanı ile ulaşılmıştır. WOS, araştırmacılara belirli bir konuya dair gerçekleştirilen akademik çalışmalarla ilgili geniş bir bibliyometrik veri yelpazesine (yazar bilgileri, atıflar vb.) erişim olanağı sağlamaktadır (Öner ve Murathan, 2024).

Araştırma verileri 20 Eylül 2024 tarihinde Wos Core Collection çevrimiçi veri tabanı kullanılarak "Spor Bilimleri" alanında, SSCI ve SCI-Expanded indeksleri seçilerek toplanmıştır. Gelişmiş arama bölümünde başlık alanı olarak TOPIC (TS) seçilerek, anahtar kelime olarak 'self regulated learning' (öz düzenlemeli öğrenme) terimi kullanılmıştır [TS=(self regulated learning).] Başlık alanı TS olarak tercih edildiğinde, bu terimlerin başlık, özet ve anahtar kelimeler arasında yer aldığı

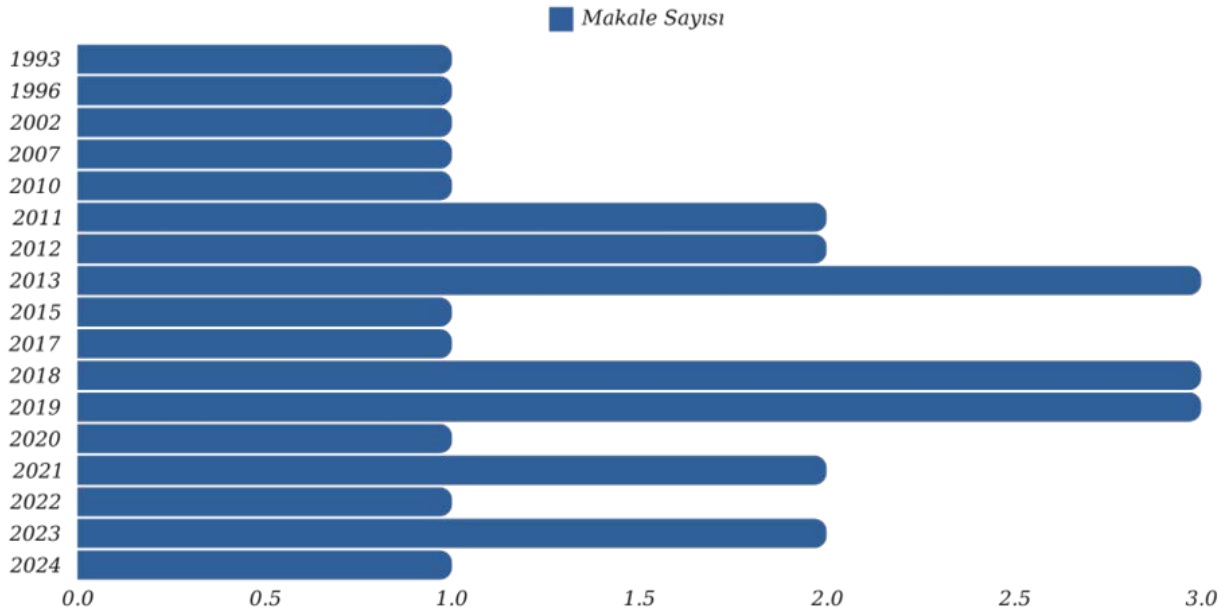
yayınlarından veri toplama imkânı sağlamaktadır (Öner ve Murathan, 2024). Araştırmaya yalnızca özgün ve derleme makaleleri tercih edilmiş, tarama sırasında herhangi bir dil filtresi uygulanmamıştır. Ayrıca, tarama tüm zaman dilimlerini kapsayacak şekilde herhangi bir tarih sınırlaması olmadan gerçekleştirilmiştir. Bu bu dahil etme ve hariç tutma kriterleri sonucunda toplamda 27 bilimsel makaleye ulaşılmıştır.

Veri Analizi

WOS veri tabanından alınan bibliyometrik veriler, kapsamlı bir analiz süreci için VOSviewer (1.6.20 versiyonu) yazılımı kullanılarak değerlendirilmiştir. Analiz kapsamında ilk olarak, yayınların atıf analizi gerçekleştirilerek en fazla atıf alan yazar, makale ve ülke belirlenmiştir. Ayrıca, yayınların kronolojik gelişimi incelenmiş, bu süreçte en çok yayın yapan öğeler (yazar, dergi, kurum, ülke ve çalışma alanı) tespit edilmiştir. Bunun yanı sıra, anahtar kelimeler üzerinde bir birlikte oluşum (co-occurrence) analizi yapılmıştır. Tüm bu analizlerin sonuçları, VosViewer programı ile ağ ve yoğunluk haritaları şeklinde görselleştirilmiştir.

Bulgular

Araştırma kapsamına dahil edilen makalelerin yayınlanma yıllarına göre dağılımı şekil 1'de sunulmuştur.

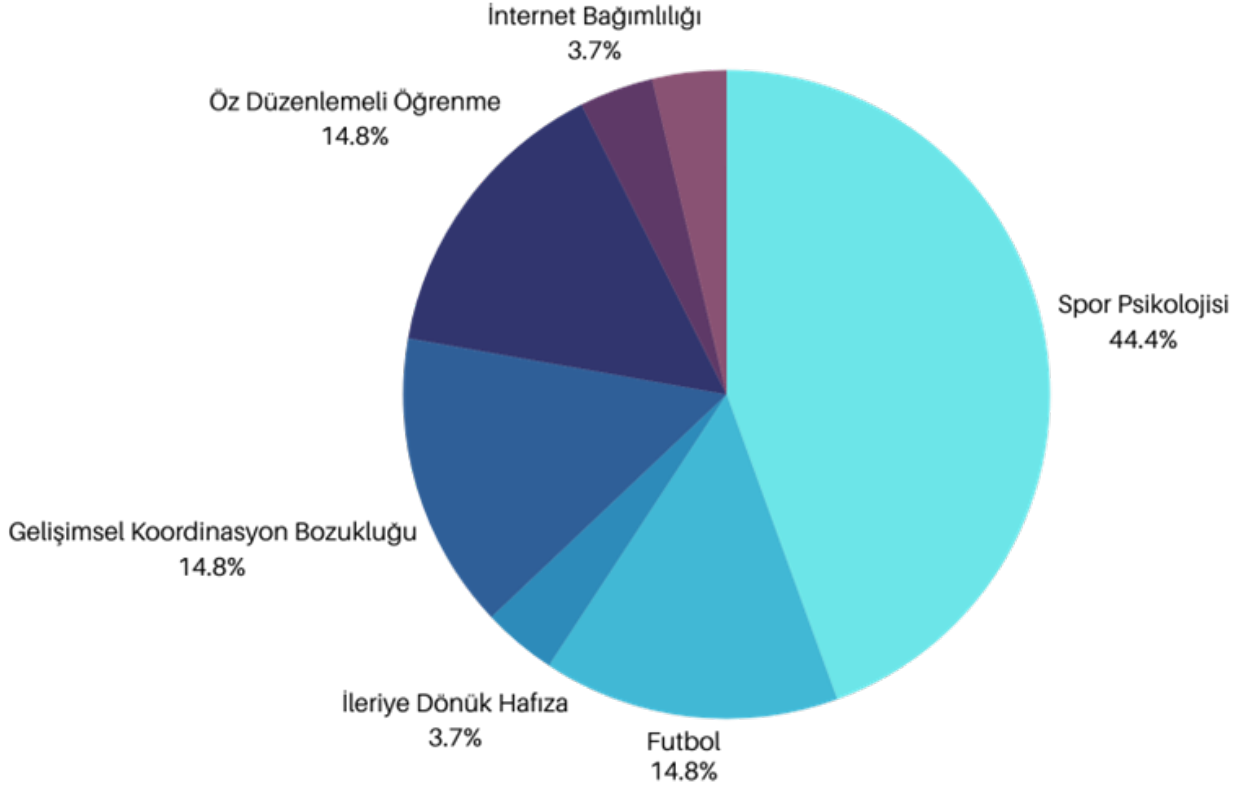


Şekil 1. Yıllara göre spor bilimleri alanında öz düzenlemeli öğrenme konusunda yapılan çalışmaların yıllara göre dağılım grafiği

Şekil 1 incelendiğinde Spor Bilimleri alanında öz düzenlemeli öğrenme alanında yapılan çalışmaların oldukça sınırlı olduğu ve bu çalışmaların 1993 yılında başladığı görülmektedir. 2011 yılına kadar çalışmalar oldukça sınırlı olmakla birlikte her yıl konu alanında çalışma yapıldığı grafik üzerinde görülmektedir. Çalışmaların 2013-2019 yılları arasında artış gösterdiği son yıllarda

ise daha az çalışıldığı tespit edilmiştir.

Araştırma kapsamına dahil edilen makalelerin konularına göre yüzdeler dağılımı şekil 2’de sunulmuştur.



Şekil 2. Araştırma Konusu Üzerine Yayınlanan Makalelerin Çalışma Konularına Göre Yüzdeler Dağılımı

Şekil 2 incelendiğinde spor bilimleri alanında yapılan öz düzenlemeli öğrenme çalışma konuların değişkenlik gösterdiği görülmektedir. Konu dağılımı incelendiğinde, yapılan çalışmaların büyük bir kısmının “spor psikolojisi” (n=12, %44,4) ile ilgili olduğu görülmektedir. Bu alandaki çalışmaları, “futbol” (n=4, %14,8), “gelişimsel koordinasyon bozukluğu” (n=4, %14,8), “öz düzenlemeli öğrenme” (n=4, %14,8), “spor” (n=1, %3,7), “ileriye dönük hafıza” (n=1, %3,7) ve “internet bağımlılığı” (n=1, %3,7) konulu araştırmalar takip etmektedir.

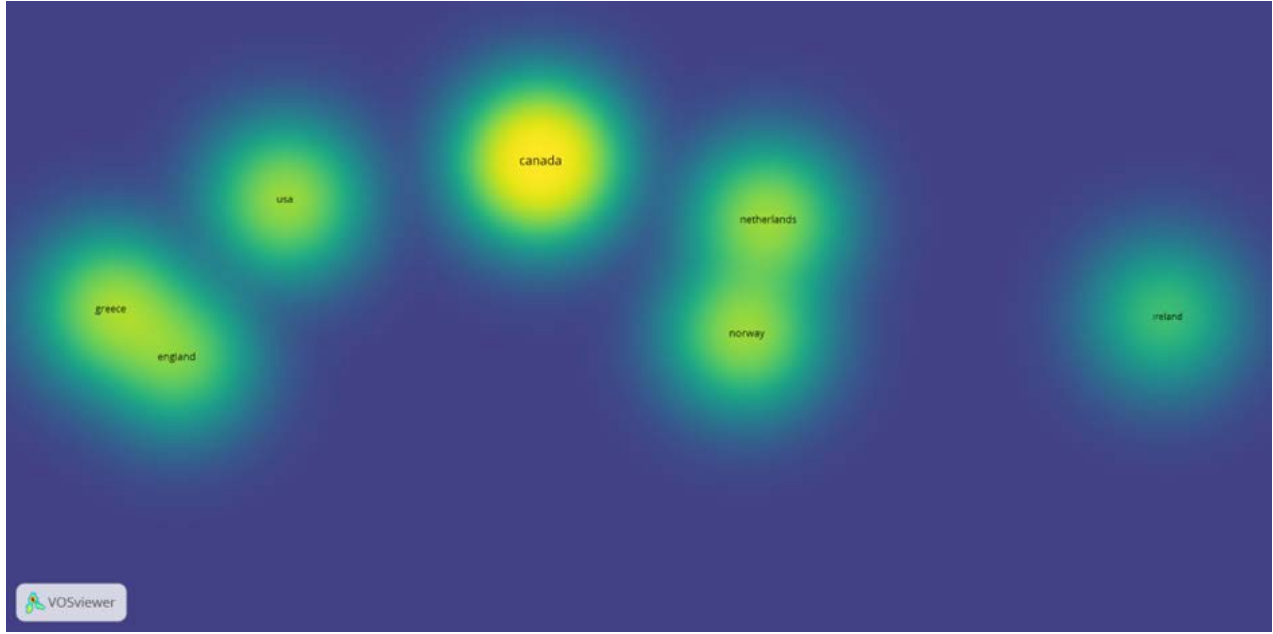
Araştırma kapsamına dahil edilen makalelerin çalışıldığı kurumlara göre dağılımı tablo 1’de sunulmuştur. Tabloda 3 ve daha fazla yayına sahip kurumlar dahil edilmiştir.

Tablo 1: İlgili Araştırmaların Kurumlara göre Dağılımı

Kurum ve Bölüm	f	%
University Of Ottawa	7	25,92
University Of Thessaly	4	14,81
University of Groningen	4	14,81
Norwegian School of Sport Sciences	3	11,11
York University Canada	3	11,11

Tablo 1’deki veriler incelendiğinde, spor bilimleri alanında yapılan öz düzenlemeli öğrenme çalışmalarının en yüksek oranı “University of Ottawa”da (%25,92) tespit edilmiştir. Bu kurumu, eş oranla “University of Thessaly” (%14,81) ve “University of Groningen” (%14,81) takip etmektedir. Ayrıca, “Norwegian School of Sport Sciences” ve “York University Canada” her biri %11,11 oranında katkı sağlamıştır.

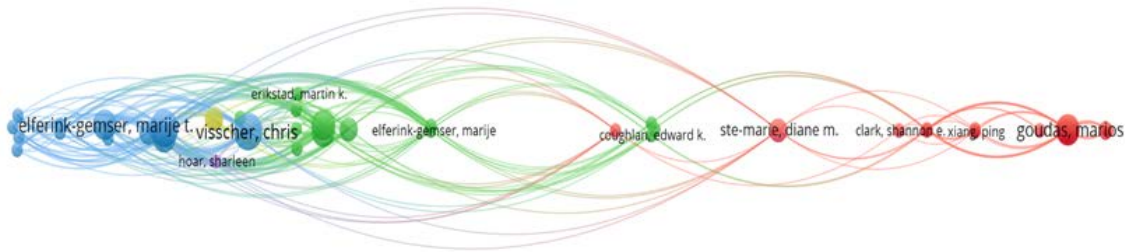
Ayrıca spor bilimleri alanında “öz düzenlemeli öğrenme” konusunda çalışmaların, aldığı atıfların ülkelere göre yoğunluk haritası şekil 3’te sunulmuştur.



Şekil 3. Yapılan Çalışmaların Aldığı Atıfların Ükelere göre Yoğunluk Haritası

Şekil 3'e göre konu alanında en fazla araştırmaya sahip ülke olan Kanada'nın aldığı atıf 160 olarak, maviden sarıya doğru değişen, diğer ülkelere göre daha yoğun ve yuvarlak bir küme ile temsil edildiği görülmektedir. Veriler incelendiğinde en yüksek bağlantı gücü tespit edilen ülkeler sırasıyla Kanada, (atıf=160, TBG=24), Hollanda (atıf=97, TBG=20), Norveç (atıf=121, TBG=18), Amerika (atıf=52, TBG=8), İngiltere (atıf=34, TBG=3), Yunanistan (atıf=74, TBG=3), İrlanda (atıf=6, TBG=2) olarak tespit edilmiştir.

Araştırma kapsamına dahil edilen makalelerin yazarlarının tüm makalelerden aldığı atıfların dağılımı şekil 4'te sunulmuştur.

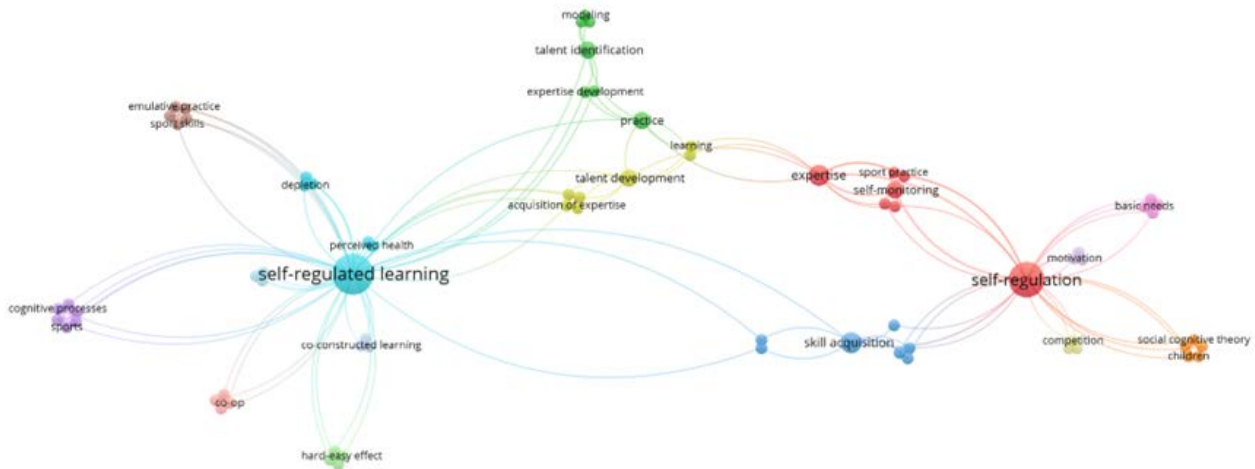


Şekil 4. Yazarların Ağ Haritası: Araştırma Konusu Üzerine Tüm Makalelerden Alınan Atıf Sayısına Göre Dağılımı

Görsel ağ haritalarında kümelerin ve metinlerin daha büyük ve belirgin olmasının, yazarların daha fazla atıf aldığına işaret ettiği belirtilmektedir. Vosviewer uygulaması, yazarların yayınlarına veya

yazarların diğer yayınlara yaptığı atıfları dikkate alarak benzer renkte ağlar oluşturmakta ve bununla birlikte yazar isimleri arasındaki mesafelerin, atıflar açısından bir ilişkiyi ifade ettiğini göstermektedir (Öner ve Murathan, 2024). Bu bilgilere göre araştırmaya dahil edilen çalışmalar arasında yaptığı bir makaleden en çok atıfı alan iki yazar Anastasia Kitsantas (112 atıf) ve Barry J. Zimmerman (112 atıf) olarak tespit edilmiştir. Analize dahil edilen yazarlar arasında en çok yayına sahip olan yazarlar ise Bradley W. Young (4 makale) ve Chris Visscher (4 makale) olarak tespit edilmiştir.

Araştırma kapsamına dahil edilen makalelerin birlikte oluşum (co-occurrence) analizine göre anahtar kelime ilişkilerini gösteren ağ haritası şekil 5'te sunulmuştur.



Şekil 5. Birlikte Oluşum (Co-Occurrence) Analizine Göre Anahtar Kelimeler İlişki Haritası

Şekil 5'e göre araştırma kapsamında incelenen yayınlar arasında en fazla kullanılan anahtar kelimeler sırasıyla; "öz düzenlemeli öğrenme" (f=11, TBG=42), "öz düzenleme" (f=8, TBG=29), "uzmanlık" (f=3, TBG=12), "beceri kazanımı" (f=3, TBG=9), "yetenek gelişimi" (f=2, TBG=9), "pratik" (f=2, TBG=8), "öz denetim" (f=2, TBG=8), "yetenek tespiti" (f=2, TBG=7) olarak tespit edilmiştir.

Sonuç Ve Öneriler

Bu araştırma WOS veri tabanında öz düzenlemeli öğrenme üzerinde yapılan makalelerin bibliyometrik analiz yöntemi kullanılarak incelenmesi amaçlanmıştır. Kişilerin kendi öğrenmelerinin sorumluluğunu almasını ifade eden öz düzenlemeli öğrenme kavramı spor bilimleri alanında bir öğretim yöntemi olarak kullanılmaya başlanmıştır. Literatürde spor bilimleri alanında yapılan çalışmaların oldukça sınırlı olduğu görülmektedir. Çalışmada, spor bilimleri alanında öz düzenlemeli öğrenme konusuna yapılan yayınlar arasında en çok dikkat çeken konular, mevcut eğilimler ve en verimli kaynaklar bibliyometrik analiz yöntemi kullanılarak sistematik bir şekilde ele alınmıştır. WOS veri tabanında araştırmaya dahil edilen yayınlar arasında ilk makalenin 1993 yılında gerçekleştiği, en fazla makalenin ise 2013, 2018 ve 2019

yıllarında yayınlandığı görülmektedir.

Spor bilimleri alanında, öz düzenlemeli öğrenme ile ilgili yapılan çalışmaların konu dağılımları yüzdeler olarak incelendiğinde, en çok “spor psikolojisi” yer kaplamaktadır. Sonrasında eş yüzdeler değerlere sahip olarak öz düzenlemeli öğrenme, futbol, gelişimsel koordinasyon bozukluğu takip ederken, en az yüzdeler ise “ileriye dönük hafıza ve internet bağımlılığının sahip olduğu tespit edilmiştir.

Araştırmada ilgili alanda mevcut yayınlar ve yayınların atıf sayılarına göre en üretken kurumlar değerlendirilmiştir. Analiz sonuçlarına göre yayın ve atıf sayısı en fazla olan kurum “University Of Ottawa” olmuştur. Bu üniversiteyi sırasıyla sonra en fazla yayın sayısına sahip olan kurumların sırasıyla University Of Thessaly, University of Groningen olduğu tespit edilmiştir. Spor Bilimleri alanında yapılan öz düzenlemeli öğrenme konulu doküman ve atıf sayısı en yüksek kurumun “University of Ottawa” olduğu ve bu üniversitenin konu alanında en üretken kurum olduğu sonucuna ulaşılmıştır. En üretken kurum olmamasına karşın bağlantı gücü en yüksek kurumun ise “University of Groningen” olduğu tespit edilmiştir.

Araştırma konu alanında yapılan çalışmaların, aldığı atıfların ülkelere göre yoğunluk haritası incelendiğinde, en çok atıfa sahip ülkeler sırasıyla; Kanada, Hollanda, Norveç, Amerika, İngiltere, Yunanistan ve İrlanda olarak tespit edilmiştir.

Çalışma kapsamında spor bilimleri alanında öz düzenlemeli öğrenme konusunda bilimsel makale üreten yazarların yayınları aldıkları atıf sayıları incelenerek konu alanında en üretken yazarlar değerlendirilmiştir. Araştırmaya dâhil edilen yayınlar arasında en fazla makaleye sahip olan yazarlar Bradley W. Young, Chris Visscher, Marios Goudas, Joseph Baker şeklinde sıralanmıştır. Yazarların tüm yayınlarına yapılan atıf sayısı dikkate alındığında ise en fazla atıf alan yazarların Anastasia Kitsanostas ve Barry Zimmerman olarak tespit edilmiştir. Sonuç olarak, alanda en üretken yazarın Bradley W. Young ve Chris Visscher olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Birlikte oluşum (co-occurrence) analizine göre anahtar kelimelerin ilişki haritası incelendiğinde en sık tekrar eden anahtar kelimeler sırasıyla; öz düzenlemeli öğrenme”, “öz düzenleme”, “uzmanlık”, “beceri kazanımı”, “yetenek gelişimi”, “pratik” , “öz denetim”, “yetenek tespiti” olarak tespit edilmiştir.

Spor bilimleri alanında öz düzenlemeli öğrenmenin farklı spor disiplinlerinde daha fazla araştırılması kavramsal çerçevenin genişletilmesi açısından önerilebilir. Yüksek bağlantı gücüne sahip kurumlarla uluslararası iş birliklerinin artırılması, bilgi alışverişini güçlendirmek için önemli bir adım olacaktır. Ayrıca, araştırmacıların ulusal ve uluslararası fon kaynaklarından yararlanarak bu alanda daha fazla çalışma yapmaları teşvik edilebilir. Öz düzenlemeli öğrenme konusundaki gelecekte yapılması planlanan çalışmalarda belirlenecek anahtar kelimeler, konu alanında en sık kullanılanlardan seçilerek çalışmaların görünürlüğünün artmasına destek olabilir. Son olarak, öz düzenlemeli öğrenme stratejilerinin spor bilimleri eğitim müfredatına entegre edilmesi, bu öğrenme yaklaşımının öğrencilere kazandırılması açısından önem taşımaktadır.



Kaynakça

Bandura, A. (1986). Social foundations of thought and action: A social cognitive theory. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall

Boekaerts, M. (1999). Self-regulated learning: Where we are today. *International Journal of Educational Research*, 31(6), 445-457. [https://doi.org/10.1016/S0883-0355\(99\)00014-2](https://doi.org/10.1016/S0883-0355(99)00014-2)

Boekaerts, M., Pintrich, P., & Zeidner, M. (2000). Self-Regulation: An Introductory Review. In M. Boekarts, P. R. Pintrich, & M. Zeidner (Eds.), *Handbook of Self-Regulation* (pp. 1-9). San Diego, CA: Academic Press. <http://dx.doi.org/10.1016/B978-012109890-2/50030-5>

Delibalta, B., & Taşdelen Teker, G. (2024). Türkiye’de öz-düzenlemeli öğrenmeyle ilgili yürütülen tezlerde genel eğilimler. *Kocaeli Üniversitesi Eğitim Dergisi*, 7(1), 171-201. <https://doi.org/10.33400/kuje.1349043>

Efklikes, A. (2011). Interactions of metacognition with motivation and affect in self-regulated learning: The MASRL model. *Educational Psychologist*, 46(1), 6-25. <https://doi.org/10.1080/00461520.2011.538645>

Glänzel, W., & Schubert, A. (2004). Analysing scientific networks through co-authorship. In H. F. Moed, W. Glänzel, & U. Schmoch (Eds.), *Handbook of quantitative science and technology research* (pp. 257-276). Springer. https://doi.org/10.1007/1-4020-2755-9_12

Goudas, M., Dermitzaki, I., & Kolovelonis, A. (2017). Self-Regulated learning and students’ metacognitive feelings in physical education. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 15, 131-145.

Leydesdorff, L., & Milojević, S. (2015). Scientometrics. In J. D. Wright (Ed.), *International encyclopedia of the social & behavioral sciences* (2nd ed., Vol. 21, pp. 322-327). Elsevier. <https://doi.org/10.1016/B978-0-08-097086-8.85030-8>

McCardle, L., Young, B. W., & Baker, J. (2019). Self-regulated learning and expertise development in sport: Current status, challenges, and future opportunities. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 12(1), 112-138.

Moed, H. F. (2005). *Citation analysis in research evaluation*. Springer. <https://doi.org/10.1007/1-4020-3714-7>

Öner, B., & Murathan, T. (2024). Web of Science Veri Tabanında Yayımlanan Beden Eğitimi ve Oyunlaştırma İçerikli Araştırmaların Bibliyometrik Analizi. *Gençlik Araştırmaları Dergisi*, 12(33), 73-91. <https://doi.org/10.52528/genclikarastirmalari.1396917>

Pintrich, P. R. (2000). The role of goal orientation in self-regulated learning. In M. Boekaerts, P. R. Pintrich, & M. Zeidner (Eds.), *Handbook of self-regulation* (pp. 451-502). San Diego, CA: Academic



Press.

Ruiz, M. C., Haerens, L., Barker, D., & Oostra, D. (2020). Self-regulated learning in physical education: Supporting students in becoming independent learners. *Sport, Education and Society*, 25(8), 882-894.

Yarayan, Y. E., Yılmaz, B. H., Solmaz, S., Can, H. C. (2024). Sporda Öz-Düzenlemeli Öğrenme Ölçeği Türkçe Formunun Psikometrik Özellikleri ve Farklı Düzeydeki Sporcuların Öz-Düzenlemeli Öğrenme Becerilerin İncelenmesi. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 15(2), 191-209. <https://doi.org/10.17155/omuspd.1477590>

Zeidner, M., Boekaerts, M., & Pintrich, P. R. (2000). Self-regulation: Directions and challenges for future research. In M. Boekaerts, P. R. Pintrich, & M. Zeidner (Eds.), *Handbook of self-regulation* (pp. 749–768). San Diego, CA: Academic Press.

Zimmerman, B. J. (1986). Becoming a self-regulated learner: Which are the key subprocesses *Contemporary Educational Psychology*, 11(open in a new window), 307–313. doi: 10.1016/0361-476X (86)90027-5

Zimmerman, B. J. (1989). A social cognitive view of self-regulated academic learning. *Journal of Educational Psychology*, 81(3), 329-339. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.81.3.329>

Zimmerman, B. (2006). “Development and adaptation of expertise: the role of self-regulatory processes and beliefs” in *The Cambridge handbook of expertise and expert performance* (Cambridge handbooks in psychology). eds. K. Ericsson, N. Charness, P. Feltovich and R. Hoffman (Cambridge: Cambridge University Press), 705–722

TB:4

Bursa İli Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Türkiye Yüzyılı Maarif Modeli Kapsamındaki Görüşleri

Ahmet Alireisoğlu¹, Yasemin Kıvrak², Mücahit Sak³

¹Bursa İl Millî Eğitim Müdürü, Bursa İl Millî Eğitim Müdürlüğü, Bursa-Türkiye

²Bursa İl Millî Eğitim Müdürlüğü Ar-Ge Birimi

³Bursa İl Millî Eğitim Müdürlüğü Özel Büro

Giriş

Bu çalışma, Türkiye Yüzyılı Maarif Modeli hakkında Bursa ili beden eğitimi öğretmenlerinin görüşlerini incelemeyi amaçlamaktadır. Türkiye Yüzyılı Maarif Modeli, eğitim sistemine yönelik yeni bir yaklaşım sunmakta ve öğrencilerin bedensel, zihinsel ve duygusal gelişim alanlarının tamamına yönelerek bütüncül bir gelişimi amaçlamaktadır. Yeni programın amaçlarına ulaşması için beden eğitimi ve spor dersi öğrenci gelişimi açısından önemli görülmektedir. Bu bağlamda, çalışmamızda Bursa'da görev yapan beden eğitimi öğretmenlerinin bu yeni model hakkındaki bilgi düzeyleri, programda yapılan/yapılacak değişikliklere yönelik tutumları ve önerileri değerlendirilmiştir. Modelin ortak metninde tanımlanan "Öğrenci Profili"nde ruh ve beden bütünlüğü esas alınarak nasıl bir öğrenci yetiştirilmek istendiği tanımlanmıştır. Bu bölümde; sağlıklı beslenen, düzenli uyuyan ve dinlenen, düzenli spor ve egzersiz yapan, temiz, bağımlılıktan kaçınan ve bağımlılıkla mücadele eden, manevi sağlığını koruyan bir öğrenci yetiştirmek amaçlanmıştır. Türkiye Yüzyılı Maarif Modeli'nde Beden Eğitimi ve Spor dersinin öğretim programında henüz bir değişiklik yapılmamış olsa da Model ile yetiştirilmek istenen ruhen ve bedenlen sağlıklı bireyin yetiştirilmesinde hâlihazırda beden eğitimi ve spor dersi çok önemli bir konumdadır. 12 yıllık zorunlu eğitim süresince öğrencilerin her kademedede beden eğitimi ve spor dersi olmasının hedeflenen sağlıklı bireyin yetiştirilmesi için önemli bir fırsat olduğu düşünülmektedir. Bu çalışmada beden eğitimi ve spor dersi öğretmenlerinin Türkiye Yüzyılı Maarif Modeli hakkındaki görüşlerini ortaya koymak ve yapılacak öğretim programı değişiklikleri için önerilerini almak amaçlanmaktadır.

Materyal ve Yöntem

Bu çalışma, mevcut durumun belirlenmesi ve analiz edilmesi için betimsel bir tarama modeli kullanılarak yürütülmüştür. Araştırma, beden eğitimi öğretmenlerinin Türkiye Yüzyılı Maarif Modeli hakkındaki bilgi ve görüşlerini değerlendirmeyi amaçlayan nicel araştırma şeklinde tasarlanmıştır. Araştırmada elde edilen veriler, demografik bilgiler, Türkiye Yüzyılı Maarif Modeli'ne dair bilgi düzeyi ve öğretmenlerin modelin beden eğitimi derslerine sağlayacağı katkılara ilişkin soruları içeren anket aracılığıyla toplanmıştır. Ankette öğretmenlerin yeni modele ilişkin görüşleri, modelin temel unsurlarından bedensel gelişimi ele alan hareketli yaşam, sağlıklı beslenme, zararlı alışkanlıkları önlemede beden eğitimi dersinin rolü, dijital teknolojilerin beden eğitimi dersinde kullanımı ve özellikle yeni model ile eğitim programlarında yer alan sosyal duygusal öğrenmenin geliştirilmesinde beden eğitimi dersinin etkisini ortaya koyan dokuz 5'li likert tipi soru ve modele ilişkin genel görüşleri ve iyileştirmeye açık alanları içeren üç tane de açık uçlu soruya yer verilmiştir. Araştırmanın evrenini Bursa'da görev yapan beden eğitimi ve

spor öğretmenleri, örneklemini Müdürlüğümüze bağlı okul/kurumlarda çalışan toplam 200 beden eğitimi öğretmeni oluşturmaktadır. Araştırma kapsamında hazırlanan veri toplama aracı çeşitli iletişim kanalları kullanılarak beden eğitimi öğretmenleri ile paylaşılmış ve gönüllülük esası ile 200 öğretmen çalışmaya katılım sağlamıştır. Bu öğretmenlerin 82'si ortaokullarda, 118'i de liselerde görev yapmaktadır.

Bulgular

Beden eğitimi öğretmenlerinin çoğunluğunun Türkiye Yüzyılı Maarif Modeli hakkında orta düzeyde (3,07) bilgiye sahip olduğunu ve programda yapılan/planlanan değişikliklere genel olarak olumlu yaklaştığını göstermiştir. Sonuçlarda en yüksek ortalamaya sahip iki maddenin biri 4,59 ortalamayla Beden Eğitimi ve Spor derslerinin madde bağımlılığını önlemedeki etkisi, diğeri ise 4,45 ortalamayla Beden Eğitimi ve Spor derslerinde sağlıklı beslenme ve genel sağlık bilgisi verilmesi gerekliliği olmuştur. Özellikle gelişmekte olan spor dallarının tanıtılması ve dijital teknolojilerin beden eğitimi derslerine entegrasyonu, öğretmenler tarafından desteklenen unsurlar olmuştur. Ayrıca, öğretmenler sosyal ve duygusal öğrenmenin derslere dâhil edilmesinin ve sağlıklı yaşam bilgisi verilmesinin önemine de vurgu yapmıştır. Yeni modelin uygulanması konusunda yaşanabilecek zorluklar hususunda katılımcıların %60'ı çeşitli zorluklar yaşanacağını düşünürken yalnızca %6'sı uygulamanın sorunsuz olacağını düşünmektedir. “Beden eğitimi dersinin öğretim programlarında yenilik yapılmasını düşünüyor musunuz” sorusuna katılımcıların %55'i (110 kişi) evet/kesinlikle evet cevaplarını vermiştir. Bu sonuçlardan hareketle beden eğitimi öğretmenlerinin program değişikliğinde yenilik istediği anlaşılmaktadır.

Tartışma

Açık uçlu sorulardan elde edilen bulgular ise şu şekildedir; beden eğitimi alanına ilişkin iyileştirilmesi gerektiği düşünülen hususlara gelen 127 önerinin 113 tanesi fiziksel şartların iyileştirilmesi (okullara spor salonu talebi, malzeme temini v.s) olmakla birlikte bireysel yeteneğin keşfi ve geliştirilmesi için çalışmalar yapılması, beden eğitimi dersinin ilkokulda branş öğretmenleri tarafından verilmesi ve futbol dışındaki spor alanlarına da programlarda yer verilmesi gerektiği şeklindedir. Bu verilerden yola çıkarak, okullarda beden eğitimi ve spor derslerinin daha etkin işlenmesi için fiziksel koşulların geliştirilmesi veya fırsatlardan yararlanmak için katma değerli işbirliklerinin geliştirilmesi gerekliliği ortaya çıkmaktadır.

Sonuç

Araştırmada öğretmenlerin beden eğitimi derslerinde iyileştirilmesi gereken alanlar ve Türkiye Yüzyılı Maarif Modeli'ne dair önerileri de incelenmiştir. Sonuçlar, eğitimde dijitalleşme ve öğrenci motivasyonunu artırmaya yönelik çalışmaların önemini ortaya koymaktadır. Bu bulgular doğrultusunda, beden eğitimi derslerinin bu alanda güncel gelişmelerin, olimpiyatların, yeni spor dallarının takip edilerek geliştirilmesi, etkili ve verimli bir şekilde yapılandırılması için öğretmenlerin geri bildirimlerinin dikkate alınması gerektiği sonucuna varılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Türkiye Yüzyılı Maarif Modeli, Beden Eğitimi Öğretmenleri, Öğrenci Profili

TB:5

Dünya Sağlık Örgütü Fiziksel Aktivite Tanımları, Önerileri ve Planları

Mehmet Öztürk¹, Cemre Can Akkaya¹

¹Maltepe Mahallesi, Yılanlı Ayazma Caddesi, No: 26 P.K. 34010 Cevizlibağ / Zeytinburnu / İstanbul.

Giriş

Bu çalışma, Dünya Sağlık Örgütü'nün (DSÖ), Fiziksel aktivite tanımlarını, önerilerini ve ileriye dönük eylem planlarını özetlemek amacıyla yapılmıştır. Bunun için, DSÖ internet sayfası kaynak olarak alınmış ve önemli bulunan kısımları özetlenmiştir. Yapılan bu çalışmayla, toplumun ve fiziksel aktivite üzerinde çalışan paydaşların bilgilerinin güncellemesine katkı yapacağı ve toplumların fiziksel aktivitelerinin artırılmasına yönelik çalışmalara katkı yapacağı düşünülmüştür.

Genel Bakış

Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) fiziksel aktiviteyi iskelet kasları tarafından üretilen ve enerji harcaması gerektiren herhangi bir bedensel hareket olarak tanımlamaktadır. Fiziksel aktivite, boş zamanlarda, bir yere gidip gelirken veya bir kişinin iş veya ev faaliyetlerinin bir parçası olarak yapılan tüm hareketleri ifade eder. Hem orta hem de güçlü yoğunlukta fiziksel aktivite sağlığı iyileştirir. Aktif olmanın popüler yolları arasında yürüyüş, bisiklete binme, tekerlekli bisiklet, spor, aktif rekreasyon ve oyun yer alır ve her beceri düzeyinde ve herkes tarafından zevk için yapılabilir (1).

Fiziksel aktivite genellikle dört ana grupta toplanmaktadır. Bunlar sırasıyla hareketsiz yaşam (sedanter) aktiviteleri, günlük yaşamdaki aktiviteler, egzersiz ve spor.

Hareketsiz yaşam

Gün içinde bazal metabolizma düzeyinde yapılan aktivitelerdir. Sedanter yaşam olarak kabul edilen bu tür yaşamın fiziksel aktivite olarak kabul edilmesi bile mümkün değildir. Ve Uyumak televizyon seyretmek gibi.

Günlük yaşamdaki fiziksel aktiviteler.

Günlük yaşamımızda yer alan aktivitelerdir. Bahçe işleri, işe gidiş gelişler, ev işleri bu türdendir. Yapılan aktivitelerin süresi, çokluğu ve yoğunluğu ne kadar fazla ise sağlık açısından o kadar yararlıdır. Bu aynı zamanda kişilerin yaşam tarzlarının da göstergesidir. Sağlıklı kalma açısından en asgari aktivitelerdir. Bu aktiviteler sağlığı daha iyiye getirmez, sadece mevcut durumu korumaya katkı yapabilir.

Egzersiz

Bir fiziksel aktivite olarak egzersiz, fiziksel sağlığın korunması ve iyileştirilmesi için gereklidir. Egzersizin günlük yaşamdaki fiziksel aktivitelerden farkı düzenli ve belirli bir yoğunlukta yapılmasıdır. Sağlığı koruyucu ve geliştirici fiziksel aktivitelerin içeriği, yapılan egzersizin süresine yoğunluğuna ve sıklığına bağlıdır. Yeterli süre, yoğunluk ve sıklıkta yapılmayan egzersizlerin günlük yapılan fiziksel aktivitelerden farkı yoktur. Yeni başlayanlar için bunun ölçütleri haftada 3 gün, organizmaya en az %30-40 yük getiren ve 20 dakikadan az olmamasıdır. Bu ölçütlere uygun fiziksel aktivite yapıldığında kişilerin sağlığa ilişkin fiziksel uygunlukları (kas kuvveti, kas dayanıklılığı, esneklik, kalp dolaşım sistemi ve beden kompozisyonları) iyileşir ve gelişir.

Spor

Fiziksel aktivitenin bir başka türü de spordur. Spor en üst düzeydeki fiziksel aktivitedir. Egzersizden farklı olarak spor, kişilerin sadece fiziksel uygunluk parametrelerini değil, bilişsel duyuşsal ve sosyal yönlerini de korur ve iyileştirir. Bu nedenle kişilerin bedensel sağlıkları yanında mental ve kişilik özelliklerinin sağlığı için de mutlaka spor yapmalıdır. Her koşulda insanlar kendileri için uygun bir spor seçmeli ve bu sporu yapmalıdır.

Fiziksel aktivite sağlık ve esenlik için faydalıdır. Buna karşılık fiziksel hareketsizlik, bulaşıcı olmayan hastalıklar (noncommunicable diseases) ve diğer kötü sağlık sonuçları için riski artırır. Fiziksel hareketsizlik ve hareketsiz davranışlar birlikte bulaşıcı olmayan hastalıkların artışına katkıda bulunmakta ve sağlık sistemlerine yük getirmektedir.

Fiziksel aktivite düzeylerinin iyileştirilmesi sağlık ve esenliğe fayda sağlayacak ve küresel bulaşıcı olmayan hastalık hedeflerine ve Sürdürülebilir Kalkınma Hedeflerinin bir kısmına ulaşılmasına katkıda bulunacaktır. Ancak bunun için Dünya Sağlık Örgütüne üye Devletlerin daha fazla taahhüt ve yatırım yapması, devlet dışı aktörlerin inovasyon ve katkıları, sektörler arası koordinasyon ve işbirliği ve DSÖ'nün sürekli rehberlik ve izleme yapması gerekecektir (2)

Fiziksel Aktiviteyle İlgili Önemli gerçekler

- Düzenli fiziksel aktivite fiziksel ve ruhsal sağlık açısından önemli faydalar sağlamaktadır.
- Yetişkinlerde, fiziksel aktivite kardiyovasküler hastalıklar, kanser ve diyabet gibi bulaşıcı olmayan hastalıkların önlenmesine ve yönetimine katkıda bulunur, depresyon ve anksiyete semptomlarını azaltır, beyin sağlığını geliştirir ve genel refahı artırabilir.
- Çocuklarda ve ergenlerde fiziksel aktivite kemik sağlığını destekler, sağlıklı büyümeyi ve kas gelişimini teşvik eder, motor ve bilişsel gelişimi iyileştirir.
- Yetişkinlerin %31'i ve ergenlerin %80'i önerilen fiziksel aktivite seviyelerini karşılamamaktadır.
- Yetişkinlerde ve ergenlerde fiziksel hareketsizlik düzeylerinin azaltılması için belirlenen küresel hedef, 2010 yılı baz alınarak 2025 yılına kadar %10, 2030 yılına kadar ise %15 oranında göreceli bir azalma sağlamadır (2).

- Fiziksel hareketsizlik düzeylerinin azaltılmaması halinde, 2020-2030 yılları arasında fiziksel hareketsizliğin kamu sağlık sistemlerine maliyetinin küresel tahmini olarak yaklaşık 300 milyar ABD dolar olduğu belirtilmektedir (yılda yaklaşık 27 milyar ABD doları).

Fiziksel hareketsizlik

En son küresel tahminler, ergenlerin %81'inin fiziksel olarak yeterince aktif olmadığını göstermektedir (erkeklerin %77,6'sı ve kızların %84,7'si). Yetişkinler arasında yetersiz fiziksel aktivite prevalansı %27,5'tir (erkeklerde %23,4 ve kadınlarda %31,7).

Fiziksel hareketsizlik, dünya genelinde koroner kalp hastalığı kaynaklı hastalık yükünün yaklaşık %6'sına, tip 2 diyabetin %7'sine, meme kanserinin %10'una ve kolon kanserinin %10'una neden olmaktadır. Ayrıca, erken ölümler (%9,0), tüm nedenlere bağlı ölümler (%7,2) ve kardiyovasküler hastalık ölümleri (%7,6), düşük, orta ve yüksek gelirli ülkeler arasında gözlenen farklılıklarla birlikte fiziksel hareketsizliğe atfedilebilir.

Hareketsiz davranış

Hareketsiz davranış, otururken, uzanırken veya yatarken 1,5 metabolik eşdeğer (MET) veya daha düşük bir enerji harcaması ile karakterize edilen herhangi bir uyanık haldeki davranış olarak tanımlanabilir. Çoğu masa başı ofis işi, araba kullanmak ve televizyon izlemek hareketsiz davranışlara örnektir. DSÖ kılavuzları, hareketsiz davranış tanımını, kendi bildirdiği düşük hareketli oturma (boş zaman, mesleki ve toplam), ekran karşısında televizyon izleme veya diğer aktivitelerini içerecek şekilde operasyonel hale getirmektedir.

DSO Fiziksel aktivite önerileri

DSÖ yakın zamanda tüm yaş grupları için fiziksel aktivite kılavuzlarını güncellemiş ve yayınlamıştır.

Bebekler (1 yaşından küçük)

Özellikle etkileşimli zemin tabanlı oyun yoluyla günde birkaç kez çeşitli şekillerde fiziksel olarak aktif olsun; fazlası daha iyidir. Henüz hareketli olmayanlar için bu çocuklar, uyanırken gün boyunca yayılmış yüzüstü pozisyonda en az 30 dakikayı içermektedir.

1-2 Yaş arası çocuklar

Gün boyunca orta ila şiddetli yoğunlukta fiziksel aktivite de dahil olmak üzere herhangi bir yoğunlukta çeşitli fiziksel aktivite türlerinde en az 180 dakika geçirsinler; fazlası daha iyidir.

3-4 Yaş arası çocuklar

Herhangi bir yoğunlukta, günde en az 60 dakika orta ila şiddetli yoğunlukta fiziksel aktivite ile, diğer çeşitli fiziksel aktivite türlerinde en az 180 dakika geçirsinler; fazlası daha iyidir.

Engelli yaşayanlar da dahil olmak üzere çocuklar ve ergenler (5-17 yaş arası)

Çocuklar ve ergenler hafta boyunca en az ortalama 60 dakika/gün orta ila şiddetli yoğunlukta, çoğunlukla aerobik, fiziksel aktivite yapmalıdır. Kuvvetli yoğunluklu aerobik aktivitelerin yanı sıra kas ve kemiği güçlendirmek için haftada en az 3 gün olmalıdır edilmelidir.

Kronik rahatsızlıkları olanlar ve engelli yaşayanlar dahil yetişkinler (18-64 yaş arası)

Tüm yetişkinler düzenli fiziksel aktivite yapmalıdır. Yetişkinler, önemli sağlık yararları için hafta boyunca en az 150-300 dakika orta yoğunlukta aerobik fiziksel aktivite veya en az 75-150 dakika şiddetli yoğunlukta aerobik fiziksel aktivite veya eşdeğer bir orta yoğunlukta ve şiddetli yoğunlukta aktivite kombinasyonu yapmalıdır. Yetişkinler ayrıca, ek sağlık yararları sağladıkları için haftada 2 veya daha fazla günde tüm büyük kas gruplarını içeren orta veya daha yüksek yoğunlukta kas güçlendirme aktiviteleri yapmalıdır. Yetişkinler, ek sağlık yararları için hafta boyunca orta yoğunlukta aerobik fiziksel aktiviteyi 300 dakikadan fazla artırabilir veya 150 dakikadan fazla şiddetli yoğunlukta aerobik fiziksel aktivite veya eşdeğer bir orta yoğunlukta ve şiddetli yoğunlukta aktivite kombinasyonu yapabilir (kronik rahatsızlıkları olanlar için kontrendike olmadığında).

Kronik rahatsızlıkları olanlar ve engellilik durumuyla yaşayanlar da dahil olmak üzere yaşlı yetişkinler (65 yaş ve üzeri)

- Yetişkinlerde olduğu gibi, yaşlılar da haftalık fiziksel aktivitelerinin bir parçası olarak, fonksiyonel kapasiteyi artırmak ve düşmeleri önlemek için haftada 3 veya daha fazla gün, orta veya daha yüksek yoğunlukta fonksiyonel denge ve kuvvet antrenmanını vurgulayan çeşitli çok bileşenli fiziksel aktivite yapmalıdır.

Hamile ve doğum sonrası kadınlar

Kontrendikasyonu olmayan tüm hamile ve doğum sonrası kadınların şunları yapması önerilir:

- hamilelik ve doğum sonrası boyunca düzenli fiziksel aktivite yapmaları;
- Önemli sağlık yararları için hafta boyunca en az 150 dakika orta yoğunlukta aerobik fiziksel aktivite yapmak;
- çeşitli aerobik ve kas güçlendirici aktiviteleri dahil etmelidir; hafif esneme hareketleri eklemek de faydalı olabilir.

Ek olarak:

- Hamilelikten önce alışkanlık olarak güçlü yoğunlukta aerobik aktivite yapan veya fiziksel olarak aktif olan kadınlar, hamilelik ve doğum sonrası dönemde bu aktivitelere devam edebilirler.

DSO Fiziksel aktivitenin faydaları ve hareketsizliğin riskleri

Fiziksel hareketsizlik, bulaşıcı olmayan hastalıklardan kaynaklanan ölümler için önde gelen risk faktörlerinden biridir. Yeterince aktif olmayan kişilerin ölüm riski, yeterince aktif olan kişilere kıyasla %20 ila %30 oranında artmaktadır. Düzenli fiziksel aktivite aşağıdakilerle ilişkilidir:

- Çocuklarda ve ergenlerde fiziksel uygunluk, kardiyometabolik sağlık, kemik sağlığı, bilişsel sonuçlar, ruh sağlığı ve vücut yağının azalması;
- yetişkinlerde ve yaşlılarda, tüm nedenlere bağlı ölüm riskinde, kardiyovasküler hastalık ölüm riskinde, olaylı hipertansiyonda, olaylı bölgeye özgü kanserlerde, olaylı tip-2 diyabette ve düşmelerde azalma ve ruh sağlığı, bilişsel sağlık, uyku ve vücut yağ ölçümlerinde iyileşme; ve
- Gebe ve doğum sonrası kadınlar için preeklampsi, gestasyonel hipertansiyon, gestasyonel diyabet, aşırı gestasyonel kilo alımı, doğum komplikasyonları, postpartum depresyon ve yenidoğan komplikasyonları riskini azaltır. Fiziksel aktivitenin doğum ağırlığı veya ölü doğum riskinde artış üzerinde olumsuz bir etkisi yoktur.

Hareketsiz davranış, uyanıkken oturmak, uzanmak veya yatmak gibi düşük enerji harcanan herhangi bir dönemdir. Motorlu taşıtların kullanımı ve iş, eğitim ve eğlence için ekran karşısında oturmalar, yaşamları giderek daha hareketsiz hale getirmektedir. Kanıtlar, daha yüksek miktarda hareketsiz davranışın aşağıdaki kötü sağlık sonuçlarıyla ilişkili olduğunu göstermektedir:

- Çocuklarda ve ergenlerde, artan yağlanma, daha kötü kardiyometabolik sağlık, zindelik ve davranışsal/pro-sosyal davranış ve azalan uyku süresi; ve
- Yetişkinlerde, tüm nedenlere bağlı ölüm oranını, kardiyovasküler hastalık ölüm oranını ve kanser ölüm oranını ve kardiyovasküler hastalık, kanser ve tip-2 diyabet insidansını artırmıştır.

DSO Ne kadar fiziksel aktivite önerilmektedir?

DSÖ'nün fiziksel aktivite ve hareketsizlikle ilgili küresel kılavuzları çocuklar (5 yaş ve üzeri), ergenler, yetişkinler, yaşlılar, hamile ve doğum sonrası kadınlar ile kronik rahatsızlıkları ve engelleri olan kişiler için tavsiyeler sunmaktadır. Tavsiyeler, sağlık açısından önemli faydalar sağlamak ve sağlıkta bozulma risklerini azaltmak için gereken fiziksel aktivite miktarını (sıklık, yoğunluk ve süre) detaylandırmaktadır. Kılavuzlar, herhangi bir miktarda fiziksel aktivitenin hiç olmamasından daha iyi olduğunu; tüm fiziksel aktivitelerin önemli olduğunu; tüm yaş gruplarının hareketsiz kaldıkları süreyi sınırlamaları gerektiğini ve kas güçlendirmenin herkese fayda sağladığını vurgulamaktadır.

DSÖ'nün 5 yaşından küçük çocuklar için fiziksel aktivite, hareketsiz davranış ve uykuya ilişkin Kılavuz İlkeleri, 5 yaşından küçük çocukların sağlık ve refahları için 24 saatlik bir günde fiziksel olarak aktif olarak veya uyuyarak geçirmeleri gereken süre ve bu çocukların ekran tabanlı hareketsiz aktiviteler veya kısıtlı zaman için harcamaları gereken önerilen maksimum süre hakkında tavsiyeler sunmaktadır.

Bir şekil, tüm yaş grupları için fiziksel aktivite ve hareketsiz davranışa ilişkin mevcut DSÖ kılavuzlarını özetlemektedir. DSÖ, bilimsel kanıtların ve uzman istişarelerinin gözden geçirildiği

zorlu bir süreçle kılavuzlar geliştirmektedir. Hazırlıklar, 2030 yılında yayınlanması beklenen bir sonraki kılavuz için halihazırda devam etmektedir.

Küresel olarak fiziksel hareketsizlik seviyeleri

DSÖ, fiziksel hareketsizlik eğilimlerini düzenli olarak izlemektedir. Yakın zamanda yapılan bir çalışma (2), dünya yetişkin nüfusunun yaklaşık üçte birinin (%31), 1,8 milyar yetişkinin, fiziksel olarak inaktif olduğunu ortaya koymuştur. Yani, haftada en az 150 dakika orta yoğunlukta fiziksel aktivite yapılması yönündeki küresel tavsiyeleri karşılamamaktadırlar. Bu, 2010 ile 2022 yılları arasında yüzde 5 puanlık bir artış anlamına gelmektedir. Bu eğilim devam ederse, önerilen fiziksel aktivite düzeylerini karşılamayan yetişkinlerin oranının 2030 yılına kadar %35'e yükseleceği tahmin edilmektedir.

Küresel olarak, fiziksel hareketsizlik seviyelerinde kayda değer yaş ve cinsiyet farklılıkları vardır.

- Kadınlar erkeklerden ortalama yüzde 5 puan daha az aktiftir. Bu durum 2000 yılından bu yana değişmemiştir.
- 60 yaşından sonra hem erkeklerde hem de kadınlarda fiziksel inaktivite düzeyleri artmaktadır.
- Ergenlerin (11-17 yaş arası) %81'i fiziksel olarak inaktiftir (3).
- Ergenlik çağındaki kızlar, ergenlik çağındaki erkeklere kıyasla daha az aktiftir; %85'e karşılık %78'i DSÖ kılavuzlarını karşılamamaktadır.

Birçok farklı faktör, insanların ne kadar aktif olduğunu ve farklı nüfus gruplarındaki genel fiziksel aktivite seviyelerini belirleyebilir. Bu faktörler, güvenli ve eğlenceli yollarla aktif olma fırsatlarına erişimi etkileyen bireysel veya daha geniş sosyal, kültürel, çevresel ve ekonomik belirleyicilerle ilgili olabilir.

DSÖ Üye Devletler fiziksel aktivite düzeylerini nasıl artırabilir?

DSÖ Fiziksel Aktivite Küresel Eylem Planı (2030), fiziksel aktiviteyi teşvik etmek ve herkesin düzenli olarak aktif olmak için daha fazla fırsata sahip olmasını sağlamak amacıyla ülkeler ve toplumlar için politika önerileri sunmaktadır. Bu tavsiyelere örnek olarak yürüyüş, bisiklet ve motorsuz ulaşım erişim sağlayan; okullarda, iş yerlerinde, çocuk bakım merkezlerinde ve sağlık hizmeti sunumunda fiziksel aktivite fırsatlarını artıran ve toplum sporlarının ve kamuya açık alanların erişilebilirliğini ve kullanılabilirliğini artıran politikalar verilebilir (4).

Fiziksel aktivite düzeylerini artırmak için etkili politikalar uygulamak, sağlık, ulaşım, eğitim, istihdam, spor ve rekreasyon ve şehir planlama dahil olmak üzere her düzeyde birden fazla hükümet departmanı arasında koordine edilen kolektif bir çaba önerilmektedir. Ayrıca, bir ülkenin kültürel ve sosyal ortamına uygun politikaların ve çözümlerin uygulanmasını desteklemek

için sivil toplum kuruluşlarının, çeşitli sektörlerin, paydaşların ve disiplinlerin ulusal ve yerel katılımını gerektiği belirtilmektedir. Fiziksel aktivite seviyelerindeki eşitsizlikleri ele alan, herkes için fiziksel aktiviteyi teşvik eden, mümkün kılan ve cesaretlendiren politika eylemlerine öncelik verilmelidir.

DSÖ'nün yanıtı

DSÖ, ülkeleri ve paydaşları önerilen eylemleri uygulamaları için şu yollarla desteklemektedir:

1. En son kanıtlar ve fikir birliği ile desteklenen küresel politika rehberi ve kılavuzlar geliştirmek;
2. Ülkeleri fiziksel aktiviteyi ve çok sektörlü işbirliklerini teşvik eden uygun politikalar geliştirmeleri için desteklemek;
3. Fiziksel aktivitenin artırılmasının birçok faydası konusunda farkındalık yaratmak ve fiziksel aktivitenin artırılmasının etkisine ve farklı politika müdahalelerinin yatırım getirisine ilişkin ekonomik analizlerin geliştirilmesini desteklemek için savunuculuk faaliyetleri yürütmek;
4. DSÖ Akademi kursları, çok ülkeli çalıştaylar ve diğer bilgi alışverişi faaliyetleri de dahil olmak üzere dijital platformları kullanarak ülkelerin kilit ortamlarda ve yeniliklerde politika ve programların uygulanmasında kapasite oluşturmalarına yardımcı olmak için teknik araçlar ve eğitim paketleri geliştirmek;
5. Sektörler arasında ve politika yapıcılar, uygulayıcılar ve araştırmacı topluluklar arasındaki ortaklıkları güçlendirmek için bir araya gelme, koordinasyon sağlama ve işbirliği yapma ve
6. Fiziksel aktivite, küresel fiziksel hareketsizlik seviyeleri ve 2030 yılına kadar fiziksel hareketsizlik prevalansında %15'lik göreceli bir azalmaya yönelik Küresel eylem planının uygulanmasına ilişkin ilerlemenin küresel olarak izlenmesi ve raporlanması.

DSÖ, ülkelerin uygun politikalar, yatırım durumları ve finansman mekanizmaları geliştirmelerine yardımcı olmak için en son kanıtlar ve fikir birliği ile desteklenen küresel politika rehberi ve kılavuzlar geliştirerek önerilen eylemleri uygulamak için ülkeleri ve paydaşları desteklemektedir.

DSÖ 2030 Eylem Planı

Plan dört hedef ortaya koymakta ve 20 politika eylemi önermektedir (4). Bu dört hedef şunlardır:

1 Aktif bir toplum yaratmak - sosyal normlar ve tutumlar

Yeteneklere göre ve her yaşta düzenli fiziksel aktivitenin çoklu faydalarına ilişkin bilgi ve anlayışı ve takdiri artırarak tüm toplumda bir paradigma değişikliği yaratmak

2. Aktif ortamlar yaratın - mekanlar ve yerler

Her yaştan tüm insanların, şehirlerinde ve toplumlarında, yeteneklerine göre düzenli fiziksel

aktivitede bulunabilecekleri güvenli yerlere ve alanlara adil bir şekilde erişme haklarını teşvik eden ve koruyan ortamlar yaratmak ve sürdürmek.

3. Aktif insanlar yaratın - programlar ve fırsatlar

Her yaştan ve yetenekten insanın bireyler, aileler ve topluluklar olarak düzenli fiziksel aktiviteye katılmasına yardımcı olmak için çeşitli ortamlarda fırsatlar ve programlar yaratın ve bunlara erişimi teşvik edin.

4. Aktif sistemler oluşturun - yönetim ve politika kolaylaştırıcıları

Fiziksel aktiviteyi artırmak ve hareketsizliği azaltmak için kaynak seferberliği ve koordineli uluslararası, ulusal ve ulus-altı eylemlerin uygulanmasında mükemmelliğe ulaşmak için sektörler arasında liderlik, yönetim, çok sektörlü ortaklıklar, işgücü yetenekleri, savunuculuk ve bilgi sistemleri oluşturmak ve güçlendirmek.

Küresel eylem planı liderliği, yönetimi, işgücü kapasitesini ve savunuculuğu güçlendirmek için çözümler önermektedir. Daha güçlü küresel, bölgesel ve ulusal koordinasyon ihtiyacını ve fiziksel hareketsizliğin karmaşık sorununu ele almak için bir sosyal hareket ve paradigma değişimine duyulan ihtiyacı kabul etmektedir.

Fiziksel aktivitenin teşvik edilmesi tüm sektörlerin işbirliğini gerektirir; özel şirketler, STK'lar, toplum örgütleri ve bireyler yerel çözümlere dahil olmak için birlikte çalışmalıdır. Ulusal, alt-ulusal ve şehir düzeylerindeki çözümler, hareketsizliğe yönelik kapsamlı bir müdahalenin birbiriyle ilişkili doğasını gösteren yukarıdaki şekilde detaylandırılmıştır.

Politika yanıtları ulusal önceliklere ve bağlama göre seçilmeli ve uygulanmalı ve çeşitli yetenekler dikkate alınmalıdır. DSÖ, erken kazanımları belirlemek ve uygulamak, ülkeler içinde ve arasında en iyi uygulamaları paylaşmak ve sektörler arasında stratejik ortaklıklar kurmak için ortaklarla birlikte çalışacaktır.

Ülkemiz için çok önemli bir fiziksel aktivite rehberi hazırlayan aşağıdaki bilim insanlarımızı da burada anmakta yarar olacağını düşünüyoruz (5).

Kaynaklar

1. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
2. [Strain, T., Flaxman, S., et al. National, regional, and global trends in insufficient physical activity among adults from 2000 to 2022: a pooled analysis of 507 population-based surveys with 5.7 million participants. The Lancet Global Health \(2024\).](#)
3. [Guthold, R., Stevens, G., et al. Global trends in insufficient physical activity among adolescents: a pooled analysis of 298 population-based surveys with 1.6 million](#)

12. Uluslararası Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Kongresi
12th International Physical Education And Sports Teaching Congress

25-27 Ekim 2024 / October 25th- 27th, 2024 – Bursa, Türkiye



- [participants. The Lancet Child & Adolescent Health Vol. 4 Iss. 1 \(2019\).](#)
4. <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/272722/9789241514187-eng.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
 5. <https://hsgm.saglik.gov.tr/depo/birimler/saglikli-beslenme-ve-hareketli-hayat-db/Dokumanlar/Rehberler/Turkiye Fiziksel Aktivite Rehberi.pdf>

TB:6

Bedens Eğitimi ve Spor Öğretmen Adaylarının Öğretmenlik Mesleği Genel Yeterliliklerine İlişkin Özdeğerlendirme Algılarının İncelenmesi

Nazlı Yanar Tunçel¹, Züleyha Avşar²

¹Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Karaman-Türkiye

²Bursa Uludağ Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, Bursa-Türkiye

Giriş

Eğitim alanının uygulama açısından temel ve öncelikli basamağı öğretmenlerdir (Goldhaber, 2007). Öğretmenler, eğitim sürecinin merkezinde yer alarak bireylerin gelişiminde önemli rol oynamaktadır. Öğretmenlerin temel yeterliliklere sahip olması öğrencilerin başarılarında oldukça önemlidir (Darling-Hammond, 2010). Öğretmenlerin yalnızca öğrencilerin başarılarına katkıda bulunmadıkları (Ronfeldt ve ark., 2015) aynı zamanda öğrencilerin aidiyet duygularının gelişmesinde (Hallinan, 2008) ve motivasyonlarının (Yu ve Singh, 2018) artmasına da yardımcı olduklarını bildirmişlerdir. Öğretmenlerin mesleki yeterlilikleri eğitim kalitesini doğrudan etkileyen bir faktördür; dolayısıyla beden eğitimi öğretmen adaylarının mesleki yeterlikleri öğrencilerin fiziksel gelişimlerini desteklemek ve sağlıklı yaşam alışkanlıklarını kazandırmak açısından büyük bir öneme sahiptir (Cañadas ve ark., 2019).

Öğretmen eğitimi esnasında edinilen mesleki bilgi, beceri ve yeterlikler, öğretmen adayının öğretime yönelik tutumunu etkilemektedir. Bu nedenle öğretmen adaylarının mesleğe yönelik özyeterlik algıları önemlidir. Bu araştırma, beden eğitimi ve spor öğretmen adaylarının öğretmenlik mesleği özyeterliklerini, kendi değerlendirmeleri aracılığıyla incelemeyi amaçlamaktadır.

Yöntem

Araştırma Modeli: Bu araştırma da tarama modeli kullanılmıştır. Tarama modeli, belirli bir popülasyondaki mevcut durumları, eğilimleri ve ilişkileri sistematik bir şekilde incelemek amacıyla tercih edilmiştir (Büyüköztürk ve ark., 2020).

Araştırma Grubu: Farklı üniversitelerin beden eğitimi ve spor öğretmeni yetiştiren bölümlerinde öğrenim gören ve öğretmenlik uygulaması dersini tamamlamış 66 beden eğitimi ve spor öğretmen adayı oluşturmaktadır.

Veri Toplama Aracı: Milli Eğitim Bakanlığı (2017) tarafından yayınlanan Öğretmenlik Mesleği Genel Yeterliliklerindeki maddeler soru şekline dönüştürülmüştür. İlgili yeterlilikler mesleki bilgi, mesleki beceri, tutum ve değerler alanlarındaki göstergelere ilişkin 65 maddeden oluşmaktadır. Anketin Cronbach's alpha (α) katsayısı 0.95 olarak hesaplanmıştır.

Verilerin Analizi: Elde edilen veriler Jamovi 1.8.2 istatistik yazılım programında analiz edilmiştir.

Verilerin normallik dağılımını değerlendirmek için, çarpıklık ve basıklık katsayıları incelenmiş ve bu katsayıların +1.5 ile -1.5 arasında olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Buradan yola çıkarak, ilişki taramalarında parametrik olmayan ikili karşılaştırmalarda Mann Whitney U Testi, ikiden fazla karşılaştırmalarda ise Kruskal-Wallis Testi kullanılmıştır.

Bulgular

Tablo 1. Katılımcıların Öğretmenlik Mesleği Genel Yeterliliklerine Ait Maddelerin min, max, Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

	\bar{x}	<i>Sd</i>	<i>Median</i>	<i>Min</i>	<i>max</i>
Mesleki Bilgi	6.76	0.531	6.69	4.47	7.62
Mesleki Beceri	4.37	0.500	4.36	2.64	5.00
Tutum ve Değerler	4.50	0.424	4.62	2.86	5.00
Toplam	4.36	0.433	4.40	2.63	5.00

Katılımcıların Öğretmenlik Mesleği Genel Yeterlilik seviyeleri, Kutu ve Sözbilir (2011) tarafından belirlenen ölçütlere göre; 1,00-1,80 arası çok düşük, 1,81-2,60 arası düşük, 2,61-3,40 arası orta, 3,41-4,20 arası yüksek ve 4,21-5,00 arası çok yüksek olarak sınıflandırılmıştır. Tablo 1 incelendiğinde, katılımcıların öğretmenlik mesleği genel yeterlilik puan ortalamaları (4.36 ± 0.43) değerlerindedir. Katılımcıların Mesleki Bilgi (6.76 ± 0.53), Mesleki Beceri (4.37 ± 0.50), Tutum ve Değerler (4.50 ± 0.42) puan ortalamaları değerlerindedir.

Tablo 2. Katılımcıların Öğretmenlik Mesleği Genel Yeterliliklerinin Cinsiyete Göre Mann Whitney U Test Sonuçları

Öğretmenlik Mesleği Genel Yeterlilikleri	Grup	N	\bar{X}	SS	U	p
Mesleki Bilgi	Erkek	33	6.75	0.54	527	0.82
	Kadın	33	6.76	0.52		

Mesleki Beceri	Erkek	33	4.33	0.54	486	0.58
	Kadın	33	4.41	0.46		
Tutum ve Değerler	Erkek	33	4.50	0.44	540	0.95
	Kadın	33	4.50	0.41		
Toplam	Erkek	33	4.33	0.46	507	0.78
	Kadın	33	4.38	0.40		

Katılımcıların cinsiyet değişkenine göre öğretmenlik mesleği genel yeterliklerinde istatistiksel açıdan anlamlı fark yoktur ($U=507$, $p=0.78$).

Tablo 3. Katılımcıların Öğretmenlik Mesleği Genel Yeterliklerinin Pedagojik Formasyona Göre Mann Whitney U Test Sonuçları

Öğretmenlik Mesleği Genel Yeterlikleri	Grup	N	\bar{X}	SS	U	p
Mesleki Bilgi	Hayır	36	6.78	0.56	516	0.75
	Evet	30	6.72	0.49		
Mesleki Beceri	Hayır	35	4.37	0.53	504	0.78
	Evet	30	4.38	0.47		
Tutum ve Değerler	Hayır	36	4.49	0.46	523	0.83
	Evet	30	4.51	0.37		

Toplam	Hayır	35	4.36	0.47	516	0.90
	Evet	30	4.36	0.38		

Katılımcıların pedagojik formasyon alıp almadıklarına göre öğretmenlik mesleği genel yeterliklerinde istatistiksel açıdan anlamlı fark yoktur (U=516, p=0.90).

Tablo 4. Katılımcıların Öğretmenlik Mesleği Genel Yeterliklerinin Pedagojik Öğrenim Gördükleri Bölümlere Göre Mann Kruskal-Wallis Test Sonuçları

Öğretmenlik Mesleği Genel Yeterlikleri	Bölüm	N	\bar{X}	SS	χ^2	df	p
Mesleki Bilgi	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	43	6.77	0.52	5.44	6	0.48
	Antrenörlük Eğitimi	13	6.79	0.70			
	Spor Yöneticiliği	10	6.63	0.23			
Mesleki Beceri	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	42	4.37	0.50	2.42	6	0.87
	Antrenörlük Eğitimi	13	4.38	0.55			
	Spor Yöneticiliği	10	4.39	0.47			
Tutum ve Değerler	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	43	4.52	0.46	5.64	6	0.46
	Antrenörlük Eğitimi	13	4.49	0.37			

	Spor Yöneticiliği	10	4.42				
Toplam	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	42	4.36	0.44	3.27	6	0.77
	Antrenörlük Eğitimi	13	4.38	0.48			
	Spor Yöneticiliği	10	4.32	0.34			

Katılımcıların öğrenim gördükleri bölümlere göre öğretmenlik mesleği genel yeterliklerinde istatistiksel açıdan anlamlı fark yoktur ($X^2=3.27$, $p=0.77$).

Sonuç

Öğretmenlik, hizmet öncesi öğretmen yetiştirme programlarında alınan eğitimden emekliliğe kadar sürekli gelişim gerektiren bir meslektir. Toplum için son derece önemli bir misyonu olan öğretmenlerin isteklerini arttırmak ve eğitimde sürekli kaliteyi sağlamak nitelikli bir eğitimin vazgeçilmez koşulları arasındadır. Beden eğitimi ve spor öğretmen adaylarının öğretmenlik mesleği genel yeterliliklerine ilişkin özdeğerlendirme algılarının incelendiği çalışmada beden eğitimi ve spor öğretmen adaylarının kendilerini öğretmenlik mesleği yeterlilikleri açısından yüksek düzeyde yeterli buldukları sonucuna ulaşılmıştır. Beden eğitimi ve spor öğretmen adaylarının kendilerini öğretmenlik mesleği yeterlilikleri açısından yüksek düzeyde yeterli bulmaları öğretmen yetiştiren kurumlar açısından memnuniyet verici bir durumdur. Beden eğitimi öğretmenliği eğitimi sırasında edinilen deneyimler, bilgi ve beceriler açısından mesleki yeterliliklerin geliştirilmesi, beden eğitiminin gelecekteki niteliği üzerinde önemli bir etkiye sahiptir (Asún ve ark., 2020). Çalışmadaki katılımcı grubun henüz mesleki deneyiminin olmaması kendilerini öğretim konusunda yüksek düzeyde yeterli hissetmelerine neden olmuş olabilir. Bunun yanında nicel çalışmalara dayalı olarak katılımcıların sorulara yüksek düzeyde olumlu cevap vermiş olma ihtimalleri de göz ardı edilmemelidir. Bu durum kendilerini olumlu bir şekilde yansıtmaya isteği nedeniyle pozitif yanlılık olarak düşünülebilir (Paulhus, 1991). Bandura (1997), bireylerin kendi yeterliklerini ve tecrübelerini abartma eğiliminde oldukları ve öz yeterlik inancı ile ilişkilendirdiğine dikkat çekmiştir. Benzer şekilde Kangalgil (2014) beden eğitimi öğretmenlerinin yeterlilik düzeyleri, uygulama puanlarının düşük çıkması nedeniyle beklentilerin altında kaldığını ifade etmiştir. Bu nedenle çalışmanın devamında araştırma grubundan seçilecek bir odak grup ile nitel anlamda derinlemesine görüşme yapılması önerilir.

Kaynakça

Asún, S., Chivite, M. T., & Romero, M. R. (2020). Perceptions of Professional Competences



in Physical Education Teacher Education (PETE). *Sustainability*, 12(9), 3812.

Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W.H. Freeman/Times Books/Henry Holt & Co.

Büyüköztürk, Ş., Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö.E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2020). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi.

Cañadas, L., Santos-Pastor, M. L., & Castejón, F. J. (2019). Physical Education Teachers' Competencies and Assessment in Professional Practice. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 139, 33-41.

Darling-Hammond, L. (2010). Teacher education and the American future. *Journal of Teacher Education*. 61 (1–2), 35-47.

Goldhaber, D. (2007). Everyone's doing it, but what does teacher testing tell us about teacher effectiveness? *Journal of Human Resources*. 42 (4), 765-794

Hallinan, M.T. (2008). Teacher influences on students' attachment to school. *Sociology of Education*. 81 (3), 271-283.

Kangalgil, M. (2014). Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Özel Alan Yeterliklerine Katılma ve Sahip Oluş Derecelerinin İncelenmesi. *Spor Bilimleri Dergisi*, 25(2), 94-103.

Kutu, H. ve Sözbilir, M. (2011). Yaşam temelli ARCS öğretim modeliyle 9. sınıf Kimya dersi –hayatımızda kimya|| ünitesinin öğretimi. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 30 (1), 29-62.

Paulhus, D. L. (1991). "Measurement and control of response bias." In J. P. Robinson, P. R. Shaver, & L. S. Wrightsman (Eds.), *Measures of personality and social psychological attitudes* (pp. 17-59). Academic Press.

Yu, R. & Singh, K. (2018). Teacher support, instructional practices, student motivation, and mathematics achievement in high school. *The Journal of Educational Research*. 111 (1), 81-94.

TB:7

Taekwondo Sporcularında Core Antrenmanının Performansa Etkisi

Sevilay KAPLAN¹

¹Ahlatlıbel mahallesi ince k şehit savcı mehmet selim kiraz bulvarı 06805 Jandarma ve Sahil Güvenlik Akademisi BEYTEPE ANKARA

Giriş

Taekwondo sporu, çıplak el ve çıplak ayaklarla müsabakada rakibe karşı savunma ve hücum hareketlerini barındıran spordur (Ramazanoğlu, 1989). Taekwondonun bütün teknikleri, düşmanlara karşı savunma maksadıyla gelişme gösterildiği günden bu tarafa, savunma potansiyelinin belirginlik kazandığı temel üzerine yapılandırılmıştır (Ramazanoğlu 1989). Vücudun bütün organları ile, savunma yapmak amacıyla geliştirilmiş taekwondocuların fiziki kuvvetleri ve kendilerine duydukları güven duygularının yanında, genel olarak kendilerini herkese saygılı ve yaptıkları işte disiplinli olmaları için geliştirilmiştir. Taekwondo, bir sporcu açısından bütün vücudu bir savunma silahıdır. Düşmanları; vücudundaki rakibe karşı yapabileceği bütün uzuvları ve organları ile kolay bir şekilde engelleyebilir ve etkisiz hale getirebilir (Ramazanoğlu,1989). Kişinin kendi vücut ağırlığı ile yapılan, omurgayı dengede tutan derin kasların ve lumbo pelvik bölge kaslarının güçlendirilmesini amaçlayan egzersiz programına core antrenman adı verilir (Atan,2013). Core antrenman denildiğinde, farklı isimler almış olmasına rağmen güçlü bir temel geliştirmek için hem Batıda hem de Doğuda eski uygarlıklarda uygulanan antrenman felsefelerini temel aldığını görüyoruz (Brungardt ve ark 2006). Core antrenman bir core kas veya kas aktivitesine yönelik olarak özel dizayn edilmiş antrenman olarak tanımlanabilir. Core kasları abdominal alt ve sırt bölgesinin kaslarını içerir ve vücudun alt ve üst yarısı arasındaki kuvvet aktarımından sorumludur. Core kasları, alt sırt bölgesinin sağlığı yönünden günlük aktivitelerin yanı sıra ağırlık kaldırma egzersizleri sırasında omurgayı sabitlemede çok önemli bir rol oynamaktadır (Fig 2005).

Materyal ve Yöntem

İncelenen çalışmalarda görüldüğü üzere, kas ve iskelet sistemi bir sporcu için büyük önem teşkil etmektedir. Her sportif hareket için farklı noktaların gelişme göstermesi, yapılan egzersizlerin de buna binayen hazırlanması gerektiğini göstermektedir. Judo yapan kişinin gelişen kası ile futbol oynayan kişide gelişen kas ve onun işlevsel olarak kullandığı kas farklılık göstermektedir. Bu bildiride de anlatılmak istenen esas şey core kaslarının taekwondo yapan kişilerde hızlı gelişme gösterdiği ve yapılan egzersizlerde buna uygun antrenmanların eklenmesi gerektiğini göstermektedir. Bu araştırma, 2000’li yıllar ağırlıklı olmak üzere, 1970-2020 yıllarını kapsayan geniş bir zaman dilimini kapsamaktadır. Aynı zamanda günümüze uyarlanmış şekilleriyle, sporcularda core antrenman uygulanmasına yönelik olarak yapılmış olan literatür çalışmalarını kapsamaktadır. Çalışmada, literatür araştırmalarından derlenmiş, bilgilendirme ve sonuçların karşılaştırılarak yorumlanmasını kapsayan mikroanaliz yöntemi kullanılmıştır Literatür taramasında EBSCOhost, PubMed and Google Scholar veri tabanlarından yararlanılmıştır.

Bulgular

Taekwondo branşında temel motorik özelliklerin yanında iyi bir denge, esneklik, patlayıcı bacak gücü ve hızlı toparlanma kabiliyeti gerekmektedir. Core kasları bu branş için gerekli özelliklerin gelişiminde önemli bir katkı sağlamaktadır. Sadece taekwondo branşındaki sporcular için değil, aynı zamanda her seviyeden ve her branştan sporcu için core kaslarının güçlendirilmesi ve stabilite egzersizleri antrenman programlarının vazgeçilmezi olmuştur. Çekirdek kaslar, üst ve alt uzuvlar arasında köprü görevi görmektedir. Güçlü ve istikrarlı core kasları, kinetik olarak gücün üretilmesine ve aktarılmasına yardımcı olmaktadır. Taekwondo, çıplak el ve ayakla yapılan rakibin güçlü darbelerini durdurmak veya rakibi devre dışı bırakmak için yüksek seviyede sinir-kas koordinasyonu gerektirmektedir. Taekwondo sporcuları için core antrenmanlarının performans üzerindeki etkisi, genel atletik performansı artıran temel faktörlerden biridir. Core kasları, vücudun üst ve alt bölümleri arasındaki bağlantıyı sağlayarak hareketlerin daha etkili ve dengeli olmasına yardımcı olur. İşte Taekwondo sporcuları üzerinde core antrenmanının performansına olan etkileri: 1. Güç ve Patlayıcı Kuvvet Artışı Core kasları, tekme ve yumruk gibi patlayıcı hareketlerde güç üretiminin temelini oluşturur. Taekwondodaki yüksek hızda tekmeler ve yumruklar için gerekli olan güç, büyük ölçüde core kaslarının stabilitesi ve kuvvetiyle desteklenir. Güçlü bir core, bu patlayıcı kuvveti artırır, dolayısıyla sporcular daha güçlü tekme ve yumruklar atabilir. Bu sayede daha sert ve hızlı tekmeler, rakibe karşı üstünlük sağlar, bu da başarıyı beraberinde getirir. 2. Denge ve Stabilite Taekwondo sporcuları, tek ayak üzerinde tekme atarken veya saldırılardan kaçınırken dengeyi korumak zorundadır. Core kasları, bu dengenin temelini oluşturur. Güçlü core kasları, sporcuların stabilitesini artırır ve tekmeler sırasında savrulma riskini azaltır. Bu durum, özellikle zor tekniklerde sporcuların vücut kontrolünü geliştirmelerine yardımcı olur. Sonuç olarak daha dengeli hareketler, sporcuların tekme ve dönüşlerini daha kontrollü ve etkili hale getirir. 3. Çeviklik ve Hız Taekwondoda hızlı yön değiştirmeler, sıçramalar ve ani manevralar önemlidir. Core kasları güçlü olan sporcular, yön değiştirme ve hızlanma hareketlerinde daha seri olabilirler. Bu, rakibin saldırılarından kaçma ya da rakibe beklenmedik bir hızla karşılık verme konusunda avantaj sağlar. Çeviklik ve hız artışı, hem saldırı hem de savunma becerilerini geliştirir. 4. Daha İyi Vücut Koordinasyonu Core kasları, vücudun her iki bölümünün birbiriyle koordineli çalışmasını sağlar. Taekwondo gibi teknik gerektiren bir sporda, hareketlerin doğru ve uyumlu bir şekilde yapılabilmesi için vücudun koordinasyonu çok önemlidir. Güçlü core kasları, sporcuların her hareketinde daha fazla kontrol ve doğruluk sağlar. Daha akıcı ve doğru tekniklerle performans kalitesini artırır. 5. Dayanıklılık ve Yorgunluk Yönetimi Core kasları güçlü olan sporcular, uzun süreli antrenmanlar ve müsabakalar sırasında daha az yorulurlar. Core kaslarının güçlenmesi, sporcuların genel dayanıklılığını artırır ve yorgunluk seviyesini geciktirir. Bu durum, müsabaka sırasında enerji yönetimini daha iyi yapmalarına olanak tanır. Müsabakanın ilerleyen dakikalarında bile yüksek performans sergileyebilme yeteneği kazandırır. 6. Yaralanma Riskini Azaltma Core kasları, bel ve kalça gibi bölgeleri stabilize ederek, Taekwondonun yüksek darbe ve ani hareketlerinden kaynaklanabilecek yaralanma riskini azaltır. Güçlü core kasları, özellikle bel ve omurga yaralanmalarını önleyebilir. Ayrıca kas dengesizliklerini de ortadan kaldırarak genel yaralanma riskini azaltır. Daha güvenli antrenmanlar ve müsabakalar,



uzun vadede sporcu sağlığını korur.

Tartışma

Core antrenmanı, performansı, patlayıcı gücü, sürati, denge gibi birçok motorik yetiyi geliştirmek için antrenörler ve spor bilimciler tarafından tercih edilmektedir. Bu yöntemin, sporcu performansına ve kişinin fiziksel gelişimi üzerine olumlu etkileri olduğu ve zamanla kullanımının geliştirilerek arttığı görülmektedir. Yapılan bilimsel araştırmalarda, core antrenmanın genel motorik özellikleri geliştirdiği fakat bazı çalışmalarda performans kriterlerini yeteri kadar geliştirmediğine dikkat çekilmiştir. Performans kriterlerini istenilen düzeyde geliştirebilmek ve bu bağlamda sporcu performansında iyileşme sağlamak için set sayıları, tekrar sayıları, kullanılan yardımcı malzemeler ve hareket çeşitliliğinin örneklem grubuna göre ayarlanması gerektiği düşünülmektedir. Aynı zamanda bu tip çalışmalarda uygulanan egzersiz örneklerinin her bir bireyin yaş grubuna ve fiziksel özelliklerine göre planlanmasının daha doğru olacağı düşünülmektedir (Duygu, 2021).

Sonuç

Taekwondo sporcuları için core antrenmanı, sadece karın kaslarını geliştirmekle kalmaz, aynı zamanda genel performansı da önemli ölçüde artırır. Daha güçlü tekmeler, daha iyi denge, hız, çeviklik, dayanıklılık ve yaralanma riskinin azalması gibi avantajlar sağlar. Bu nedenle, core antrenmanı, Taekwondo antrenmanlarının ayrılmaz bir parçası olmalı ve düzenli olarak uygulanmalıdır.

Anahtar Kelimeler: Taekwondo, Core Antrenman, Antrenman, Kas sistemi



12. ULUSLARARASI BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLİĞİ Kongresi

ÖĞRENEN ÖĞRETMEN



25 - 27 EKİM
2024

YER:
Bursa Uludağ Üniversitesi
Prof. Dr. M.Mete Cengiz
Kültür Merkezi

WWW.ULUDAG.EDU.TR/ULUBESOK

