

 Temel ASLAN¹

 Bade YAMAK²

OKUL ÖNCESİ DÖNEMDEKİ ÇOCUKLARDA HAREKET EĞİTİMİNİN, MOTOR BECERİ GELİŞİMİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ*

Özet

Bu çalışma, okul öncesi dönemdeki 4-6 yaş grubu çocuklarının hareket eğitim programı ile motor becerilerinin geliştirilmesine katkıda bulunmak, okul öncesi eğitimde kullanılan plan ve programlarda uygulanan hareket eğitimi aktivitelerini geliştirmek ve bu alanda yapılabilecek araştırmalara örnek teşkil edebilmek amacıyla yapılmıştır. Araştırmada ön test – son test kontrol gruplu deneysel desen kullanılmıştır. Kontrol grubunda olan çocuklar, normal okul öncesi eğitimine devam ederken, deney grubundaki çocuklara 14 hafta boyunca, haftada 3 gün 1'er saat hareket eğitim programı uygulanmış ve çocukların motor beceri gelişimine etkisi araştırılmıştır. Çalışmamızda, hareket eğitim programı uygulanan çalışma grubu ile uygulanmayan kontrol grubunun motor beceri ölçüm sonuçları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklar saptanmıştır. Ölçümleri yapılan denge, çabukluk, yakalama, durarak uzun atlama, sürat ve tenis topu fırlatma becerilerinin tümünde, gruplar arasındaki farkın hareket eğitim programı uygulanan çalışma grubu lehine olduğu anlaşılmıştır. Bu sonuç hareket eğitim programının 4-6 yaş grubu çocuklarının motor beceri gelişimine olumlu etki ettiğini ortaya koymaktadır.

Anahtar Kelimeler: Hareket eğitimi; Motor beceri; Motor performans; Okul öncesi eğitim.

FOR PRE-SCHOOL CHILDREN ANALYSIS OF THE EFFECT OF MOTION TRAINING ON MOTOR SKILL DEVELOPMENT

Abstract

This study was conducted in order to contribute to the development of motor skills with the movement education program of 4-6 years old preschool children, to improve the movement education activities applied in the plans and programs used in pre-school education and to set an example for the researches that can be done in this field. In the research, experimental design with pretest - posttest control group was used. While the children in the control group continued their normal preschool education, the children in the experimental group were given a movement training program for 1 hour 3 days a week for 14 weeks and their effect on the motor skill development of the children was investigated. In our study, statistically significant differences were found between the motor skill measurement results of the study group in which the movement training program was applied and the control group who did not. It was understood that in all of the measured balance, quickness, catching, standing long jump, speed and throwing a tennis ball skills, the difference between the groups was in favor of the study group on which the movement training program was applied. This result reveals that the movement training program has a positive effect on the motor skill development of 4-6 age group children.

Keywords: Engine performance; Movement training; Motor skill; Pre-school education.

*Bu çalışma, “Okul Öncesi Dönemdeki Çocuklarda Hareket Eğitiminin, Motor Beceri Gelişimine Etkisinin İncelenmesi” isimli yüksek lisans tezinden üretilmiştir.

¹Yüksek Lisans, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor ABD. Samsun

temelasslan@gmail.com

²Dr. Öğr. Üyesi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bil. Fak., Samsun,

badetektas@gmail.com

Makale Geliş Tarihi: 15.12.2020

Makale Kabul Tarihi: 30.12.2020

Makale Türü: Araştırma Makalesi

1. GİRİŞ

İnsan, nitelikli ve sağlıklı bir yaşam sürdürebilmek için harekete ihtiyaç duyar. Doğum öncesinde reflekslerle başlayan basit hareketler zamanla yerini daha karmaşık becerilere bırakır. Bilindiği gibi, büyümenin ve vücuttaki değişimin en hızlı olduğu dönem çocukluk dönemidir. Bu dönem aynı zamanda, vücudun dışsal etkenlerden de en fazla etkilendiği dönemdir. Yetişkinlik çağında yapılacak olan fiziksel aktivitelerin, çocukluk çağında yapılmayan fiziksel aktivitelerin açıklarını kapatmaya ve bireyin sahip olduğu kapasiteyi tam anlamıyla açığa çıkarmaya yetmediği unutulmamalıdır. Bireyin, erken yaşlardan itibaren düzenli olarak yaptığı fiziksel faaliyetler, sağlıklı bir fiziki yapı oluşturmanın yanı sıra bu yapının yaşlılık dönemlerinde bozulmasını da geciktirir (Özbar ve ark., 2004).

“Hareket eğitimi; motor davranışlarda değişiklik meydana getiren, yönlendirme, cesaretlendirme, deneme fırsatı ve çevresel faktörlerin tümüdür” (Gallahue, 1982). Hareket eğitimi; çocuğun vücudunu tanımasını, yapabileceği hareketlerin farkına varıp sınırlarını çizmesini, alan hakimiyeti kazanmasını, kas gerilimini ve gevşeme mekanizmalarını harekete geçirmenin yanı sıra, fiziksel uygunluğunu artırmayı, sinir kas koordinasyonunu geliştirmeyi, sosyal-duygusal ve bilişsel gelişimini desteklemeyi, algısal motor

gelişimini ve öğrenme yeteneğini geliştirmeyi amaç edinir (Mengütay, 1999).

Hareket eğitimi denildiğinde akla sadece hareket becerilerinin öğrenilmesi değil; hareket metodu ile öğrenme de gelmektedir. Piaget, özellikle bebeklik ve erken çocukluk yıllarında bilişsel kazanımların kazanılmasında hareketin çok önemli olduğunu vurgulamıştır. “Çocuklar hareket eder (tutar, uzanır, emekler, nesneyi atar, ağzına götürür, yürür vb..), böylece hem bilişsel becerileri hem de algısal motor becerileri gelişir. Sosyal bir varlık olmanın temelini hareket ile atar, iletişime hareketle geçer” (Gallahue, 1982).

Okul öncesi çağıdaki çocukların en belirgin özelliklerinden biri, hareketli olmalarıdır. Yaşamın ilk yıllarında kazanılan temel hareket becerileri, ileriki yıllarda kazanılacak hareketlerin temelini oluşturmaktadır. Hareket becerilerinin gelişimine tek boyutta bakmamak gerekir. Gelişim bir bütündür; bütün gelişim alanları birbirinden etkilenmektedir. Motor gelişim, biyolojik ve fizyolojik değişimler doğrultusunda hareket becerilerini kapsamının yanı sıra diğer gelişim alanlarıyla da etkileşim içindedir (Haywood & Getchell, 2009). Çocuklar hareket ederek çevresini tanır, dünyayı algılar, iletişim kurar ve uyum sağlar; hareket becerileri geliştikçe çocukların sosyal-duygusal, bilişsel ve motor gelişimleri de ilerleme

gösterir.

Çocukluğun ilk yıllarında kazanılan deneyimlerin, yetişkinlik dönemlerindeki tutum, davranış ve değerlerini etkilediği bilinmektedir (Cole & Cole, 2001). Bu nedenle, okul öncesi programlarında temel eğitim, zihinsel ve duygusal gelişim, sağlıklı beslenme gibi alanlara büyük önem gösterilmektedir. Ancak motor beceri hedeflerine ve hareket deneyimlerine yeterince önem verilmemektedir. Bir bakıma motor gelişimin, çocuğun ve ailenin azmine bırakıldığı söylenebilir. “Motor beceri performansının giderek artmasını sağlayan sinir-kas mekanizmasının olgunlaşma biçimi” şeklinde tanımlanan motor gelişim açısından dönüm noktası 2-7 yaş arası olarak kabul edilmektedir (Gallahue, 2002).

Gallahue'ye göre 2-7 yaş arası temel hareketler dönemidir. Bu dönem temel hareket becerilerinin (atlama, sıçrama, koşma, sekme, topa ayakla vurma, fırlatma, yakalama v.b.) kazanıldığı dönemdir. Motor gelişim evrelerine göre, okul öncesi çağıdaki çocuklar, temel hareketler döneminin ilk (4-5 yaş) ve olgunlaşma (6-7 yaş) aşaması içerisindeyler. (Özer & Özer, 1998).

Erken çocukluk döneminde uygulanacak olan hareket eğitimi programı çocuğun; temel hareketlerinin gelişmesinde, motor gelişiminin desteklenmesinde, düzgün

duruş alışkanlıkları kazanmasında, fiziksel aktivite alışkanlığı edinmesinde, yaratıcılık, problem çözme, dikkat etme, hayal gücünü kullanma ve odaklanma gibi birçok yeteneğini geliştirmede, olumlu benlik gelişiminin desteklenmesinde, hoşgörü ve işbirliği alışkanlığı kazanmasında, başarıyı ve yenilgiyi kabullenmeyi öğrenmede, oyun kurallarına uymayı ve arkadaşlarına saygı göstermeyi öğrenmede, kendi kapasitesinin farkında olmasında, yeteneklerini hissetmesi gibi davranışlar kazanmasında olumlu yönde yardımcı olmaktadır. Bu kazanımlar bir bütün olarak düşünüldüğünde hareket eğitimi çalışmaları, belirli hareketlerin öğretilmesinin yanı sıra sosyal, duygusal ve psikolojik gelişim açısından da oldukça önemlidir (Çolakoglu, 1986; Bilir, 1993; Güven 1994; Can, 2002).

Gelişen teknoloji ile çocukların zaman geçirme ve oyun oynama şekillerinin değiştiği görülmektedir. Gerek güvenlik, gerek oyun alanlarının azlığı gerekçesi ile çocukların, kapalı alanlarda, hareket etmeden, teknolojik materyallerle geçirdikleri süreler her geçen yıl artmaktadır.

Tüm bu faktörler göz önünde bulundurulduğunda, temel hareket becerilerinin kazandırılmasında planlı eğitim programlarının hazırlanmasına ve uygulanmasına ihtiyaç duyulduğu söylenebilir. Bu çalışmada, planlı olarak

uygulanacak olan hareket eğitim programının, motor beceri gelişimine etkisi incelemeye çalışılmıştır.

2. YÖNTEM

2.1. Araştırma Deseni

Araştırmada ön test – son test kontrol gruplu deneysel desen kullanılmıştır. 4-6 yaş grubundaki 56 okul öncesi dönem çocuğu üzerinde yapılan bu çalışmada 28'er kişilik çalışma ve kontrol grupları oluşturulmuştur. Kontrol grubunda olan çocuklar, normal okul öncesi eğitimine devam ederken, çalışma grubundaki çocuklara 14 hafta boyunca, haftada 3 gün 1'er saat hareket eğitim programı uygulanmış ve çocukların motor beceri gelişimine etkisi araştırılmıştır.

Çalışma ve kontrol gruplarındaki öğrencilerin cinsiyet dağılımları 14 kız 14 erkek olacak şekilde eşit atanmıştır. Gruplardaki öğrenci yaşları, ay bazlı hesaplanarak iki grubun yaş ortalaması aynı olacak şekilde heterojen bir dağılım yapılmıştır. Çalışmada beslenmenin etkisini ortadan kaldırmak için Anaokulu Müdürlüğü tarafından hazırlanan beslenme programı çalışma ve kontrol grubuna aynı şekilde uygulanmış ve sabah kahvaltıları kontrol altında tutulmuştur.

4-6 yaş çocukların motor beceri gelişimlerini tespit etmek amacıyla; Morris, Atwater, Williams ve Wilmore (1981)'un geliştirdikleri, Sevimay'ın (1986),

“Okulöncesi Çağı Çocuklarının Motor Performansının İncelenmesi” konusundaki araştırmasında kullandığı test, çalışma ve kontrol grubuna, hareket eğitiminden önce ön test ve hareket eğitiminden sonra son test olarak uygulanmıştır.

2.2. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Araştırmanın evrenini, ülkemizde okul öncesi eğitim alan 4-6 yaş arasındaki çocuklar oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise 2019-2020 eğitim öğretim yılında, Ordu İli Çatalpınar İlçesinde bulunan Çatalpınar Anaokulundaki 56 öğrenci oluşturmaktadır. 4-6 yaş grubundaki bu öğrenciler 28 kişilik çalışma ve kontrol gruplarını oluşturmuşlardır.

2.3. Veri Toplama Araçları

4-6 yaş çocukların motor performanslarını tespit etmek amacıyla; Morris, Atwater, Williams ve Wilmore (1981)'un geliştirdikleri, Sevimay'ın (1986), “Okulöncesi Çağı Çocuklarının Motor Performansının İncelenmesi” konusundaki araştırmasında kullandığı test kullanılmıştır. Çocukların motor performansları puan olarak form üzerinde kaydedilmiştir.

2.4. Hareket Eğitim Programı

Çalışmamızda Özbar'ın (2007) 4-6 yaş grubu 70 çocuk üzerinde yaptığı araştırmada tasarladığı ve uyguladığı

hareket eğitim programının bir kısmı kullanılmıştır. Bu program, çalışma grubundaki 28 çocuğa, 14 hafta boyunca, haftada 3 gün, 1'er saat süreyle uygulanmıştır. Uygulanan programın tamamı ekler bölümünde yer almaktadır.

2.5. Verilerin İstatistiksel Analizi

Elde edilen verilere analize başlamadan normallik varsayımı ve homojenlik testleri uygulanmış, yapılan Shapiro Wilk ve Levene testleri sonucunda verilerin

normal dağılıma sahip olduğu tespit edilmiştir ($p>0,05$). Kontrol ve çalışma grubunun ön test ve son test değerleri karşılaştırılırken paired samples t testi (bağımlı gruplarda t testi) yapılmıştır. Kontrol ve çalışma gruplarının karşılaştırılmasında ise independent samples t test (bağımsız gruplarda t testi) yapılmıştır. Araştırma bulguları n, ortalama, standart sapma ile ifade edilmiş anlamlılık düzeyi 0,05 olarak alınmıştır.

3. BULGULAR

Çalışmada elde edilen sonuçlar tablolar halinde gösterilmiştir.

Tablo 1. Kontrol grubunun ön test ve son test değerlerinin karşılaştırılması

		n	Ort.	S.S.	t	p
Denge	Ön test	28	17,12	10,35	-2,618	0,014
	Son test	28	19,79	12,70		
Çabukluk	Ön test	28	5,51	0,91	-0,554	0,584
	Son test	28	5,57	0,63		
Yakalama	Ön test	28	1,44	0,42	0,561	0,579
	Son test	28	1,41	0,41		
Durarak uzun atlama	Ön test	28	66,09	18,52	-0,719	0,478
	Son test	28	67,48	18,15		
Tenis topu fırlatma	Ön test	28	4,08	0,85	-3,867	0,001
	Son test	28	4,71	0,74		
Sürat	Ön test	28	4,81	0,39	0,995	0,329
	Son test	28	4,75	0,39		

Yapılan bağımlı gruplarda t testi sonucunda kontrol grubunun denge ve tenis topu fırlatma ön test ve son test değerlerinde anlamlı farklılık vardır ($p=0,014$ ve $p=0,001$). Diğer değişkenlerde farklılık yoktur ($p>0,05$).

Tablo 2. Çalışma grubunun ön test ve son test değerlerinin karşılaştırılması

		n	Ort.	S.S.	t	p
Denge	Ön test	28	17,06	11,66	-6,198	<0,001
	Son test	28	27,44	17,73		
Çabukluk	Ön test	28	5,79	1,13	5,487	<0,001
	Son test	28	5,15	0,81		
Yakalama	Ön test	28	1,59	0,61	-6,081	<0,001
	Son test	28	1,92	0,48		
Durarak uzun atlama	Ön test	28	69,63	20,66	-6,006	<0,001
	Son test	28	79,94	21,12		
Tenis topu fırlatma	Ön test	28	4,28	0,87	-11,903	<0,001
	Son test	28	6,60	1,04		
Sürat koşusu	Ön test	28	4,79	0,54	8,409	<0,001
	Son test	28	4,20	0,38		

Çalışma grubunun Denge, Yakalama, Durarak Uzun Atlama, Tenis Topu Fırlatma, değerlerinde son test değerleri anlamlı artış tespit edilirken Çabukluk, Sürat, Koşusu değerlerinde azalma vardır ($p < 0,001$).

Tablo 3. Kontrol ve çalışma grubunun ön test değerlerinin karşılaştırılması

		n	Ort.	S.S.	t	p
Denge	Kontrol	28	17,12	10,35	0,019	0,985
	Çalışma	28	17,06	11,66		
Çabukluk	Kontrol	28	5,51	0,91	-1,041	0,302
	Çalışma	28	5,79	1,13		
Yakalama	Kontrol	28	1,44	0,42	-1,022	0,311
	Çalışma	28	1,59	0,61		
Durarak Uzun Atlama	Kontrol	28	66,09	18,52	-0,675	0,502
	Çalışma	28	69,63	20,66		
Tenis Topu Fırlatma	Kontrol	28	4,08	0,85	-0,843	0,403
	Çalışma	28	4,28	0,87		
Sürat	Kontrol	28	4,81	0,39	0,096	0,924
	Çalışma	28	4,79	0,54		

Kontrol ve çalışma grubunun ön test değerleri karşılaştırıldığında gruplar arasında fark yoktur ($p > 0,05$).

Tablo 4. Kontrol ve çalışma grubunun son test değerlerinin karşılaştırılması

		n	Ort.	S.S.	t	p
Denge	Kontrol	28	19,79	12,70	-1,856	0,069
	Çalışma	28	27,44	17,73		
Çabukluk	Kontrol	28	5,57	0,63	2,167	0,035
	Çalışma	28	5,15	0,81		
Yakalama	Kontrol	28	1,41	0,41	-4,286	<0,001
	Çalışma	28	1,92	0,48		
Durarak Uzun Atlama	Kontrol	28	67,48	18,15	-2,368	0,021
	Çalışma	28	79,94	21,12		
Tenis Topu Fırlatma	Kontrol	28	4,71	0,74	-7,835	<0,001
	Çalışma	28	6,60	1,04		
Sürat	Kontrol	28	4,75	0,39	5,384	<0,001
	Çalışma	28	4,20	0,38		

Kontrol ve çalışma grubunun son test değerleri karşılaştırıldığında çabukluk ve sürat değerlerinde kontrol grubunun değerleri yüksek bulunurken, yakalama, durarak uzun atlama, tenis topu fırlatma değerlerinde çalışma grubunun değerleri yüksek bulunmuştur ($p<0,05$).

4. TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu araştırmada, okul öncesi dönemdeki çocuklarda hareket eğitiminin, motor beceri gelişimine etkisi araştırılmıştır. Yapılan araştırmada elde edilen bulgular bir sıra dahilinde tartışılmıştır.

Okul öncesi dönem 4-6 yaş gurubundaki çocukların motor beceri gelişimlerinin saptanabilmesi için sürat koşusu, durarak uzun atlama, yakalama, tenis topu fırlatma, denge ve çabukluk ölçümleri yapılmıştır. Ölçümler sonucu elde edilen bulgular analiz edilerek denence sırası dahilinde tartışılmıştır.

•Denge ölçümleri sonucu elde edilen bulguların tartışılması:

Çalışma ve kontrol grupları arasındaki, ön test- son test denge ölçüm ortalamalarındaki farkların anlamlı düzeyde olduğu saptanmıştır ($p<0,01$).

Ölçümlere başlanmadan önce hareket eğitim programı uygulanan deney grubu ile uygulanmayan kontrol grubunun son test değerlerinde, denge becerisi ölçümleri arasında anlamlı bir farklılık olması beklenmektedir. Ölçüm sonuçlarında görüldüğü gibi her iki grubun

da ilk test sonuçları tesadüfi olarak birbirine yakındır. Son test sonuçlarına bakıldığında ise her iki grubun değerlerinde de bir artış görülürken, deney grubundaki artış kontrol grubuna göre anlamlı bir farklılık göstermektedir. Bu bağlamda hareket eğitim programının, deney grubundaki çocukların denge becerilerine olumlu yönde etki ettiği söylenebilir. Kontrol grubundaki çocukların denge beceri gelişimindeki artış ise normal eğitimdeki uygulamaların ve zamana bağlı fizyolojik olgunlaşmanın etkisi olarak düşünülmektedir.

Sevimay (1986)'ın 3-6 yaş grubu okul öncesi çağı çocuklarının motor performanslarını incelediği çalışmada, denge becerisindeki gelişimin 5 yaşında en üst düzeyde olduğunu belirtmiştir. 3 yaşındaki çocukların denge becerisi ölçümlerinin ortalamasını 3,14 sn, 5 yaşındaki çocukların 9,63 sn ve 6 yaşındaki çocukların 9,95 sn bulmuştur. Bu değerler yaptığımız çalışmada bulunan değerinin oldukça altındadır. Bu durum; araştırmalara katılan öğrencilerin fiziksel tecrübelerinin, sosyal yaşantılarının ve gördükleri eğitimin farklı olmasından kaynaklanabilir.

Denkla (1974), denge becerisinin yaş ile birlikte arttığını tespit etmiş ve 5 yaşındaki çocukların %85'inin 10 saniye, 6 yaşındaki çocukların %85'inin ise 20 saniye dengede durabildiklerini

saptamıştır.

Müniroğlu (1995), okul öncesi dönemdeki (4-5 yaş) çocukların motor gelişimlerini etkileyen bazı etmenler üzerinde yapmış olduğu araştırmada, statik denge ortalamasını 4 yaşındaki çocuklarda 14,89±0,99 sn, 5 yaşındaki çocuklarda ise 24,40±1,39 sn saptamıştır.

Singer (1980) okul öncesi dönemdeki çocuklarda statik ve dinamik denge üzerine yaptığı araştırmada, bu dönemdeki çocukların dinamik ve statik denge ölçümleri arasında anlamlı bir ilişki bulamamıştır. Denge ölçümlerine göre, fazla kilolu çocukların denge süresi kısa olsa da uzun boylu çocuklara göre daha uzun süreli olduğunu tespit etmiştir.

•Çabukluk ölçümleri sonucu elde edilen bulguların tartışılması:

Kontrol grubu ön test çabukluk ölçümü ortalama değeri 5,51±0,91 sn, son test çabukluk ölçümü ortalama değeri 5,57±0,63 sn olarak saptanmıştır.

Çalışma ve kontrol grupları arasındaki, ön test- son test çabukluk ölçüm ortalamalarındaki farkların anlamlı düzeyde olduğu saptanmıştır (p<0,01).

Ölçüm sonuçlarında görüldüğü gibi her iki grubun da ilk test sonuçları tesadüfi olarak birbirine yakındır. Son test sonuçlarına bakıldığında ise kontrol grubunda ön teste göre belirgin bir farklılık görülmezken,

deney grubunun çabukluk süresinde belirgin bir azalma görülmektedir. Bu bağlamda hareket eğitim programının, deney grubundaki çocukların çabukluk becerilerine olumlu yönde etki ettiği söylenebilir.

Bir hareketin yapılışındaki süratin gelişiminin en hızlı olduğu dönem 6 ile 9 yaşları arasındadır (Muratlı,1997). Koşma süratinde ise en fazla artış erkeklerde 5 ile 17 yaşlarında görülürken, kızlarda 5 ile 14 yaşlarında görülmektedir. (Branta ve ark, 1984; Chatterjee ve ark., 1993).

Sevimay (1986)'ın 3-6 yaş grubu okul öncesi çağı çocuklarının motor performanslarını incelediği çalışmada, 3 yaşındaki çocukların çabukluk becerilerini ortalama 6,49 sn, 4 yaşındaki çocuklarda 5,87 sn, 5 yaşındaki çocuklarda 5,14 sn ve 6 yaşındaki çocuklarda ortalama 4,73 sn olarak saptamıştır. 3-6 yaş arasındaki çocuklar üzerinde yaptığımız çalışmadaki ortalama değerlere baktığımızda Sevimay (1986)'nın bulduğu sonuçlarla benzerlik gösterdiği görülmektedir.

Morris ve ark. (1982) ise yaptıkları çalışmada 6 yaş grubu çocukların çabukluk performanslarının ortalamasını 4.00 sn olarak saptamışlardır. Bu değer Sevimay (1986)'ın ve bizim çalışmamızdan farklı olmasının nedeni çalışmanın yapıldığı ülkedeki çevre koşulları ve uygulanan eğitim olabilir.

Bu bağlamda Sallis (1993), toplumsal etkenlerin ve çevresel faktörlerin çocukların fiziksel faaliyetlerine etki ettiğini belirtmiştir.

Morris ve ark. (1982), Sevimay (1982), Smith ve ark. (1969) yaptıkları çalışmalarda birbirlerini destekler nitelikte, çabukluk becerisi performanslarında cinsiyet faktörünün bir etkisi olmadığını, sonuçların birbirine çok yakın olmakla birlikte erkeklerin daha iyi olduğunu saptamışlardır.

•Yakalama ölçümleri sonucu elde edilen bulguların tartışılması:

Kontrol grubu ön test yakalama ölçümü ortalama değeri 1,44±0,42 puan, son test yakalama ölçümü ortalama değeri 1,41±0,41 puan olarak saptanmıştır.

Çalışma ve kontrol grupları arasındaki, ön test- son test yakalama ölçüm ortalamalarındaki farkların anlamlı düzeyde olduğu saptanmıştır (p<0,01).

Ölçüm sonuçlarında görüldüğü gibi her iki grubun da ilk test sonuçları tesadüfi olarak birbirine yakındır. Son test sonuçlarına bakıldığında ise kontrol grubundaki değerler çok değişmemekle birlikte azalma gösterirken, deney grubundaki değerlerde anlamlı bir artış görülmektedir. Bu bağlamda hareket eğitim programının, deney grubundaki çocukların yakalama becerilerine olumlu yönde etki ettiği söylenebilir.

Yakalama testlerindeki değişkenlerin çok fazla olması nedeniyle bu beceriyi ölçmek ve karşılaştırmak oldukça zordur. Topun dokusu ve ebatları, atılma şekli, hızı ve mesafesi gibi değişkenleri standart bir hale getirmek için son zamanlarda fırlatma makineleri ve çemberlerin kullanımı artmıştır (Lee ve ark., 1978).

Cratty (1973), 2-6 yaş arasındaki çocukların top yakalama becerileri esnasındaki yüz mimik ve ifadelerini incelemiş, başarısız yakalama eylemlerinin korku ifadesine neden olduğunu saptamıştır.

•Durarak uzun atlama ölçümleri sonucu elde edilen bulguların tartışılması:

Kontrol grubu ön test durarak uzun atlama ölçümü ortalama değeri $66,09 \pm 18,52$ cm, son test durarak uzun atlama ölçümü ortalama değeri $67,48 \pm 18,15$ cm olarak saptanmıştır.

Çalışma ve kontrol grupları arasındaki, ön test - son test durarak uzun atlama ölçüm ortalamalarındaki farkların anlamlı düzeyde olduğu saptanmıştır ($p < 0,01$).

Ölçüm sonuçlarına bakıldığında hareket eğitim programının, deney grubundaki çocukların durarak becerilerine olumlu yönde etki ettiği söylenebilir. Kontrol grubundaki çocukların durarak uzun atlama beceri gelişimindeki artış ise normal eğitimdeki uygulamaların ve zamana bağlı fizyolojik olgunlaşmanın

etkisi olarak düşünülmektedir.

Müniroğlu (1995), okul öncesi dönem çocukları ile yaptığı çalışmada uzun atlama ölçümleri ortalamasını 4 yaşındaki çocuklarda $66,42 \pm 1,39$ cm, 5 yaşındaki çocuklarda ise $81,67 \pm 1,23$ cm olarak saptamıştır.

Haslofça ve arkadaşları (2006), 7-8 yaş grubundaki kız çocuklarının durarak uzun atlama ölçümleri ortalamasını $100,36$ cm olarak saptamışlardır.

Kalkavan (2008), 4-20 yaş arasındaki çocuklarda ve gençlerde yaptıkları çalışmada, uzun atlama ölçüm değerlerini 4 yaşındaki kız çocuklarda 58 cm, 5 yaşındaki kız çocuklarda 73 cm, 6 yaşındaki kız çocuklarda 79 cm, erkeklerde ise 4 yaşında $77,5$ cm, 5 yaşında $85,5$ cm, 6 yaşında 99 cm olarak saptamışlardır.

•Tenis topu fırlatma ölçümleri sonucu elde edilen bulguların tartışılması:

Kontrol grubu ön test tenis topu fırlatma ölçümü ortalama değeri $4,08 \pm 0,85$ cm, son test tenis topu fırlatma ölçümü ortalama değeri $4,71 \pm 0,74$ cm olarak saptanmıştır.

Çalışma ve kontrol grupları arasındaki, ön test- son test tenis topu fırlatma ölçüm ortalamalarındaki farkların anlamlı düzeyde olduğu saptanmıştır ($p < 0,01$).

Ölçüm sonuçlarında görüldüğü gibi her iki

grubun da ilk test sonuçları tesadüfi olarak birbirine yakındır. Son test sonuçlarına bakıldığında ise her iki grubun değerlerinde de bir artış görülürken, deney grubundaki artış kontrol grubuna göre anlamlı bir farklılık göstermektedir. Bu bağlamda hareket eğitim programının, deney grubundaki çocukların tenis topu fırlatma becerilerine olumlu yönde etki ettiği söylenebilir. Kontrol grubundaki çocukların tenis topu fırlatma beceri gelişimindeki artış ise normal eğitimdeki uygulamaların ve zamana bağlı fizyolojik olgunlaşmanın etkisi olarak düşünülmektedir.

Yapılan araştırmalara bakıldığında fırlatma becerisinin bir öğrenme ürünü olduğu ortaya çıkmaktadır. Farklı kültür, coğrafya, cinsiyet ve yaş gruplarında farklı fırlatma becerileri tespit edilmiştir. Deneyim ve fırsat verildiğinde yetersiz olan çocukların da yaşlarına uygun beceri düzeyine ulaştığı görülmüştür (Cratty, 1973).

Fırlatma becerisi genel olarak topun atıldığı nokta ile fırlatıcı arasındaki mesafenin belirlenmesi ile ölçülse de bazı araştırmalarda topun hızı da ölçülmüştür. (Lee ve ark., 1978).

Guttridge, çalışmasında 4 yaşın altındaki çocukların yeterli fırlatma becerisine sahip olmadığını, bu becerinin ancak 4 yaşından itibaren hızla gelişme

gösterdiğini saptamıştır. 5-6 yaşlarındaki çocukların yeterli fırlatma becerisine sahip olduklarını söylemekle birlikte çocuklar arasında farklılıklar olabileceğini de vurgulamıştır.

•Sürat koşusu ölçümleri sonucu elde edilen bulguların tartışılması:

Kontrol grubu ön test sürat koşusu ölçümü ortalama değeri $4,81 \pm 0,39$ sn, son test sürat koşusu ölçümü ortalama değeri $4,75 \pm 0,39$ sn olarak saptanmıştır.

Çalışma ve kontrol grupları arasındaki, ön test- son test sürat koşusu ölçüm ortalamalarındaki farkların anlamlı düzeyde olduğu saptanmıştır ($p < 0,01$).

Ölçüm sonuçlarına bakıldığında hareket eğitim programının, deney grubundaki çocukların sürat koşusu becerilerine olumlu yönde etki ettiği söylenebilir. Kontrol grubundaki çocukların sürat koşusu beceri gelişimindeki artış ise normal eğitimdeki uygulamaların ve zamana bağlı fizyolojik olgunlaşmanın etkisi olarak düşünülmektedir.

Turgut ve ark. (2006), 6-11 yaşındaki kız çocukları ile yaptığı çalışmada 6 yaşındaki kızların 20m sürat ölçümlerinin ortalamasını $5,28 \pm 0,54$ sn, 7 yaşındakilerde ise $4,94 \pm 0,47$ sn olarak bulmuşlardır.

Okul öncesi dönemdeki 4-6 yaş grubu çocuklarının hareket eğitim programı ile

motor becerilerinin geliştirilmesine katkıda bulunmak, okul öncesi eğitimde kullanılan plan ve programlarda uygulanan hareket eğitimi aktivitelerinin geliştirilmesine katkıda bulunmak ve bu alanda yapılabilecek araştırmalara örnek teşkil edebilmek amacıyla yapılan çalışmada aşağıdaki sonuçlara ulaşılmış ve bu doğrultuda bazı önerilerde bulunulmuştur.

Çalışmaya katılan çocukların gelişim hızlarında bireysel farklılıklar tespit edilmekle beraber, her çocuğun eğitim programı dahilinde bir gelişim gösterdiği belirgin bir şekilde görülmüştür.

Çalışmamızda, hareket eğitim programı uygulanan çalışma grubu ile uygulanmayan kontrol grubunun motor beceri ölçüm sonuçları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklar saptanmıştır. Ölçümleri yapılan denge, çabukluk, yakalama, durarak uzun atlama, sürat ve tenis topu fırlatma becerilerinin tümünde, gruplar arasındaki farkın hareket eğitim programı uygulanan çalışma grubu lehine olduğu anlaşılmıştır. Bu sonuç hareket eğitim programının 4-6 yaş grubu çocuklarının motor beceri gelişimine olumlu etki ettiğini ortaya koymaktadır.

Her bireyin gelişim hızı ve öğrenme şekli birbirinden farklıdır. Hareket eğitim programları uygulanırken bireysel farklılıklar unutulmamalı ve her çocuğa

yeterli zaman ve fırsat verilmelidir.

Programda yer verilen hareketlerin, çocuğun olgunluk ve gelişim düzeyine uygunluğundan emin olunmalıdır.

Yaşam boyu spor yapma bilinci çocuğa aşılanmalı ve bu dönemde bunun ilk alışkanlıklarının kazanılmasına yardımcı olunmalıdır.

Belirlenen hareket eğitim programlarını uygulayacak kişinin bu alanda yetkin ve deneyimli olması gerekmektedir. Bu bağlamda okul öncesi öğretmenlerine Millî Eğitim Bakanlığı tarafından hizmet içi eğitimler verilmeli ve öğretmenlerin bu konudaki yeterlilikleri artırılmalıdır.

Bu eğitimlerin verildiği fiziksel ortamların güvenliği sağlanmalı, gerekirse çocuklar koruyucu materyallerle donatılmalı, kaza ve yaralanma riskleri en aza indirilmelidir. Milli eğitim bakanlığına bağlı kurumlardaki anasınıflarının birçoğu küçük ve hareket eğitimi için yeterli değildir. Bu alanların genişletilmesi yönünde okul, aile ve bakanlık tarafından çalışmalar yapılmalıdır.

Okul öncesi eğitim programlarında sadece motor gelişim alanında değil, bilişsel ve duyuşsal alandaki kazanımların verilmesinde de hareket eğitiminden faydalanılmalı ve programların bu yönde geliştirilmesi sağlanmalıdır.

Çocukların yanı sıra ailelerin de, spor alışkanlığını çocuklarına kazandırmaları

için bilgilendirme toplantıları ve etkinlikleri yapılmalıdır.

Bu alanda yapılacak diğer çalışmalarda bu çalışmadan farklı olarak, aile görüşlerine yer verilebilir, her yaş grubunun (4,5 ve 6) ayrı ayrı ölçümleri

KAYNAKÇA

Cratty, J. B. (1973). *Movement Behaviour and Motor Learning*. Philadelphia: Lea. Febiger.

Çolakoğlu, H. (1986). *Çocuk Ve Spor*. Ankara: M.E. Basımevi.

Denkla, B. (1974). *Development of Motor Coordination in Normal Childeren*. *Development Medicine Child Neutology*.

Gallahue, D. (1982). *Understanding Motor Development in Children*. Canada: Jhon, W. Sons Inc.

Haslofça, E., F. Haslofça & E. Kutlay (2006, Kasım). "7-8 Yaş Kız Çocuklarında Fiziksel Uygunluk Parametreleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi". 9. *Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi*.

Haywood, K. M. & N. Getchell. (2009) *Lifespan Motor Development*. USA: Human Kinetics.

Kalkavan, A. (2008). *Sporla Beceri Öğrenimi*. Kütahya: Yayınlanmamış Ders Notları.

Lee, A. F. ve ark. (1978). *Field Independence and Performance on Ball Handling Tasks, Perceptual and Motor Skills*.

Mengütay, S. (1999). *Okul Öncesi ve İlkokullarda Hareket Gelişimi ve Spor*. Ankara: Tutubay Yayınları.

Morris, M. A. ve ark. (1980). *Motor Performance and Antropometric Screening Measurements for Preschool Age Children*. A.M. Morris (ed.) *Motor Development: Theory into Practice*, Managropf 3 Motor Skills.

Morris, M. ve ark. (1982). *Age and sex differences in motor performance of 3*

yapılarak kendi içerisinde değerlendirilmeler yapılabilir. Cinsiyetler arasındaki farklar istatistiksel olarak değerlendirilebilir ve eğitim süresi artırılarak sonuçları gözlemlenebilir.

through 6 year old childeren. *Research Quarterly For Exercise and Sport*.

Muratlı, S. (1997). *Antrenman Bilimi Işığında Çocuk ve Spor*. Ankara: Kültür Matbaası, Bağırhan Yayinevi.

Müniroğlu, S. (1995). *Anaokullarına Devam Eden 4-5 Yaş Grubu Çocukların Motor Gelişim Düzeylerine etki Eden Bazı Faktörler Üzerine Bir Araştırma*. Doktora Tezi. Ankara Üniversitesi Fen Bilimleri Fakültesi Ev Ekonomisi Ana Bilim Dalı Çocuk Gelişimi Bölümü, Ankara.

Özbar, N., Kayapınar, F. Ç., Pınar, S. & Karakaş, Ş. (2004). "The Characteristics of Physical and Antropometric Development of Kindergarden Children A Year Pilot Study". *The 10th ICHPER-SD Europe Congress and The TSSA 8th International Sports Science Congress*.

Özer D. S. & K. Özer. (1998). *Çocuklarda Motor Gelişim*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

Sallis, J. F. (1993). *Epidemiology of Physical Activity and Fitness in Children and Adolescents*. *Critical Reviews in Food Science and Nutrition*.

Sevimay, D. (1986). *Okul öncesi çağı çocuklarının motor performanslarının incelenmesi*. Basılmamış Bilim Uzmanlığı Tezi. Hacettepe Üniversitesi, Ankara.

Singer R. N. (1980). *Motor Learning and Human Performans*. Florida State University.

Turgut, A. & V. Çetinkaya (Kasım, 2006). "6-11 Yaş Grubu Kız Çocuklarda Bazı Motor Özelliklerin Belirlenmesi". 9. *Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi*.