

**ULUSLARARASI MULTİDİSİPLİNER
AKADEMİK ARAŞTIRMALAR DERGİSİ**

**OCAK-ŞUBAT-MART-NİSAN
CİLT: 2 SAYI:1**

ISSN: 2149-2166

**JOURNAL OF INTERNATIONAL
MULTIDISCIPLINARY ACADEMIC
RESEARCHES**

**JANUARY-FEBRUARY-MARCH-APRIL
VOLUME: 2 ISSUE: 1**



www.joimar.com

2015

Değerli bilim insanları ve okuyucular,

Uluslararası Multidisipliner Akademik Araştırmalar Dergisi olarak bu sayımızda toplam 5 makaleye yer vermiş bulunmaktayız. Öncelikli olarak dergimize akademik çalışmalarını gönderen bilim insanlarına ve akademik çalışmaların değerlendirme süreçlerinde bizlere zaman ayıran kıymetli hakem arkadaşlarımıza teşekkür ederiz. Dergimiz Aralık 2014 tarihinde çıkarmış olduğu ilk sayıdan itibaren bazı uluslararası indekslerde taranmaya başlamış olup, bazı indekslere yaptığımız başvurular da değerlendirme sürecindedir. Ayrıca uluslararası dergi indekslerine ek olarak, dergimizde yayınlanan makalelerin bazı sosyal ağlar, veri tabanları ve akademik sayfalara yüklenmesi için de gerekli özen gösterilmektedir. Bunların yanında dergimiz önümüzdeki aylar içerisinde DOI uluslararası numaralandırma sistemine dâhil olmak için gerekli girişimlerde bulunacaktır. Dergimizin bir sonraki sayısında görüşmek üzere tüm bilim insanlarına ve değerli okuyuculara iyi çalışmalar dileriz.

Mesut HEKİM

Sorumlu Yazı İşleri Müdürü

Hakan HEKİM

Baş Editör

DERGİMİZİN TARANDIĞI İNDEKSLER



DERGİMİZDEKİ MAKALELERİN YAYINLANDIĞI AKADEMİK SOSYAL AĞLAR



İÇİNDEKİLER

	Sayfalar
Üniversite Erkek Futbol Takımı Oyuncularında Bazı Motorik ve Koordinatif Özelliklerin Futbol Teknik Becerisi Üzerine Etkilerinin İncelenmesi Yazarlar: Mehmet TOKGÖZ, Oğuzhan DALKIRAN	1-20
W.A.Mozart, Klarnet Konçertosu, Stadler ve Basset-Horn Yazar: Halil Emrah ÖZTÜRK	21-25
İlköğretim Birinci Devre Çocuklarının Temel Hareket Becerilerinin Geliştirilmesinde Ritim ve Müzik Eğitiminin İlişkisi Yazar: Zeynel TURAN, Fisun KÖSE, Hatice ÇAMLIYER	26-35
Kanser Hastası Çocuklarda Tedavi ve Rehabilitasyon Sürecinde Sporun Yararları Yazar: Mesut HEKİM	36-47
Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin Benlik Saygılarının Yaş, Cinsiyet ve Spor Yapma Durumlarına Göre İncelenmesi Yazarlar: Meriç ERASLAN, Gökhan ÇALIŞKAN, Mustafa BAŞ	48-54

TABLE OF CONTENTS

	Pages
Examination of The Effect Some Motoric And Coordinative Aspects On Football Technical Skill in University Male Football Team Players Authors: Mehmet TOKGOZ, Oguzhan DALKIRAN	1-20
W.A. Mozart, Clarinet Concert, Stadler And Basset-Horn Author: Halil Emrah OZTURK	21-25
The Relation Between Rhythm And Music Education in The Improvement of Basic Movement Skills Of Primary School Students of 1-4 th Grades Authors: Zeynel TURAN, Fisun KOSE, Hatice CAMLIYER	26-35
The Benefits of Sports To Treatment And Rehabilitation Process in Cancer Patient Children Author: Mesut HEKIM	36-47
Investigation of Self-Esteem of Physical Education And Sport High School Students in Terms of Age, Gender And Doing Sport Situation Authors: Meric ERASLAN, Gokhan CALISKAN, Mustafa BAS	48-54

ÜNİVERSİTE ERKEK FUTBOL TAKIMI OYUNCULARINDA BAZI MOTORİK VE KOORDİNATİF ÖZELLİKLERİN FUTBOL TEKNİK BECERİSİ ÜZERİNE ETKİLERİNİN İNCELENMESİ¹

EXAMINATION OF THE EFFECT SOME MOTORIC AND COORDINATIVE ASPECTS ON FOOTBALL TECHNICAL SKILL IN UNIVERSITY MALE FOOTBALL TAM PLAYERS

¹Mehmet TOKGÖZ* ¹Oğuzhan DALKIRAN

¹Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Antrenörlük Bölümü, Burdur

*e-mail: mtokgoz@mehmetakif.edu.tr

ÖZET

Bu araştırmanın amacı futbol oyuncularında bazı motorik özelliklerin şut atma, pas verme ve dripling performansı üzerine etkilerini incelemektir. Araştırmaya Burdur il merkezindeki farklı amatör futbol kulüplerinde oynayan ve yaş ortalamaları $19,65 \pm 3,452$ yıl olan 26 erkek futbolcu katılmıştır. araştırmada futbolcuların sahip oldukları bazı motorik özelliklerin ölçülmesinde 30 m sprint, anaerobik güç, bacak kuvveti, esneklik, denge ve koordinasyon testleri uygulanmıştır. Araştırmada elde edilen verilerin istatistiksel analizlerinde SPSS 22.0 for Windows programında pearson korelasyon, tanımlayıcı istatistiklerden (ortalama ve standart sapma), basit çoklu regresyon analizi, basit regresyon analizi analizleri kullanılmıştır. Araştırmanın sonunda, birbirinden bağımsız olarak ele alındığı zaman sadece anaerobik güç, bacak kuvveti, denge, sürat ve esneklik performanslarının pas verme, şut çekme ve dripling performansı ile anlamlı bir ilişkisinin bulunmadığı tespit edilmiştir ($p > 0.05$). Koordinasyon düzeyi ile pas verme ve şut çekme performansları arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığı ($p > 0.05$), buna karşılık koordinasyon düzeyi ile top sürme performansı arasında anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir ($p < 0.05$). Futbolcuların sahip oldukları motorik özelliklerin pas verme, şut çekme ve dripling performansı üzerine etkileri değerlendirildiği zaman, anaerobik güç, esneklik, denge ve sürat performanslarının pas verme, şut çekme ve dripling performanslarını anlamlı düzeyde etkilemediği belirlenmiştir ($p > 0.05$). Benzer şekilde hem bacak kuvveti hem de koordinasyon düzeyinin pas verme ve şut çekme performanslarını anlamlı düzeyde etkilemediği tespit edilmiştir ($p > 0.05$). Buna karşılık bacak kuvveti ve koordinasyon düzeyinin dripling performansını anlamlı düzeyde etkileyen bir unsur olduğu belirlenmiştir ($p < 0.05$). Araştırma kapsamında motorik özelliklerin bir bütün olarak ele alındığında pas verme, şut çekme ve dripling performansı üzerindeki etkileri de incelenmiştir. Elde edilen bulgulara göre bir bütün olarak sürat, bacak kuvveti, denge, anaerobik güç ve koordinasyon düzeyinin dripling performansını istatistiksel olarak anlamlı düzeyde etkilediği tespit edilmiştir ($p < 0.05$). Buna karşılık bir bütün olarak sürat, bacak kuvveti, denge, anaerobik güç ve koordinasyon düzeyinin pas verme ve şut çekme performanslarını anlamlı düzeyde etkilemediği tespit edilmiştir ($p > 0.05$). Sonuç olarak motorik özelliklerin birbirinden bağımsız olarak ele alınmasının futbolda teknik beceriyi anlamlı düzeyde etkilemediği söylenebilir. Bu nedenle futbolcularda teknik beceriler değerlendirilirken mutlaka motorik özelliklerin bir bütün olarak ele alınması gerektiği, futbolcularda teknik becerilerin geliştirilmesi için de birden fazla motorik özelliğin belirli düzeylerde ve eş zamanlı geliştirilmesi gerektiği söylenebilir.

Anahtar kelimeler: Futbol, motorik özellikler, teknik beceri

ABSTRACT

The purpose of this study is to examine the affect of some motoric aspects on shot, pass the ball and dribbling performances at football players. 26 male football players playing different amateur football clubs in Burdur City center and having $19,65 \pm 3,452$ mean age participated to study. 30m sprint, anaerobic power, log strength, flexibility, balance and coordination tests were used in measurement of some motoric aspects that football players had. Pearson Correlation, descriptive statistics (mean and standard deviation), Simple Multiple Regression, Simple Regression analyses in SPSS 22.0 for Windows package program were used in analysis of data obtained. In the end of research, it was established that there were significant relationship among only anaerobic power, leg strength, balance, speed and flexibility performances with shot, pass the ball and dribbling performances when they were handled independently each other ($p < 0,05$). It was established that there was no significant relationship among shot and pass the ball with coordination level ($p > 0,05$), on the other hand, there was significant relationship between coordination level and dribbling performance ($p < 0,05$).

¹Bu araştırma Mehmet TOKGÖZ tarafından 2014 yılında Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı programında hazırlanan yüksek lisans tezinden türetilmiş olup, 0225YL14 proje numarası ile BAP projesi olarak desteklenmiştir.

When the affects of motoric aspects, that football players had, on pass the ball, shot, and dribbling performances were evaluated, it was established that anaerobic power, flexibility, balance and speed performances did not affect pass the ball, shot and dribbling performances at significant level ($p>0,05$). Similarly, it was established that both leg strength and coordination level did not affect pass the ball and shot performances at significant level ($p>0,05$). Notwithstanding, it was identified that leg strength and coordination level were factors affecting dribbling performance ($p<0,05$). When motoric aspects were handled completely in research content, their affects on pass the ball, shot and dribbling performances were examined. As obtained results, it was established that speed, leg strength, balance, anaerobic power and coordination level as a whole affected dribbling level significantly ($p<0,05$). Notwithstanding, it was established that speed, leg strength, balance, anaerobic power and coordination level as a whole did not affect pass the ball and shot performances significantly ($p>0,05$). As a result, it may be said that handling motoric aspects independently each other did not affect technical skill in football. So, it may be said that handling motoric aspects as a whole is required while technical skills are evaluated in football players, more then one motoric aspects should be developed at certain levels to enhance technical skills in football players.

Keywords: Football, motoric aspects, technical skill

JEL CODE: L83

GİRİŞ

Futbol, insanların hayatında önemli bir yere sahip olan spor dallarının başında gelmekle beraber (Erdoğan, 2008), son yıllarda hem seyirci hem de medya üstünlüğü ile bir endüstri kolu haline gelmiştir. Günümüzde dünyanın her yerinden insanlar futbolu zevk ve heyecan ile izlemektedir. Futbolun bu kadar popüler hale gelmesi vücut normlarında fazla ölçü ayrıntısı aranmaması sayesinde gerçekleşmiştir (Kanat, 2007). Diğer spor dallarından farklı olarak futbol insanlar için bir oyun olmanın ötesinde eğlence, iktidar, güç, üzüntü, sevinç, ulusal onur ve hepsinden de öte kendi kimliklerini, kendilerini bulabildikleri bir dünyanın anahtarını sunmaktadır. Futbol insanlarda bir kimlik oluşturmasının yanında, farklı sosyal kimliklerin karşılaşmasına ve birbirlerinden etkilenmesine de katkı sağlamaktadır. Tüm bu özelliklerinden dolayı futbolda farklı ülkelerin yapmış oldukları milli maçlar ve diğer kulüp takımlarının kupa mücadeleleri evrensel bir dünya kültürünün yaratılmasına ve yaşatılmasına da destek olmaktadır (Talimciler, 2008).

Sportif açıdan ele alındığı zaman futbol gibi performans sporlarının uluslararası alanda önemli bir sektör haline gelmesi, sporcunun, kulüplerin ve ülkelerin başarısının önemini daha fazla artırmıştır. Böyle bir yapı içerisinde sporcunun başarısının temelinde sporu en sağlıklı ve en yüksek performansta yapması yatmaktadır. Tüm bu unsurlar sporculara performansını geliştirmeye yönelik araştırmaların artmasına neden olmuştur (Bayraktar & Kurtoğlu, 2009).

Futbolda da sportif performans oldukça önemli bir yere sahip olmasının yanında, geçmiş yıllarla kıyaslandığı zaman günümüzde futbolun çok daha hızlı, daha çok taktiksel, güce dayalı ve her geçen gün daha da gelişen, bilimsel gelişmelerin daha fazla olduğu bir oyun haline geldiği belirtilmektedir. Futbolda meydana gelen bu hızlı değişimlere ayak uydurabilmek için çok daha hızlı düşünmek, süratli olmak ve daha çabuk hareket etmek gerekmektedir (Nas, 2010). Bunun yanında spor dallarında istenilen sportif performansın ulaşılabilmesi için sporcuların performanslarını düzeylerini etkileyen veya belirleyen parametlerin iyi araştırılması gerekir (Bayraktar & Kurtoğlu, 2009). Buna karşılık yapılan literatür taraması sonucunda futbolda motorik özelliklerin teknik performans üzerine etkilerini inceleyen araştırma bulgularının sınırlı olduğu görülmüştür. Genellikle futbolcularda motorik özellikleri ele alan çalışmalarda genel olarak motorik özellikleri birbiri ile olan ilişkilerine değinildiği görülmüştür (Şahbaz, Güler & Öztürk 2003; Kamar ve ark., 2003). Ancak futbolcularda teknik performansın değerlendirilmesinde de motorik özelliklerin dikkate alınması gerektiği görülmektedir. Bu kapsamda yapılan bu araştırmada erkek futbol

oyuncularında bazı motorik ve koordinatif özelliklerin futbol teknik performans üzerine etkilerinin incelenmesi amaçlanmıştır.

MATERYAL ve METOT

Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Araştırmanın evrenini Burdur il merkezindeki farklı amatör futbol kulüplerinde lisanslı olarak futbol oynayan erkek futbolcular oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklem grubunu evren içerisinde tesadüfî yöntem ile seçilmiş olan ve Burdur il merkezindeki farklı amatör futbol kulüplerinde oynayan 26 erkek futbolcu oluşturmuştur.

Verin Toplanması

Araştırmanın veri toplama aşamasında literatürde geçerlilik ve güvenilirliği daha önceki çalışmalarda test edilmiş olan saha ve laboratuvar ölçüm yöntemleri kullanılmıştır. Araştırma kapsamında kullanılan ölçüm yöntemleri ve uygulanma biçimlerine ilişkin bilgiler aşağıda sunulmuştur.

Bacak Kuvvetinin Ölçülmesi: Araştırmanın örneklem grubunu oluşturan futbolcuların bacak kuvveti performanslarının ölçülmesinde Takkei marka sırt ve bacak (Back and Lift) dinamometresi kullanılmıştır. Araştırmaya katılan futbolcular beş dakikalık temel ısınma evresinin ardından, dizleri bükük durumda dinamometre sehpasının üzerine ayaklarını yerleştirdikten sonra, kollar gergin, sırt düz ve gövde hafifçe öne eğikken, elleri ile kavradığı dinamometre barını dikey olarak maksimum oranda bacaklarını kullanarak yukarı çekmişlerdir. Futbolcular test protokolüne uygun olarak 3 deneme hakkı verilmiştir. Çekiş üç kez tekrar edildikten sonra sporcunun yapmış olduğu en iyi test derecesi kg cinsinden kaydedilmiştir (Saygın, Polat & Karacabey, 2005).

Sürat Performansının Ölçülmesi: Araştırmaya katılan futbolcuların sürat performansları düz zeminde ve rüzgarsız hava şartlarında 0–30 m arasına kurulan fotoselli kronometre ile ölçülmüştür. Futbolculara 30 m sürat koşusu testinde toplam üç deneme hakkı verilmiştir. Üç deneme sonunda futbolcuların elde ettikleri en iyi test skoru değerlendirmeye alınmıştır. Elde edilen test değerleri saniye cinsinden kaydedilerek analize dâhil edilmiştir (Hekim & Albayrak, 2013).

Esneklik Performansının Ölçümü: futbolcuların esneklik performanslarının tespit edilmesinde otur-eriş testi kullanılmıştır. Otur-eriş testi için de 32 cm yüksekliğinde ve 35 cm uzunluğunda ve üzerinde cetvel bulunan bir sehpa kullanılmıştır. Test protokolüne göre futbolcular bacaklarını uzatarak ayakkabısız olarak ayak tabanlarını sehpa üzerine dayamışlardır. Testin devamında futbolcular gövdelerinden (bel ve kalça), dizlerini bükmeden, sehpanın üzerinde ileriye doğru, mümkün olduğunca uzanmışlardır. Futbolcuların sehpa üzerinde parmaklarının uzandığı en uç nokta test skoru olarak cm cinsinden ölçülmüştür. Otur-eriş testinde futbolculara 3'er deneme hakkı verilmiş ve elde ettikleri en iyi derce test skoru olarak kaydedilmiştir (Hazar & Taşmektepligil, 2008).

Koordinasyon Becerisinin Ölçülmesi: Futbolcuların koordinasyon becerilerinin tespit edilmesinde literatürde sıklıkla kullanılan altıgen koordinasyon testi kullanılmıştır. Altıgen koordinasyon testinde kenar uzunlukları 1 metre olan altıgen içerisine 1'den 6'ya kadar sayılar yazılmaktadır. Futbolcular altıgenin merkezine bakacak şekilde ve ayakları omuz genişliğinde açık pozisyonda beklerler. Başla komutu verildikten sonra sporcu 1 numaralı kutuya çift ayak bastıktan sonra çift ayak kutunun dışına çıkar. Sporcu bu hareketi diğer

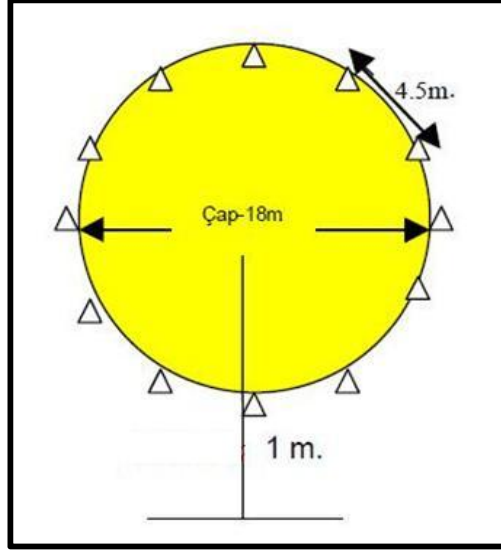
kutuları da tamamladığı zaman sporcunun elde ettiği süre kaydedilir (Ateş, Demir & Ateşoğlu, 2007).

Anaerobik Güç Ölçümü: Futbolcuların anaerobik güç düzeylerinin tespit edilmesinde 30 saniye Wingate Anaerobik Güç Testi kullanılmıştır. Wingate testi sabit bir yüke karşı 30 saniye boyunca maksimal hızda pedal çevirmeye dayalı bir anaerobik güç testi olup,. Uygulanan testte iş yükü elektronik olarak ayarlanabilen Monark bisiklet ergonometrisi kullanılmıştır. Anaerobik güç testinde futbolcuların vücut ağırlığının % ,5 kg belirlenerek kefeye takılarak ağırlığa karşı maksimal hızda pedal çevirmesi istenmiştir. Anaerobik güç testinde futbolcuların otuz saniye boyunca uygulayabildiği gücün ortalaması, ortalama güç; 30 saniye içinde ulaştığı en yüksek güç ise zirve güç olarak kaydedilmiştir (Özkan, Köklü & Ersöz, 2010; Türkmen ve ark., 2010; Tamer, 2000).

Denge Becerisinin Ölçülmesi: Futbolcuların denge becerilerinin tespit edilmesinde Flamingo Denge Testi kullanılmıştır. Flamingo denge testinin uygulanmasında sporcu 50 cm uzunluğunda, 4 cm yüksekliğinde ve 3 cm genişliğinde tahta bir denge aletinin üzerine dominant ayağı ile çıkarak dengede durmaya çalışmaktadır. Test protokolü gereğinde sporcu diğer ayağını dizinden büküp, kalçasına doğru çekerek, aynı taraftaki eli ile tutmaktadır. Sporcu bu pozisyonu sağladıktan sonra kronometre çalıştırılır ve sporcudan 1 dakika boyunca bu şekilde dengede kalması istenir. Sporcunun dengesi bozulduğu zamanlarda (ayağını tutarken bırakırsa, tahtadan yere düşerse, vücudunun herhangi bir bölgesiyle yere dokunursa ve benzeri) süre-zaman durdurulmaktadır. Sporcu test protokolüne uygun pozisyon sağladığı zaman bir dakika süre tamamlanana kadar test devam eder. Bir dakikalık test süresi bittiği zaman sporcunun her denge sağlama girişimi (düşükten sonra) sayılır ve bu sayı test bitiminde bir dakika süre tamamlandığında, araştırma grubunun puanı olarak kaydedilir

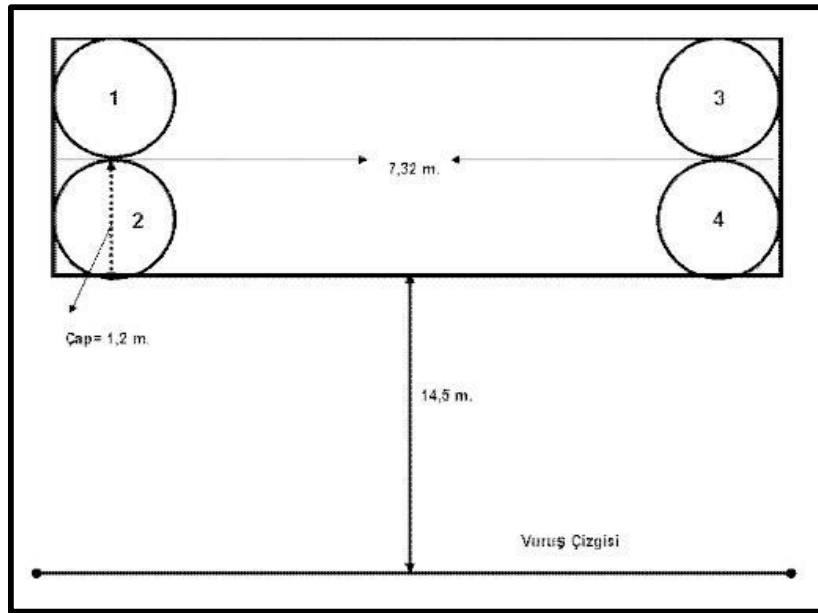
Futbola Özgü Teknik Becerilerin Ölçülmesi: Futbolcuların teknik kapasitelerinin tespit edilmesinde Mor - Christian genel futbol yetenek testi kullanılmıştır (Kurban, 2008; Doydu ve Çoknaz, 2013). Mor - Christian futbol beceri testinde futbolcuların temel olarak şut ve pas isabet düzeyleri ile top sürme (dripling) performansları ele alınmaktadır. Mor - Christian testinin uygulanma biçimi ve puanlamasına ilişkin bilgiler aşağıda belirtilmiştir (Strand & Wilson, 1993).

Top sürme testi: Top sürme testi için istasyonlar Şekil 1’de gösterildiği gibi yerleştirilir. İstasyon çapı 18 m ölçülüp ve işaretlendikten sonra 12 tane koni (45 cm yüksekliğinde) 4.5 m aralıklarla daire şeklinde ayarlanır. Testin başlangıç çizgisi olan 1 metrelik çizgi dairenin dışında daireye dik olarak işaretlenir. “Başla” komutu verildikten sonra sporcu başlangıç çizgisinde duran topla koniler arasında mümkün olduğu kadar hızlı top sürerek başlangıç çizgisine döner. Sporcu isterse saat yönünde isterse de saat yönünün tersinde top sürme yapabilir. Test protokolüne göre iki deneme hakkı verildikten sonra elde edilen en iyi test süresi değerlendirmeye alınır (Aktaran; Kurban, 2008).



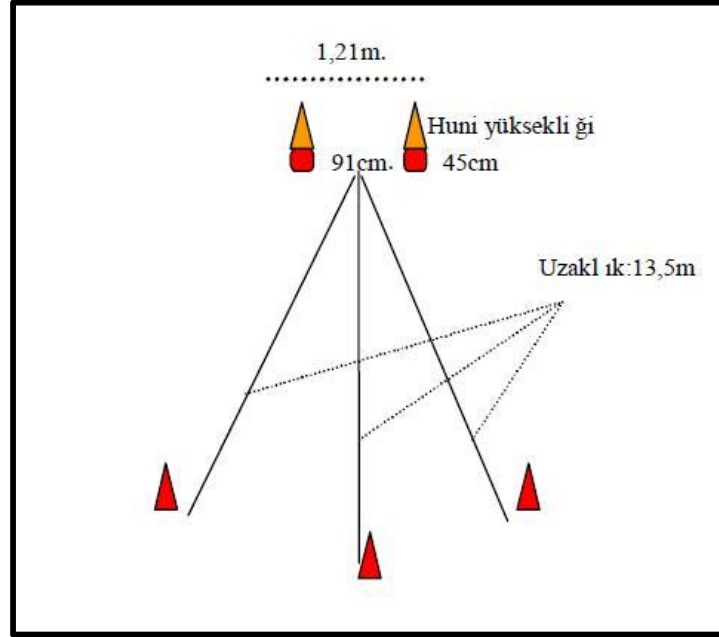
Şekil 1. Dripling test protokolü

Şut beceri testi: Futbolculara uygulanan şut beceri testinde 1.21 m. çapındaki 4 daire Şekil 2'deki gibi kaleye yerleştirilir. Topa vurulacak çizgi kaleden 14.5 m. uzaklığa ve kaleye paralel işaretlenerek teste hazır hale getirilir. Şut beceri testi başladıktan sonra vuruş çizgisinin gerisinden sporcu hedefe doğru duran toplara vurur. Futbolcular toplara istedikleri ayakları ile vurabilirler ve top vuruş çizgisinin gerisinde herhangi bir yere yerleştirilebilir. Şut beceri testinde 4 adet olan çember hedeflerin her birine dörder kez vuruş yapılır. Böylece test süresince futbolcular toplam 16 vuruş gerçekleştirirler. Sporcunun doğru hedefe attığı şutlara 10 puan verilmekle beraber, yanlış hedefe giden şutlara ise 4 puan verilmektedir. Örneğin; üst- sağ hedefe atılan şut başarılı ise 10 puan verilir, eğer vuruş alttaki hedefe girmiş ise 4 puan verilir. Şut beceri testinde hedefe doğrudan giren toplar başarılı sayılırken, diğer şutlara puan verilmez. Sonuç skoru 16 denemenin toplamından elde edilen puandan meydana gelir (Aktaran; Kurban, 2008).



Şekil 2. Şut beceri testi

Pas beceri testi: Pas beceri testi için test istasyonları Şekil 3’deki gibi hazırlanır. Buna göre 91cm genişliğinde ve 45 cm yüksekliğinde bir kale (iki koni 91 cm. aralıkla konulmalıdır) kalenin arkasına 1.20 m’lik ip gol çizgisi olarak yerleştirilir. 2 koni gol çizgisiyle 45 derecelik açı yapacak şekilde 13.5 m uzaklığa yerleştirildikten sonra, üçüncü bir koni de gol çizgisine 90 derece açı ile 13.5 m uzaklığa konulmaktadır. Pas beceri testi başladığı zaman sporcu üç koninin de bulunduğu yerden kaleye dörder vuruş yapar (toplam 12 pas) ve sporcu istediği ayak ile vuruşlarını gerçekleştirebilir. Futbolculara istedikleri noktadan alıştırmaya yapmalarına da izin verilmektedir (Aktaran; Kurban, 2008).



Şekil 3. Pas verme testi

İstatistiksel Analiz

Araştırmada elde edilen verilerin istatistiksel analizinde SPSS 22.0 for Windows paket programı kullanılmıştır. Katılımcıların yaş, boy, vücut ağırlığı, motorik özellikleri ve futbol beceri puanlarına ilişkin ortalamaların belirlenmesinde tanımlayıcı istatistiklerden (ortalama ve standart sapma) yararlanılmıştır. Katılımcıların motorik özelliklerinin birbirleriyle olan ilişkileri ve futbol beceri puanlarıyla olan ilişkilerini belirlemek için ise Pearson Korelasyon analizinden yararlanılmıştır. Motorik özelliklerin tek tek futbol beceri puanına etkisini incelemek için basit regresyon analizi, birden fazla motorik özelliğin futbol beceri puanına etkisine bakmak için ise basit çoklu regresyon analizinden yararlanılmıştır. Anlamlılık değeri “ $p < 0,05$ ” olarak kabul edilmiştir.

BULGULAR

Tablo 1. Katılımcıların yaş, boy ve vücut ağırlığı ortalamaları

Değişkenler	N	En düşük	En yüksek	X	Ss
Yaş	26	15	30	19,65	3,452
Boy	26	162	185	173,19	6,788
Vücut ağırlığı	26	53	87	66,31	9,225

Tablo incelendiğinde katılımcıların ortalama yaşının $19,65 \pm 3,45$ yıl, ortalama boy uzunluğunun $173,19 \pm 6,78$ yıl ve ortalama vücut ağırlığının $66,31 \pm 9,22$ yıl olduğu görülmektedir.

Tablo 2. Katılımcıların motorik özelliklerine ilişkin ortalamalar

Değişkenler	N	En düşük	En yüksek	X	Ss
Anaerobik güç	26	488,23	1061,16	740,24	140,256
Koordinasyon	26	10,30	18,50	13,06	1,785
Esneklik	26	15,00	43,50	30,50	7,902
Bacak kuvveti	26	90,00	217,00	127,05	26,703
Denge	26	,00	14,00	5,42	3,396
Sürat	26	4,00	4,52	4,30	,158

Araştırmaya katılanların ortalama anaerobik gücü $740,24 \pm 140,25$ Watt, ortalama koordinasyon dereceleri $13,06 \pm 1,78$ saniye, ortalama esneklikleri $30,50 \pm 7,90$ cm, ortalama bacak kuvvetleri $127,05 \pm 26,70$ kg, ortalama denge (düşme sayısı) $5,42 \pm 3,39$ adet ve ortalama sürat dereceleri $4,30 \pm 0,15$ saniyedir.

Tablo 3. Katılımcıların futbol beceri puanlarına ilişkin ortalamalar

Değişkenler	N	En düşük	En yüksek	X	Ss
Dripling	26	12,28	17,49	14,52	1,149
Şut	26	22,00	84,00	54,38	18,408
Pas	26	2,00	9,00	5,92	1,937

Tablo incelendiğinde katılımcıların ortalama dripling süresi $14,52 \pm 1,149$ saniye, ortalama şut puanları $54,38 \pm 18,408$ puan ve ortalama pas puanları $5,92 \pm 1,93$ puan olarak görülmektedir.

Tablo 4. Katılımcıların motorik özelliklerinin birbirleri ile olan ilişkisi

Futbol beceri puanları	Korelasyon	Anaerobik güç	Koordinasyon	Esneklik	Bacak kuvveti	Denge
Koordinasyon	r	,055				
	p	,788				
Esneklik	r	,079	,248			
	p	,700	,221			
Bacak kuvveti	r	,179	,067	,336		
	p	,381	,746	,093		
Denge	r	,191	,430	-,204	-,378	
	p	,349	,028	,318	,057	
Sürat	r	-,543	-,077	-,055	-,094	-,132
	p	,004	,710	,790	,649	,521

($p < 0,05$)

Tablo incelendiğinde anaerobik güç arttıkça sürat performansının da arttığı, sürat performansı ve anaerobik güç arasındaki ilişkinin anlamlı olduğu görülmektedir ($p < 0,05$). Denge performansı ile koordinasyon becerisi arasında da istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur ($p < 0,05$). Buna karşın diğer motorik özelliklerinin kendi aralarında anlamlı ilişkiler bulunmamaktadır ($p > 0,05$).

Tablo 5. Katılımcıların anaerobik güç özelliklerinin futbol beceri puanlarına etkisi

Futbol beceri puanları	Korelasyon	Anaerobik güç
Dripling	r	-,055
	p	,789
Şut	r	-,126
	p	,538
Pas	r	-,024
	p	,907

(p>0,05)

Katılımcıların anaerobik güç performansları arttıkça dripling performansları artmakta ancak şut ve pas performansları azalmaktadır. Anaerobik güç performansları ile dripling, şut ve pas performansları arasındaki ilişkiler istatistiksel olarak anlamlı değildir (p>0,05).

Tablo 6. Katılımcıların esneklik özelliklerinin futbol beceri puanlarına etkisi

Futbol beceri puanları	Korelasyon	Esneklik
Dripling	r	,236
	p	,245
Şut	r	-,065
	p	,753
Pas	r	,258
	p	,203

(p>0,05)

Tablo incelendiğinde katılımcıların esneklik performanslarının artmasının dripling performanslarını ve şut performanslarını azaltmakta ancak pas performansları arttığı, esneklik performansları ilke dripling, şut ve pas performansları arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmektedir (p>0,05).

Tablo 7. Katılımcıların koordinasyon özelliklerinin futbol beceri puanlarına etkisi

Futbol beceri puanları	Korelasyon	Koordinasyon
Dripling	r	,433
	p	,027
Şut	r	,005
	p	,980
Pas	r	-,014
	p	,944

(p<0,05)

Katılımcıların koordinasyon dereceleri ile dripling dereceleri arasında doğrusal ve anlamlı bir ilişki vardır (p<0,05). Buna ek olarak katılımcıların koordinasyon performanslarının artması pas performanslarını da artırmakta, ancak şut performanslarını azaltmaktadır. Koordinasyon ile şut ve pas performansları arasındaki ilişkiler ise istatistiksel olarak anlamlı değildir (p>0,05).

Tablo 8. Katılımcıların bacak kuvveti özelliklerinin futbol beceri puanlarına etkisi

Futbol beceri puanları	Korelasyon	Bacak kuvveti
Dripling	r	,359
	p	,072
Şut	r	-,198
	p	,332
Pas	r	,114
	p	,581

($p>0,05$).

Tablo incelendiğinde katılımcıların bacak kuvvetinin artmasının dripling performansını ve şut performansını azalttığı, pas performansını ise artırdığı ancak bacak kuvveti ile katılımcıların dripling, şut ve pas performansları arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmektedir ($p>0,05$).

Tablo 9. Katılımcıların denge özelliklerinin futbol beceri puanlarına etkisi

Futbol beceri puanları	Korelasyon	Denge
Dripling	r	-,053
	p	,797
Şut	r	,201
	p	,324
Pas	r	-,090
	p	,663

($p>0,05$)

Denge performansı azaldıkça dripling performansı ve şut performansı artmakta, pas performansı ise azalmaktadır, ancak katılımcıların denge performansları ile dripling, şut ve pas performansları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır ($p>0,05$).

Tablo 10. Katılımcıların sürat özelliklerinin futbol beceri puanlarına etkisi

Futbol beceri puanları	Korelasyon	Sürat
Dripling	r	,286
	p	,156
Şut	r	-,015
	p	,942
Pas	r	-,158
	p	,441

($p>0,05$)

Tablo incelendiğinde katılımcıların sürat performansı arttıkça dripling performanslarının, şut performanslarının ve pas performanslarının arttığı, ancak katılımcıların sürat performansları ile dripling, şut ve pas performansları arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmektedir ($p>0,05$).

Tablo 11. Anaerobik güç düzeyinin dripling, şut ve pas performansını etkileme düzeyi

Değişken	Parametre	Etkileme düzeyi (%)	p
Anaerobik güç	Dripling	0,2	,838
	Şut	2,9	,402
	Pas	0,9	,637

($p>0,05$)

Tablo 11 incelendiği zaman, futbolcuların anaerobik güç düzeylerinin dripling performansını etkileme düzeyinin %0,2, şut performansını etkileme düzeyinin %2,9, pas isabet oranını

etkileme düzeyinin ise %0,9 olduğu tespit edilmiştir. Elde edilen bu bulgulara göre futbolcularda sadece anaerobik güç düzeyinin dripling, şut ve pas performansını anlamlı düzeyde etkilemediği belirlenmiştir ($p>0.05$).

Tablo 12. Esneklik düzeyinin dripling, şut ve pas performansını etkileme düzeyi

Değişken	Parametre	Etkileme düzeyi (%)	p
Esneklik	Dripling	6,4	,211
	Şut	1,6	,538
	Pas	5,9	,233

($p>0.05$)

Tablo 12 incelendiği zaman, futbolcuların esneklik düzeylerinin dripling performansını etkileme düzeyinin %6,4, şut performansını etkileme düzeyinin %1,6, pas isabet oranını etkileme düzeyinin ise %5,9 olduğu tespit edilmiştir. Elde edilen bu bulgulara göre futbolcularda sadece esneklik düzeyinin dripling, şut ve pas performansını anlamlı düzeyde etkilemediği belirlenmiştir ($p>0.05$).

Tablo 13. Koordinasyon becerisinin dripling, şut ve pas performansını etkileme düzeyi

Değişken	Parametre	Etkileme düzeyi (%)	p
Koordinasyon	Dripling	18	,027
	Şut	-	,980
	Pas	-	,944

($p<0.05$)

Tablo 13 incelendiği zaman, futbolcuların koordinasyon düzeylerinin dripling performansını etkileme düzeyinin %18 olduğu, sadece koordinasyon düzeyinin şut ve pas performansını etkileme düzeyinin bulunmadığı tespit edilmiştir. Elde edilen bu bulgulara göre futbolcularda sadece koordinasyon düzeyinin dripling, şut ve pas performansını anlamlı düzeyde etkilemediği belirlenmiştir ($p>0.05$).

Tablo 14. Bacak kuvveti düzeyinin dripling, şut ve pas performansını etkileme düzeyi

Değişken	Parametre	Etkileme düzeyi (%)	p
Bacak kuvveti	Dripling	28	,005
	Şut	1,1	,611
	Pas	0,4	,769

($p<0.05$)

Tablo 14 incelendiği zaman, futbolcuların bacak kuvvetinin dripling performansını etkileme düzeyinin %28 şut performansını etkileme düzeyinin %1,1, pas isabet oranını etkileme düzeyinin ise %0,4 olduğu tespit edilmiştir. Elde edilen bu bulgulara göre futbolcularda sadece sürat düzeyinin şut ve pas performansını anlamlı düzeyde etkilemediği ($p>0.05$), buna karşılık bacak kuvvetinin dripling performansını anlamlı düzeyde etkilediği tespit edilmiştir ($p<0.05$).

Tablo 15. Denge becerisinin dripling, şut ve pas performansını etkileme düzeyi

Değişken	Parametre	Etkileme düzeyi (%)	p
Denge	Dripling	0,3	,803
	Şut	2,1	,478
	Pas	0,3	,787

(p>0.05)

Tablo 15 incelendiği zaman, futbolcuların denge düzeylerinin dripling performansını etkileme düzeyinin %0,3 şut performansını etkileme düzeyinin %2,1, pas isabet oranını etkileme düzeyinin ise %0,3 olduğu tespit edilmiştir. Elde edilen bu bulgulara göre futbolcularda sadece denge düzeyinin dripling, şut ve pas performansını anlamlı düzeyde etkilemediği belirlenmiştir (p>0.05).

Tablo 16. Sürat performansının dripling, şut ve pas performansını etkileme düzeyi

Değişken	Parametre	Etkileme düzeyi (%)	p
Sürat	Dripling	2,8	,415
	Şut	0,1	,310
	Pas	3,2	,384

(p>0.05)

Tablo 16 incelendiği zaman, futbolcuların sürat becerisinin dripling performansını etkileme düzeyinin %2,8 şut performansını etkileme düzeyinin %0,1, pas isabet oranını etkileme düzeyinin ise %3,2 olduğu tespit edilmiştir. Elde edilen bu bulgulara göre futbolcularda sadece sürat düzeyinin dripling, şut ve pas performansını anlamlı düzeyde etkilemediği belirlenmiştir (p>0.05).

Tablo 17. Sürat, bacak kuvveti ve anaerobik güç düzeyinin dripling performansını etkileme düzeyi

Motorik özellikler	Dripling performansını etkileme düzeyi (%)	p
Sürat		
Bacak kuvveti	33,7	,026
Anaerobik güç		

(p<0.05)

Tablo 17 incelendiği zaman, futbolcularda sürat, bacak kuvveti ve anaerobik güç düzeyinin dripling performansını %33,7 gibi yüksek bir düzeyde etkilediği tespit edilmiştir. Elde edilen bu bulguya göre futbolcularda sürat, bacak kuvveti ve anaerobik güç düzeyinin dripling performansı üzerinde anlamlı bir etkisi olduğu belirlenmiştir (p<0.05).

Tablo 18. Sürat, bacak kuvveti, koordinasyon, denge ve anaerobik güç düzeyinin dripling performansını etkileme düzeyi

Motorik özellikler	Dripling performansını etkileme düzeyi (%)	p
Sürat		
Bacak kuvveti		
Koordinasyon	52,3	,007
Denge		
Anaerobik güç		

(p<0.05)

Tablo 18 incelendiği zaman, futbolcularda sürat, bacak kuvveti, koordinasyon, denge ve anaerobik güç düzeyinin bir bütün olarak dripling performansını %52,3 gibi yüksek bir oranda etkilediği tespit edilmiştir. Elde edilen bu bulgu, dripling performansının kompleks bir beceri olduğunu göstermekle beraber söz konusu motorik özelliklerin dripling performansını anlamlı düzeyde etkilediğini göstermektedir ($p<0.05$).

Tablo 19. Esneklik, bacak kuvveti, koordinasyon, denge ve anaerobik güç düzeyinin pas performansını etkileme düzeyi

Motorik özellikler	Pas performansını etkileme düzeyi (%)	p
Esneklik		
Bacak kuvveti		
Koordinasyon	8,2	,870
Denge		
Anaerobik güç		

($p>0.05$)

Tablo 19 incelendiği zaman, esneklik, bacak kuvveti, koordinasyon, denge ve anaerobik güç düzeyinin pas performansını pas isabet oranının %8,2 düzeyinde etkilediği tespit edilmiştir. Ancak söz konusu motorik özelliklerin bir bütün olarak pas performansı üzerine etkisinin istatistiksel olarak anlamlı düzeyde olmadığı tespit edilmiştir ($p>0.05$).

Tablo 20. Esneklik, bacak kuvveti, koordinasyon, denge ve anaerobik güç düzeyinin şut performansını etkileme düzeyi

Motorik özellikler	Şut performansını etkileme düzeyi (%)	p
Esneklik		
Bacak kuvveti		
Koordinasyon	7,1	,903
Denge		
Anaerobik güç		

($p>0.05$)

Tablo 20 incelendiği zaman, esneklik, bacak kuvveti, koordinasyon, denge ve anaerobik güç düzeyinin şut performansını pas isabet oranının %7,1 düzeyinde etkilediği tespit edilmiştir. Ancak söz konusu motorik özelliklerin bir bütün olarak şut performansı üzerine etkisinin istatistiksel olarak anlamlı düzeyde olmadığı tespit edilmiştir ($p>0.05$).

TARTIŞMA ve SONUÇ

Araştırmanın sonunda futbolcuların motorik özelliklerinin birbiri ile olan ilişkisi değerlendirildiği zaman, anaerobik güç ile sürat performansı arasında, denge performansı ile koordinasyon becerisi arasında doğrusal yönde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Diğer bir ifade ile anaerobik güç düzeyi arttıkça sürat performansının da artış gösterdiği, denge performansı arttıkça koordinasyon becerisinin de anlamlı düzeyde arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Diğer motorik özelliklerin ise birbirleri arasındaki ilişkinin istatistiksel olarak anlamlı düzeyde olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Futbolcuların genel olarak motorik özelliklerinin birbirleri ile olan ilişkisinin anlamlı çıkmamasında futbolcuların yapısal özelliklerinin de motorik özellikleri ele alırken göz önünde bulundurulmamasından kaynaklandığı düşünülebilir. Yapılan birçok çalışmada da sporcuların sahip oldukları fiziksel özelliklerin motorsal becerileri etkilediği sonucuna ulaşılmıştır (Kürkçü ve ark., 2008; Ziyagil ve ark., 2010).

Literatürde yer alan ve araştırma sonuçlarımızı destekleyen benzer bir çalışmada anaerobik güç göstergesi olan durarak uzun atlama performansı ile futbolcuların 30 m sürat performansları arasında anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir (Kamar ve ark., 2003). Futbolcular üzerinde yapılan diğer bir çalışmada da alt ekstremite patlayıcı güç, anaerobik güç ve kuvvet düzeyinin futbolcuların sürat performansları üzerinde belirleyici bir role sahip olduğu belirlenmiştir (Şahbaz, Güler & Öztürk, 2003). Ek ve arkadaşları (2007) tarafından yapılan benzer bir çalışmada dikey sıçrama ve durarak uzun atlama gibi anaerobik güç göstergesi olan parametrelerin futbolcularda sürat performansını etkileyen unsurlar olduğu tespit edilmiş, bu doğrultuda futbolcularda anaerobik güç düzeyini ve dolayısıyla sürat performansını geliştirmeyi amaçlayan sıçrama çalışmalarına yer verilmesinin yararlı olacağı ifade edilmiştir.

Futbolcularda motorsal becerilerin birbirleri ile olan ilişkilerinin temel nedeni her motorik özelliğin diğer motorik özelliklerin uygulanmasında bazen destek görevi görmesidir. Örneğin; futbolcular üzerinde yapılan bir çalışmada, aerobik dayanıklılığı yüksek olan futbolcuların tekrarlı sprint performanslarının aerobik dayanıklılığı düşük olan futbolculardan daha iyi olduğu bulunmuştur. Bunun temelinde ise aerobik dayanıklılığı yüksek olan sporcuların sprint tekrarları arasında diğer futbolculara göre daha hızlı toparlanmaları gösterilmiştir (Karatepe, 2009). Bunun yanında futbolcularda çeviklik performansı ile sürat performansı arasında ilişki olduğu (Özdemir, 2013), alt ekstremite kas kuvvetinin de sürat performansını etkileyen bir unsur olduğu bilinmektedir (Başpınar, 2009). Ayrıca futbolculara uygulanan motor gelişim antrenman programlarının futbolcuların mevcut motorik özellikleri göz önünde bulundurularak hazırlanması gerektiği söylenebilir.

Araştırmaya katılan futbolcuların sürat performansları ile bacak kuvveti performansları arasında anlamlı bir ilişki bulunmaması literatürle paralellik göstermeyen bir sonuçtur. Çünkü sürat yeteneğinin kuvvete bağımlı bir motorsal özellik olduğu bilinmektedir (Muratlı ve ark., 2007). Futbolcular üzerinde yapılan çeşitli araştırma sonuçları da bu düşüncüyü desteklemektedir (Başpınar, 2009; Newman, Tarpenning & Marino 2004). Bu bağlamda araştırmaya katılan futbolcuların alt ekstremite kuvvet düzeylerinin sürat performansını etkilememesinde futbolcuların benzer düzeyde bacak kuvveti, sürat ve antrenman yaşına sahip olmalarının etkili olduğu düşünülebilir. Literatürde yer alan bazı araştırma bulgularının da bu düşüncüyü desteklediği görülmektedir. Aktuğ (2013) tarafından yapılan benzer bir çalışmada, benzer alt ekstremite kuvvet düzeyine sahip olan futbolcuların sürat performanslarının da benzer düzeyde olduğu, kuvvet ile sürat performansı arasında da anlamlı bir korelasyon olmadığı tespit edilmiştir.

Futbolcuların motorik özellikleri ile top sürme performansı arasındaki ilişki değerlendirildiği zaman, sadece anaerobik güç, esneklik, bacak kuvveti, denge ve sürat performansları ile dripling performansları arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığı tespit edilmiştir. Ayrıca anaerobik güç düzeyinin dripling performansını %0,2, esnekliğin dripling performansını %6,4, dengenin dripling performansını %0,3, süratin ise bacak kuvvetini %2,8 düzeyinde etkilediği, buna karşılık söz konusu motorik özelliklerin dripling performansını anlamlı düzeyde etkilemediği belirlenmiştir.

Araştırmada futbolcuların sahip oldukları motorik özelliklerin tek başlarına top sürme performansını doğrudan etkileyen bir unsur olmamaları beklenen bir sonuçtur. Nitekim futbolda top sürme performansı içsel ve dışsal birçok değişkenden etkilenmektedir. Aksoy'a göre, top sürme esnasında ayağın topa temas eden bölümü, futbolcunun topa dokunma sıklığı, koşu ritmi ve hareketlerin akıcılığı ile top sürülürken futbolcunun çevre kontrolü gibi unsurlar

dripling performansını etkilemektedir (Aksoy, 2008). Futbolcuların top sürme esnasında topa temas etme sıklıkları futbolcuların sahip oldukları biyomekanik özellikler ile de yakından ilişkilidir (Dichiera ve ark., 2006). Ayrıca futbolcuların dayanıklılık düzeyleri ve oyun tecrübelerinin de top sürme ve topa temas etme sıklıkları üzerinde etkili bir rol oynamaktadır (Young ve ark., 2010). Bu kapsamda futbolcularda driling performansının sadece motorik özelliklere göre değil, aynı zamanda bazı biyomekanik ve dışsal faktörlere göre de değerlendirilmesinin daha faydalı olacağı düşünülebilir. Bunun yanında daha büyük örneklem grupları ile yeni çalışmalar yapılmasının futbolcularda motorik özellikler ile top sürme performansı arasındaki ilişkiye dair daha güvenilir sonuçlar ortaya çıkaracağı söylenebilir. Çünkü yapılan araştırmalarda futbolcularda motorsal özelliklerin veya teknik becerilerin değerlendirilmesinde düşük sayıda örneklem grubu ile çalışmanın güvenilir sonuçlar verme konusunda sorun teşkil edeceği ifade edilmiştir (Ek ve ark., 2007).

Futbolcular üzerinde yapılan bir araştırmada futbolcuların sürat ve çeviklik performanslarının driling performansı ile ilişkisi incelenmiştir. Bu araştırmada bizim çalışmamızda kullanılan top sürme testinden farklı bir yöntem ile futbolcuların driling performansları değerlendirilmiştir. Araştırmanın sonunda sürat performansının driling becerisini %76 oranında çeviklik performansının ise driling becerisini %43 oranında etkilediği bulunmuştur (Deliceoğlu, Yalçın & Doğru, 2005). Bu kapsamda yaptığımız araştırmada her ne kadar sürat performansı ile top sürme performansı arasında zayıf bir korelasyon bulunduğu belirlenmiş olsa da, uygulanan farklı driling testleri ile sürat performansı ile driling becerisi arasında anlamlı bir ilişki olduğu söylenebilir.

Futbolcularda bacak kuvvetinin ve koordinasyon düzeyinin top sürme performansını diğer motorik özelliklere kıyasla daha fazla etkilediği bulunmuştur. Ortaya çıkan bulgulara göre futbolcularda bacak kuvvetinin driling performansını %28 oranında etkilediği, koordinasyon düzeyinin ise driling performansını %27 oranında etkilediği tespit edilmiştir. Bunun yanında değişkenler arasındaki bu ilişkinin anlamlı ve doğrusal yönde olduğu belirlenmiş, buna göre koordinasyon becerisi veya bacak kuvveti performansının artışına paralel olarak futbolcuların daha iyi driling performansı sergiledikleri tespit edilmiştir.

Koordinasyon düzeyi ile top sürme performansı arasında anlamlı ve pozitif yönde bir korelasyon bulunması literatürle paralellik gösteren bir sonuçtur. Çünkü top sürme performansında özellikle top ve çevre kontrolünün büyük bir önemi bulunmakla beraber, söz konusu özelliklerin koordinasyon becerisi ile yakından ilişkili olduğu bilinmektedir (Deliceoğlu, Yalçın & Doğru, 2005). Bunun yanında alt ekstremité kuvvet düzeyi ile driling performansı arasında anlamlı bir ilişki bulunmasının da literatür ile paralellik gösterdiği söylenebilir. Katis ve arkadaşları (2013) tarafından yapılan benzer bir araştırmada kassal özelliklerin futbolda topa temas etme ve topa vurma biçimlerini etkileyen unsurlar olduğu tespit edilmiştir.

Araştırmada futbolcuların anaerobik güç, esneklik, koordinasyon, bacak kuvveti, denge ve sürat performansları ile şut isabet oranları arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığı belirlenmiştir. Motorik özelliklerin şut isabet oranını etkileme düzeyleri incelendiği zaman, anaerobik güç düzeyinin şut isabet oranını %2,9, esnekliğin şut isabet oranını %1,6, koordinasyon becerisinin şut isabet oranını hiç etkilemediği, denge becerisinin şut isabet oranını %2,1 oranında etkilediği, sürat performansının şut isabet oranını %0,1 oranında etkilediği ve bacak kuvvetinin şut isabet oranını %1,1 düzeyinde etkilediği sonucuna ulaşılmıştır.

Futbolcular üzerinde yapılan ve elde edilen araştırma bulgularını destekleyen bir çalışmada, futbolcularda izokinetik bacak kuvveti ile şut performansları arasında anlamlı bir ilişki olmadığı belirlenmiştir (Saliba & Hrysonmallis, 2011). Young ve arkadaşları (2004) tarafından yapılan benzer bir çalışmada, futbolda şut performansı ile kassal esneklik arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmada futbolcularda esnekliğin şut performansı üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Aynı araştırmada futbolda pas atışlarının çek teknik ve kompleks yapıya sahip bir beceri olduğu belirtilmiş, bundan dolayı motorsal özellikleri tek başlarına pas performansı üzerinde belirleyici bir etkisinin bulunmayacağı belirtilmiştir.

Araştırmaya katılan futbolcuların tamamının aynı klasmanda mücadele eden futbolcular olmalarının, bunun yanında benzer fiziksel özelliklere ve motorsal kapasitelere sahip olmalarının sahip oldukları motorik özelliklerin şut performansını etkilememesinin temel nedenleri olduğu düşünülebilir. Nitekim literatürde yer alan çeşitli araştırmalarda, benzer antrenman özelliklerine ve benzer futbol liglerinde mücadele eden oyuncuların motorik özelliklerinin de benzerlik gösterdiği tespit edilmiştir (Masuda ve ark., 2003). Buna karşılık alt yapı futbolcuları üzerinde yapılan çeşitli araştırmalarda futbolcuların çabukluk performanslarının şut çekme becerisi ile anlamlı bir ilişkisi olduğu tespit edilmiştir (Deliceoğlu, Yalçın & Doğru, 2005). Bu doğrultuda futbolcularda motorik özelliklerin şut isabet oranına etkilerinin incelenmesinde futbolcuların oynadıkları liglerin ve futbolcuların genel teknik becerilerinin değerlendirilmesinin daha sağlıklı araştırma sonuçları ortaya çıkaracağı söylenebilir. Bunun yanında futbolculara uygulanan antrenman içeriklerinin de şut performansını etkilediği (Kurt, 2011) göz önünde bulundurulduğu zaman, futbolcuların şut performansları üzerinde motorik özelliklerin etkileri ele alınırken uygulanan antrenman programlarının içeriklerinin de dikkate alınması gerektiği söylenebilir.

Futbolcularda özellikle esneklik performansının şut isabet oranını etkilememesinde, futbolcuların genel esneklik düzeylerinin düşük olmasının veya antrenmanlarda esneme çalışmaları yeterince yer vermemelerinin etkili olduğu düşünülebilir. Çünkü futbolda şut pozisyonunda topun istenilen noktaya gitmesinde vücudun esnek olmasının da büyük bir öneme sahiptir. Akbulut (2013) tarafından yapılan araştırmada futbolcularda şut becerisinin esneklik performansı ile yakından bir ilişkisi olduğu ifade edilmiş, bu kapsamda eklem hareket genişliğinin artırılması ve şut esnasında topa vuruş hızının iyi ayarlanabilmesi için antrenmanlarda esneklik çalışmalarına yer verilmesi gerektiği vurgulanmıştır.

Araştırmanın sonunda futbolcuların anaerobik güç, esneklik, koordinasyon, bacak kuvveti, denge ve sürat performansları ile pas isabet oranları arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığı belirlenmiştir. Motorsal özelliklerin pas isabet oranını etkileme düzeyleri incelendiği zaman, anaerobik güç düzeyinin pas isabet oranını %0,9, esnekliğin pas isabet oranını %5,9, koordinasyon becerisinin pas isabet oranını hiç etkilemediği, denge becerisinin pas isabet oranını %0,3 oranında etkilediği, sürat performansının pas isabet oranını %3,2 oranında etkilediği ve bacak kuvvetinin pas isabet oranını %0,4 düzeyinde etkilediği belirlenmiştir.

Futbolda pas isabet oranının maç sonucunu etkileyen en önemli unsurlardan birisi olduğu yapılan çeşitli araştırmalarla ortaya konmuştur (Gürkan ve diğerleri, 2014). Buna karşılık literatürde futbolcuların topa vuruş biçimlerini etkileyen parametreleri ele alan araştırmaların sınırlı olduğu görülmektedir (Akbulut, 2013). Motorik özelliklerin tek başlarına futbola özgü bazı teknik becerileri anlamlı düzeyde etkilemedikleri görüldüğü için araştırmada birden fazla motorik özelliğin bir bütün olarak teknik becerileri etkileme düzeyleri ele alınmıştır. Bu bağlamda bir bütün olarak sürat, bacak kuvveti ve anaerobik güç düzeyinin dripling performansını %33,7 düzeyinde etkilediği ve söz konusu etkileme düzeyinin istatistiksel

olarak anlamlı olduğu tespit edilmiştir. Bunun yanında bir bütün olarak sürat, bacak kuvveti, koordinasyon, denge ve anaerobik güç düzeyinin top sürme performansını %52,3 oranında etkilediği bulunmuştur. Bu kapsamda her ne kadar motorik özellikler tek başlarına top sürme performansı üzerinde belirleyici bir rol oynamasalar bile, birden fazla motorik özelliği iyi olan futbolcuların top sürme performanslarının da artacağı söylenebilir.

Literatürde yer alan araştırma bulguları ele alındığı zaman top sürme performansının kompleks bir teknik beceri olduğu, sürat performansı başta olmak üzere (Deliceoğlu, Yalçın & Doğru, 2005), top sürme performansını etkileyen birçok unsur olduğu belirtilmiştir (Chew-Bullock ve ark., 2012). Motorsal özelliklerin yanında futbolcularda dripling performansını etkileyen en önemli unsurların başında uygulanan antrenman modelinin içeriğinin de geldiği bilinmektedir (Deliceoğlu, Yalçın & Doğru, 2005).

Araştırmada bir bütün olarak ele alındığı zaman esneklik, bacak kuvveti, koordinasyon, denge ve anaerobik güç düzeyinin pas isabet oranını %8,2 düzeyinde etkilediği, ancak söz konusu etkileme düzeyinin istatistiksel olarak anlamlı düzeyde olmadığı belirlenmiştir. Futbolcuların sahip oldukları motorsal özelliklerinin genel olarak pas isabet oranını etkilememesinin temelinde pasın teknik bir beceri olması, yeteneğe bağlı olarak farklılık gösterebilmesi ve pasın her aşamasında çeşitli teknik yeterliliklerin bulunmasının yattığı düşünülebilir. Çünkü futbolda pas atışında top destek ayağının pozisyonu, destek bacağının yanlış tutulması, ayak ucunun vuruş yönünü gösterme durumu gövdenin duruş biçimi, vuruşu yapan dominant bacağın vuruştan sonraki salınımına devam etme durumu ve topa yaklaşırken sporcunun geldiği düzlem gibi birçok unsur atışın isabet düzeyini etkilemektedir (Aksoy, 2008). Bu nedenle araştırmaya katılan futbol oyuncularında motorik özellikler ile pas isabet oranı arasında anlamlı ilişki bulunmaması ve motorik özelliklerin pas isabet oranını anlamlı düzeyde etkilememesinin literatür ile uyumlu bir sonuç olduğu söylenebilir.

Araştırmada bir bütün olarak esneklik, bacak kuvveti, koordinasyon, denge ve anaerobik güç performansının şut isabet oranını %7,1 düzeyinde etkilediği, ancak söz konusu etkileme düzeyinin istatistiksel olarak anlamlı düzeyde olmadığı belirlenmiştir. Bu sonucun ortaya çıkmasının temelinde araştırmaya katılan futbolcuların genç yaş gruplarında olmalarından ve antrenman yaşlarının çok yüksek olmamasının yattığı düşünülebilir. Çünkü futbolcuların sahip oldukları motorik özelliklerin bir bütün olarak pas isabet oranına anlamlı düzeyde katkı sağlaması beklenen bir durumdur. Bunun yanında araştırmaya katılan futbolcular yaşları ve antrenman geçmişleri itibariyle motorik özelliklerini futboldaki bazı teknik becerilere yansıtma konusunda zorluklar yaşayabilirler. Bu unsurların da motorik özelliklerin bir bütün olarak pas isabet oranını etkilemede etkili olmamasında etkili olduğu söylenebilir. Nitekim yapılan araştırmalarda da futbolcuların fiziksel yapı özellikleri ile bazı motor becerilerinin antrenman yaşlarına göre farklılık gösterebileceği belirlenmiştir (Akın ve ark., 2004). Ayrıca futbola özgü teknik becerilerin uygulanmasında futbolcuların uyguladıkları antrenman modellerin de etkili olduğu unutulmamalıdır (Deliceoğlu, Yalçın & Doğru, 2005; Katis ve ark., 2013; Bullock ve ark., 2012). Bunlara ek olarak uygulanan antrenman modelleri futbolcuların sahip oldukları motorik özelliklerinde farklı yönlerde gelişmesine neden olabilmektedir (Cameron ve ark., 2009). Literatürde yer alan bu bilgiler doğrultusunda futbolcuların motorik özellikleri ile futbola özgü teknik becerileri değerlendirilirken uyguladıkları antrenman modellerinin de dikkate alınması gerektiği söylenebilir.

Futbolcuların oynadıkları mevkilere göre bazı teknik ve motorik özelliklerin farklılık gösterdiği de bilinmektedir. Bundan dolayı araştırmaya katılan futbolcuların her mevkide oynayan oyunculardan oluşmasının da motorik özelliklerin şut isabet oranına etki etmemesine

neden olduğu söylenebilir. Blache & Monteil (2012) tarafından yapılan benzer bir araştırmada futbolcuların oynadıkları mevkilere göre diz fleksör ve ekstensör kaslarının farklı denge özelliklerine sahip oldukları tespit edilmiştir. Bu araştırma bulgusu da oyuncuların teknik özelliklerinin oynadıkları mevkilere göre incelenmesi gerektiği görüşünü desteklemektedir.

Sonuç olarak, futbolcularda bazı motorsal özelliklerin tek başlarına teknik beceriler üzerinde etkili olmaları her zaman mümkün değildir. Buna karşılık bir bütün olarak değerlendirildiği zaman futbolcuların motorik özelliklerinin gelişmiş olmasının futbola özgü teknik becerileri anlamlı düzeyde etkileyebileceği söylenebilir. Nitekim araştırmada elde edilen ve bu düşüncüyü destekleyen araştırma bulgularının literatürde yer alan birçok araştırma sonucuyla da paralellik gösterdiği bulunmuştur. Bu kapsamda futbolcularda teknik becerilerin değerlendirilmesinde, eğer bazı teknik becerilerde uygulama eksiklikleri görülüyorsa mutlaka söz konusu teknik becerilerin geliştirilmesinde motorsal performans gelişim antrenmanlarından da yararlanılmalıdır.

KAYNAKLAR

- Akbulut, T. (2013). *Futbolcularda sinir-kas iletimini kolaylaştırıcı germe çalışmalarının vuruş hızı ve eklem hareket genişliğine akut ve kronik etkileri*. Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. İstanbul.
- Akın, S., Coşkun, Ö. Ö., Özberk, Z. N., Ertan, H., & Korkusuz, F. (2004). Profesyonel ve amatör futbol oyuncularının fiziksel özellikler ile izokinetik diz kaslarının konsantrik kuvvetinin karşılaştırılması. *Artroplastik Artroskopik Cerrahi*, 15(3), 161-167.
- Aksoy, F. (2008). *Futbol-Alt yapıda saha içi uygulamalar*. 2. Baskı. Samsun: Erol Ofset.
- Aktuğ, Z. (2013). *Futbolcularda izokinetik hamstring ve quadriceps kas kuvvet oranı ile dikey sıçrama ve sürat performans ilişkisi*. Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Konya.
- Ateş, M., Demir, M., & Ateşoğlu, U. (2007). Pliometrik antrenmanın 16-18 yaş grubu erkek futbolcuların bazı fiziksel ve fizyolojik parametreleri üzerine etkisi. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 1(1), 1-12.
- Başpınar, Ö. (2009). *Futbolcularda izokinetik kas kuvvetinin anaerobik güce etkisi*. Yüksek Lisans Tezi. Pamukkale Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Denizli.
- Bayraktar, B., & Kurtoğlu, M. (2009). Sporda performans, etkili faktörler, değerlendirilmesi ve artırılması. *Klinik Gelişim Dergisi*, 16-24.
- Blache, Y., & Monteil, K. (2012). Contralateral strength imbalance between dominant and non-dominant lower limb in soccer players. *Science & Sports*, 27(3), 1-8.
- Bullock, W., Panchuk, D., Broatch, J., Christian, R., & Stepto, N. K. (2012). An integrative test of agility, speed and skill in soccer: effects of exercise. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 15(5), 431-436.
- Cameron, M. L., Adams, R. D., Maher, C. G., & Misson, D. (2009). Effect of the HamSprint Drills training programme on lower limb neuromuscular control in Australian football players. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 12(1), 24-30.
- Chew-Bullock, T. S. Y., Anderson, D. I., Hamel, K. A., Gorelick, M. L., Wallace, S. A., & Sidaway, B. (2012). Kicking performance in relation to balance ability over the support leg. *Human Movement Science*, 31(6), 1615-1623.
- Deliceoğlu, G., Yalçın, B., & Doğru, D. (2005). Gençlerbirliği alt yapı futbolcularının fiziksel ve teknik yetilerinin incelenmesi. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3(1), 27-34.

- Dichiera, A., Webster, K. E., Kuilboer, L., Morris, M. E., Bach, T. M., & Feller, J. A. (2006). Kinematic patterns associated with accuracy of the drop punt kick in Australian Football. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 9(4), 292-298.
- Doydu, İ., & Çoknaz, H. (2013). İlköğretim 2. kademe ders dışı futbol çalışmasında uygulanan spor eğitimi modelinin öğrencilerin bilişsel, psikomotor ve oyun performansı erişim düzeylerine etkisi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 10(1), 925-958.
- Ek, R.O., Temoçin, S., Tekin, T.A., & Yıldız, Y. (2007). Futbolculara uygulanan bazı motorsal egzersizlerin birbirlerine etkilerinin incelenmesi. *ADÜ Tıp Fakültesi Dergisi*, 8(1), 19-22.
- Erdoğan, İ. (2008). Futbol ve futbolu inceleme üzerine. *İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi*, 26, 1-58.
- Gürkan, O., Yüksel, Y., & Hekim, M. (2014). *Futbolda pas'ın başarıya olan etkisinin incelenmesi*. 7. Ulusal Spor Bilimleri Öğrenci Kongresi Bildiri Kitabı. 15-17 Mayıs, Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi. Karaman.
- Hazar, F., & Taşmektepligil, Y. (2008). Puberte öncesi dönemde denge ve esnekliğin çeviklik üzerine etkilerinin incelenmesi. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 6(1), 9-12.
- Hekim, M., & Albayrak, C. (2013). Atletizm ve basketbol sporuna katılan 10-13 yaş grubu kız çocuklarının kuvvet ve anaerobik kapasite değerlerinin sürat performansı ve kan laktat seviyesine etkisi, *Uluslararası Hakemli Beşeri ve Akademik Bilimler Dergisi*, 2(4), 36-47.
- Kanat, Y. Ş. (2007). *Üst ekstremite kas grubuna uygulanan maksimal kuvvet antrenmanının futbolda taç atışı mesafesine etkisi*. Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Ankara.
- Kamar, A., Güngördü, O., Yüceyılmaz, B., Yancı, H. B. A., Çavuşoğlu, B., & Şahin, M. (2003). Futbol oyuncularına 35 metre maksimal anaerobik sprint ile dikey sıçrama ve durarak uzun atlama skorları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *İ.Ü. Spor Bilimleri Dergisi*, 11(3), 147-150.
- Karatepe, R. (2009). *Genç futbolcularda tekrarlı sprint derecelerinin aerobik güç ile ilişkisinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Ankara.
- Katis, A., Giannadakis, E., Kannas, T., Amiridis, I., Kellis, E., & Lees, A. (2013). Mechanisms that influence accuracy of the soccer kick. *Journal of Electromyography and Kinesiology*, 23(1), 125-131.
- Kurban, M. (2008). *Futbol antrenmanının 10- 13 yaş grubu çocukların teknik gelişmelerine etkisinin araştırılması*. Yüksek Lisans Tezi. Konya: Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Konya.
- Kurt, İ. (2011). *Futbolcularda sekiz haftalık pliometrik antrenmanın anaerobik güç, sürat ve top hızına etkisi*. Yüksek Lisans Tezi. Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Samsun.
- Kürkçü, R., Özdağ, S., Çalışkan, E., & Şirinkan, A. (2008). *Minik futbolcuların fiziksel yapılarının, bazı fizyolojik ve biyomotorik özellikler üzerine etkisinin araştırılması*. *Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi*, 10(2), 3-8.
- Masuda, K., Kikuhara, N., Takahashi, H., & Yamanaka, K. (2003). The relationship between muscle cross-sectional area and strength in various isokinetic movements among soccer players. *Journal of Sports Sciences*, 21(10), 851-858.
- Muratlı, S., Kalyoncu, O., & Şahin, G. (2007). *Antrenman ve müsabaka*. 2. Baskı. İstanbul: Ladin Matbaası.

- Nas, K. (2010). *Futbolcularda sürat ve çabukluk arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Konya.
- Newman, M. A., Tarpenning, K. M., & Marino, F. E. (2004). Relationships between isokinetic knee strength, single-sprint performance, and repeated-sprint ability in football players. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 18(4), 867-872.
- Özdemir, F.M. (2013). *Genç futbolcularda çeviklik, sürat, güç ve kuvvet arasındaki ilişkinin yaşa göre incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Ankara.
- Özkan, A., Köklü, Y., & Ersöz, G. (2010). Wingate anaerobik güç testi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 7(1), 207-224.
- Saliba, L., & Hrysonallis, C. (2001). Isokinetic strength related to jumping but not kicking performance of Australian footballers. *Journal of Science and Medicine in Sport* 4 (3), 336-347.
- Saygın, Ö., Polat, Y., & Karacabey, K. (2005). Çocuklarda hareket eğitiminin fiziksel uygunluk özelliklerine etkisi. *Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 19(3), 205-212.
- Strand B. N., & Wilson R. (1993). *Assessing sport skills*. USA: Human Kinetics Publishers.
- Şahbaz, N., Güler, C., Öztürk, M. (2003). Genç Futbol Oyuncularında İzokinetik Kuvvetin Sprint Süratine Etkisinin Araştırılması. *İ.Ü. Spor Bilimleri Dergisi*, 11(3), 157-161.
- Talimciler, A. (2008). Futbol değil iş: endüstriyel futbol. *İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi*, 26, 89-114.
- Tamer, K. (2000). *Sporla fiziksel ve fizyolojik performansın ölçülmesi ve değerlendirilmesi*. Ankara: Bağırhan Yayinevi.
- Türkmen, S., Çelik, A., Tunar, M., Tok, İ., Tatlıbal, P., & Ada, E. N. D. (2010). Parademik program öğrencilerinde beden eğitimi ve güç geliştirme dersinin vücut kompozisyonu ve fiziksel performans üzerine etkileri. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 4(2), 125-130.
- Young, W., Clothier, P., Otago, L., Bruce, L., & Liddell, D. (2004). Acute effects of static stretching on hip flexor and quadriceps flexibility, range of motion and foot speed in kicking a football. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 7(1), 23-31.
- Young, W., Gulli, R., Rath, D., Russell, A., O'Brien, B., & Harvey, J. (2010). Acute effect of exercise on kicking accuracy in elite Australian football players. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 13(1), 85-89.
- Ziyagil, M. A., Zorba, E., & Kahraman, K. A. (2010). Futbolcularda yapısal özelliklerin sürat yeteneğine etkisi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 1(1), 1-10.

EXTENDED ABSTRACT

Players physical, physiological, plays an important role in determining the motor and technical skills competition results in many sport branches. According to the studies they usually have the effect of development or training of players in some performance parameters of the model applied to the motor skills of the players are dealt with the relationship with each other. However, the technical performance of players in some motor skills are important determinants of shooting, passing and dribbling performance were seen to be addressing the impact of research findings is particularly limited in literature. There are basically made two purposes of this study. This purpose of dribbling in soccer players with some motor skills in the first to examine the relationship between rust and not smash drawing performance. Question of the scope of this aim technical skills affect motor skills levels were also evaluated. Another aim of the research, which will make other sport science research in this area is to provide people with the foresight on this issue and coaches.

The universe of research constitutes Burdur players who play football in the amateur football clubs in the city center. Research universe will be represented in the sample group of the universe because it is not possible to reach the entire universe has been selected. In this context, the method chosen by coincidence in the universe of the sample consisted of 26 male soccer players of research and Burdur in different amateur football club playing in the city center. Validity and reliability of data collection methods in the literature in the field and laboratory research methods of measurement used are tested in previous studies.

In the analysis of data obtained was used SPSS 22.0 for Windows software. Participants age, height, weight, to determine the average scores for their motor skills and football skills of descriptive statistics (mean and standard deviation) were used. Participants motoric properties to determine their relations with relations with each other and soccer skill points from the Pearson correlation analysis was used. Motor features simple regression analysis to examine the effect of individual football skill points, more than one motor feature to look at the effect of football skill points is simple and multiple regression analysis were used.

In the end of research, there were significant relationship among only anaerobic power, leg strength, balance, speed and flexibility performances with shot, dribbling and pass the ball performances when they were handled independently each other ($p < 0,05$). There was no significant relationship among shot and pass the ball with coordination level ($p > 0,05$), on the other hand, there was significant relationship between dribbling performance and coordination level ($p < 0,05$). Football players had, on pass the ball, shot, and dribbling performances were evaluated, it was established that flexibility, balance, anaerobic power, and speed performances did not affect pass the ball, shot and dribbling performances at significant level ($p > 0,05$). Similarly, it was established that both coordination and leg strength level did not affect pass the ball and shot performances at significant level ($p > 0,05$). Notwithstanding, leg strength and coordination level were factors affecting dribbling performance ($p < 0,05$). In addition to, it was established that speed, leg strength, balance, anaerobic power and coordination level as a whole affected dribbling level significantly ($p < 0,05$). Notwithstanding, it was established that balance, anaerobic power, speed, leg strength and coordination level as a whole did not affect pass the ball and shot performances significantly ($p > 0,05$).

As a result, the motor features in the game have an impact on technical skills alone are not always possible. However, specific technical skills of soccer as a whole have improved properties when the motor of the footballer said could affect significantly addressed. Indeed, obtained in research and stack the research findings it showed that this idea of the many research results also show parallels in the literature. Therefore, the evaluation of technical skills football players, if some technical skill deficiencies in the application must be considered if the motoric development benefited from training in the development of these technical skills.

W.A.MOZART, KLARNET KONÇERTOSU, STADLER ve BASSET-HORN

W.A. MOZART, CLARINET CONCERT, STADLER and BASSET-HORN

Halil Emrah Öztürk*
Serbest Araştırmacı
*e-mail: tommyannelies@gmail.com

ÖZET

Wolfgang Amadeus Mozart, Bestelediği konçertoları çevresindeki arkadaşı olan ve iyi icracılar için yazdı. Örnek olarak, Fagot Konçertosu'nu Freiherr Thaddäus von Dürnrtz'e, Obua Konçertosu'nu Giuseppe Ferlendis için bestelemiştir. Başka bir Fagot Konçertosu yazmamasının sebebi, sadece bir fagot icracısı arkası olmasıdır. Mozart'ın klarnet ile ilk tanışmasından sonra, bu enstrümanı bir çok senfonisinde kullanmış, oda müziği eserleri dahil olmak üzere besteler yapmıştır. Klarnet Konçertosu (K.622) da dönemin önde gelen basset horn ve klarnet icracısı olan Anton Stadler (1753-1812) için bestelemiştir. Aynı zamanda 'Klarnet Trio' (K.498), 'Klarnet Quintet' (K.581) ve 'Piano ve Nefesli için Beşli' (K. 452) yine Stadler için bestelenmiş eserlerdir. Buna karşılık olarak, Stadler Konçerto'nun ilk seslendirişini bizzat kendisi 16 ekim 1791 yılında Prag'da gerçekleştirmiştir.

Anahtar Kelimeler: Mozart, klarnet, stadler,basset-horn

ABSTRACT

Wolfgang Amadeus Mozart (1756-1791) generally composed instrumental concerto for the specific players. In the case of his bassoon concerto, he had written for bassoon player Freiherr Thaddäus von Dürnrtz, and his oboe concerto for Giuseppe Ferlendis. Mozart did not have any other occasion to compose any other bassoon concerto because he befriended only with one bassoon player. After he first heard the basset-horn, he used this instrument in many of his symphonies and he composed works for this instrument in chamber music genre. Mozart dedicated his Clarinet Concerto (K.622) to Anton Stadler (1753-1812) who was an important clarinet player of his time and Mozart's good friend. Also, his 'Clarinet Trio' (K.498), 'Clarinet Quintet' (K.581) and 'Quintet for Piano and Winds' (K. 452) are dedicated to Stadler. Therefore, Stadler first performed the A major Clarinet Concerto on October 16, 1791 in Prague.

Key Words: Mozart, clarinet, stadler, basset-horn

JEL CODE: I20

GİRİŞ

W.A. Mozart

Wolfgang Amadeus Mozart, klasik dönem bestecileri arasındaki önemli ve en verimli bestecilerden biridir. 1756 yılında Salzburg, Avusturya'da doğmuştur. Keman icracısı ve besteci olan babası Leopold Mozart (1719-1787) tarafından küçük yaşlarda müzik eğitimine başlamış ve diğer kardeşlerine göre daha hızlı ilerleme sağlamıştır. Beş yaşındayken virtüöz düzeyinde klavye çalabilen Mozart, sekiz yaşında ilk senfonik eserlerini bestelemeye başlamıştır. Avrupa'nın bir çok şehrini babası ile beraber dolaşma fırsatı bulan genç Mozart, buralarda babası tarafından tanınmış akademisyen ve müzisyenlere yeteneğini sergilemiş ve büyük hayranlık uyandırmıştır. Yedi yaşından onbeş yaşına kadar sürekli avrupa turlarında bulunmuş ve tanıştığı diğer besteci ve icracılardan müzik fikirleri almış, bu birikimlerle kendi stilini kafasında oluşturmaya başlamıştır.

Onyediy yaşına gelen Mozart, Salzburg'ta saray müzisyenliğini kabul etmiş, fakat bir kaç yıl sonra burada aradığını bulamamıştır. Dönemin müzik açısından en önemli şehirlerinden biri olan Viyana'ya taşınmış ve eserlerinin büyük bölümünü burada bestelemiştir. J.S. Bach, J. Haydn ve özellikle Beethoveen'in ilk zamanlarından etkilenmiş, fakat bu etkilileşimle kendi bestecilik şeklini oluşturmuştur.

1791 yılında romatizma ateşlenmesi sonucu 35 yaşında hayata gözlerini kapatmıştır. 35 yıllık kısa hayatında oldukça verimli bir klasik dönem bestecisi olan Mozart, hayatı boyunca 626'dan fazla eser bestelemiştir (orkestra eserleri, senfoniler, operalar, konçerto ve sonatlar, oda müziği eserleri, piano için solo eserler, düetler, marşlar, koro eserleri, danslar ve dini içerikli besteler).

Ölmeden önceki son yılında bile Mozart hala bestelenmeye devam etmiştir. Son besteleri arasında; 'Sihirli Flüt Operası', 'Yaylı Çalgılar için Beşliler', bitiremediği 'Requiem' ve son konçertosu olan 'Klarnet Konçertosu' bulunmaktadır.

Anton Stadler ve Klarnet Konçertosu

Mozart'ın klarnet'e olan ilgisi küçük yaşlardan gelmektedir. Koyu ve tok tonu, aynı zamanda teknik çabukluğu ile bestecinin ilgisini çekmiştir. Hatta bir mektubunda babası Leopold'a şöyle ifade eder; *Eğer klarnetimiz olsaydı, senfonilerdeki flüt, obua ve klarnet uyumundaki etkiyi hayal bile edemezsin* (Brymer 1977). Bahsedilen mektubu, 1777 ve 1778 yılları arasında Mannheim'da klarnet sesini ilk duyduğunda yazmıştır. O dönemde klarnet yoğunlukla Viyana'da bulunmakta ve sadece orkestraların tahta nefesli grubu üyeliğinden öteye gitmemiştir. Bu sebepten dolayı Mozart bu enstrümanı ancak son dönemlerinde verimli bir şekilde kullanabilmiştir.

Stadler'in klarnet (Basset klarnet) üzerindeki icra yeteneğini duyduktan sonra klarnet için konçerto yazmaya karar vermiştir. İlk önce deneme amaçlı olarak klarneti 1781 yılında bestelediği 'Gran Partita' ve daha sonra iki operasında kullanmıştır (*La Clemenza di Trio* ve *Sihirli Flüt*). Mozart Klarnet Konçertosu'nu 1789 yılında bestelemeye başlamış, fakat daha sonra çalışması durdurup, Stadler'in basset klarneti için tekrar üzerinde çalışıp 1791 yılında bitirmiştir.

Basset-Horn, Basset Klarnet ve Klarnet

Basset-horn 1770 yılında ismi bilinmeyen alman bir estrüman yapımcısı tarafından yapılmıştır. Klarnet ailesinden olmakla beraber günümüzde kullanılan klarnetten daha kalın ve geniş ses aralığı ve daha koyu bir tona sahiptir. Aşağıdaki şema 1'de basset-horn açıkça görülmektedir.

Şema 1:



Basset-Horn

Konçerto orjinal olarak Basset-Horn için G-Majör (Sol-Majör) tonunda yazılmıştır. Orkestra dağılımında solo klarnete iki flüt, iki fagot, iki korno ve yaylı çalgılar eşlik etmiştir. 1791 yılında Mozart konçertoyu bitirdiğinde, Stadler eserde bazı ses aralığı problemleri tespit etmiş ve, enstrumana ek sesler ekleyip Basset-Klarnet'i oluşturmuştur. Bahsedilen Basset-Klarnet aşağıdaki şema 2'de görülmektedir.

Şema 2:



Basset-Klarnet

Mozart daha sonra bu enstrumana Stadler'in klarneti ismini vermiştir. Stadler'in isteği üzerine Basset-Horn'a kalın mi-bemol, re, do diyez ve do notaları enstruman yapımcısı Theodor Lozt tarafından eklenmiştir. Aynı zamanda Stadler'in orkestralarda genellikle kalın sesler içeren ikinci klarnet partilerini icra etmeyi sevmesi, enstruman üzerine bahsedilen kalın sesleri eklemesine neden olmuş olabilir. Mozart'ın orjinal nüshasında bulunan kalın notaların çalınabilir hale getirme çabasıyla Basset-Klarnet meydana gelmiş ve günümüz La-Klarnet'in temelini atmıştır.

Sebebi anlaşılamayan bir biçimde Mozart'ın Klarnet Konçertosu'nun orjinal nüshası günümüze kadar ulaşamamış, kaybolmuştur. Bu talihsiz durum üzerine konu ile ilgili varsayımlar öne sürülmüştür. Alman yazar Wolfgang Hildesheimer (1916-1991) "Mozart" isimli kitabında kayıp olan orjinal el yazımını için şöyle demiştir; "*Klarnet Konçertosu'nun asıl Nüshası kayıptır. Mozart'ın iyi dostu Stadler bu konuda tamamiyle suçsuz olmayabilir; büyük olasılıkla orjinal nüshanın kaybolmasına göz yummuş, yazılmış ve basılmış küçük eserleri kendisininmiş gibi göstermiş olabilir*"(Hildesheimer 1982).

Mozart'ın Klarnet Konçertosu Basset-Horn (Basset-Klarnet)'ten sonra, 1801 yılında ismi kayıtlarda bulunamayan kişi tarafından günümüzde kullanılan La-Klarnet'e uyarlanmıştır. Tabii ki bu uyarlama ile konçerto klarnet literatüründeki yerini almıştır. Aşağıdaki şema 3'te günümüz La-Klarnet Görülmektedir.

Şema 3:



La-Klarnet

Klarnet Konçertosu Mozart'ın ölümünden önce yazdığı son konçertodur. Klasik son dönem Mozart sitilini taşır. Solo enstruman ve eşlikçi orkestra arasındaki ilişki birbirlerine çok yakındır. Başka bir deyişle, klarnet'in icra ettiği müzikal cümleyi orkestra da icra etmektedir. Konçerto klarnet literatürünün en önemli eserlerinden biri olarak kabul edilir. Breitkopf & Härtel ve diğer yayımcılar tarafından 11 yıl içinde eser son haliyle, yani, fazla olan kalın notaların çıkarılmış versiyonu ile yayımlanmışlardır. Stadler'ın eserin orjinal nüshasının kaybetmesinin ardından, eserin orjinal olup olmadığı tartışmaları başlamıştır. Önde gelen klarnet üreticileri (Selmer, Buffet Crampon ve Leblanc) konçertonun bilinen orjinaline sadık kalarak Basset-Klarnet üretmiş, Sabina Meyer ve Charls Neidich konçertoyu Basset-Klarnet ile kaydını yapmışlardır.

KAYNAKLAR

- Brymer, J. (1976). *Clarinet*. New York: A Division of Macmillan Publishing.
- Einstein, A. (1961). *Mozart: His Character His Works*. New York: Oxford University Press.
- Brymer, J. *Clarinet*. New York: A Division of Macmillan Publishing Co., Inc, 1977. P. 8
- Komroff, M. (1961). *Mozart*. New York: Alfred A. Knopf, Inc.
- Landon, H.C. R. & Donald, M. ed. (1969). *The Mozart Companion*. New York: Barrie Books Ltd.
- http://ezproxy.marshall.edu:2102/shared/views/article.html?from=search&session_search_id=865183722&hitnum=2§ion=music.26509_ Accessed: December 10, 2005
- Hildesheimer, W. *Mozart*. New York: Farrar Straus Giroux, 1982, p.353.
- Rendal, F. G. (1971). *The Clarinet*. 3rd ed. New York: W.W. Norton & Company Inc.
- Roeder, T. M. (1994). *A History of The Concerto*. Portland, Oregon: Amadeus Press.
- Weston, P. (2002). *Clarinet Virtuosi of The Past*. Reprint edition. England: The Panda Group.

EXTENDED ABSTRACT

Wolfgang Amadeus Mozart (1756-1791) generally composed instrumental concerto for the specific players. In the case of his bassoon concerto, he had written for bassoon player Freiherr Thaddäus von Dürnrtz, and his oboe concerto for Giuseppe Ferlendis. Mozart did not

have any other occasion to compose any other bassoon concerto because he befriended only with one bassoon player. After he first heard the basset-horn, he used this instrument in many of his symphonies and he composed works for this instrument in chamber music genre. Anton Stadler (1753-1812) was Mozart's good friend and their friendship never finished. Noticeably, Anton Stadler was an excellent clarinetist and basset-horn player. Also, he was a composer. After composing Mozart's concerto for the clarinet K.622, he dedicated the work to Stadler. It was not just clarinet concerto that Mozart wrote for Stadler. He wrote Quintet for Piano and Winds, K. 452, the Clarinet Trio, K. 498, and the Clarinet Quintet, K. 581. According to Mozart, during in his time, Stadler had appealing clarinet tone and excellent clarinet technique. Also, Mozart was overjoyed when he spent time with Stadler, because he had already agreed upon his talent as a wonderful musician and the clarinet player of his time. Mozart dedicated all of his clarinet compositions, including solos for his good friend Stadler. Therefore, Anton Stadler performed all of Mozart's clarinet compositions. Moreover, Stadler was quite an inventor who came up with the new instrument called the basset-clarinet, which had warm alto sound.

The basset-horn and the bass clarinet both invented around 1770 and made from German maker that who is unknown. The basset-horn came from clarinet family and it has lower range and different tone timbre than clarinet. In example 1, one can see the shape differences between Basset-horn and Basset-clarinet. Meanwhile, there was no clarinet player in Salzburg's court orchestra until 1777. After that, Anton Stadler and his brother Johann Stadler they both were clarinet player and they added to orchestras in Salzburg. Mozart first used clarinet in his Divertimento K. 113. When he first heard basset-horn's tone, after that, it became one of his favorite instrument, and he used it almost all compositions and wrote some music for it. He added clarinet in his G minor symphony K. 550 for his close friend Stadler and *La Clemenza di Tito* has clarinet solos. In addition, he wrote five trios for voices and they accompanied with clarinets and basset horn. He wrote quintet K 581, in 1789, and after he completed the quintet he started to composed concerto for clarinet.

Mozart started to write A major clarinet concerto in 1789, but he stopped to write it in the middle of the first movement and after that he continued to write it again for Stadler's new basset clarinet and finished it in 1791. Mozart and Anton Stadler became a very good friend and their relationship started in late 1780's. Also they were both freemasons, an organization that is based in the philosophy of humankind. After they became a good friend, Mozart began to compose works for clarinet and consulted Stadler for some playing techniques. Those compositions performed by Anton Stadler in Mozart's presence. Stadler first performed the A major clarinet concerto on October 16, 1791 in Prague. In this time Prague was a particular popular town for clarinet. In Vienna, the clarinet was not acceptable as a solo instrument. Especially, Mozart's last symphonies have no clarinet parts because those symphonies had written for Vienna and the clarinet was not popular instrument around Vienna court.

Mozart's A major clarinet concerto has Mozart's unique style, which he completed it during to his last years. For that reason, one can see his late compositional style in this concerto. The other specialty of clarinet concerto, which mentioned previously, is that Mozart's last completed work for specific instrument. Unfortunately, his manuscript is lost; however, later edition of A major clarinet concerto occurs from the time that it published after Mozart's dead to the present day.

İLKÖĞRETİM BİRİNCİ DEVRE ÇOCUKLARININ TEMEL HAREKET BECERİLERİNİN GELİŞTİRİLMESİNDE RİTİM VE MÜZİK EĞİTİMİNİN İLİŞKİSİ

THE RELATION BETWEEN RHYTHM AND MUSIC EDUCATION IN THE IMPROVEMENT OF BASIC MOVEMENT SKILLS OF PRIMARY SCHOOL STUDENTS OF 1-4TH GRADES

¹Zeynel TURAN*, ²Fisun KÖSE, ³Hatice ÇAMLIYER

¹Yüzüncü Yıl Üniversitesi Türk Müziği Devlet Konservatuvarı

²Celal Bayar Üniversitesi Eğitim Fakültesi

³Celal Bayar Üniversitesi Beden Eğitimi Spor Yüksekokulu

*e-mail:zeynelturan@hotmail.com

ÖZET

Bu araştırmanın amacı, ilköğretim birinci devre çocuklarının temel hareket becerilerinin geliştirilmesinde ritim ve müzik eğitiminin ilişkisini incelemektir. Bu çalışmada tarama modeli kullanılarak, ilköğretim birinci devre çocuklarında ritim, müzik eğitiminin önemi ve gereği üzerine durulmuştur. Ayrıca, ilköğretim çağı çocuklarının hareket gelişimlerinde gerekli olan temel hareket eğitiminin önemi ile ilgili yazılmış makaleler incelenmiş ve konu ile ilgili anlamlı bir senteze varılmaya çalışılmıştır. Okul öncesi dönemdeki müzik ve ritim eğitiminin önemi hakkında yapılan çalışmaların yoğunluğu göz önüne alındığında, ilköğretim döneminde müzik ve ritim eğitimi vurgulayan çalışmaların sayıca yok denecek kadar az olması bu durumu incelemeyi değer kılmaktadır. Gerek uygulamalı gerekse gözleme dayalı yapılan birçok çalışmada ilköğretim dönemi çocuklar için müzik ve ritim eğitiminin önemi vurgulanmış, ancak temel hareket becerilerinin geliştirilmesi ile ilgili yapılmış çalışmalara pek fazla rastlanılmamıştır. Konuya ilişkin yaptığımız bu tarama çalışmasında, ritim ve hareket bağlantılarının önemi vurgulanmıştır. Ayrıca, yapılan bu çalışmanın konuyla ilgili daha sonra yapılacak uygulamalı çalışmalara ve alanda çalışma yapacak diğer araştırmacılara da ışık tutacağı düşünülebilir.

Anahtar Kelimeler: Çocuk, Temel Hareket, Müzik, Ritim

ABSTRACT

The purpose of this study is to examine the relation between rhythm and music education in the improvement of basic movement skills of primary school students of 1-4th grades. In this study combing method has been applied and the importance of music and rhythm education for students of these grades has been addressed. Articles on the importance of basic movement education for these children have been studied and a reasonable synthesis has been tried to be attained. When compared with the density of such an education for pre-school period, the number of studies signifying the importance of music and rhythm education during primary school period is rather insignificant, thus making such a study valuable. The importance of music and rhythm education for primary school students has been emphasized both through applied and observational studies, yet studies concerning basic movement have not sufficiently been referred to. In our combing-method study, the importance of the link between rhythm and movement has been emphasized. In the meantime, it can be regarded as a useful study as it may shed light on applied studies to be carried out and it may as well be helpful to researchers in the field.

Keywords: Child, Basic Movement, Music, Rhythm

JEL CODES: I20, L83

GİRİŞ

Çağdaş insan bilimleri insan Varlığı'nın "hareket"e göre yapılandığını göstermektedir. Bütün insanlar için vazgeçilmez olan hareket çocuk için çok daha büyük bir ihtiyaçtır. Çünkü çocukluk dönemi insan Kişiliği'nin gelişim sürecinde en önemli evredir; bu süre harekete dayanan oyun ve spor ile kurulur (Unesco, 2005).

Bedensel becerilerin geliştirilmesinde uygulanacak her türlü tekniğin temelinde ritim vardır. Düzenli hareketler, sinir sistemi ve hareket isteminin bir kurallar dizisi içinde meydana geldiği kompleks olaylardır. Bu kompleks içinde hareketin ritmi başlı başına önem taşımaktadır. Çünkü hareketlerin akışındaki düzeni sağlayan ritimdir (Gerek, Katkat, 2006).

Ritim, Latincede akış demektir. Ritim, hareketin sayılarla anlatımıdır, bir sayı dilidir (Toksoy, Beşiroğlu, 2006). Ritmi; güçlü ve zayıf vuruşların, düzenli aralıklarla, sesli veya sessiz zamanlarla, çeşitli aletlere vurarak çıkarılan, düzenli ve akıcı seslerin oluşturduğu bir bütün olarak açıklayabiliriz.

Ritim eğitime başlamak için en uygun dönem anaokulları ve ilkokulun ilk sınıflarıdır. Bu yaşlarda çocuklar rahat ve esnektir. Eğer bu çağlarda çocuklara güzel bir müzik eğitimi temeli oluşturulursa, kazandıkları ritimsel beceriler üzerine ileride daha da gelişmiş, karmaşık beceriler elde edebilirler (Topaç, 2008).

Bu araştırma, ilköğretim programlarında, özellikle temel hareket becerilerinin kazanılmasında, hareketin ritmi ve eğitimi ile ilgili etkinliklerin azlığından yola çıkarak bu alandaki eksikliğin giderilebilmesi amacıyla yapılmıştır. Ayrıca bu çalışmada, İlköğretim birinci devre çocuklarının, Temel hareketler dönemindeki beceri gelişiminde müzik ve ritim eğitiminin ilişkisi üzerinde durulacaktır.

İlköğretim Çağında Ritim, Beden ve Hareket Eğitimi:

Ritme fiziksel tepki verme düşüncesini bir sisteme dönüştüren kişi Jacques Dalcroze'dir. (1865-1950) Dalcroze sisteminin temel hedefi, ritim aracılığıyla beyin ve vücut arasında hızlı ve düzenli iletişim yaratmak ve ritmin hissedilmesini fiziksel bir anlayış biçimi haline getirmektir. Bu nedenle ritim eğitiminin hedefi, beyin, vücut ve duygular arasında denge ve uyumun oluşturulmasıdır (Topkaya, 2011).

Ritim eğitimi, bedeni doğru kullanabilme ve bu sayede çocuğun ruhsal gelişimini olumlu yönde etkilemesi açısından da çok önemlidir. Çocuklarda özgüven, denge, rahatlık sağlayan ritim eğitimi, anaokulları ve ilköğretimin birinci kademesinde (1. 2. 3. sınıflar) eğitimin önemli amaçlarından biri olarak kabul edilebilir (Topaç, 2008).

Hareket, Beden Eğitimi ve Spora ilişkin istendik motor davranışları istenen sayıda ve kalitede gerçekleştirebilmek sadece kassal bir çıktıdan ibaret değildir. Kassal çıktı sadece bir ürün yani sonuçtur. (Şirinkan ve Ark, 2006).

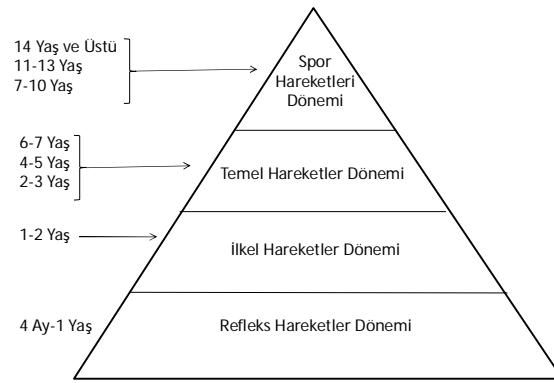
Beden eğitimi ve spor derslerinde amaç her çocuğun aynı seviyede yetiştirilmesi değil, her birinin kendi yeteneklerine göre gelişip büyümesinin sağlanmasıdır. Beden eğitimi derslerinde yaptırılacak hareketler şu veya bu metodun ilkelerine göre değil, çocukların beden ve ruh ihtiyaçlarına, ilgi ve yeteneklerine göre ayarlanmalıdır (29). Amaçlı biçimde düzenlenen temel hareket eğitimi programları, çocuğun duygusal, bilişsel, toplumsal ve psikosomatik yönlerini etkiler. Hareket kavramı, spor, oyun, dans ve keşfedici hareketleri kapsar. Hareketler yolu ile elde edilen bu kazanımlar kendi başlarına bir amaç değil büyüme ve gelişmede sürekli ve etkili temel bir araç olarak düşünülmelidir (Gerek, Katkat, 2006).

Çocuklarda Psikomotor Gelişim Evreleri:

Psikomotor gelişim, yaşam boyu devam eden 'motor' becerilerde ortaya çıkan davranışların kontrol altına alınması sürecidir. Söz konusu olan davranışlar; duyu organları, zihin ve

kasların birlikte çalışması ile ortaya çıkar (Megep, 2007). Psikomotor gelişim, fiziksel büyüme ve merkezi sinir sisteminin gelişimine paralel olarak organizmanın isteme bağlı hareketlilik kazanması olarak tanımlanır. Motor gelişim farklı değişikliklere uğrasa da bireyin tüm yaşamı boyunca devam eden bir süreçtir. Motor gelişim, düzenli bir sıra izler (Tonguç, 2012).

Yeni psikomotor davranışlar öğrenilmesi için geç kalınmamalı ancak, zamanından önce de yeni davranışlar için çocuklar zorlanmamalıdır. Bunun için birincil koşul, motor gelişim dönemlerini bilmenin yanında öğrencilerin olgunluk ve hazır bulunuşluklarını izleyerek onların ön öğrenme davranışlarını gözlemlemektir (Topkaya, 2011).



Şekil1: Gallahue'nin piramit modeli (1982)

6-7 Yaş Temel Hareketler Dönemi:

Okul öncesi çocuğu, artık kendi bedeni üzerinde denetim yapabilecek duruma gelmiştir. 6-7 yaşından başlayarak hemen tüm duyu organları gelişmiş olan çocuk, okulda yapılacak eğitim-öğretim etkinliklerini izleyebilecek bir olgunluğa erişmiştir. Vücuttaki organların eşgüdüm içinde çalışması, tepki hızı, güç-kuvvet, denge ve esneklik gibi yönlerden çocuğun gelişiminde hareket ve oyun eğitimi konuları derslerinde büyük katkılar sağlayabilir. Gerek okul öncesi gerekse temel eğitim-çalışında oyun, çocuğun yalnız devimsel gelişimi için değil; zihinsel, duygusal, toplumsal gelişimi gibi yönlerden de değerli bir eğitim aracıdır (Özdenk, 2007).

Sporla İlgili Hareketler Dönemi:

Bu dönem, genelde 7 yaş ve yukarısını kapsar. İlkokul çocukları, yeni beceriler kazanmaktan çok daha önce kazandıkları temel becerileri daha akıcı ve doğru olarak ortaya koyarlar. Yedi yaşından on yaşına kadar olgunlaşmış olan temel becerilerini birleştirerek sporla ilgili beceriler de kullanma başlar. Hareketler giderek daha karmaşık ve spor türüne özgü seçilmeye başlanır. Hareket becerilerinde uzmanlaşma, temel hareketler döneminin sonucudur. Bu dönem, temel dengeleme, lokomotor ve manipülatif becerilerin aşamalı olarak incelik ve estetik kazandığı bir dönemdir. Bu yaşlardaki çocukların motor gelişim düzeyleri "Özel hareket becerileri evresi" olarak tanımlanan evrededir. Bu yaş döneminde açık beceri formunda çok sayıda hareket alıştırmalarının öğrenilmesi ve pekiştirilmesi mümkündür. Kız çocuklardaki motor öğrenme yeteneği en üst düzeydedir. Erkeklerde ise bu dönemin sonlarına doğru bir değişim ve sıçrama söz konusudur (Sığırtmaç, 2002).

Beceri, bir tür manipülatif verim olup organize edilmiş koordineli hareketler dizisidir. Aynı zamanda edinilmeye çalışılan hareket amaca yönelik ve içinde bulunulan şartlarla uyumlu olmalıdır. Beceri, minimum enerji ve zaman harcayarak maksimum kesinlikte sonuçların önceden belirlenebilmesi yeteneğidir (Kartal, 2012).

Psikomotor Beceri; Bireyin büyük ve küçük kaslarını kullanımını içermektedir. Büyük kas becerileri olan; yürüme, koşma, denge, dönme, eğilme, salınım, küçük kas becerileri olan; eli ve ayağı kullanma becerilerini ve nesne kontrol becerilerini kapsamaktadır. Bireyin fiziksel yapısında ve sinir kas işlevlerindeki değişim süreçlerini kapsayan faktörde psikomotor beceriler olarak adlandırılmaktadır. Psikomotor beceriler, bireyin becerilerinin kazanılması ve becerilerde azalma gibi tüm fiziksel becerilerle ilgilidir (Özdenk, 2007).

Gürsel ve Yıldız (2008), Gallahue ve Ozmun'a göre bir beceri, acemice, başlangıç ve olgun seviyelerde yapılır. Vücut hareketlerinin tamamı parçalara bölünür ve kolun, başın ayakların pozisyonu üç farklı seviyede tarif edilir. Örnek olarak sek sek hareketi 3 yaşında bir çocuk için acemi seviyede, 5-6 yaşındaki bir çocuk için başlangıç seviyesinde ve 7 yaşında bir çocuk için ise olgun seviyede değerlendirilebilir. Yapılan beceri çocuğun yaşına göre değil, seviyesine göre değerlendirilir. Böylece çocuğun temel bir hareketi yaptığı ustalık derecesi belirlenir (Gerek, Katkat, 2006).

Müzik ve Ritim Eğitimi ile Temel Hareket Gelişimi

Çocukların vücut koordinasyonu ve kas gelişiminde etkili olan müzik, aynı zamanda çocukların bedenlerine hâkim olmalarını sağlayarak özgüvenlerinin gelişimine iyi bir benlik imajı kazanmalarına yardımcı olmaktadır. Farklı türlerde müzik ile hareket etme, çocukların bedenlerini kullanarak, farklı müziklere göre farklı hareketler yapabileceklerini anlamalarına yardımcı olmaktadır (Sığırtmaç, 2002).

Çocuğa müzik eğitimi vermeğe çalışırken özellikle anaokulu ve ilköğretimin birinci sınıfında kullanılan yöntemler büyük önem kazanmaktadır. Bunlardan biri olan "ritim eğitimi" çocukta zaten var olan ritim duygusunu ortaya çıkarmak, geliştirmek ve müziği öğrenme sürecini, daha hızlı ve zevkli hale getirmek açısından önemlidir. Eğer bu çağlarda çocuklara güzel bir müzik eğitimi temeli oluşturulursa, kazandıkları ritimsel beceriler üzerine ileride daha da gelişmiş, karmaşık beceriler elde edebilirler (Şirinkan ve Ark, 2006).

Çalışmaya birinci sınıftan başlama olanağı varsa bu sınıf seviyesinde, ritim ve hareket eğitimi ile ilgili temel kavramların "oyun" kurgusu içinde ağırlıklı olarak verilmesi daha uygun olacaktır. Çocuklar öncelikle kendi bedenlerini kullanarak, ritim, tempo, tını gibi müzik öğeleri hakkında deneyim kazanmışlardır. Bu çalışmanın ritmik algıyı ve ritim duygusunu geliştirme yolunda önemli katkılar getirdiği söylenebilir. Çalışmanın ritim çalgıları ile desteklenmesi ilgiyi artırdığı kadar, çocukların bu çalgılarla ilgili temel teknikleri kazanmalarına da yardımcı olmuştur. Dördüncü sınıflarla diğer iki sınıf seviyesi arasında, hazır bulunuşluk ile motor beceriler açısından belirgin farklar vardır. Özellikle ritim ve hareket eğitimi anlamında çok olumlu sonuçlar elde edilmiştir (Toksoy, Beşiroğlu, 2006).

İlköğretim döneminde ritim eğitiminin çocuklarda sadece müzik sevgisinin gelişmesine değil, aynı zamanda psikomotor davranışlarına büyük katkı sağladığı gözlemlenmiştir. Bunun en önemli nedeni ritim eğitiminin temelinde yatan konsantre olabilme ve disiplinli hareket edebilme yetilerinin çocukların üzerinde yarattığı olumlu etkinin, çocuğun günlük hayatına ve sportif becerilerindeki başarısına yansması olarak nitelendirilebilir (Kartal, 2012).

Öğrenciler fiziksel hareket becerileri tatbik ederken, her becerinin bir ritmi olduğunun farkına varmalıdırlar (Sığırtmaç, 2002). Ülkelerin birçoğunda Öğrencinin spor, sanat, beceri ve değerler eğitiminin küçük yaşlarda başladığı ve eğitim sürecinde artarak geliştiği görülmektedir. AB’de en erken yaştaki (3 yaş) okullaşma İrlanda’da görülmektedir. 3–5 yaşındaki çocuklara verilecek eğitim daha çok sanat, spor ve beceri odaklı olmaktadır (Türk Eğitim Sen, 2010).

Ülkemizdeki okulların ders programları içerisinde öğrencilerin psikomotor (devinişsel) davranışlarının gelişmesine katkı sağlayacak olan müzik ders saatleri, günümüz eğitim sisteminde özelliklerine göre farklı yapıdadır. İlköğretim 1. 2 ve 3. sınıflarda haftada ikişer saat, 4, 5, 6, 7. ve 8. sınıflarda haftada birer saat Müzik Eğitimi yapılmaktadır (Unesko, 2005).

İlkokullarda beden eğitimi ve spor derslerinin temel sportif eğitimden yoksun sınıf öğretmenlerince işlendiği göz önüne alınırsa yetersiz olan mevcut uygulamalarında ne derece sağlıklı olacağını düşünmemiz gerekir (Tufan, Sökezoğlu, 2009).

Sınıf öğretmenleri ilköğretim I. kademedede beden eğitimi dersini %98.5 oranında yararlı görürken, %64’ü okullarda beden eğitimi dersinin amacına uygun işlenmediğini, %47’si kendilerini bu derste başarılı bulmadıklarını, %54.4’ü formasyon eğitimi ihtiyacı duyduklarını, %89.8’i bu dersi branş öğretmenlerinin yürütmesi gerektiğini belirtmişlerdir (Türk Eğitim Sen, 2010).

Güler (2006), öğretmenlerin tamamına yakını programda müzik etkinliklerinin önemli olduğunu, ancak etkili gerçekleşmediğini düşünmektedir. Bunun yanında öğretmenlerin temel müzik bilgileri ve örnek etkinlik uygulamaları, enstrüman çalma becerisi, müziğin drama ile kullanımı, müzik etkinliklerinde kullanılan yöntem ve teknikler, dağarcık geliştirme ve okulöncesi müzik türleri, sınıf yönetimi, müzik etkinliklerinin diğer etkinliklerle kullanımı, bireysel ve yaratıcı müzik etkinlikleri, müzik etkinliklerini gözlem aracı olarak kullanımı gibi konularda eğitim gereksinmelerinin olduğu saptanmıştır (Özdenk, 2007).

SONUÇ

Milli Eğitim müfredatındaki okul öncesi ve İlköğretim sınıfları programına bakıldığında, bu programların, çocuklara temel motor becerileri kazandırmaya ve geliştirmeye yönelik hazırlandığı görülmektedir. Ancak yaptığımız araştırma gösteriyor ki, öğretmen yetiştiren kurumlarda ağırlık verilen konular, belli başlı akademik becerilerin üzerine kurulu olması, öğretmen adaylarının müzik, ritim ve hareket eğitimi gibi becerilerinin gelişmemesine ve kendilerinde var olan potansiyel becerilerinin farkına varamadan mezun olmalarına neden olmaktadır. Bu durum, hareket ihtiyacı giderilememiş, temel hareket becerilerinden yoksun, sağlıklı bireylerin yetişmesine sebebiyet vermektedir.

Okul öncesi dönemden başlayarak, ilköğretim döneminde devam eden ritim ve müzik eğitiminin, çocukların bilişsel, duyuşsal, sezgisel ve psikomotor davranışları üzerinde olumlu etkileri olduğu birçok çalışmada vurgulanmıştır. Ayrıca, okul öncesi dönemdeki müzik ve ritim eğitiminin önemi hakkında yapılan çalışmaların çokluğu göz önüne alındığında, ilköğretim dönemi çocuklarında müzik ve ritim eğitimi vurgulayan çalışmaların sayıca yok denecek kadar az olması hayli şaşırtıcı bir durumdur. Gerek uygulamalı gerekse gözleme dayalı yapılan birçok çalışmada ilköğretim dönemi çocuklarında müzik ve ritim eğitiminin önemi vurgulanmış, fakat konuyla ilgili yapılmış çalışmalara pek fazla rastlanılamamıştır.

İlköğretimin birinci kademesinde, ritim tanımını, bilinen basit ritim kalıplarını, ritim aletlerini tanıtarak, çocukların ritim oluşturmaları ve ritim duygusunu kazanmaları sağlanmalıdır. Beceriyi, organize edilmiş koordineli hareketler dizisi ve bir tür lokomotor veya manipülatif çıktı olarak açıklayacak olursak, tıpkı müzikteki ritim gibi her hareketin birbiriyle uyumlu, akıcı ve birbirini doğru olarak izleyebilmesi gerekmektedir. İlköğretimin sporla ilgili hareketler döneminde ise hareket ve ritim birlikteliğini uygulayarak çocuklara hareket eğitimi verilmelidir. Bu dersi aldıktan sonra çocuk, duyduğu her ritmi daha çabuk algılayarak, kendi bedeni ile yapabileceği hareketlerin farkına varabilir, ritim kalıplarını hareketle birleştirerek sportif becerileri daha çabuk öğrenebilecektir.

Özelleşmiş ritmik hareket kalıpları, dans ve ritmik cimnastik branşlarında daha çok görülmektedir. Temel hareket ve özelleşmiş hareket kalıpları kazanan bir çocuğun gelecekte; örneğin, basketbol branşına yönelebileceği varsayılabilir. Bu bağlamda; ritim ve müzikle birlikte aldığı temel hareket eğitimi de çocuğu dans etkinliklerine yönlendirebilir. Ancak, yetişkinler arasında dans etkinliklerine katılım azlığı ve katılımcıların öğrenme güçlüğü çekişinin gözlenmesi, bu eğitimi çocuk yaşlarda almadıkları görüşünü güçlendirmektedir.

Çağdaş müzik eğitimcisi Dalcroze'a göre müzik; ses ve hareketten ibarettir ve sesin kendisi de bir hareket şeklidir, bedenimiz de kemikler, organlar ve kaslardan ibarettir, kaslar da hareket içindir. Mothersole'a göre de "müzik sadece kulakla değil tüm bedenle duyulur" sözü bu gerçeği desteklemektedir.

Düzenli hareketlerin temelinde yer alan yürüme, koşma, sıçrama, galop, sekme, makas, sallanma, savrulma, dönme vb. hareketler, kendine özgü bir ritme sahiptir. Bu hareketlerin öğretiminde kullanılacak başlıca ritim kalıpları (4'lük bir süre içinde) şu şekilde olabilir:



Yukarıda örneklerini sunduğumuz ritim ve temel hareket kalıplarının birleşimiyle birlikte sistematik hareketler zinciri oluşturulabilir. Bu zincirler hareket kalıplarına dönüştürülerek sportif veya rekreatif faaliyetlerin temelinde yer alabilirler. Örneğin:



Zıpla Koş Koş Bas Ga lop Bas Ga lop

Galop hareketinin en açık biçimde görüldüğü spor dalı eskrimdir. Rakibe hamle esnasında kullanılan yer değiştirme hareketi olarak galop, belirgin bir biçimde görülebilmektedir. Çocuklarda temel hareket eğitimi döneminde öğretilecek olan galop hareketi, özelleşmiş hareketler döneminde yönelebileceği dans veya spor dalına özgü hareketleri öğrenme aşamasında oldukça faydalı olabilecektir.

Sonuç olarak; ilköğretim çağı (I.Devre) çocuklarına yönelik beden ve hareket eğitiminin, çocukların fiziksel ve davranış gelişimleri üzerindeki etkilerinin olumlu sonuçları düşünüldüğünde; ritim ve müzik eğitimi, çocuklarda bedeni doğru kullanabilme ve bu sayede temel hareket gelişimini olumlu yönde etkilemesi açısından, çok gerekli olacağı söylenebilir. Öyleyse, çocuğun gelişiminde müzik ve ritim eğitiminin yeri vazgeçilemeyecek derecede önemlidir diyebiliriz.

Öğrencilerimize kazandırmak istediğimiz fiziksel hareket becerilerini öğretme aşamasında, her becerinin aslında kendi içinde bir ritmi olduğunun bilinmesi gerekmektedir. Çocuğa temel hareket eğitimi verirken öncelikle hareketin ritmi öğretilmeli ve ritmik seslendirmesi mutlaka yapılmalıdır. Bu sayede çocuk, yeni beceriler kazanırken, hareketleri ritmik bir sıra ile ardı ardına sıralayabilecektir. Bu durum, beceri öğrenimini kolaylaştıran ve daha aktif hale getiren bir unsurdur. Yetişkinler arasında dans etkinliklerine katılımın azlığı ve katılımcıların öğrenme güçlüğü çekiğinin gözlenmesi, bu eğitimin çocuk yaşlarda alınması gerektiği görüşünü güçlendirmektedir.

KAYNAKLAR

- Arslan, Y., Altay, F., (2008), "*Sınıf Öğretmenlerinin Beden Eğitimi Ders Programı ve Ders Uygulamalarına İlişkin Görüşleri*", Hacettepe J. Of Sport Sciences Spor Bilimleri Dergisi, Cilt 19, Sayı 2.
- Barış, A.D., Özata, E., (2009), "*Sınıf Öğretmenliği Anabilim Dalında Alınan Müzik-Müzik Öğretimi Derslerinin Öğretmenlik Uygulamalarındaki Yansımaları*", Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, Yıl 9, Sayı 18, S 27-42.
- Choi, J., (2007), "*5-6 Yaş Çocuklarına Yönelik Hazırlanan Ritim Eğitimi Programının Çocukta Ritim Duyusunun Gelişimine Etkisinin İncelenmesi*", Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü İlköğretim Ana Bilim Dalı.
- Çamlıyer ve Çamlıyer, 1999, "*Çocuk Hareket Eğitimi ve Oyun*", Can Ofset, İzmir
- Çamlıyer, H., Mavi, H.F., Daşdan, N., Çamlıyer, H., (2005), "*Beden Eğitimi Dersi Uygulamalarında Öğretimi Stil ve Yaklaşımlarının Çoklu Zeka Kuramına İlişkin Kullanımı*", 4. Ulusal Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Sempozyumu, Bursa.
- Doğan, E., (2000), "*Sınıf Öğretmenlerinin Beden Eğitimi Ders Uygulamalarının Değerlendirilmesi*", Yüksek Lisans Tezi, Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İlköğretim Anabilim Dalı.
- Dündar, M., 2003, "*Anaokulu ve İlköğretimin Birinci Sınıfında Ritim Eğitimi*", G.Ü. Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi, Cilt 23, Sayı 2, S-171/180
- Erdal, G., (2005), "*Sporda Performansın Arttırılmasında Müziğin Etkisi*", 4. Ulusal Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Sempozyumu, Bursa.
- Gerek, Z., Katkat, D. (2006), "*Elit Sporcuların ve Sedanterlerin Ritim Duyguları Bakımından Karşılaştırılması*" Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi Spor Bilimleri Dergisi, Cilt 8, Sayı 1.
- Güler, N., 2006, "*Okulöncesi Öğretmenlerin Müzik Etkinliklerini Gerçekleştirme Durumları ve Eğitimin Gereksinimlerinin Belirlenmesi*", Anadolu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Eskişehir.
- Gündoğdu, P., (2006), "*Müzik Öğretmenlerinin Mesleki Yeterliklerinin İncelenmesi ve Değerlendirilmesi*", Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Güzel Sanatlar Eğitimi Ana Bilim Dalı.
- Harmandar, İ.H., (2004), "*Beden Eğitimi ve Sporda Özel Öğretim Yöntemleri*", Nobel Yayın Dağıtım, Ankara.

- Karkın, A.M., Kılıç, I., (2011), **“Oyun, Dans ve Müzik Dersinin Müzik Öğretmenliği Mesleği Açısından Yeri ve Önemi”**, Kastamonu Eğitim Dergisi, Cilt 19, Sayı 1, S 103-112
- Kocabaş A., Seçioğlu, E., 2003, **“İlköğretim 4. Ve 5. Sınıf Müzik Dersinin Gerçekleşme Düzeyine İlişkin Öğrenci Görüşleri”**,Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi, Sayı 8, S 139-155
- Koç, Ş., (1992), **“Hareket Eğitimi ve Spor Üzerine, Madalyonun İki Yüzü”**, Buca Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi, Sayı 1.
- Milli Eğitim Bakanlığı Ortaöğretim Genel Müd. (2009). **“Ortaöğretim Beden Eğitimi Dersi Öğretim Programı (9-12.Sınıflar)**, Bursa.
- Milli Eğitim Bakanlığı MEGEP (2007). **“Çocuk Gelişimi ve Eğitimi, Psikomotor Gelişim”**, Ankara.
- Morgül, M., (2004), **“Evrende Ritim ve Biz”**; Cumhuriyet Bilim Teknik Dergisi, Sayı 878
- Ölçücü, B.,(2007), **“10-14 Yaş Çocuklarda Tenis Becerisinin Gelişimine Etki Eden Faktörlerin Değerlendirilmesi”**, Yüksek Lisans Tezi, Cumhuriyet Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı.
- Özdenk Ç.,(2007), **“6 Yaş Grubu Öğrencilerinin Psikomotor Gelişimlerinin Sağlanmasında Oyunun Yeri ve Önemi”**, Yüksek Lisans Tezi, Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı.
- Şirinkan, A., Şirinkan. S., Çalışkan.E., Kaldırımçı, M.,(2006), **“İlköğretim 1. Kademedeki Görev Yapan Sınıf Öğretmenlerinin, Öğrencilerinin Beden Eğitimi ve Spor İhtiyacını Karşılatabilme Düzeyleri (Erzurum Örneği)**, Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi,cilt 8,sayı 4.
- Toksoy, A.C., Beşiroğlu, Ş., (2006), **“Orff Yaklaşımı Çerçevesinde İlköğretim 1. Kademesinde Müzik ve Hareket Eğitime Başlangıç İçin Bir Model Önerisi”**, İTÜ Dergisi/B Sosyal bilimler, Cilt 3, Sayı 2.
- Topaç, N., (2008), **“Okulöncesi Öğretmenlerinin ve Okulöncesi Dönem Çocuklarının Ebeveynlerinin Müzik Eğitimi Hakkındaki Düşüncelerinin İncelenmesi”**; Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü İlköğretim Ana Bilim Dalı.
- Topkaya, İ.(2007),**“Hareket Beden Eğitimi ve Spor Öğretiminde Öğrenme ve Öğretimin Temelleri”**, Nobel Yayınları, Ankara
- Tufan, S., Sökezoğlu, D., (2009), **“Oyun, Hareket, Dans Ve Ritim Yoluyla Müzik Eğitiminin 7-11 Yaş Grubu Çocuk Yuvası Öğrencilerinin Sosyal Gelişimleri Üzerine Etkisi”**, Ondokuz Mayıs Üniversitesi 8. Ulusal Müzik Eğitimi Sempozyumu.
- Türk Eğitim Sen., (2010), **“Spor, Sanat, Beceri ve Değerler Eğitimi”**, 18. Milli Eğitim Şurası Çalışma Raporu, S 79-98, Ankara.
- UNESCO, **“Çocuğun Oyun ve Spor Hakkı”** UNESCO, Türkiye Milli Komisyonu, Beden Eğitimi ve Spor İhtisas Komitesi, Çalıştayı, Ankara Üniversitesi, 24 Haziran 2005.
- Yıldız Bıçakçı, M., Gürsoy F., (2010), **“Proje Yaklaşımına Dayalı Eğitimin Altı Yaş Çocuklarının Gelişimine Etkisinin İncelenmesi”**, Kastamonu Eğitim Dergisi, Cilt 18, No 1.
- “Gelişim ile İlgili Temel Kavramlar ve Hareket Eğitimi 1”** , <http://bca2.blogcu.com/gelisim-ile-ilgili-temel-kavramlar-ve-hareket-egitimi-1/4725140> Erişim: 12 Kasım 2012 tarihinde alındı
- “Hangi Yaşta Hangi Spor”**, http://www.hurriyet.com.tr/cumartesi/10788264_p.asp, Erişim: 12 Kasım 2012 tarihinde alındı
- Topkaya, İ., **“Hareket, Beden Eğitimi ve Spor Öğretiminde Öğrenme ve Öğretimin Temelleri”**, Nobel yayın, 3. Baskı, 2011

- Sıgırtmaç, A., 2002, “*Müzik Eğitiminin Okul Öncesi Dönem Çocuklarının Gelişim Alanlarına Etkileri*”, <http://egitim.cu.edu.tr/efdergi/makaleler.asp?dosya=207> Sayı 23, Cilt 2, Erişim: 22Kasım 2012 tarihinde alındı.
- “*Sporda Beceri Öğrenimi*” <http://www.sakintaekwondo.com/> Erişim: 09 Kasım 2012 tarihinde alındı.
- Kartal, T., “Çocuklar ve Ritim Eğitimi”, <http://www.ritimci.com/index.php?option=com> Erişim:12Kasım 2012 tarihinde alındı.

EXTENDED ABSTRACT

Rhythm, in Latin means flow and is a languages of number (Toksoy, Beşiroğlu, 2006). The best time to start rhythm training is kindergarten and first grade of elementary (Topaç, 2008). While music education for children, especially the methods used in the first year of kindergarten and primary school is very important. One of them is "rhythm training", children who have already reveal the sense of rhythm, and music enhance the learning process, it is important to make it faster and enjoyable. If at this age children formed the basis of a good musical education, in the future they can get more advanced and more complex skills. (Şirinkan ve Ark, 2006).

The purpose of this study is to examine the relation between rhythm and music education in the improvement of basic movement skills of primary school students of 1-4th grades. In this study combing method has been applied and the importance of music and rhythm education for students of these grades has been addressed. Articles on the importance of basic movement education for these children have been studied and a reasonable synthesis has been tried to be attained.

When compared with the density of such an education for pre-school period, the number of studies signifying the importance of music and rhythm education during primary school period is rather insignificant, thus making such a study valuable. The importance of music and rhythm education for primary school students has been emphasized both through applied and observational studies, yet studies concerning basic movement have not sufficiently been referred to.

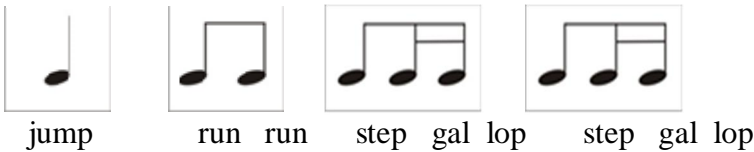
looking at the program The national curriculum in preschool and primary school classes, children basic motor skills is seen as prepared for bring in and development. in the first stage of primary education, the definition of rhythm should be provided to children, also should be known as simple rhythm patterns and the rhythm instruments gain a sense of rhythm and rhythm to create. During the movements related to sports, children should gain the knowledge of the movement and rhythm training. After taking this course, children can hear by detecting more quickly variety of rhythms and may become aware of the movement can do with her own body. Moreover, by combining rhythm patterns of movement, athletic skills can be learned more quickly.

While the basic movement training, should be taught first rhythm of the movement and rhythmic vocalization must be done. In this way, children gained new skills and be able to sort successive movements with rhythmic sequence. This is an element that makes it easier and more active skill learning.

Situated on the basis of regular walking, running, jumping, gallop, skip, leap, stephop, swing, roll, sway, turning etc. of motion has its own rhythm. The main rhythm patterns to be used in the teaching of these movements (in a time of 4) may be as follows



Can be created systematic chain of movement with a combinations of rhythm and basic movement patterns. These chains can converted into movement patterns, take place on the basis of sports and recreational activities. For example:



To teach gallop during the period of basic movement, It can be very useful during the specialized movements period for the children.

As a result, considering the positive results effects on physical and behavioral development of children, of primary school age body and movement education, can be said that, in terms of development of movement and for use the correctly body, rhythm and music education is very necessary.

In our combing-method study, the importance of the link between rhythm and movement has been emphasized. In the meantime, it can be regarded as a useful study as it may shed light on applied studies to be carried out and it may as well be helpful to researchers in the field.

KANSER HASTASI ÇOCUKLARDA TEDAVİ VE REHABİLİTASYON SÜRECİNDE SPORUN YARARLARI

THE BENEFITS OF SPORTS TO TREATMENT AND REHABILITATION PROCESS IN CANCER PATIENT CHILDREN

¹Mesut HEKİM*

¹Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Antrenörlük
Bölümü, Burdur

*e-mail: mesut.hekim@hotmail.com

ÖZET

Günümüzde hareketsiz yaşam tarzı, yanlış beslenme alışkanlıkları, bazı çevresel unsurlar, genetik faktörler ve çeşitli sağlıksız yaşam biçimi davranışları bazı hastalıkların oluşmasına neden olmaktadır. Obezite, diyabet, kalp-damar hastalıkları, kanser ve bazı psikolojik rahatsızlıklar bu hastalıkların başında gelmektedir. Bu hastalıklar içerisinde özellikle kanser hastalığının yaygınlığının sürekli arttığı bilinmektedir. Bu durum ülkelerin kansere karşı yeni tedavi yöntemleri geliştirmelerine zemin hazırlamıştır. Buna karşılık hastalığın yaygınlığı hala yüksek seviyelerdedir. Yetişkin bireylerde olduğu gibi çocuklarda da kanser hastalığı görülme sıklığının geçmiş yıllara göre artış gösterdiği belirtilmektedir. Bu nedenle çocukları kanserden korumak, kanser hastası çocukların tedavi süreçlerini desteklemek, tedavi sürecinden sonra çocukların sağlık kalitelerini arttıracak bazı önemlerin alınması önemli bir durum haline gelmiştir. Literatürde çocukluk çağında kanserle mücadele de spor ve fiziksel aktiviteye katılımın faydalı sonuçlar verdiğine dair araştırma bulguları bulunmaktadır. Ancak ülkemizde bu konuda yapılan araştırmaların sınırlı olduğu görülmüştür. Bu kapsamda yapılan bu araştırmada, çocukluk çağında kanserin önlenmesinde, kanserin tedavi sürecinde, tedavisi tamamlanan çocukların iyileşme süreçlerinde spora katılımın faydaları üzerinde durulmuştur.

Anahtar kelimeler: Çocukluk çağı, kanser ve spor, kanser ve rehabilitasyon

ABSTRACT

Nowadays, sedentary lifestyle, improper eating habits, some environmental factors, genetic factors and various unhealthy lifestyle behaviors lead to the some diseases. Obesity, diabetes, cardiovascular disease, cancer and psychological disorders are among some of these diseases. The cancer diseases prevalence is know that continuously increasing in this diseases. This situation has prepared the ground for the development of new treatments against cancer of the country. Despite cancer is still high prevalence. Cancer disease in children is reported to increase the incidence compared to previous years as in adults. Therefore, to protect children from cancer, cancer support children's treatment process, removal of some importance to improve the quality of children's health has become an important condition after the treatment process. To fight childhood cancer in the literature are also sport and physical activity participation on research findings that give useful results. However, our country was found to be limited research on this subject. In this context the study was carried out, the prevention of cancer in childhood, in the treatment of cancer, treatment is focused on completion of the children of the benefits of sport participation in the healing process.

Keywords: Childhood, cancer and sports, cancer and rehabilitation

JEL CODES: L83, I10, I12, I19.

GİRİŞ

Kanser kelimesi İngilizce de “yengeç” anlamına gelmektedir. Kanser hastalığına böyle bir benzetme ve tanım yapılmasının temelinde yengeçlerin düşmanını önce kısırtması, dişli kolları ile sıkı sıkı tutması ve daha sonra yavaş yavaş yemesi yatmaktadır. Nitekim kanser hastalığı da uygun tedavi yöntemleri ile müdahale edilmediği zaman insanı giderek zayıflatan ve sonrasında ölüme sürükleyen bir hastalık türüdür (Şenel ve Çirakoğlu, 2003).

Amerika Birleşik Devletleri’nde en yaygın ölüm nedenleri arasında kanser ikinci sırada yer almaktadır. Türkiye’de ise kanserin yaygın ölüm nedenleri arasında ilk dört sırada yer aldığı belirtilmektedir (Aktaran; Kutluk, 2006). Buna karşılık son yıllarda dünyada kanserle

mücadele konusunda geliştirilen yeni tedavi yöntemleri (ışın tedavisi, ameliyat, kemoterapi) kanser hastalarında yaşam süresinin artmasına katkı sağlamıştır (Bag, 2013; San Juan, Wolin & Lucía, 2011). Kanser hastası olan çocukların da son otuz yıllık süre içerisinde yaşam sürelerinde anlamlı bir artış gözlemlendiği rapor edilmiştir (Güneş, 2009).

Yeni tedavi yöntemleri sayesinde kanser hastalığı ölümcül hastalıklar kategorisinden çıkarılarak kronik hastalıklar kategorisine dâhil edilmiştir. Ancak her yaş grubunda farklı olmakla beraber yeni tedavi yaklaşımlarına bağlı olarak çocuklarda çeşitli sorunların da görüldüğü belirtilmektedir (Elçigil, 2007). Yeni tedavi yaklaşımlarına ve kanserle mücadeleye küresel anlamda büyük önem verilmesine rağmen, Gilliam ve Schwebel'a (2013) göre çocukluk çağı kanser hastalıklarının gelecekte daha büyük bir sağlık sorunu haline geleceği düşünülmektedir.

Çocuklarda kansere ve kanser tedavisine bağlı olarak ortaya çıkan sorunlar sadece fiziksel ve tıbbi olarak değil, aynı zamanda psikolojik ve ruhsal olarak da kendisini göstermektedir (Sezgin, Ekinci & Okanlı, 2007). Ayrıca kanser tedavisi olumlu sonuçlanan ve kanserden kurtulan birçok çocukta tedavilerin yan etkileri olarak ikincil kanser veya çeşitli hastalıklar görülme vakalarına da sıklıkla rastlanmaktadır (Kebudi & Özdemir, 2011; Elçigil ve Tuna, 2011). Kanser hastalığının birçok belirsizliği içerisinde barındırması ve ölümü çağrıştıran bir hastalık olması kanser hastası çocukların ailelerinin de psikolojik olarak bazı sorunlar yaşamalarına zemin hazırlamaktadır (Hızel ve ark., 2009). Nitekim literatürde yer alan çeşitli araştırmalarda kanser hastası çocukların ailelerinin ciddi anlamda psikolojik sorunlarla karşı karşıya kaldıkları belirtilmiştir (Toros, Tot & Düzovalı, 2002; Bostancı ve ark., 2007; Kut ve Çetinkaya, 2008).

Kanser hastası çocukların sıklıkla karşılaştıkları önemli bir sorun da fiziksel aktivite yetersizliğidir. Kanser hastası çocukların yeterli düzeyde fiziksel aktivite yapmamalarının temelinde yoğun tedavi süreçlerinden dolayı vakit bulamama, ailelerin çocuklarının fiziksel olarak aktif olmalarını istememeleri, yine ailelerin çocuklarının fiziksel olarak aktif olmaları konusunda bazı çekingenlikler yaşamaları yatmaktadır. Bazen uzman görüşleri nedeniyle de kanserli çocuklar fiziksel aktiviteye katılmamaktadır. Buna karşılık literatürde yer alan araştırmalarda kanser hastası olan çocuklarda fiziksel aktiviteye katılımın birçok yararı olduğu ve çocukların yeterli düzeyde aktif olmaları için kendi özelliklerine uygun fiziksel aktivite programlarına dâhil edilmeleri gerektiği vurgulanmıştır (Kürtüncü ve Demirbağ, 2013; Soyuer ve Sitti, 2011). Bu kapsamda kanser hastası çocuklarda fiziksel aktivite düzeyinin artırılması ve fiziksel aktivitenin kanserli çocuklar üzerinde yararları konusunda toplumun bilinçlendirilmesi büyük zorunluluk arz etmektedir. Yapılan bu araştırmada da çocukluk çağı kanseri ile ilgili literatür bilgisine yer verilmiş ve kanserli çocuklarda spora katılımın yararları üzerinde durulmuştur.

Çocukluk Çağında Kanser Nedenleri

Çocukluk çağında kansere yakalanma riskini arttıran çeşitli faktörler bulunmaktadır. Genellikle çocukların maruz kaldıkları bazı sağlık riskleri kansere yakalanma olasılıklarını arttırmaktadır. Diğer bir ifade ile çocuklarda ortaya çıkabilecek kanser türleri ile karşılaştıkları sağlık riskleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Genel olarak çocuklarda sık karşılaşılan kanser türlerinin temel nedenlerine ilişkin bilgiler literatürde şu şekilde özetlenmiştir;

- Çocuklarda özellikle solunum yolunda görülen temel hastalıklar ve kanser olgularının temelinde sigara içme veya sigara içilen ortamda bulunmanın yattığı

belirtilmektedir. Kanserli çocukların aileleri üzerinde yapılan bir araştırmada ailelerin %69.3'ünün çocuklarda kanserin temel nedeninin sigara dumanına maruz kalma olduğunu belirttikleri tespit edilmiştir (Hızel ve ark., 2009).

- Doğum öncesi iyonize ışınlar maruz kalmak (Apak, 2006),
- Radyasyona maruz kalma (elektronik radyasyon, atom bombasının atıldığı yerde sağ kalanlarda lösemi sıklığı artmıştır),
- Kimyasal maddelere maruz kalma (ebeveynlerin alkol veya sigara tüketmeleri vb.),
- Kansere neden olabilen bazı ilaçlar kullanma,
- Çeşitli virüsler (varicella, parvovirus vb.),
- Genetik faktörler ve genetik hastalıklar ile kromozom bozuklukları (Özkan, 2012).
- Yanlış beslenme alışkanlıkları (Şenel ve Çırakoğlu, 2003).
- Fiziksel aktivite yetersizliği, aşırı kiloluluk ve obezite (Brown ve ark., 2012; Butturini ve ark., 2007).

Yukarıda yer alan çocukluk çağı kanser nedenleri genel olarak birçok kanser türünün ortaya çıkmasında rol oynamaktadır. Bunun yanında özellikle lösemi gibi çocukluk çağında sıklıkla karşılaşılan kanser türlerinin temel nedenleri hala tam olarak bilinmemektedir (Apak, 2006).

Çocukluk Çağında Kanser Yaygınlığı

Kanser hastalığının toplumsal açıdan yaygınlık oranının iyi bilinmesi, kansere neden olan unsurların değerlendirilmesi, saptanması ve ortadan kaldırılması için oldukça önemlidir. Bunun yanında kansere erken müdahale edilmesi ve yeni tedavi yöntemlerinin geliştirilmesi için kanser türlerinin yaygınlık oranlarının ve toplumda görülme sıklığının iyi analiz edilmesi önemli bir husustur (Alıcı, İzmirli & Doğan, 2006). Çocukluk çağında görülen kanser hastalıkları ile mücadele de yeni yöntemlerin geliştirilmesi ve hastalık risklerinin en aza indirilmesinde de çocukluk çağı kanserinin yaygınlığının iyi değerlendirilmesi gerektiği söylenebilir. Ertan, Şengelen & Vaizoğlu'na (2004) göre çocukluk çağı kanser yaygınlığının sıfıra indirilmesi mümkün değildir. Ancak hastalığın yaygınlığının azaltılması için yapılacak uygulamalar ile hastalık kontrol altına alınabilir ve kabul edilen düzeye çekilebilir. Bununla birlikte, önlenemez çocukluk çağı kanserinin yaygınlığı önemli bir halk sağlığı sorunu olarak değerlendirilmektedir.

Türkiye'de çocuklarda en sık görülen kanser türleri değerlendirildiği zaman, Türkiye Cumhuriyeti Sağlık Bakanlığı (2014) verilerine göre 0-14 yaş grubu çocuklarda en fazla görülen kanser türlerinin lösemi (erkeklerde %32, kızlarda %32), lenfoma (erkeklerde %18.2, kızlarda %11.1) ve MSS tümörleri (erkeklerde %17.1, kızlarda %19.8) olduğu rapor edilmiştir. Çocuklarda diğer kanser türlerinin görülme sıklıklarının ortalama olarak %6 ve daha aşağı düzeyde olduğu belirtilmiştir. Dünya genelinde çocukluk çağı kanser türlerinin dağılımı ise aşağıdaki tabloda sunulmuştur.

Tablo 1. Çocukluk çağında en sık görülen kanser türleri (Kutluk ve Kars, 2001)

Kanser türü	Görülme sıklığı
Lösemi	30
Beyin tümörleri	15
Lenfoma	10
Kemik ve yumuşak doku	14
Wilms tümörü	6
Nöroblastom	7
Reünoblastom	3
Diğer kanser türleri	15
Toplam	100

Çocukluk çağı kanser oranının yaygınlığı ülkelerin gelişmişlik düzeyleri ile yakından ilişkili bir durumdur. Nitekim çocukluk çağı kanserinin %85 gibi önemli bir bölümünün gelişmekte olan ülkelerde görüldüğü belirtilmektedir. 1970’li yıllarda çocuklarda kanser görülme sıklığı milyonda 104 iken, 2000’li yılların başından itibaren bu oranın milyonda 125 olduğu rapor edilmiştir. Dünyada her yıl 200.000’den fazla yeni çocuk kanser hastalığına yakalanmaktadır. Bunun yanında çocukluk çağı kanseri tüm kanser vakalarının %2’sini, kanserden ölüm vakalarının ise %5.5’ini teşkil etmektedir (Aktaran; Büyükpamukçu, 2007: 138). Tüm dünya genelinde çocukluk çağı kanseri çocuklar arasında en önemli ikinci ölüm nedeni olmakla beraber, ülkemizde çocukluk çağı kanserinin çocukluk dönemindeki tüm ölüm nedenleri arasında ilk dört sırada yer aldığı belirtilmektedir (Uzunhan ve Karakaş, 2012). 2030’lu yıllarda her 250 kişiden 1’inin çocukluk döneminde kanser hastalığı geçirmiş ve iyileşmiş olacağı tahmin edilmektedir (Aktaran; Özkan, 2012).

Dünyanın birçok ülkesinde kanser hastalarına ilişkin kayıtların sağlıklı tutulmaması nedeniyle özellikle çocukluk çağı kanserine ilişkin verilerin net bir sonuç yansıtmadığı belirtilmektedir. Tıpkı çocukluk çağı kanserinin görülme sıklığının ülkelerin ekonomik gelişmişlik durumlarına göre farklılık göstermesinde olduğu gibi, uygulanan tedavilere bağlı başarı oranları da ülkelerin gelişmişlik düzeyleri ile yakından ilişkilidir. Nitekim uygulanan tedavi yöntemleri ile gelişmiş ülkelerdeki kanser hastası çocukların %80’i hastalıktan kurtulurken, gelişmekte olan ülkelerde çocukların uygulanan tedavilerle kanserden kurtulma olasılıkları %50’nin altında bir orana sahiptir (Kutluk, 2009).

Yukarıda yer alan bilgiler değerlendirildiği zaman, geçmiş yıllara kıyasla çocukluk çağı kanseri ile mücadelede dünya genelinde önemli adımlar atıldığı söylenebilir. Buna rağmen çocuklarda kanser yaygınlığının giderek arttığı görülmektedir. Ayrıca kanser hastası çocuklara ilişkin veri ve kayıtların birçok ülkede düzgün bir biçimde tutulmamış olması hastalığa ilişkin genel yaygınlık oranının tespit edilmesini güçleştirmektedir.

Kanserin Çocuk Sağlığı Üzerindeki Olumsuz Etkileri

Türü ne olursa olsun kanser hastalığının çocuk sağlığı üzerinde bazı olumsuz etkileri bulunmaktadır. Kanserin çocuk sağlığı üzerindeki olumsuz etkilerinin başında fiziksel, fizyolojik, metabolik ve bazı psikolojik sorunların geldiği söylenebilir. Sarı, Yılmaz & Kantar’a (2012) göre, kanser hastalığı ve kanseri hastalığının tedavi süreçleri çocukların vücut işlevlerinde, vücut fonksiyonlarında ve yaşam kalitelerinde bazı olumsuzluklara neden olmaktadır.

Çocuklarda kanserin olumsuz etkilerinin başında beslenme bozuklukları ve malnütrisyon gelmektedir. Çocuklarda kansere bağlı olarak ortaya çıkan beslenme bozukluklarının

temelinde uygulanan tedavi yöntemlerine bağlı olarak gelişen komplikasyonlar etkili olmaktadır. Ortaya çıkan beslenme bozuklukları ve malnütrisyon çocukların kanser tedavi süreçlerini olumsuz yönde etkilemekle beraber çocukların hastanede yatma sürelerini uzatmakta ve ölüm oranını arttırmaktadır. Bununla birlikte iyi bir beslenme programı da kanser tedavisinin başarı düzeyini yükseltmektedir (Kostak & Zafer, 2012).

Kanser hastası olan çocuklarda yaygın olarak görülen diğer bir sağlık sorunu da psikolojik ve ruhsal problemlerdir. Çocuklarda kanser hastalığına bağlı olarak ortaya çıkan psikolojik sorunların temelinde ağırlı cerrahi işlemler, kemoterapi, tedavi sürecinde aileden ayrı kalma, hastanede yatma, yabancı insanlarla karşılaşma, okuldan ayrılma, vücut bütünlüğünün tehdit edilmesi, fiziksel yeteneklerinin sınırlandırılması ve tedaviye bağlı olarak ortaya çıkan saç kaybı gibi unsurlar yatmaktadır (Sezgin, Ekinci & Okanlı, 2007). Kanser hastası çocuklarda söz konusu unsurlara bağlı olarak ortaya çıkan psikolojik sorunların başında stres (Sezgin, Ekinci & Okanlı, 2007; Kurt & Savaşer, 2011), depresyon (Sezgin & Ekinci, 2006; Toros, Tot & Düzovalı, 2002), okul ve sosyal ortamlara uyum sağlayamama (Özbaran & Erermiş, 2006; Elçigil, 2007), karamsarlık, yalnızlık duygusu, özgüven eksikliği (Avcı, 2013) gibi sorunlar gelmektedir. Thorsteinsson ve arkadaşlarına (2013) göre kanser hastası çocukların yaşadıkları önemli psikolojik sorunlardan biriside çocukların sosyal etkileşim düzeylerinin azalmasıdır. Bunun temelinde çocukların uzun süren tedaviler nedeniyle arkadaş çevrelerinden uzakta kalmaları ve tedavi sonrasında arkadaşları ile tekrar etkileşimde bulunma konusunda zorluk yaşamaları yatmaktadır. Bekesi ve arkadaşları (2011) tarafından yapılan araştırmada da kanser hastalığının çocukların sosyal gelişimlerini olumsuz yönde etkilediği belirtilmiştir.

Kanser hastası çocuklarda sıklıkla görülen ve kansere eşlik eden sağlık sorunlarından birisi de ağrı şikâyetleridir. Kanser hastalarının büyük bir bölümünde görülen ağrı şikâyetleri kanser hastası çocuklarda da %50'nin üzerinde görülmektedir. Kanser hastası çocuklarda görülen ağrılar kanserin türüne göre farklılık göstermektedir (Collins, 2001). Çocuklarda kanser türüne ve uygulanan tedavi yöntemine bağlı olarak gözlenen yorgunluk da birçok kanser hastası çocukta görülen önemli bir sorundur (Kudubeş, 2014).

Kanser hastası çocukların fiziksel aktivite ve hareketlilik düzeyi sağlıklı yaşlılarına kıyasla daha düşüktür (Aznar ve ark., 2006). Bu durum bazı kanser türlerinde çocukların lokomotor fonksiyonel özelliklerinde bozulmalara ve fiziksel aktivite düzeylerinde azalmaya neden olmaktadır. Özellikle Akut Lenfoblastik Lösemili (ALL) çocuklarda hareket yeteneğinin kısıtlanması ve fiziksel aktivite düzeyinde azalma meydana gelmesi kemik mineral yoğunluğunun da azalmasını beraberinde getirmektedir. Bu kanser türüne yakalanmış olan çocuklarda kemik mineral yoğunluğu ortalama olarak %15-29 düzeyinde azaldığı için osteoporoz riski de artmaktadır (Tanır & Kuşuoğlu, 2012). Literatürde yer alan çeşitli araştırmalarda da Akut Lenfoblastik Lösemili hasta çocuklarda kemik mineral yoğunluğunda anlamlı azalma meydana geldiği rapor edilmiştir (Athanassiadou ve ark., 2006).

Çocuk onkolojisi kliniğine gelen çocukların ebeveynleri üzerinde yapılan bir araştırmada, ebeveyn görüşlerine göre çocukların yaşadıkları ve kansere eşlik eden bazı sağlık sorunları ele alınmıştır. Araştırmada ebeveyn görüşlerine göre çocukların %43.8'inde saç dökülmesine sıklıkla rastlandığı, çocukların %49.4'ünde yorgunluk, %34.8'inde bulantı ve kusma, %24.7'sinde endişe ve kaygı, %23'6'sında tat alma değişikliğinin orta düzeyde görüldüğü, çocukların %28.1'inde kabızlık ve ishalin, %27'sinde ağrı hissinin, %12.4'ünde uyuma güçlüğüne ve %7.9'unda ise solunum güçlüğüne düşük düzeyde görüldüğü tespit edilmiştir. Aynı araştırmada ebeveyn görüşlerine göre kanser hastalığının çocukların okul

yaşamlarını ve sosyal hayatlarını olumsuz yönde etkilediği sonucuna ulaşılmıştır (Yılmaz ve ark., 2009).

Kutluk ve Kars'a (2001) göre, çocuklarda görülen kanser türlerinde kansere bağlı olarak ortaya çıkan sağlık sorunları kanser türü ile yakından ilişkilidir. Buna göre beyin tümörü olan çocuklarda havale geçirme, gözlerde kayma, kusma, yürüme bozuklukları ve kol-bacakların tutmaması gibi sorunlar ortaya çıkabilmektedir. Böbrek tümörü olan çocuklarda karın şişliği ve idrardan kan gelmesine sıklıkla rastlanmaktadır. Kemik kanserinde de hasarlı dokunun etrafında şişlik gibi sorunlar ortaya çıkabilmektedir. Braam ve arkadaşlarına (2010) göre, çocukluk döneminde kanserin sağlık üzerine olumsuz etkilerinin başında kassal olarak zayıf düşme ve kardiyovasküler kapasitede zayıflama gelmektedir. Bunun temelinde ise uzun süre uygulanan kemoterapi ve radyoterapi tedavisi yatmaktadır. Literatürde yer alan çeşitli araştırmalarda da kanser hastası çocukların temel motorsal beceri düzeylerinin sağlıklı yaşlılarına kıyasla düşük olduğu tespit edilmiştir (San Juan ve ark., 2007a; Brussel ve ark., 2005).

Çocukluk Çağında Kanserin Önlenmesi ve Tedavisinde Sporun Önemi

Kanserin önlenmesinde en etkili yöntemlerin başında kanserle mücadelenin geldiği bilinmekle beraber (Yılmaz, 2010), çocukluk çağı kanser hastalıkları ile mücadelenin son yıllarda dünya genelinde artış gösterdiği görülmektedir (Stolley, Restrepo & Sharp, 2010). Ancak mevcut tedavi yaklaşımlarının çeşitli müdahalelerle desteklenmesi gerekmektedir. Bu noktada birçok alanda koruyucu ve sağlığı geliştirici bir öneme sahip olan spor etkinliklerine katılım oldukça önemlidir. Nitekim literatürde yer alan çeşitli kaynaklarda düzenli fiziksel aktivite ve spora katılımın bazı kanser türlerinin oluşumunu engellediği (Demir ve Filiz, 2004; Kelly, 2011) veya kanserin olumsuz etkilerini azalttığı belirtilmiştir (Braam ve ark., 2010; Thorsteinsson ve ark., 2013; Ness ve ark., 2007; Lucia ve ark., 2005; Battaglini ve ark., 2009; Paxton ve ark., 2010; Galvao ve Newton, 2005).

Kanserli çocuklar üzerinde yapılan araştırmalarda egzersiz programlarının çocuklara genellikle evde uygulandığı, uzman kontrolünde yapılan bireysel egzersiz modellerinden yararlandığı görülmektedir. Ancak deney ve kontrol gruplu araştırmaların oranının henüz fazla olmadığı bilinmektedir (Soyuer & Sitti, 2011; Huang ve Ness, 2011). Bununla birlikte kanser hastalığının tedavi sürecinde fiziksel aktivite veya egzersiz programı uygulanmasının hastalarda herhangi bir olumsuz yan etkisi olduğuna dair araştırma bulunmamaktadır (Doyle ve ark., 2006). Bununla birlikte kanser hastası çocuklara uygulanacak egzersiz protokollerinin içeriği, kapsamı ve yüklenme şiddeti hakkında literatürde tam anlamıyla fikir birliği sağlanmadığı görülmektedir. Brown ve arkadaşları'na (2012) göre, kanser hastası çocuklarda spora katılımın ne kadar güvenli olduğuna dair güncel araştırmalara gereksinim vardır. Çünkü yapılan araştırmaların küçük bir bölümünde kanser hastalarında spora katılımın güvenli olduğu görüşü desteklenmiştir. Bunun yanında kanser hastası çocuklara uygulanacak olan fiziksel aktivite programlarının şiddeti konusunda literatürde hala önemli bir belirsizlik bulunmaktadır.

Sınırlı sayıda olmasına rağmen kanser hastası çocuklar üzerinde yapılan araştırmalarda, uygulanan farklı fiziksel aktivite ve spor etkinliklerinin çocukların yaşam kalitelerini arttırdığı ve sağlık düzeylerini geliştirdiği rapor edilmiştir (Speyer ve ark., 2010). Bu nedenle kanser hastası çocuklarda tedavi sürecine ek olarak özel fiziksel aktivite programlarının uygulanmasının önemli bir konu olduğu belirtilmiştir (Hoffman ve ark., 2013).

Akut Lenfoblastik Lösemili hasta bir çocuk üzerinde yapılan araştırmada, çocuğun hastalığa bağlı olarak fiziksel aktivite düzeyinin azaldığı ve öz bakım becerilerini bile kendi başına

yapamaz hale geldiği belirlenmiş, çocuğa üç ay boyunca hemşire gözetiminde ev egzersizleri uygulanmıştır. Araştırmanın sonunda aile görüşlerine göre, çocuğun günlük aktiviteleri yerine getirme becerisinin geliştiği, yorgunluk ve halsizlik düzeyinin azaldığı, egzersiz yaptıktan sonra kendisini mutlu hissettiği ve moral düzeyinin yükseldiği tespit edilmiştir (Tanır ve Kuğuoğlu, 2012). Akut Lenfoblastik Lösemili hasta çocuklar üzerinde yapılan diğer bir araştırmada, evde yapılan düzenli egzersiz programının çocukların kardiyovasküler kapasitelerinde artışa katkı sağladığı tespit edilmiştir (Laurie ve ark., 2009). Literatürde yer alan çeşitli araştırma sonuçları da Akut Lenfoblastik Lösemili çocuklarda fiziksel aktivite ve egzersiz programlarının fiziksel ve fonksiyonel kapasite üzerinde olumlu etkileri olduğu görüşünü desteklemektedir (San Juan ve ark., 2007c). Bazı araştırmalarda da çocuklarda yaygın olarak görülen Akut Lenfoblastik Lösemi hastalığının medikal tedavi sürecinde hem ev ortamında hem de hastanede fiziksel aktivite programı uygulamanın herhangi bir sakıncası bulunmadığı (Gohar ve arkadaşları, 2011), bu grupta bulunan hasta çocuklarda fiziksel aktivite ve spora katılımın hastalığa bağlı ortaya çıkan birçok olumsuzluğu azalttığı rapor edilmiştir (White ve ark., 2005; Yeh ve ark., 2011).

Braam ve arkadaşları (2010) tarafından yapılan araştırmada, fiziksel aktivite programının kanser hastası çocukların bazı fiziksel ve fizyolojik özellikleri üzerine etkilerinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya pediatrik onkoloji kliniklerinde tedavi olan ve 8-18 yaş grubunda bulunan toplam 100 kanser hastası çocuk katılmıştır. Çocuklara ilk 4 hafta kuvvet antrenmanları ve maksimal kalp atım hızının %66-77'si ile orta şiddette dayanıklılık antrenmanları, 5'inci haftalarda maksimal kalp atım hızının %77-90'ı şiddetinde dayanıklılık antrenmanı ve orta şiddette kuvvet antrenmanı uygulanmıştır. Araştırmanın 9-12'inci haftalarında ise katılımcılara maksimal kalp atımının %90'ı ve üzerinde şiddette olacak şekilde yüksek yoğunlukta aerobik dayanıklılık antrenmanı uygulanmıştır. Araştırmanın sonunda uygulanan egzersiz programının çocukların sağlıkla ilişkili yaşam kaliteleri, yorgunluk düzeyleri, fiziksel özellikleri ve kassal kuvvet düzeyleri üzerinde olumlu etkiler meydana getirdiği tespit edilmiştir. San Juan ve arkadaşları (2007b) tarafından yapılan araştırmada, yaş ortalaması 5 olan lösemi hastası çocuklara hastane ortamında tedaviye ek olarak 16 hafta boyunca kassal kuvvet ve aerobik dayanıklılık antrenman programı uygulanmıştır. Uygulanan egzersiz programı sonrasında çocukların aerobik dayanıklılık düzeylerinin geliştiği, üst ve alt ekstremitte kas gruplarının kuvvet düzeyinin arttığı ve çocukların birçok fonksiyonel hareketi daha iyi yapmaya başladıkları tespit edilmiştir.

Lucia ve arkadaşları (2005) tarafından yapılan araştırmada, lösemi hastası çocuklara hastane içerisinde tedaviye ek olarak fiziksel aktivite programı uygulanmıştır. Terapi amaçlı olarak uygulanan fiziksel aktivite programının çocukların genel sağlık düzeylerini geliştirdiği ve sağlıkla ilişkili yaşam kalitelerini arttırdığı tespit edilmiştir. İçerisinde kanser hastası çocuklarında bulunduğu bazı kronik hastalıklara sahip olan 10-18 yaş grubu çocuklar üzerinde yapılan diğer bir araştırmada, çocuklara rekreasyon amaçlı kamp programı uygulanmıştır. Araştırmanın sonunda rekreasyon amaçlı olarak kamp eğitimine katılan çocukların sağlıkla ilişkili yaşam kalitelerinde anlamlı düzeyde gelişme gözlemlendiği tespit edilmiştir. Elde edilen bulgular ışığında kanser hastası çocuklarda terapi amaçlı rekreasyon faaliyetlerine katılımın hastalığın olumsuz etkilerini azaltmaya yardımcı olduğu vurgulanmıştır (Bekesi ve ark., 2011).

SONUÇ

Sonuç olarak, günümüzde çocukluk çağında görülen kanser hastalıklarının yaygınlık oranının sürekli arttığı görülmektedir. Çocukluk çağı kanser hastalıkları ile mücadelede yeni ve etkin

tedavi yöntemleri geliştirilmiş olsa da, hasta çocuklarda mevcut tedaviyi destekleyici bazı uygulamalara gidilmesi oldukça önemlidir. Bu noktada fiziksel aktivite ve spor etkinliklerinin kanser hastası çocuklarda tedaviyi desteklemeye yardımcı olduğu görülmektedir. Literatürde yapılan birçok araştırmanın sonucu da bu görüşü desteklemektedir.

Kanser hastası çocuklar yoğun ve uzun süren tedavi süreci içerisinde fiziksel, fizyolojik ve psikolojik açıdan yıpranmaktadır. Bu nedenle tedavi sürecinin devamında veya kanser hastalığını tamamen yenmiş olan çocuklarda fiziksel, fizyolojik ve psikolojik sağlamlığın tekrar sağlanmasında fiziksel aktivite ve spor etkinlikleri faydalı unsurların başında gelmektedir. Dolayısıyla kanser hastası çocuklarda fiziksel aktivite ve spora katılımın sadece tedavi sürecinde değil, aynı zamanda iyileşme sürecinde ve iyileştikten sonra da önemli bir unsur olduğu söylenebilir.

Spor ve fiziksel aktiviteye katılım kanser hastası çocukların sağlıkları açısından yararlı olmakla beraber, literatürde kanser hastası çocuklara uygulanacak egzersiz türleri hakkında yeterli ve kabul görmüş bilgiler bulunmaması önemli bir sorundur. Bu nedenle kanser hastası çocuklarda kanser türüne ve çocukların bireysel özelliklerine uygun egzersiz programlarının uygulandığı ve sonuçlarının değerlendirildiği güncel araştırmalara gereksinim vardır.

KAYNAKLAR

- Alicı, S., İzmirli, M., & Doğan, E. (2006). Yüzüncü Yıl Üniversitesi Tıp Fakültesi Tıbbi Onkoloji Bilim Dalı'na başvuran kanser hastalarının epidemiyolojik değerlendirilmesi. *Türk Onkoloji Dergisi*, 21(2), 87-97.
- Apak, H. (2006). Çocukluk çağı lösemileri. *Türk Pediatri Arşivi*, 41, 189-196.
- Athanassiadou, F., Tragiannidis, A., Rausso, I., Katsos, G., Sidi, V., Papageorgiou, T., & et al. (2006). Bone mineral density in survivors of childhood acute lymphoblastic leukemia. *The Turkish Journal of Pediatrics*, 48, 101-104.
- Avcı, M. (2013). *Kanser hastası olan çocuklarda öğrenilmiş çaresizlik ve depresyon arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.
- Aznar, S., Webster, A. L., Juan, A. F. S., Chamorro-Vina, C., Mate-Munoz, J. L., Moral, S., & et al. (2006). Physical activity during treatment in children leukemia: A pilot study. *Appl. Physiol. Nutr. Metab.*, 21, 407-413.
- Bag, B. (2013). Kanser hastalarında uzun dönemde görülen psikososyal sorunlar. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 5(1), 109-126.
- Battaglini, C. L., Hackney, A. C., Garcia, R., Groff, D., Evans, E., & Shea, T. (2009). The effects of an exercise program in leukemia patients. *Integrative Cancer Therapies*, 8(2), 130-138.
- Bekesi, A., Török, S., Kökönyei, G., Bokretas, I., Szentes, A., Telepoczki, G., & et al. (2011). Health-related quality of life changes of children and adolescents with chronic disease after participation in therapeutic recreation camping program. *Health and Quality of Life Outcomes*, 9(43), 1-10.
- Bostancı, N., Duruhan, Ö., Eyüboğlu, Ö., Sezgin, Ö., & Güvenir, Ö. (2007). Kanserli çocuğun bakım verenlerinde yaşam kalitesi, Depresyon ve Anksiyete Düzeyleri. *İ.Ü.F.N. Hem. Derg.*, 15(60), 165-172.

- Braam, K. I., Dijk, E. M. V., Veening, M. A., Bierings, M. B., Merks, J. H. M., Grootenhuis, M. A., & et al. (2010). Design of the Quality of Life in Motion (QLIM) study: a randomized controlled trial to evaluate the effectiveness and cost-effectiveness of a combined physical exercise and psychosocial training program to improve physical fitness in children with cancer. *BMC Cancer*, 10(1), 1-9.
- Brussel, M. V., Takken, T., Lucia, A., Net, J. V. D., & Helders, P. J. M. (2005). Is physical fitness decreased in survivors of childhood leukemia? A systematic review. *Leukemia*, 19, 13-17.
- Brown, J. C., Winters-Stone, K., Lee, A., & Schmitz, K. H. (2012). Cancer, Physical Activity, and Exercise. *Compr Physiol.*, 2(4), 2775-2809.
- Butturini, A. M., Dorey, F. J., Lange, B. J., Henry, D. W., Gaynon, P. S., Fu, C., & et al. (2007). Obesity and outcome in pediatric acute lymphoblastic leukemia. *Journal of Clinical Oncology*, 25(15), 2063-2069. DOI: 10.1200/JCO.2006.07.7792.
- Büyükpamukçu, M. (2007). Çocukluk çağı kanserlerinde epidemiyoloji. *Güncel Pediatri*, 5(1), 138-139.
- Collins, J. J. (2001). Cancer pain management in children. *European Journal of Pain*, 5, 37-41.
- Demir, M., & Filiz, K. (2004). Spor egzersizlerinin insan organizması üzerindeki etkileri. *Gazi Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 5(2), 109-114.
- Doyle, C., Kushi, L. H., Byers, T., Courneya, K. S., Denmark-Wahnefried, W., Grant, B., & et al. (2006). Nutrition and physical activity during and after cancer treatment: An american cancer society guide for informed choices. *CA Cancer J Clin.*, 56, 323-353.
- Elçigil, A., & Tuna, S. (2011). Kanser tedavisi biten çocukların yaşadıkları sorunlar ve bakımlarında hemşirenin rolü. *Türk Onkoloji Dergisi*, 26(3), 134-141.
- Elçigil, A. (2007). Kanserli çocuklar okula gidebilir mi? C.Ü. *Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 11(2), 40-46.
- Ertan, A. E., Şengelen, M., & Vaizoğlu, S. A. (2004). Önlenebilir çocukluk çağı kanserleri. *Cumhuriyet Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 26(1), 48-54.
- Galvao, D. A., & Newton, R. U. (2005). Review of exercise intervention studies in cancer patients. *Journal of Clinical Oncology*, 23(4), 899-909.
- Gilliam, M. B., & Schwebel, D. C. (2013). Physical activity in child and adolescent cancer survivors: A review. *Health Psychol Rev.*, 7(1), 92-110.
- Gohar, S. F., Comito, M., Price, J., & Marchese, V. (2011). Feasibility and parent satisfaction of a physical therapy intervention program for children with acute lymphoblastic leukemia in the first 6 months of medical. *Pediatr Blood Cancer*, 56, 799-804.
- Güneş, D. (2009). Kaybedilmekte olan kanserli çocuk hastaya yaklaşım ve etik. *Türkiye Klinikleri Journal of Pediatrics*, 18(2), 117-124.
- Hızel, S., Toprak, S., Albayrak, M., Sanlı, C., & Koçak, Ü. (2009). Kanserli çocuklar hakkında Anadolu'nun kırsal bir ilindeki annelerin bilgi, tutum ve davranışları. *Gazi Tıp Dergisi*, 20(1), 3-6.
- Hoffman, M. C., Mulrooney, D. A., Steinberger, J., Lee, J., Baker, K. S., & Ness, K. K. (2013). Deficits in physical function among young childhood cancer survivors. *Journal of Clinical Oncology*, 32(22), 2799-2805.
- Huang, T. T., & Ness, K. K. (2011). Exercise interventions in children with cancer: A review. *International Journal of Pediatrics*, DOI:10.1155/2011/461512
- Kebudi, R., & Özdemir, G. N. (2011). Çocukluk çağı kanser sağ kalanlarında ikincil kanserler. *Türk Pediatri Arşivi*, 46, 270-274.
- Kelly, A. K. W. (2011). Physical activity prescription for childhood cancer survivors. *Current Sports Medicine Reports*, 10(6), 352-359.

- Kostak, M. A., & Zafer, R. (2012). Kanserli çocuklarda beslenme sorunları ve hemşirelik bakımı. *Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi*, 7(21), 19-34.
- Kudubeş, A. A. (2014). Çocuğun kansere bağlı yaşadığı yorgunluk ve hemşirelik bakımı. *Türk Onkoloji Dergisi*, 29(3), 120-124.
- Kurt, A. S., & Çetinkaya, Ş. (2008). Lösemili çocuklarda yaşam kalitesi ve hemşirelik bakımı. *Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi*, 3(8), 35-56.
- Kurt, A. S., & Savaşer, S. (2011). Kanserli adolesanların algılanan stres düzeyine Re-mission video oyununun etkisi. *İ.Ü.F.N. Hem. Derg.*, 19(3), 153-160.
- Kutluk, T. (2006). Çocukluk çağı kanserlerinin epidemiyolojisi. *İ.Ü. Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Sürekli Tıp Eğitimi Etkinlikleri Sempozyum Dizisi. Yayın No: 49*, 11-15.
- Kutluk, T. (2009). Çocukluk çağı kanserlerinin epidemiyolojisi ve Türkiye'deki durum. *Türkiye Klinikleri Journal of Pediatrical Sciences*, 5(4), 1-8.
- Kutluk, T., & Kars, A. (2001). *Kanser konusunda genel bilgiler*. Ankara: Türkiye Cumhuriyeti Sağlık Bakanlığı Kanser ve Savaş Daire Başkanlığı.
- Kürtüncü, M., & Demirbağ, B. C. (2013). Kanserli çocukların rehabilitasyonunda egzersizin yeri. *Electronic Journal of Vocational Colleges*, Mayıs Sayısı, 82-88.
- Laurie, M. M., Lynda, R., & Carol, S. B. (2009). Fitness of children with standard-risk acute lymphoblastic leukemia during maintenance therapy: Response to a home-based exercise and nutrition program. *Journal of Pediatric Hematology/Oncology*, 31(4), 259-266.
- Lucia, A., Ramirez, M., Juan, A. F. S., Fleck, S. J., Garcia-Castro, J., & Madero, L. (2005). Intrahospital supervised exercise training: a complementary tool in the therapeutic armamentarium against childhood leukemia.
- Ness, K. K., Baker, K. S., Dengel, d. r., Youngren, N., Sibley, S., Mertens, A. C., & et al. (2007). Body composition, muscle strength deficits and mobility limitations in adult survivors of childhood acute lymphoblastic leukemia. *Pediatr Blood Cancer*, 49, 975-981.
- Özbaran, B., & Eremiş, S. (2006). Kanser tedavisi gören çocuk ve gençlerde uzun süreli izlem sürecinde psikososyal özelliklerin tanımlanması ve genel yaklaşım ilkeleri. *Klinik Psikiyatri*, 9, 185-190.
- Özkan, A. (2012). Çocukluk çağı kanserleri. *OnkoVital*, 10, 1-3.
- Paxton, R. J., Jones, L. W., Rosoff, P. M., Bonner, M., Ater, J. L., & Denmark-Wahnefried, W. (2010). Associations between leisure-time physical activity and healthrelated quality of life among adolescent and adult survivors of childhood cancers. *Psychooncology*, 19(9), 997-1003.
- San Juan, A. F., Fleck, S. J., Chamorro-Vina, C., Mate-Munoz, J. L., Moral, S., Cardona, C., & et al. (2007b). Effects of an intrahospital exercise program intervention for children with leukemia. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 39(1), 13-21.
- San Juan, A. F., Fleck, S. J., Chamorro, C., Mate, J. L., Moral, S., Garcia-Castro, J., & ET AL. (2007c). Early-phase adaptations to intrahospital training in strength and functional mobility of children with leukemia. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 21(1), 173-177.
- San Juan, A. F., Wolin, K., & Lucía, A. (2011). Physical activity and pediatric cancer survivorship. In *Physical activity and cancer. Recent Results in Cancer Research*, 186, 319-347.
- San Juan, A. F., Vina, C. C., Munoz, L. M., Cardona, C., Hernandez, M., Madero, L., & et al. (2007a). Functional capacity of children with leukemia. *Int J Sports Med.*, 28, 1-5.
- Sarı, H. Y., Yılmaz, M., & Kantar, M. (2012). Çocuklarda kanser ve engellilik. *Türk Onkoloji Dergisi*, 27(2), 98-105.

- Sezgin, S., & Ekinci, M. (2006). Kanserli ve sağlıklı çocukların depresyon düzeylerinin karşılaştırılması. *OMÜ Tıp Dergisi*, 23(2), 52-58.
- Sezgin, S., Ekinci, M., & Okanlı, A. (2007). Kanserli çocukların yaşadıkları psikososyal problemler ve hemşirelik yaklaşımları. *OMÜ Tıp Dergisi*, 24(3), 107-112.
- Soyuer, F., & Sitti, S. (2011). Kanserli çocuklar ve fiziksel aktivite. *Dicle Tıp Dergisi*, 34(8), 526-529.
- Speyer, E., Herbinet, A., Vuillemin, A., Briançon, S., & Chastagner, P. (2010). Effect of adapted physical activity sessions in the hospital on health-related quality of life for children with cancer: a cross-over randomized trial. *Pediatr Blood Cancer*, 55, 1160-1166.
- Stolley, M. R., Restrepo, J., & Sharp, L. K. (2010). Diet and physical activity in childhood cancer survivors: A review of the literature. *Ann Behav Med.*, 39(3), 232-249.
- Şenel, F., & Çırakoğlu, B. (2003). Kanserle savaş. *Bilim ve Teknik*, Şubat sayısı, 1-23.
- Tanır, M. K., & Kuşuoğlu, S. (2012). Olgu sunumu: akut lenfoblastik lösemi (ALL)' li çocuğun evde egzersiz programının sürdürülmesi. *Ankara Sağlık Hizmetleri Dergisi*, 11(1), 51-61.
- Thorsteinsson, T., Helms, A. S., Adamsen, L., Andersen, L. B., Andersen, K. V., Christensen, K. B. & et al. (2013). Study protocol: rehabilitation including social and physical activity and education in children and teenagers with cancer (RESPECT). *BMC Cancer*, 13(1), 1-7.
- Toros, F., Tot, Ş., Düzovalı, Ö. (2002). Kronik hastalığı olan çocuklar, anne ve babalarındaki depresyon ve anksiyete düzeyleri. *Klinik Psikiyatri*, 5, 240-247.
- Türkiye Cumhuriyeti Sağlık Bakanlığı. (2014). Türkiye kanser istatistikleri. Türkiye Halk Sağlığı Kurumu. (Ed. Murat Gültekin & Güledal Boztaş). www.kanser.gov.tr erişim tarihi: 25.03.2015.
- Uzunhan, T. A., & Karakaş, Z. (2012). Çocukluk çağı akut lenfoblastik lösemisi. *Çocuk Dergisi*, 12(1), 6-15.
- White, J., Flohr, J. A., Winter, S. S., Vener, J., Feinauer, L. R., & Ransdell, L. B. (2005). Potential benefits of physical activity for children with acute lymphoblastic leukaemia. *Developmental Neurorehabilitation*, 8(1), 53-58.
- Yeh, C. H., Wai, J. P. M., Lin, U. S., & Chiang, Y.C. (2011). A pilot study to examine the feasibility and effects of a home-based aerobic program on reducing fatigue in children with acute lymphoblastic leukemia. *Cancer Nursing*, 34(1), 3-12.
- Yılmaz, H. B., Muslu, G. K., Taş, F., Başbakkal, Z., & Kantar, M. (2009). Çocukların kansere bağlı yaşadıkları semptomlar ve yorgunluğa ebeveyn bakışı. *Türk Onkoloji Dergisi*, 24(3), 122-127
- Yılmaz, T. U. (2010). Kanser hakkında eğitimin erbaş/erlerin tutumlarına ve davranışlarına yansımaları. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 9(5), 475-480.

EXTENDED ABSTRACT

Last year, it is observed that in metabolic diseases spread rapidly all over the world. The cancer seems to also be involved in these diseases. Many factors play a role in the spread of cancer. The main factors that cause cancer, genetic factors, exposure to radiation, chromosomal disorders, malnutrition, inadequate physical activity, obesity and other environmental elements come. There are many types of cancer. Cancer is commonly seen in adults. However, in recent years, children are given an increased incidence of cancer. There are many factors that influence the occurrence of cancer in children. Parental alcohol and smoking, exposure to radiation, sedentary lifestyle, eating disorders, obesity and genetic factors come. Stated the reasons for this are still not fully known cancer in children in some

research results. The most common type of cancer in children have been reported to have leukemia. Today, new treatments are being developed related to the prevention of cancer in children. However children cancer is constantly increasing. In this case to support the treatment of children necessitates that there are some methods. The study was carried out in this context, cancer patients aimed to determine the benefits of participation in sport among children. The scope of the literature was conducted research. Published in the literature have been achieved to-date source on the subject. The resulting resources are given to public information and research findings on the subject considering.

Participation in sport and physical activity for health has many benefits. There is evidence in the literature to fight cancer also believed to be useful physical activity. Some of regular exercise habits in research is reported to have a protective role against cancer. Some in the treatment of cancer has been identified in research supported by the treatment of participation in sport. Besides, after the treatment is emphasized that patients' health enhancing the quality of participation in sports is beneficial. Research in cancer patients children has been found to support the healing process of different exercise programs. Furthermore, to reduce the level of fatigue caused by cancer of participation in sports, to relieve the sensation of pain, which prevents osteoporosis, reduce functional losses, which protects the body composition has been found to improve the motoric performance.

Cancer treatment in children and their children is a long process that tired usurer. depending on the treatment process, they remain separate for a long time friend from families, school and environment. This situation affects the social aspects of the development of children negatively. In addition, some children may occur due to treatment of psychological problems in children in terms of physical forces. However, participation in sports has contributed to the promotion of cancer, psychological and social development in children. The many studies results support this view.

Physical activity level for cancer patients, children, the major part is low. The children of the family are the main reason for not wanting to be physically active. In addition, some types of cancer doctors do not allow children to play sports. This situation negatively affects children's physical and motoric development. Furthermore, children are weakened as muscular in the process. Therefore, children are required to exercise appropriate personal characteristics to support the physical and motoric development in this process. However, the exercises to be performed at an absolute expert supervision.

In the study of cancer patients has been found that children often use the different exercise programs. On the basis of this cancer can be considered to have different characteristics or their children. Cancer patient applied the maximum aerobic exercise for children, as well as the development of muscular strength training seems to often be applied. However, there is no clear evidence that cancer patients should be made in which the intensity of which type of exercise in children. Therefore there is a need for new research on cancer type of exercise will be applied to children.

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YÜKSEKOKULU ÖĞRENCİLERİNİN BENLİK SAYGILARININ YAŞ, CİNSİYET VE SPOR YAPMA DURUMLARINA GÖRE İNCELENMESİ

INVESTIGATION OF SELF-ESTEEM OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORT HIGH SCHOOL STUDENTS IN TERMS OF AGE, GENDER AND DOING SPORT SITUATION

¹Meriç ERASLAN*, ²Gökhan ÇALIŞKAN, ³Mustafa BAŞ

¹Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Spor Yöneticiliği Bölümü, Burdur

²Gazi Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü, Ankara

³Karadeniz Teknik Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü, Trabzon

*e-mail: mericeraslan@hotmail.com

ÖZET

Bu araştırmanın amacı beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin benlik saygısı düzeylerini çeşitli değişkenlere göre incelemektir. Araştırmaya 2014-2015 yılında Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencisi olan toplam 306 öğrenci katılmıştır. Araştırmaya katılan öğrencilerin demografik özelliklerinin belirlenmesinde kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Öğrencilerin benlik saygılarının ölçülmesinde Coopersmith Benlik Saygısı Envanteri kullanılmıştır. Elde edilen verilerin istatistiksel analizlerinde SPSS 22.0 for Windows programında Kruskal Wallis H testi, Mann Whitney U testi ve frekans analizi kullanılmıştır. Araştırmanın sonunda spor bölümü öğrencilerinin benlik saygılarının cinsiyetlerine göre anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir ($p>0.05$). Öğrencilerin yaş gruplarına göre benlik saygılarının anlamlı düzeyde farklılaşmadığı tespit edilmiştir ($p>0.05$). Ayrıca öğrencilerin lisanslı olarak spor yapma durumlarına göre de benlik saygılarının istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir ($p>0.05$).

Anahtar kelimeler: Üniversite öğrencileri, yaş, cinsiyet, spor, benlik saygısı

ABSTRACT

The purpose of physical education and school sport this study is to investigate the self-esteem levels of students with different variables. Gazi University School of Physical Education and Sports School students who participated in a total of 306 students. Personal information form is used to determine the demographic characteristics of the students who participated in the study. Measured in the self-esteem of students Coopersmith Self-Esteem Inventory were used. Statistical analysis of the data obtained in the Kruskal-Wallis H test, Mann-Whitney U test and frequency analysis was used in SPSS 22.0 for Windows. At the end of the study it was determined that students' self-esteem did not differ significantly according to gender ($p> 0.05$). Students were determined according to age groups did not differ significantly in their self-esteem ($p> 0.05$). Besides, according to the students' self-esteem licensed sport participation has been found to show a statistically significant difference ($p> 0.05$).

Keywords: University students, age, gender, sports, self-esteem

JEL CODES: L83,

GİRİŞ

Benlik saygısı, “kişinin kendini değerlendirmesi sonucu benliğini kabul etmesi ve benliğinden memnun olması” şeklinde tanımlanmaktadır (Eriş & İkiz, 2013). Her bireyin kendisi hakkındaki bilgileri hem hızlı hem de etkili bir biçimde işlemesine yardımcı olan benlik şemaları bulunmaktadır. Birey sahip olduğu benlik şemaları sayesinde karşılaşmış olduğu bir durum karşısında kendi tutumunu hızlı ve güvenli bir biçimde ortaya koyup, buna göre davranmaktadır (Oktan & Şahin, 2010).

Benlik saygısı yüksek olan insanlar genellikle kendilerini değerli hissederler. Buna karşılık benlik saygısı düşük olan bireyler kendilerini sürekli gereksiz ve yetersiz gören, çevresel

unsurlardan kolay etkilenebilen, kişisel inanç ve tutumlarını kolay değiştirebilen, duygularını kontrol etmekte zorlanan ve karşılaştıkları güçlüklerle baş etme konusunda sıkıntı yaşayan bir yapıya sahiptirler (Çetinkaya ve ark., 2006). Ayrıca düşük benlik saygısına sahip bireylerde depresyon başta olmak üzere çeşitli psikolojik sorunların ve psiko-sosyal davranış bozuklukların daha sık görüldüğü bazı araştırma bulguları ile desteklenmektedir (Erşan, Doğan & Doğan, 2009).

Benlik saygısının gelişiminde ailenin büyük bir rolü vardır. Ailenin çocukları yetiştirme tarzları ve çocuklara yaklaşımlarının (aile tutumu) benlik saygısını önemli düzeyde etkilediği belirtilmektedir. Özellikle gençlik dönemlerinde bireylerin sağlıklı bir benlik saygısına sahip olmalarında aile unsurunun büyük bir etkiye sahip olduğu vurgulanmaktadır (Baybek ve Yavuz, 2005; Erbil, Divan & Önder, 2006). Ailenin tavır ve davranışlarının çocukların benlik saygılarını şekillendiren bir unsur olmasının temelinde, çocukların birçok davranışı anne-babalarını rol model olarak öğrenmelerinin yattığı belirtilmektedir (Çetinkaya ve ark., 2006). Kişinin benlik saygısını etkileyen diğer unsurların başında fiziksel görünüm (beden imajı), yaşanan çevrede karşılaşılan, fiziksel, sosyo-ekonomik düzey, kardeş sayısı, duygusal veya sözel öğeler, spor etkinliklerine katılım gibi unsurlar gelmektedir (Strauss, 2000; Oktan & Şahin, 2010; Kapıcı, 2004; Korkmaz, 2007; Doğan, Totan & Sapmaz, 2009; Koç, 2009; Karadağ ve ark., 2008; Eriş & İkiz, 2013; Furnham, Badmin & Sneade, 2002; Polce-Lynch ve ark., 2001).

Benlik saygısı genel olarak sağlıklı bir toplum oluşturulmasında önemli bir yere sahiptir (Çetinkaya ve ark., 2006). Geleceğin öğretmenleri olacak beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencileri için de benlik saygısı oldukça önemli bir özelliktir. Körükçü & Oğuz (2011) tarafından yapılan araştırmada, öğretmenlik mesleği açısından benlik saygısının önemli bir konu olduğu, özellikle öğretmenler açısından mesleki benlik kavramının iş yaşamında büyük öneme sahip olduğu belirtilmiştir. Bunun yanında spora katılımın benlik saygısı üzerinde olumlu etkileri olduğu belirtilmektedir (Erşan, Doğan & Doğan, 2009). Buna karşılık sporcu kişiliğe sahip bireylerin benlik saygılarının ele alındığı araştırma bulgularının sınırlı olduğu görülmüştür. Bu bağlamda yapılan bu araştırmada beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin benlik saygılarının çeşitli değişkenlere göre incelenmesi amaçlanmıştır.

MATERYAL ve METOT

Araştırmanın Evreni ve Örnekleme

Araştırmanın evrenini Türkiye’de Üniversitelerin Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu bölümlerinde öğrenim görmekte olan üniversite öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklem grubu ise 2014-2015 öğretim yılında Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu’nda öğrenim görmekte olan 306 öğrenciden oluşmuştur.

Tablo 1. Katılımcıların demografik bilgilerine ilişkin tanımlayıcı istatistikler

Değişkenler	Alt değişkenler	f	%
Yaş	18-19 yaş	68	22,2
	20-21 yaş	119	38,9
	22-23 yaş	70	22,9
	24+ yaş	49	16,0
Cinsiyet	Kadın	150	49,0
	Erkek	156	51,0
Lisanslı olarak spor yapma durumu	Yapan	232	75,8
	Yapmayan	74	24,2

Tablo 1 incelendiği zaman, araştırmanın örneklem grubunu oluşturan öğrencilerin %22,2'sinin 18-19 yaş, %38,9'unun 20-21 yaş, %22,9'unun 22-23 yaş ve %16'sının 24 yaş ve üzeri grupta yer aldığı görülmektedir. Öğrencilerin cinsiyetlerine göre dağılımları değerlendirildiği zaman, öğrencilerin %49'unun kadın, %51'inin ise erkek olduğu bulunmuştur. Bunun yanında örneklem grubunu oluşturan öğrencilerin %75,8'inin lisanslı olarak spor yaptıkları, %24,2'sinin ise lisanslı olarak spor yapmadıkları tespit edilmiştir.

Verin Toplanması

Araştırmaya katılan öğrencilerin sahip oldukları bazı demografik özelliklerin belirlenmesinde 3 sorudan oluşan kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Kişisel bilgi formunda öğrencilerin cinsiyet, yaş ve lisanslı olarak spor yapma durumlarını tespit etmeyi amaçlayan sorular bulunmaktadır. Öğrencilerin benlik saygılarının tespit edilmesinde ise, Coopersmith Benlik Saygısı Envanteri kullanılmıştır. Coopersmith (1967) tarafından geliştirilen benlik saygısı ölçeği, Pişkin (1997), tarafından lise öğrencileri ile hem Kuder-Richardson-20 formülünü hem de testi yarılama tekniğini kullanarak envanterin uzun ve kısa formu üzerinde güvenilirlik çalışması yapılmıştır. Benlik Saygısı Envanteri'nin kısa formunun KR-20 sonucunda elde edilen güvenilirlik katsayısını .76, iç tutarlık güvenilirlik katsayısını da .81 olarak tespit edilmiştir. Ölçeğin hem çocuklara hem de yetişkinlere uygulanan iki ayrı formu bulunmaktadır. Ölçeğin yetişkinlere uygulanan formu 25 maddelik kısa form ve 58 maddelik uzun formlardan meydana gelmektedir. Bu araştırma kapsamında 25 maddelik kısa form kullanılmıştır. Formda yer alan sorular evet veya hayır şeklinde cevaplandırılmaktadır. Bazı maddelerde "Evet" bazı maddelerde ise "Hayır" şıkkını işaretleyenler 4 puan almaktadır. Benlik Saygısı Ölçeği'nden alınabilecek puanlar 0-100 arasında değişmektedir dolayısıyla alınabilecek en yüksek puan 100 olup, alınan puanın artması benlik saygısı düzeyinin yüksekliği, alınan puanın düşük olması ise benlik saygısı düzeyinin düşüklüğü anlamına gelmektedir (Eriş ve İkiz, 2013).

İstatistiksel Analiz

Elde edilen verilerin analizinde SPSS 22.0 for Windows paket programı kullanılmıştır. Benlik Saygısı Ölçeğine ait veriler normal dağılım göstermediği için temel istatistiksel analiz olarak non-parametrik testler kullanılmıştır. Katılımcıların yaş gruplarına göre karşılaştırmalar yapmak için Kruskal Wallis H testi, cinsiyetlerine ve lisanslı olarak spor yapma durumlarına göre karşılaştırmalar yapmak için ise Mann Whitney U testi kullanılmıştır. Katılımcıların ölçek puanlarına ilişkin ortalamaların belirlenmesinde ise tanımlayıcı istatistiklerden ortalama ve standart sapma değerleri incelenmiştir. Ayrıca katılımcıların demografik bilgilerinin yüzdelerle dağılımlarının belirlenmesinde frekans analizi kullanılmıştır.

BULGULAR

Tablo 2. Katılımcıların cinsiyetlerine göre benlik saygısı puanlarının karşılaştırılması

Cinsiyet	N	X	Ss	t	p
Kadın	150	71,63	6,705	-,155	,877
Erkek	156	71,82	6,102		

Tablo incelendiğinde katılımcıların benlik saygısı puanlarının cinsiyet değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık göstermediği görülmektedir ($p>0,05$).

Tablo 3. Katılımcıların yaş gruplarına göre benlik saygısı puanlarının karşılaştırılması

Yaş grupları	N	X	Ss	t	p
18-19 yaş	68	71,47	6,768	4,079	,253
20-21 yaş	119	71,97	6,431		
22-23 yaş	70	70,86	6,357		
24+ yaş	49	72,73	5,812		

Tablo incelendiğinde katılımcıların yaş gruplarına göre benlik saygısı puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir ($p>0,05$).

Tablo 4. Katılımcıların lisanslı spor yapma durumlarına göre benlik saygısı puanlarının karşılaştırılması

Spor yapma durumu	N	X	Ss	t	p
Spor yapan	232	71,43	6,586	-1,446	,148
Spor yapmayan	74	72,65	5,697		

Araştırmaya katılanların spor yapma durumlarına göre benlik saygısı düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamaktadır ($p>0,05$).

TARTIŞMA ve SONUÇ

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin benlik saygılarının cinsiyetlerine göre anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Literatürde yer alan birçok araştırmada da cinsiyet unsurunun benlik saygısının önemli bir belirleyicisi olmadığı, kadın ve erkeklerin benlik saygıları arasında anlamlı bir farklılık bulunmadığı belirlenmiştir (Bayraktar, Sayıl & Kumru, 2009; Erol ve ark., 2000; Çetin & Çavuşoğlu, 2009; Baybek & Yavuz, 2005; Çetinkaya ve ark., 2006; Torun ve ark., 2012; Razi ve ark., 2009; Doğan, Totan & Sapmaz, 2009; Erbil, Divan & Önder, 2006; Üstündağ ve ark., 2007; Eriş & İkiz, 2013). Bu kapsamda elde edilen araştırma sonucunun literatür ile paralellik gösterdiği söylenebilir. Baybek & Yavuz (2005) tarafından yapılan araştırmada, üniversite öğrencilerinin benlik saygılarının cinsiyete göre farklılık göstermemesinin temelinde bazı unsurların yattığı belirtilmiştir. Söz konusu araştırmada, üniversite eğitiminin cinsiyete özgü kültürel farklılıkları ve kutuplaşmayı ortadan kaldırdığı, bu durumun öğrencilerin benlik saygılarının cinsiyete göre farklılık göstermemesinin temel nedeni olduğu belirtilmiştir.

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin benlik saygılarının yaş gruplarına göre anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Literatürde yer alan araştırma sonuçları değerlendirildiği zaman, benlik saygısının yaşla birlikte arttığı, buna karşılık benzer yaş gruplarında bulunan bireylerde benlik saygısının yaşa göre anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir (Baybek ve Yavuz, 2005; Razi ve ark., 2009). Yapılan bu araştırmada da katılımcıların yaşlarının benzer düzeylerde olmasının benlik saygısının yaş gruplarına göre farklılaşmamasına neden olduğu söylenebilir.

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin benlik saygılarının lisanslı olarak spor yapma durumlarına göre anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Bu kapsamda sedanter öğrenciler ile lisanslı olarak spor yapan öğrencilerin benlik saygılarının benzer düzeyde olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Literatürde yer alan araştırmalarda spora katılımın psikolojik ve sosyal açıdan bireyi geliştiren bir olgu olduğu belirtilmiştir (Dishman ve ark., 2006; Salar, Hekim & Tokgöz, 2012; Keskin, 2014). Bunun yanında spora katılımın benlik saygısının olumlu yönde gelişmesine katkı sağladığını tespit eden araştırma bulguları da mevcuttur (Korkmaz, 2007; Slutzky & Simpkins, 2009). Bu kapsamda lisanslı olarak spor yapan öğrenciler ile diğer öğrencilerin benlik saygılarının benzerlik göstermesinin temelinde tüm öğrencilerin spor bölümünde okuyor olmalarının ve genel olarak sporcu kişilik özelliğine sahip olmalarının yattığı düşünülebilir.

Sonuç olarak, beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin benlik saygılarının yaş gruplarına, cinsiyetlerine ve lisanslı olarak spor yapma durumlarına göre anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Araştırmada elde edilen bulguların büyük oranda literatür ile paralellik gösterdiği tespit edilmiştir. Elde edilen bulgular ve literatürde yer alan araştırma bulguları değerlendirildiği zaman, üniversite öğrencilerinin benlik saygılarını etkileyen demografik faktörlerin daha iyi anlaşılması için daha fazla örneklem gruplarının yer aldığı ve farklı demografik değişkenlerin de ele alındığı yeni çalışmalara ihtiyaç olduğu söylenebilir.

KAYNAKLAR

- Baybek, H., & Yavuz, S. (2005). Muğla üniversitesi öğrencilerinin benlik saygılarının incelenmesi. *Muğla Üniversitesi SBE Dergisi*, 14, 73-95.
- Bayraktar, F., Sayıl, M., & Kumru, A. (2009). Liseli ergenler ve üniversiteli gençlerde benlik saygısı: ebeveyn ve akrana bağlanma, empati ve psikolojik uyum değişkenlerinin rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 24(63), 48-63.
- Coopersmith, S. (1967). *Self esteem inventories*. California: Consulting Psychologist Press.
- Çetin, H., & Çavuşoğlu, H. (2009). Yetiştirme yurdunda ve aileleri ile yaşayan adölesanların benlik saygıları ve psikolojik belirtilerinin karşılaştırılması. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Elektronik Dergisi*, 2(4), 137-144.
- Çetinkaya, S., Arslan, S., Nur, N., Özdemir, D., Demir, Ö.F., & Sümer, D. (2006). Sivas il merkezinde sosyoekonomik düzeyi farklı üç ilköğretim okulu öğrencilerinin benlik saygısı düzeyi. *Klinik Psikiyatri*, 9, 116-122.
- Dishman, R. K., Hales, D. P., Pfeiffer, K. A., Felton, G. , Saunders, R., Ward, D. S., et al. (2006). Physical self-concept and self-esteem mediate cross-sectional relations of physical activity and sport participation with depression symptoms among adolescent girls. *Health Psychology*, 25(3), 396-407.
- Doğan, T., Totan, T., & Sapmaz, F. (2009). Üniversite öğrencilerinde benlik saygısı ve sosyal zeka. *Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17, 235-247.
- Erbil, N., Divan, Z., & Önder, P. (2006). Ergenlerin benlik saygısına ailelerinin tutum ve davranışlarının etkisi. *Aile ve Toplum Eğitim Kültür ve Araştırma Dergisi*, 3(10), 7-15.
- Eriş, Y., & İkiz, F. E. (2013). Ergenlerin benlik saygısı ve sosyal kaygı düzeyleri arasındaki ilişki ve kişisel değişkenlerin etkileri. *Turkish Studies*, 8(6), 179-193.
- Erol, A., Toprak, G., Yazıcı, F., & Erol, S. (2000). Üniversite Öğrencilerinde yeme bozukluğu belirtileri yordayıcı olarak kontrol odağı ve benlik saygısının karşılaştırılması. *Klinik Psikiyatri*, 3, 147-152.
- Erşan, E.E., Doğan, O., & Doğan, S. (2009). Beden eğitimi ve antrenörlük bölümü öğrencilerinde benlik saygısı düzeyi ve bazı sosyodemografik özelliklerle ilişkisi. *Klinik Psikiyatri*, 12, 35-42.

- Furnham, A., Badmin, N., & Sneade, I. (2002). Body image dissatisfaction: gender differences in eating attitudes, self-esteem, and reasons for exercise. *The Journal of Psychology*, 136(6), 581-596.
- Üstündağ, H., Demir, N., Zengin, N., & Gül, A. (2007). Stomalı hastalarda beden imajı ve benlik saygısı. *Turkiye Klinikleri J Med Sci*, 27, 522-527.
- Kapıcı, E. G. (2004). İlköğretim öğrencilerinin zorbalığa maruz kalma türünün ve sıklığının depresyon, kaygı ve benlik saygısıyla ilişkisi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 37(1), 1-13.
- Karadağ, G., Güner, İ., Çuhadar, D., & Uçan, Ö. (2008). Gaziantep üniversitesi sağlık yüksekokulu hemşirelik öğrencilerinin benlik saygıları. *Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi*, 3(7), 29-42.
- Keskin, O. (2014). Effects of physical education and participation to sports on social development in children. *Journal of International Multidisciplinary Academic Researches*, 1(1), 1-6.
- Koç, M. (2009). Dindarlık ile benlik saygısı arasındaki ilişki: yetişkinler üzerine ampirik bir araştırma. *Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 18(1), 473-493.
- Korkmaz, N. H. (2007). Yaz spor okulları ile çocukların benlik saygısı arasındaki ilişki. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 20(1), 49-65.
- Körükçü, Ö., & Oğuz, V. (2011). Okul öncesi eğitimi öğretmen adaylarının mesleki benlik saygıları. *Kuramsal Eğitimbilim*, 4(2), 77-85.
- Oktan, V., & Şahin, M. (2010). Kız ergenlerde beden imajı ile benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi, *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 7(2), 543-556.
- Pişkin, M. (1997). *Türk ve İngiliz lise öğrencilerinin benlik saygısı yönünden karşılaştırılması*. III. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi Bilimsel Çalışmaları ve Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği Yayını.
- Polce-Lynch, M., Myers, B. J., Kliever, W., & Kilmartin, C. (2001). Adolescent self-esteem and gender: Exploring relations to sexual harassment, body image, media influence, and emotional expression. *Journal of Youth and Adolescence*, 30(2), 225-244.
- Razı, G. S., Kuzu, A., Yıldız, A. N., Ocakçı, A. F., & Arifoğlu, B. Ç. (2009). Çalışan gençlerde benlik saygısı, iletişim becerileri ve stresle baş etme. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 8(1), 17-26.
- Salar, B., Hekim, M., & Tokgoz, M. (2012). To compare emotional state of individuals making team and individual sport 15-18 Age Group. *Mehmet Akif Ersoy University Journal of Social Sciences Institute*, 4(6), 123-135.
- Slutzky, C. B., & Simpkins, S. D. (2009). The link between children's sport participation and self-esteem: Exploring the mediating role of sport self-concept. *Psychology of Sport and Exercise*, 10, 381-389.
- Strauss, R. S. (2000). Childhood obesity and self-esteem. *Pediatrics*, 105(1), 1-5.
- Torun, S., Arslan, S., Nazik, E., Akbaş, M., & Yalçın, S.Ö. (2012). Hemşirelik öğrencilerinin benlik saygısı ve boyun eğici davranışlarının incelenmesi. *Cumhuriyet Tıp Dergisi*, 34, 399-404.

EXTENDED ABSTRACT

Self-esteem, "people to accept the result of self-assessment and self-dissatisfaction with the self" is defined (Eris & İkiz, 2013). Some factors affect to development of self-esteem such as family, education, social environment and circle of friend. The life of a person's self-esteem is low or high impact in various ways. Generally, higher self-esteem affects people's lives in a positive way. The low self-esteem negatively affects people's lives. Therefore, the study of factors affecting self-esteem, is important for a better understanding of people's self-

esteem. In contrast, the self-esteem of individuals with personality athletes were found to be limited research findings discussed. In this study, physical education and sport academy in this context aimed to investigate the self-esteem of students with different variables.

The sample group of the study in the academic year 2014-2015 Gazi University who were studying in Physical Education and Sports College consists of 306 students. To determine the demographic characteristics of the students they surveyed have used personal information form with three questions. Students in the form of personal information gender, age, and there are questions aimed at identifying the licensed sport participation. The students in identifying their self-esteem, Coopersmith Self-Esteem Inventory were used. In the analysis of data obtained was used SPSS 22.0 for Windows software. Self-Esteem Scale Data for statistical analysis as a basis for normal distribution, non-parametric tests were used. According to the age group of participants to make comparisons Kruskal-Wallis H test, according to sex and the sports licensed to make the case for the Mann-Whitney U test was used for comparisons. The average rating of the participants in determining the scores mean and standard deviation values were analyzed with descriptive statistics. In addition, frequency analysis is used to determine the percentage distribution of the demographics of the participants.

According to the age group of the students surveyed it was determined to be statistically significant differences between the scores of self-esteem ($p > 0.05$). likewise students self-esteem has been taspit a statistically significant level of scores vary according to gender ($p > 0.05$). This self-esteem is determined that besides the students according to their age group was not statistically significant difference between the scores ($p > 0.05$).

As a result, physical education and sports self-esteem of college students age groups, has been found to differ significantly according to gender and licensed sport participation. The findings obtained in the study it was determined that substantially correlates with literature. When the findings and situated research findings in the literature evaluation of university students located in more sample to a better understanding of the demographic factors affecting their self-esteem that and said that the need for new studies that addressed the different demographic variables.