



**T.C.**

**MUĞLA SITKI KOÇMAN ÜNİVERSİTESİ**

**SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

**BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI**

**SPORTİF YAŞAM KOÇLUĞUNUN ZİHİNSEL ENGELLİ BİREYLERDE  
UYGULANABİLİRLİĞİNİN ARAŞTIRILMASI**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**ALİ YİĞİT KOCABIÇAK**

**DOÇ. DR. SÜMMANİ EKİCİ**

**OCAK, 2015**

**MUĞLA**



**T.C.**

**MUĞLA SITKI KOÇMAN ÜNİVERSİTESİ  
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

**BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI**

**SPORTİF YAŞAM KOÇLUĞUNUN ZİHİNSEL ENGELLİ BİREYLERDE  
UYGULANABİLİRLİĞİNİN ARAŞTIRILMASI**

**ALİ YİĞİT KOCABIÇAK**

**Sağlık Bilimleri Enstitüsünde**

**“Yüksek Lisans”**

**Diploması Verilmesi İçin Kabul Edilen Tezdir.**

**Tezin Enstitüye Verildiği Tarih :26.01.2015**

**Tezin Sözlü Savunma Tarihi :09.01.2015**

**Tez Danışmanı : Doç. Dr. Sümmani Ekici**

**Jüri Üyesi : Doç. Dr. Süleyman Murat Yıldız**

**Jüri Üyesi : Doç. Dr. Gülsüm Baştuğ**

**Enstitü Müdürü :Prof. Dr. Nilgün Turhan**

**OCAK, 2015**

**MUĞLA**

## YEMİN

Yüksek lisans tezi olarak sunduğum “Sportif Yaşam Koçluğunun Zihinsel Engelli Bireylerde Uygulanabilirliğinin Araştırılması” adlı çalışmanın, tarafımdan bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurulmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin Kaynakça’da gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanmış olduğumu belirtir ve bunu onurumla doğrularım.



18.12.2014

Ali Yiğit KOCABIÇAK

## TUTANAK

Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü'nün 05/01./2015 tarih ve 25 sayılı toplantısında oluşturulan jüri, Lisansüstü Eğitim-Öğretim Yönetmeliği'nin 24 maddesine göre, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Yüksek lisans öğrencisi Ali Yiğit KOCABIÇAK'ın "Sportif Yaşam Koçluğunun Zihinsel Engelli Bireylerde Uygulanabilirliğinin Araştırılması" adlı tezini incelemiş ve aday 09./01/2015 tarihinde saat 15.00'da jüri önünde tez savunmasına alınmıştır.

Adayın kişisel çalışmaya dayanan tezini savunmasından sonra, 60 dakikalık süre içinde gerek tez konusu, gerekse tezin dayanağı olan anabilim dallarından sorulara verdiği cevaplar değerlendirilerek tezin BAŞARILI olduğuna oy birliği ile karar verildi.



Doç. Dr. Sümmani EKİCİ

Tez Danışmanı



Doç. Dr. Süleyman Murat YILDIZ

Üye

Doç. Dr. Gülşüm BASTUĞ



Üye

**YÜKSEKÖĞRETİM KURULU DOKÜMANTASYON MERKEZİ**  
**TEZ VERİ GİRİŞ FORMU**

**YAZARIN**

**MERKEZİMİZCE DOLDURULACAKTIR.**

**Soyadı : KOÇABIÇAK**

**Adı : Ali Yiğit**

**Kayıt No:**

**TEZİN ADI**

**Türkçe : Sportif Yaşam Koçluğunun Zihinsel Engelli Bireylerde Uygulanabilirliğinin Araştırılması**

**Y. Dil :Investigation of Applicability of The Sports Life Coaching Programme on Mentally Disapled Individuals**

**TEZİN TÜRÜ: Yüksek Lisans**

**(X)**

**Doktora**

**O**

**Sanatta**

**O**

**TEZİN KABUL EDİLDİĞİ**

**Üniversite :Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi**

**Fakülte :Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu**

**Enstitü :Sağlık Bilimleri Enstitüsü**

**Diğer Kuruluşlar :**

**Tarih :**

**TEZ YAYINLANMIŞSA**

**Yayınlayan :**

**Basım Yeri :**

**Basım Tarihi :**

**ISBN :**

**TEZ YÖNETİCİSİNİN**

Soyadı, Adı : EKİCİ, Sümmani

Ünvanı :Doç. Dr.

TEZİN YAZILDIĞI DİL :Türkçe

TEZİN SAYFA SAYISI:72

TEZİN KONUSU (KONULARI):

Sportif Yaşam Koçluğunun Zihinsel Engelli Bireylerde Uygulanabilirliğinin Araştırılması

TÜRKÇE ANAHTAR KELİMELER :

- 1.Sportif Yaşam Koçluğu
2. Zihinsel Engelliler
- 3.Spor
4. Sosyalleşme

İNGİLİZCE ANAHTAR KELİMELER: Konunuzla ilgili yabancı indeks, abstract ve thesaurus'u kullanınız.

1. Sports Life Coaching
2. Mental Disabled
3. Sports
4. Socialization

Başka vereceğiniz anahtar kelimeler varsa lütfen yazınız.

- |   |     |
|---|-----|
| 1- Tezimden fotokopi yapılmasına izin vermiyorum                            | (X) |
| 2- Tezimden dipnot gösterilmek şartıyla bir bölümünün fotokopisi alınabilir | O   |
| 3- Kaynak gösterilmek şartıyla tezimin tamamının fotokopisi alınabilir      | O   |

Yazarın İmzası :

Tarih : 26/01/2015

## ÖNSÖZ

Dünya nüfusunun önemli bir bölümünü oluşturan engelliler ile çalışma fikri, 2009 yılında zihinsel engelli tanısı konmuş olan ve başarılı bir yaşam sürdüren Olgay NAZLI ile tanışmam sonucu ortaya çıktı. Birlikte yapmış olduğumuz birçok spor etkinliğinin engelli bireyler üzerindeki olumlu etkileri gözlemlemem, yaşadığım deneyimlerin yanı sıra bu alanda yapılan çalışmaların eksiliği bu sürecin hızlanmasındaki en önemli etkenler olmuştur.

Sporun sosyalleşme ve bireylerin değişimleri üzerindeki olumlu gücünden yararlanarak eğitilebilir zihinsel engelli bireylerde sportif yaşam koçluğunun sosyalleşme üzerindeki etkileri araştırılmıştır.

Çalışmalarım süresince rehberliği ve anlayışıyla bana destek olan çok değerli danışmanım Doç. Dr. Sümmani EKİCİ'ye, öncelikle teşekkür ederim.

Beni bu özel dünyayla tanıştıran ve her zaman yanımda olan manevi kardeşim Olgay NAZLI'ya teşekkür ederim.

Spor etkinlikleri boyunca yardımlarını esirgemeyen Medine CABBAROĞLU'na ve Muğla Engelsiz Spor Kulübü Basketbol Antrenörü Nur ZORBA'ya, çalışmanın her aşamasında bana en büyük desteği sağlayan Elif İŞEL'e, bugünlere gelmemi sağlayan ve bana her zaman destek olan NAZLI ve KOCABIÇAK ailesine teşekkür ederim.

## İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ.....	I
İÇİNDEKİLER .....	II
TABLolar LİSTESİ.....	IV
ÖZET.....	V
ABSTRACTS .....	VI
1. GİRİŞ .....	1
1.1. Problem.....	2
1.2. Hipotezler.....	2
1.3. Araştırmanın Amacı.....	3
1.4. Araştırmanın Önemi .....	3
1.5. Sayıtlar.....	3
1.6. Sınırlılıklar .....	4
1.7. Tanımlar.....	4
2. GENEL BİLGİLER .....	5
2.1. Engellilik.....	5
2.1.1. Zihinsel Engelli Bireyin Tanımı .....	6
2.1.2. Zihinsel Engelliliğin Sınıflandırılması.....	8
2.1.3. Zihinsel Engelli Bireylerin Özellikleri.....	9
2.1.4. Zihinsel Engelin Nedenleri .....	10
2.2. Sosyalleşme Hakkında Genel Bilgiler .....	11
2.2.1. Sosyalleşme Kavramının Tanımı ve Tarihi Süreç İçerisinde Gelişimi	11
2.2.2. Sosyalleşmeyi Etkileyen Etmenler.....	11
2.2.3. Zihinsel Engelliler ve Sosyalleşme .....	12
2.2.4. Spor ve Sosyalleşme .....	13
2.3. Engelliler ve Spor .....	14
2.3.1. Engellilerde Spor ve Sosyalleşme .....	14
2.3.2. Zihinsel Engelliler ve Spor.....	19
2.3.3. Zihinsel Engellilerde Spor Uygulamaları.....	20
2.3.4. Zihinsel Engelliler İçin Spor Koçluğu .....	21
2.3.5. Zihinsel Engelliler İçin Spor Koçluğu Uygulaması.....	22



3. YÖNTEM.....	26
3.1. Araştırmanın Modeli.....	26
3.2. Kullanılan Yöntem.....	26
3.3. Araştırmanın Evren ve Örneklemi.....	26
3.4. Veri Toplama Yöntemi ve Süresi .....	27
3.5. Verilerin Analizi .....	27
4.BULGULAR.....	28
4.1. Katılımcıların Genel Özellikleri .....	28
4.2. Katılımcıların Yaşlarına Göre Dağılımları .....	28
4.3. Katılımcıların Zihinsel Engel Seviyesine Göre Dağılımları.....	29
4.4. Velilerin Eğitim Durumlarına Göre Dağılımları .....	29
4.5. Sportif Yaşam Koçluğu Programın Deney Grubu Ön Test-Son Test Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi Sonuçları.....	30
4.6. Sportif Yaşam Koçluğu Programın Kontrol Grubu Ön Test-Son Test Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi Sonuçları.....	31
4.7. Sportif Yaşam Koçluğu Programın Deney ve Kontrol Grubu Ön Test Mann Whitney U-Testi Sonuçları .....	32
4.8. Sportif Yaşam Koçluğu Programın Deney ve Kontrol Grubu Son Test Mann Whitney U-Testi Sonuçları .....	33
5. TARTIŞMA ve SONUÇ .....	34
6. ÖNERİLER.....	40
7. KAYNAKLAR .....	41
8. EKLER.....	46
9. ÖZGEÇMİŞ .....	48
10. RESİMLER.....	49

**TABLolar LİSTESİ**

Tablo 1 Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Dağılımları .....	28
Tablo 2 Katılımcıların Yaşlarına Göre Dağılımları .....	28
Tablo 3 Katılımcıların Zihinsel Engel Seviyesine Göre Dağılımları.....	29
Tablo 4 Velilerin Eğitim Durumlarına Göre Dağılımları .....	29
Tablo 5 Sportif Yaşam Koçluğu Programın Deney Grubu Ön Test-Son Test Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi Sonuçları.....	30
Tablo 6 Sportif Yaşam Koçluğu Programın Kontrol Grubu Ön Test-Son Test Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi Sonuçları.....	31
Tablo 7 Sportif Yaşam Koçluğu Programın Uygulama ve Kontrol Grubu Ön Test Mann Whitney U-Testi Sonuçları .....	32
Tablo 8 Sportif Yaşam Koçluğu Programın Uygulama ve Kontrol Grubu Ön Test Mann Whitney U-Testi Sonuçları .....	32

## ÖZET

Spor ve sportif etkinlikler sosyalleşmenin önemli bir aracı olarak kabul edilmekte ve bu konudaki araştırmaların sonuçları da bunu doğrulamaktadır. Engelliler için spor, fiziksel gelişimin yanında psikolojik ve sosyal gelişim için de önemlidir. Engelliler sosyalleşme süreciyle beraber akran grupları ile iyi ilişkiler kurma, kurallara ve kararlara uyma gibi deneyimler kazanmaktadırlar.

Bu araştırmanın amacı, zihinsel engelli bireylere yönelik geliştirilmiş sportif yaşam koçluğu programının zihinsel engelli bireylerin sosyalleşme düzeylerinde etkili olup olmadığını belirlemektir.

Bu araştırma, ön-test son-test kontrol gruplu deneme modelinde desenlenmiş bir çalışma olup, özel eğitim alan toplam 24 eğitilebilir zihinsel engelli birey katılmıştır. Bunlardan 12'si uygulama, 12'i kontrol grubunu oluşturmuştur. Deney grubuna 12 hafta boyunca haftada 2 gün, 4'er saat Sportif Yaşam Koçluğu Programı uygulanmıştır. Kontrol grubuna hiçbir sportif aktivite yaptırılmamıştır.

Araştırmanın verileri; Demirdağ (2010) tarafından geliştirilen ve 30 sorudan oluşan anket aracılığıyla yüz yüze görüşülerek toplanmıştır. Veri toplama aracı; 12 haftalık program öncesinde ve sonrasında uygulama ve kontrol grubunda yer alan bireylerin velilerine uygulanmıştır. Araştırmada elde edilen veriler SPSS 17 paket programı kullanılarak çözümlenmiştir. Deney grubunun sosyalleşme düzeyleri açısından ön-test son-test farkları belirlemek için Wilcoxon işaret sıra testi kullanılmıştır. Kontrol ve Deney grubu arasında sosyalleşme düzeyleri açısından farklılık olup olmadığını test etmek amacıyla Mann-Whitney U testi kullanılmıştır.

Sportif yaşam koçluğuna katılanların velilerine uygulanan veri toplama aracı ön test ve son test değerleri arasında çocuğun sosyalleşmesi düzeyi, ailenin spor hakkındaki düşüncesi, sporun olumlu etkisi ve sporun sosyalleşme etkisinde  $p<0,05$  düzeyinde anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir.

## ABSTRACTS

Sport and sportive events are accepted an important device for socialization and the researches that have been done so far verifies it. Sport is also important for disabled people. Besides physical development it also has benefits both psychological and social development. During socialization period disabled people acquire good relations with peer group, obeying rules and decisions.

The purpose of this research, is to specify whether the developed sportive life coach program for disabled people is effective on socialization or not.

This research is a study that designed as the testing model with the control group in inferior-superior. 24 mental disabled people, who take special education, participate the study. Half of them are in the practice group and the other half in the control group. The fortnight schedule is determined for the practice group, included 4 hours working twice a week. There isn't any sportive activity in the control group.

The data of this research, is developed by Demirdağ (2010) and questionnaire which is formed with 30 questions, has been gathered via interview. Data collection tool is implemented before and after the fortnight programme to the parents of the individuals in the control group. The data received from the research is analyzed by using the SPSS 17 packet program. With regard to socialization level of the practice group, Wilcoxon Signed Ranked Test is used to determine the differences between inferior and superior groups. Mann-Whitney U test is used to determine if there is any difference in the socialization level of the participants comparing to the nonparticipants.

Through the data collection tool implemented to the parents of the participants, who joined at the supportive life coach programme, socialization level of the child, the attitude of the family about doing sports, the positive effect of sports and the effect of sports to the socialization level makes significant differences in the level of  $p < 0,05$  between the inferior and superior levels.

## 1. GİRİŞ

Zihinsel engellilik; gelişimsel dönemde ortaya çıkan, uyumlu davranışlarda görülen yetersizliğe ilaveten genel zekâ fonksiyonları açısından normalin altında olma durumudur (Kanbaş, 2013).

AAMD (Amerikan Zihinsel Özürlüler Derneği), 1992 yılında zeka engelini “zihinsel fonksiyonların normalin altında olması, iletişim, günlük yaşam, öz bakım becerileri, sosyal ve akademik beceriler, kendini yönlendirme, sağlık ve güvenlik, çalışma hayatı, serbest zaman kullanımı gibi öğrenme ve sosyal uyum gerektiren davranışlarda iki ya da daha fazlasında sınırlılığa sahip olma durumunun görülmesi” ifadesi ile tanımlamıştır (Demir, 2001).

Engellilik (Handicap): Yetersizlik veya özürlülük nedeniyle kişinin yas ,cinsiyet, sosyal ve kültürel düzeyine göre normal kabul edilen yas am gereklerini yerine getirememesi olarak tanımlanmaktadır. (Örneğin; oryantasyonla ilgili engellilikler, fiziki bağımlılık yaratan engellilikler, hareketle ilgili engellilikler, çalışma ya da is hayatı ile ilgili engellilikler, sosyal durum ve entegrasyonla ilgili engellilikler, ekonomik yeterliliği önleyen engellilikler) (Mert, 2010).

Başbakanlık Özürlüler İdaresi Başkanlığı tarafından Devlet İstatistik Enstitüsü'ne yaptırılan “Türkiye Özürlüler Araştırması” ile ülkemizdeki engellilik profili geniş kapsamlı olarak araştırılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre, engelli olan nüfusun toplam nüfus içindeki oranı %12,29'dur. Buna göre ülkemizde 8.431.937 kişi engelli olarak yaşamlarını sürdürmektedir. Bu oranın %0.48 'ini zihinsel engelliler oluşturmaktadır (Türkiye Özürlüler Araştırması Temel Göstergeleri, 2010).

Engellilik sadece bireyi değil ailesini ve yakın çevresini ekonomik sosyal ve psikolojik açıdan etkileyen bir durumdur Zihin engelli bireylerin engelli bireyler içinde önemli bir grubu oluşturduğu bilinmektedir (Kızıлтаş, 2012).

İnsan sosyal bir varlıktır. Kültürel koşullar içinde sosyal ilişkiler, hem toplumun, hem kültürün, hem de bireyin yapısını etkiler. Bireyin tüm yaşamı çevresine uyum sağlama çabası içinde geçer. Bu uyum çabası doğumdan başlayarak bir gelişim göstermektedir. Sosyalleşme birçok karmaşık faktörün etkilediği bir oluşumdur. Bireyin sosyalleşmesinden, bir anlamda yaşadığı kültürü ve dolaylı olarak bu kültürle bağlantılı diğer kültürleri öğrenmesi kastedilmektedir (Yetim, 2000).

Bir diğer anlamda ise, sosyalleşme kişinin grubun kural ve değerlerine uymayı öğrenmesi, bu değerler düzenini benimsemesidir. Bu öğrenme doğumdan ölüme dek tüm yaşam boyunca devam eder ve bu süre içinde bireyin çevredeki insanlarla ilişkileri ve diğer çevre faktörleri sosyal uyumunda önemli rol oynar (Yetim, 2005).

Sporun, bireyin dinamik sosyal çevrelere katılımını sağlayan sosyal bir etkinlik olmasından dolayı, kişinin sosyalleşmesinde önemli bir role sahip olduğu bir gerçektir. Bu noktadan hareketle, engelli bireylere yönelik spor faaliyetleri ne kadar gelişirse, engellilerin önündeki duvarlarda birer birer yıkılarak, onların topluma katkıları ve toplumunda engellilere katkıları da artacaktır (Kızıldaş, 2012).

### **1.1. Problem**

Araştırmada, problem cümlesi şu şekildedir: Sportif Yaşam Koçluğu programının zihinsel engelli bireylerin sosyalleşme düzeyleri üzerinde etkisi var mıdır? Bu amaçla, programa katılan ve katılmayan zihinsel engelli bireylerin sporla sosyalleşme düzeyleri arasındaki farklar incelenmiştir.

### **1.2. Hipotezler**

Araştırmada, eğitilebilir zihinsel engelli çocukların sosyalleşmesinde sportif yaşam koçluğu programın katkısının araştırılması için aşağıdaki hipotezler çerçevesinde araştırmalara yer verilmiştir.

1. Sportif yaşam koçluğu programının zihinsel engelli bireylerin sosyalleşme düzeyine etkisi vardır.
2. Sportif yaşam koçluğu programının zihinsel engelli bireylerin ailelerinin spor hakkında düşüncesine etkisi vardır.
3. Sportif yaşam koçluğu programın zihinsel engelli bireyleri üzerinde olumlu etkisi vardır.
4. Sportif yaşam koçluğu programın zihinsel engelli bireylerin sosyalleşmelerinde etkisi vardır.

### **1.3. Araştırmanın Amacı**

Bu araştırmanın amacı, zihinsel engelli bireylere yönelik geliştirilmiş sportif yaşam koçluğu programının zihinsel engelli bireylerin sosyalleşme düzeylerinde etkili olup olmadığını belirlemektir.

Araştırmanın diğer bir amacı da zihinsel engelli çocukların eğitimi ile ilgili yapılan araştırma çalışmalarına destek olmak ve bu alanda yapılacak ileriki çalışmalara öneriler vererek ilerlemelere destek vermektir.

### **1.4. Araştırmanın Önemi**

Sporun birey üzerindeki olumlu etkilerinin yadsınmadığı gerçeğinden yola çıkarak, bu çalışmada, zihinsel engelli çocukların sosyalleşmesinde sportif yaşam koçluğu programının etkileri incelenmiştir. Ülkemizde zihinsel engellilere yönelik sportif yaşam koçluğu programı adı altında yapılmış bir çalışmaya rastlanmaması bu çalışmanın önemini arttırmaktadır.

Bu araştırma ile sporun, zihinsel engelli bireylerde sosyalleşme düzeylerine olumlu etkisinin ve etki ettiği alt alanların belirlenmesi hedeflenmiştir. Böylece, zihinsel engelli bireylerin aileleri tarafından düzenli olarak spora yönlendirilmelerinin, eğitim kurumlarında verilen beden eğitimi ve spor derslerinin hem ders saati hem de içerik olarak zihinsel engelli bireylere daha yararlı hale getirilmesinin, zihinsel engelli çocuklar için düzenlenmiş spor alanlarının artırılmasının sağlanmasına yardımcı olması beklenmektedir.

### **1.5.Sayıtlar**

Araştırmanın örneklemini oluşturan engelli bireylerin ailelilerinin araştırmaya gönüllü katıldıkları ve anket sorularına objektif yanıt verdikleri varsayılmıştır.

Bu çalışmada literatür taramasından elde edilen bilgiler ile örneklem grubundan sağlanan verilerin doğru ve yeterli olduğu varsayılmıştır.

Bu çalışmada kullanılan anketin, Zihinsel Engelli çocukların sosyalleşme şartlarının ve karşılaştıkları sorunların belirlenmesinde yeterli olduğu varsayılmıştır.

Ankete katılan tüm Anne-Babaların soruları doğru anladıkları ve cevaplandıkları varsayılmıştır.

## 1.6. Sınırlılıklar

Bu araştırma zihinsel engelli bireyler için geliştirilen sportif yaşam koçluğu programı çerçevesinde yapılan etkinlikler ve bu etkinlik süreçlerinin gözlenmesi ile sınırlıdır.

Araştırmadaki etkinlikler sportif yaşam koçluğu programına katılan 12 kişi ile sınırlıdır.

Ayrıca bu araştırma çalışma programı olarak hazırlanmış 12 hafta ile sınırlıdır

## 1.7. Tanımlar

**Engel:** Engel, bir şeyin gerçekleşmesini önleyen sebep, mâni, mahzur, müşkül, pürüz, mânia, handicap olarak tanımlanmaktadır (TDK, 2013).

**Engelli:** Doğuştan veya sonradan herhangi bir hastalık veya kaza sonucu bedensel, zihinsel, ruhsal, duygusal ve sosyal yetilerini çeşitli derecelerde kaybetmiş, normal yaşamın gereklerine uyamayan kişilerdir (Eripek, 1996).

**Sosyalleşme:** Bir ferdin (duruma göre bir grubun) üyesi olduğu veya olacağı grup ya da toplumun kültür, değer ve normlarını öğrenerek o toplumun aktif bir üyesi haline gelmesidir. Başka bir tanıma göre toplum hayatına hazırlanma sürecidir (Dönmezer, 1994).

**Koçluk:** Koçluk, bir kişinin içindeki gücün kaynağını bulup bir hedef ve amaca odaklanmaktır. Bu sayede yeni bir pozisyona; göreve uyum sağlamak, performansı artırmak, gereken yeni bir beceriyi geliştirmek, problemleri çözmek, yeni bir yön belirleyerek daha başarılı, mutlu ve dengeli bir yaşam elde etmek mümkündür (Çam, 2009).

**Spor:** Ferdin tabii çevresini beşeri çevre haline çevirirken elde ettiği kabiliyetleri geliştiren, belirli kurallar altında araçlı veya araçsız, ferdi veya toplu olarak, boş zaman faaliyeti kapsamı içinde veya tam zamanını alacak şekilde meslekleştirerek yaptığı sosyalleştirici, toplumla bütünleştirici, ruh ve fiziği geliştiren rekabetçi, dayanışmacı ve kültürel bir olgudur (Erkal, 1982).



## 2. GENEL BİLGİLER

### 2.1.Engellilik

Engellilik, bir bozukluk ya da özür nedeniyle yaş, cinsiyet, sosyal ve kültürel faktörlere bağlı olarak kişiden beklenen rollerin kısıtlanması veya yapılamamasıdır. Engelli çocuklar, görme engelliler, işitme engelliler, fiziksel engelliler ve zihinsel engelliler olmak üzere dört gruba ayrılır (Özer, 2001).

Engellilik, ülkemizde 2005 yılında kabul edilen 5378 sayılı “Özürsümler ve Bazı Kanun ve Kanun Hükmünde Kararnamelerde Değişiklik Yapılması Hakkında Kanun”da engelli doğuştan veya sonradan herhangi bir nedenle bedensel, zihinsel, ruhsal, duyusal ve sosyal yeteneklerini çeşitli derecelerde kaybetmesi nedeniyle, toplumsal yaşama uyum sağlama ve günlük gereksinimlerini karşılama güçlüğü olan ve korunma, bakım, rehabilitasyon, danışmanlık ve destek hizmetlerine ihtiyaç duyan kişi olarak tanımlanmaktadır (Özürsümler Kanunu ve İlgili Mevzuat, 2006;16).

Engellilikle ilgili araştırmalar incelendiğinde, tek bir engellilik tanımı yapmanın oldukça zor olduğu görülmektedir. Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ), özürsümlük kavramına ilişkin, hastalık sonuçlarına dayanan, sağlık yönüne ağırlık veren bir tanımlama ve sınıflama yapmıştır. Bu sınıflandırma dünyada pek çok ülkede geniş kapsamlı olarak kullanılmaktadır (Bilge, Genç ve Nisli, 2005).

Yaygın olarak kullanılan engelli tanımları aşağıda ifade edilmiştir.

Noksanlık (Impairment): “Sağlık bakımından “noksanlık” psikolojik, anatomik veya fiziksel yapı ve fonksiyonlardaki bir noksanlığı veya dengesizliği ifade eder”.

Özürsümlük (Disability): “Sağlık alanında ‘sakatlık’, bir noksanlık sonucu meydana gelen ve normal sayılabilecek bir insana oranla bir işi yapabilme yeteneğinin kaybedilmesi ve kısıtlanması durumunu ifade eder”.

Maluliyet (Handicap): “Sağlık alanında “maluliyet”, bir noksanlık veya sakatlık sonucunda, belirli bir kişide meydana gelen ve o kişinin yaş, cinsiyet, sosyal ve kültürel durumuna göre normal sayılabilecek faaliyette bulunma yeteneğini önleyen ve sınırlayan dezavantajlı bir durumu ifade eder”(Bilge, Genç ve Nisli, 2005).

(Özürülüler Kanunu ve İlgili Mevzuat, 2006;16)'e göre engelli bireyler aşağıdaki gibi sınıflandırılmışlardır.

- Zihinsel öğrenme yetersizliği olan bireyler
- Otistik özellikler gösteren bireyler
- İşitme yetersizliği olan bireyler
- Görme yetersizliği olan bireyler
- Ortopedik yetersizliği olan bireyler
- Dil ve konuşma güçlüğü olan bireyler
- Özel öğrenme güçlüğü olan bireyler
- Duygusal, davranışsal ve sosyal uyum güçlüğü olan bireyler
- Dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu gösteren bireyler

Ülkemizde toplumsal yaşamda, yasal düzenlemelerde, yayınlarda, özürülü, engelli, sakat gibi sözcükler genel olarak aslında aralarında anlam farklılıkları olduğu halde, çoğu zaman aynı anlamda kullanılmakta ve bu durum engellilere yaklaşımda belirgin bir karmaşayı beraberinde getirmektedir (Oğultürk, 2012).

Sakat, özürülü, engelli gibi kavramlara duygusal anlamlar yüklenmekte, bu durum da çeşitli ifade eksikliklerine neden olabilmektedir. Önceleri ülkemizde “sakat” sözcüğü yaygın bir şekilde kullanılırken, bu sözcüğe olumsuz duygusal anlamlar yüklenmesi nedeniyle, zaman içinde bu kavramın tercih edilmediği, bunun yerine “özürülü” kavramının kullanıldığı görülmektedir. Ancak son zamanlarda bu kavram da olumsuz anlamlandırmalardan nasibini almış ve “engelli kavramı tercih edilir olmuştur (Dalbay, 2009).

Spor bilimleri açısından engelli tanımı; fiziksel ve sportif aktivitelere ilişkin özel eğitim almadan, özel cihazlar kullanmadan ve bazı etkinliklerde düzenlemeler yapılmadığı takdirde sportif organizasyonlara katılması olanaksız olan bireyleri içermektedir (Gür, 2001).

### **2.1.1. Zihinsel Engelli Bireyin Tanımı**

Zihinsel engelliliğin çok farklı tanımları yapılmasına rağmen en yaygın ve kabul edilen tanımı American Association on Mental Deficiency (AAMD) tarafından yapılan tanımdır. Bu tanıma göre mental retardasyon; gelişim sürecinde ortaya çıkan

uyum, davranışlardaki yetersizlik ile birlikte, genel zekâ fonksiyonunda önemli derecede ortalamanın altında olma şeklinde tanımlanmaktadır (Patri, 1990).

Amerikan Zihinsel Gerilik Birliği (AAMR, 1992) zihinsel engelin, bireyin hâlihazırda bulunan fonksiyonlarındaki önemli derecede geriliği ifade ettiğini belirtmektedir. Bu durum zihinsel fonksiyonlarda ortalamadan önemli derecede geride olma ile aşağıdaki uyumsal davranış alanlarından en az iki ya da daha fazlasında sürekli olarak sınırlılıklar kendini göstermektedir. AAMR'nin tanımında belirtilen uyumsal davranış alanları;

- İletişim
- Özbakım
- Ev Yaşamı
- Sosyal Beceriler
- Toplumsal Yararlılık
- Kendini Yönetme
- Sağlık ve Güvenlik
- Akademik İşlevler
- Boş Zamanları Değerlendirme
- İş Yaşamıdır

Genellikle toplum içerisinde zihinsel engelliler homojen bir grup olarak görülmektedir. Aslında Zihinsel Engelli Çocuklar doğuştan getirdikleri kalıtsal özelliklere, sağlanan tıbbi tedavi, eğitim ve çevre olanaklarına bağlı olarak önemli bireysel ayrılıklar gösterirler. Özel eğitime gereksinim duyan çocuklar arasında en fazla popülasyonu oluşturan zihinsel engelli çocukların kesin tanımı olmamakla birlikte kabul edilmiş bazı tanımlar mevcuttur. Yapılan pek çok tanıma bakıldığında bu çocukların sadece zeka yönlerinin değil, aynı zamanda sosyal uyum, dil gelişimi, sağlık vb. yönlerinin de dikkate alındığı görülmektedir (Özgür, 2004).

Hangi tür tanılama yapılırsa yapılsın tüm zihinsel engelli bireyler kendi yaşlıtlarına göre, düşünme, karar verebilme, sosyal ilişki kurabilme, iş yapabilme ve duygularını ifade edebilme kapasiteleri açısından, daha geride bir gelişimimizler (Özer, 2001).

### 2.1.2. Zihinsel Engelliliğin Sınıflandırılması

Zihinsel engelli çocukların homojen bir grup olmaması ve kendi içinde farklılıklar göstermesi nedeniyle sınıflandırılması gerekir. Sınıflandırmanın yapılması çocuklara özgü farklılıkların belirlenmesi ve bunlara yönelik özel eğitim olanaklarının sağlanması açısından önemli olmaktadır. Zihinsel engelli çocuklarla ilgili ilk sınıflandırma girişimi 1845 yılında Esquirol tarafından zihinsel engelli çocukların dil kullanımını ölçüt olarak yapılmıştır (Eripek, 1993).

Zihinsel engelli bireyler aynı özellikleri taşıyan homojen bir grubu oluşturmayıp bireysel farklılıklar göstermeleri, sınıflandırma gereksinimini ortaya çıkarmaktadır. Amerika Mental Gerilik Birliği (A.A.M.D), hafif derecede zekâ engeli, orta derecede zekâ engeli, ağır derecede zekâ engeli ve çok ağır (derin) derecede zekâ engeli olmak üzere dört bölümde sınıflandırmıştır (Özer, 2001).

Zihinsel engelliliğin sınıflanmasına ilişkin farklı yaklaşımlar söz konusudur. Kişinin zekâ bölümü dikkate alınarak yapılan sınıflandırmalarda, psikolojik ve eğitsel sınırlar göz önünde bulundurulmuştur. Psikolojik sınıflamada zihinsel engellilik hafif, orta ve ağır şeklinde tanımlanırken eğitsel sınıflamada eğitilebilir, öğretilbilir ve ağır şeklinde tanımlanmaktadır. (Ersoy ve Avcı, 2000).

Zihinsel engelli bireyler eğitsel sınıflama sisteminde eğitim gereksinimlerine göre sınıflandırılmakta, neyi öğrenip neyi öğrenemeyecekleri, ne derecede öğrenecekleri araştırılmaktadır. Buna göre zihinsel engelli bireyler psikolojik sınıflama sistemindeki sınıflamaya paralel olarak eğitilebilir, öğretilbilir, ağır ve çok ağır olarak ele alınmaktadır (Eripek, 1996).

#### Zihinsel Engelli Bireylerin Sınıflandırılması

Psikolojik	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Eğitilebilir zihinsel engelliler</li> <li>• Öğretilbilir zihinsel engelliler</li> <li>• Ağır ya da çok ağır zihinsel engelliler</li> </ul>
Eğitsel	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hafif derecede zihinsel engelliler</li> <li>• Orta derecede zihinsel engelliler</li> <li>• Ağır derecede zihinsel engelliler</li> <li>• İleri derecede zihinsel engelliler</li> </ul>

### 2.1.3. Zihinsel Engelli Bireylerin Özellikleri

Zihinsel Engelli Bireylerin bedensel, zihinsel ve sosyal özelliklerini şu şekilde özetlemek mümkündür (İlhan, 2008).

#### 1- Bedensel Özellikleri

- Zihinsel engelli çocuklarda dış bozukluklarına, çürümelere daha sık rastlanılır. Dış düzenlerinde belirgin anormallikler vardır.
- Bedensel gelişimleri daha ağırdır. Normal akranlarından daha zayıf ve kuvvetsizdirler.
- Normal yaşıtlarına göre daha sık hasta olurlar.
- Tamamında Konuşma, görme ve işitme gibi ikiden çok ek engel vardır.
- Büyük ve küçük kaslarını kullanmada beceriksizlik gösterirler. Göz-el işbirliğini geç ve güç sağlarlar. Ritimli hareketleri yapmada zorlanırlar.
- Yürüme, hareket etme, oturma, durma... vb. fiziksel hareketlerde normal dışılık görülür.

#### 2- Zihinsel Özellikleri

- Dikkat süreleri ve ilgileri çok kısadır.
- Konuşmayı kısmen geç öğrenirler ya da hiç öğrenemezler.
- Genelleme yapamazlar.
- Edindikleri bilgileri transfer edemezler.
- Yeni durumlara uymada zorlanırlar.
- Kolayca yorulurlar tepkileri basittir.
- Akademik kavramları ve soyut terimleri öğrenemezler.

#### 3- Sosyal Özellikleri

- Gördükleri, duydukları şeyleri çabuk unuturlar. Bellekleri zayıftır.
- Yakın şeylere ilgi duyarlar, gelecek ile ilgilenmezler.
- Sosyal ilişkilerinde, grupta sürekli başkalarına bağımlı olma eğilimindedirler.
- Oyun ve toplum kurallarına uymazlar.
- Kendi kendilerine olurlar.
- Sorumluluk alamazlar.
- Kendi kendilerine bir işe başlama arzusu göstermezler.

Zihinsel engellilerin en belirgin özelliklerinden birisi zihin gelişim ve fonksiyonlarında yaşitlarından geri olmalarıdır. Zihinsel engellilerin zihin gelişimleri ve fonksiyonları yavaş ve geç gelişir (Demirdağ, 2010).

#### **2.1.4. Zihinsel Engelin Nedenleri**

Zihinsel engelliliğin nedenleri engel durumuna göre değişebilir ve çok çeşitlidir. Bazı durumlarda engelliliğin oluşum nedenleri bilinmemekle birlikte genel olarak bilinen nedenler doğum öncesi, doğum sırası ve doğum sonrası oluşan nedenler olmak üzere üç ana başlık altında toplayabiliriz (Aral ve Gürsoy, 2011).

##### **Doğum öncesi etkenler**

- Hamilelik döneminde annenin geçirdiği bulaşıcı hastalıklar, kullandığı ilaçlar, kazalar ve zehirlenmeler, röntgen çektirme, yetersiz beslenme.
- Akrafa evliliği, kromozom bozuklukları, kan uyuşmazlığı.
- Doğuştan metabolik bozukluklar

##### **Doğum sırasında olan etkenler**

- Zor doğum nedeniyle kullanılan bazı araçların (vakum, forseps v.b.) bebeğe zarar vermesi
- Erken ve düşük ağırlıklı doğum
- Anoksi
- Doğum travmaları ve doğum sırasında çocuğa bulaşan enfeksiyonlar

##### **Doğum sonrası etkenler**

- Çocuğun geçirdiği ateşli hastalıklar (kızamık, menenjit vb.)
- Beyin hasarına yol açan kazalar, zehirlenmeler.
- Çocuğun beyin gelişimini etkileyecek yapısal bozukluklar ve hormonal düzensizlikler.

Zihinsel engellilik nedenlerini bilmenin iki önemli yararı vardır. Birincisi nedenleri bilirsek en azından zihinsel engelliğin bir bölümünü önleyebiliriz, topluma koruyucu önlemler konusunda bazı ipuçları verebiliriz. İkincisi, neden ya da nedenlerin bilinmesi bize eğitim konusunda bazı ipuçları vermektedir (Kanbaş, 2013).

## 2.2.Sosyalleşme Hakkında Genel Bilgiler

### 2.2.1. Sosyalleşme Kavramının Tanımı ve Tarihi Süreç İçerisinde Gelişimi

Sosyalleşme kavramını ilk kullanan E. Durkheim'dır. Durkheim eğitimi, yetişkin kuşakların yetişmekte olan kuşakları sosyalleştirmesi, toplumsal hayata hazırlaması, ruhsal ve ahlaki yönden yetiştirmesi olarak kabul etmiştir. O eğitime metodlu sosyalleşme; toplum içinde bilinçsiz, plansız ve kendiliğinden yapılan sosyalleşmeye de metotsuz sosyalleşme (yaygın eğitim) olarak yaklaşmıştır (Yetim, 2000).

Sosyalleşme süreci bir sosyal olgu olarak ferdin doğuştan itibaren toplum üyeliğini kazandırmasında geçirdiği safhaların bütünüdür (Erkal, 2000).

Sosyalleşme sayesinde insan, toplumun ortaya koyduğu tavır ve hareket modellerini, örnekleri ve düşünme biçimlerini öğrenmektedir. Böylece sosyalleşme kişinin toplumsal kültürle bütünleşmesini ve içinde yaşadığı topluma uyum sağlamasını mümkün kılan bir mekanizmadır (Dönmezer, 1994).

Sosyalleşme, kişinin doğumundan yetişkin oluncaya kadar, başka insanlarla olan ilişkilerinin ve onlara karşı geliştirdiği ilgi, duygu, tutum ve davranışlar gibi toplumsal özelliklerin tümüdür. Başka bir anlatımla sosyalleşme, kişinin çevresinde geçerli olan norm ve değer yargılarına uygun bir davranış geliştirme sürecidir (Yetim, 2000).

Sosyalleşme, dünyaya gelen birey-insanın, ailesinin, akraba ve komşuluk çevresinin, kent ve köylünün ve nihayet ulusunun bir parçası olduğunu öğrenmesi ve böylece toplumun bir üyesi haline gelmesidir (Kağıtçıbaşı, 1999).

### 2.2.2. Sosyalleşmeyi Etkileyen Etmenler

Yetim tarafından sosyalleşmenin 4 temel etmeni şu şekilde açıklamıştır.

**Aile:** Bireyin sosyalleşmesini sağlayan ilk ve önemli araçtır. Çocuk genel anlamda aileden dili ve temel davranış kalıplarını öğrenir.

**Okul:** Okul resmi ve örgütlü bir sosyalleşme aracıdır. Birey okuldan toplumsal değerleri öğrenir.

**Arkadaş Çevresi / Arkadaşlar: Yetişkinler** tarafından kontrol edilemeyen fakat birey için en çok önemi arz eden bir sosyalleşme aracıdır. Birey arkadaşlarından işbirliğini, rekabeti, çatışmayı, grup dayanışmasını vb. öğrenir.

**Kitle İletişim Araçları:** Tek taraflı bir sosyalleşme aracıdır. Fakat çok geniş çevrelere ulaşması bakımından da kişinin değişik çevre veya kişilerle sosyalleşmesini sağlaması bakımından da çok önemli ve günümüzde etkisi giderek artan bir sosyalleşme aracıdır (Yetim, 2000).

### 2.2.3. Zihinsel Engelliler ve Sosyalleşme

Aile, çocuğun ilk sosyal deneyimlerini edindiği yerdir. Zihinsel engelli bireyler de, normal gelişim gösteren bireyler gibi ilk sosyal becerileri aile ortamında edinir (Yavuzer, 2002).

Zihinsel engelli çocuklar bağımsız hareket edememekte, geç ve güç arkadaşlık kurmaktadır. Arkadaşlıkları kısa süre devam etmekte ve kendilerinden küçük çocuklarla arkadaşlık etmeyi tercih etmektedirler. Sebatsızlık, inatçılık gibi davranışlar sosyal ilişkilerini sarsmaktadır. Grup etkinlikleri sırasında lider olmaktan çok başkasına uyma ve taklit etme eğilimi göstermektedirler (Özer, 2001).

Brannon, 1999'a göre Zihinsel engelli bireylerin, daha çok duygusal ve psikolojik problemler yaşadıklarını ve bunun sonucunda agresif davranışlar, kendini yaralama gibi davranışsal sorunlar sergilediklerini göstermiştir. Bunun nedeni duygusal bozukluk ile zihinsel engelinin ilişkili olmasıdır. Bu nedenle de günlük yaşam içinde zihinsel engelli bireyler, sorunlarla başa çıkabilme kapasiteleri daha düşük olduğu için, daha fazla zorluklarla karşılaşır. Anksiyete düzeyleri normal gelişim gösteren bireylere göre daha yüksektir (Brannon, 1999).

Zihinsel engele sahip çocukların sosyal özelliklerinde tipik bazı problemler görülebilmektedir. Bu problemler kısmen toplumdaki bireylerin bu çocuklara yönelik tutum ve davranışlarıyla, kısmen de çocuğun geçmişte kendisinden beklenen davranışları vb yerine getirmedeki başarısızlıklarıyla ilişkilidir (Ersoy ve Avcı, 2000).

Bireyin topluma uyumunda önemli olan uyumsal davranış birikimi, zihinsel engele sahip bireylerde yetersizlik göstermektedir. Bu yetersizlikler bireyin topluma sosyal uyumunu güçleştirmekte, gerekli eğitsel ve psikolojik önlemler alınmadığı takdirde imkansız hale gelebilmektedir (Ersoy ve Avcı, 2000).



#### 2.2.4. Spor ve Sosyalleşme

Spor, günlük hayatın hemen hemen tüm yönlerini etkileyen çok önemli ve yaygın bir kurumdur. Spor, toplumların sosyal hayatında itibarlı bir yere sahiptir. Sporun gücü, onun sosyalleştirme aracı olmasıyla ve insanları birleştirici rolünü yerine getirmesiyle ölçülür. Spor, sosyalleşme ve sosyal değişim aracı olarak hizmet veren olağanüstü bir güce sahiptir (Yıldıran ve Yetim, 1996).

Erkal' a göre spor, ferdin tabi çevresini, beşeri çevre haline çevirirken, elde ettiği kabiliyetleri geliştiren, belirli kurallar altında araçlı veya araçsız, ferdin veya toplu olarak boş zaman faaliyeti kapsamı içinde veya tam zamanını alacak şekilde meslekleştirerek yaptığı, sosyalleştirici, toplumla bütünleştirici, ruh ve fiziki geliştiren rekabetçi, dayanışmacı ve kültürel bir olgudur (Erkal, 2000).

Sporun önemli işlevlerinden birisi, bireyin bir gruba ait olma duygusunu aşılması ve geliştirmesidir. Aidiyet duygusu, sosyal bir varlık olan insanın sosyalleşme sürecinde önemli değerlerden birisi olarak kabul edilmektedir. Aileye, takıma, millete ait olan, kişinin toplumda üstlendiği rolün benimsenmesinde, belirli bir statü kazanmasında önemli bir olgu olarak görülmektedir. Spor alanında elde edilecek başarılar, bu duyguların aratarak devam etmesine ve bireylerin sosyalleşmesine yardımcı olacaktır (Nirun ve Özönder, 1990).

Spor bireyin dinamik, sosyal çevrelere katılımını sağlayan bir sosyal etkinlik olması özelliğinden dolayı kişinin sosyalleşmesinde önemli bir role sahiptir. Modern toplumlarda sporun çoğunlukla kolektif bir etkinlik olduğu göz önünde bulundurulduğunda sportif faaliyetler aracılığıyla, sporla ilgilenen bireyler, değişik insan gruplarıyla sosyal ilişkiye girmektedir. Spor, bireyin kendi dar dünyasından kurtularak başka ortamlarda, başka kişilerden, inançlardan, düşüncelerden insanlarla diyalog içinde bulunmasını, onlardan etkilenmesini ve onları etkilemesini sağlamaktadır. Bu yönüyle sporun, yeni dostlukların kurulmasına, pekiştirilmesine ve sosyal kaynaşmaya destek sağladığı söylenebilir. Spor, sadece spor yapanlar değil, izleyici kitleler arasında da önemli bir sohbet ve muhabbet konusu oluşturmaktadır (Yıldıran ve Yetim, 1996).

Bireyin sosyalleşmesinin erken yaşlarda söz konusu olması, beden eğitimi ve spor aktivitelerinin de çocukluk ve gençlik çağında alışkanlık haline getirilmesi ihtiyacı spor ile sosyalleşmeyi aynı dönemlerde birlikte ele almayı gerekli kılmaktadır (Yetim, 2000).

Biçer'e göre, spor fiziksel ve ruhsal yapıya sağladığı destek yanında disiplin, güven, rekabet ve arkadaşlık hislerini uyandırarak çocuğa sosyal rolünü de kazandırır (Biçer, 2000).

İlhan'a (2008) göre modern toplumlarda sporun çoğunlukla kolektif bir etkinlik olduğu göz önünde bulundurulduğunda sportif faaliyetler aracılığıyla, sporla ilgilenen bireyler değişik insan gruplarıyla sosyal ilişkiye girmektedir. Spor bireyin kendi dünyasından kurtularak başka ortamlarda, başka kişilerden, inançlardan, düşüncelerden insanlarla iletişim içinde bulunmasını, onlardan etkilenmesini ve onları etkilemesini sağlamaktadır. Bu yönüyle sporun, yeni dostluklar kurulmasına, pekiştirilmesine ve sosyal kaynaşmaya destek sağladığı ve özellikle engelli bireylerin topluma kazandırılmasında önemli rol üstlendiği söylenebilir (İlhan , 2008).

(Ergun, 2003)'a göre, spor fiziksel ve ruhsal yapıya sağladığı destek yanında disiplin, güven, rekabet ve arkadaşlık hislerini uyandırarak çocuğa sosyal rolünü de kazandırır. Engelli birey için bu sosyal rolün evrensel dili spordur. Bir eğitim faaliyeti olan spor, ortak amaçları dile getirebilme gücünü ve takdir edebilme duygusunu ortaya çıkarmaktadır.

Bunların yanı sıra, spor anlayış ve sorumluluk taşıyabilme ve işbirliği içinde düzen sağlama kabiliyetini de geliştirmektedir. Sebatsız ve enerjik olmayı sağlaması, sosyal gruba ve topluma ait olma gücünü kazandırmakla, birey ile toplum ilişkilerini daha ahenkli kılmaktadır (Erkal, 2000).

## **2.3.Engelliler ve Spor**

### **2.3.1. Engellilerde Spor ve Sosyalleşme**

Engellilerde bağımsızlıklarını arttırmaya yönelik eğitimin, aile desteğinin, sosyal ilişkinin, cinsiyetin, duygusal ilişkilerin ve sporun etkisi olduğu ancak engellilerin girişimsel ve psiko-sosyal ihtiyaçları da dikkate alınmalıdır. Engellilerin topluma kazandırılması, ruhsal ve bedensel olarak gelişimlerine katkıda bulunulması açısından sporun özel bir yeri vardır.

Spor sayesinde engelliler bedensel olarak daha iyi kriterlere sahip olabildikleri gibi zihinsel ve sosyal olarak da gelişme göstermektedirler. Klasik tedavi amaçlı egzersizlerden farklı olarak spor yaptığında engelliler eğlenip, hayata bağlanırlar. Spor sayesinde dış dünyayla ilişki kurarlar (Pehlevan, 2010).

Beden Eğitimi uygulamaları engelli bireylerin motorik özelliklerini aktif hale geçirmede önemli bir hizmet alanı oluşturmaktadır. Bireysel veya grupta yapılan oyun, spor, dans çalışmalarında engelli bireyin kas ve kemik büyümesini sağlamak, kalp-akciğer fonksiyonlarının geliştirmek, kaba olarak hız, esneklik, dayanıklılık ve koordinasyon sağlamak temel amaçlardır. Fonksiyonel özellikleri geliştirilen birey iş ve okulda günlük ihtiyaçlarını karşılayacak etkinlikleri gerçekleştirmede kendine yetebilecek düzeyi elde edecektir. Yeterli sıklık ve düzeyde fiziksel aktiviteye katılmayan engelli birey, normal büyüme ve gelişme için gerekli olan hareket ve beceri niteliklerinde önemli kayıplara uğrayacaktır. Böylece engelli bireyin hareketsizliğe bağlı olarak ilerleyen dönemlerde şişmanlık, kalp rahatsızlığı, dikkatte azalma, tepki vermede zayıflık, koordinasyon bozukluğu, kuvvet eksikliği gibi fonksiyonel bozukluklar görülecektir (Kalyoncu, 1997).

(Koparan, 2003)'a göre Özel eğitime ihtiyaç duyan çocuklarda planlanacak Beden Eğitimi aktiviteleri psikomotor, duyuşsal ve bilişsel alanlarda gelişimi sağlayacak nitelikte olmalıdır. Çünkü bu alanlardaki etkin gelişim ile belirtilen uzun vadeli hedefler gerçekleştirmiş olacaktır. Psikomotor alan çocuğun sosyal ve duygusal gelişimi üzerinde önemli rol oynayan motor becerilerin kazanılmasında önemli bir değer taşımaktadır. Engellilerin için sporun önemini (Koparan, 2003) şu şekilde maddelendirmiştir.

- a) Bireyin fiziksel etkinliklere katılarak fiziksel ve motor uygunluk düzeylerinin gelişmesine,
- b) Beden yapısının temel bileşenlerinin gelişimini sağlanmasına,
- c) Koordinasyon kazanılmasına,
- d) Kas dayanıklılığı ve kas kuvvetin oluşturulmasına,
- e) Bedenin denge ve esneklik gibi özelliklerinin kazandırılmasına,
- f) Algısal motor fonksiyonların pekiştirilmesine,
- g) Knestetik ve dokunsal olarak algılamının ve beraberinde algısal motor yeteneklerin gelişimine olanak sağlamaktır.

Böylece engelli bireyin günlük yaşamında ve spor etkinliklerinde ince, kaba motor becerileri kolaylıkla yapılabilmesinin mümkün olacağı belirtilmiştir.

Fiziksel aktiviteye bizzat katılan birey de duyuşsal alanla ilgili olarak;

- a) Yaşamla başa çıkma yeteneği ve kendi hakkında bilgi edinimini sağlama (olumlu benlik algısı),
- b) Hareket yeteneğini ve vücut beğenisini arttırma,
- c) Çevreye uyum sağlamayı öğrenme,
- d) Değiştiremeyeceği sınırlılıklarını kabul etme ve böylece kendini gerçekleştirmeye doğru adımlar atmış olacaktır.

Spor, kişinin belli düzenlemeler içinde fiziksel aktivitesini ve motor becerilerini zihinsel, ruhsal ve sosyal davranışlarını geliştiren ve bu özelliklerini belirli kurallar içinde yarıştırmasını amaçlayan biyolojik, pedagojik ve sosyal bir uğraştır. Bu kadar etkili bir faktör olan spor sağlıklı insanlar da olduğu gibi engelli insanlarda da birçok faydalı işlev oluşturmaktadır. Engelli insanların toplum içerisinde yer almasını kolaylaştırıcı rol oynayan spor kişinin benlik kavramının gelişmesine ve kendini gerçekleştirebilme kabiliyetinin de artmasına sebep olur (Çam, 2008).

Sportif aktivitelere katılan birey bir araya gelerek bir gruba ait olma, paylaşma, işbirliği duygularını yaşayarak olumsuz duygularından kurtulur, engelli bireyleri gözleyerek kendine karşı olumlu tutum geliştirir. Sportif aktiviteler yolu ile bireyin çevresi genişler ve daha anlamlı bir yaşam sürme şansı yakalar. Spor kişilere engeli ile başa çıkmasını ve engelini hafifletmesini öğreten, kas ve sinir sistemini, zihinsel reaksiyonlarını, vücudun fizyolojik ve metabolik gelişimini destekleyen bir araçtır. Sporun benlik saygısı, öz güven ve başarı duygusunun yaşanmasında önemli rolü vardır (Demir, 2001).

Spor engellilerin fiziksel, ruhsal ve sosyal açıdan gelişmelerini sağlamakta, toplumiçine kaynaşmalarını kolaylaştırmaktadır (Eichsteadt ve Lavay, 1992).

Bir eğitim faaliyeti olan spor, ortak amaçları dile getirebilme gücünü ve takdir edebilme duygusunu ortaya çıkarmaktadır. Bunların yanı sıra, spor anlayış ve sorumluluk taşıyabilme ve işbirliği içinde düzen sağlama kabiliyetini de geliştirmektedir. Sebatsız ve enerjik olmayı sağlaması, sosyal gruba ve topluma

mensubiyet gücünü kazandırmakla, birey ile toplum ilişkilerini daha ahenkli kılmaktadır (Tosyalı, 2010).

Topluma uyum bozukluğu olan engelli birey için spor, yalnızca bedensel bir uğraş görevi görmez aynı zamanda onun toplum içinde yeniden uyumlu bir kişi haline gelmesini sağlar. Spor onların sosyal yaşama uyum sağlamalarına, kendilerini tanımlarına, kendilerine güven duymalarına ve bağımsız biçimde yaşamalarına da katkıda bulunur. Toplumsal yaşam alanlarında daha aktif ve katılımcı bir biçimde rol almalarını sağlar (Marti, 2012).

Beden eğitimi ve spor etkinlikleri engelli bireylerin gerek engelleri dolayısıyla içinde buldukları ruh hali ve gerekse toplumun kendilerine karşı olan tavırlarının doğal sonucu olarak ortaya çıkan saldırganlık, öfke ve kıskançlık gibi duygularını kontrol etmelerini sağlar (İlhan, 2008).

Beden eğitimi ve spor engelli bireyin kendi beceri ve yeteneklerine olan inancını artırır, özgüvenin gelişmesini sağlar (Kınalı, 2003).

Çağdaş benden eğitimi programları, öğrencilerin bireysel gereksinimlerine önem veren eğitimsel yaklaşımları benimser. Engelli bireyler için beden eğitimi ve sporu en çok etkileyen felsefi yaklaşımlar insancıl ve davranışçı psikolojidir (Rich, 1995).

Engelliler İçin Beden Eğitimi ve Sporu Yaygınlaştırma Stratejileri (Demir, 2001) tarafından şu şekilde belirtilmiştir.

**Görünürlük:** Uygulama alanında iyi örnekler sunmak, ailelerin, toplumun ve yetkili kişilerin hizmetimizi ve programlarımızı görmesini sağlamak farkındalığı artırır. Bu hizmet ve programların sunulmasında engelli bireylerin ön planda olarak yer alması etkili bir yöntemdir.

**Kayıрма:** Engelli bireylere yönelik spor organizasyonlarına çeşitli şekillerde destek veren ve engelli birey çalıştıran işyerlerinde alışveriş yapmak ve bu işyerlerini organizasyonlarda etkin olarak tanıtmak diğer kurumlara da örnek teşkil edecektir.

**Basın-Yayın:** Yapılan tüm çalışmaların web siteleri, makaleler, panolar broşürler, kartlar vs. şeklinde yazılı ürün haline dönüştürülmesi programın tanıtımında etkili olacaktır. Basınla yapılacak ortak çalışmalar, engelli bireyler için fiziksel aktivite olgusunun kitle iletişim araçları ile yayılması katkıda bulunur.

**Uluslararası Politika:** Politika sadece siyasi partiler arasındaki savaştan ibaret değildir. Politika deri rengi, cinsiyet, din, dil, sosyo-ekonomik düzey temelinde kaynakların dağıtımı ile ilgili elitlerin karar verme gücü ile ilişkilidir. Bu kaynaklardan yararlanan ve mahrum kalanları politikalar belirler. Politika aynı zamanda insan hakları ile ilgilidir. Uzmanlar politikayı, güç ilişkilerinin dinamikleri olarak tanımlıyor ve eşit olmayan güç ilişkilerini eşitlemede çatışmaların çözümünün önemini vurguluyorlar. Bu bilgiler bizim için son derece değerlidir. Çünkü tarihsel olarak EFA'nın güçlendirmek için hizmet verdiği ve uğraştığı insanlar diğerlerinden daha az kaynağa ve güce sahiptirler. İnsan hakları açısından ciddi ihlaller söz konusudur. Engel çok boyutludur ve yoksulluk, coğrafya, etnik köken, yaş, cinsiyet ve yaşam kalitesini etkileyen diğer birçok bireysel farklılıktan ayrı tutulmalıdır. Bu alanda çalışanlar farkında olsalar da olmasalar da politikanın içindedirler. Çünkü hizmetin verilebilmesi için uygun alana ve ulaşım aracına erişebilme, kaynak bulma gibi toplumun çeşitli unsurları arasında mücadele etmek durumundadırlar. Eşit olmayan, yeterli olmayan kaynaklar, fırsatlar ve gücün oluşturduğu engellere rağmen, engelli bireylerin fiziksel aktivitesi ve sağlığının kalitesini geliştirmeye çalışan herkes politikanın içindedir. Engelli bireyleri ve fiziksel aktiviteyi destekleyen kanunlar, haklar konusunda tanıtım çalışmaları, hem yetkili kişilerin hem de engelli kişilerin bilinçlenmesini sağlar. Bu anlamda en büyük destek BM Engelli Bireylerin Haklarına Dair Sözleşmesinin 30. Maddesidir. Bu madde kültürel yaşam, dinlenme, eğlence ve spora katılım ile ilgili hakları içermektedir. Bu maddenin 5. Bendine göre Taraf devletler engelli kişilerin dinlenme, eğlence ve spor faaliyetlerine başkaları ile eşit bir şekilde katılabilmeleri için aşağıdaki amaçla gerekli önlemleri alacaklardır.

- Engelli kişilerin her düzeyde yaygın spor faaliyetlerine mümkün olan azami ölçüde katılımlarının cesaretlendirilmesi ve teşvik edilmesi,
- Engelli kişilerin engelli olma durumu ile ilgili spor ve dinlenme faaliyetleri düzenleme, geliştirme ve katılma fırsatına sahip olmalarının sağlanması ve bu amaçla uygun talimat, eğitim ve kaynakların başkaları ile eşit bir şekilde temin edilmesinin sağlanması
- Engelli kişilerin spor, dinleme ve turistik tesisler girişlerinin sağlanması,

- Engelli çocukların, okul sistemindeki bu tür faaliyetler dahil olmak üzere oyun, dinlenme, eğlence ve spor faaliyetlerine başka çocuklarla eşit bir şekilde katılmalarının sağlanması,
- Engelli kişilerin, dinlenme,turizm, eğlence ve spor faaliyetlerinin düzenlenmesinde görev alan kişilerin hizmetlerinden yararlanmalarının sağlanması /<http://www.un.org>)

**Yasal İşlem:** Engelli bireylerin fiziksel aktiviteden yararlanmaları konusunda kanuna uymayan yetkililer, yasal protokolleri göstererek uyarmak, gerektiğinde yasalara başvurmak yetersizliği olan, aktivitede kısıtlılığı ve katılım kısıtlılığı olan bireylerin sesini duyurmak ve tam katılımlarını sağlamak için son çare olabilir (Sherrill, 2007).

### 2.3.2. Zihinsel Engelliler ve Spor

Eğitilebilir zihinsel engellilerin fiziksel, fizyolojik ve motorik özelliklerinin geliştirilmesine yönelik birçok çalışma bulunmaktadır. Düzenli yapılan antrenmanlar veya sportif faaliyetlerin zihinsel engellilerde bazı davranış değişikliğine ve motor gelişimlerine etkisinin olduğu belirtilmiştir (Marti, 2012).

Sportif aktivitelere katılımın, zihinsel engelli bireyler üzerinde yarattığı olumlu psikolojik, sosyal ve motor alanlardaki etkiler göz önüne alınacak olursa sportif çalışmaların sadece spor karşılaşmalarına yönelik değil, rekreasyona yönelik olarak düşünülmesi ve uygulanması gereği ortaya çıkmaktadır. Ancak bu şekilde düşünülürse tüm çocukların sportif etkinliklere katılımı ve gelişimsel kazançlar elde etmeleri sağlanabilir (Kalyon, 1997).

Yapılan araştırmalar, fiziksel aktiviteden yoksun zihinsel engelli bireylerin hareketsizlikten dolayı çeşitli hastalıklara maruz kaldıklarını (özellikle; kalp ve solunum problemleri, kan damarlarında yağlanma, kemik deformasyonları gibi) genellikle gevşek kas yapısına sahip olduklarını, zihinsel geriliğin artması ve yaşın da ilerlemesi ile motor gelişiminde kayıplar yaşadıklarını göstermiştir. Bu anormal durumlar engelli bireylerin fiziksel kapasitelerini sınırlayabilmektedir (Savucu ve Biçer, 2009).

Zihinsel engelli çocuklar normal gelişim gösteren çocuklarla aynı gelişim aşamalarından geçmelerine rağmen, onları daha geriden izlemekte ve tam gelişim gösterememektedirler. Konuşmaları ve diğer gelişimleri daha yavaş olmaktadır. Güç, dayanıklılık, denge, esneklik ve hız gerektiren beceriler yönünden daha zayıftırlar. Bellek ve dikkat süreleri zayıftır. Daha fazla dikkat ve uyarıcıya ihtiyaçları vardır. Soyut kavramları öğrenmeleri güç ve uzun zaman almaktadır. Somut kavramları sık tekrarlarla öğrenebilmektedirler. Zihinsel engelli çocuklar genellikle sporda diğer alanlara göre daha başarılıdırlar. Okula devam eden çocukların akademik konulardan ziyade beden eğitimi derslerinde daha başarılı oldukları bilinmektedir. Sporun benlik saygısı, öz güven ve başarı duygusunun yaşanmasında önemli rolü vardır (Kıraer ve Tatlısu, 2000).

Zihinsel engelli çocuklar da normal çocuklar gibi, yeme, içme, sevmeye, sevilme, kabul edilme, başarılı olma gibi biyolojik, sosyal ve psikolojik ihtiyaçlara sahiptirler. Sosyal çevrede yaşamlarını sürdürebilmeleri için bu ihtiyaçların karşılanması gerekmektedir. Bireyin topluma uyumunda önemli bir nokta olan uyumsal davranış birikimi açısından zihinsel engelli bireyler yetersizlik göstermektedir. Bu yetersizlikleri bireyin topluma sosyal uyumu güçleştirmekte, gerekli eğitsel ve psikolojik önlemler alınmadığı takdirde imkânsız hale gelebilmektedir (Özer, 2001).

Sportif aktivitelere katılım bireye kasların güçlenmesi, koordinasyon gelişimi, denge gelişimi, duruş kontrol gelişimi, esneklik gelişimi, solunum-dolaşım sisteminin gelişimi gibi geniş alanlarda büyük yararlar sağlayabilmektedir. Artık günümüzde zihinsel engelli bireylerin hareket etme gereksinimlerini karşılamak amacıyla yeteneklerine, sınırlılıklarına ve ilgilerine göre sportif becerilerine yönelik çalışma ve oyunlarla düzenlenen beden eğitimi programları hazırlanmaktadır (Bruininks ve Chavat, 1990).

### **2.3.3. Zihinsel Engellilerde Spor Uygulamaları**

Akyüz ve arkadaşları tarafından 2011 yılında yapılan Zihinsel Engelli Çocuklarda 6 Haftalık Fiziksel Aktivitelerin Bazı Fiziksel Ve Fizyolojik Parametrelere Etkisini tespit etmek amacıyla yapılan çalışma sonucunda 6 haftalık



egzersiz öncesi ve sonrası esneklik ve kuvvet ölçümleri arasında anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir.

Yılmaz ve arkadaşlarının 2009 yılında yaptıkları 10 hafta boyunca haftada iki kez 40 dakikalık yüzme ve su egzersizlerinde zihinsel engellilerin sürat parametresinde anlamlı gelişmeler bulmuşlardır.

Bayazıt ve arkadaşları tarafından 2007 yılında yapılan eğitilebilir zihinsel engelli çocuklarda kaynaştırma eğitimi yöntemiyle uygulanan eğlenceli atletizm antrenman programının psikomotor özelliklere etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Motor beceri davranış değişikliği, partnerle çalışan kaynaştırma grubunda daha fazla artış göstermiştir.

Savucu ve arkadaşları, 2006 tarafından yapılan Zihinsel engelli bireylerde basketbol antrenmanının fiziksel uygunluk üzerine etkilerinin belirlenmesi başlıklı çalışmada Basketbol antrenmanının fiziksel uygunluk üzerine etkilerinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Basketbol antrenmanı uygulamasıyla; bu bireylerin takım arkadaşlarıyla bir uyum içinde olmaları, fiziksel uygunluk ve hareket davranışlarında gelişme kaydedilmesi hedeflenmiştir. Çalışma sonunda, fiziksel aktivitelerin insan vücudu üzerindeki olumlu etkilerinin engelli insanlar içinde önemli yararlar sağladığı saptanmış, basketbol uygulamasına katılan engelli bireylerin fiziksel uygunluk düzeylerinin ve hareket davranışlarının geliştiği görülmüştür.

#### **2.3.4. Zihinsel Engelliler İçin Spor Koçluğu**

Spor koçu, bireye sporu öğretir ve eğitimini verir. İnsanların yaşam koçlarına başvurmalarının nedeni, spor koçlarına başvurmalarıyla aynıdır; onlarla çalışacak, onları cesaretlendirecek ve motive edecek birini isterler (Çam, 2009).

Spor, insanın sahip olduğu sonsuz potansiyeli meydana çıkarmanın en etkili yollarından biridir. Koçların spor takımları ve sporcular üzerindeki etkileri ve başarıları iş dünyası başta olmak üzere özellikle sağlık sektörü içerisinde ve sosyal alanlarda da dikkat çekmeye başlamış ve “Koç”lardan yararlanılarak yeni “Koçluk” yaklaşımları geliştirilmiştir. Bireyler iş sektörü için yaşam koçluğunun yanı sıra sportif yaşam koçluğunu da önem kazanmaktadır. Bugün birçok başarılı “Spor Koçu”, diğer koçluk alanlarında da model olmakta ve bilgilerini, tecrübelerini aktarmaktadır (Çam, 2008).

Koç” yalnızca takımı çalıştırmaz; takım oyuncularına ve taraftara bir hayat felsefesi ve kültürü aşılar (Marti, 2012).

### **2.3.5. Zihinsel Engelliler İçin Spor Koçluğu Uygulaması**

Bu çalışmaya başlamadan önce zihinsel engelli bireylerin yapmış oldukları spor dalları ile ilgili literatür taraması yapılarak sportif yaşam koçluğu programı oluşturulmuştur.

Oluşturulan spor programı dışında eğitilebilir zihinsel engelli bireylere atletizm, badminton, masa tenisi ve hentbol gibi çeşitli spor dallarıyla ilgili uygulamalar denenmiş ancak bireylerin ilgi ve becerileri doğrultusunda daha çok keyif aldıkları spor dalları seçilmiş bulunmaktadır.

Yaygın olarak bilindiği üzere, zihinsel engelli bireylerde seçilmesi gereken spor programlarında dikkat edilmesi gereken en önemli hususlardan biri, bireylerin isteklerine uygun haz aldıkları, sporu cazip hale getirecek programların oluşturulmasıdır.

Hazırlanan spor programında bireylerin engel durumları göz önüne alınarak ihtiyaçları ve gerçekleştirebilecekleri doğrultuda ilk aşamada adapte edici, daha sonra iyileştirici ve son olarak geliştirici bir spor programı hedefi uygulanmıştır. Programdaki temel amaç zihinsel engeli bireylerin motor fonksiyonları geliştirilmesi, sosyal yeterlilik seviyesinin artırılması ve benlik kavramı üzerinde durulmuştur.

Tüm bu çerçevede üzerinde eğitilebilir zihinsel engelli bireylere 12 hafta boyunca, haftada iki gün, dörder saat çalışma düzeni belirlenmiş, içerik olarak eğitilebilir zihinsel engelli bireyler tarafından yapılabilen basketbol, voleybol, bisiklet, yüzme branşları hakkında bilgi verilerek, her hafta ilgili branşa ilişkin uygulama antrenmanları yapılmıştır.

Ayrıca bu 12 haftalık süreç içerisinde denek grubuna fitness, pilates, halk oyunları ve dans çalışmaları ile ilgili genel bilgi verilerek uygulama aktiviteleri yapılmıştır. Grup iletişim becerilerini geliştirecek eğitsel oyunlar, doğa yürüyüşleri ve yaratıcı drama etkinliklerine de yer verilmiştir. deney grubundaki engelli bireylere denge ve koordinasyon geliştirme açısından önemli bir yere sahip olan atla terapi ile şefkat duygusunun geliştirmesinde etkili olan yunusla terapi seansları yapılmıştır.

Sportif yaşam koçluğu programı yoğun spor etkinliklerine ilaveten engelli bireylerin serbest zamanlarında film gösterimi, hayvanat bahçesi gezisi gibi sosyal aktiviteler ile toplumla entegre olmalarını hızlandıracak etkinlikler ile desteklenmiştir.

Uygulanan sportif yaşam koçluğu programının son aşaması olarak eğitilebilir zihinsel engelli bireyler alternatif doğa kampına götürülmüş, ebeveynlerinden uzakta birçok temel ihtiyaçlarını bağımsız bir şekilde yürüterek kamp başarılı bir şekilde tamamlanmıştır.

## SPORTİF YAŞAM KOÇLUĞU PROGRAMI

SPORTİF YAŞAM KOÇLUĞU PROGRAMI ETKİNLİK ÇİZELGESİ							
	Sportif Branşlar			Sportif Etkinlikler			Sosyal Faaliyet
	Faaliyet	Kazanım	Süre (saat)	Faaliyet	Kazanım	Süre	
1.Hafta	Basketbol	Basketbol Temel Duruş Tekniğinin Öğretilmesi	2 Saat	Halk oyunları	Müzik eşliğinde Kerimoğlu Zeybeğinin öğretilmesi ve koreografinin ortaya konması.	2 Saat	
2.Hafta	Basketbol	Temel Pas Tekniklerinin Öğretilmesi Top Sürme Tekniklerinin Öğretilmesi Savunma Duruşu Ve Kayma	2 Saat	Eğitsel oyun	Yakar top oyunun öğrenimi ve uygulanması.	2 Saat	Müze gezisi
3.Hafta	Basketbol	Turnike Atış Tekniğinin Öğretilmesi	2 Saat	Fitness	Teorik bilgi verilmesi ve uygulamalar	2 Saat	
4.Hafta	Voleybol	Topsuz Duruş tekniğinin öğretilmesi Pozisyon alma tekniğinin öğretilmesi	2 Saat	Atla Terapi	Denge koordinasyonu geliştirme ve sosyal iletişimi artırma çalışması	2 Saat	
5.Hafta	Voleybol	Manşet pas tekniğinin öğretilmesi Parmak pas tekniğinin öğretilmesi	2 Saat	Pilates	Teorik bilgi verilmesi ve uygulamalar	2 Saat	
6.Hafta	Voleybol	Servis atış tekniklerinin öğretilmesi	2 Saat	Doğa yürüyüşü	Bitkilerin ve doğanın tanınması ve tempolu yürüyüş çalışması.	2 Saat	Sinema Gösterimine gitme
7.Hafta	Bisiklet	Doğru duruş tekniğinin öğretilmesi Denge koordinasyon çalışmaları Pedal basma tekniği	2 Saat	Yaratıcı Drama	Yaratıcı drama yöntemiyle iletişim becerilerini geliştirme	2 Saat	
8.Hafta	Bisiklet	Yavaşlama ve durma tekniği Keskin dönüş tekniğinin öğretilmesi İleri sürüş tekniğinin öğretilmesi	2 Saat	Stretching:	Isınma, gerdirmeye ve soğuma çalışmalarının geliştirilmesi	2 Saat	

9.Hafta	Bisiklet	Sürüş tekniğinin anlatılması ve uygulaması Vites değişiminin anlatılması ve öğretilmesi	2 Saat	Doğa kampı	Aile den bağımsız hareket edebilme ve yaşam becerilerinin geliştirilmesi	2 Saat	Hayvanat bahçesi gezisi
10.Hafta	Yüzme	Suya Alışma Genel Nefes Çalışmaları Suda Kayma Çalışmaları Bacak Hareketleri Kol Hareketleri	2 Saat	Yunusla Terapi	Şefkat duygusunu geliştirme çalışması	2 Saat	
11.Hafta	Yüzme	Suyu Kavrama Ve Hissetme Alıştırmaları Kurbağalama Sitalinde İtme Ve Çekme Alıştırmaları	2 Saat	Eğitsel oyun	10 pas oyunun öğrenimi ve uygulanması	2 Saat	
12.Hafta	Yüzme	Serbest Sitalde Suyu Çekme Ve İtme Çalışmaları	2 Saat	Dans	Müzik eşliğinde ront oyunun öğretilmesi ve uygulanması	2 Saat	Doğa kampı

### 3. YÖNTEM

#### 3.1.Araştırmanın Modeli

Bu araştırma, eğitilebilir zihinsel engelliler için geliştirilmiş 12 haftalık sportif yaşam koçluğu programı ile 15–33 yaş arasındaki eğitilebilir derecede zihinsel engelli bireylerin sosyalleşme düzeyleri üzerindeki etkisini ölçmeyi hedefleyen, ön-test son-test kontrol gruplu deneme modelinde desenlenmiş bir çalışmadır.

Deneme modelleri, neden- sonuç ilişkilerini belirlemeye çalışmak amacı ile doğrudan araştırmacının kontrolü altında, gözlenmek istenen verilerin üretildiği araştırma modelleridir (Karasar, 2010).

Çalışma, toplam 24 eğitilebilir zihinsel engelli öğrencinin katılımıyla yapılmıştır. Bunlardan 12'si uygulama, 12'si kontrol grubunu oluşturmuştur.

Kontrol grubu ön test ve son test'e tabii tutulmuş, fakat bu gruba sportif yaşam koçluğu programı uygulanmamıştır.

Deney grubunda yer alan 12 öğrenciye ise; 12 hafta boyunca haftada 2 gün 4'er saat hazırlanan sportif yaşam koçluğu programı uygulanmıştır Uygulamadan önce sporun sosyalleşme üzerine etkisi anketi katılımcıların velilerine ön test olarak yapılmış olup, program uygulandıktan sonra ise aynı anket katılımcıların velilerine son test olarak uygulanmıştır.

#### 3.2. Kullanılan Yöntem

Araştırmada veri toplama aracı olarak sosyal bilimlerde veri toplama tekniklerinden anket yöntemi kullanıldı.

#### 3.3.Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Araştırmanın evrenini ülkemizde yaşayan eğitilebilir zihinsel engelli tanısı konmuş tüm bireyleri kapsamaktadır.

Araştırmanın örneklemini Muğla ili Menteşe ilçesinde eğitim alan 15-33 yaş aralığında bulunan, 24 eğitilebilir zihinsel engelli (12'si uygulama, 12'si kontrol grubu) birey oluşturmaktadır.

### 3.4. Veri Toplama Yöntemi ve Süresi

Araştırma “ön test – son test kontrol gruplu deneme modelinde” desenlenmiştir. Çalışmaya başlamadan önce deney grubunda yer alan öğrencilerin aileleriyle görüşülerek sportif yaşam koçluğu programı ile ilgili detaylı bilgi verilmiş, çocuklarının katılımları için yazılı onayları alınmıştır.

12 haftalık sportif yaşam koçluğu programının zihinsel engelli bireylerin sosyalleşme düzeylerine belirlemek amacıyla veri toplama aracı olarak; (Demirdağ, 2010) tarafından geliştirilen ve 30 sorudan oluşan Zihinsel Engellilerin Sosyalleşme Düzeyleri başlıklı anket aracılığıyla yüz yüze görüşülerek toplanmıştır. Ankette yer alan sorular; Sosyalleşmeye Yönelik (1-9), Ailelerin Spor Hakkındaki Genel Düşünceleri (10-15), Sporun Olumlu Etkileri Hakkındaki Aile Düşünceleri (16-20) ve Sporun Olumlu Etkilerinin Ölçülmesi (21-30) şeklinde 4 farklı sınıfta ele alınmıştır.

### 3.5. Verilerin Analizi

Araştırmada elde edilecek veriler SPSS 17 paket programı kullanılarak çözümlenmiştir.

Engelli bireylere yönelik geliştirilen sportif yaşam koçluğu programını bağlı olarak program sonrasında sosyalleşme düzeylerinde bu programa katılmayan çocuklara göre farklılığın olup olmadığını test etmek amacıyla Mann-Whitney U testi kullanılmıştır. Uygulama ve kontrol grupları arasında puan karşılaştırmaları için Mann-Whitney U testi kullanılmıştır. Mann Whitney U Testi, iki ilişkisiz örneklemden elde edilen puanların birbirlerinden anlamlı bir şekilde farklılık gösterip göstermediğini test eder (Büyüköztürk, 2005).

Araştırmaya konu olan grupların kendi içersindeki ön-test son-test farkları belirlemek için Wilcoxon işaret sıra testi kullanılmıştır. Bu test, tekrarlanan ölçekli t-testinin parametrik olmayan alternatifidir (Kalaycı, 2009: 104).

Anlamlılık düzeyi olarak 0,05 kullanılmış olup,  $p < 0,05$  olması durumunda anlamlı farklılığın olduğu,  $p > 0,05$  olması durumunda anlamlı farklılığın olmadığı belirtilmiştir.

## 4.BULGULAR

Bu bölümde araştırmada elde edilen verilerin istatistiksel analiz sonuçları yorumlanmıştır.

### 4.1. Katılımcıların Genel Özellikleri

*Tablo 1 Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Dağılımları*

	Cinsiyet			Toplam
	Kız	Erkek	%	
Deney Grubu	7	5	50,0	12
Kontrol Grubu	5	7	50,0	12
<b>Toplam</b>	<b>12</b>	<b>12</b>	<b>100,0</b>	<b>24</b>

Tablo 1.'de görüldüğü gibi araştırmaya katılan kız öğrencilerin 7'si (% 30'u) deney grubundan, 5'ü (%20'si) kontrol grubundan, erkek öğrencilerin 5'ü (% 20'si) deney grubundan, 7'si (% 30'u) kontrol grubundandır.

### 4.2. Katılımcıların Yaşlarına Göre Dağılımları

*Tablo 2 Katılımcıların Yaşlarına Göre Dağılımları*

	(N)	%
15-20	10	41,7
21-26	6	25,0
27-33	8	33,3
<b>Toplam</b>	<b>24</b>	<b>100,0</b>

Tablo 2.'de görüldüğü gibi araştırmaya katılan katılımcıların %41,7'i (10 kişi) 15-20 yaş aralığında, %25'i (6 kişi)21 26 yaş aralığında , %33,3'i (8 kişi) 27-33 yaş aralığındadır.



### 4.3. Katılımcıların Zihinsel Engel Seviyesine Göre Dağılımları

Tablo 3 Katılımcıların Zihinsel Engel Seviyesine Göre Dağılımları

Engel Seviyesi	(N)	%
% 50	7	29,2
% 70	5	20,8
% 80	8	33,3
% 90	4	16,7
<b>Toplam</b>	<b>24</b>	<b>100,0</b>

Tablo 3.'de görüldüğü gibi araştırmaya katılan katılımcıların %29,2 (7 kişi) %50 engel seviyesinde, %20,8 (5 kişi) %70 engel seviyesinde,%33,3 (8 kişi) %80 engel seviyesinde, %16,7 (4 kişi) %90 engel seviyesindedir.

### 4.4. Velilerin Eğitim Durumlarına Göre Dağılımları

Tablo 4 Velilerin Eğitim Durumlarına Göre Dağılımları

	(N)	%
İlkokul	18	75,0
Lise	1	4,2
Üniversite	5	20,8
<b>Toplam</b>	<b>24</b>	<b>100,0</b>

Tablo 4.'de görüldüğü gibi araştırmaya katılan katılımcıların Velilileri'nin eğitim durumları tabloda belirtildiği gibidir. %75,0 (18 kişi) ilkokul mezunu,%4,2 (1 kişi) lise mezunu, %20,8 (5 kişi) üniversite mezunudur.

#### 4.5. Sportif Yaşam Koçluğu Programın Deney Grubu Ön Test-Son Test Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi Sonuçları

*Tablo 5 Sportif Yaşam Koçluğu Programın Deney Grubu Ön Test-Son Test Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi Sonuçları*

Boyut		N	Arit. Ort.	Std. Sp.	Wilcoxon	Z	P
Çocuğun Sosyalleşme Düzeyi	Ön test	12	96.50	8.04			
	Son test	12	203.50	16.96	96.500	-3.100	.002
Ailenin Spor Hakkında Düşüncesi	Ön test	12	173.00	14.42			
	Son test	12	127.00	10.58	103.500	-2.705	.007
Sporun Olumlu Etkisi	Ön test	12	172.50	14.38			
	Son test	12	127.50	10.63	89.000	-3.562	.000
Sporun Sosyalleşme Etkisi	Ön test	12	89.50	7.46			
	Son test	12	210.50	17.54	89.500	-3.508	.000

Tablo 5’de Deney Grubu Ön Test-Son Test Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi sonuçlarından elde edilen çocuğun sosyalleşmesi düzeyi ( $Z = -3.100$ ,  $p < 0,05$ ), ailenin spor hakkındaki düşüncesi ( $Z = -2.705$ ,  $p < 0,05$ ), sporun olumlu etkisi ( $Z = -3.562$ ,  $p < 0,05$ ), sporun sosyalleşme etkisi ( $Z = -3.508$ ,  $p < 0,05$ ) değerlerine ulaşılmıştır. Buna göre düzeyinde anlamlı farklılık tespit edilmemiştir ( $p < 0,05$ ).

#### 4.6. Sportif Yaşam Koçluğu Programın Kontrol Grubu Ön Test-Son Test Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi Sonuçları

Tablo 6 Sportif Yaşam Koçluğu Programın Kontrol Grubu Ön Test-Son Test Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi Sonuçları

Boyut		N	Arit. Ort.	Std. Sp.	Wilcoxon	Z	P
Çocuğun Sosyalleşme Düzeyi	Ön test	12	147.00	12.25	69.000	-.177	.859
	Son test	12	153.00	12.75			
Ailenin Spor Hakkında Düşüncesi	Ön test	12	153.00	12.75	69.000	-.177	-.177
	Son test	12	147.00	12.25			
Sporun Olumlu Etkisi	Ön test	12	150.00	12.50	72.000	.000	1.000
	Son test	12	150.00	12.50			
Sporun Sosyalleşme Etkisi	Ön test	12	150.00	12.50	72.000	.000	1.000
	Son test	12	150.00	12.50			

Tablo 6’da Kontrol Grubu Ön Test-Son Test Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi sonuçlarından elde edilen çocuğun sosyalleşmesi düzeyi ( $Z = -.177$  ;  $p > 0,05$ ), ailenin spor hakkındaki düşüncesi ( $Z = -.177$  ;  $p > 0,05$ ), sporun olumlu etkisi ( $Z = .000$ ;  $p > 0,05$ ), sporun sosyalleşme etkisi ( $Z = .000$  ;  $p > 0,05$ ) değerlerine ulaşılmıştır. Buna göre düzeyinde anlamlı farklılık tespit edilmemiştir ( $p > 0,05$ ).

#### 4.7. Sportif Yaşam Koçluğu Programın Deney ve Kontrol Grubu Ön Test Mann Whitney U-Testi Sonuçları

Tablo 7 Sportif Yaşam Koçluğu Programın Deney ve Kontrol Grubu Ön Test Mann Whitney U-Testi Sonuçları

Boyut		N	Arit. Ort.	Std. Sp.	Mann Whitney -U	Z	P
Çocuğun Sosyalleşme Düzeyi	Deney	12	126.50	10.54	48.500	-1.363	.173
	Kontrol	12	173.50	14.46			
Ailenin Spor Hakkında Düşüncesi	Deney	12	173.00	14.42	49.000	-1.341	.180
	Kontrol	12	127.00	10.58			
Sporun Olumlu Etkisi	Deney	12	172.50	14.38	49.500	-1.337	.181
	Kontrol	12	127.50	10.63			
Sporun Sosyalleşme Etkisi	Deney	12	151.00	12.58	71.000	-.058	.954
	Kontrol	12	149.00	12.42			

Tablo 7’de uygulama ve kontrol gruplarının ön test sonuçlarından elde edilen puanlarda farklılık olup olmadığını belirlemek amacı ile yapılan Mann Whitney-U testi sonuçlarına göre; çocuğun sosyalleşmesi düzeyi ( $Z = -1,363$  ;  $p > 0,05$ ) ,ailenin spor hakkındaki düşüncesi ( $Z = -1,341$  ;  $p > 0,05$ ) sporun olumlu etkisi ( $Z = -1,337$ ;  $p > 0,05$ ), sporun sosyalleşme etkisi ( $Z = -,058$  ;  $p > 0,05$ ) değerlerine ulaşılmıştır. Buna göre düzeyinde anlamlı farklılık tespit edilmemiştir ( $p > 0,05$ ).

#### 4.8. Sportif Yaşam Koçluğu Programın Deney ve Kontrol Grubu Son Test Mann Whitney U-Testi Sonuçları

Tablo 8 Sportif Yaşam Koçluğu Programın Deney ve Kontrol Grubu Son Test Mann Whitney U-Testi Sonuçları

Boyut	N	Arit. Ort.	Std. Sp.	Mann			
				Whitney -U	Z	P	
Çocuğun Sosyalleşme Düzeyi	Deney	12	126.50	10.54	23.500	-2.823	.005
	Kontrol	12	173.50	14.46			
Ailenin Spor Hakkında Düşüncesi	Deney	12	173.00	14.42	17.000	-3.194	.001
	Kontrol	12	127.00	10.58			
Sporun Olumlu Etkisi	Deney	12	172.50	14.38	12.000	-3.481	.000
	Kontrol	12	127.50	10.63			
Sporun Sosyalleşme Etkisi	Deney	12	151.00	12.58	13.000	-3.415	.001
	Kontrol	12	149.00	12.42			

Tablo 8’de Deney ve kontrol gruplarının son test sonuçlarından elde edilen puanlarda farklılık olup olmadığını belirlemek amacı ile yapılan Mann Whitney-U testi sonuçlarına göre; çocuğun sosyalleşmesi düzeyi ( $Z = -2,823$ ,  $p < 0,05$ ), ailenin spor hakkındaki düşüncesi ( $Z = -3,194$ ,  $p < 0,05$ ), sporun olumlu etkisi ( $Z = -3,481$ ;  $p < 0,05$ ), sporun sosyalleşme etkisi ( $Z = -3,415$ ,  $p < 0,05$ ) değerlerine ulaşılmıştır. Buna göre düzeyinde anlamlı farklılık tespit edilmemiştir ( $p < 0,05$ ).

## 5. TARTIŞMA ve SONUÇ

Sportif yaşam koçluğu programına katılan zihinsel engelli bireyler ile hiç spor yapmayan zihinsel engelli bireyler arasında sosyalleşme düzeyleri yönünden farklılıklar olup olmadığı tartışılmış ve bulgular yorumlanmıştır.

Deneklerin kişisel bilgileri incelendiğinde deney grubunun 7'si kız (% 30'u), 5'i erkek (%20'si) kontrol grubu öğrencilerin 5'i erkek (% 20'si) 7'si kız (% 30'u)'dır.

Deneklerin yaş dağılımları incelendiğinde %41,7'i (10 kişi) 15-20 yaş aralığında, %25'i (6 kişi) 21- 26 yaş aralığında, %33,3'i (8 kişi) 27-33 yaş aralığındadır.

Deneklerin engel sevipleri ise %29,2 (7 kişi) %50 engel seviyesinde, %20,8 (5 kişi) %70 engel seviyesinde, %33,3 (8 kişi) %80 engel seviyesinde, %16,7 (4 kişi) %90 engel seviyesindedir.

Velilileri'nin eğitim durumları tabloda belirtildiği gibidir. %75,0 (18 kişi) ilkokul mezunu, %4,2 (1 kişi) lise mezunu, %20,8 (5 kişi) üniversite mezunu olduğu tespit edilmiştir.

Zihinsel engellilerin sosyalleşmesi açısından sporun önemi konusunda yapılan diğer çalışmalar incelendiğinde araştırmamızın sonuçlarıyla paralellik gösterdiği görülmektedir.

Tablo 5'de Deney Grubu Ön Test-Son Test Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi sonuçlarından elde edilen çocuğun sosyalleşmesi düzeyi ( $W=96,500$ ,  $p=0,002$ ;  $p<0,05$ ) anlamlı düzeyde farklılık tespit edilmiştir.

Yancı (2010) tarafından yapılan öğretilbilir zihinsel engelli çocukların ruhsal ve sosyal uyumunda sportif rekreasyon faaliyetlerinin etkili olup olmadığını belirlemek amacıyla, deney grubuna haftada 2 gün, birer saat, toplam 12 hafta sportif rekreasyon programı uygulanmıştır. Düzenli sportif rekreasyon etkinliklerine katılan öğretilbilir zihinsel engeli olan çocukların sosyalleşmelerinde pozitif bir gelişme olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Babkes (1999), aktif olarak spor yapan zihinsel engelli bireyler ile spor yapmayan akranlarının, sosyalleşme ve aile içi davranış özelliklerini değerlendirmiş ve spor yapanların, yapmayanlara oranla daha fazla sosyal davranış özelliği gösterdiğini belirtmiştir.

İlhan (2008) tarafından yapılan çalışmada; zihinsel engelli çocuklarda beden eğitimi ve spor programı zihinsel engelli çocukların sosyalleşme düzeylerine olumlu etki sağlamıştır ve bu etkinin, özellikle başkalarıyla etkileşim, grup faaliyetlerine katılma ve paylaşımcılık alanlarında anlamlı bir gelişime neden olduğu ifade etmiştir.

Tablo 5’de Deney Grubu Ön Test-Son Test Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi sonuçlarından ailenin spor hakkındaki düşüncesi ( $W=103,500$ ,  $p=0,007$ ;  $p<0,05$ ) anlamlı düzeyde farklılık tespit edilmiştir.

Sukan (2013) tarafından yapılan çalışma orta derece zihinsel engeli olan bireylerin fiziksel aktivite ile sosyalleşmesini belirlemek için yapılmıştır. Çalışmanın sonunda; ebeveynler spora katılımdan sonra çocuklarında olumlu bir değişim gözlemlediklerini belirtmişlerdir.

İlhan (2009) yılında yapılan Zihinsel engelli çocuğu olan anne-babaların çocuklarının özel eğitimleri sürecinde beden eğitimi ve spor etkinliklerine yaklaşımlarının değerlendirilmesi başlıklı çalışma sonuçlarına göre Anne-babalar, beden eğitimi ve sporun çocuklarının tüm gelişim yönlerine etkisi konusunda genellikle olumlu görüş belirtmişlerdir. Anne-babalar, çocuklarının özel eğitim sürecinde beden eğitimi ve spor aktivitelerinin olması konusunda olumlu görüş belirtirken, en çok yapılması istenen spor branşı yüzme olduğu tespit edilmiştir.

Özen tarafından 2001 yılında yapılan çalışmada zihinsel engelli bireylere haftada 3 gün birer saat müzik eşliğinde sportif aktiviteler uygulanarak 16 hafta boyunca uygulanmıştır. Çalışmanın sonucunda engellilerin toplum içindeki davranışlarının ve uyum sorunlarının ortadan kaldırılabilmesi veya en az seviyeye indirilmesi konusunda özel eğitimin bir parçası olarak sportif aktivitelerin kullanılması gerekliliği ortaya çıkmıştır (Özen, 2001).

Gençöz (1997) tarafından zihinsel engelli çocuklarda basketbol eğitiminin davranış gelişimine etkileri konulu çalışmasında, bu çocukların aile içi ve sınıf davranışlarında olumlu değişikliklerin olduğunu tespit etmiştir.

Tablo 5’de Deney Grubu Ön Test-Son Test Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi sonuçlarından ailenin sporun olumlu etkisi ( $W=89,000$ ,  $p=,000$ ;  $p<0,05$ ), anlamlı düzeyde farklılık tespit edilmiştir.

Demirdağ (2010) tarafından yapılan çalışmada Sporun zihinsel engelli çocukların sosyalleşmeleri üzerinde etkili olduğu ve spor ile sosyalleşme arasında manidar bir ilişkinin olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Pehlevan (2012) tarafından yapılan çalışmada Zihinsel Engelli Çocukların Sosyalleşmelerinde Türk Halk Oyunlarının Etkisini araştırmış ve Halk Oyunları çalışmalarının zihinsel engelli çocukların sosyalleşmelerine olumlu etki sağladığı görülmüştür.

Eğitilebilir zihinsel engelli çocuklarda beden eğitimi ve sporun sosyalleşme düzeylerine etkisini araştıran çalışmasında deney grubuna uyguladığı program sonrasında, uygulanan özel beden eğitimi programı zihinsel engelli çocukların sosyalleşme düzeylerine olumlu etki sağlamıştır ve bu etkinin, özellikle başkalarıyla etkileşim, grup faaliyetlerine katılma ve paylaşımcılık alanlarında anlamlı bir gelişime neden olduğu ifade etmiştir (İlhan, 2008).

Tablo 5’de Deney Grubu Ön Test-Son Test Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi sonuçlarından sporun sosyalleşme etkisi ( $W=89,500$ ,  $p=,000$ ;  $p<0,05$ ) değerlerine ulaşılmıştır. Buna göre  $p<0,05$  düzeyinde anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir.

13 zihinsel engelli öğrenci 8 hafta süre ile haftada 3 gün ve günde 1 saat süreyle, yapılan çalışmada belirlenen antrenman, sportif aktiviteler ve oluşturulan spor parkurlarında çalışmalara dâhil edilmişlerdir çalışmanın sonucunda spor ve sportif etkinliklerin zihinsel engelli bireylerin sosyalleşme sürecine olumlu yönde etki yaptığı görülmektedir. (Çevik ve Kabasakal, 2013)

Yancı (2010) tarafından yapılan öğretilebilir zihinsel engelli çocukların ruhsal ve sosyal uyumunda sportif rekreasyon faaliyetlerinin etkili olup olmadığını belirlemek amacıyla, deney grubuna haftada 2 gün, birer saat, toplam 12 hafta sportif rekreasyon programı uygulanmıştır. Düzenli sportif rekreasyon etkinliklerine katılan öğretilebilir zihinsel engeli olan çocukların sosyalleşmelerinde pozitif bir gelişme olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Tablo 6’da Kontrol Grubu Ön Test-Son Test Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi sonuçlarından elde edilen çocuğun sosyalleşmesi düzeyi ( $W=69,000$ ,  $p=0,859$ ;  $p>0,05$ ), ailenin spor hakkındaki düşüncesi ( $W=69,000$ ,  $p=0,860$ ;  $p>0,05$ ), sporun olumlu etkisi ( $W=72,000$ ,  $p=1,000$ ;  $p>0,05$ ), sporun sosyalleşme etkisi ( $W=72,000$ ,



$p=1,000$ ;  $p>0,05$ )değerlerine ulaşılmıştır. Buna göre  $p<0,05$  düzeyinde anlamlı farklılık tespit edilmemiştir.

Tablo 7’de deney ve kontrol gruplarının ön test sonuçlarından elde edilen puanlarda farklılık olup olmadığını belirlemek amacı ile yapılan Mann Whitney-U testi sonuçlarına göre; çocuğun sosyalleşmesi düzeyi ( $U=48,500$ ;  $p=0,173$ ;  $p>0,05$ ), ailenin spor hakkındaki düşüncesi( $U=49,000$ ;  $p=0,180$ ;  $p>0,05$ ) sporun olumlu etkisi ( $U=49,500$ ;  $p=0,181$ ;  $p>0,05$ ), sporun sosyalleşme etkisi( $U=71,000$ ;  $p=0,954$ ;  $p>0,05$ ) değerlerine ulaşılmıştır. Buna göre  $p<0,05$  düzeyinde anlamlı farklılık tespit edilmemiştir.

Araştırmada, zihinsel engelli çocukların sosyalleşmesinde sportif yaşam koçluğu programının katkısının araştırılması için aşağıdaki hipotezler çerçevesinde araştırmalara yer verilmiştir.

Hipotez 1. Sportif yaşam koçluğu programının zihinsel engelli bireylerin sosyalleşme düzeyine etkisi vardır.

Çalışmaya katılan deney ve kontrol grubunda yer alan katılımcılar için çocukların sosyalleşme düzeylerini belirlemek için aşağıda yer alan 9 madde esas alınmış ve bu maddelerle ilişkili 9 katılımcıların velilerine 9 adet soru sorulmuştur.

- Kendini tanıtırma becerisi
- İletişim Kurma Becerisi
- Sosyal etkinliklere katılma isteğinin
- Özür dileme ve teşekkür etme yeterliliğine
- Liderlik özelliği gösterme
- Yardımlaşma becerisi
- Kalabalık ortamlarda çekinmeme
- Duygularını ifade etme

Çocuğun sosyalleşme düzeyine ilişkin sorular ve cevapları  $p<0,05$  anlamlılık düzeyinde incelendiğinde;

Sportif Yaşam Koçluğu Programına katılan deney grubunda yer alan bireylerin ön test ve son test puanlarında anlamlı bir farklılık görülmektedir.

Çocuğun sosyalleşmesi düzeyi açısından deney grubunda  $p<0,05$  düzeyinde anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir.

Sportif yaşam koçluğu programına katılmayan kontrol grubunun ön test ve son test puanları istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır.

Bu verilerden yola çıkarak Hipotez 1. “Sportif yaşam koçluğu programının zihinsel engelli bireylerin sosyalleşme düzeyine etkisi vardır.” hipotezi kabul edilmektedir. Zihinsel engelli bireylerin sosyalleşmesinde sporun etkisi olduğu tespit edilmiştir.

Çavdar (2011) yılında yapılan çalışmada yaptığımız çalışma ile benzerlik göstermektedir. zihinsel engelli çocukların toplumsallaşmalarına olan etkisini ortaya koymak amacıyla 14 haftalık düzenlenmiş beden eğitimi ve spor aktiviteleri programı uygulanmıştır. Deney grubundaki düzenli beden eğitimi ve spor etkinliklerine katılan çocukların İletişim, Başkalarının farkında olma, Başkaları ile etkileşim, Grup etkinliklerine katılım alanlarının tümünde kontrol grubuna göre daha anlamlı gelişme gösterdiği bulunmuştur.

Hipotez 2. Sportif yaşam koçluğu programının zihinsel engelli bireylerin ailelerinin spor hakkında düşüncesine etkisi vardır.

Çalışmaya katılan deney ve kontrol grubunda yer alan katılımcılar üzerinde sporun olumlu etkilerini belirlemek amacıyla aşağıda yer alan 5 madde esas alınmış ve bu maddelerle ilişkili katılımcıların velilerine 5 adet soru sorulmuştur.

- Sporun gerekliliği
- Sporun mutluluk verici özelliği
- Kendine güven duygusu
- Kurallı yaşam becerileri
- Sosyal yönden kendini daha aktif olma

Sportif Yaşam Koçluğu Programına katılan deney grubunda yer alan bireylerin ön test ve son test puanlarında anlamlı bir farklılık görülmektedir.

Sporun olumlu etkisi düzeyi açısından deney grubunda  $p < 0,05$  düzeyinde anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir.

Sportif yaşam koçluğu programına katılmayan kontrol grubunun ön test ve son test puanları istatistiksel olarak anlamlı değildir.

Bu verilerden yola çıkarak Hipotez 2. “Sportif yaşam koçluğu programının zihinsel engelli bireylerin ailelerinin spor hakkında düşüncesine etkisi vardır.” hipotezi kabul edilmektedir. Deney grubunda sporun olumlu etkisi görülmektedir.

Hipotez 3. Sportif yaşam koçluğu programın zihinsel engelli bireyleri üzerinde olumlu etkisi vardır.

Çalışmaya katılan deney ve kontrol grubunda yer alan katılımcılar üzerinde sporun olumlu etkilerini belirlemek amacıyla aşağıda yer alan 5 madde esas alınmış ve bu maddelerle ilişkili katılımcıların velilerine 5 adet soru sorulmuştur.

- Sporun gerekliliği
- Sporun mutluluk verici özelliği
- Kendine güven duygusu
- Kurallı yaşam becerileri
- Sosyal yönden kendini daha aktif olma

Sportif Yaşam Koçluğu Programına katılan deney grubunda yer alan bireylerin ön test ve son test puanlarında anlamlı bir farklılık vardır. Sportif yaşam koçluğu programına katılmalarından sonra, çocuklarında sosyalleşme etkisi açısından istatistiksel olarak anlamlı değişiklikler olmuştur.

Sportif yaşam koçluğu programına katılmayan kontrol grubunun ön test ve son test puanları istatistiksel olarak anlamlı değildir.

Bu verilerden yola çıkarak Hipotez 3. “Sportif yaşam koçluğu programın zihinsel engelli bireyleri üzerinde olumlu etkisi vardır.” kabul edilmektedir. Sporun sosyalleşme üzerinde olumlu etkisi olduğu görülmektedir.

Hipotez 4. Sportif yaşam koçluğu programın zihinsel engelli bireylerin sosyalleşmelerinde etkisi vardır.

Çalışmaya katılan deney ve kontrol grubunda yer alan katılımcılar üzerinde sporun sosyalleşme üzerindeki etkilerini belirlemek amacıyla aşağıda yer alan 9 maddelik soru sorulmuştur.

- Günlük yaşamı olumlu yönde değişim
- Daha az hastalık belirtileri
- Bir gruba ait olduğunu hissetme
- İlgi alanında artma
- Kalabalık gruplara girme korkusu azalma
- Çevresindeki spor içerikli görsel yayınlara ilgisi artma
- Etrafındaki olaylara karşı tepkiselliği artma
- Yaşam sevincinde artma

## 6. ÖNERİLER

- 1) Zihinsel engelli bireyler için açılan rehabilitasyon merkezleri, özel okullar, eğitim uygulama okulları gibi eğitim kurumlarında spor programlarının en küçük yaştan itibaren uygulanması sağlanabilir,
- 2) Sportif yaşam koçluğunun eğitilebilir zihinsel engelli bireylerin sosyalleşme düzeylerine olumlu yönde katkı yaptığı görülmektedir. Eğitilebilir zihinsel engelli bireylerin eğitimlerinde spor koçluğu adı altında fiziksel etkinlikler ve faaliyetlere daha fazla yer verilebilir bu alanla ilgili yasal düzenlemeler geliştirilebilir,
- 3) Velilerin spor koçluğu ve sporun önemi hakkında bilinçlendirilmeleri sağlanabilir bu konular hakkında sosyal sorumluk projeleri yürütülebilir,
- 4) Spor koçluğu programına yönelik özel ve resmi spor merkezleri kurulabilir bu alanla ilgili çalışmalar genişletilebilir,
- 5) Yerel yönetimler engelliler ve spor alanında birimler oluşturarak uzman eğitmenlere istihdam olanağı sağlanabilir,
- 6) Zihinsel engelli bireylerin spor aktivite alanlarının çoğaltılarak farklı spor dallarında eğitim ve uygulamalardan yararlanması üzerinde çalışmalara yer verilebilir,
- 7) Zihinsel engelli bireylerin toplumla bütünleşmesi, özgüvenlerini geliştirebilmelerini, bağımsız bireyler olarak yaşamlarını daha rahat sürdürebilmeleri için sportif yaşam koçluğu programı kapsamındaki spor etkinliklerine yönlendirilmeleri teşvik edilmelidir,
- 8) Eğitilebilir zihinsel engelli bireylere sportif yaşam koçluğu programların içeriği genişletilebilir bu kapsamda Ulusal ve uluslararası projelere yer verilebilir,

## 7. KAYNAKLAR

- Aral, N., ve Gürsoy, F. (2011). *Özel eğitim gerektiren çocuklar ve özel eğitime giriş*. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- Babkes, M. (1999). *Sport and physical activity socialization of youth with moderate cognitive needs: An expectancy-value perspective on parental influence*. University of Northern Colorado.
- Bayazıt, B., Meriç, B., Aydın, M., ve Seyrek, E. (2007). Eğitilebilir zihinsel engelli çocuklarda eğlenceli atletizm antrenman programının psikomotor özelliklere etkisi. *Spormetre / Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 4 (5), 173-176.
- Biçer, Y. S. (2000). *Sportif çalışmaların ve oyunların zihinsel özürülü çocuklar üzerindeki etkileri*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Elazığ.
- Bilge, A., Genç, R., ve Nisli, İ. (2005). Toplumsal bir sorun olan engellilik ve hemşirelik yaklaşımı. *Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksek Okulu Dergisi*, 2 (21), 181-190.
- Brannon, G. (1999). *Project demonstrating excellence a social action project of: counseling and psychotherapy in group treatment with the dually diagnosed (mental retardation and mental illness-MR/MI)*. Ohio: The Unpublished Phd Dissertation, The Union Institute Graduate School Cincinnati.
- Bruininks R.H., R., ve Chavat, M. (1990). Research on the motor proficiency of persons with mental retardation. Psychomotor therapy and adapted physical activity. *In Better Movement Proceeding of the 2nd International Symposium*, (s. 43-69). Belgium.
- Çam, Ö. (2008). *Nlp ile spor koçluğu*. İstanbul: Beyaz Yayınları.
- Çavdar, B. (2011). *Öğretilebilir zihinsel engelli öğrencilerde beden eğitimi ve spor aktivitelerinin toplumsallaşma düzeylerine etkisi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Çevik, O., ve Kabasakal, K. (2013). Spor etkinliklerinin, engelli bireylerin toplumsal uyumuna ve sporla sosyalleşmelerine etkisinin incelenmesi. *Uluslararası Sosyal ve Ekonomik Bilimler Dergisi*, 2 (3), 74-83.

Dalbay, R. S. (2009). *Özürlü yakınlarının özürllülere yönelik sosyal politikalara ilişkin bilgi, beklenti ve memnuniyet dereceleri( Isparta örneği)*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Isparta.

Demir, Ö. (2001). *Engelliler için beden eğitimi ve spor*. Ankara: Nobel Yayınları.

Demirdağ, M. (2010). *Sporun öğretilbilir zihinsel engelli çocukların sosyalleşmeleri üzerine etkisinin araştırılması*. Yayımlanmış yüksek lisans tezi. Dumlupınar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kütahya.

Dönmezer, S. (1994). *Toplumbilim, Beta Basımevi*. İstanbul: Beta Basımevi.

Eichsteadt, C., ve Lavay, B. (1992). *Adapted physical education in mental disabled children*. Canada: Human Kinetics Books.

Ergun, N. (2003). Bedensel engelli çocuk ve spor. *Çoluk Çocuk Dergisi* , 5 (26), 50-58.

Eripek, S. (1996). *Zihinsel engelli çocuklar*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Eğitim Fakültesi Yayınları.

Erkal, M. (2000). *Sosyoloji(Toplumbilim)*. İstanbul: Der Yayınları.

Erkal, M. (1982). *Sosyolojik Açıdan Spor*. İstanbul: Filiz Kitabevi.

Ersoy, Ö., ve Avcı, N. (2000). *Özel gereksinimi olan çocuklar ve eğitimleri Özel Eğitim*. İstanbul: Ya-Pa Yayınları.

Gençöz, F. (1997). The effects of basketball training on the maadaptive behaviours of trainable mentally retarded children,. *Research In Developmental Disabilities* (18), s. 1-8.

Gür, A. (2001). *Özürlülerin sosyal yaşama uyum süreçlerinde sportif etkinliklerin rolü*. Ankara: Özürlüler Dairesi Başkanlığı Yayınları .

İlhan, E. L. (2007). *Eğitilebilir zihinsel engeli çocuklarda beden eğitimi ve spor aktivitelerinin ruhsal uyum düzeylerine etkisi* . Doktora Tezi. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

İlhan, L. (2008). Eğitilebilir zihinsel engelli çocuklarda beden eğitimi ve sporun sosyalleşme düzeylerine etkisi. *Kastamonu Üniversitesi Kastamonu Eğitim Dergisi* , 1 (16), s. 315-324.

İlhan, L. (2009). Zihinsel engelli çocuğu olan anne-babaların çocuklarının özel eğitimleri sürecinde beden eğitimi ve spor etkinliklerine yaklaşımlarının değerlendirilmesi. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi* , 1 (3), s. 38-48.

İlhan, L. (2008). Zihinsel engelli çocuklar için beden eğitimi ve sporun genel gelişim süreçleri açısından önemi. *Çağdaş Eğitim Dergisi* , 33 (350), s. 17-24.

İlhan, L., Kırımoğlu, H., ve Filazoğlu, G. (2013). The effect of special physical education and sports program on the quality of life of the children with mental retardation. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi* , 1 (7), s. 1-8.

Kalyon, A. T. (1995). *Bedensel engelli sporlarında kurallar kitabı*. Ankara: T.C. Başbakanlık, Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü, Özürlüler Spor Federasyonu.

Kalyon, A. T. (1997). *Özürlülerde spor*. Ankara: Bağırğan Yayınevi.

Karasar, N. (2010). *Bilimsel araştırma yöntemi*. İstanbul: Nobel Yayın Dağıtım.

Kınalı, G. (2003). *Zihin engellilerde beden - resim - müzik eğitimi. Farklı gelişen çocuklar*. İstanbul: Epsilon Yayınları.

Kıraer, A., ve Tathısu, A. (2000). *Zihinsel engellilerde voleybol öğretilimi ve kuralları*. Ankara: Başbakanlık G.S.G.M. Zihinsel Engelliler Spor Federasyonu Başkanlığı.

Kızıldaş, M. (2012). *Engelilerle 360 derece iletişim*. Ankara: Elma YayınEvi.

Koparan, Ş. (2003). Özel ihtiyaçları olan çocuklarda spor. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi* , XVII (1), 153-160.

Marti, C. (2012). *Yaşam koçluğu el kitabı*. İstanbul: paloma yayın evi.

Mcmahon, D. (1998). *Social acceptance of children with developmental handicaps in integrated daycamps*. University of Toronto, Canada.

Mert, S. (2010). *Zihinsel engelli bireylerin günlük yaşam aktiviteleri model'ine göre bakım gereksinimlerinin karşılanmasında aileler ile işbirliğinin değerlendirilmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Osmangazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir

Nalbant, S. (2011). *14 haftalık fiziksel aktivite programının down sendromlu çocukların motor gelişimleri ve günlük yaşam aktiviteleri üzerindeki etkisinin incelenmesi*. Doktora tezi. Akdeniz Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Antalya

Nirun, N., ve Özönder, C. (1990). *Türk sosyo-kültür yapısı içinde adetler, örfler, görenekler, gelenekler. Milli kültür unsurlarımız üzerine genel görüşler*. Ankara: Atatürk Kültür Merkezi Yayınları.

Oğultürk, N. (2012). *Zihinsel engelli çocuğa sahip ailelerin işlevlerini etkileyen etmenler: Çankaya Belediyesinden hizmet alan aileler üzerine bir değerlendirme*. Doktora tezi. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Özen, T. (1999). *Zihinsel engelli çocukların eğitiminde düzenli yapılan sporun davranış gelişimine etkisi*. Doktora tezi. Uludağ Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Bursa.

Özer, D. (2001). *Engelliler için beden eğitimi ve spor*. Ankara: Nobel Yayınları.

Patri, P. (1990). *Adapted physical education and sport*. Champ, Illinois: Human Kinetics Books.

Pehlevan, Ş. (2010). *Zihinsel engelli çocukların sosyalleşmelerinde Türk Halk Oyunlarının etkisinin araştırılması*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Sakarya

Rich, S. (1995). *Instructional styles and strategies. Adapted physical education and sport*. Illinois: Human Kinetics Books Champaign.

Savucu, Y., ve Biçer, Y. (2009). Zihinsel engellilerde fiziksel aktivitelerin önemi. *Türkiye Klinikleri Spor Bilimleri Dergisi*, 2 (1), s. 117-122.

Savucu, Y., Sirmen, B., İnal, S., Karahan, M., & Erdemir, İ. (2006). Zihinsel engelli bireylerde basketbol antrenmanının fiziksel uygunluk üzerine etkilerinin belirlenmesi. *Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Tıp Dergisi*, 20 (2), s. 105-113.

Sonuç, A. (2012). *Zihinsel engellilerde sporun öfke üzerine etkisi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Karaman



Sukan, H. (2013). *Fiziksel aktivitenin zihinsel engelli çocukların sosyalleşmesine etkisi*. Muğla: Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Tosyalı, F. (2010). *Koçluk dansı*. İstanbul: Sistem Yayıncılık.

Uyanık Balat, G. (2003). *Zihinsel engelli çocukların eğitimine aile katılımı.farklı gelişen çocuklar*. İstanbul: Epsilon Yayınları.

Yancı, H. (2010). *Öğretilebilir zihinsel engeli olan çocukların ruhsal ve sosyal uyumunda sportif rekreasyonun önemi*. Doktora tezi. Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. İstanbul.

Yavuzer, H. (2002). *Okul çağı çocuğu*. İstanbul: Remzi Yayınları.

Yetim, A. (2000). *Sosyoloji ve spor*. Trabzon: Topkar Matbaacılık.

Yıldıran, İ., ve Yetim, A. (1996). Orta öğretimde beden eğitimi ve spor dersinin öncelikli amaçları üzerine bir araştırma. *Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi* , 1 (3), 36-43.

Yılmaz, İ., Ergu, N., Konukman, F., Agbuğa, B., Zorba, E., ve Çimen, Z. (2009). The effects of water exercises and swimming on physical fitness of children with mental retardation. *Journal of Human Kinetics* (21), s. 105-111.

## 8. EKLER

Sayın Veli,

Bu anketin yapılma amacı “Zihinsel Engellilerde Yaşam Koçluğu Programının Uygulanması” başlıklı çalışmamız için geliştireceğimiz yaşam koçluğu programının içeriğini oluşturmaktır.

Size yöneltilen soruları eksiksiz olarak doldurmanızı önemle rica ederim.

<b>Çocuğa Ait Kişisel Bilgiler</b>	
1. Adı – Soyadı	
2. Cinsiyeti	( ) Kadın ( ) Erkek
3. Doğum Yeri ve Tarihi	
4. Ailenin Kaçınıcı Çocuğu	
5. Ailedeki Çocuk Sayısı	
8. Zihinsel Engel Seviyesi- %	
9. Tespit edildiği Tarih	
<b>Aileye Ait Bilgiler</b>	
1. Anne yaşıyor mu?	( ) Evet ( ) Hayır
2. Annenin Mesleği nedir?	
3. Annenin mezun olduğu okulu	
4. Baba Yaşıyor mu?	( ) Evet ( ) Hayır
5. Babanın Mesleği nedir?	
6. Babanın mezun olduğu okulu	
7. Aile ile birlikte oturan başka birey var mı? ( Varsa kim olduğunu belirtiniz. )	
8. Anne baba birlikte mi yaşıyor?	( ) Evet ( ) Hayır

<b>ANKET SORULARI</b>	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Fikrim Yok	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
1 Çocuğum başkalarıyla selamlaşma ve başkalarına kendini tanıtmaya becerisine sahiptir.					
2 Çocuğum toplum içerisinde (sosyal ortamlarda) insanlarla iletişim kurmada zorluk çekmez.					
3 Çocuğum sosyal etkinliklere katıldığında mutlu olur.					
4 Çocuğum yeri geldiğinde özür dileme ve teşekkür etme yeterliliğine sahiptir.					
5 Çocuğum toplum içerisinde, kendini; jest, mimik veya sözcüklerle ifade edebilir.					
6 Çocuğum arkadaşları ile yapmış olduğu aktivitelerde, liderlik özelliği gösterir.					
7 Çocuğum akran veya arkadaşları ile sosyal ortamlarda yardımlaşır (yardım eder-yardım ister).					
8 Çocuğum kalabalık ortamlardan çekinir/uzak durur.					
9 Çocuğum yaşadığı olayların etkisinde kalarak, duygularını (mutlu, kızgın, üzgün) rahatça ifade edebilir					
10 Spor, çocuğumun dil gelişimini, ifade ve anlatım yeteneğini artırıyor.					
11 Spor sayesinde, çocuğumun arkadaşları ve yakın çevresi ile iletişimi artar.					
12 Spor, çocukların eğitiminde bir araya getiren bir işlev görür.					
13 Spor sayesinde toplumda bireysel başarının önemi artar.					
14 Spor, çocukların kaynaşması için gerekli ortamı sağlar.					
15 Spor, bireylerin hoş zaman geçirmeleri için gerekli bir aktivitedir.					
16 Spor sayesinde, çocuğumun gündelik aktiviteleri arttı.					
17 Spor yaptıktan sonra, çocuğum kendini daha mutlu hissediyor.					
18 Spor yaparak çocuğumun kendine güven duygusu arttı.					
19 Spor etkinlikleri sayesinde, çocuğumun kurallı yaşam becerileri gelişti.					
20 Sporla birlikte akran veya arkadaş grupları arttı.					
21 Spor etkinliklerinden sonra, çocuğum sosyal yönden kendini daha aktif olarak ifade edecek/etmeye başladı.					
22 Spor sayesinde, çocuğumun günlük yaşamı olumlu yönde değişecek/değişti.					
23 Spor etkinlikleri sonrasında, çocuğum daha az hastalık belirtileri gösterecektir/göstermektedir.					
24 Spor etkinlikleri sonrasında, çocuğum kendisinin bir gruba ait olduğunu hissediyor.					
25 Spor etkinlikleri sonrasında, çocuğumun ilgi alanı artacak/arttı.					
26 Spor etkinlikleri, çocuğumun üzerinde olumsuz etki bıraktı.					
27 Spor etkinlikleri sonrasında, çocuğumun kalabalık gruplara girme korkusu azaldı.					
28 Spor etkinlikleri sonrasında, çocuğumun çevresindeki spor içerikli görsel yayınlara ilgisi arttı.					
29 Spor etkinlikleri sonrasında, çocuğumun etrafındaki olaylara karşı tepkiselliği arttı.					
30 Spor etkinlikleri sonrasında, çocuğumun yaşam sevinci arttı.					

## 9. ÖZGEÇMİŞ

### KİŞİSEL BİLGİLER

**Adı Soyadı : Ali Yiğit KOCABIÇAK**

**Doğum Yeri : Dinar**

**Doğum Yılı : 01.03.1988**

**Medeni Hali : Bekar**

### EĞİTİM VE AKADEMİK BİLGİLER

**Lise 2002-2006 : Muğla Turgut Reis Lisesi**

**Lisans 2006-2010 : Muğla Üniversitesi-Spor Yöneticiliği**

**Yabancı Dil : İngilizce**

### MESLEKİ BİLGİLER

**2010-2014 : Muğla Belediyesi-Spor Koordinatörlüğü**

**2014-... : Muğla Büyükşehir Belediyesi Turizm Gençlik ve Spor Dairesi Başkanlığı – Spor Yöneticisi**

## 10. RESİMLER





































