

T.C.
NİĞDE ÖMER HALİSDEMİR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI

**10-13 YAŞ GRUBU ÇOCUKLARDA OYUNSAK ETKİNLİKLERİN
DİKKAT GELİŞİMİNE ETKİSİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**Hazırlayan
Mesut RENK**

**Niğde
Haziran, 2019**

T.C.
NİĞDE ÖMER HALİSDEMİR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI

10-13 YAŞ GRUBU ÇOCUKLARDA OYUNSA ETKİNLİKLERİN
DİKKAT GELİŞİMİNE ETKİSİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Hazırlayan
Mesut RENK

Danışman : Doç. Dr. Serkan İBİŞ
Üye : Doç. Dr. Zait Burak AKTUĞ
Üye : Prof. Dr. Yahya POLAT

Niğde
Haziran, 2019

YEMİN METNİ

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “**10-13 Yaş Grubu Çocuklarda Oyunsal Etkinliklerin Dikkat Gelişimine Etkisi**” başlıklı bu çalışmanın, bilimsel ve akademik kurallar çerçevesinde tez yazım kılavuzuna uygun olarak tarafımdan yazıldığını, yararlandığım eserlerin tamamının kaynaklarda gösterildiğini ve çalışmamın içinde kullanıldıkları her yerde bunlara atıf yapıldığını belirtir ve bunu onurumla doğrularım. .../.../....


Mesut RENK

ONAY SAYFASI

Doç. Dr. Serkan İBİŞ danışmanlığında Mesut RENK tarafından hazırlanan “10-13 Yaş Grubu Çocuklarda Oyunsal Etkinliklerin Dikkat Gelişimine Etkisi” başlıklı bu çalışma jürimiz tarafından Niğde Ömer Halis Demir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalında Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

Tarih: 14.06/2019

JÜRİ:

Danışman: Doç. Dr. Serkan İBİŞ

Üye: Doç. Dr. Zait Burak AKTUĞ

Üye: : Prof. Dr. Yahya POLAT

ONAY:

Bu tezin kabulü Enstitü Yönetim Kurulu'nun tarih ve sayılı kararı ile onaylanmıştır.

Doç. Dr. Emin Hüseyin ÇETENAK
Enstitü Müdürü

ÖNSÖZ

Tez çalışmasının her aşamasında, gerek fikirleri gerekse yönlendirme ve destekleriyle çalışmama yön veren, günün her anında her türlü soruma sabırla cevap veren, danışman hocam Sayın Doç. Dr. Serkan İBİŞ'e ve çalışmalarında destek veren Doç. Dr. Zait Burak AKTUĞ hocama teşekkürü bir borç bilirim.

Mesut RENK



ÖZET

YÜKSEK LİSANS TEZİ

10-13 YAŞ GRUBU ÇOCUKLARDA OYUNSAK ETKİNLİKLERİN DİKKAT GELİŞİMİNE ETKİSİ

RENK, Mesut

Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı

Tez Danışmanı: Doç. Dr. Serkan İBİŞ

Haziran 2019, 63 Sayfa

Bu çalışmanın amacı, 10-13 yaş grubu çocuklarda oyunsoal etkinliklerin ve fiziksel aktivite düzeyinin dikkat gelişimi üzerine etkisinin incelenmesidir. Çalışmaya 10-13 yaşları arasında 209 kız ve 230 erkek olmak üzere toplam 439 çocuk katılmıştır. Çocuklar kontrol grubu ve 14 hafta boyunca dikkati geliştirmeye yönelik eğitsel oyun oynayan deney grubu olarak iki gruba ayrılmıştır. Çocukların dikkat düzeyi D2 dikkat testiyle fiziksel aktivite düzeyi ise ilköğretim öğrencileri için fiziksel aktivite anketi ile belirlenmiştir. Grupların ön testleri ile 14 haftalık eğitsel oyunlar sonrasında son testleri arasındaki farkı belirlemede paired t testi kullanılmıştır. Çalışma sonucunda hem deney grubunun hem de kontrol grubunun dikkat düzeyleri artmıştır. Deney grubunda dikkat düzeyindeki artış kontrol grubuna göre daha fazla bulunmuştur. 14 hafta boyunca oynatılan oyunsoal etkinliklerin çocukların dikkat gelişimini arttırdığı söylenebilir. Ayrıca fiziksel aktivite düzeyi yüksek olan çocukların dikkat düzeyi fiziksel aktivite düzeyi düşük olan çocuklara göre daha fazla bulunmuştur. Çocukların dikkat düzeyinin sınıflandırılmasında TNE düzey son teste deney grubunun iyi kategorisindeki artışın yüksek olduğu, kötü grubunda ise azalmanın fazla olduğu belirlenmiştir. Günümüzde çocukların en büyük sorunu olan dikkat eksikliğini engellemek için fiziksel aktivite seviyesinin artırılması ve çocukların hayatında oyunsoal etkilere daha fazla yer verilmelidir. Ebeveyn ve öğretmenlerin çocukların dikkat gelişimini arttırmak için ders programının içeriklerine eğitsel oyunları ilave edilmesi önerilebilir.

Anahtar kelimeler: Çocuk, Oyun, Dikkat düzeyi, Fiziksel Aktivite Seviyesi

ABSTRACT

MASTER'S THESIS

THE EFFECT OF GAME ACTIVITIES ON THE ATTENTION DEVELOPMENT FOR CHILDREN IN 10-13 AGE GROUP

RENK, Mesut

The Department of Physical Education and Sports

Thesis Advisor: Doç. Dr. Serkan İBİŞ

June 2019, 63 Pages

The purpose of the present study is to examine the effect of game-based activities on the attention development for children in 10-13 age group. The participants are 439 children, 209 of whom are female and 230 are male. The participants have been divided into two as control group and experimental groups, which were given educational games for attention development for 14 weeks. We have used D2 attention test for the determination of participants' levels of attention and physical activity survey for their levels of physical activeness. We have used paired t test for determining the difference between the pre-test and post-test. We have found the increase in the level of attention is bigger in the experimental group. The educational games have increased the participants' attention development. Furthermore, the attention level of physically more active children is greater than those with less physical activity. We have found the increase in the TNE post-test is high in the experimental group and the decrease is remarkable in the control group. We may use game-based activities more frequently for minimizing children's lack of attention and increasing their level of physical activeness. Parents and teachers may use such games for increasing children's attention development as a part of their syllabus.

Key words: Child, Game, Attention Level, Physical Activity Level

İÇİNDEKİLER

YEMİN METNİ	i
ONAY SAYFASI	ii
ÖNSÖZ	iii
ÖZET	iv
ABSTRACT	v
İÇİNDEKİLER	vi
TABLolar LİSTESİ	viii
SİMGELER ve KISALTMALAR LİSTESİ	ix
EKLER	x
BÖLÜM I	1
1. GİRİŞ	1
1.1. Problem Cümlesi.....	3
1.2. Çalışmanın Alt Problemleri	3
1.3. Çalışmanın Amacı.....	3
1.4. Çalışmanın Önemi	4
1.5. Çalışmanın Sınırlılıkları.....	4
1.6. Çalışmanın Varsayımları	4
1.7. Tanımlar	5
BÖLÜM II	7
2. GENEL BİLGİLER	7
2.1. Oyun.....	7
2.1.1. Oyunun Kavramsal açıklamaları.....	7
2.1.2. Oyunun Tarihsel Gelişimi.....	8
2.1.3. Oyunların ve Oyun Dönemindeki Çocukların Özellikleri	9
2.1.4. Oyunların Çocuklarda Motorsal Gelişimi Üzerindeki Etkileri.....	9
2.1.4.1. Oyunların Çocuklarda Kuvvet Gelişimi Üzerine Etkisi	10
2.1.4.2. Oyunların Çocuklarda Sürat Gelişimi Üzerine Etkisi.....	10
2.1.4.3. Oyunların Çocuklarda Dayanıklılık Gelişimi Üzerine Etkisi	11
2.1.4.4. Oyunların Çocuklarda Esneklik Üzerine Etkisi	11
2.1.4.5. Oyunların Çocuklarda Beceri Gelişimi Üzerine Etkisi.....	11
2.1.5. Oyun Kuramları Ve Teorileri.....	12
2.1.5.1. Klasik Oyun Kuramları.....	12

2.1.5.2. Psikoanalitik Kuramlar/ Hareketsel Oyun Kuramları.....	13
2.1.5.3. Bilişsel Olan Gelişim Kuramları.....	13
2.1.5.4. Diğer Oyun Kuramları	15
2.2. Bedensel Aktivite.....	16
2.2.1. Bedensel Aktivite Kavramı.....	16
2.2.2. Çocuklarda Bedensel Aktivite ve Sağlık	16
2.2.3. Çocuklara Yönelik Bedensel Aktivite Önerileri	17
2.3. Dikkat.....	18
2.3.1. Dikkatin Kavramsal Açıklanması	18
2.3.2. Dikkat Kavramının Yapısı	21
2.3.3. Dikkat Kategorileri	22
2.3.4. Dikkati Etkileyen Değişkenler.....	23
2.3.5. Dikkatin Stratejileri.....	25
2.3.6. Dikkat Türleri.....	26
2.3.7. Çocuklarda Dikkat Gelişiminde Oyunun Yeri.....	27
BÖLÜM III.....	31
3. YÖNTEM.....	31
3.1. Çalışmanın Modeli.....	31
3.2. Çalışmanın Evren ve Örneklemi	31
3.3. Veri Toplama Araçları	31
3.3.1. İlköğretim Öğrencileri İçin Fiziksel Aktivite Anketi (FAÖ).....	31
3.3.2. D2 Dikkat Testi.....	32
3.3.3. Deney Grubuna Oynatılan Oyunlar	34
3.3.4. Verilerin Analizi	35
BÖLÜM IV	36
4. BULGULAR.....	36
BÖLÜM V.....	45
5. TARTIŞMA ve SONUÇ	45
ÖNERİLER	50
BÖLÜM VI.....	51
6. KAYNAKÇA	51
EKLER.....	59
ÖZGEÇMİŞ.....	63

TABLolar LİSTESİ

Tablo 1. Deney ve Kontrol Grubunun Yaşlara Göre Cinsiyet Dağılımı	36
Tablo 2. Deney ve Kontrol Grubunun D2 Dikkat Testi Tanımlayıcı İstatistikleri ...	36
Tablo 3. Deney ve Kontrol Grubunun Cinsiyetlere Göre TNE Düzeylerinin Kategorilendirilme Yüzdelerik Dağılımları	37
Tablo 4. Deney ve Kontrol Grubunun Cinsiyetlere Göre Fiziksel Aktivite Düzeylerinin Yüzdelerik Dağılımları	38
Tablo 5. Cinsiyetlere Göre Deney ve Kontrol Grubunun Fiziksel Aktivite Düzeyleri ile TMH Düzeylerinin Yüzdelerik Dağılımları	39
Tablo 6. Kızların Gruplara Göre D2 Dikkat Testi Puanlarının Ön Test ve Son Test Sonuçları Karşılaştırılması	40
Tablo 7. Erkeklerin Gruplara Göre D2 Dikkat Testi Puanlarının Ön Test ve Son Test Sonuçları Karşılaştırılması	41
Tablo 8. Deney Grubunun Cinsiyete göre D2 Dikkat Testi Puanlarının Ön Test ve Son Test Sonuçları Karşılaştırılması	42
Tablo 9. Kontrol Grubunun Cinsiyete göre D2 Dikkat Testi Puanlarının Ön Test ve Son Test t-Testi Sonuçları Karşılaştırılması	43
Tablo 10. Deney ve Kontrol Grubunda Ön Teste Göre Son Testte Artma ve Azalma Yüzdeleri Dağılımı	44

SİMGELER ve KISALTMALAR LİSTESİ

E1: Hata 1. İşaretlenmeden atlanılan figürlerin veya harflerin sayısı

E2: Hata 2. Yanlış işaretlenen figürlerin sayısı

%E: Hata Yüzdesi.

TN: Toplam madde. İlgili olan ve olmayan işlenen tüm maddelerin sayısıdır.

TN-E: Toplam Madde – Hata. Taranan toplam madde sayısından hata puanları çıkarılması

CP: Konsantrasyon Performansı

FAÖ: İlköğretim Öğrencileri İçin Fiziksel Aktivite Ölçeği

FAD: Fiziksel Aktivite Düzeyi



EKLER

EK 1. Dikkat Testi.....	59
EK 2. İlköğretim Öğrencileri İçin Fiziksel Aktivite Soru Formu (PAQ-C)	60



BÖLÜM I

1. GİRİŞ

Çocukların sağlıklı bir şekilde büyümeleri ve gelişebilmeleri genetik özelliklerinin yanında onlara sunulan hayat şartlarının yeterlilik düzeyi ile de orantılı olarak değişir. Normal süreç olarak çocuk fiziksel bedensel ve sinir sisteminin gelişimine bağlı olarak ve belli aşamalardan geçerek hareket becerileri kazanır (Smith, 1986: 37). Dikkat, günlük etkinliklerin birçoğunda olduğu gibi, eğitim aşamasında ve iş hayatında da zihinsel faaliyetlerin en önemli öğelerinden biri olarak görülür. Dikkat gerek öğrenim gerekse sporda zirve performansa ulaşmak için olması zorunlu olan durumlardan biridir. Dikkat kısa sürede çok fazla bilginin işlenmesinin gerekli olduğu spor becerilerinde daha çok değer elde eder. Uygun performans sergilemek için gerekli temel beceriler arasında nelere dikkat edilmesi gerektiği, gerekirse dikkatin başka bir hedefe nasıl yönlendirileceği ve dikkatin nasıl belli bir hedefte toplanacağını bilmek gereklidir (Martens, 1987). Sporda etkili performans için düşünce süreçlerini kontrol edebilme ve bir konuya dikkatini toplayabilme yeteneği en temel öğedir (Nideffer, 1993: 243-261). Dikkat düzeyi insanların iş ve spor hayatında da önemli bir yer tutmaktadır (Kumartaşlı ve Başbuğ, 2010: 521-524). Dikkat, duyuşal yollarla gelen uyarıcılardan herhangi birinin, ötekilerinden belli hedeflere göre seçilip ayıklanma faaliyeti olarak görülür. Dikkat vücudun duyduğu ihtiyaçlar açısından yönlendirilen ve yapılandırılan bir durumdur (Öztürk ve Kısaç, 2010: 289; Gözalan, 2013: 8).

Dikkat, insan bilgilerini kullanabilme sisteminin en temel bir etkenidir. Mevcut bulunan tüm bilgileri bir defada işleyememesi sebebi ile insanın yeteneği kısıtlı olarak anlam kazanır. Dikkat, bu kısıtlı olan kapasitedeki uygulayıcıya bilgi vermek için zorunludur (Dewey ve diğerleri 1989: 171-186). Sporçunun dikkatinin dağılması, zihninin bulanıklaşması sebebiyle dikkatini toplama kapasitesini kaybetmesiyle onun için gerekli performansı ortaya koyamama durumu, seçici dikkatin ve dikkatin sürekli olmasının değerini gösterir (Abernethy, 1993: 127-170).

İnsanlar bir anda tek bir şeye dikkat edebildikleri belirtilir. Bu sebeple dikkatin öğrenilecek konunun, davranışın ve yapılacak etkinliğin üzerine toplanması çok önemlidir. Dikkat bilginin duyuşal kayıttan, kısa süreli hafızaya geçişinde en

önemli kontrol sürecidir. Kişi bilinçli olarak ve farkındalıkla gelen bilgileri kısa süreli hafızaya aktarır. Kişinin bilinçli kapasitesi sınırlı olduğundan, dikkat edilen bilginin dışındaki bilgiler farkındalığa ulaşmadan duyuşsal kayıttta kaybolurlar (Massoro ve Cowan, 1993: 383-395) .

Dikkat, öğrenme ile ilgili birçok faaliyette bulunur ve erken yıllardan itibaren bilişsel örneklerin gelişimine katkı verir (Derryberry ve Reed, 1996: 215-234). İyi bir dikkat düzeyine sahip öğrenci ile dikkatsiz ya da dikkat düzeyi düşük olan öğrencilerin öğrenme düzeyleri çok farklıdır (Anderson ve Armbruster, 1988). Öğrenme üzerinde etkili faktörlere göz attığımızda; genel uyanıklık ve dikkat, istekli olma, aktif bir katılım ve geri dönütün önemli olduğu ifade edilebilir. Okul ortamındaki birçok görev, yaşa uygun yeterli performans gösterebilmek için dikkatin sürekliliğini gerektirir. Sürekli dikkat, seçici olma ve odaklanmanın uygun ve gerekli olduğu durumda harekete geçmesi ve devam etme yeteneğidir (Karaduman,2004: 1-203). Dikkat insanlarda istekli olma, ortam şartlarına ve ilgi duyulan konulara göre farklılık içerir (Kumartaşlı ve Baştuğ, 2010: 521-524). Dünya nüfusuna göre ise insanların % 5'i dikkat bozukluğu yaşamaktadır (Polanczyk ve diğerleri, 2007: 942-948).

Dikkat kapasitesi kişiler arasında farklılıklar gösterir. Hatta aynı kişide değişik durumlarda da farklılıklar gösterebilir (Fettahoğlu ve diğerleri, 2006: 13-18) . Sporçunun dikkatini belirli bir konuya toplayabilme kapasitesinin iyi olması, üstün performans göstermek için gereklidir. Bu sebeple öğrenci veya sporcuların dikkatinin bir yere toplanabilmesi ve şayet bu durumda bir sıkıntısı mevcut ise uygun bir oyunla bağlantılı eğitim alması önerilir (Çağlar ve Koruç, 2006: 58-80). Literatürdeki çalışmalar spor ve fiziksel aktivitelerin dikkat dağımlıklığı mevcut bulunan çocuklarda tedavi amaçlı olarak uygulandığını göstermektedir. Çünkü düzenli olarak spor yapan çocukların akranlarına göre bir konuya odaklanma, disiplinli olma ve konsantrasyon sağlama da daha üst seviyede oldukları belirtilmektedir (Kartal ve diğerleri, 2016: 82-88).

Dikkat sürecinin etkili bir durumda kendini gösterdiği alanlardan biri de oyun oynama sürecidir. Oyun, çocuğun zorunlu olan bir ihtiyacıdır. Çocuklar kendilerini oyunlar aracılığı ile oldukları gibi ifade ederler. Oyunlar oynanırken öğrenilen her şey kalıcı durum gelir. Bu yüzden çocuklara verilecek her şeyin oyun yolu ile verilmesi gerekir (Kurtuldu, 2012: 239; Savaş ve Gülüm 2014: 176). Oyun yoluyla tekrarlanan tecrübeler yeniliği azaltabilirler. Fakat aynı durumda çocukların yeni ve

farklı bilgileri ve özellikleri öğrenmelerine sebep olur. Seçici olan değişiklikler çocukların gelişmesinde yeni bilgi ve yeteneklerin olarak ortaya çıkmasına neden olur (Ruff ve Rothbart, 2001: 6). Çocuk oyunları; toplumsal, bedensel, kişisel, biliyle alakalı, dil ile ilgili birçok gelişim konusunda çocuğa destek ve eğiticilik verir. Oyun çocuklarda mantık yürütme, merak, yaratıcı düşünme, dikkat geliştirme, algılama ve anlama becerilerini artırarak bilişsel gelişime katkı sağlar (Kurtuldu, 2012: 239; Fırat, 2013: 887-888).

Çocukların bedensel, ruhsal, sosyal ve zihinsel özellikleri oyun oynama yolu ile gelişmektedir. Bu yüzden küçük yaştan başlayarak değişik oyunları oynayan çocuklar, aktif olurlar ve sağlıklı yaşam becerileri kazanırlar. Günümüzde gün geçtikçe yaygınlaşan teknolojik gelişmeler, fertleri daha fazla sorunlarla karşı karşıya bırakmaktadır. Bunlardan bir tanesi de dikkat ve algılama sorunudur.

1.1. Problem Cümlesi

Oyunsal etkinliklerin ve fiziksel aktivite düzeyinin 10-13 yaş grubu çocuklarda dikkat gelişimine etkisi nasıldır?

1.2. Çalışmanın Alt Problemleri

- 10-13 yaşlarındaki çocuklarda oynusal etkinliklerin dikkat gelişimine etkisi cinsiyete göre farklılık gösterir mi?
- 10-13 yaşlarındaki çocuklarda fiziksel aktivite seviyesinin dikkat gelişimine etkisi var mıdır?
- Oyunsal etkinliklerin 10-13 yaşlarındaki çocuklarda dikkat gelişimine etkisi psiko-motor hız, durumları yönünden nasıldır?

1.3. Çalışmanın Amacı

Bu çalışmanın amacı oynusal etkinliklerin ve fiziksel aktivite düzeyinin 10-13 yaş grubu çocuklarda dikkat gelişimine etkisini incelemektir.

1.4. Çalışmanın Önemi

Günümüzde yaygınlaşan teknolojik gelişmeler çocukları daha fazla sorunla karşı karşıya bırakmaktadır. Bunlardan biriside dikkat ve algılama sorunudur. Hayatın her aşamasında önemli faktörlerden biri olan dikkat günümüz çocuklarının da en büyük problemlerindendir. Bir araştırmaya göre dikkat eksikliğinin genellikle okul çağı çocukların %4 ile %6'sını etkilediği bilinmektedir (Küçük ve diğerleri,2009: 18-24)

Birçok çocukta dikkat ile ilgili odaklanama, dikkatini bir noktaya toplayamama, ders veya bir faaliyet yaparken dikkatinin dağılması, okuduğunu bir kerede anlayamama gibi sorunları görülmektedir. Çocukların dikkat ile ilgili yetersizlikleri veya kısıtlılıkları gerek eğitim hayatında gerek gelecekteki iş hayatında başarısız olmasına neden olmaktadır. Bu çalışmada 10-13 yaş arası çocuklarda oyun sal etkinlikler ve fiziksel aktivite düzeyinin dikkat gelişimine etkisinin belirlenmesinde ve bu parametreler arasındaki ilişkinin incelenmesi hedeflenmektedir.

1.5. Çalışmanın Sınırlılıkları

Araştırmanın çalışma evreni Osmaniye ilinde yaşayan, 10-13 yaş grubu ortaokul öğrencileri ile sınırlıdır. Örneklem grubu ise bu evren içerisinde ulaşılabilir rastgele örneklem yöntemiyle seçilen öğrencilerle sınırlıdır.

Çalışmada elde edilen bulgular, deney grubu (oyun grubu) ve kontrol grubundaki çocuklar ile sınırlıdır.

Çalışma araştırmada kullanılan ölçeklerin içindeki sorularla sınırlıdır.

Kontrol grubunun günlük yaşantılarında bazı oyunları oynamalarına engel olunmamıştır.

1.6. Çalışmanın Varsayımları

Araştırmanın örneklemini oluşturan çocuklara uygulanan ölçeklere doğru ve içten bir biçimde cevap verdikleri varsayılmaktadır.

Deney grubuna oynatılan oyunlara tüm çocukların isteyerek katılımının sağlandığı varsayılmıştır.

1.7. Tanımlar

Fiziksel Aktivite: Fiziksel veya bedensel aktivite iskelet kaslarının kasılması ile meydana gelen, bazal metabolizma düzeyinin üstünde enerji harcamayı gerektiren hareketler olarak ifade edilir (Caspersen, Powell ve Christenson, 1985: 126-131; Özer, 2010).

Bedensel Aktivite Programı: Öğrencilerin oyun ve bedensel faaliyetler yolu ile hayatları süresince kullanacakları esas hareketler, aktif ve sağlıklı hayat becerileri, olayları ve stratejileri ile beraber bunlarla bağlantılı hayat becerilerini geliştirerek bir sonraki aşamadaki eğitim düzeyine hazırlanma olarak tanımlanmaktadır (Altun, 2017).

Oyun: Oyun insanların ve özelde çocukların belirli bir hedefe uygun olarak bedensel ve ruhsal yeteneklerle, sınırlandırılmış, yer ve zamana göre, kendine dair kurallar içeren, gönüllü katılım grupları ile duygusal ve sosyal seviyeyi artıran, yetenek, beceri, dikkat, zekâ gerektiren etkinliklerdir. Oyuna katılanları ve hatta izleyicileri de etkileyen, bazen gerilim duygusu içerisinde, neticede maddi çıkar için olmayan ve kişilere haz veren faaliyetler olarak görülür (Hazar, 2006).

Zeka Oyunları: İnsanların kendi mevcut kapasitelerini idrak edebilmeleri, doğru ve hızlı bir şekilde karar verebilmeleri, sorunlar karşısında kendilerine özel çözüm yolları meydana getirebilmeleri ve en değerlisi de kendi durumlarını devamlı yenileyebilmeleri için önerilen faaliyetler olarak tanımlanmaktadır (TTKB, 2013).

Dikkat: İnsan çevresindeki değişik uyarlardan yalnızca o an içerisindeki gerekenler ve hedefler doğrultusunda olanlarla ilgilenmeye imkân veren sinir sisteminin faaliyeti şeklinde ifade edilir (Banich, 1997: 234-73; Kolb ve Winshaw, 1996: 465-489; Parasuraman, 2000: 3-15).

Dikkati Toplayamama/Dikkat Eksikliği: İnsanın yaşına, sosyal ve kültürel durumlarına kıyasla dikkatini toplamada güçlük çekmesi, unutkan birisi olması, dağınık durumda oluşmaktadır. İşlerini düzenlemede güçlük çekmesi, bir işe adapte olduktan sonra basit bir uyarı ile kolayca dikkatinin dağılması, dikkat ve sabır gerektiren faaliyetlerden kaçınması ve sıkça basit dikkat hataları yapması da bu kavram içinde yer alır (Ercan, 2012).

Psiko-Motor Hızı: Psiko-motor gelişim ferdin organlarının işleyişini, denetimi altına almada gösterdiği yeteneğin gelişmesidir (Başaran, 2005). Psiko-motor davranışların, kişiye özel bir yapılaş tarzı bulunur. Bir aktivitenin gerektiğinden düşük hızda veya yüksek hızda yapılması durumunda vücut tehlikeye girebilir. Sporcularda koordinasyon bozukluğu oluşabilir.

Seçici Dikkat: Ferdin sınırlı olan duyuşal uyarıcısının bilgiyi değerdendirme durumundan öncelik durumuna göre dikkate alma yeteneğİ olarak tanımlanmaktadır (Özcan, 2018).

Dikkati Toplama: Fertlerin dikkatini bilinçli olarak belirli bir hedefe toplayabilme kapasitesidir. Bu süreçte ferdin yaşı, zihinsel gelişimi, kişisel özellikleri önemli rol oynar (Özdoğan, 2004).



BÖLÜM II

2. GENEL BİLGİLER

Bu bölümde, oyun, fiziksel aktivite ve dikkat kavramları ile ilgili açıklamalara bazı araştırma sonuçlarına yer verilmiştir.

2.1. Oyun

2.1.1. Oyunun Kavramsal Açıklamaları

Oyun kelimesinin tam bir tanımı yoktur. Birçok uzmana göre çocukların hayatının en doğal kısmını oluşturan etkinliklerdir. Oyun, kapsadığı alan ve değişik tanımlamaları ile farklı yönlerden açıklanan bir kavramdır. Çocukların bedensel ve zihinsel gelişimlerini en üst düzeye çıkarmak için gereklidir. Oyun kavramını değişik yönlerden tanımlamak mümkündür (Georges, 2007: 129-136).

Bir tanıma göre oyun insanların gündelik çalışmalarının dışında belli bir hedefe dönük olarak (eğlenme ve sağlık gibi) bedensel ve psikolojik becerilerle sınırlandırılmıştır. Oynandığı yere ve zaman dilimine göre kendine ait kurallarla, kişisel istekle oynama grupları oluşturur. Sosyal ve duygusal seviyeleri etkilenen kapasite, dikkat ve beceriyi temel alır (Hazar, 2006). Başka bir tanıma göre oyun insanın içinden gelir. Oyun çocuğun zorunluluklar dünyasından ve günlük hayat şeklinden kaçışını ifade eder. Çocuklar oyuna yönlendirildiklerini anlasalar bile oyunu kendilerinin uygun oldukları zamanda ve yerde oynarlar. Oyun oynanırken kişilerin istekleri sadece oyun ile sınırlı kalır. Bireylerin günlük yaşamdaki statüleri onlara oyun esnasında hiçbir katkı sağlamaz. Oyun belirli sınırlamalar içerir. Oyunda çocukların o anı yaşamalarını sağlar. Oyun çocukların zevk aldıkları bir faaliyettir. Çocuk oyun oynayarak zihinsel gelişimini sağlar. Oyun çocuğun zihinsel gelişiminde gerekli bir faaliyettir. Oyun oynayarak çocuklar gerçekleri yansız olarak taklit ederler. Oyun yolu ile çocuk, hem günlük faaliyetleri yaparak sosyal rollere girer hem de hayatı için önemli aşamaları tecrübe ederek gerçek deneyimler kazanır (Georges, 2007: 129-136).

İtalya'nın Roma şehrinde Maria Montessori 1906 yılında çocuklar için eğitim prensiplerini rahat bir şekilde uygulayacağı bir okul açmıştır. Çocuğun öğrenmeye uygun, rahat hareket edebileceği ve kendini eğitebileceği şartlarda yaşamasının daha uygun olduğunu savunmuş ve bu okulu çocuk evi olarak adlandırmıştır. Çocuk evinde kullanılan araçlar çocuğun gelişim özelliklerine göre hazırlanmış ve yetişkinlerin çocuklarla birlikte oyun oynamalarına çok önem verilmiştir. Oyunun, ortaya çıkan problemleri halletmede, bedensel yetenekleri ve psikolojik becerilerin geliştirilmesi yanında sosyal etkinliklerde daha başarılı olmaya destek olduğunu ifade etmiştir (Dağbaşı, 2007).

2.1.2. Oyunun Tarihsel Gelişimi

Oyunlar ilk çağlarda insanların hayvanları taklitleri ile ortaya çıkmıştır. İlk çağdaki insanların avlanırken daha rahat olabilmek için avcılığı taklit etmeye başlamıştır (Çoban ve Nacar, 2008). İnsanlar hislerini ve fikirlerini anlatmak için tabiat ve hayvanların sesleri ile hareketlerinden faydalanarak, taklitleri oluşturmuşlardır. Hayvanların diş, pençe, tırnak ve gagalarının fonksiyonları ve şekillerinden etkilenerek av araçları yapmayı başaramışlardır (Hazar, 2006). Günümüzdeki pek çok oyunun antik çağlarda da yapıldığını gösteren belgeler mevcuttur. Mısır ve İran'da yapılan kazılarda çeşitli oyuncaklar bulunmuştur. Eski Girit Uygarlığının kalıntılarında bebek olduğu düşünülen ve onların oyuncakları diye tasvir edilen ev eşyalarına rastlanılmıştır. Buluntulara göre milattan önce 3000 yıllarında Eski Mısır uygarlığında küçük bir kızın bebeği ile gömüldüğü belirtilir. Kolları hareket edebilen bu oyuncak bebek bugün İngiliz müzesinde bulunmaktadır. Çıngırağın eski Yunanlılarda ve uçurtmanın da Çin kaynaklarına göre 3000 yıllık bir geçmişi tahmin edilir. En eski devre ait olduğu belirtilen oyun aracı taştır. Diğer bir deyişle en eski oyun taş oyunlarıdır denebilir. Hatta en eski oyunlardan biri olarak görülen bu oyun Türkiye'de beş taş adıyla bilinir (Karadağ ve Çalışkan, 2005). Antik Dönemde hareket amaçlı oyunlar faydalı kabul edilmiştir. Bu dönemde dinî ve geleneksel olarak yapılan ayinlerde ve törenlerde sürekli oynanan belirli oyunlar mevcuttur. Ama bazı oyunlar yasaklanmıştır. Oyunların tanrılarının hoşuna gittiği belirtilmiştir. Hatta dans, şarkı ve jimnastik oyunları okullardaki eğitimin bir ögesi olarak bilinmektedir (Karakaya, 2008). Önceleri dini tören ve şenliklerle yapılan oyunlar bir süre sonra başka konulara da yönelmiştir. Bayramlar, yıl dönümleri, asker

uğurlama, savaşa gidiş ve dönüşler, bir başarıyı kutlama, nişan ve düğün gibi özel anlamı olan günlerde yapılmıştır (Hazar, 2006).

2.1.3. Oyunların ve Oyun Dönemindeki Çocukların Özellikleri

Dünyanın her yerinde çocukların zevk alarak yaptıkları en temel faaliyet oyundur. Oyunlar dünyanın değişik yerlerinde bazı özelliklere göre şekillenmiştir. Bu şekillenmede çocukların cinsiyeti, yaşı ve gelişim özellikleri dikkate alınmıştır. Çocukların başlangıçta yaptıkları oyunlar çevresinde buldukları nesnelere yan yana dizmektir. Bu nesnelere taş, odun parçaları, küçük kutular, boş kavanozlar, bloklar vb. sayılabilir. Daha sonra çocuklar bu nesnelere üst üste koymaya çalışmışlardır. Oluşturdukları bu şekilleri hayal güçlerinin etkisiyle akıllarında düşündükleri nesnelere benzetmişlerdir. Daha sonra ilave parçalar kullanarak ahır, kümes, ev, araba ve garaj gibi şekiller kullanmışlardır. Çocukların yaşı büyüdükçe oynadıkları oyunların sayısı azalır. Çocukların büyümeye süresince dikkat süreleri önceki zamanlara göre artış gösterir. Büyüme ile birlikte çocuğun bedensel olgunlaşması gelişir. Bu gelişime paralel olarak çocuk bedensel ve ruhsal becerileriyle beraber koordinasyon gerektiren oyunlara yönelir (Seyrek ve Sun, 1985: 5-55).

2.1.4. Oyunların Çocuklarda Motorsal Gelişimi Üzerindeki Etkileri

Fiziksel güç gerektiren oyunlarda çocuklar oyun oynarken koşmak, itmek, çekmek, zıplamak ve fırlatmak gibi birçok motorik özellik içeren faaliyetleri uygular. Yarışma ve oyun mücadelesi çocukların hareket, dolaşım, solunum ve sindirim sistemlerini olumlu etkiler. Bu etkinliklerin yanında çocukların motorik özellikleri (kuvvet, dayanıklılık, esneklik, koordinasyon) gelişir (Bompa, 1998). Çocukların gelişim dönemlerinde önemli aşamalar mevcuttur. Bu aşamalarda çocukların bazı özel becerileri öğrenmesi gerekir. Eğer bu temel beceriler gerekli aşamalarda geliştirilmediyse çocuklar gelecekte olumsuz etkilenir. İlköğretim aşamasında çocukların her imkana sahip olmaması çocukların hayatının geri kalanında da başarılı olmasında olumsuz etki edebilir (Nickhols, 1997).

Oyun bir eğitim aracı olarak görülür. İnsanların bir konudan belli bir zaman sonra canları sıkılır ve dikkatleri dağılabilir. Böyle olduğu zamanda algılama ve öğrenme yeteneği kalıcı bir şekilde olumsuz etkilenir. Özellikle ilk ve ortaöğretimde

okuyan çocukların dikkat süreleri büyüklere göre daha kısa sürer. Oyunla öğrenmenin olumlu etkilerinden birisi de dikkati yoğunlaştırmaya katkı sağlamasıdır. Oyunla eğitim, çocukların toplum tarafından oluşturulan kültürü, iyi ve kötüyü, sosyal alandaki görevleri, kişisel haklarını, sevgi ve saygıda öğrendikleri en güzel durum olarak görülür (Tüzder, 2013: 22). Dikkat ile ilgili sorunlar çocukların ilköğretim döneminde ortaya çıkmaktadır (Pişkin, 2015). İlköğretim çağındaki her 20 çocuktan birinin dikkat eksikliği ve hiperaktivite içerisinde olduğu araştırmalarla belirlenmiştir (Klaus, 2009: 169).

2.1.4.1. Oyunların Çocuklarda Kuvvet Gelişimi Üzerine Etkisi

Kuvvet; bir kasın kasılıp, gevşeme yoluyla belirli bir dirence karşı gelebilme yeteneği olarak tanımlanabilir (Zorba, 2001). Yapılan bedensel faaliyetlerin özelliklerine göre gereksinim duyulan kuvvette farklılıklar meydana gelir. Mücadele oyunlarında kuvvete gereksinim diğer oyunlara göre daha fazladır. Çocuklar, oyunların etkisi altında farkına varmadan rakip oyuncunun uyguladığı kuvvete karşı kuvvet uygular ve bu şekilde kuvveti gelişir. Oyun oynarken çocuklar sadece rakiplerine karşı kuvvet uygulamazlar. Aynı zamanda kullandıkları ağır eşyaları taşımadan veya kendi vücut ağırlıklarını kullanmaları neticesinde kuvvetlerinde artış meydana gelir. Oyun oynarken kullanılan ağırlıkların artırılması, oyunun süresinin uzatılması veya tekrar sayısının artırılması çocukların kuvvetlerinin gelişimini olumlu etkileyebilir (Hazar, 2006).

2.1.4.2. Oyunların Çocuklarda Sürat Gelişimi Üzerine Etkisi

Sürat; kişinin bulunduğu durumdan başka bir duruma vücudun en yüksek hızda hareket ettirebilme yeteneğidir (Sevim, 1995). Oyunlar çocukların süratlerinin gelişmesine ve sürati uzun süre koruyabilmesine olumlu katkı sağlarlar. Oyun esnasında en yüksek hızda kısa mesafeli koşular çocuğun süratının gelişiminde etkilidir.

2.1.4.3. Oyunların Çocuklarda Dayanıklılık Gelişimi Üzerine Etkisi

Dayanıklılık; tüm vücut sisteminin uzun süre süren sportif etkinliklerde yorgunluğa karşı direnebilme ve yüksek şiddetteki yüklenimleri uzun süre sürdürebilme yeteneği olarak tanımlanmaktadır. Çocuklarda dayanıklılığın artırılması ile birlikte iskelet kas sistemi, kalp ve kan dolaşım sisteminin de olumlu bir şekilde gelişim ortaya çıkar (Sevim, 1995). Küçük yaşlarda dayanıklılığı geliştirmek için oyunların en uygun yol olduğu kabul edilmektedir (Başaran, 1982). Oyunların çocuklarda ilgi çekiciliğini arttırmak gerekir. Uzun süre yapılan etkinliklerle monotonluk duygusunu ortadan kaldırmak için oyunun ilgi çekiciliğini arttırmak gerekir. Değişik oyunlarla çocukların dayanıklılıkları gelişim gösterecektir.

2.1.4.4. Oyunların Çocuklarda Esneklik Üzerinde Etkisi

Kişinin yapacağı hareketleri eklemlerinin izin verdiği ölçüde, geniş oranda ve farklı yönlerde gerçekleştirebilme yeteneğidir. Yapılan hareketin açısal büyüklüğünü eklem özelliği ve tipi belirler. Hareketler kaslar ile eklemler üzerinde kemiklerin çekilmesi ile gerçekleşir. Bu hareketlerde kuvvetinde etkisi büyüktür. İyi geliştirilmemiş esneklik teknik bir hareketin öğrenilmesini güçleştirmek yanında sakatlıklara sebep olabilir. Hatta hareket açısını daraltır ve hareket hızını düşürür (Sevim, 1995; Craft, 1995).

2.1.4.5. Oyunların Çocuklarda Beceri Gelişimi Üzerine Etkisi

Beceri; kişinin zor hareketleri kavrayabilmesi ve farklı durumlarda hedefe uygun, en kısa sürede tepki gösterebilmesi ve hareketlerin doğru bir yönde sergilenebilmesi olarak tanımlanmaktadır. Gerektiği zaman, gereken oranda kasılması gereken kaslara, merkezi sinir sisteminin uygun uyarılar göndermesiyle bağlantılıdır. Bir oyun içerisinde değişik motorsal özelliklerin gelişmesi mümkündür. Oyunlar, çocuğun motorsal özelliklerinin gelişimiyle birlikte esneklik, koordinasyon ve merkezi sinir sisteminin çok yönlü gelişmesi açısından önemli olduğunu ortaya koyar (Hazar, 2006).

2.1.5. Oyun Kuramları ve Teorileri

Oyun için birçok farklı görüş ileri sürülmüştür. Oyun tüm kültürlerde ve zamanlarda oynanan ve hakkında kuramlar geliştirilen bir faaliyettir. Oyun kuramları değişik şekillerde sınıflanır.

2.1.5.1. Klasik Oyun Kuramları

Oyun tasarlayanlar sadece çocukların oyun oynarken harcadıkları güce bakmışlardır. Çoğunlukla oyunların ruhsal ve bedensel yönlerdeki etkisi dikkate alınmıştır. Klasik oyun kuramları 4 temel başlıkta incelenebilir.

Fazla Enerji Tüketimi Kuramı: Amaç, oyunun insan vücudunda fazla olan enerjiyi tüketmesidir. Oyun, insanın günlük işlerde harcadığı enerjinin fazla olduğu zamanlarda oynanır. Çocuk, vücudunda olan fazla enerjiyi harcayabildiği sürelerde sağlıklı bir dengeye kavuşur. Normalden daha fazla zaman oyunla ilgilenen çocuk sağlıklıdır. Bu kurama göre oyunun sahip olduğu içeriğin bir değeri bulunmaz (Ormanlıoğlu ve Uluğ, 2007).

Rahatlama ve Dinlenme Kuramı: İnsanların gündelik hayatta yaptığı yorucu faaliyetlerin onları bedensel ve zihinsel olarak yordüğünü savunur. Bu yüzden insanın yorgunluğunu atmak için dinlenmeye ihtiyacı vardır. İnsan vücudunu bu yöntemle yeniler. Bu kuram fazla enerji kullanımı kuramının zıttı olarak vücudun sahip olduğu az enerjiyi yenilemek için oyun oynandığını belirtir. Bu kuramda da oyunun mevcut içeriğinin bir önemi dikkate alınmaz (Altunay, 2004).

Öncül Deneme (Yetişkin Hayatına Hazırlık, Alıştırma) Kuramı: Karl'a göre geçmişte öğrenilen motivasyonel alışkanlıklar, gelecek yaşamındaki motivasyonel alışkanlıkların ortaya çıkmasında etkilidir. Oyun, bu motivasyonların meydana gelmesinde önemli rol oynar. Oyun, bireylerin ileriki yaşamında çalışma ve deneyimlerinin temelini teşkil eder. Bunların yanında Karl, oyunun sosyal olmayan yönelimlerden uzaklaşma özelliğine sahip olduğunu belirtir (Karadağ ve Çalışkan, 2005).

Tekrarlama (Rekapitülasyon) Kuramı: İnsan kendi nesline ait yaşantıları tekrarlamaktadır. Tekrarlama kuramına göre kişi; sahip olduğu hayatın tüm deneyimlerinde kendi nesline ait gelişim aşamalarının benzerini geçirir. Tekrarlama

kuramında oyunla ilerleyen yıllardaki davranışlar arasında bir bağ yoktur. Oyun yöntemiyle ve kişinin geçmişi ile olan bağ önemlidir. Çocuk, oyunda insan soyunun gelişim döneminde yaşadığı bedensel ve zihinsel basamakları aynı şekilde yaşar (Ormanlıoğlu ve Uluğ, 2007).

2.1.5.2. Psikoanalitik Kuramlar/ Hareketsel Oyun Kuramları

Hareketle ilgili kuramlar, çocuğun oyunu neden oynadığını içermez. Çocuğun yaptığı faaliyetin içeriğini anlamaya uğraşır.

Freud Oyun Kuramı: Freud' a göre çocukların, oynadıkları oyunlar rastgele değildir. Kişinin tanımlayabildiği veya tanımlayamadığı duyguları ifade eder. İnsanların içsel dünyaları, istekleri ve arzuları oyunda, düşlerinde ve hayallerinde ortaya çıkar. Oyun esnasında bir kontrol ya da yargılama yoktur. Freud'a göre kişiliğin oluşmasıyla ve zihinsel düşünmenin meydana gelmeye başlamasıyla oyun evresi biter. Mantıklı ve eleştirici düşünce gelişimiyle birlikte çocukta oyundan uzaklaşır. Çocuk, oyunda yetişkin kimliğine bürünür. Düşleyerek kazandığı davranışları ise ilerleyen yıllarda tekrar kullanmak için saklar. (docs.neu.edu.tr/staff/emine).

Erikson Oyun Kuramı: Oyun, geniş tanımıyla hayal gücünün kullanılmasıdır. Oyun; duyguların açıklanması, geçmiş durumları tekrar meydana getirme veya gelecek zaman içerisindeki olabilecekleri hayal kurmayı amaçlar. Çocukların oyun yoluyla sorumluluk alma duygusu gelişir ve hayal kırıklıklarına, başarısızlıklara ve erişilememiş amaçlara hazırlıklı olmaları sağlanır. Hatta hayata iyice odaklanmış bir hedef duygu ile yaklaşırlar (docs.neu.edu.tr/staff/emine).

2.1.5.3. Bilişsel Olan Gelişim Kuramları

Jean Piaget'in Oyun Kuramı: Bu kuram zihinsel temeller üzerine kurulmuştur. Piaget'e göre oyun, kişinin tutumlarında sahip olduğu ve çocuğun zihinsel gelişimine katkı sağlayan bir faaliyettir. Piaget, oyunu alıştırıcı oyun, sembol olarak oyun ve kurallı oyun olmak üzere 3 aşamaya ayırmıştır (docs.neu.edu.tr/staff/emine).

Alıştırma Oyun (0–2 yaş): Bu evrede bedensel faaliyetler dikkat çeker. Süt emme, ellerini açma ve kapatma ve diğer bedensel davranışlar motorsal faaliyetler olarak görülür. Bu davranışlar çocuklar için bir oyun olarak kabul görür. Bu bedensel davranışların yeterince meydana gelmesi davranışların tekrarlanmasına neden olur. Çocuk 4 aylık olduğunda çevresindeki nesnelere tutar, sallar ve etrafa fırlatır. Çocuk yaptıklarından haz alır ve bu faaliyetlerini tekrar eder (docs.neu.edu.tr/staff/emine).

Sembolik Oyun (2–7 yaş): Temsili düşünmenin temel kısmını meydana getirir. Bu aşamada gerçek hayatta meydana gelen olayları oyuna sokar. Fakat oyunda olayların aynı olma mecburiyeti bulunmadığından dolayı olaylar farklılaşarak oyuna yansır. Çocuk oyunlarındaki sembolleştirme şekli iki farklı türde görülür.

Bir etkinliğin bir objeden başkasına aktarılması aşaması: Örnek; yemek eylemi için oyuncak bebeğe mama yedirmeye çalışması, tahta parçasını at yerine kullanması verilebilir.

Çocuğun farklı kişinin rolünü benimsemesi örneğin; doktor, anne, baba ve otobüs şoförü gibi rolleri üstlenilebilir. Bu dönemde, özellikle 2–4 yaş aralığında hayali kişileri dahil ettikleri oyunlar oynadıkları da gözlemlenmektedir. Örneğin çocuk ailesinden bir adet kardeşi olmasını istediğinde oyuna hayali bir kardeş ekler. Sembolleştirme becerisi çocuğun yaşı ilerledikçe gelişir.

Kurallı Oyun (7–12 yaş): Tutarlı düşünme yeteneği, çocukların başka çocuklarla birlikte oynamaları sayesinde artar. Kurallı oyun bölümünde devam eden can sıkıcı ve kuralsız oyunlarda bulunur. Gerçekçi durumlara dikkat gösterilmektedir. Bu bölümde, oyunu meydana getiren kurallar ve uyulmaması halinde uygulanacak yaptırımlar önem kazanır. Oyunda belirtilen kurallara uygun davranışlar gösterilir. Sosyal kurallara da uyma başlar. 11–12 yaş aşamalarından sonra erişkinliğe doğru ve yetişkinlik dönemlerinde de kurala bağlı oyunlar oynanır (megep.meb.gov.tr).

Vygotsky Oyun Kuramı: Çocuk oyunun başlangıcı ve üstlendiği görevle ilgili çözümlenmelere odaklanır. Oyun, zihinsel sistemin işlemesine hazır ortamı oluşturmak için gereklidir. Çocuğa hayal dünyasına ait bir düşünce oluşturur. Oyun, yeni bir şeyler ortaya çıkarmaktır. Oyun çocukların birbirleriyle daha iyi iletişime geçmesine yardım eder. Çocuk oyunun içinde gündelik yaşamındaki yaptığı davranışları hatırlayıp ilişki kurarak yeni davranışlar kazanır. Olumsuz duygulardan uzaklaşır. Oyunun dikkat çeken özelliği çocukların hayal gücünü geliştirmektir. Oyun, görülen nesne ve davranışlarla ilişkili değildir.

2.1.5.4. Diğer Oyun Kuramları

Huizinga Oyun Kuramı: Oyun değişik kültürlerin oluşmasında en önemli özellik olarak görülür. Oyun bir karşı tepki ya da içten gelen bir duygu değil belli bir fonksiyonu içerir. Oyun isteyerek yapılan gönüllü bir faaliyettir. Zorlama yoktur. Oyun özgürce bir durum olarak ifade edilmektedir. (docs.neu.edu.tr/staff/emine).

Helanko Sistem Kuramı: Helanko'ya göre kişi, oyun alanı meydana getirerek dışardan gelebilecek olumsuz etkileri sonlandırabilir. Çocuk, kendi başına bir oyun alanından başka bir oyun alanına geçerek olumsuz duyguları sonlandırır (docs.neu.edu.tr/staff/emine).

Berylne Modeli (İçten Uyarılma): Berylne modeline göre, oyun araştırma eylemleriyle ilişkilidir. Uyarılma durumlarının dengelenmesi vardır. Oyunda karşılaşılan uyarılma sistemini, vücut kendi kontrolünde tutar ve süreç bittiğinde kişide haz hissiyatı ortaya çıkarır. Bu kuram, yetişkinlere çocukların oyun esnasında yaptıkları davranışların nedenini belirtir. Örnek olarak çocuk bisiklete binmekten ürkebilir. Ama bu duruma rağmen çocuk bisiklete binmeyi ister veya bu durumu tekrar eder. Bu durum onun kendi içsel uyarılması olarak görülür (megep.meb.gov.tr/mte).

Heckhausen Kuramı: Bir iç gerginlik ve huzursuzluk yaşayan insan korku ve engellemelerden kurtulmak istediği zaman oyunu seçer ve oyun oynayarak bunlardan kurtulur. Tedavi amaçlı olarak kullanılmanın yanında yaratıcılık ve zevk alma amaçlı oyunlarda kullanıldığı belirtilir (docs.neu.edu.tr/staff/emine).

Bateson Oyun Kuramı: Bateson kuramında yapılan oyunlarla iletişim arasında bağlantı mevcudiyetini savunur. Fakat oyunda mevcut olan iletişim tam bir iletişim değil yarım iletişimdir. Sosyal oyunlarda insanlar, yaptıkları faaliyetlerin gerçek hayatla ilişkisi olmadığını ve yalnız oyun olduğu mesajını vermek zorundadır. Bu mesajdaki başarısız olma oyunun yanlış anlaşılmasına neden olur ve sosyal sorunları ortaya çıkarabilir (docs.neu.edu.tr/staff/emine).

Sutton-Simith Oyun Kuramı: Sutton, oyunlarda geçmiş etkenlerin önemini belirtmiştir. Ayrıca oyuncakların sadece çocukların oyun aracı olmadığını bununla birlikte kültürel araçlar olduğunu söylemiştir (docs.neu.edu.tr/staff/emine).

2.2. Bedensel Aktivite

2.2.1. Bedensel Aktivite Kavramı

Fiziksel aktivitenin birçok birbirine benzeyen tanımlamaları bulunur. Fiziksel aktivite çizgili kasların çalışması neticesinde ortaya çıkarılan, dinlenik metabolizma düzeyine ilave enerji harcamayı gerektiren bedensel hareketler olarak tanımlanabilir (Özer, 2006; Pate, 1993: 321-326; Peker, Çiloğlu, Buruk ve Bulca, 2000: 108). Başka bir tanımda iskelet kasları çalışmasıyla enerji harcamasına sebep olan bedensel hareketler olarak ifade edilebilir (Caspersen, Pereira ve Curran, 2000: 1601-1609).

Fiziksel aktivite çalışmalarının özelliklerine göre, aerobik, anaerobik veya statik, dinamik gibi farklı şekillerde gerçekleşebilir (Zorba ve Saygın, 2009: 72-77).

Fiziksel aktivite de amaç enerji dengesini sağlama ve beden ağırlığının kontrolü için enerji harcanmasıdır. Egzersiz, düzenli ve tekrarlı bedensel aktiviteleri kapsayan fiziksel faaliyetlerdir. Egzersizler özellikle gelişme çağındaki çocuklarda kassal kuvveti ve dayanıklılığı, esnekliği, kalp-solunum dayanıklılığını arttırmaya yönelik olarak sıklıkla yapılmalıdır. Yürüme ve koşmanın yanında, yüzme, basketbol, voleybol ve benzeri sporlar örnek olarak verilebilir. Ergenlik çağında çocuklar spora yönlendirilirken mutlaka bedensel uygunluk testleri yapılmalıdır. Onlar için en uygun spor belirlenmelidir. Bunun yanında çocuğun yapmak istediği spor branşının dikkate alınması önerilir (Baltacı ve Düzgün, 2008).

Çocukların spor ve egzersiz yapma alışkanlığı ve becerileri kazanmış, bedeni ve ruhsal yönden sağlıklı insanlar olarak toplum için girmeleri, sağlıklı bir toplumun meydana gelmesinde çok önemli olarak görülür (Kuşgöz, 2005). Çocukluk ve gelişme çağı süresince yapılan bedensel faaliyetler spor branşları için gerekli olan en üst performansa ulaşmayı sağlamanın yanında sağlığa da olumlu katkıları bulunur (Bailey ve Martin, 1994: 330-47).

2.2.2. Çocuklarda Bedensel Aktivite ve Sağlık

Beden eğitimi çalışmalarına aktif katılan çocukların bireysel tecrübelerinin, taklit becerisinin, yaratıcılıklarının geliştiği ve sorumluluk duygusunun arttığı ileri sürülmüştür (Atan ve diğerleri, 2018: 699-705). Çocukluk çağı boyunca yapılan fiziksel etkinlikler, normal büyüme ve gelişmeyi sağlama yönünde dikkate alınması

gerekir. Fiziksel aktivitelerin sağlık, çocukların büyüme ve motor gelişim ile ilişkileri vardır. Fiziksel etkinlikler ile sağlık arasındaki bağlantıyı ortaya koymak için, fiziksel etkinliklerin sağlık yönünden faydaları araştırılmalıdır (Baranowski ve diğerleri, 1992). Çocukluk çağında bedensel etkinliklerin sağlığa olumlu katkıları üç ana maddede özetlenebilir. Bu maddelerden birisi çocukların genel sağlık durumuyla alakalıdır. Bedensel yönden aktif çocuklarda vücut ağırlığının normal olduğu, kemik yoğunluğu ve gelişiminin arttığı, kan basıncının normal olduğu ve psikolojik yönden bir iyilik hali meydana geldiği belirtilir (Bar ve diğerleri, 2002: 339-345; Telama, Yang, Laakso ve Viikari, 1997: 317-23). İkinci madde olarak çocukluk yaşlarında fiziksel faaliyetlerin ve egzersizlerin, yetişkinlik aşamasında da sağlığı olumlu etkiler. Örneğin, iyi gelişmiş bir kemik yapısı yetişkinlik dönemlerinde kemik erimesinin önlenmesinde çok önemli rol oynar. Son olarak da çocuklukta kazanılmış bedensel faaliyetlerle ilgili alışkanlıklar yetişkin dönemlerde de devam eder. Bedensel olarak hareketli olan bir çocuk, aktif bir hayat sürecektir yetişkin olmaya adaydır (Telama, Yang, Laakso ve Viikari, 1997; Williams ve diğerleri, 2002: 143-160).

Çocuklara farklı fırsatlar sunarak öğrenmeleri kolaylaştırıldığında, onların olumsuz tutumları da değişmeye başlar. Çocukların katıldıkları kültürel ve sportif etkinlikler onların gelişimine katkı sağlar. Onların yaptıkları antrenmanlar ve yarışmalar bedensel, ruhsal ve sosyal olarak gelişmelerine sebep olur. Düzenli spor bedensel ve sosyal gelişime katkı verir ve insan zekâsının değişik yönlerine de olumlu yönde katkı sağlar (Metan ve Küçük, 2017: 327-333).

2.2.3. Çocuklara Yönelik Bedensel Aktivite Önerileri

Çocukluk yaşlarından başlayarak düzenli olarak yapılan bedensel etkinlikler, egzersiz ve sporu günlük hayatın vazgeçilmezleri haline getirmek, günlük olarak yapılan bedensel etkinliklerin kapsamını zamanla artırmak ve kişisel sağlığın korunması için gereklidir. Özellikle ileri yaşlarda sağlığı olumsuz etkileyebilecek durumların azaltılması için çok gereklidir (Ergun ve Baltacı 2006; Baltacı, 2008). Çocuklar için uygulanacak fiziksel aktivite programları aerobik programlar, kuvvetlendirme programları ve kemikleri yapısal olarak güçlendirici şekilde planlanabilir.

Aerobik Aktiviteler: Büyük kas gruplarının ritmik olarak ve uzun süreli kullanıldığı kassal çalışmalardır. Bunlar hızlı yürüme, koşma, dans etme yüzme ve

bisiklet sürme gibi aktivitelerdir. Bu ve benzeri çalışmalar aerobik dayanıklılığı yani oksijen kullanım kapasitesini veya kişinin iş yapabilme kapasitesini geliştirmektedir. Çocuklar bedensel faaliyetleri genellikle kısa süreli yaparlar. Fiziksel etkinlikleri aerobik egzersizler olarak sayılabilmesi için onların, aerobik enerji metabolizmasını kullanacağı süreye kadar devam ettirilmesi gereklidir (Toivo ve Jaak, 2000: 51–55; Twisk, 2001: 617-27).

Kuvvetlendirme Çalışmaları: Günlük hayatın içerisinde iskelet kaslarını daha aktif kullanmayı gerekli kılar. Kuvvetlendirmeye yönelik çalışmalar; ağırlık kaldırma (kendi ağırlığı ile çalışma tercih edilir), ağırlık taşıma gibi özellikli faaliyetlerle, halata tırmanma (bazen dağa tırmanma) ve ip çekme şeklinde oynanabilecek oyunlar önerilebilir (Toivo ve Jaak, 2000; Baltacı, 2008).

Kemik Yapısını Kuvvetlendirici Çalışmalar: Kemikler üzerine yapılan kuvvetler kemiklerin yoğunluğunu artırarak onların yapısını kuvvetlendirirler. Bu kuvvet çoğunlukla zeminin ters etkisi ile ortaya çıkar. Hızlı yürüme, koşma, ip atlama gibi aktiviteler veya basketbol, tenis ve voleybol gibi sportif faaliyetler kemiklerin yapısını kuvvetlendirebilecek faaliyetler olarak görülebilir. Kemik yapısını kuvvetlendirici ve sağlamlığını artırıcı faaliyetler bazen aerobik ve kuvvetlendirme çalışmaları ile birbirine girmiş olabilirler (Toivo ve Jaak, 2000; ODPHP Publication 2008: 1–21).

2.3. Dikkat

2.3.1. Dikkatin Kavramsal Açıklanması

Dikkat kesin tanımlanamayan bir kavramdır. Dikkat tanımının oluşmasındaki güçlüğün sebebi, dikkatin sinir sisteminin ortaya koyduğu karmaşık işleri gerektirmesindedir. Dikkat, en genel ifadeyle etraftaki çoğu uyarandan yalnız o an gereksinim duyduğu ve hedefleri doğrultusundakilerle ilgilenmeyi sağlayan bir sinir sistemi hareketidir (Banich, 1997: 234-273; Kolb, 1996: 465-489; Parasuraman, 2000: 3-15).

Sinir sistemi birden fazla işlemi bir arada yerine getirir. İlk olarak, etrafındaki duysal danışmanlığını seçici bir şekilde yerine getirme özelliğine sahiptir. Sinir sistemi, aynı zamanda birden fazla duysal seçiciliğe sahiptir. Bunun bir kısmı, mevcut

zamandaki hedefler ve gereksinimler doğrultusunda sinir sistemi kanalı ile değerlendirilmek için seçilirken, bazıları da engellenir (Banich, 1997: 234-273; Bear, 1996: 576-614; Freides, 2000: 160-192; Heilman, 1998: 217-234). Dikkatin seçme özelliğinin olmaması durumunda, sistem, etrafında olan birçok uyarana eşit bir şekilde karşılık veremez. Dikkat, belirli davranışların seçilmesinin dışında davranış çeşitliliği ile de ilişkilidir. İnsanın gelişmişlik seviyesi ile eşit bir şekilde o duysal seviyede artar. Seçicilik, gelişimsel olarak duygularla ilgili motor seviyesinin artması ile beraber beyin kapasitesinin yükseldiği zamanda, duygusal ve motorsal seçimi meydana getiren hareket olarak ortaya çıkar (Kolb, 1996: 465-489). Bunun yanında dikkatin bu bileşimi yalnız dış çevrenin uyaraları değil, içsel uyarılara da yönelmeyi sağlar (Freides, 2000: 160-192). Davranışsal olarak alakası olmayan çoğu dış uyarıcının, hafızadaki anıların, düşüncelerin içinde davranış olarak en uygun olanları seçmesini sağlayan hafızanın bu becerisi, seçici dikkat olarak tanımlanır (Corbetta, 1998: 831).

Bu seçicilik için sinir sistemi, bir kontrol sistemine sahiptir. Seçiciliğin rast gele olmaması, dikkati, sinir sisteminin doğrudan yapılan faaliyetlerinden ayırır. Dikkatin kontrolü beynin bilgileri ele alma zamanları, koordinasyonunu sağlayıp, kontrol eden yürütücü faaliyetler ile sağladığı bildirilmektedir (Parasuraman, 2000: 3-15).

Yürütücü faaliyetler; dikkati yönelten, etkinlikleri takiben, bilgileri ve etkinlikleri kontrol eden ve eksiklikleri gideren, veri işleme sisteminin merkezi yürütücüsü olarak tanımlanabilir. Yürütücü işlevlerin üç bileşen olduğu kabul edilir. Bunlar dikkatin kontrolü, amaçlananların sağlanması ve zihinsel genişlik olarak sayılabilir (Anderson ve diğerleri, 2002: 504-527). Bazı araştırmacılar, dikkatin başka bileşimler üzerindeki kontrol işlevini, yürütücü dikkat olarak tanımlamanın iyi olacağını belirtirler (Posner ve Rothbart, 1998: 1915-1917). Bu işlemleri sinir sisteminin tam olarak yerine getirebilmesi için vücudun dinç bir şekilde tutulması gerekli görülür. Uyanık olma sistemlerinin, bütün işlemler üzerinde etkisi vardır. Uyanıklık, sistemin hareket özelliğini belirtir. Fizyolojik olarak bakıldığında uyanıklık, sinirlerin düzgün olarak antrenman yaptırıldığında uyarabilir özelliğini geliştirebilir (Heilman, 1998: 217-234). Sinir sisteminin uyarılma kapasitesi dikkat işlevi için de ilk şarttır. Yeni uyarıcılar için hazırda bekleme, karşılık vermeye uygun olma durumunun devam ettirilmesini ve dikkatin kontrol altında tutulmasını

gerektirir. Dikkatin bu özelliği, etrafında rastgele uzun aralıklarla ve umulmadık bir durumda beliren uyarıcıların farkına varmak ve bunlara karşılık verebilmek için hazır bir durumda beklemeyi zorunlu kılar (Parasuraman ve diğerleri, 2000: 221-256).

Dikkat görevleri ile ilişkili olarak üç dikkat türü önemli görülür. Bunlardan biri dikkatin seçiciliğidir. Diğer dikkatin yüksek bilişsel işlevler tarafından denetimidir. Bir başkası ise uyanıklık durumu ve uyanıkla bağlantılı olarak yeni gelecek uyarılar için hazır olma durumunu korumadır. Bu bileşimlerin hepsi dikkatin zihinsel bir yetiye sahip olarak etkin olmasını ortaya çıkarır (Parasuraman, 2000: 3-15). Dikkat duyuşal hafızaya etki eder. Yani dikkat, duyuşal sistemlerin alınan uyarıcılardan rastgele birinin, belli hedeflere seçilmesi durumu olarak tanımlanabilir (Aydın, 1999). Dikkat ikiye ayrılabilir. Bunlardan biri, çevreyi süzücü dikkat olarak belirtilir. Etrafta bulunan uyarıcıların hangisinin insana gerekli olduğunu anlayabilmek için, devamlı bir şekilde çevresindeki uyarıların işlenmesini sağlar. Bu dikkat süreci insan çevresindeki farklılıkları anlamaya yöneliktir. Bir diğer tür ise seçici dikkattir. Bu dikkat sürecinde bir obje dikkate alınır. Bu anlamda algılamada seçicilik ve algısal normlar devreye girmektedir. Genel anlamda görüntü, renk, yoğunluk, yenilik, beklenme ve beklenmeme açılarından anlamlı olan uyarıcılara dikkat edilir. Temel olarak kişinin bulunduğu durum ve çevresi seçici dikkatini kontrol eder. Örneğin, kişi acıktığında sadece etrafındaki yiyebileceklerine karşı dikkat durumu içindedir (Bacanlı, 2005: 47-48).

Dikkat, bilişsel ve zihinsel canlılık durumu olarak değerlendirilmektedir. Zihnin belirli bir konu üzerine odaklandığı zaman dikkat olgusu ortaya çıkmaktadır. Öğrenmenin en önemli faktörlerinden birisi de dikkattir. Bu nedenle öğrenmenin gerçekleşmesi için dikkatin tam olarak verilmesi gerekir. Ayrıca bir konuyu öğrenme de etkili olan sadece dikkati toplamak değil, öğrenmek için dikkati odaklamak da gereklidir (Polatoğlu, 2011: 9-12). Dikkat, herhangi bir uyarana cevap verme amacı ile duyu organlarının uyum içerisindeki faaliyeti olarak tanımlanabilir (Tunç ve diğerleri, 2014: 104-115). Ferdin gelen uyarılar arasından yaptığı bilinçli seçim şekli "dikkat" kelimesi ile ifade edilebilir (Özmen, 2011: 4). Dikkat, belli bir süre sadece belli bir noktaya sinir sistemimizin odaklanması ve dış uyarıcılara açık olmama durumudur. Dikkat yeteneğine her birey sahiptir. Dikkat yeteneği olmasaydı bireyler basit olayları bile çözümlenmekte güçlük çekerdi. Ayrıca günlük yaşantımıza baktığımızda yürümeyi, koşmayı veya bisiklet sürmeyi öğrenirken bir şekilde dikkatimizi kullandığımızı görmekteyiz (Meriçli, 2010).

Dikkat, dikkat süresi ve dikkat seçiciliği olarak iki süreçten meydana gelmektedir. Dikkat süresi ve dikkat seçiciliği bireylerin yaş aralığına bağlı olarak değişmektedir. Burada bahsedilen dikkat süresi bireyin bir yere odaklandığı zaman olarak değerlendirilmektedir. Odaklanılan nesnenin değişmesi kişide dikkatin dağılmasına neden olmaktadır. Konsantre olunan uyarıcıyı algılama ve temel özelliklerini belirleme işlemi dikkat seçiciliği olarak tanımlanabilir (Milli Eğitim Bakanlığı [MEB], 2014).

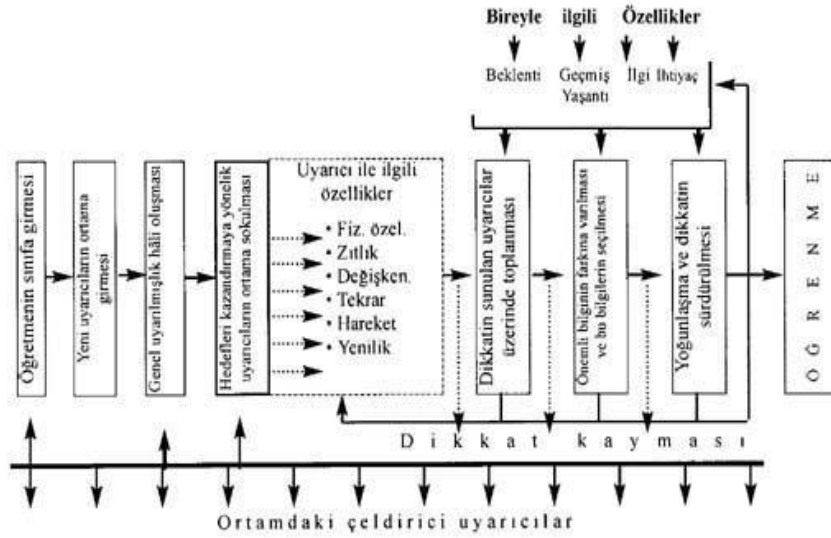
2.3.2. Dikkat Kavramının Yapısı

Dikkat, genel anlam olarak beynin/zihnin bir faaliyete yoğunlaşması olarak tanımlanır. Dikkatin yapısında bilişsel bir uyarılma durumu ve seçicilik özelliği vardır. Beyin dışardan gelebilecek uyaranları almak için hazırdır. Uyaranların farkına varır ve karışında bulunan uyaranlardan hedefine uygun olanı seçer. Bu süreci kontrol eden mekanizma “dikkat” olarak tanımlanır (Öztürk, 1995).

Dikkat kavramı yapısal olarak üç durumda açıklanabilir.

- Genel uyarılmış olma durumu: Çevredekilere genel bir duyarlı olma vardır. Farkındalık seviyesi ve uyarıcıları almaya hazır bir durum mevcuttur.
- Seçici olmak: Değerli olan ve hedefe uygun özellikler için etrafı gözetleme vardır.
- Bir noktaya yoğunlaşma: Dikkati belirli bir yerde toplayabilme ve onu devam ettirebilme vardır. Bu üç temel bileşen birbirini izler. Öğrenme-öğretme sürecinde temel olarak ilk amaç öğrenen kişilerde veya çocuklarda uyanıklık seviyesi oluşturmaktır. İkinci amaç ise öğrenen kişilerin dikkati öğretme araçlarına yöneltmek. Son olarak da hedeflenen öğrenme çıktılarının elde edilebilmesi için bilişsel bir çaba ortaya çıkmasına destek vermektir (Anderson, 1989:280).

Dikkat olayını meydana getiren özelliklerin öğrenme-öğretme durumunda etkilendiği asıl faktörler ve aralarındaki bağlantılar çok karmaşıktır (Şekil 1).



Şekil 1. Dikkatin Öğrenme ve Öğretmedeki Rolü

Şekil 1’de, sınıf ortamında olan öğrenciler, ortamda olan uyarıcı etkenlerle ilgili olarak, sınıfa öğretme gelmesiyle öğrenciler yeni bir uyarana karşı karşıya kalırlar ve bu yeni uyarana yönelirler. Fakat bazı öğrencilerin dikkati halâ ortamdaki diğer uyarılarda kalır. Bunun nedeni öğrenciye çekici ve farklı gelmesi olarak belirtilir. Öğretmen selamlama, farklı bir konu açma, tahtaya vurma, susma gibi uyarılardan bazılarını kullanarak öğrencilerde uyarılmışlık oluşturarak dikkati üzerine çekebilir. Bu öğretmenin yapması gereken ikinci adım kazandırmak istediği hedeflerle bağlantılı olan uyarıcıları sınıf ortamına sokarak öğrencilerin uyarılara yoğunlaşmasını sağlamaktır. Bunun nedeni olarak da ortamdaki diğer uyarıcıların öğrencilerin dikkatini hala üzerine çekebilecek olmasına bağlanır (Gallahue, 1982).

Dikkati devam ettirme durumu uyarıcı ve kişiyle ilgili özelliklere bağlıdır. Öğretmen bu durumda dikkatin devam ettiği uyarıcılar üzerinde sürdürülebilmesine çalışır. Yine bilgilerin fark edilmesine ve gerekli görülen bilgilerin öğrencilerce ayırt edilerek kazanılmasına uğraşır (Öztürk, 1995).

2.3.3. Dikkat Kategorileri

Organizma, sahip olduğu tüm durumlarda uyarıcı kategorileri üzerinde değişik şekillerde odaklanmaya çalışılır. Konsantre olma baskın ve çekinik dikkat olmak üzere iki değişik durumda gerçekleşir. Baskın dikkat, odaklanmış/yoğunlaşmış dikkat olarak da adlandırılabilir. Çekinik dikkat ise, çoğunlukla üzerine odaklanılan uyarıcı

kategorisiyle ilgili olan arka planda kalan parametreler üzerinde yoğunlaşır. Fakat çekinik dikkat, bazı durumlarda üzerine odaklanılan baskın dikkat sürecini bozucu olabilir. Örnek olarak, sınırlandırılmış bir zaman aralığında aynı konuya sahip iki farklı uyarıcı kategorisiyle karşılaşan insan, bu uyarılardan sadece birine yoğunlaşırken, diğeri baskın ile ilgili olduğu seviyede tamamlayıcı özellik taşır. Yalnız birbiriyle ilişkisi olmayan uyarınlara karşı karşıya gelen insan, uyarılardan birini alarak diğeri uyarıyı arka plana atar. Gerçekleşen durum dikkat kavramının, seçici ve eleyici faaliyetlere sahip zihinsel olaylar tarafından kontrol edildiğini ifade edebilir (Aydın, 1999). Öğretim kontrolündeki başarı, bir bakımdan dikkat süreçlerinin hedef, materyal ve metot alanında konu üzerinde yoğunlaşma seviyesiyle bağlantılıdır. Sürekli tekrarlanan uyarılar dikkatin kaybolmasına neden olabileceği de dikkate alınmalıdır (Arı ve diğeri, 1999). Ayrıca dikkat kavramının sıçramalı ve değişik bir özellik gösterdiği bilinir. Bundan dolayı ilk başta üzerine odaklanılan uyarıcı kategori, süreçte vücut tarafından yeterli miktarda özellikli ve hedefe uygun olmazsa geriye atılabilir. Bundan dolayı öğretim deneyimlerinin dikkati çekici olması ve farklılık içermesine dikkat edilmelidir.

2.3.4. Dikkati Etkileyen Değişkenler

Dikkat ile ilgili sorunlar; yorgunluk, yavaşlık, zayıf konsantrasyon, gürültüye tahammülsüzlük ve aynı anda iki işi yapmaktır. Bazı yazarlar dikkat eksikliğini, bilgi işleme sınırlılığı ya da karar vermede bozukluk olarak tanımlamaktadır. Dikkat ile ilgili zorluklar sadece bellek, problem çözme gibi bilişsel işlevleri değil, aynı zamanda bireyin psikososyal işlevlerini de etkilemektedir (Karaduman,2004:1-203). Dikkat üzerinde etkisi olan birçok faktör vardır. Eğer bir öğrenci dersi anlama konusunda zorluk çekiyorsa, dikkatinin bozulma oranı çok yüksektir. Ayrıca öğrenci konu hakkında bir kaygı taşıyorsa, yine dikkati azaltacaktır. Ruhsal sorunlar ve değişik bedensel hastalıklarda dikkati olumsuz yönde etkileyecektir. Dikkati etkileyen etmenler:

1- Zihinle ilgili durumlar: Bireyin zeka seviyesi, algılama ve hafıza süreçlerinin faaliyeti,

2- Hazır bulunma durumu: Öğrenme tecrübesi bakımından kişinin zihinsel, duygusal ve motorsal becerilerin uygunluk seviyesi,

3- Vücudun içsel ve dışsal uyarıcıları: İç uyarıcıları bedensel uyarılar, beslenme durumu ve uyku yetersizliği, yorgun olma vb iken dış uyarılar ise çevre ısısı, ışık durumu, seslerin seviyesi,

4- Aşırı veya az isteme,

5- Uygun bir ödülün veya cezanın olmaması,

6- Geri dönüş veya toparlanma yetersizliği,

7- Hedefin olmaması ya da belirsizliği,

8- Kaybetme korkusu,

9- Başarı duygusunun kaybolması veya hiç olmaması,

10- Yüksek seviyede kaygı ve endişe ortaya çıkması,

11- Öğrenme geçmişinin, kişinin içsel dünyasındaki duygu durumuyla uygun olmaması,

12- Zamanı ayarlayamama veya hatalı zamanlamanın oluşu,

13- Öğretmenin zorlayıcı yöntemlerinin değişmez olması,

14- Otokrat ve emir verme özelliğine sahip bir öğretmen davranışları,

15- Sınıf içi iletişimde etkileşim duygusundan yoksunluk,

16- Kesin çizgilerle belirlenmiş başarı değerleri,

17- Öğretim geçmişi içerisinde öğrencinin bireysel olması, bütünlük ve bağımsızlık duygularının olmaması,

18- Eğitimde eşit, etkili katılım ve rahat olan öğretim ortamının eksikliği,

19- Öğrenilenlerin geçmişinin soyut olması ve karışıklık seviyesinin yüksekliği,

20- Eğitim ortamının zihinsel ve bedensel özelliklerinin, öğretim hedeflerine uygun olma seviyesi,

21- Çeşitli zihinsel, sosyal ya da kognitif faktörler sebebi ile bazı öğrencilerin karşılaştıkları öğrenme zorlukları sayılabilir (Aydın, 1999).

O halde dikkat, birçok psikolojik ve sosyal, biyolojik ve fizyolojik farklılıkların etkisi altında kalır (Aydın, 1999). Duyusal sistemlerle kayıt altına alınan bir uyarının, önce kısa süreli ardından da uzun süreli hafızaya alınmasının gerçekleşmemesi, dikkat sürecinin uygulamasına bağlıdır. Vücut dikkat çekici olduğunu düşündüğü uyarıları eşleştirerek, ilk olarak kısa süreli hafızaya alır. Kısa süreli hafızaya alınan bilgiler kişinin iç dünyası ve gereksinimleriyle eşleştiği durumda ön öğrenmelerle yeniden düzenlenerek uzun süreli hafızaya geçirilir. O halde duyusal çevreye girebilen uyarıcılar, aynı basitlikte dikkat kapsamına girmez.

Bir uyarıcının ayırt edici dikkatle algılanması, organizmanın hedefleri bakımından uygunluk ve değerlilik seviyesiyle ilgilidir (Arı ve diğerleri, 1999: 162). Dikkat yoğunlaşması zaman bağlıdır. Yaşın artması ile sürenin arttığı belirlenmiştir. Dikkat yoğunlaşması, eğitime yeni başlayan çocuklarda 10 dakika sürerken, bu zaman 10 yaşındaki çocuklarda 20 dakikaya, 14 yaşındaki çocuklarda ise 30 dakikalık bir süreye ulaşmaktadır (Özmen, 2011).

2.3.5. Dikkatin Stratejileri

Kişinin etrafından gelen bilginin onun için gereksinim olanlarının anlık olarak hafızaya geçmesine yardımcı olan süreç, dikkat olarak tanımlanmaktadır. Bu nedenle öğretimde uygulanması gereken ilk iş, insanın dikkatini belirlemek ve yükseltmektir. Kişinin kendi başına öğrenmesi, onun bazı dikkat yönteminden birini benimsemesi, objektif öğrenen olmasıyla bağlantılıdır. Stratejik davranan kişi, öğrenme olgusunda hedefini belirledikten sonra dikkat stratejilerinden kendisi için uygun olanı seçer. Örnek olarak, stratejik olan öğrenci ilgili olduğu alana dikkatini vererek onunla ilgili olacak kitap veya dergi okur, televizyon kanallarında belgeselleri seyrederek veya filmleri izler (Ulusoy, 2002). Dikkati yönlendirmede tercih edilen yollardan biri de, yazılı metinlerin altını çizerek okumaktır. Anahtar kelimelerin ve ana düşüncenin belirtilmesi sıkça kullanılan yöntemlerden biridir. Arends' göre metinlerin altını çizmede iki fayda ortaya çıkar. Birincisi metinlerin altını çizme anahtar kelimelerin, ana düşüncelerini fiziksel olarak oturtur. Bunun sayesinde daha sonra göz atma ve daha kolay hatırlama gerçekleşir. İkinci olarak, metinlerin altını çizmek mevcut olan bilginin birleşmesine yardım eder (Arends, 1997). Wittrock ve Lumsdaine'nin ortaya koydukları çalışmada ön sorular yöntemi vardır. Ön sorular, öğrenen bireylerin dikkatini sorulan sorularla ilgili yerlere ya da özel cevaplar verebilmeye yönlendirmiştir. İlgili etkenden sonra sorulan konuların ise, dikkati sadece gelecek uyarana çektiği belirtilmektedir (Wittrock ve Lumsdaine, 1977).

Dikkati çekmede tercih edilen farklı bir yöntemde, metnin kenarlarına not almaktır. Bu metod öğrencinin öğrendiklerini tekrarlamasına gelecek yeni bilgi için uygun duruma gelmesine ve bilgiyi kodlamasına yardım eder. Dikkatin yoğunlaşmasında yazılardaki başlıklar, şekiller, grafikler ve şemalar etkilidir. Dikkatini yoğunlaştırmadan öğrenen kişiler yazıyı okumaya başlamadan başlık ve tablolara, şemalara göz atarak zihninde ön hazırlık yapabilir (Ulusoy, 2002).

2.3.6. Dikkat Türleri

Dikkat isteğimizle (istemli) ve isteğimiz dışında (istemsiz) olmak üzere iki şekilde düşünülür (Yaycı, 2007).

İstemli Olan Dikkat: Ferdin bilinçli olarak belirli bir zamanda tek bir konuya dikkatini yoğunlaştırabilmesi olarak tanımlanabilir. Bu dikkat bilgi ve motivasyon kavramları ile çok ilişkilidir.

İstemsiz Olan Dikkat: Ferdin hiçbir amacı veya uğraşması olmadığı halde dış çevre ve ortamdaki bazı durumların (olaylar veya nesnelere) uyaran niteliği olarak algı dahiline kendiliğinden alınması olarak ifade edilebilir (Özcan,2018).

Dikkat başka bir sınıflamaya göre beş kategoride yer almaktadır. Bunlar: seçici dikkat, sürekli dikkat, odaklanmış dikkat, değişen dikkat ve bölünmüş dikkattir.

Seçici Dikkat: Diğer uyarıcıları göz ardı ederek belirli bir uyarıcıya yönelme durumu olarak ifade edilmektedir. Yani ferdin sınırlı duyuşsal uyarıcısının bilgiyi kullanma önceliğine göre ele alma yeteneğidir (Kornhuber, 1984). Seçici dikkat, sıkıntı ortaya çıkaran durumları bastırma, bir veya iki adet uyarıcıya dikkatini toplayabilme kapasitesi olarak tanımlanır (Van ve Brouwer,1994). Seçici dikkat durumunda beyin kendi yönünden önemi yüksek olan uyarıcıları seçer. Fert çevresindeki belirlenmiş olan bilgiye ve bilgi ile ilgili gücünü yönlendirme yeteneğine haizdir (Lauster, 1999). Seçici dikkat, bağlantılı bilgiye dikkatini toplayabilme yeteneğiyle ilgilidir. Küçük çocukların dikkati daha kolay dağılabilmektedir. Onlar dikkatlerini alakalı olan ve olmayan bilgilere göre düzenlemede daha az kapasiteye sahiptirler (Solso ve diğerleri, 2014: 479).

Sürekli Olan Dikkat: Dikkati belli bir nokta üzerinde toplayarak kesinti vermeden yoğunlaşma kapasitesi olarak tanımlanabilir. Sürekli dikkat, belirli bir zaman içerisinde birbiri ile çelişmeyen davranış tepkisinin faaliyet bitene kadar sürdürülmesi olarak görülür (Karaduman, 2004: 1-2003).

Sürdürülebilir Olan Dikkat: Bu dikkat ortaya çıkarılan faaliyetin yapılması durumunda, görevin gerekli olduğu yeteneğinin vücut tarafından belirlenerek devreye sokulması ile dikkat durumunun devam ettirilmesi olarak ifade edilebilir (Soysal ve diğerleri, 2008: 35-41). Örneğin; ders çalışan herhangi bir öğrencinin hiç mola vermeden belirli süre dersi devam ettirmesidir.

Bölünmüş Olan Dikkat: Aynı anda birden fazla uyarana dikkat etme olayına denir. Birden fazla uygulayıcı veya uyarıcıya bir defada yoğunlaşp dikkatin yönlendirilmesi olaraktan algılanabilir. Örneğin, araba kullanırken gelen telefona cevap verme olabilir.

Yoğunlaştırılmış Olan Dikkat: Birden fazla gelen uyarıcılar arasından istenilene yoğunlaşabilme kapasitesi olarak tanımlanabilir. Bölünmüş ve yoğunlaştırılmış dikkat birbirinden farklıdır. Yoğunlaştırılmış dikkatte ferdin belirli bir uyaranı ötekiler arasından seçmesi durumu vardır. Yoğunlaştırılmış dikkatte ferde aynı zamanda iki veya daha fazla sayıda verilen uyarıcıdan sadece birine yoğunlaşması istenir (Özcan, 2018).

Görsel Olan Dikkat: Kişinin görsel olarak verilen uyarıcılara yoğunlaşabilme yeteneğidir. Nesnelerin farklı özelliklerinin beyin korteksinin farklı kısımlarında yerleşmiş olan belirli özellik haritalarına kodlanması olarak tanımlanabilir (Solso ve diğerleri, 2014: 110-111).

2.3.7. Çocuklarda Dikkat Gelişiminde Oyunun Yeri

Dikkat eksikliği mevcut olan çocukların kendilerini iyi hissetmeleri ve çevreleriyle iyi ilişkiler kurabilmeleri için veya çeşitli beceriler geliştirebilmelerinde sosyal aktivitelerin, değişik oyunların, hobilerin, egzersiz ve sporun yeri çok önemlidir (Sürücü, 2003: 14). Her bedensel aktivite, beynin çeşitli kısımlarında kullanılmayan sinir ağlarının zayıflayıp sürekli kullanılanların gelişmesini sağlamaktadır. Beyni genç tutmak için, çocukların oynadığı oyunların yeni sinir bağlantıları oluşturan ve eskilerini sağlamlaştıran bu oyunlardan daha iyi bir metot yoktur (Altun, 2017). Çocuk; genelde doğumdan itibaren etrafını tanıma, araştırma duygusu içinde etrafında görebildiği, dokunabildiği hissedebildiği her şeyi algılar. Bebekler, ilk başlarda tanıdığı insanları veya nesnelere gözüyle takibini yapar ve gelen sese tepki verir. Zamanla annesini tanır ve dikkatle izler. Annesi yanından gidince ağlar. Daha sonra nesneyi tutar ve duyu organlarıyla tanır ve algılar. Dokuzuncu aydan sonra objelere dikkatini arttırabilir. Hızlı bir şekilde etrafını keşfetme isteği dikkat süresini kısaltsa da bu dikkat yetersizliği, başka ilgi duyduğu noktalara yönelmesiyle düzelebilir ve dikkat yoğunluğu artar. Çocuk 2-3 yaş aşamasında duran bir topa ayak vurabilir, 3-4 yaşlarında 3 tekerlekli bisikleti sürebilir veya makas kullanabilir, 4-5 yaşlarında çizilen düz çizgide yürüyebilir, 6 yaşına girdiğinde ise

topa sopayla vurabilecek ve tek ayağının üzerinde 10 saniye ayakta duracak dikkat durumuna ulaşabilir. Ayrıca erken çocukluk döneminde, okuma ve yazma olarak hazırlık çalışmaları yapmaları küçük kasların motor gelişiminde kullanacağı değişik psikomotor öğrenme, bir konunun veya faaliyetin sürekli ve etkin bir şekilde dikkatli olarak izlenmesini sağlar. İlkokul başladığında çocuk farklı gördüğü konularda pasif olarak dikkatini 20 dakikalık bir süreye kadar toplayabilir. Öğrencinin kendi katılım gerçekleştirdiği oyun veya ders etkinliğinde süre uzayabilir. Ergenlik döneminde genç, farklı gördüğü bir konuyu 40–50 dakika aralığında takip edebilmektedir. Ayrıca bireyin kişiliğinin şekillenmesinde önemli olan okul öncesi zamanda çocukların dikkati çok kısadır bu unutulmamalı ve bundan dolayı çocuklar için düzenlenen faaliyetlerde tüm çocuklar etkinlikte aktif rol almalıdır. Çocuğun dikkat süresi kişiliğiyle ve tercih ettiği alana göre farklılaşabilir. Dikkat kavramıyla bağlantılı başka husus kısa zaman önce geleneksel eğitim sisteminde kullanılan “dikkat edin”. “dikkatle bakın” vb. uyarılardan çok örnek olmak gerektiği unutulmamalıdır. Öğrencilere öncelikle “beni izleyip ardından sizde yapacaksınız” söylemi yanlıştır. Mevcut olan durum öğrenen bireylerin bağımsızlıklarını kısıtlayıp yaratıcı düşüncelerini engellemektedir. Bunun dışında bebeklik ve okul öncesi dönemde dikkat seviyesini arttırmak için etkin bir şekilde, mutlu bir ses durumuyla yapılan uyarılar veya konuşmalar dikkati yüksek seviyede tutabilir. Örnek olarak, “hoop”, “afetin sana”, ‘şimdi dönüyoruz’ ‘haydi sıcıyoruz’ vb.”. Dikkat seviyesini yükseltmek için “müzik, süsler, oyuncaklar veya materyaller” kullanılabilir (megep.meb.gov.tr/mte).

2.3.8. Sporda Dikkatin Önemi

Dikkat, insanın neye veya nelere dikkat edileceğini, gerektiğinde ise dikkatin başka bir alana ne şekilde yönlendirileceğini ve dikkatin nasıl bir şekilde toplanacağını bilmek sporunun iş yapabilme kapasitesini ortaya koyabilmesi için gerekli olan temel yeteneklerindendir (Martens, 1987). Düşünce süreçlerini denetim altına alabilme ve bir hedefe odaklanabilme yeteneğinin, sporda etkili performans için gerekli anahtar rol üstlendiği belirtilir (Göktepe ve diğerleri, 2016: 722-731).

Zihinsel süreçlerin kontrol altına alınabilmesi ve kişinin sahip olduğu göreve adapte olabilmesi, sporda üst düzey performans için gerekli anahtar durumlardan biridir (Nideffer, 1993: 243-261). Dikkat, insan bilgi işleme mekanizmasının temel

durumdur. Tek seferde çevresinde olan bütün bilgileri uygulayamaması sebebiyle insanın kapasitesinin yeterli kadar büyük olmadığını belirtir. Dikkat, düşük kapasitedeki durumlara bilgi getirmek için gereklidir (Dewey ve diğerleri, 1989: 171-186).

Sporcunun dikkat gösterme durumunun etkisiz hale gelmesi veya kaybolması, zihninin bulanması sebebiyle dikkatini toplayabilme yeteneğini kaybederek yeterli performansı sergileyememesi, seçici olan dikkat ve dikkat yeteneğinin devamlı paylaşılmasının değerini gösterebilir (Abernethy, 1993: 127-170). Spor, seçici dikkatle bağlantılı araştırmaların merkezi durumu olmuştur. Singer ve arkadaşlarına göre hareketsetel yeteneklerini üstün performansta gösterebilmeleri için gereksiz olan uyanları görmezden gelmeleri ve ilgili olan uyanlara yoğunlaşabilmeleri gerekir (Singer ve diğerleri, 1991: 95-114). Vücut devamlı bir şekilde içsel ve dışsal etraflarından gelen bilgi yığılmasına muhatap kalabilir ve bu durumda sadece çok az orandaki bilgiyi özümser. Bundan dolayı yalnız birkaç uyarıcının işleme girmesi için seçicilik durumu gerekli olur (Boutcher, 1992: 251-263).

Gereken uyarıcılara dikkati yoğunlaştırma ve sürdürme sporcunun yaptığı branştaki başarısı için önemli bir konudur. Bu durumda atletlerin dikkat ve yoğunlaşma becerisini değerlendirmenin önemi belirlemektedir. Spor ve egzersiz psikolojisinde dikkat kavramını daha iyi kavrayabilmek adına değişik analizler kullanılmaktadır. Bunlar; davranışla ilgili, bilmeye ilgili, biyolojik ve fizyolojik olarak yapılmalıdır. Davranışsal analiz düzeyi, bilişsel ve sinirsel süreçlerin belirtileri olarak doğrudan gözlenebilen davranışların değerlendirilebilmesini içerir. Dikkatin davranışla ilgili ölçümleri, dikkatin kapasitesi ve eşdeğer zamanda birden fazla iş performanslarına bağlı yüklenme ölçümlerini, bilginin değişime uğradığı veya seviyesinin düşürüldüğü deneysel şartlar altında insanların performansına bağlı olarak seçici dikkat ölçümlerini içerir. Bilgiyle ilgili değerlendirme seviyesi, bilgiyi değerlendirme durumları ile ilgilidir. Dikkatin bilgiyle ilgili değerlendirmeleri, hem beyinsel yüklenme hem de dikkatin seçicilik özelliğini belirlemek için düzenlenmiş olarak kendini rapor etme malzemelerini içerir (Abernethy ve diğerleri, 1998:172-193).

Algılama, düşünme ve hayal kurarak ortaya çıkarılan psikolojik fonksiyonlar, bilinçli dikkat olarak tanımlanabilir. Dikkatin toplanması veya odaklanması ise bu istemli harekete geçmeyi sağlayan kapasite olarak meydana çıkar. Bu durumda algının sınırlı bir miktarı bilince yönelmektedir. Onun dışındaki uyarıcılar ise dikkat

alanı içine alınmaz (Tavacıoğlu, 1999: 54-55). Sporcu zaman zaman dikkatini içe kaydırır. Zihninde planlama ve düzenlemeler yapar. Bazı durumlarda da dikkatini dışa kaydırır. Bu durumda da ne olup bittiğini gözlemler (Özerkan, 2004: 23). Sporcular geniş-içsel odağı görme, düşünme, plan yapma ve değerlendirmeye gerek duyduklarında kullanırlar. Sporcuların aynı zamanda çok Şeye dikkat edebilmeleri gereklidir. Bu nedenle onların dikkat odağı geniş olmalıdır. Yine sporcu, karmaşık olan ve çok çabuk deđiŐebilen durumların farkında olmak ve ona göre tepki vermek durumundadır. Böyle durumlarda ise geniş-dışsal odak kullanılmaktadır. Sporcu dışsal gelen uyarıları çok çabuk bir Şekilde değerlendirmelidir (Tavacıoğlu, 1999: 54-55).

Sporcunun dikkatini arttırabilme becerisinin iyi olması, daha üstün performans için zorunluluk olarak görülür. Bu nedenle sporcunun dikkatinin kontrol edilmesi ve eğer dikkati yođunlaŐtırmada problem varsa sporcuya uygun eğitimin verilmesi gerekir.

BÖLÜM III

3. YÖNTEM

3.1. Çalışmanın Modeli

Bu çalışmada, 10-13 yaş grubu çocuklarda oyunsal etkinliklerin ve fiziksel aktivite düzeyinin dikkat gelişimine etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışmada ön test ve son test yöntemi uygulanmıştır. Çocuklara ön test uygulanarak dikkat düzeyleri ve fiziksel aktivite düzeyleri belirlenmiştir. Dikkat düzeylerini belirlemek için D2 dikkat testi kullanılmıştır. Çalışmanın devamında 14 haftalık haftada 3 kez 45 dakikalık çeşitli dikkat ve koordinasyon içerikli oyunlar oynatılmıştır. 14 hafta sonunda son test yapılarak çocukların dikkat özellikleri ölçülmüştür.

3.2. Çalışmanın Evren ve Örneklemi

Araştırmanın çalışma evreni Osmaniye il merkezinde yaşayan, 10-13 yaş grubu çocuklardan oluşmuştur. Örnekleme grubunu ise bu evren içerisinde ulaşılabilir örneklem yoluyla rastgele yöntem ile seçilen öğrenciler oluşturmaktadır. Çocukların gönüllü katılımları esas alınmıştır. Çalışmanın amacı ve içeriği çocuklara anlatılarak gönüllü olur formu alınmıştır.

3.3. Veri Toplama Araçları

İlköğretim öğrencileri için fiziksel aktivite anketi ve D2 dikkat testi kullanılmıştır.

3.3.1. İlköğretim Öğrencileri İçin Fiziksel Aktivite Anketi (FAÖ)

Çocukların fiziksel aktivite düzeyinin belirlenmesinde kullanılan ilköğretim öğrencileri için fiziksel aktivite anketi Crocker ve diğerleri, (1997) tarafından geliştirilmiş Sert ve Temel (2014) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Sert ve Temel (2014) ölçeğin iç tutarlılık Cronbach Alfa katsayısını 0.74 olarak belirlemiştir.

Fiziksel aktivite ölçeği çocukların yalnız başına doldurabileceği bir ölçektir. Ölçek 7 gün boyunca yapılan aktiviteleri değerlendirir. Çocukların 8-14 yaş aralığına kadar genel fiziksel aktivite seviyelerini değerlendirir. Çocukların son bir hafta içerisinde yapılan aktiviteleri hatırlamaya yöneliktir. Bu ölçek sınıf ortamında uygulanabilir. Yine ölçek katılımcıların genel fiziksel aktivite alışkanlıkları konusunda bilgilendirir. Bu ölçekten alınan 5 puan en iyi fiziksel aktivite seviyesini belirtirken 1 puan ise en kötü veya düşük fiziksel aktivite düzeyini ifade eder. Fiziksel aktivite puanlarının değerlendirilmesinde tüm soruların toplam ortalaması dikkate alınır. Çalışmaya katılan çocuklar, bu ölçekten elde edilen değerlere göre aktif olmayan, orta düzeyde aktif ve aktif (hareketli) olmak üzere kategorilendirilir.

3.3.2. D2 Dikkat Testi

Brickenkamp (1981) tarafından geliştirilen D2 dikkat testinin çocuklar için Türklere uyarlaması Toker (1988, 1990) tarafından yapılmıştır. D2 Dikkat Testi 11-14 yaş grubu için uygun görülmüştür. D2 Dikkat testi seçici dikkat ve zihinsel olarak dikkatini toplayabilmeyi ölçer. D2 testinde uygulananın kişisel bilgileri ve performans sonuçlarının kaydedileceği bölüm ve bir deneme satırı yer almaktadır. Yine standart test formunu içerir. Test sayfasında her birinde 47 işaretli harf bulunan 14 satır bulunur. Her satırda küçük “p” ve “d” harflerinden oluşan 16 farklı harf bulunur. Bu harflerin üzerinde veya altında işaret vardır. Bu işaretler bazıları harfin üstünde bazıları altında olmak üzere toplam bir, iki, üç ve dört tanedir. Test sırasında uygulanan kişi ilgili olmayan diğer harfleri görmezden gelerek iki işareti olan “d” harflerini bulmak ve üzerini işaretlemek için satırları taramalıdır. Uygulanan kişiye her satır için 20 saniyelik bir süre verilir (Spren ve Strauss, 1998; Brickenkamp ve Zillmer, 1998). Test değerlendirmede TM, E1, E2, CP, TM-H puanları temel alınır.

TN: İşlenen Toplam Madde sayısı veya işaretlenen toplam harf sayısıdır. İlgili olan ve olmayan işaretlenen tüm figürlere ilişkin performansın sayısal değeridir. Psikomotor hızın yükseklik seviyesini verir.

E1: İşaretlenmeyerek atlanılan doğru harflerin sayısıdır. Bunların fazlalığı seçici dikkat düzeyindeki seviyenin düşüklüğünü ve gerçekleştirilen performansın kalitesin yetersiz olduğunu belirtir.

E2: Yanlış işaretlenmiş olan harflerin toplam sayısıdır. E2 yüksek olması özel öğrenme gücünü, yönergeye uyumda zorlanmayı, dikkatsizliği ve gördüklerini ayırtmadaki eksiklikleri ifade eder.

%E: Hata Yüzdesidir. Performansın niteliksel yönünü değerlendirir. İşleme tabi tutulan bütün işaretlenenlerin içinde yapılan hata oranını ifade eder. Hata yapma oranı azaldıkça kişinin doğru karar vermesi, kalitesi ve dikkatli olma seviyesi yükselir.

Toplam Madde – Hata (TN-E): İşaretlenen toplam harf sayısından hata puanlarının çıkarılmasıdır. TN-E bir şekli ile toplam performans puanı olarak ifade edilir. TN-E normal bir dağılım gösterir. Hatta yüksek düzeyde güvenilirdir. Bu nedenle performansın doğruluğu ve hızı arasındaki bağlantının değerini ifade eder. Ama TN-E performansın sayısal yönüne daha fazla yer verirken kalite yönüne daha az ağırlık verir. Olağan olmayan durumlarda, hem sayısal hem de kalite ile ilgili olan puanlar (toplam puan ve hata yüzdesi) aşırı derecede yüksek olduğu durumda TN-E toplam performansı fazla gösterebilir. Aşırı tahminlerden kaçınmak için hata puanları dikkate alınır ya da başka bir yol olarak konsantrasyon performansı puanı dikkate alınır.

Konsantrasyon Performansı (CP): Doğru olarak işaretlenmiş olan harflerin sayısından, yanlış olarak işaretlenmiş olan harflerin çıkarılması ile bulunur. TN-E aksine konsantrasyon performansı ayırım yapmadan tüm harfleri işaretleme ya da rastgele olarak test bölümlerini atlamada bozulmaz. Performansın doğru olması ve hızın koordinasyonuna ilişkin en iyi bir indeks olarak kabul edilebilir (Çağlar ve Kuruç, 2006: 58-80).

Dalgalanma Oranı (DO): İşleme tabi tutulan en çok madde sayısının bulunduğu sıra ile en az madde sayısının bulunduğu sıra arasındaki fark olarak görülür. Testin az güvenilir yönlerinden bir olarak kabul edilir. Aşırı yüksek düzeydeki dalgalanma oranı puanları, çalışma hızındaki tutarsızlığı açıklar. Bunun yanında motivasyon düşüklüğü ile ilişkilendirilir (Çağlar ve Kuruç, 2006: 58-80).

3.3.3. Deney Grubuna Oynatılan Oyunlar

Mevsimler Oyunu: 10-12 yaş ve üzeri çocuklar için uygun olan mevsimler oyunu salon ve bahçede hentbol topu ile oynanabilen bir oyundur. Bu oyun oyuncuların çeviklik, karar verme ve dikkati düzeyini geliştirmeyi amaçlar. Oyunun oynanma şekli: Çocuklar “ilkbahar” “yaz” “sonbahar” ve “kış” mevsim isimleri ile eşit olarak dört gruba ayrılırlar. Her grup onlar için belirlenen bir köşede yer alırlar. Her grubun kendi arasından seçtiği birer çocuk orta noktaya gider. Orta da olanların görevi grupların ve değişim anında kendi grubundaki çocukların dışındakileri vurmak ve onları gruplarına dahil etmektir. Oynatan kişi “ilkbahar-kış” derse iki grup oyuncuları kendilerine ait köşeye vurulmadan gitmek üzere koşarlar. Köşe değiştirme anında vurulan oyuncular takımına eksi sayı kazandırır. En az eksi sayı alan gruplar sırasıyla 1.,2.,3. ve 4. olur. Vurulmuş olan oyuncular veya çocuklar vuran oyuncu veya çocuğun ait olduğu gruba geçer. En fazla çocuk olan takım oyunu kazanır (<http://www.gelenekselcocukoyunlari.com>).

On Pas Oyunu: 10-12 yaş ve üzeri çocuklar için uygun olan on pas oyunu bahçede ya da solanda oynanabilen bir oyundur. Bu oyunda çocukların çeviklik, karar verme ve dikkat düzeyini geliştirmek amaçlanır. Oynanma şekli: Kalabalık bir şekilde oynanan oyunda çocuklar eşit sayılarda ikiye ayrılırlar. Onların amacı topu karşı takım oyuncularına kaptırmadan kendi takımları içerisinde 10 defa pas yapmaktır. On pası yapabilen takıma bir yıldız verilir. Takımlar paslaşırken herhangi bir şekilde topu yere düşürdüklerinde top rakip takıma geçer. Yine rakip takım oyuncuları topu kaptıklarında onlara geçer.

Paslaşma sırası topu kapam takımındadır ve diğer takım paslaşmalarına engel olmaya çalışır. Oyun bu şekilde devam eder. En fazla puan toplayan takım oyunu kazanır (<http://www.gelenekselcocukoyunlari.com>).

Kör Bekçi Oyunu: 10-12 yaş ve üzeri çocuklar için uygun bir oyun olan kör bekçi oyunu okul bahçesinde ve spor salonunda oynanabilen bir oyundur. Oyuncu sayısı 6-7 kişiden oluşan oyunda kullanılan malzemeler; sandalye, ip veya mendildir. Oyunun süresi 3-4 dakika olan oyunun amacı ve eğitici değeri çocukların dikkat düzeyini geliştirmek için oynanan bir oyundur. Oynanma şekli: Yarışmacılardan birisi sandalyeye oturur ve ayakları bağlanır. Bunun yanına gözleri bağlı bir bekçi konur. Öteki oyuncular bekçiye yakalanmadan arkadaşlarını çözmeye çalışırlar. Bekçiye vurulan oyuncu oyun dışı kalır. Belli bir süre sonra bekçi bağlı

olanı koruyabilmişse oyunu kazanır. (<http://www.gelenekselcocukoyunlari.com>).

3.3.4. Verilerin Analizi

Verilerin analizinde SPSS 24.00 paket programı kullanılmıştır. Ön test ve son testler arasındaki farkı belirlemede paired t testi kullanılmıştır. Dikkat ve fiziksel aktivite düzeylerinin kategorilendirilmesi yüzde ve frekans analizi ile belirlenmiştir. Çalışmada anlamlılık düzeyi $p < 0,05$ olarak kabul edilmiştir.



BÖLÜM IV

4. BULGULAR

Tablo 1. Deney ve Kontrol Grubunun Yaşlara Göre Cinsiyet Dağılımı

Grup	Yaş	Kız		Erkek		Toplam	
		N	%	N	%	N	%
Deney Grubu	10	15	13,51	10	9,17	25	11,36
	11	36	32,43	44	40,37	80	36,36
	12	47	42,34	41	37,61	88	40,00
	13	13	11,71	14	12,84	27	12,27
			111	100,00	109	100,00	220
Kontrol Grubu	10	20	20,41	31	25,62	51	23,29
	11	29	29,59	32	26,45	61	27,85
	12	23	23,47	26	21,49	49	22,37
	13	26	26,53	32	26,45	58	26,48
			98	100,00	121	100,00	219

Tablo 2. Deney ve Kontrol Grubunun D2 Dikkat Testi Tanımlayıcı İstatistikleri

		Deney Grubu				Kontrol Grubu			
		Kız		Erkek		Kız		Erkek	
		\bar{x}	SS	\bar{x}	SS	\bar{x}	SS	\bar{x}	SS
Ön Test	TN	428,29	94,95	417,75	96,92	434,55	103,42	395,51	105,14
	E1	56,86	50,13	48,64	47,74	63,51	52,77	46,12	45,37
	E2	23,29	31,62	29,45	34,98	22,26	21,09	29,86	28,29
	CP	97,52	46,58	95,98	48,83	98,19	47,84	90,13	50,78
	TNE yüzdeleri	72,70	26,39	71,44	28,87	69,73	29,43	64,75	30,66
Son Test	TN	426,16	81,00	417,18	84,90	434,12	94,03	393,93	99,23
	E1	32,82	29,87	29,93	29,24	55,72	46,51	39,27	40,01
	E2	16,08	15,50	20,99	20,82	20,52	17,10	25,44	22,35
	CP	126,79	32,80	122,29	36,46	104,92	45,53	99,41	47,95
	TNE yüzdeleri	80,81	23,55	79,88	23,85	73,18	27,31	68,51	29,56

Tablo 3. Cinsiyetlere Göre TNE Düzeylerinin Kategorilendirilmesi Yüzdelerle Dağılımları

		Deney Grubu				Kontrol Grubu			
		Kız		Erkek		Kız		Erkek	
		N	%	N	%	N	%	N	%
Ön Test	Kötü(%50-60)	29	26,13	26	23,85	31	31,63	43	35,54
	Vasat (%61-70)	11	9,91	22	20,18	12	12,24	21	17,36
	Normal (%71-85)	24	21,62	13	11,93	10	10,20	16	13,22
	İyi (%86 ve Üzeri)	47	42,34	48	44,04	45	45,92	41	33,88
		111	100,00	109	100,00	98	100,00	121	100,00
Son Test	Kötü(%50-60)	19	17,12	16	14,68	27	27,55	40	33,06
	Vasat (%61-70)	4	3,60	3	2,75	7	7,14	8	6,61
	Normal (%71-85)	22	19,82	31	28,44	19	19,39	28	23,14
	İyi(%86 ve Üzeri)	66	59,46	59	54,13	45	45,92	45	37,19
		111	100,00	109	100,00	98	100,00	121	100,00

Tablo 3 incelendiğinde deney grubunda iyi kategorisinde olanlar ön testte kızlarda % 42,34 iken son testte %59,46'ya çıkmıştır. Erkeklerde ise ön testte %44,04 iken bu oran %54,13'e çıkmıştır. Kontrol grubunda ise iyi kategorisinde olanlar kızlarda ön testte %45,92 ve son testte %45,92 iken erkeklerde ön testte %33,88 iken son testte %37,19'dur. Deney grubunda kızlarda ön testte kötü ve vasat olanlar toplamda %36,04 oranında iken erkeklerde %44,03 bulunmuştur. Bu gruplardakilerin dikkat testi norm değerlerine göre eğitime ihtiyacı vardır. Deney grubunun son test değerlerine bakıldığında bu oran kızlarda %20,72 ve erkeklerde %17,43 oranına düşmüştür.

Tablo 4. Deney ve Kontrol Grubunun Cinsiyetlere Göre Fiziksel Aktivite Düzeylerinin (FAD) Yüzdelerle Dağılımları

	FAD*	Kız		Erkek		Toplam	
		N	%	N	%	N	%
Deney Grubu	Düşük FAD	8	7,21	2	1,83	10	4,55
	Orta FAD	93	83,78	88	80,73	181	82,27
	Yüksek FAD	10	9,01	19	17,43	29	13,18
		111	100,00	109	100,00	220	100,00
Kontrol Grubu	Düşük FAD	13	13,27	8	6,61	21	9,59
	Orta FAD	79	80,61	103	85,12	182	83,11
	Yüksek FAD	6	6,12	10	8,26	16	7,31
		98	100,00	121	100,00	219	100,00

*Fiziksel Aktivite Düzeyi

Tablo 4 incelendiğinde hem deney grubundaki hem de kontrol grubundaki çocukların çoğunluğunun fiziksel aktivite düzeyleri orta seviyededir.

Tablo 5. Cinsiyetlere Göre Deney ve Kontrol Grubunun Fiziksel Aktivite Düzeyleri ile TNE Düzeylerinin Yüzdelerle Dağılımları

		TNE Düzey	FAD (Fiziksel Aktivite Düzeyi)						
			Düşük FAD		Orta FAD		Yüksek FAD		
			N	%	N	%	N	%	
Kız	Deney Grubu	Ön Test	Kötü (%50-60)	1	3,40	27	93,10	1	3,40
		Vasat (%61-70)	0	0,00	9	81,80	2	18,20	
		Normal (%71-85)	4	16,70	18	75,00	2	8,30	
		İyi (%86 ve Üzeri)	3	6,40	39	83,00	5	10,60	
	Deney Grubu	Son Test	Kötü(%50-60)	1	5,30	17	89,50	1	5,30
		Vasat (%61-70)	0	0,00	4	100,00	0	0,00	
		Normal (%71-85)	1	4,50	20	90,90	1	4,50	
		İyi (%86 ve Üzeri)	6	9,10	52	78,80	8	12,10	
	Kontrol Grubu	Ön Test	Kötü(%50-60)	6	19,40	23	74,20	2	6,50
		Vasat (%61-70)	1	8,30	9	75,00	2	16,70	
		Normal (%71-85)	2	20,00	8	80,00	0	0,00	
		İyi(%86 ve Üzeri)	4	8,90	39	86,70	2	4,40	
Kontrol Grubu	Son Test	Kötü(%50-60)	4	14,80	22	81,50	1	3,70	
	Vasat (%61-70)	2	28,60	4	57,10	1	14,30		
	Normal (%71-85)	3	15,80	13	68,40	3	15,80		
	İyi(%86 ve Üzeri)	4	8,90	40	88,90	1	2,20		
Erkek	Deney Grubu	Ön Test	Kötü(%50-60)	0	0,00	24	92,30	2	7,70
		Vasat (%61-70)	0	0,00	16	72,70	6	27,30	
		Normal (%71-85)	1	7,70	11	84,60	1	7,70	
		İyi(%86 ve Üzeri)	1	2,10	37	77,10	10	20,80	
	Deney Grubu	Son Test	Kötü(%50-60)	0	0,00	15	93,80	1	6,30
		Vasat (%61-70)	0	0,00	3	100,00	0	0,00	
		Normal (%71-85)	0	0,00	24	77,40	7	22,60	
		İyi(%86 ve Üzeri)	2	3,40	46	78,00	11	18,60	
	Kontrol Grubu	Ön Test	Kötü(%50-60)	2	4,70	41	95,30	0	0,00
		Vasat (%61-70)	3	14,30	13	61,90	5	23,80	
		Normal (%71-85)	1	6,30	14	87,50	1	6,30	
		İyi(%86 ve Üzeri)	2	4,90	35	85,40	4	9,80	
Kontrol Grubu	Son Test	Kötü(%50-60)	3	7,50	37	92,50	0	0,00	
	Vasat (%61-70)	1	12,50	7	87,50	0	0,00		
	Normal (%71-85)	2	7,10	19	67,90	7	25,00		
	İyi(%86 ve Üzeri)	2	4,40	40	88,90	3	6,70		

Tablo 5’de fiziksel aktivite düzeyine göre deney grubunda son testte ise bu dağılım performans puanı iyi olanlar lehine artmıştır.

Tablo 6. Kızların Gruplara Göre D2 Dikkat Testi Puanlarının Ön Test ve Son Test Sonuçları Karşılaştırılması

		Grup	N	\bar{x}	SS	Sd	T	p	
Kız	Ön Test	TN	Deney Grubu	111	428,29	94,95	207,00	-0,46	0,65
		Kontrol Grubu	98	434,55	103,42				
	E1	Deney Grubu	111	56,86	50,13	207,00	-0,93	0,35	
		Kontrol Grubu	98	63,51	52,77				
	E2	Deney Grubu	111	23,29	31,62	207,00	0,27	0,78	
		Kontrol Grubu	98	22,26	21,09				
	CP	Deney Grubu	111	97,52	46,58	207,00	-0,10	0,92	
		Kontrol Grubu	98	98,19	47,84				
	TNE Yüzdellik	Deney Grubu	111	72,70	26,39	207,00	0,77	0,44	
		Kontrol Grubu	98	69,73	29,43				
	Son Test	TN	Deney Grubu	111	426,16	81,00	207,00	-0,66	0,51
			Kontrol Grubu	98	434,12	94,03			
		E1	Deney Grubu	111	32,82	29,87	161,61	-4,17	0,00
			Kontrol Grubu	98	55,72	46,51			
E2		Deney Grubu	111	16,08	15,50	207,00	-1,97	0,05	
		Kontrol Grubu	98	20,52	17,10				
CP		Deney Grubu	111	126,79	32,80	174,04	3,94	0,00	
		Kontrol Grubu	98	104,92	45,53				
TNE Yüzdellik		Deney Grubu	111	80,81	23,55	192,87	2,15	0,03	
		Kontrol Grubu	98	73,18	27,31				

Tablo 6’ya göre kızlarda kontrol ve deney grupları arasında dikkat testi ön psikomotor hız, konsantrasyon performansı ve TNE Yüzdellik puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$). Buna karşılık kızlarda kontrol ve deney grupları arasında dikkat testi son testinde psikomotor hızda anlamlı bir farklılık yokken ($p>0,05$), konsantrasyon performansı ve TNE yüzdellik puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p<0,05$ ve $p<0,001$).

Tablo 7. Erkeklerin Gruplara Göre D2 Dikkat Testi Puanlarının Ön Test ve Son Test Sonuçları Karşılaştırılması

		Grup	N	\bar{x}	SS	Sd	T	p	
Erkek	Ön Test	TN	Deney Grubu	109	417,75	96,92	228,00	1,66	0,10
		Kontrol Grubu	121	395,51	105,14				
	E1	Deney Grubu	109	48,64	47,74	228,00	0,41	0,68	
		Kontrol Grubu	121	46,12	45,37				
	E2	Deney Grubu	109	29,45	34,98	228,00	-0,10	0,92	
		Kontrol Grubu	121	29,86	28,29				
	CP	Deney Grubu	109	95,98	48,83	228,00	0,89	0,38	
		Kontrol Grubu	121	90,13	50,78				
	TNE Yüzdellik	Deney Grubu	109	71,44	28,87	228,00	1,70	0,09	
		Kontrol Grubu	121	64,75	30,66				
	Son Test	TN	Deney Grubu	109	417,18	84,90	228,00	1,90	0,06
			Kontrol Grubu	121	393,93	99,23			
		E1	Deney Grubu	109	29,93	29,24	218,96	-2,04	0,04
			Kontrol Grubu	121	39,27	40,01			
E2		Deney Grubu	109	20,99	20,82	228,00	-1,56	0,12	
		Kontrol Grubu	121	25,44	22,35				
CP		Deney Grubu	109	122,29	36,46	221,91	4,10	0,00	
		Kontrol Grubu	121	99,41	47,95				
TNE Yüzdellik		Deney Grubu	109	79,88	23,85	225,34	3,23	0,00	
		Kontrol Grubu	121	68,51	29,56				

Tablo 7'ye göre erkeklerde kontrol ve deney grupları arasında dikkat testi ön testinde psikomotor hız, konsantrasyon performansı ve TNE Yüzdellik puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$). Buna karşılık erkeklerde kontrol ve deney grupları arasında dikkat testi son testinde psikomotor hızda anlamlı bir farklılık yokken ($p>0,05$), konsantrasyon performansı, öğrenme güçlüğü ve TNE Yüzdellik puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p<0,001$).

Tablo 8. Deney Grubunun Cinsiyete göre D2 Dikkat Testi Puanlarının Ön ve Son Test Sonuçları Karşılaştırılması

			Test aşama	\bar{x}	N	SS	Sd	T	p			
Deney Grubu	Kız	TN	Ön Test	428,29	111	94,95						
			Son Test	426,16	111	81,00	110,00	0,61	0,54			
		E1	Ön Test	56,86	111	50,13						
			Son Test	32,82	111	29,87	110,00	11,13	0,00			
		E2	Ön Test	23,29	111	31,62						
			Son Test	16,08	111	15,50	110,00	4,26	0,00			
		CP	Ön Test	97,52	111	46,58						
			Son Test	126,79	111	32,80	110,00	-12,98	0,00			
		TNE Yüzdellik	Ön Test	72,70	111	26,39						
			Son Test	80,81	111	23,55	110,00	-5,00	0,00			
		Deney Grubu	Erkek	TN	Ön Test	417,75	109	96,92				
					Son Test	417,18	109	84,90	108,00	0,16	0,87	
				E1	Ön Test	48,64	109	47,74				
					Son Test	29,93	109	29,24	108,00	9,58	0,00	
E2	Ön Test			29,45	109	34,98						
	Son Test			20,99	109	20,82	108,00	5,60	0,00			
CP	Ön Test			95,98	109	48,83						
	Son Test			122,29	109	36,46	108,00	-12,94	0,00			
TNE Yüzdellik	Ön Test			71,44	109	28,87						
	Son Test			79,88	109	23,85	108,00	-5,72	0,00			

Tablo 8’de görüldüğü üzere deney grubunda kızlarda psikomotor hız ön testte 428,29 ve son testte 426,16 puandır. Konsantrasyon performansı ise ön testte 97,52 ve son testte 126,79 puandır. Yine deney grubunda erkeklerde psikomotor hız ön testte 417,75 ve son testte 417,18 puandır. Konsantrasyon performansı ise ön testte 95,98 ve son testte 122,29 puandır. Deney grubunda hem kızlarda hem de erkeklerde dikkat testi ön ve son testinde psikomotor hızda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmazken ($p>0,05$), seçici dikkat veya işaretlenmemiş olma (E1), öğrenme güçlüğü veya yanlış işaretleme (E2), konsantrasyon performansı (CP) ve TNE

Yüzelik puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p<0,001$).

Tablo 9. Kontrol Grubunun Cinsiyete göre D2 Dikkat Testi Puanlarının Ön Test ve Son Test t-Testi Sonuçları karşılaştırılması

		Test aşama	\bar{x}	N	SS	Sd	T	p		
Kontrol Grubu	Kız	TN	Ön Test	434,55	98	103,42	97,00	0,15	0,88	
		TN	Son Test	434,12	98	94,03				
	E1	Ön Test	63,51	98	52,77	97,00	8,10	0,00		
		Son Test	55,72	98	46,51					
	E2	Ön Test	22,26	98	21,09	97,00	3,09	0,00		
		Son Test	20,52	98	17,10					
	CP	Ön Test	98,19	98	47,84	97,00	-5,46	0,00		
		Son Test	104,92	98	45,53					
	TNE	Ön Test	69,73	98	29,43	97,00	-3,43	0,00		
		Yüzelik	Son Test	73,18	98				27,31	
	Erkek	Kız	TN	Ön Test	395,51	121	105,14	120,00	0,60	0,55
			TN	Son Test	393,93	121	99,23			
		E1	Ön Test	46,12	121	45,37	120,00	8,76	0,00	
			Son Test	39,27	121	40,01				
E2		Ön Test	29,86	121	28,29	120,00	6,53	0,00		
		Son Test	25,44	121	22,35					
CP		Ön Test	90,13	121	50,78	120,00	-10,30	0,00		
		Son Test	99,41	121	47,95					
TNE		Ön Test	64,75	121	30,66	120,00	-3,24	0,00		
		Yüzelik	Son Test	68,51	121				29,56	

Tablo 9’da görüldüğü üzere kontrol grubunda kızlarda TN ön testte 434,55 ve son testte 434,12’dir. Konsantrasyon performansı ise ön testte 98,19 ve son testte 104,92’dir. Yine kontrol grubunda erkeklerde TN ön testte 395,51 ve son testte 393,93’dir. Konsantrasyon performansı ise ön testte 90,13 ve son testte 99,41’dir. Kontrol grubunda hem kızlarda hem de erkeklerde dikkat testi ön ve son testinde toplam madde de istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmazken ($p>0,05$),

seçici dikkat veya işaretlenmemiş (E1), öğrenme güçlüğü veya yanlış işaretlenmiş (E2), konsantrasyon performansı ve TNE Yüzdeler puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p<0,001$). İşaretlenmemiş olma ve yanlış işaretlenenlerin sayısı düşmüş, konsantrasyon performansı ve toplam performans yüzdesi artmıştır.

Tablo 10. Deney ve Kontrol grubunda ön teste göre son testte artma ve azalma yüzdeleri dağılımı

D2 test	Deney grubunda artma ve düşme % si	Kontrol grubunda artma ve düşme % si
TN	-0,5	-0,5
E1	-42,48	-12,27
Kızlar E2	-30,96	-7,82
CP	+30,01	+6,85
TNE %	+11,16	+4,95
TN	-0,14	-0,4
E1	-38,47	-14,86
Erkekler E2	-28,73	-15,47
CP	+27,41	+10,26
TNE %	+11,81	+5,8

Tablo 10’da görüldüğü üzere her iki cinsiyette de hem deney hem de kontrol gruplarında ön teste göre son testte TN, E1 ve E2 parametrelerinde düşme, buna karşılık CP ve TNE% değerlerinde artma vardır.

BÖLÜM V

5. TARTIŞMA ve SONUÇ

Oyunsal etkinliklerin 10-13 yaş grubu çocuklarda dikkat gelişimine etkisi adlı çalışmada deney ve kontrol grubunun 10-13 yaş aralığında kızlar ve erkekler olarak birbirine yakın sayıda tutulmuştur. Kız öğrencilerde Deney grubu 111 ve kontrol grubu 98 öğrenci iken erkek öğrenciler deney grubu 109 ve kontrol grubu 121 kişidir.

Son teste hem kontrol grubunda hem de deney grubunda E1, E2, CP ve TNE yüzdelerinde gelişim sağladığı belirlenmesine karşın, deney grubundaki gelişimin kontrol grubuna göre daha yüksek düzeyde olduğu belirlenmiştir. Diğer bir deyişle uygulanan eğitsel oyunların çocukların dikkat gelişimini arttırdığı söylenebilir (Tablo 8, 9, 10). Ayrıca çocukların dikkat düzeyinin sınıflandırılmasında (TNE düzey) son teste deney grubunda iyi kategorisindeki artışın yüksek olduğu, kötü grubunda ise azalmanın fazla olduğu belirlenmiştir (Tablo 3).

Gelişli ve Yazıcı (2016) bir çalışmada 5-6 yaş çocuklarına uygulanan, içerisinde fiziksel aktivitenin de olduğu eğitsel oyunun çocukları dikkat gelişimine olumlu katkılarının olduğunu belirtmişlerdir. Akandere ve diğerleri,(2010) yapılan çalışmada, 9-13 yaşındaki öğrencilere 8 hafta süreli yaptırılan eğitsel oyun uygulayan deney grubunun dikkat değerlerinin kontrol grubu dikkat değerlerine göre daha iyi olduğu belirlenmiştir. Gözalan (2013) çalışmasında oynasal içeriği fazla olan dikkat eğitim programının 5-6 yaşlarındaki çocukların dikkat ve dil becerileri kontrol grubu çocuklarına göre daha iyi bulmuştur. Dağdelen ve Kösterelioğlu (2015: 97-128) çalışmalarında ilkokullardaki oyun ve fiziki etkinlikler dersinin öğretmenlerin görüşlerine göre birçok açıdan öğrenciyi geliştirdiği belirtilmiştir. Akandere ve diğerleri,(2010) tarafından yapılan bir çalışmada eğitsel oyun programı uygulanan grubun dikkat değerlerinin program uygulamayan gruba göre dikkat değerlerini daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Uskan (2011) dikkat eksikliği bozukluğu olan 8-10 yaşındaki çocuklarda oyun teknikleriyle çocuklarda olumlu yönde değişiklik meydana geldiğini belirtmiştir. Yukarıdaki belirtilen çalışmalar yapılan çalışmanın sonucunu destekler nitelikte olup, oynasal etkinliklerin 10-13 yaş grubu çocuklarda dikkat düzeyini geliştirdiği söylenebilir.

Bu çalışmada fiziksel aktivite düzeyleri hem deney grubunda hem de kontrol grubunda düşük, orta ve yüksek olan öğrenciler mevcuttur. Öğrencilerin fiziksel aktivite düzeyleri deney ve kontrol grubunda kızlarda ve erkeklerde birbirine benzerdir (Tablo 4 ve 5). Bu çalışmada performans puanına göre fiziksel aktivite düzeyi kızlarda deney grubunda ön testte orta düzeyde fiziksel aktif olanlar her grupta birbirine yakın oranda dağılım göstermiştir. Son testte ise bu dağılım performans puanı iyi olanlar lehine artmıştır. Kontrol grubunda dikkate değer bir değişim yoktur. Erkeklerde de deney grubunda ön testte orta düzeyde fiziksel aktif olanlar her grupta birbirine yakın oranda dağılım göstermiştir. Son testte ise bu dağılım performans puanı iyi olanlar lehine artmıştır. Kontrol grubunda yine dikkate değer bir değişim yoktur. Diğer bir deyişle fiziksel aktivite düzeyi arttıkça çocukların dikkat dağınıklığı probleminin azaldığı söylenebilir.

İbiş ve Aktuğ (2018) çalışmalarında 10-14 yaşları arasında çocuklarda dikkat eksikliği kategorilendirilmesinde (TN-E düzeyi) spor yapan çocukların spor yapmayan çocuklara göre iyi sınıfta fazla, kötü sınıfta ise daha düşük sayıda olduğunu belirtmişlerdir. Bu çalışmada hem deney grubunda hem de kontrol grubunda dikkat dağınıklığı performans puanına (TN-E) göre kötü, vasat, normal ve iyi kategorisinde olan öğrenciler hem ön test ölçümlerinde hem de son test ölçümlerinde mevcuttur. Deney grubunda ön testteki duruma göre son testte hem kızlarda hem de erkeklerde kötü ve vasat olanlar yüzde olarak azalmış ve iyi kategorisinde olanlar artmıştır.

Göktepe ve diğerleri, (2016) tarafından kayak sporu yapan çocuklar ile spor yapmayan çocukların dikkat seviyelerinin incelendiği başka bir çalışmada kayak sporu yapan çocukların dikkat seviyelerinin daha iyi olduğu belirlenmiştir. Tunç ve diğerleri, (2014) 14-15 yaş arasındaki çocuklarda yaptığı çalışmada 8 haftalık golf sporu yapan çocukların dikkatlerinde ön teste göre son testte anlamlı şekilde artış meydana geldiğini belirtmiştir. Kartal ve diğerleri, (2016) tarafından yapılan bir çalışmada eskrim sporu yapan 10-12 yaş grubu çocukların, yapmayanlara göre dikkat düzeylerinin daha iyi olduğu bulunmuştur. Akcınlı (2005) 8 yaşındaki çocuklarda hareket eğitiminin dikkat ve hafıza gelişimi üzerinde olumlu etkisini belirlemiştir. İbiş ve Aktuğ (2018) fiziksel aktivitenin çocukların fiziksel gelişimine ilaveten dikkat düzeyinin geliştirilmesinde önemli katkılarının olduğunu söylemiştir. Yukarıdaki belirtilen çalışmalar yapılan çalışmanın sonucunu destekler nitelikte olup, fiziksel aktivite düzeyinin artması 10-13 yaş grubu çocuklarda dikkat düzeyini geliştirdiği

söylenbilir. Pişkin (2015) çalışmasında dikkat toplama eğitim programının ilköğretim ikinci sınıf öğrencilerinde dikkat toplama becerilerinin gelişimine olumlu etkisi olduğunu belirlemiştir. E1 (İşaretlenmeden atlanan figür sayısı veya seçici dikkat seviyesi türü hataların fazlalığı) seçici dikkat düzeyindeki düşüklüğü ve ortaya konulan performansın kalitesinin yetersizliğini ifade eder (Brickenkamp ve Zillmer, 1998). Buna göre çalışmada Deney grubunda ön testteki değer son testte çok fazla düşmesi seçici dikkat düzeyinde artış ve ortaya konulan performansta iyileşme olduğu şeklinde değerlendirilebilir. E2 (yanlış işaretlenmiş figür sayısı veya öğrenme güçlüğü) tür hataların fazlalığı özel öğrenme güçlüğü ve zihinsel gecikme, dikkatsizlik, yönergeye uyumda zorlanmayı, görsel ayırtırmadaki problemleri ifade eder (Brickenkamp ve Zillmer, 1998). Buna göre çalışmada deney grubunda özel öğrenme güçlüğünde, dikkatsizlikte, zorlanmada ve ayırtırmadaki problemleri çözmede olumlu gelişme olduğu söylenbilir.

Asan (2011) çalışmasında 9-13 yaş grubu çocuklarda masa tenisi egzersizlerinin dikkat özelliklerine olumlu yönde etki ettiğini gözlemiştir. Çalışmasında iki grup arasında son test bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğunu belirtmiştir. Orhan ve diğerleri, (2018) bir çalışmada çocukların dijital oyun bağımlılıklarının azalmasının dikkat düzeylerini olumlu yönde etkileyeceğini belirlemiştir. Karaduman (2004) çalışmasında kontrol grubundaki öğrencilere göre dikkat toplama ve güdüleyici eğitim uygulamalarının, öğrencilerin dikkatlerini toplama düzeylerine, akademik benlik algısı üzerine ve okul başarısı önemli farklılığa sebep olduğunu bulmuştur. Bu çalışmada hem kızlarda hem de erkeklerde kontrol ve deney grupları arasında psikomotor hız, konsantrasyon performansı ve TNE Yüzdeler puanları arasında ön testte farklılık bulunmaz iken son testte psikomotor hızda anlamlı bir farklılık yokken, konsantrasyon performansı ve TNE Yüzdeler puanları arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur (Tablo 6 ve 7). Konsantrasyon performansında artma ve hata oranlarında düşme çocukların dikkatinin düzelmesi ve gelişmesi üzerine olumlu bir etki olarak belirtilebilir. Son testte konsantrasyon performansı artmış ve öğrenme güçlüğü azalmıştır diyebiliriz. Yani öğrencilerin öğrenmede önlerindeki engelleri daha rahat aşabilecekleri kapasiteleri artmıştır. Dolayısı ile derslerinde veya sportif performanslarında daha başarılı olma şansları artmıştır.

Adsız (2010)'ın çalışmasında, ilköğretim öğrencilerinde spor yapanların spor yapmayan kişilere kıyasla %83 daha dikkatli olduğu belirtilmiştir. Merve (2018)

çalışmasında kız öğrencilerin test başarı puanlarını erkekler öğrencilere oranla daha düşük bulurken erkeklerin hata puanlarını kızlara oranla yüksek bulmuştur. Dikkat eksikliğinin genellikle okul çağı çocuklarının %4 ile %6'sını etkilediği bilinmektedir (Küçük ve diğerleri,2009: 18-24). Çocuklarda dikkat eğitimi üzerine yapılan bir araştırmanın sonucuna göre, dikkat eğitimi programına iştirak eden gruptaki öğrencilerin görme ve işitmeye ilgili dikkat gelişiminde bir iyileşme olduğu belirlenmiştir (Clikeman ve diğerleri,1999:581-590). Hareket eğitimi ile çocuklarda dikkatin ve belleğin iyileştirilmesi arasındaki ilişkinin araştırılmasında hareket içerikli eğitiminin dikkat ve belleğin gelişiminde olumlu bir etkiye sahip olduğu ileri sürülmüştür (Akcinli, 2005). Altun (2017) çalışmasında kontrol grubunda ön test ve son test arasında farklılık bulmazken Deney gruplarından dikkat ve görsel algı ön test ve son test puanları, son test puanları lehine anlamlı farklılık olduğunu bulmuştur. Yurdakul ve diğerleri, (2012:103-108) 8 yaşındaki çocuklarda hareket eğitiminin dikkat ve bellek gelişimine olumlu etkisi belirtilmiştir Yapılan test-tekrar test sonucunda D2 Dikkat testi puanları arasında yüksek düzeyde korelasyon bulunduğu tespit edilmiştir (Yaycı, 2013). Çünkü dikkat normal gelişimsel süreç ile doğru orantılıdır (Taş ve diğerleri, 2009: 3-8). Küçük ve diğerleri, (2009) çalışmalarında ilerleyen yaşla birlikte dikkat düzeylerinin arttığını bulmuşlardır. Özbar ve Kayapınar (2006) çalışmalarında 6 ay boyunca hareket eğitimi uyguladıkları okul öncesi çocuklarda son testlerde hata sayılarının indirilmesinde anlamlı farklılık bulmuşlardır. Bu çalışmada ön teste göre öğrencilerde son testte artma ve düşme yüzdelerine bakıldığında farklılık mevcuttur. Kontrol grubunda artma ve düşme miktarları deney grubuna göre daha düşüktür. Örneğin işaretlenmeden atlanılan figür sayısı deney grubunda kızlarda ön teste göre son testte %42,48 düşerken kontrol grubunda %12,27 düşmüştür. Yine erkeklerde E1 değeri ön teste göre son testte deney grubunda %28,736 düşmüş iken kontrol grubunda %15,47 düşmüştür. Konsantrasyon performansı ise deney grubunda kızlarda %30 artmış iken kontrol grubunda %6,85 artmıştır. Yine erkeklerde konsantrasyon performansı deney grubunda %27,41 artmış iken kontrol grubunda %10,26 artmıştır. Kontrol grubundaki artış testi tekrar etmeden veya zamanla büyümeye bağlı gelişimden kaynaklanabilir. Deney grubunda bu etkenlere ilave oynanan oyunların etkisi olduğu düşünülmektedir.

SONUÇLAR

Oyunsal etkinliklerin 10-13 yaş grubu çocuklarda hem deney hem de kontrol grubunda psiko-motor hız puanlarında dikkate değer bir değişim sağlamamıştır.

Oyunsal etkinliklerin 10-13 yaş grubu çocuklarda konsantrasyon performansı ve dikkat dağınıklığı problemi yüzdelik puanları arasında anlamlı bir farklılık meydana getirdiği görülmüştür.

Eğitilebilir dikkat dağınıklığı problemi deney grubunda hem kızlarda hem de erkeklerde azalmıştır. Yaptırılan oyunlar dikkat dağınıklığı problemini azaltmıştır.

Bu çalışmada dikkat dağınıklığı performans puanına göre deney grubunda ön testteki duruma göre son testte hem kızlarda hem de erkeklerde kötü ve vasat olanlar yüzde olarak azalmış ve iyi kategorisinde olanlar artmıştır.

Öğrencilerin fiziksel aktivite düzeyleri deney ve kontrol grubunda kızlarda ve erkeklerde birbirine benzerdir.

Bu çalışmada performans puanına göre fiziksel aktivite düzeyi performans puanı iyi olanlar lehine artmıştır.

Deney grubunda seçici dikkat düzeyinde artış ve ortaya konulan performansta iyileşme kontrol grubuna göre daha iyi olduğu bulunmuştur.

Konsantrasyon performansında artma ve hata oranlarında düşme çocukların dikkatinin düzelmesi ve gelişmesi üzerine olumlu bir etki olarak kabul edilmiştir.

Bu çalışmada ön teste göre öğrencilerde son testte artma ve düşme yüzdelilerindeki değişim farklıdır. Kontrol grubunda artma ve düşme miktarları deney grubuna göre daha düşüktür.

İşaretlenmeden atlanan harf ve yanlış işaretlenen harflerin sayısının düşmesi de öğrencilerin başarılı olma özelliklerinin artışı olarak yorumlanabilir.

ÖNERİLER

Oyunsal etkinliklere çocukların dikkatini geliştirmede daha fazla yer verilmelidir.

Çocukların dikkat düzeylerinin iyileştirilmesi için bedensel olarak daha aktif olmaları sağlanmalıdır.

Oyunsal etkinliklere çocukların dikkatini geliştirmedeki etkisi değişik yaş kategorilerinde araştırılmalıdır.

Çocukların dikkat düzeyleri test edilmesinde onların görsel veya işitsel zeka düzeyleri de dikkate alınmalıdır.

Çocukların zaman zaman dikkat düzeyleri test edilmelidir. Olumsuz durum görülenler daha fazla oyunsal etkinliklere yönlendirilmelidir.

Dikkat gelişimi amacı ile oynatılan oyunların hep aynı oyunlar değil oynanan oyunların değiştirilmesi önerilir.

Öğretmenlerin çocukların dikkat gelişimini arttırmak için ders programının içeriklerine daha fazla dikkat geliştirici eğitsel oyunlar ilave edilmesi önerilir.

BÖLÜM VI

6. KAYNAKÇA

- Abernethy, B. (1993). Attention. In R.N. Singer, M. Murphey, L.K. Tennant (Eds.), *Handbook of Research on Sport Psychology*, New York: Macmillan Publishing Company, pp 127-170.
- Abernethy, B., Summers, JJ., Ford, S. (1998). Issues in the measurement of attention. In: J. L. Duda (Ed.) *Advances in Sport and Exercise Psychology*. Measurement, Morgantown: Fitness Information Technology.
- Adsız, E. (2010). *İlköğretim çağındaki öğrencilerde düzenli yapılan sporun dikkat üzerine etkisinin araştırılması*. Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Akandere, M., Baştuğ, G., Asan, R., Baştuğ, K. (2010). Çocuklarda eğitsel oyunun dikkat üzerine etkisi, International scientific conference “*Perspectives in Physical Education and Sport*”, 21-23 May, Constanta, Romania.
- Akcınlı, N. (2005). *Sekiz yaş grubu çocuklarda hareket eğitimi ile dikkat ve hafıza gelişiminin ilişkisi*, Celal Bayar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Öğretimi Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, Manisa.
- Altunay, D. (2004). *Oyunla desteklenmiş matematik öğretiminin öğrenci erişimine kalıcılığa etkisi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Altun, M. (2017). *Fiziksel etkinlik kartları ile zeka oyunlarının ilkökul öğrencilerinin dikkat ve görsel algı düzeylerine etkisi*, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi.
- Altun, M., Hazar, M., Hazar, Z. (2016). Investigation of the effects of brain teasers on attention spans of pre-school children, *International Journal of Environmental & Science Education*, 11(15), 8112-8119.
- Anderson, T., Armbruster, B. (1988). Studying. In D. Pearson (Eds.), *Handbook of reading research*, New York: Longman.
- Anderson, V., Levin, HS., Jacobs, R. (2002). Executive Functions after Frontal Lobe Injury: A Developmental Perspective. In: Principles of Frontal Lobe Function, *Oxford University Press*, p.504- 527.

- Anderson, WL. (1989: "Attention, Taste and Time" The Effective Teacher: Study Guides and Readings, Edited by L.W. Anderson, New York: McGraw-Hill Book Company, p.280.
- Arends, RI. (1997). Classroom Instruction and Management. The McGraw-Hill Companies.
- Arı, R., Üre, Ö., Yılmaz, H. (1999). *Gelişim ve Öğrenme Psikolojisi, Eğitimin Psikolojik Temelleri*, 2. Baskı, Konya: Mikro yarınları, s. 169.
- Asan, R. (2011). *Sekiz haftalık masa tenisi egzersizinin 9-13 yaş arası çocuklarda dikkat üzerine etkisi*, Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, Konya
- Atan, T., İmamoğlu R., İmamoğlu O. (2018). Parents' Attitudes Towards Attending Physical Education Lessons of Children, *The Journal of International Social Research*, Volume: 11 Issue: 60, pp: 699-705
- Aydın, A. (1999). *Gelişim ve Öğrenme Psikolojisi*, Ankara: Anı Yayıncılık.
- Bacanlı, H. (2001). *Gelişim ve Öğrenme*, 4. Baskı, Ankara: Nobel Yayın Dağıtım, s. 47-48.
- Banich, MT. (1997). Attention. In: Neuropsychology The Neural Bases of Mental Function, Boston: *Houghton Mifflin Company*, p. 234-273
- Başaran, M. (1982). *Oyunlarla Spora Hazırlık*, İstanbul.
- Bear, MF, Connors, BW, Paradiso, MA. (1996). Language and Attention. In: *Neuroscience Exploring the Brain*, Williams and Wilkins, Baltimore: p.576-614.
- Bompa, T.O. (1998). *Antrenman Kuramı ve Yöntemi*, (Çev: İlknur Keskin- A.Burcu Tuner), Bağırhan Yayımevi. Ankara.
- Boutcher, SH. (1992). Attention and athletic performance: an integrated approach. In: Thelma S. Horn (Ed.), *Advances in Sport Psychology*, Champaign, IL: Human Kinetics Publishers, p. 251-263.
- Clikeman, MS., Nielsen, KH., Clinton, A., Sylvester, L., Parle, N., Connor, RT. (1999). An intervention approach for children with teacher and parent-identified attentional difficulties. *Journal of Learning Disabilities*, 32: 581 - 590.
- Corbetta, M. (1998). Frontoparietal cortical networks for directing attention and the eye to visual locations: identical, independent, or overlapping neural systems? *Proc Natl Acad Sci USA*, 95: p. 831.

- Craft, D.H. (1995) "Visual İmpairments and Hearing Losses." *Adabted Physical Education and Sport* (Ed: J.P.Winnick). Human Kinetics Books Champaigne, İllinois.
- Çağlar, E., Koruç, Z. (2006). D2 Dikkat Testinin Sporcularda Güvenirliği ve Geçerliği, *Spor Bilimleri Dergisi*, 17(2): 58-80.
- Çoban, B. ve Nacar, B. (2008). *İlköğretim 2. kademe eğitsel oyunlar*, Ankara, Nobel yayınları.
- Dağbaşı, G. (2007). *Oyun tekniği ve Arapça öğretiminde kullanımı*, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Dağdelen, O., Kösterelioğlu, İ. (2015). İlkokullardaki oyun ve fiziki etkinlikler dersinin öğretmen görüşlerine göre değerlendirilmesi. *Adıyaman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 8(19), 97-128.
- Derryberry, D., Reed. M. A. (1996). Regulatory processes and the development of cognitive representation. *Development and Psychopathology*, 8, 215 - 234
- Dewey, D., Brawley, L.R. & Allard, F. (1989). Do the TAIS attentional-style scales predict how visual information is processed? *J Sport Exercise Psy*, 11,171-186
docs.neu.edu.tr/staff/emine.../ders%20notu%20çocukta%20oyun%20gelişimi_1.doc.
- Ercan, E. S. (2012). *Dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu*. (8. Baskı). İstanbul
- Fettahoğlu, C., Özatalay, E. (2006). Çocuklarda hareketlilik ve/veya dikkatsizlik yakınmaları ve dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu tanısı, *Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı Dergisi* 13:13-18.
- Fırat, H. (2013). Çocuk Oyunları-Eğitim İlişkisi: Bezirgân Başı Örneği. *Turkish Studies - International Periodical For The Languages, Literature And History of Turkish or Turkish* , 8(13), 885-896.
- Freides, D. (2000). Attention and its Disorders. In: Developmental disorders: a neuro psychological approach, *Blackwell Publishers*, Oxford: p.160-92.
- Gallahue, LD. (1982). *Understanding Motor Development in Children*, Jhon wiley sons, New York.
- Georges, R. A. (2007). *Eğlence ve Oyunlar* (çev. D. F. Korkmaz). Millî Folklor Dergisi, 74, 129–136
- Göktepe, M., Akalın, TC. ve Göktepe, M.M. (2016). An analysis of attention levels of children involved in the sport of skiing. *International Journal of Science Culture and Sport*, 4:(3):722-731.

- Gözalın, E. (2013). *Oyun Temelli Dikkat Eğitim Programının 5-6 Yaş Çocuklarının Dikkat ve Dil Becerilerine Etkisinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Günay, Ş., Savran, C., Aksoy, UM. (2006). Erişkin dikkat eksikliği hiperaktivite ölçeğinin (Adult ADD/ADHD DSM IV- Based Diagnostic Screening and Rating Scale) dilsel eşdeğerlilik, geçerlik güvenilirlik ve norm çalışması. *Türkiye'de Psikiyatri*, 8:98–107.
- Hallowell, E. M., Ratey, J. J. (2013). *Dikkat eksikliği bozukluğu: Çocukluktan yetişkinliğe dikkat eksikliği bozukluğunu tanımak ve onunla başa çıkmak*. (İ. K. Yücel, Çev.), İstanbul.
- Hazar, M. (2006). *Beden Eğitimi ve Sporda Oyunla Eğitim*, Tutibay Yayınları, Ankara
- Hazar, Z. (2016). *Fiziksel hareketlilik içeren oyunların 11-14 yaş grubu ortaokul öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığına etkisi*. Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Hazar, Z. ve Hazar, M. (2016). Çocuklar için dijital oyun bağımlılığı ölçeği. *Journal of Human Sciences*, 14(1): 203-216.
- Heilman, KM. (1998). Attentional Asymmetries. In: Davidson RJ, Hugdahl K eds, Brain Asymmetry, Cambridge: *The MIT Press*, p. 217-234.
- <http://www.gelenekselcocukoyunlari.com/oyun.aspx?id=15&idkat=3>
- İbiş, S. ve Aktuğ Z.B. (2018). "Effects of sports on the attention level and academic success in children." *Educational Research and Reviews*, 13(3): 106-110.
- Karaduman, B.D. (2004). *Dikkat toplama eğitim programının ilköğretim 4. ve 5. sınıf öğrencilerinin dikkat toplama düzeyi, benlik algısı ve başarı düzeylerine etkisi*. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Doktora Tezi.
- Karakaya, Z. (2008). *Dil edinimi okulöncesi dil ve oyun eğitimi*. Yazı Yayıncılık, Samsun.
- Karadağ, E. ve Çalışkan, N. (2005). *Kuramdan uygulamaya ilköğretimde drama oyun ve işleniş örnekleriyle*, Ankara, Anı Yayıncılık.
- Kartal, R., Dereceli Ç., Kartal, A. (2016). Eskrim Sporu Yapan ve Yapmayan 10-12 Yaş Arası Çocukların Dikkat Düzeylerinin İncelenmesi, *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 3 (2), 82-88

- Kaymak, S. (2003). *Dikkat toplama eğitimi programının ilköğretim 2. ve 3. sınıf öğrencilerinin dikkat toplama becerilerinin geliştirilmesine etkisi*. Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Klaus, H. G. (2009). *Çocuklarda dikkat eksikliği*, Ekinoks, İstanbul
- Kolb, B., Winshaw, IQ. (1996). Attention, Imagery, and Consciosness. In: *Fundamentals of Human Neuropsychology*, New York: W.H. Freeman and Company, p. 465-489.
- Kornhuber, H. (1984). Attention readiness for action and the stages of voluntary decision, *Some electropysiological coraletes in man*, New York Spinger Verlag.
- Kumartaşlı, M., Baştuğ, G. (2010). *Examination of Attention Levels of Athletes Who Do Taekwondo, Karate and Muaythai*, Ovidius University Annals, *Series Physical Education and Sport/ Science Movement and Health*, 2: 521-524.
- Kurtuldu, M. K. (2012). Dikkat Stratejilerine Yönelik Uyarıcı İşaretlerin Piyano Eğitiminde Kullanılabilirliği, *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 31(2), 233-254.
- Küçük, A., Dolu N., Erdoğan, H. (2009). The Effect of Age, Sex and Socio-Economic Status Differences on Attention Levels in Primary School Students, *Journal of Health Sciences*, 18(1) 18-24.
- Lauster, U. (1999). *Konzentrationsspiele 1. Für die 1. und 2. klasse*. München: Lentz Verlag.
- Majorek, M., Tüchelmann, T. and Heusser, P. (2004). Therapeutic Eurythmy-movement therapy for children with attention deficit hyperactivity disorder (ADHD): a pilot study. *Complementary Therapies in Nursing and Midwifery* 10(1):46-53.
- Martens, R. (1987). **Coaches Guide to Sport Psychology**. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Massoro, D., Cowan, N. (1993). Information processing models: Microscopos of the mind. *Annual Review of Psychology*, 44, 383 – 395.
- megep.meb.gov.tr/mte_program_modul/moduller_pdf/Gelişim.pdf
- Meriçli, ÜG. (2010). Bipolar Affektif Bozuklukta Bilişsel İşlevler.
- Metan, H., Küçük, V. (2017). Comparison of 12-14 Year Old Individuals Who Do Sports Regularly and Those Who Do Not in Terms Of Their Multiple

- Intelligence, *The Journal of International Social Research*, Volume: 10 Issue: 49, pp:329-333.
- Milli Eğitim Bakanlığı. (2014). *Çocuk gelişimi ve eğitimi: Bilişsel gelişim*. Milli Eğitim Bakanlığı Yayınları Ankara.
- Milli Eğitim Bakanlığı Temel Eğitim Genel Müdürlüğü. (2012). *Oyun ve fiziki etkinlikler dersi öğretim programı 1-4 sınıflar*. Ankara: MEB.
- Nickhols, B. (1997). *Öğrenme ve Motor Öğrenme*, (Çev: Yeşim Bulca), Spor Ekin, C.1, S.1. 1: 1301-4390, Ankara
- Nideffer, R. M. (1993). Concentration and attention control training. In: J.M. Williams (Ed.), *Applied Sport Psychology Personal Growth to Peak Performance*, California: Mayfield Publishing Company, p. 243-261.
- Orhan, E.& Aktuğ, Z.B.& İbiş, S. (2018). *Çocuklarda fiziksel aktivite seviyesi dijital oyun bağımlılığı ve dikkat düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Tarih Okulları Dergisi (TOD), 11 sayı, 37 s. s, 447-469
- Ormanlıoğlu Uluğ, M. (2007). *Niçin Oyun ?*, Anfora Yayıncılık, İstanbul.
- Özcan, M. (2018). *İlkokul öğrencilerinin dikkat durumlarının incelenmesi*, Yakın Doğu Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Lefkoşa
- Özdoğan, B. (2004). *Çocuk ve oyun: Çocuğa oyunla yardım*. Ankara: Anı
- Özerkan, K.N. (2004). *Spor Psikolojisine Giriş Temel Kavramlar*, Nobel Yayın,Ankara; s.23.
- Özmen, K.S. (2011). *Dikkat toplama becerisini geliştirici etkinlikler*, Anı Yayıncılık, Ankara
- Öztürk, B. ve Kısaç, İ. (2010). *Bilgiyi İşleme Modeli*, Eğitim Psikolojisi Gelişim-Öğrenme-Öğretim 6. Baskı (Edt. Yeşilyaprak, B.). Ankara: Pegem Akademi.
- Öztürk, B. (1995). *Genel öğrenme stratejilerinin öğrenciler tarafından kullanılma durumları*, Yayınlanmamış Doktora Tezi, G.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Parasuraman, R. (2000). Issues and Prospects. In: Parasuraman R ed. *The Attentive Brain*, Cambridge: MA: **MIT Press**, p. 3-15
- Parasuraman, R., Warm, JS., See, JE. (2000). Brain Systems of Vigilans. In: Parasuraman R ed. *The Attentive Brain*, Cambridge: MA: **MIT Press**, p. 221-256
- Pişkin, A. (2015). *Dikkat toplama eğitim programının ilkokul 2. sınıf öğrencilerinin dikkat toplama becerilerinin gelişimine etkisi*, Yüksek Lisans Tezi, Erciyes Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Kayseri

- Polanczyk, G., De Lima, MS., Horta, BL., Biederman, J., Rohde, LA. (2007). The worldwide prevalence of ADHD: A systematic review and meta-regression analysis, *Am J Psychiatry*, 164:942–948.
- Polatoğlu, M. (2011). *En Etkili Dikkat Geliştirme ve Konsantrasyon Teknikleri* (1. baskı) Erbain Yayınları, İstanbul, 9-12
- Posner, MI., Rothbart, MK. (1998). Attention, self-regulation and consciousness. *Phil Trans R Soc Lond B*, 353: 1915-27.
- Ruff, H. A. and Rothbart, M. K. (2001). *Attention in Early Development: Themes And Variations* (First Issued As An Oxford University Press Paperback). Oxtord University Press, Newyork.
- Savaş, E. ve Gülüm, K. (2014). Geleneksel Oyunlarla Öğretim Yöntemi Uygulamasının Başarı ve Kalıcılık Üzerine Etkisi, *Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 16(1), 175-194.
- Sevim, S. (1995). *Antrenman Bilgisi*, Gazi-Büro Yayınları, Ankara.
- Seyrek, H., Sun, M. (1985). *Çocuk Oyunları Okul Öncesi Eğitimde Oyun Dersi El Kitabı*, Mey Müzik Eserleri Yayınları, s.5-55, İzmir
- Smith, A. (1986). *İnsan, Beyni ve Yaşamı*, çeviri: Nejat Ebcioğlu, İnkılap Kitabevi, İstanbul
- Singer, RN., Cauraugh, JH., Tennant, LK., Murphey, M., Chen, D., Lidor, R. (1991). Attention and distractors: Considerations for enhancing sport performances. *Int J Sport Psychol*, 22: 95-114
- Solso, R. L., MacLin, M. K., MacLin, O. H. (2014). *Bilişsel psikoloji*, (Çev: A. Ayçiçeği-Dinn,.), İstanbul Kitabevi.
- Soysal, ř.A., Yalçın, K., Can, H. (2008). Bilişsel psikoloji kapsamında yer alan dikkat teorileri. *New/Yeni Symposium Journal*, 46(1), 35-41.
- Taş, FV., Emiroğlu, N., Akay, A. (2009). Çocuk psikiyatrisi polikliniğinde dikkat eksikliği ve aşırı hareketlilik yakınması ile değerlendirilen hastaların psikososyal gelişim özellikleri, *New/Yeni Symposium Journal*, 47: 3-8.
- Tavacıoğlu, L. (1999). *Spor Psikolojisi Bilişsel Değerlendirmeler*, Bağırgan Yayınevi, Ankara, s.54-55.
- Tunç, A., Akandere M.,Baştuğ G. (2014). The analysis of the attention levels of individuals playing golf, *Turkish Journal of Sport and Exercise*, Volume: 16 - Issue: 1 - Pages: 104-115.

- Türk Dil Kurumu. (2016). *Dikkat nedir?*
http://www.tdk.gov.tr/index.php?option=com_bts&arama=kelime&guid=TDK.GT.S.5566b99244c529.02772633. Sayfasından erişilmiştir.
- Ulusoy, A. (2002). *Gelişim ve Öğrenme*, Anı Yayıncılık, Ankara
- Uskan, C. (2011). *Dikkat eksikliği bozukluğu olan 8-10 yaşındaki çocukların dikkat becerilerini geliştirmeye dayalı bir programın etkililiğinin sınanması*. Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Wagner, H. L. (1990). *The Spontaneous facial expressions of differential positive and negative emotions, Motivations and Emotions*, Vol: 14, No:1, 27-43.
- Wittrock, MC, Lumsdaine, AL. (1977). *Instructional psychology*. In: M. R. Rosenzweig & L.W. Porter (Eds.), Annual review of psychology (Vol.28). Palo Alto, Calif.: Annual Reviews
- Van, Z., A. H. and Brouwer, W.H. (1994). Clinical neuropsychology of attention. NY: *Oxford University Pres.*
- Yaycı, L. (2007). *İlköğretim dördüncü sınıf öğrencilerinde seçici ve yoğunlaştırılmış dikkat becerilerini geliştirmeye dayalı bir programın etkililiğinin sınanması*. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Yaycı, L. (2013). D2 Dikkat Testinin Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması, *Kalem Eğitim ve İnsan Bilimleri Dergisi*, 3 (1), 43-80
- Yurdakul, N. A., Çamlıyer, H., Çamlıyer, H., Karabulut N., Soytürk, M. (2012). Sekiz yaş grubu çocuklarda hareket eğitiminin dikkat ve hafıza gelişimine etkileri. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 14(1), 103-108.
- Zorba, E. (2001). *Fiziksel Uygunluk*, Gazi Kitapevi, Ankara

EKLER

EK- 1. Dikkat Testi

Adı Soyadı :

Sınıf : Meslek : Öğrenci

Tarih :

Cinsiyet : Erkek Kız

Doğum Tarihi:

Kullandığı el: Sağ el Sol el

Yaş: :

Uygulayan :

Örnek: d d d

Uygulama: d p d d d p d d p d d d d p p d d d p d d
 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22

	Ham Puan	Yüzdelik	Yüzde Oran
TN (Toplam Puan)			
E1 (Omissions)			
E2 (Commissions)			
E (Errors)			
TN-E (total errors)			
CP (concentration)			
FR (fluctuation)			



1	d d p d d p p d d d p d d d p p d d d d d d p d d d p d d p d d d p d d d p d d p d d d p d d d p d d p	<table border="1" style="width: 100%; height: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <thead> <tr> <th>TN</th> <th>E1</th> <th>E2</th> <th>CP</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> </tbody> </table>	TN	E1	E2	CP																																																				
TN	E1		E2	CP																																																						
2	p d p p d d d p d d p d d d p d d p d d d p d d d p d d p d d d p d d p d d d p d d p d d d p d d p d d d																																																									
3	d d d d p p d p d p p d d d p d p d d d p d p d d d p p d d d p d d p d d d p d d d d d d p d																																																									
4	d d p d d p p p d d d d p d d p d d d p d d d d d d p d p d d p p d d d p d d p d d d p d d p																																																									
5	p d p p d d d d p d d d p d d d d d p d d d d d p d d p d d d p d d d p d d d p d d p d d d																																																									
6	d d d d p p d p d p p d d p d p d d d p d p d d p p d d d d p d d p d d d p d d d d d d p d																																																									
7	d d p d d p p p d d d d p d d p d d d p d d d d d p d d d d d p d d d d d p d d p d d d p																																																									
8	p d p p d d d d p d d d p d d d p d d p d d d d d p d p d d p d d d p d d d p d d d p d d d																																																									
9	d d d p p d p d p p p d d p d p d d d p d d d p d p d d d p d d d p d d p d d d d d p d																																																									
10	d d p d d p p d p d p d d d d p d p d d d d d p d p d d p d d d d d p d d p d d d p																																																									
11	p d p p d d d d p d d d p d d d p d d d p d d d d d p d d d d d p d d p d d d p d d d																																																									
12	d d d p p d p d p p p d d p d p d d d d d p d p d d d p d d p d d d p d d d d d d p d																																																									
13	d d p d d p p d p d p d d d d p d d d d d p d p d d d d d p d p d d d p d d d p d d d p																																																									
14	p d p p d d d d p d d d p d d d p d d d p d d d d d p d p d d d d d p d d p d d d p d d d																																																									

EK-2. İlköğretim Öğrencileri İçin Fiziksel Aktivite Soru Formu (PAQ-C)

Adı ve soyadı:

Cinsiyet:

Yaş:

Sınıf:

Haftanın son yedi günü içerisinde yaptığınız bedensel faaliyet düzeyini belirlemek istiyoruz. Bu faaliyetler veya aktiviteler sizi terletecek kadar, bacaklarınızı yorabilen dans, spor ya da sık sık nefes almanızı sağlayan ip atlama, koşma, tırmanma ve yakalama gibi oyunlardır.

Bu bir sınav değildir. Hiçbir soru için doğru veya yanlış cevap şıkkı yoktur. Lütfen son 7 gün içerisinde bedensel olarak neler yaptığınızı düşünün ve tüm soruları cevaplayınız.

1. Son yedi gün içerisinde aşağıda belirtilen faaliyetlerden herhangi birini yaptınız mı? Cevap evet ise kaç defa yaptınız? Her aktiviteyi ayrı ayrı okuyarak ilgili sütunu işaretleyiniz?

	Hiç yapmadım	1-2 kere	3-4 kere	5-6 kere	7 kere ve üstü
Sek sek gibi sıçrama oyunları oynamak/İp atlama					
Paten yapmak					
Elim sende, yakan top gibi hareketli oyunlar oynamak					
Kovalamaca oyunları oynamak					
Egzersiz amaçlı yürüyüş yapmak					
Bisiklete binmek					
Koşmak					
Dans etmek					
Yüzme					
Futbol oynamak					
Halk oyunları oynamak					
Tenis, masa tenisi oynamak					
Kay kay yapmak					
Voleybol oynamak					
Basketbol oynamak					
Tekvando, karate, judo gibi sporlar yapmak					
Skuttra binmek					
Jimnastik yapmak					
Evcil hayvan ile oynamak ya da yürüyüş yapmak					
Zıp zıp (Trambolinde) sıçramak					
Diğer sporlar, oyunlar ya da aktiviteler					

2. Son bir hafta içinde **beden eğitimi dersine** katılma düzeyin nedir?

- Beden eğitimi dersimiz yapılmadı/katılmadım ()
Beden eğitimi dersine çok az katıldım ()
Beden eğitimi dersine bazen (ara sıra) biraz katıldım ()
Beden eğitimi dersinin büyük bir kısmına katıldım ()
Beden eğitimi dersinin tamamına katıldım ()

3. Son bir hafta içinde **tenefüslerde** en fazla yaptığın aktivite nedir?

- Oturdum, komuştum, kitap okudum, ev ödevimi yaptım. ()
Ayakta durdum, bahçede dolaşım ()
Çok az koştum, çok az oynadım ()
Oldukça fazla koştum, oldukça fazla oynadım ()
Çok koştum, tüm tenefüs boyunca aralıksız oynadım ()

4. Son bir hafta içinde **öğle yemeği saatinde** yemek yemenin yanı sıra ne yaptın?

- Oturdum, komuştum, kitap okudum, ev ödevimi yaptım. ()
Ayakta durdum, bahçede dolaşım ()
Çok az koştum, çok az oynadım ()
Oldukça fazla koştum, oldukça fazla oynadım ()
Çok koştum, tüm öğle saati boyunca aralıksız oynadım ()

5. Son bir haftada **okuldan çıktıktan sonra** fiziksel olarak aktif olduğun spor, dans ya da oyun gibi faaliyetleri kaç kere yaptın?

- Geçen hafta hiç yapmadım ()
Geçen hafta bir-iki kere yaptım ()
Geçen hafta üç kere yaptım ()
Geçen hafta dört kere yaptım ()
Geçen hafta beş kere yaptım ()

6. Son yedi günde (Geçen hafta) **akşam saatlerinde** spor, dans ya da oyun oynama gibi faaliyetleri kaç kere yaptın?

- Geçen hafta akşamları spor, dans ya da oyun gibi faaliyetleri **hiç yapmadım** ()
Geçen hafta akşamları spor, dans ya da oyun gibi faaliyetleri **bir kere yaptım** ()
Geçen hafta akşamları spor, dans ya da oyun gibi faaliyetleri **iki veya üç kere yaptım** ()
Geçen hafta akşamları spor, dans ya da oyun gibi faaliyetleri **dört veya beş kere yaptım** ()
Geçen hafta akşamları spor, dans ya da oyun gibi faaliyetleri **altı veya daha fazla yaptım** ()

7. Geçen hafta sonu spor, dans ya da oyun oynama gibi faaliyetleri kaç kere yaptın?
Geçen hafta sonu spor, dans ya da oyun gibi faaliyetleri hiç yapmadım()
Geçen hafta sonu dans ya da oyun gibi faaliyetleri bir iki kere yaptım()
Geçen hafta sonu dans ya da oyun gibi faaliyetleri üç veya dört kere yaptım()
Geçen hafta sonu dans ya da oyun gibi faaliyetleri beş veya altı kere yaptım()
Geçen hafta sonu dans ya da oyun gibi faaliyetleri yedi ve daha fazla yaptım()

8. Son yedi günde boş zamanlarında yaptığın fiziksel aktiviteler açısından hangi ifade seni en iyi açıklıyor?

- Son yedi günde boş zamanlarında fiziksel aktivite hiç yapmadım()
Son yedi günde boş zamanlarında fiziksel aktivite bir kere yaptım()
Son yedi günde boş zamanlarında fiziksel aktivite iki veya üç kere yaptım()
Son yedi günde boş zamanlarında fiziksel aktivite dört veya beş kere yaptım()
Son yedi günde boş zamanlarında fiziksel aktivite altı veya daha fazla yaptım()

9. Geçen hafta her gün spor, oyunlar, dans ve diğer fiziksel aktiviteleri ne sıklıkla yaptın? Haftanın yedi günü için işaretleyerek belirtin?

	Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen(ara- sıra)	Çoğunlukla	Her Zaman
Pazartesi					
Salı					
Çarşamba					
Perşembe					
Cuma					
Cumartesi					
Pazar					

10. Geçen hafta hiç hastalandın mı? Ya da fiziksel aktivite yapmanı engelleyen herhangi bir durum oldu mu?

- Evet()
Hayır()

Eğer yanıtın evet ise ağsarsız yapmanı engelleyen durum neydi?

Soru formunun orijinalinde çok net bir sınıflama yapılmamış.

5 puan = inaktif (sedanter)
15 puan = düşük düzeyde aktif
20-25 puan = orta derecede aktif
35 puan = aktif
45 puan = oldukça aktif olarak sınıflandırılabilir.

ÖZGEÇMİŞ

KİŞİSEL BİLGİLER

Adı Soyadı : Mesut RENK
Doğum Yeri ve Tarihi : Kahramanmaraş 1993
Medeni Hali : Evli
İletişim Bilgileri : 5437144650 GSM

EĞİTİM

2010 - 2014 Gaziantep Üniversitesi BESYO
2016 - 2019 Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi SBE

İŞ DENEYİMİ

2014---MEB

YABANCI DİL

YAYINLARI
