

T.C.
DUMLUPINAR ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

**MİLLİ EĞİTİM VE REHABİLİTASYON MERKEZLERİNDE GÖREV
YAPAN ÖĞRETMENLER İLE ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN
ZİHİNSEL ENGELLİ BİREYLERDE SPOR'UN ETKİLERİNE
YÖNELİK FARKINDALIK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ**

Funda POLATCANLI

Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı
YÜKSEK LİSANS TEZİ

Kütahya
2016

T.C.
DUMLUPINAR ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

**MİLLİ EĞİTİM VE REHABİLİTASYON MERKEZLERİNDE GÖREV
YAPAN ÖĞRETMENLER İLE ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN
ZİHİNSEL ENGELLİ BİREYLERDE SPOR'UN ETKİLERİNE
YÖNELİK FARKINDALIK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ**

Funda POLATCANLI

Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı
YÜKSEK LİSANS TEZİ

Danışmanı
Doç. Dr. Mehmet ACET

Kütahya 2016

ONAY SAYFASI

Dumlupınar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü'ne:

Funda POLATCANLI'nın hazırladığı “Milli Eğitim Ve Rehabilitasyon Merkezlerinde Görev Yapan Öğretmenler İle Üniversite Öğrencilerinin Zihinsel Engelli Bireylerde Spor'un Etkilerine Yönelik Farkındalık Düzeylerinin İncelenmesi” başlıklı Yüksek Lisans tez çalışması jürimiz tarafından Beden Eğitimi ve Spor Programında Yüksek lisans tezi olarak kabul edilmiştir.

(Tarih 06 / 06 / 2014)

		İmzalar
Jüri Başkanı:	Doç. Dr. Çetin ÖZDİLEK KTÜ BESYO Öğretim Üyesi
Danışman:	Doç. Dr. Mehmet ACET DPÜ BESYO Öğretim Üyesi
Üye:	Doç. Dr. Ekrem Levent İLHAN Gazi Üniversitesi BESYO Öğretim Üyesi

ONAY:

Bu tez Dumlupınar Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliği'nin ilgili maddeleri uyarınca yukarıdaki jüri üyeleri tarafından uygun görülmüş ve Enstitü Yönetim Kurulu kararı ile kabul edilmiştir.

Doç. Dr. Muhammet DÖNMEZ

Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürü

TEŞEKKÜR

Tez çalışmam süresince; bilgi, görüş ve deneyimlerinden yararlandığım, maddi ve manevi desteğini eksik etmeyen, yanımda varlığını daima hissettiren değerli hocam Doç. Dr. Mehmet ACET 'e,

Tez çalışmam süresince; geliştirmiş olduğu ölçeği kullanmamda bana yol gösteren, bilgi ve birikimlerini benimle paylaşan saygı değer hocam; Doç. Dr. Ekrem Levent İLHAN'a, Tez çalışmam süresince; destek olan, birikimlerini paylaşmak için sürekli yanımda olmaya çalışan, sabır gösteren, hiç sıkılmadan, yorulmadan her zaman sevgiyle yaklaşan sevgili; Arş. Grv. Oğuz Kaan ESENTÜRK'e, Tez çalışması sürecinde istatistik işlemlerim sırasındaki desteğinden ötürü Arş. Grv. Utku IŞIK hocama,

Tez çalışmasının uygulaması süresince beni yalnız bırakmayan, maddi ve manevi destek veren değerli hocalarıma, Tez çalışması uygulaması süresince Kütahya ve Van ilindeki MEB' e bağlı okullarda, Rehabilitasyon merkezlerinde görev yapan öğretmenlerin ve üniversitelerin BESYO Bölümlerinde ve Eğitim Fakültesine bağlı sınıf öğretmenliği Bölümünde okuyan öğrencilerin vermiş oldukları desteklerinden dolayı, Tez çalışmam sürecinde bütün aşamalarıma destek veren, her daima arkamda durmaya çalışan canım AİLEM' e sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

ÖZET

Polatcanlı, F. Milli Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezlerinde Görev Yapan Öğretmenler ile Üniversite Öğrencilerinin Zihinsel Engelli Bireylerde Spor'un Etkilerine Yönelik Farkındalık Düzeylerinin İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Kütahya, 2016. Bu çalışmanın amacı; sportif faaliyetlerin zihinsel engelli bireyleri hangi düzeyde etkilediği ve bu etkinin toplum tarafından nasıl bir farkındalık uyandırdığının belirlenmesidir. Çalışmaya 2015-2016 eğitim öğretim yılları arasında milli eğitim ile özel eğitim ve Rehabilitasyon merkezlerinde öğretmenlik yapan ve üniversitelerin farklı bölümlerinde öğrenim gören öğrencilerle birlikte toplam 1400 (843 Erkek, 557 Kadın) kişi katıldı. Veri toplama aracı olarak İlhan ve Esentürk tarafından oluşturulan Zihinsel Engellilerde Sporun Etkilerine Yönelik Farkındalık Ölçeği (ZEBSEYFÖ) ve araştırmacı tarafından oluşturulan 12 sorudan oluşan demografik bilgiler kullanıldı. Elde edilen dataların değerlendirilmesi için Microsoft Excel 2010 ve SPSS 20.0 paket programları kullanıldı. Katılımcıların demografik bilgilerinin analizi için tanımlayıcı istatistik (Descriptive Statistics) yapıldı. Katılımcıların cinsiyet, yaş ve spor yapıp yapmama durumlarının değişkenlerine göre farkındalık düzeylerinin karşılaştırılmasında $\alpha=0.05$ anlamlılık düzeyinde bağımsız örneklem T Testi (Independent Sample T Test) yapıldı. Katılımcıların öğrenim gördükleri veya çalıştıkları kuruma göre ise farkındalık düzeylerinin karşılaştırılmasında $\alpha=0.05$ anlamlılık düzeyinde Tek Yönlü Varyans Analizi (One Way Anova) yapıldı. Anlamli bulunan veriler arasındaki farklılıkların belirlenmesi ve bu farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için ikinci seviye testi olan Tukey HSD yapıldı.

Elde edilen bulgular sonucunda katılımcıların cinsiyet, yaş, illere göre dağılım, spor yapıp yapmama durumları, çalıştıkları kurum ve çalışma süreleri, eğitim programına katılıp katılmama durumu, ailede engelli bireyin olup olmama durumlarına göre herhangi bir manidar sonuç bulunmadı ($p>0,05$). Şiddet Olaylarının olup olmama durumu, Engellilerle ilgili yapılan faaliyetler, Verilen Maaşın gerektiği şekilde harcanıp harcanmama durumu, engellilere gerekli önemin verilip verilme durumlarına göre ise anlamlı farklılıklar bulundu($p<0,05$).

Anahtar Kelimeler: Zihinsel Engelli, Spor, Farkındalık.

ABSTRACT

Polatcanlı F. With The Teacher Who Works At National Education And Rehabilitation Center And University Students Who Study On Mentally Disabled People, The Effects Of Sport, Research The Level Of Awareness. Master's Thesis. Kütahya 2016.

The aim of this study is to determine how sportive activities affect mental handicapped persons and how this effects makes an awareness in the socient totally 1400 persons (843 men and 557 women) consisting of those who work at public schools and rehabilitation centers and students who study different departments at university. Awareness scale for the Effects of sports mental Handicappeds created by İlhan and Esentürk and demographical information with 12 questions created by the researcher have been used as data collecting medium. For thhe collected data to be evaluated Microsoft Excel 2010 and SPSS packet program have been used. For analysis of demographical info of participants, descriptive ve statics have been used. Independent sample T Test with $\alpha=0,05$ meaning level has been carried outin comparing of awareness level according to variations such as gender, age and doing sport level of participants. One Way Anova with $\alpha=0,05$ has been carried out in comparing of awareness level of participants according to the schools they study and foundation they work. Tukey HSD has been carried out to determine differences among the data having been found out meaningfull and in which group these differences come out.

After gathering findings from subjects there is no significant differences among subjects in gender, working places, working hours, again there is no significant differences about whether joining education symposioums or not, whether a disabled is in the family or not and distribution of teachers according to cities between kütahya and van where they live in ($p<0,05$). There is significant difference according to findings of activities organized for people with disabilities, whether income is spent in the way what is given for, whether paid attention to people with disabilities or not ($p<0,05$).

Keywords: Mental Retardation, Sport, Awaneress.

İÇİNDEKİLER

Sayfa

ONAY SAYFASI.....	iii
TEŞEKKÜR	iv
ÖZET.....	v
ABSTRACT	vi
İÇİNDEKİLER	vii
GRAFİKLER DİZİNİ	xi
ŞEKİLLER DİZİNİ	xii
SİMGELER VE KISALTMALAR	xiii
1. GİRİŞ	1
1.1. Araştırmanın Önemi.....	2
1.2. Araştırmanın Amacı	2
1.3. Problem Cümlesi.....	3
1.3.1. Alt Problemler.....	3
1.4. Araştırmanın Varsayımları.....	4
1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları	5
2. GENEL BİLGİLER.....	6
2.1. Engel Nedir	6
2.2. Zihinsel Engel Nedir	7
2.3. Zihinsel Engellilerin Sınıflandırılması.....	9
2.3.1. Psikolojik Sınıflandırma.....	9
2.3.1.1. Hafif Düzeyde Zihinsel Yetersizlik	9
2.3.1.2. Orta Düzeyde Zihinsel Yetersizlik.....	10
2.3.1.3. Ağır ve çok Ağır Düzeyde Zihinsel yetersizlik:	11
2.3.2. Eğitsel Sınıflandırma.....	11
2.3.2.1. Eğitilebilir Zihinsel Engelliler.....	11
2.3.2.2. Öğretilebilir Zihinsel Engelliler	12
2.4. Zihinsel Engelliliğin Nedenleri	12
2.4.1. Kalıtsal Nedenler (Genetik, Ailevi Nedenler):	13
2.4.2. Gebelikte ve Doğum Sırasında Oluşan Nedenler.....	13
2.4.3. Doğum Sonrası Oluşan Nedenler	13

2.4.4. Çevresel Kaynaklı Nedenler	14
2.5. Zihinsel Engelli Çocukların Gelişimsel Özellikleri	14
2.5.1. Fiziksel ve Motor Gelişim Özellikleri.....	14
2.5.2. Zihinsel Özellikleri	15
2.5.3. Sosyal-Duygusal Özellikleri	15
2.6. Beden Eğitiminin Temel Amaçları	16
2.7. Zihinsel Engelli Bireylerin Beden Eğitiminde Dikkat Edilecek Noktalar	18
2.8. Beden Eğitimi ve Sporda Vücudu Tanıma	20
2.9. Beden Eğitimi ve Sporun Zihinsel Engelli Bireyler İçin Önemi	21
2.10. Farkındalık Nedir	25
2.10.1. Zihinsel Farkındalık	28
2.10.2. Bedensel Farkındalık.....	29
2.10.3. Duyuşsal Farkındalık	30
2.11. Beden Eğitimi ve Spor Alanında Farkındalık	31
2.12. Alan İle İlgili Yapılan Çalışmalar	33
3. GEREÇ VE YÖNTEM	41
3.1. Evren ve Örneklem	41
3.2. Araştırma Tekniği ve Protokol.....	42
3.3. Veri Toplama Araçları	42
3.3.1. Kişisel Bilgi Formu	42
3.3.2. Zihinsel Engelli Bireylerde Sporun Etkilerine Yönelik Farkındalık Ölçeği (ZEBSEYFÖ).....	43
3.4. Verilerin Değerlendirilmesi ve Analizi	43
4. BULGULAR	45
4.1. Katılımcıların Demografik Özellikleri	45
4.1.1. Katılımcıların Cinsiyetlerinin Dağılımları	45
4.1.2. Katılımcıların yaşlarının Dağılımları	45
4.1.3. Katılımcıların Spor Yapıp Yapmama Durumlarına Göre Dağılımları.....	46
4.1.4. Katılımcıların Sporun Engelliler Üzerindeki Etkisine Verdikleri Cevap Dağılımları	47
4.1.5. Katılımcıların Bulundukları Kuruma Göre Dağılımları.....	47
4.1.6. Katılımcıların Bulundukları Kurum Süresine Göre Dağılımları:.....	48

4.1.7. Katılımcıların Engellilerle İlgili Eğitim Programına Katıldınız Mı?	
Sorusuna Verdikleri Cevap Dağılımları	49
4.1.8. Katılımcıların Ailenizde Engelli Birey Var Mı Sorusuna Verdikleri Cevap Dağılımları	49
4.1.9. Katılımcılara Ülkemizde Engellilere Gerekli Önemin Verildiğine İnanıyor Musunuz? Sorusuna Verdikleri Cevap Dağılımları	50
4.1.10. Engellilere Verilen Maaşın Engellilere Gerekli Şekilde Harcandığına İnanıyor Musunuz Sorusuna Verilen Cevap Dağılımları.....	51
4.1.11. Engellilerle İlgili Yapılan Sportif Faaliyetleri Yeterli Buluyor Musunuz? Sorusuna Verilen Cevap Dağılımları	52
4.1.12. Ülkemizde Engellilerimize Yönelik Şiddet Olaylarının Olduğuna Katılıyor Musunuz? Sorusuna Verilen Cevap Dağılımları	53
4.1.13. Katılımcıların İllere Göre Dağılımları	54
5. TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER	55
5.1. Tartışma.....	55
5.1.1. Alt Problem 1: Katılımcıların cinsiyetlerine göre, sporun engelliler üzerindeki farkındalıkları açısından fark var mıdır?	55
5.1.2. Alt Problem 2: Katılımcıların yaşlarına göre, sporun engelliler üzerindeki farkındalıkları açısından fark var mıdır?	55
5.1.3. Alt Problem 3: Katılımcıların spor yapıp yapmama durumlarına göre, engelliler üzerindeki farkındalıkları açısından fark var mıdır?	56
5.1.4. Alt Problem 4: Katılımcıların Sporun engelliler üzerindeki etkisinin olup olmaması görüşlerine göre, sporun engelliler üzerindeki farkındalıkları açısından fark var mıdır?	57
5.1.5. Alt Problem 5: Katılımcıların bulundukları kuruma göre, sporun engelliler üzerindeki etkilerine yönelik farkındalıkları arasında fark var mıdır?.....	60
5.1.6. Alt Problem 6: Katılımcıların kurumlarında çalıştığı süreye göre, sporun engelliler üzerindeki farkındalıkları açısından fark var mıdır?	61
5.1.7. Alt Problem 7: Katılımcıların engellilerle ilgili herhangi bir eğitim programına katılıp katılmama durumlarına göre, sporun engelliler üzerindeki farkındalıkları açısından fark var mıdır?	61

5.1.8. Alt Problem 8: Katılımcıların ailelerinde engelli olup olmama durumlarına göre sporun engelliler üzerindeki farkındalıkları açısından fark var mıdır?	62
5.1.9. Alt Problem 9: Katılımcıların Ülkemizde engelli bireylere gerekli önemin verilip verilmediği görüşlerine göre, sporun engelliler üzerindeki farkındalıkları açısından fark var mıdır?	64
5.1.10. Alt Problem 10: Katılımcıların Engelli bireylere verilen maaşların gerektiği şekilde harcanıp harcanmadığı görüşlerine göre, sporun engelliler üzerindeki farkındalıkları açısından fark var mıdır?	66
5.1.11. Alt Problem 11: Katılımcıların Engellilerle İlgili Yapılan Faaliyetlerin yeterli olup olmaması görüşlerine göre, sporun engelliler üzerindeki farkındalıkları açısından fark var mıdır?	68
5.1.12. Alt Problem 12: Katılımcıların ülkemizde engellilere yönelik şiddet faaliyetlerinin olup olmaması görüşlerine göre, sporun engelliler üzerindeki farkındalıkları açısından fark var mıdır?	69
5.1.13. Alt Problem 13: Katılımcıların yaşadığı Bölgeye göre, sporun engelliler üzerindeki farkındalıkları açısından fark var mıdır?	70
5.2. Sonuç	71
5.3. Öneriler	74
KAYNAKÇA	75
EKLER.....	85
Ek-1: Bilimsel Çalışma İzni	85
Ek-2: Yazışmalar.....	86
Ek-4: Zihinsel Engelli Bireylerde Sporun Etkilerine Yönelik Farkındalık Ölçeği;90	
Ek-5: Veriler.....	91
Ek-6: İstatistik Test Sonuçları	108

GRAFİKLER DİZİNİ

Sayfa

Grafik 4.1: Katılımcıların Cinsiyetlerinin Dağılımı	45
Grafik 4.2: Katılımcıların Yaşlarına göre Dağılımları.....	46
Grafik 4.3: Katılımcıların Spor Yapıp Yapmama Durumlarına Göre Dağılımları...	46
Grafik 4.4: Katılımcıların Sporun Engelliler Üzerindeki Etkisine Verdikleri Cevap Dağılımı	47
Grafik 4.5: Katılımcıların Çalıştıkları Kuruma Göre Dağılımı	48
Grafik 4.6: Katılımcıların Çalıştıkları Kurum Süresine Göre Dağılımları	48
Grafik 4.7: Katılımcıların Engellilerle İlgili Eğitim Programına Katıldınız Mı? Sorusuna Verdikleri Cevap Dağılımı	49
Grafik 4.8: Katılımcıların Ailenizde Engelli Birey Var Mı Sorusuna Verdikleri Cevap Dağılımı	50
Grafik 4.9: Katılımcıların Ülkemizde Engellilere Gerekli Önemin Verildiğine İnanıyor musunuz? Sorusuna Verdikleri Cevap Dağılımı	51
Grafik 4.10: Engellilere Verilen Maaşın Engellilere Gerektiği Şekilde Harcandığına İnanıyor musunuz Sorusuna Verilen Cevap Dağılımı	52
Grafik 4.11: Engellilerle İlgili Yapılan Sportif Faaliyetleri Yeterli Buluyor musunuz? Sorusuna Verilen Cevap Dağılımı	53
Grafik 4.12: Ülkemizde Engellilerimize Yönelik Şiddet Olaylarının Olduğuna Katılıyor musunuz? Sorusuna Verilen Cevap Dağılımı.....	54
Grafik 4.13: Katılımcıların İllere Göre Dağılım grafiği	54

ŞEKİLLER DİZİNİ**Sayfa**

Şekil 2.1. Zekâ Sınıflandırılması	9
--	---



SİMGELER VE KISALTMALAR

DPÜ	Dumlupınar Üniversitesi
SPSS	Statistical Package For Social Sciens
vb	ve benzeri
ZEBSEYFÖ	Zihinsel Engelli Bireylerde Sporun Etkilerine Yönelik Farkındalık Ölçeği



1. GİRİŞ

Engel türü ve derecesi nasıl olursa olsun egzersiz yapmak, hareket etmek, sportif faaliyetlere katılmak bireye haz vermekte ve duyulan haz da bireyin yaşamsal motivasyonunu arttırmaktadır. Engellilerin fiziksel, ruhsal ve sosyal açıdan gelişmelerini sağlayarak sosyal bütünleşmelerine katkıda bulunana spor, (41). Engelli bireylerin ruhsal durumlarının desteklenmesinde bir araç olarak kullanılmalıdır(28).

Amerika Zihinsel Yetersizlik Birliği'nin (AAMR) 1973 yılında yapılan toplantısında kabul edilen tanıma göre; “zekâ engeli, gelişim süreci içinde genel zekâ fonksiyonlarının normalin altında olması, öğrenme ve sosyal uyum sağlayıcı davranışlarda bozukluğun görülmesi” durumudur(20, 91, 98, 111).

Engellilerin kendilerini gösterebilecekleri yer olan Spor; çevre ile iletişim kurabilmeyi amaç edinen, paylaşma ve özgüven duygularını geliştirmeyi hedefleyen sosyal bir tedavi halini alanıdır(34).

Engelli bireylerin fiziksel, motorsal gelişim, zihinsel, sosyal ve duygusal gelişim özellikleri ele alındığında olumsuzluğun giderilmesi bakımından sportif çalışmalar olumlu yönde destek vermektedir. Sporun zihinsel engelli bireyler üzerine bu olumlu etkileri, toplumun her kesiminde oluşturulacak farkındalık ile mümkün olacağı düşünülmektedir(53).

Farkındalık; yargısız bir şekilde yaşadığı çevreyi anlaması ve bunun yanında bilmesi gerekenlere dikkat kesilmesi olarak ifade edilir. Engelli bireylere ilişkin en önemli nokta, toplumda engellilikle ilgili “farkındalığın yaratılması” ve “anlaşılma” gereksinimlerinin karşılanmasıdır(104, 106).

Bu çalışma çerçevesinde kullanılan “zihinsel engelli bireylerde sporun etkilerine yönelik farkındalık” kavramı, normal gelişim gösteren bireylerin bakış açılarına göre sporun zihinsel engelli bireyler üzerinde sosyal, fiziksel, zihinsel, psikolojik boyutlardaki gelişimlerine olası etkilerinin sağlıklı ve kaliteli bir yaşam yönünden sunabileceği katkıları değerlendirmek, başka bir ifadeyle sporun temel dinamiklerinin zihinsel engelli bireyler üzerinde oluşturabileceği etkilere yönelik bilişsel bir düzeyi ifade etmektedir(53).

Toplumda normal gelişim gösteren bireylerin, spora ne ölçüde destek verdikleri, sporun kendi çocuklarında fiziksel, sosyal, psikolojik ve ruhsal anlamda gelişimlerini ne ölçüde etkilediğinin ve geliştirdiğinin farkında olmaları, engel gruplarının spora yönlendirilmesinde ve onları normal gelişim gösteren bireylerle bütünleştirici bağlamda destek vermesinde önemli bir rol oynar. Bütün bu açıklamalardan yola çıkarak çalışmanın amacı; toplumun, zihinsel engelli bireylerde sporun etkilerine yönelik farkındalık düzeylerini belirlemeye ilişkin çalışma yapmaktır.

1.1. Araştırmanın Önemi

Ülkemizde, engelli bireylerin toplumsal yaşama katılımları ve hakları ile ilgili gelişimler artmaya ve dünyada ki gelişim izlenmeye başlanmıştır. Dünyada artan bu gelişimlerin içinde engelli bireyler için fiziksel aktivite ve spor alanı önemli bir yer tutmaya başlamış ve normal bireyler ile kaynaştırmayı sağlayarak topluma katılmalarına destek olma yönünde ilerlemiştir. Spor la engelli birey vücudunun farkında, çevresiyle ilişki içerisinde, farklı ortamlar görerek algısını artırmada, motorsal beceri olarak daha güçlenmekte, yaşam kalitesi artmaktadır. Toplumun engelli bireylere yönelik farkındalık, anlayış ve kabul geliştirmeleri çok yönlü çalışmaların yapılmasıyla mümkün olabilmektedir. Engelli bireylerimizin medya yoluyla tanıtılması, toplumda var olan popüler kişilerin engelli bireylerle ilgili etkinliklere katılarak onlarla yakın ilişki geliştirmesi, dizilerin, reklam filmlerinin yayınlanması engelli bireylerin toplum tarafından kabulünü artırmada etkili olabilmektedir.

Bu olumlu bilgiler ışığında, toplumun engelli bireylere yönelik farkındalıklarının artmasını göz önünde bulundurarak yaptığımız çalışma; zihinsel engelli bireylerde sporun etkilerine yönelik farkındalık düzeylerinin incelenmesidir.

1.2. Araştırmanın Amacı

Bu çalışmanın amacı; Milli Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezlerinde Görev Yapan Öğretmenler İle Üniversite Öğrencilerinin Zihinsel Engelli Bireylerde Spor' un Etkilerine Yönelik Farkındalık Düzeylerinin İncelenmesi' dir.

1.3. Problem Cümlesi

Zihinsel engelli bireyler zihinsel ve fiziksel faaliyetleri açısından toplumun beklentileri seviyesinde performans gösteremedikleri için yaşadıkları çevreye uyumda güçlük çekerler. Yapılan son araştırmalara göre ülkemizde engelli birey sayısı 12 milyonu geçmiştir. Toplumun her kesimini doğrudan veya dolaylı bir şekilde ilgilendiren bu faktörün kimi bireyler açısından her ne kadar doğal olarak karşılandığı görülse de toplumun büyük bir kesimi tarafından bir engel olarak kabul gördüğü ve bazen istenmeyen durumların gerçekleşmesine sebep olmaktadır. Gerçekleşen bu durumun bireyin kendi iç dünyasına çekilmesine ve kendini toplumdan soyutlamasına sebep olmaktadır.

Zihinsel engelli bireylerin sosyal, duygusal, fiziksel, zihinsel ve hareket gelişimi özellikleri ele alındığında eksik kalan ya da aksayan birçok olumsuzluğun giderilmesi bakımından sportif etkinlikler, gruba ve topluma ait olma duygusunu geliştirmek, olumlu benlik kavramını yüceltmek, zihinsel beceriler kazandırmak, fiziksel ve psikolojik sağlığı desteklemek gibi birçok amaca hizmet etmektedir.

Spor etkinlikleri, zihinsel engelli bireylerdeki olumsuz özelliklerin üstesinden gelecek dinamikleri kendi içerisinde bulunduran ve bu yönüyle adeta bir Rehabilitasyon aracı olarak düşünülebilecek etkili bir mekanizmadır. Sosyal etkileşim olanakları ve aktif bir yaşam biçimi içinde olma, yalnızlık kaygısının azaltılmasında da katkıda bulunabileceği ayrıca toplumun diğer bireyleri tarafından fark edilmelerini gerçekleştirmek için izlenilmesi gereken yolların neler olduğunu bulmaktır.

1.3.1. Alt Problemler

1. Katılımcıların cinsiyetlerine göre, sporun engelliler üzerindeki farkındalıkları açısından fark var mıdır?

2. Katılımcıların yaşlarına göre, sporun engelliler üzerindeki farkındalıkları açısından fark var mıdır?

3- Katılımcıların spor yapıp yapmama durumlarına göre, engelliler üzerindeki farkındalıkları açısından fark var mıdır?

4. Katılımcıların Sporun engelliler üzerindeki etkisinin olup olmaması görüşlerine göre, sporun engelliler üzerindeki farkındalıkları açısından fark var mıdır?

5. Katılımcıların çalıştığı kuruma göre, sporun engelliler üzerindeki etkilerine yönelik farkındalıkları arasında fark var mıdır?

6. Katılımcıların kurumlarında çalıştığı süreye göre, sporun engelliler üzerindeki farkındalıkları açısından fark var mıdır?

7. Katılımcıların engellilerle ilgili herhangi bir eğitim programına katılıp katılmama durumlarına göre, sporun engelliler üzerindeki farkındalıkları açısından fark var mıdır?

8. Katılımcıların ailelerinde engelli olup olmama durumlarına göre sporun engelliler üzerindeki farkındalıkları açısından fark var mıdır?

9. Katılımcıların Ülkemizde engelli bireylere gerekli önemin verilip verilmediği görüşlerine göre, sporun engelliler üzerindeki farkındalıkları açısından fark var mıdır?

10. Katılımcıların Engelli bireylere verilen maaşların gerektiği şekilde harcanıp harcanmadığı görüşlerine göre, sporun engelliler üzerindeki farkındalıkları açısından fark var mıdır?

11. Katılımcıların Engellilerle İlgili Yapılan Faaliyetlerin yeterli olup olmaması görüşlerine göre, sporun engelliler üzerindeki farkındalıkları açısından fark var mıdır?

12. Katılımcıların ülkemizde engellilere yönelik şiddet faaliyetlerinin olup olmaması görüşlerine göre, sporun engelliler üzerindeki farkındalıkları açısından fark var mıdır?

13. Katılımcıların yaşadığı Bölgeye göre, sporun engelliler üzerindeki farkındalıkları açısından fark var mıdır?

1.4. Araştırmanın Varsayımları

1-Bu çalışmada uygulanan yöntemin amaca uygun olduğu varsayılmıştır.

2-Seçilen örneklem grubunun araştırmanın evrenini temsil eder nitelikte

olduğu varsayılmıştır.

3-Bu çalışmada kullanılan veri toplama araçlarının geçerli ve güvenilir olduğu ve çalışmanın amacına uygun olduğu varsayılmıştır.

4-Bu çalışmada yer alan bireylerin veri toplama araçlarına verdikleri cevapların çalışmanın ciddiyeti dâhilinde, samimi ve gerçeklere uygun olarak verildiği varsayılmıştır.

1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları

1. Çalışmada yer alan katılımcılar, Kütahya ve Van illerinde bulunan Milli Eğitim, Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezlerinde öğretmenlik yapan bireyler ile üniversitelerin Beden Eğitimi Ve Eğitim Fakültesi öğrencileriyle sınırlıdır.

2. Çalışma Ekim - Aralık 2015 tarihleri arasında yukarıda bulunan kurumlardaki bireylerle sınırlıdır.

3. Çalışma katılımcıların ölçek maddelerine verdikleri cevaplar ile sınırlıdır.

2. GENEL BİLGİLER

2.1. Engel Nedir

Dünya Sağlık Örgütü (WHO)'ne göre Engellilik;

Yetersizlik/Bozukluk: Psikolojik, fizyolojik ve anatomik (fiziksel) yapı veya fonksiyonlardaki eksikliği ve anormalliği ifade eder. Bozukluk geçici ya da kalıcı, psikolojik veya fizyolojik olabilir.

Özürlülük: Herhangi bir bozukluk sonucunda herhangi bir aktiviteyi gerçekleştirmekteki kısıtlılık veya yetersizlik olarak tanımlanmaktadır.

Engellilik ise; Bir yetersizlik veya özür nedeni ile yaşa, cinsiyete, sosyal ve kültürel faktörlere bağlı olarak rollerin kısıtlanması veya yerine getirilememesi durumudur(10, 18, 70, 88, 105, 117).

Birleşmiş Milletler Genel Kurulu'nun İnsan Hakları Evrensel Bildirgesinin 1.maddesine göre Engellilik; “ normal işleri, bedensel veya ruhsal yeteneklerindeki kalıtsal ya da sonradan olma herhangi bir noksanlık sonucu yapamayanlar sakattır.” Şeklinde ifade edilmiştir(2, 67, 94).

Sosyal Hizmetler ve Çocuk Esirgeme Kanununda geçen Engelli tanımında ise; “Doğuştan veya sonradan olan herhangi bir hastalık veya kaza sonucu bedensel, zihinsel, ruhsal, duygusal ve sosyal yeteneklerini çeşitli derecelerde kaybetmesinden dolayı normal yaşamın gereklerine uyamamak ve korunma, bakım, Rehabilitasyon danışmanlık ve destek hizmetlerine ihtiyacı olmak şekliyle ifade edilmiştir(35, 70, 93, 95).

Dünya sağlık örgütü verileri; ülkemizde engelli nüfusunun genel nüfusa olan oranının %12 olduğunu belirtmiş ve bununla birlikte “Özel Eğitim Rehberlik Ve Danışma Hizmetleri Genel Müdürlüğü” nün web sitesinde bu rakamın % 14 olduğu görülmüştür. Dünya nüfusunun yaklaşık %10'u engelli insanlardan oluşmaktadır. Özürlüler Şurası'nın kararları doğrultusunda yapılan 2003 araştırma sonuçlarına göre bu oran; Türkiye'de % 12.29'dur ve nüfusun 8.431.937'sini oluşturmaktadır. Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) ile Özürlüler İdaresi Başkanlığı arasında imzalanan protokol de 2010 yılı Haziran ayında ülke genelinde ilk kez; Ulusal Özürlüler Veri Tabanında kayıtlı olan engelli bireylere yönelik, “Özürlülerin Sorun ve Beklentileri

Araştırması” gerçekleştirilmiştir. Araştırma sonuçlarına göre; Veri tabanına kayıtlı engellilerin %29,2’si zihinsel engelli, %25,6’sı süreğen hastalığı olan engelli, %8,8’i ortopedik engelli, %8,4’ü görme engelli, %5,9’u işitme engelli, %3,9’u ruhsal ve duygusal engelli, %0,2’si dil ve konuşma engelli ve % 18’i birden fazla engele sahip olduğu görülmüştür. Kayıtlı engellilerin %58,6’sı erkek, 41,4’ü kadındır(2, 34, 52, 60, 74,87, 96, 103, 108).

Günümüzün var olan teknolojik, bilimsel, kültürel ve özel eğitim yapısı göz önünde bulundurularak, engellilerin tüm psikolojik, fiziksel, sosyal ve mesleki gelişimini engelleyen çevresel, sosyal engelleri kaldırarak gerekli hizmetler sunulmalıdır.

2.2. Zihinsel Engel Nedir?

Amerikan Zihinsel Özürlülük Birliği (AAMR)(1992) Zihinsel Özürlülüğü; “Gelişim sürecinde ortaya çıkan, uyumsal davranışlardaki yetersizlik ile karakterize, genel zekâ fonksiyonlarında önemli derecede ortalamanın altında olma durumudur.” şeklinde ifade etmiştir.(4,11, 17, 40, 94, 98, 113, 114). Dünya Sağlık Örgütü’nün (WHO) verilerine göre, dünyanın Zihinsel Engelli nüfusu yaklaşık 170 milyondur ve bunların birçoğu doğum sırasında oluşan Komplikasyonlardan ileri geldiği sanılmaktadır. Dünyadaki engellilerin 2/3’ünden fazlasının gelişmekte olan ülkelerde yaşadığı düşünülmektedir(13, 18,23, 94, 100).

Zekâ geriliği; "Genellikle gelişim sürecinde ortaya çıkan, bireyin öğrenme, seçim yapma ve yargıda bulunma, kendisi ve çevresiyle baş edebilme yeteneğini önemli ölçüde sınırlayacak derecede zihinsel olarak normalin altında bulunma durumudur(86, 118).

1940’larda Doll, zihinsel engelliliği 6 ana başlık altında sıralamıştır. Buna göre;

- Normal zihinsel sürecin altında olma,
- Sosyal yetersizlik,
- Gelişimde duraksama ve kesiklikler olması,
- Doğuştan ya da çocukluktan gelen zihinsel gerilik,
- Olgunlaşmanın gecikmesi,

- Kalıcı ve iyileştirilemez bir durumun bulunması(86).

Amerikan Zihinsel Özürlülük Birliği(AAMR)' ne göre bireylerin zihinsel özürlü durumlarına göre belirlenmesinde üç Kriter önemlidir. Bunlar;

1 - Genel Zekâ Fonksiyonlarında Ortalamanın Altında Olması:

Zekâ testlerin de ortalama puanın 70-75'in altında olması teşhis için önemli bir kısımdır. Bu testlerden 1.'si 68 ve altındaki değerleri oluşturan Stanford-Binnet, 2. 'si ise 70 ve altındaki değerleri oluşturan WECHSLER testidir. Bu iki test yaygın olarak kullanılmaktadır.

2 - Uyumsal Davranışlardaki Yetersizlik:

AAM' a göre; İletişim, Öz bakım becerileri, Ev yaşamının ve sosyal yaşamın gereklilikleri, Toplumsal yararlılıklar, Kendini yönetecek farkındalıkta olma, Sağlık ve güvenlik, Akademik çalışmalar, Boş zamanları değerlendirme ve İş yaşamı belirleyici davranış alanlarını oluşturmaktadır.

3 - Gelişimsel süreçten orijin alma:

Zihinsel gelişim süreci olan bu dönemin yaş sınırı 18' dir. Bu sınırlamanın sebebi; zihinsel özürlülük durumunu, zihinsel işlevlerde gerilik ve uyumsal davranışlarda ki yetersizlikleri gösteren diğer engel durumlarından ayırmak içindir(104). Zekâ bölümü Stanford-Binet Zekâ Ölçeği ya da Wechsler Çocuklar İçin Zekâ Ölçeği (WISC-R) gibi standart bir zekâ testi ile ortaya çıkar. Ortalaması 100 zekâ bölümü puanı, standart sapması 15 ya da 16 olan standart zekâ testlerinde; başarının ortalamasının 2 standart sapma altına düşmesi ve böylece elde edilen testlerin birinden 67 (Stanford Binet) ya da 69 (WISC-R) puanın altına düşmesi durumu zihinsel geriliği gösterir. Bu puanlar kesin olmamakla birlikte sadece yol gösterici özellik sergiler(86).

Dünya Sağlık Örgütü (WHO) tarafından yapılan zekâ bölümleri aşağıdaki gibidir:

Derin Zihinsel Engel Zekâ Bölümü 20 Ve Altında
Ağır Derecede Zihinsel Engel Bölümü 21-35
Orta Derecede Zihinsel Engel Bölümü 36-50
Hafif Derecede Zihinsel Engel Bölümü 51-70
Sınırdaki Zekâ Bölümü 71-79
Donuk Zekâ Bölümü 80-89
Normal Zekâ Bölümü 90-109
Parlak Zekâ Bölümü 110-119
Üstün Zekâ Bölümü 120-129
Çok Üstün Zekâ Bölümü 130 Ve Üstü

Şekil 2.1. Zekâ Sınıflandırılması (86).

2.3. Zihinsel Engellilerin Sınıflandırılması

Zihinsel engelli çocuklar kendi içlerinde önemli farklılıklar gösterdiklerinden dolayı sınıflandırılmaya ihtiyaç duyulmaktadır. Zihinsel engellilerle çalışan çeşitli disiplinlerden uzmanlar; psikolojik ve eğitsel sınıflandırma sistemini kabul etmişlerdir(13, 17, 45, 115).

2.3.1. Psikolojik Sınıflandırma

2.3.1.1. Hafif Düzeyde Zihinsel Yetersizlik

Zihinsel işlevler, sosyal ve pratik uyum becerileri ile kavramsal bakımdan hafif düzeyde yetersizlik gösteren ve eğitim hizmetlerine sınırlı düzeyde ihtiyaç duyan bireyi ifade etmektedir(7).

Hafif düzeyde zihinsel engelli bireyler, IQ seviyeleri 52-68 arasındadır. Dışarıdan bakıldığında fazla anlaşılamayabilirler ve Dış görünüşlerinden fazla anlaşılmadığı için de toplumda fark edilmezler. Bu çocuklar okula başladıklarında problem yaşarlar, 7. Sınıfa kadar eğitimlerini sürdürebilirler. Diğer yaşlarına uyum sağlamada zorlanırlar(17).

Hafif zihinsel engelli bireylerin Zekâ bölümü puanı 50 – 55 ile yaklaşık 70 arasındadır. Bu gruba giren çocuklar, okulların özel alt sınıflarında eğitim görmektedirler. Kendilerinden beklenilene yanıt verdiklerinden dolayı bu gruba giren

çocukların çoğunun hemen farkına varamazlar(16). Hafif düzeyde zihinsel engel grubuna dâhil olanlar; “Eğitilebilir Zihinsel Engelli Çocuk” olarak isimlendirilmekte ve tüm zekâ engellilerinin %85 ini oluşturmaktadırlar(112).

Hafif düzeyde zihinsel yetersizliği olan bireyler için açılan ilköğretim okullarında, sınıf mevcutları 10 öğrencidir ve 1-8. sınıflarda dersler sınıf öğretmenleri tarafından okutulmaktadır. 4-8. sınıflarda beden eğitimi, din kültürü ve ahlak bilgisi, müzik, görsel sanatlar dersleri ile 6-8. Sınıflarda teknoloji ve tasarım dersi alan öğretmenleri tarafından okutulabilir(91).

2.3.1.2. Orta Düzeyde Zihinsel Yetersizlik

Orta derecede gerilik gösteren çocuklar okul öncesi yıllardaki gelişimlerinde gecikme gösterir ve yaşları ilerledikçe zihinsel, sosyal ve motor gelişim alanlarında normal gelişim sürecinde olan akranlarıyla aralarındaki mesafe daha da açılır. Hafif derecede geriliği olanlarla karşılaştırıldıklarında bedensel yetersizlikler ve davranış problemleri daha yaygındır. Bu çocuklar okul yıllarında özel sınıflarda eğitim görmekte ve günlük yaşam becerilerinin öğretimi için oldukça yapılandırılmış eğitim programlarına tabii tutulurlar. Öğretim; işlevsel okuma becerileri ve temel sayı kavramlarını içeren akademik çalışmalarla sınırlıdır(112).

Bu gruba dâhil olan çocuklar öz-bakım becerilerini kazanabilir; ancak, okuma-yazma ve aritmetik becerileri kazanamayabilirler. Sık karşılaştıkları bazı sözcükleri, işaretleri ve sayıları tanıyabilir, bazıları ise okuma-yazma ve basit düzeyde dört işlem becerilerini öğrenebilirler. Basit olan iş becerilerini öğrenerek kendilerine meslek edinebilirler. Örneğin galoş yapma, paketleme, mum yapma, etiket yapıştırma gibi mekanik işleri yapabilirler. Sürekli olmasa da yaşamlarında bir yetişkin desteğine ihtiyaç duyabilirler(113). Yetişkin olduklarında korumalı işyerlerinde çalışabilmeleri ve yaşamlarını sürdürebilmeleri açısından bireysel düzeyde yardım ve danışmanlık hizmetleri verilmelidir. Bu çocukların %30’unda Down Sendromu, yaklaşık %50’sinde beyin incinmesinin farklı türleri görülmektedir(17).

Okul ve kurumlarda amaç; öğrencilerin, öz bakım ve günlük yaşam becerileri ile işlevsel akademik becerilerini geliştirmeleri ve topluma uyum sağlamalarıdır. Engellilere yönelik açılan okullarda; tuvalet eğitimi kazanamamış, yoğun davranış

problemleri gösteren ve grup eğitimine uyum sağlayamayan öğrencilerin grup eğitimine hazırlanması amacıyla bire bir eğitim uygulaması yapılmaktadır. Grup eğitimine katılacak çocuklar için, sınıf mevcutları en fazla; okul öncesinde 6, diğer sınıflarda ise 8 öğrencidir(91).

2.3.1.3. Ağır ve çok Ağır Düzeyde Zihinsel yetersizlik:

Zekâ bölümü 20–25 ile 35–40puan, Zekâ yaşları ise 3,5 ile 6 yaş arasında olan bireylerdir. Doğumda ya da hemen sonrasında fark edilir. Zihinsel engelliğe motor problemler ile konuşma dil problemleri eşlik etmektedir. Öz bakım becerilerini yardımsız ya da gözetimle yapabilmektedirler. Günlük ihtiyaçlarını karşılayabilecek basit motor ve iletişim becerilerini kazanabilmektedirler(91, 104).

IQ testinden, 45 ve daha aşağısında bir sayı elde edilen ve yaşlarına göre zihinsel performansları 5 veya 6 yaş kadar ya da daha düşük seviyede olan bu zihinsel engelli çocukların, nüfustaki yaygınlığı % 1 oranındadır ve % 5'i ağır düzeyde zihinsel öğrenme yetersizliğidir(53).

Çok ağır düzeydeki zihinsel engellilerde ise; Zekâ bölümü puanları 20-25' in altındadır ve genellikle temel uyumsal becerileri öğrenebilmektedirler. İlerleyen yaşlardaki tahmini zekâ yaşları 3,5 yaşın altındadır. Bu gruba giren engelli çocuklarda zihinsel gerilik yanında birçok özürler eşlik edebilmektedir. İşitme problemleri, görmede ya da motor becerilerde yetersizlikler, sağlık sorunları örnek olarak gösterilebilir. Ağır ve ileri derecede ağır olan çocukları birbirinden ayırmak için zekâ bölümü puanları esas alınır(91).

2.3.2. Eğitsel Sınıflandırma

2.3.2.1. Eğitilebilir Zihinsel Engelliler

"Eğitilebilir" terimi grubuna giren çocukların okuma, yazma, matematik gibi temel akademik becerileri öğrenebilecekleri söylenebilir. Bu gruba giren çocuklar temel akademik beceriler yanında öz bakım becerileri öğrenebilir ve zekâ bölümleri 50-54 ve 70-75 arasında değişebilir(17, 108). Okul çağında akademik çalışmalarda gerilik gösterirler. Ortalama üçüncü ya da dördüncü düzeyinde akademik bilgi ve beceri kazanabilirler(37).

2.3.2.2. Öğretilabilir Zihinsel Engelliler

25-35 ve 50-55 arasında zekâ puanlarına sahip olan bireylerdir ve genellikle okul öncesi dönemlerde gerilikleri fark edilir.

“Öğretilabilir” teriminin iki anlamı vardır:

1. Akademik becerilerde eğtilemez,
2. Sosyal hayata katılım, iletişim ve öz bakım beceri gibi günlük hayatın gerektirdiği becerileri öğrenebilir(17).

Bu gruba giren çocuklar; yetişkinlik çağına ulaştıklarında, sosyal hayata katılım olarak; ev, okul gibi yerlerde bulunabilir ya da korumalı işyerlerinde çalışabilirler; fakat yine de başkalarının yardımına bağımlılık gösterirler(37).

2.4. Zihinsel Engelliliğin Nedenleri

Zekâ geriliğinin nedenleri arasında; biyotıbbi, sosyal, davranışsal ve eğitsel risk etmenleri sayılabilir. Biyotıbbi etmenler, genetik bozukluklar ya da beslenme gibi biyolojik süreçlerle ilişkilidir(12, 112). Zihinsel engelliliğin nedenlerinin bilinmesi alınacak tıbbi ve eğitsel kararlar ile zihinsel engeli önleme çalışmaları açısından büyük önem taşımakta; ancak bireyin zihinsel engelin nedenini ortaya çıkarmanın güçlüğüne yanı sıra, nedenlerini bulmakta zordur. Mental Retardasyona neden olan yüzlerce sebep bulunmasına rağmen etkilenen bireylerin 1/3'ünün nedeni hala bilinmemektedir.

Zihinsel engellilik nedenleri şu şekilde sınıflandırılabilir:

- 1- Genetik faktörler: gen bozukluklarından kaynaklanan (PKU ve Fragile X Sendromu), hamilelik esnasında aşırı X-raye maruz kalmanın neden olduğu bozukluklar veya Down Sendromu gibi kromozal anamoliler.
- 2- Doğum esnasında yaşanan problemler: Düşük ağırlıkta doğum veya oksijensiz kalma ya da prematüre doğum.
- 3- Doğum sonrası görülen problemler: kızamık, menenjit, ensefalit vb hastalıklar geçirme ya da kafayı çarpma, çevresel zehirlenmeler, beyin hasarı veren durumlar gibi etkenler(117).

2.4.1. Kalıtsal Nedenler (Genetik, Ailevi Nedenler):

Aileden kalıtım(genetik) yoluyla geçen özelliklere bağılı olarak ortaya çıkar. Zihin engellilik türü olan fenilketonüri (PKU), kalıtsal bozukluktan kaynaklanır ve fenilalanin maddesinin karaciğerde birikmesi sonucunda beyinde hasar oluşmasına bağılı olarak kendini gösterir(12, 43).

Kalıtsal nedenleri kısaca şu başlıklar altında toplayabiliriz:

- Doğuştan Metabolik bozukluklar.
- Kromozomal değışiklikler.
- Diğeri Gen bozuklukları
- Poligenik kalıtımla ilgili zekâ geriliğı

2.4.2. Gebelikte ve Doğum Sırasında Oluşan Nedenler

Zor doğumlar sonucunda oluşan beyin hasarları, gebelikte gelişen nedeni bilinmeyen hidrosefali ve mikrosefali gibi durumlar sıralanabilir. Gebelik ve doğum sırasında oluşan zihinsel engelliliğın nedenleri şunlardır:

- Annenin hamilelik sürecinde gereksiz ilaç kullanımı
- Annenin hamilelik sürecinde zehirlenmesi
- Annenin hamilelik sürecinde yeterli ve dengeli beslenememesi
- Annenin alkol kullanımı
- Anne karnında bebeğın oksijensiz kalması ve erken doğum meydana gelmesi
- Anne karnındaki bebeğın beslenme sürecinin yeterli olmaması
- Doğum anında bebeğın oksijensiz kalması ya da travmaya uğraması.

2.4.3. Doğum Sonrası Oluşan Nedenler

Uygun şekilde tedavi edilmeyen bazı enfeksiyon hastalıkları zihinsel engelliliğın nedeni olabilir. Beyin hasarının önemli nedenlerinden birisi beyini saran zarların veya beyinin kendisinin enfeksiyonudur. Beyin Travmaları da beyin hasarı ve zihinsel engelliliğın nedenleri arasında sayılmaktadır.

Doğum sonrası nedenler şunlardır:

- Kafa Travmaları ve Merkezi sinir sisteminin Enfeksiyon geçirmesi
- Geçirilen havaleler ve bebeğin doğumdan sonra ağır sarılık geçirmesi
- Tiroid hormonunun eksikliği

2.4.4. Çevresel Kaynaklı Nedenler

Normal gelişim süreci içerisinde ilgiden yoksun bırakılan, fiziksel ve ruhsal ihtiyaçları karşılanamayan bebek ve çocuklarda öğrenme güçlükleri görülebilmektedir(105). Zihin engellilerin % 80-85'ini hafif derecede geri olanlar oluşturmaktadır. Bu durumun nedeni olarak; psikososyal dezavantaj gösterilmektedir. Bu tanım genellikle erken çocukluk döneminde yaşanan yoksul hayat, sosyal ve kültürel bakımından yetersiz düzeyde olan çevreyi tanımlamaktadır (44).

2.5. Zihinsel Engelli Çocukların Gelişimsel Özellikleri

2.5.1. Fiziksel ve Motor Gelişim Özellikleri

Fiziksel gelişme ve büyüme Motor gelişim ile bağlantılı bir şekilde ilerler. Engelli bireylerimizde fiziksel gelişim, metabolik ve endokrin bozukluklar ya da genetik mutasyonlar, gelişimi, kaba ve ince motor becerilerini engellemekte, bu durumda engelli bireylerimizi normal akranlarının gerisinde bırakmaktadır. Araştırmalar engelli çocuklarımızın sosyal gelişimlerdeki yetersizliklerden dolayı fiziksel aktivitelere katılmada güçlük çektiklerini, ilgilerinin az olduğunu ve bu durumda motor performanslarını olumsuz yönde etkilediğini göstermektedir(37).

Motor özellikleri bakımında ele alındığında; Kol bacak kasları gelişmiş engelli çocukların, kaba motor becerilerini (yürüme, koşma, merdiven çıkma vb) normal yaşlıları ile aynı süreçte yapabilir, bazıları ise yaşlılarından gecikmeli olarak yapabilirler. Yürüyüş, sıçrama, atlama, bir mesafeye topu fırlatma ve yakalama gibi temel hareketleri kolay yapabilirler(113).

Motor beceri dönemi kendi arasında kaba motor beceri ve ince motor beceri olarak ikiye ayrılır. Kaba hareket becerileri, kol, bacak, gövde, eller ve ayakları

hareket ettiren kaslarla; ince hareket becerileri ise; parmak, bilek, dudak ve dil hareketlerini sağlayan küçük kaslarla ilişkilidir(37).

“Vücudun bölümlerinin uzunluğunun değişmesi, iskelet ölçüsünde değişme, sinir-kas sisteminin ve çeşitli organların fonksiyonel gelişimi” fiziksel büyüme olarak ifade edilmektedir. Fiziksel büyüme motor performans, eğitimsel başarı ve sosyal davranış üzerinde önemli bir etkiye sahiptir(16, 112).

2.5.2. Zihinsel Özellikleri

Zihinsel geriliği olan çocukların öğrenme kapasiteleri (dikkat, bellek ve genelleme becerileri vb) algılama, öğrenme gibi temel şeylere uygun değildir; fakat bilgiyi toplama, etiketleme, sınıflama, hatırlama ve kullanma yeteneği yetersiz de olsa bulunabilir(86).

Zihinsel özellikleri sıralarsak;

Başarısızlıkları daha çok okuma-yazma ve okuduğunu anlamada, temel aritmetik becerileri kazanmada ortaya çıkmaktadır. Akademik kavramları geç ve güç öğrenirler, dikkatleri dağınık ve kısa sürelidir. Zaman kavramını ve aritmetik kavramları algılama zor gelişir. Bellekleri zayıftır, bu yüzden gördükleri duydukları şeyleri çabuk unuturlar. Çok sık tekrar etmek gereklidir. Duygularını ve düşüncelerini açık ve net ifade edemezler(17, 37, 113).

2.5.3. Sosyal-Duygusal Özellikleri

Zihinsel engelli olan kişiler toplumda daha sıklıkla itici, reddedici tutumlarla karşılaşmış, kötü muamele görmüş ve başarısız olduklarını hissetmiş ve bu unsurlar sonucunda yüksek oranda duygusal bozukluklara rastlanmıştır(17). Kendilerinden yaşça küçük olanlarla yakın ilişki kurabilir, fakat çevresindeki insanlarla kolayca dostluk kuramazlar. Hemen küsebilir ve dostluklarını bitirebilirler. Yalnızlığı severler. Sosyal ilişkilerinde grupta daima başkalarına tabi olma eğilimleri vardır. Oyun ve toplum kurallarına uymakta zorluk çekerler(37).

Bağımsız hareket etmeleri zordur, bu yüzden birilerinin rehberliğine ihtiyaç duyarlar. Çözüm yolları bulamazlar ve etkinliklerde bencildirler(17).

2.6. Beden Eğitiminin Temel Amaçları

Temel Eğitim kanunun 1739 sayılı maddesine göre Beden Eğitimi Ve Sporun amacı; “Bir ülkenin kalkınma ve gelişmesinde önemli rol oynayan insanın, gücü yerinde, fizik kapasitesi yüksek, ruh sağlığı oturmuş, çocukluk yıllarından itibaren sistemli olarak Beden eğitimi ve spor uygulamasına katılmış ve bunu hayatının bir parçası haline getirmiş bireyler yetiştirmektir.”(12). Beden Eğitimi; fiziksel, duyuşsal, sosyal ve zihinsel yönleriyle çocuk ve gençlerin kısacası bütünüünün gelişmesine yardımcı olan bir derstir(85).

Beden eğitimi ve sporun genel eğitimin ayrılmaz parçası olmasının nedeni; Öğrencilerin fiziksel etkinlikler ile gelişimlerini sağlayarak her öğrencinin hareket kapasitesini en üst düzeye ulaştırması ve zihinsel, duygusal eğitimleri içinde şartların daha iyi olarak düzenlenmesine yardımcı olmasıdır. Bu sebep dolayısıyla beden eğitimi ve spor, yetişmekte olan genç nesle zihnen, ruhen ve bedenlen sağlık kazandıran bir etkinlik planı olarak kabul edilmektedir(91).

Engelli bireyler için beden eğitimi programları, gelişimlerini desteklemek ve hareket etme gereksinimlerini karşılamak amacıyla yeteneklerine, sınırlılıklarına göre düzenlenmelidir. Amerika Birleşik Devletleri’nde Başkan olan Ford’un 1975 yılında özel eğitim yasa tasarısını (PL 94-142) imzalaması ile birlikte beden eğitimi tüm engelli çocuklar için zorunlu hale getirilmiştir. Yasa da; “bireysel ve grup oyunlarının dans, spor, su sporları gibi branşların engellilerin serbest zamanlarını başarılı bir şekilde kullanmalarını sağlamak ve mesleki eğitim için ihtiyaç duyulacak düzeyde fiziksel ve temel motor uygunluğunu geliştirmek” olarak açıklanmaktadır(91).

Bu yasaya göre;

1. Eğitim görmek her engelli çocuğun hakkıdır.
2. Her engelli çocuğun beden eğitimine katılması zorunludur.
3. Her engelli çocuğa sporda eşit fırsatlar sunulmalıdır.
4. Anne baba eğitimi yapılmalıdır.

5. Tüm engelli çocukların bireysel beden eğitimi programı çerçevesinde eğitilmesi temel alınmalıdır (91).

Temel amaçları oluşturan diğer bir unsur olan Organik gelişim; organizmanın kalıtsal güçlenmesi, hareket sonucu kas ve kemik sistemlerimizin ve iç organlarının sağlık ve dayanıklılık kazanarak gelişmesidir. Sinir-kas gelişimi; kas eğitimi sonucunda yeteneklerin ve motor becerilerin gelişmesidir. Bütün süreçleri kapsayan bir diğer unsorda zihinsel gelişimdir. Zihinsel gelişim ise; etkinlikler yoluyla yaparak, yaşayarak öğrenme sonucunda, öğrenme için gerekli algılama, düşünce, akıl yürütme, kıyaslama ve temel kavramların gelişmesidir(16).

Beden eğitiminin temel amaçları sıralanırsa; Duyulan Hareket ihtiyaçlarını karşılamak, baskıcı ve şiddet içerikli yaşantılarından sıyırmak, Başarma duygusunu geliştirmek, Sosyalleşmelerine destek olmak, ailelere çocuklarının neler yapabildiğini göstermek, Sağlıklı yaşam biçimi davranışları geliştirmek, özel eğitimlerine ve Rehabilitasyon programlarına destek olmak ve yetenekleri doğrultusunda çocukları performans sporlarına yönlendirerek kendilerini gerçekleştirmelerine destek sağlamaktır(117).

Ülkemizde Beden Eğitimi öğretmenlerinin engelli bireylerin spor eğitimi konusunda yetiştirilmeleri 2000 yılında Yüksek Öğretim Kurulu tarafından Beden Eğitimi ve Spor öğretmenliği ders programına “ Engelliler İçin Beden Eğitimi Ve Spor” dersinin yerleştirilmesi ile başlatılmıştır. 2005 yılında programa “Özel Eğitim” dersinin konması ve “ Engelliler İçin Beden Eğitimi Ve Spor” dersine uygulama saatlerinin eklenmesi ile alana özgü dersler artmıştır. Engelliler için beden eğitimi ve spor alanında yetiştirilen öğretmen eksikliği halen kurumlarda görülmektedir(91).

Engelli çocuklar için Beden Eğitiminin nitelikli beden eğitimi öğretmenleri tarafından verilmesini sağlamak amacıyla geliştirilen standartları sıralarsak; İnsan Gelişiminde teorik ve pratik çalışmalarda yeterli olmak, fiziksel ve motor gelişim bilgisine sahip olmak, egzersizin bilimsel prensiplerini teori ve pratik çalışmalarda yeterli düzeyde ortaya koyabilmek, ölçme ve değerlendirmeyi yapabilecek donanıma sahip olabilmek, gözlem gücüne dayanarak engelli bireylerin özelliklerini ele alabilmek, program geliştirme ve değerlendirilmesi ile ilgili bilgiye sahip olabilmek gibi standartlar kaliteli öğretime destek niteliğindedir(71).

2.7. Zihinsel Engelli Bireylerin Beden Eğitiminde Dikkat Edilecek Noktalar

Zihinsel sağlığı korumak ve fiziksel aktivite alışkanlığı kazandırmak için beden eğitimine karşı geliştirilen tutum kritik bir özellik taşımaktadır. Beden eğitimine karşı olumsuz tutum geliştiren öğrencilerin, küçük grup eğitimi ya da bireysel eğitim ile olumlu tutum kazanmaları için eğlence ve gerilim giderici etkinliklere katılmaları önerilmektedir. Yavaş koşu ve bisiklet sürme gibi günlük egzersiz formları eğlendirici hoş giden ve doyurucu aktivitelerdir(91).

Yapılan programlar okullarda uygulanan eğitim programının özünü oluşturmali ve seçmeli spor programıyla iç içe olmalıdır. Eğer mümkünse beden eğitimi derslerine normal çocuklarla girmelidir. Bazı çocukların yardıma ihtiyacı olduğundan sınıflarda küçük gruplar oluşturmali ve Bunlar sadece homojen gruplardan değil heterojen gruplardan da oluşturulmalıdır.

Zihinsel engelli bireyler kaba ve ince motor beceri gelişiminde normal gelişim gösteren çocukların gerisindedir. Zihinsel geriliğin artması ve dolayısıyla yaşının ilerlemesi ile motor gelişiminde görülen bu kaybın gittikçe arttığı ve normal gelişim gösteren yaşlıları ile karşılaştıklarında büyük farklılıkların görülmesi dikkate alınarak programlar hazırlanmalı ve Ritimli çalışmalara yer verilmelidir(22, 24).

Spor eğitimi uygulamaları, engelli çocukların motorsal özelliklerini geliştirmede önemli bir alan oluşturmaktadır. Bireysel veya grupla yapılan sportif etkinliklerde engelli bireyin kas ve kemik gelişimini sağlamak, hız, esneklik, dayanıklılık ve koordinasyon gibi yapıları geliştirmek temel amaçlardır. Kendi ihtiyaçlarına yetebilecek düzeyi elde edince bağımsız hareket etme özelliği gelişecektir(31).

Beden eğitimi programları, bireyin gereksinimlerine, gelişimsel özelliklerine göre farklılık göstermekte ve Beden eğitimi programlarının en önemli hedefinde ise; bireyin kendine güvenmesi ve kendini tanıması yatmaktadır(62).

Beden eğitimi derslerinde bütün çocuklar için olumlu bir deneyim olmasını sağlamak için, normal gelişim gösteren çocukların engelli olmanın nasıl bir şey olduğunu anlamalarını sağlamak mükemmel bir ilk adımdır. Engele sahip olmanın ne demek olduğunu hissetmelerine olanak sağlandığında, çocuklar çok iyi empati kurma

davranışı sergileyebilmekte ve özel gereksinimi olan arkadaşlarını daha iyi anlayabilmektedirler.

Genel olarak sıralanırsa; Yeni öğretilecek beceri ya da davranışın net biçimde tanımının ve görev analizinin yapılması, Öğrencinin performansının sıklıkla ölçülmesi, öğrencinin derse aktif katılımının sağlanması, Öğrenci performansına ilişkin geri bildirim sağlanması, yeni öğrenilmiş becerilerin farklı ortamlarda kullanımının geliştirilmesi engellilerin beden eğitiminde dikkat edilecek noktalardan bazılarıdır(44).

Aktiviteler belirlenirken bireysel farklılıklar dikkate alınmalıdır.

1. Aktiviteler zihinsel engelli öğrencilerin gereksinimlerine göre belirlenmeli ve Aktiviteler, öğrencilerin ilgi düzeyine uygun olmalıdır.
2. Bir aktiviteye katılmak istemeyen öğrenciyi serbest bırakmak önlem olarak düşünülebilmektedir.
3. Zihinsel engelli öğrenciler, bireysel çalışmalara daha fazla ilgi göstermektedir.
4. Öğrencilerin yeteneğine uygun hedefler belirlenmelidir.
5. Diğer insanlarla bir araya gelmelerine yardımcı olacak algısal – motor aktiviteler planlanmalıdır.
6. Program, motor beceri gelişiminde öncelikli beceriler belirlenerek hazırlanmalıdır.
7. Becerileri en iyi şekilde öğretmek için aktivitelerde bulunan motor işlemler analiz edilmelidir.
8. Eğitim yöntemi olarak " fiziksel yardım' etkili öğretim tekniği kullanılmalıdır.
9. Saldırgan davranışların oraya çıkma süreci gözlenmeli, bu davranışların kuvveti ve sıklığı izlenebilmeli ve kontrol altına alınarak hafifletile bilmektedir.
10. Olumlu davranışların ödüllendirilmesi izlenecek etkin yollardan biri olarak kabul edilmektedir. Dikkatlice planlanmış program ve stratejilerle nöratik davranışlar azaltılabilmektedir(13, 91).

Kınalı' ya göre;

1. Eğitime başlamadan önce, çocuklar sağlık kontrolünden geçirilmelidir.

2. Yapılacak hareketler öğretmen tarafından çocukların özelliklerine göre belirlenmelidir.
3. Özürlü bakımından benzer özellik gösteren çocuklara ortak çalışmalar yaptırılmalıdır.
4. Hareketlerde önce büyük kasların sonra da küçük kasların gelişimi amaçlanmalıdır.
5. İlk etkinliklerin oyun düzeyinde olması, daha sonra ise kurallı hareketlere geçilmesi uygundur.
6. Hareketler basitten zora doğru düzenlenmelidir.
7. Hareketler yapılırken ritim araçlarından yararlanılmalıdır.
8. Hareketlerin sonunda sözel ödüller verilmelidir(16).

2.8. Beden Eğitimi ve Sporda Vücudu Tanıma

Zekâ özürli çocuğun fizik eğitiminde ilk adım ona vücudunu hissettirmek ve vücudunun işlevlerini somut olarak kullanmasında yardımcı olmaktır. Bedenine hâkim olmayı öğrenen çocuğun kendini algılayışı değişir ve olumlu benlik gelişimi için fırsat yaratılmış olur. Ayrıca zekâ özürli çocuk fiziksel olarak gücünü fark ettiğinde, bu gücün verdiği güvenle diğer alanlarda da deneme yapmaya karşı motive olur(16).

Beden kavramı, beden parçalarını isimlendirme, beden ve parçalarının mekânda nasıl hareket ettiğini anlamayı kapsar. Beden kavramı, beden şeması ve beden imajı üzerine kuruludur. Bedenin farkında oluşu geliştirmek ve uyarmak için hareket deneyimlerinin önemi ve hareket için de beden farkındalığının önemi açıktır. Gelişimsel yıllarda beden parçalarının tanındığı, isimlendirildiği, işaret edildiği aktiviteler, taklidi hareketleri, hareket ve araştırma, yüzme oyunları, ayna önünde yapılan aktiviteler ve çeşitli aktiviteler, beden farkındalığını desteklemeye yardım eder. Gerçekte bütün kaba motor aktivitelerin beden farkındalığını kapsadığı unutulmamalıdır(91).

Beden parçalarını tanıma, algısal motor fonksiyonun gelişiminin bir sonucu olarak gerçekleşmektedir. Daire ya da kare şeklindeki oyun formasyonunu anlama, oyun ve dans hareket direktiflerini anlama algısal motor fonksiyonlara bağlıdır. Zihinsel engelli, serebral palsili ve öğrenme güçlüğü olan çocuklarda algısal motor

problemler yüksek oranda görülmekte ve birçok araştırma algısal motor eğitiminin bu problemleri düzelttiğini ve bilişsel, dil, motor fonksiyonları geliştirebildiğini göstermektedir(91).

Bedenin orta kısmının farkına varılmasını takiben vücut ağırlığını taşıyan kısımların tanınması sağlanmalıdır. Dik durabilmek, denge sağlayabilmek ve esnek bir biçimde hareket edebilmek için diz eklemlerinin iyi kontrolü ve kas kuvveti gereklidir. Dizlerinin bilincinde olan çocuklar, uygun bir kuvvet ve esneklikle dizlerini kullanabilirler ve normal bir biçimde yürüyebilirler. Dizlerin üzerinde yürünebilir, dönülebilir, yerde yapılan etkinlikler ile dizler hissettirilir(16).

Kalçalar da vücut ağırlığının dengelenmesinde önem taşırlar. Zekâ özürlü çocukların kalçalarını fark etmeleri oldukça güçtür çünkü kalçalar merkezdedir ve beden en ağır olan kısımlarıdır. Çocuklar oturma pozisyonunda dönme hareketi yaparak kalçalarını fark edebilirler. Özellikle de düşme hareketlerinden son el ve ayaklardan yardım alarak ayağa kalkma, kalçaların farkına varılmasını sağlar(16).

Gövdenin ve vücudun ağırlığını taşıyan kısımların (diz ve kalçaların) tanınmasının yanında çocukların el, ayak, dirsek, omuz ve yüzü tanımaları gerekir. Ayakları yere basarak, dirsekleri dizlere vurarak, yüze ellerle dokunarak fiziksel temas ile diğer vücut kısımları tanınabilir(16).

2.9. Beden Eğitimi ve Sporun Zihinsel Engelli Bireyler İçin Önemi

Beden eğitimi ve sporun temel amacı; insanın beden ve ruh sağlığını geliştirmek, iradesini güçlü kılmaktır. Beden eğitimi, kişinin fiziksel hareketlere katılmak suretiyle davranışlarında bedensel, duygusal, sosyal ve zihinsel yönden değişim meydana getirme sürecidir(110).

Spor, bireyin organik, psikolojik sağlığını geliştiren, sosyal davranışlarını düzenleyen, zihinsel ve motorik belirli bir düzeye getiren biyolojik, pedagojik ve sosyal bir olgudur(90).

Spor birçok hormonun sağlıklı ve dengeli salgılanmasına yardımcı olur ve Sportif etkinlik sırasında vücutta mutluluk hormonu adı verilen endorfin salgılanır. Spor yapmaya devam edildikçe endorfin salgısı artar ve bu da kişinin rahatlamasına gevşemesine, stresin atılmasına yahut azaltılmasına yardımcı olur. Spor yapan

kişilerde kendine güven duygusu artar, zihinsel ve bedensel gevşeme meydana gelir ve kişi geleceğe umutla bakar(11).

Spor eğitimi; eğitici olmasının yanı sıra uygulamada kişiyi gerekli bilgi ve kabiliyetlerle donatmakta hem de sosyal çevrenin değiştirilmesine ve düzenlenmesine yardımcı olmaktadır(73, 75).

Fiziksel egzersizler özel gereksinimli bireyler için büyük önem taşır. Düzenli egzersizler bireyin fiziksel ve duygusal açıdan daha sağlıklı yaşam sürmesine olanak sağlar(50). Spor veya fiziksel aktiviteye katılım kişinin farklı kimlik rollerini keşfetmesini ve kendini algılayış sürecini olumlu yönde değiştirme fırsatı sunar ve engelin farkındalığını azaltır(50, 107).

Spor, sosyalleşme sürecini, işbirliğini, kişisel disiplini geliştiren toplumsal ve sosyal yarar sağlayan önemli bir etkinliktir. Engellilerin şehir yaşamında ve ulaşımında büyük sorunlarla karşı karşıya geldikleri ve bu sorunların yanında onların toplum içinde sosyal ve sportif aktivitelere yönlendirecek, eğitecek, tedavilerine yardımcı egzersizler yaparak vücut kaslarını güçlendirecek uygulamaları yaptıracak özel eğitilmiş spor öğretmenlerine ihtiyaç duyulduğunda unutulmamalıdır(9).

Sportif etkinlikler fonksiyon kaybına uğramış engelli bireyi fiziksel, zihinsel, psikolojik ve sosyal yapısıyla bir bütün olarak ele alırken, kendisi ve toplumu ile barışık ve bütünleşmiş bir biçimde yaşam sürmesine de katkı sağladığı açıktır. Spor günümüz dünyasında engellilerin eğitimi ve Rehabilitasyonun da tedavi aracı olarak kullanılmaktadır. Sporun olumlu etkileri engelli kişinin kendisine, ailesine, iş çevresine ve topluma doğrudan yansımaktadır(37).

Bu olumlu etkiler ışığında yine İl dışında yapılan kamplarda, yarışmalarda, spor eğitimlerinde ailelerinden uzakta kalan çocuklar, bağımsız olabilme becerisini kazanmayı öğrenirken bunun yanında sosyalleşerek topluma katılan mutlu ve doyumlu bireyler olurlar. Spor eğlence, heyecan, yeni arkadaşlıklar kurma, sosyal çevreyi keşfetme, edindikleri becerileri günlük hayata aktarabilme gibi olumlu özellikler kazandırarak, çocukların zihinsel ve fiziksel süreçlerinin farkındalığını ve yaşam kalitesini arttırmaktadır.

Ülkemizde Engelliler için beden eğitimi ve spor ya da Engelliler için fiziksel aktivite olarak kullanılan kavram, uluslararası alan yazınında yaygın olarak Adapte

Edilmiş Fiziksel Aktivite ya da Adapte edilmiş Beden Eğitimi ve Spor olarak kullanılmıştır. Bu terim 1973 yılında fiziksel aktivite federasyonu kurulduğunda Kanada ve Belçikalı bilim adamları tarafından ortaya atılmıştır. Adapte edilmiş fiziksel aktivite; engel, hastalık ya da yaşlılık nedeniyle bireyin sınırlanmış kapasitesine uygun olarak düzenlenen fiziksel aktivite ve spor etkinlikleridir(91).

Engelliler İçin Fiziksel Aktivite Federasyonu'na (IFAPA) göre; engelliler için fiziksel aktivite; hizmet sunan bir meslek alanı, çok disiplinli akademik bir alan, teori ve pratik arasında dinamik bir sistem, engelli bireylerin haklarını savunma ağı'dır(91).

Büyüme ve gelişmeyi etkileyen önemli eğitsel yardımlardan biri de beden eğitimi programlarıdır ve bu programlar sırasında çocuk, program, eğitici konularında sürekli değerlendirmeler yapılarak, etkili program ve uygun tekniklerin ortaya çıkarılması mümkündür(86).

Engel gruplarına özel olarak Beden Eğitimi dersinin düzenlemeleri yapılırken öğrencilerin ihtiyaçları dikkate alınmalı ve farklı sportif aktivitelerin sağlanmasına dikkat edilmelidir. Fizyoterapistler, psikologlar ve medikal doktorlarla bu planlamaların çalışılması gereklidir(69, 115).

Yapılan çalışmalarda öğretmenlerin çocuklar ile sıcak ilişki kurup onlara güven verecek şekilde kendilerini ayarlamalı, çocukların kendi vücut parçalarını tanımalarına yardımcı olmalı ve çocuklardaki bireysel farklılıklar göz önünde bulundurularak, hareketler basitten zora doğru planlanmalıdır.

Spor; bedensel ve zihinsel yönden sağlıklı bireylerde, hem de engelli kişilerde son derece önemlidir ancak; engelli bireylerin spora olan gereksinimleri daha fazladır ve engelli bireylerin hareket etme, haz alma, eğlenme ve başarıma gereksinimlerinin karşılanmasında önemli bir araçtır(91).

Spor engelli bireylere keyif vererek, iletişim ve paylaşımı geliştirmekte, motivasyonu artırmakta ve olumlu kişilik özelliklerinin kazandırılmasına destek olmaktadır(61). Engelliler spora en az normal insanlar kadar ihtiyaç duyar, Spor engelli kişiyi topluma ve üretime kazandırır ve sağlam olan vücut adalelerini güçlendirip günlük hayatını kolaylaştırır(103).

Engelli bireylerin düzenli ve sürekli olarak fiziksel aktivitelere katılımları desteklenmeli, Beden Eğitimi ve spor faaliyetleri yanında takım veya bireysel spor dallarına da yer verilmelidir. Bu katılımlara seçimler yapılırken engel gruplarına uygun spor branşları belirlenerek, spor eğitiminde uzmanlaşmış spor öğretmenleri gözetiminde, bireyin doktoru veya fizik tedavi uzmanı ile psikolojik danışmanların denetiminde ailelerin de aktif katılımı sağlanarak düzenlenmelidir(93).

Araştırmalar düzenli spor aktivitelerinin, grup egzersizlerinin ve takım oyunlarının zihinsel engelli bireyler için fiziksel, zihinsel, sosyal ve ruhsal olarak yararlar sağladığını ve aileleri açısından çocuklarını daha iyi anladığını ve topluma daha uyumlu olduklarını göstermiştir. Spor, engelli bireylerin sağlam ve engelli bireylerle bir araya gelmelerine olanak sağlayarak özel eğitimde ulaşılması hedeflenen “uyum” için son derece önemli bir işlevi yerine getirmektedir(31).

Sportif aktiviteler bireyin keşfedilmemiş özelliklerini ve yaratıcı yönünü harekete geçirerek, kendisine güveni sağlar ve ferdin toplum üyeliği kazanması olan sosyalleşmesinde önemli rol oynar(113).

Yarışmaların; gelişen kas kuvveti ve koordinasyonu geliştirmesiyle birlikte; zihinsel engelli bireylerin motivasyonunu arttırmada ve teşvik edici ortamlar sağlamaktadır. Özel olimpiyatlar, zihinsel engelli çocukların birbirine karşı yarıştıklarında başarılı olabileceklerini ortaya koymuş ve spora özgü yeteneklere sahip oldukları, disipline ve koordine edebildikleri tespit edilmiştir(113).

Zihinsel engelli çocukların su sporunu, atletizm, basketbol, jimnastik, voleybol, kayak, buz hokeyi, kano, masa tenisi, bisiklet gibi özel olimpiyatlara dâhil edilen birçok sporu yapabildikleri görülmüş ve bireysel sporlarda daha başarılı olmalarına rağmen, basketbol gibi grup oyunlarının da çocuklar arası etkileşimi sağladığı ve oyunculara başarıyı hissetme ve memnun olma şansını verdiği gözlemlenmiştir(113).

Engelli bireylerin beden eğitiminde geliştirilen hedefler tüm gelişim alanlarını içermesinden dolayı önemlidir. Hedefler doğrultusunda hazırlanacak beden eğitimi programlarının çocuklara birçok gelişimsel yararlar sağlayacağı düşünülmektedir(91).

Bu model; Olumlu benlik kavramı (hareket yeteneğini ve beden beğenisini artırabilme), Sosyal yeterlilik (paylaşma, iletişim kurma, yalnızlığı giderme), Motor beceri ve modeller (koşma, yakalama, fırlatma vb), Fiziksel ve motor uygunluk (ideal ağırlık, kas kuvveti, dayanıklılığı), Algısal motor fonksiyon ve duyuşsal bütünleşme (görsel, dokunsal, işitsel ve kinestetik fonksiyonları geliştirebilme), Serbest zaman becerileri (eğlence sporları, spor dans, su ve grup oyunlarında becerileri geliştirebilme), Gerilim giderilmesi (eğlenmek, rekreasyon aktiviteleri, mutlu olabilme, gevşemeyi öğrenebilme), Oyun becerileri (basit oyun stratejileri ve kurallarını öğrenebilme), Yaratıcı ifadeler (hayal etmeyi öğrenebilme, yeni oyunlar, dans ve hareket sırası yaratabilme vb)(91).

Sonuç olarak; Sporun olumlu etkileri göz önünde bulundurulduğunda, engelli bireylerin sosyalleşmesinde, fiziksel ve ruhsal olarak kendilerini topluma ait hissetmelerinde, başarı hissiyatını tatmalarında, algılama kapasitelerinin artmasında, yeni ortamlar tanımalarında, konuşma becerilerinin artmasında, yaşam kalitelerinin artmasında, bağımsız hareket edebilmelerinde sporsal faaliyetlerde başarı göstermelerinde ve aileleriyle daha iyi ilişkiler kurmasında sporun etkisinin fazla olduğunu görmekteyiz. Toplum olarak bu etkinin farkında olmak ve onlara destek vermek, onları kazanma yolunda güzel bir adım olacaktır.

2.10. Farkındalık Nedir

Farkındalık, başlangıcı, sonu ve başı olmayan değişmez olan asli hâldir ve O bütün eylemlerin ortak ana kalıbıdır. Farkındalık, bilince ve zihne derinlemesine işleyen iç görüdür. Farkındalık bir bütünsel olarak bilincin farkında olmak, tanımak ve kavramaktır(83).

Farkındalık; “Farkına varma, bilişsel ve duyuşsal bir etkinliktir(39). Yaşantı geçiririnin bir şekli ve enerji, bilişsel, duyuşsal ve devinimsel destekle, bireysel ve çevresel alanda, olayla temas kurma sürecidir(46).

Farkındalık, bireyin kendisinin ne olduğunu ve kendisi hakkındaki gerçekleri bilmesidir. Farkındalık öyle bir yaşantıdır ki, yaptığımız bir şeyi bize nasıl yaptığımızı gösterir. Yaşantı döngüsünün veya birey /çevre ilişkisinin gerçekleşebilmesi için farkındalığın olması temel unsurdur. Farkındalık kapasitesi, bize kendimizi ve çevremizi düzenleyebilmek için gerekli olan geribildirim sağlar.

Bizim birey/çevre etkileşimini etkili bir şekilde gerçekleştirebilmemiz; bize ne olduğuyla ve de bizim davranışlarımızın çevredeki etkisiyle ilgili olmak üzere iki temel konuda gerekli geribildirim alabilmemize dayanmaktadır. Bu kaynaklardan yoksun olunması durumunda, etkili bir birey /çevre ilişkisi gerçekleşmeyecektir. Bu kaynakların içe koşulması durumunda da, karşılaşılan problemlerle baş etme kapasitesi artacaktır. İnsanın gelişmesinde ve büyümesinde de, bu yetenek önemli bir role sahiptir(5).

Farkındalık kavramı, 1970li yıllarda psikoloji dünyasına, Jon Kabat-Zinn'in çalışmaları ile girmiştir. Farkındalık "Belirli bir yönde dikkatini vermek ve bir amaçla şimdiki zamanın içerisinde yargılamadan var olma sürecidir. Farkındalık; istemli bir şekilde ve herhangi bir değer atfetmeden an ve an yaşantılanan deneyimlere yönlendirildiğinde ortaya çıkan bir uyanıklık halidir(63).

Farkındalık ne geçmiş, nede geleceği düşündürmektir, farkındalık sadece AN' a odaklanmaktır(99).

Geştalt felsefesinin temel kavramlarından birisi de farkındalıktır. Farkındalık “ AN’ a ait bir kavramdır. İlk olarak insan, kendisinin neye ihtiyacı olduğuna, sonra da eldeki kaynaklarla ihtiyacını nasıl giderebileceğine odaklanır. Farkındalık, kendimizi bilmektir. Kendi yeteneğimizi görebilmek, sınırsız potansiyelimizi hissedebilmek ve kendi yarattığımız engelleri anlayabilmektir.

Geştalt Terapisinde amaç; kişinin AN’ da geçerli olan deneyimini açık olarak algılayarak farkındalığını arttırmada yardımcı olmak ve neyi, nasıl yaptığını fark ettirmektir. Terapi sırasındaki farkındalık; çevreyi bilmek, seçim yapmanın sorumluluğunu almak, kendini bilmek ve kendini kabul etme becerisidir(39).

Farkında oluş Geştalt Terapinin ana kaynağıdır. Bilincine varış, farkında oluş, yaşamımızın her yönünü, duygu, düşünce ve duyumları, davranışları, çevremizde ne olup bittiğini ve nasıl bir ilişki içinde olduğumuzu kapsar(29).

Geştalt yaklaşımına göre;

- İnsan çevrenin bir parçasıdır ve çevreden bağımsız olarak anlayamayız.
- Her birey duygu, düşünce ve hissiyatıyla oluşan bir bütündür ve bunlar birbirlerinden ayrı düşünülemez.

- Her birey çevresine tepkide bulunacağı gibi çevresini de etkiler. Çevreyle temasında yaşadıklarının nedeni ve sonucudur.
- Her birey kendisinin farkında olma kapasitesine sahiptir.
- Her birey kendisinin bilincinde olduğundan seçim yapma yetisine sahiptir ve bu sebeple de kendinden sorumludur.

Geçmiş ve gelecek bir kenara bırakılarak, Her birey içinde bulunduğu AN da yaşayabilir. Geçmiş ve gelecek hatırlanarak yine ŞUAN da yaşanır.

Farkındalık, duyu organlarıyla algılanabilen, çevresiyle temasa geçerken neyi, nasıl yaşadığının bilincinde olmayı gerektiren ve geçmişe ait hatırlananlar değil, şimdide olanlara ilişki içerisinde olma sürecini kapsar(3, 21, 80).

Hepimiz farkında olduğumuzu sanıyoruz, bu farkında olmadığımız şeylerden birisidir. Sadece işlevsel olarak farkındayızdır. Yürürken, yürümekte olduğunu biliyor musun? Sessiz olduğunda, sessiz olduğunun farkında mısın? Yemek yerken, yeme işlevini izleyen farkındalık yanı başında mı? O farkındalık büyük bir aydınlanmadır. İşlevi yoktur, faydalı olma maksadı yoktur, birtakım sonuçlara ulaşmak için bir araç değildir. Kendi kendine yeterlidir. Öylesine derin bir tatmindir ki, öylesine güçlü bir bırakmadır ki, hiçbir şey yapman gerekmez. Sadece olmak, tasarlayabilmiş olduğundan fazlasıdır; sadece olmanın neşesi, yalnızca mevcut olmanın mutluluğu vardır(89).

Farkındalık; yaptıklarının sorumluluğunu alarak kişinin kendini anlayarak değiştirebilmesidir. Gestalt Terapisi kişinin bilinçdışı Motivasyonlarının farkındalığa çıkarılışına önem verir. Farkındalık “AN” da neler yaşıyorum sorusunu yanıtlamak için, kendisini gözlemlemesi yoluyla elde edilen zihinsel bir durum olarak tarif edilebilir. Farkındalık dikkatinizi “AN” a odaklamakla ilişkilidir. Dikkat şimdi tüm duyu organlarımızla hissettiğimiz AN’ da mevcuttur(66).

Her birey şimdi de yer alan dört grupta toplanabilecek şeyleri fark etme kapasitesine sahiptir.” Kişi;

1. Dış dünyanın, nesnelerin ve olayların,
2. Kendi iç dünyasının, fizyolojik tepkilerinin duygularının, isteklerinin,
3. Diğer insanların iç dünyalarının (empati),

4. Evrendeki bütünlüğün farkındalığın varabilir.

Kadim bilgiler farkındalık olayını çözmek istiyorsanız ruhunuzda ikilem yaratan, beyninizin içindeki sesi arttıran düşüncelerden, olaylardan, inançlardan, vs. kurtulabilirsiniz, işte o zaman evrenle bir bütünlüğü kavrayabilir ve muazzam bir evrende yaşadığımızın bilincinde olabileceğimizden bahseder. Farkındalık 3 grupta toplanmaktadır.

2.10.1. Zihinsel Farkındalık

Zihin; bilincin düşünme faaliyetlerini yerine getiren bölümüne; insandaki anlama, kavrama, düşünme ve algılama yetilerini barındıran temel kısma karşılık gelmektedir(97).

Zihin; Kaynağı beyin olan ve kendini özellikle düşünce, algı, duygu, irade, bellek, hayal gücü gibi biçimlerde gösteren insan bilinçliliği ya da akıllı bir organizmada, zihinsel ve fiziksel davranışı etkileyip yönlendiren bilinçli-bilinçsiz süreçlerin tamamıdır(25).

Zihin geçmişteki olaylara ve gelecekle ilgili endişelerle vakit geçirme eğiliminde olduğundan Şimdiki anda çok fazla kalamaz. AN' a dikkat ettiği zamanlarda ise yargılar, karşılaştırır, yani olanı olduğu gibi algılama yerine kendi bildiğini yaşama ve yaşatma eğilimi gösterir. Bu eğilimler genelde olumsuz düşünceler ve onların tetiklediği olumsuz ruh hallerine yol açar. Bu da kişide çözülmesi gereken bir problem olarak karşısına çıkar(65).

Zihnin en belirgin özelliklerinden biri de; zihinde olup bitenlerin başkalarının görülememesi ve anlaşılamamasından ötürü kişinin kendi dünyasıyla baş başa kalmasıdır(97).

Meditasyon kim olduğumuz hakkında bir şeyler söyleyen, kendimizi bilmemize destek olan süreçle ilgilidir. Meditasyon, bilinçsizlik uykusundan uyanmamızı sağlar ve böylece bilinçaltımızdaki tüm olasılıklara ulaşma imkânı verir. Meditasyon, dikkatimizi ve farkındalığımızı derinleştiren bir süreçtir(15, 66).

Budaların bütün çabası, senin bilincini ortaya çıkartmak ve sana işlev gösteren zihin ile işlevi olmayan, sadece bir ayna olan saf zihin arasındaki ayrımın net olarak farkındalığını kazandırmaktır(89).

Zihin gerçekten açık olduğunda öğrenmek ve yaşamsal değişiklikler gerçekleştirmek mümkün olabilir ve Farkındalık uygulamasında bütün benliği bu sürece dâhil etmek gerekir(64). Farkındalık temelli yaşam uzun çalışma gerektiren, zihni eğiterek enerjiyi yönetme becerisi kazandıran, AN da zihni açık tutarak yaşamayı sağlayan bir hayat şeklidir(79).

Çok farklı unsurlar zihninizde bir araya getirildiğinde bizim için bir anlam taşıyacak hale gelmek ve aynı anda değişik sinyaller almaktayız. Bununla beraber alınan bu sinyallerle birlikte bir karar almakta ve anlamlı bir bütün oluşturmak için hangilerini alacağımıza veya almayacağımıza ve hangilerini birleştirerek kullanacağımıza karar veririz. Zihinde gerçekleşen bu filtreleme ve karışım oluşturma işinin önemli bir kısmı genellikle farkında olmadan yapılmaktadır(5).

Farkındalık temelli stres azaltma programında 7 temel unsur; (yargılamama, zorlamama, kabul, izin verme, güven, acemi zihin, sabır) zihinsel sürecin gelişimi açısından önem teşkil eder. Birey zihnini bir şeyleri yargılarken bulduğunda bunu durdurmaya çalışmamalıdır. Bu yargılama farkındalık geliştirmek için önemli bir kısımdır. Sabır; bireyin zihninin gergin ve karmaşık olduğu zamanlarda özellikle yardımcı olabilir. Sabır uygulamaları zihni gereksiz yere yorarak, zaman kaybetmeye gerek olmadığını hatırlatır. İçinde yaşanan zamanın sahip olduğu eşsizliği ve zenginliği görmek için her şeyi sanki ilk sefer yaşıyormuş gibi görmeye istekli olan acemi bir zihne sahip olmanın gerekliliği ve meditasyonun öz benliği fark etmek, zihin ve beden sesini duymayı öğretmek gibi amaçlara hizmet ettiği görülmektedir(66).

2.10.2. Bedensel Farkındalık

Bireyin bedeni ile bağlantı kurmasını sağlayan en güçlü yöntemlerden birisi de beden tarama tekniğidir. Bu tarama tekniğinde birey bedeni üzerine kapsamlı ve anlık odaklanmakta ve bu da bireyin aynı anda hem konsantrasyonunu hem de bedeni konusunda zihinsel esneklik geliştirmesine olanak sağlamaktadır(79).

Bu teknikte, kişi sırt üstü uzanır ve zihnini vücuduna odaklar. Odaklanma Sol ayak parmaklarından başlar ve sonrasında dikkat ayağa, bacağa, karın bölgesine, sonra sağ ayaktan karın bölgesine doğru kaydırılır. Sonra bele, sırtta, göğse, omuzlara verilir, en son da ellere, kollara, boyna, yüze, başın arka ve ön kısmına verilerek

egzersiz sonlandırılır. Bedenin her bir noktasında solunumun etki etmesi amaçlanmaktadır.

Farkındalık egzersizi, kişinin, içinde bulunduğu andaki düşünce ve davranışlarını yargılayıcı olmadan fark etmesini amaçlayan bir teknik olmakla birlikte Budizm ve klasik meditasyonun bilgelik ve iç görü boyutlarından köken alır. Farkındalık temelli derin düşünme egzersizlerinde uygulanan birçok farklı yöntem uygulanmakta ve bunların başında; Egzersiz esnasında alınan ve verilen her nefese odaklanarak sözel bir etiket koymak, yalnızca işitsel uyarılara ya da görsel imgelemlere odaklanmak gibi etkinlikler gelir. Bu sayede kişi, bilişsel farkındalık ile bedensel farkındalığı birleştirme fırsatı bulur(64).

Beden farkındalığıyla ilgili yapılan başka bir çalışma ise; nefes egzersizidir.

Nefes alıyorum bedenimin farkındayım; nefes veriyorum bedenimin farkındayım

Nefes veriyorum bedenimi rahatlatıyorum; nefes veriyorum nefesimi rahatlatıyorum.

Bu yapılan iki egzersizle nefes farkındalığı ile birlikte beden farkındalığı da oluşacaktır. Beden farkındalığı, bedenin rahatlamasıyla başlar. Bedenin rahatlaması zihnin rahatlaması anlamına gelir. Zihin ve beden birliği böylece oluşmuş olur.

2.10.3. Duyuşsal Farkındalık

Duyu; bir duyu sinirinin, alıcı sinir ya da organlarından birisinin uyarılması sonucu beyin belli bir bölgesinin aktifleşmesiyle oluşan bir izlenim veya bu izlenimin farkında olma durumudur(25).

Duygu; içsel ve dışsal uyarıcıların zihinsel işlevlerden ayrı olarak bireyde yarattığı etkiler bütünü olmakla birlikte uyarımların sonucu haz ya da elem doğrultusunda uyanan izlenimleri analiz etme süreci olarak tanımlanmaktadır(48).

Duygusal farkındalık, kişinin kendisinin ve diğerlerinin duygularını tanıma yeteneği olarak açıklanmakta ve duygunun yaşanması ve ifadesinden farklı bir şekilde o andaki duygu hakkında bilgi sahibi olmayı da içermektedir(81). Duyguların yansımaları yüz ifadesi veya sözel bir ifade gibi dışsal göstergeleri içerirken bu durum duyguların farkında olmayı gerektirmez. Duyguların farkındalığı yaşantıyı içerir ve

sadece duyguların yaşanmasının dışında duygusal yaşantılar hakkında düşünmeyi de kapsar(46).

Duygusal farkındalığı ölçmeye yönelik kullanılan çeşitli araçlar bulunmaktadır. Duyguların farkındalığı ve duyguların ifadesinde güçlük olarak nitelendirilen aleksitimiyi ölçmeyi amaçlayan *Toronto Aleksitimi Ölçeği* (Mayer ve Ark,2000) tarafından geliştirilen, alt faktörlerinden bir tanesi duygusal farkındalık olan ve duygusal zekâyı ölçmeyi amaçlayan *Duygusal Zekâ Ölçeği* ve yine (Swinkels ve Gulliano 1995) tarafından oluşturulan kişinin duygu durumunun farkındalığını ölçmeyi amaçlayan “*Duygu Durum Ölçeği*” yapılan çalışmalardan bazılarıdır(81).

Düşük duygusal farkındalığa sahip bireylere oranla, duygusal farkındalığı yüksek olan bireylerin, problem çözme, karar verme gibi durumlarda başarılıdırlar. Farkındalığı düşük olan bireyler, daha sık olumsuz duygular yaşamakla birlikte, benlik saygıları düşük ve sosyal açıdan daha kaygılı olmaktadır(49).

Fransa’da Nandrino, Baracca, Antoine, Paget, Bydlowski ve Carton (2013)tarafından yapılan bir araştırma da; bireylerin duygusal farkındalıklarının cinsiyet, yaş ve eğitim düzeyi açılarından incelendiği çalışmada kadınların duygusal farkındalıklarının erkeklere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Boden, Gala ve Berenbaum, (2013) tarafından yapılan *Üniversite öğrencilerinin beden algısı ve duygusal farkındalığının incelendiği* farklı bir çalışmada ise, duygusal farkındalığın erkeklerin kadınlara kıyasla daha düşük puanlara sahip oldukları gözlenmiştir(49).

2.11. Beden Eğitimi ve Spor Alanında Farkındalık

Spor eğitimi, insanın fizik ve ruh yapısını geliştiren hareket faktörünün hemen her çeşidini ve bütün prensiplerini kapsayan en uygun araç olup, genel eğitimin bir parçası durumundadır(38).

Spor, bireyin organik, psikolojik sağlığını geliştiren, sosyal davranışlarını düzenleyen, zihinsel ve motorik belirli bir düzeye getiren biyolojik, pedagojik ve sosyal bir olgudur(90).

Sporun amaçları arasında; fizyolojik açıdan gelişime katkı sağlama, sağlıklı olabilmek için iyi yaşama alışkanlıkları kazandırabilme, kişisel yapıcılık ve yaratıcılığı geliştirme, adalet, hoşgörü ve yardımseverlik gibi insanı değerlerle birlikte sporun insan, çevre ve toplumsal olaylardaki etkisini bilinçlendirmek ve yerleştirmektir.

Toplumun engelli bireylere yönelik farkındalık, anlayış ve kabul geliştirmeleri çok yönlü çalışmaların yapılması ile mümkün olabilmektedir. Başarılı engelli bireylerin medya yolu ile tanıtılması, toplumda popüler kişilerin engelli bireylere yönelik etkinliklere katılarak onlarla yakın ilişkiler geliştirmesi, bu konuda belgesellerin, dizilerin ve reklam filmlerinin yayınlanması engeli bireylerin toplum tarafından kabulünü ve farkındalıklarını artırmada etkili olabilmektedir(91).

Eğitim kavramında, beden eğitiminin ve spor eğitiminin amaçları sosyal, fiziksel, duyuşsal ve bilişsel gelişmeler gibi amaçlara yönelmiştir. Beden eğitiminin amaçları bilişsel, duyuşsal ve psikomotor alanlar ile doğrudan veya dolaylı olarak ilişkili olmalıdır(110).

Sporcuların çoğu vücutlarının nasıl çalıştığını ya da spor sırasında ne hissettiklerinin farkında değildirler. Sporcu performansını yüksek seviyelerde tutabilmenin en güzel yolu beden farkındalığını öğrenmeleridir.

Beden ve zihin arasındaki ilişkiyi oluşturan farkındalığın sporcularda oluşturulmak istenmesinin nedenlerinden biride zihnin dinamiklerini harekete geçirmek ve zihin-beden bütünlüğünü sağlamaktır. Var olan spor branşlarında zihinsel faktörlerin öneminin algılanmasıyla birlikte zihinsel antrenman yerini almaya başlamıştır. Zihinsel antrenman türleri incelendiğinde ikiye ayrıldıkları görülmektedir(6).

1. Zihinsel birtakım süreçlere yardımcı olan meditasyon sürecinin bedeni etkilemeye yönelik çalışmaları,

2. Nefes egzersizleri gibi bedeni rahatlamayı ön planda tutan birtakım alıştırmalar ile zihni rahatlamaya yönelik çalışmalar

Bu çalışmalar zihin-beden bütünlüğünün farkındalığını oluşturmaya yöneliktir. Bedenimiz ve zihnimiz karşılıklı olarak birbirlerini etkilerler. Zihnimizde olanları farkında olarak ya da olmayarak bedenimize de yansıtırız. Bu birliktelik

uyum içerisinde olduğunda kişinin performansı da artacaktır. Beden farkındalığıyla beraber sporcu; odaklanma becerisini artırır, performansını yükseltir, takım ruhunun bilincine varır ve stres, kaygı gibi olumsuz duygulardan uzak kalır, güven artar, motivasyon ve dikkat olayını çözer

2.12. Alan İle İlgili Yapılan Çalışmalar

Ekrem Levent İlhan (2008) tarafından yapılan; *Eğitilebilir Zihinsel Engelli Çocuklarda Beden Eğitimi ve Sporun Sosyalleşme Düzeylerine Etkisi*, adlı çalışmada düzenli olarak yapılan beden eğitimi ve spor etkinliklerinin eğitilebilir zihinsel engelli çocukların sosyalleşme düzeylerinde etkili olup olmadığını belirlemek amaçlanmıştır. Araştırmaya 8-11 yaşları arasında, 8'i uygulama, 8'i kontrol grubu olmak üzere özel eğitim alan toplam 16 eğitilebilir zihinsel engelli çocuk katılmıştır. Uygulama grubuna haftada 2 gün birer saat, içerik olarak; ısınma hareketleri, işlevsel egzersizler ve sportif oyunlar bölümlerinden oluşan özel beden eğitimi programı 18 hafta boyunca uygulanmış; Kontrol grubuna ise hiçbir sportif aktivite yaptırılmamıştır. Veri toplama aracı; uyumsal davranış skalasının gelişimsel özellikler alt başlıklarından biri olan “Sosyalleşme” alanındaki maddeler kullanılmış ve 18 haftalık program öncesinde ve sonrasında çocukların annelerine uygulanmıştır. Sonuç olarak uygulama grubunda sosyalleşme alt başlıklarında gelişim gösterilen alanlar sırasıyla; grup faaliyetlerine katılma, başkalarıyla etkileşim ve paylaşımcılık olarak bulunmuştur.

Ekrem Levent İlhan (2008) tarafından yapılan *Zihinsel Engelli Çocuklar İçin Beden Eğitimi ve Sporun Genel Gelişim Süreçleri Açısından Önemi* adlı çalışmada zihinsel engelli çocukların sosyal, duygusal, fiziksel, zihinsel ve hareket gelişim özellikleri göz önüne alınarak beden eğitimi ve spor etkinliklerinin söz konusu gelişim alanlarına yapabileceği etkilerin değerlendirilmesi amaçlanmıştır.

Ekrem Levent İlhan (2009) tarafından yapılan; *Zihinsel Engelli Çocuğu Olan Anne-Babaların Çocuklarının Özel Eğitimleri Sürecinde Beden Eğitimi ve Spor Etkinliklerine Yaklaşımlarının Değerlendirilmesi* adlı çalışmada zihinsel engelli çocuğa sahip olan anne-babaların çocuklarının özel eğitim sürecinde, beden eğitimi ve spor etkinliklerinin, sosyal, psikolojik, fiziksel, zihinsel ve hareket gelişimlerine etkisine yönelik bilinç düzeylerini belirlemek amaçlanmıştır ve araştırmaya Ankara

ilinde bulunan, Özel Eğitim Ve Rehabilitasyon Merkezlerinde özel eğitim alan zihinsel engelli çocukların anne-babaları gönüllü olarak (54 anne, 27 baba) katılmıştır. Araştırma sonucunda; Anne-babaların, çocuklarının özel eğitim sürecinde beden eğitimi ve spor aktivitelerinin olması konusunda olumlu görüşleri görülürken, en çok yapılması istenen spor branşının ise yüzme olduğu tespit edilmiştir.

Ekrem Levent İlhan, Hüseyin Kırimoğlu, Gülsen Filazoğlu Çokluk (2013) tarafından yapılan; *zihinsel engelli çocuklarda düzenli olarak yapılan beden eğitimi ve spor aktivitelerinin yaşam kalitesine etkisini incelemek* adlı çalışmaya 8-12 yaş aralığında olan 145 çocuk katılmış; uygulama ve kontrol gruplandırması yapılarak uygulama grubuna haftada 2 gün, birer saat, içerik olarak; ısınma hareketleri, işlevsel egzersizler (bireysel, eşli, grup stafet, istasyon parkurları) ve sportif oyunlar (eşli, yardımlaşmalı, grup yarışmaları ve kurallı oyunlar) bölümlerinden oluşan özel beden eğitimi programı uygulanmıştır. “Çocuklar İçin Yaşam Kalitesi Ölçeği” veri toplama aracı olarak kullanılmıştır. Sonuç olarak uygulama grubunda yer alan ve düzenli beden eğitimi ve spor etkinliklerine katılan çocukların yaşam kalitesi genel skorlarında ve tüm alt boyutlarda kontrol grubuna göre artan bir fark olduğu bulunmuştur.

Ekrem Levent İlhan, Oğuz Kaan Esentürk (2015) tarafından yapılan *Zihinsel Engelli Bireylerde Sporun Etkilerine Yönelik Farkındalık Ölçeği (ZEBSEYFÖ) Geliştirme Çalışması* n da amaç, üniversite öğrencilerinin zihinsel engelli bireylerde sporun etkilerine yönelik farkındalık düzeylerini belirlemeye ilişkin ölçeğe aracı geliştirmektir. Çalışmaya Gazi Üniversitesi bünyesinde farklı bölümlerde öğrenim gören toplam 480 üniversite öğrencisi katılmıştır. Yapı geçerliği için uygulanan açımlayıcı analiz sonucunda, ölçeğin 32 madde ve tek boyuttan oluştuğu belirlenmiştir. Ölçeğin tamamı için Cronbach alfa güvenirlik katsayısı 0.989 dur. Ölçeğin geçerliği çalışması kapsamında doğrulayıcı faktör analizi yapılmış ve açımlayıcı faktör analizi ile ortaya konan yapı doğrulanmıştır. Çalışma sonucunda ise; ölçeğin, zihinsel engelli bireylerde sporun etkilerine yönelik algıyı geçerli ve güvenilir şekilde ölçebilir nitelik taşıdığı sonucuna varılmıştır.

Ekrem Levent İlhan, Gülşen Filazoğlu/Çokluk, Hüseyin Kırimoğlu, Ayşegül Şükran Öz (2015) tarafından yapılan *Hafif Derecede Zihinsel Yetersizliği Olan*

Çocuklarda Beden Eğitimi ve Sporun Benlik Algısı Üzerindeki Etkisi adlı çalışmada; 10 haftalık Özel Beden Eğitimi Programı'nın (ÖBEP) 8-16 yaşlar arasındaki hafif derecede zihinsel yetersizliği olan çocukların benlik algısı düzeylerine olan etkisinin Özel Eğitim ve Beden Eğitimi bakış açıları ile sosyo-demografik özelliklerini de dikkate alarak değerlendirmek amaçlanmıştır. Antakya İlçe merkezi ve ilçe sınırları içerisinde yaşayan ve özel eğitim merkezlerine devam eden 145 (57'si kontrol ve 88'i deney grubunda olmak üzere) zihinsel yetersizliği olan çocuk oluşturmuş, zekâ bölümü puanları 50-70 arasında değişen öğrenciler arasından seçilmiştir. Araştırma sonuçları ÖBEP' na katıldıktan sonra kontrol grubunun Pierre-Harris Benlik Algısı Ölçeği' n den aldıkları aldığı toplam puanlarının ve alt-test puanlarının yükseldiğini göstermiştir. ÖBEP öncesinde kız çocukların kaygı seviyeleri, erkek çocuklara göre daha yüksek bulunmuştur.

Ekrem Levent İlhan, Hüseyin Kırmıoğlu, Mustafa Tunçel, Meryem Altun (2015) tarafından yapılan *Zihinsel Engelli Çocuklarda Özel Atletizm Antrenmanlarının Öz Bakım Beceri Düzeylerine Etkisi* adlı çalışmada; zihinsel engelli çocuklarda düzenli yapılan özel atletizm antrenmanlarının öz bakım beceri düzeylerindeki etkisini belirlemek amaçlanmıştır. 7-12 yaş aralığında olan 12 eğitilebilir zihinsel engelli çocuk olup kontrol ve uygulama grubu olarak ikiye ayrılmıştır. Uygulama grubuna haftada 3 gün, 3'er saat özel atletizm modül programı 25 hafta boyunca uygulanmış, veri toplama aracı olarak, Öz Bakım Becerileri Kaba Değerlendirme Formu kullanılmıştır. Sonuç olarak uygulama grubunda yer alan ve özel atletizm modül programına katılan çocukların öz bakım toplam puanlarında ve öz bakım becerilerinin alt boyutları olan kişisel bakım ve temizlik ile giysileri çıkarma-giyinme puanlarında kontrol grubuna göre artan bir fark olduğu ve farkın uygulama grubu lehine anlamlı olduğu bulunmuştur.

Fatih Şenduran ve Bilge Donuk (2009) tarafından yapılan çalışmada olimpiyat oyunları ve İstanbul ilinin yeterliliği ile ilgili çalışmada katılımcıların genel olarak olimpiyat oyunlarının tam olarak farkında olmadığı belirlenmiştir. *Beden eğitimi ve akademisyenlerin olimpiyat oyunları hakkındaki görüşleri* adlı çalışmaya, 109 beden eğitimi öğretmeni ve spor bilimleri alanında çalışan 47 akademisyen katılmıştır. Elde edilen araştırma sonuçlarına göre; Katılımcıların % 38.5' inin yaşanan ekonomik sıkıntılar ve zorluklar altında olimpiyat oyunlarının

öncelikleri arasında yer almadığını ifade ettikleri, % 39.7'sinin İstanbul ilinin olimpiyat oyunlarına ev sahipliğini hayal olarak gördükleri ortaya çıkmıştır. Çalışmaya iştirak eden katılımcıların, sadece % 7.7' lik kısmı kendilerini olimpiyat oyunları hazırlığı için yetersiz görmektedirler. Katılımcıların çoğunluğu OEP' ye destek verecek nitelikte olduklarını ifade etmişlerdir. Araştırmanın sonunda, elde edilen bulgular Olimpiyat Oyunlarının ülkemizde gerçekleşmesinde beden eğitimi ve akademisyenlerin olası katkıları boyutunda tartışılmıştır.

Olca Kiremitçi (2013) Tarafından Yapılan *Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin Üst bilişsel Farkındalık Düzeyleri Üzerine Bir İnceleme* Adlı çalışmaya; Ege Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda (Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği=130, Antrenörlük eğitimi=88, Spor yöneticiliği=73 öğrenim gören 291 öğrenci katılmıştır. Çalışmanın amacını, beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin üst bilişsel farkındalık düzeylerinin belirlenmesi ve öğrenim gördükleri bölüm ile cinsiyet değişkenlerine göre incelenmesi oluşturmaktadır. Yapılan analizler sonucunda, beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin üst bilişsel farkındalık düzeylerinin orta seviyede olduğu ve cinsiyet değişkenine göre anlamlı fark gösterdiği belirlenmiştir. Bununla birlikte, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü Öğrencilerinin, Spor Yöneticiliği Öğrencileri ve Antrenörlük Eğitimi Bölümü Öğrencilerine göre üst bilişsel farkındalık düzeyleri açısından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde düşük puanlar aldıkları belirlenmiştir.

Fernhal, Bo (1993) tarafından yapılan; *Zihinsel geriliği olan bireylerin fiziksel fitness ve egzersiz eğitimi* adlı çalışma da, Kardiyovasküler hastalıkların toplumda bulunan Mental Retardasyonlar da daha sık görüldüğü, bireysel olarak gösterilen fiziksel performans ile MR arasında direkt olarak ilişki olduğunu ancak, bireysel farklılıklar ve fiziksel uygunluk seviyesinin MR ler de farklılık gösterdiğini ve üç fiziksel bileşenin (obezite, kardiyovasküler fitness, kas gücü ve yoğunluğu) bireyin iyi olma durumunu ve MR ile iş performansı arasındaki etkiyi olumlu bir şekilde etkilediğini göstermiştir.

Dilşad Çoknaz, Meliha Atalay Noordegraaf, Lale Güler, Müfide Yoruç Çotuk (2009) tarafından yapılan *Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin olimpiik konulara yönelik farkındalıkları ve olimpiik kavramlara ilişkin değerlendirmeleri,*

adlı çalışmaya farklı bölgelerdeki 11 üniversitenin BESYO bölümünde öğrenim gören 726 öğrenci katılmıştır. Çalışmanın amacı Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda (BESYO) öğrenim gören öğrencilerin olimpiik konulara yönelik farkındalıklarını belirlemek ve olimpiik kavramlar ile ilgili değerlendirmelerini saptamaktır. Çalışma sonucunda öğrencilerin % 77, 8'inin olimpiyat oyunlarının dört yılda bir yapıldığını bildiklerini, % 69,7'sinin ilk kez ne zaman yapıldığını ve olimpiik hareketin dünyadaki temsilcisini, %78,9 Türkiye'deki temsilcisini %71,1 oranında bilmedikleri ortaya çıkmıştır. Öğrencilerin olimpiik konularla ilgili farkındalıklarının yeterli düzeyde olmadığı, kavramları değerlendirmede spor ve yarışmaya odaklanma eğiliminde olduklarını söylemek mümkündür.

Kenneth H. James H. Fernhal, Bo (1993) tarafından yapılan; *Zihinsel geriliği olanlar yetişkinler ve fiziksel fitness* adlı çalışmasın da; Son 25 yıldır Mental Retardasyon ile normal birey arasındaki ilişkinin anlaşılmaaya çalışıldığını belirtmiş ve yapılan birçok çalışmanın dolaylı olarak bir etkisi görülse de, MR etkili bir şekilde etki eden iki faktörün bisiklet ergonometrisi ve hızlı koşu olduğunu söylemiştir.

Tolga Eski (2010) *Ortaöğretim Öğrencilerinin Kış Sporlarına Yönelik Farkındalık Düzeylerinin Değerlendirilmesi (Kastamonu İli Örneği)* tarafından yazılan doktora tezinde; ortaöğretim öğrencilerinin kış sporlarına yönelik bilişsel, duyuşsal, psikomotor alanlar ile genel farkındalık düzeylerinin belirlenerek aralarındaki ilişkinin incelenmesi ve bu alanlardaki farkındalıkların çeşitli değişkenler açısından karşılaştırılması amaçlanmıştır. Çalışmaya Kastamonu il merkezinde bulunan 11 ortaöğretim kurumunda öğrenim gören 6789 öğrenci ve 5 farklı türde eğitim veren 7 ortaöğretim kurumunun 9. 10. ve 11. sınıflarında okuyan 656 öğrenci katılmıştır. Verilerin toplanması aşamasında, yine araştırmacı tarafından geliştirilen *Kış Sporları Farkındalık Düzeyi Ölçeği* kullanılmıştır. Yapılan araştırma sonucunda, ortaöğretim öğrencilerinin kış sporlarına yönelik genel, bilişsel ve psikomotor farkındalıkları *az düzeyde farkında*, duyuşsal farkındalıkları *orta düzeyde farkında* olarak bulunmuştur. Genel farkındalık düzeylerini; okul türü, sınıf düzeyi, anne-baba mesleği ve öğrenim durumları, ailenin ortalama aylık gelirleri, ailede spor yapanlar ve kış sporu yapanların varlığı değişkenlerinin anlamlı derecede etkilediği görülmüştür.

Soner Tuzcuoğlu, Gülsen Özcan (2014) Tarafından Hazırlanan *Lisanslı Olarak Spor Yapan Ve Spor Yapmayan Ortaokul Öğrencilerinin Üst Bilişsel Farkındalık Düzeyleri* adlı çalışmada ise; lisanslı olarak spor yapan ve spor yapmayan ortaokul öğrencilerinin üst bilişsel farkındalık düzeylerini belirlemek amaçlanmıştır. Tarama modelinde gerçekleşen bu çalışmada Ankara ili Çankaya ilçesinde bulunan ortaokul 6. 7. ve 8.düzeyde öğrenim gören lisanslı olarak takım sporları yapan 87 ve lisanslı olarak bireysel spor yapan 44 öğrenci ile aktif olarak spor yapmayan 115 olmak üzere toplam 246 öğrenci katılmıştır. Veriler araştırmacı tarafından geliştirilen kişisel bilgi formu ve Sperling, Howard, Miller ve Murphy tarafından geliştirilen, Karakelle ve Saraç tarafından Türkçeye uyarlaması yapılan “Çocuklar için Üst Bilişsel Farkındalık Ölçeği B formu” ile toplanmıştır. Araştırma sonucunda spor yapma durumuna göre, lisanslı olarak takım ve bireysel spor yapan öğrencilerle spor yapmayan öğrenciler kıyaslandığında lisanslı olarak takım ve bireysel spor yapan öğrenciler lehine anlamlı fark bulunmuştur. Ayrıca öğrencilerin haftalık spor yapma saatlerine, yaptıkları spor branşına ve lisans yıllarına göre üst bilişsel farkındalık düzeyleri arasında anlamlı fark bulunamamıştır.

Özmutlu, Aksın ve Yıldırım (2009) tarafından *Olimpiyat Oyunları Farkındalık Düzeyi Ölçeğinin Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması* yapılmıştır. Ankara ilinde bulunan Gazi Üniversitesi, Hacettepe Üniversitesi ve Ankara Üniversitesinde spor alanında yükseköğrenim gören birinci ve dördüncü sınıf öğrencileri arasında cinsiyet, üniversite, bölüm ve sınıf değişkenlerine göre olimpiyat oyunları farkındalık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmadığı belirtilmiştir. Fakat cinsiyet değişkenine göre ortalama değerlere bakıldığında; kız öğrencilerin olimpiyat oyunları farkındalık düzeylerinin erkek öğrencilere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Bellew, Bauman ve Brown (2009), *Avustralya 6. Ulusal Fiziksel Aktivite Konferansı katılımcılarının Avustralya Fiziksel Aktivite Uygulamaları ve Politikalarına ilişkin farkındalık ve tutumlarını* incelemişlerdir. 2007 yılında yapılan ve 115 katılımcının iştirak ettiği çalışmada katılımcıların %37’si 1996 yılında Birleşik Devletler Sağlık Dairesi raporunda tanımlanan fiziksel aktivite ve sağlığa ilişkin bildiriye tanımlayabilmişlerdir. Çalışmanın sonucunda, fiziksel aktivite ve

sağlık, çağdaş politika anlayışı ve yeniden yapılanma stratejilerindeki bilgi boşlukları için yeni yaklaşımlara ihtiyaç duyulduğu belirtilmiştir.

Gencer ve Şahin (2006) tarafından hazırlanan *23. Üniversite Oyunlarının sponsorlarına yönelik farkındalık düzeyinin belirlenmesi* adlı çalışmada; 2005 yılında İzmir de düzenlenen üniversite oyunları sponsorlarının farkındalık düzeyi ölçülmesi ve araştırmaya katılan bireylerin oyunların ana ve yardımcı sponsorlarını cinsiyet, yaş, eğitim, durumu, aylık gelir düzeyi, spor yapma durumu, oyunları yerinden izleme durumu ve oyunları medyadan izleme durumu değişkenlerine göre sponsor farkındalıklarını belirlemek amaçlanmıştır. Çalışma sonucunda; araştırmaya katılan bireylerin üniversite olimpiyatları sponsorlarına yönelik farkındalık düzeylerinin; oyunları yerinden izleme durumu, eğitim düzeyi, spor yapma durumu, oyunları medyadan takip etme durumu, cinsiyet ve yaş grupları arasında anlamlı düzeyde farklılıklar gösterdiği belirtilmiştir.

Hünkar Kılıç, Semih Yılmaz, İbrahim Şahin (2009) tarafından hazırlanan *Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Olimpiyatlar Hakkındaki Farkındalığı* adlı bir başka çalışma da ise; Beden Eğitimi öğretmenlerinin Olimpiyat oyunları hakkındaki farkındalığını tespit etmek amaçlanmıştır. Araştırma katılımcılarını kamu–özel ilköğretim ve ortaöğretim kurumlarında çalışan beden eğitimi öğretmenleri oluşturmaktadır. 240 katılımcının olduğu çalışmanın sonucunda; %90'ının Olimpiyatlar konusuna ilgili oldukları % 64.2'sinin Olimpiyatlar ile ilgili gelişme ve yayınları takip ettikleri, % 88.4'ünün Olimpiyatlar ile ilgili seminer ya da konferanslara katılmaya istekli oldukları, % 85.9'unun Olimpiyatlar ile ilgili bir projede görev almak istedikleri, % 96.7'sinin Türkiye'de Olimpiyat oyunlarının gerçekleşmesi, % 94.6'sının Olimpiyatlarda beden eğitimi öğretmenlerine etkin görev verilmesi, % 89.6'sının beden eğitimi öğretmenlerine Olimpiyatlarda görev verilmesi halinde başarılı olunacağı konularında olumlu görüş belirttiği saptanmıştır.

Olçay Kiremitçi, Meliha Canpolat (2014) tarafından yapılan; *Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin Çoklu Zekâ Alanlarının Üst bilişsel Farkındalık ve Problem Çözme Becerilerini Belirlemedeki Rolü* adlı çalışma da ise; amaç; üst bilişsel farkındalık, problem çözme ve çoklu zekâ alanları arasındaki ilişkinin belirlenmesi ve çoklu zekâ alanlarının, üst bilişsel farkındalık ve problem çözme

becerileri üzerindeki rolünün incelenmesidir. Araştırmaya Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda öğrenim gören 450 öğrenci katılmış ve Üst bilişsel Farkındalık Envanteri, Problem Çözme Envanteri ve Çoklu Zekâ Envanteri olmak üzere üç farklı ölçüm aracı kullanılmıştır. Çalışma sonucuna göre; üst bilişsel farkındalık, problem çözme ve çoklu zekâ alanları arasında anlamlı ilişki olduğu ve çoklu zekâ alanlarının problem çözme % 25; üst bilişsel farkındalığı ise % 47 oranında açıkladığı belirlenmiştir. Sonuçlar; öğrencilerin sahip oldukları üst bilişsel farkındalık düzeylerinin, problem çözme becerilerinin ve zekâ alanlarının birbirleriyle yakından ilişkili olduğunu ve tüm bu yapıların birbirlerini desteklediğini göstermektedir.



3. GEREÇ VE YÖNTEM

Araştırma Milli Eğitime bağlı okullarda, Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezlerinde çalışan öğretmenler ile Üniversitelerin Beden Eğitimi ve Eğitim Fakültesi Bölümünde öğrenim gören katılımcıların zihinsel engelli bireylerde sporun etkilerine yönelik farkındalık düzeyleri araştırılmış; yaş, cinsiyet, yaşadığı il, çalıştığı kurum ve kurum süresi gibi etkenler dikkate alınarak karşılaştırma yapılmıştır. Araştırma; katılımcıların farkındalık düzeyleri, Bulgular, Sonuç ve Kaynakça kısımlarından oluşmaktadır.

3.1. Evren ve Örneklem

Çalışmanın evrenini Türkiye de bulunan MEB' e bağlı okullar, Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezlerinde görev yapan öğretmenler ile Üniversitelerin Beden Eğitimi ve Eğitim fakültesinde öğrenim gören öğrenciler oluşturmaktadır.

Çalışmanın örneklem grubunu Van ve Kütahya illerindeki katılımcılar oluşturmaktadır. Örneklem grubunun belirlenmesinde, amaçlı örnekleme yöntemlerinden kolay ulaşılabilir örnekleme metodu kullanılmış, illerin belirlenmesinde ise tabakalı örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Ayrıca MEB e bağlı okulların, özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinin belirlenmesinde ise; tesadüfi örneklem yöntemi kullanılmıştır. Kütahya Dumlupınar Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu' n da öğrenim gören 384 öğrenci, aynı üniversitenin Eğitim Fakültesine bağlı Bölümlerde öğrenim gören 173 öğrenci; Kütahya Milli Eğitimine bağlı okullarda görev yapan 55 öğretmen, Kütahya da bulunan Özel Eğitim ve Rehabilitasyon merkezlerinde görev yapan 49 öğretmen, yine aynı İl de bulunan Engelliler Okulunda görev yapan 43 öğretmen; Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu' n da öğrenim gören 164 öğrenci, aynı üniversitenin Eğitim Fakültesine bağlı Bölümlerde öğrenim gören 142 öğrenci, Van Milli Eğitimine bağlı okullarda görev yapan 150 öğretmen, Van da bulunan Özel Eğitim ve Rehabilitasyon merkezlerinde görev yapan 70 öğretmen, yine aynı İl de bulunan Engelli okullarında görev yapan 44 öğretmen ve toplam da 1400 katılımcı oluşturmaktadır.

3.2. Araştırma Tekniği ve Protokol

Öncelikle çalışmanın yapılabilmesi için Dumlupınar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Başkanlığı'na dilekçe yoluyla başvuru yapıp gerekli izin alınmıştır.

Daha sonra çalışmada kullanılmak istenen veri toplama araçlarından biri olan Zihinsel Engelli Bireylerde Sporun Etkilerine Yönelik Farkındalık Ölçeği (ZEBSEYFÖ)'nün geçerlik ve güvenirlik çalışmasını yapan İlhana' a mail yoluyla ulaşılmış ve gerekli izin alınmıştır.

Veri toplama aracının kullanılabilmesi için katılımcıların demografik bilgilerini içeren bir veri formu daha oluşturulmuştur.

Çalışmanın örneklem grubunda yer alan Kurumların Müdürlükleri ve/veya bölüm başkanlıklarına araştırmacı tarafından Dumlupınar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Başkanlığı izin yazısı ile birlikte veri toplama aracının uygulanması için izin alınmıştır.

Örneklem grubunda yer alan öğrencilere dersleri olan öğretim elemanlarından ders başlangıçlarında olmak kaydıyla randevu alınmıştır. Uygulanmak istenen veri toplama araçları alınan randevu saatlerinde bazen araştırmacı bazen ise çalışmacı tarafından gerekli bilgiler detaylı bir şekilde aktarılan alanında uzman kişiler tarafından öğrencilere çalışmanın amacı ve içeriği anlatılarak dağıtılmış, gerekli kırtasiye malzemesi tedarik edilerek öğrencilerin veri toplama araçlarını eksiksiz olarak doldurmaları sağlanmıştır.

Örneklem grubunda yer alan Milli eğitime bağlı kurumlarda öğretmenlik yapan katılımcıların, Ders saatlerini engellemeyecek şekilde teneffüs aralarında veri toplama araçları dağıtılmış ve eksiksiz olarak doldurulmaları sağlanmıştır.

3.3. Veri Toplama Araçları

3.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Birinci bölümde katılımcıların yaş, cinsiyet, öğrenim gördükleri bölüm ya da çalıştıkları kurum ve bu kurumda çalışma süreleri, gibi bilgileri edinmeye yönelik araştırmacı tarafından hazırlanan toplam 12 sorudan oluşan kişisel bilgi formu kullanılmıştır.

3.3.2. Zihinsel Engelli Bireylerde Sporun Etkilerine Yönelik Farkındalık Ölçeği (ZEBSEYFÖ)

İkinci bölümde ise katılımcılara "Zihinsel Engellilerde Sporun Etkilerine Yönelik Farkındalık Ölçeği" kullanılmıştır.

Zihinsel Engellilerde Sporun Etkilerine Yönelik Farkındalık Ölçeği 2014 yılında Ekrem Levent İLHAN ve Oğuz Kaan ESENTÜRK tarafından geliştirilmiştir.

Ölçme aracını geliştirmek için sistematik bir yaklaşım takip edilmiştir. Oluşturulan ölçek, Gazi Üniversitesi bünyesinde farklı bölümlerde öğrenim gören toplam 480 (Erkek; 282, Kız; 198) üniversite öğrencisi üzerinde uygulanmıştır. Ölçme aracının geçerliğine kanıt oluşturmak adına kapsam geçerliği, görünüş geçerliği ve yapı geçerliği uygulanmıştır. Yapı geçerliği için uygulanan açımlayıcı analiz sonucunda, ölçeğin 32 madde ve tek boyuttan oluştuğu belirlenmiştir. Tek boyutun açıkladığı varyans % 75.083 tür. Ölçeğin tamamı için Cronbach alfa güvenirlik katsayısı 0.989 dur. Ölçeğin geçerliği çalışması kapsamında doğrulayıcı faktör analizi yapılmış ve açımlayıcı faktör analizi ile ortaya konan yapı doğrulanmıştır. Bulgular sonucunda ölçeğin, zihinsel engelli bireylerde sporun etkilerine yönelik algıyı geçerli ve güvenilir şekilde ölçekbilir nitelik taşıdığı sonucuna varılmıştır.

Olumlu ifadelerin seçenekleri "Tamamen Katılıyorum", "Katılıyorum", "Kararsızım", "Katılmıyorum", "Hiç Katılmıyorum" şeklinde sıralanmış; 5, 4, 3, 2 ve 1 şeklinde puanlanmıştır. Olumsuz ifadelerin seçenekleri ise 1, 2, 3, 4 ve 5 şeklinde ters olarak puanlanmıştır.

3.4. Verilerin Değerlendirilmesi ve Analizi

Verilerin değerlendirilmesi aşamasında veriler Microsoft Excel 2010 programında düzenlenmiş, SPSS 20 for Windows paket program kullanılarak çözümlenmiştir. Verilerin normal dağılıma sahip olup olmadığı araştırılmış, el de edilen verilerin normal dağılıma uygun olup olmama durumu normallik konusunda kullanılan testler aracılığıyla belirlenmiştir. Grup büyüklüğünün 50'den küçük olması durumunda Shapiro-Wilks, büyük olması durumunda Kolmogorov-Smirnov (K-S) testinin kullanılması önerildiğinden (Büyüköztürk, 2012;) bu çalışmada ki verilerin normalliği hakkında karar vermede Kolmogorov-Smirnov (K-S) testinden

(N=1400) yararlanılmıştır. Katılımcıların demografik bilgilerinin analizi için tanımlayıcı istatistik (Descriptive Statistics) yapıldı. Katılımcıların cinsiyet, yaş ve spor yapıp yapmama durumlarının değişkenlerine göre farkındalık düzeylerinin karşılaştırılmasında $\alpha=0.05$ anlamlılık düzeyinde bağımsız örneklem T Testi (Independent Sample T Test) yapıldı. Katılımcıların öğrenim gördükleri veya çalıştıkları kuruma göre ise farkındalık düzeylerinin karşılaştırılmasında $\alpha=0.05$ anlamlılık düzeyinde Tek Yönlü Varyans Analizi (One Way Anova) yapıldı. Anlamlı bulunan veriler arasındaki farklılıkların belirlenmesi ve bu farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için ikinci seviye testi olan Tukey HSD yapıldı.

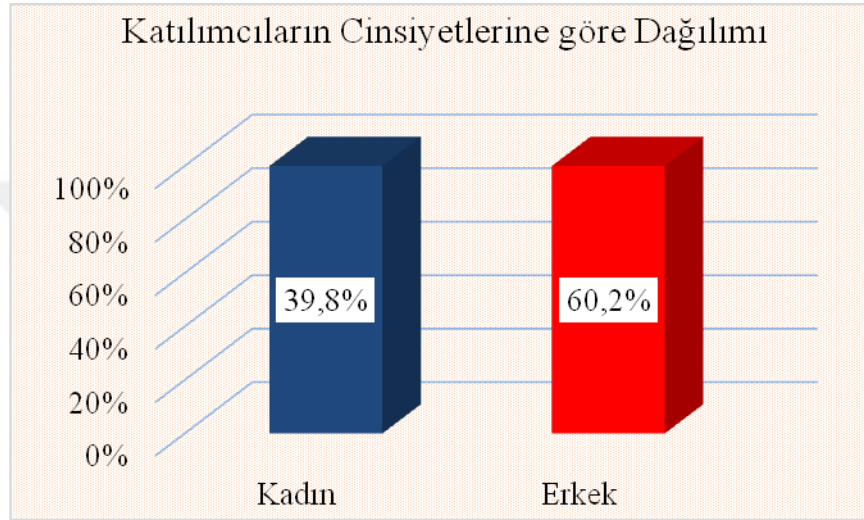


4. BULGULAR

4.1. Katılımcıların Demografik Özellikleri

4.1.1. Katılımcıların Cinsiyetlerinin Dağılımları

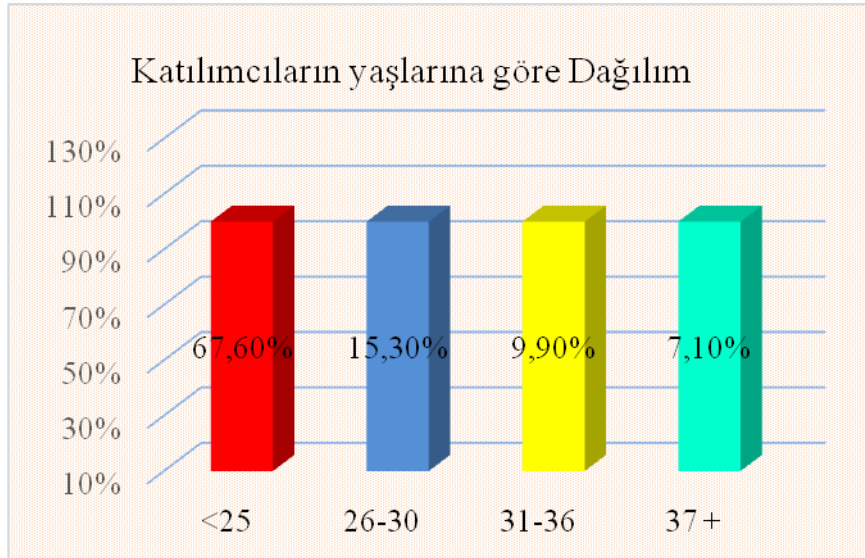
Çalışmada yer alan öğrencilerin cinsiyet dağılımı yer almaktadır. Analiz sonuçlarına göre çalışmaya katılanların %39,8 (N=557) "Kadın"; %60,2 (N=843) ise "Erkektir"(Bkz. Grafik 4.1).



Grafik 4.1: Katılımcıların Cinsiyetlerinin Dağılımı

4.1.2. Katılımcıların yaşlarının Dağılımları

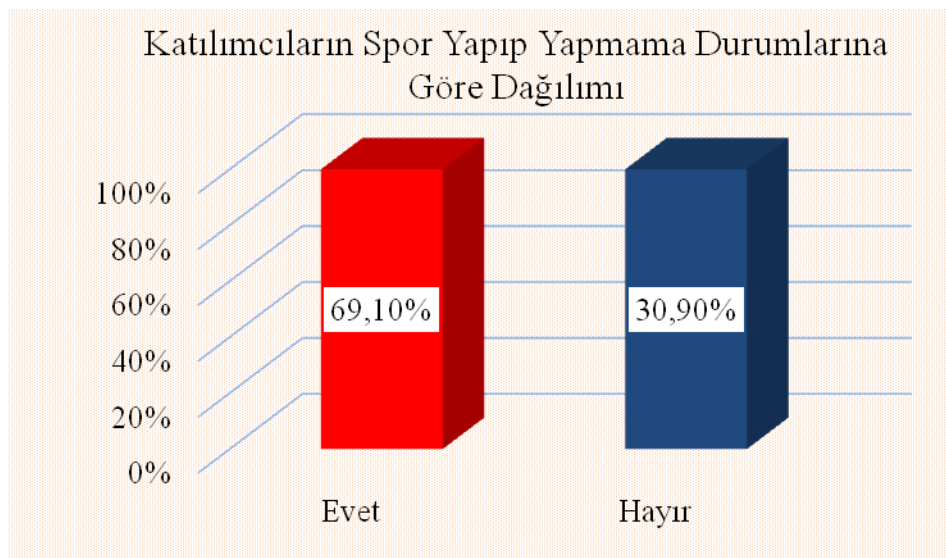
Çalışmada yer alan öğrencilerin yaşlarının dağılımı yer almaktadır. Analiz sonuçlarına göre çalışmaya katılanların %67,60 ı (N=947) "1-25" yaş aralığn da, %15,30 u (N=214) "26-30" yaş aralığn da, %9,90 ı (N=139) "31-36 "yaş aralığn da, %7,10 u ise (N=100) "37" yaşında veya daha büyüktür(Bkz. Grafik 4.2).



Grafik 4.2: Katılımcıların Yaşlarına göre Dağılımları

4.1.3. Katılımcıların Spor Yapıp Yapmama Durumlarına Göre Dağılımları

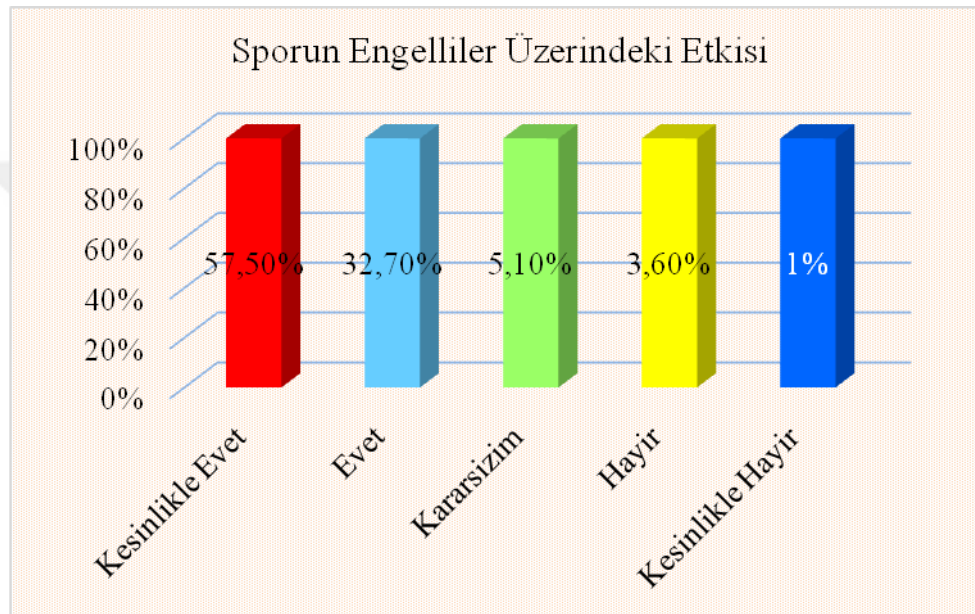
Çalışmada yer alan katılımcıların spor yapıp yapmama durumlarına göre dağılımları yer almaktadır. Analiz sonuçlarına göre spor yapıyor musunuz? Sorusuna “Evet” yanıtını verenler %69,10 (N=967), “Hayır” yanıtını verenler ise; %30,90 (N=433) dür(Bkz. Grafik 4.3).



Grafik 4.3: Katılımcıların Spor Yapıp Yapmama Durumlarına Göre Dağılımları

4.1.4. Katılımcıların Sporun Engelliler Üzerindeki Etkisine Verdikleri Cevap Dağılımları

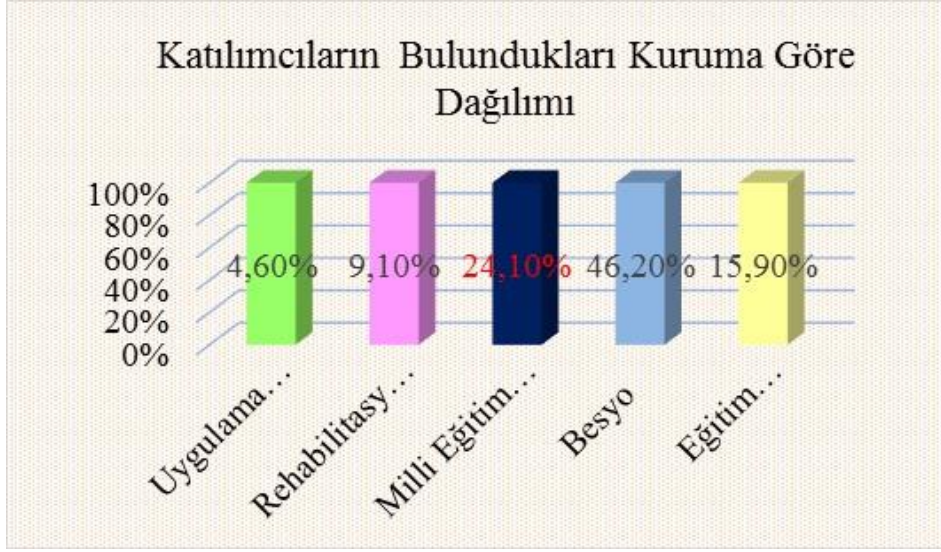
Çalışmada katılımcıların sporun engelliler üzerine etkisi var mı? Sorusuna verdikleri cevap dağılımları gösterilmektedir. Analiz sonuçlarına göre; “Kesinlikle evet” yanıtını verenler; %57,50 (N=805), “Evet” yanıtını verenler % 32,70 (N=458), “Hayır” yanıtını verenler %3,60 (N=51), “Kesinlikle hayır” yanıtını verenler ise %1 (N=14) dür(Bkz. Grafik 4.4).



Grafik 4.4: Katılımcıların Sporun Engelliler Üzerindeki Etkisine Verdikleri Cevap Dağılımı

4.1.5. Katılımcıların Bulundukları Kuruma Göre Dağılımları

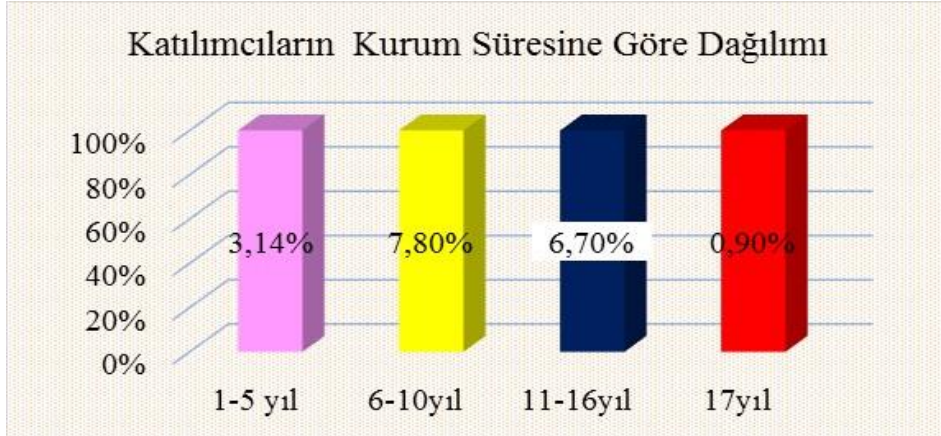
Çalışmada katılımcıların bulundukları kuruma göre dağılımları yer almaktadır. Analiz sonuçlarına göre; “Uygulama ve İş okulu” n da çalışanlar %4,60 (N=65), “Rehabilitasyon Merkezleri” n de çalışanlar %9,10 (N=127), “Milli Eğitim” de çalışanlar %24,10 (N=338),” Beden Eğitimi Bölümü” n de okuyanlar %46,20 (N=647), “Eğitim Fakültesi” n de okuyanlar ise %15,90 (N=223) dür (Bkz. Grafik 4.5).



Grafik 4.5: Katılımcıların Çalıştıkları Kuruma Göre Dağılımı

4.1.6. Katılımcıların Bulundukları Kurum Süresine Göre Dağılımları:

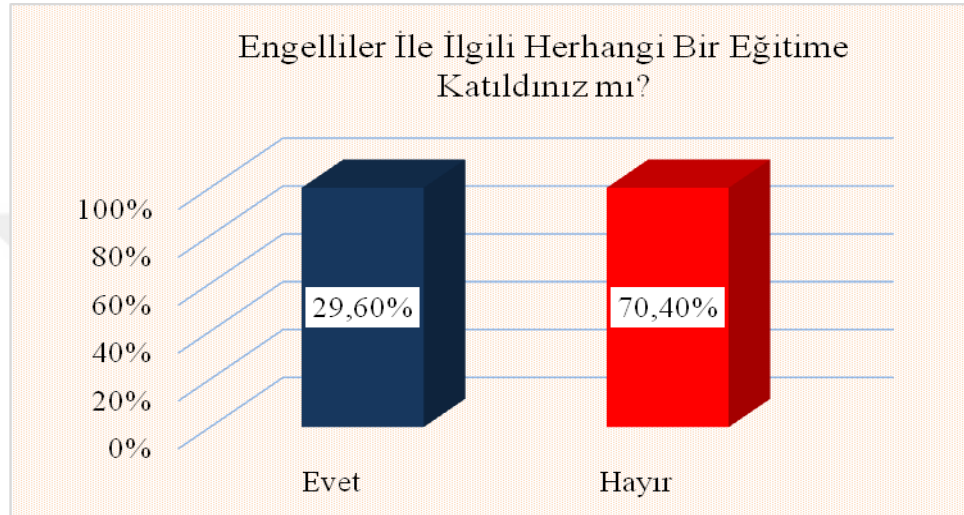
Çalışmada katılımcıların bulundukları kurum süreleri yer almaktadır. Analiz sonuçlarına göre; “1-5” yıl aralığında bulunanlar %3,14 (N=314), “6-10” yıl aralığında bulunanlar %7,80 (N=109), “11-16” yıl aralığında bulunanlar %6,70 (N=94), “17” yıl ve üstünde olanlar ise %0,90 (N=13)tür(Bkz. Grafik 4.6).



Grafik 4.6: Katılımcıların Çalıştıkları Kurum Süresine Göre Dağılımları

4.1.7. Katılımcıların Engellilerle İlgili Eğitim Programına Katıldınız Mı? Sorusuna Verdikleri Cevap Dağılımları

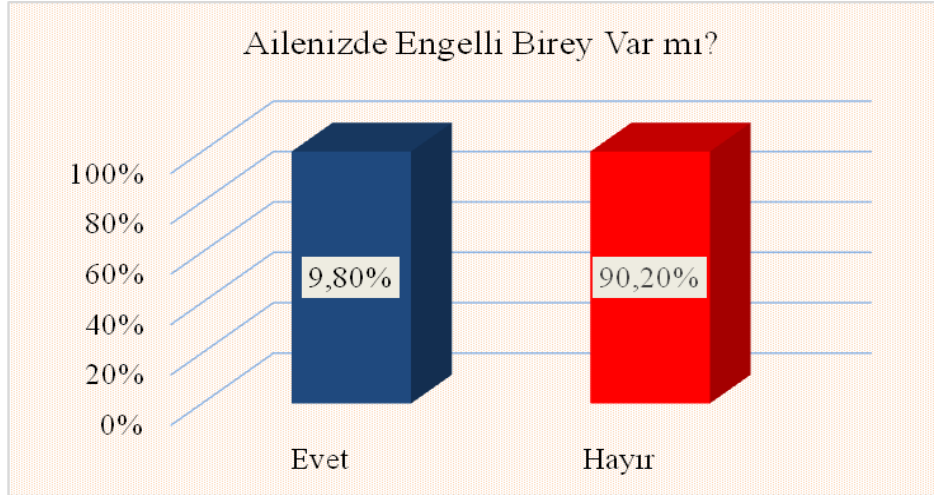
Çalışmada katılımcıların engellilerle ilgili eğitim programına katıldınız mı? Sorusuna verdikleri cevap dağılımı gösterilmektedir. Analiz sonuçlarına göre; “Evet” yanıtını verenler %29,60 (N=415), “Hayır” yanıtı verenler ise %70,40 (N=985)tir (Bkz. Grafik4.7).



Grafik 4.7: Katılımcıların Engellilerle İlgili Eğitim Programına Katıldınız Mı? Sorusuna Verdikleri Cevap Dağılımı

4.1.8. Katılımcıların Ailenizde Engelli Birey Var Mı Sorusuna Verdikleri Cevap Dağılımları

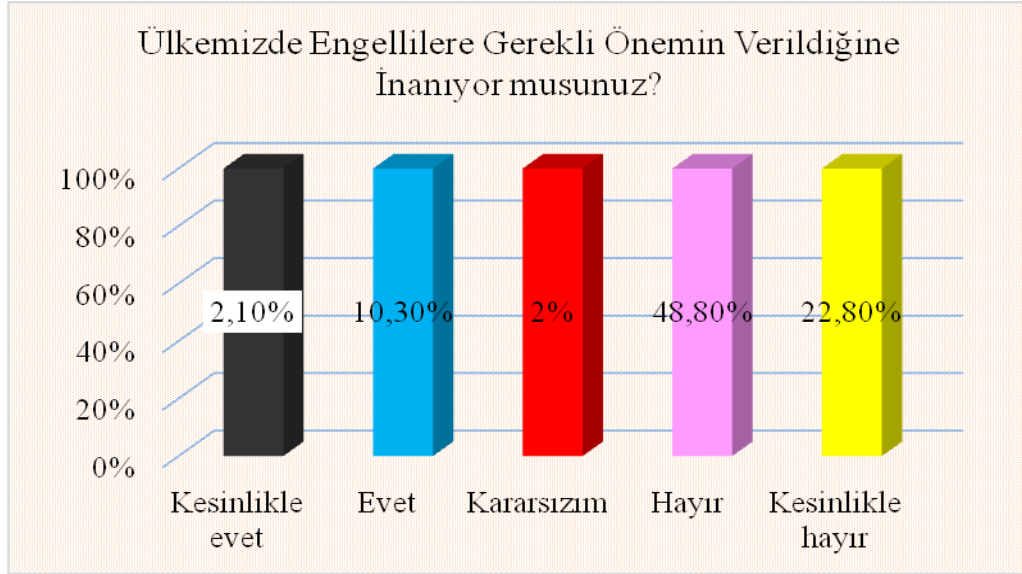
Çalışmada katılımcıların ailenizde engelli birey var mı? Sorusuna verdikleri cevap dağılımı gösterilmiştir. Analiz sonuçlarına göre; “Evet” yanıtını verenler % 9,80 (N=137), “Hayır” yanıtını verenler ise %90,20 (N=1263)tür(Bkz. Grafik4.8).



Grafik 4.8: Katılımcıların Ailenizde Engelli Birey Var Mı Sorusuna Verdikleri Cevap Dağılımı

4.1.9. Katılımcılara Ülkemizde Engellilere Gerekli Önemin Verildiğine İnanıyor Musunuz? Sorusuna Verdikleri Cevap Dağılımları

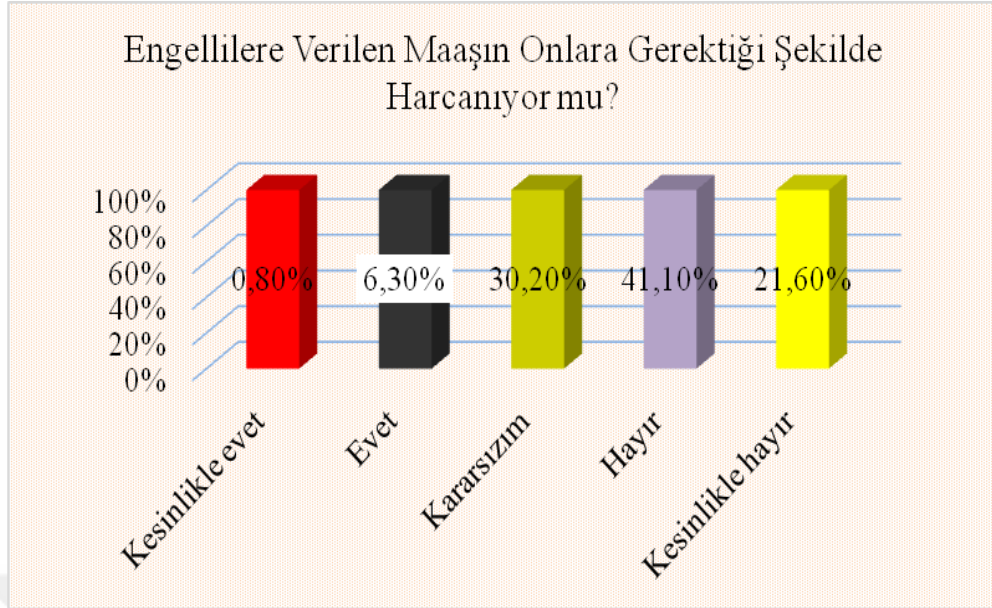
Çalışmada katılımcıların ülkemizde engellilere gerekli önemin verildiğine inanıyor musunuz? Sorusuna verdikleri cevap dağılımı gösterilmektedir. Analiz sonuçlarına göre; “Kesinlikle evet” yanıtını verenler %2,10 (N= 30), “Evet” yanıtını verenler %10,30 (N=144), “Kararsızım” yanıtını verenler %2,1 (N=280), “Hayır” yanıtını verenler %48,80 (N=627), “Kesinlikle hayır” yanıtını verenler ise %22,80 (N=319)dur(Bkz. Grafik 4.9).



Grafik 4.9: Katılımcıların Ülkemizde Engellilere Gerekli Önemin Verildiğine İnanıyor musunuz? Sorusuna Verdikleri Cevap Dağılımı

4.1.10. Engellilere Verilen Maaşın Engellilere Gerekli Şekilde Harcandığına İnanıyor Musunuz Sorusuna Verilen Cevap Dağılımları

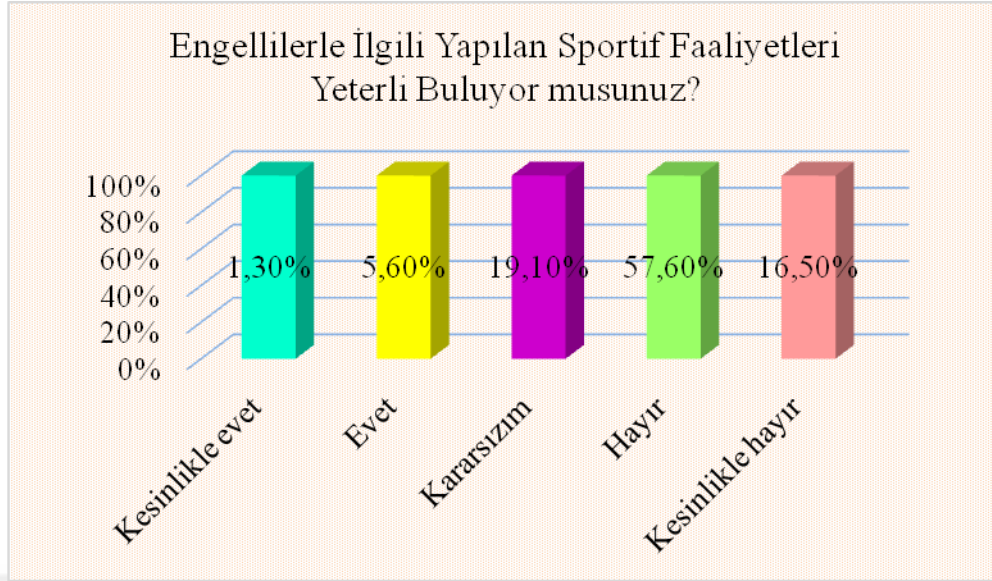
Çalışmada katılımcıların engellilere verilen maaşın engellilere gerektiği şekilde harcandığına inanıyor musunuz? Sorusuna verdikleri cevap dağılımı gösterilmektedir. Analiz sonuçlarına göre; “Kesinlikle evet” yanıtını verenler %0,80 (N=11), “Evet” yanıtını verenler %6,30 (N=88), “Kararsızım” yanıtını verenler %30,20 (N=423), “Hayır” yanıtını verenler (N=576), “Kesinlikle hayır” yanıtını verenler ise %21,60 (N=302)dir(Bkz. Grafik 4.10).



Grafik 4.10: Engellilere Verilen Maaşın Engellilere Gerekli Şekilde Harcandığına İnanıyor musunuz Sorusuna Verilen Cevap Dağılımı

4.1.11. Engellilerle İlgili Yapılan Sportif Faaliyetleri Yeterli Buluyor Musunuz? Sorusuna Verilen Cevap Dağılımları

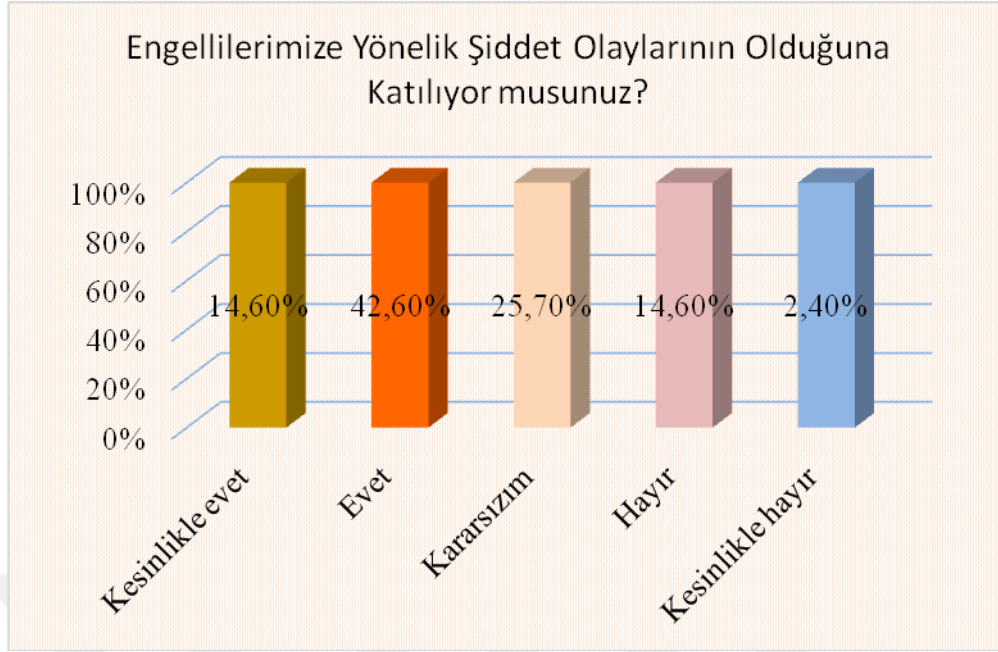
Çalışmada katılımcıların engellilerle ilgili yapılan sportif faaliyetleri yeterli buluyor musunuz? Sorusuna verdikleri cevap dağılımı gösterilmektedir. Analiz sonuçlarına göre; “Kesinlikle evet” yanıtını verenler %1,30 (N=18), “Evet” yanıtını verenler %5,60 (N=78), “Kararsızım” yanıtını verenler %19,10 (N=267), “Hayır” yanıtını verenler %57,60 (N=806), “Kesinlikle hayır” yanıtını verenler ise %16,50 (N=231)dir(Bkz. Grafik 4.11).



Grafik 4.11: Engellilerle İlgili Yapılan Sportif Faaliyetleri Yeterli Buluyor musunuz? Sorusuna Verilen Cevap Dağılımı

4.1.12. Ülkemizde Engellilerimize Yönelik Şiddet Olaylarının Olduğuna Katılıyor Musunuz? Sorusuna Verilen Cevap Dağılımları

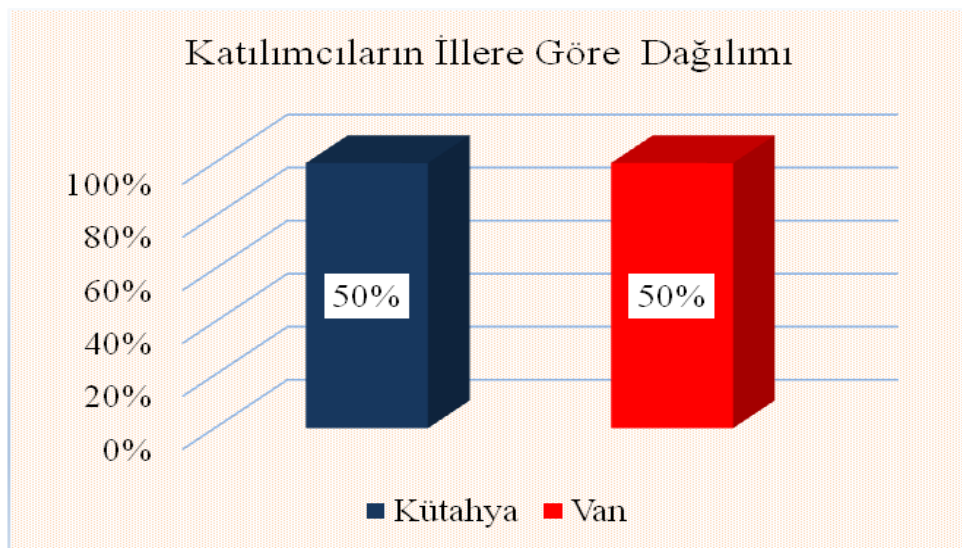
Katılımcıların ülkemizde engellilerimize yönelik şiddet olaylarının olduğuna katılıyor musunuz? Sorusuna verdikleri cevap dağılımı gösterilmektedir. Analiz sonuçlarına göre “Kesinlikle evet” yanıtını verenler %14,60 (N=204), “Evet” yanıtını verenler %42,60 (N=597), “Kararsızım” yanıtını verenler %25,70 (N=360), “Hayır” yanıtını verenler 14,60 (N=205), “Kesinlikle hayır” yanıtını verenler ise %2,40 (N=34)dür(Bkz. Grafik 4.12).



Grafik 4.12: Ülkemizde Engellilerimize Yönelik Şiddet Olaylarının Olduğuna Katılıyor musunuz? Sorusuna Verilen Cevap Dağılımı

4.1.13. Katılımcıların İllere Göre Dağılımları

Çalışmada katılımcıların illere göre dağılım grafiği verilmiştir. Analiz sonuçlarına göre; katılımcıların %50 si (N=700) “Kütahya”, %50 si (N=700) ise “Van” ı oluşturmaktadır.



Grafik 4.13: Katılımcıların İllere Göre Dağılım grafiği

5. TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

5.1. Tartışma

5.1.1. Alt Problem 1: Katılımcıların cinsiyetlerine göre, sporun engelliler üzerindeki farkındalıkları açısından fark var mıdır?

Boyutlar	Cinsiyet	N	X	Ss	t	p
Farkındalık	Kadın	557	111,27	7,72	,756	,450
	Erkek	843	110,95	7,72		

Çalışmada yer alan katılımcıların cinsiyetlerine göre Zihinsel Engelli Bireylerde Sporun Etkilerine Yönelik Farkındalık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığının belirlenmesi için $\alpha=0.05$ anlamlılık düzeyinde bağımsız örneklem t testi uygulanmıştır. Analiz sonuçlarına göre katılımcıların cinsiyetlerine göre sporun engelliler üzerindeki farkındalık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık saptanmamıştır ($t_{(1398)}=756$; $p=450>0.05$) (Bkz. Grafik 4.1).

Analiz sonuçlarında katılımcıların cinsiyetlerine göre sporun engelliler üzerindeki farkındalıkları açısından anlamlı bir ilişkiye rastlanmadığı görülmüştür. Literatür taramasında yapılan benzer çalışmaya rastlanılmamıştır.

5.1.2. Alt Problem 2: Katılımcıların yaşlarına göre, sporun engelliler üzerindeki farkındalıkları açısından fark var mıdır?

Boyutlar	Değişkenler	N	\bar{X}	SS	F	p
Farkındalık	<25	947	111,05	,25	210	890
	26-30	213	111,32	,51		
	31-36	139	110,71	,63		
	37>	100	111,31	,76		

Katılımcıların yaşlarına göre Zihinsel Engelli Bireylerde Sporun Etkilerine Yönelik Farkındalık düzeyleri arasında bir fark olup olmadığının belirlenmesi için $\alpha= 0.05$ anlamlılık düzeyinde tek yönlü varyans analizi testi uygulanmıştır. Analiz sonuçlarına göre katılımcıların yaşlarına göre sporun engelliler üzerindeki

farkındalık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır ($F_{(1399)}=,210$; $p=,890 < 0.05$).

Çalışmaya katılanların %67,60 ı (N=947) “1-25” yaş aralığının da, %15,30 u (N=214) “26-30” yaş aralığının da, %9,90 ı (N=139) “31-36” yaş aralığının da, %7,10 u ise (N=100) “37” yaşında veya daha büyüktür (Bkz. Grafik 4.2).

Bu sonuç katılımcıların yaş ayrımı olmaksızın sporun engelliler üzerinde önemli olduğunun bilindiği ve farklı yaş grubuna mensup katılımcıların sportif etkinlikler içerisinde faaliyet göstermelerinin de bu sonuca katkısının olduğu söylenebilir. Literatür taramasında yapılan benzer çalışmaya rastlanılmamıştır.

5.1.3. Alt Problem 3: Katılımcıların spor yapıp yapmama durumlarına göre, engelliler üzerindeki farkındalıkları açısından fark var mıdır?

Boyutlar	Değişkenler	N	X	Ss	t	P
Farkındalık	Evet	967	111,54	7,74	3,354	,001
	Hayır	433	110,05	7,60		

Çalışmada yer alan katılımcıların spor yapıp yapmama durumlarına göre Zihinsel Engelli Bireylerde Sporun Etkilerine Yönelik Farkındalık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığının belirlenmesi için $\alpha=0.05$ anlamlılık düzeyinde bağımsız örneklem t testi uygulanmıştır. Analiz sonuçlarına göre katılımcıların spor yapıp yapmama durumlarına göre sporun engelliler üzerindeki farkındalık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık saptanmamıştır ($t_{(1398)}= 3,331$; $p=,001 < 0.05$). Spor yapan bireylerin farkındalık düzeyleri ($X=111,54 \pm 7,74$) spor yapmayan bireylere göre ($X=110,05 \pm 7,60$) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur. Sonuçlara göre spor yapıyor musunuz? Sorusuna “Evet” yanıtını verenler %69,10 (N=967), “Hayır” yanıtını verenler ise; %30,90 (N=433) dır (Bkz. Grafik 4.3).

“Engelli Bireylerde Fiziksel Benlik Algısının Yaşam Doyumuna Etkisi” adlı çalışmada Fiziksel benlik algısı görünüm ve spor yeteneği alt boyutlarında spor yapan engelli bireylerin spor yapmayanlara göre daha yüksek algıya sahip oldukları ortaya çıkmıştır. Bedensel engelli bireylerin spor yeteneği, görünüm, kendine güven algıları arttıkça yaşam doyumlarının da arttığı sonucu ortaya çıkmıştır (109).

Çalışmaya göre; spor yapma durumunun engelli bireylerde algısal olarak olumlu etkisinin olduğunu görmekteyiz. Engelliler üzerinde olumlu etkiyi oluşturan sporun, normal bireylerde ki algısal farkındalığı oluşturmada önemli katkılarının olabileceğini ve bu katkıların engelli bireylerimizin toplumsal olarak Kabul görmesini ve spora destek verilmesi açısından önem teşkil ettiğini söylenebiliriz.

“Bedensel Engelli Bireylerde Egzersize Bağlı Kendini Fiziksel Tanımlama Değerlerinin İncelenmesi”, adlı çalışmada ise; Bedensel Engelli sporcularda kendini fiziksel tanımlama değerlerinin incelenmesi amaçlanmış ve çalışmaya farklı branşlarda spor yapan 44, spor yapmayan 35, toplam 79 bedensel engelli birey katılmıştır. Araştırma sonucunda; , bedensel engelli bireylerde kendini fiziksel tanımlama alt boyutları incelenmiş; spor yeteneği ile spor yapma durumu arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Spor faaliyetlerinin sağlıklı bireyleri olduğu gibi engelli bireylerin kendini tanımlama özelliklerini olumlu yönde etkilediğini söyleyebiliriz(19).

Spor yapma durumlarına göre değerlendirme yapıldığında ise; kişilerin spor yaptıklarında kendilerinden yola çıkarak görmüş oldukları olumlu etkilerin, engel gruplarındaki bireyleri de olumlu yönde etkileyeceğini düşünmektedirler. Analiz sonuçlarında da görüldüğü gibi spor yapan bireylerin farkındalık düzeylerinin spor yapmayanlara göre daha fazla olduğu söylenebilir.

5.1.4. Alt Problem 4: Katılımcıların Sporun engelliler üzerindeki etkisinin olup olmaması görüşlerine göre, sporun engelliler üzerindeki farkındalıkları açısından fark var mıdır?

Boyutlar	Değişkenler	N	\bar{X}	SS	F	p	Fark Tukey
Farkındalık	Kesinlikle Evet	805	112,52	,25	18,054	.000	1-2 2-3
	Evet	458	108,86	,35			
	Kararsızım	72	109,86	,93			
	Hayır	51	109,94	,1,24			
	Kesinlikle Hayır	14	111,14	2,50			
	Toplam	1400					

Katılımcıların sporun engelliler üzerinde etkisi var mı? Sorusuna verdikleri cevaba göre Zihinsel Engelli Bireylerde Sporun Etkilerine Yönelik Farkındalık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığının belirlenmesi için $\alpha=0.05$ anlamlılık düzeyinde tek yönlü varyans analizi testi uygulanmıştır. Analiz sonuçlarına göre katılımcıların sporun engelliler üzerinde etkisi var mı sorusuna verdikleri cevaplara göre farkındalık düzeyleri arasında anlamlı farklılıklar ortaya çıkmıştır ($F_{(1399)}=18,054; p=000<0,05$). Bu anlamlı farklılığın hangi cevaplar arasında olduğunun belirlenmesi amacı ile yapılan Tukey HSD çoklu karşılaştırma testi sonucunda “Kesinlikle Evet” ($X=112,52\pm,25$) yanıtını verenler “Evet” ($X=108,86\pm,35$) yanıtını verenlere göre anlamlı düzeyde daha yüksek skorlar elde etmişlerdir. Ayrıca Kesinlikle Evet yanıtını verenler Kararsızım yanıtını verenlere göre de anlamlı düzeyde daha yüksek ortalamalar elde etmişlerdir.

Sonuçlara göre; “Kesinlikle evet” yanıtını verenler; %57,50 (N=805), “Evet” yanıtını verenler % 32,70 (N=458), “Hayır” yanıtını verenler %3,60 (N=51), “Kesinlikle hayır” yanıtını verenler ise %1 (N=14) dır (Bkz. Grafik 4.4).

Çalışmaya paralel olarak gösterebileceğimiz; “Bedensel Engellilerin Sportif Aktivitelere Katılımının Yaşam Kalitesi Üzerine Etkisi” adlı çalışma; bedensel engelli bireylerde spora katılımın yaşam kalitesi üzerine etkisini değerlendirmek amacıyla planlanmış ve 25’i kadın 75’i erkek toplam 100 bedensel engelli olguya ulaşılmıştır. Olgular profesyonel olarak spor yapanlar, amatör ya da rekreasyonel amaçlı spor yapanlar ve hiç spor yapmayanlar olacak şekilde 3 gruba ayrılmış ve Olguların yaşam kalitesini değerlendirmek için Nottingham Sağlık Profili kullanılmıştır. Profesyonel ya da amatör olarak spor yapanların yaşam kalitelerinin hiç spor yapmayanlardan daha yüksek olduğu bulunmuştur ve çalışmadan elde edilen sonuçlara bakıldığında ise; spora katılımın yaşam kalitesini olumlu yönde etkilediği görülmüştür(8).

“Eğitilebilir Zihinsel Engelli Erkek Çocukların Bazı Motor Becerilerine Antrenmanın Etkisi” adlı çalışma da; Zihinsel Engelli (EZE) çocukların bazı motor becerilerine etkisini araştırmak amaçlanmış ve Çalışmaya yaş, boy ve IQ ortalama değerleri sırasıyla 14 yıl, 154 cm, 59, 1puan olan 11 adet eğitilebilir zihinsel engelli erkek çocuk katılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre ise; sağlık topu fırlatma, 27m (25

yard) koşu, genel vücut esnekliği, durarak uzun atlama ve disklere dokunma değerleri istatistiksel olarak önemli bulunmuş ve bu araştırmada, düzenli antrenmanlarla EZE çocukların bazı motor becerilerinin önemli derecede geliştiği görülmüştür(69).

“10-14 Yaş Gurubu Öğretilebilir Zihinsel Engellilerde Makro Dönem Esneklik Antrenman Sonucu Gelişmelerin İncelenmesi” adlı çalışma da; öğretilebilir zihinsel engelli çocukların esneklik antrenman programı sonucu gelişmelerinin incelenmesi amaçlanmış ve çalışmaya eğitim uygulama okulu ve iş eğitimi merkezine devam eden 10-14 yaş gurubu 24 erkek öğretilebilir zihinsel engelli öğrenci katılmıştır. Deney gurubuna 8 haftalık esneklik antrenman programı uygulanırken, kontrol gurubuna her hangi bir antrenman programı uygulanmamıştır. Sonuç olarak haftada 3 gün (2 saat) yapılan antrenmanlar sonucunda 10-14 yaş gurubu erkek öğretilebilir zihinsel engelli çocukların esnekliklerinin gelişimi, davranışları değiştirme de olumlu etki sağladığı zihinsel engelli bireylerin toplumsal yaşama katılımını sağlamada önemli bir role sahip olduğu ortaya çıkmıştır(74).

Kişinin kendi yeteneklerinin farkına varması, kendine yetebilmeyi öğrenmesi ancak Rehabilitasyon ve eğitimle gerçekleşebilmektedir. Engelli Rehabilitasyonunda spor; güven, denge, kas kontrolü, hareketlerde özgürlük ve koordinasyon kazanmak için kullanılabilir. Spor öyle bir olgudur ki engelli, sağlıklı tüm insanları sosyalleştiren, güzel kötü tüm yaşam değerlerini bir arada paylaşmayı öğreten, ruhsal yapıya sağladığı destek yanında disiplin, rekabet ve arkadaşlık hislerini uyandırarak kişinin bağımsızlığını kazanmasında ve benliğinin oluşmasında ciddi bir rol oynamaktadır(42).

Sporun ruhsal ve bedensel olarak faydaları bilinmektedir. Engelliler için spor, sosyal hayata katma ve yaşamlarını kaliteli hale getirme noktasında önemlidir. Böylesine olumlu etkilerin öncelikle toplum tarafından bilinmesi, daha sonrada engelli bireylerimize destek niteliğinde yardımcı olunması var olan olumsuz etkilerin kenara bırakılmasında önem arz ettiği söylenebilir.

5.1.5. Alt Problem 5: Katılımcıların bulundukları kuruma göre, sporun engelliler üzerindeki etkilerine yönelik farkındalıkları arasında fark var mıdır?

Boyutlar	Değişkenler	N	\bar{X}	SS	F	p
Farkındalık	Uygulama ve iş okulu	65	110,75	1,08	2,167	0,71
	Rehabilitasyon merkezleri	127	109,71	,63		
	Milli eğitim	338	111,53	,40		
	Beden eğitimi bölüm öğrencileri	647	111,41	,30		
	Eğitim fakültesi öğrencileri	223	110,31	,53		
	Toplam	1400				

Katılımcıların öğrenim gördükleri veya çalıştıkları kurumlarına göre Zihinsel Engelli Bireylerde Sporun Etkilerine Yönelik Farkındalık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığının belirlenmesi için $\alpha=0.05$ anlamlılık düzeyinde tek yönlü Varyans analizi testi uygulanmıştır. Analiz sonuçlarına göre katılımcıların öğrenim gördükleri/görev yaptıkları kurum değişkenine göre Zihinsel Engelli Bireylerde Sporun Etkilerine Yönelik Farkındalık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ($F_{(1399)} = 2,167$; $p = 0,71 > 0,05$).

Sonuçlara göre; “Uygulama ve İş okulu” n da çalışanlar %4,60 (N=65), “Rehabilitasyon Merkezleri” n de çalışanlar %9,10 (N=127), “Milli Eğitim” de çalışanlar %24,10 (N=338),” Beden Eğitimi Bölümü” n de okuyanlar %46,20 (N=647), “Eğitim Fakültesi” n de okuyanlar ise %15,90 (N=223) dür(Bkz. Grafik 4.5).

Elde edilen bilgiler ışığında çalıştıkları ya da öğrenim gördükleri kurumların farkındalık düzeyleri üzerinde herhangi bir etki görülmemiştir. Buradaki amacımız farklı kurumlarda olan bireylerin sporun engelli bireylerimiz üzerindeki etkisinin ve bu etkinin farkındalık düzeylerini ne derece ilgilendirdiğini görmek olduğunu

söyleyebiliriz. Literatür taramasında yapılan benzer çalışmaya rastlanılmamıştır.

5.1.6. Alt Problem 6: Katılımcıların kurumlarında çalıştığı süreye göre, sporun engelliler üzerindeki farkındalıkları açısından fark var mıdır?

Alt Boyutlar	Değişkenler	N	\bar{X}	SS	F	p
Farkındalık	1-5 yıl	314	112,75	,22	,097	,962
	6-10 yıl	109	111,39	,72		
	11-16 yıl	94	110,82	,73		
	17> yıl	13	110,85	2,53		

Katılımcıların çalıştıkları kurum sürelerine göre Zihinsel Engelli Bireylerde Sporun Etkilerine Yönelik Farkındalık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığının belirlenmesi için $\alpha=0.05$ anlamlılık düzeyinde tek yönlü Varyans analizi testi uygulanmıştır. Analiz sonuçlarına göre katılımcıların görev yaptıkları kurum süreleri değişkenine göre Zihinsel Engelli Bireylerde Sporun Etkilerine Yönelik Farkındalık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ($F_{(1399)} = 0.097$; $p = 0.962 > 0.05$). Sonuçlara göre; “1-5” yıl aralığında bulunanlar %84,60 (N=314), “6-10” yıl aralığında bulunanlar %7,80 (N=109), “11-16” yıl aralığında bulunanlar %6,70 (N=94), “17” yıl ve üstünde olanlar ise %0,90 (N=13)tür (Bkz. Grafik 4.6).

Literatür taramasında yapılan benzer çalışmaya rastlanılmamıştır.

5.1.7. Alt Problem 7: Katılımcıların engellilerle ilgili herhangi bir eğitim programına katılıp katılmama durumlarına göre, sporun engelliler üzerindeki farkındalıkları açısından fark var mıdır?

Boyutlar	Değişkenler	N	X	Ss	t	p
Farkındalık	Evet	415	111,37	7,72	,909	0,364
	Hayır	985	110,96	7,72		

Çalışmada yer alan katılımcıların Engellilerle ilgili katıldıkları eğitim

programı ile Zihinsel Engelli Bireylerde Sporun Etkilerine Yönelik Farkındalık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığının belirlenmesi için $\alpha=0.05$ anlamlılık düzeyinde bağımsız örneklem t testi uygulanmıştır. Analiz sonuçlarına göre katılımcıların verdikleri yanıtlara göre sporun engelliler üzerindeki farkındalık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık saptanmamıştır ($t_{(1398)}=$; $p=,364 >0.05$). Sonuçlara göre; “Evet” yanıtını verenler %29,60 (N=415), “Hayır” yanıtı verenler ise %70,40 (N=985) tir (Bkz. Grafik 4.7).

Sonuçlara baktığımızda engellilerimizle ilgili yapılan faaliyetlere katılım oranının düşük olduğu söylenebilir. Yapılan faaliyetlerin artması ve toplum olarak katılma oranını yükseltme planları yapılarak farkındalık düzeylerinde artma sağlanabilir. Literatür taramasında yapılan benzer çalışmaya rastlanılmamıştır.

5.1.8. Alt Problem 8: Katılımcıların ailelerinde engelli olup olmama durumlarına göre sporun engelliler üzerindeki farkındalıkları açısından fark var mıdır?

Boyutlar	Değişkenler	N	X	Ss	t	p
Farkındalık	Evet	137	112,56	8,02	2,373	0,18
	Hayır	1263	110,92	7,67		

Çalışmada yer alan katılımcıların Ailenizde engelli birey var mı? Sorusuna verilen cevaplar ile Zihinsel Engelli Bireylerde Sporun Etkilerine Yönelik Farkındalık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığının belirlenmesi için $\alpha=0.05$ anlamlılık düzeyinde bağımsız örneklem T testi uygulanmıştır. Analiz sonuçlarına göre katılımcıların verdikleri yanıtlara göre sporun engelliler üzerindeki farkındalık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık saptanmıştır ($t_{(1398)}=2,373$; $p=,018 < 0.05$) ”Evet“ ($X=112,56 \pm 8,02$) yanıtını veren katılımcıların “Hayır” ($X=110,92 \pm 7,67$) yanıtını veren katılımcılara göre farkındalık düzeylerinin yüksek olduğu tespit edilmiştir. Sonuçlara göre; “Evet” yanıtını verenler % 9,80 (N=137), “Hayır” yanıtını verenler ise %90,20 (N=1263) tür (Bkz. Grafik 4.8).

Engelli çocuğun eğitiminde en önemli ve etkili ortam, sürekli içerisinde bulunduğu aile çevresidir. Çünkü çocukla iç içe olan onun davranışlarını sürekli izleyen ailedir. Özü fark edebilen, sorunun çözümü için nereye, nasıl ve ne zaman

başvuracağını bilen aileleri oluşturma süreci olarak adlandırılan anne-baba eğitimlerinin olması, Bu bağlamda çocukların eğitimi ve geliştirilmesinde önem arz etmektedir(92).

Ailede engelli bireylerin varlığı Yapılan faaliyetlere ve engelli bireylere olan farkındalık düzeylerinde önemli olduğunu düşünülmektedir. Bu soruyla amaçlanan ailede engelli bireyin varlığının farkındalık düzeylerinde ne derece de etkili olup olmadığının dağılımını belirlemektir. Engelli bireylerimizin varlığının farkında olunma süreci öncelikle toplumda var olan farkındalığın artırılmasıyla ilişkili olduğu söylenebilir. Literatür taramasında yapılan benzer çalışmaya rastlanılmamıştır.



5.1.9. Alt Problem 9: Katılımcıların Ülkemizde engelli bireylere gerekli önemin verilip verilmediği görüşlerine göre, sporun engelliler üzerindeki farkındalıkları açısından fark var mıdır?

Boyutlar	Değişkenler	N	\bar{X}	SS	F	p	Fark Tukey
Farkındalık	Kesinlikle Evet	30	111,83	1,50	3,226	,012	4-5 3-2
	Evet	144	111,37	,65			
	Kararsızım	280	110,19	,46			
	Hayır	627	110,76	,31			
	Kesinlikle Hayır	319	112,27	,40			
	Toplam	1400					

Katılımcıların Ülkemizde Engellilerimize Gerekli Önemin Verildiğine Katılıyor musunuz? Sorusuna verdikleri cevaba göre Zihinsel Engelli Bireylerde Sporun Etkilerine Yönelik Farkındalık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığının belirlenmesi için $\alpha=0.05$ anlamlılık düzeyinde tek yönlü varyans analizi testi uygulanmıştır. Analiz sonuçlarına göre katılımcıların Ülkemizde Engellilerimize Gerekli Önemin Verildiğine Katılıyor musunuz? Sorusuna verdikleri cevaplara göre farkındalık düzeyleri arasında anlamlı farklılıklar ortaya çıkmıştır ($F_{(1399)} = 3,226$; $p=012 < 0,05$). Bu anlamlı farklılığın hangi cevaplar arasında olduğunun belirlenmesi amacı ile yapılan Tukey HSD çoklu karşılaştırma testi sonucunda “Hayır” ($X=110,76 \pm ,31$) yanıtını verenler “Kesinlikle Hayır” ($X=112,27 \pm ,40$) yanıtını verenlere göre anlamlı düzeyde daha yüksek skorlar elde etmişlerdir. Ayrıca “Kararsızım” ($X=110,19 \pm ,46$) yanıtını verenler “Evet” ($111,37 \pm ,65$) yanıtını verenlere göre de anlamlı düzeyde daha yüksek ortalamalar elde etmişlerdir.

Sonuçlara göre; “Kesinlikle evet” yanıtını verenler %2,10 (N= 30), “Evet” yanıtını verenler %10,30 (N=144), “Kararsızım” yanıtını verenler %2,1 (N=280), “Hayır” yanıtını verenler %48,80 (N=627), “Kesinlikle hayır” yanıtını verenler ise %22,80 (N=319)dur (Bkz. Grafik 4.9).

“Engellilerin Toplumsal Hayata Katılmasına Yönelik Politikalar: Türkiye, ABD ve Japonya Örnekleri” adlı çalışmada: engellilerin toplumsal hayata katılmalarını engelleyen nedenler ve bu konuda gerçekleştirilen politikalara değinilmiş ve verilen önem ortaya konmaya çalışılmıştır. Çalışma sonucunda ABD, Türkiye ve Japonya’da engellilerin toplumsal hayata katılımını düzenleyen çok sayıda yasal düzenleme gerçekleştirilmesine karşılık özellikle eğitim, istihdam politikalarının istenen başarıyı sağlamada yetersiz kaldığı söylenebilir(30).

“Avrupa Birliği Sosyal Politikasında Ayrımcılıkla Mücadeleye İlişkin Yeni Direktif Taslağı ve Eşitlik Kurumları” adlı çalışmada, Avrupa Birliği ülkelerinde özürlü bireylere yönelik politikalar, sosyo-ekonomik farklılığın ve ayrımcılığın ortadan kaldırılması temelin de şekillenmiş ve çalışmanın problemi özürlü bireylere yönelik ayrımcılık ekseninde şekillenmekte olup, bu sorunla mücadelede Avrupa Birliği’nin aradığı çözüm yollarını kapsamak ve engellilerimize verilen değeri arttırmaya çalışmaktır(77).

Sosyal dışlanma kavramı ilk defa 1960’larda Fransa’da gündeme gelmiştir. 1974 yılında Fransız Sosyal İlişkiler Bakanı Rene Lenoir, zihinsel ve fiziksel engelliler, suçlular, alkolikler, tek ebeveynli aileler, yaşlılar, istismara uğramış çocuklar başta olmak üzere Fransızların onda birinin herhangi bir sosyal güvenceden yoksun olduğunu ve toplumdan dışlanmış olduklarını belirtmiştir(102).

Engellilerimizin uzun yıllar boyunca sokaklarda “deli” damgası giydirilerek hırpalandıkları, aile tarafından kabul görmedikleri, arkadaşları tarafından sömürüldüğü, kısacası toplum dışına itildiği görülmüştür. Gerekli önemin verilmesi, toplumda uyandırılacak farkındalıkla mümkün olabileceği ve en önemli kısmın ailenin kabul görmesiyle başlayacak olan bu sürecin engellilerimizin kaliteli yaşamlarında önem teşkil ettiğini söyleyebiliriz.

5.1.10. Alt Problem 10: Katılımcıların Engelli bireylere verilen maaşların gerektiği şekilde harcanıp harcanmadığı görüşlerine göre, sporun engelliler üzerindeki farkındalıkları açısından fark var mıdır?

Boyutlar	Değişkenler	N	\bar{X}	SS	F	p	Fark Tukey
Farkındalık	Kesinlikle Evet	11	113,00	2,21	5,417	,000	4-5
	Evet	88	111,15	,94			
	Kararsızım	423	110,85	,36			3-2
	Hayır	576	110,85	,32			
	Kesinlikle Hayır	302	112,74	,42			
	Toplam	1400					

Katılımcıların Ülkemizde Engellilere Verilen Maaşın ve Engellilere Gerekliği Şekilde Harcandığına İnanıyor Musunuz? Sorusuna verdikleri cevaba göre Zihinsel Engelli Bireylerde Sporun Etkilerine Yönelik Farkındalık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığının belirlenmesi için $\alpha=0.05$ anlamlılık düzeyinde tek yönlü Varyans analizi testi uygulanmıştır. Analiz sonuçlarına göre katılımcıların Engellilere Verilen Maaşın ve Engellilere Gerekliği Şekilde Harcandığına İnanıyor Musunuz? Sorusuna verdikleri cevaplara göre farkındalık düzeyleri arasında anlamlı farklılıklar ortaya çıkmıştır ($F_{(1399)} = 5,417; p=000 < 0,05$). Bu anlamlı farklılığın hangi cevaplar arasında olduğunun belirlenmesi amacı ile yapılan Tukey HSD çoklu karşılaştırma testi sonucunda “Hayır” ($X=110,85 \pm ,32$) yanıtını verenler “Kesinlikle Hayır” ($112,74 \pm ,42$) yanıtını verenlere göre anlamlı düzeyde daha yüksek skorlar elde etmişlerdir. Ayrıca “Kararsızım” ($110,85 \pm ,36$) yanıtını verenler “Evet” ($X=111,15 \pm ,94$) yanıtını verenlere göre de anlamlı düzeyde daha yüksek skorlar elde etmişlerdir. Ayrıca “Kararsızım” ($110,85 \pm ,36$) yanıtını verenler “Evet” ($X=111,15 \pm ,94$) yanıtını verenlere göre de anlamlı düzeyde daha yüksek ortalamalar elde etmişlerdir.

Sonuçlara göre; “Kesinlikle evet” yanıtını verenler %0,80 (N=11), “Evet” yanıtını verenler %6,30 (N=88), “Kararsızım” yanıtını verenler %30,20 (N=423),

“Hayır” yanıtını verenler (N=576), “Kesinlikle hayır” yanıtını verenler ise %21,60 (N=302)dir(Bkz. Grafik 4.10).

Engelli aylığı, ekonomik yoksunluk içinde bulunan; 18 yaşından büyük engelli bireylere ve kanunen bakmakla yükümlü olduğu 18 yaşını tamamlamış engelli yakını bulunan Türk vatandaşlarına bağlanan aylıktır. Bu aylık üç aydan üç aya ödenmektedir. Aylığın miktarı engel oranına göre değişmektedir. Engelli sağlık kurulu raporuna göre engel oranı yüzde kırk-yüzde altmış olan dokuz olan (%40-%69) ve başkasının yardımı olmaksızın hayatını devam ettiremeyecek derecede engelli olan bireylere verilir(1).

“Engellilere Uygulanan Sosyal Yardımlar” adlı çalışmada; engelliler için uygulanan ve pasif sosyal politikalar kapsamında yapılan maddi yardımların yıllara göre nasıl bir gelişme gösterdiğinin araştırılması yapılmıştır(82).

Devlet tarafından engelli bireylerimize ve ek olarak ailelerine verilen maaşın gerektiği şekilde engellilerimize harcanması onlara verdiğimiz değer ve özenle alakalı bir durumdur. Sorumuzdaki amacımız da bu değer ve özeni görmek ve farkındalık olarak nasıl bir seviyede olduğumuzu görmek içindir. Toplum ve aile tarafından kabul görmüş engelli bireylerimize olan desteğin, onlar için yapılacak etkinliklere, para yardımlarına ve yaşamlarını kaliteli hale getirme noktasında geniş imkânlar açabileceği söylenebilir. Toplumunda engelli çocuklara değer vermeyen bireylerin, maddi konuda engelli bireylerimize harcama yapmadıkları, yapılan maddi yardımın onlara gereksiz olduğunu düşünmeleri söylenebilir. İlgili kuruluşlarca ya da engelli bireylerimize destek veren ilgililerce bu tarz eylemler azaltılabilir ve engelli bireylerimizin hak ettikleri parayı kendi gereksinimlerine harcamaları sağlanabilir.

5.1.11. Alt Problem 11: Katılımcıların Engellilerle İlgili Yapılan Faaliyetlerin yeterli olup olmaması görüşlerine göre, sporun engelliler üzerindeki farkındalıkları açısından fark var mıdır?

Boyutlar	Değişkenler	N	\bar{X}	SS	F	p	Fark Tukey
Farkındalık	Kesinlikle Evet	18	111,61	1,75	9,265	,000	4-3
	Evet	78	111,22	,87			
	Kararsızım	267	109,92	,48			5-2
	Hayır	806	110,67	,27			
	Kesinlikle Hayır	231	113,45	,46			
	Toplam	1400					

Katılımcıların Engellilerle ilgili yapılan faaliyetleri yeterli buluyor musunuz? Sorusuna verdikleri cevaba göre Zihinsel Engelli Bireylerde Sporun Etkilerine Yönelik Farkındalık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığının belirlenmesi için $\alpha=0.05$ anlamlılık düzeyinde tek yönlü Varyans analizi testi uygulanmıştır. Analiz sonuçlarına göre katılımcıların Engellilerle ilgili yapılan sportif faaliyetleri yeterli buluyor musunuz? Sorusuna verdikleri cevaplara göre farkındalık düzeyleri arasında anlamlı farklılıklar ortaya çıkmıştır ($F_{(1399)}=9,265; p=000<0,05$). Bu anlamlı farklılığın hangi cevaplar arasında olduğunun belirlenmesi amacı ile yapılan Tukey HSD çoklu karşılaştırma testi sonucunda “Hayır” ($X=110,67\pm,27$) yanıtını verenler “Kararsızım” ($109,92\pm,48$) yanıtını verenlere göre anlamlı düzeyde daha yüksek skorlar elde etmişlerdir. Ayrıca “Kesinlikle hayır” ($X=113,45\pm,46$) yanıtını verenler “Evet” ($111,22\pm,87$) yanıtını verenlere göre de anlamlı düzeyde daha yüksek ortalamalar elde etmişlerdir.

Sonuçlara göre; “Kesinlikle evet” yanıtını verenler %1,30 (N=18), “Evet” yanıtını verenler %5,60 (N=78), “Kararsızım” yanıtını verenler %19,10 (N=267), “Hayır” yanıtını verenler %57,60 (N=806), “Kesinlikle hayır” yanıtını verenler ise %16,50 (N=231)dir (Bkz. Grafik4.11).

Çalışmaya paralel olarak gösterebileceğimiz; “Engellilerde Kulüp, Sporcu ve Federasyonların Hizmet Ağı, Yaygınlığı ve Mevcut Durumlarının

Değerlendirilmesi” adlı çalışmada; Engelliler alanındaki spor faaliyet ağının mevcut durumları taranarak, içerik çözümlemesi ile bu alandaki hizmet yaygınlığı irdelenerek durum analizi yapılmış ve Türkiye genelinde 356 dernek, 43 vakıf, 8 federasyon engelliler alanında hizmet ağının faaliyette bulunduğu görülmüştür. Sonuç olarak ise; ülkemizde engellilere ilişkin istatistikî bilgi eksikliği, sağlık sistemindeki eksiklikler ve bu hizmetlerin ulaşılabilirliği, ekonomik yükü, sosyal ve sportif alan uygulamaları vb. nedenler, engellilerin yeterli, zamanında ve sürekli hizmet almasını etkileyen faktörler olarak görülmüştür(27).

Yapılan sportif etkinliklerin artması engelli bireylerimizin sosyal hayata katılmaları, fiziksel, ruhsal boyutlarda rahatlatıcı etki yaratması, ailesine ve çevresindekilere yük olmadan ihtiyaçlarını karşılayabilmesi ve bunun gibi diğer olumlu etkilerin yaşam kalitelerinin artmasında önemli olduğu söylenebilir. Dolayısıyla çalışmaların artması; sporsal anlamda farklı yeteneklerin ortaya çıkmasına ve onlarla çalışan kişiler açısından da farklı tecrübe ve iş sahası oluşturmaya destek olabileceği söylenebilir.

5.1.12. Alt Problem 12: Katılımcıların ülkemizde engellilere yönelik şiddet faaliyetlerinin olup olmaması görüşlerine göre, sporun engelliler üzerindeki farkındalıkları açısından fark var mıdır?

Alt Boyutlar	Değişkenler	N	\bar{X}	SS	F	p	Fark Tukey
Farkındalık	Kesinlikle Evet	204	113,40	,48	6,883	,000	2-3
	Evet	597	110,72	,31			
	Kararsızım	360	110,40	,41			4-1
	Hayır	205	110,57	,54			
	Kesinlikle Hayır	34	113,65	,1,23			
	Toplam	1400					

Katılımcıların Ülkemizde Engellilerle Yönelik Şiddet Olaylarının Olduğuna İnanıyor musunuz? Sorusuna verdikleri cevaba göre Zihinsel Engelli Bireylerde Sporun Etkilerine Yönelik Farkındalık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığının belirlenmesi için tek yönlü Varyans analizi testi uygulanmıştır. Analiz

sonuçlarına göre katılımcıların Ülkemizde Sorusuna verdikleri cevaplara göre farkındalık düzeyleri arasında anlamlı farklılıklar ortaya çıkmıştır($F_{(1399)}=6,883;p=000<0,05$). Bu anlamlı farklılığın hangi cevaplar arasında olduğunun belirlenmesi amacı ile yapılan Tukey HSD çoklu karşılaştırma testi sonucunda “Evet”(X=110,72+/-,31) yanıtını verenler “Kararsızım”(X=110,40+/-,41) yanıtını verenlere göre anlamlı düzeyde daha yüksek skorlar elde etmişlerdir. Ayrıca “Hayır” (X=110,57+/-,54) yanıtını verenler “Kesinlikle Evet”(X=113,40+/-,48)yanıtını verenlere göre de anlamlı düzeyde daha yüksek ortalamalar elde etmişlerdir.

Sonuçlara göre “Kesinlikle evet” yanıtını verenler %14,60 (N=204), “Evet” yanıtını verenler %42,60 (N=597), “Kararsızım” yanıtını verenler %25,70 (N=360), “Hayır” yanıtını verenler 14,60 (N=205), “Kesinlikle hayır” yanıtını verenler ise %2,40 (N=34)dür(Bkz. Grafik 4.12).

Engelli bireylerimizin kendilerini ifade edememeleri ve karşı tarafın onları anlayamamaları çoğu zaman olumsuzlukların doğmasına neden olmuştur. Eski zamanlarda engelli bireylerimizin, ailelerinin suç işledikleri sebebiyle tanrı tarafından cezalandırıldıkları fikri yaygındı. Aileleri dışlamalar ve dolayısıyla engelli bireylere ise sert müdahalelerin olduğu söz konusuydu. Engelli bireyleri çöpe atmalar, yapılabilecek bütün kötü işlerde hatta fuhuşta bile kullanmalar söz konusuydu. Bu soruyla amacımız bu farkındalığı ölçmek ve halen bu tarz kötü olayların varlığının olup olmadığını göstermektir. Son yıllarda gelişen teknoloji ve fikir akımlarıyla bu tarz olaylar geride kalmış, engellilerimize verilen değer ve imkânlar artmıştır. Şiddet olayı azalmış ve yerini sevgiye, eğitime bırakan bir durumun olumlu yönde geliştiği görülmüştür.

Engelli bireylere ilişkin en önemli nokta, toplumda engellilikle ilgili “farkındalığın yaratılması” ve “anlaşılma” gereksinimlerinin karşılanmasıdır(106).

Literatür taramasında yapılan benzer çalışmaya rastlanılmamıştır.

5.1.13. Alt Problem 13: Katılımcıların yaşadığı Bölgeye göre, sporun engelliler üzerindeki farkındalıkları açısından fark var mıdır?

Boyutlar	Değişkenler	N	X	Ss	t	p
Farkındalık	Van	700	111,25	7,78	,816	,414
	Kütahya	700	110,91	7,66	,816	,414

Çalışmada yer alan katılımcıların yaşadıkları ile göre Zihinsel Engelli Bireylerde Sporun Etkilerine Yönelik Farkındalık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığının belirlenmesi için bağımsız örneklem t testi uygulanmıştır. Analiz sonuçlarına göre katılımcıların cinsiyetlerine göre sporun engelliler üzerindeki farkındalık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık saptanmamıştır ($[t_{(1398)} = ,816; p = ,414 > 0,05]$). Sonuçlara göre; katılımcıların %50 si (N=700) “Kütahya”, %50 si (N=700) ise “Van” ı oluşturmaktadır(Bkz. Grafik 4.13).

Elde edilen bilgilere göre Van ve Kütahya da çalışan/öğrenim görenlerin farklı düşünmedikleri, sporun zihinsel engelli bireyler üzerindeki etkisinin farkındalıkları üzerinde etkili olduğu söylenebilir. Literatür taramasında yapılan benzer çalışmaya rastlanılmamıştır.

5.2. Sonuç

Bu çalışmanın amacı; sportif faaliyetlerin zihinsel engelli bireyleri hangi düzeyde etkilediği ve bu etkinin toplum tarafından nasıl bir farkındalık uyandırdığının belirlenmesini ortaya koymaktır. Çalışmaya Kütahya ve Van ilinde MEB, özel eğitim ve Rehabilitasyon Merkezleri, Engelli okullarında görev yapan öğretmenler ile Üniversitelerin Beden Eğitimi Bölümlerinde ve Eğitim Fakültesine bağlı Bölümlerde okuyan öğrenciler olmak üzere toplam 1400 kişi gönüllü olarak katıldı.

Çalışma kapsamında veri toplama aracı olarak ZEBSEYFÖ kullanıldı. İstatistik yöntem olarak anlamlı farklılıkların ($\alpha=0,05$) belirlenmesi için bağımsız örneklem t testi, tek yönlü varyans analizi ve varyans testlerinde önemli bulunan farklılıklar içinse ikinci seviye testi olarak Tukey’s HSD testi uygulandı.

Test sonuçları; katılımcıların cinsiyetlerine göre sporun engelliler üzerindeki farkındalıkları açısından anlamlı bir ilişkiye rastlanmadığını göstermiştir($p > 0,05$).

Test sonuçları; katılımcıların yaşlarına göre sporun engelliler üzerindeki farkındalıkları açısından anlamlı bir ilişkiye rastlanmadığını göstermiştir($p > 0,05$).

Test sonuçları; katılımcıların spor yapıyor musunuz? Sorusuna verdikleri cevaplar arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanıldığı ve spor yapanların spor yapmayanlara göre zihinsel engelli bireylerde sporun etkisi olduğunun daha farkında olduklarını göstermiştir($p < 0,05$).

Test sonuçları; katılımcıların sporun engelliler üzerinde etkisi var mı sorusuna verdikleri cevap ile farkındalık düzeyleri arasında anlamlı farklılıklar olduğunu göstermiştir($p < 0,05$).

Test sonuçları; katılımcıların çalıştığı kurum ile sporun engelliler üzerindeki etkilerine yönelik farkındalıkları arasında anlamlı ilişkiye rastlanmadığını göstermiştir($p > 0,05$).

Test sonuçları; katılımcıların kurumlarında çalıştığı süre ile sporun engelliler üzerindeki etkilerine yönelik farkındalıkları arasında anlamlı ilişkiye rastlanmamıştır($p > 0,05$).

Test sonuçları; Katılımcıların Engellilerle İlgili Herhangi Bir Eğitim Programına Katıldınız mı? Sorusuna verdikleri cevap ile sporun engelliler üzerindeki etkisine yönelik farkındalık düzeyleri açısından herhangi anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır($p > 0,05$).

Test sonuçları; Katılımcıların Ailenizde engelli birey var mı? Sorusuna verdikleri cevap ile sporun engelliler üzerindeki etkisine yönelik farkındalık düzeyleri açısından anlamlı ilişkiye rastlamamış ve Evet yanıtını veren katılımcıların Hayır yanıtını veren katılımcılara göre farkındalık düzeylerinin yüksek olduğunu göstermiştir($p < 0,05$).

Test sonuçları; katılımcıların Ülkemizde Engellilerimize Gerekli Önemin Verildiğine Katılıyor musunuz? Sorusuna verdikleri cevap ile farkındalık düzeyleri arasında anlamlı farklılıkların ortaya çıktığını göstermiş ve ($p < 0,05$) Hayır yanıtını verenlerin Kesinlikle Hayır yanıtını verenlere göre anlamlı düzeyde daha yüksek skorlar elde ettiğini göstermiştir.

Test sonuçları; katılımcıların Engellilere Verilen Maaşın ve Engellilere

Gerektiği Şekilde Harcandığına İnanıyor musunuz? Sorusuna verdikleri cevap ile farkındalık düzeyleri arasında anlamlı farklılıklar olduğunu göstermiş ve ($p<0,05$) Hayır yanıtını verenler Kesinlikle Hayır yanıtını verenlere göre anlamlı düzeyde daha yüksek skorlar elde etmişlerdir.

Test sonuçları; katılımcıların Engellilerle İlgili Yapılan Faaliyetleri Yeterli Buluyor musunuz? Sorusuna verdikleri cevap ile farkındalık düzeyleri arasında anlamlı farklılıklar olduğunu ortaya çıkarmıştır, ($p<0,05$) Hayır yanıtını verenler Karasızım yanıtını verenlere göre anlamlı düzeyde daha yüksek skorlar elde etmişlerdir.

Test sonuçları; Engellilerle Yönelik Şiddet Olaylarının Olduğuna İnanıyor musunuz? Sorusuna verdikleri cevap ile farkındalık düzeyleri arasında anlamlı farklılıkların ortaya çıktığını ($p<0,05$) ve Evet yanıtını verenlerin Karasızım yanıtını verenlere göre anlamlı düzeyde daha yüksek skorlar elde ettiğini göstermiştir.

Test sonuçlarına göre veriler incelendiğinde Van ve Kütahya İli arasında yapılan anket sonucuna göre sporun engelliler üzerindeki farkındalıkları açısından herhangi anlamlı bir ilişkiye rastlanmadığı görölmüştür ($p >0,05$).

Sonuç olarak; Sporun engelli bireyler üzerindeki etkisi yapılan çalışmalar sonucunda kanıtlamıştır. Toplum olarak bu çalışmaların bilincinde olarak engelli bireylerimize destek olmak onların kaliteli bir yaşam geçirmelerinde önemli rol oynamaktadır.

Türkiye’de özürlü bireyler için eğitim, iş, meslek, gelir imkânlarının, sportif, sosyal ve kültürel etkinliklerinin, teknolojik gelişme olanaklarının, çevresel düzenlemelerin ve buna ilişkin hizmetlerin geliştirilmesi onların yaşam kalitelerini yükseltecektir. Diğer taraftan da özürlü bireylere yönelik bakış açısının hem diğerleri hem de kendilerinde değişmesi yönünde bilinçlendirmeler gerekmektedir(26).

Toplumun engelli bireylere yönelik farkındalık, anlayış ve kabul geliştirmeleri çok yönlü çalışmaların yapılması ile mümkün olabilmektedir. Başarılı engelli bireylerin medya yolu ile tanıtılması, toplumda popüler kişilerin engelli bireylere yönelik etkinliklere katılarak onlarla yakın ilişkiler geliştirmesi, bu konuda belgesellerin, dizilerin ve reklam filmlerinin yayınlanması engeli bireylerin toplum tarafından kabulünü ve farkındalıklarını artırmada etkili olabilmektedir. Sporla

engelli bireylerimiz daha mutlu ve başarılı olabilmekte, kendi ihtiyaçlarını giderebilecek seviyeye gelmekte, özel eğitimdeki başarısı artmakta, algılama kapasitesinde artış görülmekte, vücudunu tanıyabilmekte, çevresiyle olan ilişkisi gelişmekte ve bu durum konuşmasına yansımakta, yeni ortamlar tanıyabilmekte, fiziki olarak daha güçlü ve postur olarak daha düzenli görünmekte ve bunun gibi sayabileceğimiz olumlu etkiler bireye destek vermektedir.

5.3. Öneriler

1. Yapılacak benzer bir çalışma engelli bireylerin spora katılımının teşvikinde faydalı olabilir.

2. Bu çalışma toplumun her kesimine uygulanabilecek bir çalışmadır. Dolayısıyla farklı kesimler arasında uygulanarak karşılaştırma yapılabilir ve farklı çalışmalara kaynak olabilir.

3. Üniversite- toplum işbirliğiyle engelli öğrencilerin topluma çıkartılarak toplum tarafından kabullenilmelerini sağlamada destek olabilir.

4. Toplum, aile ve engelli dayanışmasına destek olabilir.

5. Engelli bireyleri spora teşvik ederken, toplumun spora olan ilgisini de arttırabilir.

5. Bu ve benzer çalışmalar sonucunda engelli bireylerimizin spor yapabileceği alanlar oluşturulabilir ve var olan kurumların gelişimine destek olunabilir.

6. Bütün bu bilgiler ışığında engelli bireyleri kabul etmek, onların gelecek yıllarda daha rahat yaşamalarına destek vermek, eğitimlerine katkıda bulunmak, sosyal yaşam içerisinde onları göz ardı etmeden davranmak, onların yaşam kalitelerinin arttırılmasına destek niteliğinde olabilir.

7. Bu ve benzer çalışmalar sonucunda; antrenörler, beden eğitimi öğretmenleri, üniversitelerin ilgili bölümlerinden mezun olan öğrencilerin konuyla ilgili eğitimleri arttırılarak daha kaliteli eğitim verilmesi sağlanabilir.

KAYNAKÇA

1. 06.10.2010 Tarihli, 27751 Sayılı 65 Yaşını Doldurmuş Muhtaç, Güçsüz Ve Kimsesiz Türk Vatandaşları İle Özürlü Ve Muhtaç Türk Vatandaşlarına Aylık Bağlanması Hakkında Yönetmelik
2. 21.03.2016 Yılında Web Adresinden Ulaşılmıştır.
http://www.tiemf.org.tr/arsiv/mevzuatlar/bm_engellihaklarisozlesmesi.pdf
3. Acar, N. V. (2004). *Ne Kadar Farkındayım: Geştalt Terapi* (2. Baskı). Ankara: Babil Yayınevi.
4. Aile Eğitim Rehberi Zihinsel Engelli Çocuklar, (2014), T.C. Aile Ve Sosyal Politikalar Bakanlığı Engelli Ve Yaşlı Hizmetleri Genel Müdürlüğü
5. Akkoyun, F. (2005). *Geştalt Terapi Büyüme Ve Gelişme Gücümüzün Harekete Geçiş*. 2. Baskı. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım. Yayın No: 238.
6. Aktepe, K. (2013). *Sporda Zihinsel Antrenman*, Nobel Akademik Yayıncılık, (1.Baskı), Ankara
7. Alsancak, H. , Tomruk, H. , Çatana, N. , Türkekul, A. , Dolamaç, N, (2013), Sosyal Hizmetler Dairesi Başkanlığı, *Engelli Hakları Başucu Kitapçığı*,
8. Altun, B. Bayramlar, K. Kayıhan, G. Ergun, N. (2011). Bedensel Engellilerin Sportif Aktivitelere Katılımının Yaşam Kalitesi Üzerine Etkisi, *I. Uluslararası Katılımlı Engellilerde Beden Eğitim Ve Spor Kongresi Kongre Kitabı*, Selçuk Üniversitesi, Konya, 101.
9. Arslan, C. , (2014), Türkiye’de Bir İlk Olan Engellilerde Egzersiz Ve Spor Eğitimi Bölümünün Kuruluş Ve Gerekçeleri, *2. Uluslararası Engellilerde Beden Eğitimi Ve Spor Kongresi Batman S.24*
10. Atalay, A. Karadağ, A. , Türkiye, Almanya Ve İngiltere’de Engelli Vatandaşlar İle İlgili Yasal Mevzuatlarının İncelenmesi, (2011). *I. Uluslararası Katılımlı Engellilerde Beden Eğitimi Ve Spor Kongresi, Kongre Kitabı*, Sayfa: 139
11. Atan, T. , Eliöz, M. Çebi, M. Ünver, Ş. Atan, A. , (2014), Basketbol Antrenmanın Eğitilebilir Zihinsel Engelli Çocukların Motorik Özelliklerine Etkisinin İncelenmesi, *Spor Ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 7(1) 29-35
12. Atman, A. , Özel Gereksinimli Çocuklar Ve Özel Eğitime Giriş, Gündüz Eğitim Ve Yayıncılık, Sayfa;153-173

13. Auxter, D. Pyfer J. , Huetting C. (2001). Principles And Methods Of Adapted Physical Education And Recreation. Mc-Graw Hill Companies. New York.
14. Avcıoğlu, H. (2012), Zihinsel Yetersizliği Olan Çocuklara Sosyal Beceri Kazandırmada İşbirliğine Dayalı Öğrenme Ve Drama Yöntemlerinin Etkililiği, Eğitim Ve Bilim Dergisi, 37(163), 110-125.
15. Aydın S. (2000), 'Düşünce Ve Zihni Kontrol Etmede 'Farkında Olmak', İctimai, Ekim.
16. Aygün, Ö.(2004) Zihinsel Engelli Çocukların Egzersiz Öncesi Ve Sonrası Motorik Performanslarının Karşılaştırılması, Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi.
17. Baran, F. , (2012), Zihinsel Engelli Çocuklarda Motor Beceri Öğreniminde Değişken Uygulamaların Edinim, Transfer Ve Hatırlama Süreçlerine Etkisinin İncelenmesi, Doktora Tezi, Akdeniz Üniversitesi, Antalya
18. Başbakanlık Engelliler İdaresi, Başbakanlık Yayınları, Engelliler Şurası Çağdaş Toplum, Yaşam Ve Engelliler Ön Komisyon Raporları, Ankara Aralık 1999. Ss:13.
19. Baştuğ G, Akandere M, Yılmaz M (2011). Bedensel Engelli Bireylerde Egzersize Bağlı Kendini Fiziksel Tanımlama Değerlerinin İncelenmesi. *I. Uluslararası Katılımlı Engellilerde Beden Eğitimi Ve Spor Kongresi. Sözel Bildiri*, 5-7 Mayıs. Selçuk Üniversitesi, Konya. 99.
20. Bayazıt, B. , Fil, H. , Son, M. Çolak, S. ,Eskiyecek, G, C. , Çolak, E. (2014). Eğitilebilir Zihinsel Engelli Kız Çocuklarda Cimnastik Çalışma Programının Denge Gelişimine Etkisinin İncelenmesi, *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*. 2 (8), 370-377
21. Bektaş, Ö. ,(2013). Sosyal Bilgiler Derslerinde Belgesel Film Kullanımının Akademik Başarıya Ve Bilinçli Farkındalık Düzeylerine Etkisi, *Eğitim Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 3(2),
22. Biçer, S, Y. , Savucu, A, Y. , (2008), Zihinsel Engellilerde Fiziksel Aktivitelerin Önemi, *Türkiye Klinikleri Spor Dergisi*, 2009:1(2)
23. Biçer, Y. Savucu, Y. Kutlu, M. Kaldırımcı, M. Pala, R. (2004). Güç Ve Kuvvet Egzersizlerinin Zihinsel Engelli Çocukların Hareket Beceri Ve Yeteneklerine Etkisi, *Doğu Anadolu Bölgesi Araştırmaları Dergisi*, Sayfa: 173-179

24. Bruininks R.H. (1974) Physical And Motor Development Of Disabled Persons(Ed: N.R. Ellis) International Review Of Research İn Mental Retardation. (7)209-261.
25. Budak, S. , (2003), *Psikoloji Sözlüğü*, Bilim Sanat Yayınları, Ankara
26. Burcu, E. ,(2007), Özürlü Bireylere Sosyolojik Bakış, *Özürlüler'07 Kongre Sergi Ve Sosyal Etkinlikleri*, İstanbul, Sayfa:245-257.
27. C. Arslan, M. Güllü, E. Aksay, E. Eroğlu, S. Uğraş, (2011), Engellilerde Kulüp, Sporcu Ve Federasyonların Hizmet Ağı, Yaygınlığı Ve Mevcut Durumlarının Değerlendirilmesi, *I. Uluslararası Katılımlı Engellilerde Beden Eğitim Ve Spor Kongresi Kongre Kitabı*, Konya, Sayfa; 143.
28. Chiang. T. (2003). “*Effects Of Therapeutic Recreation Intervention Within A Technology-Based Physical Activity Context On The Social Interaction Of Male Youth With Autism Spectrum Disorders*”.Indiana University.
29. Cüceloğlu, D. (1993), İnsan Ve Davranışı
30. Çaha, H. (2010), Engellilerin Toplumsal Hayata Katılmasına Yönelik Politikalar: Türkiye, Abd Ve Japonya Örnekler, *İnsan Ve Toplum Dergisi*, 5 (10), Sayfa: 123-150.
31. Çalışkan, E. , (2011), Engelli Çocuklarda Spor Eğitimi Ve Ailelerin Yaklaşımları, *I. Uluslararası Katılımlı Engellilerde Beden Eğitim Ve Spor Kongresi*, Kongre Kitabı, Sayfa: 30-33.
32. Çatak, D, P. Ögel, K. (2010). Farkındalık Temelli Terapiler Ve Terapötik Süreçler, *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 13(2),
33. Çavuşoğlu, G. Ünver, Ü. İslamoğlu, İ. Özdemir, S. (2014). Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Engellilere Yönelik Tutumlarının İncelenmesi, *2.Uluslararası Engellilerde Beden Eğitimi Ve Spor Kongresi Batman*, Sayfa: 109.
34. Çevik, O. , Kabasakal, K. (2013). Spor Etkinliklerinin, Engelli Bireylerin Toplumsal Uyumuna Ve Sporla Sosyalleşmelerine Etkisinin İncelenmesi, *Uluslararası Sosyal Ve Ekonomik Bilimler Dergisi*. 3 (2), 74-83.

35. Çınarlı, S. Ersöz, G. (2010). Engellilere Yönelik Spor Hizmetlerinin Gelişimi Açısından Sponsorluk Ve Vergisel Düzenlemelere İlişkin Öneriler, *Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 2(1,2).
36. Demir, H. , Barsbuğa, Y. Küçükbezirci, E. , (2011) ,Engelli Sporcuların Spora Başlama Eğilimini Belirleyen Faktörlerin Araştırılması, *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Bilim Dergisi*, 13 (Ek Sayı), Sayfa; 43-47
37. Demirdağ, M. (2010), Sporun Öğretilbilir Zihinsel Engelli Çocukların Sosyalleşmeleri Üzerine Etkisinin Araştırılması, Yüksek Lisans Tezi, Dumlupınar Üniversitesi, Kütahya.
38. Dolaşır, S. (2006). *Antrenörlük Etiği Ve İlkeleri*. Ankara: Gazi Kitabevi.
39. Dökmen, Ü. (?) *Yarına Kim Kalacak? Evrenle Uyumlaşma Sürecinde Var Olmak, Gelişmek, Uzlaşmak*. (?). Sistem Yayıncılık, S:125
40. Dunn M.J. (1997). *Special Physical Education*. 7th Edition. Mcgraw-Hill Companies. New York.
41. Eichsteadt, C.B.&Lavay, B.W. (1995). *“Physical Activity For Individuals With Metal Retardation Campaign”*. Illinois.47.
42. Ergun, N. , (2011), Bedensel Engellilerde Sportif Aktiviteler Ve Klasifikasyon, *I. Uluslararası Katılımlı Engellilerde Beden Eğitim Ve Spor Kongresi, Kongre Kitabı*, Sayfa:42-46.
43. Eripek, S. , Ataman, A, Özyürek, M. Konrot, A. , Akçamete, G. Tüfekçioğlu, M. Kırcaali-İftar, G. Topbaş, S. ,(1998), Özel Eğitim, T.C. Anadolu Üniversitesi Yayınları Açık Öğretim Fakültesi Yayınları, Sayfa: 5-6
44. Eripek, S. Zihinsel Engelli Çocuklar (2. Basım). Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları, 1996. Sayfa: 44
45. Ersoy, Ö. Avcı, N. (2001). Özel Gereksinimi Olan Çocuklar Ve Eğitimleri ‘Özel Eğitim’. Ya-Pa Yayın, İstanbul.
46. Eski, T. (2010). Ortaöğretim Öğrencilerinin Kış Sporlarına Yönelik Farkındalık Düzeylerinin Değerlendirilmesi (Kastamonu İli Örneği). Doktora Tezi. Gazi Üniversitesi. Ankara

47. Fernhall, Bo, (1993), Physical Fitness And Exercise Training Of Individuals With Mental Retardation, *Medicine & Science In Sports & Exercise*, 25(4), 442-450.
48. Gençoğlu, C. ,Yılmaz, M. , (2013). Duygusal Farkındalık Eğitim Programının Duygu Kontrol Düzeyine Etkisi, *International Journal Of Social Science*,
49. Gençtanırım K, D. , Kızıldağ, S. , Demirtaş, Z, S. , Özer, A. , (2015),Psikolojik Danışman Adaylarının Duygusal Farkındalık Düzeylerinin Belirleyicileri, *Türk Psikolojik Danışma Ve Rehberlik Dergisi*, 5 (44), 15-24
50. Groff, D.G, Lundberg, N.R., Zabriskie, R.B. (2009). Influence Of Adapted Sport On Quality Of Life: Perceptions Of Athletes With Cerebral Palsy. *Disability Rehabilitation*, 31 (4): 318-326.
51. Guidetti, L., Franciosi, E., Emerenziani, G. P., Gallotta, M. C. & Baldari, C. (2009). Assessing Basketball Ability In Players With Mental Retardation. *Br. J. Sports Med*, 43: 208– 212.
52. Gülgösteren, E. (2010). Zihinsel Engelliler Spor Eğitim Merkezi Projesi *II. Ulusal Engelli Bireyler İçin Fiziksel Aktivite Çalıştayı*, 11-13/Ekim/2010 Çanakkale. Sayfa: 99-107.
53. İlhan, L, E. (2008), Eğitilebilir Zihinsel Engelli Çocuklarda Beden Eğitimi Ve Sporun Sosyalleşme Düzeylerine Etkisi, *Kastamonu Eğitim Dergisi* 16(1), 315-324
54. İlhan, L, E. (2008), *Zihinsel Engelli Çocuklar İçin Beden Eğitimi Ve Sporun Genel Gelişim Süreçleri Açısından Önemi*, *Çağdaş Eğitim Dergisi*, 33(350):17-24
55. İlhan, L, E. (2009), Zihinsel Engelli Çocuğu Olan Anne-Babaların Çocuklarının Özel Eğitimleri Sürecinde Beden Eğitimi Ve Spor Etkinliklerine Yaklaşımlarının Değerlendirilmesi *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3(1), 38-48
56. İlhan, L, E. , Esentürk, K,O. (2014). Zihinsel Engelli Bireylerde Sporun Etkilerine Yönelik Farkındalık Ölçeği (Zebseyfö) Geliştirme Çalışması. *Cbü Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi*, 9(1) , 19-36.
57. İlhan, L, E. Çokluk, F, G. Kırmıoğlu, H. Öz, Ş, A. (2015), Hafif Derecede Zihinsel Yetersizliği Olan Çocuklarda Beden Eğitimi Ve Sporun Benlik Algısı Üzerindeki Etkisi *International Journal Of Science Culture And Sport*, 55-72

58. İlhan, L, E. Kırımoğlu, H. Çokluk F, G. (2013). Zihinsel Engelli Çocuklarda Düzenli Olarak Yapılan Beden Eğitimi Ve Spor Aktivitelerinin Yaşam Kalitesine Etkisini İncele, *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi* 7(1), 1-8
59. İlhan, L, E. Kırımoğlu, H. Tunçel, M. Altun, M. (2015), Zihinsel Engelli Çocuklarda Özel Atletizm Antrenmanlarının Öz Bakım Beceri Düzeylerine Etkisi, *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi (Kefad)*, 16(3), 145-160
60. İnal, S. , Özü, (2007), Engellilik Ve Spor, *Özürlüler'07 Kongre Sergi Ve Sosyal Etkinlikleri*, Sayfa: 79-86
61. İnal, S. ,(2014), Engeli Olan Atletlerin Motor Fonksiyon Ve Fiziksel Uygunluk Düzeylerinin Değerlendirmesi, 2. *Uluslararası Engellilerde Beden Eğitimi Ve Spor Kongresi Batman* S.46-53.
62. Jeffree, D.M. (1986). “The Education Of Children And Young People Who Are Mentally Handicapped. Guides For Special Education”. No:1 Paris: Unesco.
63. Kabalt, Z, J. (2005). Guided Mindfulness Meditation: A Complete Guided Mindfulness Meditation Program From,
64. Kabalt, Z, J. (2009) Full Catastrophe Living: Using The Wisdom Of Your Body And Mind To Face Stress, Pain, And Illness, New York, Bantam Dell Publishing
65. Kabalt, Z, J. (2015), İyi Hissetme Sanatı, 1. Baskı, Diyojen Yayın Evi, Sayfa: 300-344
66. Kabalt, Z, J. Neredeyse Orada Ol(Şimdide Kalmanın Yolları), Kuraldışı Yayınları,
67. Karagöz M, M, ,(2002), Spor Yapan Ve Yapmayan Bedensel Engellilerin Bazı Fizyolojik Ve Antropometrik Ölçümlerinin Kıyaslanması, Yüksek Lisans Tezi, Niğde Üniversitesi
68. Karahan, G,B. , Kuru, E (2015), Ortopedik, Görme Ve İşitme Engelli Öğrenciler İçin Beden Eğitimi Ve Spor Dersi Tutum Ölçeği Geliştirme Çalışması, *Cbü Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi*, 10(1), Sayfa: 36 – 46
69. Karahan, M. Demir, R. (2007), Eğitilebilir Zihinsel Engelli Erkek Çocukların Bazı Motor Becerilerine Antrenmanın Etkisi, *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi*, 1(2). Sayfa: 71-75.

70. Kayapınar, Ç, F. ,(2011), Engelliler Ve Fiziksel Uygunluk, *I. Uluslararası Katılımlı Engellilerde Beden Eğitim Ve Spor Kongresi, Kongre Kitabı*, Sayfa: 55-60.
71. Kelly, L. (2006). Adapted Physical Education National Standards-2nd Edition. Human Kinetics.
72. Kenneth H. James H. Fernhal, Bo, (1993), Physical Fitness And Adults With Mental Retardation, *Sport Medicine*, 16(1), 23-56
73. Kenyon Gs, Pherson Mc. Becoming Involved İn Physical Activity And Sport: A Process Of Socialization”, Physical Activity Human Growth And Development, New York, London, Academic Pres, 1973.
74. Kestek, S. İbiş, S. Yılmaz, G. Sevindi, T. (2006). 10-14 Yaş Gurubu Öğretilabilir Zihinsel Engellilerde Makro Dönem Esneklik Antrenman Sonucu Gelişmelerin İncelenmesi, *Bed Eğit Ve Spor Bil Derg*, Cilt 8, Sayı 1-2, 1-4
75. Kimpston Rd. Curriculum Fidelity And The İmplementation Tasks Employed By Teachers: A Research Study, *Journal Of Curriculum Studies*. 1985; 17(2): 185-195.
76. Koç, H. , Tekin, A. , (2011), Beden Eğitimi Derslerinin Çocuklarda Seçilmiş Motorik Özellikler Üzerine Etkisi, *7. Ulusal Beden Eğitimi Ve Spor Öğrt. Kongresi* 25-27 Mayıs 2011, Van/Yyü Eğitim Fakültesi Dergisi Özel Sayısı, 9-17 10
77. Kolat, S. (2004). Avrupa Birliği Sosyal Politikasında Ayrımcılıkla Mücadeleye İlişkin Yeni Direktif Taslağı Ve Eşitlik Kurumları, *Öz-Veri Dergisi*, (1)2.Sayfa:153.
78. Konar, N. Yıldırım, İ. (2012). Engelliler İçin Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği: Gereksinim Ve Bir Program Modeli, *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Bilim Dergisi*, 14 (2): 208-216
79. Körükcü, Ö. , Kukulu, K. ,(2015), Beden-Zihin-Ruh Bütünlüğünü Korumaya Yönelik Bir Program: Farkındalık Temelli Stres Azaltma Programı, *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar Dergisi*, 2015; 7(1):68-80
80. Krishnamurti, J. , (2010). İçsel Devrim (2.Baskı). İstanbul: Omega Yayınevi.

81. Kuzucu, Y. (2010). Duygusal Farkındalık Düzeyi Ölçeğinin Uyarlanması: Geçerlik Ve Güvenirlik Çalışmaları, *Türk Psikolojik Danışma Ve Rehberlik Dergisi*, 3(29), Sayfa: 52-62
82. Küçükali, A. (2015), Engellilere Uygulanan Sosyal Yardımlar, *Sosyal Ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Dergisi*, Sayı: 35, Sayfa: 100-115.
83. Maharaj, S. N. (1993). *Ben O'yum. Çağımızın En Büyük Bilgelerinden Birinin Olağanüstü Öğretisi* (Çev. J. G. Gürsoy). İstanbul: Akaşa Yayınları.
84. Mamak, H. , (2012), İlköğretim Okullarında Beden Eğitimi Ve Spor Derslerinin Amaçlarına Ulaşma Düzeyini Etkileyen Faktörler, *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Bilim Dergisi*, 14 (1): 109-115
85. Meb (Milli Eğitim Bakanlığı). Okul İçi Beden Eğitimi Ve Spor İzcilik Dairesi Başkanlığı Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Ders İçi Ve Ders Dışı Çalışmaları Rehberi, Milli Eğitim Basımevi, Ankara, 2000.
86. Megep(Meslekî Eğitim Ve Öğretim Sisteminin Güçlendirilmesi Projesi), *Çocuk Gelişimi Ve Eğitimi, Zihinsel Engelliler*, Ankara 2007
87. Mert, G. (2007), Engelli Öğrenci Destek Birimi, Etkinlikler Yüzüncü Yıl Üniversitesi/ Van, *Özürlüler'07 Kongre Sergi Ve Sosyal Etkinlikleri* , İstanbul, Sayfa: 235-242
88. Namlı, S. (2012), *Spor Yapan Ve Yapmayan Otistik Engelli Bireylerin Davranış Ve Motor Performanslarının Karşılaştırılması*, Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi, Sakarya.
89. Osho. , (2015). Hiç (1.Baskı). İstanbul: Ganj Yayıncılık.
90. Ölmez, E. (2010). Görme Engelli Bireylerin Sosyalleşme Sürecine Sporun Etkisi. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Ankara
91. Özer, S,D. (2010). *Engelliler İçin Beden Eğitimi Ve Spor*. (3.Baskı). Ankara: Nobel Yayıncılık
92. Özgür, İ. (2001). “Özel Eğitimde Kaynaştırma Yöntemi Ve Sağladığı Yararlar”. *Çanakkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. Cilt. 2. Çanakkale.
93. Öztürk, M. (2012) Türkiye’de Engelli Gerçeği Raporu, İstanbul

94. Polat, Ç. , (2009), 12-14 Yaş Eğitilebilir Zihinsel Engelli Çocukların Fiziksel Aktivite Yoğunluğunun Fiziksel Uygunluk Düzeylerine Etkisi, Yüksek Lisans Tezi, Erciyes Üniversitesi, Kayseri
95. Sarı, Y, H. (2007), Zihinsel Engelli Çocuğu Olan Ailelerde Aile Yüklenmesi, *C.Ü. Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi* 2007, 11 (2).
96. Sarioğlu, S. Özürlülük, Sosyal Hizmetler Ve Küreselleşme. 16.3.2016 Yılında Web Adresinden Ulaşılmıştır. [Http://Www.Sosyalhizmetuzmani.Org/Ozurlulukkuresellesme.Doc](http://Www.Sosyalhizmetuzmani.Org/Ozurlulukkuresellesme.Doc)
97. Sarp, E,U.(2002), *Felsefe Sözlüğü*, Bilim Sanat Yayınları, Ankara
98. Seaman A.J. Depauw P.K. (1989). The New Adapted Physical Education. Mayfield Publishing Company Mountain View. California.
99. Segal Zv, Williams Jmg, Teasdale Jd (2002) Mindfulnessbased Cognitive Therapy For Depression: A New Approach To Preventing Relapse, New York, Guilford Press.
100. Seyyar, Ali. “Özürlü Çocuğu Olanlar Ne Yapmalı” Türdav Yayınları, İstanbul, 2001
101. Siedentop D, Mond C, Toggort A (1986) Students With Special Needs. Physical Education Teaching And Curriculum Stratejies For Grades 5-12. May Field Publishing Company Mountain View, 113-127 California.
102. Silver, H. (1994). Social Exclusion And Social Solidarity: Three Paradigms. *International Labour Review*, 33(5-6), 531-578.
103. Sonuç, A. (2012). Zihinsel Engellilerde Sporun Öfke Düzeyine Etkisi, Yüksek Lisans Tezi, Karamanoğlu Mehmet Bey Üniversitesi, Karaman
104. Subaşıoğlu, F. (2008). Üniversitelerin Bilgi Ve Belge Yönetimi Bölümleri'nin “Engellilik Farkındalığı” Üzerine Bir Araştırma, *Bilgi Dünyası*, 9(2), 399-430
105. Sukan, D, H. (2013). *Fiziksel Aktivitenin Zihinsel Engelli Çocukların Sosyalleşmesine Etkisi*, Yüksek Lisans Tezi Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Muğla.
106. Şahin, H. (2004). Engellilik Kimin Sorunu? Bireyin Mi, Toplumun Mu? *Öz-Veri*, 1(1), 40-50.

107. Şahin, S. Işıtan, S. (2010). *11. Ulusal Engelli Bireyler İçin Fiziksel Aktivite Çalıştayı*, 11-13/Ekim/2010 Çanakkale. Sayfa: 51-56.
108. Şahsuvaroğlu, T. N. , (2003), Eğitilebilir Zihinsel Engeli Olan İlköğretim Iı. Kademe Öğrencileri İçin Geliştirilen Mesleki Farkındalık Eğitiminin Değerlendirilmesi, Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.
109. Şirin, E, F. Duman, Ş. Erdoğdu, M. Yılmaz, M. (2011). Engelli Bireylerde Fiziksel Benlik Algısının Yaşam Doyumuna Etkisi, *1. Uluslararası Katılımlı Engellilerde Beden Eğitimi Ve Spor Kongresi, Kongre Kitabı*, Sayfa: 83-84.
110. Tamer, K. Ve Pulur, A. (2001). *Beden Eğitimi Ve Sporda Öğretim Yöntemleri*, Ankara. Kozan Yayıncılık.
111. Tarakcı, D. (2007), Orta Derecede Mental Retardasyon Tanılı Çocuklarda El Becerileri İle Günlük Yaşam Aktiviteleri Arası İlişki, *Özürlüler'07 Kongre Sergi Ve Sosyal Etkinlikleri*, Sayfa: 226-228.
112. Temür, E. , (2009), Polimetrik Ve Direnç Egzersizlerinin, Zihinsel Engelli Çocukların (10-15 Yas) Kol Ve Bacak Güç - Kuvvet Gelişimlerine Etkisinin İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Kırıkkale Üniversitesi,
113. Ün, N. , Çoknaz, H. , (2003), Mental Retardasyon Ve Spor, *Sosyal Bilimler Enstitüsü*, 2003; 2(7)
114. Willgoose. E.C. (1984). *The Curriculum İn Physical Education*. Presrice-Hall Inc, Englewood Cliffs. New Jersey.
115. Winnick, J,P. (1995). *Adapted Physical Education And Sport*. Human Kinetics. United States.
116. Yanardağ, M. (2001). "Zihinsel Özürlü Ve Sağlıklı Kadınlarda Fiziksel Uygunluk Düzeylerinin Karşılaştırılması". Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
117. Yetim, A, A. , (2014), Engelliler Sporuna Sosyolojik Yaklaşım, 2. *Uluslararası Engellilerde Beden Eğitimi Ve Spor Kongresi*, Sayfa; 3-9
118. Yıldırım, F. , Conk, Z. , (2005). Zihinsel Yetersizliği Olan Çocuğa Sahip Anne/Babaların Stresle Başa Çıkma Tarzlarına Ve Depresyon Düzeylerine Planlı Eğitimin Etkisi, *C.Ü. Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi* 2005, 9 (2)

EKLER

Ek-1: Bilimsel Çalışma İzni



T.C.
DUMLUPINAR ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ



Sayı :91647215 / 5
Konu : Bilimsel Çalışma İzni Hk.

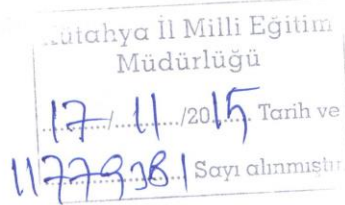
06 / 10 / 2015

İLGİLİ MAKAMA

Üniversitemiz, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalında Yüksek Lisans Öğrencisi olan **Funda POLATCANLI** nın yürütmekte olduğu **“Zihinsel Engelli Okullarında ve Rehabilitasyon Merkezlerinde Görev Yapan Öğretmenler ile Antrenörlerin Zihinsel Engelli Bireylerde Sporun Etkilerinin Yönelik Farkındalık Düzeylerinin İncelenmesi”** konulu Yüksek Lisans Tez çalışması kapsamında; Kütahya ve Van İl Milli Eğitim Müdürlüklerinde anket uygulanması düşünülmektedir. Uygulanması düşünülen olan anket formu ekte sunulmuştur.

Gereğini Bilginize Arz Ederim.

Doç. Dr. Adnan ERSOY
Anabilim Dalı Başkanı



Ek-2: Yazışmalar

DUMLUPINAR ÜNİVERSİTESİ
BİLİMSEL ARAŞTIRMA VE YAYIN ETİĞİ KURULU

TARİH : 06.10.2015

YER : Dumlupınar Üniversitesi Germiyan Kampüsü- Kütahya

KATILIMCILAR : Etik Kurul Başkanı Prof. Dr. Bilal KEMİKLİ

: Etik Kurulu Üyesi Prof. Dr. İskender IŞIK

: Etik Kurulu Üyesi Prof. Dr. Muammer GAVAS

: Etik Kurulu Üyesi Prof. Dr. Anıl İÇA

: Etik Kurulu Üyesi Doç. Dr. Mehmet ACET

: Etik Kurulu Üyesi Doç. Dr. Mustafa AYDIN

: Etik Kurulu Üyesi Doç. Dr. Levent MERCİN

: Etik Kurulu Üyesi Prof. Dr. M. Kemal DEMİRCİ

: Etik Kurulu Üyesi Yrd. Doç. Dr. Bircan SAVRAN

BİLİMSEL ARAŞTIRMA VE YAYIN ETİĞİ KURULU
PROJE ONAY FORMU

Projenin Adı	<i>Zihinsel Engelli Okullarında ve Rehabilitasyon Merkezlerinde, Milli Eğitim Okullarında Görev Yapan Öğretmenler ile Antrenörlerin Zihinsel Engelli Bireylerde Spor'un Etkilerine Yönelik Farkındalık Düzeylerinin İncelenmesi.</i>
Projenin Niteliği	Yüksek Lisans Tezi
Proje Araştırmacıları	Araştırmayı Yürüten; Funda POLATCANLI Araştırmayı Yöneten; Doç. Dr. Mehmet ACET
Proje Yürütücüsünün Haberleşme Bilgileri	Telefon:0535 108 80 26 Eposta:funda.polatcanli@gmail.com Adres: Vali Mitat bey mah . Koçibey cad. arslanoğlu apt Ev tel: 0432 215 49 33
Araştırmacının Amacı	'Zihinsel Engelli Okullarında ve Rehabilitasyon Merkezlerinde, Milli Eğitim Okullarında Görev Yapan Öğretmenler ile Antrenörlerin Zihinsel Engelli Bireylerde Spor'un Etkilerine Yönelik Farkındalık Düzeylerinin İncelenmesi' dir. Toplumsal farkındalıkla birlikte sporun engelliler üzerinde

Dumlupınar Üniversitesi.....Fakültesi öğretim
 üyelerinden adlı projesi değerlendirilmiştir.

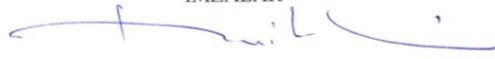
Proje etik açısından uygun bulunmuştur. ☐

Proje etik açısından geliştirilmesi gerekmektedir. ☐

Proje etik açısından uygun bulunmamıştır. ☐

Uygun bulunmamişsa nedeni:

İMZALAR



Prof. Dr. Bilal KEMİKLİ

Etik Kurul Başkanı

Prof. Dr. Muammer GAVAS

Etik Kurulu Üyesi

Prof. Dr. İskender İSİK

Etik Kurulu Üyesi

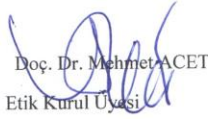


Prof. Dr. Anıl IÇA

Etik Kurulu Üyesi

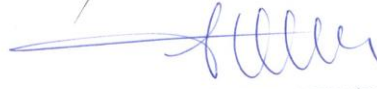
Prof. Dr. M. Kemal DEMİRCİ

Etik Kurulu Üyesi



Doç. Dr. Mehmet ACET

Etik Kurulu Üyesi



Doç. Dr. Levent MERCİN

Etik Kurulu Üyesi



Doç. Dr. Mustafa AYDIN

Etik Kurulu Üyesi

Yrd. Doç. Dr. Bircan SAVRAN

Etik Kurulu Üyesi





T.C.
KÜTAHYA VALİLİĞİ
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

Sayı : 53490996-44-E.12084020
Konu : Funda POLATCANLI'nın
Anket Çalışması

24/11/2015

VALİLİK MAKAMINA

İlg : a) MEB. Yenilik ve Eğitim Teknolojileri Genel Müdürlüğü'nün 2012/13 nolu Genelgesi.
b) Dumlupınar Üniversitesi Rektörlüğü'nün 06/10/2015 tarihli ve 5 sayılı yazısı.

Bakanlığımızın ilgi (a) Genelgesi doğrultusunda, Dumlupınar Üniversitesi Rektörlüğü'nün ilgi (b) yazısında Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalında Yüksek Lisans öğrencisi Funda POLATCANLI'nın "Zihinsel Engelli Okullarında ve Rehabilitasyon Merkezlerinde, Millî Eğitime Bağlı Okullarda Görev Yapan Öğretmenleri ile Antrenörlerin Zihinsel Engelli Bireylerde Sporun Etkilerine Yönelik Farkındalık Düzeylerinin İncelenmesi" konulu anket çalışmasını ilimizde bulunan okullardaki öğretmenlere uygulamak istediği belirtilmektedir.

İl Millî Eğitim Müdür Yardımcısı başkanlığında toplanan değerlendirme komisyonu yapmış olduğu inceleme sonucunda söz konusu anket çalışmasının okullarda uygulanabilir olduğuna karar vermiş olup, eğitim- öğretime aksatmadan, konunun dışına çıkmamaları, bütün sorumluluğun ilgililere ve okul müdürlüğüne ait olmak üzere yukarıda belirtilen anket çalışmasının tamamlandıktan sonra bir örneğinin Müdürlüğümüze verilmek üzere yapılmasını;

Makamlarınızca da uygun görülmesi halinde olurlarınıza arz ederim.

Coşkun ESEN
İl Millî Eğitim Müdürü

OLUR
24/11/2015

Yüksel KARA
Vali a.
Vali Yardımcısı

İl Millî Eğitim Müdürlüğü/KÜTAHYA
Elektronik Ağ:kutahya.meb.gov.tr
e-posta:stratejigelistime43@meb.gov.tr

Ayrıntılı bilgi için: Filiz ÖRNEK - VHKİ
Tel: (0 274) 2236241/159
Faks: (0274) 2236254

Bu örnek orijinali elektronik imza ile imzalanmıştır. <http://evraksorgu.meb.gov.tr> adresinden 7db4-e814-3524-83bf-b83d kodu ile teyit edilebilir.

Ek-3: Veri Formu

<p>Zihinsel Engelli Bireylerde Sporun Etkilerine Yönelik Farkındalık Ölçeği;</p> <p>Değerli arkadaşlar; Bu Çalışmanın Amacı “Zihinsel Engelli Okullarında ve Rehabilitasyon Merkezlerinde, Milli Eğitim Okullarında Görev Yapan Öğretmenler ile Antrenörlerin Zihinsel Engelli Bireylerde Spor’un Etkilerine Yönelik Farkındalık Düzeylerinin İncelenmesi” dir. Her ifade için 5 seçenek bulunmaktadır. Lütfen spor ile ilgili uygun gördüğünüz durumu boşluğa bir “X” işareti koyarak belirtiniz. Burada doğru ya da yanlış cevap bulunmamaktadır, her ifadenin bir düzeyi mutlaka vardır. Bu sebeple bütün maddeleri yanıtlayınız. Çalışmamızın amacına ulaşabilmesi için vereceğiniz samimi ve dürüst cevaplarınız önem arz etmektedir. Teşekkür ederiz.</p> <p>Araştırmayı Yöneten Doç. Dr. Mehmet ACET</p> <p>Araştırmayı Yürüten Funda POLATCANLI</p>	
<p>1. Cinsiyetiniz (1) Kadın () Erkek</p>	
<p>2. Yaşınız. (1) < 25 () 26-30 yaş (3) 31-36 yaş (4) 37 ></p>	
<p>3. Spor Yapıyor musunuz? () Evet (2) Hayır</p>	
<p>4. Sizce Spor'un Engelliler üzerine etkisi var mıdır? (1) Kesinlikle Evet () Evet (3) Kararsızım (4) Hayır (5) Kesinlikle Hayır</p>	
<p>5. Hangi Kurumda Çalışıyor sunuz? (1) Uygulama ve İş okulu () Rehabilitasyon Merkezleri (3) Antrenör (4) Milli Eğitim (5) Besyo Öğrenci (6) Eğitim Fakültesi Öğrenci</p>	
<p>6. Kurumunuzda ne kadar süredir çalışıyorsunuz? (1) 1-5 yıl (2) 6-10 yıl (3) 11-16 yıl (4) 17 yıl ></p>	
<p>7. Engellilerle ilgili herhangi bir eğitim programına katıldınız mı? (1) Evet () Hayır</p>	
<p>8. Ailenizde engelli birey var mı? (1) Evet () Hayır</p>	
<p>9. Ülkemizde Engellilerimize gerekli önemin verildiğine katılıyor musunuz? (1) Kesinlikle Evet (2) Evet (3) Kararsızım (4) Hayır () Kesinlikle Hayır</p>	
<p>10. Engellilere verilen maaş'ın ve Engelliler'e gerektiği şekilde harcandığına inanıyor musunuz? (1) Kesinlikle Evet (2) Evet (3) Kararsızım () Hayır (5) Kesinlikle Hayır</p>	
<p>11. Engellilerle ilgili yapılan sportif faaliyetleri yeterli buluyor musunuz? (1) Kesinlikle Evet (2) Evet (3) Kararsızım () Hayır (5) Kesinlikle Hayır</p>	
<p>12. Ülkemizde Engellilerle yönelik şiddet olaylarının olduğuna inanıyor musunuz? (1) Kesinlikle Evet (2) Evet () Kararsızım (4) Hayır (5) Kesinlikle Hayır</p>	

Ek-4: Zihinsel Engelli Bireylerde Sporun Etkilerine Yönelik Farkındalık Ölçeği;

Sıra No	Zihinsel Engelli Bireylerde Sporun Etkilerine Yönelik Farkındalık Ölçeği; Spor Zihinsel Engelli bireyin;	Tamamen Katılıyorum	Katılıyorum	Kararsızım	Katılmıyorum	Hiç Katılmıyorum
1	Özel eğitimdeki başarısını artırır.	1	2	3	4	5
2	Yeni arkadaşlar edinmesini sağlar.	1	2	3	4	5
3	Sağlığını bozar.	1	2	3	4	5
4	Bencilleşmesine sebep olur.	1	2	3	4	5
5	Kendine güvenini artırır.	1	2	3	4	5
6	Postural duruş bozukluklarını (omurga eğriliği vs..) ortadan kaldırır.	1	2	3	4	5
7	Başarı hissi tatmasına yardımcı olur.	1	2	3	4	5
8	Algılama kapasitesini artırır.	1	2	3	4	5
9	Yalnızlaşmasına neden olur.	1	2	3	4	5
10	Vücut uzuvlarını (kol, bacak vs..) tanımmasını sağlar.	1	2	3	4	5
11	Daha kuvvetli bir vücuda sahip olmasını sağlar.	1	2	3	4	5
12	Yeni ortamlar tanımmasını sağlar	1	2	3	4	5
13	Vücut direncini düşürür.	1	2	3	4	5
14	Yaşam kalitesini artırır.	1	2	3	4	5
15	Toplumsal kurallara uyumunu azaltır.	1	2	3	4	5
16	Kendini değerli görmesine katkı sağlar.	1	2	3	4	5
17	Kemik yapısını geliştirir.	1	2	3	4	5
18	Zihinsel gelişimini olumsuz yönde etkiler.	1	2	3	4	5
19	Konuşma becerisini artırır.	1	2	3	4	5
20	Öz bakım becerilerini (kişisel temizlik, bakım vs..) geliştirir.	1	2	3	4	5
21	Zaman kaybı yaşamasına yol açar.	1	2	3	4	5
22	Enerjik olmasını sağlar.	1	2	3	4	5
23	Bir konu üzerinde dikkat seviyesini geliştirir.	1	2	3	4	5
24	Sorumluluk duygusu kazanmasını sağlar.	1	2	3	4	5
25	Bağımsız hareket edebilmesini sağlar.	1	2	3	4	5
26	Kalp sağlığını olumsuz etkiler	1	2	3	4	5
27	Dayanıklılık özelliğini geliştirir.	1	2	3	4	5
28	Komutlara uymasını sağlar.	1	2	3	4	5
29	Zorluklar karşısında mücadele edebilmesini sağlar.	1	2	3	4	5
30	Hareketlerinin yavaşlamasına sebep olur.	1	2	3	4	5
31	Paylaşıcılık özelliğini geliştirir.	1	2	3	4	5
32	Saldırgan davranışlar sergilemesine yol açar.	1	2	3	4	5

Ek-5: Veriler

Sıra No																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																				
1. Cinsiyetiniz																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																				
2. Yaşınız																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																				
3. Spor Yapıyor musunuz?																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																				
4. Sizce Spor'un Engelliler üzerine etkisi var mıdır?																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																				
5. Hangi Kurumda Çalışıyor sunuz?																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																				
6. Kurumunuzda ne kadar süredir çalışıyorsunuz?																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																				
7. Engellilerle ilgili herhangi bir eğitim programına katıldınız mı?																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																				
8. Ailenizde engelli birey var mı?																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																				
9. Ülkemizde Engellilerimize gerekli önemin verildiğine katılıyor musunuz?																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																				
10. Engellilere verilen maaş'ın ve Engelliler'e gerektiği şekilde harcandığına inanıyor musunuz?																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																				
11. Engellilerle ilgili yapılan sportif faaliyetleri yeterli buluyor musunuz?																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																				
12. Ülkemizde Engellilerle yönelik şiddet olaylarının olduğuna inanıyor musunuz?																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																				
1.	Özel eğitimdeki başarısını artırır.	2.	Yeni arkadaşlar edinmesini sağlar.	3.	Sağlığını bozar.	4.	Bencilleşmesine sebep olur.	5.	Kendine güvenini artırır.	6.	Postural duruş bozukluklarını (omurga eğriliği vs..) ortadan kaldırır.	7.	Başarı hissi tatmasına yardımcı olur.	8.	Algılama kapasitesini artırır.	9.	Yalnızlaşmasına neden olur.	10.	Vücut uzuvlarını (kol, bacak vs..) tanımmasını sağlar.	11.	Daha kuvvetli bir vücuda sahip olmasını	12.	Yeni ortamlar tanımmasını sağlar	13.	Vücut direncini düşürür.	14.	Yaşam kalitesini artırır	15.	Toplumsal kurallara uyumunu azaltır.	16.	Kendini değerli görmesine katkı sağlar.	17.	Kemik yapısını geliştirir.	18.	Zihinsel gelişimini olumsuz yönde etkiler.	19.	Konuşma becerisini artırır.	20.	Öz bakım becerilerini (kişisel temizlik, bakım vs..) geliştirir.	21.	Zaman kaybı yaşamasına yol açar.	22.	Enerjik olmasını sağlar.	23.	Bir konu üzerinde dikkat seviyesini geliştirir.	24.	Sorumluluk duygusu kazanmasını sağlar.	25.	Bağımsız hareket edebilmesini sağlar.	26.	Kalp sağlığını olumsuz etkiler	27.	Dayanıklılık özelliğini geliştirir.	28.	Komutlara uymasını sağlar.	29.	Zorluklar karşısında mücadele edebilmesini sağlar.	30.	Hareketlerinin yavaşlamasına sebep olur.	31.	Paylaşıcılık özelliğini geliştirir.	32.	Saldırgan davranışlar sergilemesine yol açar.																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
1	2	1	1	1	5	1	2	2	4	4	4	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2

14	2	1	1	2	5	1	2	2	4	4	2	2	2	1	5	5	1	3	1	3	5	1	2	1	5	1	5	3	2	5	3	3	5	2	2	1	3	5	2	2	2	5	2	5	
15	2	1	1	4	5	1	2	2	4	4	4	2	2	2	3	4	4	2	2	3	2	4	2	3	3	4	3	4	2	3	4	3	2	3	3	3	2	3	4	3	2	3	5	2	5
16	2	1	1	1	5	5	2	2	3	3	3	3	1	1	5	5	1	3	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	2	5	1	1	5	1	1	1	3	4	1	1	1	5	1	5	
17	2	1	1	2	5	1	2	2	3	3	3	3	2	2	4	4	2	2	3	3	5	3	2	3	5	2	4	3	3	5	2	2	3	1	2	2	3	4	2	2	3	4	2	5	
18	2	1	1	1	5	1	2	2	4	5	5	2	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	
19	1	1	1	4	5	1	1	2	2	4	4	2	2	2	5	5	2	2	2	2	5	2	2	2	5	2	5	2	2	5	2	2	5	2	2	2	2	5	2	2	2	5	2	5	
20	2	1	1	1	5	1	2	2	3	3	4	1	1	1	4	4	2	2	2	1	5	2	2	2	5	2	4	2	2	4	2	2	4	2	1	2	2	4	2	2	2	4	2	5	
21	1	1	1	1	5	1	1	2	4	4	4	3	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	2	1	1	5	1	5	
22	1	1	1	1	5	2	2	2	3	4	2	2	2	5	5	1	2	2	2	5	2	2	2	5	2	5	1	2	4	3	2	5	2	2	2	2	5	2	2	2	4	2	5		
23	1	1	2	4	5	1	2	2	5	5	1	3	4	3	5	5	2	1	2	1	4	1	1	2	5	2	4	1	2	4	2	2	3	2	2	3	3	5	3	2	3	4	3	5	
24	1	1	1	2	5	1	1	1	3	2	2	2	3	2	4	4	3	3	2	2	5	3	3	3	5	2	4	3	3	5	2	4	3	2	3	3	4	3	2	3	5	2	5		
25	1	1	1	1	5	1	1	2	3	3	4	2	2	2	4	4	1	1	1	1	5	1	1	2	5	2	5	2	2	5	2	2	4	1	2	2	2	4	2	2	2	4	3	5	
26	2	1	1	1	5	1	2	2	3	3	3	3	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	4	1	3	4	1	2	5	1	1	1	2	4	1	1	1	5	1	5	
27	2	1	1	1	2	1	2	2	4	3	3	3	3	3	2	4	4	3	3	3	4	3	2	3	4	2	4	3	3	4	2	2	4	2	2	3	3	3	1	2	2	5	2	5	
28	2	1	1	1	5	1	2	2	3	2	4	5	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	
29	2	1	2	3	5	1	2	2	2	3	3	4	2	2	4	4	1	2	2	1	5	2	1	1	4	2	4	2	3	4	2	2	4	1	2	2	2	4	1	2	2	4	2	5	
30	2	1	1	2	5	1	2	2	3	3	3	3	1	1	5	5	1	1	1	1	5	2	2	2	4	3	4	3	2	4	1	1	4	1	1	2	4	1	2	2	4	2	4		
31	2	1	1	1	5	1	1	2	4	5	4	2	1	1	5	5	1	2	1	1	5	1	2	1	4	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	2	2	1	5	1	4	
32	1	1	1	2	5	1	2	2	5	5	4	1	2	1	5	5	1	2	3	2	5	3	2	1	5	1	5	1	3	4	3	1	3	2	1	3	2	4	2	2	1	4	1	4	
33	2	1	1	1	5	1	2	2	4	3	3	2	1	1	5	5	2	3	2	2	4	2	2	4	2	4	2	2	4	2	2	4	3	2	2	2	4	2	2	2	2	4	2	4	
34	1	1	1	5	5	1	2	2	4	5	4	2	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	
35	2	1	1	2	5	1	2	2	4	3	4	2	2	2	1	4	4	2	3	2	2	5	3	2	2	4	2	3	2	2	4	2	2	4	3	3	2	3	4	2	3	2	4	2	4
36	2	1	1	2	5	1	1	2	4	5	4	2	2	2	5	5	2	2	2	2	5	2	2	2	5	2	5	2	2	5	2	2	5	2	2	2	2	5	2	2	2	5	2	5	
37	1	1	1	1	5	1	2	2	4	4	3	2	2	2	4	4	2	3	2	2	5	2	2	2	4	2	4	2	2	4	2	2	4	2	2	2	2	4	2	2	2	2	4	2	4
38	2	1	1	1	5	1	1	2	5	4	3	1	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	
39	1	1	2	2	5	1	2	2	4	4	4	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	2	2	2	4	2	4	2	2	4	2	2	4	2	2	2	2	4	2	2	2	4	2	4	
40	2	1	1	2	5	1	1	2	4	4	4	2	2	1	5	5	1	2	1	1	5	2	2	1	5	2	5	1	2	5	2	1	5	1	1	1	3	5	1	1	1	5	1	5	
41	2	1	1	2	5	1	2	2	4	3	4	3	1	1	5	4	2	4	1	1	5	2	2	1	4	1	5	2	3	5	3	3	5	2	2	1	3	4	2	2	2	4	2	5	
42	2	1	1	1	5	1	1	2	4	3	4	3	1	1	5	5	1	2	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	1	5	2	1	1	1	5	1	5	
43	2	1	1	2	5	1	1	2	4	4	4	2	1	1	5	5	1	3	1	1	5	2	1	1	5	1	3	2	2	5	3	3	5	1	1	2	3	4	2	2	2	4	3	5	
44	2	1	1	2	5	1	1	2	4	4	4	3	2	2	4	4	2	2	2	2	4	2	2	2	4	2	4	2	2	4	2	2	4	2	2	2	2	4	2	2	2	4	2	4	
45	2	1	1	1	5	1	2	2	5	3	5	1	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	
46	2	1	1	1	5	1	2	2	4	3	5	5	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	
47	2	1	1	1	5	1	1	2	5	3	4	3	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	
48	2	1	1	4	5	1	1	2	5	4	4	2	1	2	5	4	2	2	2	2	4	2	2	2	4	2	4	2	2	4	2	2	4	2	2	2	3	4	2	2	2	4	2	4	
49	2	1	1	2	5	1	2	2	4	4	4	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	2	2	2	4	2	4	2	2	4	2	2	4	2	2	2	4	2	2	2	4	2	2	4	
50	2	1	1	1	5	1	2	2	4	4	4	3	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	
51	2	1	1	1	5	1	2	2	4	3	4	2	1	1	4	4	2	2	2	2	4	2	2	2	4	2	4	2	3	5	2	2	2	2	4	2	2	2	2	5	2	5			
52	2	1	1	2	5	1	2	2	5	4	4	3	2	2	5	4	1	2	2	2	5	1	2	1	5	1	4	1	1	5	2	2	5	1	2	1	1	3	5	2	2	4	2	5	
53	2	1	1	2	5	1	2	2	3	3	3	2	2	1	4	5	2	3	1	2	5	2	1	1	4	1	4	2	2	5	2	2	4	2	3	2	1	5	2	2	2	5	1	5	
54	2	1	2	2	5	1	2	2	4	4	4	2	2	2	4	4	1	2	2	2	4	2	2	2	4	1	5	2	2	5	1	1	4	2	2	2	4	2	2	2	4	2	5		
55	2	1	1	1	5	1	2	2	4	4	4	2	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	
56	2	1	1	1	5	1	2	2	3	3	3	3	2	2	4	4	2	2	2	2	4	2	2	3	4	1	4	2	4	5	2	2	4	2	2	2	2	4	2	2	2	4	2	4	
57	2	1	1	1	5	1	2	2	2	2	2	3	1	1	5	4	1	2	1	2	5	1	1	1	5	1	4	2	1	5	2	1	5	1	1	1	2	5	2	1	1	5	1	4	
58	2	1	1	1	5	1	2	2	3	3	4	4	2	2	4	4	1	2	2	2	5	2	2	2	5	1	5	2	2	5	2														

86	2	1	1	2	5	1	2	2	4	4	3	1	2	2	5	5	2	2	2	2	4	2	2	2	4	2	2	2	4	2	2	2	4	2	2	2	4	2	2	2	4	2	5		
87	2	1	1	2	5	1	2	2	3	4	4	2	2	2	4	5	2	1	2	5	2	2	1	4	2	4	3	2	5	2	3	4	2	2	3	3	4	2	2	2	4	2	5		
88	1	1	1	1	5	1	2	2	3	3	4	3	2	1	5	5	1	1	2	2	5	2	2	5	2	5	2	2	5	2	3	5	2	2	2	5	2	2	2	5	2	5			
89	2	1	1	1	5	3	2	2	3	3	4	4	1	1	5	5	1	2	2	3	4	2	2	2	4	2	2	4	2	2	5	1	2	2	2	4	2	2	2	4	2	4			
90	1	2	2	5	1	1	2	2	4	5	4	2	1	1	5	5	1	1	1	5	1	1	1	4	1	5	2	1	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5		
91	1	1	2	5	1	2	2	4	4	4	4	2	2	2	5	5	1	1	2	2	5	2	3	2	5	3	3	2	3	4	3	2	3	3	2	4	2	3	2	4	3	5			
92	2	1	1	5	3	1	1	1	4	3	4	2	1	1	4	4	2	2	2	4	2	2	2	4	2	4	2	2	5	2	2	4	2	2	2	3	4	2	2	2	4	2	4		
93	2	2	1	2	5	1	2	2	5	3	4	1	2	2	4	4	2	2	2	5	2	2	2	4	2	4	2	2	5	2	2	5	2	2	2	5	2	2	3	4	2	5			
94	2	1	2	1	5	1	1	2	4	3	4	2	2	1	5	5	2	3	1	1	5	2	3	1	5	1	4	1	2	5	2	2	2	2	1	2	3	2	2	1	4	1	5		
95	2	1	1	2	5	1	2	2	3	3	4	2	2	2	4	4	2	2	3	2	4	2	2	3	4	2	3	3	2	4	2	2	3	2	2	3	4	2	2	2	3	3	4		
96	1	1	1	4	5	1	2	2	3	3	4	3	1	1	5	5	1	1	1	5	2	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5			
97	2	1	2	1	5	1	2	2	4	4	4	3	2	1	5	5	1	2	1	1	5	2	1	1	5	1	5	2	2	4	2	2	3	3	4	2	2	2	4	2	5				
98	2	1	1	1	5	1	2	2	5	3	5	4	2	2	5	5	1	3	1	1	5	2	1	1	5	2	5	1	1	5	1	1	1	2	5	1	1	1	5	1	5				
99	2	1	1	4	5	1	1	2	4	4	5	3	3	3	5	3	3	3	1	4	1	1	3	4	1	5	3	3	5	2	3	4	2	2	3	4	2	2	1	5	1	5			
100	2	1	1	1	5	1	2	2	5	3	5	3	1	1	5	5	1	4	1	1	5	1	1	1	5	1	5	2	1	5	2	3	5	2	1	1	3	5	1	1	5	1	5		
101	2	1	2	1	5	1	1	2	4	5	4	1	2	3	4	4	2	3	2	2	4	2	1	3	4	1	4	3	2	5	3	3	4	2	1	2	1	3	3	3	2	4	3	5	
102	2	1	1	2	5	1	2	2	3	3	3	3	2	1	3	5	1	3	1	2	5	2	2	1	5	1	5	1	2	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	5		
103	2	1	1	2	5	1	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	1	1	1	3	1	2	2	3	3	2	4	3	2	2	3	4	2	2	3	4	2	2	2	4	2	4		
104	2	1	1	2	5	1	1	1	4	4	4	2	2	2	5	5	2	2	2	2	5	2	2	2	5	2	5	2	2	5	2	2	2	2	2	2	5	2	2	2	5	2	5		
105	2	1	1	2	5	1	2	2	2	2	4	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	2	2	2	4	2	4	2	2	4	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	4	2	4	
106	1	3	2	2	2	2	1	2	3	4	3	3	1	1	4	5	1	3	1	1	5	1	1	1	4	1	5	1	1	5	2	1	5	1	1	1	5	2	1	1	5	1	5		
107	1	4	2	2	2	1	2	5	4	5	2	2	2	4	4	2	3	2	2	4	2	2	2	4	2	4	2	2	2	5	2	2	2	5	2	2	2	5	2	2	2	5	2	5	
108	1	3	2	1	2	1	2	2	4	4	4	2	2	1	5	5	1	2	1	1	5	1	2	1	5	2	5	2	1	5	2	2	5	2	2	1	5	2	1	5	2	1	5	2	5
109	1	4	1	2	2	1	2	2	4	4	4	2	1	1	5	5	1	2	1	1	5	1	2	1	5	1	4	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	
110	1	1	1	2	2	1	1	2	2	3	3	3	2	2	4	4	2	2	2	2	4	2	2	2	4	2	4	2	4	2	4	3	2	2	2	2	4	2	2	2	2	4	2	4	
111	2	1	2	1	2	1	2	2	5	2	5	2	2	2	4	3	2	2	2	2	5	1	1	1	5	1	5	1	1	4	3	2	4	1	2	3	2	5	1	3	3	5	2	4	
112	2	1	1	1	2	1	1	2	5	3	4	4	1	1	4	3	2	1	1	4	2	2	1	5	1	4	1	2	2	1	2	4	2	1	3	1	4	1	2	2	5	3	3		
113	1	1	2	2	5	1	1	2	4	4	4	2	2	2	4	4	2	2	2	4	2	2	2	4	2	4	2	2	4	2	2	4	2	2	2	4	2	2	2	2	4	2	4		
114	1	1	1	1	5	1	2	2	4	4	4	3	2	2	4	4	2	2	2	4	2	2	2	4	2	4	2	2	4	2	2	4	2	2	2	4	2	2	2	2	4	2	4		
115	2	1	2	1	5	1	1	2	5	5	5	3	1	1	5	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	
116	1	1	2	1	5	1	2	2	4	4	4	2	2	2	5	4	2	3	2	2	5	2	3	2	4	2	4	2	2	5	1	2	5	2	2	2	5	2	1	1	5	1	5		
117	2	1	1	2	5	1	2	1	2	4	4	3	1	1	4	4	1	2	2	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	2	4	2	2	1	5	1	1	1	4	1	5		
118	1	1	1	1	5	1	2	2	3	3	3	2	1	1	4	5	1	2	1	1	5	1	2	1	4	1	5	1	2	5	3	3	4	2	2	2	5	2	2	2	5	2	5		
119	2	1	2	1	5	1	2	2	4	3	4	2	2	2	4	4	2	3	2	2	4	2	2	2	4	2	4	2	2	4	2	2	2	5	2	2	2	4	2	2	2	4	2	5	
120	2	1	1	3	5	1	2	2	5	4	5	2	2	1	5	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	2	2	5	3	2	5	2	2	3	5	2	2	2	5	2	5		
121	2	1	1	5	1	1	2	2	2	2	3	2	2	2	5	5	2	2	2	5	1	2	2	5	1	5	1	2	5	2	2	5	2	2	2	5	2	2	2	5	2	5			
122	2	1	1	1	5	1	1	2	3	3	4	4	2	2	5	5	1	2	2	1	5	1	1	1	5	2	5	2	2	5	3	2	5	1	2	2	5	2	2	1	5	1	5		
123	2	1	1	1	5	1	1	2	3	4	4	4	2	1	5	4	1	1	2	2	5	2	2	4	1	5	3	1	5	1	1	5	2	2	1	2	5	1	1	1	5	1	5		
124	1	1	1	1	5	1	2	2	4	3	4	2	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	3	1	5	1	5	1	1	5	2	1	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5		
125	2	1	1	1	5	1	2	2	2	3	2	3	2	2	4	4	2	2	2	2	4	2	2	2	4	2	4	2	2	4	2	2	2	4	2	2	2	4	2	2	2	4	2	4	
126	1	1	1	1	5	1	2	2	4	3	4	2	1	1	5	5	1	2	1	1	4	2	2	1	5	2	5	1	2	5	1	1	4	2	2	2	5	2	2	2	5	2	5		
127	2	1	1	2	5	1	2	2	5	5	4	3	1	1	4	4	2	3	1	1	5	1	2	2	4	2	4	2	2	4	3	2	5	2	2	2	5	2	2	2	5	2	5		
128	2	1	3	5	1	2	1	5	5	5	1	1	2	5	4	2	2	1	1	5	2	1	1	5	1	5	1	2	5	2	1	5	2	1	1	5	1	2	1	5	1	5			
129	1	1	1	1	5	1	1	1	4	4	4	3	2	2	4	4	2	2	2	2	4	2	2	2	4	2	4	2	2	4	2	2	2	4	2	2	2	4	2	2	2	4	2	4	
130	2	1	1	1	5	1	1	2	4	3	4	2	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	4	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5		
131	2	1	1	4	5	1	2	2	3	3	3	3	1	1	5	5	1	1	1	5	1	1																							

181	2	2	1	2	5	1	1	2	3	4	4	2	2	2	4	4	1	1	1	5	3	2	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	2	3	2	5	2	2	4	1	5	
182	1	1	1	3	5	2	1	2	3	3	3	3	1	1	4	5	2	3	2	2	5	2	1	5	1	5	1	1	4	1	1	4	1	1	1	5	2	1	5	1	5		
183	1	1	1	3	5	1	1	2	4	3	3	2	2	2	4	4	2	3	2	2	4	2	1	4	1	4	1	1	4	1	2	4	2	2	2	4	2	2	4	2	5		
184	2	1	1	1	5	1	2	2	3	1	1	1	2	1	4	4	2	1	2	1	4	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	5	1	1	4	1	5		
185	2	1	1	1	5	1	1	2	3	3	3	5	1	1	5	5	1	1	1	5	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	5	1	5		
186	2	1	1	2	5	1	2	2	2	2	3	1	2	5	5	2	1	1	2	5	2	2	5	1	5	2	2	5	2	2	5	2	2	2	5	1	1	5	2	5			
187	2	2	1	3	5	1	2	2	4	3	3	3	1	1	5	5	1	1	1	5	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	5	1	5		
188	2	2	1	4	5	2	2	2	4	3	3	3	2	2	4	5	1	1	1	5	1	1	1	4	1	4	1	1	4	1	1	4	1	1	1	4	1	1	5	1	5		
189	2	1	1	2	5	1	2	2	4	3	4	3	1	1	4	4	2	3	2	2	4	2	2	4	2	4	2	2	4	2	2	4	2	2	2	4	2	2	4	2	4		
190	2	1	1	2	5	1	2	2	4	2	4	2	2	2	4	4	1	1	1	5	1	2	2	4	1	4	2	2	4	2	2	4	2	2	2	4	2	2	4	2	4		
191	2	1	1	1	5	1	1	2	2	2	2	4	1	1	5	5	1	2	1	5	2	1	1	5	1	4	2	1	4	2	2	5	1	2	2	2	4	2	2	5	2	5	
192	2	1	1	3	5	1	2	2	4	4	4	1	2	1	5	5	1	2	2	5	2	1	1	5	2	2	5	1	2	4	1	2	2	2	5	2	2	2	5	2	5		
193	2	1	2	2	5	1	2	2	5	4	4	3	2	2	4	4	2	2	2	5	2	2	2	5	2	5	2	2	5	2	2	5	2	2	2	5	2	2	5	1	5		
194	2	1	1	2	5	1	1	2	2	3	5	5	2	2	5	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	5		
195	2	1	1	4	5	1	2	1	2	2	3	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	4	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	5		
196	1	1	1	2	5	1	2	2	3	3	3	3	2	2	4	4	2	2	2	4	2	2	4	2	4	2	2	4	2	2	4	2	2	2	4	2	2	4	2	4	2	4	
197	1	1	1	2	5	2	2	2	3	5	5	2	2	2	4	4	1	1	1	4	3	2	2	4	2	4	2	2	4	2	2	4	2	2	3	4	2	2	3	4	3	4	
198	1	1	1	2	5	1	2	2	5	3	4	3	2	1	5	5	2	3	2	2	5	1	1	1	5	1	5	1	5	1	2	5	2	2	2	3	5	2	1	4	1	5	
199	2	1	1	1	5	1	1	1	3	4	3	3	1	1	5	5	1	2	1	1	5	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	5	1	1	2	5	2	5	
200	1	1	2	1	5	2	2	2	4	2	4	2	2	2	4	4	2	2	2	4	2	2	2	4	2	4	2	2	4	2	2	4	2	2	2	4	2	2	4	2	5		
201	2	1	1	1	5	1	2	3	4	4	4	4	2	2	4	4	2	3	2	2	4	2	2	4	2	5	2	2	5	3	2	5	2	2	2	5	2	2	5	2	5		
202	2	2	1	4	5	1	1	1	4	4	4	2	1	1	4	4	1	3	1	1	4	1	1	4	2	4	1	1	4	1	1	4	1	1	1	4	1	1	4	1	4		
203	2	1	1	1	5	1	1	2	5	4	5	1	1	1	5	5	1	1	1	5	1	1	5	1	5	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	5	1	5			
204	1	1	1	2	5	1	2	2	3	3	4	3	1	2	4	4	2	2	2	4	1	3	1	4	1	1	1	4	4	2	5	2	2	2	5	3	1	3	4	1	5		
205	1	1	1	2	5	1	1	2	1	4	4	3	3	1	4	4	1	3	2	3	4	1	1	4	1	4	1	1	5	1	3	5	2	2	1	5	1	1	5	1	4		
206	1	2	1	2	5	1	1	2	3	4	4	3	2	1	4	4	2	2	2	2	4	2	2	4	1	4	1	2	4	2	2	4	2	2	2	4	2	2	4	2	4		
207	2	1	2	2	5	1	2	2	4	3	5	2	1	2	5	5	2	3	2	1	5	3	1	1	5	2	4	2	2	5	2	2	4	2	2	1	2	4	1	1	4	2	5
208	2	1	1	5	5	1	2	2	3	3	3	2	2	1	5	5	2	1	2	2	5	2	2	5	1	4	2	2	5	2	2	5	2	2	3	5	2	3	2	1	5		
209	2	1	1	1	5	1	2	2	2	3	3	3	1	1	5	5	1	1	1	5	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	2	1	5	2	5	
210	1	1	1	4	5	1	2	2	4	3	3	2	1	1	5	5	1	3	1	1	5	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	5		
211	2	1	1	1	5	1	2	2	4	5	4	2	1	1	5	5	1	2	1	1	5	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	5	1	5	
212	2	1	1	3	5	1	2	2	3	3	4	2	4	2	5	4	1	3	2	3	4	2	2	4	2	4	2	2	4	2	2	2	5	2	2	2	4	2	2	5	2	5	
213	2	1	1	1	5	1	2	2	3	3	4	4	2	1	5	5	2	3	1	2	5	1	1	5	1	5	1	1	5	3	3	1	1	1	1	5	2	3	2	4	2	5	
214	2	1	1	1	5	1	2	2	4	4	4	3	2	2	5	4	1	2	2	2	5	2	2	4	2	4	2	2	4	2	2	4	2	2	2	4	2	2	4	2	4		
215	2	1	1	1	5	1	2	3	3	4	4	4	1	1	4	4	1	2	1	4	1	2	4	1	5	1	2	5	1	1	5	1	1	1	4	2	2	1	5	1	5		
216	2	1	1	1	5	1	1	2	5	2	4	3	2	2	5	5	2	2	1	3	5	1	1	5	2	4	2	2	4	2	2	4	2	2	2	5	2	2	4	2	4		
217	2	1	2	1	5	1	1	1	5	3	3	2	1	1	5	5	1	1	2	2	4	2	2	1	5	2	4	2	1	5	1	2	4	2	2	2	5	2	1	3	2	5	
218	2	1	1	1	5	1	2	2	3	4	4	2	2	1	5	5	2	1	1	5	1	1	5	1	4	2	2	4	2	2	5	2	2	2	2	4	2	2	2	4	2	4	
219	2	1	1	1	5	1	1	2	4	4	4	1	1	1	5	5	1	1	1	5	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	5	1	5		
220	2	1	1	1	5	1	2	2	2	4	4	4	2	2	4	4	2	2	2	2	4	2	2	4	2	4	2	2	4	2	2	4	2	2	2	4	2	2	2	4	2	4	
221	2	1	1	2	5	1	2	2	3	3	4	3	2	2	5	5	2	2	2	5	2	2	5	2	5	2	5	2	2	5	2	2	5	2	2	2	5	2	2	5	2	5	
222	1	1	2	2	5	1	2	2	3	3	3	3	2	2	4	5	2	2	2	2	5	2	3	2	5	2	3	3	2	3	2	5	3	2	3	4	3	3	3	5	3	5	
223	1	1	1	1	5	1	2	2	3	3	4	2	1	1	5	5	1	1	1	5	1	1	3	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	3	3	5	1	1	5	1	5		
224	2	1	1	1	5	1	2	2	3	4	3	2	1	1	5	5	1	1	1	5	1	1	5	1	5	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	5	1	5			
225	2	1	1	1	5	1	2	2	5	3	4	4	1	1	4	5	1	2	1	5	1	1	5	1	1	5	1	3	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	5	1	5	
226	2	1	1	3	5	1	2	1	4	4	4	2	2	1	4	4	2	1	1	5	3	2	2	4	2	4	2	1	4	2	2	5	2	2	1	1	5	2	1	5	1	5	
227	2	1	1	1	5	1	2	2	5	4	5	3	1	1	5	5	1	3	1	1	5	1	2	1	5	1	5	1	3	5	1	1	1	1	5	1	2	1	5	1	5		
228	2	1	1	2	5	1	2																																				

281	1	1	1	1	5	1	2	2	3	3	3	2	1	1	5	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	5							
282	2	1	1	1	5	1	1	2	3	3	3	2	1	2	5	5	1	2	2	5	2	1	2	5	2	2	5	2	2	2	2	2	2	5	2	5								
283	2	1	2	3	5	1	1	2	4	3	4	3	2	2	4	4	2	2	2	5	2	2	5	2	2	5	2	2	2	2	2	2	5	2	5									
284	2	1	1	2	5	1	1	2	5	3	4	2	2	2	4	4	2	2	2	4	2	2	4	2	2	4	2	2	2	2	2	2	4	2	4									
285	2	1	2	1	5	1	2	1	2	1	3	2	2	2	5	5	2	2	2	4	2	2	2	4	2	2	4	1	1	1	5	1	1	4	1	4								
286	2	1	1	2	5	1	2	2	4	4	4	2	1	1	4	4	2	2	2	5	2	2	2	4	2	2	5	2	2	2	1	5	2	2	1	4	1	5						
287	1	1	1	2	5	1	2	2	4	4	4	2	1	1	5	5	1	1	1	4	2	1	3	5	2	4	2	2	2	2	2	4	1	1	4	2	5							
288	2	1	1	1	5	1	2	2	4	3	4	3	1	1	5	5	1	3	1	1	5	1	1	4	1	5	1	3	5	2	2	4	1	1	2	2	4	1	4					
289	2	1	1	1	5	1	1	2	1	4	4	1	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5					
290	2	1	1	2	5	1	2	1	4	4	4	2	1	1	5	5	1	2	2	2	5	2	2	1	5	2	5	2	2	5	2	2	2	3	5	2	2	1	5	2	5			
291	2	1	1	2	5	1	2	2	2	4	4	4	1	1	4	4	1	1	1	4	1	1	4	1	4	1	1	4	1	1	4	1	1	4	1	1	4	1	4					
292	2	1	1	2	5	1	2	2	4	4	4	2	1	1	5	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5					
293	2	1	1	1	5	1	2	2	5	4	3	3	1	1	5	5	2	2	1	2	4	2	2	3	1	5	2	2	5	3	3	5	2	2	1	3	5	1	3	2	4	2	4	
294	2	1	1	1	5	1	2	2	5	5	5	2	2	1	5	4	1	1	1	1	5	1	1	1	4	1	5	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	4	1	5				
295	2	1	1	1	5	1	2	2	4	3	3	2	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	5	1	5	1	1	5	3	3	5	1	1	1	5	1	1	5	1	5			
296	2	1	2	2	5	1	2	2	4	4	4	1	2	1	5	5	1	3	2	2	5	2	1	5	1	4	1	2	5	2	2	5	1	1	1	4	1	1	5	1	5			
297	2	1	1	1	5	1	2	2	2	5	1	5	2	2	2	5	5	2	2	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	5		
298	1	1	1	2	5	1	2	2	3	3	4	3	1	1	4	4	2	2	2	3	4	2	2	4	2	4	2	2	4	2	2	4	2	2	4	2	2	4	2	4	2	4		
299	1	1	1	1	5	1	1	2	3	4	4	3	1	1	5	5	1	3	1	2	4	2	2	2	4	2	5	2	2	5	3	3	5	2	2	1	4	4	2	3	2	5	3	5
300	1	1	1	2	5	1	2	1	4	3	4	1	1	1	5	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	5		
301	1	1	1	1	5	1	1	2	4	3	4	2	2	2	5	5	2	1	1	2	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	2	2	5	1	2	2	5	2	5	
302	1	1	1	2	5	1	2	1	5	4	5	2	2	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	3	5	1	1	1	5	1	5
303	1	1	1	2	5	1	2	2	4	3	1	3	2	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	
304	2	1	1	2	5	1	2	2	4	4	4	3	2	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	
305	2	1	1	2	5	1	2	2	4	4	4	3	2	2	4	4	1	3	2	2	5	2	2	1	5	2	5	1	2	4	1	1	5	2	2	2	4	4	2	2	4	1	5	
306	1	1	1	1	5	1	1	2	5	5	5	1	2	1	5	5	1	2	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	2	5	2	1	5	1	1	3	5	1	1	1	5	1	5	
307	2	1	1	2	5	1	1	2	5	3	2	1	1	1	5	5	1	2	2	2	5	3	1	1	5	1	5	1	1	5	1	4	5	1	1	1	5	1	1	1	5	2	5	
308	1	1	1	4	5	1	2	2	3	2	3	4	1	1	5	5	4	2	2	2	4	2	2	4	2	4	2	2	4	3	3	4	2	3	2	4	2	3	3	4	3	5		
309	1	1	1	2	5	1	2	2	4	4	4	3	1	1	5	5	1	2	1	1	5	1	1	4	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5		
310	2	1	1	2	5	1	2	2	4	3	3	3	2	2	4	4	2	2	2	4	2	2	2	4	2	4	2	2	4	2	2	4	2	2	4	2	2	2	4	2	4	2	4	
311	1	1	2	4	5	1	2	2	4	3	3	3	2	2	4	5	1	3	1	1	5	3	2	1	5	1	5	2	4	4	3	2	4	2	2	2	4	2	2	4	1	4		
312	1	1	1	1	5	1	2	2	3	3	3	3	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	
313	2	1	1	2	5	1	2	2	4	4	4	3	2	2	4	4	1	3	2	2	5	2	2	2	4	2	4	2	2	5	2	2	5	2	2	2	1	5	1	1	5	1	5	
314	1	1	1	1	5	1	2	2	5	5	3	1	2	2	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	
315	2	1	1	2	5	1	2	2	5	4	3	1	2	2	5	5	1	2	1	1	5	1	1	1	5	1	5	2	2	4	2	2	5	2	3	2	3	5	2	3	2	5	3	5
316	2	1	1	2	5	1	2	1	5	3	4	4	2	2	5	5	3	2	2	2	5	2	2	5	2	5	2	2	5	2	2	5	2	2	5	2	2	2	5	2	5	2	5	
317	2	1	1	2	5	1	2	2	3	4	4	2	2	2	4	4	1	2	2	2	5	2	1	1	4	1	5	2	2	5	2	2	5	2	2	2	2	2	4	2	5	2	5	
318	2	1	2	1	5	1	2	2	3	3	3	4	1	1	5	5	1	2	1	1	5	2	1	1	4	1	4	1	2	5	2	1	5	1	1	1	2	5	1	1	1	4	2	5
319	2	1	1	1	5	1	2	2	5	5	5	4	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	4	3	4	5	2	2	5	1	1	1	5	2	1	1	5	1	5	
320	2	1	1	1	5	1	2	2	4	4	4	2	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	5	1	5	
321	2	1	2	1	5	1	2	2	5	4	4	2	3	3	5	5	1	3	2	3	5	2	2	1	5	1	5	1	4	5	1	1	4	1	1	1	5	2	1	1	4	3	5	
322	2	1	1	1	5	1	2	2	3	3	3	3	1	3	5	5	1	2	1	1	5	2	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	4	5	1	2	1	4	1	5	
323	2	1	1	2	5	1	2	2	4	5	4	4	2	2	4	4	2	2	2	4	2	2	4	2	4	2	2	4	2	2	4	2	2	4	2	2	4	2	2	4	2	4	2	4
324	2	1	1	1	5	1	2	2	5	5	4	1	1	1	5	5	1	1	1	1	5	2	1	1	5	1	4	2	2	5	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	
325	1	1	1	1	5	1	2	2	4	4	4	2	1	1	4	4	1	1	1	1	4	1	1	1	4	1	4	1	1	4	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	5	1	5	
326	1	1	1	1	5	1	1	2	4	5	4	2	1	1	4	4	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	5	1	5	
327	2	1	1	2	5	1	1	2	4	5	5	5	2	2	5	5	1	3	1	1	5	2	2	2	5	2	5	2	3	5	3	2	5	2	2	2	2	2	2	5	2	5	2	5
328	2																																											

381	2	1	1	1	5	1	2	2	2	3	3	3	1	1	4	4	1	1	1	1	4	1	1	1	4	1	1	4	1	1	4	1	1	4	1	1	4	2	2	2	4	2	4				
382	2	1	1	1	5	1	2	2	4	5	1	1	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5					
383	2	1	1	4	5	1	2	2	4	4	3	4	1	1	5	4	2	2	1	2	5	3	2	2	4	1	4	2	1	5	3	3	4	2	2	3	5	2	3	2	4	2	4				
384	2	1	2	2	5	1	2	2	4	4	4	4	2	2	4	4	2	2	1	2	4	2	2	1	4	2	2	4	2	2	1	4	2	2	2	2	4	1	2	2	4	2	5				
385	1	1	1	1	5	1	2	2	3	4	4	3	1	1	5	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	1	1	5	1	5					
386	2	1	1	1	5	1	2	2	3	4	4	2	2	2	5	5	2	2	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	5	2	2	5	1	1	5	1	1	1	5	2	2	4	2	5		
387	2	1	1	1	5	1	2	1	1	3	2	2	2	1	1	5	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	1	1	5	1	5				
388	2	1	1	2	5	1	2	2	3	3	2	4	1	1	5	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	5	2	3	4	3	1	5	1	1	1	4	5	1	1	5	1	5		
389	2	2	1	2	5	1	2	2	4	4	4	4	1	1	5	5	1	1	1	5	2	1	1	5	1	5	1	5	1	3	5	3	1	5	1	1	1	3	5	1	1	5	1	5			
390	1	1	1	1	5	1	2	2	4	4	4	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	2	2	2	4	2	2	4	2	2	4	2	2	2	2	4	2	2	2	4	2	2	4	2	4		
391	2	1	1	3	5	1	2	2	4	3	3	4	2	2	2	5	5	1	1	3	2	5	2	3	1	5	2	5	2	2	4	2	2	5	2	2	2	4	2	2	3	5	2	5			
392	1	1	1	1	5	1	2	2	5	5	5	1	1	1	5	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	1	1	5	1	1	5	1	5		
393	1	1	1	1	5	1	2	2	4	3	4	2	1	1	5	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	5	1	5		
394	1	1	2	1	5	1	2	2	3	4	4	3	2	3	4	5	2	3	1	2	4	1	2	1	4	1	5	2	2	5	3	2	4	2	2	2	2	4	2	2	2	4	2	5			
395	2	1	1	1	5	1	2	2	3	3	4	4	2	2	5	5	1	3	2	2	4	3	2	2	4	2	4	2	2	3	4	2	2	4	2	2	2	4	2	2	2	4	2	4			
396	2	1	1	1	5	1	2	2	4	4	3	1	2	1	5	5	1	2	2	5	3	1	2	5	2	5	2	2	5	2	1	4	2	2	5	2	2	2	2	2	4	2	2	4	2	4	
397	1	1	1	1	5	1	2	2	3	4	4	2	2	2	5	5	2	2	2	2	5	2	2	2	5	2	5	1	1	5	1	1	5	2	2	2	2	5	2	2	2	5	2	5			
398	2	2	1	1	5	1	1	2	4	4	4	3	1	1	5	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	5	1	5			
399	2	1	1	1	5	1	1	2	2	3	4	4	2	2	4	4	2	2	2	2	4	2	2	2	4	2	4	2	4	2	2	4	2	2	4	2	2	2	4	2	2	2	4	2	4		
400	2	1	1	1	5	1	1	2	3	2	2	2	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	4	1	5	1	2	5	2	2	4	2	2	2	2	4	2	2	2	5	2	5			
401	2	1	1	1	5	1	2	2	3	3	3	4	1	1	4	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	4	1	1	4	2	3	5	1	1	1	5	1	1	1	4	1	5				
402	2	1	1	1	5	1	1	2	3	4	3	2	1	1	4	5	1	2	1	1	5	1	1	1	5	2	4	1	1	5	3	2	5	2	2	1	2	5	1	1	1	4	1	5			
403	2	1	2	1	5	1	1	2	4	5	4	1	1	1	5	5	1	2	2	2	5	2	2	1	5	2	4	2	2	5	2	2	5	2	2	2	2	2	2	2	2	2	5	2	5		
404	2	1	1	1	5	1	1	2	4	4	4	3	2	2	4	4	2	3	1	5	2	1	1	5	2	5	2	2	5	2	2	5	2	2	2	2	5	2	2	1	2	1	5	1	5		
405	2	1	1	2	5	1	2	2	2	3	4	3	2	2	5	5	2	3	1	2	5	2	2	2	5	2	5	2	2	5	2	2	1	5	2	2	5	2	2	3	4	2	3	3	5	1	5
406	1	1	1	1	3	1	2	2	3	3	2	2	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	5		
407	2	2	1	2	5	1	2	2	4	3	3	4	1	2	5	5	1	3	2	2	5	2	2	5	2	2	5	2	2	5	2	2	5	2	2	2	5	2	2	2	5	2	2	5	2	5	
408	2	1	1	3	5	1	2	2	3	3	3	3	1	1	4	4	1	1	1	4	1	1	4	1	1	4	1	1	4	1	1	4	1	1	4	1	1	1	4	1	1	4	1	4	1	4	
409	2	2	1	1	5	1	2	2	3	3	3	4	2	2	4	4	2	2	2	4	2	2	2	4	2	2	4	2	2	4	2	2	4	2	2	2	4	2	2	2	4	2	2	4	2	4	
410	1	1	1	1	5	1	1	2	5	5	5	1	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	5	1	5
411	2	1	1	1	5	1	2	2	4	4	3	3	2	2	4	4	1	1	1	1	4	1	1	1	4	1	4	1	1	4	1	1	4	1	1	1	5	1	1	1	1	1	4	1	5		
412	2	1	2	1	5	1	1	2	5	5	5	5	1	1	5	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	5	2	2	5	1	1	4	2	2	2	1	4	1	1	2	5	2	4	
413	2	1	1	1	5	1	2	2	4	5	4	1	1	1	5	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	5	
414	2	1	2	2	5	1	2	2	4	4	4	2	2	2	4	4	1	2	2	2	4	2	2	2	4	2	2	4	2	2	4	2	2	4	2	2	2	4	2	2	2	4	2	2	4	2	4
415	2	1	1	1	5	1	2	2	5	4	4	2	1	1	5	5	1	3	1	1	5	1	2	1	5	1	5	1	1	5	2	5	1	2	1	1	5	2	2	2	2	5	1	5	1	5	
416	2	1	1	3	5	1	2	2	4	5	4	1	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	5	1	5
417	2	1	1	1	5	1	2	2	4	4	4	2	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	5
418	1	1	1	1	5	1	2	2	3	3	3	4	1	1	5	5	2	2	3	3	5	2	2	1	4	1	4	2	2	5	2	2	4	1	1	3	3	5	2	2	1	5	2	5	2	5	
419	2	1	1	1	5	1	1	2	4	5	4	2	1	1	4	4	2	1	1	2	4	1	1	1	4	2	5	1	1	5	1	1	5	1	1	3	3	4	1	1	1	4	2	4	2	4	
420	2	1	1	1	5	1	2	2	3	3	3	3	1	1	5	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	3	5	1	1	1	5	1	5		
421	2	2	1	1	5	1	2	2	4	4	4	4	2	2	4	4	2	2	2	2	4	2	2	2	4	2	4	2	2	4	2	2	4	2	2	4	2	2	2	4	2	2	2	4	2	4	
422	2	1	1	1	5	1	2	2	3	3	3	2	2	1	2	4	4	1	3	2	2	5	3	2	2	4	2	5	1	3	4	3	3	4	2	2	1	3	5	2	2	3	5	1	5		
423	2	2	2	1	5	1	2	2	4	4	4	2	2	2	1	4	5	1	3	2	2	5	2	3	1	4	2	4	1	3	4	2	2	2	4	2	2	4	2	3	2	2	4	2	5		
424	2	1	1	1	5	1	1	2	3	4	3	4	2	2	5	5	1	2	2	1	5	2	1	1	5	1	5	1																			

481	2	1	1	2	5	1	1	2	2	2	4	2	2	2	4	4	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	5	1	5							
482	2	1	1	2	5	1	1	2	2	3	3	4	3	1	1	5	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	5	1	5							
483	2	1	1	3	5	1	1	2	2	4	3	3	2	2	2	4	4	2	2	2	4	2	2	2	4	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	5	1	4						
484	2	1	1	3	5	1	1	2	2	4	4	4	2	2	2	4	4	2	2	2	4	2	2	2	4	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	4						
485	1	1	1	1	5	1	1	2	2	5	4	4	1	2	1	5	5	1	2	1	2	5	3	2	2	5	1	1	5	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	4					
486	2	1	1	1	5	1	1	2	2	3	4	3	4	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5					
487	2	1	2	2	5	1	1	2	2	3	4	4	3	2	2	5	4	1	1	2	1	4	1	1	2	4	1	1	5	1	1	1	5	2	2	5	1	2	2	2	4	2	5	2	5			
488	2	1	1	2	5	1	1	2	2	3	3	3	3	2	1	5	4	1	2	2	2	4	2	2	5	2	5	2	3	4	2	2	5	2	2	2	2	2	2	2	5	2	5					
489	2	1	1	2	5	1	1	2	2	4	5	2	2	2	2	4	4	2	3	2	2	4	2	2	4	2	2	2	3	4	2	2	3	4	2	2	2	2	2	2	4	2	5					
490	1	1	1	1	5	1	1	2	2	4	4	4	2	1	2	4	4	1	2	2	2	4	2	2	1	4	1	4	1	1	1	1	1	1	4	1	1	2	2	4	2	4						
491	2	1	1	1	5	1	1	2	2	5	4	5	2	2	2	5	4	1	2	1	2	4	2	1	2	4	2	2	4	2	2	1	4	4	1	1	1	1	4	2	4	2	4					
492	2	1	1	1	5	1	1	2	2	4	3	5	4	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5					
493	2	1	1	2	5	1	1	2	2	3	4	4	2	2	2	4	4	2	3	3	2	4	2	2	2	5	1	4	1	2	4	2	2	2	1	1	4	2	2	1	4	2	4					
494	1	1	1	1	5	1	1	2	2	2	3	2	3	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	2	5	2	5	1	2	5	2	2	1	1	5	1	1	2	5	2	5		
495	1	1	1	1	5	1	1	1	1	3	2	4	3	2	2	4	4	2	2	2	2	4	1	1	2	4	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	4	2	5				
496	2	1	1	1	5	1	1	2	2	4	3	4	4	2	2	4	4	2	2	2	2	4	2	2	3	4	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	4				
497	1	1	2	2	6	1	2	2	3	4	4	1	2	2	2	4	4	1	2	2	1	5	1	1	2	5	1	4	1	2	5	3	3	5	2	1	1	3	5	1	1	3	1	5				
498	1	1	2	2	6	1	2	2	4	4	4	3	2	2	2	5	5	1	2	2	2	5	2	2	2	5	2	2	5	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	5	2	5			
499	1	1	1	4	6	1	2	2	3	3	2	3	2	2	2	4	4	2	2	2	2	5	2	2	2	5	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	5	2	5			
500	1	1	2	2	6	1	2	2	2	3	3	4	1	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	5	1	1	5	1	5			
501	1	1	2	2	6	1	2	2	5	5	4	2	2	1	1	5	5	1	3	1	1	5	2	3	1	5	2	5	1	3	4	2	2	5	2	2	1	2	4	2	2	2	4	2	5			
502	1	1	2	2	6	1	2	2	5	4	4	2	2	1	1	5	5	2	2	1	1	5	2	2	2	5	1	4	2	1	5	1	1	1	1	5	2	2	2	2	2	5	1	5				
503	1	1	2	2	6	1	2	2	3	4	4	3	2	2	5	5	3	1	2	2	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	3	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	3	5				
504	2	1	1	2	6	1	2	2	2	3	3	4	2	2	2	5	5	2	2	2	2	5	2	2	5	1	5	2	1	5	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	5	2	5			
505	2	1	1	2	6	1	2	2	3	3	4	4	1	1	1	5	5	1	1	1	1	5	3	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	1	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5			
506	2	1	1	1	6	1	2	2	3	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	5	2	2	2	5	2	2	5	3	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	5	2	5			
507	1	1	1	2	6	1	2	2	1	3	4	2	2	2	2	5	4	2	3	2	2	2	4	2	2	3	4	2	4	1	3	4	3	4	2	2	2	2	2	2	2	4	2	4				
508	1	1	2	2	6	1	2	2	4	3	4	3	2	1	1	4	5	2	2	2	2	5	2	2	1	5	2	2	5	2	2	5	3	2	2	3	4	2	2	2	2	5	3	5				
509	1	1	2	2	6	1	2	2	4	4	4	3	1	1	1	5	5	1	3	1	1	5	2	2	1	5	2	2	5	2	2	2	2	3	5	1	2	2	2	2	2	5	2	5				
510	1	1	2	2	6	1	2	2	4	4	5	2	1	1	1	5	5	1	2	1	1	5	1	2	1	4	1	5	1	2	5	3	2	2	3	2	2	2	2	2	4	2	2	4	1	5		
511	1	1	1	2	6	1	2	2	2	3	2	2	2	1	1	5	5	1	2	1	2	5	1	2	1	5	1	1	5	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	5	1	1	2	5	2	5
512	1	1	2	2	6	1	2	2	3	4	4	3	1	1	1	4	5	1	2	2	2	5	2	2	1	4	1	4	2	2	2	5	3	3	4	2	2	2	2	2	2	4	2	2	1	4	3	4
513	2	1	1	1	6	1	1	2	2	5	4	4	3	1	2	5	5	1	3	1	2	5	1	1	3	5	1	5	2	2	5	1	2	2	2	3	5	2	2	2	1	5	2	2	5	2	5	
514	1	1	2	2	6	1	1	2	2	4	4	3	2	1	1	5	5	1	2	1	2	5	1	2	2	5	1	5	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	5	2	5		
515	1	1	2	2	6	1	2	2	5	4	4	1	2	2	2	4	5	1	2	1	1	5	2	2	2	5	1	5	1	1	5	2	2	5	1	2	2	3	4	2	2	2	4	2	5			
516	1	1	2	2	6	1	2	2	4	4	4	2	1	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	2	1	5	1	1	5	1	1	5	2	1	5	1	1	1	3	5	1	1	1	5	2	5		
517	1	1	2	2	6	1	2	2	4	4	4	2	2	2	2	4	4	2	2	2	3	4	3	2	2	4	2	4	4	3	3	4	3	3	4	2	2	2	2	4	3	2	2	4	2	4		
518	1	1	2	2	6	1	2	2	5	5	5	2	1	1	1	4	5	2	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	5	1	5		
519	1	1	2	2	6	1	2	2	4	3	3	2	1	1	1	5	5	1	2	1	2	5	1	2	1	5	1	5	1	1	5	2	2	5	1	2	1	3	5	1	1	2	5	2	5			
520	1	1	2	2	6	1	2	2	2	3	3	2	4	2	2	4	4	2	2	2	2	5	2	2	2	5	2	4	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	4		
521	2	1	2	2	6	1	2	2	5	5	1	1	2	2	5	5	1	3	1	1	5	2	2	1	5	3	5	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	5		
522	1	1	2	2	6	1	2	2	4	4	3	2	1	1	4	4	1	3	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	1	5	3	2	5	1	1	1	3	5	1	1	1	5	1	5			
523	2	1	2	2	6	1	2	2	5	4	5	1	2	2	2	5	5	1	2	2	2	5	2	2	2	5	2	5	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	5	2	5		
524	1	1	2	2	6	1	2	2	4	3	3	1	2	1	1	4	4	2	2	2	2	4	2	2	3	4	2	4	1	2	4	2	2	4	3	3	2	2	2	4	3	2	3	4	3	4		

481	2	1	1	1	2	5	1	1	2	2	2	2	2	2	2	4	4	1	1	1	5	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1
-----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

581	2	2	1	2	1	1	1	2	4	4	4	3	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	5	1	5									
582	2	2	1	2	4	1	2	2	4	4	4	2	2	1	4	4	1	3	2	2	4	2	2	2	4	1	5	2	2	4	2	2	2	4	2	2	4	2	5									
583	1	4	2	1	4	3	1	1	5	2	4	5	1	1	5	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	5	1	5								
584	2	4	2	1	4	3	1	2	4	3	4	3	1	1	5	4	2	3	4	2	2	2	5	1	5	2	2	5	2	2	2	2	2	2	2	2	4	1	5									
585	2	2	2	2	4	1	1	2	5	5	4	2	1	1	5	5	1	3	2	2	4	3	3	1	4	2	2	3	3	4	2	3	2	3	2	4	2	4	5									
586	2	4	2	1	4	1	2	2	4	2	4	4	1	1	5	4	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	2	2	5	1	1	1	1	5	1	1	5	2	5								
587	1	4	2	1	4	4	1	2	2	3	3	4	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5									
588	2	2	1	4	1	1	2	2	4	3	4	3	2	1	5	5	1	1	1	2	5	2	1	1	5	2	2	1	5	3	3	5	1	2	2	4	1	3	5	3	5							
589	1	2	1	1	1	1	2	2	3	3	4	3	2	1	5	4	2	3	2	2	4	3	2	2	4	2	2	4	3	3	3	4	2	2	2	4	2	5	5									
590	2	1	1	2	1	1	2	1	4	4	4	4	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5								
591	1	1	1	2	1	1	2	2	3	3	3	2	2	2	5	5	2	2	2	2	5	2	3	3	5	2	5	2	2	5	3	3	5	3	2	2	1	5	2	3	5	2	5					
592	2	2	1	1	1	2	2	2	4	4	4	4	2	2	4	4	2	2	3	1	4	1	1	1	4	1	1	4	1	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	5					
593	1	3	2	2	2	2	1	2	3	4	3	3	1	1	4	5	1	3	1	1	5	1	1	1	4	1	5	1	1	5	2	1	5	1	1	1	1	5	2	1	1	5	1	5				
594	1	4	2	2	2	1	1	2	5	4	5	2	2	2	4	4	2	3	2	2	4	2	2	4	2	4	2	2	5	2	2	2	2	2	2	2	2	2	5	1	2	2	5	2	5			
595	1	3	2	1	2	1	2	2	4	4	4	2	2	1	5	5	1	2	1	1	5	2	1	5	2	5	2	1	5	2	2	5	2	1	2	1	5	2	1	2	5	2	5					
596	1	4	1	2	2	1	2	2	4	4	4	2	1	1	5	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	5					
597	1	1	1	2	2	1	1	2	2	3	3	3	2	2	2	4	2	2	2	2	4	2	2	2	4	2	2	4	2	2	2	2	2	4	2	2	2	4	2	2	4	2	4					
598	2	1	1	1	2	1	1	2	5	3	4	4	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	5					
599	2	1	2	1	2	1	2	2	5	2	5	2	2	2	4	4	2	2	2	2	5	1	1	1	5	1	1	5	1	1	4	3	2	4	1	2	3	2	5	1	3	3	5	2	4			
600	2	4	2	1	2	2	1	2	1	5	5	1	1	1	4	5	2	2	1	1	5	1	1	1	3	1	5	1	2	5	1	2	5	1	1	1	1	3	1	1	1	5	1	5				
601	2	4	2	1	2	1	1	2	2	3	4	4	2	2	5	4	2	2	2	2	5	2	2	2	5	2	5	2	2	5	2	2	5	2	2	2	2	2	2	2	4	2	4	5				
602	2	1	1	1	2	1	1	2	2	2	3	1	1	1	4	5	2	2	2	2	5	1	1	1	5	2	5	1	2	5	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	5	2	5				
603	2	4	2	1	2	2	1	2	1	4	2	1	2	2	4	4	2	2	2	2	4	2	2	2	4	2	2	4	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	4				
604	2	4	2	1	2	2	1	2	4	4	4	2	2	2	2	4	4	1	3	1	2	4	2	2	2	2	4	3	5	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	4				
605	2	4	2	2	2	1	1	2	4	3	4	3	2	2	2	4	4	2	2	2	2	2	2	4	2	2	4	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	4			
606	1	2	2	2	2	1	1	1	4	4	4	2	2	1	5	5	1	2	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	1	5	2	2	2	5	1	1	1	2	5	1	1	5					
607	2	3	1	1	2	1	1	2	4	4	4	2	2	1	4	4	1	2	1	3	4	2	2	1	4	2	2	4	2	2	4	3	2	4	2	2	2	4	2	3	4	2	4					
608	2	1	1	2	2	1	2	2	4	4	4	4	2	2	4	4	2	2	2	2	4	2	2	2	4	2	2	4	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	4				
609	2	4	1	1	2	2	1	1	2	2	3	3	2	2	2	4	4	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	4				
610	1	2	2	1	2	1	1	2	5	4	5	2	2	1	1	4	4	1	2	2	2	5	1	1	2	5	1	5	1	1	5	2	1	4	2	2	2	2	2	2	2	4	2	5				
611	2	1	1	2	2	1	1	2	4	3	4	3	2	2	4	4	2	2	3	2	4	2	2	2	4	2	4	2	4	2	2	3	5	2	2	2	2	2	2	5	2	3	3	4	2	4		
612	2	2	1	1	2	1	1	1	2	4	3	4	1	1	2	4	5	1	3	1	2	4	2	2	2	4	2	4	2	4	2	1	2	5	3	3	4	2	2	2	2	5	2	2	1	5	1	5
613	1	1	2	3	2	1	1	2	2	2	4	2	3	2	5	4	2	2	1	2	5	2	2	2	5	2	4	1	2	5	2	3	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	5	2	5			
614	2	4	2	1	2	1	1	2	5	2	4	3	1	1	5	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	5	1	5			
615	2	4	2	1	2	2	1	2	4	5	5	2	2	1	5	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5				
616	1	2	1	1	2	1	1	2	2	3	3	2	1	1	5	5	1	2	1	2	5	2	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	1	5	2	2	1	1	2	5	2	2	1	5	1	5		
617	1	2	2	2	2	1	1	2	4	3	3	3	1	1	5	5	1	2	2	3	5	2	1	1	5	2	5	1	1	5	2	1	5	1	1	5	2	1	5	1	3	2	3	5	2	2	4	
618	1	1	1	1	2	1	1	2	5	3	4	2	2	1	5	5	1	3	1	3	5	1	1	1	5	1	5	2	1	5	3	2	5	1	1	2	1	5	1	1	2	4	1	2	5			
619	2	3	2	2	2	1	1	2	3	4	3	2	2	2	4	4	2	2	3	2	4	2	2	2	4	2	2	3	4	2	2	4	3	2	2	2	3	2	2	3	4	2	4	2	4			
620	1	3	2	1	2	1	1	2	5	5	5	2	1	1	5	5	1	2	1	1	5	1	2	1	5	1	5	1	1	5	2	2	5	2	1	2	2	4	5	1	3	4	1	5				
621	1	3	1	1	2	2	1	2	4	5	4	2	2	2	5	5	1	2	2	1	5	2	2	2	5	2	5	2	2	5	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	5	2	5			
622	2	2	2	1	2	2	1	2	5	3	5	2	2	1	1	5	5	1	1	2	5	1	1	2	5	2	1	5	2	5	2	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	2	1	5	1	5		
623	1	2	1	1	2	1	1	2	3	4	4	2	1	1	4	4	2	2	2	2	4	2	2	2	4	2	2	4	3	5	3	3	5	2	2	2	2	2	2	2	2	2	5	2	5			
624	1	4	2	1	2	1	2	1	4	4	5	3	1	1	5	5	1	2	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	2	2	5	1	2	2	2	5	1	1	1	5	1	5				
625	2	4	2	1	2	3	1	2	2	3	4	2	1	1	5	4	1	2	2	2	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	2	2	5	1	1	1	1	4	1	2	4	1	5					
626	2	2	1	1	2	1	1</																																									

681	2	1	1	1	4	1	1	1	2	3	4	3	2	1	1	4	4	1	1	1	2	4	1	1	1	5	1	5	1	1	5	2	2	5	1	2	2	2	5	1	1	1	5	1	5		
682	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	5	2	1	1	2	5	5	2	2	2	2	5	2	2	5	2	2	5	2	2	5	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	5	2	5		
683	1	3	2	1	1	1	1	2	5	4	4	2	2	2	1	5	5	1	2	1	2	5	2	3	5	3	5	1	2	5	3	3	5	1	3	1	3	5	1	2	2	5	2	5			
684	1	4	1	1	1	3	1	2	5	5	5	1	1	1	5	5	1	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	5		
685	2	2	2	1	4	1	2	3	4	3	3	1	1	4	4	1	1	1	1	5	1	1	3	2	4	2	2	5	2	1	5	2	2	2	2	4	2	2	2	2	4	2	5	1	5		
686	2	3	1	1	1	1	1	1	5	5	5	3	2	2	4	4	2	2	2	3	5	2	2	2	4	2	4	2	2	4	2	2	2	4	2	2	2	2	2	4	2	2	4	2	4		
687	1	2	2	1	1	1	1	2	2	5	2	5	1	1	1	5	5	1	2	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	5				
688	1	3	1	2	4	1	2	2	5	5	5	2	1	1	4	4	1	1	1	4	1	1	1	4	1	1	4	1	1	4	1	1	4	1	1	4	1	1	1	4	1	1	4	1	4		
689	1	1	2	1	1	1	1	2	2	4	4	3	2	1	1	4	5	1	2	1	1	5	1	2	2	4	2	4	1	1	5	1	2	5	2	1	1	1	5	1	1	1	4	2	5		
690	1	3	1	1	1	1	2	1	2	5	5	5	1	1	1	5	5	1	4	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	1	5	3	3	5	1	1	1	1	5	1	1	5	1	5		
691	2	2	1	2	1	1	1	2	5	4	5	2	1	1	5	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	5	
692	1	3	1	2	4	1	1	2	4	3	4	2	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	
693	2	3	1	1	4	3	2	2	3	3	5	2	1	1	5	5	1	2	1	1	5	2	1	1	5	1	5	1	1	5	2	2	5	1	1	1	2	5	2	2	1	5	1	5	1	5	
694	1	3	2	2	4	1	2	2	4	4	4	4	2	2	2	4	4	2	2	2	4	2	2	2	4	2	4	2	2	4	2	2	4	2	2	2	2	4	2	2	2	4	2	4	2	4	
695	2	2	1	3	4	1	2	2	4	4	4	2	1	1	4	5	2	2	1	2	4	1	1	1	4	2	4	2	2	5	3	2	3	2	3	1	1	4	2	2	3	5	2	5	1	5	
696	1	3	2	2	4	2	2	2	4	4	4	2	1	1	5	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	5	
697	2	2	2	3	4	1	2	2	2	5	1	2	2	4	4	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	4	2	4	2	2	4	2	2	2	4	2	2	2	4	2	2	2	4	2	4	2	4
698	1	2	2	1	1	1	2	2	2	3	4	1	1	1	5	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	5	
699	1	2	2	1	1	1	1	2	3	4	5	2	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5		
700	2	1	1	2	1	1	2	2	4	4	4	2	2	2	4	4	2	2	3	2	4	3	2	2	4	2	4	2	2	4	2	2	4	2	2	2	5	2	2	2	4	2	2	5	1	5	
701	2	3	2	1	4	1	1	2	3	5	5	1	2	2	5	5	1	1	1	1	5	2	2	1	5	1	5	1	5	1	2	5	2	3	5	2	1	1	1	4	2	1	2	5	1	5	
702	2	1	1	1	1	1	1	2	3	2	3	1	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	5	1	5	
703	2	4	1	1	1	1	1	2	2	3	2	3	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	5
704	1	1	2	1	6	3	2	2	5	4	1	1	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	5
705	1	1	1	1	6	1	1	2	4	4	5	2	1	2	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	5
706	2	1	1	2	6	1	2	2	5	3	5	1	2	2	5	5	2	2	2	2	5	2	2	2	5	2	5	2	2	5	2	2	3	5	2	2	2	5	2	2	2	5	2	2	5	2	5
707	2	1	1	1	6	1	2	2	5	5	5	1	1	1	5	5	2	2	2	5	1	1	1	5	2	5	1	1	5	1	1	5	2	2	2	5	2	2	2	5	2	2	5	2	5	1	5
708	2	1	1	1	6	1	2	2	2	2	3	4	1	1	1	5	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	5
709	2	1	2	4	1	1	2	2	4	1	4	3	1	1	5	5	2	2	2	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	4	2	1	5	1	5
710	2	1	2	1	6	1	2	2	3	3	4	4	1	1	5	5	1	2	1	3	5	2	2	2	5	2	5	2	5	1	3	5	1	3	5	1	1	3	1	4	1	1	5	1	5	1	5
711	2	1	1	1	6	1	2	2	3	3	3	4	2	1	5	5	3	3	2	2	5	3	2	1	5	1	5	2	1	5	1	1	5	1	1	1	5	3	3	1	1	4	2	4	1	5	
712	2	1	1	1	6	1	2	2	3	2	4	5	1	1	5	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	5	2	2	1	5	2	5	1	5		
713	2	1	1	1	6	1	2	2	4	4	4	3	1	1	4	5	1	2	1	1	5	1	2	1	4	3	4	1	1	5	1	1	4	1	1	1	5	1	1	1	4	1	4	1	5		
714	2	1	1	2	6	1	2	2	4	3	3	3	2	2	4	4	2	2	2	4	2	2	2	4	2	4	2	4	2	2	3	2	2	2	5	2	2	2	4	2	2	4	2	4	2	4	
715	2	1	1	1	6	1	2	2	3	4	4	4	1	1	4	4	1	1	1	4	1	1	1	4	1	1	4	1	1	4	1	1	4	1	1	1	4	1	1	1	4	1	1	4	1	4	
716	1	1	1	1	6	1	2	2	4	4	4	4	1	1	1	5	5	1	1	1	5	1	1	1	4	1	1	5	1	1	5	2	1	1	2	5	1	1	2	5	1	1	2	4	1	4	
717	1	1	2	1	6	1	2	2	4	5	5	2	1	1	5	4	1	3	1	1	5	2	2	1	4	2	4	2	2	4	3	2	2	2	4	2	2	2	4	2	2	1	4	1	4	1	4
718	1	1	2	1	6	1	2	2	4	4	4	2	1	1	5	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	5	
719	2	1	1	1	6	1	2	2	4	4	4	3	1	1	5	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	5	
720	1	1	2	1	6	1	2	1	5	2	5	1	1	1	5	5	1	2	2	3	5	2	2	2	5	2	5	1	2	5	3	1	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	5	
721	1	1	1	1	6	1	2	2	4	4	4	2	2	2	5	5	2	2	1	2	5	1	3	2	5	3	5	1	1	5	3	1	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	2	5	
722	1	1	2	1	6	1	2	2	5	4	4	2	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	5	
723	1	1	1	1	6	1	2	2	1	3	4	4	2	1	1	5	5	2	2	2	5	2	2	2	5	2	5	2	2	5	2	2	5	2	2												

781	2	1	1	1	6	1	2	2	1	3	4	3	3	1	5	5	1	1	2	3	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	2	2	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5		
782	2	1	1	2	6	1	2	2	3	5	4	3	1	1	5	5	1	2	1	2	5	4	1	1	4	2	5	2	1	5	3	2	4	2	2	2	2	5	3	2	2	4	2	5		
783	2	1	1	1	6	1	2	2	3	4	3	3	1	1	5	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5			
784	1	1	2	2	6	1	2	2	4	4	3	2	1	2	4	4	2	3	2	2	4	2	2	4	2	2	4	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	4			
785	2	1	2	2	6	1	2	2	3	3	3	2	2	2	5	5	2	3	2	2	5	2	1	2	5	2	4	2	2	5	3	2	5	2	2	2	2	2	2	2	2	5	2			
786	2	3	1	1	6	1	2	2	3	3	4	2	1	1	5	5	1	3	1	1	5	2	1	1	5	1	5	1	1	5	1	2	4	1	1	1	1	5	1	1	1	4	1	4		
787	1	1	2	2	6	1	2	2	4	4	4	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	2	2	2	4	2	2	4	3	4	1	1	5	3	3	5	2	2	2	2	2	4	2	5		
788	1	1	1	1	6	1	1	2	4	4	4	2	1	2	4	4	2	2	2	2	4	2	2	2	4	3	4	1	1	5	3	3	4	2	2	2	5	2	2	2	4	2	5			
789	1	1	2	1	6	1	2	2	5	5	5	1	1	1	5	5	1	3	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	3	1	5	1	1	2	2	5	1	1	1	5	3	5		
790	1	1	2	2	6	1	2	2	4	5	3	2	1	2	5	5	1	3	1	2	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	3	1	5	1	3	1	1	5	1	1	1	5	1	5		
791	2	1	1	2	6	1	2	1	4	2	4	2	2	2	4	4	1	3	2	1	5	2	1	2	5	1	5	1	1	5	2	1	5	1	1	1	1	4	1	1	1	5	2	5		
792	2	1	1	2	6	1	2	2	4	4	4	2	2	2	5	5	2	3	2	2	5	2	2	2	5	2	5	2	3	5	3	3	5	1	1	3	3	5	2	2	2	5	2	5		
793	1	1	2	3	6	1	2	2	4	4	3	2	2	2	1	5	5	1	3	1	2	5	2	2	1	4	2	5	1	2	5	3	2	5	2	2	2	2	5	2	2	1	4	2	5	
794	1	1	2	2	6	1	2	2	4	4	4	2	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5		
795	1	1	1	1	6	1	2	2	4	4	4	2	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5		
796	1	1	2	2	6	1	2	2	4	3	4	4	2	2	5	5	2	2	2	2	5	2	2	3	4	2	5	2	2	5	3	2	4	2	2	2	2	5	2	2	2	5	2	5		
797	1	1	2	1	6	1	1	1	4	4	5	2	1	2	4	5	1	1	1	1	5	2	1	1	5	1	5	1	1	5	2	1	5	1	1	1	1	5	1	2	1	5	2	5		
798	1	1	2	1	6	1	2	2	3	3	3	2	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5		
799	1	1	2	1	6	1	2	2	3	4	4	4	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	2	2	2	1	4	2	1	5	2	5
800	1	1	2	2	6	3	2	2	4	4	4	2	2	2	4	4	2	2	2	2	5	2	2	2	5	1	4	2	2	4	3	2	5	1	3	2	2	5	2	3	2	4	2	5		
801	1	1	2	1	6	1	2	1	4	4	4	2	1	1	5	5	2	3	2	2	5	3	2	2	4	1	4	2	2	4	2	2	5	2	3	3	4	3	2	2	5	2	5			
802	1	1	1	1	6	1	2	2	4	3	4	3	1	1	5	5	1	3	2	2	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	3	3	5	1	1	3	2	5	2	2	2	5	2	5		
803	1	1	2	1	6	1	2	2	2	3	3	3	1	1	5	4	1	3	1	2	5	2	3	1	4	2	5	1	2	5	2	2	5	2	2	2	2	2	2	2	2	5	2	5		
804	1	1	1	1	6	1	2	2	2	4	4	2	2	1	5	5	1	2	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5		
805	2	1	1	2	6	1	2	1	5	4	4	2	2	2	4	5	1	2	1	1	5	1	2	1	5	1	5	2	2	5	1	2	5	2	2	2	2	5	2	2	1	5	1	5		
806	2	1	1	1	6	1	2	2	4	4	4	1	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5		
807	2	1	2	2	6	1	2	2	5	4	5	5	1	1	5	5	1	3	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	2	2	1	5	2	5		
808	2	1	1	2	6	1	2	2	4	4	4	2	2	2	4	5	2	2	2	2	5	2	2	2	5	2	5	1	2	5	3	2	5	2	2	2	2	5	2	2	2	5	2	5		
809	2	1	1	1	6	1	2	1	3	3	4	2	2	2	5	5	1	3	1	1	5	2	1	1	5	3	4	2	2	5	2	2	5	2	2	2	2	4	2	2	1	5	1	5		
810	1	1	2	1	6	1	2	2	2	4	3	3	2	2	1	5	5	1	2	2	2	5	1	1	1	5	1	5	1	2	5	2	1	5	1	1	1	4	4	1	1	1	4	1	5	
811	1	1	2	2	6	1	2	2	4	5	4	1	3	1	5	5	1	2	2	2	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5		
812	1	1	2	2	6	1	2	2	4	4	3	2	1	1	5	5	2	1	2	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5		
813	2	1	2	1	6	1	2	2	1	1	4	1	1	1	4	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	3	3	5	1	1	1	1	3	1	1	1	5	1	5		
814	1	1	2	1	6	1	2	1	2	4	4	2	1	1	5	5	1	3	1	1	5	1	1	1	5	2	5	2	2	5	2	2	5	1	1	2	4	2	1	1	5	1	5			
815	1	1	2	1	6	1	2	2	2	4	4	2	2	2	4	4	1	3	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	2	5	1	1	4	4	1	1	1	5	1	1	1	4	1	5		
816	1	1	2	3	6	1	2	2	5	4	4	2	2	2	4	5	1	3	1	1	5	1	2	1	5	5	1	1	5	3	1	5	1	1	1	1	1	5	1	3	1	5	1	5		
817	1	1	2	2	6	1	2	2	5	4	4	2	1	1	5	5	1	3	1	1	4	1	2	1	4	2	5	1	1	5	3	3	5	2	3	3	3	5	2	2	2	4	1	5		
818	2	1	1	2	6	1	2	2	4	4	4	3	1	1	4	4	2	2	2	2	4	2	2	1	5	1	4	2	2	5	2	2	5	2	2	2	2	5	2	2	2	5	2	5		
819	1	2	1	1	6	1	1	1	5	4	5	2	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	1	1	5	1	5				
820	2	1	1	1	6	2	2	2	4	5	4	2	2	3	4	4	1	3	2	2	5	3	2	1	5	1	5	1	3	4	2	2	5	2	2	2	4	5	2	2	2	5	2	5		
821	2	1	1	2	5	1	2	2	4	4	4	2	1	1	4	4	1	1	2	1	5	2	2	2	4	2	4	2	2	4	2	2	5	2	2	2	3	5	2	2	2	5	2	5		
822	2	1	1	1	5	1	2	2	2	4	4	1	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5		
823	1	1	1	1	5	1	2	2	4	3	4	2	1	1	5	5	1	2	1	1	4	2	2	1	5	2	5	1	2	4	2	2	5	2	2	1	2	5	1	2	1	4	2	5		
824	2	1	1	2	5	1	2	2	5	5	5	4	1	2	5	5	2	1	2	1	5	2	1	2	5	2	4	2	1	4	2	1	5	2	2	2	2	5	1	2	2	4	1	5		
825	2	1	1	1	5	1	2	1	5	5	4	2	1	1	5	5	1	2	1	1	5	1	1	1	5</																					

881	2	1	1	2	5	1	1	2	4	4	4	2	2	2	5	5	2	2	2	2	5	2	2	1	5	1	5	1	2	5	2	2	5	2	2	2	2	5	2	2	5	2	5						
882	2	1	2	3	5	1	2	2	4	4	4	2	3	1	5	4	3	4	3	2	5	3	2	2	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5						
883	1	1	2	1	6	1	2	2	2	3	2	2	1	1	5	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	2	2	5	1	1	1	2	5	1	1	1	5	3	5						
884	1	1	2	1	6	1	1	1	4	4	5	2	1	1	5	5	1	3	2	3	4	2	2	4	2	4	2	2	4	3	2	4	2	2	2	3	5	2	2	2	5	2	5						
885	1	1	1	1	6	1	2	2	4	5	4	1	1	1	5	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5						
886	2	1	2	3	6	1	2	2	4	3	3	2	1	2	4	5	1	2	2	1	5	2	2	1	5	1	5	1	3	5	1	1	4	2	2	2	1	3	2	1	1	3	2	5					
887	1	1	2	1	6	1	2	2	5	5	5	1	1	2	5	5	1	2	1	2	5	2	2	1	4	2	5	1	1	5	2	2	5	1	2	2	3	4	1	2	1	5	2	5					
888	1	1	2	1	6	1	2	1	3	2	4	2	1	1	5	5	1	2	1	2	5	1	2	1	5	2	5	1	2	5	2	2	5	1	2	2	2	5	1	1	2	5	2	5					
889	1	1	2	2	6	1	2	2	5	5	5	1	1	1	5	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5						
890	1	1	2	1	6	1	2	1	4	4	4	1	1	1	4	4	2	2	2	4	2	2	2	4	2	4	2	4	2	2	4	2	2	2	4	2	2	2	4	2	2	4	2	4					
891	1	1	2	1	6	1	2	2	5	5	5	1	1	1	5	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	5	1	1	2	2	5	1	3	2	5	2	5		
892	2	1	1	1	6	1	2	1	5	5	4	4	1	1	5	5	1	2	1	5	2	2	2	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	2	3	2	5	2	2	3	5	3	5			
893	2	1	1	2	6	1	2	2	4	4	4	2	1	1	5	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	5		
894	2	2	1	2	6	1	2	1	3	4	4	2	2	1	5	4	2	3	2	2	4	2	2	2	4	2	4	2	2	4	3	2	4	2	2	2	4	2	2	2	4	2	2	4	3	4			
895	2	1	2	2	6	1	2	2	4	4	4	2	2	2	4	4	2	3	2	2	4	2	2	2	4	2	4	2	2	4	3	2	4	2	2	3	4	2	2	2	2	4	2	2	4	2	4		
896	2	1	2	1	6	1	2	2	4	4	4	3	2	2	4	4	2	2	2	2	4	2	2	2	4	2	4	2	2	2	5	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	5	2	2	5	2	5	
897	1	1	2	1	6	1	2	2	3	3	3	3	2	2	5	5	2	3	2	2	5	2	2	2	4	2	4	2	2	4	3	2	4	2	2	2	2	4	2	2	2	2	4	2	2	4	2	4	
898	1	1	2	1	6	1	2	2	5	5	5	2	1	1	5	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	5		
899	1	1	2	3	6	1	2	2	3	3	3	4	3	2	4	4	1	3	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	3	1	1	1	5	3	5	2	5			
900	2	1	1	1	6	1	1	2	4	3	4	1	1	1	4	4	1	3	1	2	4	2	2	1	4	1	4	1	3	5	1	1	5	2	2	2	2	5	2	2	2	2	5	2	5	2	5		
901	1	1	2	1	6	1	2	2	4	5	4	1	1	1	5	5	1	2	1	2	5	1	2	1	4	1	5	2	2	5	1	1	5	2	2	2	2	2	2	2	2	2	5	2	5	2	5		
902	1	1	2	1	6	1	2	1	5	3	4	2	2	1	5	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	2	5	1	1	5	2	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	5			
903	1	1	2	2	6	1	2	2	4	3	4	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	2	2	2	4	2	4	2	2	4	2	2	4	2	2	4	2	2	2	2	2	2	4	2	2	4	2	4	
904	1	1	2	1	6	1	2	2	4	4	4	2	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	5		
905	1	1	2	2	6	1	1	2	4	5	4	2	2	2	5	4	1	2	1	2	5	2	2	2	5	2	4	2	2	5	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	5	2	5	2	5	
906	1	1	2	1	6	1	2	2	1	2	1	2	1	1	5	5	1	1	1	1	4	2	2	1	4	2	5	2	1	5	1	2	5	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	4	3	5		
907	1	1	1	1	6	1	2	2	5	5	4	2	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	2	4	1	1	1	1	1	1	1	4	2	2	5	1	5	
908	1	1	2	1	6	1	2	2	3	3	2	1	1	1	5	5	1	2	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	1	1	1	1	5	1	1	5	1	5		
909	2	1	2	2	6	1	2	2	5	5	3	1	1	1	5	5	3	2	2	5	2	1	1	5	1	5	2	2	5	3	2	5	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	5	2	5	2	5	
910	2	1	1	1	6	1	1	2	5	5	4	1	1	1	4	4	2	2	2	2	5	2	2	2	4	2	4	2	2	4	3	2	4	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	4	2	4	
911	2	1	2	1	6	1	1	2	5	3	4	2	2	2	4	4	2	3	2	2	4	4	2	3	2	4	2	2	4	2	2	4	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	4	2	4
912	1	1	1	1	6	1	2	2	5	5	3	3	2	2	4	4	1	3	1	2	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	2	2	5	1	1	1	2	5	1	1	1	2	5	1	1	2	5	1	5
913	1	1	2	1	6	1	2	2	5	5	5	1	1	1	3	5	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	2	5	1	1	3	1	1	1	1	3	2	1	1	3	1	5	
914	2	1	2	1	6	1	2	2	2	3	3	1	1	1	5	5	2	2	2	2	5	2	2	2	3	4	1	5	1	2	5	3	2	5	1	1	1	2	5	3	2	2	5	3	5	2	5	3	5
915	2	1	2	4	6	1	1	1	5	4	4	3	2	2	5	5	1	4	2	2	5	1	2	2	4	1	5	3	2	5	3	3	4	2	3	3	5	2	2	3	5	2	2	5	2	5	2	5	
916	1	1	2	1	6	1	2	1	2	2	3	2	1	1	4	4	1	1	1	5	1	1	1	4	2	4	1	1	4	2	4	1	2	1	2	4	2	2	2	2	2	2	4	2	2	4	2	4	
917	1	1	2	1	6	1	1	2	2	1	4	2	1	1	5	5	1	4	2	2	4	2	2	2	4	1	4	2	3	5	1	1	4	2	2	1	3	4	2	2	1	2	4	1	4	1	4		
918	1	1	1	2	6	1	2	1	3	3	3	2	2	2	4	4	2	3	2	2	4	2	3	2	4	2	4	2	3	4	2	3	4	3	2	2	3	4	2	2	3	2	4	2	4	2	4		
919	1	1	2	2	6	1	1	1	5	4	4	2	1	1	4	4	1	1	1	4	1	1	1	4	1	4	1	1	4	3	1	4	1	3	1	4	1	4	1	1	1	4	1	4	1	4	1	4	
920	2	1	2	2	6	1	2	2	5	3	4	1	1	1	4	5	2	2	1	1	5	2	2	2	4	2	5	2	1	5	3	3	4	2	1	1	4	2	1	1	5	2	5	2	5	2	5		
921	2	1	1	1	6	1	2	2	3	3	3	3	1	1	5	5	1	2	1	1	5	1	1	1	5	2	1	5	2	2	4	1	2	2	1	5	2	1	1	5	2	1	1	4	2	5	1	5	
922	2	1	2	1	6	1	2	2	4	4	3	4	2	2	5	5	2	2	2	2	5	3	2	2	4	3	5	3	1	5	3	2	4	2	3	3	3	5	1	3	2	5	3	5	1	4	2	4	
923	2	2	1	1	6	1	2	2																																									

981	2	1	1	1	5	1	1	2	5	5	4	3	1	1	5	5	1	3	1	1	5	1	3	1	5	1	5	1	1	5	3	3	4	1	1	1	1	3	1	1	1	4	1	5	
982	2	2	1	2	5	1	2	2	4	4	4	1	2	2	4	4	2	3	2	2	2	2	4	2	2	4	2	2	4	3	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	4		
983	1	1	1	1	5	1	2	2	3	5	4	2	1	1	5	4	1	3	3	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	
984	2	1	1	1	5	1	2	2	4	3	4	3	1	2	5	5	1	2	2	2	5	2	2	5	1	5	2	2	5	1	2	5	2	2	3	5	1	2	2	5	1	5	1	5	
985	1	1	1	2	5	1	2	2	1	4	4	3	2	1	4	4	2	2	3	2	4	2	3	4	2	4	2	2	2	4	2	3	4	2	2	2	4	5	3	2	3	4	3	5	
986	2	1	1	2	5	1	2	2	4	5	4	2	1	1	4	4	3	3	2	2	4	2	2	4	3	4	2	2	5	3	3	5	2	3	3	1	4	2	2	2	4	3	5		
987	2	1	1	2	5	1	2	2	4	4	4	4	1	1	4	4	1	2	1	1	4	1	1	4	1	1	4	1	1	4	1	1	1	1	1	1	3	4	1	1	1	4	1	5	
988	1	1	1	1	5	1	2	2	3	5	4	1	2	1	5	5	1	3	1	1	5	2	2	1	5	2	5	2	1	5	2	1	5	1	1	1	2	5	1	1	3	5	1	5	
989	1	1	1	1	4	5	1	2	2	4	4	5	2	2	5	5	2	2	1	3	5	1	1	2	5	2	5	1	3	5	2	3	5	1	2	2	1	5	2	2	1	5	2	5	
990	2	1	1	2	5	1	2	2	3	4	4	3	1	1	5	4	1	2	2	2	5	2	2	1	5	1	5	1	2	4	2	2	4	1	2	2	1	4	2	2	5	1	5		
991	1	1	1	1	5	1	2	2	5	4	4	1	1	2	5	5	1	2	1	2	5	2	2	4	2	4	2	2	5	2	2	5	1	1	1	2	5	2	2	5	1	5	1	5	
992	2	1	1	2	5	1	2	2	5	4	5	4	2	1	5	5	2	2	2	3	5	2	2	5	2	4	3	2	4	3	3	4	2	2	2	2	5	1	2	3	4	2	4		
993	1	1	1	1	5	1	2	2	5	5	5	1	1	1	5	5	1	3	3	2	5	3	3	1	4	2	5	1	2	5	1	2	5	2	2	2	5	2	3	1	5	2	5		
994	1	1	1	2	5	1	2	2	4	3	3	3	2	2	5	4	2	4	2	2	5	3	2	2	5	1	5	1	2	5	3	3	5	1	3	1	1	5	1	2	1	4	1	5	
995	1	1	1	3	5	1	2	2	5	5	4	2	1	1	4	4	1	2	1	3	4	1	3	2	4	2	5	2	5	2	5	2	5	3	2	2	2	4	2	2	1	4	2	4	
996	1	1	1	4	5	1	2	2	4	4	4	4	2	1	5	5	1	2	1	4	5	2	1	1	5	1	4	2	3	5	2	3	5	2	3	1	3	5	2	2	4	3	5		
997	2	1	2	1	5	1	2	2	4	4	4	1	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	1	1	5	1	1	5	1	5		
998	1	1	1	2	5	1	2	2	4	5	4	2	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	1	1	5	1	1	5	1	5		
999	2	1	1	1	5	1	2	2	5	5	5	3	1	1	5	5	1	3	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	3	3	5	1	1	2	2	5	1	1	5	1	5	
1000	2	1	1	1	5	1	2	2	4	4	4	2	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	1	1	5	1	1	5	1	5		
1001	1	1	1	1	5	1	2	2	4	4	4	2	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	1	1	5	1	1	5	1	5		
1002	2	1	1	4	5	1	2	2	4	4	4	2	1	1	5	5	1	3	3	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	1	5	1	1	5	1	5		
1003	2	1	2	1	5	1	2	2	5	5	5	1	1	1	5	5	1	4	1	1	5	3	1	1	5	1	5	1	3	4	2	3	5	1	1	1	1	5	1	2	1	5	1	5	
1004	2	1	1	1	5	1	2	2	4	4	4	2	2	2	4	4	2	2	2	4	2	2	4	2	4	2	2	4	2	2	4	2	2	4	2	2	2	2	4	2	2	4	2	4	
1005	2	1	1	1	5	1	2	2	5	5	4	3	1	1	5	5	1	3	1	2	5	1	2	5	1	5	1	1	5	1	1	5	2	1	5	2	1	5	1	1	5	1	5		
1006	2	1	1	2	5	1	2	2	3	4	4	3	1	1	5	5	1	3	2	2	4	3	1	1	3	2	5	2	2	5	2	2	5	2	2	2	2	5	1	2	1	5	1	5	
1007	2	1	1	2	5	1	2	2	4	4	4	2	2	2	4	4	2	3	2	2	4	3	2	2	4	2	4	2	2	4	2	2	4	2	2	2	2	4	2	2	4	2	5		
1008	2	1	1	1	5	1	1	1	2	5	3	3	1	1	5	5	1	3	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	3	5	4	2	5	1	2	2	3	5	1	1	3	5	3	5	
1009	2	1	1	1	5	1	1	2	5	4	4	2	1	1	5	5	1	2	1	1	4	4	1	1	4	2	4	1	1	4	2	2	4	2	2	2	2	4	2	2	4	2	4		
1010	1	1	1	2	5	1	2	2	3	3	3	3	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	1	1	5	1	1	5	1	5		
1011	1	1	1	1	5	1	2	2	5	5	5	1	2	1	5	5	1	3	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	5	2	5		
1012	1	1	1	1	5	1	1	2	2	5	3	5	1	2	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	1	5	3	3	5	1	1	1	1	5	1	1	5	1	5
1013	2	2	1	1	5	1	2	2	5	3	3	5	1	1	5	4	1	1	1	1	5	3	3	1	4	1	5	1	3	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	3	1	5	1	5	
1014	2	2	1	1	5	1	2	2	5	5	4	4	2	2	4	4	2	2	2	4	2	2	4	2	4	2	2	4	2	2	4	2	2	4	2	2	2	2	4	2	2	5	2	5	
1015	2	1	1	2	5	1	2	2	5	5	5	3	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	1	1	5	1	1	5	1	5		
1016	2	1	1	1	5	1	2	2	5	5	5	3	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	1	1	5	1	1	5	1	5		
1017	1	1	1	1	5	1	2	2	4	4	4	2	1	1	5	5	1	4	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	1	1	5	1	1	4	1	5		
1018	2	1	1	1	5	1	2	2	3	3	3	3	2	1	5	5	1	2	1	2	5	1	1	1	5	1	5	2	1	5	2	2	5	1	1	1	1	5	1	1	5	2	5		
1019	1	1	1	3	5	1	2	2	2	3	3	2	2	1	5	4	2	2	1	1	5	2	3	2	4	3	5	2	1	4	3	3	4	2	2	2	2	5	2	2	1	4	3	5	
1020	2	1	1	2	5	1	2	2	4	4	4	3	1	1	5	5	1	3	3	5	1	1	1	5	2	5	2	2	4	2	2	4	2	2	2	2	2	4	2	2	4	2	5		
1021	1	1	1	1	5	1	1	2	4	3	4	2	1	1	5	5	2	3	2	2	5	3	1	1	5	2	5	1	2	5	2	2	5	2	3	1	2	5	2	1	5	2	5		
1022	1	1	1	1	5	1	2	2	3	5	3	3	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	1	1	5	1	1	5	1	5		
1023	2	2	1	1	5	1	2	2	5	4	4	2	1	1	4	4	3	3	2	1	5	2	2	5	2	5	2	5	2	2	5	2	2	2	2	2	2	2	5	2	2	5	2	5	
1024	2	1	2	5	5	1	1	1	5	4	4	3	1	1	5	5	1	3	1	1	5	2	1	1	5	2	5	1	2	5	2	2	5	2	2	2	2	5	3	1	2	5	1	5	
1025	1	1	1	4	5	1	2	2	3	2	3	4	2	2	2	5	5	2	2	2	4	2	2	4	2	4	2	4	2	2	4	2	2	2	2	2	2	4							

1081	2	4	1	1	4	3	2	2	4	3	4	3	1	1	5	5	1	2	2	2	4	2	2	5	1	5	2	3	4	2	2	4	3	3	2	4	3	3	2	4	3	5				
1082	2	2	1	1	4	1	1	2	5	4	4	2	1	1	5	5	1	2	1	1	5	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	5	1	5				
1083	2	2	1	4	1	2	2	4	3	4	4	2	1	2	5	5	1	2	1	1	5	1	1	4	1	5	1	1	4	2	1	4	1	1	1	5	1	1	1	4	1	5				
1084	2	2	1	2	4	2	2	5	4	4	2	2	2	1	5	4	1	3	2	2	2	2	4	2	2	5	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	3	2	4	2	4				
1085	2	2	1	2	4	1	2	2	4	4	4	2	2	2	5	5	1	1	1	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	5				
1086	2	3	1	1	4	1	1	2	5	5	5	1	2	2	5	4	1	2	2	2	4	1	2	1	5	1	5	1	2	5	3	2	5	1	1	1	1	5	1	1	5	1	5			
1087	2	1	1	2	4	1	2	2	4	3	4	3	1	1	4	4	1	3	1	1	5	1	1	2	5	1	5	1	3	4	2	2	5	1	1	1	1	1	5	1	1	5	1	5		
1088	2	2	1	5	4	1	2	2	4	4	4	2	1	1	4	5	1	2	1	1	5	1	1	1	4	1	5	1	1	5	1	1	4	1	2	1	1	5	1	1	5	1	5			
1089	2	2	1	1	4	1	2	2	4	5	4	2	1	1	5	5	1	2	1	2	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	5	1	2	1	5	1	5			
1090	2	4	1	1	4	1	2	2	5	4	4	4	1	1	5	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5			
1091	1	3	1	1	4	1	2	2	5	5	5	2	1	1	5	5	1	2	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	2	1	1	1	5	1	1	5	1	5			
1092	2	2	1	1	4	1	1	1	5	3	5	1	1	1	5	5	1	1	2	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	5	1	5			
1093	1	2	1	1	4	1	1	1	5	4	4	2	2	2	5	5	2	2	2	2	5	2	2	2	5	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	5	2	5			
1094	2	2	1	1	4	1	2	2	5	5	5	3	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	5	1	5			
1095	2	2	1	1	4	1	1	2	4	2	2	2	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	5	1	5			
1096	2	2	1	1	4	1	2	2	5	5	5	2	2	2	5	5	2	2	2	2	4	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	4			
1097	2	4	2	1	4	3	2	2	4	4	4	2	2	2	5	5	1	2	2	2	4	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	4			
1098	2	1	1	1	4	1	1	2	3	3	4	4	2	2	4	4	2	2	1	2	4	2	2	1	5	2	4	1	2	5	2	2	5	1	2	2	2	5	2	2	5	2	5			
1099	2	2	1	1	4	1	1	2	4	4	5	2	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	2	2	2	5	1	1	2	2	5	1	1	5	1	5		
1100	2	1	1	1	4	1	2	2	4	4	3	4	1	2	5	5	1	1	1	1	4	2	1	3	5	1	5	1	1	4	3	1	5	1	1	1	1	5	1	1	5	1	5			
1101	2	1	1	1	4	1	1	2	5	5	4	3	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	5	1	5			
1102	2	2	1	1	4	1	1	2	2	4	4	3	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	5	1	5			
1103	2	2	1	1	4	1	1	2	5	5	5	1	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	5	1	5			
1104	2	1	1	1	4	1	1	2	4	4	3	3	1	1	5	5	1	1	3	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	4	1	1	3	1	5	1	1	1	4	2	4		
1105	2	3	1	1	4	1	2	2	4	4	4	1	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5		
1106	2	2	1	1	4	1	1	2	5	5	5	3	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	5	1	5			
1107	1	2	2	2	4	1	2	2	4	4	4	4	3	3	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	2	5	1	5		
1108	2	2	2	2	4	1	2	2	4	4	4	2	2	1	5	5	1	3	1	2	4	1	2	2	5	2	5	1	3	4	2	1	4	2	1	1	2	4	2	2	2	4	2	4		
1109	1	1	2	1	4	1	2	2	3	3	2	3	2	1	4	4	2	3	2	2	4	2	2	2	4	2	2	2	4	2	2	2	4	1	1	2	2	4	2	2	2	4	2	5		
1110	2	2	1	2	4	1	2	2	5	4	4	2	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	5	1	5			
1111	1	3	1	1	4	1	1	2	4	4	4	2	2	2	5	5	2	2	2	2	5	2	2	2	5	2	5	2	2	2	2	2	5	2	2	2	2	5	2	2	5	2	5			
1112	2	3	1	1	4	1	1	2	3	3	4	2	1	1	5	5	1	2	1	2	5	2	3	2	5	2	5	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	5	2	1	1	4	2	5		
1113	2	2	1	2	4	1	2	1	4	3	3	2	2	2	4	4	3	1	1	1	5	2	2	4	1	3	1	1	5	2	2	4	2	2	2	1	5	1	1	1	4	1	5			
1114	2	2	2	1	4	1	2	2	4	5	5	3	1	1	5	5	1	3	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5		
1115	1	3	2	2	4	1	2	2	2	4	4	2	2	2	4	4	2	3	2	2	4	2	2	2	4	2	4	2	4	2	3	4	3	3	2	3	3	5	2	2	2	5	2	5		
1116	2	3	1	2	4	2	2	2	5	5	5	1	2	1	5	4	2	3	2	2	5	2	2	4	2	4	2	2	4	2	2	4	2	3	5	2	2	2	2	4	2	2	4	3	4	
1117	2	2	1	2	4	1	2	2	4	3	3	2	2	2	4	4	1	2	2	2	4	2	2	2	4	2	4	2	4	2	2	2	4	2	2	2	2	5	2	2	2	4	2	4		
1118	1	2	1	1	4	1	1	2	4	4	4	2	2	2	4	4	1	2	2	2	4	1	1	3	2	4	2	2	2	2	2	5	2	2	1	3	2	2	2	3	2	2	4	2	4	
1119	1	2	1	1	4	1	1	2	4	3	4	1	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5		
1120	1	3	1	1	4	1	2	1	5	5	5	1	1	1	5	5	1	2	1	1	5	2	1	1	5	1	5	2	2	5	1	1	5	1	1	1	2	5	2	2	1	5	1	5		
1121	1	2	1	2	4	1	2	2	4	4	4	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	2	2	2	4	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	4	2	4	
1122	1	2	1	1	4	1	2	2	5	4	4	2	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5		
1123	1	2	1	1	4	1	2	2	3	4	4	4	2	2	4	4	2	3	2	2	4	2	2	2	4	2	4	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	4	2	4
1124	2	2	1	1	4	1	2	2	5	4	5	2	1	1	5	5	1	2	2	2	5	2	2	2	5	1	5	1	2	5	1	2	5	1	2	2	2	2	5	2	2	1	4	1	5	
1125	2	2	1	1	4	1	2	2	4	4	4	2	1	1	5	5	1	2	2	2	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1									

1181	2	3	1	2	2	1	1	2	4	5	5	1	1	1	5	5	1	3	1	1	5	1	1	1	5	1	4	2	2	4	1	1	4	1	1	1	1	3	1	1	1	4	1	4	
1182	1	2	2	2	2	1	1	2	2	4	4	2	1	2	4	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
1183	1	2	1	2	2	1	1	1	4	4	4	2	1	1	5	5	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
1184	2	2	1	1	2	1	1	2	5	4	4	3	3	2	4	4	2	2	2	5	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
1185	2	1	1	2	2	1	2	2	3	2	3	2	1	2	5	5	1	1	2	1	5	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
1186	2	2	2	1	2	1	1	2	4	5	4	4	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
1187	1	2	2	1	2	2	1	2	5	5	4	5	2	1	5	5	2	3	3	1	4	3	1	1	5	1	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
1188	1	4	2	1	2	2	1	2	4	4	3	2	2	2	4	5	2	3	2	2	5	3	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
1189	2	4	1	1	1	3	2	2	4	3	4	4	2	2	4	5	2	4	4	3	5	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
1190	2	4	2	1	1	1	1	1	2	3	4	1	2	1	4	5	2	3	2	2	5	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
1191	1	3	2	1	1	1	2	2	3	4	4	1	1	1	4	4	1	3	1	2	5	1	2	1	4	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
1192	2	1	2	2	1	1	1	2	5	5	5	1	1	1	4	4	2	3	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
1193	1	2	2	1	1	1	2	2	4	4	4	2	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
1194	2	4	1	1	1	1	1	2	4	3	4	2	2	2	4	5	2	3	2	2	5	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
1195	1	3	2	1	1	3	2	1	1	3	4	2	1	1	5	5	1	3	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
1196	2	4	2	1	1	1	2	1	5	5	5	1	1	2	5	5	1	1	2	2	5	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
1197	1	1	1	2	1	1	1	2	5	4	4	1	2	1	4	5	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
1198	2	4	1	1	1	3	2	2	3	4	4	4	2	1	4	5	1	1	1	1	5	1	1	1	4	1	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
1199	2	3	2	1	1	2	1	2	4	5	5	3	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
1200	1	4	2	1	1	1	1	2	4	4	4	2	2	2	1	5	5	2	2	2	2	5	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
1201	1	3	2	2	1	1	2	1	2	4	3	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
1202	2	4	2	1	1	3	1	2	4	4	5	2	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
1203	1	2	2	1	1	1	2	2	4	4	4	2	1	1	4	4	2	2	1	1	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
1204	2	1	1	1	1	1	1	2	4	3	4	2	2	2	4	4	2	3	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
1205	1	2	1	1	1	1	1	2	5	5	5	1	1	1	5	5	1	2	1	2	5	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
1206	2	2	1	1	1	1	2	2	4	3	2	1	1	4	5	1	3	1	1	4	1	1	1	4	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
1207	1	1	1	1	1	1	2	5	5	5	1	1	2	5	5	1	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
1208	2	1	1	1	1	1	2	4	4	4	3	1	1	4	4	1	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
1209	2	1	1	1	1	1	2	4	4	4	2	1	1	5	5	1	2	1	2	5	1	1	1	5	2	5	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
1210	2	3	1	1	1	2	1	2	4	4	4	2	1	1	5	5	1	2	1	1	5	1	1	2	5	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
1211	1	2	2	1	1	2	2	5	5	5	1	1	1	5	5	1	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
1212	2	1	2	1	1	2	2	2	4	4	2	2	2	2	5	5	2	3	2	2	4	3	2	3	5	3	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
1213	2	1	2	1	1	1	2	3	4	4	3	2	1	5	5	1	2	1	1	5	1	1	1	5	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
1214	2	2	1	1	1	2	1	4	5	4	2	2	2	2	5	5	2	3	2	2	5	2	2	2	5	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
1215	1	2	2	2	1	1	1	2	4	4	2	2	1	2	5	5	1	2	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
1216	2	2	1	1	1	1	1	2	3	4	4	3	1	2	4	5	2	2	1	2	5	1	1	2	5	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
1217	2	3	1	1	1	1	1	2	4	3	1	3	1	1	5	5	1	3	1	1	5	2	2	1	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
1218	2	3	1	1	4	3	1	2	3	4	4	2	1	1	5	5	1	2	1	2	5	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
1219	2	4	2	2	4	1	1	2	4	3	3	4	2	1	4	4	2	2	2	2	4	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
1220	1	2	1	2	4	1	2	2	4	4	4	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
1221	2	3	1	2	4	3	2	2	4	3	3	2	1	5	5	1	2	2	1	4	2	2	1	5	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
1222	1	3	2	2	4	1	2	2	3	4	3	3	2	2	4	4	2	2	2	2	4	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
1223	1	2	1	2	4	1	2	2	5	5	4	1	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
1224	2	3	1	1	4	3	1	2	4	4	4	2	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
1225	1	3	2	1	4	2	2	1	3	3	4	3																																	

2	1	1	3	2	3	2	2	5	5	5	1	2	2	5	5	3	3	2	2	5	2	2	2	5	2	2	5	1	1	4	1	1	2	1	5	1	1	1	5	2	5			
2	1	1	2	2	3	2	2	4	4	4	1	1	1	5	5	2	2	2	2	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	2	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	
2	1	1	4	2	1	2	2	5	4	4	3	1	1	5	5	1	3	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	3	5	2	2	4	1	1	1	3	5	1	1	1	5	1	5	
2	1	1	4	2	3	2	2	2	2	4	2	1	1	5	5	1	3	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	
1	2	1	2	2	1	2	2	4	5	4	2	1	1	4	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	5	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	5		
1	2	1	2	2	1	2	2	4	3	4	4	2	2	3	5	2	3	1	1	5	2	2	1	3	1	3	1	1	3	4	2	2	2	4	2	2	2	5	2	5	2	5		
1	1	2	1	2	1	2	2	5	3	5	2	1	1	5	5	1	2	1	1	5	2	2	1	5	2	5	3	1	5	1	2	5	2	3	3	2	5	1	3	3	5	1	5	
1	3	2	1	2	1	2	2	4	3	4	4	1	1	5	5	1	2	1	1	5	2	2	1	5	2	5	3	1	5	1	2	5	2	3	3	2	5	1	3	3	5	1	5	
2	1	1	2	2	3	2	2	4	5	5	2	2	2	5	4	2	3	2	2	4	2	2	2	4	2	4	3	2	4	2	2	4	3	2	4	2	4	2	2	4	2	4		
1	1	1	2	2	1	2	2	5	5	4	1	2	2	4	4	2	3	2	2	4	2	2	2	4	2	4	2	3	4	2	2	4	3	2	2	2	3	2	2	2	4	3	5	
2	1	1	1	2	3	2	2	4	4	3	3	1	1	5	5	1	1	2	2	4	2	2	2	4	2	2	4	2	5	2	2	4	2	2	5	2	2	2	2	5	2	2	5	
2	1	1	1	2	3	2	2	5	5	5	2	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	5	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	5		
2	1	2	2	2	3	2	2	4	4	4	2	2	2	5	5	3	3	2	2	4	2	2	2	5	1	4	2	1	5	1	2	5	1	1	2	1	5	1	1	1	4	2	5	
1	3	2	2	2	3	2	2	4	4	4	2	1	1	5	4	2	2	2	2	4	2	2	2	4	1	5	1	2	4	2	2	5	1	2	2	3	5	3	2	2	4	2	5	
1	3	1	2	2	2	1	2	4	4	4	1	2	2	4	4	2	3	2	2	4	2	1	2	4	1	3	2	2	4	2	3	4	1	2	2	3	4	2	2	2	4	3	5	
2	2	2	3	2	2	2	2	4	4	4	1	1	1	5	4	1	4	1	1	5	1	1	1	5	1	5	1	1	5	1	3	5	1	1	1	1	5	2	2	2	5	3	5	
2	2	1	2	2	1	1	2	5	4	5	2	1	1	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	1	5	2	2	5	2	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5
2	3	1	2	2	3	1	1	5	5	5	2	1	1	4	4	1	2	2	2	4	3	1	2	4	2	4	2	2	4	3	3	3	2	2	2	2	5	2	3	3	5	3	5	
2	1	1	1	2	3	2	2	4	3	4	3	2	2	4	4	2	3	1	2	4	2	2	2	1	5	2	4	2	2	4	2	2	3	2	2	2	5	2	2	4	2	5		
2	1	2	3	2	3	1	2	5	5	2	2	2	2	4	4	2	3	2	2	5	2	2	2	2	4	2	4	2	2	4	2	2	3	2	2	2	2	5	2	2	2	5	2	
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	4	2	2	2	4	2	4	2	2	4	2	2	4	2	2	2	2	4	3	2	2	5	2	5	

Ek-6: İstatistik Test Sonuçları

T TESTİ (CİNSİYET)

Group Statistics

	Cinsiyetiniz	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
farkındalık	kadin	557	111,27	7,7243	,32729
	erkek	843	110,95	7,7272	,26614
düzey	kadin	557	2,2998	,45859	,01943
	erkek	843	2,2859	,45210	,01557

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
farkındalık	Equal variances assumed	,028	,868	,756	1398	,450	,31912	,42187	-,5084	1,1467
	Equal variances not assumed			,757	1190,6	,449	,31912	,42184	-,5085	1,1468
düzey	Equal variances assumed	1,243	,265	,561	1398	,575	,01394	,02483	-,0348	,06264
	Equal variances not assumed			,560	1178,5	,576	,01394	,02490	-,0349	,06279

ANOVA (YAŞ)

yas

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	<25	947	67,6	67,6	67,6
	26-30	214	15,3	15,3	82,9
	31-36	139	9,9	9,9	92,9
	37>	100	7,1	7,1	100,0
	Total	1400	100,0	100,0	

ANOVA

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
farkındalık	Between Groups	37,619	3	12,540	,210	,890
	Within Groups	83446	1396	59,775		
	Total	83484	1399			
düzey	Between Groups	,163	3	,054	,262	,852
	Within Groups	288,93	1396	,207		
	Total	289,10	1399			

T TESTİ (SPOR YAPMA DEĞİŞKENİ)**sporyapıyormusunuz**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	evet	967	69,1	69,1	69,1
	hayir	433	30,9	30,9	100,0
	Total	1400	100,0	100,0	

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
farkındalık	Equal variances assumed	2,231	,136	3,331	1398	,001	1,4826	,44508	,60946	2,3557
	Equal variances not assumed			3,354	844,89	,001	1,4826	,44200	,61501	2,3501
düzey	Equal variances assumed	61,201	,000	3,601	1398	,000	,09425	,02617	,04291	,14560
	Equal variances not assumed			3,753	919,11	,000	,09425	,02512	,04496	,14354

ANOVA (SPORUN ENGELLİLER ÜZERİNDE ETKİSİ)

sporunengelleruzerindeetkisi

		Freque ncy	Perce nt	Valid Perce nt	Cumul ative Perce nt
Valid	kesinlikle evet	805	57,5	57,5	57,5
	evet	458	32,7	32,7	90,2
	kararsizim	72	5,1	5,1	95,4
	hayir	51	3,6	3,6	99,0
	kesinlikle hayir	14	1,0	1,0	100,0
	Total	1400	100,0	100,0	

Multiple Comparisons

Tukey HSD

			Mean Differ ence (I- J)	Std. Error	Sig.	95% Confidence Interval	
Dependent Variable	(I) sporunengelleruzerindeetkisi	(J) sporunengelleruzerindeetkisi				Lower Bound	Upper Bound
farkındalık	kesinlikle evet	evet	3,665*	,44149	,000	2,4587	4,8705
		kararsizim	2,659*	,92787	,034	,1250	5,1937
		hayir	2,5793	1,0892	,125	-,3957	5,5543
		kesinlikle hayir	1,3776	2,0335	,961	-4,176	6,9317
	evet	kesinlikle evet	-3,66*	,44149	,000	-4,870	-2,459
		kararsizim	-1,005	,95630	,831	-3,617	1,6068
		hayir	-1,085	1,1135	,867	-4,127	1,9561
		kesinlikle hayir	-2,287	2,0466	,797	-7,877	3,3029
	kararsizim	kesinlikle evet	-2,66*	,92787	,034	-5,194	-,1250
		evet	1,0052	,95630	,831	-1,607	3,6172
		hayir	-,0801	1,3806	1,000	-3,851	3,6907
		kesinlikle hayir	-1,282	2,2033	,978	-7,300	4,7362
	hayir	kesinlikle evet	-2,579	1,0892	,125	-5,554	,3957
		evet	1,0853	1,1135	,867	-1,956	4,1267
		kararsizim	,08007	1,3806	1,000	-3,691	3,8508
		kesinlikle hayir	-1,202	2,2759	,985	-7,418	5,0147
	kesinlikle hayir	kesinlikle evet	-1,378	2,0335	,961	-6,932	4,1764
		evet	2,2870	2,0466	,797	-3,303	7,8769
		kararsizim	1,2817	2,2033	,978	-4,736	7,2997
		hayir	1,2017	2,2759	,985	-5,015	7,4181
düzey	kesinlikle evet	evet	,1734*	,02622	,000	,1018	,2450
		kararsizim	,13678	,05510	,095	-,0137	,2873
		hayir	,08450	,06468	,687	-,0922	,2612
		kesinlikle hayir	,07329	,12076	,974	-,2565	,4031
	evet	kesinlikle evet	-,173*	,02622	,000	-,2450	-,1018
		kararsizim	-,0366	,05679	,968	-,1917	,1185
		hayir	-,0889	,06613	,663	-,2695	,0917
		kesinlikle hayir	-,1001	,12154	,923	-,4321	,2318
	kararsizim	kesinlikle evet	-,1368	,05510	,095	-,2873	,0137
		evet	,03663	,05679	,968	-,1185	,1917
		hayir	-,0523	,08199	,969	-,2762	,1716
		kesinlikle hayir	-,0635	,13084	,989	-,4209	,2939
	hayir	kesinlikle evet	-,0845	,06468	,687	-,2612	,0922
		evet	,08892	,06613	,663	-,0917	,2695
		kararsizim	,05229	,08199	,969	-,1716	,2762
		kesinlikle hayir	-,0112	,13516	1,000	-,3804	,3580
	kesinlikle hayir	kesinlikle evet	-,0733	,12076	,974	-,4031	,2565
		evet	,10012	,12154	,923	-,2318	,4321
		kararsizim	,06349	,13084	,989	-,2939	,4209
		hayir	,01120	,13516	1,000	-,3580	,3804

*. The mean difference is significant at the 0.05 level.

ANOVA (ÇALIŞTIKLARI KURUM)

kurum

		Freque ncy	Percen t	Valid Percen t	Cumul ative Percen t
Valid	Uygulama ve İş okulu	65	4,6	4,6	4,6
	Rehabilitasyon Merkezleri	127	9,1	9,1	13,7
	Milli Egitim	338	24,1	24,1	37,9
	Besyo Öğrenci	647	46,2	46,2	84,1
	Egitim Fakultesi ogrenci	223	15,9	15,9	100,0
	Total	1400	100,0	100,0	

ANOVA

		Sum of Squar es	df	Mean Squar e	F	Sig.
farkındalık	Between Groups	515,44	4	128,86	2,167	,071
	Within Groups	82968	1395	59,475		
	Total	83484	1399			
düzey	Between Groups	1,022	4	,255	1,237	,293
	Within Groups	288,08	1395	,207		
	Total	289,10	1399			

Multiple Comparisons

Tukey HSD

Dependent Variable	(I) kurum	(J) kurum	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.	95% Confidence Interval	
						Lower Bound	Upper Bound
farkındalık	Uygulama ve İş okulu	Rehabilitasyon Merkezleri	1,0452	1,1761	,901	-2,167	4,2576
		Milli Eğitim	-,7757	1,0445	,946	-3,629	2,0771
		Besyo Öğrenci	-,6526	1,0035	,967	-3,393	2,0882
		Eğitim Fakültesi öğrenci	,44443	1,0871	,994	-2,525	3,4136
	Rehabilitasyon Merkezleri	Uygulama ve İş okulu	-1,045	1,1761	,901	-4,258	2,1673
		Milli Eğitim	-1,821	,80267	,156	-4,013	,3714
		Besyo Öğrenci	-1,698	,74849	,156	-3,742	,3466
		Eğitim Fakültesi öğrenci	-,6008	,85733	,956	-2,942	1,7409
	Milli Eğitim	Uygulama ve İş okulu	,77574	1,0445	,946	-2,077	3,6286
		Rehabilitasyon Merkezleri	1,8209	,80267	,156	-,3714	4,0133
		Besyo Öğrenci	,12309	,51758	,999	-1,291	1,5368
		Eğitim Fakültesi öğrenci	1,2202	,66533	,354	-,5971	3,0374
	Besyo Öğrenci	Uygulama ve İş okulu	,65265	1,0035	,967	-2,088	3,3934
		Rehabilitasyon Merkezleri	1,6978	,74849	,156	-,3466	3,7422
		Milli Eğitim	-,1231	,51758	,999	-1,537	1,2906
		Eğitim Fakültesi öğrenci	1,0971	,59886	,355	-,5386	2,7328
	Eğitim Fakültesi öğrenci	Uygulama ve İş okulu	-,4444	1,0871	,994	-3,414	2,5247
		Rehabilitasyon Merkezleri	,60076	,85733	,956	-1,741	2,9424
		Milli Eğitim	-1,220	,66533	,354	-3,037	,5971
		Besyo Öğrenci	-1,097	,59886	,355	-2,733	,5386
düzey	Uygulama ve İş okulu	Rehabilitasyon Merkezleri	,09509	,06930	,646	-,0942	,2844
		Milli Eğitim	,01183	,06155	1,000	-,1563	,1799
		Besyo Öğrenci	,00012	,05913	1,000	-,1614	,1616
		Eğitim Fakültesi öğrenci	,02967	,06406	,991	-,1453	,2046
	Rehabilitasyon Merkezleri	Uygulama ve İş okulu	-,0951	,06930	,646	-,2844	,0942
		Milli Eğitim	-,0833	,04730	,397	-,2124	,0459
		Besyo Öğrenci	-,0950	,04410	,198	-,2154	,0255
		Eğitim Fakültesi öğrenci	-,0654	,05052	,694	-,2034	,0726
	Milli Eğitim	Uygulama ve İş okulu	-,0118	,06155	1,000	-,1799	,1563
		Rehabilitasyon Merkezleri	,08326	,04730	,397	-,0459	,2124
		Besyo Öğrenci	-,0117	,03050	,995	-,0950	,0716
		Eğitim Fakültesi öğrenci	,01783	,03920	,991	-,0893	,1249
	Besyo Öğrenci	Uygulama ve İş okulu	-,0001	,05913	1,000	-,1616	,1614
		Rehabilitasyon Merkezleri	,09497	,04410	,198	-,0255	,2154
		Milli Eğitim	,01172	,03050	,995	-,0716	,0950
		Eğitim Fakültesi öğrenci	,02955	,03529	,919	-,0668	,1259
	Eğitim Fakültesi öğrenci	Uygulama ve İş okulu	-,0297	,06406	,991	-,2046	,1453
		Rehabilitasyon Merkezleri	,06543	,05052	,694	-,0726	,2034
		Milli Eğitim	-,0178	,03920	,991	-,1249	,0893
		Besyo Öğrenci	-,0295	,03529	,919	-,1259	,0668

ANOVA (ÇALIŞTIKLARI KURUM SÜRESİ)

kacyildirkurum

		Freque ncy	Perce nt	Valid Perce nt	Cumul ative Perce nt
Valid	1-5 yıl	1184	84,6	84,6	84,6
	6-10 yıl	109	7,8	7,8	92,4
	11-16 yıl	94	6,7	6,7	99,1
	17 yıl >	13	,9	,9	100,0
	Total	1400	100,0	100,0	

ANOVA

		Sum of Squar es	df	Mean Squar e	F	Sig.
farkındalık	Between Groups	17,336	3	5,779	,097	,962
	Within Groups	83466	1396	59,790		
	Total	83484	1399			
düzey	Between Groups	,348	3	,116	,561	,641
	Within Groups	288,75	1396	,207		
	Total	289,10	1399			

Multiple Comparisons

Tukey HSD

Dependent Variable	(I) kacyildirkurum	(J) kacyildirkurum	Mean Differe nce (I- J)	Std. Error	Sig.	95% Confidence Interval	
						Lower Bound	Upper Bound
farkındalık	1-5 yıl	6-10 yıl	-,3135	,77397	,978	-2,304	1,6772
		11-16 yıl	,25264	,82859	,990	-1,879	2,3839
		17 yıl >	,22564	2,1563	1,000	-5,321	5,7720
	6-10 yıl	1-5 yıl	,31353	,77397	,978	-1,677	2,3043
		11-16 yıl	,56617	1,0884	,954	-2,233	3,3656
		17 yıl >	,53917	2,2689	,995	-5,297	6,3750
	11-16 yıl	1-5 yıl	-,2526	,82859	,990	-2,384	1,8786
		6-10 yıl	-,5662	1,0884	,954	-3,366	2,2333
		17 yıl >	-,0270	2,2881	1,000	-5,912	5,8582
	17 yıl >	1-5 yıl	-,2256	2,1563	1,000	-5,772	5,3207
		6-10 yıl	-,5392	2,2689	,995	-6,375	5,2966
		11-16 yıl	,02700	2,2881	1,000	-5,858	5,9122
düzey	1-5 yıl	6-10 yıl	,01205	,04552	,994	-,1050	,1291
		11-16 yıl	,06241	,04874	,575	-,0629	,1878
		17 yıl >	-,0112	,12683	1,000	-,3375	,3150
	6-10 yıl	1-5 yıl	-,0120	,04552	,994	-,1291	,1050
		11-16 yıl	,05036	,06402	,861	-,1143	,2150
		17 yıl >	-,0233	,13345	,998	-,3665	,3200
	11-16 yıl	1-5 yıl	-,0624	,04874	,575	-,1878	,0629
		6-10 yıl	-,0504	,06402	,861	-,2150	,1143
		17 yıl >	-,0736	,13458	,947	-,4198	,2725
	17 yıl >	1-5 yıl	,01124	,12683	1,000	-,3150	,3375
		6-10 yıl	,02329	,13345	,998	-,3200	,3665
		11-16 yıl	,07365	,13458	,947	-,2725	,4198

T TESTİ (ENGELLİLERLE İLGİLİ EĞİTİM PROGRAMI)

engellileregt

		Freque ncy	Percen t	Valid Percen t	Cumul ative Percen t
Valid	evet	415	29,6	29,6	29,6
	hayir	985	70,4	70,4	100,0
	Total	1400	100,0	100,0	

Group Statistics

		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
farkındalık	evet	415	111,37	7,7213	,37903
	hayir	985	110,96	7,7271	,24620
düzey	evet	415	2,3205	,46723	,02294
	hayir	985	2,2792	,44883	,01430

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2- tailed)	Mean Differen ce	Std. Error Differen ce	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
farkındalık	Equal variances assumed	,007	,935	,909	1398	,364	,41094	,45211	-,4759	1,2978
	Equal variances not assumed			,909	778,74	,364	,41094	,45197	-,4763	1,2982
düzey	Equal variances assumed	8,869	,003	1,553	1398	,121	,04129	,02659	-,0109	,09345
	Equal variances not assumed			1,528	750,76	,127	,04129	,02703	-,0118	,09435

T TESTİ (AİLEDE ENGELLİ BİREY VARLIĞI)

ailenizdeengellibirey

		Freque ncy	Perce nt	Valid Perce nt	Cumul ative Perce nt
Valid	evet	137	9,8	9,8	9,8
	hayir	1263	90,2	90,2	100,0
	Total	1400	100,0	100,0	

Group Statistics

		N	Mean	Std. Devia tion	Std. Error Mean
	ailenizdeengellibirey				
farkındalık	evet	137	112,56	8,0283	,68591
	hayir	1263	110,92	7,6773	,21603
düzey	evet	137	2,3796	,48706	,04161
	hayir	1263	2,2819	,45009	,01266

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2- tailed)	Mean Differe nce	Std. Error Differe nce	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
farkındalık	Equal variances assumed	,149	,700	2,373	1398	,018	1,6460	,69371	,28515	3,0068
	Equal variances not assumed			2,289	164,14	,023	1,6460	,71912	,22605	3,0659
düzey	Equal variances assumed	14,964	,000	2,393	1398	,017	,09769	,04082	,01762	,17777
	Equal variances not assumed			2,246	162,21	,026	,09769	,04350	,01180	,18359

ANOVA (ÜLKEDE GEREKLİ ÖNEM)

ülkenggereklönem

		Freque ncy	Perce nt	Valid Perce nt	Cumul ative Perce nt
Valid	Kesinlikle Evet	30	2,1	2,1	2,1
	Evet	144	10,3	10,3	12,4
	Kararsizim	280	20,0	20,0	32,4
	Hayir	627	44,8	44,8	77,2
	Kesinlikle Hayir	319	22,8	22,8	100,0
	Total	1400	100,0	100,0	

Multiple Comparisons

Tukey HSD

Dependent Variable	(I) ülkenggereklönem	(J) ülkenggereklönem	Mean Differ ence (I- J)	Std. Error	Sig.	95% Confidence Interval	
						Lower Bound	Upper Bound
farkındalık	Kesinlikle Evet	Evet	,46528	1,5454	,998	-3,756	4,6864
		Kararsizim	1,6440	1,4793	,801	-2,396	5,6845
		Hayir	1,0694	1,4391	,946	-2,861	5,0002
		Kesinlikle Hayir	-,4363	1,4705	,998	-4,453	3,5802
	Evet	Kesinlikle Evet	-,4653	1,5454	,998	-4,686	3,7558
		Kararsizim	1,1788	,78965	,567	-,9780	3,3356
		Hayir	,60410	,71158	,915	-1,339	2,5477
		Kesinlikle Hayir	-,9015	,77309	,771	-3,013	1,2100
	Kararsizim	Kesinlikle Evet	-,1644	1,4793	,801	-5,685	2,3964
		Evet	-,1179	,78965	,567	-3,336	,9780
		Hayir	-,5747	,55348	,838	-2,086	,9371
		Kesinlikle Hayir	-,2,08	,63060	,009	-3,803	-,3579
	Hayir	Kesinlikle Evet	-,1,069	1,4391	,946	-5,000	2,8614
		Evet	-,6041	,71158	,915	-2,548	1,3395
		Kararsizim	,57467	,55348	,838	-,9371	2,0864
		Kesinlikle Hayir	-,1,51*	,52958	,037	-2,952	-,0592
	Kesinlikle Hayir	Kesinlikle Evet	,43626	1,4705	,998	-3,580	4,4528
		Evet	,90154	,77309	,771	-1,210	3,0131
		Kararsizim	2,080	,63060	,009	-,3579	3,8027
		Hayir	1,506*	,52958	,037	-,0592	2,9521
düzey	Kesinlikle Evet	Evet	,04861	,09097	,984	-,1999	,2971
		Kararsizim	,11190	,08708	,701	-,1259	,3498
		Hayir	,03987	,08472	,990	-,1915	,2713
		Kesinlikle Hayir	-,0146	,08656	1,000	-,2511	,2218
	Evet	Kesinlikle Evet	-,0486	,09097	,984	-,2971	,1999
		Kararsizim	,06329	,04648	,652	-,0637	,1903
		Hayir	-,0087	,04189	1,000	-,1232	,1057
		Kesinlikle Hayir	-,0632	,04551	,634	-,1875	,0611
	Kararsizim	Kesinlikle Evet	-,1119	,08708	,701	-,3498	,1259
		Evet	-,0633	,04648	,652	-,1903	,0637
		Hayir	-,0720	,03258	,176	-,1610	,0170
		Kesinlikle Hayir	-,127*	,03712	,006	-,2279	-,0251
	Hayir	Kesinlikle Evet	-,0399	,08472	,990	-,2713	,1915
		Evet	,00874	,04189	1,000	-,1057	,1232
		Kararsizim	,07203	,03258	,176	-,0170	,1610
		Kesinlikle Hayir	-,0545	,03117	,405	-,1397	,0306
	Kesinlikle Hayir	Kesinlikle Evet	,01463	,08656	1,000	-,2218	,2511
		Evet	,06324	,04551	,634	-,0611	,1875
		Kararsizim	,1265*	,03712	,006	-,0251	,2279
		Hayir	,05450	,03117	,405	-,0306	,1397

*. The mean difference is significant at the 0.05 level.

ANOVA (VERİLEN MAAŞLARIN HARCANMA DURUMU)

maasharcamayeterlimi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kesinlikle Evet	11	,8	,8	,8
	Evet	88	6,3	6,3	7,1
	Kararsizim	423	30,2	30,2	37,3
	Hayir	576	41,1	41,1	78,4
	Kesinlikle Hayir	302	21,6	21,6	100,0
	Total	1400	100,0	100,0	

ANOVA

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
farkındalık	Between Groups	1276,9	4	319,23	5,417	,000
	Within Groups	82207	1395	58,930		
	Total	83484	1399			
düzey	Between Groups	4,717	4	1,179	5,784	,000
	Within Groups	284,38	1395	,204		
	Total	289,10	1399			

Multiple Comparisons

Tukey HSD

Dependent Variable	(i) maasharcamayeterlimi	(j) maasharcamayeterlimi	Mean Difference (i-j)	Std. Error	Sig.	95% Confidence Interval	
farkındalık	Kesinlikle Evet	Evet	1,8523	2,4550	,943	-4,853	8,5577
		Kararsizim	2,8605	2,3445	,740	-3,543	9,2641
		Hayir	2,1528	2,3366	,889	-4,229	8,5348
		Kesinlikle Hayir	,26159	2,3563	1,000	-6,174	6,6976
	Evet	Kesinlikle Evet	-1,852	2,4550	,943	-8,558	4,8531
		Kararsizim	1,0082	,89943	,795	-1,448	3,4649
		Hayir	,30051	,87861	,997	-2,099	2,7003
		Kesinlikle Hayir	-1,591	,92994	,428	-4,131	,9493
	Kararsizim	Kesinlikle Evet	-2,861	2,3445	,740	-9,264	3,5430
		Evet	-1,008	,89943	,795	-3,465	1,4484
		Hayir	-,7077	,49155	,602	-2,050	,6349
		Kesinlikle Hayir	-2,60	,57831	,000	-4,179	-1,019
	Hayir	Kesinlikle Evet	-2,153	2,3366	,889	-8,535	4,2292
		Evet	-,3005	,87861	,997	-2,700	2,0993
		Kararsizim	,70774	,49155	,602	-,6349	2,0503
		Kesinlikle Hayir	-1,89	,54538	,005	-3,381	-,4016
	Kesinlikle Hayir	Kesinlikle Evet	-,2616	2,3563	1,000	-6,698	6,1744
		Evet	1,5907	,92994	,428	-,9493	4,1307
		Kararsizim	2,599	,57831	,000	1,0194	4,1785
		Hayir	1,891	,54538	,005	,4016	3,3808
düzey	Kesinlikle Evet	Evet	,07955	,14439	,982	-,3148	,4739
		Kararsizim	,12959	,13789	,881	-,2470	,5062
		Hayir	,08412	,13743	,973	-,2912	,4595
		Kesinlikle Hayir	-,0304	,13859	,999	-,4089	,3481
	Evet	Kesinlikle Evet	-,0795	,14439	,982	-,4739	,3148
		Kararsizim	,05005	,05290	,879	-,0944	,1945
		Hayir	,00458	,05168	1,000	-,1366	,1457
		Kesinlikle Hayir	-,1099	,05470	,262	-,2593	,0394
	Kararsizim	Kesinlikle Evet	-,1296	,13789	,881	-,5062	,2470
		Evet	-,0500	,05290	,879	-,1945	,0944
		Hayir	-,0455	,02891	,515	-,1244	,0335
		Kesinlikle Hayir	-,160	,03401	,000	-,2529	-,0671
	Hayir	Kesinlikle Evet	-,0841	,13743	,973	-,4595	,2912
		Evet	-,0046	,05168	1,000	-,1457	,1366
		Kararsizim	,04547	,02891	,515	-,0335	,1244
		Kesinlikle Hayir	-,115	,03208	,003	-,2021	-,0269
	Kesinlikle Hayir	Kesinlikle Evet	,03040	,13859	,999	-,3481	,4089
		Evet	,10995	,05470	,262	-,0394	,2593
		Kararsizim	,1600	,03401	,000	,0671	,2529
		Hayir	,1145	,03208	,003	,0269	,2021

*. The mean difference is significant at the 0.05 level.

ANOVA (YAPILAN FAALİYETLERİN YETERLİLİĞİ)

sportiffaliyetet

		Freque ncy	Perce nt	Valid Perce nt	Cumul ative Perce nt
Valid	Kesinlikle Evet	18	1,3	1,3	1,3
	Evet	78	5,6	5,6	6,9
	Kararsizim	267	19,1	19,1	25,9
	Hayir	806	57,6	57,6	83,5
	Kesinlikle Hayir	231	16,5	16,5	100,0
	Total	1400	100,0	100,0	

ANOVA

		Sum of Squar es	df	Mean Squar e	F	Sig.
farkındalık	Between Groups	2160,5	4	540,11	9,265	,000
	Within Groups	81323	1395	58,296		
	Total	83484	1399			
düzey	Between Groups	7,886	4	1,971	9,780	,000
	Within Groups	281,21	1395	,202		
	Total	289,10	1399			

Multiple Comparisons

Tukey HSD		Mean Differ ence (I- J)	Std. Error	Sig.	95% Confidence Interval	
Dependent Variable					Lower Bound	Upper Bound
farkındalık	Kesinlikle Evet	Evet	4,3932	,19965	,180	9,8463
		Kararsizim	5,690 [*]	,18593	,019	10,768
		Hayir	4,9449	,18196	,052	9,9149
		Kesinlikle Hayir	2,1652	,18684	,775	7,2686
		Evet	-4,393	,19965	,180	1,0600
	Evet	Kararsizim	1,2966	,98271	,679	3,9807
		Hayir	,55170	,90538	,974	3,0246
		Kesinlikle Hayir	-2,228	,99988	,170	,5031
		Kararsizim	-5,69 [*]	,18593	,019	-,6114
		Evet	-1,297	,98271	,679	1,3875
		Hayir	-,7449	,53913	,640	,7277
		Kesinlikle Hayir	-3,52 [*]	,68608	,000	-,651
	Kararsizim	Kesinlikle Evet	-4,945	,18196	,052	-,0251
		Evet	-,5517	,90538	,974	1,9212
		Kararsizim	,74490	,53913	,640	2,2175
		Kesinlikle Hayir	-2,78 [*]	,56982	,000	-,1223
		Kesinlikle Evet	-2,165	,18684	,775	2,9381
	Kesinlikle Hayir	Evet	2,2279	,99988	,170	4,9589
		Kararsizim	3,525 [*]	,68608	,000	5,3985
		Hayir	2,780 [*]	,56982	,000	4,3360
		Evet	,31197	,11740	,061	-,6326
		Kararsizim	-,3421 [*]	,10934	,015	-,6407
düzey	Kesinlikle Evet	Hayir	,28012	,10700	,068	-,5724
		Kesinlikle Hayir	,12266	,10987	,798	-,4228
		Evet	-,3120	,11740	,061	-,0087
		Kararsizim	,03011	,05779	,985	-,1879
		Hayir	-,0318	,05324	,975	-,1136
	Evet	Kesinlikle Hayir	-,189 [*]	,05880	,011	-,0287
		Kararsizim	-,342 [*]	,10934	,015	-,0434
		Evet	-,0301	,05779	,985	-,1277
		Hayir	-,0620	,03170	,289	-,1485
		Kesinlikle Hayir	-,219 [*]	,04034	,000	-,1092
	Kararsizim	Kesinlikle Evet	-,2801	,10700	,068	-,0121
		Evet	,03184	,05324	,975	-,1773
		Kararsizim	,06195	,03170	,289	-,1485
		Kesinlikle Hayir	-,157 [*]	,03351	,000	-,0659
		Kesinlikle Evet	-,1227	,10987	,798	-,1774
	Kesinlikle Hayir	Evet	,1893 [*]	,05880	,011	,0287
		Kararsizim	,2194 [*]	,04034	,000	,3296
		Hayir	,1575 [*]	,03351	,000	,2490

*. The mean difference is significant at the 0.05 level.

ANOVA (ŞİDDET OLAYLARININ OLMA DURUMU)

siddetolayları

		Freque ncy	Perce nt	Valid Perce nt	Cumul ative Perce nt
Valid	Kesinlikle Evet	204	14,6	14,6	14,6
	Evet	597	42,6	42,6	57,2
	Kararsızım	360	25,7	25,7	82,9
	Hayir	205	14,6	14,6	97,6
	Kesinlikle Hayir	34	2,4	2,4	100,0
	Total	1400	100,0	100,0	

ANOVA

		Sum of Squar es	df	Mean Squar e	F	Sig.
farkındalık	Between Groups	1615,8	4	403,96	6,883	,000
	Within Groups	81868	1395	58,687		
	Total	83484	1399			
düzey	Between Groups	4,731	4	1,183	5,802	,000
	Within Groups	284,37	1395	,204		
	Total	289,10	1399			

Multiple Comparisons

Tukey HSD		Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.	95% Confidence Interval		
Dependent Variable	(I) siddetolayları				(J) siddetolayları	Lower Bound	Upper Bound
farkındalık	Kesinlikle Evet	Evet	2,677 [*]	,62127	,000	,9799	4,3737
		Kararsızım	2,994 [*]	,67134	,000	1,1606	4,8279
		Hayır	2,831 [*]	,75760	,002	,7619	4,9005
		Kesinlikle Hayır	-,2500	1,4191	1,000	-4,126	3,6260
	Evet	Kesinlikle Evet	-,2,68 [*]	,62127	,000	-4,374	-,9799
		Kararsızım	,31749	,51120	,972	-1,079	1,7137
		Hayır	,15441	,62014	,999	-1,539	1,8482
		Kesinlikle Hayır	-,2,927	1,3507	,193	-6,616	,7624
	Kararsızım	Kesinlikle Evet	-,2,99 [*]	,67134	,000	-4,828	-1,161
		Evet	-,3175	,51120	,972	-1,714	1,0788
		Hayır	-,1631	,67029	,999	-1,994	1,6677
		Kesinlikle Hayır	-,3,244	1,3744	,127	-6,998	,5098
	Hayır	Kesinlikle Evet	-,2,83 [*]	,75760	,002	-4,900	-,7619
		Evet	-,1544	,62014	,999	-1,848	1,5394
		Kararsızım	,16308	,67029	,999	-1,668	1,9939
		Kesinlikle Hayır	-,3,081	1,4186	,191	-6,956	,7934
	Kesinlikle Hayır	Kesinlikle Evet	,25000	1,4191	1,000	-3,626	4,1260
		Evet	2,9268	1,3507	,193	-,7624	6,6160
		Kararsızım	3,2443	1,3744	,127	-,5098	6,9984
		Hayır	3,0812	1,4186	,191	-,7934	6,9558
düzey	Kesinlikle Evet	Evet	,1369 [*]	,03662	,002	,0369	,2369
		Kararsızım	,1583 [*]	,03957	,001	,0503	,2664
		Hayır	,1776 [*]	,04465	,001	,0557	,2996
		Kesinlikle Hayır	,00490	,08363	1,000	-,2235	,2333
	Evet	Kesinlikle Evet	-,137 [*]	,03662	,002	-,2369	-,0369
		Kararsızım	,02140	,03013	,954	-,0609	,1037
		Hayır	,04071	,03655	,799	-,0591	,1405
		Kesinlikle Hayır	-,1320	,07960	,460	-,3495	,0854
	Kararsızım	Kesinlikle Evet	-,158 [*]	,03957	,001	-,2664	-,0503
		Evet	-,0214	,03013	,954	-,1037	,0609
		Hayır	,01931	,03950	,988	-,0886	,1272
		Kesinlikle Hayır	-,1534	,08100	,321	-,3747	,0678
	Hayır	Kesinlikle Evet	-,178 [*]	,04465	,001	-,2996	-,0557
		Evet	-,0407	,03655	,799	-,1405	,0591
		Kararsızım	-,0193	,03950	,988	-,1272	,0886
		Kesinlikle Hayır	-,1727	,08361	,235	-,4011	,0556
	Kesinlikle Hayır	Kesinlikle Evet	-,0049	,08363	1,000	-,2333	,2235
		Evet	,13203	,07960	,460	-,0854	,3495
		Kararsızım	,15343	,08100	,321	-,0678	,3747
		Hayır	,17274	,08361	,235	-,0556	,4011

*. The mean difference is significant at the 0.05 level.

T TESTİ (İL BAZINDA)

il

		Freque ncy	Percen t	Valid Percen t	Cumul ative Percen t
Valid	kutahya	700	50,0	50,0	50,0
	van	700	50,0	50,0	100,0
	Total	1400	100,0	100,0	

Group Statistics

	il	N	Mean	Std. Deviati on	Std. Error Mean
farkındalık	kutahya	700	111,25	7,7855	,29427
	van	700	110,91	7,6656	,28973
düzey	kutahya	700	2,2971	,45733	,01729
	van	700	2,2857	,45208	,01709

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2- tailed)	Mean Differe nce	Std. Error Differe nce	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
farkındalık	Equal variances assumed	,253	,615	,816	1398	,414	,33714	,41296	-,4729	1,1472
	Equal variances not assumed			,816	1397,7	,414	,33714	,41296	-,4729	1,1472
düzey	Equal variances assumed	,884	,347	,470	1398	,638	,01143	,02431	-,0363	,05911
	Equal variances not assumed			,470	1397,8	,638	,01143	,02431	-,0363	,05911

