

**T.C.
İSTANBUL GEDİK ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**



**ÇOCUKLARA UYGULANAN EĞİTSEL OYUN AKTİVİTELERİNİN
FİZİKSEL VE MOTORİK ÖZELLİKLERİNE ETKİSİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ
Nora AYNACIYAN**

**Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Anabilim Dalı
Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Tezli Yüksek Lisans Programı**

HAZİRAN 2020

**T.C.
İSTANBUL GEDİK ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**



**ÇOCUKLARA UYGULANAN EĞİTSEL OYUN AKTİVİTELERİNİN
FİZİKSEL VE MOTORİK ÖZELLİKLERİNE ETKİSİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ
Nora AYNACIYAN
(171208019)**

**Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Anabilim Dalı
Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Tezli Yüksek Lisans Programı**

Tez Danışmanı: Prof. Dr. M. Kamil ÖZER

HAZİRAN 2020



T.C.
İSTANBUL GEDİK ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜ

Yüksek Lisans Tez Onay Belgesi

Enstitümüz Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Tezli Yüksek Lisans Programı 171208019 numaralı öğrencisi **Nora AYNACIYAN**'ın "Çocuklara Uygulanan Eğitsel Oyun Aktivitelerinin Fiziksel ve Motorik Özelliklerine Etkisi" adlı tez çalışması Enstitümüz Yönetim Kurulunun 29.05.2020 tarih ve 2020/09 sayılı kararıyla oluşturulan jüri tarafından *ay.bsr.ligi* ile Yüksek Lisans tezi olarak **Kabul** edilmiştir.

Öğretim Üyesi Adı Soyadı

İmzası

Tez Savunma Tarihi : 09.06.2020

1) Tez Danışmanı: Prof. Dr. Mustafa Kamil ÖZER

2) Jüri Üyesi : Doç. Dr. Yeliz PINAR

3) Jüri Üyesi : Dr. Öğr. Üyesi Ayla TAŞKIRAN

[Handwritten signatures of Mustafa Kamil ÖZER, Yeliz Pinar, and Ayla Taşkiran]

Not: Öğrencinin Tez savunmasında **Başarılı** olması halinde bu form **imzalanacaktır**. Aksi halde geçersizdir.

YEMİN METNİ

Yüksek Lisans tezi olarak sunduğum “Çocuklara Uygulanan Eğitsel Oyun Aktivitelerinin Fiziksel ve Motorik Özelliklerine Etkisi” isimli çalışmanın tarafımdan, bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanmış olduğumu belirtir ve bunu onurumla doğrularım. (13/05/2020)

Nora AYNACIYAN

ÖNSÖZ

Tez çalışmamın her kısmında destekleri ile beni yönlendiren, bilimsel çalışma yöntemleri hakkında malumatlarını ve deneyimlerini aktaran, bana model olan danışmanım Sayın Prof. Dr. M. Kamil ÖZER'e, Katılımlarıyla ve gösterdikleri yoğun ilgiyle Yeşilyurt Açık Koleji öğrencilerine ve onların değerli ailelerine, Uygulamalarımda bana destek olan ve gerekli ortamı sağlayan okul müdürüm Sayın O. Güney ÇINAR'a, Sayın eğitim koordinatörüm Arzu YÜKSEL'e teşekkürlerimi bir borç bilirim.

Haziran 2020

Nora AYNACIYAN

İÇİNDEKİLER

	<u>Sayfa</u>
YEMİN METNİ	i
ÖNSÖZ	ii
KISALTMALAR	v
TABLO LİSTESİ	vi
ŞEKİL LİSTESİ	vii
ÖZET	viii
ABSTRACT	ix
1. GİRİŞ	1
1.1 Çalışma Konusu	2
1.2 Tezin Amacı	2
1.3 Problem ve Alt Problemler	2
2. GENEL BİLGİLER	3
2.1 Motor Gelişim, Temel Motorik Özellikler ve Çocuklarda Motorik Özelliklerin Gelişimi	3
2.1.1 Motor gelişim	3
2.1.2 Motor gelişim safhaları	3
2.1.2.2 İlkel hareketler dönemi	4
2.1.2.3 Temel hareketler dönemi	4
2.1.2.4 Sporla ilişkili hareketler dönemi	5
2.1.3 Temel motorik özellikler	5
2.1.3.1 Kuvvet.....	5
2.1.3.2 Dayanıklılık.....	6
2.1.3.3 Sürat	6
2.1.3.4 Hareketlilik.....	6
2.1.3.5 Beceri	7
2.2 Oyun ve Oyun Kavramları	8
2.2.1 Oyun	8
2.2.2 Oyunun tarihi	9
2.2.3 Oyunun gelişim üzerindeki etkileri ve önemi	9
2.2.3.1 Psikomotor gelişim	10

2.2.3.2 Zihinsel gelişim	10
2.2.3.3 Sosyal gelişim.....	10
2.2.3.4 Duygusal gelişim.....	11
2.2.4 Oyunun yararları	11
2.2.5 Oyunun eğitimdeki yeri	12
2.3 Eğitsel Oyun Nedir?	13
2.3.1 Eğitsel oyun.....	13
2.3.2 Eğitsel oyunlar ve motorik özellikler.....	15
3. MATERYAL ve YÖNTEM.....	17
3.1 Evren ve Örneklem.....	17
3.2 Uygulama.....	17
3.3 Verilerin Toplanması.....	32
3.3.1 Durarak uzun atlama	32
3.3.2 Sağ ve sol el kavrama kuvveti	32
3.3.3 Sağlık topu fırlatma.....	32
3.3.4 10x5m çeviklik koşusu	33
3.3.5 20m sürat koşusu	33
3.3.6 Otur-eriş	33
4. BULGULAR	34
5. TARTIŞMA ve SONUÇ	40
KAYNAKÇA	46
EKLER.....	49

KISALTMALAR

\pm	:Ortalama Deęerlerin Standart Sapması
MEB	:Milli Eğitim Bakanlığı
N	:Kişi Sayısı
ORT	:Ortalama
P	:Anlamlılık Düzeyi
SS	:Standart Sapma
MSS	:Merkezi Sinir Sistemi
BKİ	:Beden Kütlev İndeksi
Cm	:Santimetre
M	:Metre
Kg	:Kilogram
Sn	:Saniye

TABLO LİSTESİ

	<u>Sayfa</u>
Tablo 2.3 : Oyunların Sınıflandırılması.....	14
Tablo 4.1 : Katılımcıların Cinsiyetlerine ve Sınıflara Göre Dağılımı	34
Tablo 4.2 : Katılımcıların Yaş, Boy, Ağırlık, BKİ Ortalamaları	34
Tablo 4.3 : Katılımcıların Cinsiyet ve Sınıfa Göre Yaş, Boy, Ağırlık, BKİ Ortalamaları	35
Tablo 4.4 : Ön Test ve Son Test Sonuçları	35
Tablo 4.5 : Farklı Değişkenlerin Cinsiyet Değişkenine Göre Mann-Whitney U Testi Sonuçları.....	36
Tablo 4.6 : Kız Öğrencilerin Sınıflara Göre Mann-Whitney U Testi Sonuçları ...	37
Tablo 4.7 : Erkek Öğrencilerin Sınıflara Mann-Whitney U Sonuçları.....	38

ŞEKİL LİSTESİ

Sayfa

Şekil 2.1.2	: Gallahue'nin Piramit Modeli	4
Şekil 2.1.3	: Motorsal Temel Özelliklerin Şematik Görünümü	5
Şekil 3.2	: Topal Tren	17
Şekil 3.3	: Kurbağa Tren	18
Şekil 3.4	: Balık Avı I	18
Şekil 3.4	: Balık Avı II	19
Şekil 3.5	: Sürat Merdiveni	19
Şekil 3.6	: Halka Takma	20
Şekil 3.7	: Attım Tut	20
Şekil 3.8	: Hedef Topu	21
Şekil 3.9	: Trafik Lambası	21
Şekil 3.10	: Dokun Kaç I	22
Şekil 3.11	: Dokun Kaç II	22
Şekil 3.12	: Çekme Yarıştı	23
Şekil 3.13	: İtme Yarıştı	23
Şekil 3.14	: Dışarı Atma	24
Şekil 3.15	: Birdirbir	24
Şekil 3.16	: Baş Kuyruğu Yakalar	25
Şekil 3.17	: Horoz Dövüşü	25
Şekil 3.18	: Sekerek Yer Kapmaca	26
Şekil 3.19	: Çemberle Yarış	26
Şekil 3.20	: Tavşan Zıpla	27
Şekil 3.21	: Birleş Kurtul	27
Şekil 3.22	: Çömel Kurtul	28
Şekil 3.23	: Ev Sahibi Kiracı	28
Şekil 3.24	: Geri Geri Yarışma	29
Şekil 3.25	: Elime Vur	29
Şekil 3.26	: Hızlı Olan Kazanır	30
Şekil 3.27	: Şapkayı Kap Kaç	30
Şekil 3.28	: Hızlı Eller	31
Şekil 3.29	: Pençe	31

ÇOCUKLARA UYGULANAN EĞİTSEL OYUN AKTİVİTELERİNİN FİZİKSEL VE MOTORİK ÖZELLİKLERİNE ETKİSİ

ÖZET

Bu araştırmanın amacı, 07-08 yaş aralığındaki çocuklara uygulanan eğitsel oyunların onların motorik becerileri üzerindeki etkilerinin incelenmesidir.

Çalışmanın örneklemini 2019-2020 eğitim öğretim yılında aktif olarak eğitim alan 23'ü kız 25'i erkek olmak üzere toplam 48 öğrenci gönüllü oluşturmaktadır.

Araştırma süresince 9 hafta boyunca eğitsel oyunlar oynatılarak; durarak uzun atlama, 10x5m çabukluk koşusu, pençe kuvveti, sağlık topu fırlatma (500gr), 20 metre çabukluk koşusu, otur-eriş ölçümlerinin ön test ve son test değerlendirilmesi alınmıştır. Demografik özellikleri için ise yaş, boy, ağırlıkları ölçülerek beden kütle indeksi hesaplanmıştır.

Elde edilen veriler, IBM SPSS İstatistik 22 programı ile analiz edilerek tanımlayıcı istatistiklerle ve tablolarla yorumlanmıştır.

Araştırma sonucunda uygulanan eğitsel oyunların çeviklik, sürat, pençe kuvveti, fırlatma kuvveti ve esnekliğin artmasına katkı sağladığı gözlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: *Eğitsel Oyun, Fiziksel Uygunluk, Motor Beceri, Motorik Özellikler*

THE EFFECT OF THE EDUCATIONAL GAME ACTIVITIES ON CHILDREN'S PHYSICAL AND MOTORICAL PROPERTIES

ABSTRACT

The aim of this study is to examine the effects of educational games applied to children between the ages of 07-08 on their motor skills.

The sample of the study consists of 48 volunteer participants including 23 girls and 25 boys, who are actively studying at primary school in the 2019-2020 academic year.

During the research, educational games were played for 9 weeks; standing long jump, 10x5m agility run, hand grip, medicine ball throwing (500gr), 20meter sprint, and sit-and-reach pre-test and post-test measurements were taken.

The data obtained were analyzed with IBM SPSS Statistics 22 program and interpreted with descriptive statistics and tables.

As a result of the research, it was observed that the educational games applied contributed to the increase in agility, speed, hand grip strenght, throwing force and flexibility.

Keywords: *Educational Game, Physical Fitness, Motor Skill, Motoric Features*

1. GİRİŞ

Günümüzde teknolojinin gelişmesi ve değişmesi ile birlikte birçok işi halletmek kolaylaşıp hızlanırken, kişilerin hareket alanlarını da bir o kadar kısıtladı. Kişiler teknolojinin gelişmesiyle birlikte internet; aradığımız bilgiye kapsamlı bir şekilde ulaşabilmemizi sağladı, alışveriş ihtiyaçlarımızı karşılayabileceğimiz çeşitli seçenekler sundu, bankacılık işlemlerinde internet şubesi ile çoğu işlemi yapabilme imkânı sundu, arkadaş/akraba/aile ile yapılacak olan görüşmeleri olduğumuz yerden yapabilme fırsatımız oldu. Teknolojinin gelişmesiyle birlikte kendimize ayırabileceğimiz süre artarken, kişilerin fiziksel aktivite düzeylerinde ve sosyalleşmelerinde ciddi bir düşüş yaşandı. İnsan gücüne olan ihtiyaç azaldığı için kişiler hareketsiz bir yaşama sürüklendi.

Kişilerin hareketsiz bir yaşam tarzı benimsemesi her yaştaki bireyi etkilediği gibi çocukları da önemli ölçüde etkiledi. Hareketin çocuğun bedensel ve motorik gelişimi açısından olumlu etkileri bulunmaktadır. Aynı zamanda fiziksel aktivitenin sağlığa ilişkin birçok yararı bulunmaktadır. Ancak hareket her yaştaki birey için önem arz ederken en çok da bir çocuğun fiziksel gelişimi için çok önemlidir. Fiziksel aktivitelere katılımının çocukluk döneminde birçok pozitif etkisi bulunmaktadır. Pozitif etkiler arasında; hareketli bir yaşam biçimini benimseme, ileriki dönemlerde oluşabilecek olan hastalık riskleri oranını azaltma, kilo kontrolü sağlama, fiziksel gelişimi ve olgunlaşmayı sağlamada olumlu etkileri gözlemlenmektedir. Bir spor branşıyla ilgilenmek, hareketlilik içeren etkinliklere katılmak çocukların fiziksel gelişimi açısından oldukça önemlidir. (Çelik., & Şahin., 2013) “Öğrencinin oyun oynama dürtüsü pekiştirilip desteklenir ise eğitim yaşamında eğlenceli ve etkin bir öğrenme becerisi geliştirilebilir.” (Sağlam., 1997)

Kişinin hem hareket ihtiyacını hem sosyalleşme, birey olma becerisini aynı anda geliştirebileceği oyunun önemini daha iyi kavramamızı sağlamıştır. Oyun çoğu birey için keyifli zaman geçirmek için herhangi bir amaca hizmet etmeyen bir aktivite olarak görülse de aslında oyunun tanımlarına baktığımızda çok farklı olduğunu görmekteyiz. Oyunun tanımı için; “Oyun, belli bir kurala hedefe yönelik veya kuralsız ve hedefsiz olarak, çocuğun tüm gelişim (bedensel, psiko-motor, duygusal, zihinsel, sosyal ve dil) alanlarına etki eder. Çocuğun isteyerek heyecanla katıldığı materyalli veya materyalsiz olarak gerçekleştirilen bir öğrenme aracıdır.” denebilir.

1.1 Çalışma Konusu

Çocuklara Uygulanan Eğitsel Oyun Aktivitelerinin Fiziksel ve Motorik Özelliklerine Etkisini incelemek

1.2 Tezin Amacı

Bu çalışmanın amacı, Yeşilyurt Açık kolejinde haftada 6 saat beden eğitimi dersi alan “07-08” yaş aralığındaki 1. Sınıf ve 2. sınıf öğrencilerin eğitsel oyun etkinliklerinin çocukların motorik özelliklerinin gelişimleri üzerindeki etkisini incelemek olarak saptanmıştır.

1.3 Problem ve Alt Problemler

Problem; 9 Haftalık Eğitsel Oyunlar Uygulamasının 7-8 Yaş grubu çocuklarda **temel motor özellikler** üzerine etkisi var mıdır?

Alt Problemler;

1. 9 haftalık eğitsel oyun uygulamasının 7-8 Yaş grubu çocuklarda **Çevikliğe** etkisi var mıdır?
2. 9 haftalık eğitsel oyun uygulamasının 7-8 Yaş grubu çocuklarda **Sürate** etkisi var mıdır?
3. 9 haftalık eğitsel oyun uygulamasının 7-8 Yaş grubu çocuklarda **Patlayıcı Bacak Kuvvetine** etkisi var mıdır?
4. 9 haftalık eğitsel oyun uygulamasının 7-8 Yaş grubu çocuklarda **El Pençe Kuvvetine** etkisi var mıdır?
5. 9 haftalık eğitsel oyun uygulamasının 7-8 Yaş grubu çocuklarda **Kol Fırlatma kuvvetine** etkisi var mıdır?
6. 9 haftalık eğitsel oyun uygulamasının 7-8 Yaş grubu çocuklarda **Gövde esnekliğine** etkisi var mıdır?
7. 7-8 Yaş grubu çocuklarda 9 haftalık Eğitsel oyun uygulaması motor becerilerin gelişiminde **cinsiyete** göre farklılık göstermekte midir?
8. 7-8 Yaş grubu çocuklarda 9 haftalık Eğitsel oyun uygulaması motor becerilerin gelişiminde **sınıflara** göre farklılık göstermekte midir?

2. GENEL BİLGİLER

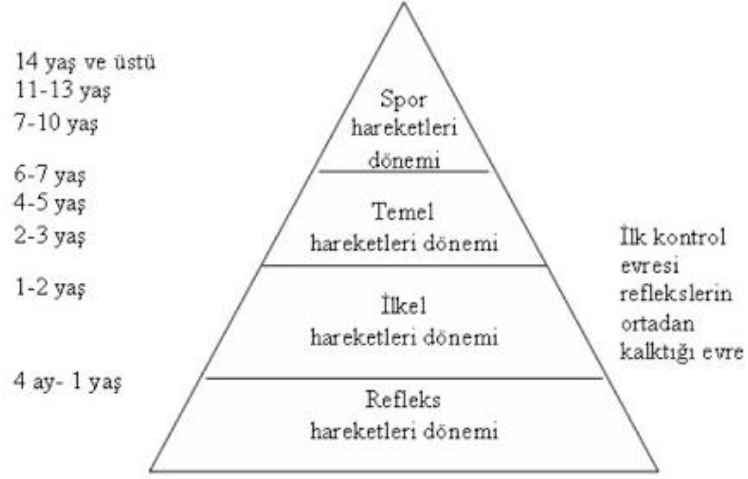
2.1 Motor Gelişim, Temel Motorik Özellikler ve Çocuklarda Motorik Özelliklerin Gelişimi

2.1.1 Motor gelişim

Çocuklarda her geçen gün gelişmekte olan motor becerilerin gelişimi safhalarına bakıldığında fiziksel olarak büyüme, merkezi sinir sisteminin (MSS) gelişmesi ve organizmanın istemli esneklik kazanmasıdır. Motor gelişimin istemli hareketleri, istemli olmayan hareketleri ve dengeyi gözlem yoluyla inceleyerek motor gelişimin seviyesi belirlenebilir. Bu gelişimin izlenebilmesi birbiri ile bağlantılı olan bir dizi aşamadan oluşur. (Özer., & Özer., 2012)

2.1.2 Motor gelişim safhaları

Psikomotor gelişim dönemini Gallahue (1982) 0-12 yaş olarak saptanmış ve bir piramit modeli ile belirtmiştir. Dönemlerin hepsi birbirinin üzerine kurulur, piramidin en altında refleks dönemini görmekteyiz. Refleks döneminin arkından ilkel hareketler dönemi ardından temel hareketler dönemi ve piramidin en üstünde spor hareketler dönemini görmekteyiz. (MEB. 2013) Gallahue'nin kuramının kapsamının arttırıldığında ve motor gelişim döneminin 0-12 yaştan yaşam boyu incelendiği görülmektedir. Gallahue'nin motor gelişim teorisinin yaygınlaşması ve ömür boyu motor gelişimi araştırdığı görülmektedir. Gelişim dış faktörlerden ve genetiğimizden yaşamımızın her evresinde etkilenmektedir. 2 yaştan 18 yaşa kadar motor gelişim üzerinde çeşitli faktörlerin etkisi olduğu görülmektedir. Motor gelişim için performansı oluşturan bileşenlerin (güç, hız vb.) dışında, çocukların psikolojik durumları da önemlidir. (Özer., & Özer., 2012)



Şekil 2.1.2 Gallahue'nin Piramit Modeli

2.1.2.1 Refleks hareketler dönemi

Refleks hareketler 04-12 ay aralığı olarak ele alınır. Bu dönem bebeğin motorik olarak tepki verdiği ve bilgi edindiği bir dönemdir. Refleks hareketleri iki ana başlık altında inceleyebiliriz. İlkel refleksler doğumdan itibaren gözlemlenen refleksler; emme, besin arama, yakalama vb. Bir diğer ana başlık ise postural refleksler, burada ise istemli davranış gibi görünse de tümü ile istem dışı yapılan hareketlerdir; adım atma, emekleme gibi bebeğin istemsiz olarak dik konumda kalmasını destekleyen tepkilerdir. (Demiral., 2010)

2.1.2.2 İlkel hareketler dönemi

İlkel hareketler 12-24 ay aralığı olarak ele alınır. Gözlenen bilinçli hareketlerin ilk biçimidir. Bu dönemde gözlemlenen hareketler belirli bir doğrultuda olsa da bazen kişisel etmenler dış faktörlerden dolayı değişiklik gösterebilmektedir. Bebek bu dönemde refleks hareketler döneminden çıkmış ve vücut kontrolünü sağlamaya yönelik çalışmalar yapmaktadır. (Özer., & Özer., 2012)

2.1.2.3 Temel hareketler dönemi

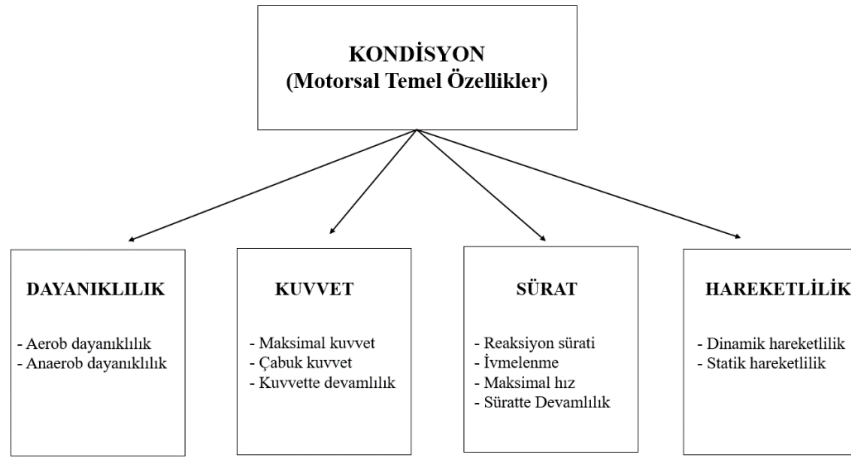
Temel hareket dönemi 2-7 yaş aralığında ele alınır. Bu dönemde gözlemlenen özellikler tüm bireylerde ortak özellikler taşımaktadır. Bu dönemde kaba motor becerileri sergilenir (koşma, sıçrama, sekme, fırlatma, yakalama vb.) tekrar edildikçe hareketlerde kontrol artar ve gelişir. Bu dönemde çocuğun hevesini ve cesaretini kırmamak onu teşvik etmek çok önemlidir. (MEB. 2013)

2.1.2.4 Sporla ilişkili hareketler dönemi

Sporla bağlantılı hareketler evresi incelendiğinde bu dönemi 7-12 yaş aralığındaki bireyler oluşturmaktadır. Bu dönemde birey belleğinde var olan bilgileri kazanımları daha kolay ve doğru olarak sergiler. (Timurkaan., ve diğ. 2013)

2.1.3 Temel motorik özellikler

Temel motorsal özellikler olarak kuvvet, sürat, dayanıklılık, sıralanırken yardımcı motorsal özellikler “koordinatif özellikler” şeklinde bir başlıkta toplanır. Koordinasyon, denge, beceri, oryantasyon, ritim gibi yetiler bu alanda incelenir. (Taşkiran., 2003)



Şekil 2.1.3 Motorsal Temel Özelliklerin Şematik Görünümü

2.1.3.1 Kuvvet

Kuvvet kompleks bir kavram olduğundan bilim insanları birçok parametre bazında (çalışma biçimi, kasın kasılma çeşitliliğine, biçimine vb.) incelendiğinde açıklamaya çalışmışlardır. Kuvvet; insan vücudunun dirence karşı uyguladığı güç ile cismi hareket ettirmesine veya cismi hareketsiz hale getirmesine denir. Daha özet bir tanım yapmamız gerekirse “Organizmanın bir cismi hareketlendirebilmesi veya direnci yenebilmesi olarak görülür.” Hollmann kuvvetin tanımını “Bir dirençle baş başa çalışan kasların kasılabilme özelliği veya herhangi direnç karşısında belirli bir oranda dayanabilme becerisidir.” (Sevim., 2010)

2.1.3.2 Dayanıklılık

Dayanıklılık için çeşitli birçok tanım yapılmıştır. Bu tanımlardan bazılarını şöyle sıralayabiliriz. Dayanıklılık yorgunluğa karşı gösterebildiğimiz dayanma gücüdür. Harre dayanıklılığı “Aerobik egzersizlerde yorgunluğa karşı direnme yeteneği.” olarak tanımlar. Dayanıklılığın kalitesini belirlemek için (kardiyovasküler sistem, sinir sistemi, kalp-dolaşım sistemi ve psikolojik etkenlerle) belirler.” Bu nedenle dayanıklılığı aerobik ve anaerobik olarak sınıflandırabiliriz.

Tüm bu bilgiler özelinde genel bir tanım yapmamız gerekir ise; yüklenmelerin süre gelebilmesi ve yüklenmelerin aynı yoğunlukta veya daha uzun vadeli devam etmesine karşılık vücudun yorgunluğa karşı psikolojik ve fiziksel olarak direnç gösterebilmesine dayanıklılık diyebiliriz. (Taşkiran., 2003)

2.1.3.3 Sürat

Sporda randımanı tayin eden motorsal özelliklerden diğeri sürattir. Sürat, kas sisteminin ve sinir sisteminin beraber çalışması sonucu hareketleri olası olan en az vakitte yapabilme becerisidir. (Taşkiran., 2003) Bompa süratin tanımını, “bir yerden bir yere en kısa sürede taşınma yeteneğidir.” olarak yapmaktadır. Sevim (2010) süratin tanımını “sporçunun en kısa sürede a noktasından b noktasına götürebilmesi veya hareketi maksimal hızda uygulayabilme yeteneği.” olarak yapmıştır.

2.1.3.4 Hareketlilik

Hareketlilik, kuvvet ve dayanıklılık özellikleri gibi kassal performans başlığı altında yer alır. Hareketlilik; bir veya birden çok eklemden hareketleri bilinçli bir şekilde, olabildiğince geniş bir açı içerisinde yapabilme yeteneğidir. (Weineck 1990; Cirav 2018) Bu özellik farklı araştırmalarda fleksibilite olarak da kullanılmaktadır. Çocukluk döneminde oldukça iyi düzeyde olmasına rağmen, yetişkinlerde hareketliliğin istenilen düzeyde gelişmediği bilinmektedir. Bunun başlıca sebebi Eklemlerin ve kasların doğrudan etkili olduğu faktörlerden kaynaklıdır. Hareketliliği geliştirmek için; tekrar sayıları artırılır böylece kasların esneklik rezervleri artırılır ve hareketlerin daha geniş açılar içerisinde yaptırılmasına katkıda bulunur. (Taşkiran., 2003)

2.1.3.5 Beceri

Beceri; “Merkezi sinir sistemi ile iskelet kasları ile beraber çalışması” olarak tanımlanır. (Sevim., 2010) Spor eğitim bilimi beceri kavramı yerine genellikle çabukluk kavramını da açıklayan “çeviklik” teriminin kullanıldığına rastlanmaktadır. (Muratlı., ve diğ. 2011)

2.2 Oyun ve Oyun Kavramları

2.2.1 Oyun

Oyun, insanlığın varoluşundan bugüne kadar hayatımızın bir parçası olmuştur. İnsan hayatının vazgeçilmez bir parçası olarak görülen oyun için birçok tanım yapılmıştır. Birçok kuramcı, bilim insanı oyunu farklı nitelendirmiştir. Gross oyunu; “Oyun bir deneyimlemedir, ileride bireyin karşılaşılabilceği tavır biçimlerini, oyun eşliğinde deneyimler. Çocuk bu yolla geleceğe ilişkin deneyimlerini korumalı bir alanda deneyimleme şansı bulur.” olarak tanımlarken, Freud oyunun tanımını; “Çocukların toplumsal gelişime ulaşmalarında ve kendi benliğini keşfetmesinde yardımcı olan bir uygulama olarak tanımlar. Freud’a göre oyun, “çocuğun hareketlerinin ve benliğinin bir aynasıdır.” olarak tanımlar. Eflatun oyunu; “Eğitiminin fiziksel/motorik eğitim ve psikolojik eğitimi üzere iki alanda yapılmasını önerir. Fiziksel eğitim bakımından oyunun önemini vurgulayarak çocuklar oyun ile büyümelidir” olarak tanımlar. Erikson oyunu; “Çocuğun gelişiminin yansımasıdır ve gelişim dönemleri boyunca çeşitlilik göstermektedir. Benlik gelişimini, biyolojik ve sosyal ihtiyaçlarını, kültürel ve psikoseksüel evreleri başarıyla geçmesini sağlar.” olarak tanımlar. Bandura oyunu; “Çocuk oyun içerisinde iletişim kurar, kendini ifade eder, partner edinir ve sosyalleşir. Sosyal iletişim içerisinde çocuk gözlemler ve yinelendiğinde yeni davranışlar edinir.” olarak tanımlar. (Duman., 2015) Piaget oyunu; “Bireyin çevreye uyması” olarak tanımlarken Caillois oyunu; “Kurallar eşliğinde belirli bir alanda ve zaman kısıtlaması içinde devam ettirilen, aksiyon ve keyif duygularını içeren, gerçek hayattan farklı olduğu bilinen, gönüllü bir faaliyettir.” olarak tanımlar. Montessori oyunu; “Çocuğun işi olarak nitelendirmiştir.” Oyun oynarken yalnızca keyifli vakit geçirmeyiz oyun içerisinde karşılaştığımız olgular merak duygusunun artmasına bu merak duygusu ise öğrenme sürecini etkileyen bir araçtır. Montessori, 0-6 yaşta (okul öncesi dönem), oyunun temelli olan bir eğitim anlayışını ortaya koymuş ve yürütmeye başlamıştır. Montaigne oyunu; “Oyun, çocukların en gerçek uğraşlarıdır der ve oyununa mani olacak her türlü duruma karşı çıkar.” (Yalçın., ve diğ. 2017)

Tüm bu tanımları dikkate alarak oyunun tanımını şöyle yapabiliriz; “Oyun kişinin fiziksel, bilişsel, duyuşsal alanlarını destekleyen, gerçek hayattaki durumları kurallı ve korunaklı bir şekilde deneyimlememizi, tecrübe edinmemizi sağlayan maddi bir

kaygı gütmeyen etkinliktir. Oyun her yaş grubundaki birey için oynanabilir olup kendi iç kazanımlarını barındırmaktadır. Oyun çoğu insan ve bilim insanları tarafından mutluluk kaynağı olarak görünmekle birlikte, sosyalleşmeyi, arkadaş edinmeyi, benlik kazanımını etkileyen büyük bir faktör olarak görülür.”

2.2.2 Oyunun tarihi

Oyunun insanların var oluşu kadar köklü bir terimdir. Yaşam boyunca çocuklar, kendi oyunlarını kendileri kurmuşlardır ya da büyüklerinden gördükleri oyunları farklılaştırarak oynamışlardır. (Akandere., 2004)

Her çağda, her statüden ailelerin çocukları çocuk oyunları oynamıştır. Birçok uygarlıklara (Mısır, İran, Girit vb.) ilişkin bulgularda birçok oyuncak bulunmuştur. En köklü oyun vasıtası taş olarak bilinmektedir. Türkiye’de de “beştaş” olarak bilinen oyun taş aracı olarak buna verilebilecek örneklerden birisidir. Eski çağlardan günümüze ulaşan çeşitli malzemeler (tahta, kil, bronz, fildişi vb.) kullanılarak tasarlanan oyuncaklar bazı şehirlerin müzelerinde sunulmaktadır. (Çoban., & Nacar., 2013)

Yani oyun her çağda, her kültürde, her statüde farklı teknik, materyal ve şekillerde hayatımızın içindedir.

2.2.3 Oyunun gelişim üzerindeki etkileri ve önemi

Sanayi devrimi ile birlikte süratle değişen teknoloji yaşamın her alanında esaslı değişikliklere yol açmıştır. İnsan gücüne duyulan gereksinimin azalması, makine gücü ile hem zamandan hem güçten tasarruf edilmesi, hareketsiz toplumların ortaya çıkmasına neden oldu. Bu durum bizlere fiziksel aktivitenin önemini bir kez daha vurguladı.

Fiziksel Aktivitenin Sağlığa İlişkin Yararları:

- Genç yaşta ölüm riski oranını azaltır.
- Kalp sağlığında önemli rol oynar
- Kandaki şekerin oluşma riskini azaltır.
- Yüksek tansiyon riskini azaltır.
- Kolon kanseri riskini azaltır.

- Ruhsal sorunları (depresyon, mutsuzluk, stres, üzüntü, tasa vb.) azaltır.
- Kilo kontrolünün sağlanmasında destek olur.
- Belli bir yaşın üzerindeki kişilerin kuvvetlerini ve esnekliklerini belirli bir düzeye getirir böylece, kişi vücut kontrolü sağlamakta zorlanmaz.
- Kişinin kendini iyi, sağlıklı ve mutlu hissetmesini sağlar (Özer., 2013)

2.2.3.1 Psikomotor gelişim

Oyun esnasında çeşitli kas gruplarında görülen kasılma ve gevşeme hareketleri kas boyunca kısılmalara ve uzamalara neden olmaktadır. Oyun oynar iken dinlenik durumda elde ettiğimiz kalp atım sayımız, kan dolaşımı hızımız ve solunumumuzun üzerine çıkar. Oyunun etkisiyle elde ettiğimiz yeni normlar ile beraber sıkışan ve koyulaşan solunum ile birlikte kana giden oksijen miktarında artış görülmektedir. Oksijen miktarındaki bu artış sonucunda dokulara ulaşan besin seviyesinde artış görüşür. (Çoban., & Nacar., 2013)

2.2.3.2 Zihinsel gelişim

Oyun, çocuğun dünyayı, çevresini ve kendini keşfetmesine fırsat sunar. Oyun ile birlikte çocuk strateji kurmayı, pratik düşünmeyi, ilişki kurmayı, odaklanmayı geliştirirken tüm bunları bir amaç uğruna kullanmayı öğrenir. (Pehlivan., 2005)

2.2.3.3 Sosyal gelişim

Toplum tarafından kabul edilmiş, geçerli kabul edilen gelenekleşen fikirleri benimseyerek, büyüklerin dünyasını öğrenmesini sağlarken gördüğü davranış şekillerini kendi yaşantısında kullanabilir duruma gelme anlamına gelmektedir. Çocuk toplum kurallarını ve gereklerini en kolay korumalı bir alanda gerçekleşen oyun içerisinde öğrenir.

Nedir bu gereklikler; Sırasını beklemek, bölüşmek, yardımlaşmak, kişi haklarına saygı duymak, kendi alanını ve arkadaşının alanını korumak, kendi payını ve malzemesini korumak, kuralları içselleştirmek ve uygulamak, nizam ve hijyen alışkanlıklarını edinmek, söylenenleri dinlemek ve anlamlandırmak, kendini doğru bir şekilde açıklayabilmek, duyguları ve istekleri ifade edebilmek, kaybetmeyi ve kazanmayı yaşamın doğal sonucu olarak görebilmek gibi davranışları oyun sırasında

içselleştirir. Bu sosyal beceriler çocuklara özgüven sağlamada, güçlü iletişim kurmada, empati kurma açısından, vicdan ve ahlak oluşturmada, sosyal becerileri geliştirmede ve arkadaşlık olgusunu kurmada yardım eder. (Pehlivan., 2005)

2.2.3.4 Duygusal gelişim

Oyun çocuk için sadece fiziksel bir aktivite değil, eğitsel ve psikoloji açısından da önem arz etmektedir. Bireyler arasındaki iletişimi başlatmak için oyun en iyi ortamı sağlar. Psikoloji ile oyun arasında ilişki olduğunu ilk olarak Freud ortaya koymuştur. Çocuk oyunun içerisindeyken tüm doğallığı ile özgür bir biçimde mutluluğunu, sevincini, acısını, korkusunu, kaygısını, stresini, kinini, nefretini, hırsını, sevgisini yani duygularını ve davranışlarını sergiler ve öğrenir. (Pehlivan., 2005)

Kısaca oyunun kişiler üzerindeki etkisini ifade edecek olursak; kişiler oyuna sadece keyifli zaman geçirmek gözü ile baksalar da oyunun kendi içerisinde kişiler birçok kazanımı deneyimlemesini sağlar ve öğretir. Oyunun çocuğun fiziksel, sosyal ve bilişsel becerilerini desteklenmesinde, psikolojik durumunu belirlemede, benliğinin oluşumunda inkar edilemez bir fonksiyonu vardır. (Yavuzer., 2000)

2.2.4 Oyunun yararları

1. Oyun, bireyin kendini ifade etme şeklidir.
2. Oyun, sonucu öngörülemeyen yapılan bir aktivitedir.
3. Oyun, yaşamda karşımıza çıkan kurallara uyum sağlamayı öğretir.
4. Oyun, öğretilmesi güç konuları, çocuğun kendi tecrübe etmesi ve benimsemesini sağlayan bir alan sunar.
5. Oyun, kişide; kendine hâkimiyet, saygı, dürüstlük, sorumluluk duygusunu geliştirir.
6. Oyun, yaşam içerisinde karşılaşılabileceğimiz durumları deneyimlememizi sağlayan bir alandır.
7. Oyun, bireye kendi olma fırsatı sunan bir ortamdır.
8. Oyun, bireye, yaşamın güçlükleriyle mücadele edebilme gücü verir.
9. Oyun, stratejik düşünme becerisini geliştirir.
10. Çocuğun gelişimi için nasıl temel unsurları (beslenme, bakım, korunma, ilgi, sevgi vb.) sağlıyorsak oyunda bu unsurlar kadar bireyin sağlıklı büyümesi açısından önemlidir.

2.2.5 Oyunun eğitimdeki yeri

Günümüzde teknolojinin ve eğitim anlayışının gelişmesi ile birlikte eğitimde birçok yeniliğe başvurulmuştur. Eskiden öğretmen merkezli olan eğitim artık öğrenci merkezli bir hal almıştır. Okullarda artık öğrencinin merak etmesini, araştırmasını, keşfetmesini sağlayacak ve yönlendirecek teknikler uygulanmaktadır. Bu teknikleri uygularken aktif olarak kullanılan bir yöntem ise oyundur. Çocuk oyun eşliğinde bilgiyi edindiğine göre, oyun eşliğinde çocuk birçok konuyu deneyimleyerek daha kolay öğretmek mümkün. (Aral., & Baran 2000)

Oyun çocuğun en doğal meşguliyetidir. (Çoban., & Nacar., 2013) Oyun çocuğa yaratıcı bir ortam sunar. Çocuk oyun içerisinde kendine aktif bir rol bulur ve bu bilginin kalıcılığını artırır. Çocuk sadece öğrendiklerini ve gördüklerini aktarmakla kalmaz kendi yetenek ve becerilerini de uygulamaya ekleyip yeni şeyler yaratır. Yaratıcılıklarını keşfetme imkanı sunarsak çocukların yeteneklerini fark etme imkanımız olur. (Poyraz., 2003)

2.3 Eğitsel Oyun Nedir?

2.3.1 Eğitsel oyun

Her birey için hayat boyu devam eden, dönem ve kişisel özelliklere göre farklılık gösteren uzun bir süreç olarak tanımlanır gelişim. Bireyin gelişimini pekiştirmek amacı ile oynadığı oyunların gelişim dönemlerine uygun kazanımlar eşliğinde tasarlanması, oyunlara eğitsel bir kıymet kazandırır. Belirli bir amaca ve kazanıma hizmet eden, oyun alanı, oyun süresi, oyuncu sayısı, oyuncu düzeyi, kullanılacak malzemeler, tekrar sayıları, oyun kurallı belirlenmiş olan planlı oyunlara eğitsel oyun denir. Eğitsel oyunlar uygulanırken bireye yeteneklerini ortaya çıkarıp, yarışma istediğini uyandırırken; kurallara uymayı, adaletli yarışmayı, sevinmeyi, üzülmeyi, empati kurmayı, kazanmanın ve kaybetmenin yaşamın doğal bir sonucu olduğunu öğreten, oynarken eğitmeyi amaçlayan bir araçtır.

Keyif alarak öğrenmeye en yatkın alan eğitsel oyunlardır. Oyun eşliğinde çocuğun ilgisi daha aktif hale gelir ve böylece oyunun içine yedirilen kazanımları daha çabuk kavrar ve tecrübelendiği için bilgiler daha akılda kalıcı olur. (Yalçın., ve diğ. 2017)

Eğitsel oyun, problem çözme, strateji kurma konusunda bireye yardımcı olur. Çünkü oyunlarda sürekli olarak karşısına yeni görevler çıkar. Bu görevlerin içinde belirli problemler ve sorunlar bulunur, bazen bu problemler karmaşık veya süreli olabilir. Birey bu problemlerin üstesinden gelebilmek için yeni yollar, stratejiler ve çözümler üretir. Bu çözümleri sürekli tekrarladığında bir süre sonra problem çözme uzmanı haline gelir. Artık hayatında karşısına çıkabilecek problemleri oyundan edindiği bilgi ve birikimleri kullanarak daha kolay çözecektir.

Eğitsel oyunları seçerken gelişim sağlaması için bu hususlara uygun olması gerekir;

- Keyif alarak öğrenme
- Sorun çözme
- Eleştirisel düşünme
- Amaca ulaşmak için kendine çözüm yolları arar
- Bedensel gelişim
- Olgunlaşma
- Kendi başına veya ekip çalışması yapabilir (Yalçın ve diğ. 2017)

Eğitsel oyunların her zaman, her ortamda, her yaş grubunda ilgi görmesi ve eğitimde bir metod olarak kullanılması şu özelliklerinden kaynaklanmaktadır;

- Gütülenmeyi destekler
- Yaratıcılığı geliştirir
- Sonucunun belirsiz olması
- Birliktelik oluşturması
- Karmaşık bir yapıya sahip olması. (Yalçın ve diğ. 2017)

Eğitsel oyunların önemi

Öğretmen için eğitsel oyunun önemi

- Öğrencinin yaratıcılık özelliklerini destekler ve merak duygusunu geliştirir.
- Öğrencinin deneyimleyerek bilginin kalıcılığını artırır.
- Öğrencinin ilgisini çekeceği için odaklanma süresini uzatır.
- Öğrenciye etkin öğrenme ortamı sağlar.
- Öğrenciye kuralları ve kurallara uymayı öğretir.
- Öğrencilerin her birine uygun olması eğitimde eşitlik sağlanmasını kolaylaştırır.

Veliler için eğitsel oyunun önemi

- Çocuğuna toplum içerisindeki kuralları öğretir.
- Çocuğuna kendini tamamen yansıtabileceği korunaklı bir ortam sağlar.
- Çocuğun gelişimini destekler.
- Çocuğunun hayatta karşılaşılabileceği sorunları korunaklı bir ortamda görmesini ve çözüm bulmasını sağlar.
- Çocuğun mesuliyetlerini, kendine olan güvenini ve dürüstlük duygularını geliştirir. (Yalçın ve diğ. 2017)

Eğitsel oyunların çeşitleri

Eğitsel oyunları 3 farklı başlık altında değerlendirebiliriz. Çeşitliliğin olması, eğitsel oyunların birçok farklı özelliğe hitap etmesinden kaynaklanmaktadır. Eğitsel oyunları şu 3 başlık altında değerlendirebiliriz. Bknz Tablo 2.3

Tablo 2.3 Oyunların Sınıflandırılması

TAKLİT ve HAYAL OYUNLARI		MÜCADELE OYUNLARI		SPORTİF OYUNLAR	
Yaş Gruplarına Göre	Oyun Alanına Göre	Oyuncu Sayılarına Göre	Oyun Düzenlerine Göre	Oyun Araç Gereçlerine Göre	Oyunun Amacına Göre
-Okul öncesi (0-6 yaş) -Temel eğitim (6-14 yaş) -Yetişkinlik (18 yaş +) -Yaşlılık (45 yaş +)	-Sınıf oyunları -Salon oyunları -Bahçe oyunları -Kış oyunları -Su oyunları	-Bireysel oyunlar -İkili oyunlar -Takım oyunları	-Çizgide oynanan -Çemberde oynanan -Dağınık düzende oynanan	-Araçlı oyunlar -Araçsız oyunlar	-Eğlence amaçlı -Eğitim amaçlı -Beden eğitimi dersinde -Spor eğitiminde -Sağlık amaçlı -Duygusal -Fiziksel

Taklit ve hayal oyunu

Birey eğitsel oyunların bu dalında bir varlığı veya bir devinimi farklılaştırarak düşünmek, yansıtmak. (Çoban., & Nacar., 2013)

Mücadele oyunu

Birey eğitsel oyunların bu dalında fiziki kapasiteleri ön plandadır. Sonucu belli olmayan, yüksek düzeyde adrenalin sağlanmasını sağlayan bu oyunlar kişinin kendini fiziksel açıdan geliştirmesini destekler.

Sportif oyun

Birey eğitsel oyunların bu dalında oyun içerisinde bir spor branşına ait parçaları keşfeder. Yarışma isteği çok yüksek olup başarma, kazanma isteğini doğurur. Ancak bir diğer öğretisi ise kazanma ve kaybetmekten çok kazanımı öğrenme ve keyif almaktır. (Yalçın., ve diğ. 2017)

2.3.2 Eğitsel oyunlar ve motorik özellikler

Eğitsel oyunlar, oyuna katılanların çalışma sonunda psikolojik, fizyolojik, fiziksel ve sosyolojik yönden birçok kazanımları mevcuttur. Eğitsel oyunlar genellikle motorik özelliklere dayandığından, her yerde, her koşulda yapılabilir olması gelişimin sağlanmasında ve motorik özelliklerin gelişmesine önemli bir araçtır. Oyunun bireyin gelişimi üzerinde bir diğer etkisi ise motorik özellikler üzerindeki etkidir. (Timurkaan ve diğ. 2013)

Kuvvet üzerine etkileri

Katılımcıların kuvvette ilerlemesine yönelik uygulanan oyunlarda; katılımcıların beden ağırlığını kullanarak, kol kuvveti, itme veya çekme direnç kuvvetleri içerir. Katılımcılar birbirleri ile mücadele ederken, mücadelenin doğal sonucu olarak kaslarını aktif bir şekilde dirence veya kuvvete karşı göstermiş oldukları performans sonucunda, kaslarda, eklemlerde ve tendonlarda biz dizi fizyolojik olay meydana gelir ve sonrasında gelişim sağlanır.

Reaksiyon zamanı, çabukluk ve sürat üzerine etkileri

Katılımcıların sürat, çabukluk ve reaksiyon zamanı gelişimine yönelik olarak oyunlarda; katılımcılar birbirlerini geçmeye, yakalamaya, kaçmaya, belli bir sürede görevi tamamlamaya çalışırken bir mücadele içerisine girerler. Oyunlardaki mücadele sürat, çabukluk ve reaksiyon zamanının gelişimine olarak verir.

Dayanıklılık üzerine etkileri

Katılımcıların dayanıklılık gelişimine yönelik olarak oyunlarda; katılımcıların yorgunluğa karşı gösterebildiği dayanma gücü oyuna duydukları istek ve hevesle daha geç fark ederler. Bu durum dayanıklılığa karşı koyabilme yeteneğini artırır ve böyle çocukların dayanıklılıkları gelişim gösterir.

Hareketlilik üzerine etkileri

Katılımcıların hareketlilik / esneklik gelişimine yönelik olarak oyunlarda; katılımcıların materyallerin üzerlerinden, altlarından, içlerinden geçmesi, sürünmesi, çekmesi, itmesi, gemesi gibi eklem hareketliliğini artıracak hareketler esneklik rezervleri arttırılmasını destekler.

Beceri üzerine etkileri

Katılımcıların beceri gelişimine yönelik olarak oyunlarda; katılımcı teknik becerileri taktikler ile birleştirerek uygular. Oyun içerisinde katılımcının kuyruğunu korumaya çalışırken diğer katılımcının kuyruğunu almaya çalışması koordinasyon becerilerinin gelişimini destekler.

3. MATERYAL ve YÖNTEM

3.1 Evren ve Örneklem

Bu çalışmanın evrenini 2019-2020 eğitim öğretim döneminde Özel bir Kolejde öğrenim gören 07-08 yaş aralığındaki 23 kız, 25 erkek olmak üzere toplam 48 öğrenci gönüllü olarak oluşturmaktadır.

3.2 Uygulama

Çalışma evrenimizi oluşturan gruba; 9 hafta süre ile haftada 2 gün toplam 80 dakika boyunca eğitsel oyunlar oynatılarak devam etmiştir. Uygulanan eğitsel oyunlara kazanımları, açıklamalarıyla birlikte aşağıda bulunmaktadır.

Oyunun Sayısı:	01
Oyun Adı:	Topal Tren Oyunu
Oyunun Yeri:	Cimnastik Salonu
Oyunun Araç Gereci:	Araç yok
Oyunun Süresi:	2 – 3 tekrar
Oyuncu Sayısı:	Sınıf sayısı kadar
Kazanım:	<ul style="list-style-type: none">* Grup halinde yer değiştirme hareketini yapar.* Bireysel ve grup halinde ritmik hareketler yapar.* Eşli mücadele becerileri sergiler.* Özelleşmiş hareketler ile ilgili ilke ve kuralları etkinliği yaparken uygular.* Sıçrama ve sekme becerilerini sergiler.
Oyun Kuralları ve Açıklama:	<p>AÇIKLAMA= 10m uzunluğunda, 5m genişliğinde bir parkur belirlenir. Oyuncu sayısı 4 kişiyi geçmeyecek şekilde gruplar oluşturulur. Gruplar başlama çizgisinin gerisinde derin kolda birerli sıra olurlar. Her oyuncu önündeki oyuncunun sol ayak bileğinden tutarak yukarı kaldırır. Sağ eli ile de sağ omzundan tutar.</p> <p>UYGULANIŞI= Oyun başlangıç işareti ile başlar. Oyuncular sağ ayakları üzerinde sekerek bitiş çizgisine doğru gider. Grubun en son oyuncusu bitiş çizgisini geçtiğinde oyun durur. Oyuncular birbirlerinden kopmadan bitiş çizgisini geçmesi esas alınır.</p> <p>ÇEŞİTLENDİRME= Parkur üzerine engeller, kavisler eklenebilir.</p>

Şekil 3.2 Topal Tren

Oyunun Sayısı:	02
Oyun Adı:	Kurbağa Tren
Oyunun Yeri:	Spor Salonu / Bahçe / Cimnastik Salonu
Oyunun Araç Gereci:	Araç Yok
Oyunun Süresi:	2 – 3 tekrar
Oyuncu Sayısı:	Sınıf sayısı kadar
Kazanım:	<ul style="list-style-type: none"> * Grup halinde yer değiştirme hareketini yapar. * Takımı adına üstlendiği görevin sorumluluklarını yerine getirir. * Eşli mücadele becerileri sergiler. * Kazanmanın ve kaybetmenin oyunun vazgeçilmez kurallarından olduğunu bilir.
Oyun Kuralları ve Açıklama:	<p>AÇIKLAMA= 10m uzunluğunda, 5m genişliğinde bir oyun parkur belirlenir. Öğrenciler gruplara ayrılır. Gruplar başlama çizgisinin gerisinde derin kolda birerli sıra olarak çömelleme konumu alırlar. Arkadaki oyuncu önündekinin belinden her iki eli ile kavrar.</p> <p>UYGULANIŞI= Oyun başlangıç işareti ile başlar. Aynı anda sıçrayarak ilerlenir. Birbirinden kopmadan bitiş çizgisini geçen grup oyunu bitirir. Gruplardaki lider değiştirilerek oyun birkaç kez tekrarlanır.</p>

Şekil 3.3 Kurbağa Tren

Oyunun Sayısı:	03
Oyun Adı:	Balık Avı I
Oyunun Yeri:	Spor Salonu / Bahçe / Cimnastik Salonu
Oyunun Araç Gereci:	5 - 8m Uzunluğunda Halat
Oyunun Süresi:	2 – 3 tekrar
Oyuncu Sayısı:	Sınıf sayısı kadar
Kazanım:	<ul style="list-style-type: none"> * Sıçrama becerisi gerektiren hareketleri ardışık olarak yapar. * Özelleşmiş hareketleri yaparken kendine güven duyar. * Bireysel mücadele becerileri sergiler. * Özelleşmiş hareketleri yaparken karşılaştığı sorunlara çözümler üretir.
Oyun Kuralları ve Açıklama:	<p>AÇIKLAMA= 10 kişiyi geçmeyecek gruplar oluşturulur ve öğretmen öğrencilerden kendi etrafında çember olmalarını ister.</p> <p>UYGULANIŞI= Öğretmen çemberin ortasında ipi çevirmeye başlar. İpin kendine yaklaştığını gören öğrenci ipe değmemek için zıplar. İpin hızı ve yüksekliği kademeli olarak arttırılır. Yakalanan oyuncu oyun dışı kalır.</p> <p>ÇEŞİTLENDİRME=</p> <ul style="list-style-type: none"> • Amaç ipi kullanan kişinin kaç kere balık avlayacağını hesaplamak üzerine kurulup oyundan öğrenci çıkartılmaz. • Yakalanan ile yakalayan yer değiştirerek herkesin oyuna girmesi sağlanabilir.

Şekil 3.4 Balık Avı I

Oyunun Sayısı:	04
Oyun Adı:	Balık Avı II
Oyunun Yeri:	Spor Salonu / Bahçe / Cimnastik Salonu
Oyunun Araç Gereci:	3 – 4m Uzunluğunda Halat
Oyunun Süresi:	2 – 3 tekrar
Oyuncu Sayısı:	Sınıf sayısı kadar
Kazanım:	<ul style="list-style-type: none"> * Bireysel ya da eşli bir nesneyi kullanarak hareket eder, bunu artan bir doğrulukta yapar. * Özelleşmiş hareketleri yaparken kuralları etkinlik içinde uygular. * Oyun alanını paylaşmaya değer verir. * Kazanma ve kaybetmenin önemli olmadığını fark eder.
Oyun Kuralları ve Açıklama: 	<p>AÇIKLAMA= Öğrencilerden iki kişi “balıkçı” olarak görevlendirilir. Balıkçılar ağ olarak belirlenen ipin uçlarından tutarlar. Diğer öğrenciler oyun alanına dağılır.</p> <p>UYGULANIŞI= Oyun başladığında; ipi gergin bir konumda bel hizasında tutan balıkçı oyuncular oyun alanı içinde dolaşarak öğrencileri yakalamaya çalışır. İpe dokunan öğrenci ağa takılan balık olarak tekneye çekilir (kenara alınır). En son 3 öğrenci kalana kadar oyun devam eder.</p> <p>ÇEŞİTLENDİRME= Oyuncular azaldıkça oyun alanı daraltılabilir.</p>

Şekil 3.4 Balık Avı II

Oyunun Sayısı:	05
Oyun Adı:	Sürat Merdiveni
Oyunun Yeri:	Spor Salonu / Bahçe / Cimnastik Salonu
Oyunun Araç Gereci:	2 Adet Kuka, Merdiven, Kronometre
Oyunun Süresi:	2 – 3 tekrar
Oyuncu Sayısı:	Sınıf sayısı kadar
Kazanım:	<ul style="list-style-type: none"> * Yer değiştirme hareketini artan bir doğrulukta yapar. * Yer değiştirme hareketini farklı araçlar üzerinden geçerek yapar. * Takımı adına bireysel mücadele becerileri sergiler. * Farklı beceri düzeyine sahip olanlarla takım oluşturmayı benimser.
Oyun Kuralları ve Açıklama: 	<p>AÇIKLAMA= Sürat merdiveni oyun alanının uygun bir yerine yerleştirilir. Merdivenin başlama ve bitiş tarafından 3m uzağa çizgiler çizilir ve bu çizgiler üzerine birer tane kuka konularak başlama ve bitiş noktaları işaretlenmiş olur.</p> <p>UYGULANIŞI= Sırası gelen öğrenci başlama çizgisine geçerek bekler. Öğretmenin işareti ile öğrenci parkura çıkar ve merdivenin basamaklarını tek tek geçerek bitiş çizgisindeki kukaya dokunur ve geri döner. Aynı şekilde merdiven basamaklarını birer adımda geçer ve başlama çizgisi üzerindeki kukaya dokunarak süresi alınır.</p> <p>ÇEŞİTLENDİRME= Öğrencilerin tek tek sürelerini açıklamaktansa parkur birkaç kez tekrarlanır her öğrencinin derecesi toplanır 1. Tur 58sn de tamamlayan tüm öğrencilerin amacı 2. Turu daha kısa bir sürede tamamlamak.</p>

Şekil 3.5 Sürat Merdiveni

Oyunun Sayısı:	06
Oyun Adı:	Halka Takma
Oyunun Yeri:	Spor Salonu / Bahçe / Cimnastik Salonu
Oyunun Araç Gereci:	Her Takım İçin 1 Slalom Çubuğu, Kişi Sayısı Kadar Çember
Oyunun Süresi:	2 - 3 tekrar
Oyuncu Sayısı:	Sınıf sayısı kadar
Kazanım:	<p>* Bir nesneyi kontrollü bir şekilde savurarak atar.</p> <p>* Belirlenen hedefleri atarak vurur.</p> <p>* Kazanmanın ve kaybetmenin oyunun doğal bir sonucu olduğunu bilir.</p> <p>* Özelleşmiş etkinliklerle ilgili ilke ve kuralları bilir.</p>
Oyun Kuralları ve Açıklama:	<p>AÇIKLAMA= Oyun alanına yatay bir çizgi çizilir. Çizgiden 8 metre öne takım sayısı kadar uzun slalom çubukları yerleştirilir. Takımlar düzenek karşında derin kolda birerli sıra olurlar. Her oyuncuya bir cimnastik çemberi verilir.</p> <p>UYGULANIŞI= Sırası gelen oyuncu çemberi savurarak atıp, dikmeye geçirmeye çalışır. Atışını yapan oyuncu yerini sıradaki arkadaşına bırakır. Takımlardaki tüm oyuncular atışlarını tamamladıktan sonra ilk tur tamamlanmış olur. Öğretmen öğrenciler ile birlikte slaloma geçen çemberleri sayar. En çok halka atan takım kazanır.</p> <p>ÇEŞİTLENDİRME= Tüm sınıf 1 takım olur bir süre belirlenir ve bu sürede herkes slalom çubuğuna çember atmaya çalışır, süre sonunda slalomdaki çemberler sayılır ve bu sayı sınıfa verilir. Oyun tekrarlandığında amaç sınıfın kendi yaptığı rekoru kırmasını desteklemek</p>

Şekil 3.6 Halka Takma

Oyunun Sayısı:	07
Oyun Adı:	Attım Tut
Oyunun Yeri:	Spor Salonu / Bahçe / Cimnastik Salonu
Oyunun Araç Gereci:	Grup Sayısı Kadar Basketbol Topu
Oyunun Süresi:	2 - 3 tekrar
Oyuncu Sayısı:	Sınıf sayısı kadar
Kazanım:	<p>* Çeviklik ve koordinasyonun bir arada bulunması gerektiği durumlarda vücut yönetim becerileri sergiler.</p> <p>* Bireysel, eşli ve grupta bir nesneyi kontrollü bir şekilde kullanarak oyunlar oynar.</p> <p>* Ardışık hareketlerin yer aldığı fiziksel etkinlikleri yapar.</p> <p>* Fiziksel etkinliklerde üstlendiği görevlerin sorumluluklarını yerine getirir.</p>
Oyun Kuralları ve Açıklama:	<p>AÇIKLAMA= Öğrenciler oyuncu 8 – 10 kişiden oluşan gruplara ayrılırlar. Düzgün bir duvarın 2 – 3 metre önünde 2 metre ara ile konumlanırlar. Her grup kendi arasında derin kolda birerli sıra olur.</p> <p>UYGULANIŞI= Oyun öğretmenin işareti ile başlar. Sıranın önünde bulunan oyuncular topu çift el ile göğüs pası şeklinde atarak duvara çarptırır ve grubun arkasına geçer. Sıradaki oyuncu duvardan dönen topu tutar ve duvara atıp sıranın sonuna geçer. Oyun, bu şekilde sürdürülür. Topu ilk atan kişi başa döndüğünde oyunun birinci aşaması tamamlanır. Duvara her atılan top sayılır 1 / 2 / 3 ..topu tutamazsa bir oyuncu 1den devam eder. En çok sayıyı yapmaya çalışırlar.</p> <p>ÇEŞİTLENDİRME= Oyun aynı düzende oynanır. Topu atan kişi topu tekrar kendi tutar önünde yere çarptırarak sıçramasını sağlar ve grubun arkasına geçer.</p>

Şekil 3.7 Attım Tut

Oyunun Sayısı:	08
Oyun Adı:	Hedef Topu
Oyunun Yeri:	Spor Salonu / Bahçe / Cimnastik Salonu
Oyunun Araç Gereci:	Sağlık Topu, Basketbol Topu Veya Pilates Topu, Tenis Topu
Oyunun Süresi:	2 - 3 tekrar
Oyuncu Sayısı:	Sınıf sayısı kadar
Kazanım:	<ul style="list-style-type: none"> * Bir nesneyi kontrollü bir şekilde kullanarak hedeflere atar. * Bireysel ve eşli mücadele becerileri sergiler. * Oyunlarla ilgili ilke ve kuralları bilir. * Fiziksel etkinliklere katılmaya istekli olur. * Oyun araçlarını ve alanlarını paylaşmaya değer verir.
Oyun Kuralları ve Açıklama:	<p>AÇIKLAMA= Oyun voleybol sahası büyüklüğünde bir alanda oynanır. Saha ortadan enine çizilen bir çizgi ile iki eşit sahaya bölünür. Orta çizgi üzerine cimnastik sırası, yoksa kasa parçalarından biri yerleştirilir. Sağlık topları, basketbol topları ya da benzeri toplardan 6 – 8 tane kadar cimnastik sırası üzerine 30 – 40 cm ara ile yan yana sıralanır. Varsa her öğrenciye bir hentbol topu verilir. Yeterli top bulunmadığı koşullarda her iki takımda eşit sayıda top verilir.</p> <p>UYGULANIŞI= Oyun öğretmenin işaretleriyle başlar. Oyuncular elindeki top ile cimnastik sırası üzerinde bulunan topları vurarak rakip takımın oyun alanının içerisine düşürmeye çalışırlar. Toplar bittiğinde, takımların alanlarındaki toplar sayılır.</p>



Şekil 3.8 Hedef Topu

Oyunun Sayısı:	09
Oyun Adı:	Trafik Lambası
Oyunun Yeri:	Spor Salonu / Bahçe / Cimnastik Salonu
Oyunun Araç Gereci:	1 Adet Sarı / 1 Adet Kırmızı / 1 Adet Yeşil plastik top
Oyunun Süresi:	2 - 3 tekrar
Oyuncu Sayısı:	Sınıf sayısı kadar
Kazanım:	<ul style="list-style-type: none"> * Algılama düzeylerini geliştirir. * Toplumsal kurallara uymaya yönelik davranışlar edinir. * Yer değiştirme hareketlerini artan bir hızda yapar. * Bireysel mücadele becerileri sergiler. * Dikkat ve koordinasyonu geliştirir.
Oyun Kuralları ve Açıklama:	<p>AÇIKLAMA= Öğrenciler gruplara ayrılır. Her grup kendi arasında derin kolda birerli sıra olur. Grupların önünde yatay bir başlama çizgisi çizilir. Gruplar bu çizgi gerisinde 2 metre ara ile yan yana sıralanırlar. Başlama çizgisinden 10-15metre ileriye başlama çizgisine paralel birde varış çizgisi çizilir.</p> <p>UYGULANIŞI= Öğretmen varış çizgisinden 1 metre kadar geride çizgiyi ortalayarak durur. Torbadan topları çıkarır, öğrenci yeşil topu gördüğünde öndeki öğrenci varış noktasına kadar koşar.</p> <p>ÇEŞİTLENDİRME= En önde yarışmak için bekleyen öğrenci çömelik durumdan, uzun oturuş durumundan, bağdaş kurma durumundan, yüz üstü yatma durumundan, sınav durumundan başlayabilir.</p>



Şekil 3.9 Trafik Lambası

Oyunun Sayısı:	10
Oyun Adı:	Dokun Kaç I
Oyunun Yeri:	Spor Salonu / Bahçe / Cimnastik Salonu
Oyunun Araç Gereci:	Araç yok
Oyunun Süresi:	15 - 20 dk
Oyuncu Sayısı:	Sınıf sayısı kadar
Kazanım:	<ul style="list-style-type: none"> * Çeviklik ve koordinasyon gerektiren durumlarda vücut yönetim becerilerini sergiler. * Dokunsal uyarılara tepki duyar. * Bireysel ve eşli mücadele becerileri sergiler. * Fiziksel etkinliklerde başarıyı takdir eder.
Oyun Kuralları ve Açıklama:	<p>AÇIKLAMA= Oyun alanı olarak 20metre uzunluğunda 10 metre genişliğinde bir alan belirlenir. Ya da basketbol sahası oyun alanı olarak kullanılır. Oyun alanının başlama çizgisi tarafında, dip çizgisinden itibaren 2 metre ileriye dip çizgiye paralel uzanan bir çizgi daha çizilir. Dip çizgi ile bu iki çizgi arasında kalan alan serbest bölge olarak tanımlanır. Öğrenciler ikişerli olarak başlangıç çizgisinin gerisinde arka arkaya sıralanırlar. İkişerli grupların yan aralıkları en az 1 metre olmalıdır.</p> <p>UYGULANIŞI= Oyun öğretmenin işareti ile başlar. Arka arkaya sıralanan eşler aynı anda koşarlar. Oyun alanının herhangi bir yerinde, arkadaki oyuncu önündeki oyuncuya dokunur ve geriye dönerek başlama çizgisine doğru koşar. Dokunma hissini duyan oyuncu da geriye dönerek dokunan oyuncuyu kovalar ve serbest bölgeye ulaşmadan yakalamaya ya da dokunmaya çalışır.</p> <p>ÇEŞİTLENDİRME= Tek ayak sekerek koşulur. Çift ayak sıçrayarak koşulur.</p>

Şekil 3.10 Dokun Kaç I

Oyunun Sayısı:	11
Oyun Adı:	Dokun Kaç II
Oyunun Yeri:	Spor Salonu / Bahçe / Cimnastik Salonu
Oyunun Araç Gereci:	Araç yok
Oyunun Süresi:	15 - 20 dk
Oyuncu Sayısı:	Sınıf sayısı kadar
Kazanım:	<ul style="list-style-type: none"> * Çeviklik ve koordinasyon gerektiren durumlarda vücut yönetim becerilerini sergiler. * Dokunsal uyarılara tepki duyar. * Bireysel ve eşli mücadele becerileri sergiler. * Yer değiştirme hareketlerini artan bir hızda ve farklı yönlerde yapar.
Oyun Kuralları ve Açıklama:	<p>AÇIKLAMA= Oyun alanı olarak 20metre uzunluğunda 10 metre genişliğinde bir alan belirlenir. Ya da basketbol sahası oyun alanı olarak kullanılır. Oyun alanının başlama çizgisi tarafında, dip çizgisinden itibaren 2 metre ileriye dip çizgiye paralel uzanan bir çizgi daha çizilir. Dip çizgi ile bu iki çizgi arasında kalan alan yasak bölge olarak tanımlanır. Öğrenciler oyuncu sayısı 6-8 kişiden oluşan gruplara ayrılır. Her gruba bir numara verilir. Gruplardan biri dip çizgiye giderek, çizgi üzerinde 1 metre ara ile yan yana sıralanırlar. Arkaları başlama çizgisine dönük konumdadır. Bir diğer grup oyun başlatıcı olarak tanımlanır ve başlama çizgisi üzerinde bir metre ara ile yan yana sıralanırlar. Her oyuncunun karşısında bir oyuncu bulunacak şekilde dururlar.</p> <p>UYGULANIŞI= Oyun öğretmenin işareti ile başlar. Başlama çizgisi üzerinde bulunan oyuncular aynı anda birbirlerini geçmeyecek şekilde koşarlar. Dip çizgiye geldiklerinde; çizgi üzerinde ve kedi karşılarında bulunan oyuncuların sırtlarına dokunarak geriye döner ve koşmaya başlar. Dokunulan oyuncu dokunan oyuncuyu kovalar. Kovalanan yakalanmadan yasak bölgeye girmeyi başarırsa kovalama biter. Yasak bölgeye girmeden yakalanırsa kaçma ve yakalama sona erer. Kazanan taraf takımına 1 puan kazandırır.</p> <p>ÇEŞİTLENDİRME= Tek ayak sekerek koşulur. Çift ayak sıçrayarak koşulur.</p>

Şekil 3.11 Dokun Kaç II

Oyunun Sayısı:	12
Oyun Adı:	Çekme Yarışı
Oyunun Yeri:	Spor Salonu / Bahçe / Cimnastik Salonu
Oyunun Araç Gereci:	Araç Yok
Oyunun Süresi:	15 -20 dk
Oyuncu Sayısı:	Çift Sayı Olması Gerekmede
Kazanım:	<ul style="list-style-type: none"> * Çeviklik, koordinasyon ve dengenin bir arada bulunması gerektiği durumlarda vücut yönetim becerilerini sergiler. * Bireysel ve eşli mücadele becerisi sergiler. * Fiziksel etkinlikleri kendine güven duyarak yapar. * Fiziksel etkinliklerde başarıyı takdir eder.
Oyun Kuralları ve Açıklama:	<p>AÇIKLAMA= Oyun alanı olarak 3 metre ara ile iki yatay çizgi çizilir. Öğrenciler oyuncu sayısına göre takımlara ayrılır. Her takıma bir verilir. Takımlardan ikisi oyun alanına alınarak iki çizgi arasında paralel olarak yan yana sıralanırlar. Her takım oyuncusunun karşısında birde rakip oyuncu bulunacak şekilde yüz yüze dönerler.</p> <p>UYGULANIŞI= Oyun için hazır komutu verilir. Hazır komutu verildiğinde karşılıklı oyuncular sağ ya da sol elleri ile birbirlerini tutarlar. Başla komutu ile birlikte oyuncular birbirlerini çekerek kendi taraflarında bulunan çizginin gerisine rakibini çekmeye çalışır. Rakibini kendi oyun alanı çizgisi dışına çeken oyuncu bir puan kazanır. Oyun, her iki el kullanılarak dört defa yenilenir. Oyun sonunda takımların puanları toplanır. En çok puan alan takım alkışlanır.</p>

Şekil 3.12 Çekme Yarışı

Oyunun Sayısı:	13
Oyun Adı:	İtme Yarışı
Oyunun Yeri:	Spor Salonu / Bahçe / Cimnastik Salonu
Oyunun Araç Gereci:	Araç Yok
Oyunun Süresi:	15 -20 dk
Oyuncu Sayısı:	Çift Sayı Olması Gerekmede
Kazanım:	<ul style="list-style-type: none"> * Güç, çeviklik ve dengenin bir arada bulunması gerektiği durumlarda vücut yönetim becerilerini sergiler. * Bireysel mücadele becerileri sergiler. * Fiziksel etkinlikleri kendine güven duyarak yapar. * Fiziksel etkinliklerde başarıyı takdir eder.
Oyun Kuralları ve Açıklama:	<p>AÇIKLAMA= Oyun alanı olarak 3 metre ara ile iki yatay çizgi çizilir. Öğrenciler oyuncu sayısına göre takımlara ayrılır. Her takıma bir verilir. Takımlardan ikisi oyun alanına alınarak iki çizgi arasında paralel olarak yan yana sıralanırlar. Her takım oyuncusunun karşısında birde rakip oyuncu bulunacak şekilde yüz yüze dönerler.</p> <p>UYGULANIŞI= Oyun için hazır komutu verilir. Oyuncular her iki ellerini de kullanarak birbirlerinin omuzlarından tutarlar. Başlama komutuyla beraber itmeye başlarlar. İterek rakibini çizgi gerisine sürükleyen oyuncu takımına "1" puan kazandırır. Diğer takım oyuncularının mücadelesi beklenir. Oyun bittiğinde her takımın kazandığı puanlar hakemler tarafından takım isimlerinin altına yazılır ve en çok puanı alan takım alkışlatılır.</p> <p>ÇEŞİTLENDİRME= Sporcu oturduğu yerden diğer öğrencilerle birlikte oyun alanının dışına çıkarmaya çalışır.</p>


Şekil 3.13 İtme Yarışı

Oyunun Sayısı:	14
Oyun Adı:	Dışarı Atma
Oyunun Yeri:	Spor Salonu / Bahçe / Cimnastik Salonu
Oyunun Araç Gereci:	Renkli Yelekler
Oyunun Süresi:	15 -20 dk
Oyuncu Sayısı:	Sınıf sayısı kadar
Kazanım:	<ul style="list-style-type: none"> * Güç, çeviklik ve dengenin bir arada bulunması gerektiği durumlarda vücut yönetim becerilerini sergiler. * Alan farkındalığı edinir. * Bireysel ve takım olarak mücadele becerisini sergiler. * Bireysel farklılıkları olanlarla birlikte etkinlik yapmaya istekli olur. * Fiziksel etkinliklerde başarılı olanı takdir eder.
Oyun Kuralları ve Açıklama:	<p>AÇIKLAMA= Ders yapılan alanın uygun bir yerinde 10 ya da 20 kişiyi içine alacak şekilde büyükçe bir daire çizilir. Öğrenciler, beşer ya da onar kişilik takımlara ayrılırlar. Her takıma bir isim verilir. Takımları birbirinden ayırt etmek için renkli yelekler kullanılmalı. Oyun alanına çağrılan iki takım daire içine girerek bekler.</p> <p>UYGULANIŞI= Başlama komutu verildiğinde; takım oyuncuları rakip takımın iterek daire dışına çıkarmaya çalışır. Daire dışına temas eden oyuncu oyun dışı kalır. Bir takım diğer takımın tüm oyuncularını daire dışına çıkarana kadar oyun sürdürülür. Ya da belirli bir süre verilir ve bu süre içinde hangi takım daha çok grup üyesi kaybetmişse diğer takım alkışlatılır.</p>

Şekil 3.14 Dışarı Atma

Oyunun Sayısı:	15
Oyun Adı:	Birdirbir Oyunu
Oyunun Yeri:	Spor Salonu / Bahçe / Cimnastik Salonu
Oyunun Araç Gereci:	Araç Yok
Oyunun Süresi:	15 -20 dk
Oyuncu Sayısı:	8-10 Kişiden Oluşan Takımlar
Kazanım:	<ul style="list-style-type: none"> * Çeviklik, koordinasyon denge ve esnekliğin bir arada bulunması gerektiği durumlarda vücut yönetim becerilerini sergiler. * Özelleşmiş hareketleri yaparken ilke ve kurallara uyar. * Fiziksel etkinliklerde başkalarının haklarına saygı duyar. * Farklı fiziksel etkinlikleri kendine güven duyarak yapar.
Oyun Kuralları ve Açıklama:	<p>AÇIKLAMA= Oyun alanına uzunca yatay bir çizgi çizilir. Takımlar 3 metre ara ile çizgi gerisinde yan yana sıralanırlar. Her takım kendi arasında derin kolda birerli sıra olur.</p> <p>UYGULANIŞI= Oyun başladığında; takımların ön sırada bulunan oyuncuları öne eğilerek ellerini dizlerine destek yaparlar. İkinci sırada bulunan oyuncu öndeki oyuncunun üzerinden atlayarak 2 – 3 metre ileriye gider ve bacaklarını açarak bekler. Üçüncü sıradaki oyuncu öndeki oyuncunun üzerinden atlar, diğerinin bacaklarının arasından geçer ve öne eğilerek ellerini dizlerine destek yaparlar. Grubun sonuna ulaşana kadar her oyuncu kendinden öncekinin konumuna göre ya bacaklarını açar ya öne eğilir. Sırada oyuncu kalmadığında, oyuna ilk başlayan oyuncu öndeki oyunculardan başlayarak oyunu sürdürür. Bütün oyuncular bitiş çizgisini geçene kadar oyun devam eder.</p>

Şekil 3.15 Birdirbir

Oyunun Sayısı:	16
Oyun Adı:	Baş Kuyruğu Yakalar
Oyunun Yeri:	Spor Salonu / Bahçe / Cimnastik Salonu
Oyunun Araç Gereci:	Araç yok
Oyunun Süresi:	15 -20 dk
Oyuncu Sayısı:	6-8 Kişilik Takımlar
Kazanım:	<ul style="list-style-type: none"> * Bireysel ve eşli mücadele becerileri sergiler. * Çeviklik, koordinasyon ve denge gerektiren durumlarda vücut yönetim becerilerini sergiler. * Özelleşmiş hareketleri yaparken karşılaştığı sorunlara çözüm yolları üretir. * Fiziksel etkinliklere ilişkin düşüncelerini ifade eder.
Oyun Kuralları ve Açıklama: 	<p>AÇIKLAMA= Oyuncular, oyuncu sayısı 6 – 8 kişiden oluşan takımlara ayrılır. Takım oyuncuları birbirinin belinden tutarak bir zincir oluşturur. Zincirin başında bulunan oyuncu “baş” adını alırken, arkadakine de “kuyruk” adı verilir.</p> <p>UYGULANIŞI= Oyun öğretmenin komutu ile başlar. Belirlenen süre içinde baş kuyruğu yakalamaya, kuyruk başa yakalanmamaya çalışır. Süre dolduğunda oyun durur. Baştaki ve sondaki oyuncular değişerek oyun yenilenir.</p>

Şekil 3.16 Baş Kuyruğu Yakalar

Oyunun Sayısı:	17
Oyun Adı:	Horoz Dövüşü
Oyunun Yeri:	Spor Salonu / Bahçe / Cimnastik Salonu
Oyunun Araç Gereci:	Araç yok
Oyunun Süresi:	15 -20 dk
Oyuncu Sayısı:	Çift Sayı Olması Gerekmede
Kazanım:	<ul style="list-style-type: none"> * Denge gerektiren durumlarda vücut yönetim becerileri sergiler. * Vücudunun bir bölümünü kullanarak dengeleme hareketini yapar. * Bireysel mücadele becerileri sergiler. * Özelleşmiş hareketleri yaparken, karşılaştığı sorunlara çözüm yolları üretir.
Oyun Kuralları ve Açıklama: 	<p>AÇIKLAMA= Oyun alanı için 3 – 5 metre çaplı bir alan belirlenir. Öğrenciler ikişerli eşleşerek oyun alanı içerisine girerler. Kollarını göğüs hizasında kavuşturup, tek ayakları bükülü olarak kalça gerisine alıp beklerler.</p> <p>UYGULANIŞI= Oyuna başlama komutu verildiğinde; oyuncular birbirlerini iterek oyun alanı dışına çıkarmaya ya da diğer ayağını yere indirtmeye çalışırlar.</p>

Şekil 3.17 Horoz Dövüşü

Oyunun Sayısı:	18
Oyun Adı:	Sekerek Yer Kapmaca
Oyunun Yeri:	Spor Salonu / Bahçe / Cimnastik Salonu
Oyunun Araç Gereci:	Tebeşir
Oyunun Süresi:	15 -20 dk
Oyuncu Sayısı:	Sınıf Mevcudu Kadar
Kazanım:	<ul style="list-style-type: none"> * Tek ayağı üzerinde yer değiştirme hareketleri yapar. * Denge ve çabukluğun bir arada bulunması gereken durumlarda vücut yönetim becerileri sergiler. * Özelleşmiş hareketleri yaparken, karşılaştığı sorunlara çözüm yolları üretir.
 <p>Oyun Kuralları ve Açıklama:</p>	<p>AÇIKLAMA= Öğrenciler ders yapılan alana dağınık düzende yerleşirler. Her öğrencinin bulunduğu yere daire çizilir.</p> <p>UYGULANIŞI= Öğrencilerden biri ebe olur. Öğrenciler sağ ya da sol ayakları ile sekerek bir başka oyuncu ile yer değiştirirler. Ebe, yer değiştiren oyuncuları gözetleyerek boşalan daireyi kapmaya çalışır. Yeri ebe tarafından kapılan oyuncu ebe görevini üstlenir. Oyun yeteri kadar sürdürülür. Oyun zamana bağlı oynanabilir. Örneğin 3 dakika içinde herhangi bir yer kapamayan ebe cezalandırılır.</p> <p>ÇEŞİTLENDİRME= Yerini kaybeden oyuncu ebe olarak devam edebilir. Ebeler artarak oyun zorlaştırılabilir.</p>

Şekil 3.18 Sekerek Yer Kapmaca

Oyunun Sayısı:	19
Oyun Adı:	Çemberle Yarış
Oyunun Yeri:	Spor Salonu / Bahçe / Cimnastik Salonu
Oyunun Araç Gereci:	2 Adet Çember
Oyunun Süresi:	10 dk
Oyuncu Sayısı:	Sınıf Mevcudu Kadar
Kazanım:	<ul style="list-style-type: none"> * Çift ayak zıplar. * Çemberi bedenine değdirmeden içinden geçer (beden farkındalığı) * Özelleşmiş hareketleri yaparken, karşılaştığı sorunlara çözüm yolları üretir. * Sırasını beklemeyi bilir. * Çabukluk, dikkat ve reaksiyon gelişimini destekler.
Oyun Kuralları ve Açıklama:	<p>AÇIKLAMA = Sınıf iki gruba ayrılarak derin kolda arka arkaya sıra olur.</p> <p>UYGULANIŞI = İki grubunda başındaki kişilerde birer adet büyük çember vardır. Öğretmenin başla komutu ile elinde çember olan öğrenciler çemberi öne yere bırakarak içine çift ayak ile zıplar. Çember vücutlarına değmeden yukarıdan çemberi çıkarırlar. Başlangıçtan belirli bir mesafe uzaklıktaki bitiş noktasına geldiklerinde çemberi ellerine alıp başlangıç noktasına kadar serbest koşu tekniği ile dönerler. Sıradaki arkadaşlarına çemberi verir ve sıranın en arkasına geçer. Hangi grup 1 turu bitirirse 1 puan olur.</p> <p>ÇEŞİTLENDİRME = Oyun süreli oynanır. Bitiş noktasına toplar bırakılır, her bitiş noktasına ulaşan çemberinin yanında bir adet top ile döner. Süre bittiğinde her grubun çemberinde kaç adet top olduğuna bakılır ve top sayısına göre takımlar alkışlatılır.</p>

Şekil 3.19 Çemberle Yarış

Oyunun Sayısı:	20
Oyun Adı:	Tavşan Zıpla
Oyunun Yeri:	Spor Salonu / Bahçe / Cimnastik Salonu
Oyunun Araç Gereci:	Araç Yok
Oyunun Süresi:	10 dk
Oyuncu Sayısı:	Sınıf Mevcudu Kadar
Kazanım:	<ul style="list-style-type: none"> * Denge gerektiren durumlarda vücut yönetim becerileri sergiler. * Vücudunun bir bölümünü kullanarak dengeleme hareketini yapar. * Eşli olarak hareketi sergiler. * Alan farkındalığı kazanır. * Arkadaşları ile bireysel farklılıklarını gözlemler. * Strateji ve taktikler geliştirir. * Kaba motor ve ince motor becerilerini destekler.
Oyun Kuralları ve Açıklama:	<p>AÇIKLAMA= Salonda belirlenen başlangıç çizgisinin arkasında öğrenciler üçerli gruplar halinde yan yana sıralanır.</p> <p>UYGULANIŞI= Üçerli gruplar birbirlerinin kolundan çıkmadan başla komutunu beklerler. Öğretmenin “Tavşan Zıpla” komutu ile birbirlerinden ayrılmadan çift ayak zıplayarak ilerlemeye çalışırlar. Gösterilen hedefe ilk önce gelen grup oyunu kazanmış olur. Oyun birkaç kez tekrarlanır.</p>

Şekil 3.20 Tavşan Zıpla

Oyunun Sayısı:	21
Oyun Adı:	Birleş Kurtul
Oyunun Yeri:	Spor Salonu / Bahçe / Cimnastik Salonu
Oyunun Araç Gereci:	Araç Yok
Oyunun Süresi:	10 – 15 dk
Oyuncu Sayısı:	Sınıf Mevcudu Kadar
Kazanım:	<ul style="list-style-type: none"> * Bireysel ya da eşli bir nesneyi kullanarak hareket eder, bunu artan bir doğrulukta yapar. * Özelleşmiş hareketleri yaparken kuralları etkinlik içinde uygular. * Oyun alanını paylaşmaya değer verir. * Kazanma ve kaybetmenin önemli olmadığını fark eder. * Sıçrama becerisi gerektiren hareketleri ardışık olarak yapar. * Özelleşmiş hareketleri yaparken kendine güven duyar. * Bireysel mücadele becerileri sergiler. * Takım ruhunu sergiler. * Yardımlaşmanın değerini anlar. * Özelleşmiş hareketleri yaparken karşılaştığı sorunlara çözümler üretir.
Oyun Kuralları ve Açıklama:	<p>AÇIKLAMA= Sınırları belli olan alanda öğrenciler dağınık bir şekilde başlama komutunu beklerler.</p> <p>UYGULANIŞI= Öğrencilerden biri ebe olur. Ebe öğrencileri kovalamaya başlar. Çocuklar ebeye yakalanmamak için hemen el ele tutuşurlar. Ebe birleşen öğrencileri yakalayamaz. Tek olanları yakalamaya çalışır. Yakalanan öğrenci ebe olur.</p> <p>ÇEŞİTLENDİRME= El ele tutuşmalar sınırlandırılır 5 kez el ele tutuşarak ebelenmekten kurtulabilir ve her bir el ele tutuşma süresi 10sn olarak belirlenir. 10sn den fazla el ele tutuşan öğrenci ebelenebilir.</p>

Şekil 3.21 Birleş Kurtul

Oyunun Sayısı:	22
Oyun Adı:	Çömel Kurtul
Oyunun Yeri:	Spor Salonu / Bahçe / Cimnastik Salonu
Oyunun Araç Gereci:	Araç yok
Oyunun Süresi:	10 - 15 dk
Oyuncu Sayısı:	Sınıf Mevcudu Kadar
Kazanım:	<ul style="list-style-type: none"> * Yer değiştirme hareketini yapar. * Bireysel ve grup halinde ritmik hareketler yapar. * Eşli mücadele becerileri sergiler. * Özelleşmiş hareketler ile ilgili ilke ve kuralları etkinliği yaparken uygular. * Sıçrama ve sekme becerilerini sergiler.
Oyun Kuralları ve Açıklama:	<p>AÇIKLAMA= Sınırları belli olan alanda öğrenciler dağınık bir şekilde başlama komutunu beklerler.</p> <p>UYGULANIŞI= Öğrencilerden biri ebe olur. Ebe öğrencileri kovalamaya başlar. Çocuklar ebeye yakalanmamak için oldukları yere çömelirler. Ebe çömelen öğrencileri yakalayamaz, çömelen öğrenciler ebe uzaklaştığında tekrar oyuna dahil olur. Ebe ayaktaiken yakaladığı kişi ebe olur.</p> <p>ÇEŞİTLENDİRME= Çömelmeler sınırlandırılır 5 kez el çömelerek ebelenmekten kurtulabilir ve her bir çömelme süresi 10sn olarak belirlenir. 10sn den fazla çömelen öğrenci ebelenebilir.</p>

Şekil 3.22 Çömel Kurtul

Oyunun Sayısı:	23
Oyun Adı:	Ev Sahibi Kiracı
Oyunun Yeri:	Spor Salonu / Bahçe / Cimnastik Salonu
Oyunun Araç Gereci:	Araç yok
Oyunun Süresi:	5 dk
Oyuncu Sayısı:	Sınıf Mevcudu Kadar
Kazanım:	<ul style="list-style-type: none"> * Takım çalışması sergileme. * Yeni tanışan kişilerin tanışması. * Alan farkındalığı. * Strateji oluşturma.
Oyun Kuralları ve Açıklama:	<p>AÇIKLAMA= Üçlü gruplar oluşturulur geniş bir çember olunur. İki kişide ebe olur ve bir kişi çemberin ortasında durur. İki kişi karşılıklı durur ve el ele tutuşur. Onlar ev sahibi olur. Üçüncü kişi onların ortasında durur. O da kiracı olur. Lider ev sahipleri değişsin dediğinde ev sahipleri yerlerini bırakır başka bir kiracıyı ortalarına alacak şekilde dururlar. Bu esnada ebelerde bir kiracının yanına giderek ev sahibi olurlar.</p> <p>UYGULANIŞI= Açıkta kalan iki kişi ebe olur. Lider kiracılar yer değiştirsın dediğinde kiracılar yer değiştirir, ebelerde yer kapmaya çalışır açıkta kalan iki kişi ebe olur. Oyun bu şekilde devam eder.</p> <p>Lider kiracılar içten yer değiştirsın dediğinde ev sahipleri çemberin iç kısmına bakan kollarını açar, lider kiracılar dıştan dediğinde ev sahipleri çemberin dışına bakan kollarını açarak yer değiştirilir.</p> <p>ÇEŞİTLENDİRME= Bu oyun tanışma oyunu olarak da oynanabilir. Her yer değiştirmede oyuncular isimlerini, bir özelliğini, en sevdikleri şeyleri söyleyebilirler.</p>

Şekil 3.23 Ev Sahibi Kiracı

Oyunun Sayısı:	24
Oyun Adı:	Geri Geri Yarışma
Oyunun Yeri:	Spor Salonu / Bahçe / Cimnastik Salonu
Oyunun Araç Gereci:	Araç Yok
Oyunun Süresi:	10 dk
Oyuncu Sayısı:	Sınıf Mevcudu Kadar
Kazanım:	<ul style="list-style-type: none"> * Geri geri hareket etme. * Yer değiştirme hareketini artan bir doğrulukta yapar. * Takımı adına bireysel mücadele becerileri sergiler. * Farklı beceri düzeyine sahip olanlarla takım oluşturmayı benimser. * Kazanmanın ve kaybetmenin oyunun doğal bir sonucu olduğunu fark eder.
Oyun Kuralları ve Açıklama:	<p>AÇIKLAMA= Öğrenciler oyun alanında iki eşit gruba ayrılır. Öğrenciler arka arkaya sıralanır. Başlangıç çizgisi ve bitiş çizgisi belirli olan alanda öğrenciler başlama komutu ile</p> <p>UYGULANIŞI= Sıranın başındaki öğrenci bitiş çizgisine kadar geri geri koşar bitiş çizgisini geçtiğinde serbest koşu ile başlangıç noktasına döner ve arkasına dönük arkadaşının eline dokunarak onu hareketlendirir.</p>

Şekil 3.24 Geri Geri Yarışma

Oyunun Sayısı:	25
Oyun Adı:	Elime Vur
Oyunun Yeri:	Spor Salonu / Bahçe / Cimnastik Salonu
Oyunun Araç Gereci:	Araç Yok
Oyunun Süresi:	10 dk
Oyuncu Sayısı:	Sınıf Mevcudu Kadar
Kazanım:	<ul style="list-style-type: none"> * Çeviklik ve koordinasyon gerektiren durumlarda vücut yönetim becerilerini sergiler. * Dokunsal uyaranlara tepki duyar. * Bireysel ve eşli mücadele becerileri sergiler. * Fiziksel etkinliklerde başarıyı takdir eder.
Oyun Kuralları ve Açıklama:	<p>AÇIKLAMA= Öğrenciler eşit iki gruba ayrılır. Salona çizilen 8 – 10m uzaklıktaki çizgilerin arkasında yan yana dururlar ve her öğrenciye bir adet numara verilir.</p> <p>UYGULANIŞI= Öğretmen A grubundan bir öğrencinin numarasını söyler. O numaralı öğrenci karşı grubun önüne gelir ve B grubundaki herkes ellerini yukarı kaldırmış olur A grubundaki öğrenci birer kez ellerine vurur. Sadece aralarından bir kişiye iki kez vurur. Eline iki kez vurulan öğrenci hemen vuranı yakalamaya çalışır. A grubundan gelen öğrenci grubunun yanına kadar yakalanmadan geçerse eline vurduğu kişiyi kendi grubuna dahil eder, eğer yakalanırsa kendi B takımının bir oyuncusu olur.</p>

Şekil 3.25 Elime Vur

Oyunun Sayısı:	26
Oyun Adı:	Hızlı Olan Kazanır
Oyunun Yeri:	Spor Salonu / Bahçe / Cimnastik Salonu
Oyunun Araç Gereci:	Araç Yok
Oyunun Süresi:	10 dk
Oyuncu Sayısı:	Sınıf Mevcudu Kadar
Kazanım:	<ul style="list-style-type: none"> * Grup halinde yer değiştirme hareketini yapar. * Takımı adına üstlendiği görevin sorumluluklarını yerine getirir. * Eşli mücadele becerileri sergiler. * Kazanmanın ve kaybetmenin oyunun vazgeçilmez kurallarından olduğunu bilir.
Oyun Kuralları ve Açıklama:	<p>AÇIKLAMA= Öğrenciler iki eşit gruba ayrılır ve çizilen çizginin gerisinde derin kolda sıra olurlar. Gruplardan 5m uzaklıkta öğrenciler arasından seçilen bir ebe durur.</p> <p>UYGULANIŞI= Ebinin başla komutu ile grubun sonundaki öğrenciler koşmaya başlar ve ebinin eline vurur ve o grup bir puan alır. Öğrenci grubun en önüne sıraya geçer ve takım arkadaşlarını destekleyerek oyunda kalır.</p>

Şekil 3.26 Hızlı Olan Kazanır

Oyunun Sayısı:	27
Oyun Adı:	Şapkayı Kap Kaç
Oyunun Yeri:	Spor Salonu / Bahçe / Cimnastik Salonu
Oyunun Araç Gereci:	Ortaya Konabilecek Yumuşak Bir Nesne
Oyunun Süresi:	15 – 20 dk
Oyuncu Sayısı:	Sınıf Mevcudu Kadar
Kazanım:	<ul style="list-style-type: none"> * Bir nesneyi kontrollü bir şekilde kullanarak hedeflere atar. * Bireysel ve eşli mücadele becerileri sergiler. * Oyunlarla ilgili ilke ve kuralları bilir. * Fiziksel etkinliklere katılmaya istekli olur. * Oyun araçlarını ve alanlarını paylaşmaya değer verir.
Oyun Kuralları ve Açıklama:	<p>AÇIKLAMA= Öğrenciler iki eşit gruba ayrılırlar ve salonda çizilen çizgilerin gerisinde yan yana dururlar. Öğrencilere birer numara verilir. Salonun ortasında bir adet sandalye ve üstünde bir adet şapka bulunur.</p> <p>UYGULANIŞI= Öğretmen bir numara söyley A grubundan ve B grubunda o numarayı alan kişi şapkayı kapmak için ortaya koşar, ancak şapkayı kendi grubuna götürüne kadar diğer grup üyesi arkadaşından saklamalıdır. Eğer şapkayı alan yakalanmadan kendi alanına giderse puanı alır, eğer şapkayı aldı ancak alanına gidemeden yakalandı bu sefer yakalayan takım puanı alır.</p>

Şekil 3.27 Şapkayı Kap Kaç

Oyunun Sayısı:	28
Oyun Adı:	Hızlı Eller
Oyunun Yeri:	Spor Salonu / Bahçe / Cimnastik Salonu
Oyunun Araç Gereci:	Kişi Sayısının Yarısı Kadar Antrenman Tabağı
Oyunun Süresi:	3- 4 tekrar
Oyuncu Sayısı:	Sınıf Mevcudu Kadar
Kazanım:	<ul style="list-style-type: none"> * Reaksiyonu geliştirir. * Algı gelişimine yardımcı olur. * Kazanmanın ve kaybetmenin oyunun vazgeçilmez kurallarından olduğunu bilir.
Oyun Kuralları ve Açıklama:	<p>AÇIKLAMA = Öğrencilerden (katılımcı) ikişerli gruplar oluşturun. Gruptaki iki öğrencinin karşılıklı durmasını ve tüm grupların yan yana dizilmesini isteyin. (Kişi sayısı kadar)</p> <p>Her gruptaki iki öğrencinin arasına herhangi bir eşya koyun. (kağıt, kalem, silgi vb.)</p> <p>UYGULANIŞI= Bu komutlar “Eller havada, eller dizlerde, eller başta, eller gözlerde, eller burunda vb.” olabilir.</p> <p>İki öğrenci arasında bulunan eşyanın adını söylediğiniz anda öğrenciler en hızlı şekilde bu eşyayı kapmaya çalışır. Ortadaki eşyayı üç defa alan kişi oyunu kazanır.</p> <p>ÇEŞİTLENDİRME= Komutlar başka derslerin kazanımlarına uygulanabilir, yabancı dillerde verilebilir.</p>

Şekil 3.28 Hızlı Eller

Oyunun Sayısı:	29
Oyun Adı:	Pençe
Oyunun Yeri:	Spor Salonu / Bahçe / Cimnastik Salonu
Oyunun Araç Gereci:	Kişi başına 5 adet kalem
Oyunun Süresi:	3- 4 tekrar
Oyuncu Sayısı:	Sınıf Mevcudu Kadar
Kazanım:	<ul style="list-style-type: none"> * Reaksiyonu geliştirir. * El-göz koordinasyonu gelişir. * Kazanmanın ve kaybetmenin oyunun vazgeçilmez kurallarından olduğunu bilir.
Oyun Kuralları ve Açıklama:	<p>AÇIKLAMA = Öğrenciler masada veya yerde oturur. Önlerine 5 adet kalem alır, başla komutu ile kalem elin sırt bölgesine tek tek yerleştirilir.</p> <p>UYGULANIŞI= Kalemi havaya atıp avuç içi ile tutmaya çalışır başarılı bir tutuş olursa sırayla 2/3/4/5 e kadar yükseltilir. Kalemleri tutamaz ise oyun baştan başlar ve beşini tutana kadar devam eder.</p> <p>ÇEŞİTLENDİRME= Yarışmaya çevrilebilir aynı anda 2 veya daha çok öğrenci yarışır ve ilk 5 kalemi yakalayan oyunun galibi olur.</p>

Şekil 3.29 Pençe

3.3 Verilerin Toplanması

3.3.1 Durarak uzun atlama

Katılımcılar çizginin arkasından başlangıç pozisyonunda (ayaklar parmakları çizgiye basmayacak şekilde omuz genişliğinde açık) beklerler. Atlayışı gerçekleştirebileceği bildirildikten sonra aşağı doğru çömelme hareketini gerçekleştirir, kollarını önce geriye ardından öne doğru hareketlendirerek kuvvet alır ve bacakları ile destekleyerek atlayışını gerçekleştirir. Düştüğü noktada atlayışını gerçekleştirdiği alanla arasında en az mesafe olan uzuvlunun bitiş noktası ile başlangıç noktası arasındaki uzaklık ölçülür. (Urlu, 2017; Yan, 2007)

3.3.2 Sağ ve sol el kavrama kuvveti

Katılımcı, ayakta duruş pozisyonunda (ayaklar omuz genişliğinde açık) ve doğrudan ileriye bakarken, üst kol düz şekilde aşağı sarkmış durumda ve ön kol 180 derece açıyla konumlandırılmış bir şekilde dinamometreyi maksimal kuvvette sıkmaktadır. Katılımcının bileği ve ön kolu orta derecede pronasyonda olmalıdır. Testi yapan kişiden “hazır mısınız?”, “şimdi tüm gücünüzle sıkın” yönergeleri ile katılımcıdan testi uygulaması istenir. Katılımcı uygulama sırasında ne kadar güç sarf ederse etsin dinamometrenin sarsılmasını engelleme konusunda dikkatli olmalıdır, ayrıca deneme sırasında ne başlangıçtaki vücut pozisyonunda bir bozukluğa ne de elin vücuda temasına izin verilmez. Değer yazıldıktan sonra dinamometre sıfırlanmalıdır denemeler arasında aynı el ile 30sn-60sn arasında dinlenme verildikten sonra diğer deneme için denek hazırlanmış olur. (Özer., 2013)

3.3.3 Sağlık topu fırlatma

Katılımcı çizgi çekilerek belirlenmiş başlama noktasında ayakta, sağlık topunu başının üzerinde taç atışı pozisyonunda ileriye doğru fırlatır. Sağlık topunun yer ile temas ettiği ilk nokta belirlenir ve bu noktanın başlangıç noktasına olan uzaklığı cm cinsinden not edilir. (Urlu, 2017; Yan, 2007)

3.3.4 10x5m çeviklik koşusu

Başlangıç noktasından 5 metre uzaklığa bir çizgi daha çizilir. Başlangıç ve bitiş noktası bir kuka ile görünür kılınır. Katılımcı kendini hazır hissettiğinde başlangıç noktasından başlanır. Katılımcının yaptığı koşularda her iki ayağın çizginin ilerisine geçmesini koşunun aranılan bir özelliğidir. Her turun sayısı süreyi tutan kişi tarafından katılımcıya bildirilir. Turunu tamamlayan katılımcı bitiş çizgisini bir ayağı ile dahi geçse süre durdurulur. (Güçlüöver ve diğ., 2019; Opstoel ve ark., 2015).

3.3.5 20m sürat koşusu

Kesin olarak belirlenmiş başlangıç ve bitiş noktaları çizgi ve kuka yardımı ile belirlenmiş düz bir parkur kurulur. Katılımcı hazır olduğunda başlar. Başlangıç çizgisini geçtiği an süre başlar ve bitiş çizgisine ulaştığında (tek ayağının geçmesi yeterli) süre durdurulur ve not edilir. Katılımcı başlangıç çizgisinden başlayarak bitiş çizgisini tamamen geçene kadar hızını düşürmemesi maksimal hızda koşması gerekmektedir. (Çıplak ve diğ., 2020)

3.3.6 Otur-eriş

Katılımcı yere uzun oturuş durumunda bacaklar dümdüz ayağımızın alt kısmı otur-eriş test platformunun alt kısmına yerleştirilir. Başlangıç konumundaki postür bozulmadan kutunun üstündeki aparat iki el ile ileriye doğru uzaklaştırılır. Esneme sonucunda 2sn bekleyerek ilerletilen sayı kaydedilir. (Özer., 2013)

4. BULGULAR

Tablo 4.1: Katılımcıların Cinsiyetlerine ve Sınıflara Göre Dağılımı

	KIZ		ERKEK	
	N	%	N	%
Birinci sınıf	7	14,6%	9	18,8%
2.SNF	16	33,3%	16	33,3%
TOPLAM	23	47,9%	25	52,1%

Tablo 4.1 incelediğimizde, çalışmaya katılan öğrencilerin sınıf dağılımları ve cinsiyet ayrılmaları verilmiştir. Tablo 'ya göre birinci sınıftan 7 kız, 9 erkek olarak toplam 16 kişi, ikinci sınıftan 16 kız, 16 erkek olarak toplam 32 kişi katılmıştır. Çalışma kapsamında tüm verilere bakıldığında 23 kız, 25 erkek toplam 48 öğrenciyi ulaşılmıştır.

Tablo 4.2: Katılımcıların Yaş, Boy, Ağırlık, BKİ Ortalamaları

	KIZ				ERKEK			
	X	SS	ENZ	ENÇ	X	SS	ENZ	ENÇ
Yaş	7,02	,63	5,76	7,80	7,01	,58	5,75	8,11
Boy	1,28	,05	1,19	1,42	1,28	,05	1,17	1,35
Ağırlık	27,5	6,0	20,5	46,0	27,1	6,3	18,8	46,5
BKİ	16,58	2,78	12,32	26,00	16,46	2,96	12,62	25,51

Tablo 4.2 incelendiğinde, araştırmaya katılan sporcuların fiziksel özellikleri yaş, boy, ağırlık, BKİ gibi ortalamaları verilmiştir.

Tablo 4.3: Katılımcıların Cinsiyet ve Sınıfa Göre Yaş, Boy, Ağırlık, BKİ Ortalamaları

		1. SNF		2. SNF	
		KIZ	ERKEK	KIZ	ERKEK
Yaş	X	6,26	6,60	7,35	7,24
	SS	,38	,71	,36	,32
Boy	X	1,25	1,24	1,30	1,30
	SS	,05	,04	,05	,03
Ağırlık	X	25,6	24,1	28,3	28,8
	SS	3,7	4,8	6,7	6,6
BKİ	X	16,43	15,60	16,65	16,95
	SS	1,79	2,44	3,17	3,18

Tablo 4.3 incelendiğinde, araştırmaya katılan sporcuların sınıf bazında fiziksel özellikleri yaş, boy, ağırlık, BKİ gibi ortalamaları verilmiştir.

Tablo 4.4: Ön Test ve Son Test Sonuçları

		X	N	Ss	z	P
10x5 Çeviklik Koşusu	Ön test	27,6654	48	4,34669	-5,836 ^b	0,000
	Son test	*23,9990	48	3,98685		
20 m Sürat Koşusu	Ön test	5,3763	48	,60579	-4,662 ^b	0,000
	Son test	*4,8727	48	,57557		
Durarak Uzun Atlama	Ön test	1,1413	48	,23710	-1,197 ^b	,231
	Son test	1,1077	48	,20343		
Sağ El Pençe Kuvveti	Ön test	9,519	48	2,5693	-5,573 ^c	0,000
	Son test	*11,004	48	2,8024		
Sol El Pençe Kuvveti	Ön test	9,198	48	1,8870	-5,314 ^c	0,000
	Son test	*10,513	48	2,3305		
Sağlık Topu Fırlatma	Ön test	3,9808	48	1,03406	-3,277 ^b	0,001
	Son test	*4,3125	48	1,02417		
Otur Eriş Testi	Ön test	18,715	48	4,5837	-5,419 ^b	0,000
	Son test	*22,229	48	6,0643		

*p<0,05 a. Wilcoxon Signed Ranks Test b. Based on negative ranks.

Tablo 4.4 incelendiğinde katılımcıların ön test-son test karşılaştırması Wilcoxon

Signed Rank Test ile yapıldığında; 10x5 çeviklik koşusunun ön testte 27,6654 iken son testte 23,9990 çıkmış olup P değeri 0,000 olarak belirlenmiştir. Ön test ve son test arasında çeviklik testi bakımından olumlu bir gelişim gözlenmiştir ($p<0,05$).

20m sürat koşusunun ön testte 5,3763 iken son testte 4,8727 çıkmış olup P değeri 0,000 olarak belirlenmiştir. Ön test ve son test arasında 20 m sürat testi bakımından olumlu bir gelişim gözlenmiştir ($p<0,05$).

Durarak uzun atlama (DUA) ön test ve son testleri arasında anlamlı bir fark saptanmamıştır ($p>0,05$).

Sağ ve sol el pençe kuvvetine baktığımızda P değeri 0,000 belirlenmiştir. Ön test ve son test arasında el pençe kuvveti bakımından her iki elde de olumlu bir gelişim gözlenmiştir.

Sağlık topu fırlatma ile ilgili yapılan ön test ve son test arasındaki değerlere bakıldığında olumlu bir gelişim gözlenmiştir ($p<0,05$).

Otur-eriş testinin ön testte 18,952 olarak bulunan sonuç son testte 21,707 ölçülmüş olup iki ölçme arasında olumlu bir gelişme gözlenmektedir ($p<0,05$).

Durarak uzun atlama (DUA) testi dışında tüm testlerde ön ve son test arasında olumlu gelişme olduğu gözlenmektedir.

Tablo 4.5: Farklı Değişkenlerin Cinsiyet Değişkenine Göre Mann-Whitney U Testi Sonuçları

	Cinsiyet		N	X	SS	z	p
Çeviklik Koşusu 10x5 m	Ön Test	KIZ	23	26,530	2,012	-2,147	,032
		ERKEK	25	28,710	5,560		
	Son Test	KIZ	23	22,9065	2,457	-1,785	,074
		ERKEK	25	25,004	4,837		
20 m Sürat Koşusu	Ön Test	KIZ	23	1,1457	,18243	-,495	,620
		ERKEK	25	1,1372	,28204		
	Son Test	KIZ	23	1,0817	,17559	-1,146	0,252
		ERKEK	25	1,1316	,22702		
Durarak Uzun Atlama	Ön Test	KIZ	23	9,635	2,2038	-0,217	0,828
		ERKEK	25	9,412	2,9071		
	Son Test	KIZ	23	11,170	2,1506	-0,991	0,322
		ERKEK	25	10,852	3,3302		

Tablo 4.5: Devamı

Sağ El Pençe Kuvveti	Ön Test	KIZ	23	9,148	1,7414	-0,176	0,861
		ERKEK	25	9,244	2,0466		
	Son Test	KIZ	23	10,478	1,9526	-0,310	0,757
		ERKEK	25	10,544	2,6719		
Sol El pençe kuvveti	Ön Test	KIZ	23	4,0913	,82419	-0,279	0,780
		ERKEK	25	3,8792	1,20369		
	Son Test	KIZ	23	4,2283	,86639	0,000	1,000
		ERKEK	25	4,3900	1,16319		
Sağlık Topu Fırlatma	Ön Test	KIZ	23	4,091	,824	-0,248	0,804
		ERKEK	25	3,879	1,203		
	Son Test	KIZ	23	4,228	,866	-0,165	0,869
		ERKEK	25	4,390	1,163		
Otur Eriş Testi	Ön Test	KIZ	23	20,391	3,602	-2,222	,026
		ERKEK	25	17,172	4,906		
	Son Test	KIZ	23	25,109	5,931	-3,181	,001
		ERKEK	25	19,580	4,951		

*p<0,05

Tablo 4.5 incelendiğinde cinsiyet bakımından ön testte çeviklik koşusunda kızlar erkeklerden daha başarılı oldukları gözlenmiştir (p<0,05).

Otur-eriş testinde her iki ölçümde de kızlar erkeklerden daha başarılı oldukları gözlenmiştir (p<0,05).

Diğer testlerde anlamlı bir fark tespit edilememiştir (p>0,05).

Tablo 4.6: Kız Öğrencilerin Sınıflara Göre Mann-Whitney U Sonuçları

	SNF	N	Mean	Std. Deviation	z	p	
Çeviklik Koşusu 10x5 m	ÖN TEST	Birinci sınıf	7	26,9786	2,46180	-0,501	0,616
		İkinci sınıf	16	26,3338	1,83876		
	SON TEST	Birinci sınıf	7	23,6414	2,72333	-1,069	0,285
		İkinci sınıf	16	22,5850	2,35101		
Sürat Koşusu 20m	ÖN TEST	Birinci sınıf	7	5,0529	,27939	-1,704	0,088
		İkinci sınıf	16	5,4344	,57388		
	SON TEST	Birinci sınıf	7	4,5800	,20445	-0,702	0,483
		İkinci sınıf	16	4,8663	,66666		
Durarak Uzun Atlama	ÖN TEST	Birinci sınıf	7	1,1257	,21678	-,334	0,738
		İkinci sınıf	16	1,1544	,17247		
	SON TEST	Birinci sınıf	7	1,1486	,19642	-1,002	0,316
		İkinci sınıf	16	1,0525	,16369		

Tablo 4.6: Devamı

Sağ El Pençe Kuvveti	ÖN TEST	Birinci sınıf	7	9,771	2,3592	-,268	0,789
		İkinci sınıf	16	9,575	2,2101		
	SON TEST	Birinci sınıf	7	11,400	1,8726	-,267	0,789
		İkinci sınıf	16	11,069	2,3119		
Sol El Pençe Kuvveti	ÖN TEST	Birinci sınıf	7	9,343	1,2674	-,501	0,616
		İkinci sınıf	16	9,063	1,9442		
	SON TEST	Birinci sınıf	7	10,343	1,7348	-,134	0,894
		İkinci sınıf	16	10,538	2,0918		
Top Fırlatma	ÖN TEST	Birinci sınıf	7	3,6371	,54261	-2,138	0,033
		İkinci sınıf	16	*4,2900	,86033		
	SON TEST	Birinci sınıf	7	3,8043	,51423	-1,838	0,066
		İkinci sınıf	16	4,4138	,93518		
Otur Eriş	ÖN TEST	Birinci sınıf	7	21,929	2,2809	-1,272	0,203
		İkinci sınıf	16	19,719	3,9199		
	SON TEST	Birinci sınıf	7	27,071	5,4653	-1,104	0,270
		İkinci sınıf	16	24,250	6,0882		

*p<0,05

Tablo 4.6 incelendiğinde kız öğrencilerin sınıflar arasında top fırlatmada ön testte P=0,033 olarak anlamlı bir fark gösterirken son testte bu anlamlılık gözlemlenmemiştir. Diğer testlerde de sınıflar arasında bir fark gözlemlenmemiştir P>0,05

Tablo 4.7: Erkek öğrencilerin sınıflara göre Mann-Whitney U Sonuçları

	SNF		N	X	SS	z	p
Çeviklik Koşusu 10x5 m	ÖN TEST	Birinci sınıf	9	30,2189	8,84822	-,340	0,734
		İkinci sınıf	16	27,8613	2,36115		
	SON TEST	Birinci sınıf	9	27,3267	7,03769	-1,868	0,062
		İkinci sınıf	16	23,6975	2,44164		
Sürat Koşusu 20m	ÖN TEST	Birinci sınıf	9	5,3867	,84484	-,708	0,479
		İkinci sınıf	16	5,4538	,59141		
	SON TEST	Birinci sınıf	9	5,1056	,67194	-0,849	0,396
		İkinci sınıf	16	4,8763	,51330		
Durarak Uzun Atlama	ÖN TEST	Birinci sınıf	9	,9544	,33197	-2,408	0,016
		İkinci sınıf	16	1,2400	,19284		
	SON TEST	Birinci sınıf	9	1,0278	,25791	-1,559	0,119
		İkinci sınıf	16	1,1900	,19204		
Sağ El Pençe Kuvveti	ÖN TEST	Birinci sınıf	9	8,311	3,7688	-,907	0,364
		İkinci sınıf	16	10,031	2,1932		
	SON TEST	Birinci sınıf	9	9,022	3,8412	-1,870	0,061
		İkinci sınıf	16	11,881	2,5954		

Tablo 4.7: Devamı

Sol El Pençe Kuvveti	ÖN TEST	Birinci sınıf	9	8,544	2,1576	-1,076	,282
		İkinci sınıf	16	9,638	1,9390		
	SON TEST	Birinci sınıf	9	9,300	2,3103	-1,501	,133
		İkinci sınıf	16	11,244	2,6693		
Top Fırlatma	ÖN TEST	Birinci sınıf	9	3,2222	1,27849	-2,151	0,031
		İkinci sınıf	16	4,2488	1,02067		
	SON TEST	Birinci sınıf	9	3,8567	1,05112	-1,727	0,084
		İkinci sınıf	16	4,6900	1,14407		
Otur Eriş	ÖN TEST	Birinci sınıf	9	16,478	5,3635	-0,482	0,630
		İkinci sınıf	16	17,563	4,7675		
	SON TEST	Birinci sınıf	9	19,278	6,9737	-0,511	0,609
		İkinci sınıf	16	19,750	3,6332		

*p<0,05

Tablo 4.7 incelendiğinde erkek öğrencilerin sınıflar arasında top fırlatmada ve durarak uzun atlamada ön testte ($p<0,05$) olarak anlamlılık gösterirken son testte bu ve diğer testlerde sınıflar arasında bir anlamlılık gözlemlenmemiştir ($P>0,05$)

5. TARTIŞMA ve SONUÇ

Bu çalışma 07-08 yaş aralığındaki 1. ve 2. sınıf öğrencilerin eğitsel oyun etkinliklerinin çocukların motorik özelliklerinin gelişimleri üzerindeki etkisini araştırmak amacı ile yapılmıştır.

Oyunun insanlığın var oluşundan günümüze kadar devam eden, eğitimde de aktif ve kalıcı öğrenmede büyük rol oynadığı herkes tarafından bilinmektedir. Eğitsel oyunların motorik beceriler üzerindeki etkisini belirlemek amacı ile yapmış olduğumuz bu çalışmaya 48 öğrenci (23 kız / 25 erkek) gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcıların yaş ortalamaları kızlarda $7,02 \pm ,63$ erkeklerde $7,01 \pm ,58$ olarak belirlenmiştir. Erkek katılımcıların boy ortalamaları $1,28 \pm ,05$ olarak, ağırlık ortalamaları $27,1 \pm 6,3$ olarak, BKİ ortalamaları $16,46 \pm 2,96$ olarak belirlenmiştir. Kız katılımcıların boy ortalamaları $1,28 \pm ,05$ olarak, ağırlık ortalamaları $27,5 \pm 6,0$ olarak, BKİ ortalamaları $16,58 \pm 2,78$ olarak belirlenmiştir. Zhang ve Cheung (2019) Çin'de 6-9 yaş grubuna yaptığı çalışmada 321 erkek öğrencinin yaş ortalaması $7,63 \pm ,95$ olarak, boy ortalamaları $1,26 \pm 9,20$ olarak, ağırlık ortalamaları $26,88 \pm 6,41$ olarak belirlenmiştir. 560 kız öğrencinin yaş ortalaması $7,54 \pm ,94$, boy ortalamaları $1,24 \pm 7,85$ olarak, ağırlık ortalamaları $25,17 \pm 4,38$ olarak belirlenmiştir. Fiziksel özellikleri ele aldığımızda kız öğrenciler ile erkek öğrenciler arasında çalışmalarda boy ve ağırlık bakımından anlamlı bir fark tespit edilememiştir. Ergenlik öncesi döneme kadar erkek ve kız çocuklarında aynı miktarda kas ve kemik kütlesine sahiptir. Kız ve erkek çocuklar arasındaki fiziksel farklar, ergenliğin başlangıcına kadar asgari düzeydedir. (Dinçer & Tutkun.)

Çalışmaya katılan öğrencilerin demografik özellikleri alındıktan sonra değerlendirmeye alınacak olan motorik testler; 10x5m çeviklik koşusu, 20m sürat koşusu, durarak uzun atlama, sağlık topu atma, sağ/sol el pençe kuvveti ölçümü ön test olarak alınmıştır. Ölçümün ardından çocuklarda kuvveti, hareketliliği, sürati, beceriyi ve dayanıklılığı geliştirmesi hedeflenen 29 adet eğitsel oyun oynatılmıştır. 9 hafta sonunda tamamlanan eğitsel oyunların ardından öğrencilerden başta alınan motorik testler son test olarak tekrar alınmış ve değerlendirilmiştir.

9 haftalık eğitsel oyun uygulamasının 7-8 Yaş grubu çocuklarda Çevikliğe etkisi var mıdır?

- 10x5 çeviklik koşusunda cinsiyete bakılmaksızın tüm katılımcılar değerlendirildiğinde; ön test (27,68sn) ile son test (23,99sn) olarak belirlenmiştir. Ön test ve son test arasında gelişme olduğu gözlenmektedir. Bu durumda eğitsel oyunların bu parametrede olumlu bir etki gösterdiği söylenebilir. Koçak ve diğ. (2003) 4. 5. 6. ve 7. Sınıf öğrencilerine yaptığı çalışmada ön test (15,9sn) ve son test (15,2sn) olarak belirlenmiştir. Ön test ile son test arasındaki fark anlamlı bulunmuştur. Bu çalışma sonucumuzu desteklemektedir.

9 haftalık eğitsel oyun uygulamasının 7-8 Yaş grubu çocuklarda Sürate etkisi var mıdır?

- 20m sürat koşusunda cinsiyete bakılmaksızın tüm katılımcılar değerlendirildiğinde; ön test (5,37sn) ve son test (4,87sn) olarak belirlenmiştir. Ön test ve son test arasında sürat bakımından gelişme olduğu gözlenmektedir. Bu durumda eğitsel oyunların bu parametrede olumlu bir etki gösterdiğini söylenebilir. Cirav (2018) 9-10 yaş grubundaki çocuklara uyguladığı eğitsel oyunlar sonucunda 20m koşusunda ön test ile son test arasındaki fark anlamlı bulunmuştur. Bu çalışma sonucumuzu desteklemektedir.

9 haftalık eğitsel oyun uygulamasının 7-8 Yaş grubu çocuklarda Patlayıcı Bacak Kuvvetine etkisi var mıdır?

- Durarak uzun atlama testinde cinsiyete bakılmaksızın tüm katılımcılar değerlendirildiğinde; ön testte (1,1413m) son testte (1,1077m) olarak ölçülmüş, ön test ve son test arasında istatistiksel açıdan bir fark gözlenmemekle birlikte son test ortalama değeri ön test değerinden daha düşük olma eğilimindedir. Çalışmamızda eğitsel oyunların durarak uzun atlama üzerinde olumlu bir etki yaratmamış olduğunu söyleyebiliriz. Ongül (2017) nin çalışmasında durarak uzun atlamada ön test ve son test arasında anlamlı fark gözlenmiştir.

9 haftalık eğitsel oyun uygulamasının 7-8 Yaş grubu çocuklarda El Pençe Kuvvetine etkisi var mıdır?

- El pençe kuvvetinde cinsiyete bakılmaksızın tüm katılımcılar değerlendirildiğinde; her iki elde de ön test ve son test değerlerinde anlamlı bir artış gözlenmiştir. Bu durumda eğitsel oyunların bu parametrede olumlu bir etki gösterdiği söylenebilir. Yılmaz, (2014) 13-16 yaş grubuna yaptığı çalışma sonucunda el pençe kuvvetinde ön test ve son test arasında anlamlı bir fark gözlemlenmiştir. Bu çalışma sonucumuzu desteklemektedir.

9 haftalık eğitsel oyun uygulamasının 7-8 Yaş grubu çocuklarda Kol Fırlatma Kuvvetine etkisi var mıdır?

- Sağlık topu fırlatmada cinsiyete bakılmaksızın tüm katılımcılar değerlendirildiğinde; ön test (3,98m) ve son test (4,31m) arasında anlamlı bir gelişme gözlenmektedir. Bu durumda eğitsel oyunların bu parametrede olumlu bir etki gösterdiği söylenebilir. Ongül ve diğ. (2017) 9-10 yaş grubundaki kişilere uyguladığı eğitsel oyunlar sonucunda sağlık topu atmada ön test ve son testte anlamlı fark olduğu gözlenmiştir. Bu çalışma sonucumuzu desteklemektedir.

9 haftalık eğitsel oyun uygulamasının 7-8 Yaş grubu çocuklarda Gövde Esnekliğine etkisi var mıdır?

- Otur-eriş testlerinde cinsiyete bakılmaksızın tüm katılımcılar değerlendirildiğinde; ön testte ve son test arasında istatistiksel olarak anlamlı bir gelişme görülmektedir. Bu durumda eğitsel oyunların bu parametrede olumlu bir etki gösterdiğini söylenebilir. Elieyioğlu, (2014) yaptığı çalışmada esneklik ölçümünde ön testte (7,83cm) son test (9,41cm) arasında anlamlı fark gözlemlenmiştir. Bu çalışma sonucumuzu desteklemektedir.

7-8 Yaş grubu çocuklarda 9 haftalık eğitsel oyun uygulaması motor becerilerin gelişiminde Cinsiyete göre farklılık göstermekte midir?

- 10x5m çeviklik koşusunda kız öğrenciler ile erkek öğrenciler arasında yapılan karşılaştırmada ön testte erkeklerin (28,710) kızlardan (26,530) daha yavaş oldukları gözlenmiştir. Güçlüöver ve diğ (2019) 9-10 yaş aralığında yaptığı çalışmada erkeklerin (24,20) kızların (25,93) aralarında anlamlı bir fark olduğu gözlemlenmektedir. Erkeklerin kızlardan daha hızlı olduğu gözlenmiştir.

- 20m sürat koşusunda kız öğrenciler ile erkek öğrenciler arasında yapılan karşılaştırmada anlamlı fark gözlemlenmemiştir. Karagöz ve diğ. (2015) 8 yaş grubuna yaptığı araştırmada erkeklerde (4,15±0,38) kızlarda (4,69±0,58) olarak belirlenmiş ve aralarında anlamlı bir fark olmadığı gözlemlenmektedir.
- Durarak uzun atlamada kız öğrenciler ile erkek öğrenciler arasında yapılan karşılaştırmada anlamlı fark gözlemlenmemiştir. Güçlüöver ve diğ. (2019) 9-10 yaş aralığında yaptığı çalışma sonucunda kızlar ve erkekler arasında anlamlı bir fark gözlemlenmemiştir. Bu çalışma sonucumuzu desteklemektedir.
- El pençe kuvvetinde kız öğrenciler ile erkek öğrenciler arasında yapılan karşılaştırmada anlamlı fark gözlemlenmemiştir. Yılmaz, (2014) 13-16 yaş aralığında yaptığı çalışma sonucunda kızlar ve erkekler arasında anlamlı bir fark gözlemlenmemiştir. Bu çalışma sonucumuzu desteklemektedir.
- Sağlık topu fırlatmada kız öğrenciler ile erkek öğrenciler arasında yapılan karşılaştırmada anlamlı fark gözlemlenmemiştir. Karagöz ve diğ. (2015) 8 yaş grubuna yaptığı araştırmada kızlarda (10,23±3,48) erkeklerde ise (15,64±3,55) olarak belirlenmiş ve aralarında anlamlı bir olduğu gözlemlenmektedir.
- Otur-eriş testlerinde her iki cinste de gelişme gözlenirken, her iki testte de kız öğrenciler (20,391-25,109 cm) erkek öğrencilerden (17,172-19,580 cm) daha başarılı bulunmuştur. Yılmaz, (2014) 13-16 yaş aralığında yaptığı çalışmada kız öğrencilerde (15,10 ± 5,75 - 18,70 ± 5,16 cm) erkek öğrencilerde (11,08±4,27 - 14,58±5,63 cm) olarak bulunmuştur. Erkeklerde ve kızlarda gelişme gözlenirken, kız öğrenciler daha başarılı bulunmuştur. Bu çalışma sonucumuzu desteklemektedir.

7-8 Yaş grubu çocuklarda 9 haftalık eğitsel oyun uygulaması motor becerilerin gelişiminde Sınıflara göre farklılık göstermekte midir?

- 10x5m çeviklik testinde sınıflara göre değerlendirildiğinde her iki cinste de ön test ve son test sonuçları benzer bulunmuştur. Sınıflar arasında gelişim yönünden bir farklılık gözlemlenmemiştir.

- 20m sürat koşusunda sınıflar arasında karşılaştırma yaptığımızda kız öğrencilere ve erkek öğrencilerin ön testlerinde ve son testleri arasında istatistiksel olarak anlamlı fark gözlemlenmemiştir. Çıplak ve diğ. (2020) 12-15 yaş aralığında yaptığı çalışmada yaş bazında baktığında dereceler arasında yüksek anlamlı bir fark gözlenmiştir.
- Durarak uzun atlama için sınıflar bazında baktığımızda erkeklerde ön testte birinci sınıf (0,95m) atlarken, ikinci sınıf (1,24m) atmıştır. Bu sonuç istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Ancak son testte sınıflar arasında erkekler bakımından bir fark gözlenmemiştir. Kızlarda ise ön test ve son test değerleri benzer bulunmuştur. Urla (2014) 10-12 yaş aralığında yaptığı çalışmada kızlarda ve erkeklerde sınıf bazında baktığında 4. Sınıf ve 5. Sınıf arasında anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir. Bu çalışma sonucumuzu desteklemektedir.
- El pençe kuvvetinde sınıf bazında baktığımızda erkeklerde ve kızlarda sınıflara göre ön test ile son test arasında fark gözlemlenmemiştir. Urla (2014) 10-12 yaş aralığında yaptığı çalışmada kızlarda sınıf bazında baktığında sağ ve sol elde anlamlı bir fark görülmüştür. Erkeklerde ise sol elde anlamlı bir fark oluşurken sağ elde anlamlı fark görülmemektedir.
- Top fırlatma testine sınıf bazında kızlarda ve erkeklerde baktığımızda ön testte birinci sınıf ile ikinci sınıf arasında fark gözlenirken son testte iki cinstede fark gözlemlenmemiştir. Urla (2014) 10-12 yaş aralığında yaptığı çalışmada kızlarda ve erkeklerde sınıf bazında baktığında 4. Sınıf ve 5. Sınıf arasında anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir. Bu çalışma sonucumuzu desteklemektedir.
- Otur eriş testine sınıflar arasında karşılaştırma yaptığımızda kız öğrencilere ve erkek öğrencilerin ön testlerinde ve son testlerinde istatistiksel olarak anlamlı fark gözlemlenmemiştir. Urla (2014) 10-12 yaş aralığında yaptığı çalışmada kızlarda ve erkeklerde sınıf bazında baktığında 4. Sınıf ve 5. Sınıf arasında anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir. Bu çalışma sonucumuzu desteklemektedir.

Sonuç olarak 9 Haftalık Eğitsel oyunlar uygulamasının 7-8 Yaş grubu çocuklarda Temel Motor Özellikler üzerine etkisi var mıdır?

- Cinsiyete bakılmaksızın yapılan ön test ve son test karşılaştırmada; durarak uzun atlama dışında yapılan tüm testlerde olumlu yönde fark gözlenmiştir. Zachopoulou ve diğ. (2004) 4-6 yaş grubuna uygulanan çalışmada ve Lestari ve Ratnaningsih (2016) yılında 5-6 yaş grubuna uygulanan çalışmada da eğitsel oyunların çocukların ilgisini tetiklediği ve aktivitelerini, kas gelişimini, doygunluğu azaltmayı ve becerilerini eğlenceli bir şekilde geliştirmeye istekli olmalarını sağladı görülmektedir.
- Cinsiyete göre karşılaştırdığımızda; ön ve son testler arasında otur-eriş testi dışındaki ölçümlerde anlamlı bir fark tespit edilmemiştir. Zhang ve Cheung (2019) Çin’de 6-9 yaş grubuna yaptığı çalışmada temel motor performansındaki değişikliklerde cinsiyet farklılığında belirgin bir fark ortaya koymamıştır. Bu da erkek ve kız çocukları için temel motor becerilerinin iyileşmesi üzerinde benzer etkilere neden olduğunu göstermektedir.
- Sınıflara göre karşılaştırıldığında; Erkek öğrencilerin sınıflar arasında top fırlatmada ve durarak uzun atlamada ön testte 2. Sınıfların daha başarılı olduğu gözlenirken son testte ve diğer testlerde sınıflar arasında anlamlı fark gözlemlenmemiştir. Kız öğrencilerin sınıflar arasında top fırlatmada ön testte 2. Sınıfların daha başarılı oldukları gözlenirken son testte bu anlamlılık gözlemlenmemiştir. Diğer testlerde de sınıflar arasında anlamlı fark gözlemlenmemiştir. Zhang ve Cheung (2019) Çin’de 6-9 yaş grubuna yaptığı çalışmada küçük yaş gruplarındaki çocukların temel motor becerilerinde daha fazla iyileşme gösterdiği bulunmuştur.

KAYNAKÇA

- Akandere, M. (2004).** Eğitici Okul Oyunları. Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Aral, N. & Baran, G. (2000).** Drama İstanbul: Ya-Pa Yayıncılık
- Cirav, Ö. (2018).** 9-10 Yaş Grubu Çocuklara Uygulanan Eğitsel Oyun Aktivitelerinin Fiziksel ve Motorik Özelliklerine Etkisi Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü
- Çelik, A. & Şahin, M. (2013).** Spor ve Çocuk Gelişimi. *International Journal Of Social Science*
- Çıplak, M. E., Yamaner, F., İmamoğlu, O. (2020).** Sporcu Eğitim Merkezi Güreşçilerinde Yaş Seviyelerine Göre Sürat Kuvvet ve Esneklik Değerleri Karşılaştırılması, Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimler Dergisi 14(1), 84-94
- Çoban, B. & Nacar, E. (2013).** İlköğretim 1. Kademe Eğitsel Oyunlar (3.Baskı). Ankara: Nobel Yayıncılık
- Demiral, Ş. (2010).** Judo Çalışan 7–12 Yaş Grubu Çocuklarda (Bay-Bayan) Judo Eğitsel Oyunlarının Motor Becerilerin Gelişimine Etkisinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Dinçer, Ç. & Tutkun, C.** Fiziksel Büyüme ve Motor Gelişim, İstanbul Üniversitesi Açık ve Uzaktan Eğitim Fakültesi
- Duman, G. (2015)** Beden Eğitimi ve Oyun. Ankara: Eğiten Kitap Yayınları
- Elieyioğlu, S. (2014).** 10-15 Yaş İşitme Engelli Öğrencilerde Sportif Eğitsel Oyunların Fiziksel Gelişimlerine Etkisinin Araştırılması. Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
- Güçlüöver, A., Şahin, İ. N., Güllü, M., Esen, H. T. (2019).** Sporda Yetenek Seçimi ve Spora Yönlendirmede 9-10 Yaş Çocukların Fiziksel Özellikleri ve Performans Profillerinin İncelenmesi, Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi, Cilt No: 4, Sayı: 2
- Hazar, M. (1996).** Beden Eğitimi ve Sporda Oyunla Eğitim. Ankara: Tutibay Yayınları
- Karagöz, Ş., Erdoğan, M., Celepaksoy, F., Bozlak, K., Alkan, F. (2015).** Minik Tenisçilerde Bazı Fiziksel ve Fizyolojik Parametrelerin Yer Vuruş Performansına Etkisinin İncelenmesi, Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi Cilt 9, Özel Sayı
- Koçak, S. & Kartal, A. (2003).** İlköğretim Öğrencilerinin Bir Öğretim Döneminde Fiziksel Uygunluk Gelişimindeki Değişimin İncelenmesi, Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi VIII, 1:53-60
- Lestari1, I. & Ratnaningsih T. (2016)** The Effects of Modified Games on the Development of Gross Motor Skill in Preschoolers, *International Journal of Evaluation and Research in Education (IJERE)*

- Milli Eğitim Bakanlığı. (2013).** Çocuk Gelişimi ve Eğitimi: Psikomotor Gelişim. Ankara: Milli Eğitim Bakanlığı Yayınları.
- Muratlı, S., Kalyoncu, O., Şahin, G. (2011).** Antrenman ve Müsabaka. Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Ongül, E., Bayazıt, B., Yılmaz, O. & Güler, M. (2017).** Oyun ve Fiziki Etkinlikler Dersinin Çocuklarda Seçilmiş Motorik Özellikler Üzerine Etkisi. Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi/*Journal Sport Science Research*.
- Opstoel, K., Pion, J., Elferink-Gemser, M., Hartman, E., Willemse, B., Philippaerts, R., ... & Lenoir, M. (2015).** Anthropometric Characteristics, Physical Fitness and Motor Coordination of 9 to 11 Year Old Children Participating In A Wide Range Of Sports. *PloS one*, 10(5), e0126282.
- Özer, D. S. & Özer, K. (2012).** Çocuklarda Motor Gelişim. (7.Basım) Ankara: Nobel Yayınevi.
- Özer, K. (2013).** Fiziksel Uygunluk (4. Baskı). Ankara: Nobel Yayıncılık
- Özer, M. K. (2013).** Egzersiz Fizyolojisi Laboratuvar El Kitabı Ss 48-49
- Pehlivan, H. (2005).** Oyun ve Öğrenme (4. Baskı). Ankara: Anı Yayınları
- Poyraz, H. (2003).** Okul Öncesi Dönemde Oyun ve Oyuncak (2. Basım) Ankara: Anı Yayınları.
- Sağlam, T. (1997).** Türk Çocuk Oyunlarında Ritüel Öğeler, Çocuk Kültürü. I. Ulusal Çocuk Kültürü Kongresi Bildirileri, 1997, Ankara Üniversitesi. Ankara, Türkiye.
- Sevim, Y. (2010).** Antrenman Bilgisi. Ankara: Nobel Yayıncılık
- Taşkıran, Y. (2003).** Klasik Antrenman Teorisi. (1.Basım). İzmit: Yayıncı Yayınları Ss 31
- Timurkaan, S., Özen, G., Güllü, M., Meriç, F., Uğraş, S., & Çelik Çoban, D. (2013).** Güzel Sanatlar ve Spor Liseleri / Eğitsel Oyunlar. Ankara: Meb Devlet Kitapları.
- Urlu, Y. (2014).** 10-12 Yaş Grubu Çocukların Fiziksel Aktivite Düzeylerinin Araştırılması (Antalya İli Örneği) Yüksek Lisans Tezi Balıkesir Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Balıkesir
- Weineck, J. (1990).** Optimales Trainings Lehre. Erlangen.
- Yalçın, K. Y., Demirdağ, M., Kazak, Ö. O. (2017).** Spor Lisesi Eğitsel Oyunlar Ders Kitabı MEB
- Yan, Y. (2007)** 10-13 Yaş Çocuklarda Sosyo-Ekonomik Yapının Fiziksel Aktivite ve Fiziksel Uygunluk Düzeyine Etkisi, Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul
- Yavuzer, H. (2000).** Bedensel, Zihinsel ve Sosyal Gelişimiyle Çocuğunuzun İlk 6 Yılı (30. Basım) İstanbul: Remzi Kitapevi
- Yılmaz, M. (2014).** 8 Haftalık Kuvvet Antrenmanın 13-16 Yaş Arası Çocuklarda Bazı Fiziksel Uygunluk Parametrelerine Etkisinin İncelenmesi

Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü,
Konya

Zachopoulou, E., Tsapakidou, A., Derri V. (2004) The Effects Of A Developmentally Appropriate Music And Movement Program On Motor Performance, *Early Childhood Research Quarterly*

Zhang, L. & Cheung, P. (2019) Making a Difference in PE Lessons: Using a Low Organized Games Approach to Teach Fundamental Motor Skills in China, *International Journal of Environmental Research and Public Health*

EKLER



T.C.
İSTANBUL GEDİK ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Yazı İşleri Müdürlüğü

Sayı : 20788822-050.01.04-155200
Konu : Etik Kurul Kararı Hk. (Prof. Dr. M. Kamil ÖZER)

Sayın Prof. Dr. M. Kamil ÖZER

29.01.2020 tarihli ve 2020/01 sayılı Etik Kurul toplantısında, Prof. Dr. M. Kamil ÖZER'in, "Çocuklara Uygulanan Eğitsel Oyun Aktivitelerinin Fiziksel ve Motorik Özelliklerine Etkisi" adlı başvurusunun etik olarak uygun olduğuna katılanların oy birliği ile karar verildi.

Bilgilerinizi rica ederim.

Prof. Dr. Berin ERGİN
(Başkan)

İZİNLI

Prof. Dr. Feride ÖNAL
(Üye)

Doç. Dr. Murat DANIŞMAN
(Üye)

Cem Murat TÜRKKAN
Genel Sekreter
(Üye)

Prof. Dr. Süha ATATÜRE
(Üye)

Prof. Dr. Mehmet Yavuz TAŞKIRAN
(Üye)

Dr. Öğr. Üyesi Hayrettin MUTLU
(Üye)

Adres : T.C. İstanbul Gedik Üniversitesi Cumhuriyet Mahallesi İlbahar Sokak No: 1-3-5 34876 Yakacık Kartal İstanbul

Telefon : 444 5 438 / Dahili: 1196 Fax : 0216 452 87 17 Ayrıntılı bilgi için: Ozan YILDIZ

Veli Onay Mektubu

Sayın Veliler;

İstanbul Gedik Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Hareket ve Antrenman Anabilim dalında yüksek lisans tezim kapsamında “Çocuklarda Uygulanan Eğitsel Oyun Etkinliklerinin Fiziksel ve Motorik Özelliklerine Etkisi” başlıklı araştırma projesini yürütmekteyim. Araştırmamın amacı eğitsel oyunlar ile işlenen beden eğitimi derslerinin fiziksel ve motorik beceriler üzerindeki etkisini incelemektir. Bu amaç ile çocuklarınızın ve sizin bazı anketlere ve testlere katılmanıza ihtiyaç duymaktayım.

Katılmasına izin verdiğiniz takdirde, çocuğunuz testlere okulda beden eğitimi ders saatleri içerisinde dersin kazanımları aksatılmadan yapılacaktır. Anne-baba anketleri ise size çocuğunuz aracılığıyla ulaştırılacaktır. Araştırma içerisinde çocuğunuzun ve sizin bilgileriniz gizli tutulacaktır, her bir öğrenciye katılımcı numarası verilecektir ve katılımcıların kimlikleri sadece beden eğitimi öğretmenleri tarafından bilinecektir. Doldurulan anketler sadece bilimsel araştırma amacıyla kullanılacaktır. Bu formu imzaladıktan sonra hem siz hem de çocuğunuz katılımcılıktan ayrılma hakkına sahipsiniz. Araştırma sonuçlarının özeti tarafımdan okula ulaştırılacaktır.

Anketleri doldurarak bana sağlayacağınız bilgiler eğitim düzeyiniz ve mesleki durumunuzla ilgili olacaktır. Araştırmayla ilgili sorularınızı aşağıdaki e-posta adresini veya telefon numarasını kullanarak bana yöneltebilirsiniz.

Saygılarımızla,

Yüksek Lisans Öğrencisi: Nora AYNACIYAN

Araştırma Yürütücüsü: Prof. Dr. M. Kamil ÖZER

Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri

Hareket ve Antrenman Anabilim Dalı

İstanbul Gedik Üniversitesi, İstanbul

e-posta: noraaynaciyan@gmail.com

Lütfen bu araştırmaya katılmak konusundaki tercihinizi aşağıdaki seçeneklerden size en uygun gelenin altına imzanızı atarak belirtiniz ve bu formu çocuğunuzla okula geri gönderiniz.

A) Bu araştırmaya tamamen gönüllü olarak katılıyorum ve çocuğum'nın da katılımcı olmasına

İZİN VERİYORUM İZİN VERMİYORUM

B) Çalışmayı istediğim zaman yarıda kesip bırakabileceğimi biliyorum ve verdiğim bilgilerin bilimsel amaçlı olarak kullanılmasını

KABUL EDİYORUM. KABUL ETMİYORUM

C) Anne eğitim durumu / mesleki durumu

...../.....


D) Baba eğitim durumu / mesleki durumu

...../.....

Anne / Baba Adı-Soyadı

İmza

ÖZGEÇMİŞ

Adı	Nora	Soyadı	AYNACIYAN	
Doğum Yeri	İstanbul	Doğum Tarihi	06.03.1995	
Uyruğu	T.C	Tel	0 (538) 284 5159	
E-mail	noraaynaciyan@gmail.com			

Eğitim Düzeyi

	Mezun Olduğu Kurum	Mezuniyet Yılı
Yüksek Lisans		
Lisans	İstanbul Gedik Üniv. Spor Bilimleri Fakültesi- Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	2017
Lise	Özel Surp Haç Ermeni Lisesi	2013

İş Deneyimi

Görevi	Çalıştığı Kurum	Süre (Yıl - Yıl)
Beden Eğitimi ve Spor Öğretmeni	Özel Yeşilyurt Açık Koleji	2018 – devam ediyor

Yabancı Dil	Okuduğunu Anlama	Konuşma	Yazma
İngilizce	Orta	Orta	Orta
Ermenice	Orta	İyi	Orta

	Sayısal	Eşit Ağırlık	Sözel
Ales Puanı (19.11.2017)			66,95477

