



**İLKOKUL ÖĞRENCİLERİNDE SOSYO EKONOMİK
FAKTÖRLERİN FİZİKSEL UYGUNLUK
PARAMETRELERİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ
(BİR ÖZEL OKUL ÖRNEĞİ)**

**Aslıhan BUKSUR
1178212151**

**BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI
YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**DANIŞMAN:
Doç. Dr. Umut CANLI**

Tez No: 2021/109

2021-TEKİRDAĞ

**TÜRKİYE CUMHURİYETİ
TEKİRDAĞ NAMIK KEMAL ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

**İLKOKUL ÖĞRENCİLERİNDE SOSYO EKONOMİK
FAKTÖRLERİN FİZİKSEL UYGUNLUK PARAMETRELERİNE
ETKİSİNİN İNCELENMESİ**

**Aslıhan BUKSUR
1178212151**

**BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI
YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**DANIŞMAN
Doç. Dr. Umut CANLI**

Tez No:2021/109

2021 – TEKİRDAĞ

KABUL ve ONAY

Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü
Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Yüksek Lisans Programı
çerçevesinde Doç. Dr. Umut CANLI danışmanlığında yürütülmüş
bu çalışma aşağıdaki jüri tarafından
Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

Tez Savunma Tarihi

...../...../.....

Unvanı, Adı ve Soyadı
Üniversitesi
Jüri Başkanı

Unvanı, Adı ve Soyadı
Üniversitesi
Üye

Unvanı, Adı ve Soyadı
Üniversitesi
Üye

Unvanı, Adı ve Soyadı
Üniversitesi
Üye

Unvanı, Adı ve Soyadı
Üniversitesi
Üye

Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Yüksek Lisans Programı öğrencisi Aslıhan BUKSUR' un "İlkokul Öğrencilerinde Sosyo Ekonomik Faktörlerin Fiziksel Uygunluk Parametrelerine Etkisinin İncelenmesi" başlıklı tezi 21.06.2021 günü saat11:00'da Namık Kemal Üniversitesi Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliği'nin ilgili maddeleri uyarınca değerlendirilerek kabul edilmiştir.

Unvanı, Adı ve Soyadı
Enstitü Müdürü

TEŞEKKÜR

Öncelikle, bana bu süreçte inanan, güvenen, benimle her türlü bilgi ve birikimini son ana kadar paylaşan birlikte çalışmaktan ve öğrencisi olmaktan gurur ve onur duyduğum değerli danışmanım sayın Doç.Dr. Umut CANLI 'ya ve değerli ailesine;

Tez yazım sürecimin en başından bu zamana kadar yol gösteren değerli hocam sayın Dr. Bilal KARAKOÇ'a;

Beni kayıtsız şartsız her koşulda seven ve güvenen, binbir zorlukla eğitim hayatımı destekleyen, varlıklarıyla bana büyük güç veren babam Muhammet, annem Güldane, kız kardeşlerim Hülya, Hümeysra, Öykü, eniştem Hasan'a;

Güzel gülüşü ile hiç aklımdan çıkmayan, bana her zaman ve her durumda büyük güç veren, gülüşü ile tüm yorgunluğumu atmama yardımcı olan, dünyalar tatlısı canım Masal'a;

Çalışmama kaynaklık eden Başakşehir Okulları öğrencilerine ve yönetime;

Tez yazım sürecinde, O'nu çok ihmal etmeme rağmen beni sevmekten ve desteklemekten vazgeçmeyen fedakâr Canım Kendime;

Tez yazım sürecinde Türküleri ile hep ilham veren üstad Neşet ERTAŞ'a;

Son olarak üzerimde emeği olan herkese binlerce teşekkür ederim. İyi ki varsınız.

ÖZET

Aslıhan, B. İlkokul Öğrencilerinde Sosyo-ekonomik Faktörlerin Fiziksel Uygunluk Parametrelerine Etkisinin İncelenmesi (Bir Özel Okul Örneği), Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, Tekirdağ, 2021. Bu araştırma ilkökul öğrencilerinde sosyo-ekonomik faktörlerin fiziksel uygunluk parametrelerine etkisinin incelenmesi amacı ile yapılmıştır. Özel bir ilkökulda öğrenim gören 44 kız öğrenci ve 39 erkek öğrenci olmak üzere toplam 83 öğrenci araştırmaya gönüllü olarak katılmıştır. Öğrencilerin fiziksel uygunluk düzeylerini değerlendirmek için Eurofit Test Bataryası kullanılmıştır. Eurofit test bataryası kapsamında; öğrencilerin vücut ağırlığı ve boy uzunluğu değerleri ölçülmüştür. Motorik performansların belirlenmesinde ise, flamingo denge, diske dokunma, otur-uzan, durarak uzun atlama, mekik, bükülü kol asılma ve 5x10 metre mekik testleri kullanılmıştır. Demografik özelliklerin belirlenmesinde araştırmacılar tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Verilerin normal dağılıp dağılmadığı basıklık ve çarpıklık değerleri ile kontrol edilmiştir. İstatistiksel analiz boyutunda; betimsel analiz (ortalama, standart sapma, medyan, min-maks değer, oran, frekans), bağımsız örneklem t testi (Independent Samples t test), tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Ayrıca, Scheffe ve LSD post hoc analizlerinden yararlanılmıştır. Araştırmalardan elde edilen bulgularda; anne eğitim düzeyinin öğrencinin fiziksel uygunluk düzeylerini etkilemediği tespit edilmiştir ($p>0,05$). Baba eğitim düzeyinin sadece flamingo denge testi puanlarında anlamlı bir fark oluşturduğu belirlenmiştir ($p<0,05$). Anne mesleğine göre öğrencilerin boy uzunluğu, vücut ağırlığı ve mekik testi puanlarında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ($p>0,05$). Baba mesleğine göre ise öğrencilerin sadece durarak uzun atlama testi puanlarında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ($p>0,05$). Ailede bulunan kişi sayısı ve ailede lisanslı olarak spor yapan olması öğrencilerin fiziksel uygunluk düzeylerinde anlamlı bir farklılık oluşturmamaktadır ($p>0,05$). Ailelerinin aylık ortalama gelirleri ile otur-uzan testi puanları arasında negatif yönlü zayıf bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir ($r=0.30$; $p<0,05$). Öğrencilerin sporcu lisansına sahip olması açısından, boy uzunluğu, durarak uzun atlama testi, mekik testi, bükülü kol asılma testi, 5x10 metre mekik koşusu testi puanlarında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ($p>0,05$). Öğrencilerin geleneksel çocuk oyunlarına katılma açısından boy

uzunluğu, vücut ağırlığı, durarak uzun atlama testi, mekik testi, bükülü kol asılma testi, 5x10 metre mekik koşusu testi bulgularında anlamlı fark tespit edilmiştir($p>0,05$)

Sonuç olarak, anne eğitim düzeyinin öğrencilerin fiziksel uygunluk düzeylerini etkilemediği, baba eğitim düzeyinin ise öğrencilerin sadece denge düzeylerinde etkili olduğu, anne mesleğinin öğrencilerin boy uzunluğu, vücut ağırlığı, kor kuvveti dayanıklılığında, baba mesleğinin ise patlayıcı gücü temsil eden durarak uzun atlama değerlerinde etkili olduğu tespit edilmiştir. Ailede bulunan kişi sayısının ve ailede lisanlı olarak spor yapan bireyin olması öğrencilerin fiziksel uygunluk düzeylerini etkilemediği belirlenmiştir. Ailenin aylık ortalama gelirindeki artış ile beraber öğrencilerin esneklik düzeylerinin zayıf düzeyde olsa azaldığı belirlenmiştir. Öğrencinin sporcu lisansına sahip olmasının boy uzunluğu, patlayıcı kuvvet, kor kuvveti dayanıklılığı, üst ekstremitte kuvveti dayanıklılığı, çevikliği ve yine öğrencilerin geleneksel çocuk oyunlarına katılmasının boy uzunluğu, vücut ağırlığı, patlayıcı kuvvet, kor kuvveti dayanıklılığı, üst ekstremitte kuvveti dayanıklılığı ve çevikliği olumlu yönde etkilediği belirlenmiştir.

Anahtar kelimeler: Fiziksel uygunluk, ilkokul öğrencileri, sosyo-ekonomik düzey.

ABSTRACT

Aslihan, B. Analysis of the Effect of Socio-Economic Factors on Physical Fitness Parameters in Primary School Students (A Private School Example), Tekirdag Namik Kemal University Institute of Health Sciences, Physical Training and Sports Department, Master Thesis, Tekirdag, 2021. This study was conducted to analyze effects of socio-economic factors on physical fitness parameters in primary school students. A total of 83 students, 44 girls and 39 boys, studying at a private primary school voluntarily participated in the study. Eurofit Test Battery was used to assess physical fitness levels of students. Body weight and body height values were measured in the scope of Eurofit test battery. In order to determine motoric performances flamingo balance, touching to the disc, sit and reach, standing long jump, sit up, bent-arm hang, and 5x10 meter shuttle tests were used. Personal information form prepared by the researchers was used to determine demographic properties. Kurtosis and skewness values were used to control whether data had normal distribution. At statistical analysis; descriptive analysis (mean, standard deviation, median, minimum-maximum value, rate, frequency), independent samples t test, and unidirectional variance analysis (ANOVA) were used. In addition, Scheffe and LSD post hoc analysis were made. Study findings demonstrated that parents' level of education did not affect physical fitness levels of students ($p>0.05$). Paternal education level was only demonstrated to make a significant difference in flamingo balance test scores ($p<0.05$). A significant difference was found in body heights, body weights, and sit up test scores of students based on maternal vocation ($p>0.05$). Based on paternal vocation, significant difference was found only in terms of standing long jump test scores of students ($p>0.05$). Number of family members and existence of licensed athletes in the family also did not create a significant difference in terms of physical fitness levels ($p>0.05$). A weak negative relationship was found between average incomes of families and sit and reach test scores ($r=0.30$; $p<0.05$). When having athlete licenses is considered, meaningful difference was found at body height, standing long jump test, crunch test, bent-arm hang test, 5x10 meter shuttle run test scores of students ($p>0.05$). When participation of students in traditional children's games is considered, meaningful difference was found at body height, body weight, standing long jump test, crunch test, bent-arm hang test, 5x10 meter shuttle run test findings ($p>0.05$)

As a result, it was determined that maternal education level did not affect physical fitness levels of students, paternal education level was effective only on balance levels of students, maternal vocation was effective on body height, body weight and core strength resilience while paternal vocation was effective on standing long jump values representing explosive strength. Number of family members and having licensed athletes in the family were found to not impact physical fitness levels of students. It was found that with increase in monthly average income of family, there was a weak decrease in flexibility levels of students. It was found that having athlete licenses of students positively affected standing height, explosive strength, core strength resistance, upper extremity strength resistance, agility while participation of students in traditional children's games also positively affected body height, body weight, explosive strength, core strength resistance, upper extremity strength resistance, and agility of students.

Keywords: Physical fitness, primary school students, socio-economic level.

İÇİNDEKİLER

	Sayfa
KABUL ve ONAY	iv
TEŞEKKÜR	v
ÖZET.....	vi
ABSTRACT	viii
İÇİNDEKİLER	x
SİMGELER VE KISALTMALAR	xii
TABLolar	xiii
1. GİRİŞ	1
1.1. Araştırmanın Önemi.....	3
1.2. Araştırmanın Amacı	5
1.3. Araştırmanın Hipotezleri	5
1.4. Araştırmanın Varsayımları.....	6
1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları	6
2. GENEL BİLGİLER.....	7
2.1. Aile Kavramı	7
2.2. Sosyal Ekonomik Etmenlerin Aile Yapısına Etkileri.....	8
2.3. Çocukların Yaş Dönemleri	10
2.3.1. Bebeklik Dönemi (0-2 Yaş).....	10
2.3.2. İlk Çocukluk Dönemi (3-6 Yaş)	10
2.3.3. İkinci çocukluk (ilkokul) (7-11 yaş).....	13
2.3.4. Ergenlik dönemi 12-18 yaş	15
2.4. Çocukların Gelişim Alanları	16
2.4.1. Fiziksel Gelişim	16
2.4.2. Psikomotor Gelişim.....	17
2.4.3. Sosyal Gelişim.....	19
2.4.4. Bilişsel Gelişim.....	20
2.5. Fiziksel Uygunluk.....	21
2.5.1. Fiziksel Uygunluk Parametreleri.....	21
3. GEREÇ VE YÖNTEM	28
3.1. Araştırmanın Modeli	28

3.2. Araştırma Grubu	28
3.3. Veri Toplama Araçları	28
3.4. Kişisel Bilgi Formu.....	28
3.5. Fiziksel Uygunluk Ölçüm Testleri	29
3.5.1. Boy Uzunluğu Ölçümü.....	29
3.5.2. Vücut Ağırlığı Ölçümü	29
3.5.3. Eurofit Test Bataryası	29
3.6. Verilerin Toplanması	31
3.7. Verilerin Analizi	32
4. BULGULAR.....	33
5. TARTIŞMA	51
6. SONUÇ VE ÖNERİLER.....	57
6.1. Sonuçlar	57
6.2. Öneriler	59
6.2.1. Araştırmaya Yönelik Öneriler	59
6.2.2. Uygulamaya Yönelik Öneriler	59
KAYNAKLAR	61
EKLER.....	68
EK 1. Kişisel Bilgi Formu	
EK 2. Etik Kurul Onay Kararı	
EK 3. Özel Başakşehir Okulları İzin Dilekçesi	

SİMGELER VE KISALTMALAR

AAHPERD	American Alliance for Health, Physical Education, Recreation and Dance
cm	Santimetre
DEXA	Dual-Enerji X-ray Absorptiometre
dk	Dakika
kg	Kilogram
m	Metre
n	Sayı
NCYFS	National Children and Youth Fitness Study Tests
O ₂	Oksijen
sn	Saniye
TL	Türk Lirası
VKİ	Vücut Kitle İndeksi
η^2	Eta-kare

TABLOLAR

	Sayfa
4.1 Öğrencilerin yaş, cinsiyet ve sınıf düzeylerine yönelik frekans ve yüzdeler dağılımları	33
4.2 Öğrencilerin yaş, boy uzunluğu ve vücut ağırlığına yönelik tanımlayıcı istatistikler	34
4.3 Öğrencilerin fiziksel uygunluk parametrelerine yönelik tanımlayıcı istatistikler	34
4.4 Ailelerin ortalama aylık gelirlerine yönelik tanımlayıcı istatistikler.....	35
4.5 Öğrencilerin aile bireylerinin bilgilerine yönelik frekans ve yüzdeler dağılımları	35
4.6 Öğrencilerin herhangi bir spor branş da lisansa sahip olması ve geleneksel çocuk oyunlarına katılımına yönelik frekans ve yüzdeler dağılımları	36
4.7 Öğrencilerin fiziksel uygunluk parametrelerinin anne eğitim düzeyi açısından tanımlayıcı verileri	37
4.8 Öğrencilerin fiziksel uygunluk parametrelerinin anne eğitim düzeyi açısından karşılaştırması	38
4.9 Öğrencilerin fiziksel uygunluk parametrelerinin baba eğitim düzeyi açısından tanımlayıcı verileri	39
4.10 Öğrencilerin fiziksel uygunluk parametrelerinin baba eğitim düzeyi açısından karşılaştırması	40
4.11 Öğrencilerin fiziksel uygunluk parametrelerinin anne mesleği açısından tanımlayıcı verileri	41
4.12 Öğrencilerin fiziksel uygunluk parametrelerinin anne mesleği açısından karşılaştırması.....	42
4.13 Öğrencilerin fiziksel uygunluk parametrelerinin baba mesleği açısından tanımlayıcı verileri	44
4.14 Öğrencilerin fiziksel uygunluk parametrelerinin baba mesleği açısından karşılaştırması.....	45
4.15 Öğrencilerin fiziksel uygunluk parametrelerinin aile birey sayısı açısından karşılaştırılması	46

- 4.16 Öğrencilerin fiziksel uygunluk parametrelerinin ailede lisanslı spor yapan olup olmadığı açısından karşılaştırılması 47
- 4.17 Öğrencilerin fiziksel uygunluk parametrelerinin aylık ortalama gelir ile ilişkisi 48
- 4.18 Öğrencilerin fiziksel uygunluk parametrelerinin sporcu lisansına sahip olma açısından karşılaştırılması 49
- 4.19 Öğrencilerin fiziksel uygunluk parametrelerinin geleneksel çocuk oyunlarına katılma açısından karşılaştırılması 50



1.GİRİŞ

Fiziksel aktivite fiziksel uygunluğun temel belirleyicilerinden biri olarak kabul edilirken, fiziksel uygunluk da sağlığın en önemli göstergelerinden biri olarak kabul edilmektedir (Ortega, Ruiz, Castillo ve Sjostrom 2008). Çocuklarda fiziksel aktivite seviyesinin, kardiovasküler risklerin belirleyicisi olmakla birlikte aerobik kapasitenin gelişiminde pozitif yönde ilişkisi olduğu (Lopes, Rodrigues, Maia ve Malina 2011), ayrıca düşük kas gücü ve düşük kardiyopulmoner uygunluğun, düşük kemik yoğunluğu, metabolik risk faktörleri ve kardiovasküler hastalıklarla ilişkili olduğu bildirilmektedir (Smith ve diğ. 2014). Çocuklarda düzenli fiziksel aktivitenin, kalp-damar sistemi dayanıklılığını ve kassal uygunluğu arttırdığı, kemik sağlığını, kardiyovasküler uygunluğu ve vücut kompozisyonunu geliştirdiği bildirilmektedir. Buradan hareketle, düzenli olarak fiziksel aktiviteye katılan çocukların yetişkinlikte daha sağlıklı olma olasılıklarının yüksek olduğu kanıtlanmıştır (Health ve Services 2008). Ancak yapılan araştırmalar neticesinde; okul çağındaki çocukların fiziksel aktivite düzeylerinin son yirmi yıldır belirgin düzeyde azaldığı belirlenmiştir (Janssen, Katzmarzyk, Boyce ve Pickett 2004). Aynı zamanda son yıllarda çocukların fiziksel uygunluk düzeylerinin kötüleştiği gözlemlenmektedir (Aydemir ve Bayansalduz 2019).

Çocukların fiziksel uygunluk düzeyini etkileyen birçok faktörün olduğu bilinmektedir. Bu faktörlerden biri, günümüz teknolojisindeki hızlı gelişmelerdir. Çocuklarda artan teknoloji bağımlılığı ile birlikte çocuklar statik ve durağan bir yaşam sürdürmektedir (Kandır ve Tümer2013). Bu süreçte sokakta, oyun alanlarında, oynayan çocuk sayısının azaldığı, serbest alanlarda, site bahçelerinde çocukların daha az süre geçirdikleri belirlenmiştir. Dolayısıyla, bu durumdan çocukların hareket gelişimlerinin olumsuz yönde etkilendiği düşünülmektedir (Taşkın ve Özdemir 2018). Çocukların fiziksel uygunluk düzeylerini etkileyen diğer faktörler incelendiğinde; çocukların ilköğretim çağından başlayarak okul, dersane ve ev üçgeni arasına sıkıştıkları, çocukların zihinsel gelişimlerinin ön planda tutulduğu, ruhsal ve fiziksel gelişimlerinin göz ardı edildiği görülmektedir (Yüzgül 2001). Bununla beraber, ilköğretim öğrencileri de mevcut eğitim sisteminin yoğun çalışma programından dolayı pasif ve stresli yaşam koşullarının tehdidi altında kalmaktadır (Himes 2006). Tüm bu etkenler ile birlikte ortaya çıkan durum hareketsizlik olarak tanımlanmaktadır.

Hareketsizlik de yaşam kalitesini olumsuz yönde etkilemekte, çağımızda gençleri ve çocukları da tehdit eden önemli bir sorun haline gelmektedir.

Çocukların sağlıklı ve bilinçli şekilde büyüyüp olgunlaşıp gelişebilmeleri, hareketli yaşam stilini alışkanlık haline getirebilmeleri, genetik faktörlerin yanında onlara sunulmuş olan yaşam standartlarının yeterli düzeyde olması ile ilgilidir (Özer ve Özer 2002). Çocuğun doğup büyüdüğü ülkenin coğrafi şartları, ailelerin sosyo-ekonomik statüleri ve kültürel değerleri, içinde bulunduğu toplumun örf ve adetleri, çocuğun ait olduğu ailenin hayat şartları gibi çevresel etkenler onun olgunlaşma, gelişme süresine ve seviyesine etki edebilmektedir (Ballı2006). Belirtilen bu kavramlar içerisinde en önemli yeri aile kavramı almaktadır. Çünkü, ailelerin içinde bulunduğu sosyal, ekonomik ve kültürel tüm durumlar, doğum öncesinden başlayarak tüm yaşamları boyunca çocuklara sağlanan eğitim, sağlık, beslenme durumları gibi etkenlerin çocukların gelişimlerini etkilediği görülmüştür (Muratlı 2007; Yıldız 2009). Sosyolojik anlamda aileye, işlevleri açısından yaklaşılabilecek olunursa, ailenin ekonomik işlevi, eğitim işlevi, serbest zamanları değerlendirme durumu gibi özellikleri geleneksel aile tipinden modern aile biçimine doğru ilerledikçe değiştiği ve farklılaştığı, bu farklılaşmadan dolayı çocukların farklı seviyelerde gelişim gösterdiği, olumlu ve olumsuz yönlerin ortaya çıktığı ifade edilmiştir (Saygın 2012; Bayraktar ve Kurtoğlu 2011). Alt sosyo-ekonomik yetersizlikler nedeniyle, çocukların erken öğrenme becerilerini destekleyici materyaller ve yaklaşımlar sergileyemedikleri, maddi problemler ise, çocukların gelişimiyle yakından ilgilenilmesini ve gelişimlerinin desteklenmesini olumsuz yönde etkilediğini ifade etmiştir (Kandır ve Tümer 2013).

Araştırmalarda, yapılan değerlendirmeler neticesinde sosyo-ekonomik düzeyin çocuklarda fiziksel uygunluğu etkilediği de ortaya koyulmuştur (Güler ve Günay 2004). Fiziksel uygunluğun vücut kompozisyonu parametresinin sosyo-ekonomik açısından yapılan bir değerlendirmesinde; sosyoekonomik düzeyi yüksek ve orta düzeydeki çocukların, sosyoekonomik düzeyi düşük akranlarına göre daha uzun ve daha iri oldukları belirlenmiştir (Aygün 1997). Aynı zamanda, sosyo-ekonomik yapının hem çocuklarda hem de yetişkinlerde fiziksel uygunluk ve spor performans seviyeleri üzerinde etkisi olan önemli bir faktör olduğu bildirilmiştir (Goslin veBurden

1986; Malina ve diğ. 2004). Konu ile ilgili okul dönemi ve adölesan çocuklarda yapılan çalışmalara bakıldığında bazı çalışmalar orta ve yüksek sosyo-ekonomik düzeye sahip ailelerin çocuklarına düşük olan ailelere oranla daha iyi beslenme, sağlık hizmeti ve çocuk bakımı imkanları verebildikleri için (Bernink, Erich, Peltenburg, Zonderland, ve Huisveld 1983) fiziksel uygunluklarının daha iyi olduğunu belirtirken (Goslin ve Burden 1986; Pérez, D'Angelo, ve Zabala 1991); bazı çalışmalarda ise düşük sosyo-ekonomik düzeye sahip çocukların fiziksel uygunluklarının daha iyi olduklarını belirten çalışmalar da bulunmaktadır (Tekelioğlu 1999). Yine de, yüksek sosyoekonomik düzeye sahip çocukların sportif aktivitelere katılımlarının daha yüksek olduğu sonucu ifade edilmektedir (Pérez ve diğ. 1991). Oğuz (1998) farklı sosyo-ekonomik düzeye sahip okul dönemi çocuklarda yaptığı bir çalışmada sosyo-ekonomik düzeyi yüksek çocukların patlayıcı güç ve hız gerektiren motor aktivitelerde daha yüksek, düşük sosyo-ekonomik düzeyde olanların ise denge, üst ekstremitte kas kuvveti ve dayanıklılık testlerinde daha yüksek skorlara sahip olduklarını tespit etmiştir. Güler ve Günay (2004), sekiz-on yaş arası çocuklarda fiziksel uygunluk unsurları ile sosyo-ekonomik düzey arasındaki ilişkiyi araştırdıkları çalışmalarında, sosyo-ekonomik düzeyin çocuklarda fiziksel uygunluğu etkilediklerini tespit etmişler ve yüksek sosyo-ekonomik düzeye sahip çocukların mekik kuvvet testinin daha yüksek, düşük sosyo-ekonomik düzeye sahip olanların ise barfiks kuvveti ve kardiyovasküler dayanıklılık testleri yüksek bulunmuştur. Farklı yaş kategorileri ve sınıf düzeylerinde bulunan çocukların fiziksel uygunluk düzeyleri sosyo-ekonomik değişkenler arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmaların olduğu görülmektedir, ancak bu araştırmaları sayısı oldukça azdır. Bu noktada özellikle ilkokulun tüm kademelerinde öğrenim gören çocuklar ve kardeş sayısı, aile bireyleri eğitim düzeyi gibi farklı sosyo-ekonomik değişkenlerin çocukların fiziksel uygunluk düzeyine etkisinin belirlenmesine alan yazına bu konu ile ilgili önemli bulgular kazandırabilecektir.

1.1. Araştırmanın Önemi

Vücut fonksiyonları ile ilgili sağlığın en önemli belirleyicileri arasında fiziksel uygunluk unsurları gelmektedir. Fiziksel uygunluk unsurlarının yeterli düzeylerde olması yetişkinlik dönemindeki sağlıklı olma durumuna olumlu katkılar sağlamaktadır

(Mesa ve Ruiz 2006). Ayrıca, fiziksel uygunluk düzeyinin gelişimini etkileyen en önemli parametrelerden biri olan fiziksel aktivitenin düzenli yapılması sağlık üzerinde olumlu etkiler sağlarken, sedanter bir yaşam tarzını benimsemiş bir bireyin ise yetersiz motor gelişime ve ilerleyen yaşlarda sağlık sorunlarının oluşmasına zemin hazırlamaktadır (Wrotniak ve diğ. 2006). Buradan hareketle, yeterli motor beceriye sahip olunması için çocukluk döneminden başlayarak düzenli fiziksel aktivitelere katılması gerektiği vurgulanmaktadır (Yasin 2012). Çocukluk döneminde fiziksel aktiviteye katılım özellikle fizyolojik gelişim süreçlerini etkilerken aynı zamanda çocuğun hem fiziksel gelişiminde hem de sosyal davranışlarında önemli rol oynamaktadır (Gülüm 2008).

Çocukluk döneminde, fiziksel uygunluk ve motor gelişim düzeylerinde değişimlerin gerçekleştiği ve bu değişimlerin temel iki faktörden etkilendiği ortaya konulmaktadır. Bu iki faktörden biri olan bireysel faktörler; yaş, cinsiyet ve fizyolojik özellikler gibi parametrelerden oluşmaktadır. Diğer faktör ise çevresel faktör olarak tanımlanmaktadır. Çevresel faktörler arasında beslenme, fiziksel aktivite düzeyi, alkol-sigara kullanımı, yaşam standartları, sosyo-ekonomik düzey, aile yapısı, yaşadığı coğrafya gibi parametreler bulunmaktadır (Tomkinson ve Olds 2007).

Çocukların hareketli bir yaşam tarzını benimsemeleri çevresel faktörler arasında sayılan ailenin sosyo-ekonomik durumu ile ilişkilendirilmektedir. Özellikle, ailelerin sosyo-ekonomik durumu sosyal faaliyetlerin devam etmesinde ve çocukların sosyal faaliyetlere aktif katılımında en önemli faktör olduğu ve bu konu ile ilgili yapılmış birçok araştırmanın olduğu bildirilmektedir (Pesen 2007).

Çocuklarda ilköğretim dönemi, motor gelişim açısından en önemli dönem olarak kabul edilmektedir. Bu dönemde olan çocukların fiziksel uygunluk unsurlarını etkileyen çevresel faktörlerin neler olduğu ve etki düzeyini inceleyen araştırmaların olduğu fakat bu sayının yetersiz olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca, çevresel etmenler arasında sayılabilecek ailede lisanslı spor yapan kişi olup olmadığı, çocukların geleneksel çocuk oyunlarına katılıp katılmadığı, çocukların sporcu lisansına sahip olup olmadığı gibi parametreler ile çocukların fiziksel uygunluk unsurlarını ilişkilendiren herhangi bir araştırmaya rastlanılmamıştır. Dolayısıyla, buradan elde edilecek

bulguların alan yazına katkı sağlayacağı düşünüldüğünde araştırmanın önemi artmaktadır.

Araştırma sonuçlarının yorumlanması aşamasında; özellikle çocuklarda fiziksel uygunluk düzeyine etki eden unsurların tespiti ile beraber öneri ve yönlendirme gibi süreçlerin gelişimine katkı sağlanabileceği düşünülmektedir. Ayrıca, fiziksel aktiviteye katılım için teşvik, fiziksel uygunluk ve motor gelişim süreçleri için tedbirlerin neler olması gerektiği ile ilgili öneri ve görüşlerin ortaya koyulabilecek olması araştırmanın önemini artırmaktadır.

1.2.Araştırmanın Amacı

Bu araştırma, ilkokulda öğrenim gören öğrencilerinin ailesinin ekonomik düzeyi, eğitim seviyesi, anne ve baba mesleği, ailede bulunan kişi sayısı, ailede lisanslı olarak spor yapan kişinin olup olmaması, öğrencinin sporcu lisansına sahip olup olmaması ve öğrencinin geleneksel sporlara katılıp katılmaması gibi çevresel etkenleri belirleyerek, bu etkenlerin öğrencilerin fiziksel uygunluk unsurlarına etkisini ortaya koymak amacı ile yapılmıştır.

1.3.Araştırmanın Hipotezleri

H1: Anne ve baba eğitim düzeyi öğrencilerin fiziksel uygunluk unsurlarını etkilemektedir.

H2: Anne ve baba mesleği öğrencilerin fiziksel uygunluk unsurlarını etkilemektedir.

H3: Ailede bulunan kişi sayısı öğrencilerin fiziksel uygunluk unsurlarını etkilemektedir.

H4: Ailede lisanslı spor yapan kişi bulunması öğrencilerin fiziksel uygunluk unsurlarını etkilemektedir.

H5: Ailenin aylık ortalama geliri öğrencilerin fiziksel uygunluk unsurlarını etkilemektedir.

H6: Öğrencilerin sporcu lisansına sahip olması öğrencilerin fiziksel uygunluk unsurlarını etkilemektedir.

H7: Öğrencilerin geleneksel çocuk oyunlarına katılması öğrencilerin fiziksel uygunluk unsurlarını etkilemektedir.

1.4.Araştırmanın Varsayımları

- Ailelerin, kişisel bilgi formunu doğru ve içtenlikle cevapladıkları ve buna ilişkin cevapların gerçeği yansıttığı varsayılmıştır
- Araştırmaya katılan öğrencilerin fiziksel uygunluk testlerinde en yüksek performansı sergiledikleri varsayılmaktadır.

1.5.Araştırmanın Sınırlılıkları

- Araştırma Tekirdağ ili Kapaklı ilçesinde Özel Başakşehir İlkokulu Okullarında öğrenim gören öğrenciler ile sınırlıdır.
- Araştırma 5-9 yaş aralığındaki öğrencilerle sınırlıdır.
- Öğrencilerin ve velilerin bilgileri kişisel bilgi formunda yer alan sorular ile sınırlıdır.
- Fiziksel uygunluk düzeyinin belirlenmesi Eurofit Test Bataryasında yer alan testler ile sınırlıdır.

2.GENEL BİLGİLER

2.1.Aile Kavramı

İçinde yaşadığımız toplumun en küçük yapı taşı ve temelini atfedilen aile, insanların birlikte yaşamak için geliştirdikleri en eski ve en küçük topluluktur. Aile, bireylerini özellikle topluma hazırlamada önemli rol oynar. Bir ailedeki bireylerin tutum ve davranışları, aile sisteminin oluşmasında ve sağlıklı bireylerin yetişmesinde belirleyici rol oynar. Bu bağlamda aile sadece dar anlamda anne ve babadan oluşurken, geniş anlamda aile eş ve çocuk birliğini içermektedir. Tarihsel gelişim açısından ailenin rolleri ve ona yüklenen önemin toplumdan topluma, kültürden kültüre farklı olduğu belirtilmektedir (Eröz 1991).

Aile bireyleri, toplumların temel yapı taşı olarak yaşadıkları toplumların ihtiyaçları doğrultusunda değişmeye devam etmektedir. Özellikle günümüzde aile yapısı, aile üyelerinin rolleri ve statüleri bir dizi değişikliğe uğramıştır. Aile, sadece Türk toplumunda değil tüm dünyada yapısal değişimler yaşamıştır. Geniş aileden çekirdek aileye geçişin başlaması, boşanma oranlarının artması, tek ebeveynli ailelerin ortaya çıkması ve bireyselleşme sürecinin hızlanması bu değişimlere örnek olarak gösterilebilir (Gökçe 2005).

Aile ortamı, doğdukları andan itibaren bireylerin yaşamlarını sürdürmeleri için ihtiyaç duydukları bakım ve desteğin sağlandığı bir sosyal ortam olarak devam etmektedir. Aile, insan ırkının belli bir şekilde üretilmesi, cinsel ilişkilerin organize edilmesi ve toplumsallaşma sürecinin ilk ortaya çıktığı kültürel mirasın nesilden nesile aktarılmasıdır (Eröz 1991).

Ailenin birçok tanımı vardır. Her tanım, aileyi farklı bir kategoriye yerleştirir. Bu tanımların her biri aileyi sosyal yaşamın ana biçimlerinden biri olarak kabul etse de, onu bir sosyal grup, sosyal birlik, sosyal organizasyon, topluluk, sosyal kurum ve hatta bir sosyal yapı olarak değerlendirir. Burada önemli olan aileyi tanımlamadaki farklılıklar değil, tüm tanımların ortak özelliği sosyal yaşamın ana biçimlerinden biri olmasıdır. Ailenin farklı kategorilerde değerlendirilmesi, her toplumda ve aynı toplumdaki yapısı ve özelliklerindeki farklılığın doğal bir sonucudur. Aile, evlilik ve

kan bağı temelinde, toplumdaki en küçük birliktir ve eşler ve çocuklar arasındaki ilişkilerden oluşur (Finch 2006).

Sanayi Devrimi'nden önce popüler olan büyük aile türüne geniş aile denir. Sanayi devriminden sonra ortaya çıkan ve sadece ebeveyn, baba ve çocuklardan oluşan aile tipine çekirdek aile denir. Ülkemizde evlilik medeni kanunla düzenlenmektedir. Evlilik, tanıkların önünde yapılan resmi bir evlilik sözleşmesidir. Kanunlarımıza göre Türkiye'de kadın ve erkek aynı anda sadece bir kişiyle evlenebilir. Ailenin toplumda büyük önemi vardır. Aile, bir bireyin ve toplumun işlevlerinde temel unsurdur (Brighouse ve Swift 2014).

Aile, beslenme, bakım, sevgi ihtiyacı, duygusal gelişim, psikolojik gelişim, eğitim, kültürel değerlerin edinilmesi ve sağlıklı zihinsel gelişimin sürdürülmesi gibi temel ihtiyaçların karşılandığı birincil yer ve ortamdır. Aile üyeleri ve aile çevresi arasındaki ilişkiler, psikososyal olarak gelişen bireyin en çok etkileşim kurduğu yerlerdir. Bu ilişkiler bireyin kendine güvenmesini, kendisini ve toplumun diğer bireylerini sevmesini, kimlik kazanmasını, kişilik geliştirmesini, sosyal becerilerini geliştirmesini ve topluma uyum sağlamasını mümkün kılar (Dönmezer 2003).

2.2.Sosyal Ekonomik Etmenlerin Aile Yapısına Etkileri

Zaman içinde sosyal yapıdaki değişiklikler aile işlevlerini de değiştirmiştir. Aile, sosyal değişimin etkilerinin ve sonuçlarının açıkça belirtildiği sosyal kurumdur. Kültürel değişime paralel olarak, her biri diğerini etkilediği için sosyal yaşamda da değişimler yaşanmaktadır. Her toplumda gördüğümüz rutinlerden biri, zaman içinde toplumsal değerlerde meydana gelen değişimdir. Bu eylemler genellikle yaş ihtiyaçlarına göre şekillenir ve bazen tam bir sosyal değişim olarak görünür. Bu değişikliğin odak noktası, eski ile yeni arasındaki çatışmadır. Türk ailesinin Cumhuriyet döneminde sosyal ekonomik değişim sonucu ortaya çıkan sorunlarını şu şekilde sıralamak mümkündür:

- A- Göç ve göçle ilgili sorunlar
- B- Ekonomik sorunlar
- C- Değer sorunu

Bu temel sorunlar, her biri kendi başına önemli olan sosyal sorunların yanında görülmelidir. Bu yaklaşımla, çağdaş Türk aile sorunları kuşaklar arası çatışmadan kadının sorununa, medyanın neden olduğu gençlik veya medya sorunlarına, yabancılaşma ve sapkınlıkla açıklanan kültürel sorunlara kadar uzanmaktadır (Charlotte 1986).

Cumhuriyet dönemindeki en önemli değişiklik, aile yapısında yer alan köyden şehre göçle birlikte geniş aileden çekirdek aileye geçiş olmuştur. Cumhuriyetin başlangıcında nüfusun % 24,22'si şehirlerde yaşarken, bu oran 2008 yılında % 75'e ulaşmıştır. Kırsal kesimde yaşayanların şehirlerde bir araya gelmesi, ülkedeki istihdam yapısındaki değişimi de göstermektedir. Tarımın istihdamdaki payının azalması ülkedeki istihdam yapısını değiştirmiş ve gençlerin sayısındaki artış aile planlamasını da değiştirmiştir. Sosyal politika alanından dışlanan bireyler, yirmi birinci yüzyılın ilk on yılında ekonomik ve politik alana girmeye başlamıştır. Daha önce aile üyeleri arasındaki dayanışma aile hayatını korurken, günümüzde aileleri bir arada tutmak veya yeni aileler oluşturmak için devlet desteği başlamıştır (Gerald ve Rauch 2000).

Yoksulluk nedeniyle aile içinde çalışan birey sayısının artması sosyal hayatın aile dışına aktarılmasına yol açmaktadır. Bireyin sosyalleşme sürecinde yeni bir dünyaya adım atması ve ailesinden uzaklaşması yaygındır. Yoksulluğun aile üzerindeki bir diğer etkisi de iş güclüğü nedeniyle bireylerin ailelerinden ayrı düşmeleridir. Köyde ekonomik sıkıntı yaşayan aileler çocuklarını tedavi olarak şehre gönderirken, kentte çalışmaya başlayan çocukların bir daha köye dönmediği ve ailelerinden uzakta hayatlarına başladıkları bilinmektedir. Değer sorunu, Türk ailesinin hızlı değişim süreci içerisinde karşılaştığı temel sorunlar arasındadır. 1940'lı yıllarda Türkiye yeni siyasal rejimi ve modernleşme talep ve eğilimlerine rağmen sosyolojik açıdan hala kapalı toplum özellikleri göstermektedir. Aile içerisinde büyüklerin otoritesi geçerlidir ve bu otoritenin dışarıdan değişim için herhangi bir etkinin aile bireyleri üzerine sirayet etmesi çok zordur. Genç kuşakların olanca bilgileri babanın ya da diğer aile büyüklerinin sunduklarıyla sınırlıdır (Doğan 2001).

2.3.Çocukların Yaş Dönemleri

2.3.1.Bebeklik Dönemi (0-2 Yaş)

Bebekler bazı yeteneklerle doğarlar. Ancak sahip oldukları bu yetenekleri ortaya çıkarabilmeleri ve geliştirebilmeleri gerekir. Bu dönemde çocuklar için en önemli konu anne-babalarıyla, özellikle de anne ile kurdukları ilişki ve fizyolojik ihtiyaçlarına göre kazandıkları güven duygusudur. Erikson'un psikososyal gelişim teorisine göre, bu dönem aslında daha önce bahsedildiği gibi "temel güvene karşı güvensizlik" aşamasıdır (Gürses 2011).

Çocuklukta yeme-içme, sevgi ve şefkat gibi belirli ihtiyaçların, ihtiyaç anında anne-babalar tarafından karşılanması, çocuğa "annemin tüm ihtiyaçlarım için yanımda olduğu, ihtiyacım olan her şeyi karşıladığı ve beni sevdiği" duygusunu vermesi etkisidir. Diğer durumlar çocuğun dünyayı bir korku yeri olarak görmesine neden olur. Çocuk bu dönemde temel güvenini kazanamazsa, sonraki dönemlerde başkalarına güvenmekte sorun yaşayacaktır. Yani çocuğun bu dönemdeki en önemli ihtiyaçları fizyolojik ihtiyaçlarını gidermek, sevgi ve şefkat görmektir (Koç 2012).

Temel güven duygusunun olmaması, çocukların gelişiminin tüm aşamalarını olumsuz etkiler ve psikiyatrik bozukluklar, korkular, kıskançlık, bencillik ve saldırganlık gibi istenmeyen davranışlar sergilemelerine neden olabilir. Bu dönemin bir diğer özelliği de bebeğin hareketlerinin bilinç seviyesinden uzak refleksif hareketler içermesidir. Bu nedenle sağlıklı bir kişilik ve pozitif bir ruh oluşturmak için çocuğun duygusal ve fizyolojik ihtiyaçlarının yeterli ve zamanında olması gerekir (Özeri 2004)

2.3.2.İlk Çocukluk Dönemi (3-6 Yaş)

Erken çocukluk çağındaki çocuklar, fiziksel, zihinsel, dilsel, duygusal ve dini gelişimlerinin yüksek hızda olduğu bir dönemdir. Okul öncesi veya oyun çağı olarak bilinen erken çocukluk, bir çocuğun gelişimsel özelliklerin kazanılmasında önemli bir aşamadır. Genel olarak bu dönemde çocukluğun en önemli özellikleri;animizm, serkeşlik, taklit, soru sormaya düşkünlük, kolay inanırlık, egosantrizm ve antropomorfizmdir(Coleman 2003).

Çocuk bu dönemde animizm avantajı ile cansız nesnelere canlı ve bilinçli bir varlık olarak görür. Bu nedenle cansız varlıklarla konuşur, onlarla oyun oynar, onlara kızar ve kendisi gibi yediğine, içtiğine ve ağladığına inanır. Maneviyatın yanı sıra bu, hayali arkadaşların da kazanıldığı bir dönemdir. Çocuk olmayan şeyleri görmüş gibi kabul eder ve fantezi ile gerçeği karıştırarak anlatır. Bu dönemde oyun, çocukların eğlencelerinin vazgeçilmez bir kaynağıdır. Bundan yola çıkarak, ebeveynler çocuklarına verdikleri değerleri oyun yoluyla kolayca kazanabilirler (Thompson 1999).

Kolay güvenilirlik çocukların kendilerine söylenenlere, şaka bile olsa, gerçekmiş gibi sorgulamadan, şüphesiz, kolayca inandıkları gerçeğidir. Düşünce yapılarındaki bu doğanın ve masumiyetin nedeni, içlerindeki inandırıcılık kolaylığıdır. Çocuklarda bu düşüncenin temel nedeni, çocuklarda zihinsel yeteneklerin bir belirtisi olan eleştiri özelliğinin gelişmemiş olmasıdır. Erken çocuklukta çocukları eğitmekle ilgilenen ebeveynler veya öğretmenler, bir çocuğun duygusal olarak öğrendiğini bilmelidir. Bilgi seyrek, eksik veya yanlış verilmemelidir çünkü duygu temelli bilgi ilerleyen dönemde zihinsel öğrenmenin temelini oluşturur (Coleman 2003).

Erken çocukluk döneminde dikkat çeken bir diğer özellik ise soru sormaktır. Bu dönemde zihinsel yetenekler kazanmaya başlayan bir çocuk, çevresinde gördüğü ve görmediği her şey hakkında sonsuz sorular sorar. Özellikle 3-4 yaşlarında başlayan bu özelliğinden dolayı çocuk sürekli ilişki içinde olduğu kişilere soru sorar. Çocukların anlayabileceği bir dil kullanarak bu sorularla ilgilenenlerin sabırla cevaplanması çok önemlidir. Aile ve çevre bu soruları aktardığı için veya çocuğa duydukları öfke, çocuğun inisiyatif almasını engelleyecektir (Kerns ve diğ. 2005).

Okul öncesi dönem olan erken çocukluk döneminde çocukların ben merkezli davranışları, benmerkezci özelliklerinin bir yansımasıdır. Kendini dünyanın merkezine yerleştiren çocuk, düşüncelerinin herkes tarafından görülüp düşünüldüğüne ve başkalarının kendisi için önemli olmadığına inanır. Kendi mülkü olan veya olmayan her şeyin sahibidir. Bu dönemde çocuklar eşyalarını başkalarıyla paylaşmazlar, diğer çocuklarda gördükleri oyuncakları satın almak isterler. Ancak yaşla birlikte bu özellik

etkisini yitirir ve bir önceki döneme göre daha sosyal ve katılımcı bir anlayış kazanır (Yıldırım 1997).

Beden eğitimi ve spor etkinliklerinin yanı sıra çocukların oyun etkinliklerinin de fiziksel gelişime fayda sağladığı bilinmektedir. Mayer ve arkadaşlarının yaptığı çalışmada, okulda çocuklara uygulanan beden eğitimi ve spor etkinliklerinin kemik gelişimi üzerindeki etkileri incelenmiştir. Araştırmada okul ortamında düzenli olarak beden eğitimi ve spor etkinliklerine katılan çocukların kemik mineral yoğunluğunun arttığı tespit edilmiştir (Hanlon 1994).

Ameri ve arkadaşlarının yaptığı çalışmada 8-12 yaş arası çocuklara 3 ay boyunca haftada 3 gün düzenli egzersiz uygulanmıştır. Ayrıca aynı yaş grubundaki diğer çocuklara kalsiyum ve D vitamini yönünden zengin diyet uygulanmıştır. Çalışma sonunda hem fiziksel aktivite grubu hem de mineral takviye programına dâhil edilen grup için kemik mineral yoğunluğunda önemli bir iyileşme olduğu tespit edilmiştir. Ancak beslenme grubu ile karşılaştırıldığında egzersiz grubundaki çocukların kemik mineral yoğunluğunun daha da geliştiği görülmüştür (Ameri ve diğ. 2012).

Erken çocukluk dönemindeki eksik kemik büyümesi, çocuklarda duruş bozukluklarına neden olur. Öte yandan kemikler elastik bir yapıya sahip oldukları için kırılması zor bir özellik sergilerler. Bu, özellikle ilkokul yıllarında çocukların incelik gerektiren küçük el sanatları yapmasını zorlaştırır. Çocuklarda kemik büyümesi bireysel özelliklere göre değişiklik gösterse de, kemik büyümesindeki bireysel farklılıklar genellikle boy ile kolayca tespit edilebilir. Çocuklarda kemik büyümesi, diğer büyüme alanlarını, özellikle motor gelişim alanını etkiler. Bu nedenle çocuklarda kemik büyümesini ve kemik sağlığını etkileyen faktörleri değerlendirmek ve kemik büyümesini olumlu veya olumsuz etkileyen faktörleri belirlemek çok önemlidir. Çalışmalar, kemik büyümesini ve beden eğitimi, spor ve oyun faaliyetlerine katılımı etkileyen birçok iç ve dış faktör olduğunu, hareketsiz yaşam tarzının ise kemik büyümesini ve çocukların kemik sağlığını olumsuz etkilediğini göstermiştir (Hills ve diğ. 2015).

2.3.3.İkinci çocukluk (ilkokul) (7-11 yaş)

İkinci çocukluk dönemi, okul çağı olup çocuğun aile dışında farklı uyarıcılara maruz kaldığı ve sosyal çevresinin genişlediği bir evredir. Halen somut düşünce özelliklerine sahip olan çocuk, dönemin sonlarına doğru soyut düşünme özellikleri kazanmaya başlar. Erken dönem çocukluğunun bir özelliği olan söylenen ve anlatılan her şeye inanan kolay inanırlık özelliğindeki çocuk bu dönemde neden-sonuç ilişkisi kurarak mantıksal çözümler yapmaya başlar. Artık söylenen ve yapılan her şeyi doğru kabul etmez, ilişki içerisinde olduğu kişilerin söylediklerini mantıksal açıklamalar ile desteklenmesini ister (Welsh 2010).

Bu dönemde soru sorma erken çocukluk dönemine göre yoğun olmasa da kolay inanırlık özelliğinin değişmesi nedeniyle çocukların yönelttikleri sorulara mantıksal cevaplar verilmesi gerekmektedir. Çünkü çocuk, sorulara verilen cevapları mantık yani akıl süzgecinden geçirerek kabul eder. Animizm yani cansız bir varlığı şuurlu bir varlık olarak görme eğilimi bu dönemde kaybolur. Taklit, erken çocukluk döneminde olduğu gibi bu dönemde de karşımıza çıkmaktadır ve bu dönemde de önemli bir özelliktir. Ancak erken dönemde taklit edilen kişiler, genelde anne, baba ve yakın çevre iken sosyal çevrenin genişlemesi ile bu kişilerde artma ve farklılaşma yaşanır (Küntay 1991).

Çocuğun eğitimi ile ilgilenen kişiler, çocuğun örnek alabileceği kişiler ve iyi arkadaşları ile karşılaştırmasını sağlanmalı, olumlu davranışları örnek alarak rol model almaları konusunda farkındalık oluşturup yönlendirme yapmalıdır. İkinci çocukluk döneminde önce renk kavramı, nesnelere tanımlanmasında genellikle boyut, şekil ve sayı gibi kavramlardan önce bir kılavuz olarak kullanılır. Bir çocuk renkle ilgilendiğinde önce rengi anlar ve her şeyi renk yardımıyla anlatır. Renkleri öğrenmeye başladığında çocuk renkleri isimlendiremez, ancak bir nesnenin başka bir nesneyle aynı renge sahip olduğunu fark eder. Çocuklara renklerin adlarını öğretmeden önce, renk eşleştirme ve sınıflandırma ile ilgili çeşitli deneyler yapılmalıdır. Renklendirmeyi öğrenirken (örneğin sarı), bir çocuk sarı şeyleri kolayca tanıyabilir, ancak hangi şeylerin sarı olmadığından emin olamaz. Elma ve domatesin kırmızı olduğunu bilen bir çocuk, bir muzun da kırmızı olup olmadığını sorabilir, böylece çocuk burada kırmızının ne olduğunu bilir, ancak onun ne olduğunu bilmemektedir (Dam 2015).

İkinci çocukluk döneminde okuma ve yazma, iletişim amacıyla kullanılacak dil temelli beceriler olarak kabul edildiğinde, çocuğun okuryazarlığını geliştirmek için yeterli dil gelişimine sahip olması gerekir. Okuryazarlık gelişimi, konuşma ve dünya dillerinin geniş bir bilgi tabanı üzerine inşa edilmiştir. Zamanla çocukların dillerinin ve okuryazarlığının ilerlemesi birbirini kolaylaştırır. Çocuklar, dilleri için geçerli olan farklı dil bileşenlerinin dilbilgisini erken yaşlarda öğrenerek dili kullanmaya başlarlar. Ancak bu kullanım otomatiktir ve düşünmeden yapılır. Çocuklar kullandıkları kuralların bilinçli olarak farkında değildirler (Çağlayan ve diğ. 2004).

Dilin otomatik kullanımının ötesine geçmek ve dili bir anlamda aşarak, parçalarını manipüle ederek, fikirleri yöneterek ve kontrol ederek onu analiz edebilmek mineral dil becerileri olarak adlandırılır. Çocukların mineral dil becerilerinin erken okul çağından itibaren sergilendiği anlaşılmıştır. Vankleek ve Schuele'ye göre, iki buçuk yaşından itibaren çocuklar, yeni kelimeler icat ederek, kelimeleri değiştirerek, çeşitli ses oyunları oynayarak ve başkalarının hatalarını düzelterek metalik dil becerilerinin işaretlerini gösterirler. Mineral dil becerilerinin gelişiminde yaşa paralel bir ilerleme vardır ve bu ilerleme ilkökul döneminde hızlanır. Fonemik farkındalık, sözcük farkındalığı ve dilbilgisi gibi farklı dil bileşenlerine ilişkin tüm beceriler okuma başarısı ile ilişkili olsa da, dilin fonolojik özelliklerine ilişkin farkındalığın okumayı kazanmak için gerekli temel becerilerden biri olduğu söylenebilir (Gathercole 2000).

İkinci çocukluk dönemde olan 10 ila 13 yaş arasındaki kızlarda yapılan bir çalışmada, düşük, orta ve yüksek fiziksel aktivitenin kemik büyümesi üzerinde etkisi olduğu bulunmuştur. Yapılan çalışmada, fiziksel aktivite düzeyinin artması nedeniyle kızlarda kemik büyümesinin desteklendiği tespit edilmiştir. Özellikle fiziksel aktivite düzeyinin incik uzunluğunu % 38 oranında etkilediği belirlenmiştir (Baxter ve Maffulli 2003).

Beden eğitimi, spor ve oyunlara katılımın çocukların kemik gelişimi için yararlı olmasının nedeni, yetersiz fiziksel aktivitenin çocuklarda kemik gelişimini olumsuz etkilemesidir. Nitekim literatürdeki çalışmalar bu görüşü desteklemektedir. Vicente-Rodriguez ve arkadaşlarının yapmış olduğu çalışmalarda, çocuklarda

dengesiz bir yaşam tarzına sahip olmanın kemik gelişimini olumsuz etkilediği, televizyon karşısında çok zaman geçiren ve hareketsiz yaşam tarzı olan çocukların yüksek bir yaşam tarzına sahip oldukları bildirilmiştir (Çelik ve Şahin 2013).

Literatürdeki çalışmalar incelendiğinde bazı kemik bozukluklarına özellikle orta ve yaşlı bireylerde düşük kemik mineral yoğunluğu neden olmaktadır. Osteoporoz, orta ve ileri yaş gruplarında en sık görülen kemik bozukluklarından biridir. Bugüne kadar çocuklarda osteoporozun başladığı, osteoporozun çocuklarda kemik kırılmalarına neden olduğu bildirilmiş ve çocuklarda osteoporoz ile ilgili araştırmalar başlamıştır. Bu aşamada spora katılımın çocukların kemik sağlığının yanı sıra kemik gelişimini de korumaları için önemli bir konu olduğu söylenebilir. Çünkü kemiklerin sağlıklı büyümesinin yanı sıra beden eğitimi ve spor faaliyetlerinin de kemik hastalığına yakalanma riskini azalttığı bilinmektedir (Müniroğlu 2009).

2.3.4.Ergenlik dönemi 12-18 yaş

Ergenlik, üreme organlarının büyümesi, gelişmesi ve işleyişi ile tamamlanmış kabul edilir. Bu nedenle ergenlik, biyolojik, psikolojik, zihinsel ve sosyal gelişimin ve olgunluğun meydana geldiği yetişkinliğe geçiş dönemidir. Ülkemizde ergenlik, kızlarda 10-12, erkeklerde 12-14 yaşları arasında başlar ve genellikle 21-24 yaşları arasında sona erer. Erken ergenlik, hızlı fiziksel ve fizyolojik değişikliklere (boyda artış, vücut kütlelerinde artış, ikincil cinsel özelliklerden büyüme) ve vücut kompozisyonunda değişikliklere yol açar. Gençler vücutlarındaki bu hızlı değişime alışmakta zorlanabilirler ve bu değişiklikleri benimseyemedikleri için davranışlarında ani duygular ve çevrelerindeki insanlara karşı tepkiler gösterebilirler. Kızların hızlı büyümesi ve cinsel gelişimi erkeklerden yaklaşık iki yıl önce gerçekleşir. Erken gelişim erkek gençlerin ruh sağlığı üzerinde olumlu bir etkiye sahipken, yaşadıkları gruba ayak uydurmakta güçlük çekebileceğini düşünen kızlarda düşük benlik saygısı, yüksek depresyon oranı, anksiyete ve yeme bozuklukları gibi sorunlara neden olabilir (Özerkan 2004).

Ergenliğin sonlarında (18-21 yaş), gençler ilgi alanlarını ve yeteneklerini daha iyi bilirken kendi kararlarını verme ve kendi seçimlerini yapma konusunda daha az mücadele yaşarlar. Bu dönemde gençler, deneyimleriyle birlikte düşüncelerini de

işelleştirmek için aşk, sosyal konular, ahlak ve yaşam tarzları konusunda idealist olma eğilimindedirler. Arkadaş grupları gençlerin sonlarında önemini yitirir. Bireysel ilişkiler önceliklidir ve yakın ilişkiler kişiliklerinin önemli bir parçasıdır (Tepeli 2011).

Ergen, sosyalleşmesini henüz tamamlamamış bir bireydir. Ergen, çocuk olarak geçmese de henüz olgun ya da yetişkin bir birey de değildir. Bu yüzden ergen çocukluk ve olgunluk arasındaki geçiş yaşamakta olan kişi olarak kabul edilir. Ergenlik dönemindeki ergenler bir taraftan kendilerini yetişkin sayarak kabul edip tutum ve davranışlarını çevresindeki büyüklerin davranışlarına göre ayarlarken diğer taraftan çocukluklarına ve çocukluk davranışlarına devam ederler. Ergen, bu dönemde hızlı bir şekilde gerek yaşlıları gerek kendinden büyüklerle sosyalleşme süreci içerisinde. Her ne kadar sosyalleşme sürekli devam eden, ömür boyu süren bir süreç olsa da bireyin çocukluktan gençliğe geçiş aşamasında sosyalleşme araçlarıyla birlikte devamlı olarak bedensel, zihinsel, duygu, düşünce, tutum ve davranış şekillerinde de bir değişim görülmektedir (Steinberg 2013)

2.4.ÇocuklarınGelişim Alanları

Çocukların gelişim alanları fiziksel, psikomotor, bilişsel, sosyal olmak üzere 4 başlıkta ele alınır. Bu başlıklar aşağıda açıklanacaktır.

2.4.1.FizikselGelişim

Fiziksel gelişim “Bunlar bireyin fizyolojik yapısında gözlenen ve ölçülmesi kolay değişikliklerdir. Bireyin boyu, kilosu, vücuttaki organ ve uzuvlarının (eller, kollar, ayaklar vb.) büyümesi fiziksel gelişimle ilgilidir. Yani fiziksel gelişim, bireyin iç ve dış organlarının gelişimi ile ilgilidir ve çevresel faktörlerle değişebilen bir özelliğe sahiptir. Bir bireyin çocukluk çağındaki genel fiziksel gelişimi şu şekildedir:

Yeni doğanlar, bireysel farklılıklar olmakla birlikte 48-53 cm boyutlarında doğarlar. Kızlar ergenliğe kadar erkeklerden daha kısadır. Bununla birlikte, ergenliğe erken giren kızlarda boy değişim oranını ve diğer fiziksel özellikleri artırır ve kilolarında bireysel farklılıklar olmasına rağmen, erkekler genellikle kızlardan daha ağırdır. 2.500 ile 4.300 arasında doğan bebekler, vücuttan fazla sıvı çıkması nedeniyle doğumdan sonraki ilk haftada doğum ağırlıklarının % 7-10'unu kaybederler, ancak

doğumdan sonraki iki hafta içinde doğum ağırlığına ulaşırlar. Bebeğin iskelet gelişimi doğumdan itibaren tamamlanır ve iskeleti oluşturan kemiklerin boyutunun artmasıyla iskelet gelişir (Çelik ve Şahin 2013).

Kemik büyüme hızı, yaşamın ilk yıllarından (büyüme hızının yüksek olduğu) ergenlik dönemine kadar yavaşlar, ancak ergenlik ile birlikte tekrar artar. Ayrıca çocuklara kemiklerinin dayanamayacağı şeyleri yaptırmak veya ağır şeyler kaldırmak çocuğun kemiklerinin büyümesine zarar verebilir ve kemik yapısının bozulmasına neden olabilir. Kemik hareketlerini sağlayan kas büyümesi zamanla gelişerek daha fazla hareket ve ince ve kaba motor sağlar. Örneğin, ilkokula giden bir çocuk, el ve parmak kasları ince motor becerilerini oluşturmak için gereken düzeye gelmediği için kalemi tutmakta bazı sorunlar yaşamaktadır (Baxter ve diğ. 2003).

Bir çocuğun dış dünyaya açılan duyu organlarının gelişimi ilk günden başlar, ancak üç yaşına kadar görevlerini yerine getirebilirler. Çocukların sinir sisteminin gelişimsel özelliklerine baktığımızda altı yaşına kadar sinir sisteminin yüzde doksanın geliştigi bilinmektedir. Çocukluk ve ergenlik döneminin ilerleyen dönemlerinde sinir sistemi gelişimi, vücut büyüdükçe sinir mesajları uzayıp kalınlaştıkça ortaya çıkar (Bacanlı 2002).

2.4.2.PsikomotorGelişim

Psikomotor gelişim, bir bireyin zaman içinde fiziksel gelişimine paralel olarak vücut özelliklerini bilinçli bir şekilde kontrol ederek fiziksel ve zihinsel uyum içinde hareket edebilme yeteneğidir. Bir çocuğun el-göz koordinasyonunu kurarak bir nesneyi tutabilmesi ve ince kas becerilerini kullanarak kalemle yazı yazması gibi hareketler, psikomotor gelişim ile ilgilidir. Fiziksel ve motor gelişim, yaşamın ilk yıllarındaki en hızlı dönemdir. Emzirme dönemi olarak da bilinen 0-1 yaş dönemi: Bu dönemde bebekler doğar doğmaz işitmeye başlarlar. Orta kulaktaki doğum sıvılarının temizlenmesi ile bebeklerin işitme keskinliği ilk haftalara göre daha iyi hale gelir. Çocuk işitsel uyarılara ses yönünü çevirerek yanıt verir. Sesin yüksekliğine ve sağlığına bağlı olarak çocuğu sakinleştirir veya ağlatır (Akandere 2003).

Yine bu dönemde bebeğin tat alma duyusu geliştiği için tatlı, acı, tuzlu ve ekşi tatları tercih eder. Bir yaşına kadar çocuk başını tam olarak kaldıramaz. Daha sonra başını dik tutar, bir şeye işaret eder ve onu tutar, gelen sesle etkileşime girer, tanıdığı kişileri ayırt eder ve gülümser, geriye kayar, sürünür, bu dönemde yürümenin başlangıcı olan ilk adımları atar. Bir bebeğin büyük kasları, küçük kaslarından daha erken büyür. Bu nedenle, ince motor beceriler ancak ince kasların gelişimi ve işleyişi ile elde edilebilir. Bu nedenle çocuklar büyük oyuncaklarla oynayarak büyürler, bir kâğıt parçasına çizim yaparken büyük resim çizerler ve kalem tutacakları zamanla profesyonelleşir. 1-3 yaş arası erken çocukluk dönemi: Çocuk bu dönemde ilk adımlarıyla yürümeye ve koşmaya başlar. Kelimenin tam anlamıyla olmasa da kolları ve parmaklarıyla bir şeyler yapabilir (Özerkan 2004).

Bu dönemde düşme ve uyanma kazaları fazla olduğu için bebeğe zarar vermeyen ortamlar yaratılmalıdır. Sağlıklı büyüme gösteren ilkökul çağındaki çocuklar, etraflarındaki sesleri ayırt etmede hiçbir problem yaşamazlar. İşitme ve görme gelişiminde olduğu gibi, çocukların daha sonraki çocukluk döneminde ürettikleri donanım da fiziksel gelişim, olgunluk ve öğrenmenin etkileriyle gelişir ve değişir (Cunningham ve Jones 2004).

Motor gelişim, çocuklarda hareket denilince akla gelen ilk gelişim faktörlerinden biridir. Motor kelimesi, tek başına kullanıldığında, hareketi engelleyen biyolojik ve mekanik maddeler anlamına gelir. Motor gelişim, becerilerinin performansının kademeli olarak artmasını sağlayan nöromüsküler mekanizmanın olgunlaşması olarak ifade edilir (Gallahue 1982).

Psikomotor gelişim, bir organizmanın fiziksel büyüme ve gelişme ile birlikte omurilik gelişiminin bir sonucu olarak gönüllü seferberliğidir. Bu süreç anne karnında başlar. Bebeğin doğumdan önce hareket etme yeteneği doğumdan sonra daha da artar. Hayatlarının ilk aylarını anne karnına yerleştirilmiş gibi uyuyarak geçirirken, ikinci aydan itibaren yavaş yavaş çevre ile etkileşime girmeye başlarlar. Oyun aktivitelerindeki motor etkileşimlerle ilgili deneyimler, hızlı, akıcı ve doğru motor becerilerin kazanılmasına yol açar. Oyun sırasında çocuk vücudunun dünya üzerindeki

etkisini ve kontrolünü öğrenir. Bu bilgilerden hareketle oyun etkinliklerinin çocuğun psikomotor gelişiminde önemli bir etkiye sahip olduğu söylenebilir (Pehlivan 2005).

2.4.3.SosyalGelişim

Sosyal gelişim, doğumdan ölüme kadar sosyal çevre ile kurduğu ilişki ve sosyal norm ve kurallara uyum süreci sonucunda bireyin yeteneklerini ortaya çıkarma ve şekillendirme sürecidir. Dünyaya gözlerini açan bir çocuk, topluma uyum sağlamak ve sağlıklı bir yaşam sürmek için toplumun değerlerini özümseyebilmelidir. Çocuğun sağlıklı sosyal gelişimi, başkalarıyla ilişkilerinde kısa sürede sürtüşme ve çatışmaya neden olacaktır. Çocukların karşılaşabileceği disiplin sorunlarının altında yatan nedenler genellikle zayıf sosyal uyumdan kaynaklanmaktadır. 15-20 yaşları arasında gördüğümüz uyumsuzlukların çoğu hayatın ilk yıllarındaki sosyal hayatla ilgilidir (Başer 1998).

Bir çocukta sosyalleşme ve değer aktarımı, anne ile ilk ilişki ile başlar. İlk beş aydan itibaren bebek baktığı kişiyle daha yakın bir bağ kurar. Bir çocuğun kendisine ilgi duyan kişiye gülümsemesi, kucağında durması ve onunla konuşmaya çalışması bu bağın kanıtıdır. Çocuk iki yaşından itibaren daha bilinçli davranışlar sergileyerek çevresiyle ilişki kurmaya başlar. İkinci yılın sonundan itibaren çocuk taklit, utanç, rekabet, dikkat ve kıskançlık gibi sosyal tepkiler geliştirir. Bu dönemde bir çocuk için en önemli sosyal ilişki, oyun yoluyla diğer arkadaşlarla oyun oynamak ve sosyalleşmektir. Bu çağlardan beri ortaya çıkan ve zirvede olan egoizm özellikle çocuğun sosyal ilişkilerinde belirgindir (Aracı 1999).

Zihinsel hareketler, oyunlar ve spor aktiviteleri insanların yaşamlarını geliştirme sürecinde önemli rol oynar. Çocuklar hareketleri öğrenmeye heveslidir ve onları denemeyi eğlenceli bulurlar. Bu nedenle çocuklara yönelik spor programları düzenlenirken fiziksel becerilerini öğrenebilecekleri uygun ortamlar yaratılmalı ve üst düzey spor performansına zorlanmamalıdır. Amaç, başarısızlık duygusu yaratmak değil, başarı duygusu vermek olmalıdır. Aksi takdirde sosyal gelişimleri gecikebilir (Aydın 2014).

Organize oyun özellikle değerlidir çünkü çocuklara akranlarıyla aynı fikirde olmanın yanı sıra nasıl etkileşime gireceklerini ve gücü nasıl anlayacaklarını öğrenmeleri için koşullar sağlar. Bu şekilde çocuklar ve gençler kendileriyle başkaları arasındaki farklılıkları görürler ve kendilerinden daha iyi birine sahip olmanın onların değerini ve başarılarını azaltmayacağını öğrenirler. Spor programları belirli kişiler tarafından organize edilir ve uygulanır. Burada spor programlarının bir çocuk için yararlılığı bu kişilerin bilgisine bağlıdır (İkizler 2000).

Amerika Birleşik Devletleri 1950 ile 1980 yılları arasında çocukların ve gençlerin spora katılımının sosyal gelişimleri üzerindeki etkileri üzerine çok sayıda çalışma yürütmüştür. Bu araştırmalar, özellikle rekabetçi eğitim ve yarışmaların sosyal kalkınma üzerinde olumsuz etkileri olabileceğini ortaya koymaktadır. Bu nedenle on iki yaş altı çocuklara yönelik spor programlarının amacı fiziksel aktiviteye katılmak ve sosyal ilişkilerin geliştirilmesi olmalıdır. Çünkü 12 yaşın altındaki çocuklar, genellikle rekabetin ne anlama geldiğini ve rekabet stratejilerini anlamak için gerekli sosyal becerilere sahip değildir (Tepeli 2011).

Günümüzde çocukların spor aktivitelerinin artması, sporun insanların psikolojik ve sosyal gelişimindeki öneminin bir göstergesidir. Oyunun yanı sıra spor, çocukların psikososyal gelişiminde önemli bir yere sahiptir. Çünkü çocuk bu faaliyetlere katılırken bir yandan da grup halinde hareket etmeyi, bir yandan kazanmayı ve kaybetmeyi ayrıca kurallara uymayı da alışkanlık haline getirir ve öğrenir. En önemli şey kendine güven duygusu ve toplumun bir üyesi olduğu anlayışını kazanmaktır. Bu bakımdan çocukların yetiştirilmesine yönelik hazırlanan spor programları, onların gelişim özelliklerine göre hazırlanmalı ve sosyal olarak büyümelerine yardımcı olmalıdır (Zastrow ve diğ. 2014).

2.4.4.Bilişsel Gelişim

Bireyin zihninde meydana gelen olaylar arasında ilişki kurma, analiz etme, sentezleme, yeni öğrenmeler meydana getirme, yeni bilgiler edinimleme ve yeni bilgileri kullanma becerisi zihinsel gelişim ile mümkündür. Başka bir deyişle, bilişsel gelişim, bir bireyin dünyayı anlamasını, tanımasını ve öğrenmesini içeren tüm zihinsel süreçleri içerir. Bireyde meydana gelen gözle görebildiğimiz zihinsel faaliyetlerin

hiçbiri doğuştan olmayıp, doğuştan getirdiği zihinsel gücün çevresel faktörlerin etkisiyle ortaya çıkan deneyimler sonucunda oluşur (Özdoğan 2004).

Oyun, çocuğun psikomotor, sosyal ve duygusal gelişiminin yanı sıra zihinsel gelişimini de etkiler. Çünkü oyun, çocuğun dünyayı keşfetmesine, gerekli bilgileri edinmesine ve merakını gidermesine izin verir. Oyun yoluyla çocuk düşünmeyi, seçim yapmayı, neden-sonuç ilişkisi kurmayı, odaklanmayı ve kendini bir amaca yönlendirmeyi öğrenir (Pehlivan 2005).

Çocuk oyun ve spor becerilerini sürekli geliştirerek duygusal, fiziksel ve zihinsel yeteneğini test etme fırsatına sahiptir. Çocuk kendi ortamında pasif ise oyun ve sporlara katılarak daha aktif ve kontrol edici roller üstlenebilir. Piaget'e göre bir çocuk, yeni deneyimler sonucunda çözümler alır ve bunları davranış zincirlerine ekler ve kendi davranış şemasını oluşturur. Gelenek, oyunun uyumunun ve özümsemesinin devamıdır. Oyunun, çocukluk döneminde insani gelişmenin en önemli açıklaması olduğunu belirtmektedir. Piaget, çocuk oyunlarının çocuğun zihinsel gelişim sürecinde belirli seviyelerde oluştuğunu ve bunun iki ilkeye bağlı olduğunu açıkladı. Bunlar asimilasyon ve adaptasyondur. Asimilasyon, dış dünyanın asimile edilmesi demektir. Çocuğun yaşamının, deneyimlerinin, benliğinin, davranışının ve odaklanmasının organizasyonu ve odak noktasıdır. Biriktirme, çevreye uyum sağlamak demektir (Akbaba ve diğ. 2000).

2.5. Fiziksel Uygunluk

2.5.1. Fiziksel Uygunluk Parametreleri

Fiziksel uygunluk, spor bilimi ve egzersiz konuları açısından farklı bilgilere sahip önemli konular arasında yer almaktadır. Geçmiş dönemlerde fiziksel uygunluk kavramı insanların günlük aktivitelerini planlayarak gerçekleştirilmesi anlamı taşımaktadır. Günümüzde ise bu kavram; yaşam tarzlarının değişmesiyle birlikte insanların yaptıkları aktivitelerde etkili olmaları ve kendilerini psikolojik olarak fiziksel anlamda mutlu hissetmeleri ile bağlantılı bir konu olarak nitelendirilmektedir. İnsanların fiziksel uygunluk seviyeleri aktivite türleri ve yapılan antrenman düzeyleri ile sağlık konuları direkt bağlantılıdır. Fiziksel uygunluk düzeyini etkileyen bazı

faktörler yer almaktadır, bunların başında; gen konusu, yaşam tarzları ve çevre etkisinden söz etmek mümkündür. Bu faktörlerin her birisi diğerini etkileyen unsurlardan oluşmaktadır (Turan ve diğ. 2004).

Fiziksel uygunluk sağlık konularını içerisine alan geniş bir çerçevede yer almaktadır. Bunların başında; solunum, kalp, kas ve dayanıklılığı, esnek olma durumları, denge sağlanması, hız ve vücut kimyası şeklinde sıralanmaktadır. Spor ve performans konusu direkt olarak sağlık ve fiziksel ilişkilerle bağlantılı hareket etmektedir (Türkiye Beslenme ve Sağlık Araştırması 2010).

Fiziksel uygunluk seviyesi ; sağlık ve performans ilişkili fiziksel uygunluk olarak iki grupta incelenmesi söz konusudur (Türkiye Beslenme ve Sağlık Araştırması 2010).;

1. Sağlık ilişkili fiziksel uygunluk,
 - a. Kardiyorespiratuvar dayanıklılık,
 - b. Kassal dayanıklılık,
 - c. Kuvvet,
 - d. Esneklik,
 - e. Vücut kompozisyonu.
2. Performansla veya sporla ilişkili fiziksel uygunluk,
 - a. Sağlıkla ilişkili olan fiziksel uygunluk parametreleri,
 - b. Patlayıcı kuvvet, güç, çeviklik, reaksiyon zamanı,
 - c. Koordinasyon, sürat, denge,
 - d. Spor dalları ile ilgili diğer yetenekler.

Kardiyorespiratuvar Dayanıklılık

Yorgunluğa karşı direnç gösterme dayanıklılık olarak nitelendirilmektedir. Kardiyorespiratuvar dayanıklılık, dolaşım sistemleri ve solunumdaki uzun süreli yüksek ve orta yoğunluktaki aktiviteleri etkili bir şekilde sağlayabilme yeteneği olarak

tanımlanmaktadır. Kardiyorespiratuvar dayanıklılıktaki farklılıkları değerlendirip ölçebilmek için en yüksek seviyede oksijen kullanımı dünya genelinde kabul edilen bir değişken olarak ortaya çıkmıştır. Bir dakika içerisinde yapılan egzersizin vücut ağırlığındaki her gram için sarf edilen oksijen (O₂) miktarının ml cinsinden ölçülmesi dikkate alınarak, ml. kg /dk olarak ifade edilmesi söz konusudur. Cooper testi, mekik koşusu ve rockport yürüme konusunda kardiyorespiratuvar dayanıklılığın ölçümünde en iyi ve yaygın kullanılan test olarak yer almaktadır (Moeeni ve Day 2012).

Kassal Dayanıklılık

Kasların birbirine benzer hareketleri, gerilimleri ve tekrarlanan süreçlerle belirli bir zaman diliminde maximum kontraksiyonunun belirli bir yüzdesini hareketsiz olarak tutma olarak tanımlanmaktadır. Spor branşlarının yapılış şekline göre vücudun kas gelişim hacimleri farklıdır. Bu gelişim süreçlerini ve kasların dayanıklılık ölçümleri izometrik, izotonik ve izokinetik kontraksiyonla sağlanmaktadır. Kas dayanıklılığı, karın ve üst gövde kaslarının sağlamlığı ile değerlendirilen ve sırasıyla 30 saniye mekik ve ara vermeden gerçekleştirilen şınav sayısı gibi temel testler kullanılarak ölçülmesi söz konusudur (Moeeni ve Day 2012).

Kuvvet

Kuvvet, kas veya kas grubunun bir harekete karşı bir kez kasılarak ortaya çıkarttığı maximum kasılma gücü veya bir direnci karşılamaya ya da yenmeye yönelik etki olarak nitelendirilmektedir. Kuvvetin, her spor dalı için farklı kas gruplarının çalışması ve ölçülmesi için izometrik (statik), izotonik ve izokinetik (dinamik) uygulamalar kullanılarak ölçülebilmesi söz konusudur. Statik veya izometrik kuvvet, kablolu tensiometre, sırt ve bacak dinamometresi, kavrama dinamometresi gibi birden fazla şekilde kas grubu ve eklem açısına özel ölçüm sağlanabilmektedir. Bu yöntemlerin dışında kas kuvveti sayesinde hafif olmayan bir objeyi atma, kavrayış ve sıçrama hareketleri sayesinde de ölçüm sağlanabilmektedir (Aksoydan 2011).

Esneklik

Esneklik, eklemlerin hareketi esnasındaki çeşitli kapasite durumu olarak tanımlanmaktadır. Esneklik bireyden bireye değişkenlik gösteren, kasların esnekliği ile eklemi saran bağlar ve bunları etkileyen fiziksel durumlara bağlı bir hususdur.

Ölçümünde ise gövde fleksiyonu, hiperekstansiyon, gövde lateral fleksiyonu, omuz kaldırma ve hamstring germe testlerinin kullanımı söz konusudur. Fiziksel ve kitlesel uyumun ölçümlerinde ise sağlıklı bağlantılı fiziksel uyum test göstergelerinin pratik olması sebebiyle en çok kullanılan esneklik testi otur-eriş testi olarak yer almaktadır. Aynı zamanda esneklik testi ve değerlendirilmesinde eklem hareketinin gonyometrik ölçümleri ve Leighton Fleksometre de kullanılması söz konusudur (Aksoydan 2011).

Vücut Kompozisyonu

Vücut kompozisyonu; kas, yağ, kemik ve rezidüel olarak tanımlanan farklı dokuları ifade etmektedir. Fiziksel uygunluk olarak vücut kompozisyonu ifadesi yalnızca yağ kitlesi ve yağ olmayan kitle olarak ayrı tutulmasına dayandırılan vücuttaki yağın tahmin edilmesi anlamında kullanılan bir tanımlamadır. Vücut kompozisyonu ve belirlenmesi konusunda birden fazla yöntem ve aletin kullanılması söz konusudur. Bu aletlerden Dual-Enerji X-ray Absorptiometre (DEXA) ile gerçekleştirilen ölçümler en gerçek sonucu sağlamaktadır. Diğer ölçüm yöntemlerinden bazıları ise; skinfold kaliper kullanarak yağ kalınlığı deri altında ölçmesi, su altı tartı metodu, VKİ hesaplaması, bel-kalça oranı, vücut çap ve çevre ölçümleri olarak sınıflandırılmaktadır (Aksoydan 2011).

Sürat

Spor esnasında performansı ölçen ve belirleyen unsur, kişinin en kısa sürede bir noktadan başka noktaya kendini taşıyabilme yeteneği sürat olarak tanımlanmaktadır. Süratın gelişme durumu diğer motorik özelliklerle göre sınırlı bir durumdur(Dündar 2004). Bireysel fiziksel olarak çalışıp geliştirebilecekleri bir özellik niteliği taşımaktadır. Sürat, *"hareketlerin mümkün olduğunca kısa sürede yapılması veya vücudu ve onun bir bölümünü en kısa sürede hareket ettirme yeteneği"* olarak tanımlanmaktadır ve M/SN cinsinden ölçülmektedir. Sürat koşu konusunda hız unsuru olarak erkek çocuklarda 5-17 yaşına kadar doğrusal olarak fazala dalgalanma göstermeden gelişim göstermektedir. Koşu hızı konusunda kız çocuklarında 11 yaş ile 12 yaş aralığına kadar gelişim sağlandığı görülmektedir. Bu 12 yaşından sonra 17 yaşına kadar daha zayıf bir şekilde farklılık belirtisi yaşanması söz konusudur. Sürat ölçümlerinde yaygın olarak fiziksel uygunluk test göstergeleri olarak 30 M veya 10x5 M mekik koşusu şeklinde devam etmektedir (Hoşnut ve Özçay 2011).

Koordinasyon

Koordinasyon konusu sporda geniş bir anlam ifade ederek birçok branşta kullanılan yetenekler arasında yer almaktadır. Koordinasyon az efor sarf ederek daha fazla iş yapabilme, farklılık gösteren oyun içinde en iyi ve en uygun çözüm yolunu bulma, yeni bir hareketi en kısa zamanda öğrenmeyi sağlayan bir özelliktir(Dündar 2004). El-göz veya göz –ayak şeklinde uyum sağlanarak performans gerçekleştirilmektedir. Yalnızca taktiksel veya teknik bir konu değildir. Aynı zamanda alışılmamış durumlarda da önemli sayılan konular arasında yer almaktadır. Koordinasyon, *“doğru, zarif ve karmaşık hareketler üretmek için kas ve sinir sisteminin entegrasyonudur”*. Hahn’a göre ise; *“merkezi sinir sistemi ile iskelet kaslarının amaçlı bir hareket için ortak çalışması ve hareket akışının yönlendirilme organizasyonudur.”* (Valerio ve diğ. 2006). Koordinasyon ikiye ayrılır; birincisi genel koordinasyon, ikincisi ise özel koordinasyon olarak sınıflandırılmaktadır. Genel koordinasyon bireyin özel bir branşdan ziyade genel beceriler kazanmasıyla ilgili bir husustur ayrıca genel koordinasyon özel koordinasyonunda ana temelini oluşturur. Özel koordinasyon ise seçilen bir spor dalına özgü belirli hareketlere karşı beceri kazanma durumu yani kondisyonel yetenekleri geliştirme olarak yer almaktadır (Yılmaz 2013).

Denge

Tüm spor hareketlerinin önemli bir parçası ise denge olarak tanımlanmaktadır. Kritik anlamda motorik özellikler arasında yer almaktadır. Vücudun duruşunu muhafaza etmesiyle ilgili bir husustur. Kas, göz ve orta kulak arasındaki bağlantılara ilişkin bilgi sağlamaktadır. Denge konusunda iki türden bahsedilmektedir. Birincisi statik diğeri ise dinamik şeklinde ayrılmıştır. Statik denge; ağırlık merkezinin sabit olduğu hareketler kümesi olarak tanımlanmaktadır. Dinamik denge ise hareketlere göre ağırlık merkezinin değişkenlik gösterdiği bir durumdur. Denge konusunda ilkökul çağında belirginleşmektedir. Gelişim süreci ise çocukluk döneminden sonra tamamlanmaktadır. Ölçümlemesi, laboratuvar ortamında stability platform lafayette ve test bataryalarında flamingo denge testi kullanılarak sağlanmaktadır (Kelly ve diğ. 2013).

Çeviklik

Çeviklik, spor ile ilgili sağlanan hareketlerde bireylerin sahip olması gereken özellikler arasında yer almaktadır. Chelladurai'ye göre çeviklik, *“algılanan bir uyarana tepkide bütün vücudun hızlı ve doğru hareketidir”* Lemmink ve diğ. (2004) çevikliği *“sürat kaybı olmaksızın dengeyi muhafaza ederek hızlıca yön değiştirme yeteneği”* olarak tanımlamaktadır. Aynı zamanda pro-agility, illinois ve 505 çeviklik testi sayesinde fiziksel uygunluk açısından çeviklik özelinde kullanılan testler arasında yer almaktadır (Kelly 2013).

Güç (Patlayıcı Kuvvet)

Güç faktörü en fazla kuvveti en kısa süre içerisinde sağlayabilme yeteneği olarak tanımlanmaktadır. İki önemli bileşeni ise sürat ve kuvvet olarak yer almaktadır. Bu iki bileşen sayesinde insanlar; şut atma, sıçrama ve vurma gibi hareketleri sağlamaktadırlar. Bu patlayıcı kuvvet için genellikle dikey sıçrama testi uygulanmaktadır (Lange 2010).

Reaksiyon Zamanı

Reaksiyon zamanı, ilk kas tepkisi veya hareketin gerçekleştirilmesi arasındaki zamanı ölçen kalıtsal özellik olarak tanımlanmaktadır. Reaksiyon gösteren organın duyarlılığı bireyin sağlık durumu konusyla bağlantılı hususlardır. Reaksiyon zamanını Nelson'un ayak ve el testleri veya çeşitli squat sistemi sayesinde ölçülebilmektedir (Şimşek 2009).

Çocuklarda Fiziksel Uygunluk ve Değerlendirilmesi

Bedene karşı gerçekleştirilen olumlu tutum, fiziksel bilinç ve farkındalık, gelecekteki sportif faaliyetler çocuklardaki fizyolojik uyum konusunda önemli bir motivasyon unsuru olarak yer almaktadır. Fiziksel uygunluk göstergesi sağlık konusyla direkt bağlantılı konular arasında yer almaktadır. Spor performansında var olan zayıflık sağlık göstergesi ile paralel ilerleyen bir süreçtir (Şimşek 2009).

Son zamanlarda sosyal, ekonomik ve çevresel değişiklikler sayesinde çocukların fiziksel gelişim ve performanslarında zayıflama halleri söz konusudur. Uluslararası ve ulusal örgütler çocuklar üzerinde bu faaliyetleri artıran ve güçlü hale

gelinmesini sağlayan önleyici tedbirler konusunda organizasyonlar sağlamıştır. Bu sayede çocukların fiziksel uygunluk ve gelişimlerinin ölçülmesi adına test ve test bataryaları geliştirilmiştir. Dünya çapında yaygın olarak 15'ten fazla test sistemi mevcuttur (Şimşek 2009).

Fiziksel uygunluk kapsamında çocuklar için geliştirilen bir takım test sistemlerinin aşağıdaki gibi sıralanması mümkündür (Şimşek 2009);

- Kraus-Weber Minimal Fitness Test,
- Presidential Physical Fitness Test,
- Youth Fitness Test,
- Monibota Fiziksel Uygunluk Performans Testi,
- National Children and Youth Fitness Study Tests (NCYFS) I-II,
- Crysler Fund Fit Youth Today Program,
- Fitnessgram System,
- The Allgemeine Sport Motorisher Test,
- Eurofit Testleri.

Çocuklara yönelik sunulan fiziksel uygunluk testleri ve denemelerindeki amaç; uygun egzersizin bulunması, zaman içerisinde var olacak değişimlerin gözlemlenebilmesi ve programların daha sağlıklı oluşturulabilmesi adına sağlanmaktadır. Bu testlerden en sık kullanılanlar 6 ile 18 yaş aralığında Eurofit testleri, 5 ile 17 yaş aralığında Fitnessgram testleri, 5 ile 18 yaş aralığında Physical Best testleri olarak sıralanmaktadır. Avrupa bölgesinde Eurofit testleri, Amerika Birleşik Devletleri'nde ise daha çok Fitnessgram testlerinin kullanımı söz konusudur. Türkiye'de henüz tespit edilen fiziksel uygunluk kapsamında açıklanmış bir test bataryası yer almamaktadır (Sabbağ 2009).

3. GEREÇ VE YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Modeli

Araştırma, genel tarama desenlerinden biri olan betimsel tarama modeline göre tasarlanmıştır. Tarama modelinin genel özelliklerini incelediğimizde; bir grubun belirli özelliklerini belirlemek için verilerin toplanmasını amaçladığı ya da bir konuya ya da olaya ilişkin katılımcıların görüşlerinin ya da ilgi, beceri, yetenek ve tutum gibi özelliklerinin belirlendiği (Büyüköztürk ve diğ., 2016) modeller olduğu görülmektedir.

3.2. Araştırma Grubu

Araştırmanın grubunu, Tekirdağ İli Kapaklı İlçesinde, Özel Başakşehir İlkokulunun 1.2.3. ve 4.sınıflarında öğrenim gören kız ve erkek öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırma grubu olarak tüm ilkokul kademesinde okuyan öğrencilere ulaşılması hedeflenmiştir. Velilere detaylı araştırma kapsamını içeren bilgilendirilmiş gönüllü ve veli onam formu gönderilmiştir. Formu imzalayarak araştırmaya katılmayı kabul eden velilerin çocukları araştırmaya dahil edilmiştir. Bu doğrultuda 44 kız öğrenci ve 39 erkek öğrenci olmak üzere toplam 83 öğrenci araştırmaya gönüllü olarak katılmıştır.

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada kişisel bilgi formu, Eurofit Test Bataryası öğrencilere uygulanmıştır. Bu araştırmada kullanılan kişisel bilgi formu ve ölçüm bataryası ilişkin bilgiler aşağıda açıklanmıştır.

3.4. Kişisel Bilgi Formu

Kişisel bilgi formu (Ek 1) 14 maddeden oluşmaktadır. Araştırmaya katılan öğrenci ve ailelerinin demografik özelliklerini (doğum tarihi, boy uzunluğu, vücut ağırlığı, cinsiyet, kardeş sayısı, ailelerin ekonomik ve eğitim durumu) ve lisanslı spor yapma, geleneksel çocuk oyununa gibi sorulardan oluşan kişisel bilgi formu araştırmacılar tarafından oluşturulmuştur. Kişisel bilgi formunda yer verilen maddeler belirlenirken ilgili literatür dikkate alınarak oluşturulmaya çalışılmıştır.

3.5.Fiziksel Uygunluk Ölçüm Testleri

Aşağıda, çalışmaya katılan öğrencilerin fiziksel uygunluk ölçümlerinde kullanılan araçlara ilişkin bilgiler alt başlık halinde sunulmuştur.

3.5.1.Boy Uzunluğu Ölçümü

Katılımcıların boy uzunluğu ölçümleri ayakları çıplak durumda iken yapılmıştır. Ölçümler esnasında katılımcıların başları dik, ayak tabanları yere düz olarak basmış, dizler gergin, topuklar bitişik ve vücutların dik pozisyonda olmasına dikkat edilmiştir (Karakoç 2009). Boy uzunluğu ölçümünde taşınabilir hassaslık derecesi 0,1 cm olan Mesilife 13539 marka stadiometre kullanılmıştır. Elde edilen değerler bilgi formuna santimetre olarak kaydedilmiştir.

3.5.2.Vücut Ağırlığı Ölçümü

Katılımcıların vücut ağırlıkları, hassaslık derecesi 0,01 kg olan Tanita BC 545N marka Biyoelektrik İmpedans Analizörü ile ölçülmüştür. Katılımcıların ölçümleri çıplak ayak ve sadece şort, tişört kalacak şekilde ölçülmüştür. Değerler ölçüm formuna kg cinsinden kaydedilmiştir (Karakoç 2009).

3.5.3.Eurofit Test Bataryası

Flamingo Denge Testi

Statik denge özelliğinin belirlenmesinde kullanılan bir testtir. Katılımcıların denge aleti üzerine baskın ayaklarını kullanarak konumlarını devam ettirme çabasıdadırlar. Test sürecinin başlaması için katılımcıların baskın olmayan ayağını kalçasına doğru bükerek aynı tarafta bulunan eli ile tutması istenmiştir. Katılımcılar denge aleti üzerinde tam olarak dengesini sağlayabilmesi için araştırmacılardan destek almalarına izin verilmiştir. Denge sağladığının hissedilip, yardım aşamasının bitmesi ile beraber test başlamış olur. Katılımcının amacı bir dakika boyunca denge aleti üzerinde belirlenen kurallar çerçevesinde dengesini korumasıdır. Katılımcı eli ile tuttuğu ayağını bırakır veya yere temas eder ise saniye durdurulur. Tekrar katılımcının dengesi sağlandıktan sonra süre devam eder. Bu süreç bir dakika oluncaya kadar devam eder. Katılımcının bir dakika içinde dengesini sağlama girişimi katılımcının skoru olarak kaydedilir(Hazar ve Taşmektepligil 2008).

Disklere Dokunma Testi

Test ekipmanı bir karton zemin üzerinde sağ ve sol bölümde iki disk ve disklerin ortasında bir kare bölüm olacak şekilde araştırmacılar tarafından tasarlanmıştır. Katılımcının dominant olmayan eli karenin üzerinde bulunmaktadır. Dominant eli ile ise sağ ve sol bölümlerde bulunan disklere yirmi beş kez dokunması istenmiştir. Disklere dokunma testi iki defa yapılmıştır. Yirmi beş dokunma sonucunda belirlenen en düşük süre katılımcının skoru olarak saniye cinsinden kaydedilmiştir erdirilmiştir (Opstoel ve diğ. 2015).

Otur-Uzan Testi

Katılımcıların esneklik seviyelerinin belirlenmesinde amacıyla kullanılmıştır. Testin gerçekleştirilebilmesi için Katılımcıların ıplak ya da çoraplı bir şekilde hazır olmaları istenmiştir. Katılımcıların oturma sehpası önünde uzun oturma pozisyonunda, ayak tabanları esneklik sehpasına temas ederek oturmuşlardır. Katılımcılardan dizlerini bükmemeleri ve gövdelerinden ileri doğru uzanarak sehpa üzerinde bulunan hareketli aparatı el parmak uçları ile ileri doğru sürüklemeleri ve uzanabildikleri en son seviyede 1-2 saniye sabit beklemeleri istenmiştir. Ölçüm yapan kişi, Katılımcıların yanında durarak dizlerinin bükülmesini engellemiştir Aparatın bulunduğu en son konum santimetre cinsinden kaydedilmiştir. Ölçüm iki defa uygulanmıştır. En yüksek değer esneklik skoru olarak değerlendirilmiştir(Hazar ve Taşmektepligil 2008).

Durarak Uzun Atlama Testi

Katılımcı testin uygulanması için belirlenen çizginin arkasında pozisyonunu almıştır. Herhangi bir komut verilmeden, katılımcının kendini hazır hissettiğinde testi uygulaması istenmiştir. Katılımcının başlangıç noktasından sıçrayıp ayak topuklarının yere temas ettiği mesafe ölçülmüştür. Durarak uzun atlama iki defa uygulanmıştır. İki testten en uzun olan mesafe katılımcının skoru olarak kaydedilmiştir (Altınkök 2006).

Mekik Testi

Katılımcıların kor bölgesi dayanıklılığının belirlenmesine yönelik bir testtir. Katılımcılar yere uzanarak dizleri doksan derece olacak şekilde pozisyonlarını almışlardır. Katılımcıların mekik çekme esnasında ayaklarının yerden temasının

kesilmemesi için araştırmacılar tarafından gerekli tedbirler alınmıştır. Katılımcıların elleri ensede olacak şekilde ve mekik çekme sürecinin iniş evresinde omuzların yere temas etmesi ve kalkış evresinde de dirseklerin dizlere temas etmesi istenmiştir. Otuz saniye boyunca uygun çekilmiş mekik sayısı katılımcının skoru olarak kaydedilmiştir (Pekel 2007).

Bükülü Kol Asılma Testi

Katılımcıların boy uzunluğuna göre hazırlanmış platformda, uygun bar tutuş şeklinin gösterilmesi ve katılımcının çenesinin bar hizasının altına gelinceye kadar yardım edilmesi araştırmacılar tarafından yapılmıştır. Katılımcılardan var olan pozisyonlarını korumalarını ve gözleri barın altına düştüğünde uygulama bitirilmiştir. Bu zamana kadar geçen süre katılımcının skoru olarak kaydedilmiştir (Zahner ve diğ. 2006).

10x5 Metre Koşu Testi

Voleybol sahasına iki duba arasında beş metre olacak şekilde uygulama yeri oluşturulmuştur. Katılımcının iki huni arasında bir kez gidiş ve dönüşü bir tur olarak belirlenmiştir. Katılımcının bu şekilde beş tur atması istenmiştir. Beş tur sonunda koşu süresi kaydedilmiş ve test sona erdirilmiştir (Opstoel ve diğ. 2015).

3.6. Verilerin Toplanması

Etik kurul onayı için Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu Başkanlığı'na başvuruda bulunulmuş ve araştırma için gerekli etik kurul onayı (Protokol No:2020.209.08.18) alınmıştır (Ek 2). Test prosedürleri teorik ve uygulamalı olarak araştırmacı tarafından hem öğrencilere hem de velilerine detaylı bir şekilde anlatılmıştır. Kişisel bilgi formu velilere gönderilmiştir.Öğrencilerin öncelikli olarak boy uzunluğu ve vücut ağırlığı ölçümleri yapılmıştır. Daha sonra sırasıyla flamingo denge testi, otur-uzan esneklik testi, diske dokunma testi, durarak uzun atlama testi, bükülü kol asılma testi, mekik testi ve 10x5 metre mekik koşusu uygulanmıştır. Ölçümler ve testler, aynı sıra ile aynı araştırmacılar tarafından katılımcılara uygulanmıştır. Tüm test seanslarından önce 5 dakikalık jogging ve ardından 5 dakikalık dinamik esnemenen oluşan standart bir ısınma

gerçekleştirilmiştir. Tüm testler, sirkadiyen ritimlerin çalışma sonuçları üzerindeki etkisini önlemek için günün aynı saatinde (17:30-19:30) yapılmıştır.

3.7. Verilerin Analizi

Araştırmada elde edilen veriler SPSS 18.0 programına aktarılarak ve analizler bu istatistik programı kullanılarak yapılmıştır. Verilerin analizinde araştırma grubunun özelliklerinin tanımlanması için tanımlayıcı istatistikler (ortalama, standart sapma, medyan, min-maks değer, oran, frekans vb.) kullanılmış ve tablolar yardımıyla ifade edilmiştir. Değişkenlerin karşılaştırmalarına geçilmeden önce normallik ve homojenlik varsayımlarının karşılanıp karşılanmadığı incelenmiştir (Tabachnick ve Fidell 2013). Bu değerlendirme neticesinde değişkenlerin normal dağılım gösterdiği tespit edilmiştir. Daha sonra bağımsız iki grup karşılaştırmalarında bağımsız örneklem t testi (Independent Samples t test), üç veya daha çok grup karşılaştırmalarında ise tek yönlü varyans analizi (ANOVA), alt grup karşılaştırmalarında Scheffe ve LSD post hoc analizleri kullanılmıştır. T-testi analizinde değişkenler arasındaki ilişkinin gücünü hesaplamak için Cohen's d istatistiğinden yararlanılmıştır. Tek yönlü varyans analizinde değişkenler arasındaki ilişkinin gücünü hesaplamak için eta-kare (etki büyüklüğü) (η^2) katsayısından faydalanılmıştır (Büyüköztürk ve diğ. 2015). Ölçümsel değişkenler arasındaki ilişkiler için Pearson Momentler Çarpımı Sıra Korelasyon Analizi kullanılmıştır. İstatistiksel olarak $p < 0,05$ değeri anlamlı kabul edilmiştir.

4.BULGULAR

Tablo 4.1 Öğrencilerin yaş, cinsiyet ve sınıf düzeylerine yönelik frekans ve yüzdeler dağılımları

Değişkenler	Frekans	Yüzdeler Dağılım (%)
Yaş (yıl)		
5 yaş	3	3,6
6 yaş	20	24,1
7 yaş	23	27,7
8 yaş	27	32,5
9 yaş	10	12,0
Cinsiyet		
Kız	44	53,0
Erkek	39	47,0
Sınıf düzeyi		
1.sınıf	20	24,1
2.sınıf	20	24,1
3.sınıf	21	25,3
4.sınıf	22	26,5

Araştırmaya toplam olarak 83 öğrenci katılmış olup; bunların yaş düzeyi açısından öğrenci dağılımlarını incelediğimizde 5 yaşında olan 3 öğrencinin olduğu ve %3,6'lık dilimi oluşturduğu, 6 yaşında olan 20 öğrencinin olduğu ve %24,1'lik dilimi oluşturduğu, 7 yaşında olan 23 öğrencinin olduğu ve %27,7'lik dilimi oluşturduğu, 8 yaşında olan 27 öğrencinin olduğu ve %32,5'lik dilimi oluşturduğu ve 9 yaşında olan 10 öğrencinin olduğu ve %12,0'lık dilimi oluşturduğu görülmektedir. Cinsiyet dağılımını incelediğimizde kız öğrencilerin 44 kişi olduğu ve %53,0 dilimi oluşturduğu, erkek öğrencilerin 39 kişi olduğu ve %47,0 dilimi oluşturduğu görülmektedir. Sınıf düzeyi dağılımına bakıldığında 1.sınıfta okuyan 20 kişi olduğu ve %24,1 dilimi oluşturduğu, 2.sınıfta okuyan 20 kişi olduğu ve %24,1 dilimi oluşturduğu, 3.sınıfta okuyan 21 kişi olduğu ve %25,3 dilimi oluşturduğu, 4. Sınıfta okuyan 22 kişi olduğu ve %26,5 dilimi oluşturduğu görülmektedir(Tablo 4.1).

Tablo 4.2 Öğrencilerin yaş, boy uzunluğu ve vücut ağırlığına yönelik tanımlayıcı istatistikler

Değişkenler	Minimum	Maksimum	Ortalama	Ss
Yaş (yıl)	5,0	9,0	7,25	1,06
Boy uzunluğu (cm)	115,0	150,0	131,10	7,93
Vücut ağırlığı (kg)	17,0	50,0	28,30	6,77

Araştırmaya katılan öğrencilerin minimum yaş değeri 5 yaş, maksimum yaş değeri 9 yaş ve yaş ortalamaları $7,25 \pm 1,06$ yıl olarak tespit edilmiştir. Öğrencilerin minimum boy uzunluğu 115,0cm, maksimum boy uzunluğu 150,0cm, boy uzunluğu ortalamaları ise $131,10 \pm 7,93$ cm olarak belirlenmiştir. Öğrencilerin minimum vücut ağırlığı 17 kg, maksimum vücut ağırlığı 50kg ve vücut ağırlığı ortalamaları $28,30 \pm 6,77$ olarak tespit edilmiştir(Tablo 4.2).

Tablo 4.3 Öğrencilerin fiziksel uygunluk parametrelerine yönelik tanımlayıcı istatistikler

Değişkenler	Minimum	Maksimum	Ortalama	Ss
Flamingo denge testi (n)	2,0	28,0	13,22	6,85
Diske dokunma testi (sn)	13,7	36,7	25,14	5,29
Otur-uzan testi (cm)	16,0	43,0	29,14	4,70
Durarak uzun atlama testi (cm)	40,0	165,0	104,78	23,89
Mekik testi (n)	5,0	27,0	14,48	5,00
Bükülü kol asılma testi (sn)	1,0	15,6	4,76	3,52
5x10 metre mekik koşusu testi (sn)	30,5	57,2	42,15	6,95

*cm = santimetre; kg = kilogram; n = sayı (adet); sn=saniye

Araştırmaya katılan öğrencilerin flamingo denge testi değerlerine bakıldığında minimum 2,0n, maksimum 28,0n, flamingo denge testi ortalamaları ise $13,22 \pm 6,85$ sayı olarak tespit edilmiştir. Öğrencilerin diske dokunma testi değerlerine bakıldığında minimum 13,7sn, maksimum 36,7sn, diske dokunma testi ortalamaları ise $25,14 \pm 5,29$ sn olarak tespit edilmiştir. Öğrencilerin otur-uzan testi değerlerine bakıldığında maksimum 16,0cm, maksimum 43,0cm, otur-uzan testi ortalamaları ise $29,14 \pm 4,70$ cm olarak tespit edilmiştir. Öğrencilerin durarak uzun atlama testi değerlerine bakıldığında minimum 40,0cm, maksimum 165,0cm, durarak uzun atlama testi ortalamaları ise $104,84 \pm 23,89$ cm olarak tespit edilmiştir. Öğrencilerin mekik testi

değerlerinin minimum 5,0sn, maksimum 27,0sn, mekik testi ortalamaları ise $14,48 \pm 5,00$ sayı olarak tespit edilmiştir. Öğrencilerin bükülü kol asılma testi değerlerinin minimum 1,0sn, maksimum 15,6sn, bükülü kol asılma testi ortalamaları ise $4,76 \pm 3,52$ sn olarak tespit edilmiştir. Öğrencilerin 5x10 metre mekik koşusu testi değerlerinin minimum 30,5sn, maksimum 57,2sn, 5x10 metre mekik koşusu testi ortalamaları ise $42,15 \pm 6,95$ sn olarak tespit edilmiştir (Tablo 4.3).

Tablo 4.4 Ailelerin ortalama aylık gelirlerine yönelik tanımlayıcı istatistikler

Değişkenler	Minimum	Maksimum	Ortalama	Ss
Aylık ortalama gelir (TL)	4500,00	25000,00	10009,64	4258,86

Öğrencilerin ailelerin ortalama aylık gelirleri verilerine göre; minimum 4500,00 TL, maksimum 25000,00 TL, aylık gelir ortalaması ise $10009,64 \pm 4258,86$ TL olarak belirlenmiştir (Tablo 4.4)

Tablo 4.5 Öğrencilerin aile bireylerinin bilgilerine yönelik frekans ve yüzdeler dağılımları

Değişkenler	Frekans	Yüzdeler Dağılım (%)
Anne eğitim düzeyi		
İlköğretim	10	12,0
Ortaöğretim	26	31,3
Yükseköğretim	47	56,6
Baba eğitim düzeyi		
İlköğretim	10	12,0
Ortaöğretim	25	30,1
Yükseköğretim	48	57,8
Anne mesleği		
Ev hanımı	33	39,8
Memur	19	22,9
İşçi	26	31,3
Serbest meslek	5	6,0
Baba mesleği		
İşsiz	4	4,8
Memur	19	22,9
İşçi	25	30,1
Serbest meslek	35	42,2
Aile birey sayısı		
3 kişi	42	50,6
4-5 kişi	41	49,4
Ailede lisanslı spor yapan		
Var	12	14,5
Yok	71	85,5

Araştırmaya katılan öğrencilerin aile bireylerinin verilerine göre; anne eğitim düzeyi açısından dağılımları incelediğimizde ilköğretim mezunu 10 kişi olduğu ve %12,0 dilimi oluşturduğu, ortaöğretim mezunu 26 kişi olduğu ve %31,3 dilimi oluşturduğu, yükseköğretim mezunu 47 kişi olduğu ve %56,6 dilimi oluşturduğu görülmektedir. Baba eğitim düzeyi açısından dağılımları incelediğimizde ilköğretim mezunu 10 kişi olduğu ve %12,0 dilimi oluşturduğu, ortaöğretim mezunu 25 kişi olduğu ve %30,1 dilimi oluşturduğu, yükseköğretim mezunu 48 kişi olduğu ve %57,8 dilimi oluşturduğu görülmektedir. Anne mesleği açısından dağılımları incelediğimizde ev hanımı 33 kişi olduğu ve %39,8 dilimi oluşturduğu, memur 19 kişi olduğu ve %22,9 dilimi oluşturduğu, işçi 25 kişi olduğu ve %30,1 dilimi oluşturduğu, serbest meslek 35 kişi olduğu ve %42,2 dilimi oluşturduğu görülmektedir. Baba mesleği açısından dağılımları incelediğimizde işsiz 4 kişi olduğu ve %4,8 dilimi oluşturduğu, memur 19 kişi olduğu ve %22,9 dilimi oluşturduğu, işçi 25 kişi olduğu ve %30,1 dilimi oluşturduğu, serbest meslek 35 kişi olduğu ve %42,2 dilimi oluşturduğu görülmektedir. Aile bireyi sayısı açısından dağılımları incelediğimizde aile birey sayısı 3 kişi olan 42 kişi olduğu ve %50,6 dilimi oluşturduğu, aile birey sayısı 4-5 kişi olan 41 kişi olduğu ve %49,4 dilimi oluşturduğu görülmektedir. Ailede lisanslı spor yapan var diyen 12 kişi olduğu ve %14,5 dilimi oluşturduğu, ailede lisanlı spor yapan yok diyen 71 kişi olduğu ve %85,5 dilimi oluşturduğu görülmektedir(Tablo 4.5).

Tablo 4.6 Öğrencilerin herhangi bir spor branş da lisansa sahip olması ve geleneksel çocuk oyunlarına katılımına yönelik frekans ve yüzdelik dağılımları

Değişkenler	Frekans	Yüzdelik Dağılım (%)
Sporcu lisansı olma		
Evet	36	43,4
Hayır	47	56,6
Geleneksel çocuk oyunlarına katılma		
Evet	36	43,4
Hayır	47	56,6

Araştırmaya katılan öğrencilerin herhangi bir spor branşında lisansa sahip olması ve geleneksel çocuk oyunlarına katılımı açısından öğrencilerin dağılımlarını incelediğimizde sporcu lisanslı olma evet diyen 36 kişi olup %43,4 dilimi oluşturduğu, sporcu lisanlı olma hayır diyen 47 kişi olup %56,6 dilimi oluşturduğu

görülmektedir.Öğrencilerin geleneksek çocuk oyunlarına katılım evet diyen 36 kişi olup %43,4 dilimi oluşturduğu, geleneksel çocuk oyunlarına katılım hayır diyen 47 kişi olup %56,6 dilimi oluşturduğu görülmektedir(Tablo 4.6).

Tablo 4.7 Öğrencilerin fiziksel uygunluk parametrelerinin anne eğitim düzeyi açısından tanımlayıcı verileri

Değişkenler	İlköğretim(1)		Ortaöğretim(2)		Yükseköğretim(3)	
	n = 10		n = 26		n = 47	
	\bar{X}	Ss	\bar{X}	Ss	\bar{X}	Ss
Boy uzunluğu (cm)	133,70	7,94	130,96	6,40	130,63	8,71
Vücut ağırlığı (kg)	30,60	5,89	27,96	5,07	28,00	7,72
Flamingo denge testi (n)	12,20	7,58	13,64	7,32	13,38	6,57
Diske dokunma testi (sn)	25,08	2,36	24,28	5,10	25,63	5,83
Otur-uzan testi (cm)	27,90	4,70	29,92	3,73	28,97	5,18
Durarak uzun atlama testi (cm)	94,80	17,15	107,38	21,15	105,46	26,29
Mekik testi (n)	15,80	4,41	15,23	5,14	13,78	5,02
Bükülü kol asılma testi (sn)	5,57	4,54	4,36	2,97	4,82	3,61
5x10 metre mekik koşusu testi (sn)	40,30	6,52	41,77	6,75	42,75	7,20

İlköğretim öğrencilerinin boy uzunluğu $133,70 \pm 7,94$ cm, ortaöğretim öğrencilerinin boy uzunluğu $130,96 \pm 6,40$ cm, yükseköğretim öğrencilerinin boy uzunluğu $130,63 \pm 8,71$ cm olarak belirlenmiştir. İlköğretim öğrencilerinin vücut ağırlığı $30,60 \pm 5,89$ kg, ortaöğretim öğrencilerinin vücut ağırlığı $27,96 \pm 5,07$ kg, yükseköğretim öğrencilerinin vücut ağırlığı $28,00 \pm 7,72$ kg olarak belirlenmiştir. İlköğretim öğrencilerinin flamingo denge testi $12,20 \pm 7,58$ n, ortaöğretim öğrencilerinin flamingo denge testi $13,64 \pm 7,32$ n, yükseköğretim öğrencileri flamingo denge testi $13,38 \pm 6,57$ n olarak belirlenmiştir. İlköğretim öğrencilerinin diske dokunma testi $25,08 \pm 2,36$ sn, ortaöğretim öğrencilerinin diske dokunma testi $24,28 \pm 5,10$ sn, yükseköğretim öğrencilerinin diske dokunma testi $25,63 \pm 5,83$ sn olarak belirlenmiştir. İlköğretim öğrencilerinin otur-uzan testi $27,90 \pm 4,70$ cm, ortaöğretim öğrencilerinin otur-uzan testi $29,92 \pm 3,73$ cm, yükseköğretim öğrencilerinin otur-uzan testi $28,97 \pm 5,18$ cm olarak belirlenmiştir. İlköğretim öğrencilerinin durarak uzun atlama testi $94,80 \pm 17,15$ cm, ortaöğretim öğrencilerinin durarak uzun atlama testi $107,38 \pm 21,15$ cm, yükseköğretim öğrencilerinin durarak

uzun atlama testi $105,46 \pm 26,29$ cm olarak belirlenmiştir. İlköğretim öğrencilerinin mekik testi $15,80 \pm 4,41$ n, ortaöğretim öğrencilerinin mekik testi $15,23 \pm 5,14$ n, yükseköğretim öğrencilerinin mekik testi $13,78 \pm 5,02$ n olarak belirlenmiştir. İlköğretim öğrencilerinin bükülü kol asılma testi $5,57 \pm 4,54$ sn, ortaöğretim öğrencilerinin bükülü kol asılma testi $4,36 \pm 2,97$ sn, yükseköğretim öğrencilerinin bükülü kol asılma testi $4,82 \pm 3,61$ sn olarak belirlenmiştir. İlköğretim öğrencilerinin 5x10 metre mekik koşusu testi $40,30 \pm 6,52$ sn, ortaöğretim öğrencilerinin 5x10 metre mekik koşusu testi $41,77 \pm 6,75$ sn, yükseköğretim öğrencilerinin 5x10 metre mekik koşusu testi $42,75 \pm 7,20$ sn olarak belirlenmiştir (Tablo 4.7).

Tablo 4.8 Öğrencilerin fiziksel uygunluk parametrelerinin anne eğitim düzeyi açısından karşılaştırması

Değişkenler	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Boy uzunluğu (cm)	Gruplar arası	78,111	2	39,056	0,61	0,54
	Gruplar içi	5085,913	80	63,574		
	Toplam	5164,024	82			
Vücut ağırlığı (kg)	Gruplar arası	60,108	2	30,054	0,65	0,52
	Gruplar içi	3699,362	80	46,242		
	Toplam	3759,470	82			
Flamingo denge testi (n)	Gruplar arası	12,060	2	6,030	0,12	0,88
	Gruplar içi	3844,591	80	48,057		
	Toplam	3856,651	82			
Diske dokunma testi (sn)	Gruplar arası	30,684	2	15,342	0,54	0,58
	Gruplar içi	2265,744	80	28,322		
	Toplam	2296,428	82			
Otur-uzan testi (cm)	Gruplar arası	32,540	2	16,270	0,73	0,48
	Gruplar içi	1781,725	80	22,272		
	Toplam	1814,265	82			
Durarak uzun atlama testi (cm)	Gruplar arası	1194,640	2	597,320	1,04	0,35
	Gruplar içi	45637,456	80	570,468		
	Toplam	46832,096	82			
Mekik testi (n)	Gruplar arası	54,635	2	27,318	1,09	0,34
	Gruplar içi	1998,088	80	24,976		
	Toplam	2052,723	82			
Bükülü kol asılma testi (sn)	Gruplar arası	10,926	2	5,463	0,43	0,65
	Gruplar içi	1008,462	80	12,606		
	Toplam	1019,388	82			
5x10 metre mekik koşusu testi (sn)	Gruplar arası	54,922	2	27,461	0,56	0,57
	Gruplar içi	3909,747	80	48,872		
	Toplam	3964,669	82			

$p < 0,05^*$

Öğrencilerin anne eğitim düzeyi açısından fiziksel uygunluk parametrelerinin karşılaştırmasında; boy uzunluğu, vücut ağırlığı, flamingo denge testi, diske dokunma testi, otur-uzan testi, durarak uzun atlama testi, mekik testi, bükülü kol asılma testi,

5x10 metre mekik koşu testi değerlerinde anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ($p>0,05$)(Tablo 4.8).

Tablo 4.9 Öğrencilerin fiziksel uygunluk parametrelerinin baba eğitim düzeyi açısından tanımlayıcı verileri

Değişkenler	İlköğretim(1)		Ortaöğretim(2)		Yükseköğretim(3)	
	n = 10		n = 25		n = 48	
	\bar{X}	Ss	\bar{X}	Ss	\bar{X}	Ss
Boy uzunluğu (cm)	131,70	7,31	132,64	7,43	130,18	8,31
Vücut ağırlığı (kg)	28,60	5,42	29,76	6,62	27,47	7,07
Flamingo denge testi (n)	8,20	4,58	14,84	7,74	13,43	6,37
Diske dokunma testi (sn)	25,37	2,72	23,54	4,30	25,93	5,99
Otur-uzan testi (cm)	28,40	4,76	29,28	4,04	29,22	5,07
Durarak uzun atlama testi (cm)	101,80	24,46	105,76	15,27	104,89	27,57
Mekik testi (n)	15,90	6,47	15,68	4,50	13,56	4,81
Bükülü kol asılma testi (sn)	7,07	3,89	3,97	2,88	4,70	3,61
5x10 metre mekik koşusu testi (sn)	38,96	6,56	40,97	6,34	43,42	7,14

Öğrencilerin fiziksel uygunluk parametrelerinin baba eğitim düzeyi açısından incelendiğinde; ilköğretim öğrencilerinin boy uzunluğu $131,70\pm 7,31$ cm, ortaöğretim öğrencilerinin boy uzunluğu $132,64\pm 7,43$ cm, yükseköğretim öğrencilerinin boy uzunluğu $130,18\pm 8,31$ cm olarak belirlenmiştir. İlköğretim öğrencilerinin vücut ağırlığı $28,60\pm 5,42$ kg, ortaöğretim öğrencilerinin vücut ağırlığı $29,76\pm 6,62$ kg, yükseköğretim öğrencilerinin vücut ağırlığı $27,47\pm 7,07$ kg olarak belirlenmiştir. İlköğretim öğrencilerinin flamingo denge testi $8,20\pm 4,58$ n, ortaöğretim öğrencilerinin flamingo denge testi $14,84\pm 7,74$ n, yükseköğretim öğrencilerinin flamingo denge testi $13,43\pm 6,37$ n olarak belirlenmiştir. İlköğretim öğrencilerinin diske dokunma testi $25,37\pm 2,72$ sn, ortaöğretim öğrencilerinin diske dokunma testi $23,54\pm 4,30$ sn, yükseköğretim öğrencilerinin diske dokunma testi $25,93\pm 5,99$ sn olarak belirlenmiştir. İlköğretim öğrencilerinin otur-uzan testi $28,40\pm 4,76$ cm, ortaöğretim öğrencilerinin otur-uzan testi $29,28\pm 4,04$ cm, yükseköğretim öğrencilerinin otur-uzan testi $29,22\pm 5,07$ cm olarak belirlenmiştir. İlköğretim öğrencilerinin durarak uzun atlama testi $101,80\pm 24,46$ cm, ortaöğretim öğrencilerini durarak uzun atlama testi $105,76\pm 15,27$ cm, yükseköğretim öğrencilerinin durarak uzun atlama testi

104,89±27,57 cm olarak belirlenmiştir. İlköğretim öğrencilerinin mekik testi 15,90±6,47 n, ortaöğretim öğrencilerinin mekik testi 15,68±4,50 n, yükseköğretim öğrencilerini mekik testi 13,56±4,81 n olarak belirlenmiştir. İlköğretim öğrencilerinin bükülü kol asılma testi 7,07±3,89 sn, ortaöğretim öğrencilerinin bükülü kol asılma testi 3,97±2,88 sn, yükseköğretim öğrencilerinin bükülü kol asılma testi 4,70±3,61 sn olarak belirlenmiştir. İlköğretim öğrencilerinin 5x10 metre mekik koşusu testi 38,96±6,56 sn, ortaöğretim öğrencilerinin 5x10 metre mekik koşusu testi 40,97±6,34 sn, yükseköğretim öğrencilerinin 5x10 metre mekik koşusu testi 43,42±7,14 sn olarak belirlenmiştir(Tablo 4.9).

Tablo 4.10Öğrencilerin fiziksel uygunluk parametrelerinin baba eğitim düzeyi açısından karşılaştırması

Değişkenler	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Scheffe post hoc	η^2
Boy uzunluğu (cm)	Gruplar arası	102,852	2	51,426	0,81	0,44	-	-
	Gruplar içi	5061,172	80	63,265				
	Toplam	5164,024	82					
Vücut ağırlığı (kg)	Gruplar arası	86,531	2	43,265	0,94	0,39	-	-
	Gruplar içi	3672,939	80	45,912				
	Toplam	3759,470	82					
Flamingo denge testi (n)	Gruplar arası	319,878	2	159,939	3,61	0,03*	1-2 p=0,03	0,03
	Gruplar içi	3536,773	80	44,210				
	Toplam	3856,651	82					
Diske dokunma testi (sn)	Gruplar arası	94,032	2	47,016	1,70	0,18	-	-
	Gruplar içi	2202,396	80	27,530				
	Toplam	2296,428	82					
Otur-uzan testi (cm)	Gruplar arası	6,346	2	3,173	0,14	0,86	-	-
	Gruplar içi	1807,919	80	22,599				
	Toplam	1814,265	82					
Durarak uzun atlama testi (cm)	Gruplar arası	113,457	2	56,729	0,09	0,90	-	-
	Gruplar içi	46718,639	80	583,983				
	Toplam	46832,096	82					
Mekik testi (n)	Gruplar arası	96,570	2	48,285	1,97	0,14	-	-
	Gruplar içi	1956,153	80	24,452				
	Toplam	2052,723	82					
Bükülü kol asılma testi (sn)	Gruplar arası	69,034	2	34,517	2,90	0,06	-	-
	Gruplar içi	950,353	80	11,879				
	Toplam	1019,388	82					
5x10 metre mekik koşusu testi (sn)	Gruplar arası	214,365	2	107,182	2,28	0,10	-	-
	Gruplar içi	3750,304	80	46,879				
	Toplam	3964,669	82					

p<0,05*, η^2 = eta-kare

Öğrencilerin baba eğitim düzeyi açısından fiziksel uygunluk parametrelerinin karşılaştırmasında; boy uzunluğu, vücut ağırlığı, diske dokunma testi, otur-uzan testi, durarak uzun atlama testi, mekik testi, bükülü kol asılma testi, 5x10 metre mekik koşu testi değerlerinde anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ($p>0,05$). Baba eğitim düzeyi açısından flamingo denge skorlarında [$F_{(2-82)}=3,61$, $p<0,05$] anlamlı fark belirlenmiştir ($p<0,05$). Bu farkın; Scheffepost-docanalizi sonuçlarına göre ilköğretim mezunu olan baba ile ortaöğretim mezunu olan baba arasında olduğu ve farkın ortaöğretim mezunu olan baba lehine olduğu ancak, bu farkın etki büyüklüğünün ise düşük düzeyde olduğu tespit edilmiştir ($\eta^2=0,03$) (Tablo 4.10).

Tablo 4.11 Öğrencilerin fiziksel uygunluk parametrelerinin anne mesleği açısından tanımlayıcı verileri

Değişkenler	Ev hanımı(1)		Memur(2)		İşçi(3)		Serbest meslek(4)	
	n = 33		n = 19		n = 26		n = 5	
	\bar{X}	Ss	\bar{X}	Ss	\bar{X}	Ss	\bar{X}	Ss
Boy uzunluğu (cm)	130,51	6,63	136,10	9,06	129,46	7,36	124,60	6,18
Vücut ağırlığı (kg)	27,72	5,84	33,21	8,11	26,26	5,25	24,00	5,52
Flamingo denge testi (n)	14,27	7,71	13,78	6,75	11,61	5,49	12,60	8,08
Diske dokunma testi (sn)	26,21	5,25	23,45	4,42	25,49	5,47	22,74	6,79
Otur-uzan testi (cm)	28,87	3,79	27,00	5,13	30,69	5,17	31,00	3,16
Durarak uzun atlama testi (cm)	100,60	25,53	114,63	25,34	102,84	17,84	105,00	31,33
Mekik testi (n)	14,45	5,26	17,21	5,11	13,11	3,97	11,40	3,91
Bükülü kol asılma testi (sn)	5,37	4,42	4,45	3,32	4,47	2,40	3,52	2,54
5x10 metre mekik koşusu testi (sn)	42,79	7,09	38,79	6,29	42,93	6,52	46,53	7,70

Öğrencilerin fiziksel uygunluk parametrelerinin anne mesleği açısından; ev hanımı boyu uzunluğu $130,51\pm 6,63$ cm, memur boy uzunluğu $136,10\pm 9,06$ cm, işçi boy uzunluğu $129,46\pm 7,36$ cm, serbest meslek boy uzunluğu $124,60\pm 6,18$ cm olarak

belirlenmiştir. Vücut ağırlığı ev hanımı 27,72±5,84 kg, memur vücut ağırlığı 33,21±8,11 kg, işçi vücut ağırlığı 26,26±5,25 kg, serbest meslek vücut ağırlığı 24,00±5,52 kg olarak belirlenmiştir. Flamingo denge testi ev hanımı 14,27±7,71 n, memur flamingo denge testi 13,78±6,75 n, işçi flamingo denge testi 11,61±5,49 n, serbest meslek flamingo denge testi 12,60±8,08 n olarak belirlenmiştir. Ev hanımı diske dokunma testi 26,21±5,25 sn, memur diske dokunma testi 23,45±4,42 sn, işçi diske dokunma testi 25,49±5,47 sn, serbest meslek diske dokunma testi 22,74±6,79 sn olarak belirlenmiştir. Ev hanımı otur-uzan testi 28,87±3,79 cm, memur otur-uzan testi 27,00±5,13 cm, işçi otur-uzan testi 30,69±5,17 cm, serbest meslek otur-uzan testi 31,00±3,16 cm olarak belirlenmiştir. Ev hanımı durarak uzun atlama testi 100,60±25,53 cm, memur durarak uzun atlama testi 114,63±25,34 cm, işçi durarak uzun atlama testi 102,84±17,84 cm, serbest meslek 105,00±31,33 cm olarak belirlenmiştir. Ev hanımı mekik testi 14,45±5,26 n, memur mekik testi 17,21±5,11 n, işçi mekik testi 13,11±3,97 n, serbest meslek 11,40±3,91n olarak belirlenmiştir, Ev hanımı bükülü kol asılma testi 5,37±4,42 sn, memur bükülü kol asılma testi 4,45±3,32 sn, işçi bükülü kol asılma testi 4,47±2,40 sn, serbest meslek bükülü kol asılma testi 3,52±2,54 sn olarak belirlenmiştir. Ev hanımı 5x10 metre mekik koşusu testi 42,79±7,09 sn, memur 5x10 metre mekik koşusu testi 38,79±6,29 sn, işçi 5x10 metre mekik koşusu testi 42,93±6,52 sn, serbest meslek 5x10 metre mekik testi koşusu testi 46,53±7,70 sn olarak belirlenmiştir(Tablo 4.11).

Tablo 4.12Öğrencilerin fiziksel uygunluk parametrelerinin anne mesleği açısından karşılaştırması

Değişkenler	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Scheffe post hoc	η^2
Boy uzunluğu (cm)	Gruplar arası Gruplar içi Toplam	768,331 4395,693 5164,024	3 79 82	256,110 55,642	4,60	0,00*	2-3 p=0,04 2-4 p=0,03	0,00
Vücut ağırlığı (kg)	Gruplar arası Gruplar içi Toplam	668,651 3090,819 3759,470	3 79 82	222,884 39,124	5,69	0,00*	1-2 p=0,03 2-3 p=0,00 2-4 P=0,04	0,00

Tablo 4.13(devam) Öğrencilerin fiziksel uygunluk parametrelerinin anne mesleği açısından karşılaştırması

Flamingo denge testi (n)	Gruplar arası Gruplar içi Toplam	111,593 3745,057 3856,651	3 79 82	37,198 47,406	0,78	0,50	-	-
Diske dokunma testi (sn)	Gruplar arası Gruplar içi Toplam	124,438 2171,990 2296,428	3 79 82	41,479 27,494	1,50	0,21	-	-
Otur-uzan testi (cm)	Gruplar arası Gruplar içi Toplam	169,211 1645,054 1814,265	3 79 82	56,404 20,823	2,70	0,06	-	-
Durarak uzun atlama testi (cm)	Gruplar arası Gruplar içi Toplam	2516,412 44315,684 46832,096	3 79 82	838,804 560,958	1,49	0,22	-	-
Mekik testi (n)	Gruplar arası Gruplar içi Toplam	237,529 1815,194 2052,723	3 79 82	79,176 22,977	3,44	0,02*	2-3 p=0,04	0,02
Bükülü kol asılma testi (sn)	Gruplar arası Gruplar içi Toplam	24,307 995,080 1019,388	3 79 82	8,102 12,596	0,64	0,58	-	-
5x10 metre mekik koşusu testi (sn)	Gruplar arası Gruplar içi Toplam	339,644 3625,025 3964,669	3 79 82	113,215 45,886	2,46	0,06	-	-

p<0,05*

Öğrencilerin anne mesleği açısından fiziksel uygunluk parametrelerinin karşılaştırmasında; flamingo denge testi, diske dokunma testi, otur-uzan testi, durarak uzun atlama testi, bükülü kol asılma testi, 5x10 metre mekik koşu testi değerlerinde anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ($p>0,05$). Boy uzunluğu [$F_{(3-82)}=4,60$, $p<0,05$], vücut ağırlığı [$F_{(3-82)}=5,69$, $p<0,05$], mekik testi [$F_{(3-82)}=3,44$, $p<0,05$] değişkenlerine göre anlamlı fark görüldüğü belirlenmiştir ($p<0,05$). Anne mesleğine göre; boy uzunluğu, vücut ağırlığı ve mekik testi değişkenlerinin anlamlı farklılığın hangi meslek grubunda olduğunu belirlemek için yapılan Scheffe post-doc analizi sonuçlarına göre, boy uzunluğunun memur, işçi ve serbest meslek grupları arasında olduğu memur meslek grubu yönünde anlamlı farklılığın olduğu belirlenmiştir. Vücut ağırlığı değişkenine bakıldığında farklılığın ev hanımı ile memur, memur ile işçi, memur ile serbest meslek arasında olduğu anlamlı farkın memur mesleğinde olduğu belirlenmiştir. Mekik testi değişkenine bakıldığından memur ile işçi mesleği arasında olduğu ve anlamlı farkın memur mesleğinde olduğu belirlenmiştir. Bu farkların eta-

kare sonuçlarına göre etki büyüklüklerinin çok düşük olduğu belirlenmiştir (sırasıyla; $\eta^2 = 0,00, 0,00, 0,02$)(Tablo 4.12).

Tablo 4.14 Öğrencilerin fiziksel uygunluk parametrelerinin baba mesleği açısından tanımlayıcı verileri

Değişkenler	İşsiz(1)		Memur(2)		İşçi(3)		Serbest meslek(4)	
	n = 4		n = 19		n = 25		n = 35	
	\bar{X}	Ss	\bar{X}	Ss	\bar{X}	Ss	\bar{X}	Ss
Boy uzunluğu (cm)	135,25	8,01	133,42	9,34	127,92	7,66	131,65	6,76
Vücut ağırlığı (kg)	29,00	6,05	30,52	8,38	25,80	6,19	28,80	5,49
Flamingo denge testi (n)	9,50	6,85	12,00	5,83	13,92	6,57	13,82	7,58
Diske dokunma testi (sn)	21,85	8,17	24,02	5,79	26,97	4,89	24,82	4,73
Otur-uzan testi (cm)	29,50	1,73	28,05	4,91	30,76	4,32	28,54	4,91
Durarak uzun atlama testi (cm)	121,50	20,87	114,52	27,52	96,68	21,38	103,37	21,88
Mekik testi (n)	18,75	5,73	15,31	4,04	12,64	5,40	14,85	4,79
Bükülü kol asılma testi (sn)	4,96	3,53	4,73	3,46	3,97	2,65	5,33	4,09
5x10 metre mekik koşusu testi (sn)	40,69	9,88	39,95	5,43	44,72	7,29	41,67	6,83

Öğrencilerin fiziksel uygunluk parametrelerinin baba mesleği açısından; işsiz boy uzunluğu $134,25 \pm 8,01$ cm, memur boy uzunluğu $133,42 \pm 9,34$ cm, işçi boy uzunluğu $127,92 \pm 7,66$ cm, serbest meslek boy uzunluğu $131,65 \pm 6,76$ cm olarak belirlenmiştir. İşsiz vücut ağırlığı $29,00 \pm 6,05$ kg, memur vücut ağırlığı $30,52 \pm 8,38$ kg, işçi vücut ağırlığı $25,80 \pm 6,19$ kg, serbest meslek vücut ağırlığı $28,80 \pm 5,49$ kg olarak belirlenmiştir. İşsiz flamingo denge testi $9,50 \pm 6,85$ n, memur flamingo denge testi $12,00 \pm 5,83$ n, işçi flamingo denge testi $13,92 \pm 6,57$ n, serbest meslek flamingo denge testi $13,82 \pm 7,58$ n olarak belirlenmiştir. İşsiz diske dokunma testi $21,85 \pm 8,17$ sn, memur diske dokunma testi $24,02 \pm 5,79$ sn, işçi diske dokunma testi $26,97 \pm 4,89$ sn, serbest meslek diske dokunma testi $24,82 \pm 4,73$ sn olarak belirlenmiştir. İşsiz otur-uzan testi $29,50 \pm 1,73$ cm, memur otur-uzan testi $28,05 \pm 4,91$ cm, işçi otur-uzan testi $30,76 \pm 4,32$ cm, serbest meslek otur-uzan testi $28,54 \pm 4,91$ cm olarak belirlenmiştir.

İşsiz durarak uzun atlama testi 121,50±20,87 cm, memur durarak uzun atlama testi 114,52±27,52 cm, işçi durarak uzun atlama testi 96,68±21,38 cm, serbest meslek durarak uzun atlama testi 103,37±21,88 cm olarak belirlenmiştir. İşsiz mekik testi 18,75±5,73 n, memur mekik testi 15,31±4,04 n, işçi mekik testi 12,64±5,40 n, serbest meslek mekik testi 14,85±4,79 n olarak belirlenmiştir. İşsiz bükülü kol asılma testi 4,96±3,53 sn, memur bükülü kol asılma testi 4,73±3,46 sn, işçi bükülü kol asılma testi 3,97±2,65 sn, serbest meslek bükülü kol asılma testi 5,33±4,09 sn olarak belirlenmiştir. İşsiz 5x10 metre mekik koşusu testi 40,69±9,88 sn, memur 5x10 mekik koşusu testi 39,95±5,43 sn, işçi 5x10 mekik koşusu testi 44,72±7,29 sn, serbest meslek 5x10 mekik koşusu testi 41,67±6,83 sn olarak belirlenmiştir(Tablo 4.13).

Tablo 4.15 Öğrencilerin fiziksel uygunluk parametrelerinin baba mesleği açısından karşılaştırması

Değişkenler	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	LSD post hoc	η^2
Boy uzunluğu (cm)	Gruplar arası Gruplar içi Toplam	434,917 4729,107 5164,024	3 79 82	144,972 59,862	2,42	0,07	-	-
Vücut ağırlığı (kg)	Gruplar arası Gruplar içi Toplam	261,133 3498,337 3759,470	3 79 82	87,044 44,283	1,96	0,12	-	-
Flamingo denge testi (n)	Gruplar arası Gruplar içi Toplam	108,839 3747,811 3856,651	3 79 82	36,280 47,441	0,76	0,51	-	-
Diske dokunma testi (sn)	Gruplar arası Gruplar içi Toplam	154,558 2141,870 2296,428	3 79 82	51,519 27,112	1,90	0,13	-	-
Otur-uzan testi (cm)	Gruplar arası Gruplar içi Toplam	101,072 1713,193 1814,265	3 79 82	33,691 21,686	1,55	0,20	-	-
Durarak uzun atlama testi (cm)	Gruplar arası Gruplar içi Toplam	4632,748 42199,348 46832,096	3 79 82	1544,249 534,169	2,89	0,04*	2-3 p=0,01	0,04
Mekik testi (n)	Gruplar arası Gruplar içi Toplam	175,822 1876,901 2052,723	3 79 82	58,607 23,758	2,46	0,06	-	-
Bükülü kol asılma testi (sn)	Gruplar arası Gruplar içi Toplam	27,284 992,104 1019,388	3 79 82	9,095 12,558	0,72	0,54	-	-
5x10 metre mekik koşusu testi (sn)	Gruplar arası Gruplar içi Toplam	273,937 3690,732 3964,669	3 79 82	91,312 46,718	1,95	0,12	-	-

p<0,05*

Öğrencilerin baba mesleği açısından fiziksel uygunluk parametrelerinin karşılaştırmasında; boy uzunluğu, vücut ağırlığı, flamingo denge testi, diske dokunma testi, otur-uzan testi, mekik testi, bükülü kol asılma testi, 5x10 metre mekik koşu testi değerlerinde anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ($p>0,05$). Öğrencilerin baba mesleği açısından durarak uzun atlama testinde [$F_{(3-82)}=2,89$, $p<0,05$] anlamlı fark görüldüğü belirlenmiştir ($p<0,05$). Baba mesleğine göre durarak uzun atlama testinin anlamlı farklılığın hangi meslek grubunda olduğunu belirlemek için yapılan LSD testi analizleri sonuçlarına göre farklılığın memur meslek grubu ve işçi meslek grubu arasında olduğu memur meslek grubu yönünde anlamlı farklılığın olduğu belirlenmiştir. Ancak bu farkın etki büyüklüğünün düşük düzeyde olduğu tespit edilmiştir ($\eta^2 = 0,04$) (Tablo 4.14).

Tablo 4.16 Öğrencilerin fiziksel uygunluk parametrelerinin aile birey sayısı açısından karşılaştırılması

Değişkenler	Aile birey sayısı (3 kişi)		Aile birey sayısı (4-5 kişi)		sd	t	p
	n = 42		n = 41				
	\bar{X}	Ss	\bar{X}	Ss			
Boy uzunluğu (cm)	130,42	8,07	131,80	7,82	81	-0,78	0,43
Vücut ağırlığı (kg)	28,04	7,00	28,56	6,59	81	-0,34	0,73
Flamingo denge testi (n)	13,52	6,91	12,92	6,87	81	0,39	0,69
Diske dokunma testi (sn)	24,96	4,85	25,33	5,75	81	0,10	0,75
Otur-uzan testi (cm)	29,92	5,38	28,34	3,78	81	2,40	0,12
Durarak uzun atlama testi (cm)	107,50	21,65	102,00	25,96	81	1,04	0,29
Mekik testi (n)	14,47	4,77	14,48	5,28	81	-0,01	0,99
Bükülü kol asılma testi (sn)	4,44	2,93	5,10	4,05	72,85	-0,85	0,39
5x10 metre mekik koşusu testi (sn)	42,80	6,71	41,48	7,21	81	0,86	0,39

$p<0,05^*$

Öğrencilerin fiziksel uygunluk parametrelerinin aile birey sayısı açısından karşılaştırılması incelendiğinde; boy uzunluğu aile birey sayısı 3 kişi $130,42\pm 8,07$ cm, aile birey sayısı 4-5 kişi $131,80\pm 7,82$ cm olarak belirlenmiştir. Vücut ağırlığı aile birey sayısı 3 kişi $28,04\pm 7,00$ kg, aile birey sayısı 4-5 kişi $28,56\pm 6,59$ kg olarak belirlenmiştir. Flamingo denge testi aile birey sayısı 3 kişi $13,52\pm 6,91$ n, aile birey

sayısı 4-5 kişi $12,92 \pm 6,87$ n olarak belirlenmiştir. Diske dokunma testi aile birey sayısı 3 kişi $24,96 \pm 4,85$ sn, aile birey sayısı 4-5 kişi $25,33 \pm 5,75$ sn olarak belirlenmiştir. Otur uzan testi aile birey sayısı 3 kişi $29,92 \pm 5,38$ cm, aile birey sayısı 4-5 kişi $28,34 \pm 3,78$ cm olarak belirlenmiştir. Durarak uzun atlama testi aile birey sayısı 3 kişi $107,50 \pm 21,65$ cm, aile birey sayısı 4-5 kişi $102,00 \pm 25,96$ cm olarak belirlenmiştir. Mekik testi aile birey sayısı 3 kişi $14,47 \pm 4,77$ n, aile birey sayısı 4-5 kişi $14,48 \pm 5,28$ n olarak belirlenmiştir. Bükülü kol asılma testi aile birey sayısı 3 kişi $4,44 \pm 2,93$ sn, aile birey sayısı 4-5 kişi $5,10 \pm 4,05$ sn olarak belirlenmiştir. 5x10 metre mekik testi aile birey sayısı 3 kişi $42,80 \pm 6,71$ sn, aile birey sayısı 4-5 kişi $41,48 \pm 7,21$ sn olarak belirlenmiştir (Tablo 4.15).

Tablo 4.17 Öğrencilerin fiziksel uygunluk parametrelerinin ailede lisanslı spor yapan olup olmadığı açısından karşılaştırılması

Değişkenler	Ailede lisanslı spor yapan (var)		Ailede lisanslı spor yapan (yok)		sd	t	p
	n = 12		n = 71				
	\bar{X}	Ss	\bar{X}	Ss			
Boy uzunluğu (cm)	127,75	6,41	131,67	8,06	81	-1,60	0,11
Vücut ağırlığı (kg)	25,41	4,48	28,78	6,99	81	-1,61	0,11
Flamingo denge testi (n)	13,75	5,17	13,14	7,13	81	0,28	0,77
Diske dokunma testi (sn)	25,42	6,52	25,10	5,10	81	0,03	0,84
Otur-uzan testi (cm)	28,25	4,00	29,29	4,82	81	0,50	0,48
Durarak uzun atlama testi (cm)	109,58	28,64	103,97	23,13	81	0,75	0,45
Mekik testi (n)	14,58	6,38	14,46	4,78	81	0,07	0,94
Bükülü kol asılma testi (sn)	6,07	3,15	4,54	3,55	81	1,39	0,16
5x10 metre mekik koşusu testi (sn)	42,17	7,54	42,14	6,90	81	0,01	0,99

p<0,05*

Öğrencilerin fiziksel uygunluk parametrelerinin ailede lisanslı spor yapan olup olmadığı açısından karşılaştırılması incelendiğinde; boy uzunluğu ailede lisanslı spor yapan var $127,75 \pm 6,41$ cm, ailede lisanslı spor yapan yok $131,67 \pm 8,06$ cm olarak belirlenmiştir. Vücut ağırlığı ailede lisanslı spor yapan var $25,41 \pm 4,48$ kg, ailede lisanslı spor yapan yok $28,78 \pm 6,99$ kg olarak belirlenmiştir. Flamingo denge testi ailede lisanslı spor yapan var $13,75 \pm 5,17$ n, ailede lisanslı spor yapan yok $13,14 \pm 7,13$ n olarak belirlenmiştir. Diske dokunma testi ailede lisanslı spor yapan var $25,42 \pm 6,52$

sn, ailede lisanslı spor yapan yok $25,10 \pm 5,10$ sn olarak belirlenmiştir. Otur-uzan testi ailede lisanslı spor yapan var $28,25 \pm 4,00$ cm, ailede lisanslı spor yapan yok $29,29 \pm 4,82$ cm olarak belirlenmiştir. Durarak uzun atlama ailede lisanslı spor yapan var $109,58 \pm 28,64$ cm, ailede lisanslı spor yapan yok $103,97 \pm 23,13$ cm olarak belirlenmiştir. Mekik testi ailede spor yapan var $14,58 \pm 6,38$ n, ailede lisanslı spor yapan yok $14,46 \pm 4,78$ n olarak belirlenmiştir. Bükülü kol asılma testi ailede lisanslı spor yapan var $6,07 \pm 3,15$ sn, ailede lisanslı spor yapan yok $4,54 \pm 3,55$ sn olarak belirlenmiştir. 5x10 metre mekik testi ailede lisanslı spor yapan var $42,17 \pm 7,54$ sn, ailede lisanslı spor yapan yok $42,14 \pm 6,90$ sn olarak belirlenmiştir (Tablo 4.16).

Tablo 4.18 Öğrencilerin fiziksel uygunluk parametrelerinin aylık ortalama gelir ile ilişkisi

Değişkenler		1	2	3	4	5	6	7	8	9
Aylık ortalama gelir (TL)	r	-0,00	0,12	0,11	0,10	-0,30	-0,12	-0,12	-0,01	-0,04
	p	0,97	0,24	0,30	0,32	0,00**	0,26	0,26	0,90	0,67

$p < 0,01^{**}$, $p < 0,05^{*}$ 1 = Boy uzunluğu (cm), 2 = Vücut ağırlığı (kg), 3 = Flamingo denge testi (n), 4 = Diske dokunma testi (sn), 5 = Otur-uzan testi (cm), 6 = Durarak uzun atlama testi (cm), 7 = Mekik testi (n), Bükülü kol asılma testi (sn), 8 = 5x10 metre mekik koşusu testi (sn)

Öğrencilerin fiziksel uygunluk parametrelerinin aylık ortalama gelir ile ilişkisi incelendiğinde; esneklik değeri ile aylık ortalama gelir arasında negatif yönlü zayıf bir ilişkisinin olduğu tespit edilmiştir ($r = -0,30$; $p < 0,05$). Aylık ortalama gelir ile diğer fiziksel uygunluk parametreleri arasında bir ilişki tespit edilmemiştir ($p > 0,05$) (Tablo 4.17).

Tablo 4.19 Öğrencilerin fiziksel uygunluk parametrelerinin sporcu lisansına sahip olma açısından karşılaştırılması

Değişkenler	Sporcu lisansı olma (evet)		Sporcu lisansı olma (hayır)		sd	t	p	d
	n = 36		n = 47					
	\bar{X}	Ss	\bar{X}	Ss				
Boy uzunluğu (cm)	133,63	7,48	129,17	7,79	81	2,63	0,01*	0,58
Vücut ağırlığı (kg)	29,16	5,62	27,63	7,52	81	1,01	0,31	-
Flamingo denge testi (n)	12,33	6,71	13,91	6,95	81	-1,04	0,30	-
Diske dokunma testi (sn)	24,76	5,80	25,44	4,91	81	0,33	0,56	-
Otur-uzan testi (cm)	29,38	4,24	28,95	5,06	81	0,17	0,68	-
Durarak uzun atlama testi (cm)	111,86	24,69	99,36	22,01	81	2,43	0,01*	0,53
Mekik testi (n)	16,25	4,64	13,12	4,88	81	2,94	0,00*	0,65
Bükülü kol asılma testi (sn)	5,92	3,68	3,88	3,15	81	2,71	0,00*	0,85
5x10 metre mekik koşusu testi (sn)	39,13	5,46	44,45	7,13	81,00	-3,84	0,00*	0,79

p<0,05* d = Cohen's d etki büyüklüğü

Öğrencilerin fiziksel uygunluk parametrelerinin lisanslı sporcu olma açısından karşılaştırılması incelendiğinde; vücut ağırlığı, flamingo denge testi, diske dokunma testi, otur-uzan testi değerlerinde anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir(p>0,05). Boy uzunluğu, durarak uzun atlama testi, mekik testi, bükülü kol asılma testi, 5x10 metre mekik koşusu testi anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir(p<0,05). Boy uzunluğu, durarak uzun atlama ve mekik testi değerlerinin gruplar arasındaki farklarının etki büyüklükleri orta düzey olarak belirlenmiştir (sırasıyla; d = 0,58; 0,53; 0,65). Bükülü kol asılma ve 5x10 metre mekik testleri değerlerinin gruplar arasındaki farklarının etki düzeyleri ise kuvvetli olarak tespit edilmiştir (sırasıyla; d = 0,85; 0,79)(Tablo 4.18).

Tablo 4.20Öğrencilerin fiziksel uygunluk parametrelerinin geleneksel çocuk oyunlarına katılma açısından karşılaştırılması

Değişkenler	Geleneksel çocuk oyunlarına katılma (evet)		Geleneksel çocuk oyunlarına katılma (hayır)		sd	t	p	d
	n = 36		n = 47					
	\bar{X}	Ss	\bar{X}	Ss				
Boy uzunluğu (cm)	133,55	6,61	129,23	8,40	81	2,53	0,01*	0,57
Vücut ağırlığı (kg)	30,05	5,67	26,95	7,27	81	2,10	0,03*	0,47
Flamingo denge testi (n)	12,44	7,24	13,82	6,55	81	-0,91	0,36	-
Diske dokunma testi (sn)	24,00	5,64	26,02	4,88	81	3,04	0,08	-
Otur-uzan testi (cm)	28,91	4,66	29,31	4,77	81	0,14	0,70	-
Durarak uzun atlama testi (cm)	113,91	23,72	97,78	21,78	81	3,21	0,00*	0,70
Mekik testi (n)	16,44	4,34	12,97	4,99	81	3,31	0,00*	0,74
Bükülü kol asılma testi (sn)	6,30	4,14	3,59	2,42	52,94	3,49	0,00*	0,79
5x10 metre mekik koşusu testi (sn)	38,66	5,22	44,82	6,97	80,96	-4,59	0,00*	1,00

p<0,05* d = Cohen's d etki büyüklüğü

Öğrencilerin fiziksel uygunluk parametrelerinin geleneksel çocuk oyunlarına katılma açısından karşılaştırılmasına bakıldığında; flamingo denge testi, diske dokunma testi, otur-uzan testi anlamlı fark tespit edilememiştir(p>0,05). Boy uzunluğu, vücut ağırlığı, durarak uzun atlama testi, mekik testi, bükülü kol asılma testi, 5x10 metre mekik koşusu testi anlamlı fark tespit edilmiştir(p<0,05). Boy uzunluğu, vücut ağırlığı, durarak uzun atlama ve mekik testleri değerlerinin gruplar arasındaki farklarının etki büyüklükleri orta düzey olarak belirlenmiştir (sırasıyla; d = 0,57; 0,47; 0,70; 0,74). Bükülü kol asılma ve 5x10 metre mekik testleri değerlerinin gruplar arasındaki farklarının etki düzeyleri ise kuvvetli olarak tespit edilmiştir (sırasıyla; d = 0,79; 1,00)(Tablo 4.19).

5.TARTIŞMA

Bu araştırma, ilkokulda öğrenim gören öğrencilerin ailesinin ekonomik düzeyi, eğitim seviyesi, anne ve baba mesleği, ailede bulunan kişi sayısı, ailede lisanslı olarak spor yapan kişinin olup olmaması, öğrencinin sporcu lisansına sahip olup olmaması ve öğrencinin geleneksel sporlara katılıp katılmaması gibi çevresel etkenleri belirleyerek, bu etkenlerin öğrencilerin fiziksel uygunluk unsurlarına etkisini ortaya koymak amacı ile yapılmıştır.

Araştırmada öğrencilerin fiziksel uygunluk unsurlarının anne eğitim düzeyi açısından karşılaştırmasında gruplar arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. İlköğretim mezunu, ortaöğretim mezunu ve yükseköğretim mezunu annelerin çocuklarının tüm fiziksel uygunluk parametrelerinde benzer puanlara sahip oldukları belirlenmiştir. Alpay (2011) çalışmasında, ilkokul mezunu annelerin kız çocuklarının vücut ağırlığının üniversite mezunu annelerin kız çocuklarının vücut ağırlığından düşük olduğu ve ailelerin eğitim ve gelir düzeyi arttıkça kız çocuklarının vücut ağırlıklarının da arttığını tespit etmiştir. Ayrıca, yazar tarafından eğitim düzeyi yüksek ailelerde vücut ağırlığının fazla olmasının bilinçsiz beslenmeden, eğitim düzeyi düşük ailelerde ise yetersiz beslenmeden kaynaklandığı şeklinde bir yorum yapılmıştır. Akgün (1997) yurt dışında yaptığı çalışmada ise Suudi Arabistan, Brezilya ve Nijerya’da eğitilmiş aileden gelen çocukların yoksul ve eğitimsiz aileden gelen çocuklara oranla en az 2,5 cm boy ve 0,5 kg vücut ağırlığı fazlalığına sahip olduğunu vurgulamıştır. Güler ve Günay (2004) çalışmasında anne eğitim seviyesine göre esneklik, mekik, dayanıklılık değerleri arasında eğitim seviyesi arttıkça anlamlı bir ilişki olduğunu tespit etmiştir. Araştırma bulgularımız literatürde yapılan çalışmalar ile benzerlik göstermemektedir. Bu durumun, araştırma grubu sayısının az olmasından kaynaklı olabileceği düşünülmektedir. Araştırmada öğrencilerin fiziksel uygunluk unsurlarının baba eğitim düzeyi açısından karşılaştırmasında gruplar arasında denge düzeyleri açısından anlamlı bir fark tespit edilmiştir. Ortaokul mezunu babanın çocuklarının denge düzeyleri ilkokulu mezunu babanın çocuklarından daha yüksek bulunmuştur. Diğer tüm fiziksel uygunluk parametrelerinde benzer puanlara sahip oldukları belirlenmişti. Alpay (2011) araştırmasında, baba eğitim düzeyine göre kız ve erkek çocukların vücut ağırlıklarında, boy uzunluklarında, deri kıvrım düzeylerinde,

yatay sıçrama, denge performanslarına, 30 sn mekik, bükülü kol performanslarında istatistiksel olarak fark olduğu belirtilmiştir. Erdem (2009) çalışmasında, üst eğitim seviyesinde olan ailelerin çocuklarının flamingo denge testinde daha başarılı puanlara sahip olduğunu, eğitim seviyesi düşük olan ailelerin çocukların ise puanlarının daha düşük seviyede olduğunu ortaya koymuştur. Bu noktada, araştırma bulgularımızın literatürde yapılan çalışmalar ile benzerlik gösterdiği belirlenmiştir. Freitas, Maia ve Beunen (2007) ise düşük eğitim seviyesine sahip gruptan olan erkek çocukların oturuzan testinde orta ve yüksek eğitim grupta olan yaşlılarına göre daha iyi performans gösterdiğini belirlemişlerdir. Tekelioğlu (1999), düşük eğitim seviyesine ve düşük sosyo-ekonomik düzeye sahip çocukların daha fazla sokağa çıkma özgürlüğüne sahip olduklarını ifade ederek, böyle bir ortamda çocuğun fiziksel aktiviteleri daha fazla yapma ve motor becerilerini arttırma şansının olacağını vurgulamıştır.

Araştırmada öğrencilerin fiziksel uygunluk unsurlarının anne mesleği açısından karşılaştırmasında boy uzunluğu, vücut ağırlığı ve mekik testinde anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir, Memur ve serbest meslek ile iş kollarında çalışan çocukların boy uzunluğu değişkeninde anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Memur annelerin çocuklarının daha uzun olduğu belirlenmiştir. Vücut ağırlığında yine memur olan annelerin çocuklarının daha ağır olduğu ve mekik testinde de mesleği memur olan annenin çocuklarının daha iyi performans gösterdiği tespit edilmiştir. Pelletier (2006) araştırmasında, kız ve erkek çocuklarının boy uzunluklarına bakıldığında da anne-baba mesleği memur ve yönetici olan çocukların boy uzunluklarının arttığını belirlemiştir. Freitas, Maia, Beunen (2007) araştırmalarında Belçikalı erkek çocuklarda, ebeveynlerin mesleğine göre yapılan sınıflamada vücut ağırlığının da fark görülmediğini vurgulamıştır. Akoğlu ve Özgener (1999) ülkemizde ve diğer ülkelerde yapılan çalışmalar sonucunda eğitilmiş ailelerin maddi kazancı daha fazla olduğunu, eğitimsiz aile çocuklarına göre eğitilmiş aile çocuklarının daha iyi büyüme ve beslenme özellikleri gösterdiğini ortaya koymuşlardır. Araştırmamızda baba meslek düzeyi açısından durarak uzun atlama testinde memur meslek grubuna lehine anlamlı farklılık tespit edilmiştir, Diğer tüm fiziksel uygunluk parametrelerinde baba meslek gruplarının benzer puanlara sahip oldukları belirlenmiştir. Pekel ve diğ. (2006) memur babaların erkek çocuklarının yatay sıçrama düzeyleri, işçi babaların erkek çocuklarının

yatay sıçrama düzeylerinden yüksek bulmuştur. Çınar (2013) çalışmasında babanın mesleğinin, çocuğun fiziksel yapısını ve hareketsizlik durumunu etkilemediğini belirtmiştir. Buna karşılık Ramachandran ve diğ. (2002) yaptığı çalışmada, babası yönetici ve iş adamı olan çocukların kilo ortalamasının daha yüksek olduğunu belirtmişlerdir. Araştırma bulgularımız literatürde yapılan birçok çalışma ile benzerlik göstermektedir. Memur meslek grubunun ekonomik gelirinin diğer meslek gruplarına göre daha iyi olduğu ve diğer meslek gruplarına göre ekonomik kaygı düzeyinin de daha düşük olabileceği düşünüldüğünde, memur ailelerin bu noktada çocukların beslenme ve sağlık ile ilişkili durumlarda avantaj sağlayabileceği ve çocuklarını fiziksel aktivite içeren organizasyonlara rahatlıkla yönlendirebileceği düşünülmektedir. Zaten yapılan çalışmalarda çocukluk ve ergenlik döneminde düzenli fiziksel aktivitenin fizyolojik ve psikolojik sağlık ile ilgili olduğu ve hastalığın önlenmesinde bir amaç olarak tanımlandığı, ayrıca çocukların faaliyetinin arttırılmasının çocukların sağlık ile ilgili fiziksel dinçliğini de arttıracacağı rapor edilmiştir (Verstraete, Cardon ve Clercq,2007).

Araştırmada öğrencilerin fiziksel uygunluk unsurlarının ailede bulunan kişi sayısına göre karşılaştırmasında gruplar arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Aile birey sayısı 3 kişi olan çocuklar ile aile birey sayısı 4-5 kişi olan çocuklarının tüm fiziksel uygunluk parametrelerinde benzer puanlara sahip oldukları belirlenmiştir. Alpay (2011) iki kardeş olan kız çocukların vücut ağırlığı, denge düzeyi, vücut kitle indeksi, deri kıvrım kalınlıkları, dört ve üzerinde kardeşi olan kız çocukların vücut ağırlığından, denge düzeyinden, vücut kitle indeksinden, deri kıvrım kalınlığı düzeyinden yüksek bulmuştur. Günay ve Güler (2004) geniş ailelerdeki çocukların vücut ağırlıklarının normal sınırlardan daha düşük olabileceğini söylerken, Akgün (1997) kalabalık ailelerde kişi başına düşen besin tüketiminin azaldığı, özellikle de ekonomik imkânlar kısıtlı ise eve giren besin miktarı da sınırlı olacağından, kişi başına düşen besin miktarında azalma olacağından vücut ağırlıklarının daha düşük olacağını belirtmiştir. Araştırma bulgularımızın literatürde yapılan çalışmalar ile benzerlik göstermemesi araştırma grubumuzun özel okul öğrencilerinden oluşması, ailelerinin yüksek maddi kazanca sahip olması, aile içinde kişi sayısının az olması ve

beslenme ve spor imkanlarına ulaşmada zorluk yaşamamalarından kaynaklanabileceği düşünülmektedir.

Araştırmada öğrencilerin fiziksel uygunluk unsurlarının ailede lisanslı spor yapan olup olmadığı açısından karşılaştırmasında gruplar arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Kanada İstatistik Kurumu (2013) tarafından yapılan sosyal bir araştırmaya göre, ebeveynlerinden birisinin ya da her ikisinin sporun içinde yer aldığı çocukların, daha fazla spora katıldığı ve fiziksel uygunluklarının daha iyi olduğunu belirtilmiştir. Kotan (2009) tarafından, Sakarya'da ilköğretim okullarında okuyan sporcu öğrenciler üzerine yapılan bir araştırmada, çocukların spor yapmalarıyla, özellikle ailenin spora ilgisi ve ailede sporcu birisinin olması arasında olumlu bir ilişki olduğu belirtilmiştir. Araştırma bulgularımızın literatürde yapılan çalışmalarla benzerlik göstermese de ailede sporcu birinin olması çocuğu spora olan ilgisini arttırabileceği ve çocuğun küçük yaşta spor ile tanışıp fiziksel uygunluk gelişimlerinde olumlu gelişmeler sağlayabileceği düşünülmektedir. Alan yazında, ailede lisanslı spor yapan birey olması ile çocuğun fiziksel uygunluk düzeyi açısından ele almış herhangi bir araştırmaya rastlanılmamıştır.

Araştırmada öğrencilerin fiziksel uygunluk unsurlarının aile aylık ortalama gelir ile ilişkisi incelendiğinde; otur-uzan testi ile negatif yönlü zayıf bir ilişki tespit edilmiştir. Ailenin aylık ortalama gelirinin artması ile beraber öğrencilerin esneklik düzeylerinin azaldığı tespit edilmiştir. Kılıç (2007) otur-uzan ve testinde, düşük sosyo-demografik gruptan olan erkek çocukların orta ve yüksek sosyo-demografik gruptan olan yaşlılarına göre daha iyi performans gösterdiğini belirtmiştir. Tınazcı ve Emiroğlu (2010) çalışmalarında genel olarak, yüksek sosyo-demografik grupta bulunan katılımcıların, orta ve düşük sosyo-demografik gruptan katılımcılara göre daha uzun ve esnek olduğunu bildirilmiştir. Öztürk (2019) ise sosyo-ekonomik durumu düşük olan okullarda öğrenim gören öğrencilerin flamingo denge testi, disklere vuruş testi, esneklik, pençe kuvveti, mekik, bükülü kol ile asılma ve 10x5 m mekik koşu testinde, özel okullarda öğrenim gören ve sosyo-ekonomik düzeyi yüksek olan öğrencilerden daha iyi olduklarını tespit etmiştir. Güler ve Günay (2004) çalışmalarında sosyo-ekonomik düzeyin çocuklarda fiziksel uygunluğu etkilediği ve yüksek sosyo-ekonomik düzeye sahip çocukların mekik kuvvet testinde daha yüksek,

düşük sosyo-ekonomik düzeye sahip olanların ise barfiks kuvveti ve kardiyovasküler dayanıklılık testlerinde daha yüksek değerlere sahip olduklarını ortaya koymuşlardır. Alpay (2011) üst gelir düzeye sahip ailelerin çocuklarının yatay sıçrama, denge, pençe kuvveti değerlerinin, alt ve orta gelir ailelerin çocuklarından daha yüksek olduğunu tespit etmiştir. Bernink ve diğ. (1983), yüksek sosyo-ekonomik düzeye sahip ailelerin çocuklarının daha uzun boylu olduklarını ve daha erken olgunlaştıklarını bildirmektedir. Yan (2007) ise çalışmasında düşük gelir ve orta gelir düzeyi grubundaki çocukların, yüksek gelir grubuna ait çocuklardan daha uzun olduğunu ortaya koymuştur. Ayrıca, sosyo-ekonomik durumu düşük olan çocukların fiziksel durumlarının daha iyi olduklarını gösteren çalışmalar da bulunmaktadır (Narvaez ve diğ. 1991). Yapılan bazı araştırmalarda insan büyümesi ve beden ölçüleri çevresel ortamın kalitesine hassasiyet gösterdiği için, pozitif süreklilik arz eden eğilimler genellikle gelişmiş politik, sosyal koşullar ve iyi beslenme ve sağlık durumları ile bağdaştırılmış, negatif olanlar ise çoğunlukla çevresel, sosyal ve politik olarak kötü koşulların ürünü olarak düşünülmüştür (Ulijaszek, 2006, Pelletier, 2006).

Araştırmada öğrencilerin fiziksel uygunluk unsurlarının çocukların sporcu lisansına sahipolma ya da olmama açısından karşılaştırmasında; boy uzunluğu, durarak uzun atlama testi, mekik testi, bükülü kol asılma testi, 5x10 metre mekik koşusu testi değerlerinde sporcu lisansı var olan öğrencilerin lehine anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Diğer fiziksel uygunluk parametrelerinin gruplar arası karşılaştırmasında ise anlamlı farklılık belirlenmemiştir. Şimşek (2018) tarafından okul sporlarına katılan ve katılmayan öğrenci gruplarına yapılan motorik alan testleri ölçümlerinin karşılaştırmasında; 20 metre koşusu, ayakta sağlık topu atma, oturarak sağlık topu atma, dikey sıçrama, yatay sıçrama ve esneklik değerlerinde iki grup arasında anlamlı fark olduğu ve okul sporlarına katılan öğrencilerin daha yüksek değerlere sahip oldukları bildirilmiştir. Bilim'in (2013) üç ayrı yaş grubundan spor yapan ve yapmayan toplam 271 lise öğrencisi üzerinde yaptığı çalışmada, spor yapan erkeklerin tüm yaş gruplarında çeviklik, sürat, koordinasyon testlerinde okul sporlarına katılmayan erkeklerden anlamlı olarak daha başarılı oldukları gösterilmiştir. Aydos ve Kürkçü'nün (1997) yaptığı, 13-18 yaş arası 123 öğrencinin katıldığı araştırmasında spor yapan grubun, spor yapmayan gruba göre yatay sıçrama, dikey

sıçrama ve esneklik ortalamalarının anlamlı düzeyde farklı olduğu ortaya konulmuştur. Çocukların lisanslı olarak bir branşı yapması ailenin ekonomik düzeyi ile ilişkilidir, Ailenin eğitim düzeyi ne kadar yüksekse ekonomik gelirinin de o kadar yüksek olabileceği düşünülmektedir. Çağlayan ve diğ. (2004) tarafından yapılan bir araştırmada spor yapan çocukların ailelerinin eğitim düzeyinin spor yapmayan çocukların ailelerine oranla daha yüksek olduğu belirtmiştir. Araştırma bulgularımızın literatürde yapılan çalışmalarla yaş grupları olsa da benzerlik göstermektedir, Bu benzerliklerden yola çıkacak olursak küçük yaşta fiziksel uygunluk testlerinin yapılması çocukların spora yönlendirilmesinde ve kulüp antrenörlerine sporcu seçmelerinde faydalı olacağı düşünülmektedir.

Araştırmada öğrencilerin fiziksel uygunluk unsurlarının çocukların geleneksel çocuk oyunlarına katılma açısından karşılaştırmasında gruplar arasında boy uzunluğu, vücut ağırlığı, durarak uzun atlama testi, mekik testi, bükülü kol asılma testi, 5x10 metre mekik koşusu testlerinde geleneksel çocuk oyunlarına katılan öğrencilerin lehine anlamlı farklılık olduğu belirlenmiştir. Literatür incelendiğinde; geleneksel çocuk oyunları ile araştırmamız konusu ile ilişkili bir araştırmaya rastlanılmamıştır. Ancak, Şirin'in (2009) yaptığı araştırmada, profesyonel futbol takımının altyapısında en az 3 yıldır spor yapan 14 yaş grubu gençler ile okul sporlarına katılmayan 14 yaş grubu gençlerin fiziksel performans skorları karşılaştırıldığında, spor geçmişi olan gençlerin boy ortalaması, vücut ağırlık ortalamaları, 20 metre koşu değerleri, yatay sıçrama, dikey sıçrama değerleri ve esneklik ölçüm değerleri ortalaması okul sporlarına katılmayan gençlerin ortalamalarına göre yüksek bulunmuştur. Çalışmamızın bu kısmında geleneksel çocuk oyunları kapsamında, okul sporları altında okullar arası yarışmalar düzenlenmekte ve bu yarışmalara her sınıf düzeyinde öğrenciler seçilerek takımlar oluşturulmaktadır, Bu noktada, elde edilen bu bilginin literatüre kazandırılması araştırmanın önemi arttırmaktadır.

6.SONUÇ VEÖNERİLER

Bu bölümde, ilkokul öğrencilerinin sosyo-ekonomik faktörlerinin fiziksel uygunluk parametrelerine etkisinin incelenmesi amacıyla yapılan bu araştırmanın sonuçlarına ve önerilerine yer verilmiştir.

6.1.Sonuçlar

1. Annenin eğitim düzeyine göre öğrencilerin boy uzunluğu, vücut ağırlığı, diske dokunma testi, otur-uzan testi, durarak uzun atlama testi, mekik testi, 5x10 metre mekik koşusu testi, flamingo denge testi, bükülü kol asılma testi puanlarında anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Bu bulgu doğrultusunda anne eğitim düzeyinin öğrencinin fiziksel uygunluk düzeylerini etkilemediği sonucuna varılmıştır.
2. Babanın eğitim düzeyine göre öğrencilerin boy uzunluğu, vücut ağırlığı, diske dokunma testi, otur-uzan testi, durarak uzun atlama testi, mekik testi, bükülü kol asılma testi, 5x10 metre mekik koşusu testlerinde anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Sadece flamingo denge testi puanlarında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Bu fark ilköğretim ve ortaöğretim seviyesindeki babaların çocukları arasında tespit edilmiştir. İlköğretim düzeyinde eğitim seviyesine sahip babaların çocuklarının daha iyi denge düzeyine sahip olduğu ortaya konulmuştur. Bu bulgular doğrultusunda baba eğitim düzeyinin öğrencilerin sadece denge düzeyinde etkili olduğu sonucuna varılmıştır.
3. Anne mesleğine göre öğrencilerin boy uzunluğu, vücut ağırlığı ve mekik testi puanlarında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Flamingo denge testi, diske dokunma testi, otur-uzan testi, durarak uzun atlama testi, bükülü kol asılma testi, 5x10 metre mekik koşusu testi puanlarında ise anlamlı bir farklılık belirlenmemiştir. Bu bulgular doğrultusunda anne mesleğinin çocukların boy uzunluğu, vücut ağırlığı, kor kuvveti dayanıklılığında etkili olduğu sonucuna varılmıştır.
4. Baba mesleğine göre öğrencilerindurarak uzun atlama testi puanlarında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Boy uzunluğu, vücut ağırlığı, flamingo denge testi, diske dokunma testi, otur-uzan testi, bükülü kol

asılma testi, 5x10 metre mekik koşu testi puanlarında ise anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Bu bulgular doğrultusunda baba mesleğinin patlayıcı gücü temsil eden durarak uzun atlama değerlerinde etkili olduğu sonucuna varılmıştır.

5. Ailede bulunan kişi sayısı açısından öğrencilerin boy uzunluğu, vücut ağırlığı, flamingo denge testi, diske dokunma testi, otur-uzan testi, durarak uzun atlama testi, mekik testi, bükülü kol asılma testi, 5x10 metre mekik koşusu testi puanlarında anlamlı bir farklılık belirlenmemiştir. Bu bulgular doğrultusunda ailede bulunan kişi sayısının öğrencilerin fiziksel uygunluk düzeylerinde etkili olmadığı sonucuna varılmıştır.
6. Ailede lisanslı spor yapan olması açısından öğrencilerin boy uzunluğu, vücut ağırlığı, flamingo denge testi, diske dokunma testi, otur-uzan testi, durarak uzun atlama testi, mekik testi, bükülü kol asılma testi, 5x10 metre mekik koşusu testi bulgularında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Bu bulgular doğrultusunda ailede lisanslı olarak spor yapan birey olup olmaması öğrencilerin fiziksel uygunluk düzeylerinde etkili olmadığı sonucuna varılmıştır.
7. Ailelerinin aylık ortalama gelirleri ile otur-uzan testi puanları arasında negatif yönlü zayıf bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir. Bu durum, ailenin aylık ortalama gelirlerindeki artış ile beraber öğrencilerin esneklik düzeylerinde zayıf düzeyde olsa bir azalma olacağı şeklinde yorumlanabilir. Ailenin aylık ortalama geliri ile boy uzunluğu, vücut ağırlığı, flamingo denge testi, diske dokunma testi, durarak uzun atlama testi, mekik testi, bükülü kol asılma testi, 5x10 metre mekik koşusu testi puanlarında herhangi bir ilişki belirlenmemiştir. Bu bulgular doğrultusunda ailenin aylık ortalama gelirinin öğrencilerin esneklik düzeylerini etkilediği sonucuna varılmıştır.
8. Öğrencilerin sporcu lisansına sahip olması açısından, boy uzunluğu, durarak uzun atlama testi, mekik testi, bükülü kol asılma testi, 5x10 metre mekik koşusu testi puanlarında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Vücut ağırlığı, flamingo denge testi, diske dokunma testi, otur-uzan testi puanlarında ise anlamlı bir fark tespit edilmemiştir. Bu bulgular

doğrultusunda öğrencinin sporcu lisansına sahip olması boy uzunluğu, patlayıcı kuvvet, kor kuvveti dayanıklılığı, üst ekstremitte kuvveti dayanıklılığı ve çevikliği olumlu yönde etkilediği sonucuna varılmıştır.

9. Öğrencilerin geleneksel çocuk oyunlarına katılma açısından boy uzunluğu, vücut ağırlığı, durarak uzun atlama testi, mekik testi, bükülü kol asılma testi, 5x10 metre mekik koşusu testi bulgularında anlamlı fark tespit edilmiştir. Flamingo denge testi, diske dokunma testi, otur-uzan testi puanlarında ise anlamlı bir fark tespit edilmemiştir. Bu bulgular doğrultusunda; öğrencilerin geleneksel çocuk oyunlarına katılması, boy uzunluğu, vücut ağırlığı, patlayıcı kuvvet, kor kuvveti dayanıklılığı, üst ekstremitte kuvveti dayanıklılığı ve çeviklik performanslarına olumlu yönde etki ettiği sonucuna varılmıştır.

6.2.Öneriler

6.2.1. Araştırmaya Yönelik Öneriler

1. Pandemi şartlarından dolayı araştırma grubu ile ilgili hedeflenen sayılara ulaşamamıştır. Bu konu ile ilgili çalışma yapacak araştırmacılara daha fazla sayıda örneklem grubuna ulaşılması ve farklı sosyo-ekonomik düzeye sahip okullarda öğrenim gören öğrencilerin araştırmaya dahil edilmesi önerilmektedir.
2. Ülkemize ait farklı yaş gruplarında bulunan çocuklarımızın fiziksel uygunluk parametrelerine ait normların oluşturulması gerekmektedir. Araştırmacıların bu konu üzerinde bir norm veri tabanı oluşturmasına yönelik çalışmalar yapması önerilmektedir. Bu normların oluşturulması ile birlikte farklı ülkeler ile kıyaslama noktasında araştırmalar yapılarak ülke olarak eksik ya da iyi özelliklerimizi tespit edebiliriz.
3. Ülkemizin sosyal ve kültürel yapısını dikkate alarak fiziksel uygunluk parametrelerini ölçen yeni bir test bataryasının oluşturulması da bu konu ile ilgilenen araştırmacılara önerilmektedir.

6.2.2. Uygulamaya Yönelik Öneriler

1. Ebeveynler ve öğrenciler sportif faaliyetlerin önemi ve etkileri konusunda bilgilendirilmelidirler. Öğrencilerin ilgileri doğrultusunda spor

yapabilecekleri alanların artırılması ve imkanların sunulması gerekmektedir.

2. Milli Eğitim Bakanlığı programlarında fiziksel aktiviteye ya da spora olan ilginin artmasını sağlamak için gerekli düzenlemeleri yapmalı ve tedbirleri almalıdır. Ayrıca, her eğitim kademesinin öğretim programlarının içine bu düzenlemelerin dahil edilmesi gerekmektedir.
3. Çocukların obeziteden korunması için okul kantinlerinde kalorisi yüksek, hazır gıdalar yerine daha besin değerler, yüksek organik yemek veya yiyecek çeşitlerinin olması gerekmektedir. Özellikler öğrencilerin beslenmesi ile ilgiligerek velilerin, çocukların, gerekse de okul yönetici ve görevlilerinin bilinçlendirilmesi ve bu yönde bilgilendirme seminerlerinin yapılması gerekmektedir.

KAYNAKLAR

- AKANDERE, M. 2003. Eğitici Okul Oyunları. Ankara: Nobel Yayıncılık.
- AKBABA, S., SAĞLAM, S., KÖK, M. 2003. Eğitim- Öğretimde Drama ve Oyunlar. Erzurum: Cemre Ofset.
- AKGÜN, S.H. 1997. Sosyo-ekonomik yönden farklı iki ilkokul öğrencilerinin fizik büyüme durumları ve etkileyen bazı faktörlerin araştırılması. Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- AKOĞLU, B.Ç., ÖZGENER, N., ASLAN, B.Ü., ve ark. 1999. Narlidere ilçesindeki ilkokul birinci sınıf çocukların büyümelerinin değerlendirilmesi. *Ege Tıp Dergisi*. 38:149-152.
- AKSOYDAN, E. 2011. Çocuk ve Ergenlerde Obezitenin Epidemiyolojisi. Ankara: Basın Yayın Halkla İlişkiler, s. 163-173.
- ALPAY, N. 2011. 12-14 Yaş Adolesanların Fiziksel Uygunluk Özelliklerinin Ailelerin Sosyodemografik Özelliklerine göre İncelenmesi (Ankara İli Örneği). Yayımlanmamış Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.
- ALTINKÖK, M. 2006. Temel motor hareketlerinin geliştirilmesini içeren özel beden eğitimi program tasarımının 5-6 yaş çocukların temel motor hareketlerinin gelişimine etkisinin araştırılması. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- AMERİ, E.A., DEHKHODA, M.R., HEMAYATTALAB, R. 2012. Bone mineral density changes after physical training and calcium intake in students with attention deficit and hyper activity disorders. *Research in Developmental Disabilities*. 33(2):594-599.
- ARACI, H. 1999. Okullarda Beden Eğitimi. Ankara: Bağırhan Yayınevi.
- AYDEMİR, İ., BAYANSALDUZ, M. 2019. Fiziksel aktivite ve akademik başarı. *Her Yönüyle Spor*. 467.
- AYDIN, B. 2014. Çocuk ve Ergen Psikolojisi, İstanbul: Atlas Yayın Dağıtım.
- AYDIN, B. 2020. Eğitim Psikolojisi (Gelişim ve Öğrenme). Ankara: Nobel Yayıncılık.
- AYDOS, L., KÜRKÇÜ, R. 1997. 13-18 Yaş grubu spor yapan ve yapmayan orta öğrenim gençliğinin fiziksel ve fizyolojik özelliklerinin karşılaştırılması. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*. 2(2):31-8.
- BACANLI, H. 2002. Gelişim ve Öğrenme. Ankara: Nobel Yayınları.
- BALLI, Ö.M. 2006. Bruininks-Oseretsky motor yeterlik testinin geçerlik, güvenilirlik çalışması ve beş-altı yaş grubu çocuklara uygulanan cimnastik eğitim programının motor gelişime etkisinin incelenmesi. Ankara Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Ankara
- BAŞER, E. 1998. Uygulamalı Spor Psikolojisi. Ankara: Bağırhan Yayınevi
- BAXTER-JONES, A.D., MAFFULLİ, N. 2003. Parental influence on sport participation in elite young athletes. *Journal Sports Medicine Physical Fitness*. 43(2).
- BAYRAKTAR, R. 2001. Yaşam Boyu Gelişim Psikolojisi, Davranış Bilimlerine Giriş. Eskişehir.
- BERNİNK, M., ERİCH, W., PELTENBURG, A., ZONDERLAND, M., HUISVELD, I. 1983. Height, body composition, biological maturation and training in relation to socio-economic status in girl gymnasts, swimmers, and controls. *Growth*. 47(1):1-12.

- BİLİM, A.S., ÇETİNKAYA, C.A., DAYI, A. 2016. 12-17 Yaş arası spor yapan ve yapmayan öğrencilerin fiziksel uygunluklarının incelenmesi. *Sporcu ve Performans Araştırmaları Dergisi*. 7:53-139.
- BRİGHOUSE, H., SWIFT, A. 2014. Family Values the Ethics of Parent-Child.
- BÜYÜKÖZTÜRK, Ş., KILIÇ ÇAKMAK, E., AKGÜN, Ö. E., KARADENİZ, Ş., DEMİREL, F. 2015. Bilimsel Araştırma Yöntemleri. Ankara: Pegem Akademi Yayınevi.
- BÜYÜKÖZTÜRK, Ş., ÇAKMAK, E.K., AKGÜN, Ö.E., KARADENİZ, Ş., DEMİREL, F. 2016. Bilimsel Araştırma Yöntemleri. 21. Baskı. Ankara: Pegem Akademi.
- CHARLOTTE, S., 1986. Macmillan Dictionary of Anthropology. London: Macmillan Press Ltd.
- COLEMAN, P.K. 2003. Perceptions of parent-child attachment, social self-efficiency, and peer relationships in middle childhood. *Infant and Child Development*. 12.
- CUNNINGHAM, C., JONES, M.A. 2004. Middle childhood and the built environment. *NSW Parliamentary Committee*.
- ÇAĞLAYAN, A., ÇALIK, F., SİVRİKAYA, K., KAHVECİ, M. 2004. 12-15 Yaş grubu spor yapan öğrencilerle spor yapmayan öğrencilerin okul başarıları yönünden karşılaştırılması, 10. ICHBER-SD Avrupa Kongresi ve SBD 8. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, Antalya.
- ÇELİK, A., SAHİN, M. 2013. Sports and child development. *International Journal of Social Science*. 6(1).
- ÇINAR, S. 2013. Farklı sosyoekonomik düzeylerdeki 7-14 yaş grubundaki çocuklarda obezitenin incelenmesi. Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ankara.
- DAM, H. 2015. Çocukluk Dönemi Din Eğitimi. Ankara: Nobel Yayınları.
- DE LANGE, J.C. 2010. Factors contributing to malnutrition in children 0-60 months admitted to hospitals in the northern cape. Doktora Tezi, University Of The Free State Bloemfontein South Africa.
- DOĞAN, İ. 2001. Osmanlı Ailesi. Ankara: Yeni Türkiye Yayınları.
- DÖNMEZER, İ. 2003. Ailede İletişim ve Etkileşim. İzmir: Ege Üniversitesi Basımevi.
- DÜNDAR, U. 2004. Basketbolda Kondisyon. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- ERDEN, S., OĞUZ, H. 2009. Bursa ilinde farklı sosyo-ekonomik düzeye sahip aile çocuklarının fiziksel performans özelliklerinin incelenmesi. *Eğitim Fakültesi Dergisi*. 22(1):279-292
- ERÖZ, M. 1991. Türk Ailesi, Aile Yazıları I. Ankara: Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu Yayınları.
- EBTEHAJ, F., LINDLEY, B., RICHARDS, M. 2006. Kinship as 'Family' in Contemporary Britain. Oxford, UK: Hart Publishing.
- FREITAS, D., MAIA, J., BEUNEN, G., CLAESSENS, A., THOMAS, M., MARQUES, A., CRESPO, M., LEFEVRE, J. 2007. Socio-Economic Status, Growth, Physical Activity and Fitness: The Madeira Growth Study. *Annals of Human Biology*. 34(1):107-122.
- GALLAHUE, L.D. 1982. Understanding Motor Development in Children. New York/ USA: John Wiley and Sons Publishing.

- GATHERCOLE, S.E., PICKERING, S.J. 2000. Working memory deficits in children with low achievements in the national curriculum at 7 years of age. *British Journal of Educational Psychology*.
- GOSLİN, B.R., BURDEN, S.B. 1986. Physical fitness of South African school children. *The Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 26(2):128-136.
- GÖKÇE, B. 2005. Aile ve Aile Tipleri Üzerine Bir İnceleme, Aile Yazıları I. Ankara: Başbakanlık Araştırma Kurumu.
- GÜLER, D. 2003. 8-10 Yaş grubu erkek çocuklarda aahperd fiziksel uygunluk test bataryasının sosyo ekonomik düzey ile ilişkilendirilmesi. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.
- GÜLER, D., GÜNAY, M. 2004. Çocuklarda sosyoekonomik düzeyin fiziksel uygunluğa etkisinin aahperd fiziksel uygunluk test bataryası ile değerlendirilmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*. 5(1).
- GÜLÜM, V. 2008. Adana ilindeki beden eğitimi öğretmenlerinin ilköğretim okullarında uygulanmakta olan beden eğitimi öğretim programına yönelik görüşlerinin değerlendirilmesi. Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Adana.
- GÜRSES, İ, KILAVUZ, M. 2011. Akif, "erikson'un psiko-sosyal gelişim dönemleri teorisi açısından kuşaklararası din eğitimi ve iletişiminin önemi". *Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*. 20(2).
- HANLON, T. 1994. Sport Parent. Champaign: Human Kinetics Publishers.
- HAZAR, F. TAŞMEKTEKTEPLİĞİL, Y. 2008. Puberte öncesi dönemde denge ve esnekliğin çeviklik üzerine etkilerinin incelenmesi. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*. 5(1):9-12.
- HEALTH, U.D.O., SERVİCES, H. 2008. Physical Activity Guidelines Advisory Committee. Washington DC: US Department of Health and Human Services.
- HİLLS, A.P., DENGEL, D.R., LUBANS, D.R. 2015. Supporting public health priorities: recommendations for physical education and physical activity promotion in schools. *Progress in Cardiovascular Diseases*.
- HİMES, J.H. 2006. Long-term longitudinal studies and implications for the development of an international growth reference for children and adolescents. *Food and Nutrition Bulletin*. 27(4):199-211.
- HOCKENBERRY, J. 2011. Family Centered Care of the Adolescent Health. Nursing Care of Infants and Children. Philadelphia: Mosby.
- HOŞNUT, F., ÖZÇAY, F. 2011. Çocuk ve Ergenlerde Ağırlık Yönetimi. 1. Basım. Ekspres Baskı.
- İKİZLER, C. 2000. Sporda Sosyal Bilimler. İstanbul: Alfa Basım Yayım Dağıtım.
- JANSENN, I., HEYMSFIELD, S.B., WANG, Z., ROSS, R. 2000. Skeletal muscle mass and distribution in 468 men and women aged 18–88 yr. *J Appl Physiol*. 89:81–88.
- KANDIR, A. TÜMER, K. 2013. Farklı sosyo-ekonomik düzeydeki beş-altı yaş çocuklarının erken öğrenme becerilerinin incelenmesi. *Sosyal Politika Çalışmaları* 13(7).
- KARAKOÇ, Ö., ÇOBAN, B., KONAR, N. 2012. İşitme engelli milli sporcular ile spor yapmayan işitme engellilerin benlik saygısı düzeylerinin karşılaştırılması. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*. 4(1):12-17.

- KARAKOÇ, B. 2009. Genç futbolcularda sıklıkla kullanılan alan testlerinin aerobik ve anaerobik yapılarının incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi.
- KELLY, A.S., BARLOW, S.E., RAO, G., INGE, T.H., HAYMAN, L.L., STEINBERGER, J. 2013. Severe obesity in children and adolescents: identification, associated health risks, and treatment approaches a scientific statement from the American Heart Association. *Circulation*. 128(15):1689-1712.
- KERNS, K.A., SCHLEGELMİLCH, A., MORGAN, T.A., ABRAHAM, M.M. 2005. Assessing attachment in middle childhood.
- KILIÇ, C. 2007. İlköğretim birinci kademe öğrencilerinin bazı fiziksel uygunluk seviyelerinin karşılaştırılması. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.
- KOÇ, A. 2012. Okul Öncesi Dönemde Ailede Çocuğun Din Eğitimi, Çocuk Sorunları ve İslam Sempozyumu, "Okul Çağı" Çocuklarının Ailede Din Eğitimi". *İstanbul Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*. 17.
- KOÇAK, B. 2013. Farklı sosyo-ekonomik düzeydeki beş-altı yaş çocuklarının 4 erken öğrenme becerilerinin incelenmesi. *Sosyal Politika Çalışmaları*. 7(30).
- KOTAN, Ç. HERGÜNER, G., YAMAN, Ç. 2009. İlköğretim okullarında okuyan sporcu öğrencilerin spor yapmalarında okul ve aile ailenin spora katılımı ile çocuklarının elit spora yönelmesi arasındaki ilişki (Sakarya il örneği). *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*. 3(1):49-58.
- KÜNTAY, E. 1991. Çocuk ve Gençlerde Davranış Bozukluğunu Düzeltici Önlem Olarak Spor. Türk-Alman Kültür Diyalogunda Spor Ahlakı ve Felsefesine Yeni Yaklaşımlar Sempozyum Kitabı, İstanbul: Meva Matbaacılık.
- LOPES, V.P., RODRÍGUES, L.P., MAÍA, J.A.R., MALÍNA, R.M. 2011. Motor coordination as predictor of physical activity in childhood. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*. 21(5):663-669.
- MEIER, G.M., RAUCH, J.E. 2000. Leading Issues in Economic Development. 7. Baskı. OxfordUniversity Press.
- MALÍNA, R.M., BOUCHARD, C., BAR-OR, O. 2004. Growth, Maturation, and Physical Activity. *Human Kinetics*.
- MESA, J.L., RUIZ, J.R., ORTEGA, F.B., WARNBERG, J., GONZALEZ, L.D., MORENO, L.A. 2006. Aerobic Physical Fitness in Relation to Blood Lipids and Fasting Glycaemia in Adolescents: Influence of Weight Status. *Nutr Metab Cardiovasc Dis*. 16:285-293
- MOENİ, V., DAY, A.S. 2012. Nutritional risk screening tools in hospitalised children. *International Journal Of Child Health And Nutrition*. 1(1):39-43.
- MURATLI, S. 2007. Antrenman Bilimi Yaklaşımıyla Çocuk ve Spor. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- MÜNİROĞLU, S., ÖZKAN, A., KÖKLÜ, Y., ALEMDAROĞLU, U., EYUBOĞLU, E. 2009. 6-12 Yaş Grubu Çocukların Gelişim Dönemleri, Fiziksel Uygunlukları ve Fiziksel Aktivite. Ankara: Ankara Üniversitesi Basımevi
- NARVÁEZ PÉREZ, G.E., D'ANGELO, C.P., ZABALA, R.D. 1991. Physical fitness in children and adolescents from differing socioeconomic strata. shephard r.j., parizkova j. (eds): human growth, physical fitness and nutrition. *Medical Sport Science*. (31):80-98.

- ÖĞUZ, H. 1998. Bursa ilinde farklı sosyo-ekonomik düzeye sahip ailelerin 8, 9 ve 10 yaş grubu çocukların fiziksel performans ve antropometrik özelliklerinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa.
- 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).
- ORTEGA, F.B., ARTERO, E.G., RUIZ, J.R., VICENTE-RODRIGUEZ, G., BERGMAN, P., HAGSTRÖMER, M. 2008. Reliability of health-related physical fitness tests in European adolescents. The HELENA Study. *International Journal of Obesity*. 32(5):49.
- ORTEGA, F.B., RUIZ, J.R., CASTILLO, M.J., SJOSTROM, M. 2008. Physical fitness in childhood and adolescence: a powerful marker of health. *Int J Obes*. 32(1).
- ÖZDOĞAN, B. 2004. Çocuk ve Oyun. Ankara: Anı Yayıncılık.
- ÖZER, D., ÖZER, K. 2002. Çocuklarda Motor Gelişim. Geliştirilmiş 2.Baskı. Ankara: Nobel Yayın Evi.
- ÖZERİ, Z. 2004. Okul Öncesi Dönemde Ahlak Gelişimi ve Din Eğitimi. İstanbul: Dem Yayınları.
- ÖZERKAN, K.N. 2004. Spor Psikolojisine Giriş: Temel Kavramlar. Ankara: Nobel Yayıncılık.
- ÖZTÜRK, Y. 2019. 10-12 yaş aralığındaki öğrencilerin fiziksel uygunluk ve demografik durumlarının sosyal becerileri üzerindeki etkisinin araştırılması (van ili örneği). Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Van.
- PEHLİVAN, H. 2005. Oyun ve Öğrenme. Ankara: Anı Yayıncılık.
- PEKEL, H., BAĞCI, E., GÜZEL, N., ONAY, M. 2006. Spor yapan çocuklarda performansla ilgili fiziksel uygunluk test sonuçlarıyla antropometrik özellikler arasındaki ilişkilerin değerlendirilmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*. 1(14):299-308.
- PELLETIER, T. 2006. Theoretical considerations related to cutoff points. *Food and Nutrition Bulletin*. 27(4):224-236.
- PÉREZ, G.E.N., D'ANGELO, C.P., ZABALA, R.D. 1991. Physical fitness in children and adolescents from differing socioeconomic strata human growth. *Physical*.
- PESEN, V.Ş. 2007. Manisa'da seçilen iki ilköğretim okulunda adölesan yaş grubundaki çocuklarda obezite, hipertansiyon, hiperlipidemi sıklığı ve etkileyen faktörler. Yüksek Lisans Tezi, Celal Bayar Üniversitesi, Manisa.
- RAMACHANDRAN, A., SNEHALATHA, C., VINITHA, R., THAYYİL, M., SATHISH, KUMAR, C.K., SHEEBA, L. 2002. Prevalence of overweight in urban Indian adolescent school children. *Diab Res Clin Practice*. 57:185-90.
- SABBAĞ, Ç. 2009. İlköğretim 5. ve 6. sınıf öğrencilerine verilen beslenme eğitiminin beslenme bilgi, tutum ve davranışlarına etkisinin değerlendirilmesi. Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- SAYGIN, Ö., ÖZŞAKER, M. 2012. Bireysel ve takım sporcuların bazı fiziksel uygunluklarının özelliklerinin karşılaştırılması. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*. 6:2.

- SAYGIN, Ö., POLAT, Y., KARACABEY, K. 2005. Çocuklarda Hareket Eğitiminin Fiziksel Uygunluk Özelliklerine Etkisi. *Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*. 19(3):205-212.
- SAYIN, N. 2014. 15-17 yaş grubu gençlerin fiziksel aktivite düzeyleri ile fiziksel uygunlukları arasındaki ilişki. Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Konya.
- SMİTH, J.J., EATHER, N., MORGAN, P.J., PLOTNİKOFF, R.C., FAİGENBAUM, A.D., LUBANS, D.R. 2014. The health benefits of muscular fitness for children and adolescents: a systematic review and meta-analysis. *Sports Medicine*. 44(9):1209-23.
- STEİNBERG, L. 2013. Ergenlik Çeviren F Çok. Ankara: İmge Kitabevi.
- ŞİMŞEK, E. 2018. Spor yapan ve yapmayan öğrencilerin vücut kompozisyonları ve bazı fiziksel parametrelerin farklarının değerlendirilmesi. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi.
- ŞİMŞEK, I., YABANCI, N., TURAN, Ş. 2009. Okul Çağı Çocuklarının Beslenme Çantalarının Değerlendirilmesi. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*. 19(19).
- ŞİRİN, E. 2009. Spor yapan ve okul sporlarına katılmayan 14 yaş grubu gençlerin bazı biyomotorik gelişimlerinin karşılaştırılması. Yüksek Lisans Tezi, Dumlupınar Üniversitesi, Kütahya.
- TABACHNICK, B.G., FIDELL, L.S. 2013. Using Multivariate Statistics. 6. Baskı. Boston: Allyn and Bacon.
- TAŞKIN, G., ÖZDEMİR, F.N.Ş. 2018. Çocuklarda egzersizin önemi. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*. 23(2):131-141.
- TEKELİOĞLU, A. 1999. Devlet okulu ve özel okulda okuyan 11-13 yaş grubu kız ve erkek çocukların fiziksel uygunlukları. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü BES ABD, Ankara.
- TEPELİ, K. 2011. Erken Çocukluk Döneminde Gelişim. 1. Baskı. Ankara: Ertem Basım.
- THOMPSON, R.A. 1999. Early attachment and later development. In: Cassidy J, Shaver PR, editor. Handbook of attachment. New York: Guilford Press
- TINAZCI, C., EMİROĞLU, O., BURGUL, N. 2004. KKTC 7-11 yaş kız ve erkek ilköğrencilerinin euro fit test bataryası değerlendirilmesi. *Spor Bilimleri Kongresi Özet Kitapçığı*. Antalya, s. 124
- TINAZCI, C., EMİROĞLU, O. 2010. Assessment of Physical Fitness Levels, Gender and Age Differences of Rural and Urban Elementary School Children. *Türkiye Klinikleri J Med Sci*. 30(1):1-7.
- TOMKINSON, G.R., OLDS, T.S. 2007. Secular Changes in Aerobic Fitness Test Performance Of Australasian Children and Adolescents. *Med Sport Sci*. 50:168-82.
- TURAN, S., OMAR, A., BERBER, M., OZEN, A., BERKET, A. 2004. Effect of socioeconomic condition and age on prevalence of obesity. Proceedings of the IX. National Pediatric Endocrinology Congress. PP F-2, Malatya.
- Türkiye Beslenme ve Sağlık Araştırması 2010. [http://www.sagem.gov.tr/TBSA_Beslenme_Yayini.pdf] Erişim Tarihi: 11.10.2020.
- ULJASZEK, S.J. 2006. The international growth standard for children and adolescents project: environmental influences on preadolescent and adolescent growth in weight and height. *Food and Nutrition Bulletin*. 27(4):279-294.

- VALERİO, G., D'AMİCO, O., ADİNOLFİ, M., MUNCİGUERRA, A., D'AMİCO, R., FRANZESE, A. 2006. Determinants of weight gain in children from 7 to 10years. *Nutrition, Metabolism and Cardiovascular Diseases*. 16(4):272-278.
- VERSTRAETE, S., CARDON, G., CLERCQ, D., BOURDEAUDHUIJ, I. 2007. A comprehensive physical activity promotion programme at elementary school: the effects on physical activity, physical fitness and psychosocial correlates of physical activity. *Public Health Nutrition*. 10(5):477-484.
- WELSH, W., NIX, R., BLAIR, C., BIERMAN, K., NELSON, K. 2010. The development of cognitive skills and gains in academic school readiness for children from low income families. *Journal of Educational Psychology*.
- WROTNIAK, B.H., EPSTEIN, L.H., DORN, J.M., JONES, K.E., KONDILIS, V.A. 2006. The relationship between motor proficiency and physical activity in children. *Pediatrics*. 118:1758-65.
- YAN, Y. 2007. 10-13 yaş çocuklarda, sosyo-ekonomik yapının fiziksel aktivite ve fiziksel uygunluk düzeyine etkisi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- YASİN, E. 2012, Çoklu Beceri Spor Eğitim Programının 7-10 Yaş Grubu Erkek Çocuklarda Motor Gelişime Etkisi, Dokuz Eylül Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- YILDIRIM, B. 1997. Çocuğun şahsiyet gelişiminde ailenin yeri ve önemi üzerine bir inceleme. *Fırat Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*. 2.
- YILDIZ, İ. 2009. Farklı dirençlerle uygulanan kuvvet antrenmanlarının kız çocuklarının fiziksel ve kas-kuvvet gelişimlerine olan etkisinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- YILMAZ, N. 2013. Milli takım ve mahalli liglerde oynayan badmintoncuların antropometrik özellikleri ile çabukluk, esneklik ve dayanıklılıklarının araştırılması. Yüksek Lisans Tezi, Dumlupınar Üniversitesi, Kütahya.
- YÜZGÜL, A., MÜNİROĞLU, S. 2001. Ankara'da özel bir okulda 7-12 yaş grubu çocukların fiziksel özelliklerinin incelenmesi. 3. Uluslararası Akdeniz Spor Bilimleri Kongresi, Antalya. s. 343-356.
- ZAHNER, L., PUDER, J.J., ROTH, R., SCHMID, M., GULDIMANN, R., PÜHSE, U., KNÖPFLI, M., BRAUN-FAHRLÄNDER, C., MARTI, B., KRIEMLER, S. A. 2006. School-Based Physical Activity Program to Improve Health And Fitness in Children Aged 6-13 Years "Kinder Sport studie KISS": Study Design of A Randomized Controlled Trial. *BMC Public Health*. 6(6):14.
- ZASTROW CHARLES, K.A., KAREN, K. 2014. İnsan Davranışları ve Sosyal Çevre. Ankara: Nika yayınları.

EKLER

EK 1. Kişisel Bilgi Formu.....	69
EK 2. Etik Kurul Onay Kararı	70
EK 3. Özel Başakşehir Okulları İzin Dilekçesi.....	70



EK 1.Kişisel Bilgi Formu

- 1, Cinsiyetiniz: Kız Erkek
- 2, Yaşınız Boy..... Kilo.....
- 3, Sınıfınız?
- 4, Okul türünüz? Özel okul
- 5, Annenizin eğitim düzeyi: Okur-yazar değil Okur-yazar İlkokul Ortaokul Lise Üniversite ve üstü
- 6, Anne Mesleği : işsiz memur işçi serbest meslek esnaf
- 7, Babanızın eğitim düzeyi: Okur-yazar değil Okur-yazar İlkokul Ortaokul Lise Üniversite ve üstü
- 8, Babanızın mesleği : işsiz memur işçi serbest meslek esnaf
- 9, Ailenizdeki birey sayısı (siz dahil)
 3 kişi 4-5kişi 6-7 kişi 8 ve yukarı
- 10, Ailenizin Aylık Geliri:(.....,tl)
- 11,Ailenizde (Anne/Baba/Kardeş) lisanslı olarak spor yapan var mı?: Evet Hayır
- 12, Okul takımında yer aldınız mı ? evet hayır
- 13,Yukarıdaki soruya cevabınız evet ise hangi branşta spor yapıyorsunuz ?
- 14,Lisanslı (bir kulübe bağlı) olarak yaptığınız bir spor var mı? Var ise lütfen yazınız (basketbol, voleybol vb,).....
- 15,Geleneksek Çocuk Oyunlarında görev aldınız mı? Evet Hayır

EK 2. Etik Kurul Onay Kararı



TEKİRDAĞ NAMIK KEMAL ÜNİVERSİTESİ
GİRİŞİMSEL OLMAYAN KLİNİK ARAŞTIRMALAR
ETİK KURULU KARAR FORMU



BAŞVURU BİLGİLERİ	Araştırmanın Açık Adı	İlkokul Öğrencilerinde Sosyo-Ekonomik Faktörlerin Fiziksel Uygunluk Parametrelerine Etkisinin İncelenmesi		
	Koordinatör / Sorumlu Araştırmacı	Doç. Dr. Umut CANLI / TNKÜ Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu		
	Etik Kurul Toplantı Tarihi	27.08.2020		
	Araştırma Protokol Numarası	2020.209.08.18		
	Araştırmanın Türü	Prospektif <input checked="" type="checkbox"/>	Retrospektif <input type="checkbox"/>	Diğer:
	Araştırmanın Destekleyicisi	TÜBİTAK <input type="checkbox"/>	TNKÜ BAP <input type="checkbox"/>	Araştırmacı <input checked="" type="checkbox"/> Diğer:
	Araştırmanın Bütçesi	100 ₺		
	Araştırmanın Merkezi	Tek Merkezli <input checked="" type="checkbox"/>	Çok Merkezli <input type="checkbox"/>	
KARAR BİLGİLERİ	Yukarıda bilgileri verilen başvuru dosyası ile ilgili belgeler araştırmanın/çalışmanın gerekçe, amaç, yaklaşım ve yöntemleri dikkate alınarak incelenmiş ve uygun bulunmuş olup, araştırmanın/çalışmanın başvuru dosyasında belirtilen merkezlerde gerçekleştirilmesinde etik bilimsel sakınca bulunmadığına, toplantıya katılan etik kurul üye tam sayısının oy birliği ile karar verilmiştir.			

ETİK KURULUN ÇALIŞMA ESASI	İlaç ve Biyolojik Ürünlerin Klinik Araştırmaları Hakkında Yönetmelik, İyi Klinik Uygulamaları Kılavuzu
----------------------------	--

Ünvanı/Adı/Soyadı	Uzmanlık Alanı	Araştırma ile İlişkili		Katılım *		İmza
Prof. Dr.	Biyofizik	E <input type="checkbox"/>	H <input checked="" type="checkbox"/>	E <input checked="" type="checkbox"/>	H <input type="checkbox"/>	İMZA
Prof. Dr.	Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları	E <input type="checkbox"/>	H <input checked="" type="checkbox"/>	E <input checked="" type="checkbox"/>	H <input type="checkbox"/>	İMZA
Prof. Dr.	Tıbbi Biyokimya	E <input type="checkbox"/>	H <input checked="" type="checkbox"/>	E <input checked="" type="checkbox"/>	H <input type="checkbox"/>	İMZA
Doç. Dr.	Ruh Sağlığı ve Hastalıkları	E <input type="checkbox"/>	H <input checked="" type="checkbox"/>	E <input checked="" type="checkbox"/>	H <input type="checkbox"/>	İMZA
Dr. Öğr. Üyesi	Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları	E <input type="checkbox"/>	H <input checked="" type="checkbox"/>	E <input checked="" type="checkbox"/>	H <input type="checkbox"/>	İMZA
Dr. Öğr. Üyesi	Tıbbi Biyokimya	E <input type="checkbox"/>	H <input checked="" type="checkbox"/>	E <input checked="" type="checkbox"/>	H <input type="checkbox"/>	İMZA
Dr. Öğr. Üyesi	Tıbbi Mikrobiyoloji	E <input type="checkbox"/>	H <input checked="" type="checkbox"/>	E <input checked="" type="checkbox"/>	H <input type="checkbox"/>	İMZA
Dr. Öğr. Üyesi	Biyoistatistik	E <input type="checkbox"/>	H <input checked="" type="checkbox"/>	E <input checked="" type="checkbox"/>	H <input type="checkbox"/>	İMZA
Dr. Öğr. Üyesi	Ortopedi ve Travmatoloji	E <input type="checkbox"/>	H <input checked="" type="checkbox"/>	E <input checked="" type="checkbox"/>	H <input type="checkbox"/>	İMZA
Dr. Öğr. Üyesi	Adli Tıp	E <input type="checkbox"/>	H <input checked="" type="checkbox"/>	E <input checked="" type="checkbox"/>	H <input type="checkbox"/>	İMZA
Dr. Öğr. Üyesi	İç Hastalıkları	E <input type="checkbox"/>	H <input checked="" type="checkbox"/>	E <input checked="" type="checkbox"/>	H <input type="checkbox"/>	İMZA
Dr. Öğr. Üyesi	İç Hastalıkları Hemşireliği	E <input type="checkbox"/>	H <input checked="" type="checkbox"/>	E <input checked="" type="checkbox"/>	H <input type="checkbox"/>	İMZA
Dr. Öğr. Üyesi	Tıbbi Farmakoloji	E <input type="checkbox"/>	H <input checked="" type="checkbox"/>	E <input checked="" type="checkbox"/>	H <input type="checkbox"/>	İMZA
Dr. Öğr. Üyesi	Anesteziyoloji ve Reanimasyon	E <input type="checkbox"/>	H <input checked="" type="checkbox"/>	E <input checked="" type="checkbox"/>	H <input type="checkbox"/>	İMZA

*: Toplantıda bulunma.

Etik Kurul Başkanının

Ünvanı/Adı/Soyadı: Prof. Dr. Ali Rıza KIZILER

İmza:

İMZA

ÖZEL BAŞAKŞEHİR OKULLARI MÜDÜRLÜĞÜ'NE

Sorumlu yürütücüsü olduğum **"İlkokul Öğrencilerinde Sosyo-ekonomik Faktörlerin Fiziksel Uygunluk Parametrelerine Etkisinin İncelenmesi (Özel Bir İlkokul Örneği)"** isimli çalışma Namık Kemal Üniversitesi Tıp Fakültesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu'na sunulacaktır.

Bu araştırmanın okulunuzda yapılabilmesi için gereken iznin verilmesini arz ederim.

20/07/2020

İmza
Doç. Dr. Umut CANLI
Sorumlu Yürütücü



İMZA