

The Journal of Academic Social Science Studies



International Journal of Social Science

Volume 6 Issue 1, p. 467-478, January 2013

SPOR VE ÇOCUK GELİŞİMİ*

SPORTS AND CHILD DEVELOPMENT

Yrd. Doç. Dr. Akın ÇELİK

*Karadeniz Teknik Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu, Spor
Yöneticiliği Bölümü*

Doç. Dr. Mustafa ŞAHİN

*Karadeniz Teknik Üniversitesi, Fatih Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü,
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık ABD*

Abstract

Today, due to development in technology, people adopt immobile life style. Children are one of the age groups who are affected by this sort of life style. However, motion (movement) is a crucial factor for physical development of a child. Participation in the physical activities during the childhood has some positive effects on the child. Better growth and development, gaining active life style, decreasing risks of possible illnesses, prevention of excessive weight gain can be shown as some of the positive effects. In this scope, as well as regular engagement with a sports branch, participation in physical activities is

* Bu çalışma 8-11 Kasım 2012 tarihlerinde Antalya'da düzenlenen 2. Uluslararası Herkes için Spor ve Spor Turizmi Kongresinde sözlü bildiri olarak sunulan çalışmanın genişletilmiş halidir.

important for children's physical development. Playing is one of the activities of this. Contemporary studies focus on effects of playing games on children in terms of developmental psychology, motivation and sociology. In this vein, this study is a literature review which investigates the role of sports and physical activities in child development as a preventive factor on the basis of theoretical explanations made in the related literature and research findings. Related studies illustrate that physical activities are crucial in terms of cognitive development of children where children can overcome fears; in terms of emotional development where children can be able to overcome social conflicts as well as recognition of the self and the environment and in terms of physical development where children can be able to acquire appropriate physical growth. As a conclusion of this study once more it is emphasized that sports, physical activities and playing games are important elements for child development in terms of cognitive, affective and physical domains.

Key Words: Sports, game, child development.

Öz

Günümüzde teknolojik gelişmelere bağlı olarak giderek daha hareketsiz bir yaşam tarzı benimsenmektedir. Bu yaşam tarzının etkilediği yaş gruplarından birisi de çocuklardır. Hareket bir çocuğun bedensel gelişimi için çok önemlidir. Çocukluk döneminde fiziksel aktivitelere katılımın bazı olumlu etkileri bulunmaktadır. Bunlar arasında, büyüme ve gelişmenin daha iyi olması, aktif yaşam biçimi kazandırılması, ileride oluşabilecek hastalık risklerini azaltma, aşırı kilo alımının önlenmesi gibi olumlu etkiler gösterilebilir. Bu kapsamda düzenli bir spor dalıyla uğraşmak kadar, fiziksel aktivite içeren bazı etkinlikler de çocukların bedensel gelişimleri için önemlidir. Bu etkinliklerden birisi de oyunlardır. Yapılan araştırmalarda oyunun çocuk üzerindeki etkisi gelişim psikolojisi açısından, motivasyonel açıdan, sosyolojik açıdan ele alınmıştır. Bu bağlamda, bu araştırma çocuğun gelişiminde koruyucu bir faktör olarak spor ve fiziksel aktivitenin rolünün, ilgili kuramsal açıklamalar ve araştırma bulgularına dayalı olarak incelendiği bir literatür taraması niteliğindedir. Çalışmada sporun çocuk gelişimine katkısı ile ilgili önceki araştırmalar incelenerek irdelenmiş ve yorumlanmıştır. Yapılan araştırmalar oyun gibi fiziksel aktivitelerin çocuğun korkularını yenmesi, öz-benliğini bulması gibi bilişsel açıdan, sosyal çatışmaların üstesinden gelmesi, kendisi ve çevresini tanıması gibi duygusal açıdan ve uygun bedensel gelişimin sağlanması gibi fiziksel açıdan önemini ortaya koymuştur. Sonuç olarak bu araştırma ile sporun, fiziksel aktivitenin ve oyunun çocuk gelişimindeki önemi bilişsel, duygusal ve fiziksel açılardan bir kez daha ortaya konmuştur.

Anahtar Kelimeler: Spor, Oyun, Çocuk Gelişimi

1.Giriş

Spor günlük yaşantımızda sıkça duyduğumuz bir kelimedir. Canlılığın temel belirtisi bilindiği gibi hareket olmuştur ve insan vücudunun eğitiminin önemli bir parçası hareketle sağlanmaktadır (Alpman, 1972 s.24). Günümüz anlayışına göre spor, ilk başta çok önemli bir kitle eğitim vasıtasıdır. Spor, insan bedenini fizikî yönüyle geliştirdiği gibi oyunlar, hareketler, yarışmalar vasıtasıyla aynı zamanda insan seciyesini, egosunu, davranış niteliğini, psişik yapısını belirleyen yeni bir bilim dalıdır (Güven, 2006 s.62). Sporun insan gelişiminde en etkili olduğu dönemlerden birisi de çocukluk çağıdır. Çocukluk süreci, özellikle 18. yüzyıldan itibaren yaşamın farklı ve özel bir bölümü olarak algılanmaya başlanmıştır. 19. yüzyılda eğitimciler ve ahlâkçılar, çocuklara kendilerini ifade etme olanağı verilirse sağlıklı büyüme göstereceklerini, davranışlarında sosyal sorumluluk taşıyabileceklerini ileri sürerek, çocuk gelişimi ve davranışlarının yönlendirilmesi gerektiğini savunmuşlardır (Muratlı, 1997 s.101). Çocukluk döneminde spor 20.yy da olgunlaşmaya başlamıştır (Slutzky & Simpkins, 2009 s.387). Eskiden gelişmiş ülkelerde zengin ailelerinin çocuklarının yapmış oldukları spor aktiviteleri, günümüzde toplumların her kesiminden ailenin çocuklarının ilgi gösterdiği, hatta aktif ve pasif olarak katıldıkları bir faaliyet haline gelmiştir (Siesmaa, Blitvich, White & Finch, 2011 s.25). Spor bir çocuğun bedensel, ruhsal ve sosyal gelişimi açısından önemli bir faaliyettir. Psikolojik ve sosyolojik açıdan, çocukluk dönemindeki sporun, çocuğun bedensel özelliklerini ve ruhsal yapısını göz önünde bulundurarak, fiziksel kapasitesinin gelişimine yardımcı olacak, kendine güvenini sağlayacak, kurallara uymayı ve başkalarının haklarına saygı göstermeyi öğretecek oyun formunda çalışmalarından oluşması gerektiği ifade edilmektedir (Çamlıyer, 1997 s.20). Günümüzde teknolojik gelişmelere bağlı olarak giderek daha hareketsiz bir yaşam tarzı benimsenmektedir. Bu yaşam tarzının etkilediği yaş gruplarından birisi de çocuklardır. Hareket bir çocuğun bedensel gelişimi için çok önemlidir. Günümüzde çocukların hareket alanları son derece sınırlıdır (Taşçı, 2010 s.97). Huizinga' ya göre, (1995) günümüz koşullarında çocukların gerçek oyun oynama sansı gün geçtikçe azalmaktadır. Bu durum, çocukların eve, yuvaya, okula hapsedilmesi ve başarılı olmaya zorlanmasına olarak ifade edilmektedir. Özünde eğlence olan ve böyle yorumlanması gereken oyun, günümüzde ticarileşmiş ve yarışma konusu haline gelmiştir. Çocuğun dış mekândaki oyunlarının büyük bir kısmı "kamusal" mekan yerine "özel" mekanda gerçekleşmektedir. Bu yüzden günümüzde çocukların çoğu ebeveyn kontrolü olmaksızın kamusal çevreyi tanıma ve kullanma olanağına sahip değildir (Valentine & McKendrick, 1997 s.231). Yapılan araştırmalar çocukların özellikle Çocuklar özellikle fiziksel aktivite içeren oyunlar oynayabilmek için rahat mekânlara ihtiyaç duyduklarını ortaya koymuştur (Cunningham & Jones, 2004 s.252; Hamilton, 2002). Apartman dairelerinde yaşayan, okula servisle giden, televizyon ve bilgisayar karşısında vakit geçiren çocuğun, çarpık

kentleşme nedeniyle çocuk oyun alanı ve parklara da hasret kaldığı ifade edilmektedir (Ruhi, 1993 s.17). Bu durumda hareket ihtiyacını karşılayacak, enerjisini boşaltacak ders dışı sportif etkinlikler ve oyunlar giderek önem kazanmaktadır. Çocuğun yaşamında bir sportif aktivite olarak oyun çok eski çağlardan günümüze gelen bir öyküye sahiptir. İlk çağ uygarlıklarından Mısır'da bugün eğitsel oyunlar içinde değerlendirilen grup halinde el çekme yarışının çocuklara uyarlandığı görülmektedir (Onur, 2005, s. 35). İran'da çocukların beden eğitimi büyük ilgi görmektedir. Çin'de Kung-Fu (Çin boks) vücut kültürü faaliyetine damgasını vurduğu görülmektedir. Hint uygarlığında ise dans gibi etkinlikler, formal eğitim içinde küçük yaşlarda başlatılmaktadır (Yavuzer, 1984, s. 209). Batı uygarlığının bugün hayranlıkla bahsettiği ilkçağ Yunan uygarlığında vücut kültürü faaliyetlerinin temelinde, ruhla birlikte vücudun da eğitilmesi fikri yattığı ifade edilmektedir (Çobanoğlu, 1992 s.10). Oldukça eski bir geçmişe sahip olmakla beraber oyun etkinlikleri halen açıklanmaya ve üzerinde bilimsel çalışmalara gereksinim duymaktadır. Oyunun küçük çocukların sağlıklı gelişimi açısından gerekli ve yararlı olduğu; zengin bir zihinsel uyarıcı ortamı yoluyla zihinsel kapasitesi yüksek, sağlıklı bir duygu durum ile sağlıklı ve tutarlı bir kişilik gelişiminin temelini oyun ortamından geçtiği ifade edilmektedir (Pehlivan, 2005 s.3). Çocuklar olumsuz şartlarda bile kendi aralarında çok çeşitli yaş gruplarını içeren birtakım sosyal oyunlar üretebilmektedir. Özgürlüklerinin kısıtlanması, çocuk işçi olarak kullanılma, ya da savaş yasayan ülkelerde yasama gibi durumlarda çocuklar, oyun oynamaktan mahrum kalabilmektedir. Bunların dışında her çocuk bir şekilde oyun eylemi ile tanışmaktadır (Timmons, 2003).

2.Bedensel Gelişim Aşamaları ve Oyun

2.1.Psiko-Motor Gelişim ve Oyun

Çocuklarda hareket denilince akla ilk gelen gelişim unsurlarından birisi motor gelişimdir. Motor sözcüğü tek başına kullanıldığında hareketi engelleyen biyolojik ve mekanik faktörler anlamına gelmektedir (Müniroğlu, 1996 akt: Özerkan, 2004 s.38). Motor gelişim, becerilerinin performansının giderek artmasını sağlayan sinir kas mekanizmasının olgunlaşma biçimi olarak ifade edilmektedir (Gallahue, 1982 s.33). Psiko-motor gelişim ise fiziksel büyüme ve gelişme ile birlikte beyin omurilik gelişimi sonucu organizmanın isteme bağlı olarak hareketlilik kazanmasıdır (Akandere, 2003 s.12). Bu süreç anne karnından itibaren başlamaktadır. Bebeğin doğum öncesi başlayan hareketliliği doğum sonrası daha da artmaktadır. Yaşamın ilk aylarını anne karnındaki pozisyonuna benzer şekilde uykuda geçirirken, ikinci aydan itibaren yavaş yavaş çevreyle etkileşime girmeye başlamaktadır (Pehlivan, 2005 s.19). Oyun aktivitelerinde motor tepkilerin denenmesi süratli, akıcı ve doğru motor becerilerin kazanılmasına yol

açmaktadır. Oyun süresince çocuk, kendi bedeninin dünya üzerindeki etkisini ve kontrolünü öğrenmektedir (Doğanay, 1998 akt. Pehlivan, 2005 s.19). Bu bilgilere dayanarak oyun aktivitelerinin çocuğun psiko-motor gelişimi üzerinde önemli bir etkiye sahip olduğu ifade edilebilir.

2.2. Zihinsel Gelişim ve Oyun

Oyun çocuğun psiko- motor, sosyal ve duygusal gelişimini etkilediği kadar zihinsel gelişimini de etkilemektedir. Çünkü oyun çocuğun dünyayı keşfetmesine, gerekli bilgileri edinmesine, merak duygusunun tatmin edilmesine olanak sağlamaktadır. Oyun yoluyla çocuk, mantık yürütmeyi, seçim yapmayı, sebep sonuç ilişkisi kurmayı, dikkatini toplamayı, kendini bir amaca yöneltmeyi öğrenmektedir (Pehlivan, 2005 s.21). Çocuk oyun ve sporda sürekli gelişen becerileriyle kendi duygusal, fiziksel ve zihinsel kapasitesini sınama olanağı bulmaktadır. Çocuk eğer bulunduğu ortamda pasifse oyun ve spora katılarak daha aktif ve diğerlerini kontrol edici roller üstlenebilmektedir (Tiryaki, 2000 s.108). Piaget'e göre (1962) çocuk yeni deneyimler sonucunda aldıklarını özümlemeler ve bunları kendi davranış zincirlerine ekleyip kendi davranış şemasını oluşturmaktadır. Taklit uyumun, oyun özümlemenin devamıdır. Oyun insanoğlunun çocuklu dönemindeki gelişiminin en önemli açıklaması olduğu ifade edilmektedir (akt. Akbaba, Sağlam ve Kök, 2003 s.20). Piaget çocuk oyunlarının çocuğun zihinsel gelişim süreci içinde belli seviyelerde oluştuğunu ve bunun da iki prensibe dayandığını açıklamıştır. Bunlar asimilasyon ve akkomodasyondur. Asimilasyon, dış dünyanın içe alımı anlamına gelir. Çocuğun yaşantılarını, deneyimlerini, kendi, davranış ve düşünce yapısını içinde düzenlemesi ve yoğunlaşmasıdır. Akkomodasyon ise çevreye uyum anlamına gelir (Özdoğan, 2004 s.107).

2.3.Sosyal Gelişim ve Oyun

Toplumsallaşma, toplumda geçerli olan kültürel değerleri öğrenerek, yetişkinlerin dünyasına hazırlanma ve yetişkinlerin davranış biçimlerini yaşantısına uygulanabilir duruma gelme anlamına gelmektedir (Üstündağ, 2000 s.54). Birçok araştırmacı, eğitimci ve psikolog oyunun küçük çocuklarda sosyal bir davranış şekli olduğu düşüncesinde birleşmektedirler (Saracho, 1996 akt. Pehlivan, 2005 s.23). Sportif oyunlara bir ekip üyesi olarak katılmak çocukta yardımlaşma, beraber çalışma, diğer ekip elemanlarına ve oyun düzenine saygılı olma gibi duyguları geliştirmektedir (Güven, 2006 s.21). Çocuklar oyun oynarken sosyal ortamlarla karşılaşmakta ve bu ortamlarda iş birliği yapmayı, yardımlaşmayı, paylaşmayı ve sosyal sorunları uygun yollarla çözmeyi öğrenmektedirler. Bu durumun çocukların sosyal gelişimleri

açısından önemli olduğu düşünülmektedir. Sosyalleşme sürecinde gerçekleşen süreçleri incelemek amacıyla bir çok kuram ortaya atılmıştır. Bunlardan en çok bilineni sosyal öğrenme kuramıdır. Sosyal öğrenme kuramı, insan davranışlarında çevrenin ya da durumun göz ardı edildiği düşüncesiyle ortaya atılmış bir kuramdır. Bu kurama göre insan davranışlarında bireyin içinde bulunduğu durum ya da ortam önemlidir (Bandura, 1977 s.54). Bu kurama göre gözleme dayalı ya da model alarak öğrenme ve sosyal pekiştirme iki önemli kavramdır. Bu kurama göre bir davranım kuvvetlendirildiğinde ortaya çıkma olasılığı da artar. Örneğin eğer bir çocuk eve geldiğinde oyun arkadaşının kendini ittiği için ona vurduğunu söyler ve ebeveynleri de aferin derse, çocuğun bu davranışı yineleme olasılığı artacaktır (Bandura, 2002 s.176). Bu noktada çocuklar için sosyal çevreyle olan etkileşimin, oyunların ve ilişkilerin, onların sosyal gelişimi üzerinde etkili olduğu sonucu çıkarılabilir. Çocuk çevreden görerek sosyal dünyasını zenginleştirir. Aile, arkadaş çevresi gibi unsurlar da bu gelişimi dışarıdan etkilemektedir (Yavuzer, 1984 s.11). Çocuklar yaşitları ile oynama imkanını genellikle sosyal çevrelerinde elde ederler. Burada yaşitlarıyla oynadıklarında davranışlarını tanıma imkanı bulurlar. Bu konuda yapılan bir araştırmada 2- 5 yaş arasındaki çocukların, genellikle yaşitlarıyla beraber oynamak, oyuncaklarını değiştirmek gibi etkinliklerde bulduklarını tespit etmiştir (Campell, 1964). Oyun ortamı çocuk için serbest bir ortamdır. Grup içinde çocuk kendi felsefesini, görüşlerini diğer çocuklarla karşılaştırma olanağı bulur, ayrıntılı olarak tartışır ve düzeltme olanağı bulur (Özdoğan, 2004 s.120). Oyundaki kuralları koymada karşılıklı anlaşma çocukların sosyal gelişimi üzerinde önemli etkiye sahiptir. Bu oyunlar sayesinde çocuk ben merkezilikten kurtulur. Kohlberg'e göre (1969) bu durumda iç denetim artar ve duruma göre karar verme yeteneği gelişir. Çocuklar sosyal rol oynarken sosyal ve bilişsel yetenekleri de gelişir (akt.Özdoğan, 2004 s.122).

2.4.Duygusal Gelişim ve Oyun

Oyunun çocuğun duygusal yaşantısındaki etkisi üzerine çok az araştırma yapılmıştır. Çocuğun duygularını oyunlarda yaşadığı konusunda ilk defa S.Freud (1920) durmuştur. Fantezi davranışlarla onun arasındaki ilişkiyi görmüş ve çocuk oyunlarında bilinç dışı istek ve zorluklarını yaşar demiştir (akt.Özdoğan, 2004 s.114). Genel olarak çocuk ruh sağlığını sevmek ve oynamak biçiminde tanımlamak mümkündür (Özgür, 2000 s.3). Oyun çocuk için sadece eğitsel yönden değil, onun ruh sağlığı açısından da büyük önem taşımakta ve duygusal ilişkilerin başlatılması için en uygun ortamları hazırlamaktadır. Mutluluk, sevinç, acı, acıma, korku, kaygı, dostluk, düşmanlık, kin, nefret, sevgi, sevme, sevilme, güven duyma, bağımlılık, bağımsızlık, ölüm gibi pek çok duygusal tepkiyi çocuk oyun ile öğrenmektedir (Başaran, 1992 s.38).

2.5. Oyunun Eğitimsel Değeri

Oyunla öğrenmenin faydalarından biride çocuğun dikkatini yoğunlaştırabilmesi olduğu ifade edilmektedir (Wade, 2002 s.2). Oyunlar, öğrencileri pasif durumdan aktif duruma geçirmeleri nedeniyle dikkat üzerinde, diğer öğrenme tekniklerine göre daha fazla etkiye sahiptir (Wylleman, Harwood, Elbe, Reints & Caluwe', 2009 s.438). Oyun, bir eğitim aracı olup, temel eğitimin bütün dallarında hem öğretim metodu hem de öğretim aracıdır. Oyunla eğitim sonucunda, öğrenilen daha iyi hafızada kalır, mukayeseli düşünme, karar verme ustalığı gelişir ve davranışları olumlu yönde etkilemektedir (Tkachuk, Leslie-Tosgood, & Martin, 2003 s.109). Bugün sporun bir eğitim aracı olarak çocuğun her yönden gelişmesinde büyük rol oynadığı bilinmektedir. Sportif oyunlara bir ekip üyesi olarak katılma; çocukta yardımlaşma, beraber çalışma, diğer ekip elemanlarına ve oyun düzenine saygılı olma gibi duyguları geliştirdiği ifade edilmektedir (Medwell, Grimshaw, Robertson & Kelso, 2012 s.263). Yapılan araştırmalar sporun çocukların sosyal sorumluluk kavramını daha iyi anlamalarına yardımcı olduğunu ortaya koymuştur (Durualp, 2009 s13; Hazen & Black, 1989 s.869; Raissaki, Apostolaki, & Karantanas, 2007 s.88).

3.Konuyla İlgili Yapılan Araştırmalar

Beden Eğitimi, spor etkinlikleri ve oyunlar yoluyla kazanılan psikolojik ve sosyal alandaki davranış değişiklikleri bireyin genel yaşantısına olan muhtemel etkileri konusunda yapılan araştırmalar, bedensel aktiviteler yoluyla fiziksel ve psiko-sosyal alanlarda kazanılan davranışların günlük yaşamda gerekli ve ilgili benzer durumlara transfer olduğunu göstermiştir (Çamlıyer, 1997 s.18). 6-10 yaşları arasında normal çocuklarda yapılan denemelerle görülmüştür ki, %85 oranında çocuklar serbest oyunları-işleri, heyecansal bir boşalma olarak kullanıyorlar (Ataşen, 1975 s.12). Soğat'a göre (2007 s.78) sportif aktivitelerin 11-12 yas grubu çocukların bedensel gelişimlerinde etkin bir rol oynadığı belirlenmiştir. Buna göre sportif aktivitelerin çocukların boy ve kilo gelişimlerini anlamlı düzeyde etkilediği tespit edilmiştir. Taşçı'ya göre (2010) ise Türkiye'de de sokaklar oyun ve spor açısı ile yeniden ele alınmalıdır. Çocuk gözü ile yeniden değerlendirilmeli ve iyileştirilmelidir. Durualp'ise (2009) oyun gibi fiziksel aktivitelerin çocukların sosyal becerileri üzerindeki etkisini incelemiştir. Buna göre oyun temelli sosyal beceri eğitime katılan deney grubundaki çocukların sosyal uyum ve beceri düzeyleri eğitime katılmayan kontrol grubundaki çocuklardan daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu araştırmaların yanında son yirmi yılda spor ve çocuk üzerine birçok lisansüstü çalışma yapıldığı görülmektedir. Sporun engelli çocukların psikolojik ve fizyolojik sağlığı üzerine etkileri konusunda yapılmış bazı araştırmalar olduğu belirlenmiştir (Biçer, 2000; Şendil, 2002). Bunların yanında

çocukların yaptığı bazı spor branşları ile fizyolojik ve gelişimsel özellikleri (Ateş, 2008), halk oyunları (Sargın, 2007), spor-motorik özellikler (Özbarış, 2009), kaygı ve başarı algısı (Karakaya, Çoşkun ve Ağaoğlu, 2006) ve beslenme (Salman, 1986) arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmaların olduğu da görülmektedir.

4.Sonuç ve Öneriler

Bu araştırmada oyun aktiviteleri ve buna bağlı olarak da sporun çocuk gelişimi üzerindeki etkileri literatür çerçevesinde tartışılmıştır. Oyun çok eski dönemlerden beri insan yaşamı üzerinde etkilidir (Çobanoğlu, 1992 s.8). Çocuk için oyun bedensel, zihinsel ve ruhsal açıdan faydalı bir egzersiz anlamına gelmektedir. Oyun sayesinde çocuk, anne karnından itibaren başladığı gelişim serüvenine sosyal çevreyi dahil etmektedir. Oyun sayesinde birey, toplumla ve sosyal dünya ile tanışmaktadır. Bir yandan bedensel anlamda daha kompleks davranışları gerçekleştirebilecek hale gelirken, diğer yandan sosyal bir çevreyle nasıl uyum içinde yaşaması gerektiğini öğrenmektedir (Anderson, Miles, Mahoney, & Robinson, 2002). Çocuk oyun sayesinde sosyalleşmeyi öğrenir. Sosyalleşme birçok karmaşık faktörün etkilediği bir oluşum olarak görülmektedir. Sosyalleşme kişinin, grubun kural ve değerlerine uymayı öğrenmesi, bu değerler düzenini benimsemesidir. Bu öğrenme doğumdan ölüme dek tüm yaşam boyunca devam eder ve bu süre içinde bireyin çevredeki insanlarla ilişkileri ve diğer çevre faktörleri sosyal uyumunda önemli rol oynadığı ifade edilmektedir (Yavuzer, 2000 s.14). Burada oyun ve buna bağlı olarak ortaya çıkan bedensel hareketlerin önemi büyüktür. Oyunlar içinde çocuk kendi bedenini tanımakta, yeteneklerinin farkına varmaktadır. Başarabileceği ve başaramayacağı hareketleri, emniyetli bir ortamda öğrenerek deneyimler edinmektedir. Kendi yaşında çocuklarla bir arada, paylaşma ve yardımlaşmayı öğrenmektedir. Sorumluluk alma ve düzenli çalışma alışkanlığı edinmektedir.

Bu araştırmalar ışığında bazı öneriler geliştirilmiştir. Öncelikle çocukların fiziksel aktivite saatleri mümkün olduğu kadar oyun ortamında gerçekleşmelidir. Yalnızca oyun ortamı çocuğun ihtiyaç duyduğu bedensel, zihinsel ve ruhsal gelişime olarak görülmektedir. Genellikle çocuklarının dikkati çabuk dağılabildiğinden oyun içinde yapılan hareketler uzun süreli olmamalı, çeşitlilik içermeli ve çeşitli materyallerle desteklenmelidir. Bu noktada anne babalara da bazı görevler düşmektedir. Bunlar çocuğa yeteneklerini keşfetmesi ve duyularını geliştirmesine yardımcı olacak oyun ortamlarını sağlamak olarak ifade edilebilir. Ayrıca çocukların küçük yaşta tek bir spor branşına yönlendirilmesi yerine daha çok bedensel gelişimi içeren oyunlara ve çeşitli spor aktivitelerine katılmaları sağlanması daha değerli görülmektedir. Çocukların oyunla ilişkisinin okul öncesi dönemden başlayarak,

öğrenimleri boyunca devamlılığını sağlayabilmek için oyun, drama, serbest zaman, müzik ve sanat etkinlikleri gibi farklı etkinliklerle sürdürülmesi sağlanmalıdır. Toplumdaki oyunun sadece fiziksel faydalarının olduğu bilincinin aksine fiziksel gelişime olumlu etkilerinin yanı sıra, çocuğa eğitimsel, zihinsel pek çok katkısı olduğu konusunda toplumun, özellikle de ailelerin bilinçlendirilmesi gerekmektedir. Çocuklar için doğal öğrenme ortamı olan oyun, sosyal becerileri geliştirmeye yönelik etkinliklerle bütünleştirerek kullanılabilir. Tüm bu bilgilere dayanarak, oyun ve sporun çocuğun yaşamında vazgeçilmez öğeler olduğu ifade edilebilir.

KAYNAKÇA

- AKANDERE, M. (2003). *Eğitici Okul Oyunları*. Nobel Yayıncılık: Ankara.
- AKBABA, S., SAĞLAM, S. & KÖK, M. (2003). *Eğitim- Öğretimde Drama ve Oyunlar*. Cemre Ofset: Erzurum.
- ALPMAN C. (1972). *Eğitimin Bütünlüğü İçinde Beden Eğitimi ve Çağlar Boyunca Gelişimi*. AÜSBF Yayınları: İstanbul.
- ANDERSON, A., MİLES, A., MAHONEY, C., & ROBINSON, P. (2002). Evaluating the effectiveness of applied sport psychology practice: making the case for a case study approach. *The Sport Psychologist*, 16, 432-453.
- ATAŞEN M. (1975). *Ruh Sağlığı Bilgisi*. İzmir Eğitim Enstitüsü Ders Kitapları Yayınları: İzmir.
- ATEŞ, O. (2008). *Elit su altı ragbi oyuncularının fiziksel-fizyolojik profillerinin incelenmesi ve spora özgü testler ile klasik laboratuvar testlerinin ilişkilendirilmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- BAŞARAN M. (1992). *Oyunlarla Spora Hazırlık*. M.E. B. Yayınları: İstanbul.
- BANDURA, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84, 191-215.
- BANDURA, A. (2002). Social cognitive theory in cultural context, *Applied Psychology: An International Review*, 51, (2), 269- 290.
- BİÇER, Y.S. (2000). *Sportif çalışmaların ve oyunların zihinsel özürlü çocuklar üzerindeki etkileri*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Fırat Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Elazığ
- CAMPELL, J.D. (1964). *Peer Relations in Childhood*. (Eds: M.L.Hoffman & L.W. Hoffmann). Newyork Routledge Pres: Newyork/USA.

- CUNNINGHAM, C, & JONES, M.A. (2004). *Middle childhood and the built environment. NSW Parliamentary Committee*, 1-37, 234- 278
- ÇAMLIYER, H. (1997). *Çocuk Hareket Eğitimi ve Oyun*. Can Ofset Yayıncılık: İzmir.
- ÇOBANOĞLU Y. (1992). Çocuk Eğitiminde Spor Olgusunun Tarihsel Gelişimi. *Eğitim Bilimleri Dergisi*, 1, 43- 48.
- DURUALP, E. (2009). *Anasınıfına Devam Eden Altı Yaş Çocuklarının Sosyal Uyum ve Becerilerine Oyun Temelli Sosyal Beceri Eğitiminin Etkisinin İncelenmesi: Çankırı Örneği*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- GALLAHUE L.D. (1982). *Understanding Motor Development in Children*. John Willey and Sons Publishing New York/ USA.
- GÜVEN, G. (2006). *Kütahya'daki Okul Öncesi Eğitim Kurumlarında Uygulanan Oyun ve Spor Programlarının İncelenip Değerlendirilmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kütahya.
- HAMILTON, I. (2002). Where do children play? *CPIS factsheet*. http://www.ncb.org.uk/cpis/cpis_factsheet4_whereplay_20090824.pdf (Erişim Tarihi: 2809.2012).
- HAZEN, N. L. AND BLACK, B. 1989. Preschool peer communication skills: The role of social status and interaction context. *Child Development*, 60; 867-876.
- HUIZİNGA, J. (1995). *Oyunun Toplumsal İşlevi Üzerine Bir Deneme*. (M.A. Kılıçbay, Çev.). Ayrıntı Yayınları: İstanbul.
- KARAKAYA, I., ÇOŞKUN, A. VE AĞAOĞLU, B. (2006). Yüzücülerin depresyon, benlik saygısı ve kaygı düzeylerinin değerlendirilmesi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 7:162-166
- MEDWELL, P.R., GRIMSHAW, P.N., ROBERTSON, W.S & KELSO, R.M (2012). Developing sports engineering education in Australia. *Procedia Engineering* 34, 260 – 265.
- MURATLI, S. (1997). *Çocuk ve Spor*. Bağırğan Yayınevi: Ankara.
- ONUR, B. (2005). *Türkiye'de Çocukluğun Tarihi*. İmge Kitapevi: Ankara.
- ÖZBARIŞ, B. (2009). *Lise düzeyinde lisanslı badminton oyuncularının 1997 yılı Balkan Şampiyonası Türkiye Badminton Milli Takım Oyuncularıyla bazı fiziksel ve spormotorik özellikler bakımından karşılaştırılması*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Karadeniz teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Trabzon.
- ÖZDOĞAN, B. (2004). *Çocuk ve Oyun*. Anı Yayıncılık: Ankara.

- ÖZERKAN, K.N. (2004). *Spor Psikolojisine Giriş: Temel Kavramlar*. Nobel Yayıncılık: Ankara.
- ÖZGÜR, H. (2000). *İlkokul Dönemindeki Çocukların Çocuk Oyun Alanlarına Olan İlgileri*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- PEHLİVAN, H. (2005). *Oyun ve Öğrenme*. Anı Yayıncılık: Ankara.
- RAİSSAKİ, M., APOSTOLAKİ, E., & KARANTANAS, A.H. (2007). Imaging of sports injuries in children and adolescents. *European Journal of Radiology*, 62,86–9
- RUHİ, S. (1993). *Beden Eğitimi Oyun ve Öğretimi*. M.E.B.Yayımları: İstanbul.
- SALMAN, M. (1986). *Sportif oyunlardan (hentbol'de) sporcu beslenmesi ve kahvaltı yapmanın performansa etkisi üzerinde bir araştırma*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- SARGIN, K. (2007). *Düzenli halk oyunları egzersizlerine katılan bireylerde halk oyunlarının bazı biyomotorik ve fizyolojik etkilerinin incelenmesi:Van örneği*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Van
- SİESMAA, E.J., BLİTVİCH, J.D., WHITE, P.E. & FİNCH, C.K (2011). Measuring children's self-reported sport participation, risk perception and injury history: Development and validation of a survey instrument. *Journal of Science and Medicine in Sport* 14, 22–26.
- SOĞAT, A. (2007). *Spor Yapan ve Yapmayan 11–12 Yaş Grubu Çocuklarda Bazı Fiziksel Özelliklerin Araştırılması*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kütahya
- SLUTZKY, C.B. & SİMPKİNS, S.D. (2009). The link between children's sport participation and self-esteem: Exploring the mediating role of sport self-concept. *Psychology of Sport and Exercise*, 10, 381–389
- ŞENDİL, A. (2002). *Türkiye Bedensel Engelliler Tekerlekli Sandalye Basketbol 1. ve 2. Lig spor kulüplerindeki oyuncuların spor yaralanmaları, yaralanma tipleri ve bu yaralanmalardan korunma konusundaki bilgi durumları*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- TAŞÇI, B. (2010). *Sokağın günümüz koşullarında çocuk oyun alanı olarak ele alınması ve değerlendirilmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, İzmir

- TIMMONS, L. (2003). *A right to play? Examining childhood and a child's right to recreation*. http://www.stfx.ca/people/svincent/socianth_391/timmonsliam.html. (Erişim tarihi: 05.09.2012)
- TİRYAKİ, Ş. (2008). *Spor Psikolojisi*. Eylül Yayıncılık:Ankara.
- TKACHUK, G., LESLIE-TOSGOOD, A., & MARTİN, G. L. (2003). Behavioral assessment in sport psychology. *The Sport Psychologist*, 17, 104–117.
- ÜSTÜNDAĞ, T. (2005). *Yaratıcı Drama: Öğretmenimin Günlüğü*. Pegema Yayıncılık: Ankara
- WADE M. G.(2005). Motor Skills, Play and Child Development. *Early Report Volume 19*, 2, 1-8.
- WYLLEMAN, P, HARWOOD, C.G., ELBE,A.M., REİNTS, A. & CALUWE, D. (2009). A perspective on education and professional development in applied sport psychology. *Psychology of Sport and Exercise* 10, 435–446.
- YAVUZER, H. (1984). *Çocuk Psikolojisi*. Altın Kitaplar Yayınevi: İstanbul.
- YAVUZER, H. (2000). *Bedensel, Zihinsel ve Sosyal Gelişimiyle Çocuğunuzun İlk 6 Yılı*. Remzi Kitapevi: İstanbul.
- VALENTİNE, G, & MCKENDRİCK, J. (1997). Children's outdoor play: Exploring parental concerns about children's safety and the changing nature of childhood. *Geoforum*, 28, 219-235