



**HEMSBALL OYUN BECERİLERİNİN ORTAOKUL
ÖĞRENCİLERİNİN DİKKAT DÜZEYLERİNE ETKİSİ**

Fatma Ebru Yapıcı

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

**GAZİ ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

ARALIK, 2019

TELİF HAKKI VE TEZ FOTOKOPİ İZİN FORMU

Bu tezin tüm hakları saklıdır. Kaynak göstermek koşuluyla tezin teslim tarihinden itibaren on iki (12) ay sonra tezdten fotokopi çekilebilir.

YAZARIN

Adı : Fatma Ebru

Soyadı : Yapıcı

Bölümü : Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği

İmza :

Teslim tarihi : 04/12/2019

TEZİN

Türkçe Adı: Hemsball Oyun Becerilerinin Ortaokul Öğrencilerinin Dikkat Düzeylerine Etkisi

İngilizce Adı: Hemsball Skills In Play Of Secondary Students Effect On Levels Of Attention

ETİK İLKELERE UYGUNLUK BEYANI

Tez yazma sürecinde bilimsel ve etik ilkelerden ayrılmadığımı, faydalandığım tüm kaynakları kaynak gösterme ilkelerine uygun olarak kaynakçada gösterdiğimi ve bu bölümler dışındaki tüm ifadelerin tarafıma ait olduğunu beyan ederim.

Yazar Adı Soyadı: Fatma Ebru YAPICI

İmza :

JÜRİ ONAY SAYFASI

Fatma Ebru YAPICI tarafından hazırlanan “Hemsball Oyun Becerilerinin Ortaokul Öğrencilerinin Dikkat Düzeylerine Etkisi” adlı tez çalışması aşağıdaki jüri tarafından oy birliği /oy çokluğu ile Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı’nda Yüksek Lisans tezi olarak kabul edilmiştir.

Danışman: Prof. Dr. Atilla PULUR

Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Gazi Üniversitesi

Başkan: Prof. Dr. Metin KAYA.....

Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Gazi Üniversitesi

Üye: Dr. Öğr. Ü. Temel ÇAKIROĞLU

Tez Savunma Tarihi: 18/12/2019

Bu tezin Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı’nda Yüksek lisans tezi olması için şartları yerine getirdiğini onaylıyorum.

Prof. Dr. Selma YEL

Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürü

.....

TEŞEKKÜR

Ülkemizin ilk milli ve yerli branşı için çıktığım bu uzun yolda araştırmamın oluşum süresi boyunca beni yürekten destekleyen ve yardımlarını esirgemeyen, çalışmanın her aşamasında bana yol gösteren ve cesaretlendiren danışmanım Sayın Prof. Dr. Atilla Pulur'a, sonsuz teşekkürlerimi sunarım. Manevi desteklerini hiçbir zaman esirgemeyen ve motivasyonumu daima yükselten çalışmalarla yoluma ışık tutan, tüm bunların yanı sıra Hemsball alanında bilgi ve tecrübelerini bana aktaran, Hemsball sporunu ülkemize kazandıran ve gelişmesini sağlayan Murat Altınay'a, Hemsball antrenörlüğüm süresince her an yardımcı ve destek olan aynı zamanda çalışma programını hazırlarken verdikleri fikirler adına Hemsball antrenörleri Kaan Alkan ve Anıl Dalkıran'a ve araştırmalarım esnasında bilgi ve birikimlerini benimle paylaşan Kaan Serter'e de teşekkürlerimi sunuyorum. Çalışmalarına severek ve büyük bir motivasyonla katılan öğrencilerime ise en içten teşekkürlerimi sunarım. Son olarak maddi ve manevi desteğini her zaman kendime motivasyon bildiğim değerli eşim Burak Emrah Yapıcı'ya da sonsuz teşekkürlerimi sunuyorum. Bir anne olarak bu araştırma süresince benim ilham kaynaklarım olan oğlum Burak Efe ve Bulut Ediz'e ise teşekkürlerimin en büyüğünü ve en derin duygularımı sunuyorum.

HEMSBALL OYUN BECERİLERİNİN ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN DİKKAT DÜZEYLERİNE ETKİSİ

(Yüksek Lisans Tezi)

Fatma Ebru YAPICI

GAZİ ÜNİVERSİTESİ

EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

ARALIK, 2019

ÖZ

Bu çalışmanın amacı 11-14 yaş grubu ortaokulda öğrenim gören çocuklara uygulanan Hemsball oyun beceri gelişim programının Bourdon Dikkat Testi ile belirlenen dikkat düzeyleri üzerindeki etkisinin incelenmesidir. Deney ve kontrol grubu içeren ve deneysel çalışma niteliğindeki bu araştırmada ayrıca cinsiyet, yaş, kardeş sayısı gibi değişkenlerin dikkat düzeylerinden farklılık yaratıp yaratmadığının belirlenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya 2018-2019 eğitim-öğretim yılında Zonguldak İli Karadeniz Ereğli ilçe sınırlarında faaliyet gösteren Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlı okullardaki 11-14 yaş grubu ortaokul öğrencilerine 40 kontrol ve 40 deney grubu olarak uygulanmıştır. Araştırmanın örneklem grubunu oluşturan deney ve kontrol grupları ile ön test ve son test ölçümlerine ilişkin karşılaştırmalar ilişkili ölçümler için T-Testi uygulanmıştır. Üçlü karşılaştırmalarda $N < 30$ olduğu için Kruskal Wallis testi kullanıldı, fark tespit edilen durumlarda etki büyüklüğü eta kare (d) ile hesaplandı. Kontrol grubunun ilk ve son test puanları arasında anlamlı bir fark olmamasına karşın, deney grubundaki öğrencilerin ilk teste göre son testte daha az hata yapmaları Hemsball eğitiminin onların dikkat düzeyleri üzerinde anlamlı bir etkisinin bulunduğu işaret etmektedir. Hemsball eğitimine katılmış öğrencilerin dikkat düzeylerinin ‘‘orta’’ seviyede arttığı bulgusuna ulaşılmıştır. Sonuç olarak Hemsball oyun becerilerinin dikkat düzeyleri gelişiminde orta düzeyde etkili olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler : Çocuk, Dikkat, Hemsball Sporlu

Sayfa Adedi : 61

Danışman : Prof. Dr. Atilla PULUR

HEMSBALL SKILLS IN PLAY OF SECONDARY STUDENT EFFECT ON LEVELS OF ATTENTION

(Master Thesis)

Fatma Ebru YAPICI

GAZI UNIVERSTY

INSTITUTE OF HEALTH SCIENCES

December, 2019

ABSTRACT

The purpose of this study is to examine the effect of the Hemsball play skill development program on the attention levels determined by the Bourdion test for high school students aged 11 to 14 years. In this study, which includes both experimental and control groups, the question is whether variables such as sex, age, and number of siblings are different from attention levels. In this study, 40 focus groups and 40 experimental groups were applied to 11-14 year old high school students in the schools of the Ministry of Education in the Black Sea Ereğli District of Zonguldak Province. in 2018-2019. Comparisons of pre-test and post-test measurements with the experimental and control groups making up the sample group of the study were applied to the T-test for the corresponding measurements. The Kruskal Wallis test was used because $N < 30$ in the triple comparisons, in cases where a difference was detected, the size of the effect was calculated with eta square (d). Although there was no significant difference between the first and last test scores in the control group, less error in the last test than in the first test indicates that Hemsball training had an effect. significant on their attention levels. He concluded that the level of attention of the students who participated in the Hemsball training had increased to the "average" level. As a result, it can be said that Hemsball's playing skills are moderately effective in developing levels of attention.

Key Words : Kids, attention, hemsball.

Page Number : 61

Supervisor : Prof. Dr. Atilla PULUR

İÇİNDEKİLER

ÖZ	V
ABSTRACT	VI
TABLolar LİSTESİ	X
ŞEKİLLER LİSTESİ	XI
SİMGELER VE KISALTMALAR LİSTESİ	XII
BÖLÜM I	1
GİRİŞ	1
1.1. Problem Durumu	2
1.2. Araştırmanın Amacı	3
1.3. Alt Problemler	4
1.4. Araştırmanın Önemi	4
1.5. Araştırmanın Varsayımları	5
1.6. Sınırlılıklar	5
1.7. Tanımlar	5
BÖLÜM 2	8
KAVRAMSAL ÇERÇEVE	8
2.1. Çocuk ve Gelişim ile İlgili Kavramlar	8

2.1.1 Gelişim.....	8
2.1.2 Olgunlaşma	8
2.1.3 Büyüme	8
2.1.4. Hazır Bulunuşluk	9
2.1.5. Beden Eğitimi	9
2.2. Ortaokul Çocuklarında Gelişim	9
2.2.1. Ortaokul Çocuklarının Psikomotor Gelişimi	10
2.2.2. Spor ve Çocuk.....	10
2.3. Dikkat ve Kavramı.....	12
2.3.1. Dikkati Etkileyen Faktörler	13
2.3.2.Dikkat ve Türleri.....	15
2.2.3. Spor ve Dikkat.....	18
2.3. Hemsball	20
2.3.1. Hemsball'un Tanımı ve Tarihçesi.....	20
2.3.2.Hemsball Sporunun Özellikleri ve Amacı.....	21
2.3.2. Hemsball Oyun Sahası ve Malzemeleri.....	22
2.3.3. Hemsball Oyun Sahasının Özellikleri	22
2.3.4. Hemsball Oyun Kuralları ve Oynama Şekli.....	25
2.4. İlgili Araştırmalar	25
BÖLÜM 3	28
GEREÇ VE YÖNTEM	28
3.1.Araştırmanın Modeli	28
3.2.Evren ve Örneklem	29
3.3.Verİ Toplama Araçları	29

3.3.1.Bourdon Dikkat Testi (Harf Formu).....	29
3.3.2.Uygulanacak Hemsball Çalışma Programı.....	30
3.4. Verilerin Analizi.....	30
BÖLÜM 4	31
BULGULAR	31
4.1.Katılımcıların Demografik Özelliklerine İlişkin Bulgular	31
4.2.Katılımcıların Dikkat Düzeylerinin Yaş Değişkenine Göre İncelenmesi.....	33
4.3.Katılımcıların Dikkat Düzeylerinin Cinsiyet Değişkenine Göre İncelenmesi.....	35
4.4.Katılımcıların Dikkat Düzeylerinin Kardeş Sayısı Değişkenine Göre İncelenmesi	37
4.5. Hemsball Oyun Becerilerinin, Katılımcıların Dikkat Düzeylerine Etkisinin İncelenmesi	39
BÖLÜM 5	41
TARTIŞMA	41
BÖLÜM 6	44
SONUÇ	44
6.1. Öneriler	45
KAYNAKLAR	46
EKLER	53

TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 4.1. Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Çeşitli Demografik Değişkenlere Göre Frekans ve Yüzdeleri	31
Tablo 4.2. Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Dikkat Düzeylerinin Yaş Değişkenine Göre Ön Test ve Son Test Değerlerinin Gruplar Bakımından Karşılaştırılması (Mann Whitney U Testi)	33
Tablo 4.3. Öğrencilerin Dikkat Düzeylerinin Yaş Değişkenine Göre Karşılaştırılması (Kruskal Wallis Testi Sonuçları)	35
Tablo 4.4. Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Dikkat Düzeylerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Ön Test ve Son Test Değerlerinin Gruplar Bakımından Karşılaştırılması (Mann Whitney U Testi).....	35
Tablo 4.5. Öğrencilerin Dikkat Düzeylerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Karşılaştırılması (t-Testi Sonuçları)	36
Tablo 4.6. Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Dikkat Düzeylerinin Kardeş Sayısı Değişkenine Göre Ön Test ve Son Test Değerlerinin Gruplar Bakımından Karşılaştırılması (Mann Whitney UTest))	37
Tablo 4.7. Öğrencilerin Dikkat Düzeylerinin Kardeş Sayısı Değişkenine Göre Karşılaştırılması (Kruskal Wallis Testi Sonuçları)	38
Tablo 4.8. Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Bourdon Dikkat Testinde Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması (İlişkili Örneklem için t-Testi Sonuçları)	39

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil	Sayfa
<i>Şekil 1.1.</i> Hemsball oyun sahası	22
<i>Şekil 2.1.</i> Hemsball topu	23
<i>Şekil 2.2.</i> Hemsball çemberi	23
<i>Şekil 2.3.</i> Hemsball hedef tahtası	24
<i>Şekil 2.4.</i> Hemsball ayak basma tablası	24
<i>Şekil 2.5.</i> Hemsball alan şeritleri	24

SİMGELER VE KISALTMALAR LİSTESİ

%	Yüzde
HİS	Herkes İçin Spor Federasyonu
MEB	Milli Eğitim Bakanlığı
N	Birim Sayısı
Ort	Ortalama
P	Olasılık Değeri
Sd	Serbestlik Derecesi
t	t-testi Değeri
top	Toplam

BÖLÜM I

GİRİŞ

Yaşamımızın her mecrasında bir dikkat eylemi mevcuttur. Yürürken, yemek yerken, konuşurken, ders çalışırken, spor yaparken ve hatta uykuya geçiş sürecin de dahi bilincimiz yapacağımız eyleme odaklanır. Birey yapacağı eyleme karşı konsantrasyon sağlamakta sorun yaşadığında, dikkatini gerçekleştirmek istediği eylem ya da hedefte toplayamadığında başarısızlık sonuçlanan olumsuz bir durumla karşı karşıya kalır. Bu da bireyin üzerinde negatif bir durum yaratır. Bu durumdan yola çıkarak dikkat, bilincin odağı ve düşünceyi belli bir olay, durum ya da kavrama yoğunlaştırabilme gücüdür (Goleman, 2006). Ayrıca dikkat algıladıklarımızı süzgeçten geçirme, çeşitli algılarımızı dengeleyebilme ve bu algıladıklarımıza duygusal önem ekleyebilme süreçlerini de içermektedir. (Williams, 1993)

Dikkat süreci bazen istemsizce ve kişinin kontrolü dışında ortaya çıkabilir. Dış uyarıcıların fazla sık ya da yoğun geldiği diğer bir örnekle alıcıya yabancı veya tanıdık sinyallerle ulaştığı durumlarda kişide yönlendirici tepki verme sürecini başlatır. Böylelikle gelen uyarıcıların sık ya da az gelmesi durumunda dikkatin artacağı ya da azalarak yok olabileceği sonucuna da ulaşmak mümkündür. Çünkü eğitimin en önemli amacı bireyi hedeflerine ulaştırabilmek, tekrar ve yaşantı sonucunda bireyin davranışlarında kalıcı değişiklikler yaratabilmek ve kişiye yaşamla deneyimleri arasında gerek somut gerekse de soyut bağlar kurabilme yeteneği kazandırmaktır. Önemli olmayan bilgidен önemli olanı ayırt etmek, önemli bilgi üzerinde odaklaşarak öğrenme görevini gerçekleştirmek dikkatli öğrencinin özelliklerindendir. Düşünce süreçlerini kontrol edebilme ve bir göreve konsantre olabilme yeteneği sporda etkili performans için gerekli anahtar ögedir (Williams, 1993).

Bu yorumlar ışında sporun bireysel ve toplumsal etkileri incelendiğinde sporun düşünce

süreçleri, konsantrasyon ve hedefle somut-soyut bağ kurabilme ile yakından ilişkili olduğu, öğrenme görevinin ise dikkat becerisi ile ayrılamaz bir bütün oluşturduğu söylenebilir.

1.1. Problem durumu

Genel anlamda öğrenme, “bireyin çevresiyle etkileşimi sonucunda oluşan kalıcı davranış değişmesi” (Bilen, 2006, s. 59) olarak tanımlanmaktadır. Bilişsel yaklaşımçıların öğrenme esnasında dikkat kavramına “Bilgi işleme Kuramı” bazında yaklaştıklarını görürüz. Bellekte gerçekleşen bilgiyi işleme süreci aşamaları dikkat, algı, tekrarlar, kodlama, geri getirme süreçleridir. Bu süreçler Driscoll’e göre (2005) bilgi duyu organları vasıtasıyla gelir ve bu noktada kişinin seçici dikkati devreye girer. Seçilen uyarıcılar işleyen belleğe aktarılır, yapılacak tekrarlarla kodlama yapılır ve nihayetinde uzun süreli belleğe aktarılır. Görüldüğü üzere duyu bellekten hangi bilgilerin işleyen belleğe gönderileceği konusunda “dikkat” karar verme mekanizması olarak işlev görmektedir. Okul çağındaki çocukların akademik başarıları öncelikle dikkat sürecine bağlı olmakla birlikte, dikkat toplama yeteneğini yeterince geliştirememiş çocuklarda akademik başarı istenilen noktalara çıkarılamamaktadır. Çünkü öğretim tekniğindeki başarı, başka bir anlamda dikkat süreçlerinin hedef, konu ve teknik bağlamında içerik üzerinde odaklanma seviyesine bağlıdır. bir başka bakış açısı olarak tek başına konunun, hedefin, temanın veya yöntemin sıradan olmaması yeterli değildir. Ayrıca birbirine benzer uyaranların sık tekrar edilmesi veya daima aynı biçimde uygulanması da dikkat kaybına neden olabilir (Aydın, 2000, s. 145).

Oyun ise fiziksel ve zihinsel yeteneklerle sosyal uyum ve duygusal olgunluğu geliştirmek amacıyla gerçek yaşamdan farklı bir ortamda yapılan bir etkinliktir. Sonunda maddi bir çıkar sağlamayan, kendine özgü belli kurallara sahip, sınırlandırılmış yer ve zaman içinde süren, gönüllü katılım yoluyla toplumsal grup oluşturulan ve katılanları tümüyle etkisi altında tutan eğlenceli bir faaliyettir (Işılak ve Durmuş, 2004, s.78).

Çocuğun temel ihtiyaçlarından biri olan oyun, çocukluğun vazgeçilmezidir. Çocuk her alanda ve an oyun oynamayı arzular. Platon (M.Ö.427-347), çocuğun eğitiminde beden eğitiminin ve ruh eğitiminin birlikte yapılmasını önerir. Gazali (1058-1111), oyunun çocuğun eğitiminde önemli olduğunu belirtir. Ona göre oyun, çocuğun belleğini yeniler, öğrenme gücünü artırır ve çocuğu dinlendirir (Akandere, 2003). Bireyde dikkat kavramı berrak bir zihin altyapısından geçer. Motive olmuş ve olumlu davranış biçimi gösteren

çocuklar dikkat kontrolünü ve yönelimini en iyi yolla sağlamak için kendine çözümler üreterek problem çözme becerilerini de geliştirirler. Okul çağındaki çocuklar özellikle kişisel özellikleri doğrultusunda bilinçli olarak merak uyandırıcı ve yaratıcı oyunlara yönelmektedirler (Hazar, 2006, s.11). Berry'e göre dikkat odaklanma eğitiminin, birçok uyarıcının olduğu, çocuğun kendini ait hissettiği ve alıştığı ortamda yapılmasının önemini vurgulamakta ve çocuğun dikkatini uyarıcıya yönlendirebilmesi için uyarıcının daha sık ya da ilgi çekici duruma dönüştürülmesi gerektiğini anlatmaktadır (Dönmez, Abidoğlu, Dinçer, Erdemir ve Gümüşçü, 1981, s. 53).

Her yaştan insana olduğu gibi çocuklarında oyun temelli öğrenme stilini temel alan Hemsball parça-bütün ilişkisi, şekil-zemin ayrımı yapma, el göz koordinasyonu sağlama, akılda canlandırma, matematiksel istatistikleri olay esnasında gözden geçirebilme ve problem çözme yeteneklerini geliştirebilmektedir. Hareket, enerji, matematik, sistem, odaklanma, dikkat, denge ve reaksiyon kavramlarını temel alarak ortaya çıkan ve ortaokul programında seçmeli ders olan Hemsball branşının ortaokul öğrencilerinin dikkat düzeylerine etkisinin belirlenmesi eğitime, öğrenmeye, spora ve Hemsball branşına katkısı açısından ciddi bir önem arz etmektedir. Literatürde yer alan bilgiler çocuklarda oyun kavramını bir öğretim yöntemi olarak kullandığımız takdirde dikkat düzeyinin gelişimi ile aralarında güçlü bir etkileşim olabileceğini işaret etmiştir. Ortaokul öğrencilerinin her ortamda rahatlıkla oynanabilen Hemsball oyununun dikkat düzeylerine etkilerini araştırmak ve öğrenimlerine katkı sağlayabileceği düşüncesi bizi bu araştırmaya yönlendirmiştir.

Problem Cümlesi: Zonguldak ili Karadeniz Ereğli ilçesinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin dikkat düzeylerinde Hemsball oyun becerilerinin etkisi var mıdır?

1.2. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı hemsball oyun becerilerinin ortaokulda öğrenim gören çocukların dikkat düzeylerine etkilerini araştırmak ve ilerde yapılacak hemsball çalışmaları için bilimsel veriler elde etmektir.

1.3. Alt Problemler

Yapılan araştırmada, araştırmanın amacı yanında aşağıda sıralanan alt problemlere yanıt aranacaktır:

- a) Yaşlarına göre öğrencilerin dikkat düzeyi farklılaşma göstermekte midir?
- b) Hemsball branşına katılmış öğrenciler ile Hemsball branşına katılmamış öğrencilerin dikkat düzeyleri ve dikkat toplama becerileri arasında anlamsal bir farklılık var mıdır?
- c) Kardeş sayısına göre öğrencilerin dikkat düzeyi farklılaşma göstermekte midir?
- d) Hemsball oyun becerileri dikkat düzeyleri gelişiminde etkili midir?

1.4. Araştırmanın Önemi

Birey çevresiyle etkileşimini ilgi, algı, dikkat ve konsantrasyon becerilerini kullanarak gerçekleştirir. Öğrenmenin temelinde algı ve dikkat yatar. Dikkatinizi toplama ve sürdürme beceriniz ne kadar yüksekse öğrenme, iletişim, analitik düşünme becerinizin kalitesi de o denli yüksek olur. Bunu okul bazında düşünürsek öğrencilerin zihinsel gelişimi ve akademik başarısı bol egzersiz, sürekli pratik ve yeni keşiflere açılan kavramları öğrenme arzusuna bağlıdır. Çünkü özellikle okul çağındaki çocuklar her gün yeni bir bilgiyle karşılaşmakta bunu daha önce edindiğı bilgilerin şemalarıyla birleştirmekte ve bir öğrenme örüntüsü oluşturmaktadır. Diğer bir yandan da yeni kavramlar öğrenerek yeni zihinsel şemalar kurmaktadır. Çocukların oynayarak öğrenmesi desteklendiğı takdirde birçok zihinsel ve fiziksel gelişim alanlarında ilerleme kaydetmesi kaçınılmaz olacaktır. Çünkü istatistikler ve bilimsel veriler de bize yaparak yaşayarak öğrenmenin en etkili yollardan biri olduğunu göstermektedir. Son zamanlarda eğitimde oyun temelli öğrenme stilinin önem kazanmıştır.

Her ne kadar yürürken, yemek yerken, koşarken, yüzerken bir sonraki hamlemizi düşünmeden yapsak da hemsball oynayan bir oyuncunun sınırlandırılmış oyun kuralları içerisinde öncelikle kendi oyun disiplini, sonrasında rakibinin stres düzeyini ve bir sonraki hamlesini, sahanın her alanında üst düzey bir fiziki mücadele ile aktif olması gerektiğini ve olası yanlışlara ve kural ihlallerine düşmemesi gerektiğini hesap edebilmesi daha sonrasında bunu günlük yaşantısına empoze etmesi son derece önemli ve kaçınılmazdır (Hemsball, 2011). Bu durumla birlikte yaş dönemleri gereğı dağılık algı ve

odaklanma sorunu yaşıyan ortaokul çağındaki çocukların dikkat düzeyi gelişimlerinde, Hemsball oyun becerileri ve hemsball egzersizlerinin etkisinin olup olmadığı bu çalışmayı daha da önemli kılmaktadır.

1.5. Araştırmanın Varsayımları

Üzerinde çalışılacak öğrencilerin, evreni temsil edecek özelliklere uygun olduğu kabul edilmiştir.

1. Araştırmaya güvenilir araştırma bulguları ortaya koyabilecek sayıda birey katıldığı varsayılmıştır.
2. Araştırmaya katılan öğrencilerin fikirlerini tarafsız bir şekilde sunacakları kabul edilmiştir.
3. Deney ve kontrol gruplarına uygulanan veri toplama araç ve yöntemlerinin, araştırma amacına uygun bilgileri toplayabilecek geçerliliği için başvuru uzman görüşleri yeterlidir.
4. Yöntem ve tekniklerini deney ve kontrol grubuna uygulayan öğretmen, bu konuda yeterli bilgiye sahip olan bir beden eğitimi öğretmeni ve Hemsball antrenörüdür.

1.6. Sınırlılıklar

Bu araştırma 2018-2019 eğitim-öğretim yılında Zonguldak İli Karadeniz Ereğli ilçesi sınırlarında mevcut bulunan ortaokullarda öğrenim gören 11-14 yaş grubu öğrencilerle sınırlı tutulmuştur. Deney ve kontrol grubu öğrencileri üzerinde gerçekleştirilecek olan uygulamalar ve veri toplama aracı olan anketten elde edilen araştırma bulguları ile sınırlandırılmıştır.

1.7. Tanımlar

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

Denge: Bedenin hareket veya sabit konumda iken mevcut durumunu koruyabilmesidir (Mengütay, 2005:9).

Bedensel Aktivite Programı: Çocukların oyun ve bedensel eğitimler yoluyla hayatları süresince kullanacakları esas davranış ve hareketler, aktif ve zinde hayat becerileri, olayları ve stratejileri ile beraber bunlarla bağlantılı hayat becerilerini geliştirerek bir sonraki aşamadaki eğitim seviyesine hazırlanma olarak tanımlanmaktadır (Altun, 2017).

Oyun: Oyun insanların ve özelde çocukların belirli bir hedefe uygun olarak bedensel ve ruhsal yeteneklerle, sınırlandırılmış, yer ve zamana göre, kendine dair kurallar içeren, gönüllü katılım grupları ile duygusal ve sosyal seviyeyi artıran, yetenek, beceri, dikkat, zekâ gerektiren etkinliklerdir. Oyuna katılanları ve hatta izleyicileri de etkileyen, bazen gerilim duygusu içerisinde, neticede maddi çıkar için olmayan ve kişilere haz veren faaliyetler olarak görülür (Hazar, 2006). Ayrıca çocuk bölüşebilme, yardım edebilme, kurallara uyabilme ve itibar görme, karşısındaki bireye saygı gösterebilme gibi davranışları da edinir. Sorumluluk bilinci ve tertipli çalışma alışkanlığını benimser. En önemlisi ise çocuklar bu yolla hayatlarını düzenleme ve denetleme sorumluluğu edinirler. Çocukların ilerde sorumluluk sahibi, üreten kişiler ve ülkeye faydalı vatandaşlar olabilmesi için, aile ve eğitim kurumlarının el ele çocuklara özgü düzenlenmiş oyun ortamları oluşturmalarıdır. Beden eğitimi ve spor sayesinde çocuk bu öğrenimlerini günlük yaşamlarına yansıtma olanağı bulur (Tamer ve Pulur, 2001).

Hemball: Hemball, 3'ten 93'e her bireyin oynayabileceği keyifli ve çok yönlü yeni bir spor dalıdır (Hemball, 2011).

Dikkat: İnsanın duyu organlarına belirli bir anda çok sayıda uyarıcıyla bombardıman edilirken bunların hepsi algılanamamakta ve bu durum algısal seçicilik olarak tanımlanmaktadır. Diğer bir deyişle dikkat genel anlamda zihinsel faaliyetin bir vaka üstünde yoğunlaşmasıdır. Dikkat, uyarıcıları fark edebilmek şeklinde tanımlanabilir. Bu uyarıcılar insanın iç dünyasında olduğu gibi dış dünyasındaki uyarıcılar olarak algılanmaktadır. Bireyin, uyarıcıların tümünü bilinçte tutması mümkün değildir. Bu yüzden dikkat, duysal mekanizmalarla alınan uyarıların süzgeçten geçirerek ayıklamasıdır. (Karaduman, 2004).

Oyun Becerileri: Oyunlar çocukların eğitim hayatı boyunca ilgi ve istek seviyelerinin artırılması, motor yeteneklerin ilerletilmesi ve olgunlaşabilmesi, yeni becerilerin öğrenilmesi ve iletişim yollarının kuvvetlendirilmesi için esas yöntem ve yollar

sağlamaktadır. Oyun esnasında çocuklar fiziksel ve zihinsel yetilerini geliştirme şansı bulurlar. Farklı oyunlar oynayarak nesneleri ayırt etmeyi bilen çocuklar, hangi nesne nerede kullanılabilir ve birbirinden farklı nesneler içerisinde ilişki kurmayı öğrenirler. Günlük yaşamda icra edilen birçok temel yaşam gereksinimlerini, bu oyunlar yoluyla kendi kendilerine karşılayabilmeyi öğrenirler. Ayrıca bu aktiviteler çocukların dil ve okuma-yazma yetilerine de olumlu etkiler. Erken çocukluk evresinde oynanan oyunlar, ileri dönemlerde dil gelişimlerine doğrudan etkiler sunmakla birlikte, öğrenme dönemini desteklemektedir. Normal gelişim gösteren çocuklar, çevrelerini gözlemleyerek, rol modellerini ve düzenli etkinlikleri çoğunlukla kendiliğinden ayrıştırabilir. Anne-babasını mutfakta yiyecek hazırlarken gözlemleyen çocuklar, büyüklerin küçüklere yönelik kollayıcı bir rol sahiplendiğini direkt olarak kavrayabilirler ve bu edinimlerini oyunlarına empoze ederler (Tohum Otizm Vakfı, 2017).

Öğrenme: “Öğrenme, kazanılan bilgi ve becerilerle davranışların değişmesidir. Bir davranışın öğrenme olabilmesi için üç temel özelliği barındırmalıdır” (Tamer ve Pulur, 2001):

1. Davranışlarda mutlak bir değişim olmalıdır.
2. Davranışlardaki değişim kalıcı ve sürekli olmalıdır.
3. Davranışlardaki değişim bireyin çevresiyle iletişimi sonucu (bir deneyim getirisi) olmalıdır.

BÖLÜM 2

KAVRAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1. Çocuk ve Gelişim ile İlgili Kavramlar

2.1.1. Gelişim:

İlerleyici bir sıra değişiklikleri içerir. Organizmanın içten ve dıştan gelen etkenler sonucunda ile birbirleriyle bağlantılı ve nizami bir şekilde ortaya çıkar. Büyümenin yanı sıra gelişme, yeni davranış görüntüleri ve bazı beliren yeteneklerle gerçekleşir. Bu fonksiyonel özelliklerin olgunlaşmasını da kapsar. Gelişim kavramı içinde farklı kavramlar içerir bunlar; büyüme, olgunlaşma, hazır bulunuşluktur. Geniş ve sınırlı bir kavramdır (Muratlı, 2003).

2.1.2. Olgunlaşma:

Belirli bir zamanın geçmesiyle birlikte kişinin veya bir organın kuvvet ve fiziksel güç bakımından, yaşam için gerekli uyumları karşılayabilecek düzeye erişmesidir (Derdin, 2014).

2.1.3. Büyüme:

Beden ile ilgili değişimleri içermektedir. Hücrelerin büyümesi ve çoğalmasının neden olduğu beden ölçülerindeki artış olarak tanımlanır (Özbar, 2018).

2.1.4. Hazır Bulunuşluk:

Hazır bulunuşluk sinir sisteminin öğrenmeye hazır olması (Binbaşıoğlu, 1995), bireyin bir öğrenme etkinliğini gerçekleştirebilmesi için gerekli ön koşul davranışları kazanmasıdır (Ülgen, 1997; Yılmaz ve Sünbül, 2003).

2.1.5. Beden Eğitimi:

Beden Eğitimi, bireyin fiziksel aktivitelere katılmak suretiyle davranışlarında kasıtlı ve beden eğitiminin hedeflerine paralel olarak (fiziksel, duygusal, sosyal ve zihinsel) kalıcı değişme meydana getirme sürecidir (Tamer ve Pulur, 2001).

2.2. Ortaokul Çocuklarında Gelişim

“İnsan gelişimi, hayatın belli dönemlerinde birbirini izleyerek gerçekleşen değişikliklerden oluşmaktadır. Kalıtsal ve çevresel etkenlerle yönlendirilen değişimler karmaşası olan gelişim, doğum öncesi dönemden başlayan ve hayatın sonuna kadar devam eden bir süreç olarak ele alınmaktadır” (Yeşilyaprak 2011).

Organizmada iç ve dış etmenler ötürü ortaya çıkan gelişim, disipline ve birbirine bağlı şekilde oluşan, geliştirilebilir bir sıra değişimler olarak tanımlanır. Gelismeyi büyümeden ayıran faktör, yakınlarda oluşan yetenekler ve davranış örüntülerinin bir sonucu olan fonksiyonel özelliklerin olgunlaşmasını da kapsar. Gelişim genellikle önceden tahmin edilen bir sıra izler. Gelişim kavramı öğrenme, büyüme, olgunlaşma, hazırbulunuşluk gibi terimleri kapsayan geniş bir tanımlamayı içermektedir. Bu terimler şöyle adlandırılabilir; “Büyüme; bir çocuğun vücudunun ağırlık ve uzunluk yönünden ölçülebilen artışı demektir” (Ersoy 2010).

Çocukların okula başlamalarının ardından yapıları büyük bir değişiklik başlar, mevcut kilolarında artış meydana gelir ve vücut uzamaya başlar. Büyük ve geniş olan kas gruplarının küçük olanlara göre hızlıca gelişim göstermesi eğitimcilerin uygulamalarda genellikle büyük motor yetenekler üstünde durmasını sağlamaktadır (Şahin 2007).

Erinlik şeklinde ifade edilen bu evre ergenliğin ilk evresini tanımlar. Bu dönemin yaklaşık iki yıl sürdüğü bilinmektedir. Çocukların ergenlik gelişimleri göz önüne alındığında kız çocukları erinlik dönemine erkeklerden daha önce girmektedir. Bu yüzden önceki

dönemlerde erkeklere kıyasla daha kısa ve daha hafif beden ağırlığına sahip olan kızlar erinlik döneminde erkeklerden uzun ve daha fazla beden ağırlığına sahip olabilmektedir. Kızlardaki fiziksel değişim olarak gözlenen boy ve kilo yükselişi genellikle 17 yaşına dek sürmektedir. Erinlik evresine girene kadar erkeklerdeki bedensel farklılık kızlara oranla boy olarak daha kısa, kilo açısından ise daha düşük olmaktadır. Erinliğin başlaması ile birlikte erkeklerdeki boy ve kilo artışı oldukça hızlı olur ve erkekler 16 yaş civarında kızları yakalayıp geçmektedirler (Arı 2008).

2.2.1. Ortaokul Çocuklarının Psikomotor Gelişimi

Bu dönem, ömür boyunca süren bir dönem olmakla birlikte becerilerde düşüşe geçme veya yeni bir beceri edinimi gibi tüm bedensel değişimleri kapsamaktadır (Topkaya 2004).

Motor kabiliyetlerinin ilgi ve çalışmaya bağlı olarak geliştirilebildiği kaçınılmaz bir gerçektir. Çocukların motor kabiliyetlerinin yeteri oranda ilerlemesi, olanaklara, güdülenmeye, yönetime bağlı olduğu kabul edilmektedir (Şahin 2007).

Psikomotor gelişim, fiziksel gelişimden ayrı bir tanım olarak ortaya konulsa da birbirleriyle yakın ilişkili iki gelişim alanı olduğu görülmektedir. Bu yönden ele alınırsa hareket kabiliyetinin oluşması o hareketi somutlaştıracak özelliklerin gelişimi ile olasıdır (Yıldırım 2011).

Sinir sisteminin olgunlaşma seviyesi istenilen düzeye geldiğinde çocuğun psikomotor gelişimi de ona bağlı olarak gelişim gösterir. Kalıtsal etkenlerin daha etkili olduğu sinir sisteminin olgunlaşması için çevresel etkiler tek başına yeterli değildir. Normal gelişim göstermemiş bir çocuğun, bir hareketi beceriye çevirebilmesi için ortaya konulacak çalışmalar etki etmez (Topkaya 2004). Bu yüzden gelişim seviyesini dikkate almayan oyun etkinlikleri psikomotor gelişimde etkisizdir. Çocuğun gelişim düzeyine uygun olan etkinlikler belirlenen kazanımları oluşturabilir (Özdenk 2007).

2.2.2. Spor ve Çocuk

Spor etkili ve ilgi çeken bir eğitim ögesidir. Bireyleri topluma hazır hale getirir. Bireylerin hali hazırda yapısını geliştiren aynı zamanda eğiticilik görevini üstlenen düşünce ve ruh eğitiminde önemli görevi olmaktadır. Gençlerin yaratıcı, üretken, tasarlayan birey olmasında, sosyalleşmeye ve ülkenin kültürel olarak olumlu bir artış yaşamasında katkıları

bulunmaktadır. Bu olumlu kültürel kalkınmayla beraber kişinin toplumun en önemli unsuru haline gelmesini sağlar. İyi alışkanlıklar kazandırır, bedenini ve ruhunu eğitmede bir eğitim unsuru görevi üstlenir. İnsanların gelişmesini sağlayarak üretim ve uygarlık yarışında başarılı olmasına olanak sağlar. Kişilerin gelir düzeyini artırırken, aynı zamanda statü kazanmasına yol açar. Spor eğitimiyle birlikte bireyler iyi ve nitelikli hale gelip, bilgi beceri ve yetenekleriyle gelişmekle kalmayıp, çevresinin sosyalleşmesine olumlu katkısı olur. Toplumdaki kültür ve eğitim oranında artış olmasını sağlar (Aracı 2001).

Temel eğitim evresi, çocuğun hareket eğitiminin gelişimi bakımından farklılıklar belirtir. Vücuttaki organların eşgüdüm halinde belli bir uyum içinde çalışması, çocuğun gelişiminde reaksiyon hızı, kuvvet, balans ve esneklik gibi hareket eğitimi unsurları çocuğun aldığı hareket ve eğitimi derslerinde oldukça fazla katkıda bulunacağı bilinmektedir (Orçun 2007).

Fiziksel açıdan sağlıklı olma durumu, bireylerde çocukluk ve gençlik döneminde kazanılan ve bireylerin yaşamı boyunca korunması gereken, bedenin en üst kapasite düzeyinde işlevsel olması için oldukça önemli olduğu bilinmektedir. Egzersiz eğitimi, çocuğun çevresindeki bireylerin verdiği mesajları anlayabilecek düzeye eriştiğinde hemen verilmelidir (Baltacı 2008).

Kişilik üzerine sportif etkinliğin etkilerine bakacak olursak şu şekilde yorumlanabilir; spor karakteri şekillendirir, takım sporları işbirliği yapmayı gösterir, bireysel sporlar kişisel disiplini sağlar ve saldırganlık dürtülerini doğal yolla ve sosyal kurallar çerçevesinde boşaltmayı sağlar (Kuru ve Baştuğ 2008).

Spor çağdaş yaşamda insanlar için oldukça önemli bir noktadadır. Toplumlara bir araya getiren topluma olumlu olarak katkısı olan sosyal çalışmalardır. Sporla birlikte çocuklar sağlıklı bir şekilde gelişimlerini sürdürürler. Çocuk spor sayesinde çevresiyle iletişimi artar, yaşadığı ortamı tanır, özgüveni benlik algısı artar, toplumdaki yerini sağlam temellerde oluşturur. Psikolojik olarak bakılırsa, dikkatini toplamayı, dikkatini sürdürebilmeyi, konsantre olmayı, iradesini kontrol edebilmeyi, başarıya karşı motive olmayı gibi çoğu alanda olumlu değişim gösterir (Sevim 2002).

Sporun etkileri birçok alanda olmakla birlikte, çocuğun gelişiminde, karakterinin şekillenmesinde, özgüveninin artmasında, çevresinde sosyalleşmesinde yaratıcı düşünme yeteneğinin oldukça yüksek olarak artış göstermesinde, bilişsel olduğu kadar, bedenen ve ruhen sağlıklı bir birey olmasının yüksek etki etmektedir (İlhan ve Gencer, 2009).

2.3. Dikkat ve Kavramı

Dikkat, yüz yıl önce William James tarafından ortaya atılmıştır. James'e göre ortak zamanda birkaç objeden veya düşünceden biri yada birden fazlası dinamik, ayırt edilebilir tarzdaysa zihin tarafından alınır. Odaklanma, konsantrasyon, bilinç seviyesi ve farkındalık dikkatin temelidir. "Dikkat, bazı şeylerin diğerlerine göre daha etkin bir sıklıkla ele alınmak için seçilmesidir" (Tiryaki 2000).

Dikkat kavramı önem durumunu belirleme, sıralama yapma, planlama ve organize etme süreçlerinin hepsini içinde barındıra geniş bir tanımdır (Yazgan 2002).

İnsan yaşadığı çevreyle uyum kurmak için çaba gösteren, karşısına çıkan olaylara reaksiyonlar gösteren, uyarınları fark eden ve bunlar içerisinde belirli bir düzende seçimler yapan, aldığı kararları öz bilinciyle irdeleyen bir canlıdır. Uyarınlara, algısal bilince düzenli şekilde kabul görmesi "dikkat" tanımıyla açıklanır (Bozan ve Akay 2012).

Dikkat, uyarıyı fark edebilmektir. Bu uyarıcılar, zihinde ve hatıralarda var olduğu gibi içsel ya da görüntü ve seslerde olduğu gibi dışsal olabilir. Çevredeki uyarıcıların çoğunluğu duyu organlarımız tarafında algılanır; fakat belirli bir bölümü seçilerek algılanır. Birey her uyarıcıya aynı anda aynı seviyede ilgi gösteremez; çünkü sınırları olan bir kapasite sahibidir (Karaduman, 2004).

Dikkat çok kompleks bir psikolojik beceri olmakla beraber her anlamda bilinçli "nöropsikolojik" işlevin, özellikle yakın hafıza, hedefli öğrenme ve düşünmenin en uygun şartıdır. Dikkat, algılamadaki aktif ve seçici bir öğeye verilen isimdir (Korkmaz, 2000).

Dikkat kavramını psikolojik şekilde ele alırsak; işleme kaynakları ve cevap yollarının davranışsal biçimde hüküm kazanan vakalara seçici olarak aktarılmasını açıklar. Dikkat kavramı sinirsel düzeyde ise nöral cevapların bu tarz yaklaşımlara karşı seçicilik, şiddet ve dönemsel değişimlere eşdeğer yürümektedir (Uskan, 2011).

Sinir sistemi birçok çok işlemi yerine getirmektedir. Bu işlevlerden biri, çevredeki duyuşal çevrenin seçici olarak işlem görmesidir. Sinir sistemi çevreden gelen duyuşal algıların aynı zamanda işlem görebileceğinden çok daha fazla duyuşal algı ulaşmaktadır. Bu duyuşal durumların bazıları o anki amaç ve ihtiyaçlar doğrultusunda işlenmektedir. Bir kısmı ise sinir sistemi tarafından filtrelenerek seçilmektedir. Freides bu duruma tüm duyuşal yöntem yollarında, bilgiyi işleme sınırlılıkları çıkması sebebiyle böyle bir seçicilik gerekli olduğunu savunur (Freides, 2000).

Uyarılan bireyin, uyarıcının farkında olması dikkat olarak tanımlanabilir. Bu uyarıcılar görüntü ve seslerdeki gibi dışsal veya düşünsel ve içsel meydana gelebilir. İnsanlar etrafındaki algıların bir kısmına dikkatlerini kullanarak ulaşabildiği gibi bir kısmına da bilinçsiz bir şekilde duyu organları aracılığı ile ulaşmaktadır. Bireyler etrafındaki uyarıcılara aynı anda dikkat edemez. Bunun nedeni bireylerin sınırlı bir kapasiteye sahip olmasıdır (Karaduman, 2004).

Aynı zamanda ortaya çıkan nesne ya da düşüncelerden birini açık ve net bir şekilde sahiplenilen zihnin bu aktivitesi dikkat olarak nitelendirilebilir. Dikkat dendiğinde, bazı olaylarla daha efektif şekilde ilgilenebilmek için diğerlerini görmezden gelme olarak anlaşılmaktadır (James, 1983). “Dikkati, zihinsel çabanın duyusal ya da zihinsel olaylara yoğunlaşması biçiminde açıklamaktadır” (Mutlu, 2010).

Dikkat aynı zamanda süzgeç veya ayırt edici bir süzgeç olarak tanımlanabilir. Burada anlatılan süzgeç tanımı canlı tarafından alınmış uyarıların eliminasyon konusunu ortaya çıkaran değişken olarak bahsedilir. Bu anlamda; duyusal sistemlerle kayıt altına alınan bir mesajın kısa zamanlı belleğe, sonra da uzun zamanlı belleğe geçirme kararı dikkat evresinin nasıl işleyeceğiyle alaklıdır. Canlı dikkatinde seçicilik kapmasına girebilen uyarıların eşleştirilerek öncelikle kısa zamanlı belleğe aktarım yapar. Burada süreli şekilde depo edilen malumatlar, içsel yaşantılar ve tecrübelerle ilintili olduğu durumda ön öğrenmelerle tekrardan organize şekilde uzun zamanlı belleğe aktarır. Dikkat “bir elektrik düğmesi” gibi çalışmaz. Baska bir söyleyişle duyusal alanda bulunan tüm uyarılar aynı kolaylıkla dikkatin sahasına girmez. Organizmanın amaçları açısından anlamlılık ve uygunluğu bir uyarının seçici dikkatle algılanmasına bağlı olmaktadır (Aydın, 2007).

Dikkat tanımı, çeşitli beyin bölümlerinden ortaya çıkan ve sıralı basamaklardan oluşan bir evre olarak incelenir. Dikkat düzeneğinin bir niteliği de sınırlı kapsama gücüdür. Dikkat seviyesi kişiler arasında değişkenlik gösterirken aynı kişide başka durumlarda da değişkenlikler gösterebilir (Küçük ve ark 2009).

2.3.1. Dikkati Etkileyen Faktörler

Dikkati etkileyen bireysel ve çevresel etkenlerden kimisi dikkati pozitif etkilerken kimisi de negatif etkilemektedir. Bu faktörlerden bazıları şunlardır:

- Zihinsel etkenler
- Hazır bulunuşluk düzeyi

- Organizmanın ortamında bulunan içsel ve dışsal fiziksel uyarılar: (iç fiziksel uyarılar, beslenme ve uyku eksikliği, yorgunluk vb. dış uyarılar ise ısı, ışık, ses vb.)
- Aşırı ya da yetersiz güdülenme
- Uygun bir ödül ve ceza sisteminden yoksunluk
- Geri besleme yetersizliği
- Amaç yoksunluğu ya da belirsizliği
- Başarısızlık endişesi
- Başarı hazzından yoksunluk
- Aşırı kaygı ve gerginlik
- Öğrenme deneyiminin bireyin içsel dünyasına uygun düşmemesi
- Eğitimde öğretmen merkezli öğretim yöntemlerinin seçilmiş olması
- Eğitim açısından göz ardı edilme
- Okula gidiş saatinde düzensizlikler
- Yaşanılan psikolojik travmalar (ebeveyn ölümü)
- Fazla telaş
- Hormonal sorunlar (hipofiz bezinin çok çalışması, şeker hastalığı, guatr hastalığı)
- Organik sorunlar
- Çeşitli psikolojik, sosyal ya da zihinsel faktörler sebebiyle, bazı öğrencilerde görülen “öğrenme güçlükleri” (Aydın 2007).

Kişinin dikkatinde bozulmalara görülmesinin sebebi odaklanma eylemini bir uyarılar arasında dengeleyememesi ve sürekli odak noktasının yer değiştirmesidir. Bu durumun en başta gelen sebeplerinden biri de fiziksel veya mental yorgunluktur (Esin 2011).

Aynı zamanlarda birden çok uyarının kişi tarafından nasıl ayırt edildiğini denemek amacıyla yapılan araştırmaların sonuçları aşağıdaki gibi özetlenebilir:

- Uyarılar içerisindeki sağlam kurulmuş ilişkiler, dikkatini odaklanmasını kolaylaştırır.
- Uyarıcılar arasındaki bu anlamlandırma ölçütü, yüksek oranda bireylerin psikolojik

durumlarının ve ön öğrenme seviyelerinin farklarına bağlıdır.

- Uyarıların verdiği fiziki bağlama durumu (ses, ısı, ışık, renk, koku vb.) dikkatin odaklanma seviyesini etkilemektedir.
- Uyarıların bu uygunluğu da tek başına yetersizdir. Bu yüzden fiziki uyarıların kişinin ruh haline ve ihtiyaçlarına uygun bir düzen ve içerikte olmasına dikkat edilmelidir.
- Dikkatin artırılması, organizmanın bazı ihtiyaçlarla güdülenme seviyesinden ayrı düşünülemez (Aydın 2007).

Dikkatin yaş değişkeninden de çok cinsiyet durumundan etkilendiği, yaş ve süre değişkeni üzerinden dikkat performansını araştırdıkları çalışmalarında yaş değişkeni ile dikkat performansı arasında “manidar” bir ilişki bulmuşlar ve “dikkat süresinin yaşa bağlı olarak arttığını” bildirmişlerdir. Yapılan araştırmalara göre;

- Bir yaşındaki bir çocuğun bir halka ile ortalama 1 dakika gibi kısa bir sürede yoğun biçimde oynayabildiği;
- Altı yaşındaki çocukların işaretleme ödevlerinde 10 dakika süre sınırı uygulamasına uydukları ve o kadarlık çalışabildikleri,
- 5-7 yaşları arasında dikkatin sürekliliğinin 15 dakika civarında olduğu,
- 7-10 yaşları civarında 20 dakika olduğu,
- 10-14 yaşları arasında ise 25-30 dakika dikkatin artırıldığı bir araştırmayı uygulayabildikleri görülmüştür (Yaycı 2007).

2.3.2. Dikkat ve Türleri

2.3.2.1. Seçici Dikkat:

Tepkisel anlamda ilgisiz birden çok dış uyarının, bellekteki hazır anıların, düşüncelerin içinden en müsait ve uygun olanının eliminasyonunu sağlayan, beynin mental becerisine seçici dikkat adı verilmektedir (Corbetta 1998). Seçici dikkat, diğer uyarıcıların göz ardı edilip dikkatin başka bir işaretli uyarıcı yönünde aktarım oluşumudur. Başka bir deyişle seçici dikkat, kişinin sınırlı durumdaki duyuşsal uyarıcıyı enformatik işlem süresinden öncelik ve önem pozisyonu doğrultusunda geçirebilme yeteneğine verilen isimdir

(Kornhuber1984). Van Zomeren ve Brouwer (1994) seçici dikkati bozan ve dağıtan şeyleri sustururken birden fazla uyarıcıya yoğunlaşma gücü şeklinde de tanımlanmaktadır (Yaycı 2007).

Seçicilik, hedefler ve gereksinimler yordamında meydana gelmesi için öncelikli neden ikinci bir bileşenin varlığından söz etmektir. Bunu da denetim mekanizması olarak adlandırırız. Denetim mekanizması bir uyarıcının dikkat etmesini sağlayan, sonrasında ihtiyaç devam ettiği takdirde dikkatin devamlılığını sürdüren, ihtiyaç ve amaçlar değiştiğinde ise yeni ihtiyaçlara yönelimi sağlayan bir mekanizmadır (Güneş, 2001).

Seçici dikkat dönemi sınırlı işlem kaynakları için sinir sistemlerinin alakalı ya da ana bilgilere ulaşmasına izin veren aynı zamanda performansı sabote edecek, “ilgisiz ve büyük ihtimalle yanıltıcı”, işlenmesi güç bilgi kaynaklarının seçilmesini sağlayan bir evredir (Abernethy ve ark 2007).

Bilgi seçici dikkat süresi boyunca alınmadığında net bilgi tercihen seçilir. Spor sporculardan yarış mekanının seçimlerini önemli görmelerini gerekli kılar. Bu ortamda sportif yeteneğin “gelişim anahtarı” her branşın kendine has özünü anlamaktır. Bunlar şartlar, hedef, yöntem, fırsatlar ve sınırlamalardan oluşur. Seçici dikkat, şaşırtıcılarla alakalı belirtiler arasındaki farkları belirlemeyi açıklamakla başlar (Şimşek 2013).

“Seçici dikkat bazı olay ve düşünceleri göz ardı ederek belirli bir ipuçlarını seçerek katılma özelliğidir. Denetimli işlemlerde yavaş ve zor, otomatik işlemlerde ise hızlı ve kolaydır, burada bilinçli olarak dikkatini vermeye gerek yoktur” (Gill 2000)

2.2.2.2. Sürdürülebilir Dikkat:

Soysal ve arkadaşların a(2008) göre sürdürülebilir dikkat, başlatılan eylemin yapılması esnasında, eylemin ihtiyaç duyduğu gücü organizmanın belirleyip, ataması ve odaklanma durumunun devam ettirilmesi olarak tanımlar (Soysal ve ark 2008).

Sürekli dikkat, uzun bir zaman alınan bilgileri ciddi ve verimli bir biçimde işleme ile alakalıdır ve yorgunluk, stres ve motivasyon gibi etmenlerden çokça etkilenen uyanıklık ödevleri ile saptanır (Abernethy ve ark 2007).

Sürekli dikkat, aynı zamanda dikkatin hedef doğrultusunda devamlı yoğunlaşma yeteneği olarak da belirlenir. Sürekli dikkat, tutarlı davranışsal reaksiyonunun sınırlı bir zamanda devam ettirme yeteneğidir. Belirli bir zaman süresince dikkatin konu üstünde

yoğunlaşmasını sürdürülebilmek de bu dikkat türünün bir başka tanımıdır. Belirleyici özellikleri; genişletilmiş süreç dönemlerinin ardından dikkate odaklanma becerilerinin konumudur (Yaycı 2007).

2.2.2.3. Yoğunlaştırılmış Dikkat:

İkinci evre olarak genelde artan uyarıcı yoğunluğuyla alakalı değişkenler üstünde odaklanır. Ancak ikincil dikkat, bazen odaklanan ilk dikkat sürecine olumsuz etkiler de verebilir. Mesela belirli bir sürede aynı duruma ait iki farklı uyaran grubu ile karşılaşan organizma, bunlardan birine odaklanırken, birinci ile alakalı olduğu düzeyde tamamlayıcı özellikler taşır. Ancak farklı durumlarla alakalı iki farklı uyaranla karşılaşan organizma, bunlardan birini tercih edip diğerini arka planda bırakır. Bu olay ise dikkat tanımının seçici ve elemine edici özelliklere sahip olduğunu bilişsel süreçlerle yakın ilişkili olduğunu anlatır (Aydın 2007).

2.2.2.4. Bölünmüş Dikkat:

Bölünmüş dikkati aynı anda birden çok uyarana karşı dikkatini toplayabilmek olarak tanımlayabiliriz. Kişi bazen aynı anda birden çok durumla karşılaştığında dikkatini bölmek zorunda kalabilir. Örneğin, bir öğrenci bir taraftan ders dinler, diğer taraftan da not alabilir. Bölünmüş dikkat yetisi çocuklarda alt seviyelerde olması sebebiyle bölünmüş dikkatin geliştirilmesi eğitim açısından önemlidir (Polatoğlu, 2011). Dikkati bölme yeteneği, bilgi işleme becerisi ile yakından ilintilidir. Bilişsel yönlendirme dikkati çevrenin bir tarafından öteki tarafına uygun olarak iletme becerisidir. Bazı araştırmacılar dikkatin, beyinde ön bölge dikkat mekanizması ve arka bölge dikkat mekanizması olarak tanımlanır. Ön dikkat mekanizması motor dikkat ile alakalı iken arka dikkat mekanizması bilinç ötesi şeklinde adlandırılır ve “uyarıcıyı seçme”, “odaklama” ile özetlenen odaklanma, yönlendirilmiş dikkat ile alakalıdır (Doğutepe ve Karakaş, 2008). Dikkatin birden çok uyarıcıyla muhattap kalması bölünmüş dikkat olarak tanımlanır. Dikkat edilen uyarıcı sayısından da ziyade organizmanın bilinçli olarak bu uyarıcı grubuna ne kadar dikkat edebildiği önemli bir ayrıntıdır. Bölünmüş dikkat, en az iki uyarıcıyla bilinçli olarak dikkat ilişkisi kurabilmek demektir (Irak, 1999).

2.3.3.5. Değişken Dikkat:

“Bir iş üzerinde yoğunlaşmış iken dikkatin farklı bir işe doğru yönlendirilmesidir. Bu dikkat türünde bireyin yoğunlaştığı bir işi yaparken hedefinin aniden değişmesi söz konusudur” (Tekin, 2016).

2.3.3.6. Dağınık Dikkat:

Dağınık dikkat tanımı dikkatin belli bir noktada tutulamaması ve dikkatin belli bir olay üstünde yoğunlaşamaması anlamına gelir. Kendini bir işe tam odaklayamamak dağınık dikkate bir örnektir. Dikkat dağınıklığının zemininde kişinin kendini farklı sorunlarla oyalaması yatar. Dikkat dağınıklığına sebebiyet veren bir başka unsur ise fiziki bitkinlik, hayal kurma, hastalıklar, çevredeki negatif uyarıcılar, zihnin sakin kalması, müzik, yatarak çalışma, disiplinsiz aile yaşantısı, stres ve duygusal sorunlar, çevre baskıları, zihnin gereksiz ayrıntılara dalması, motivasyon kapasitesinin azalması, öğrenme yöntemleri konusunda bilgisizlik, düzensiz ve amaçsız çalışma programı ve dikkat artırma yeteneğinin azalması gibi etmenler gelir (Polatoğlu, 2011).

2.2.3. Spor ve Dikkat

Dikkat, algıladıklarımızı eleyebilme vasıtasıyla algılarımızı dengeleyerek ve bu algıladıklarımıza önem vererek süreçleri meydana getirmektedir. Bu şekilde düşünce süreçlerinin kontrolünü sağlayarak adapte olunmuş bir görevin ya da sorumluluk içeren bir olgunun yetenek kapsamında sporda etkili bir performansın oluşması bağlamında gerekli ve anahtar bir kavramdır (Nideffer, 1993).

Spor, seçici dikkat ile alakalı araştırmaların ilgi odağı olmayı başarmıştır. Singer ve arkadaşları (1991)’na göre psikomotor yetenekleri başarılı bir şekilde gösterebilmek için kişiler, seçici olarak dikkat gösterebilmeli ve alakasız olan uyarıları arka plana atarken alakalı ve bağlantılı uyarılara odaklanabilme görüşünü benimserler. Belirli durumlarda birey, devamlı surette hem içinde, hem de çevreden gelen uyarıcı çoğunluğuna maruz kalır ve bu uyarıcılarda yalnız belli bir kısmını özümser. Bundan ötürü sadece bazı uyarının işleme alınması üzerinde seçici olduğu belirlenmiştir (Boutcher 1992). Çağlar ve Kuruç’a göre Uygun uyarılara dikkati yönlendirebilme ve dikkati devam ettirme yetisinin sporda başarı için öncelik olduğu kabul edilmiştir.

Sporda kendini başarıyla ifade eden sporcular hedefleri yolunda alakasız uyaranları görmezden gelirken uygun uyaranlara odaklanmaları gerektiğini benimserler. Sporunun müsabaka öncesi ve müsabaka sırasında meydana gelen psikolojik dürtülere rağmen odaklanma durumunu sürdürebildiği sürece başarısı artar. Sporda Dikkat, planlama, alma ve mental planlamada ortaya çıkan psikolojik etmenleri ‘bilinçli dikkat’ olarak adlandırabiliriz. Odaklanma miktarı ise bu kasıtlı hareketlenmeyi sağlayan kabiliyet olarak kendisini göstermekte ve böylece sınırlı bir bölümünü zihnimize yöneltmekte, diğer uyarıcılar ise bilinçdışı kalmaktadır. (Tavacıoğlu, 1999).

Dikkat sportif anlamda “iradi dikkat” ve “spontan dikkat” olarak iki farklı bölümde de karşımıza çıkmaktadır. İradi dikkat kişinin algılama seviyesini belirlerken, spontan dikkat ise kişinin iradesine gerek kalmadan, kendiliğinden belirli bir noktada toplayabilmesidir. Spontan dikkat kişinin yetenekleri şekillendirir. Kişinin mesleklere yönelmesinde ve başarılı pozisyonlara gelebilmesinde “spontan” dikkat çok önemlidir. Sportif anlamda başarıda her iki dikkat kavramının da rolü farklıdır. Örneğin, top sürerken, aniden isabetli ve şaşırtıcı paslaşmada spontan dikkat sahneye çıkarken, penaltı kullanan bir futbolcu, iradi dikkatini kullanır (Başer 2000).

Uzun süre devam eden dikkat ilk olarak güçlü bir motivasyon ister. Örneğin, sık uyarıcılarla çocuğun algısının ve ilgisinin canlı olması, dikkatin sürekliliğinde büyük rol oynar. Her spor branşında dikkatin, nesne ya da özneye sınırlandırılması söz konusu olmayabilir, bir orta saha oyuncusu veya çıkış çizgisinde olan kayakçı dikkatini aynı zamanda farklı nesnelere yönlendirme ihtiyacı duyar. Bu duruma dikkatin yaygınlaştırılması demektedir.

Sportif etkinlikler dikkati odaklama ve yaygınlaştırma arasında devamlı bir değişime gerek duyar. Oyun kurulurken bütün takım ve rakipler dikkate alınmalı ve kale vuruşu için alınan karar sahadaki odaklanma alanını hızla daraltır. Amaca yönlendirilen farkındalık seviyesini arttırır. Dikkatin yoğunlaşma durumu ve dikkatin yayılma seviyesi pratiklerle geliştirebilir. Branşa has talepler, amaçlar ve gereksinimler, istekler, davranışlar dikkat edilmesi gereken etmenleri oluşturur. Bu bağlamda öncelikle başarı arzusunu vurgulamak gerekir (İkizler ve Özcan 1994).

Özerkan (2004) dikkatin iki özelliğinin olduğu üzerinde durmuştur. Bunlar; dikkatin yönü ve dikkatin genişliğidir. Dikkatin nereye yönlendirildiği, içsel ya da dışsal yönlendirmeye ilgilidir. Dikkatin genişliği ise dikkatteki azalma ve artmaları ifade eder. Genişlik kişinin

dikkat ettiği durumların dağılımlarını betimlerken, bireyin kendindeki iç sesini dinlemesi içsel dikkati, başka bireylerin söylemlerine dikkat etmesi de dışsal dikkati açıklar. Atıcılıkta kapalı beceriler içsel ipuçlarına daha sıkı ilişkili iken, takım sporları için açık beceri durumlarında dışsal yönergelere dikkat etmesi daha önemli hale gelmektedir. Sporcuların fazla uyarılması, korku ve endişe durumlarında dikkatleri azalır. Diğer bir faktör de dikkat esnekliğidir. Bir sporcu bir müsabaka esnasında dikkatini daraltıp genişletebilmelidir. Örneğin bir voleybol maçında servis vuruşuyla başlayan oyuncu dikkatini bir rakip oyuncuya veya mevkiye odaklarken, rakibin hücum atağında tüm hücum oyuncularına, pasörün ataklarına, topun gidişine dikkat edebilmelidir (Bicer ve Aysan 2008).

Spor da performans esnasında aynı zamanda dikkat daralması ve genişlemesi bir yana öte taraftan dikkatin hangi yöne yönlendirildiğini de planlamak çok önem arz etmektedir. Sporcu bazen dikkatini içselleştirerek, bilinç planlaması ve tasarlama oluşturmak, bazen de dikkati dışı kaydırmak ve oluşumu izlemek durumunda kalır. (Özerkan 2004).

Sporcular hayal kurma, planlama ve değerlendirmeye ihtiyaç duyduğu zamanlarda, geniş-içsel odağı kullanma yoluna başvururlar. Sporcuların aynı zamanda birden fazla şeye odaklanmaları için dikkat odağı geniş ve bilginin işlenebilmesi oluşması için odağın yönü içseldir. Dikkat geçmiş tecrübeler ve planlamaya yoğunlaşmaktadır. Sporcu, karışık ve hızla şekil değiştiren çevreyi fark etmek ve ona göre reaksiyon göstermek için durumu değerlendirmeye ihtiyaç duymaktadır. Böyle durumlarda geniş-dışsal yoğunluk kullanılır. Dışsal ipuçlarını kısa zamanda analiz etmek gereksinimindedir ve sonrasında duruma ilişkin olan biri belirlenmektedir (Tavacıoğlu 1999).

Literatür taramalarında nadir cevap bulunan bu konuda Pulur (2019) sporda dikkatin önemini “hedefe yoğunlaşma, odaklanma ve konsantrasyon sürekliliği yetisini kazanmak ve düşünce-duyu ve kas koordinasyonunu kurabilme becerisi” olarak tanımlamıştır.

2.3. Hemsball

2.3.1. Hemsball’un Tanımı ve Tarihçesi

Türkiye Cumhuriyeti Gençlik ve Spor Bakanlığı Herkes için Spor Federasyonu (HİS) tarafından onay alan ve desteklenmiş olan Hemsball branşı, her yaştan insanın oynayabileceği zevkli bir branştır. Ayrıca topu tutmak ve servis kullanmak için el-göz-

ayak koordinasyonuna, üst düzey odaklanma ve konsantrasyon kapasitesine sahip olmayı gerektirir. Hemsball', Murat ALTINAY'ın 2011 yılında bir tasarı şeklinde ortaya koymasıyla ve AR-GE çalışmalarının hızlandırılmasıyla son halini almıştır. Türkiye Cumhuriyeti Gençlik ve Spor Bakanlığı Herkes için Spor Federasyonu (HİS) 06 Ocak 2012 THİSF/31 sayılı yazısı ile Hemsball'u destekleme kararı alarak bu branşa büyük bir katkıda bulunmuştur (Hemsball,2011). Farklı organizasyonlarda tanıtılmış Hemsball'a büyük bir ilgi gösterilerek, bilhassa HİS tarafından gerçekleştirilen 10-14 Mayıs 2012'de yapılan 2.Balkan Spor Herkes için Spor Festivalinde tanıtılmış olan Hemsball sporu yerli ve yabancı katılımcıların beğenilerini toplamış ve akademik camianın da büyük ilgisini görmüştür. Pilot bölge uygulaması 16-20 Nisan Gülen Kora ilköğretim okulunda organize edilmiş olup birinci Çiğli okul öncesi spor şenliğinde Hemsball 30 okul ve 2000 öğrenciye tanıtılarak daha da takdir görmüştür. İlköğretim öğrencilerinin spor disiplini edinmesinde ve psikomotor gelişimlerine katkıda bulunulmasında Hemsball'un önemi öğretmen ve eğitimciler tarafından değerlendirilmiştir. T.C. Gençlik ve Spor Bakanlığı Spor Genel Müdürlüğü'nün 11.07.2013 tarihinde 20262901-020/4065 sayılı yazısı ile "Hemsball resmi spor branşı" olarak Bakanlık tarafından onaylanmıştır. "Herkes için Spor Federasyonu tarafından Hemsball'un ilk antrenörlük kursu 06-17 Ocak 2014 tarihleri arasında İzmir'de açılarak antrenör eğitimlerine start vermiş ve ilk antrenörleriyle faaliyete başlamıştır" (Hemsball, 2011).

2.3.2. Hemsball Sporunun Özellikleri ve Amacı

Hemsball, kapalı ve açık alanlarda rahatlıkla oynanabilir. Aşağıda belirtildiği üzere oyun sırasında ortaya konan performansın baş harflerinin birleşmesi branşın adı ortaya çıkmasında büyük rol oynamıştır (Hemsball, 2011).

Türkçe açılımı; Hareket, Enerji, Matematik, Sistem.

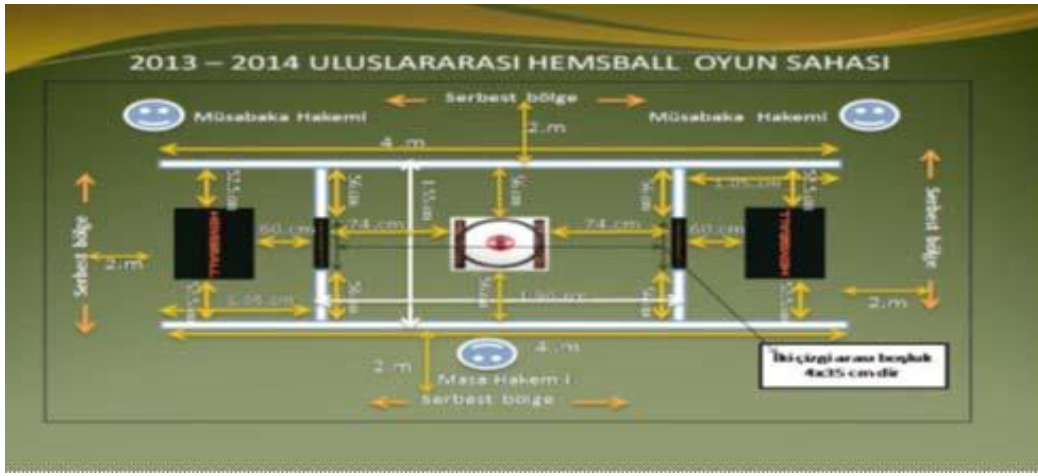
İngilizce açılımı; Hand (El), Energy (Enerji), Move (Hareket, Hamle), Stability (Denge, İstikrar), BALL=(Top).

Hemsball topunu yerde bulunan Hemsball hedef tahtası üzerindeki Hemsball çemberinin içine, çembere çarptırmadan atarak rakibin alanına yere temasını sağlamak ve rakibin aynı amaca ulaşmasını engellemektir. Sporcular topu rakip sahaya atarken topu, ayak altlarındaki tablalar dahil olmak kaydıyla her türlü tutabilme haklarına sahiptir. Oyuna kura atışıyla başlanır, kurayı kaybeden sporcu servis atar. Servisi atan topu çemberin içine

atarak rakip tarafa yönlendirir. “Sayı sistemi, topun çember içine değmesi, dışarı gitmesi veya bir oyuncunun hata yapmasına kadar devam eder. Sayı kazanan oyuncu servis atma hakkı kazanır” (Hembsball, 2011).

2.3.2. Hembsball Oyun Sahası ve Malzemeleri

Oyun alanı; hakemler, teknik heyet ve oyuncular ile Hembsball oyun alanının yer aldığı “sınırlandırılmış” düz bir bölgedir. Hembsball oyun sahası Şekil 1.1’de gösterilmiştir.



Şekil 1.1. Hembsball oyun sahası (Hembsball, 2011).

2.3.3. Hembsball Oyun Sahasının Özellikleri

Hembsball oyun sahasını oluşturan, oyun alanı ve ölçüleri, oyun sahası yüzeyi, oyun alanı üzerindeki çizgiler ile sınır çizgilerine ait bilgiler aşağıda sunulmuştur (Hembsball, 2011).

Oyun alanı, Minikler için 3x1.23 cm, büyükler için ise 4x1.55 cm ölçülerinde dikdörtgen, serbest düz, pürüzsüz ve sert bir zeminden oluşur. Bütün alan, Hembsball sahası çizgilerine her yönden minimum 2 m uzakta olmalı ve saha yüzeyi ise topu yeterli derecede zıplatan bir zemin olarak belirlenmelidir. Oyun parke ya da sentetik zemin üzerinde oynanabilir. Oyun sınırlarını belirleyen çizgiler 4 cm genişliğinde olup çizgiler, zeminin renklerine kontrast ve sporcular ile hakemlerin net görebileceği tonda olmalıdır. İki yan ve iki dip çizgi oyun alanını belirler. Hembsball malzemeleri ve oyunda gerekli olan Hembsball topu, çemberi, hedef tahtası ve ayak basma tablası ve alan şeritlerine ilişkin bilgiler aşağıda verilmiştir.

Top ölçüleri yaş gruplarına ve kategorilere göre çeşitlilik gösterir. Birçok AR-GE çalışması sonucu standart Hemsball topu 55 mm çapında sertleştirilmiş kauçuktan yapılmış olup, ağırlığı 95 gr +2 olarak belirlenmiştir ve iki eşit tarafta da kabartma H harfi bulunmaktadır. Büyükler resmi topunun rengi turuncu olup topun çevresi ise 5.5 cm. olarak belirlenmiştir. Minikler başlangıç top ölçüleri 45-55 mm çapında, lastik ve kauçuk malzemeleri kullanılmış ve ağırlığı 52 gr +2 ile en fazla 95 gr +2 olarak değerlendirilmiştir ve yine H harfi her iki tarafta da kabartma şeklinde görülmektedir. Diğer kategorilerde renk farkı aranmaz. Hemsball topunun görseli Şekil 2.1’de sunulmuştur.



Şekil 2.1. Hemsball topu

Hemsball çemberinin çapı ise 30 cm, genişliği 18 mm. yüksekliği 20 mm’dir. Çember tüm renkleri de kendini gösterebilir. Hemsball Çemberi tek parçadır, dört eşit tarafta Hemsball karakteristik özellikli kabartmalıdır. Hemsball çemberinin görseli Şekil 2.2’de gösterilmiştir.



Şekil 2.2. Hemsball çemberi

Hemsball hedef tahtası ise 34,5 x 34,5 cm ölçülerinde bir karedir. İki eşit tarafında yine

Hemsball karakteristik özellikli içeri doğru oyuk şeklindedir. Hedef noktası kırmızı renkte olup 10 x 10 cm ölçülerinde Hemsball etiketidir. Minikler 34,5 x 34,5 cm ölçülerinde bir karedir. Hemsball hedef tahtası Şekil 2.3’de gösterilmiştir.



Şekil 2.3. Hemsball hedef tahtası

Hemsball ayak basma alanı, 2 ölçüden oluşmaktadır. Bunlar 42x30 cm, 50x40 cm şeklindedir. Hemsball ayak basma tablası görseli Şekil 2.4’de sunulmuştur.



Şekil 2.4. Hemsball ayak basma tablası

Hemsball alan şeritlerinin özellikleri

Hemsball alan şeritleri, 4x35 cm ölçülerindedir. Şekil 2.5’in ekinde gösterilmiştir.



Şekil 2.5. Hemsball alan şeritleri

2.3.4. Hemsball Oyun Kuralları ve Oynama Şekli

Oyun minimum iki kişi maksimum dört kişi ile oynanır. Her oyuncu kendine ait olan ayak basma tablasının üzerinde pozisyon alır. Her oyuncu üzerinde durduğu tablada çömelerek önündeki şeridi tablanın önüne paralel olacak biçimde tek eliyle hareket etmek koşuluyla yerleştirir. Maçın öncesinde oyunculara beş dakika karşılıklı ısınma süre hakkı tanınır. Süre bittiğinde hangi oyuncunun başlangıç atışını yapacağı yazı tura ile belirlenir. Kaybeden oyuncu ilk atış hakkını elde eder. Oyun sırasında sayı kazanan servis atabilir. Maç 5 set üzerinden uygulanmakla beraber ve 3 seti alan oyunun galibi olur. Setler 12 sayıdan meydana gelir. Sayıların 11-11 olması durumunda set 13'e uzar ve bu eşitlik 2 fark olana kadar devam eder. Her setten sonra yer değişimine gidilir. Top, hedef tahtasında olan çembere çarptırılmamak kuralıyla içine atılmalıdır. Top sektikten sonra rakibin önünde bulunan şeridi geçmeli ve rakibin, şeridi geçen topu yere düşürmeden ve ayak bastığı tablanın üzerinden çıkmadan tutmaya çalışmalıdır. Tutamadığı durumda rakip 1 sayı kazanır. Top çember içerisine isabet etmezse atan oyuncu 1 sayı kaybeder. Oyuncunun seri olarak çemberin içine gönderdiği top, rakibin elleri havaya kalkmış durumdayken yakalanması imkansız ise atış geçersiz olur ve 1 sayı kaybedilir. Çember içine atılan top sekip rakibin önünde duran şeridi geçmez ya da şeride temas ederse atışı yapan oyuncu bir sayı kaybeder. En az bir buçuk metre, en fazla dört metre alanda oynanabilir (Hemsball, 2011).

2.4. İlgili Araştırmalar

Hemsball ülkemizin en yeni branşlarından biri olması sebebiyle üzerinde yapılan araştırma sayısı da az olmaktadır. Todorova ve arkadaşlarının çalışmasında (2014) Hemsball'un çeşitli engelleri olan çocuklarda bir takım bedensel ve psikomotor durumlarında değişim ile ailelerin değişim hakkındaki fikirlerini değerlendirmişlerdir. Hemsball'un düşük mental retardasyonlu ve birden çok engele sahip çocukların fiziksel ve psikomotor gelişimlerine etkisi olup olmadığını araştırmışlar ve Hemsball oyununun öğrencilerin psikososyal ve bedensel gelişimi üzerinde olumlu bir etkiye sahip olduğu belirlenmiştir.

Bir diğer çalışma ise zihinsel engelli Çocuklarda Hemsball oyun becerilerinin motor yeterlik sonuçlarına etkisi başlığı altında karşımıza çıkıyor. Işık (2016) bu çalışmanın sonunda Hemsball'un denge ve koordinasyon gibi fiziksel becerilerine nüfuz eden etkinin belirlenmesi aynı zamanda da zihinsel engele sahip çocuklarda uygulaması açısından

alanındaki ilk araştırma özelliğini taşımaktadır. Ayrıca çalışmada elde edilen veriler son derece önem arz etmektedir. Araştırma sonucu olarak Hemsball, zihinsel engelli çocuklarda faydalı etkiler bırakmakta ve bu etkilerin elde edilmesinde, Hemsball antrenman programının engel durumuna göre düzenlenmesi ile birlikte bire eğitim yönteminin etkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Işık ve Kılıç (2017) Hemsball'da Komplike Alıştırmaların İşitme Engellilerin Dikkat ve Koordinatif Yetilerine Etkisi'ni araştırmış ve Araştırma sonucunda, deney grubunda hemsball'da komplike alıştırmalarının dikkat, el-göz koordinasyonu, denge ve reaksiyon testi (baskın el) üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

Dikkat kavramı üzerine ise çalışmalar son dönemlerde daha da yoğun bir hal aldı. Yönel (2019) dart sporunun dikkat düzeyine etkisinin incelenmesi üzerine etkili bir çalışma yapmış ve 9-13 yaşlarındaki dart sporu ile uğraşan öğrencilerin dart branşıyla uğraşmayan öğrencilere göre dikkat düzeylerinde artış tespit etmiştir.

Sekiz yaş grubu üzerinde yapılan bir çalışmada çocuklarda dikkat ve hafıza gelişimi ile hareket eğitimi ilişkisi incelenmiş, hareket üzerine planlanmış bir eğitimin hafıza ve dikkat gelişimi üstünde pozitif sonuçları bulunmuştur (Akcinli, 2005).

İlköğretim seviyesindeki öğrencilerin düzenli yapılan spor uygulamalarının ile dikkat üzerine etkisinin araştırılması amaçlı yapılan bir çalışmada; spor yapan öğrencilerin spor yapmayan öğrencilere oranla %83 daha dikkatli olduğu tespit edilmiştir (Adsız, 2010).

Yine 9-13 yaş arası grubu öğrencilere beden eğitimi derslerinde “eğitsel oyun uygulamaları” ile çocukların dikkat düzeylerine etkisi incelenmiştir. 8 hafta süresince uygulanmış olan programın dikkat düzeylerini olumlu yönde etkilediği, eğitsel oyun programına katılan deney grubu öğrencilerinin dikkat düzeylerinin kontrol grubunda bulunan diğer öğrencilere göre dikkat değerlerinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir (Akandere, Baştuğ, Asan ve Baştuğ, 2010).

Spor, seçici dikkat ile ilgili yapılan araştırmalarda odak noktası haline gelmiştir. Singer ve arkadaşları (1991) ise psikomotor yetenekleri başarılı bir biçimde ortaya koymak amacıyla kişiler, seçici olarak dikkat edebilmeli ve alakasız olan uyarıcıları görmezden gelirken ilgi duydukları uyarıcılara konsantre olarak dikkatlerini toplayabilmelidir. Çocuklarda dikkat ile alakalı başka bir araştırmanın sonucuna göre de dikkat eğitimi almış öğrencilerin görsel ve işitsel dikkatlerinde olumlu etkiler olduğu yönündedir (Clikeman ve ark 1999).

İlköğretim 4. ve 5. sınıf öğrencilerinin dikkat toplama seviyesi, özbenlik algısı ve başarı seviyelerine etkileri üzerinde yoğunlaşmış başka bir çalışma da, dikkat toplama eğitimlerinin, öğrenciler üzerinde anlamlı farklılıklar elde edildiği ancak öğrencilerin sınıf seviyeleri ve cinsiyetlerine göre bir farklılık bulunamamıştır (Karaduman 2004).

İlköğretim çağında öğrenciler tarafından düzenli yapılan sporun dikkat üzerine etkisinin araştırılmasının işlendiği bir çalışmada, ilköğretim seviyesindeki çocukların spor yapanların spor yapmayanlara göre %83 daha dikkatli olduğu saptanmıştır (Adsız 2010).

Çocukların dikkat seviyelerinin incelenmesi amacıyla yapılan çalışmada masa tenisi egzersizlerinin 9-13 yaş grubu çocuklarda dikkat özelliklerine olumlu etki ettiği belirlenmiştir (Asan 2011).

Son olarak, 14-15 yaş grubu Golf sporu yapan öğrencilerin dikkat düzeylerinin incelenmesi sebebiyle ortaya konulan çalışmada Golf çalışma programının çocukların dikkat özelliklerine olumlu etkileri gözlemlenmiştir. (Tunç, 2013)

BÖLÜM 3

GEREÇ VE YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Modeli

Araştırma modeli deneysel bir nitelik taşımaktadır. Bu araştırmada "Ön Test-Son Test Kontrol Gruplu Deneysel Desen" kullanılacaktır. Bu deneysel desende, tüm gruplar için ön test ölçümü aynı zamanda yapılacak ve daha sonra deney gruplarında deneysel işlem uygulanacaktır. Son test uygulaması ise tüm gruplarda yine aynı zamanda yapılacaktır. Araştırmanın bağımlı değişkenlerini dikkat düzeyi, bağımsız değişkenlerini de hemsball oyun becerileri oluşturacaktır. Böylece bağımlı değişken ile bağımsız değişkenler arasında ilişki olup olmadığına incelenecektir. Deneysel araştırma araştırmacı tarafından oluşturulan farkların bağımlı değişken üzerindeki etkisini test etmeye yönelik çalışmalardır. Araştırmacının kontrolüyle değişkenler arasındaki neden-sonuç ilişkisini keşfetmek için gözlenmek istenen verilerin üretildiği araştırma alanıdır. Araştırmacı, durumun değişim etkisini yani bağımlı değişkenleri gözlem ve ölçüm yapabilmelidir. (Büyüköztürk, 2001; Hovardaoğlu, 2000; Karasar, 2005). Değişkenler neden sonuç ilişkisi içinde bulunuyorsa bu durum bağımsız ve bağımlı değişken olarak sınıflandırılmaktadır. Bağımsız Değişken (X); araştırmacının bağımlı değişken üzerinde etkisini test etmek istediği değişkendir. Bağımlı Değişken (Y); üzerinde bağımsız değişkenin etkisi incelenen değişkendir. Bağımsız değişken olası neden, bağımlı değişken ise olası sonuçtur (Büyüköztürk, vd., 2012, s.195). Fraenkel ve Wallen (2006) ise, tüm deneysel araştırmaların altında yatan temel fikri, basitçe, “bazı şeyleri dene ve neler olup bittiğini sistematik olarak gözle” olarak açıklamaktadırlar.

3.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini, 2018–2019 eğitim-öğretim yılında Zonguldak’a bağlı Karadeniz Ereğli ilçe merkezinde faaliyet gösteren Milli Eğitim Bakanlığı’na (M.E.B) bağlı okullarda eğitim gören 10-14 yaş aralığındaki öğrenciler oluşturmaktadır.

Araştırmanın örneklemini ise 2018-2019 eğitim öğretim yılında Zonguldak’a bağlı Karadeniz Ereğli ilçe merkezinde faaliyet gösteren Milli Eğitim Bakanlığı’na (M.E.B) bağlı okullarda eğitim gören 80 öğrenci oluşturmuştur. Öğrencilerin 40’ı deney, diğer 40’ı ise kontrol grubunu oluşturmuştur. Her iki grup da 20 Kız ve 20 erkek öğrenciden oluşturulmakla birlikte, kontrol ve deney grupları tesadüfî yöntemlerle belirlenmiştir

3.3. Veri Toplama Araçları

Veriler, 8 haftalık çizelgenin öncesi ve sonrasında kontrol ve deney gruplarına Bourdon (1955) dikkat testi uygulanarak toplanmıştır. Çalışmaya katılan öğrencilere Bourdon dikkat testi öntest – sontest şeklinde yaptırılmış olup, dikkat gelişimlerinde beklenen davranışlar yönünde çocukların gelişimlerine destek sağlayacak özellikle 8 haftalık Hemsball çalışma programı uygulanmıştır. Çalışma programı hem bireysel hem de eşli çalışmaları içeren Hemsball oyun becerisine yönelik dikkat üzerine yoğunlaştırılmış uygulamalar yer almıştır. Araştırmacı ve uygulayan eğitimci Hemsball gelişim seminerleri ve Hemsball 2. Kademe Antrenörlük belgelerine sahiptir.

3.3.1. Bourdon Dikkat Testi (Harf Formu)

Bourdon Dikkat Testinin en son kullanılan şekli Benjamin Bourdon tarafından 1955 yılında geliştirilmiştir. Bu Testin amacı bireylerin dikkat düzeylerini ölçmektir. Testin özgün adı ise "Bourdon Attention Test." Bourdon, testi iki formdan oluşturmuştur. Kaymak’a (2003) göre, birincisi belli harfleri karışık kitap harfleri arasından bulma ve işaretleme; ikincisi ise belli figürleri, karışık olarak verilmiş figürler arasından bulma ve işaretleme şeklindedir. Test kesintisiz bir dikkat yönelimini gerektirmektedir. Çocuklara bir sayfa yayılmış harfler gösterilir. Bu harfler planlı ve düzenli aralıklarla sıralanmıştır. Her bölüm için ayrı ayrı 2 dk süre verilir ve bireye “Önünüzdeki sayfada bulunan bütün a, b, d ve g harflerinin altlarını kurşun kalemle çizeceksiniz. Bir satırı gözden geçirirken yalnız bir harfi işaretlemeyeceksiniz. Satırdaki tüm a, b, d ve g harflerinin altını

çizeceksiniz” şeklinde yönergeler verilir. Testin sona ermesiyle çizgiler sayılarak testin değerlendirilmesi yapılır.

3.3.2. Uygulanacak Hemsball Çalışma Programı

Hemsball 1.kademe atış stilleri ve antrenman teknikleri Hemsball eğitimi olan (2. Kademe antrenörlük belgesi) 10-14 yaş grubu öğrencilerine tarafınca öğretilmiştir. 8 haftalık çalışmamızda ısınma, hemsball temel teknik ve taktik öğretimi, atış ve karşılama teknikleri çalışmaları, müsabaka ve antrenman oyunlarını kapsayan bir program sunulmuştur. Bu eğitimi alan deneklere bilgi aşamasında Hemsball sporunun tarihçesi, malzemelerin yapısı ve saha bilgileri ile birlikte kurallar açıklanmıştır. Haftalık çalışma programı ekte sunulmuştur.

3.4. Verilerin Analizi

Verilerin değerlendirilmesinde ve hesaplanacak değerlerin bulunmasında SPSS istatistik paket program kullanılmıştır. Çalışmada ikili karşılaştırmalarda $N < 30$ ise; Mann Whitney-U testi, $N > 30$ ise t-Testi kullanıldı. Ön test ve son test karşılaştırmalarında İlişkili Örneklemeler için t-Testi kullanıldı. Üçlü karşılaşmada $N < 30$ olduğu için Kruskal Walllis testi kullanıldı. Fark tespit edilen durumlarda etki büyüklüğü eta kare (d) ile hesaplandı. Cinsiyet, kardeş sayısı, yaş karşılaştırmalarında ön test ve son test puanları toplanarak ortalamaları alındı. Dikkat testinden alınan yüksek puanlar eksik ve hatanın fazla olduğuna, dolayısıyla dikkatin düşük olmasına işaret eder. Puanların hesaplanması için boş bırakılan ve hatalı işaretlenenlerin toplamı alındı (Hem ön test için hem de son test için). Uygun istatistik yönteminin seçiminde grup sayısı dikkate alınır. Grup sayısı 30’un altında ise non-parametrik testler, 30’un üzerinde ise parametrik testler kullanılır.

Araştırmaya katılan öğrencilerin demografik değişkenlerine göre incelenmiştir. Ailenin eğitim durumu, ailenin gelir durumu, daha önceden rahatsızlık geçirme, anne ve babanın birlikte yaşaması ve öğrencinin kendine ait odasının olma durumu değişkenleri genelde aynı olduğu için araştırma kapsamında sözkonusu değişkenlere ilişkin alt problemler oluşturulmamış ve fark testleri (t testi - Anova vb.) yapılmamıştır.

BÖLÜM 4

BULGULAR

4.1. Katılımcıların Demografik Özelliklerine İlişkin Bulgular

Bu başlık altında; inceleme kapsamındaki öğrencilerin çeşitli demografik özellikleri çeşitli değişkenlere göre incelenmiş, bu değişkenlerin frekans ve yüzdeleri Tablo 4.1’de verilmiştir.

Tablo 4.1.

Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Çeşitli Demografik Değişkenlere Göre Frekans ve Yüzdelerini gösteren tablo

Demografik Değişkenler	Faktörler	N	%	
Cinsiyet	Kontrol Grubu	Kız	20	50.0
		Erkek	20	50.0
		Toplam	40	100.0
	Deney Grubu	Kız	20	50.0
		Erkek	20	50.0
		Toplam	40	100.0
Yaş	Kontrol Grubu	11 yaş	20	50.0
		12 yaş	14	35.0
		13 yaş	6	15.0
		Toplam	40	100.0
	Deney Grubu	11 yaş	20	50.0
		12 yaş	14	35.0
		13 yaş	6	15.0
		Toplam	40	100.0
Annenin Eğitim Durumu	Kontrol Grubu	Lise	9	22.5
		Lisans	28	70.0
		Yüksek Lisans	3	7.5
		Toplam	40	100
	Deney Grubu	Lise	7	17.5
		Lisans	32	80.0
		Yüksek Lisans	1	2.5
		Toplam	40	100.0
Babanın Eğitim Durumu	Kontrol Grubu	Lise	2	5.0
		Lisans	33	82.5
		Yüksek Lisans	5	12.5

Demografik Değişkenler	Faktörler	N	%	
	Toplam	40	100.0	
	Deney Grubu	Lise	4	10.0
		Lisans	32	80.0
		Yüksek Lisans	4	10.0
		Toplam	40	100.0
Ailenin Aylık Geliri	Kontrol Grubu	2.000 TL. ve üzeri	40	100.0
		Toplam	40	100.0
	Deney Grubu	2.000 TL. ve üzeri	40	100.0
		Toplam	40	100.0
		Kardeş sayısı	Kontrol Grubu	Tek çocuk
2 çocuk	17			42.5
3 çocuk	6			15.0
Toplam	40			100.0
Deney Grubu	Tek çocuk		18	45.0
	2 çocuk	16	40.0	
	3 çocuk	6	15.0	
	Toplam	40	100.0	
Daha önceden Geçirdiği Önemli Bir Rahatsızlık	Kontrol Grubu	Yok	40	100.0
		Toplam	40	100.0
	Deney Grubu	Yok	40	100.0
		Toplam	40	100.0
		Anne ve Baba Birlikte Mi?	Kontrol Grubu	Evet
Hayır	2			5.0
Toplam	40			100.0
Deney Grubu	Evet		38	95.0
	Hayır		2	5.0
	Toplam	40	100.0	
Günlük Uyku Süresi	Kontrol Grubu	7 saat	2	5.0
		8 saat	5	12.5
		9 saat	23	57.5
		10 saat	10	25.0
		Toplam	40	100.0
	Deney Grubu	7 saat	4	10.0
		8 saat	10	25.0
		9 saat	14	35.0
		10 saat	12	30.0
		Toplam	40	100.0
Evde Kendisine Ait Odası Var Mı?	Deney Grubu	Var	40	100.0
		Toplam	40	100.0
	Kontrol Grubu	Var	40	100.0
		Toplam	40	100.0

Tablo 4.1’de görüldüğü gibi araştırmaya katılan öğrenciler cinsiyet açısından incelendiğinde deney ve kontrol grubunda eşit sayıda 20’si (% 50) kız, 20’si (% 50) erkektir. Katılımcıların yaşlarına göre ise deney ve kontrol grubunda eşit sayıda 20’si (% 50) 11 yaşında, 14’ü (% 35) 12 yaşında, 6’sı (% 15) 13 yaşındadır. Araştırmaya katılan öğrencilerin annesinin eğitim durumu incelendiğinde; kontrol grubunun 9’u (%22.5) lise, 28’i (% 70) lisans, 3’ü (% 7.5) yüksek lisans mezunu iken; deney grubunun 7’si (% 17.5) lise, 32’si (% 80) lisans, 1’i (% 2.5) yüksek lisans mezunudur. Öğrencilerin babasının

eğitim durumu incelendiğinde; kontrol grubunun 2'si (% 5) lise, 33'ü (% 82.5) lisans, 5'i (% 12.5) yüksek lisans mezunu iken; deney grubunun 4'ü (% 10) lise, 32'si (% 80) lisans, 4'ü (% 10) yüksek lisans mezunudur. Katılımcıların kardeş sayısı incelendiğinde; kontrol grubundaki 17'sinin (% 42.5) tek çocuk, 17'sinin (% 42.5) iki çocuklu, 6'sının (% 15) üç çocuklu ailede yaşamışken; deney grubundaki, 18'i (% 45) tek çocuk, 16'sının (% 40) iki çocuklu, 6'sının (% 15) üç çocuklu ailede yaşadığı anlaşılmıştır. Katılımcıların anne ve babalarının birlikte yaşadıklarına göre deney ve kontrol grubunda eşit sayıda olarak, 38'inin (% 95) anne ve babası birlikte iken 2'sinin (% 5) anne ve babası ayrı yaşamaktadır. Öğrencilerin günlük uyku süresine bakıldığında kontrol grubunun 2'si (% 5) yedi saat, 5'i (% 12.5) sekiz saat, 23'ü (% 57.5) dokuz saat, 10'u (% 25) on saat uyurken; deney grubunun 4'ü (% 10) yedi saat, 10'u (% 25) sekiz saat, 14'ü (% 35) dokuz saat, 12'si (% 30) on saat uyuduğu tespit edilmiştir. Araştırmaya katılan öğrencilerin aile gelir durumu açısından tamamının 2.000 TL ve üzeri gelire sahip oldukları, hiçbirinin daha önceden geçirdiği önemli bir rahatsızlıklarının bulunmadığı ve tamamının evlerinde kendilerine ait odasının bulunduğu anlaşılmıştır.

4.2. Katılımcıların Dikkat Düzeylerinin Yaş Değişkenine Göre İncelenmesi

Araştırmaya katılan öğrencilerin dikkat düzeylerinin yaş değişkenine göre ön test ve son test değerlerinin değişip değişmediğine ilişkin Mann Whitney U sonuçları Tablo 4.2'de verilmiştir.

Tablo 4.2.

Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Dikkat Seviyelerinin Yaş Değişkenine Göre Ön Test ve Son Test Bulgularının Gruplar Açısından Karşılaştırılması (Mann Whitney U Testi)

Yaş	Değişken	Gruplar	N	Sıra Ort.	Sıra Toplamı	U	P
11 yaş	Ön Test	Deney	20	24.03	481.50	128.50	.06
		Kontrol	20	16.93	338.50		
	Son Test	Deney	20	20.45	409.00	199.00	.98
		Kontrol	20	20.55	411.00		
12 yaş	Ön Test	Deney	14	15.82	221.50	79.50	.40
		Kontrol	14	13.18	184.50		
	Son Test	Deney	14	14.39	204.50	96.50	.94
		Kontrol	14	14.61	201.50		
13 yaş	Ön Test	Deney	6	8.25	28.50	7.50	.09
		Kontrol	6	4.75	49.50		
	Son Test	Deney	6	7.83	31.00	10.00	.15
		Kontrol	6	5.17	47.00		

p>.05).

Tablo 4.2.'den de izlenebileceği gibi öğrencilerin dikkat düzeyleri yaş değişkenine göre Bourdon dikkat testinde yanlış işaretleme düzeyleri arasında anlamlı bir fark olup olmadığını ortaya koymak için yapılan Mann Whitney U testinin sonucuna göre, 11 yaşındaki öğrenciler incelendiğinde; deney grubunun ön test yanlış sayıları (Ortanca: 24.03) ile kontrol grubunun ön test yanlış sayıları (Ortanca: 16.93) arasında istatistiksel bakımdan anlamlı bir fark gözlenmemiştir ($U=128.50$, $p>.05$). Deney grubunun son test yanlış sayıları (Ortanca: 20.45) ile kontrol grubunun son test yanlış sayıları (Ortanca: 20.55) arasında istatistiksel yönden anlamlı bir fark gözlenmemiştir ($U=199.00$, $p>.05$). Bu bulgudan hareketle araştırmaya katılan 11 yaşındaki öğrencilerin Hemsball branşına katılmış olmaları onların dikkat düzeylerine etki etmediği sonucuna ulaşılmıştır.

12 yaşındaki öğrenciler incelendiğinde; deney grubunun ön test yanlış sayıları (Ortanca: 15.82) ile kontrol grubunun ön test yanlış sayıları (Ortanca: 13.18) arasında istatistiksel bakımdan anlamlı bir fark gözlenmemiştir ($U=7.50$, $p>.05$). Deney grubunun son test yanlış sayıları (Ortanca: 14.39) ile kontrol grubunun son test yanlış sayıları (Ortanca: 14.61) arasında istatistiksel bakımdan anlamlı bir fark gözlenmemiştir ($U=96.50$, $p>.05$). Bu bulgudan hareketle araştırmaya katılan 12 yaşındaki öğrencilerin Hemsball branşına katılmış olmaları onların dikkat düzeylerine etki etmediği sonucuna ulaşılmıştır.

13 yaşındaki öğrenciler incelendiğinde; deney grubunun ön test yanlış sayıları (Ortanca: 8.25) ile kontrol grubunun ön test yanlış sayıları (Ortanca: 4.75) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark gözlenmemiştir ($U=79.50$, $p>.05$). Deney grubunun son test yanlış sayıları (Ortanca: 7.83) ile kontrol grubunun son test yanlış sayıları (Ortanca: 5.17) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark gözlenmemiştir ($U=10.00$, $p>.05$). Bu bulgudan hareketle araştırmaya katılan 13 yaşındaki öğrencilerin Hemsball branşına katılmış olmaları onların dikkat düzeylerine etki etmediği sonucuna ulaşılmıştır.

Araştırmaya katılan öğrencilerin yaşının dikkat düzeylerine etkisinin incelenmesi amacıyla Kruskal Wallis testi yapılmıştır. Bourdon dikkat testi puan toplamalarına göre sıra ortalamalarının değişip değişmediğine ilişkin Kruskal Wallis test sonuçları Tablo 4.3'de verilmiştir.

Tablo 4.3.

Öğrencilerin Dikkat Düzeylerinin Yaş Değişkenine Göre Karşılaştırılması (Kruskal Wallis Testi Sonuçları)

Yaş	N	Sıra Ort.	sd	X ²	p	Anlamlı Fark
A. 11 yaş	40	53.45				
B. 12 yaş	28	33.45	2	30.93	.00	A / B-C B / C
C. 13 yaş	12	13.79				

Tablo 4.3 'den de izlenebileceği gibi yaş değişkenine göre öğrencilerin dikkat düzeyleri arasında fark olup olmadığını görmek amacıyla yapılan Kruskal Wallis testine göre öğrencilerin yaşı ile dikkat düzeyi arasında anlamlı fark gözlenmiştir ($X^2_{(2)} = 30.93$, $p < .05$). Mann Whitney U testi ile yapılan çoklu karşılaştırmalar sonunda bu farkın tüm yaş grupları arasında olduğunu belirlenmiştir. Test sonucuna göre 13 yaşındaki öğrencilerin dikkat testinde en az hata yaptıkları, ardından 12 yaşındaki öğrencilerin ve son olarak da 11 yaşındaki öğrencilerin dikkat testinde birbirlerinden anlamlı derecede hata yaptıkları söylenebilir. Bu bulgudan hareketle öğrencinin yaşının onların dikkat düzeyini etkilediği, öğrencinin yaşı arttıkça dikkat testinde daha az hata yaptıkları ifade edilebilir.

4.3. Katılımcıların Dikkat Düzeylerinin Cinsiyet Değişkenine Göre İncelenmesi

Araştırmaya katılan öğrencilerin dikkat düzeylerinin cinsiyet değişkenine göre ön test ve son test değerlerinin değişip değişmediğine ilişkin Mann Whitney U sonuçları Tablo 4.4'de verilmiştir.

Tablo 4.4.

Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Dikkat Düzeylerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Ön Test ve Son Test Değerlerinin Gruplar Bakımından Karşılaştırılması (Mann Whitney U Testi)

Cinsiyet	Değişken	Gruplar	N	Sıra Ort.	Sıra Toplamı	U	P
Kız	Ön Test	Deney	20	18.90	378.00	168.00	.37
		Kontrol	20	22.10	442.00		
	Son Test	Deney	20	19.25	385.00	175.00	.48
		Kontrol	20	21.75	435.00		
Erkek	Ön Test	Deney	20	25.35	507.00	103.00	.07
		Kontrol	20	15.65	313.00		
	Son Test	Deney	20	20.15	417.00	193.00	.83
		Kontrol	20	20.85	403.00		

Tablo 4.4’de de görülebileceği gibi öğrencilerin dikkat düzeyleri cinsiyet değişkenine göre Bourdon dikkat testinde yanlış işaretleme düzeyleri arasında anlamlı bir fark olup olmadığını ortaya koymak için yapılan Mann Whitney U testinin sonucuna göre, kız öğrencilerin; deney grubunun ön test yanlış sayıları (Ortanca: 18.90) ile kontrol grubunun ön test yanlış sayıları (Ortanca: 22.10) arasında istatistiksel bazda anlamlı bir fark gözlenmemiştir ($U=168.00$, $p>.05$). Deney grubunun son test yanlış sayıları (Ortanca: 19.25) ile kontrol grubunun son test yanlış sayıları (Ortanca: 21.75) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark gözlenmemiştir ($U=175.00$, $p>.05$). Bu bulgudan hareketle araştırmaya katılan kız öğrencilerin Hemsball branşına katılmış olmaları onların dikkat düzeylerine etki etmediği sonucuna ulaşılmıştır. Erkek öğrencilerinse; deney grubunun ön test yanlış sayıları (Ortanca: 25.35) ile kontrol grubunun ön test yanlış sayıları (Ortanca: 15.65) içerisinde istatistiksel anlamda anlamlı bir fark gözlenmemiştir ($U=103.00$, $p>.05$). Deney grubunun son test yanlış sayıları (Ortanca: 20.15) ile kontrol grubunun son test yanlış sayıları (Ortanca: 20.85) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark gözlenmemiştir ($U=193.00$, $p>.05$). Bu bulgudan hareketle araştırmaya katılan erkek öğrencilerin Hemsball branşına katılmış olmaları onların dikkat düzeylerine etki etmediği sonucuna ulaşılmıştır.

Araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyetinin dikkat düzeylerine etkisinin incelenmesi amacıyla t-testi yapılmıştır. Bourdon dikkat testi puan toplamalarının ortalamalarının öğrencinin cinsiyetine göre değişip değişmediğine ilişkin t-testi sonuçları Tablo 4.5’de verilmiştir.

Tablo 4.5

Öğrencilerin Dikkat Düzeylerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Karşılaştırılması (t-Testi Sonuçları)

Cinsiyet	N	$\bar{X}$	Ss	Sd	t	P
Kız	40	27.17	7.14	78	1.80	.08
Erkek	40	29.97	6.73			

Tablo 4.5’den de izlenebileceği gibi cinsiyet değişkenine göre öğrencilerin dikkat düzeyleri arasında fark olup olmadığını görmek amacıyla yapılan t-Testine göre öğrencilerin cinsiyeti ile dikkat düzeyi arasında anlamlı fark gözlenmemiştir [$t_{(78)}= 1.80$, $p>.05$] Bu bulgudan hareketle öğrencinin cinsiyetinin onların dikkat düzeyini etkilemediği ifade edilebilir.

4.4. Katılımcıların Dikkat Düzeylerinin Kardeş Sayısı Değişkenine Göre İncelenmesi

Araştırmaya katılan öğrencilerin dikkat düzeylerinin kardeş sayısı değişkenine göre ön test ve son test değerlerinin değişip değişmediğine ilişkin Mann Whitney U sonuçları Tablo 4.6’da verilmiştir.

Tablo 4.6.

Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Dikkat Düzeylerinin Kardeş Sayısı Değişkenine Göre Ön Test ve Son Test Değerlerinin Gruplar Bakımından Karşılaştırılması (Mann Whitney U Testi)

Kardeş Sayısı	Değişken	Gruplar	N	Sıra Ort.	Sıra Toplamı	U	P
Tek çocuk	Ön Test	Deney	17	17.29	294.00	141.00	.68
		Kontrol	18	18.67	336.00		
	Son Test	Deney	17	18.85	320.50	138.50	.61
		Kontrol	18	17.19	309.50		
2 çocuk	Ön Test	Deney	17	14.74	250.50	97.50	.16
		Kontrol	16	19.41	310.50		
	Son Test	Deney	17	16.82	286.00	133.00	.91
		Kontrol	16	17.19	275.00		
3 çocuk	Ön Test	Deney	6	6.25	37.50	16.50	.80
		Kontrol	6	6.75	40.50		
	Son Test	Deney	6	6.33	38.00	17.00	.86
		Kontrol	6	6.67	40.00		

Tablo 4.6’den da izlenebileceği gibi öğrencilerin dikkat düzeyleri kardeş sayısı değişkenine göre Bourdon dikkat testinde yanlış işaretleme düzeyleri arasında anlamlı bir fark olup olmadığını ortaya koymak için yapılan Mann Whitney U testinin sonucuna göre, ailesinde tek çocuk olan öğrenciler incelendiğinde; deney grubunun ön test yanlış sayıları (Ortanca: 17.29) ile kontrol grubunun ön test yanlış sayıları (Ortanca: 18.67) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark gözlenmemiştir (U=141.00, $p>.05$). Deney grubunun son test yanlış sayıları (Ortanca: 18.85) ile kontrol grubunun son test yanlış sayıları (Ortanca: 17.19) arasında istatistiksel anlamda anlamlı bir fark gözlenmemiştir (U=138.50, $p>.05$). Bu bulgudan hareketle araştırmaya katılan ve ailede tek çocuk olan öğrencilerin Hemsball branşına katılmış olmaları onların dikkat düzeylerine etki etmediği sonucuna ulaşılmıştır.

Ailesinde iki çocuk olan öğrenciler incelendiğinde; deney grubunun ön test yanlış sayıları (Ortanca: 14.74) ile kontrol grubunun ön test yanlış sayıları (Ortanca: 19.41) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark gözlenmemiştir (U=97.50, $p>.05$). Deney grubunun son test yanlış sayıları (Ortanca: 16.82) ile kontrol grubunun son test yanlış sayıları (Ortanca: 17.19) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark gözlenmemiştir (U=133.00, $p>.05$). Bu

bulgudan hareketle araştırmaya katılan ve ailesinde iki çocuk olan öğrencilerin Hemsball branşına katılmış olmaları onların dikkat düzeylerine etki etmediği sonucuna ulaşılmıştır.

Ailesinde üç çocuk olan öğrenciler incelendiğinde; deney grubunun ön test yanlış sayıları (Ortanca: 6.25) ile kontrol grubunun ön test yanlış sayıları (Ortanca: 6.75) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark gözlenmemiştir ($U=16.50$, $p>.05$). Deney grubunun son test yanlış sayıları (Ortanca: 6.33) ile kontrol grubunun son test yanlış sayıları (Ortanca: 6.67) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark gözlenmemiştir ($U=17.00$, $p>.05$). Bu bulgudan hareketle araştırmaya katılan ve ailesinde iki çocuk olan öğrencilerin Hemsball branşına katılmış olmaları onların dikkat düzeylerine etki etmediği sonucuna ulaşılmıştır.

Araştırmaya katılan öğrencilerin kardeş sayısının dikkat düzeylerine etkisinin incelenmesi amacıyla Kruskal Wallis testi yapılmıştır. Bourdon dikkat testi puan toplamalarına göre sıra ortalamalarının değişip değişmediğine ilişkin Kruskal Wallis test sonuçları Tablo 4.7’de verilmiştir.

Tablo 4.7.

Öğrencilerin Dikkat Düzeylerinin Kardeş Sayısı Değişkenine Göre Karşılaştırılması (Kruskal Wallis Testi Sonuçları)

Yaş	N	Sıra Ort.	Sd	X^2	p	Anlamlı Fark
A. Tek çocuk	35	42.24	2	.65	.72	-
B. 2 çocuk	33	40.29				
C. 3 çocuk	12	36.00				

Tablo 4.7’den de izlenebileceği gibi kardeş sayısı değişkenine göre öğrencilerin dikkat düzeyleri arasında fark olup olmadığını görmek amacıyla yapılan Kruskal Wallis testine göre öğrencilerin kardeş sayısı ile dikkat düzeyi arasında anlamlı fark gözlenmemiştir ($X^2_{(2)} = .65$, $p>.05$). Bu bulgudan hareketle öğrencinin kardeş sayısının onların dikkat düzeyini etkilemediği ifade edilebilir.

4.5. Hemsball Oyun Becerilerinin, Katılımcıların Dikkat Düzeylerine Etkisinin İncelenmesi

Hemsball eğitimine katılmış öğrenciler ile Hemsball eğitimine katılmamış öğrencilerin dikkat düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığının tespit edilebilmesi için araştırmaya katılan öğrencilerin Bourdon dikkat testi puan ortalamalarının karşılaştırıldığı ilk test ve son test sonuçları Tablo 4.8’de verilmiştir.

Tablo 4.8.

Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Bourdon Dikkat Testinde Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması (İlişkili Örneklem için t-Testi Sonuçları)

Gruplar	Değişken	N	$\bar{X}$	Ss	sd	t	P
Kontrol Grubu	İlk Test	40	15.90	4.46	39	1.17	.25
	Son Test	40	13.32	3.73			
Deney Grubu	İlk Test	40	14.20	3.57		7.62	.00**
	Son Test	40	13.72	2.94			

* $p < .05$ anlamlılık düzeyi

Tablo 4.8’te görülebileceği gibi Hemsball eğitimine katılmış öğrenciler ile Hemsball eğitimine katılmamış öğrencilerin dikkat düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığının tespit edilebilmesi için yapılan ilişkili örneklem için t-Testi sonuçlarına göre kontrol grubundaki (Hemsball eğitimine katılmamış) öğrencilerin Bourdon dikkat testinden program öncesi aldıkları puan ortalaması ($\bar{X}_{\text{ilk test}} = 15.90$) ile program sonrası aldıkları puan ortalaması ($\bar{X}_{\text{son test}} = 13.32$) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmemiştir [$t_{(39)} = 1.17$, $p > 0.05$].

Diğer taraftan deney grubundaki (Hemsball eğitimine katılmış) öğrencilerin Bourdon dikkat testinden program öncesi aldıkları puan ortalaması ($\bar{X}_{\text{ilk test}} = 14.20$) ile program sonrası aldıkları puan ortalaması ($\bar{X}_{\text{son test}} = 13.72$) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu anlaşılmıştır [$t_{(39)} = 7.62$, $p < 0.05$]. Hemsball eğitimine katılan öğrenciler, eğitim sonrasında dikkat testinde daha az hata yapmışlardır. Tespit edilen anlamlı farkın etki büyüklüğü ($d=0,5$) bu farkın orta düzeyde olduğunu göstermektedir.

Özetle, kontrol grubunun ilk ve son test puanları arasında anlamlı bir fark olmamasına karşın, deney grubundaki öğrencilerin ilk teste göre son testte daha az hata yapmaları Hemsball eğitiminin onların dikkat düzeyleri üzerinde anlamlı bir etkisinin bulunduğuna

işaret etmektedir. Hemsball eğitimine katılmış ęęrencilerin dikkat düzeylerinin “orta” seviyede arttığı bulgusuna ulaşılmıştır. Bu bulgudan hareketle Hemsball oyun becerilerinin dikkat düzeyleri gelişiminde orta düzeyde etkili olduğu söylenebilir.

BÖLÜM 5

TARTIŞMA

11-14 yaş grubu Hemsball sporu yapan çocukların dikkat düzeylerinin incelenmesi amacıyla yapılmış bu araştırma sonucunda deney grubundaki (Hemsball eğitime katılmış) öğrencilerin Bourdon dikkat testinden program öncesi aldıkları puan ortalaması ($\bar{X}_{ilk\ test} = 15.90$) ile program sonrası aldıkları puan ortalaması ($\bar{X}_{Son\ test} = 13.32$) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu anlaşılmıştır [$t_{(39)} = 7.62, p < 0.05$]. Hemsball eğitime katılan öğrenciler, eğitim sonrasında dikkat testinde daha az hata yapmışlardır. Tespit edilen anlamlı farkın etki büyüklüğü ($d=0,5$) bu farkın orta düzeyde olduğunu göstermektedir.

Deney grubu ve kontrol grubu son test değerlerine ilişkin bir karşılaştırma yapıldığında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir ($p>0,05$). Bu da bize deney grubuna uygulanan Hemsball sporu egzersizlerinin bireylerin dikkat düzeylerini olumlu yönde etkilediğini göstermiştir.

Deney ve kontrol grubu ön test ve son test değerlerinin deney grubu ön test $77,10 \pm 11,813$, kontrol grubu ön test $70,97 \pm 15,912$ değerleri bulunmuş olup istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Son test değerlerini karşılaştırılmasında ise istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir ($p<0,05$).

Araştırmaya katılan kız ve erkek öğrencilerin deney ve kontrol grubu ilişkin ön test ve son test değerlerinin gruplar bakımından incelendiğinde öğrencilerin dikkat düzeyleri ile cinsiyetleri arasında anlamlı bir fark tespit edilememiştir. Başka bir deyişle öğrencinin cinsiyetinin onların dikkat düzeyini etkilemediği bulgusuna ulaşılmıştır.

Yapılan literatür araştırmasında 2014 yılında Todorova ve arkadaşları yaptıkları

Hemsball'un farklı engellere sahip çocukların fiziksel ve psikomotor özelliklerindeki değişim ile ilgili çalışmalarında Hemsball'un çocukların psiko-fiziksel gelişimlerine olumlu etkilerini ortaya koydular. İncelediğimiz çalışmada da çocukların dikkat düzeylerine olumlu etkilerini ortaya koymuş olmamız bu iki çalışmanın da Hemsball'un çocuklar üzerindeki olumlu etkilerini araştırmaları bakımından birbirini destekler niteliktedir.

Göktepe ve Akalın'ın 2016'da yapmış olduğu bir araştırmada kayak sporu yapan ve spor yapmayan çocuklarda erkeklerin kızlara göre daha yüksek dikkat düzeylerine sahip olduğu belirtilmiştir. Cinsiyet bakımından yapılan bu inceleme benim çalışmamla bu anlamda benzerlik göstermemektedir. Hemsball çalışma programına katılmış deney ve katılmamış kontrol gruplarımızın öntest ve son test incelemeleri sonucunda cinsiyet değişkeninin dikkat düzeyi ile anlamlı bir fark bulunamamıştır. Aynı zamanda kardeş sayısının dikkat düzeyi ile anlamlı farklılıklar bulunduğu Göktepe ve Akalın'ın çalışması, kardeş değişkeninin dikkat düzeyi ile arasında anlamlı bir fark tespit etmediğimiz çalışmamızla bu değişken açısından birbirinden farklı sonuçlara ulaşmıştır.

Tunç 2013'te yaptığı çalışmada Golf sporu yapan sporcuların dikkat düzeylerini incelemiştir. Programa katılan bayan ve erkeklerle ilişkin ön test ve son test değerlerinin gruplar açısından karşılaştırılmasında, deney grubunda yer alan bayan ve erkek deneklerin ön test ve son test sonuçlarına bakıldığında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Biz kendi çalışmamızda cinsiyet ile dikkat düzeyi arasında anlamlı bir fark saptayamadık. Bu anlamda bu iki çalışma bu değişken açısından birbirini desteklemese de golf sporu egzersizlerinin bireylerin dikkat düzeylerini olumlu yönde etkilediğini gösteren bu çalışma Hemsball'un da dikkati geliştirdiği yönündeki elde ettiğimiz verilerimizle birbiriyle örtüşmekte ve desteklemektedir.

Kartal ve Dereceli'nin 2016'da ortaya koyduğu Eskrim Sporunu Yapan ve Yapmayan 10-12 Yaş Arası Çocukların Dikkat Düzeylerinin İncelenendiği bir çalışmada ise cinsiyete göre dikkat düzeyi açısından denekler arasında anlamlı bir farklılığın olmadığı tespit edilmiştir. Bu özellik açısından çalışmamızın bu çalışma ile örtüştüğü ve destekler nitelikte olduğu söylenebilir.

Hemsball sporunu yapan ve yapmayan çocuklarımızın arasında bu branşı yapan çocuklarımızın dikkat düzeylerine anlamlı bir etkisinin olduğunu tespit etmiştik. Yine Kartal ve Dereceli'nin (2016) yaptığı incelemede Eskrimci olan ve olmayan denekler

arasında dikkat düzeyi açısından eskrimciler lehine anlamlı bir farklılık vardır.

2010 yılında eğitsel oyunların çocuklarda dikkat düzeylerinin incelendiği çalışmada Akandere ve ark. 8 haftalık eğitsel oyunların çocukların dikkat düzeylerinin olumlu yönde arttığını ortaya koymuştur. Bu çalışma sonuç bazında bizim çalışmamızla birbirini destekler nitelikte görülmektedir.

Bu çalışma odaklanma için gerekli esas becerilerin kazanılması ve geliştirilmesi açısından son derece önemlidir ve Hemsball'un çocukların dikkat seviyelerine orta düzeyde etki ettiği sonucuna ulaşmıştır. Işık ise zihinsel engelli Çocuklarda Hemsball oyun becerilerinin motor yeterlik sonuçlarına etkisi başlığı altında karşımıza çıkıyor. Işık (2016) bu çalışmanın sonunda Hemsball'un denge ve koordinasyon becerilerine olan etkisinin belirlenmesi ve zihinsel engelli çocuklara uygulandığında aldığı olumlu sonuçlarla alanında da ilk çalışmayı gerçekleştirmiştir. Bu iki çalışma Hemsball oyun becerilerinin yönlendirildiği alanlarda olumlu etkiler vermesi sebebiyle birbiriyle yakından ilişkilidir.

Yine başka bir hemsball ve dikkat kavramlarını içeren çalışma ise Işık ve Kılıç (2017) Hemsball'da Komplike Alıştırmaların İşitme Engellilerin Dikkat ve Koordinatif Yetilerine Etkisi'ni araştırmış ve sonucunda, deney grubunda hemsball'da komplike alıştırmalarının dikkat, el-göz koordinasyonu, denge ve reaksiyon testi (baskın el) üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Buradan da söylenebilir ki hemsball ve dikkat bizim bulgularımız sonucunda da birbirinden ayrılamaz ve sıkı ilişki içerisinde iki kavramdır.

Oluşturduğumuz Hemsball çalışma programına katılan ortaokul çocuklarının dikkat düzeylerine anlamlı etkilerini ve istatistiksel anlamda da bunu kanıtlar değerlerini ortaya koyduğumuz bu çalışma, dikkat kavramının 9-13 yaş aralığındaki çocuklarda anlamlı bir olumlu yükselişe geçtiğini ortaya koyduğumuz bu çalışma, Yönel'in (2019) Dart Sporunun Dikkat Düzeyine Etkisinin İncelenmesi üzerine yaptığı 9-13 yaşlarındaki dart sporu ile uğraşan öğrencilerin dart branşıyla uğraşmayan öğrencilere göre dikkat düzeylerinde artış tespit etmesi sebebiyle bu iki çalışma birbirini destekler niteliktedir.

Akcınlı'nın yaptığı çalışmada ise sekiz yaş grubu üzerinde yapılan bir çalışmada çocuklarda dikkat ve hafıza gelişimi ile hareket eğitimi ilişkisi incelenmiş ve bu çalışmanın hafıza-dikkat gelişimi üzerinde olumlu sonuçlarını kanıtlamıştır. Uyguladığımız hemsball çalışma programı bir hareket eğitimi de olması sebebiyle bu iki çalışmanın sonucu birbirini hem destekler hem de geliştirilebilir nitelikte daha da anlam kazanmaktadır.

BÖLÜM 6

SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırma 11-14 yaş grubu ortaokul öğrencilerine uygulanan Hemsball oyun beceri antrenman programının Bourdion Dikkat Testi ile belirlenen dikkat düzeyinin etkisi değerlendirilmektedir. Çalışmada aşağıdaki sonuçlara ulaşılmıştır.

Araştırma analizinin yaş değişkenine göre öğrencilerin dikkat düzeyleri arasında fark olup olmadığını görmek amacıyla yapılan Kruskal Wallis testine göre öğrencilerin yaşı ile dikkat düzeyi arasında anlamlı fark gözlenmiştir ($X^2_{(2)} = 30.93, p < .05$). Mann Whitney U testi ile yapılan çoklu karşılaştırmalar sonunda bu farkın tüm yaş grupları arasında olduğunu belirlenmiştir. Test sonucuna göre 13 yaşındaki öğrencilerin dikkat testinde en az hata yaptıkları, ardından 12 yaşındaki öğrencilerin ve son olarak da 11 yaşındaki öğrencilerin dikkat testinde birbirlerinden anlamlı derecede hata yaptıkları söylenebilir. Bu bulgudan hareketle öğrencinin yaşının onların dikkat düzeyini etkilediği, öğrencinin yaşı arttıkça dikkat testinde daha az hata yaptıkları ifade edilebilir.

Araştırma analizinin cinsiyet değişkenine göre öğrencilerin dikkat düzeyleri arasında fark olup olmadığını görmek amacıyla yapılan t-Testine göre öğrencilerin cinsiyeti ile dikkat düzeyi arasında anlamlı fark gözlenmemiştir [$t_{(78)} = 1.80, p > .05$] Bu bulgudan hareketle öğrencinin cinsiyetinin onların dikkat düzeyini etkilemediği ifade edilebilir. Araştırmanın kardeş sayısı değişkenine göre öğrencilerin dikkat düzeyleri arasında fark olup olmadığını görmek amacıyla yapılan Kruskal Wallis testine göre öğrencilerin kardeş sayısı ile dikkat düzeyi arasında anlamlı fark gözlenmemiştir ($X^2_{(2)} = .65, p > .05$). Bu bulgudan hareketle öğrencinin kardeş sayısının onların dikkat düzeyini etkilemediği ifade edilebilir. Diğer taraftan deney grubundaki (Hemsball eğitimine katılmış) öğrencilerin Bourdon dikkat testinden program öncesi aldıkları puan ortalaması ($\bar{X}_{ilk\ test} =$

15.90) ile program sonrası aldıkları puan ortalaması ($\bar{X}_{\text{Son test}} = 13.32$) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu anlaşılmıştır [$t_{(39)} = 7.62$, $p < 0.05$]. Hemsball eğitimine katılan öğrenciler, eğitim sonrasında dikkat testinde daha az hata yapmışlardır. Tespit edilen anlamlı farkın etki büyüklüğü ($d=0,5$) bu farkın orta düzeyde olduğunu göstermektedir. Araştırmamızdan elde edilen bulgular sonucunda; 11-14 yaşlarında Hemsball sporu yapan çocukların dikkat düzeyleri, Hemsball sporu yapmayan çocuklara göre olumlu bir artış göstermiştir. Çocukların sportif beceri ve ilgileri daha erken yıllarda keşfedilebilirse, sonraki yıllarda kendilerini başarıya götürmede bu farkındalık bizlere aracı olabilecektir. Çocukların başarılı bireyler olabilmeleri için bilişsel becerileri açısından da beslenmeleri ve özellikle erinlik sürecinde sosyal gelişimlerinin desteklenmesi de son derece önem kazanmaktadır. 11-14 yaşlarındaki çocuklara Hemsball sporu eğitiminin, Hemsball sporu yapan çocukların dikkat seviyelerinde olumlu artışı bulunmasından dolayı Hemsball eğitimi verilmesi tavsiye edilmektedir. Sonuç kontrol grubunun ilk ve son test puanları arasında anlamlı bir fark olmamasına karşın, deney grubundaki öğrencilerin ilk teste göre son testte daha az hata yapmaları Hemsball eğitiminin onların dikkat düzeyleri üzerinde anlamlı bir etkisinin bulunduğuna işaret etmektedir. Hemsball eğitimine katılmış öğrencilerin dikkat düzeylerinin “orta” seviyede arttığı bulgusuna ulaşılmıştır. Bu bulgudan hareketle Hemsball oyun becerilerinin dikkat düzeyleri gelişiminde orta düzeyde etkili olduğu söylenebilir.

6.1. Öneriler

1. Öğrencilerin dikkat düzeyi gelişimi ile ilgili çalışmalar farklı spor branşlarında da yapılabilir.
2. Hemsball oyun becerilerine yönelik farklı değişkenlerle araştırmalar yapılabilir.
3. Öğrencilerin Hemsball branşına yönelik görüşleri nitel araştırma ile incelenebilir.
4. Farklı ekonomik ve sosyal statüdeki öğrenciler arasında yapılabilir.
5. Özel ve devlet okullarındaki öğrencilerle çalışma yapılabilir.
6. Farklı illerde ve farklı örneklem büyüklükleri ile bu çalışma zenginleştirilebilir.

KAYNAKLAR

- Abernethy B., Maxwell J. P., Masters R. S. W., Kamp J. V. D., Jackson R. C.(2007). *Handbook of Sport Psychology*. USA: John Wiley&Sons.
- Adsız E. (2010). *İlköğretim çağındaki öğrencilerde düzenli yapılan sporun dikkat üzerine etkisinin araştırılması*. Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, İzmir.
- Akandere, M. (2003). *Eğitici okul oyunları*. Ankara: Nobel.
- Akandere M., Baştuğ G., Asan R., Baştuğ K. (2010). *Çocuklarda eğitsel oyunun dikkat üzerine etkisi, International scientific conference 'perspectives in physical education and sport*. Constanta: Romania. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/200689> adresinden erişilmiştir.
- Akcınlı, N. (2005). *Sekiz yaş grubu çocuklarda hareket eğitimi ile dikkat ve hafıza gelişiminin ilişkisi*. Yüksek Lisans Tezi Celal Bayar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Öğretimi Anabilim, Manisa.
- Aracı H. (2001). *Öğretmen ve öğrenciler için okullarda beden eğitimi*. Ankara. Nobel.
- Arı R. (2008). *Eğitim psikolojisi*. Ankara: Nobel.
- Asan R. (2011). *Sekiz haftalık masa tenisi egzersizinin 9-13 yaş arası çocuklarda dikkat üzerine etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Konya.
- Ayan D. (2007). *Effects Of İnternal, External And Prefence Of Attentional Focus Feedback On Learning Voleybol Tennis Serve Of 12-13 Years Old Children*, M.S. Deparment Of Physical Education And Sport.
- Aydın, A. (2000). *Gelişim ve öğrenme psikolojisi*. 2. Baskı, İstanbul: Alfa.
- Aydın, A. (2007). *Eğitim psikolojisi*. Ankara: Pegem.
- Baltacı G. (2008). *Çocuk ve spor*. 1. Baskı. Ankara: Klasmat.
- Barchmann, H., Kinze, W. & Roth, N. (1991). *Aufmerksamkeit und konzentration im kindesalter*. Berlin: Verlag Gesundheit.
- Başer, E. (2000). *Uygulamalı spor psikolojisi performans sporunda psikolojinin rolü*. s.16-

- Bicer, Y. S., Aysan H. A. (2008). *Mental konsantrasyon çalışmalarının bilek güreşi Erkek sporcuların reaksiyon zamanlarına etkisi*. Doğu Anadolu Bölgesi Araştırmaları Dergisi, 6 (2), 147-153.
- Binbaşioğlu, C. (1995). *Eğitim psikolojisi* (9. Baskı). Ankara: Yargıcı.
- Bompa, T. O. (1998). *Antrenman kuramı ve yöntemi*, Ankara: Bağırhan.
- Boutcher, S. H. (1992). *Attention and athletic performance: an integrated approach*. Advances in Sport Psychology, Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.
- Bozan, A., Akay Y. (2012). *Dikkat geliştirme eğitiminin ilköğretim 5. Sınıf öğrencilerinin dikkatlerini toplama becerilerine etkisi*. Western Anatolia Journal of Educational Science.
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E.K., Akgün, Ö.E., Karadeniz Ş. ve Demirel, F. (2013). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Pegem.
- Caspersen, C.J., Powell, K.E., and Christenson, G.M. (1985). *Physical activity, exercise, and physical fitness: Definitions and distinctions for health-related research*. Public Health Reports, 100(2), 126-131.
- Clikeman, M. S., Nielsen, K. H., Clinton, A., Sylvester, L., Parle, N., Connor, R. T. (1999). *An intervention approach for children with teacher and parent- identified attentional difficulties, journal of learning disabilities*. 32: 581-590.
- Corbetta, M. (1998). *Frontoparietal cortical networks for directing attention and the eye to visual locations: identical, independent or overlapping neural systems?* USA: Proc Natl Acad Sci. 95: 831-8.
- Çağlar E., Kuruç Z. (2006). *Dikkat testinin sporcularda güvenilirliği ve geçerliliği*, Spor Bilimleri Dergisi, 17 (2), 58-80.
- Demirova G. (2008). *Piyano eğitiminin ilköğretim öğrencilerinin dikkat toplama yetisine etkisi*, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitimin Kültürel Temelleri Anabilim Dalı, Güzel Sanatlar Eğitimi Bilim Dalı Doktora Tezi.
- Doğutepe D., E., Karakaş, S. (2008). *Nöropsikolojik dikkat testleri arasındaki ilişkilerin modellenmesi*. <http://www.psikofarmakoloji.org/pdf/18.pdf> adresinden erişilmiştir.
- Dönmez, N. B., Abidoğlu, Ü., Dinçer, Ç., Erdemir, N. ve Gümüşçü, Ş. (1981). *Okul öncesi dönemde dil gelişimi etkinlikleri*. 3. Baskı, İstanbul: Ya-Pa.
- Driscoll, M.P. (2012). *Öğretim süreçleri ve öğrenme psikolojisi*. (Ö. F. Tutkun, S. Okay ve

- E. Şahin, Çev.). Ankara: Anı.
- Ersoy, T. (2010). *9-11 Yaşlar Arası Spor Yapan ve Yapmayan Çocukların Ruhsal Uyum Düzeylerinin Karşılaştırmalı Olarak İncelenmesi*. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, Ankara.
- Esin, A. Dikkatsizce Kullanılan Önlemler “Dikkat Et/Dikkatli Ol”, Çimento Endüstrisi İşverenleri Sendikası, 2011.
- Ettrich, C. (1998). *Konzentrations-trainings-programm für kinder: III: 3. und 4. schulklasse*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Fraenkel, J. R. & Wallen, N. E. (2009), *How to design and evaluate research in education*, New York: McGraw-Hill. Fricke.
- Freides, D. *Attention and its Disorders*. In: *Developmental disorders: a neuropsychological approach*, Blackwell Publishers, Oxford: 2000; p.160-92.
- Gill, D. L. (2000). *Psychological Dynamics Of Sport and Exercise*. 2nd edition, Champaign: Human Kinetics.
- Goleman, D. (2006) *Hayati Yalanlar Basit Gerçekler: Kendini Aldatmanın Psikolojisi*. İstanbul: Arion.
- Günay, M., Yüce, A. İ. (2001). *Futbol Antrenmanının Bilimsel Temelleri* Ankara: Gazi
- Güneş, A. (2001). *Okullarda beden eğitimi ve oyun öğretimi*. Ankara: Pegem
- Hazar, M. (2006). *Beden eğitimi ve sporda oyunla eğitim*. Ankara: Tutibay.
- Helmke, A. & Renkl, A. (1993). *Unaufmerksamkeit in grundschulklassen. problem der klasse oder der lehrers zeitschrift für entwicklungspsychologie und paedagogische psychologie*. 25, 185-205.
- Hemsball, (2011). *Hemsball tarihçe, oyun kuralları ve açıklamaları*. <http://hemsball.com/hemsballnedir.aspx> adresinden erişilmiştir.
- Hovardaoğlu. S. (2000). *Davranış bilimleri için araştırma teknikleri*. Ankara: VE-GA.
- Irak, M. (1999). *Bölünmüş ve Odaklanmış Dikkatin Olay İlişkili Beyin Potansiyellerine Etkisi*, Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

- Işık, M. (2016), *Zihinsel engelli çocuklarda hemsball oyun becerilerinin motor yeterlik sonuçlarına etkisi*, Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- İşılak, H., ve Durmuş, A. (2004) *Eğitici oyun yöntemi, kara tahtayı aşmak, öğrenci merkezli öğretmenlik*, Eğitim Serisi 1, Birinci Basım, Eylül, İstanbul: Kaknüs.
- İkizler, H. C, Özcan A. O. (1994). *Uygulamalı Spor Psikolojisi*. Alfa: İstanbul.
- İlhan, L. & Gencer, E. (2009). *Çocuklarda nevroitik sorun düzeyleri ve badminton eğitimi ilişkisine yönelik bir araştırma*. 4. Raket Sporları Sempozyumu Bildiriler Kitabı (94- 101). Kocaeli: Kocaeli Üniversitesi.
- Jonides J., Naveh-Benjamin M., Palmer J., (1985). *Assessing automaticity*. Acta Psychol 60: 157-171.
- Karabina, F., Pirselimoglu E. T. (2012). *Antrenman Bilgisi*, Milli Eğitim Yayınları.
- Karaduman, B. D. (2004). *Dikkat Toplama Eğitim Programının İlköğretim 4 ve 5 Sınıf Öğrencilerinin Dikkat Toplama Düzeyi, Benlik Algısı ve Başarı Düzeylerine Etkisi*, Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Ankara.
- Karaduman, D. (2004), *Dikkat toplama eğitim programının ilköğretim 4 ve 5 sınıf öğrencilerinin dikkat toplama düzeyi, benlik algısı ve başarı düzeylerine etkisi*, Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Ankara.
- Karagöz, Ş. (2008). *8-10 Yaş Arası Çocuklarda 12 Haftalık Tenis Antrenmanlarının Görsel ve İşitsel Reaksiyon Zamanına Etkisinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Afyon Kocatepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Afyonkarahisar.
- Karasar, N. (2005). *Bilimsel araştırma yöntemi*, 15. Baskı, Ankara: Nobel.
- Kılınç, F. (2000). *Antrenman Ders Notları*, Kütahya.
- Kornhuber (1984). *Attention Readiness for Action and the Stages of Voluntary Decision. Some Electropsychological Correlates in Man*. Berlin: New York Spinger, Verlag
- Korkmaz, B. (2000). *Pediatric Davranış Nörolojisi*. İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Yayınları.
- Kuru, E, Baştuğ G. *Futbolcuların kişilik özellikleri ve bedenlerini algılama düzeylerinin incelenmesi*. Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 6(2): 95–101.

- Küçük, A, Dolu, N, Erdoğan H. İlköğretim Öğrencilerinde Yaş, Cinsiyet ve Sosyo-Ekonomik Seviye Farklılıklarının Dikkat Düzeylerine Etkileri, Sağlık Bilimleri Dergisi (Journal of Health Sciences), 2009.
- Lauster, U. (1999). *Konzentrationsspiele für die 2. klasse*. München: Lentz Verlag.
- Martin, M. & Waltman- Greenwood, C. (2000). *Çocuğunuzun okulla ilgili sorunlarını çözebilirsiniz. (Çev. F. Z. Dağdır)*, Kasım, İstanbul: Sistem.
- Mengütay, S. (2005). *Çocuklarda hareket gelişimi ve spor*. İstanbul: Morpa Kültür.
- Muratlı, S. (2003). *Çocuk ve Spor Antrenman Bilimi Yaklaşımıyla*. Ankara: Nobel.
- Mutlu, D. (2010). *Farklı Dikkat Türlerine Göre Hazırlanmış Çoklu Ortam Öğretim Tasarımlarının Farklı Kısa Süreli Bellek Kapasitesine Sahip Öğrenenlerin Geri Getirme Performanslarına Etkisi*, Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Eğitimi Anabilim Dalı, Ankara.
- Nideffer R. M. (1993). *Concentration and attention control training*. In: J.M. Williams (Ed.), *Applied Sport Psychology Personal Growth to Peak Performance*, California: Mayfield Publishing Company. p. 243-261.
- Orçun, K. Ö. (2007). *9-14 Yaş Arasındaki Çocukların Spora Katılım Nedenlerinin Değerlendirilmesi Kütahya İl Örneği*, Yüksek Lisans Tezi, Dumlupınar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Kütahya.
- Özdenk, Ç. (2007). *6 Yaş Grubu Öğrencilerin Psikomotor Gelişimlerinin Sağlanmasında Oyunun Yeri ve Önemi*, Yüksek Lisans Tezi, Fırat Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Elazığ.
- Özer K. (2010). *Kinantropometri ve sporda morfolojik planlama*. Ankara: Nobel.
- Özerkan, Kemal N. (2004). *Spor Psikolojisine Giriş Temel Kavramlar*, Ankara: Nobel.
- Pashler H. E. (1998). *The Psychology of Attention*, 2. Edition, London: A Bradford Book, The MIT Press.
- Pulur, A. (2019). *Sporda Dikkat*, Yayınlanmamış Söyleşi ve Röportajlar.
- Selçuk, T. (2006). *Ortaöğretim Öğrencilerinin Ders Dışı Okul Spor Faaliyetlerine Katılımı ve Sorunları (Mersin İli Örneği)*.Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Mersin.

- Sel, R. (2005). *Beden Eğitimi ve Oyun Öğretimi*. 2. Baskı, İstanbul: Milli Eğitim Bakanlığı.
- Sevim, Y. (2002). *Antrenman bilgisi*, Ankara: Nobel.
- Shaw, D. F., Gorely T., Corban R.M. (2005). *Sport and Exercise Psychology*. Garland Science/BIOS Scientific Publishers.
- Soysal Ş. A., Yalçın K., Can H. (Ocak, 2008). *Bilişsel Psikoloji Kapsamında Yeralan Dikkat Teorileri*, *New/Yeni Symposium Journal*, 46-1;3.
- Şahin, O. (2007). *Düzenli Egzersiz Eğitiminin 12-14 yaş Çocukların Bazı Fiziksel ve Fizyolojik Parametrelerin Üzerine Etkisinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Konya.
- Şimşek R, (2013). *Spor da Baskı Altında Dikkat ve Konsantrasyonu Yönetme; Kaygıyla Baş Etme*, http://www.tavsiyedyorum.com/makale_10825.htm 26/04/2013 adresinden alınmıştır.
- Tamer, K., Pulur, A. (2001). *Beden Eğitimi ve Sporda Öğretim Yöntemleri*, Ankara: Kozan.
- Tavacıoğlu, L., (1999), *Spor Psikolojisi Bilişsel Değerlendirmeler*, Ankara: Bağırhan.
- Tekin, M. (2018). *Okçuların İmgeleme Becerileri ile Dikkat VE Performans Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Adnan Menderes Üniversitesi, Aydın.
- Tenenbaum, G., Benedick, A. A. (1988). *Quantity, consistency, and error-rate of athletes 'mental concentration*, *International Journal of Sport Psychology*.
- Tiryaki, Ş. (2000) *Spor Psikolojisi Kavramlar, Kuramlar ve Uygulama*, Ankara: Eylül.
- Todorova, R., Dimkova, R., Valova, T., Marcheua, P. (2014). *Hemball game and its influence on handicapped children's psychophysical condition and the familys opinion*. *International Journal of Science Culture and Sport*. Vol 2, No 5.
- Tohum Otizm Vakfı (2017). *Otizmde Oyun Becerilerinin Önemi*. <https://otsimo.com/> sayfasından erişilmiştir.
- Topkaya, İ (2004). *Oyun Beden Eğitimi ve Spor Öğretiminin Eğitsel Temelleri*. Ankara: Nobel.
- Tunç, A (2013). *Golf Sporunu Yapan Çocukların Dikkat Düzeylerinin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Konya.

- Uskan, C. (2011). *Dikkat Eksikliği Bozukluğu Olan 8-10 Yaşındaki Çocukların Dikkat Becerilerini Geliştirmeye Dayalı Bir Programın Etkinliğinin Sınanması*, Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimleri Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, Klinik Psikoloji Programı, İstanbul.
- Ülgen, G. (1997). *Eğitim psikolojisi*. İstanbul: Alkım.
- Williams, JME (1993). *Applied sport psychology: Personal growth to peak performance*, Mayfield Publishing Co.
- Yalçın H, (2010). *Çocuk gelişimi*, Ankara: Nobel.
- Yaycı L, (2007) *İlköğretim Dördüncü Sınıf Öğrencilerinde Seçici ve Yoğunlaştırılmış Dikkat Becerilerini Geliştirmeye Dayalı Bir Programın Etkinliğin Sınanması*, Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Rehberlik ve Psikoloji Anabilim Dalı, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Rehberlik ve Psikoloji Anabilim Dalı, Doktora Tezi. İstanbul.
- Yazgan Y, (2002). *Hiperaktif Çocuk Okulda*, İstanbul: Evrim.
- Yeşilyaprak B. (2011), *Eğitim psikolojisi*, Ankara.
- Yıldırım Ö, (2011). *Yedi Sekiz Yaş Grubu Kız Ve Erkek Çocukların Psikomotor Gelişim Düzeylerinin TGMD-II Testine Göre Araştırılması*, Yüksek Lisans tezi. Dumlupınar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Kütahya.
- Yılmaz, H. ve Sünbül, A. M. (2003). *Öğretimde planlama ve değerlendirme*. Ankara: Mikro.

EKLER

EK 1. Burdon Dikkat Testi

Adı, Soyadı :

Sınıf ve No :

Yaş : Cinsiyet: Tarih:...../...../.....

a e p z s u a h v k l a s i b i o u o u o e
r v b p m i b i r b s m n t d a u f c f k a
c k a h s e y p h b p s d g y z d v r i f g
y d v c o y e r z h e z s e g m k f z d a y
f s d y i b t d h m l n i e m t g t b d f u
k c i c k o k o s t l u z u g m a f l v u t
i z r f o u d v h y p n b p m v h n n g r y
p v k l n t y o r z n c p h t e m z i o i m
r a l y g s o i v a i n a r c h o d b f p h
k u b s y g u e m k l t c g v g r i p c t e

c i t e l r n z f u d b m s h d k u f d s m
s i v e t c p l r g v g c t l r m e u g y e
b o k e h b u k o p f u d o h o r a n i a v
i o s g y l a r m i f b z m e l h t z n z r
o y t n a k v p y k g v n n h v m p b n p y h
v d u o f r h i t u v l u a m f a c u l t s

o k o k c i c k u f s b t g t m e i n i z h
d t b i y a s f y n d z f k m g e s z e h z
r e n e o c v d y f f l r v d z y g d z p b e
p y c a a s c g c a h t n m p b r i b i k p

a f n p v d m t o y m i l g d e o t o c n t
l u p z n k r h p u c b o y g u d v y a o l
s z o a p f f t c v k i r b p m n e r g e s
b a h v i h s c k z r f d r a c g y n m h y
t d s v c g z y f m p t r o g e u u b b y h
i u a n y a d u m f a p y z e b k d b o l z
e l z h e a d z t c l p r y f m s n v i c v
s b i v m z g p s m r k b k r e h c u v n s
f l s l e i o l g l k t h z o k t d e a r h
f m i i c f t i b s g k m k n p h v b g u

Çizilmemiş :.....

Yanlış çizilmiş:.....

Zaman :.....dk.

Bu test kişilerin dikkat seviyelerini ölçmek amacıyla ortaya çıkmıştır. Testin öncesinde kişilere testle alakalı bilgiler aktarılmalı ve Kişisel bilgi formu doldurtulmalıdır. Çocuklara bir sayfa üzerine yayılmış dizilmiş harfler verilir. Bu harfler belirli ve düzenli mesafelerle sıralanmıştır. Sayfada olan her harfin sayısı bilinir. Deneme için oluşturulmuş yaprakta 31 tane (a), 29 tane (g), 31 tane (b) ve 29 tane (d) harfi bulunmaktadır. Her sayfada (30) satır bulunmaktadır. Bourdon çalışmasında 9-20 yaşları arasındaki kişilere uygulanır. Her bölüm için olmak üzere toplam 2 dk süre verilir ve bireyle “Önünüzdeki sayfada bulunan bütün a, b, d ve g harflerinin altlarını kurşun kalemle çizeceksiniz. Bir satırı gözden

geçirirken yalnız bir harfi işaretlemeyeceksiniz. Satırdaki tüm a, b, d ve g harflerinin altını çizeceksiniz” şeklinde yönergeler aktarılır. Testin bitmesiyle birlikte çizgiler hesaplanarak testin değeri değerlendirilir.

EK 2. Kişisel Bilgi Formu

Adı:

Soyadı:

1. CİNSİYET

1- KIZ ()

2- ERKEK ()

2. YAŞ

1- 13 ()

2- 14 ()

3- 15 ()

4- 16 ()

3. BABANIN EĞİTİM DURUMU

1- İLKOKUL ()

2- ORTA ()

3- LİSE ()

4- LİSANS ()

5- Y. LİSANS ()

4. ANNENİN EĞİTİM DURUMU

1- İLKOKUL ()

2- ORTA ()

3- LİSE ()

4- LİSANS ()

5- Y. LİSANS ()

5. AİLENİN AYLIK GELİRİ

1- 750TL ve ALTI ()

2- 750-1000 TL ARASI ()

3- 1000-1500 TL ARASI ()

4- 1500-2000 TL ARASI ()

5- 2000 TL ve ÜZERİ ()

6. KARDEŞ SAYISI

1- TEK ÇOCUK ()

2- 2 ÇOCUK ()

3- 3 ÇOCUK ()

4- 4 ÇOCUK ()

5- 5 VE ÜZERİ ()

7. DAHA ÖNCEDEN GEÇİRDİĞİ ÖNEMLİ BİR RAHATSIZLIK VARMI?

1- VAR ()

2- YOK ()

8. ANNE VE BABANIZ BİRLİKTEMİ YAŞIYOR?

1- EVET ()

2- HAYIR ()

9. GÜNLÜK UYKU SÜRESİ

1- 6 SAAT () 2- 7 SAAT () 3- 8 SAAT () 4- 9 SAAT () 5- 10 SAAT ()

10. EVDE KENDİNİZE AİT ODANIZ VARMI?

1- VAR ()

2- YOK ()

EK 3. ÖZGEÇMİŞ

ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler

Soyadı, adı : YAPICI Fatma Ebru
Uyruğu : T.C.
Doğum tarihi ve yeri : 07.07.1987/ Kahramanmaraş
Medeni hali : Evli
Telefon : 0532 468 87 82
e-mail : ebruqokce@gmail.com

Eğitim

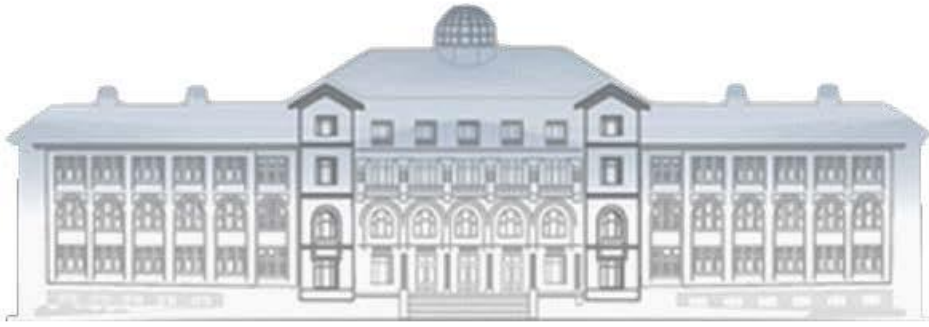
Derece	Eğitim Birimi	Mezuniyet
Yüksek Lisans	Gazi Üniversitesi / Beden Eğitimi ve Spor	Devam ediyor
Lisans	Gazi Üniversitesi / Beden Eğitimi ve Spor	2009
Lise	Kahramanmaraş Fatih Lisesi/YDA	2005

İş Deneyimi

Yıl	Yer	Görev
2009	Çankaya H.E.M	Aerobic Fitness Eğitmenliği
2012	Kdz.Ereğli H.E.M	Aerobic Fitness Eğitmenliği
2013	Kdz.Ereğli M.E.M	Beden Eğitimi Öğretmenliği
2014	Memleket Gazetesi	Yazı İşleri Müdürü
2015	Ertaş Mtsk	Teorik Ders Eğitmenliği
2017	Ted Kdz Ereğli	Hemsball Antrenörlüğü
2017	Kdz.Neşe Erberk Anaokulu	Beden Eğitimi Öğretmenliği

EK 4. 8 Haftalık Hemsball Çalışma Programı

	Gün	Gün
1. hafta	Hemsball’a ilişkin temel kavramlar, tarihçesi, saha bilgileri, oyun kuralları ve müsabaka kuralları hakkında bilgilendirme	Oyun malzemelerini tanıma, saha üzerinde duruş ve teknik – taktik bilgilendirmesi, denge çalışması
2. hafta	Atış stilleri tanıma, oyuna başlama kurası, servis, sayı ve tutuş biçimleri hakkında uygulamalı çalışmalar	Geçerli- geçersiz atış ve tutuşlar, çiftler oyun kuralları ve uygulamalı eğitimi
3. hafta	Zikzak, avuç içi gülle, ateş topu, pençe, ters bilek, alçacık, kesme, hortum, delgeç, yakan top, altınay atış stilleri uygulama çalışmaları	Zikzak, avuç içi gülle, ateş topu, pençe, ters bilek, alçacık, kesme, hortum, delgeç, yakan top, altınay atış stilleri ve tutuş egzersizleri uygulama çalışmaları
4. hafta	Bilye, damla, tırnak, esnek bilek, sert bilek, zıpzıp, fırıldak, yangeç, dalga, teke, hemsball atış stilleri uygulama çalışmaları	Bilye, damla, tırnak, esnek bilek, sert bilek, zıpzıp, fırıldak, yangeç, dalga, teke, hemsball atış stilleri ve karşılama biçimleri uygulama çalışmaları
5. hafta	Zorba, çatal, fırtına, şakşak, çekme, sekme, pervane atış stilleri uygulama çalışmaları	Zorba, çatal, fırtına, şakşak, çekme, sekme, pervane atış stilleri ve karşılama teknikleri uygulama çalışmaları
6. hafta	Hemsball atış stilleri uygulama egzersizleri	Hemsball atış stilleriyle donatılmış eğitsel oyunlar
7. hafta	Bireysel oyun egzersizleri ve müsabakalar	Bireysel müsabakalar ve mini turnuvalar
8. hafta	Çiftler oyun egzersizleri ve müsabakalar	Çiftler oyun müsabakaları ve mini turnuvalar



GAZİLİ OLMAK AYRICALIKTIR..