

ÇOCUKLARDA BEDEN EĞİTİMİ VE SPORA KATILIMIN SOSYAL GELİŞİM ÜZERİNE ETKİLERİ

EFFECTS OF PHYSICAL EDUCATION AND PARTICIPATION TO SPORTS ON SOCIAL DEVELOPMENT IN CHILDREN

Özkan KESKİN

Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Sakarya
e-mail: ozkankeskin16@hotmail.com

ÖZET

Spora katılımın genel sağlık üzerine etkileri bilinmektedir. Literatürde yer alan birçok çalışmada, spora katılımın fiziksel, metabolik, psikolojik ve ruhsal sağlık üzerine olumlu etkileri olduğu tespit edilmiştir. spora katılımın söz konusu sağlıkla ilişkili faydalarının yanında sosyal gelişimin desteklenmesine de katkı sağladığı bilinmektedir. Bu kapsamda toplumların sosyal gelişim düzeyleri yüksek bireylerden oluşmasında beden eğitimi ve spora katılımın etkili olacağı söylenebilir. Özellikle küçük yaş gruplarındaki çocukların spor etkinlikleri yolu ile sosyalleşmeleri gelecek nesillerin sosyal açıdan daha uyumlu bireyler olmalarına katkı sağlayacağı söylenebilir. İlgili literatür tarandığı zaman spor ve sosyalleşme arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmaların oldukça fazla olduğu, buna karşılık beden eğitimi ve spor etkinliklerinin çocuklarda sosyal gelişimi hangi düzeyde etkilediğini ele alan araştırmaların sınırlı olduğu görülmüştür. Bu kapsamda yapılan bu araştırmada beden eğitimi ve spor etkinliklerine katılımın çocuklarda sosyal gelişim üzerine etkilerinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Anahtar kelimeler: Beden eğitimi ve spor, çocuk, sosyalleşme

ABSTRACT

The effects of participation to sports on general health have been well known. Through various studies in literature, it has been revealed that participation to sports has positive effects on physical, metabolic, psychological and spiritual health. In addition to benefits in terms of health, participation to sports provides some benefits in terms of social development as well. In this respect, in order to provide societies with socially developed individuals, physical education and participation to sports can be said to have an utmost effect. Especially children at younger ages are thought to be easy going and harmonious individuals in terms of social life provided that they are participated in sports activities at early ages. Having reviewed the literature in the field, it was seen that the number of studies focusing on the relationship between sports and socialization were plentiful, however, as to the number of studies investigating how much physical education and participation to sports activities effected social development in children, it was quite limited. In this framework, this study aimed to find out the effects of physical education and participation to sports on social development in children.

Keywords: Physical education and sports, kids, socialization

JEL CODES: L83, J13

GİRİŞ

Bazı etkileşimler vasıtası ile bireyin hem kendisinin ve hem de diğer bireylerin duygu, düşünce ve davranışlarını anlama ve bu anlayışlara uygun davranışlar sergilemeleri sosyal beceri olarak tanımlanmaktadır. Sosyal beceriler özellikle insanların başkaları ile iyi ilişkiler kurmasında, toplumsal bazı kurallara uymasında, sorumluluk duygusu yüklenebilmesinde, başkalarına yardımcı olabilmesinde ve haklarını kullanabilmesinde oldukça önemlidir. Çünkü insanın yaşadığı toplumun bir üyesi haline gelmesi, toplumun bir parçası olduğunun farkına varması ve toplumsal yükümlülüklerini yerine getirebilmesi ancak sosyal becerilerinin gelişmesi ile mümkündür (Çubukçu & Gültekin, 2006).

Sosyalleşme hem birey hem de toplum açısından önemli bir yer tutmakla beraber, toplum açısından kültürün kuşaklar arasında aktarılması ve bireyin, toplumsal yapı içerisinde belirlenmiş normlara uymasını sağlamaktadır. Dolayısıyla sosyalleşmenin bireyin benlik ve

kişiliğini oluşturan temel unsurlardan olduğu söylenebilir (Küçük & Koç, 2004). Gelecekte toplumsal iletişimin yüksek olmasında sosyal yönleri kuvvetli olan insanların sayısının artmasının önemli katkıları olacağı söylenebilir. Bu noktada sosyal beceri düzeyi yüksek kişilerin topluma kazandırılması için gerekli çalışmalar yapılmalıdır. Bacanlı (2012), toplumda sosyal beceri düzeyi yüksek insanların sayılarının artırılması için sosyal beceri konusunda gerekli eğitimin verilmesi gerektiğini vurgulamıştır. Çubukçu ve Gültekin (2006) tarafından yapılan araştırmada da çocuklara verilen temel eğitim hizmetlerinin amaçlarının içerisinde çocukların sosyal becerilerinin artırılmasının da yer aldığı belirtilmiştir.

Sosyalleşmeyi etkileyen birçok unsur bulunmakla beraber, sosyal gelişimin desteklenmesinde spora katılımın ayrı bir yeri vardır. Salar, Hekim & Tokgöz (2012) tarafından yapılan araştırmada spora katılımın sadece fiziksel ve fizyolojik gelişim üzerine değil, aynı zamanda sosyal gelişim üzerine de bazı yararları olduğu belirtilmiştir. Literatürde yer alan birçok çalışmada da spora katılımın kişisel ve sosyal gelişim üzerine etkileri ele alınmıştır (Rhodes & Smith, 2006; Bailey, 2005). Bunun temelinde şüphesiz spor ve sosyalleşme arasında bağ olması yatmaktadır.

Beden eğitimi ve spor faaliyetleri çocuklarda kendine güven, ruhsal dayanıklılık, ani kararlara karşı pratik düşünme ve çözüm yolları bulabilme, cesaret ve atak olma gibi bazı zihinsel özelliklerin gelişimini desteklemektedir (Açak, 2006). Bunun yanında sportif aktiviteler insanların çok değer verdikleri birtakım sosyal olguların oluşmasına ve söz konusu olguların sürekli hale gelmesine destek olmaktadır. Özellikle kişilerin psiko-sosyal gelişimlerinin desteklenmesi sporun sağladığı sosyal yararların başında gelmektedir. Spor yolu ile sosyal gelişimin desteklenmesinin temelinde de insanların kendilerini ifade edecekleri bir alanı spor vasıtası ile bulabilmeleri yatmaktadır (Küçük & Koç, 2004). Literatürde yer alan çeşitli araştırma bulguları da bu düşüncüyü desteklemektedir (Efe ve ark., 2008; Çetin & Kuru, 2009).

Çocuklarda sosyal beceri ve sosyal gelişim düzeyinin düşük olmasının beraberinde getirdiği bazı problemler bulunmaktadır. Bunların başında şiddet eğilimi gösterme, kendine güven konusunda sıkıntılar yaşama ve sürekli kaygı içerisinde olma gibi davranış problemleri gelmektedir (Coşkun & Samancı, 2012). Literatürde yer alan bilgiler ışığında çocukların sosyalleşme düzeylerinin spor yolu ile artırılmasının söz konusu davranış problemleri başta olmak üzere birçok olumsuz sosyal davranış ve düşüncenin ortadan kalkmasına katkı sağlayacağı görülmektedir. Yapılan bu araştırmada da beden eğitimi ve spor aktivitelerine katılımın çocukların sosyal gelişimleri üzerine etkilerinin değerlendirilmesi amaçlanmıştır.

Beden Eğitimi Kavramı

Toplumdaki kültürlenme sürecinin önemli bir parçası olan eğitim (Demirel & Kaya, 2007), insan ögesinden başlamak üzere toplumun her kesiminin gelişmesini, yetişmesini, belli bir amaç doğrultusunda hareket etmesini sağlayan yetiştirme, geliştirme ve etkileme etkinliklerinin tamamı olarak tanımlanmaktadır (Başer, 2009).

Çocukların fiziksel, zihinsel, psiko-sosyal ve motorsal becerilerinin gelişmesini amaçlayan beden eğitimi dersleri eğitim sistemi içerisinde önemli bir yere sahiptir. Alparıslan (2008) beden eğitimi "İnsanın beden ve ruh sağlığını geliştirmek için insan organizmasının bütünlük ilkesine dayalı tüm kişiliğin eğitimidir" şeklinde tanımlamıştır. Açak (2006) ise beden eğitimi "İnsanların ruhsal, fiziksel ve fikren gelişmelerine katkı sağlayan, en az yorgunluğa karşılık en çok fayda sağlayan oyun, spor ve jimnastik etkinliklerini içeren ilimdir" şeklinde

tanımlamıştır. Literatürde yer alan bu bilgiler ışığında, beden eğitiminin rekabete dayalı olmadan çocukların çok yönlü gelişimini destekleyen bir olgu olduğu söylenebilir.

Spor Kavramı

Genel anlamı ile spor, insanların, yarışmak, mücadele etmek, eğlenceli vakit geçirmek veya sağlıklı bir yaşama sahip olmak için yaptıkları hareketler bütünü olarak tanımlanır (Ramazanoğlu ve ark., 2005).

Sportif etkinlikler ister bireysel olsun ister grup halinde olsun belli kurallar dâhilinde yapılan, bunun yanında belirli disiplin kurallarına bağlı olarak gerçekleştirilen etkinliklerdir. Son yıllarda spor etkinlikleri giderek daha çok kişi tarafından doğrudan ya da dolaylı olarak ilgi görmeye başlamış, daha organize hale gelmiş ve ülkelerin uluslar arası alanda kendilerini gösterebilmek için büyük uğraş verdikleri bir olgu halini almıştır (Aytan, 2010). Bu kapsamda ele alındığı zaman sporun toplumların vazgeçemeyeceği evrensel bir olgu haline geldiği söylenebilir (Bayraktar & Sunay, 2007).

Sporun sahip olduğu bazı amaç ve fonksiyonlar bulunmaktadır. Sporun söz konusu amaçlarını ‘tüm fertlerin spor yapmasını sağlamak, sağlıklı, mutlu, çalışkan, moral düzeyi yüksek, dinamik ve çağdaş bir toplum oluşturmak, toplumsal görev ve sorumluluklarını bilen, ahlaklı, erdemli ve fazilet örneği nesiller yetiştirmek ve toplumun tüm fertlerini dinamik, zinde, yüksek moralli ve mutlu tutmaktır’ şeklinde sıralamak mümkündür (Küçük, 2012).

Çocuklarda Beden Eğitimi ve Sporun Sosyalleşme Üzerine Etkileri

Toplum bilimi açısından ele alındığı zaman sportif aktiviteler sadece bir yarışma ve fiziksel üstünlük olarak değil, aynı zamanda sosyal karakteristikleri de olan bir yapıya sahiptir (Aytan, 2010). çünkü spor aktiviteleri farklı düşünce ve kültür yapısına sahip olan birçok kişiyi bir araya getirmeyi başarmaktadır. Böyle bir ortamda da insanların kendilerini ifade etme konusunda rahat hareket etmeleri ve sosyal yanlarını geliştirmeleri doğal bir sonuçtur (Küçük & Koç, 2004).

Bireyin ergenlik öncesi ve sonrası düzenli olarak katıldığı beden eğitimi ve spor aktiviteleri sağlıklı bir fiziki yapının gelişmesine yardımcı olmanın yanında, ruhsal gelişimin desteklenmesine de katkı sağlamaktadır (Yazarer ve ark., 2004). Bunun yanında çocuklarda spora katılım rekabet edebilmeyi, cesaretli olmayı, mücadele azmine sahip olmayı, kazanma ve kaybetmeyi kabullenmeyi, yardımlaşmayı, paylaşmayı, başkalarına saygı göstermeyi ve sosyal sorumluluk bilincine ulaşmayı öğretmektedir (Şahan, 2007).

Gezer (2010) tarafından yapılan bir çalışmada, yaş ortalamaları 14 ve üzerinde olan, bunun yanında takım ve ferdi spor dalları ile ilgilenen bireylerin sosyal beceri düzeyleri bazı değişkenlere göre incelenmiştir. Araştırmanın sonunda spora katılımın sosyal gelişimi desteklediği, takım veya ferdi spor dalları ile ilgilenen bireylerin sosyal beceri düzeylerinin bazı farklılıklar gösterdiği belirlenmiştir. Yıldırım (2011) tarafından yapılan benzer bir çalışmada da lisanslı olarak spora katılan bireylerin bazı sosyal yönlerinin sedanter bireylerden daha yüksek olduğu bulunmuştur. Öztürk, Efe & Koparan (2007) tarafından yapılan çalışmada, çocuklara uygulanan hentbol antrenmanlarının sosyal gelişimi desteklediği tespit edilmiştir. Salar, Hekim & Tokgöz (2012) tarafından yapılan çalışmada da takım sporlarına katılımın bireylerin sosyalleşme ve iyi iletişim kurma becerileri geliştirmelerine katkı sağlayacağı belirtilmiştir.

Yaş ortalaması 14-16 arasında bulunan çocuklar üzerinde yapılan bir araştırmada, çocukların sosyalleşme düzeylerinin voleybol çalışmaları ile geliştirilmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya katılan çocuklara dokuz aylık voleybol antrenman programı uygulanmış, araştırmanın sonunda voleybol antrenmanlarının çocukların sosyal gelişimlerini desteklediği tespit edilmiştir (Efe ve ark., 2008). Ortaöğretim öğrencileri üzerinde yapılan diğer bir çalışmada da beden eğitimi derslerinde işbirlikli öğretim yönteminin kullanılmasının çocuklarda sosyal gelişimi desteklediği belirlenmiştir (Gülay, 2008).

SONUÇ

Literatürde yer alan araştırma bulguları değerlendirildiği zaman, çocuklarda sosyal gelişimin desteklenmesinde beden eğitimi ve spora katılımın faydalı olacağı görülmektedir. Bu nedenle özellikle gelecek nesillerin sosyal açıdan sağlıklı bireyler olması için çocukların spora katılımlarının artırılması için birtakım önlemlerin alınması oldukça önemlidir. İlk olarak çocuk sahibi ailelerin çocuklarını spora yönlendirme konusunda teşvik edilmeleri ve spora katılımın çocuklarının sağlığına yararları konusunda bilinçlendirilmeleri gerekmektedir. Nitekim hem serbest zaman hem de lisanslı olarak çocukların spora yönlendirilmesinde en büyük sorumluluk ailelere düşmektedir. Ülkemizde alt yapı kulüplerine yapılacak olan teşvik ve yardımların artırılması ve alt yapılara daha fazla sporcu kazandırılması da çocukların spora katılımlarını ve spor yolu ile sosyalleşmelerini arttıracaktır. İlköğretim kurumlarında beden eğitimi derslerine gereken önemin verilmesinin, beden eğitimi ders saatlerinin ve derslere katılımın artırılmasının da çocuklarda spor yolu ile sosyalleşmenin artırılmasına katkı sağlayacağı düşünülebilir.

KAYNAKLAR

- Açak, M. (2006). *Beden eğitimi öğretmeninin el kitabı*. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- Alparıslan, S. (2008). *Ortaöğretim öğrencilerinin beden eğitimi öğretmenlerinin sergilediği öğretim davranışlarına ilişkin algıları ve öğrencilerin bu derse karşı geliştirdikleri tutumları*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bolu.
- Aytan, G. C. (2010). *Ortaöğretim öğrencilerinin sosyalleşmelerinde sporun etkileri*. Yayımlanmamış doktora tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Bacanlı, H. (2012). *Sosyal beceri eğitimi*. 4. Baskı. Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.
- Bailey, R. (2005). Evaluating the relationship between physical education, sport and social inclusion. *Educational Review*, 57(1), 71-90.
- Başer, S. A. (2009). *Öğretmen niteliklerinin beden eğitimi dersi alan öğrencilerin bu derse karşı olan tutumlarına etkisi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bolu.
- Bayraktar, B., & Sunay, H. (2007). Türkiye de elit bayan ve erkek voleybolcuların spora başlamasına etki eden unsurlar ve spordan beklentileri. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 5(2) 63-72.
- Coşkun, N., & Samancı, O. (2012). İlköğretim 4. ve 5. sınıflarda sosyal beceri düzeyi ile sosyal bilgiler dersine yönelik tutumların çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Journal of Educational And Instructional Studies*, 2(1), 32-41.
- Çetin, M.Ç., & Kuru, E. (2009). Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin sosyal beceri düzeylerinin belirlenmesi. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 11(1), 1-8.

- Çubukçu, Z., & Gültekin, M. (2006). İlköğretimde öğrencilere kazandırılması gereken sosyal beceriler. *BİLİG*, 37, 155-174.
- Demirel, Ö. & Kaya, Z. (2007). *Eğitim ile ilgili temel kavramlar*. (Editörler; Ö. Demirel ve Z. Kaya). 2. Baskı. Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.
- Efe, M., Öztürk, F., Koparan, Ş., & Şenşık, Y. (2008). 14-16 Yaş grubu erkeklerde voleybol çalışmalarının sosyal yetkinlik beklentisi ve atılganlık üzerine etkisi. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 21(1), 69-77
- Gezer, E. D. (2010). *Farklı spor branşlarındaki sporcuların sosyal beceri düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Gülay, O. (2008). *Ortaöğretim 9. sınıf beden eğitimi dersinde, işbirlikli oyunların öğrencilerin sosyal beceri düzeylerine ve beden eğitimi dersine yönelik tutumlarına etkisi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bolu.
- Küçük, S. (2012). *Ortaöğretim öğrencilerinin kişilik özellikleri ile spora katılımları arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.
- Küçük, V., & Koç, H. (2004). Psiko-sosyal gelişim süreci içerisinde insan ve spor ilişkisi. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 10, 131-141.
- Öztürk, F., Efe, M., & Koparan, Ş. (2007). 14-16 Yaş grubu kızlarda hentbol çalışmalarının sosyal yetkinlik beklentisi ve atılganlık üzerine etkisi. *Hacettepe Spor Bilimleri Dergisi*, 18 (4), 147-155
- Ramazanoğlu, F., Karahüseyinoğlu, M. F., Demirel, E. T., Ramazanoğlu, M. O., & Altungül, O. (2005). Sporun toplumsal boyutlarının değerlendirilmesi. *Doğu Anadolu Bölgesi Araştırmaları*, 153-157.
- Rhodes, R. E., & Smith, N. E. I. (2006). Personality correlates of physical activity: a review and meta-analysis. *British Journal of Sports Medicine*, 40(12), 958-965.
- Salar, B., Hekim, M., & Tokgöz, M. (2012). 15-18 Yaş Grubu Takım ve Ferdi Spor Yapan Bireylerin Duygusal Durumlarının Karşılaştırılması. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 4(6), 123-135.
- Şahan, H. (2007). *Üniversite öğrencilerinin sosyalleşme sürecinde spor aktivitelerinin rolü*. Yayımlanmamış doktora tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Yazarer, İ., Taşmektepligil, M. Y., Ağaoğlu, YS., Ağaoğlu, SA., Albay, F., & Eker, H. (2004). Yaz spor okullarında basketbol çalışmalarına katılan grupların iki aylık gelişmelerinin fiziksel yönden değerlendirilmesi. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2(4) 163-170
- Yıldırım, S. (2011). *Lisanslı olarak takım sporu ve bireysel spor yapan ile spor yapmayan ortaöğretim öğrencilerinin sosyal beceri düzeylerinin karşılaştırılması*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bolu.

EXTENDED ABSTRACT

There are various factors that affect human health negatively. Especially the number of factors affecting the psychological and spiritual health of people is increasing day by day. This situation causes people to weaken psychologically, and not to be able to pursue some social roles in a healthy way. As a result of all these factors, people who are isolated from society, unable to manage their social roles, and who are alienated appear in society. This situation causes lack of communication in terms of social relationships and alienation in society.



In order to provide a unity and develop a healthy social network in society, socially strong people are required. Some methods are used to increase socialization levels of people and developing social communication. The primary one of these especially focuses on children and it is leading children to activities that promote their social development. Physical education and sports activities have an important role in these activities.

Today's children need socializing through sports more than previous generations. Compared to previous years, there are plenty of factors that leave children away from social life and make them strangers in their own societies in modern world. For example, children used to play on streets with their peers in the past; however, today they play computer games alone at home. These kinds of factors affect development of social skills of children negatively, and they cause the emergence of an alienated generation to society. From this point, today's children need to be leaded to sports more than ever before.

Although the effects of participation to sports on socialization have been known for a long time, the studies on the effects of physical education and participation to sports on social development in children remain limited in literature. In this respect, this study focused on the importance of physical education and sports in socializing procedures of children in the light of related literature.