

T.C.
BARTIN ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANA BİLİM DALI
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLİĞİ BİLİM DALI

DART SPORUNUN DİKKAT DÜZEYİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

HAZIRLAYAN
Mehmet YÖNAL

DANIŞMAN
Doç. Dr. Mutlu TÜRKMEN

BARTIN-2019

T.C.
BARTIN ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANA BİLİM DALI
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLİĞİ BİLİM DALI

DART SPORUNUN DİKKAT DÜZEYİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

HAZIRLAYAN
Mehmet YÖNAL

DANIŞMAN
Doç. Dr. Mutlu TÜRKMEN

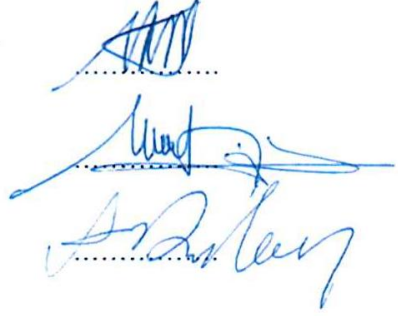
KABUL VE ONAY

Mehmet YÖNAL tarafından hazırlanan “Dart Sporunun Dikkat Düzeyine Etkisinin İncelenmesi” başlıklı bu çalışma 15./05./2019 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda oy birliği/oy çokluğu ile başarılı bulunarak, jürimiz tarafından yüksek lisans tezi olarak kabul edilmiştir.

Başkan: Doç. Dr. Mutlu TÜRKMEN(Danışman)

Üye : Doç. Dr. Murat KUL

Üye : Dr. Öğr. Üyesi Ahmet Naci DİLEK



Bu tezin kabulü Eğitim Bilimleri Enstitüsü Yönetim Kurulunun/...../2019 tarih vesayılı kararıyla kabul edilmiştir.



Prof. Dr. Nuriye SEMERCİ
Enstitü Müdürü

BEYANNAME

Bartın Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü tez yazım kılavuzuna göre Doç. Dr. Mutlu TÜRKMEN'in danışmanlığında hazırlamış olduğum "Dart Sporunun Dikkat Düzeyine Etkisinin İncelenmesi" adlı yüksek lisans tezimin bilimsel etik değerlere ve kurallara uygun, özgün bir çalışma olduğunu, aksinin tespit edilmesi halinde her türlü yasal yaptırımını kabul edeceğimi beyan ederim.

..18/5/2019

Mehmet YÖNAL



ÖNSÖZ

Lisans ve lisansüstü hayatımda, yol göstericiliğini esirgemeyen , maddi ve manevi olarak beni destekleyen, hayatımda her zaman var olduğu için kendimi şanslı hissettiren tez danışmanım Doç.Dr. Mutlu Türkmen'e,

Lisans, yüksek lisans öğrenimde benim yanımda olan ve beni sürekli destekleyen hocalarım; Doç.Dr. Murat Kul ve Bartın Üniversitesi'nde ismini sayamadığım çok kıymetli hocalarıma,

Hayatımın en önemli kararlarında benim yanımda olup beni destekleyen Dr. Öğr. Üyesi Mete Yusuf Ustabulut kardeşime,

Araştırma sürecinde ve eğitimimin her aşamasında Ankara Mega spor kulübümüzün kıymetli sporcuları ve her daim yanımda olan kulüp hocalarıma, benden yardımlarını esirgemeyen beraber can yoldaşlığı yaptığımız kardeşim Ali Çiğdem'e Sn. Başkanım Soner Cengiz'e,

İş yaşamımda ve akademik hayatımda kendisinden ve zamanından fedekârlık eden kıymetli eşim Gamze ve prenses kızım İkra'ya

Son olarak destekleri ile yanımda olan anneme, babama, ablama, ve kız kardeşime sonsuz teşekkürlerimi sunuyorum.

Mehmet YÖNAL

ÖZET

Yüksek Lisans Tezi

Dart Sporunun Dikkat Düzeyine Etkisinin İncelenmesi

Mehmet YÖNAL

Bartın Üniversitesi

Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Ana Bilim Dalı,

Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bilim Dalı

Tez Danışmanı: Doç. Dr. Mutlu TÜRKMEN

Bartın-2019, Sayfa: XIII + 40

Bu araştırma kapsamında, 9-13 yaş arası öğrencilerin dart sporu uygulaması yoluyla verilen eğitimin, öğrencilerin dikkat gelişimine etkisinin olup olmadığını ortaya koymak amaçlanmıştır. Bu amaçla 30'ar öğrenciden oluşan iki grup belirlenmiştir. Birinci grup olan deney grubuna ve ikinci grup olan kontrol grubuna ilk aşamada Bourdon dikkat testi her iki gruba uygulanmıştır. Ön uygulamadan sonra deney grubuna haftada iki gün olmak üzere 2 saatlik toplamda 8 hafta süreyle dart sporu uygulaması yapılmıştır ve kontrol grubunda yer alan öğrenciler ise normal öğrenimlerine devam etmiştir. Sekiz haftanın sonunda her iki grupta yer alan öğrencilere Bourdon dikkat testi tekrar uygulanarak, son uygulama yapılmıştır. Araştırmanın modeli olarak ön test-son test kontrol gruplu deneysel desen modeli kullanılmıştır.

Araştırmanın sonucunda, dart sporu uygulaması yapılan deney grubunun, dikkat düzeylerinde artış olduğu bulunmuştur. Bu bulgular ışığında, bu yaş gruplarında dart sporu gibi sportif uygulamaların yaygınlaştırılması ve sporun dikkat seviyelerinin üzerinde olumlu bir gelişim olduğu ile ilgili öneriler sunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Çocuk, Dart, Dikkat

ABSTRACT

Master's Thesis

Examination of Impact of Darts Sport on Attention Level

Mehmet YÖNAL

Bartın University

**Institute of Education Sciences, Physical Education and Sports Teaching Department,
Faculty of Physical Education and Sports Science**

Thesis Advisor: Assoc. Prof. Mutlu TÜRKMEN

Bartın-2019, Pages: XIII + 40

In this scope of research, it is aimed to reveal whether the training students, who are at the age of 9-13, take through playing darts sport has an impact on students' development of attention skills or not. For this purpose two groups both of which consist of 30 students are identified. At the first phase Bourdon Attention Test is conducted on both control and experimental groups. After pre-practice, 2 hours darts sport exercise has been conducted on experimental group two days a week for 8 weeks and students who are in the control group continue their education normally.

At the end of the 8 weeks last practice has been performed by conducting Bourdon Attention Test which evaluates attention skill on students who are involved in both groups repeatedly. Experimental design method with pre-test post-test control group is used as the method of research. In consequence of research it is ascertained that there is an increase in the attention level of experimental group on which darts sport exercise is conducted. Given these results, proposals are made about intensification of sportive practices like darts sport for these age groups and positive improvement of individual sports on attention levels.

Keywords: Child, Darts, Attention

İÇİNDEKİLER

KABUL VE ONAY	II
BEYANNAME.....	III
ÖNSÖZ.....	IV
ÖZET	V
ABSTRACT	VI
İÇİNDEKİLER.....	VII
TABLolar LİSTESİ	X
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	XI
EKLER LİSTESİ.....	XII
KISALTMALAR	XIII
BİRİNCİ BÖLÜM: GİRİŞ	1
1.1. Problem.....	2
1.1.1. Alt problemler.....	2
1.2. Araştırmanın Amacı.....	3
1.3. Araştırmanın Önemi	3
1.4. Sayıtlılar.....	3
1.5. Sınırlılıklar.....	3
İKİNCİ BÖLÜM: LİTERATÜR İLE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR	5
2.1. Çocuk ve Gelişim.....	5
2.1.1. Gelişme	5
2.1.2. Büyüme	5
2.1.3. Olgunlaşma	5
2.1.4. Hazır Bulunuşluk	5
2.1.5. Çocuklarda Psikomotor Gelişimi.....	6
2.1.6. Temel Motorik Özellikler	6
2.1.6.1. Sürat.....	6
2.1.6.2. Kuvvet.....	6
2.1.6.3. Esneklik	7
2.1.6.4. Dayanıklılık	7
2.1.6.5. Koordinasyon.....	7

2.2. Çocuk ve Spor.....	7
2.3. Dikkat.....	8
2.3.1. Dikkat Eksikliği	8
2.3.2. Dikkati Etkileyen Etmenler	9
2.3.3. Dikkatin Çeşitleri	9
2.3.3.1. Seçici Dikkat.....	10
2.3.3.2. Yoğunlaşmış Dikkat	10
2.3.3.3. Sürekli (Sürdürülebilir) Dikkat.....	11
2.3.3.4. Bölünmüş Dikkat	11
2.3.3.5. Değişken dikkat	12
2.3.3.6. Dağınık Dikkat.....	12
2.3.4. Sporda Dikkat	12
2.4. Dart Spor.....	13
2.4.1. Dart Sporunun Tarihçesi	14
2.4.2. Türkiye’de Dart Tarihi	15
2.4.3. Dart Oyun Çeşitleri	15
2.4.3.1. Dart’ın Temel Oyun Kuralları	15
2.4.3.2. Dart Tahtası	16
2.4.3.3. Dart Oku	18
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM: YÖNTEM.....	20
3.1. Araştırmanın Modeli.....	20
3.2. Çalışma Grubu	20
3.3. Veri Toplama Araçları	21
3.3.1. Bourdon Dikkat Testi.....	21
3.4. Verilerin Analizi	22
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM: BULGULAR	23
4.1. Birinci Alt Problem.....	24
4.2. İkinci Alt Problem	24
4.3. Üçüncü Alt Problem	25
4.4. Dördüncü Alt Problem.....	25
4.5. Beşinci Alt Problem.....	26
4.6. Altıncı Alt Problem.....	27

4.7. Yedinci Alt Problem	27
BEŞİNCİ BÖLÜM: TARTIŞMA, SONUÇLAR VE ÖNERİLER.....	29
5.1. Tartışma	29
5.2. Sonuçlar	32
5.3. Öneriler	33
KAYNAKÇA	35
EKLER	38
ÖZGEÇMİŞ.....	40

TABLolar LİSTESİ

Tablo No	Sayfa No
4.1. Çalışma grubunun cinsiyet dağılımlarına ilişkin veriler.....	23
4.2. Çalışma grubunun yaş dağılımlarına ilişkin veriler.....	23
4.3. Çalışma grubunun sınıf dağılımlarına ilişkin veriler.....	23
4.4. Kontrol grubunun testin birinci, ikinci ve üçüncü bölümünden aldıkları skorların ön test ve son test karşılaştırılması	24
4.5. Deney ve kontrol grubunun testi cevaplama sürelerinin ön test ve son test karşılaştırılması	24
4.6. Deney grubunun test bölümlerinden aldıkları skorların ön test ve son test karşılaştırılması	25
4.7. Deney ve kontrol grubu test bölümleri son test skorları karşılaştırılması	25
4.8. Deney ve kontrol grubu test bölümleri son test hata sayıları karşılaştırılması.....	26
4.9. Deney grubunun süre, testin aşamalarına ait son test skor ve hata sayılarının cinsiyet değişkenine göre değişimi.....	27
4.10. Deney grubunun süre, testin aşamalarına ait son test skor ve hata sayılarının yaş ve sınıf değişkenine göre değişimi	27

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil No	Sayfa No
2.1. Dart tahtası.....	17
2.2. Elektronik Dart Tahtası	17
2.3. Dart Puanlama Tablosu	18
2.4. Dart Okunun Bölümleri	19
2.5. Çelik Uçlu Dart.....	19
2.6. Plastik Uçlu Dart	19

EKLER LİSTESİ

EK	Sayfa
No	No
1. Veli onam ve bilgilendirme formu	38
2. Bourdon dikkat testi	39

KISALTMALAR

IDF	: Uluslararası Dart Federasyonu
MEB	: Milli Eğitim Bakanlığı
TBBDF	: Türkiye Bocce Bowling ve Dart Federasyonu
WDF	: Dünya Dart Federasyonu

BÖLÜM I

GİRİŞ

İnsan organizması, doğum öncesi dönemden başlayarak yaşam süreci boyunca devam eden evreni tanıma ve anlama çabası içerisinde olan bir varlıktır. Bu amaçla yaşadığı ortama uyum sağlayabilmek için birey önce kendini, sonra dış dünyadaki yerini ve işlevini anlama çabasıdır. Bu süreçte, insan birçok uyarana karşı karşıya kalmakta ve sürekli bir öğrenme, değerlendirme ve gelen yeni bilgileri sürekli bir biçimde izlemek zorunda kalmaktadır. Fakat birey, her gelen uyarıyı bilinçli olarak takip edemez ve kaydedemez. İnsan sınırlı kapasiteye sahip olduğundan bütün uyarıcılarla aynı anda ilgilenemez. Bundan dolayı insanların birden fazla uyarana maruz kalmaları dikkatlerinin kolayca dağılmasına neden olabilmektedir (Karaduman, 2004).

İnsan dış dünyasını tanıyabilmek için duyu organlarına muhtaçtır. Ancak, bu organların sıradan işleyişi, bu konuda yeterli olmamaktadır. Örneğin, insan yorgun bir anda bakar fakat göremez, dinler işitemez. Daha sonra hatasının farkına varınca ben bu hatayı nasıl yaptım diye kendi kendine hayıflanır. Aslında onun duyu organları bu konularda uyarılsa, ilgisini çeken bir durum olsa sonuç çok daha başarılı olurdu (Adsız, 2010).

Amado (1996)'ya göre dikkat, uyarıların bilince sistematik olarak kabul edilmesi şeklinde açıklamaktadır. İnsanın evreni anlama sürecinde dikkat kavramının önemli bir yeri vardır ve yaşamı boyunca önemli rol oynamaktadır. Son zamanlarda, psikolojik bir özellik olarak insanın yaşam sürecindeki varlığı küçük yaşlardan itibaren başlamasıyla, yaşam boyu süren odaklanma, konsantrasyon, motivasyon özellikle de dikkat kavramıyla ilgili problemler bilimsel tartışmaların odak noktasında yer almaya başlamıştır. Bundan dolayı çocuk ve ergen psikiyatrları, psikologlar ve eğitimciler uzun zamandır bu konuyla yakından ilgilenmektedirler.

Dikkatin gelişmesi, bir şeye yoğunlaşma ve konsantre olma ile oluşur. Sporda alıştırmaların yapılması sırasındaki yoğunlaşma ve dikkat etme performansı artırır (Argan ve Katırcı, 2008).

Dart branşı da dünyadaki spor dalları arasında yaygınlaşmaya başlayan ve popülaritesi günden güne artan bir spor türüdür. Dart, iç içe renkli halkalardan ve bunları kesen üçgen dilimlerden oluşan bir hedefe, ufak okların (dartların) elle atılarak saplanması suretiyle oynanan bir spordur. Dart oynamak için gerekli olan ekipmanların diğer birçok spor dalına kıyasla az maliyetli olması, oynanması için küçük bir alanın yeterli olması, özel bir giyim gerektirmemesi ve en önemlisi de iyi bir oyuncu olabilmek için yaş, cinsiyet vücut özellikleri (boy, kilo ve güç) gerektirmemesi, dart sporunun hızla yayılmasını sağlamıştır (Öz, 2017).

Dart sporunda ve birçok spor branşında dikkatin ve konsantrasyonun önemi bilinmektedir. Bu branşta atışların yapıldığı dart tahtasında bulunan sayı dilimlerinin yerleşimi göz önüne alındığında atışta yapılan en küçük bir hata yada dikkatsizlik sonucu istenilen sayılar toplanamamaktadır. Bu nedenle dart sporu yapan kişilerin dikkat düzeyleri iyi bir performans için önem arz etmektedir. Spor bilimlerinde, dart sporu uygulaması ile dikkat gelişimi üzerine bir çalışma yoktur. Bu bağlamda bu çalışma, dart sporunun dikkat düzeyine etkilerini araştırması sebebiyle diğer çalışmalardan ayrılmaktadır. Bu konuda yapılacak çalışmalara ışık tutması çalışmanın önemini arz etmektedir.

1.1. Problem

Dart sporunun, öğrencilerin dikkat düzeyleri üzerine etkisi var mıdır?

1.1.1. Alt problemler

1. Kontrol grubundaki öğrencilerin ön test ve son testlerinden aldıkları skorlar karşılaştırıldığında skorlar arasında farklılık var mıdır?
2. Deney ve kontrol grubunun ön test ve son test cevaplama süreleri karşılaştırıldığında farklılık var mıdır?
3. Deney grubunun ön test ve son test bölümlerinden aldıkları skorlar arasında farklılık var mıdır?
4. Deney ve kontrol grubu test bölümleri son test skorları arasında farklılık var mıdır?
5. Deney ve kontrol grubu test bölümleri son test hata sayıları arasında farklılık var mıdır?

6. Deney grubunun süre, testin aşamalarına ait son test skor ve hata sayılarının cinsiyet değişkenine göre aralarında farklılık var mıdır?
7. Deney grubunun süre, testin aşamalarına ait son test skor ve hata sayılarının yaş ve sınıf değişkenine göre aralarında farklılık var mıdır?

1.2. Araştırmanın Amacı

Bu çalışmanın amacı dart sporu yapan 9-13 yaş grubu çocukların dart sporunun dikkat gelişimine katkısının olup olmadığını, eğer katkısı varsa ne düzeyde katkısı olduğunu ortaya koymaktır.

1.3. Araştırmanın Önemi

Bu araştırmada, yapılan çalışmadan elde edilecek veri ve sonuçlara göre, kontrol grubu ile deney grubu arasındaki ve grupların kendi içlerindeki dikkat durumları incelendi. Spor Bilimleri alanında farklı branşlarda dikkat konulu çalışmalar olmasına rağmen dart branşında dikkat üzerine çalışma bulunmamaktadır. Bu bağlamda dart sporunun öğrencilerin dikkat düzeylerine etkisinin incelenmesi araştırmayı önemli kılmaktadır.

1.4. Sayıtlar

1. Veri toplama aracının araştırma için gerekli verileri sağlayacak nitelikte olduğu,
2. Araştırmada kullanılan yöntemin araştırma konusuna uygun olduğu,
3. Kullanılan kaynakların geçerli ve güvenilir olduğu,
4. Belirlenen evren ve örneklem grubunun bu araştırma için yeterli olduğu varsayılmaktadır.
5. Öğrencilerin daha önce hiç dart sporu ile uğraşmadıkları varsayılmaktadır.

1.5. Sınırlılıklar

Bu araştırma Ankara ili Yenimahalle İlçesi Özel Aziziye Koleji'nde okuyan 9-13 yaş arası hiçbir spor branşıyla uğraşmayan (sedanter) 60 öğrenciye yapılmış olup elde edilen bilgiler ve araştırmanın süresi ile sınırlıdır.

Deney grubuna uygulanan sportif antrenman programının içeriğinin yeterliliği de bir sınırlılık olarak görülebilir.

Ayrıca deney ve kontrol gruplarının aynı okulun öğrencileri olması da bir sınırlılık olarak görülebilir.

BÖLÜM II

LİTERATÜR İLE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1. Çocuk ve Gelişim

2.1.1. Gelişme

Gelişim; ilerleyici bir dizi değişiklikleri kapsar. 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. Büyüme

Bedenin ağırlık boy bakımından artışı organların belli bir seviyeye gelene kadar geçirdikleri hacim, ağırlık ve biçimle, alakalı değişiklikleri kapsar (Derdin, 2014).

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

2.1.3. Olgunlaşma

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

2.1.4. Hazır Bulunuşluk

Olgunlaşma kavramına göre daha kapsamlı ve geniştir. Öğrenme ve olgunlaşma neticesinde belli bir seviyeye gelmesidir (Derdin, 2014).

Olgunlaşma ve öğrenme sonucu kişinin belli davranışları yapabilecek duruma gelmesidir. Hem olgunlaşma hem de bir iş için gerekli ön yeterliliği ifade eder (Özbar, 2018).

2.1.5. Çocuklarda Psikomotor Gelişimi

Anlam olarak ‘hareket’i ifade eden psiko-motor, daha anne karnındayken fiziksel gelişme başlar. Bu gelişim dünyaya geldikten sonra daha da hızlanarak devam eder. Doğuştan gelen bu hareketlerin neredeyse tamamı refleksken bazıları da organların zaman geçtikçe bilinçli kullanılmaya başlanmasıyla psiko-motor bererilere döner bazılarıda ömür boyu refleks olarak kalmaya devam edecektir göz kırpmak, nefes alıp vermek gibi. Psiko-motor gelişim ile oluşan hareketlerde organlar bilinçli kullanılır kağıt kesmek, tek ayak üzerinde sekmek gibi. Psiko-motor gelişim, merkezi sinir sisteminin gelişimi ve fiziksel büyümeyle aynı doğrultuda organizmanın bilinçli ve istemli bir şekilde hareketlilik kazandırması olarak da tanımlanır. Psiko-motor gelişim bireylerde yaşam boyu devam eder farklı değişikliklere uğrar ve bir süreçtir. Psiko-motor gelişim, tüm bireylerde düzenli bir sıra izler (MEB, 2013).

2.1.6. Temel Motorik Özellikler

2.1.6.1. Sürat

Bir noktanın zaman birimi içerisindeki yer değişikliğidir (Çetin, 1997). Hareketlerin en yüksek hızda uygulanması kabiliyetidir (Sevim, 2006).

2.1.6.2. Kuvvet

Kuvvet ile ilgili çeşitli tanımlar yapılmaktadır. Bunlardan bazıları:

Kişinin bir dirence karşı koyabilme, kendi vücut ağırlığını veya bir yükü hareket ettirebilme yetisi olarak tarif edilebilir (Özyurt, 1991).

Cismin yönünü, şeklini, hızını ve doğrultusunu değiştirebilen etki kuvvettir (MEB, 1998).

Kasın bir dirence karşı koyabilme ve kasılma gücüdür (Urartu, 1994).

Bir kasın gerilme ve gevşeme yoluyla bir dirence karşı koyma özelliğidir (aktaran Sevim, 2006).

Tanımlardan yola çıkarak kuvvet, kasın kendi gücüyle bir dirence karşı koyabilme gücüdür.

2.1.6.3. Esneklik

Sporcuların eklemlerini müsaade ettiği miktarlarda hareketlerini değişik yönlere en geniş açıda ve yapabilme kabiliyetidir (Sevim, 2006).

Kas sisteminin değişik vücut kısımları ile hareketleri tabii olarak maksimum uygunlukta yapabilmesi demektir. Hareket genişliği olarak da ifade edilebilir. Esneklik oranı harekete katkı sağlayan eklemlerin, eklemleri saran ligamentlerin ve eklemler ile ilişkili kasların yapısına bağlı olarak değişir (Özbar, 2018),

2.1.6.4. Dayanıklılık

Sporcuların fizyolojik ve fiziki ve yorgunluğa mukavemet gösterme gücüdür (Sevim, 2006). Dayanıklılık bireysel ve motorsal özelliklerle ilintilidir. Bu kabiliyetin kalitesi solunum-kalp, dolaşım, sinir sistemleri ve psikolojik faktörler ile belirlenir. Bu nedenlerden dolayı vücudun karşı direnç yetisine dayanıklılık denir (Dündar, 2007).

2.1.6.5. Koordinasyon (Beceri)

İstemli ve istemsiz hareketlerin düzenli, uyumlu, amaca uygun bir hareket dizisi içerisinde uygulanması olup, organizmanın sinirsel bir gücüdür (Sevim, 2006).

2.2. Çocuk ve Spor

Spor yapmak çocuklar için yalnızca boş zamanlarını keyifli geçireceği bir araç değil, aynı zamanda sağlıklı bir gelişim ve büyüme içinde önemli bir araçtır. Özellikle okul öncesi ve ilköğretimin ilk yıllarında kazanılan hareket becerisi yaşamın sonraki yıllarında ihtiyaç duyulan hareket gelişiminin temelini oluşturur.

Bireyin kas ve yapı olarak gelişimini arttıran ve yardımcı olan en önemli etken bedensel aktivitelerdir. Eğitimin bütünlüğü içinde yalnız beden eğitimi, spor ve oyun gibi aktivitelerle mümkündür. Kısacası egzersiz ve sporun insanda fiziksel, anatomik, biyolojik, sosyolojik, psikolojik, zihinsel, pedagojik ve sağlık açısından birçok olumlu gelişime katkısı vardır (Açak, 2006).

2.3. Dikkat

Dikkat, genel anlamda zihinsel etkinliğin bir durum üzerinde odaklaşmasıdır. Bilgiyi işleme sürecinde duyu organlarımız birçok uyarıya karşı karşıyadır. Bu süreçte, uyarıcıların önemli olanlarının seçiminde etkili olan birinci etken dikkattir. Dikkat, uyarıcının farkında olmak olarak tanımlanabilir. Bu uyarıcılar insanın iç dünyasında olduğu gibi dış dünyasındaki uyarıcılar olarak algılanmaktadır. Bireyin, uyarıcıların tümünü bilinçte tutması mümkün değildir. Bundan dolayı dikkat, duyu mekanizmalarıyla alınan uyarıların süzgeçten geçirilerek ayıklanmasıdır. Bu nedenle, beyin belirli değişkenlerin etkisi altında gelen uyarıcıların bir kısmını seçerek algılar (Karaduman, 2004).

Zihnin, bir noktada toplanışı, şuurun kuvvetle uyanışı, açıklık ve parlaklık kazanışıdır (Gövs, 1940).

Akıl etkinliklerinin belli bir fikir veya obje üzerinde belli bir süre toplanabilmesine dikkat denir (Başer, 1986).

Dikkat; bir hedefe doğru yoğun ve bilinçli algıdır (Azboy, Erer, Oymak ve Tunç, 2011).

2.3.1. Dikkat Eksikliği

Bazı çocukların günlük hayat içerisinde, ev içi iletişimde veya okul ortamında dikkat toplama konusunda sorunlar yaşadıkları bilinmektedir. Ancak çocukların dikkat toplama konusunda yaşadıkları her problem dikkat toplama bozukluğu olarak ele alınmamaktadır. Çünkü dikkat bozukluğundan veya dikkat toplama sorunlarından söz edebilmek için çocuklarda uzun süre boyunca dikkat toplama sorunu görülmesi gerekmektedir (Özmen, 2006).

Dikkat eksikliği literatürde psikiyatrik bozukluk olarak değerlendirilen rahatsızlıklar grubuna girmektedir (Ercan ve Aydın, 2000). Dikkat eksikliği beyin kullanımının önündeki en büyük engellerin başında gelmektedir. Dikkat eksikliği olan çocuklar sağlıklı kas yapısına sahip olduğu halde dizindeki problem yüzünden topallayarak koşan bir sporcuya benzetilmektedir (Şimşek, 2009).

Dikkat eksikliği literatüre yeni girmiş bir kavram değildir. Dikkat eksikliği ilk olarak 1902 yılında bir İngiliz hekim olan Frederic Still tarafından dikkatin sürdürülmesinde eksiklik ve nörolojik anormallik olarak tanımlanmıştır. Still, dikkat eksikliğinin temelinde bazı organik ve yapısal bozuklukların yattığını ileri sürmüştür (Selçuk, 2002).

2.3.2. Dikkati Etkileyen Etmenler

Dikkati etkileyen birçok sosyo-psikolojik ve bio-fizyolojik unsurlar vardır. Bu sebeple dikkat kavramı yalnızca eğitim psikolojisi alanında değil, aynı anda mühendislik ve iletişim disiplinlerinde de dikkate alınan bir olgudur (Asan, 2011). Asan (2011) sporu bu alana almamış olsa da dikkat en çok spor alanında gerekli olmuştur.

Dikkati etkileyen unsurlar içerisinde çevresel uyaranlar önemli bir yere sahiptir. Okul ortamında yetersiz ilgiye maruz kalan bir çocuğun dikkat toplama konusunda sıkıntı yaşaması beklenebilir. Okul ortamında çocukların dikkatlerini olumsuz yönde etkileyen ve dikkat eksikliğine neden olan diğer unsurlar içerisinde başarı güdüsünün düşük olması, verimsiz çalışma tekniklerinden yararlanma, okul ve sınav korkusu yaşama gibi unsurlar yer almaktadır (Özmen, 2006).

Dikkati etkileyen unsurların başında motivasyon, ilgi, zeka düzeyi, başarısızlığa ilişkin algı düzeyi, algı ve belleğin işleyiş biçimi, ebeveyn tutumları, fiziksel uyaranlar (uyku, yorgunluk, beslenme, ısı, ışık vb.) ve öğrenme ortamı gelmektedir (Özdoğan ve Soyutürk, 2005).

2.3.3. Dikkatin Çeşitleri

Dikkat kavramının daha iyi anlaşılması için dikkat türlerinin iyi bilinmesi oldukça önemlidir. Literatürde dikkat çeşitleri şu şekilde sıralanmıştır;

2.3.3.1. Seçici Dikkat

Seçici dikkat kavramı bireyin ilgisiz uyaranlara karşı tepkisiz kalırken, ilgili uyaranlara karşı tepkide bulunmasını ifade etmektedir. Bu nedenle seçici dikkatin geliştirilmesi için sürekli dikkat gerektiren çalışmalar yapılırken dikkat dağıtan uyarıcıların kullanılması gerekmektedir. Gereksiz bilgi seçici dikkat sürecinde reddedilirken kesin ve doğru bilgi tercihen tercih edilir ve seçilir (Şimşek, 2013).

Duyu organlarımız kendisine gelen her uyarıyı zihinsel süreçlerden geçirseydi bu duyuların hiçbiri zihin tarafından tam olarak anlamlandırılmazdı. Her organizma kendi ihtiyaç beklenti ve geçmiş deneyimlerine göre bu duyular arasından bazılarını seçerek işler, zihinsel süreçlerden geçirir. Bu seçimde zihnin üzerine en çok yoğunlaştığı duyum dikkatin odak noktasını oluşturur. Diğer uyaranlar ise giderek azalan düzeyde bilinç tarafından fark edilmiştir. Yani uyaranlar zihinde berraktan bulanığa doğru bir yapıda sıralanır. En berrak bir biçimde fark edilenler dikkatin odaklandığı uyarıyı en bulanık biçimde fark edilenler ise hiç farkında olunmayan uyarıyı temsil eder (Baymur, 1984).

2.3.3.2. Yoğunlaşmış Dikkat

Birden fazla uyarının bulunduğu bir ortamda bireyin dikkatini tek bir uyarıya vermesi yoğunlaşmış dikkat olarak tanımlanmaktadır.

Bir göreve veya çevrenin belirli bir bölümüne odaklanabilme ve çeldirici uyaranları reddedebilme becerisidir. Dikkatteki devamlılık belirli bir süre dikkati odaklayabilme kapasitesidir (aktaran Demir, 2015).

Birden fazla uyarının bulunduğu bir ortamda bireyin dikkatini tek bir uyarıya vermesi yoğunlaşmış dikkat olarak tanımlanmaktadır. Dikkatin yoğunlaşması bir şeyin seçilip, sabit tutulması anlamına gelir. Dışarıdan zihnimize gelen uyaranların ilgi ve ihtiyaçlara göre ayıklanması odaklanmış (yoğunlaştırılmış) dikkatin göstergesi olarak kabul edilebilir. Yoğunlaştırılmış dikkati güçlendiren ya da zayıflatan çeşitli (çevresel ya da organizmadan kaynaklanan) faktörler vardır (aktaran Tekin, 2018).

2.3.3.3. Sürekli (Sürdürülebilir) Dikkat

Belirli bir görevde dikkatin uzun süre devam ettirilmesi sürekli dikkat olarak değerlendirilmektedir. Sürekli dikkatte bireyin belirli bir uyarana karşı dikkatini aralıksız olarak devam ettirmesi söz konusudur. Zihinden matematik işlemleri yapmak sürekli dikkate örnek gösterilebilir (aktaran Gür, 2016).

Odaklanmış dikkatin sürdürülebilmesi halidir. Birçok uyarın arasından seçici dikkatle seçtiğimiz, odaklanmış dikkatle de tam olarak odaklandığımız konuda, dikkatimizi sürdürürebilmemiz hali sürekli dikkat yeteneğimizle gerçekleşir. “Başarının en önemli şartlarından biri de odaklanma yeteneğini sürdürülebilmektir. İnsanların başarılarının en büyük sırrı seçici dikkatle seçme, odaklanma ve bunu sürdürülebilmesi ile doğru orantılıdır. Bunu yapabilen insanların başarılı olma olasılıkları çok daha yüksektir. Bu da eğitimle geliştirilebilecek bir yetenektir” (Doğutepe ve Karakaş, 2008).

2.3.3.4. Bölünmüş Dikkat

Aynı anda birden fazla uyarana karşı dikkatini toplayabilme becerisidir. İnsan hayatında bazen aynı anda birden fazla eylemin yapılması gerekmektedir. Bu durumda dikkatin bölünmesi zorunluluğu ortaya çıkmaktadır. Örneğin, bir öğrencinin bir yandan ders dinlerken, diğer yandan da not alması bölünmüş dikkate örnek gösterilebilir. Bölünmüş dikkat becerisi çocuklarda düşük olmakla beraber bölünmüş dikkatin geliştirilmesinde eğitim oldukça önemlidir (Polatoğlu, 2011).

Farklı görev veya çevrenin farklı bölümlerine dikkatini pay edebilme kapasitesidir. Dikkati bölme becerisi, bilgi işleme kapasitesi ile yakından ilişkilidir. Bilişsel esneklik dikkati çevrenin bir bölümünden diğer bir bölümüne uygun olarak kaydırma becerisidir. Bazı araştırmacılara göre dikkat, beyinde ön bölge dikkat sistemi ve arka bölge dikkat sistemi olarak açıklanabilir. Ön dikkat sistemi yönetici, motor dikkat ile ilgilidir. Arka dikkat sistemi bilinç ötesi olarak da adlandırılır ve uyarıcıyı seçme, odaklama ile özetlenebilen yoğunlaşma, yönelmiş dikkat ile ilgilidir (Doğutepe ve Karakaş, 2008).

Dikkatin birden fazla uyarıcıya yöneltilmesi bölünmüş dikkat olarak ifade edilmektedir. Dikkat anlayışında çevrede bulunan uyarıcılara dikkat edilen uyarıcı

sayısından ziyade, organizma bilinçli bir şekilde bu uyarıcılara ne kadarına dikkat ettiği önemli bir ayrımdır. Diğer bir söylemle bölünmüş dikkat, minimum iki uyarıcıya bilinçli ve kasıtlı olarak dikkatini yönlendirmesi gerekmektedir (Irak, 1999).

2.3.3.5. Değişken dikkat

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 (aktaran Gür, 2016).

2.3.3.6. Dağınık Dikkat

Dağınık dikkat kavramı dikkatin belirli bir noktada tutulmaması, dikkatin belirli bir konu üzerinde yoğunlaşmaması anlamına gelmektedir. Kendini bir işe tam verememek de dağınık dikkat kavramı içerisinde değerlendirilmektedir. Dikkat dağınıklığının temelinde bireyin zihnini başka problemler ile meşgul etmesi yatmaktadır. Zihnin başka problemler ile meşgul olması dalgınlık olarak da nitelendirilmektedir. Dikkat dağınıklığına neden olan diğer unsurların başında fizyolojik yorgunluk, hayal kurma, bedensel rahatsızlıklar, çevrede bulunan olumsuz uyaranlar, zihnin sakin olmaması, müzik, yatarak çalışma, düzensiz aile yaşamı, stres ve duygusal sorunların bulunması, olumsuz düşünceler, dış ortamdaki gelen baskılar, zihnin başka konularla meşgul olması, gereksiz ayrıntılara dalmak, motivasyon eksikliği, öğrenme yöntemlerini bilmemek, düzensiz ve amaçsız çalışma, konsantrasyon eşiğinin aşılamaması ve dikkat yoğunlaştırma becerisinin düşük olması gibi unsurlar gelmektedir (Polatoğlu, 2011).

2.3.4. Sporda Dikkat

Sporda sahip olunan performansın en iyi şekilde sergilenebilmesinde sporcu ve antrenörler açısından dikkat ve karar verme stratejileri önemli rol oynayan iki unsurdur. Her iki beceride de bilgilerin hızlı bir biçimde işlenmesi söz konusudur. Bu nedenle dikkat ve karar verme stratejileri sportif becerilerin sergilenmesinde oldukça önemlidir (Çağlar ve Kuruç, 2006).

Spor psikolojisinde dikkat olgusu performansı etkileyen bir unsur olarak görülmekte olup sporda dikkat önemli bir performans bileşeni olarak değerlendirilmektedir. Bu nedenle

mücadele sporlarında sporcuların yüksek düzeyde konsantrasyon, kendini kontrol ve dikkat becerisine sahip olmaları gerektiği belirtilmektedir (Güven, 2014).

Dikkatini yoğunlaştırma becerisi yüksek olan sporcuların sportif performansları genellikle yüksektir. Bu nedenle dikkatini yoğunlaştırma konusunda sıkıntı yaşayan sporculara mutlaka özel eğitim verilmelidir (Asan, 2011).

Sportif hareketlerde dikkati önemli kılan unsurların başında hareket uygulamalarının belli düzeyde dikkat ve yoğunlaşma gerektirmesi yatmaktadır. Örneğin; masa tenisi oyununda rakipten gelen topun yönüne ve hızına dikkat etmeyen bir oyuncunun iyi vuruş yapma olasılığı azalmaktadır. Bu durum, sporcunun iyi vuruş yapamamasına paralel olarak sayı kaybetme olasılığını artırmaktadır. Benzer şekilde bir boks sporcusunun rakibine ait vücut hareketlerine, tenis oyuncusunun rakipten gelen topa, basketbol oyuncusunun rakip oyuncunun elindeki topa, futbolda pozisyon gereği ofsayda düşmemek için rakip savunma oyuncusunun konumuna dikkat etme spor ortamında sıklıkla karşılaşılan dikkat davranışlarına örnek gösterilmektedir (Adsız, 2010).

2.4. Dart Sporü

Numaralandırılmış çemberlerden oluşan nişan tahtasına (dart) küçük okları isabet ettirilmesi ile puan kazanılması esaslı bir oyundur (Şahin, 2006).

Dart Hedef noktaları dairesel olarak belirlenmiş nişan tahtasına küçük okların atılmasıyla oynanan bir oyundur. Dart, fiziksel temas içermeyen, evrensel oyun kurallarına sahip, hedef sporudur. Şampiyona maçları daha önceden belirlenmiş setler üzerinden oynanır. Her set, 501 veya bir başka X01 sayıdan baslar ve hedef üzerindeki sayıların çift katını vurarak sıfıra düşerek bitirmeyi içerir. Dart sporunda iki temel malzeme bulunmaktadır. Bunlar; oyun tahtası ve dardır (ok). Oyun tahtası üzerinde, 20 dilime bölünmüş 3 ayrı sayı bölgesi bulunur. Her dilim, kendisine karşılık gelen sayı değerindedir. Bölgeler de dıştaki ince halka, ikili sayı bölgesi (double) ve içteki ince halka, üçlü sayı bölgesi (triple) olarak adlandırılır. Bu bölgeler, kendisine karşılık gelen sayının 2 ve 3 katı değerindedir. Oyun tahtasının ortasında iç merkez (bull) ve dış merkez (double bull) olarak adlandırılan bir bölüm daha bulunur. Dart tahtası merkezin tam ortasından (doublebull),

yerden 1,73 metre yükseğe asılır ve 2,37 metre uzaklığa atış çizgisi sabitlenir. (Duffy ve diğerleri, 2004).

Dart oku, dört ayrı bölümden oluşur. Bunlar uç (tip), gövde (barrel), shaft (stem) ve kanat (flight) bölümleridir. Uç bölümü, çelik ve plastik olmak üzere iki tipe ayrılır. Uluslararası müsabakalarda, hem çelik uçlu hem de plastik uçlu dartlar kullanılır. Gövde dartin ana parçasıdır. Aslında dart denildiğinde kastedilen parça budur. Dartin ağırlığını belirleyen bölüm de gövde bölümüdür. Farklı sporcular farklı ağırlıkta dartlar kullanırlar. Başlangıç aşamasında 18-22 gramağırlığındaki dartlar önerilmektedir. Gövdenin arkasına takılan ve kanadı tutan parçaya “shaft” denir. Naylon, alüminyum ve titanyumdan üretilen shaftlar bulunmaktadır. Boyu ve ağırlığı, dartin uçuş dinamiği ile yakından ilgilidir. Kanat, dartin düzgün uçmasını sağlayan parçadır. Çeşitli şekil ve binlerce farklı desende çeşitli materyallerden üretilmiş kanatlar bulunmaktadır. İdeal veya doğru bir kanat şeklinden bahsetmek mümkün değildir. Kullanılan dartin ağırlığı ve atış stili, kanat seçiminde etkin faktörlerdir (Erem, 2006).

2.4.1. Dart Sporunun Tarihçesi

Orta Çağ'da okçular için idman yapılırken kullanılan dart oyunu ilk olarak İngiltere'de görülmüştür. II. Henry döneminden itibaren, Tudor Kralları döneminde yaygınlaşmıştır. 1620 yılında "Mayflower" adlı gemiyle Amerika'ya giden göçmenlerin, yolda dart oynayarak vakit geçirdikleri bilinmektedir (Aktop, 2008).

Dart sporunun ortaya çıkışının 1500'lere dayandığı, bugünkü halini ise 19. Yüzyılın sonlarında aldığı söyleniyor. Dartin spor olarak kabul edilmesi, oyuncularının daha düzenli ve örgütlü bir şekilde faaliyet göstermesi ise 20. Yüzyılın başlarından itibaren gerçekleşiyor. 1908'de İngiltere'de publarda şans oyunlarının yasaklandığı bir dönemde, bir pub sahibi olan Anakin'in Dartı bir şans oyunu olarak mekanında oynatıyor olmasından dolayı mahkemeye verilmesi ve bunun üzerine Anakin'in mahkemede kurdurduğu bir dart tahtasına atışlar yaparak bunun bir şans değil beceri ve antrenman işi olduğunu kanıtlaması ile mahkemenin düşmesinin darta bakış açısını geniş ölçüde değiştirdiği görülüyor. Dünya Dart Federasyonu (WDF) halen 63 ülkenin üye organizasyonları ile bir çok önemli Dart faaliyetine ev sahipliği yapıyor. Dart sporu dünyada, özellikle 1970'lerden itibaren hızla gelişen bir spor dalı olarak biliniyor. Dart oynamak için gerekli olan ekipmanların diğer

birçok spor dalına kıyasla az maliyetli olması, oynanması için küçük bir alanın yeterli olması, özel bir giyim gerektirmemesi ve en önemlisi de iyi bir oyuncu olabilmek için yaş, cinsiyet vücut özellikleri (boy, kilo ve güç) gerektirmemesi, Dart sporunun hızla yayılmasını sağlıyor. Ayrıca birçok bedensel engelin bu sporu icra etmeye engel olmayışı da özel bir durum ortaya çıkarıyor (TBBDF, 2019).

2.4.2. Türkiye’de Dart Tarihi

Türkiye’de önceleri Atıcılık Federasyonu’na bağlı bulunan dart branşı 2004 yılında kurulan Türkiye Bocce Bowling ve Dart Federasyonu (TBBDF) çatısı altında etkinliklerini yapmaya başlamıştır. 2006 yılı itibariye Dünya Dart Federasyonu (WDF)’na tam üye olmuştur. Federasyon Uluslararası Dart Federasyonu (IDF) üyesidir ve yeni sayılabilecek bu dalda faaliyetlerini sürdürmektedir (TBBDF, 2019).

2.4.3. Dart Oyun Çeşitleri

Dart sporu yarışmaları uluslararası oyun kuralları ve TBBDF yarışma talimatına göre hazırlanır ve aşağıda belirtilen sistemlerde düzenlenir;

- a) Çelik uçlu (bkz. Şekil 2.1)
- b) Plastik uçlu (bkz. Şekil 2.2)

Dart yarışmaları aşağıdaki belirlenen usullere göre yapılır:

- a) Sayıdan düşmeli oyunlar; beş farklı biçimde oynanabilir. (Bunlar; 301, 501, 701, 901 ve 1002dir belirlenen sayılarından düşülerek oynanır. Oyunda bitiriş seçilen oyun türüne göre tekli, çiftli veya üçlü olur).
- b) Kriket; sayı ve alan kapatılarak oynanır. Oyun dart tahtasının belirli alanlarına atışlar yapılarak oynanan oyunlardır (TBBDF, 2019).

2.4.3.1. Dart’ın Temel Oyun Kuralları

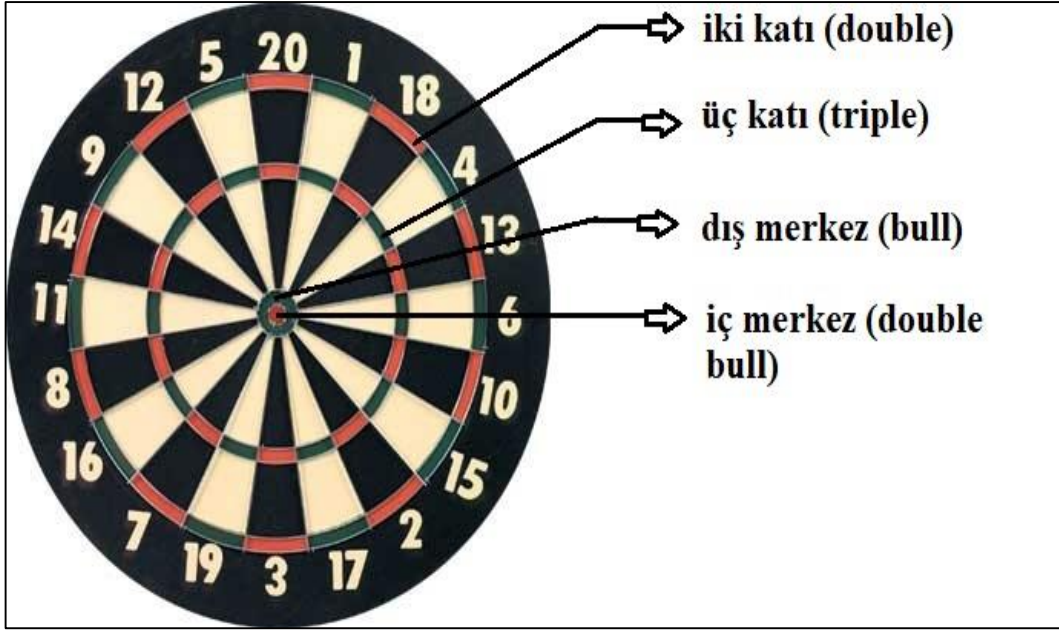
Dart, evrensel oyun kurallarına sahiptir. Fiziksel temas içermez ve hedef sporudur. Bitirişi aha önceden belirlenir ve setler üzerinden oynanır. Oyunda amaç seti, 501 veya bir başka X01 sayıdan başlayarak sıfıra düşerek bitirmeyi amaçlar. Son atışta dart tahtası

üzerindeki sayıların çift katını (double) vurarak sıfıra düşerek biter. Dart sporunda iki temel malzeme vardır. Bunlar; dart tahtası ve dart okudur. Dart tahtası üzerinde, 3 farklı sayı bölgeleri vardır bunlar üzerinde yazan sayı değeri iki katı (double) ve üç katı olan (triple)'dan oluşur ve buna göre hesaplanır. 20 dilime bölünmüştür (Şekil 2.1). Her dilim üzerinde yazan sayı değerindedir. Oyun tahtasının merkezinde (bull) ve onun iç merkezinde (double bull) olarak adlandırılan bir bölüm daha vardır. Dart tahtasının en merkezinde yani tam ortasında (doublebull), yerden 1,73 metre yükseğine asılır ve 2,37 metre uzaklığa atış çizgisi çizilir ve sabitlenir.

2.4.3.2. Dart Tahtası

Turnuvalarda kullanılacak oyun tahtaları TBBDF ve WDF'nin belirlediği aşağıdaki özelliklere sahip olmalıdır:

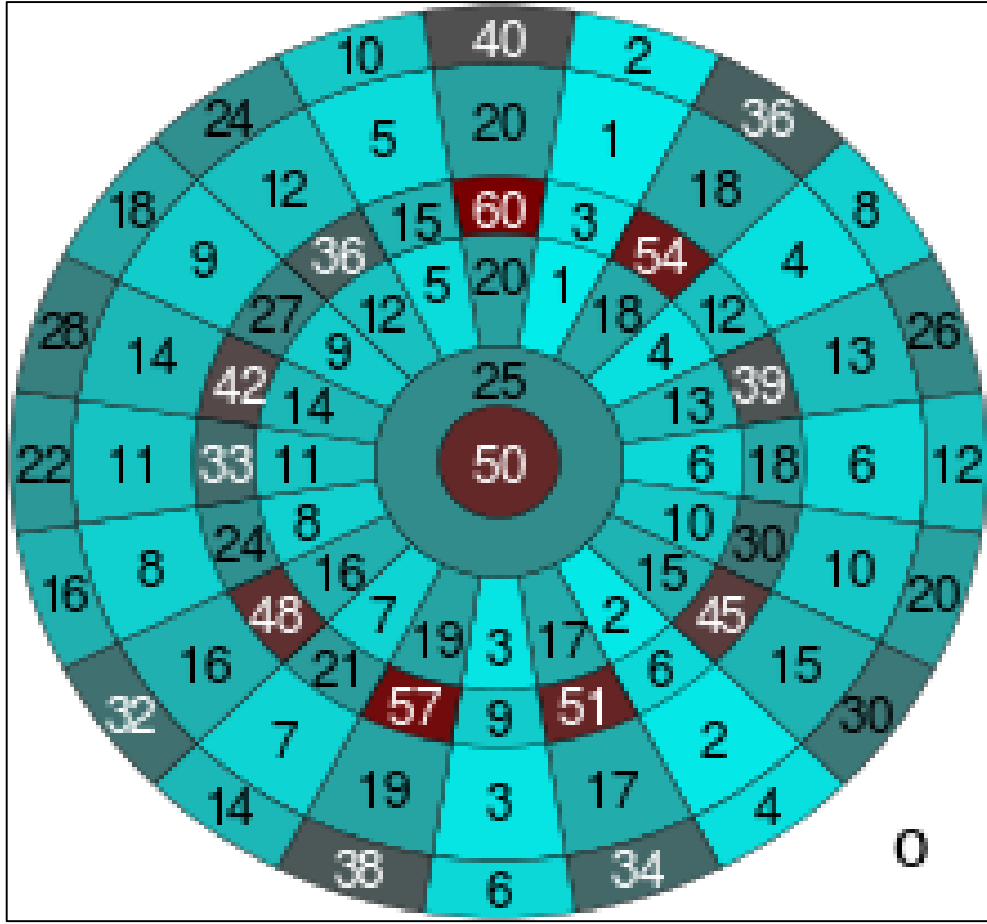
- a- Sisal bitki kökünden üretilmiş olmalıdır .
- b- “1”den “20” ye kadar dairesel dizilmiş ve çizilmiş sayı dilimlerini içermek zorundadır.
- c- Oyun tahtasının üzerinde “50” puan sayılan kırmızı renkte bir iç merkez bulunmalıdır.
- d- İç merkezin hemen dışında “25” puan sayılan yeşil renkte bir dış merkez bulunmalıdır.
- e- Her sayı diliminin ortasında üçlü bölgelerini belirleyen iki telden oluşan bir şerit olmalıdır.
- f- Her sayı diliminin en dışında ikili bölgeleri belirleyen iki telden oluşan bir şerit olmalıdır.
- g- Sayı dilimlerini ayıran ve ikili, üçlü ve iç merkez, dış merkez bölgelerini belirleyen teller örümcek ağı şeklinde ve oyun tahtasının ön yüzeyinde görünebilir biçimde monte edilmiş olmalıdır (TBBDF, 2019).



Şekil 2.1: Dart tahtası



Şekil 2.2: Elektronik Dart Tahtası



Şekil 2.3: Dart Puanlama Tablosu

2.4.3.3. Dart Oku

Dart oku, uç (tip), gövde (barrel), şaft (stem) ve kanat (flight) olmak üzere dört ayrı bölümden oluşur. Bunlar (Şekil 2.4). Uç bölümü, plastik ve çelik uçlu olmak üzere iki tipe ayrılır. Uluslararası müsabakalarda, hem çelik uçlu (Şekil 2.5) hem de plastik uçlu (bkz. Şekil 2.6) dartlar (oklar) kullanılır. Dartın ana parçası gövdedir. Dart denildiğinde kastedilen ana parça budur. Gövde bölümü dartın ağırlığını belirleyen bölümdür. Her sporcu farklı ağırlıkta dartlar (oklar) kullanırlar. Bu spora yeni başlayanlar için 18-22 gram ağırlığındaki dartlar (oklar) önerilmektedir. “Şaft” gövdenin arkasında bulunur gövdeye takılır ve kanadı tutar. Alüminyum ve titanyum ve naylondan (sert plastik) üretilen şaftlar bulunur. Dartın uçuş dinamiği boyu ve ağırlığı, ile yakından ilintilidir. Dartın düzgün uçmasını sağlayan kanattır. binlerce farklı desenden, çeşitli şekillerden oluşan ve çeşitli materyallerden üretilmiş kanatlar bulunur. Kişinin alışık olduğu ve benimsediği kanat biçimi kişiden kişiye farklılık gösterebilir. Kullanılan dartın atış stili ve ağırlığı, kanat seçiminde önemli ve etkin faktörlerdir.



Şekil 2.4: Dart Okunun Bölümleri



Şekil 2.5: Çelik Uçlu Dart



Şekil 2.6: Plastik Uçlu Dart

BÖLÜM III

YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Modeli

Araştırma kapsamında, Ortaokulda öğrenim gören 9-13 yaş arası hiçbir spor branşı ile uğraşmayan (sedanter) öğrencilere dart sporu uygulanarak verilen eğitimlerde, öğrencilerin dikkat seviyeleri üzerine etkisinin olup olmadığını ortaya koymak amacıyla yapılmıştır. Araştırmanın modeli, ön test-son test kontrol ve deney grubu olarak oluşturulmuş, deneysel desen modeli kullanılmıştır.

Deneysel araştırmalar sistematik bir yöntem kullanılmak suretiyle belli bir müdahalenin kontrol altına alınmış koşullarda belli bir problemin çözülmesinde ne dereceli etkili olacağını göstermek amacıyla yapılmaktadır (Özmen, 2015). Deneysel araştırma kapsamında kullanılacak birden fazla deneysel desen bulunmasına rağmen uygulama aşamasında genelde en az iki grubun oluşturulduğu uygulama tercih edilmektedir. Bu gruplardan birine deney grubu, diğerine ise kontrol grubu adı verilmektedir. Kontrol grubu her hangi bir müdahalede bulunulmayan yani yalnızca veri toplama amacıyla kullanılan gruptur. Deney grubu ise etkisi belirlenmeye çalışılan ve uygulamaya maruz bırakılan gruptur. Uygulama aşamasında deney ve kontrol grubuna ön test uygulanır deney grubu deneysel müdahaleye maruz bırakılırken kontrol grubuna herhangi bir müdahalede bulunulmaz. Uygulamadan sonra ise her iki gruba son test uygulanarak istatistiksel yöntemler yolu ile gruplar arası karşılaştırma yapılır (Karasar, 2002).

3.2. Çalışma Grubu

Çalışma; 2018/2019 Öğretim yılı ikinci dönem başında Ankara İlinde bulunan Milli Eğitim Müdürlüğüne bağlı Yenimahalle ilçesinde bulunan Özel Aziziye Ortaokulunda öğrenim gören 9-13 yaş arası spor yapmayan (sedanter) rastgele seçilmiş 60 öğrenci çalışma grubunu oluşturmuştur. Daha sonra çalışma grubundaki toplam 60 öğrenci yansız atama yapılarak ikiye ayrılmış deney ve kontrol grubu oluşturulmuştur. Bourdon dikkat testi Aynı okulda öğrenim gören deney grubunda bulunan öğrencilere normal eğitimleri dışında dart 3.kademe antrenörlük belgesine sahip olan araştırmacı tarafından uygulanmıştır. Sınıflarına

asılan iki dart tahtası ile çalışmalarını sekiz hafta boyunca hafta iki gün; Salı ve Perşembe olmak üzere dart sporu eğitimi verilmiştir. İlk olarak atış tekniği ve kurallar öğretilmiş sonrasında ise uygulamaya geçilmiştir. İlk bir hafta dart oyun kuralları anlatıldı ve atış teknikleri gösterilip öğrencilere atış yaptırıldı, sonraki sekiz hafta boyunca uygulamalı olarak atış çalışılmıştır. Aynı okulda öğrenim gören kontrol grubu öğrencilerine herhangi bir eğitim verilmemiş ve normal eğitimlerine okulda devam edilmiştir. Ankara İli Milli Eğitim Müdürlüğünden alınan gerekli izinler ile çalışmalar yapılmıştır. Sekiz haftanın sonuna gelindiğinde hem kontrol hem de deney grubundaki öğrencilere Bourdon dikkat testi tekrar uygulanarak son uygulama yapılmıştır.

3.3. Veri Toplama Araçları

Yapılan araştırma kapsamında deney (dart eğitimi alan) ve kontrol grubunda (dart eğitimi almayan) öğrencilerin dikkat seviyelerini ölçmek ve belirlemek için Bourdon dikkat testi uygulanmıştır.

3.3.1. Bourdon Dikkat Testi

Bourdon dikkat testinin en son kullanılan şekli Benjamin Bourdon tarafından 1955 yılında geliştirilmiştir. Bourdon dikkat testinin iki farklı formu bulunmaktadır. Birincisinde belli harfleri karışık kitap harfleri arasından bulma ve işaretleme; ikincisi ise belli şekilleri karışık olarak verilmiş şekiller arasından bulma ve işaretleme şeklindedir. Test kesintisiz bir dikkat yönelimi gerektirmektedir. Bu çalışmada Bourdon dikkat testinin harf formu kullanılmıştır.

Bu test çocuğun, dikkat gücünü ölçer. Çocuklara bir sayfa üzerine gelişi güzel dizilmiş harfler verilir. Bu harfler belli ve düzenli aralıklarla dizilmiştir. Her sayfada (20) satır vardır. Sayfadaki her harfin sayısı bilinir. Örnek olarak hazırlanan arka sayfadaki testte 150 tane (a) . 75 tane (g) . 50 tane (b) ve 25 tane (d) harfi bulunmaktadır. Bourdon denemesi (10-20) yaşlarındakilere uygulanır. Sayfanın önceden ayarlanmış bir süresi de vardır. Her bölüm için Ortaokula (3) lisede (2) dakika süre verilerek çocuklara şöyle bir açıklama yapılır.

Testin uygulanmasında aşağıdaki yol izlenmiştir;

Katılımcıların önlerindeki sayfada bulunan bütün a, b, d ve g harflerinin altlarını kurşun kalemle çizmeleri ve satırı gözden geçirirken yalnız bir harfi işaretlemeleri istenmiştir.

Katılımcıların testi iyi bir şekilde öğrenmeleri için tahtaya yazılmış iki satır harf üzerinde birlikte deneme yapılmış ve daha sonra asıl denemeye geçilmiştir. Denemeden sonra çizgiler sayılarak denemenin değerlendirilmesi yapılmıştır.

3.4. Verilerin Analizi

Verilerin değerlendirilmesinde ve hesaplanmış değerlerin bulunmasında SPSS 20.0 istatistik paket program kullanılmıştır. Veriler yüzde ve frekans tabloları verilerek özetlenmiştir. İkili gruplarda bağımsız örneklem t-testi, ikiden fazla gruplarda ise tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Bununla birlikte çalışma grubu içindeki öğrencilere ön test ve son test karşılaştırmaları için, paired samples t testi kullanılmıştır.

BÖLÜM IV

BULGULAR

Tablo 4.1: Çalışma grubunun cinsiyet dağılımlarına ilişkin veriler

	Cinsiyet	n	%
Deney Grubu	Erkek	15	25
	Kadın	15	25
Kontrol Grubu	Erkek	15	25
	Kadın	15	25
Toplam		60	100

Tablo 4.1'e göre çalışmanın deney ve kontrol grubunu 30 erkek, 30 kadın oluşturmaktadır.

Tablo 4.2: Çalışma grubunun yaş dağılımlarına ilişkin veriler

	Yaş	n	%
Deney Grubu	11	6	10
	12	14	23,30
	13	10	16,70
Kontrol Grubu	11	7	11,70
	12	11	18,30
	13	12	20
Toplam		60	100

Tablo 4.2'ye göre çalışmanın deney ve kontrol grubunu 11 yaşında 13, 12 yaşında 25, 13 yaşında 22 toplam 60 katılımcı oluşturmaktadır.

Tablo 4.3: Çalışma grubunun sınıf dağılımlarına ilişkin veriler

	Sınıf	n	%
Deney grubu	6.Sınıf	6	10
	7.Sınıf	14	23,30
	8.Sınıf	10	16,70
Kontrol grubu	6.Sınıf	7	11,70
	7.Sınıf	11	18,30
	8.Sınıf	12	20
Toplam		60	100

Tablo 4.3'e göre çalışmanın deney ve kontrol grubunu 6. sınıfta 13, 7. sınıfta 25, 13, 8. sınıfta 22 toplam 60 katılımcı oluşturmaktadır.

4.1. Birinci Alt Problem

Tablo 4.4: Kontrol grubunun testin birinci, ikinci ve üçüncü bölümünden aldıkları skorların ön test ve son test karşılaştırılması

	Ortalama	N	Ss	t	Df	P
Kontrol grubu bölüm 1 ön test skor	36,7	30	2,87	1,34	29	0,19
Kontrol grubu bölüm 1 son test skor	36,33	30	2,73			
Kontrol grubu bölüm 2 ön test skor	35,1	30	2,73	1,61	29	0,11
Kontrol grubu bölüm 2 son test skor	34,57	30	2,35			
Kontrol grubu bölüm 3 ön test skor	29,13	30	11,27	1,61	29	0,11
Kontrol grubu bölüm 3 son test skor	28,33	30	10,01			

P<0.05

Tablo 4.4'e göre kontrol grubunun testin bölümlerinden aldıkları ön test ve son test skorlarının karşılaştırılmasında anlamlı olarak farklılık görülmemiştir ($p>0.05$).

4.2. İkinci Alt Problem

Tablo 4.5: Deney ve kontrol grubunun testi cevaplama sürelerinin ön test ve son test karşılaştırılması

	Ortalama	N	Ss	T	Df	P
Kontrol grubu ön test süre	2,80	30	1,06	0,58	29	0,56
Kontrol grubu son test süre	2,67	30	1,09			
Deney grubu ön test süre	2,86	30	1,10	-1,75	29	0,09
Deney grubu son test süre	3,26	30	0,90			

P<0.05

Tablo 4.5'e göre deney ve kontrol gruplarının ön test ve son test süre ortalamalarına bakıldığında aralarında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir ($p>0.05$).

4.3. Üçüncü Alt Problem

Tablo 4.6: Deneysel grubun test bölümlerinden aldıkları skorların ön test ve son test karşılaştırılması

	Ortalama	N	Ss	T	Df	P
Deneysel grubu bölüm 1 ön test skor	36,93	30	2,75	-3,64	29	0.00
Deneysel grubu bölüm 1 son test skor	38,43	30	2,17			
Deneysel grubu bölüm 2 ön test skor	35,1	30	3,06	-3,13	29	0.00
Deneysel grubu bölüm 2 son test skor	36,53	30	2,12			
Deneysel grubu bölüm 3 ön test skor	28,2	30	11,18	-4,21	29	0.00
Deneysel grubu bölüm 3 son test skor	35,37	30	4,56			

P<0.05

Tablo 4.6'ya göre deneysel grupta bulunan katılımcıların deneysel bölümünün tüm aşamaları (1,2,3) ön test ve son test skor ortalamaları arasında anlamlı farklılık bulunmuştur ($p<0.05$). Buna göre, her 3 aşamada da son test skor ortalamalarının ön test skor ortalamalarından anlamlı olarak yüksek olduğu görülmektedir.

4.4. Dördüncü Alt Problem

Tablo 4.7: Deneysel ve kontrol grubu test bölümleri son test skorları karşılaştırılması

	Ortalama	N	Ss	T	Df	P
Kontrol grubu bölüm 1 son test skor	36,33	30	2,70	-3.75	29	0.00
Deneysel grubu bölüm 1 son test skor	38,43	30	2,17			
Kontrol grubu bölüm 2 son test skor	34,53	30	2,35	-3.37	29	0.00
Deneysel grubu bölüm 2 son test skor	36,53	30	2,12			
Kontrol grubu bölüm 3 son test skor	28,33	30	10,01	-3.28	29	0.00
Deneysel grubu bölüm 3 son test skor	35,37	30	4,56			

P<0.05

Tablo 4.7'ye göre deneysel ve kontrol gruplarının testin her üç aşaması son test skorları karşılaştırılmasında testin her üç aşamasında deneysel grubu lehine anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ($p<0.05$).

4.5. Beşinci Alt Problem

Tablo 4.8: Deney ve kontrol grubu test bölümleri son test hata sayıları karşılaştırılması

	Ortalama	N	Ss	T	Df	P
Kontrol grubu bölüm 1 ön test hata sayısı	1,2	30	0,88	3,27	29	0.00
Deney grubu bölüm 1 son test hata sayısı	0,6	30	0,72			
Kontrol grubu bölüm 2 ön test hata sayısı	1,77	30	1,13	3,69	29	0.00
Deney grubu bölüm 2 son test hata sayısı	0,6	30	1.05			
Kontrol grubu bölüm 3 ön test hata sayısı	1,47	30	1,19	1,58	29	0.12
Deney grubu bölüm 3 son test hata sayısı	1,03	30	1,06			

P<0.05

Tablo 4.8'e göre Kontrol ve deney grubuna katılanların testin her üç aşaması için son test hata sayıları karşılaştırılmasında;

Kontrol ve deney grubu katılımcılarının testin 1. aşaması için son test hata sayıları arasında anlamlı farklılık bulunmuştur ($p<0.05$). Buna göre, deney grubunda bulunanların testin 1. Aşamasında son test hata sayıları kontrol grubunda bulunanlardan anlamlı olarak düşük çıkmıştır.

Kontrol ve deney grubu katılımcılarının testin 2. aşaması için son test hata sayıları arasında anlamlı farklılık bulunmuştur ($p<0.05$). Buna göre, deney grubunda bulunanların testin 2. aşamasında son test hata sayıları kontrol grubunda bulunanlardan anlamlı olarak düşük çıkmıştır.

Kontrol ve deney grubu katılımcılarının testin 3. aşaması için son test hata sayıları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir ($p>0.05$). Ancak deney grubunda bulunanların hata sayıları kontrol grubunda bulunanlardan daha düşüktür.

4.6. Altıncı Alt Problem

Tablo 4.9: Deney grubunun süre, testin aşamalarına ait son test skor ve hata sayılarının cinsiyet değişkenine göre değişimi

	Cinsiyet	N	Ortalama	Ss	T	P
Deney grubu son test süre	Erkek	15	3,46	0,83	1,21	0.23
	Kadın	15	3,06	0,96		
Deney grubu bölüm 1 son test skor	Erkek	15	38,2	2	-0.58	0.56
	Kadın	15	38,67	2,32		
Deney grubu bölüm 1 son test hata sayısı	Erkek	15	0,73	0,79	1.00	0.32
	Kadın	15	0,47	0,64		
Deney grubu bölüm 2 son test skor	Erkek	15	36,53	1,68	0.00	1.00
	Kadın	15	36,53	2,56		
Deney grubu bölüm 2 son test hata sayısı	Erkek	15	1,27	1,22	1,41	0.16
	Kadın	15	0,73	0,79		
Deney grubu bölüm 3 son test skor	Erkek	15	35,67	5,02	0.35	0.72
	Kadın	15	35,07	4,20		
Deney grubu bölüm 3 son test hata sayısı	Erkek	15	1,20	1,26	0.85	0.40
	Kadın	15	0,87	0,83		

P<0.05

Tablo 4.9'a göre deney grubu son test süre ortalaması, testin aşamalarına ait son test skor ortalamaları ve hata sayıları cinsiyet değişkenine göre anlamlı olarak değişmemektedir (p>0.05).

4.7. Yedinci Alt Problem

Tablo 4.10: Deney grubunun süre, testin aşamalarına ait son test skor ve hata sayılarının yaş ve sınıf değişkenine göre değişimi

	Yaş ve Sınıf	Ortalama	Ss	F	P
Deney grubu son test süre	11 (6.Sınıf)	3,16	1,16	0.41	0.66
	12 (7.sınıf)	3,42	0,64		
	13 (8.sınıf)	3,10	1,10		
Deney grubu bölüm 1 son test skor	11 (6.Sınıf)	38,67	1,36	6,72	0.00
	12 (7.sınıf)	37,21	2,35		
	13 (8.sınıf)	40	1,05		
Deney grubu bölüm 1 son test hata sayısı	11 (6.Sınıf)	0,83	0,75	1,38	0.26
	12 (7.sınıf)	0,71	0,82		
	13 (8.sınıf)	0,30	0,48		
Deney grubu bölüm 2 son test skor	11 (6.Sınıf)	36,17	1,32	3,11	0.06
	12 (7.sınıf)	35,79	2,48		
	13 (8.sınıf)	37,80	1,39		
Deney grubu bölüm 2 son test hata sayısı	11 (6.Sınıf)	1,50	1,37	2,08	0.14
	12 (7.sınıf)	1,14	1,02		
	13 (8.sınıf)	0,50	0,70		
Deney grubu bölüm 3 son test skor	11 (6.Sınıf)	34	7,15	1,44	0.25
	12 (7.sınıf)	36,86	2,53		
	13 (8.sınıf)	34,10	4,77		
Deney grubu bölüm 3 son test hata sayısı	11 (6.Sınıf)	0,83	0,98	3,08	0.06
	12 (7.sınıf)	1,50	1,16		
	13 (8.sınıf)	0,50	0,70		

P<0.05

Tablo 4.10'a göre deney grubu son test süre ortalaması, deney grubu bölüm 1, bölüm 2, bölüm 3 son test hata sayıları, deney grubu bölüm 2 ve bölüm 3 son test skorları yaş ve sınıf değişkenine göre anlamlı olarak değişmemektedir ($p>0.05$). Ancak 1. son test skor ortalamasına bakıldığında yaş grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur. Buna göre 13 yaş (8.Sınıf) grubunda olan katılımcıların 1. son test skor ortalamaları, 11 (6.sınıf) ve 12 (7.sınıf) yaş ve sınıf grubunda olan katılımcılardan daha yüksek bulunmuştur ($p<0.05$).

BÖLÜM V

TARTIŞMA, SONUÇLAR VE ÖNERİLER

Bu bölüm içerisinde araştırma sonucunda elde edilen bulgulara ilişkin tartışma, sonuç ve önerilere yer verilmiştir.

5.1. Tartışma

9-13 yaş grubu dart sporu yapan bireylerin dikkat düzeylerinin incelenmesi amacıyla yapılan bu çalışmada,

Tablo 4.4'e göre kontrol grubunun testin bölümlerinden aldıkları ön test ve son test skorlarının karşılaştırılmasında anlamlı olarak farklılık görülmemiştir ($p>0.05$). Kontrol grubu katılımcılarına herhangi bir uygulama yapılmadığından dolayı ön test ve son test skorlarının farklılaşması beklenen bir sonuçtur.

Tablo 4.5'te deney ve kontrol grubunun ön test ve son test süre ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir ($p>0.05$).

Tablo 4.6' ya göre Deney grubunda bulunan katılımcıların dikkat testinin tüm aşamalarında ön test ve son test skor ortalamaları arasında anlamlı farklılık bulunmuştur ($p<0.05$). Buna göre, her 3 aşamada da son test skor ortalamalarının ön test skor ortalamalarından anlamlı olarak yüksek olduğu görülmekte olup yapılan dikkat çalışmasının deney grubundaki katılımcıların dikkat düzeylerini olumlu yönde geliştirdiği ve dart sporunun dikkat gelişimleri üzerinde olumlu etkileri gözlemlenmiştir. Tablo 4.7'ye göre; kontrol ve deney grubuna katılanların testin her üç aşaması için son test hata sayıları karşılaştırıldığında kontrol ve deney grubu katılımcılarının testin birinci aşaması için son test hata sayıları karşılaştırıldığında anlamlı farklılık bulunmuştur ($p<0.05$). Buna göre, deney grubunda bulunanların testin birinci aşamasında son test hata sayıları kontrol grubunda bulunanlardan anlamlı olarak düşük çıkmıştır. Çalışmanın bir diğer önemli göstergesi olarak dart eğitimi alan bireylerin dikkat düzeylerini dart eğitimi almayan bireylere göre anlamlı olarak farklılık göstermesi dart sporunun bireylerin dikkat seviyelerinde olumlu yöndeki gelişim etkisidir.

Sekiz yaş grubu üzerinde yapılan bir çalışmada çocuklarda dikkat ve hafıza gelişimi ile hareket eğitimi ilişkisi incelenmiş, hareket eğitiminin hafıza ve dikkat gelişimi üzerinde olumlu sonuçlarının olduğunu bulunmuştur (Akcınlı, 2005). Yine başka bir çalışmada üniversiteli sporcu ve sporcu olmayan (sedanter) öğrencilerin dikkat seviyeleri karşılaştırılmış spor yapan öğrencilerin yapmayanlara göre daha dikkatli olduğu tespit edilmiştir (Özdemir, 1990). 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). 9-13 yaş arası masa tenisi branşı ile egzersiz yapan çocukların dikkat düzeyleri incelendiğinde masa tenisi branşı egzersizlerinin dikkat özelliklerine pozitif yönde etki ettiği saptanmıştır (Asan, 2011). Yine 9-13 yaş arası grubu öğrencilere beden eğitimi derslerinde eğitsel oyun uygulamaları ile çocukların dikkat düzeylerine etkisi incelenmiş, 8 hafta boyunca uygulanan eğitsel oyun programı dikkat düzeylerini olumlu yönde etkilediği, eğitsel oyun programı uygulanan deney grubu öğrencilerinin dikkat düzeylerinin kontrol grubunda bulunan diğer öğrencilere göre dikkat değerlerinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir (Akandere, Baştuğ, Asan ve Baştuğ, 2010). “Profesyonel bayan kayakçılarda dikkat odağı” isimli çalışmada, İtalyan Ulusal Kadın Kayak Takımı 5 üst düzey kayakçı ve 10 kontrol katılımcı üzerinde dikkat yeteneği araştırılmıştır. Sonuç olarak kayakçıların odaklanmada daha istekli ve hızlı olduğunu göstermiştir (Turatppo, Benso ve Umilta, 1998). Yukarıdaki çalışmaların bulguları yaptığımız çalışma ile benzerlik göstermektedir.

Tablo 4.8’e göre kontrol ve deney grubuna katılanların testin her üç aşaması için son test hata sayıları karşılaştırılmasında;

Kontrol ve deney grubu katılımcılarının testin 1. ve 2. bölümünde son test hata sayıları arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Deney grubunda bulunanların testin 1.ve 2. Bölümünde ise son test hata sayıları kontrol grubunda bulunanlardan anlamlı olarak düşük çıkmıştır.

Kontrol ve deney grubu katılımcılarının testin 3. Bölümü için son test hata sayıları aralarında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>0.05$). Ancak deney grubunda bulunanların hata sayıları kontrol grubunda bulunanlardan daha düşüktür.

Tablo 4.9'a göre deney grubu son test süre ortalaması, testin aşamalarına ait son test skor ortalamaları ve hata sayıları cinsiyet değişkenine göre anlamlı olarak değişmemektedir ($p>0.05$).

Dikkat toplama düzeyinin, başarı düzeylerine etkisinin incelendiği bir çalışmada, dikkat toplama eğitimi uygulamalarının, öğrencilerin dikkat toplama seviyelerinde olumlu farklılıklara neden olmuş fakat öğrencilerin cinsiyetlerine göre yapılan analizlerde herhangi bir farklılık olmadığı saptanmıştır. Bu çalışma İlköğretim 4. ve 5. sınıf öğrencilerine uygulanmıştır (Karaduman, 2004). Karaduman (2004) yılında yaptığı çalışma ile yaptığımız çalışma benzerlik göstermektedir.

Tablo 4.10'a göre deney grubu son test süre ortalaması, Deney Grubu bölüm 1, bölüm 2, bölüm 3 son test hata sayıları, deney grubu bölüm 2 ve bölüm 3 son test skorları yaş ve sınıf değişkenine göre anlamlı olarak değişmemektedir ($p>0.05$). Ancak 1. son test skor ortalamasına bakıldığında yaş ve sınıf grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur. Buna göre 13 yaş grubunda olan katılımcıların 1. son test skor ortalamaları, 11 ve 12 yaş grubunda olan katılımcılardan daha yüksek bulunurken, 8.sınıfta okuyan katılımcıların 1. son test skor ortalamaları, 6 ve 7. sınıfta okuyan katılımcılardan daha yüksek bulunmuştur ($p<0.05$).

Sporun dikkat gelişimi üzerindeki etkisi konusunda yapılan araştırma ve çalışmalarda bizim elde ettiğimiz bulgularla benzerlik göstermektedir:

İlköğretim öğrencilerine piyano eğitimini verilmiş dikkat toplama yetisine etkisi araştırılmıştır. ilköğretim öğrencilerinde piyano eğitiminin dikkat toplamaya olumlu yönde etkisi bulunduğunu saptamıştır (Demirova, 2008).

Bir başka çalışmada ise daha önce her hangi bir golf tecrübesi olmayan bireyler ikiye ayrılmış, ilk gruba swing odaklanması (iç odaklanma), diğer gruba ise sopaya odaklanması (dış odaklanma), uygulaması yapılmıştır. Yapılan çalışmanın sonunda sopaya odaklanmış (dış odaklanma) bireylerin daha iyi performans sergilediği tespit edilmiştir (Wulf , Lauterbach ve Toole, 1999).

Golf sporu ile uğraşan bireylerin dikkat odağı talimatlarının etkisi ile ilgili yapılan bir çalışma sonucuna göre; çok yetenekli golf sporcularının iç dikkat odağı talimatlarına göre dış dikkat odağı talimatlarında daha iyi performans sergilerken, düşük becerili golf sporcularının bunun tam aksine iç dikkat odağı talimatları ile daha iyi performans gösterdiği tespit edilmiştir (Ceccato, Passmore ve Lee, 2003).

İlkokul 4.sınıf öğrencilerinde dart sporu uygulamasının dört işlem becerisi üzerinde etkisinin incelenmesi adlı çalışmada, dart sporu uygulaması yapılan deney grubunun, dört işlem problem kurma ve çözme becerisinde daha fazla gelişim sağladığı bulunmuştur (Yönel, 2018). Bu bulgular ışığında, düzenli yapılan dart sporunun birçok yönde öğrencilere olumlu olarak desteklediği gözlenmektedir.

Düzenli yapılan sporun çocuklarda dikkat gelişimi üzerine etkisini inceleyen araştırmalardan elde edilen sonuçlar incelendiğinde bizim elde ettiğimiz bulguları destekler nitelikte olduğu görülmektedir.

5.2. Sonuçlar

Bu araştırma, 9-13 yaş arasında dart sporu ile uğraşan öğrencilerin dikkat düzeylerinin araştırılması amacıyla 2018-2019 eğitim öğretim yılında Ankara İli Yenimahalle İlçesi Özel Aziziye Koleji'nde yapılmıştır.

Sporun çocukların dikkat gelişimi üzerindeki etkisi konusunda yaptığımız bu çalışmanın sonuçlarının, eğitim programlarında beden eğitimi ve sporun öneminin anlaşılmasına ve hak ettiği yeri almasına katkısı olacağını düşünüyoruz.

Çalışmamızda elde ettiğimiz bulgularla; Kontrol grubundaki öğrencilerin ön test ve son testlerinden aldıkları skorlar karşılaştırıldığında 1. bölümde ön test 36,7 son test 36,33 2. bölümde ön test 35,1 son test 34,57 3. bölümde ön test 29,13 son test 28,33 skorlar ile aralarında anlamlı olarak farklılık tespit edilmemiştir.

Deney ve kontrol grubunun ön test ve son test cevaplama süreleri karşılaştırıldığında; iki grup arasında süreleri arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.

Deney grubunun ön test ve son test bölümlerinden aldıkları skorlar arasındaki farklılık incelendiğinde; her üç bölümde de son test skor ortalamalarının ön test skor ortalamalarından anlamlı olarak yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Deney ve kontrol grubu test bölümleri son test skorları arasında farklılık incelendiğinde; testin her üç aşaması son test skorları karşılaştırılmasında testin her üç aşamasında deney grubu lehine anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir.

Deney ve kontrol grubu test bölümleri son test hata sayıları arasında farklılık incelendiğinde 1. ve 2. bölümde anlamlı olarak farklılık tespit edilmişken 3. bölümde anlamlı olarak farklılık tespit edilememiştir.

Araştırmamızdan elde ettiğimiz bulgular neticesinde cinsiyet değişkenine göre kadın ve erkek öğrencilerin dikkat seviyelerinde anlamlı bir fark tespit edilememiştir.

Deney grubunun süre, testin aşamalarına ait son test skor ve hata sayılarının yaş ve sınıf değişkenine göre değişimi incelendiğinde sınıf 8. sınıf öğrencilerinin 6 ve 7. sınıf öğrencilerine göre dikkat seviyesinin daha yüksek olduğu söylenebilir.

9-13 yaşlarındaki dart sporu ile uğraşan öğrencilerin dart branşıyla uğraşmayan öğrencilere göre dikkat düzeylerinde artış tespit edilmiştir. Öğrencilerin sportif yetenek ve kabiliyetlerini erken yıllarda kazanmaları ve geliştirmeleri sonraki yıllarda kendilerini başarıya götürmede olumlu bir etki sağlayacaktır.

5.3. Öneriler

9-13 yaş grubundaki öğrencilere dart sporunun dikkat düzeylerine olumlu etkilerinden dolayı, yapılan bu ve benzeri çalışmaların verilerinin velilere aktarılması ve bu spora desteklerinin artırılması sağlanabilir.

Bu çalışma daha uygun ve donanımlı dart salonlarında uygulanması ile çalışmaya katılan öğrencilerin daha fazla motive edeceğinden daha fazla fayda sağlayabilir.

Yaş ve fizyolojik durumlar daha fazla dikkate alınarak antrenmanların yoğunluğu ve çalışmalar daha kapsamlı programlanmalıdır.

Dart sporunun Milli Eğitim Bakanlığı ders müfredatında yer alması önerilmektedir.

Dart sporunun çocukların ve gençlerin diğer psikososyal faktörlerle araştırılması önerilmektedir.

Çalışmanın daha geniş örneklem grupları ile yapılması önerilmektedir.

Öğretmen, veli, okul yöneticisi gibi eğitimin tüm paydaşları spor eğitimi ve diğer derslerle ilişkisi konusunda bilinçlenmesi sağlanabilir. Dikkat üzerinde büyük bir etkisi olan dart sporunun hizmet içi eğitim ve farkındalık programları ile kazandırılması bir öneri konusudur.

Dikkat odağı gerektiren sporlarda, sporcuların en verim aldıkları odaklanma noktaları belirlenerek, performans üzerine etkisini araştıran çalışmaların yapılmasını öneriyoruz.

KAYNAKÇA

- Açak, M. (2006). *Beden eğitimi öğretmeninin el kitabı*. İstanbul: Morpa Yayınları.
- Adsız, E. (2010). *İlköğretim çağındaki öğrencilerde düzenli yapılan sporun dikkat üzerine etkisinin araştırılması*. Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Akandere, M., Baştuğ, G., Asan, R. & Baştuğ, K. (2010). *Çocuklarda eğitsel oyunun dikkat üzerine etkisi*. International Scientific Conference 'Perspectives In Physical Education And Sport 21-23 May, Constanta Romania.
- Akcınlı, N. (2005). *Sekiz yaş grubu çocuklarda hareket eğitimi ile dikkat ve hafıza gelişiminin ilişkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Celal Bayar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Manisa.
- Aktop, A. (2008). *Biyolojik geribildirimle zihinsen antrenman yönteminin dart performansına etkisinin incelenmesi*. Doktora Tezi, Akdeniz Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Antalya.
- Amado, S. (1996). *Farklı dikkat düzeylerinin örtük ve açık bellek üzerindeki etkileri*. Doktora Tezi, Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Argan, M. & Katırcı, H. (2008). *Spor pazarlaması*. Ankara: Nobel Yayınevi.
- Arı, R. (2008). *Eğitim psikolojisi*. Ankara: Nobel Yayınevi.
- Asan, R. (2011). *Sekiz haftalık masa tenisi egzersizinin 9-13 yaş arası çocuklarda dikkat üzerine etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Azboy, O., Erer, O., Oymak, Ö. & Tunç, Ö. (2011). *Spor psikolojisi*. Ankara: Evren Yayıncılık.
- Başer, E. (1986). *Uygulamalı spor psikolojisi, performans sporunda psikolojinin rolü*. Ankara: Milli Eğitim Gençlik ve Spor Bakanlığı Yayınları.
- Baymur, F. (1984). *Genel psikoloji*. (9. Baskı), İstanbul: İnkılap Kitabevi.
- Ceccato, N. P., Passmore, S. R. & Lee, T. D. (2003). *Effects of focus of attention depend on golfers' skill*. *Journal Of Sports Sciences*, 21, 593–600.
- Çağlar, E. & Koruç, Z. (2006). *D2 dikkat testinin sporcularda güvenilirliği ve geçerliği*. *Hacettepe Journal Of Sport Sciences*, 17(2), 58-80.
- Çetin, N.Ç. (1997). *Biomekanik*. Ankara: Setma Yayınları.
- Demir, M.B. (2015). *Farklı klasmanlardaki futbol hakemlerinin odaklanmış dikkat becerileri ile reaksiyon sürelerinin karşılaştırılması*. Yüksek Lisans Tezi, Fırat Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Elazığ.
- Demirova, G. (2008). *Piyano eğitiminin ilköğretim öğrencilerinin dikkat toplama yetisine etkisi*. Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

- Derdin, M. (2014). *Yaz spor okullarının 10 – 12 yaş grubu çocukların fiziksel gelişimleri üzerine etkileri ve beslenme belgi düzeyleri*. Yüksek Lisans Tezi, Düzce Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Düzce.
- Doğutepe, D.E. & Karakaş, S. (2008). Nöropsikolojik dikkat testleri arasındaki ilişkilerin modellenmesi. *Bulletin Of Clinical Pharmacology*, 18, 31-40.
- Dündar, U. (2007). *Antrenman teorisi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Ercan, E. ve Aydın, C. (2000). *Dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu*. (5. Baskı). İstanbul: Gendaş Yayınları.
- Gill, D. L. (2008). *Psychological dynamics of sport and exercise*. Human Kinetics, 58.
- Gövsâ, İ.A. (1940). *Çocuk psikolojisi*. İstanbul: Maarif Matbaası.
- Gür, Y. (2016). *İşitme engelli sporcuların sürekli dikkat becerilerinin sporcu olmayanlarla karşılaştırılması*. Yüksek Lisans Tezi, Sütçü İmam Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kahramanmaraş.
- Güven, Ş. (2014). *Duygusal zekâ ve kişilik özelliklerinin elit atletlerde dikkat ve performans üzerindeki etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Irak, M. (1999). *Bölünmüş ve odaklanmış dikkatin olay ilişkili beyin potansiyellerine etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Karaduman, B. 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, Ankara.
- Karasar, N. (2002). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel Yayın.
- Millî Eğitim Bakanlığı (MEB). (1998). *Sportif hareketlerin biomekanik temelleri*. Ankara: Millî Eğitim Basımevi.
- Millî Eğitim Bakanlığı (MEB). (2013). *Çocuk gelişimi ve eğitimi psikomotor gelişim* Ankara: Meb Yayınları.
- Muratlı, S. (2003). *Çocuk ve spor*. Ankara: Nobel Yayın.
- Öz, Ü. (2017). *Spor eğitimi gören dartçılarda bazı fiziksel uygunluk değişkenlerinin dart performansına etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Bartın Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bartın.
- Özbar, N. (2018). *Psikomotor gelişim*. Y. Taşkıran (Ed.). Spor Bilimlerine Giriş ve Beden Eğitimi Ve Sporun Temelleri (Pp. 268-269). İzmir: Ergün Yayınevi.
- Özdemir, M. Y. (1990). *Üniversiteli sporcu ve sporcu olmayan öğrencilerin dikkat seviyelerinin araştırılması*. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

- Özdoğan, B., Ak, A. & Soyutürk, M. (2005). *Dikkat eksikliği ve hiperaktivite/aşırı hareketlilik bozukluğu olan çocukların eğitiminde öğretmen el kitabı*. Ankara: Devlet Kitapları Müdürlüğü Basımevi.
- Özmen, H. (2015). Kuramdan uygulamaya eğitimde bilimsel araştırma yöntemleri. Metin, M. (Ed.). *Araştırma ve temel özellikleri*, 9-11. Ankara: Pegem Akademi.
- Özmen, S. K. (2006a). *Dikkat toplama becerisi geliştirici etkinlikler – okul öncesi*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Özmen, S. K. (2006b). *Dikkat toplama becerisi geliştirici etkinlikler – ilköğretim 1. 2. 3.sınıf*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Özyurt, G. (1991). *Futbol ve antrenman ilkeleri*. Ankara: Onlar Matbaacılık.
- Polatoğlu, M. (2011). *En etkili dikkat geliştirme ve konsantrasyon teknikleri*. (1. Baskı). İstanbul: Erbain Yayınları.
- Selçuk, Z. (2002). *Dikkat eksikliği ve hiperaktif çocuklar*. (3. Baskı). Ankara: Pegem Yayıncılık.
- Sevim, Y. (2006). *Antrenman bilgisi*. Ankara: Nobel.
- Şahin, H.M. (2006). *Beden eğitimi ve spor sözlüğü*. İstanbul: Morpa Yayınları.
- Şimşek, D., Cerrah, A. & Ertan H. (2013). Olimpik, makaralı ve geleneksel türk okçuluğu denge yeteneklerinin karşılaştırılması. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 7, 93-99.
- Şimşek, R. (2009). *Dikkat dağınıklığını önleme el kitabı*. İstanbul: İmleç Kitap.
- Tekin, M. (2018). *Okçuların imgeleme becerileri ile dikkat ve performans düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Adnan Menderes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Aydın.
- Turatto, B.U. (1998). Focusing of attention in professional women skiers. *International Journal Of Sport Psychology*, 199(30), 339-349.
- Türkiye Bocce Bowling ve Dart Federasyonu [TBBDF]. (2017). Dart'ın tarihçesi. <http://www.tbbdf.gov.tr/dart> Son Erişim Tarihi: 15.03.2019.
- Urartu, Ü. (1994). *Futbol teknik taktik ve kondisyon*. İstanbul: İnkılap Kitabevi.
- Wulf, G., Lauterbach, B. & Toole, T. (1999). *learningadvantages of an external focus of attention in golf*. Research Quarterly For Exercise And Sport.
- Yönel, G. (2018). *İlkokul 4.sınıf öğrencilerinde dart sporu uygulamasının dört işlem becerisi üzerinde etkisinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Bartın Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bartın.

EKLER

EK-1. Veli onam ve bilgilendirme formu

VELİ ONAM FORMU

Tarih:

Sayın Veli;

Bartın Üniversitesi Yüksek Lisans Öğrencisi Mehmet YÖNAL'ın "**Dart Sporunun Dikkat Düzeyine Etkisinin İncelenmesi**" isimli yüksek lisans tezi kapsamında yapılan ölçek ve antrenmanlar, öğrenim gördüğü Ankara Yeni Mahalle Özel Aziziye Kolejinde derslerden sonra uygulanacaktır. Öğrencilerin düzenli olarak yaptığı spor dikkat düzeyindeki değişiklikleri incelenecek ve sizlere bu konuda dönüş yapılacaktır. Çalışmalar öğrenciler için fiziksel ve psikolojik açıdan herhangi bir risk taşımamaktadır.

Bu bilgiler ışığında çocuğumun çalışmalara katılmasına izin veriyorum.

Veli

Sporcu

Adı Soyadı:

Adı Soyadı:

İmza

EK-2. Bourdon dikkat testi

Sınıf :
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.

ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler

Adı Soyadı : Mehmet YÖNAL
Doğum Yeri ve Tarihi : Ankara / 15.09.1981

Eğitim Durumu

Lisans Öğrenimi : Bartın Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor
Yüksekokulu Antrenörlük Eğitimi Bölümü
Yüksek Lisans Öğrenimi : Bartın Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü
Bildiği Yabancı Diller : İngilizce

İş Deneyimi

Kurs Belgeleri : Dart 3. Kademe Antrenörlük Belgesi
Bocce2. Kademe Antrenörlük Belgesi
Futbol C Klasman Antrenörlük Belgesi

İletişim

E-Posta : yonalmehmet@gmail.com

Tarih :