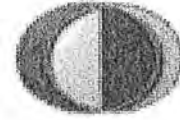




Hacettepe Üniversitesi
Spor Bilimleri ve Teknolojisi YO



Orta Doğu Teknik Üniversitesi
Beden Eğitimi ve Spor Bölümü

II. BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETİMİNDE YENİ VE YARATICI YAKLAŞIMLAR SEMPOZYUM KİTABI

30-31 Ocak 2009
Mehmet Akif Ersoy Salonu-Beytepe



SPOR EĞİTİMİ GRUBU



TÜBİTAK

DESTEKLEYEN KURUM

İlköğretim Öğrencilerinin Etkin Katılım ve Sağlıklı Yaşam Düzeylerinin Değerlendirilmesi

Nihan Demirbaş, Filiz Yaylacı
Akdeniz Üniversitesi BESYO, Antalya.

Bu çalışmanın amacı, ilköğretim öğrencilerinin beden eğitimi dersinde etkin katılım ve sağlıklı yaşam düzeylerini yapılandırmacı öğrenme sürecinde kazandırmaktır.

Çalışmada, nitel araştırma yöntemi kullanılmıştır. Çalışma, Antalya Koleji yedinci sınıf öğrencileriyle yapılmıştır. Veriler, ders sırasında gözlem ve video kayıtlarıyla toplanmıştır. Ders materyali olarak araştırmacılar tarafından tasarlanmış olan “Sağlıklı Yaşam Oyunu” panosu oluşturulmuştur. Öğrenci, bir günün özetini Sağlıklı Yaşam Oyunu Testi ile, öğretmen ise video kayıtlarını inceleyerek kendini değerlendirmiştir.

Araştırmaya, 13 yaş gurubundan 15 öğrenci (%73,3’ü bayan, %26,7’si erkek) katılmıştır. Çalışmanın bulgularına baktığımızda, öğrencilerin %46,7’si sabah erken uyanmaktadır. Uyandıktan sonra %66,7’si hala yataktadır. %46,7’si sabah ve öğlen %66,7’si akşam ideal beslenmektedir. Okula %100’ü araba ile giderken araba ile dönüş %86,7’ye düşmektedir. Teneffüste %60’ı sınıfta oturmayı tercih etmektedir. Öğle yemeğinden sonra %73,3’ü gezmektedir. Eve geldikten sonra %73,3’ü TV veya bilgisayar başındadır. Öğrencilerin %40’ı yatarak ve %20’si masa başında ders çalışırken, %40’ı TV izlemektedir. Yatmadan önce %60’ı süt/yoğurt tüketmektedir. Yatış saatinde %60’ı diş fırçalayıp uyumaktadır.

Araştırmaya göre öğrencilerin %33,4’ü mavi kart (23-26 puan) olarak sağlıklı bir yaşam sürdürdükleri, %66,7’si kırmızı kart (27-30 puan) olarak yetersiz aktivite ve aşırı beslendikleri için obezite ile karşı karşıya kaldıkları saptanmıştır. Öğrenciler arasında sarı kart (0-13 puan) alan ve yetersiz beslenme düzeyini gösteren bir değere rastlanmamıştır.

Anahtar Kelimeler: İlköğretim, beden eğitimi dersi, sağlıklı yaşam