



T.C.

AMASYA ÜNİVERSİTESİ

SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİMDALI

**UZAKTAN EĞİTİM SONRASI ÖĞRENCİ DAVRANIŞLARINA
YÖNELİK BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLERİNİN
GÖRÜŞLERİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

ADEM YİĞİT

DANIŞMAN

DOÇ. DR. SERKAN ZENGİN

**AMASYA
TEMmuz-2023**

**T.C.
AMASYA ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANA BİLİM DALI**

**UZAKTAN EĞİTİM SONRASI ÖĞRENCİ DAVRANIŞLARINA
YÖNELİK BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLERİNİN
GÖRÜŞLERİ**

Adem YİĞİT

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**Tez Danışmanı
Doç. Dr. Serkan ZENGİN**

**AMASYA
TEMMUZ-2023**

Adem YİĞİT tarafından hazırlanan **UZAKTAN EĞİTİM SONRASI ÖĞRENCİ DAVRANIŞLARINA YÖNELİK BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLERİNİN GÖRÜŞLERİ** adlı tez çalışması aşağıdaki jüri tarafından OY BİRLİĞİ/OY ÇOKLUĞU ile Amasya Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalında YÜKSEK LİSANS TEZİ olarak kabul edilmiştir.

Danışman : Doç. Dr. Serkan ZENGİN

Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, Amasya Üniversitesi

Bu tezin, kapsam ve kalite olarak Yüksek Lisans Tezi olduğunu onaylıyorum

.....

Başkan : Doç. Dr. Baykal KARATAŞ

Spor Yöneticiliği Anabilim Dalı, Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi

Bu tezin, kapsam ve kalite olarak Yüksek Lisans Tezi olduğunu onaylıyorum

.....

Üye : Doç. Dr. Kurtuluş ÖZLÜ

Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, Amasya Üniversitesi

Bu tezin, kapsam ve kalite olarak Yüksek Lisans Tezi olduğunu onaylıyorum

.....

Tez Savunma Tarihi: 28/07/2023

Jüri tarafından kabul edilen bu tezin Yüksek Lisans Tezi olması için gerekli şartları yerine getirdiğimi onaylıyorum.

.....

Prof. Dr. Ayşe Şahin YAĞLIOĞLU
Sağlık Bilimler Enstitüsü Müdürü V.

ETİK BEYAN

Amasya Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Tez Yazım Kurallarına uygun olarak hazırladığım bu tez çalışmada;

- Tez içinde sunduğum verileri, bilgileri ve dokümanları akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi,
- Tüm bilgi, belge, değerlendirme ve sonuçları bilimsel etik ve ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu,
- Tez çalışmada yararlandığım eserlerin tümüne uygun atıfta bulunarak kaynak gösterdiğimi,
- Kullanılan verilerde herhangi bir değişiklik yapmadığımı,
- Bu tezde sunduğum çalışmanın özgün olduğunu, bildirir, aksi bir durumda aleyhime doğabilecek tüm hak kayıplarını kabullendiğimi beyan ederim.

İmza

Adem YİĞİT

28/07/2023

TEŞEKKÜR

Çalışmalarımın her aşamasında bana zaman ayıran, değerli bilgileri ile yardım eden ve katkılarıyla beni yönlendiren, motive eden, hoşgörü, sabır, bilgi ve tecrübelerini eksik etmeyen danışmanım, değerli hocam Doç. Dr. Serkan ZENGİN'e teşekkürü bir borç bilirim.

Araştırma sırasında gerekli verilerin toplanmasında yardımcı olan Beden Eğitimi ve Spor Öğretmeni arkadaşlarıma, okul yöneticisi arkadaşlarıma ve burada adını sayamadığım emeği geçen herkese ve her zaman desteğiyle bana güç veren sevgili eşim Ebru YİĞİT'e ve kızım Hira Eylül YİĞİT'e teşekkür ederim.

Adem YİĞİT

İÇİNDEKİLER

TEŞEKKÜR.....	i
İÇİNDEKİLER	ii
TABLolar DİZİNİ.....	viii
SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ	ix
ÖZET.....	x
ABSTRACT	xii
1. GİRİŞ.....	1
1.1. Problem Cümlesi	4
1.2. Alt Problemler	4
1.3. Araştırmanın Amacı	5
1.4. Araştırmanın Önemi	6
1.5. Araştırmanın Varsayımları	6
1.6. Araştırmanın Sınırlılıkları.....	7
1.7. Tanımlar.....	7
2. GENEL BİLGİLER.....	9
2.1. Eğitimin Tanımı.....	9
2.2. Okulun Tanımı.....	11
2.3. Uzaktan Eğitim	13
2.4. Davranış.....	15
2.5. İstenmeyen Öğrenci Davranışları	17
2.6. Ortaöğretim Çağındaki Öğrencilerin Gelişim Özellikleri, İlgi ve İstekleri.....	18
2.7. Beden Eğitimi ve Sporun Tanımı ve Amacı.....	19
2.8. Beden Eğitimi ve Sporun Bireye Etkileri	21
2.9. Beden Eğitimi ve Sporun Fiziksel, Ruhsal, Sosyal ve Zihinsel Sağlığa Etkileri ..	23
2.9.1. Fiziksel sağlığa etkileri.....	23

2.9.2.	Ruhsal ve sosyal sağlığa etkileri	24
2.9.3.	Zihinsel sağlığa etkileri	25
2.10.	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmeni.....	26
3.	GEREÇ VE YÖNTEM	28
3.1.	Araştırmanın Modeli.....	28
3.2.	Araştırmanın Çalışma Grubu ve Örneklemi.....	29
3.3.	Verilerin Toplanması ve Analizi	31
4.	BULGULAR	33
4.1.	Birinci Görüşme Sorularına İlişkin Bulgular.....	33
4.1.1.	Eylem	33
4.1.2.	Öğrenilmiş bilgilerin hayata aktarılması	33
4.1.3.	Tepki.....	34
4.1.4.	Kişiyeye özgü özellik.....	34
4.1.5.	Takınmış olduğu rol	34
4.2.	İkinci Görüşme Sorusuna İlişkin Bulgular	34
4.2.1.	Fiziksel davranış değişiklikleri.....	34
4.2.1.1.	Hareketsizlikte artış.....	35
4.2.1.2.	Kilo almada artış.....	35
4.2.1.3.	Postür (duruş) bozukluğunda artış	36
4.2.1.4.	Uyku sorununda artış.....	36
4.2.1.5.	Çabuk yorulma ve kronik yorgunlukta artış	36
4.2.1.6.	Göz rahatsızlıklarında artış.....	37
4.2.1.7.	Kas kütlelerinde azalma	37
4.2.1.8.	Yetenek ve beceri kaybı arttı	37
4.2.2.	Bilişsel davranış değişiklikleri.....	38
4.2.2.1.	Akademik başarıda azalma.....	38
4.2.2.2.	Becerileri zihinsel tasarlama zorlanma	39

4.2.2.3.	Hafıza sorunları	39
4.2.2.4.	Öğrenme kaybı	39
4.2.2.5.	Dikkat dağınıklığında artış	40
4.2.2.6.	Sorumluluk bilincinde azalma	40
4.2.2.7.	Karar vermede zorlanma	40
4.2.2.8.	Otokontrol kaybı.....	40
4.2.3.	Sosyolojik davranış değişiklikleri	41
4.2.3.1.	Bireyselleşmede artış.....	41
4.2.3.2.	Empati eksikliği ve bencillikte artış	42
4.2.3.3.	İletişim sorunları.....	42
4.2.3.4.	Sosyal bozulma.....	42
4.2.4.	Psikolojik davranış değişiklikleri	42
4.2.4.1.	Aşırı korku ve kaygı da artış.....	43
4.2.4.2.	Öfke ve kızgınlık yaşama	43
4.2.4.3.	Psikolojik takıntıda artış	44
4.2.4.4.	Anksiyete bozukluğu	44
4.2.5.	Beslenme yönünden davranış değişiklikleri	44
4.2.5.1.	Hazır ve yağlı gıdalar tüketme.....	44
4.2.5.2.	Öğün atlama.....	45
4.2.5.3.	Bağıışıklıkta zayıflama	45
4.2.5.4.	Mide ve sindirim sorunları	45
4.2.6.	Davranışsal yönden değişiklikler.....	45
4.2.6.1.	Küfürlü ve argo konuşmada artış.....	46
4.2.6.2.	Teknoloji bağıımlılığında artış	46
4.2.6.3.	Okul ve sınıf kurallarını uymama.....	47
4.2.6.4.	Şiddet eğiliminde artış.....	47
4.2.6.5.	Öğretmenlere ve arkadaşlarına saygısızca davranma.....	47

4.2.6.6.	Okulu önemsememe	48
4.2.6.7.	Okul devamsızlığında artış	48
4.2.6.8.	Aşırı yalan söyleme	49
4.2.6.9.	Akran zorbalığında artış	49
4.2.6.10.	Madde kullanımında artış	49
4.2.6.11.	Lakap takma	49
4.2.7.	Değişen öğrenci davranışlarının öğretmenlere yansıması	49
4.2.7.1.	Motivasyon kaybı	50
4.2.7.2.	Enerji ve zaman kaybına neden olma	50
4.2.7.3.	Sınıf içinde kazalara ve yaralanmalara neden olma	50
4.2.7.4.	Dikkat dağınıklığına sebebiyet verme	50
4.2.7.5.	Öğretmen otoritesini etkilemekte	51
4.3.	Üçüncü Görüşme Sorusuna İlişkin Bulgular	51
4.3.1.	Fiziksel davranış değişikliklerine yönelik çözüm önerileri	51
4.3.1.1.	Okul spor faaliyetleri arttırılmalı	52
4.3.1.2.	Her çocuğun mutlaka bir spor dalına yönlendirilmesi	52
4.3.1.3.	Oyunla eğitime yer verilmeli	53
4.3.1.4.	Bireysel planlamalar yapılmalı	53
4.3.1.5.	Yaşam boyu fiziksel aktivite yapma alışkanlığı kazandırılmalı	53
4.3.1.6.	Ev ortamında yapılacak egzersiz becerileri kazandırılmalı	54
4.3.2.	Bilişsel davranış değişikliklerine yönelik çözüm önerileri	54
4.3.2.1.	Karmaşık oyunlar oynatılmalı	55
4.3.2.2.	Farklı öğretim yöntemleri kullanılmalı	55
4.3.2.3.	Telaflı eğitimleri yapılmalı	55
4.3.2.4.	Ders aralarında fiziksel aktivite yapılmalı	55
4.3.2.5.	Öğretmenler arası işbirliği yapılmalı	56
4.3.2.6.	Sınıf ortamları değiştirilmeli	56

4.3.3. Sosyolojik davranış değişikliklerine yönelik çözüm önerileri	56
4.3.3.1. Takım sporlarına yönlendirilmeli	57
4.3.3.2. Okul içi turnuvalar düzenlenmeli	57
4.3.3.3. Rekreasyon faaliyetlerine yer verilmeli.....	58
4.3.3.4. Derslerde fairplay konularına yer verilmeli.....	58
4.3.3.5. Derslerde işbirliğine dayalı oyunlar oynatılmalı	58
4.3.3.6. Akran öğretiminden yararlanılmalı	59
4.3.4. Psikolojik davranış değişikliklerine yönelik çözüm önerileri	59
4.3.4.1. Öğrenciler yakından tanınmalı	59
4.3.4.2. Sporun iyileştirici gücünden yararlanılmalı	59
4.3.4.3. Psikolojik destek verilmeli	60
4.3.5. Beslenme davranışı değişikliklerine yönelik çözüm önerileri.....	60
4.3.5.1. Beslenme eğitimleri verilmeli	60
4.3.5.2. Öğün atlatılmamalı	61
4.3.5.3. Protein tüketimi arttırılmalı	61
4.3.5.4. Kabuklu yiyecekler yenmeli.....	61
4.3.6. Davranışsal yönden değişikliklere yönelik çözüm önerileri.....	61
4.3.6.1. Hedef belirlemelerine yardımcı olunmalı.....	62
4.3.6.2. Ailenin bilinçlendirilmesi	62
4.3.6.3. Kontrollü internet kullanımı sağlanmalı.....	62
4.3.6.4. Okul aile işbirliği arttırılmalı.....	63
4.3.6.5. Erken yaşlarda dijital kültür oluşturulmalı	63
4.3.7. Değişen öğrenci davranışlarıyla baş edebilmede öğretmenlere yönelik çözüm önerileri.....	63
4.3.7.1. Diyalog kurulmalı.....	64
4.3.7.2. Bireysel görüşmeler yapılmalı.....	64
4.3.7.3. Çocuk haklarına saygı gösterilmeli	64

4.3.7.4.	Sınıf içi sorumluluk verilmeli.....	64
4.3.7.5.	Öğrenci merkezli yöntemler kullanılmalı.....	65
5.	TARTIŞMA.....	66
6.	SONUÇ VE ÖNERİLER.....	74
7.	KAYNAKLAR.....	78
	EKLER.....	87
	EK-1: Nihai Görüşme Formu	88
	EK-2: Etik Kurul Kararı	89
	EK-3: MEB Görüşme İzni.....	90
	ÖZGEÇMİŞ.....	91

TABLOLAR DİZİNİ

Tablo 2.1. Lumpkin'e göre beden eğitimi ve sporun amaçları.....	20
Tablo 3.1. Katılımcılara ait demografik özellikler	30
Tablo 4.1. Katılımcıların davranış kavramına ilişkin tanımlamaları.....	33
Tablo 4.2. Katılımcıların öğrencilerdeki fiziksel tema altındaki değişikliklere yönelik düşünceleri	35
Tablo 4.3. Katılımcıların öğrencilerdeki bilişsel tema altındaki değişikliklere yönelik düşünceleri	38
Tablo 4.4. Katılımcıların öğrencilerdeki sosyolojik tema altındaki değişikliklere yönelik düşünceleri	41
Tablo 4.5. Katılımcıların öğrencilerdeki psikolojik tema altındaki değişikliklere yönelik düşünceleri	43
Tablo 4.6. Katılımcıların öğrencilerdeki beslenme teması altındaki değişikliklere yönelik düşünceleri	44
Tablo 4.7. Katılımcıların öğrencilerdeki davranışsal tema altındaki değişikliklere yönelik düşünceleri	46
Tablo 4.8. Katılımcıların öğrencilerdeki davranış değişimlerinin öğretmenlere yansımaları teması altındaki düşünceleri	49
Tablo 4.9. Katılımcıların öğrencilerdeki fiziksel davranış değişikliklere yönelik çözüm önerileri	51
Tablo 4.10. Katılımcıların öğrencilerdeki bilişsel davranış değişikliklerine yönelik çözüm önerileri	54
Tablo 4.11. Katılımcıların öğrencilerdeki sosyolojik davranış değişikliklerine yönelik çözüm önerileri.....	56
Tablo 4.12. Katılımcıların öğrencilerdeki psikolojik davranış değişikliklerine yönelik çözüm önerileri.....	59
Tablo 4.13. Katılımcıların öğrencilerdeki beslenme davranış değişikliklerine yönelik çözüm önerileri.....	60
Tablo 4.14. Katılımcıların öğrencilerdeki davranışsal değişikliklere yönelik çözüm önerileri	61
Tablo 4.15. Katılımcıların öğrencilerdeki davranış değişimleriyle baş edebilmede öğretmenlere yönelik çözüm önerileri.....	63

SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ

Bu çalışmada kullanılmış bazı simgeler ve kısaltmalar, açıklamaları ile birlikte aşağıda sunulmuştur

Kısaltmalar

COVID-19

MEB

TRT

EBA

TDK

Açıklama

Yeni Koronavirüs Hastalığı

Milli Eğitim Bakanlığı

Türkiye Radyo Televizyon Kurumu

Eğitim Bilişim Ağı

Türk Dil Kurumu



ÖZET

UZAKTAN EĞİTİM SONRASI ÖĞRENCİ DAVRANIŞLARINA YÖNELİK BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLERİNİN GÖRÜŞLERİ

Adem YİĞİT

Amasya Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü
Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı Tezli Yüksek Lisans Temmuz/2023
Danışman: Doç. Dr. Serkan ZENGİN

Bu araştırma ile uzaktan eğitim sonrası okullarda yüz yüze eğitimin başlaması ile birlikte COVID-19 pandemisinin ve uzaktan eğitim sürecinin öğrenciler üzerinde getirmiş olduğu olumsuzlukları tespit etmek ve olası çözüm önerilerini ortaya koymak amacıyla beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin uzaktan eğitim sonrası öğrenci davranışlarına ilişkin görüşlerini ve olası çözüm önerilerini ortaya koymak amaçlanmıştır.

Araştırma, nitel araştırma kapsamında yapılmış ve nitel araştırma desenlerinden olgu bilim deseni çerçevesinde düzenlenmiştir. Araştırmada yer alan çalışma grubunu belirlemek amacıyla amaçlı örneklem yöntemlerinden maksimum çeşitlilik örnekleme tekniği kullanılmıştır. Araştırmanın çalışma grubu Amasya İl Milli Eğitim Müdürlüğüne bağlı ortaöğretim kurumlarında görev yapan toplam 20 beden eğitimi ve spor öğretmeninden meydana gelmektedir. Araştırma verileri araştırmacılar tarafından oluşturulmuş, 5 ana başlık ve 18 alt başlık altında toplam 23 maddeden oluşan ve açık uçlu soruları içeren yarı yapılandırılmış görüşme formu ile toplanmıştır. Toplanan veriler betimleyici bakış açısına göre analiz edilmiştir. Araştırma neticesinde katılımcılar davranış kavramını sırasıyla; eylem, öğrenilmiş bilgileri hayata aktarılması, kişiye özgü özellik tepki ve bireylerin takınmış olduğu rol şeklinde ifade etmişlerdir. Araştırmanın ikinci sorusuna yönelik bulgular analiz edildiğinde katılımcılar öğrencilerdeki davranış değişikliklerini; fiziksel, bilişsel, sosyolojik, psikolojik, davranışsal ve öğretmen başlıklı temalar altında ifade etmişlerdir. Buna göre katılımcılar öğrencilerdeki davranış değişikliklerini; kilo almada artış, hareketsizlikte artış, akademik başarıda azalma, becerileri zihinsel tasarlama zorlanma, bireyselleşmede artış, empati eksiliği ve bencillikte artış, hazır ve yağlı gıdalar tüketme, öğün atlama, küfürlü ve argo konuşma da artış, teknoloji bağımlılığında artış, motivasyon kaybı, enerji ve zaman kaybına neden olma şeklinde ifade etmişlerdir. Katılımcıların davranış değişikliklerine yönelik olası çözüm önerilerini ise aynı temalar altında; okul spor faaliyetleri arttırılmalı, her çocuğun mutlaka bir spor dalına yönlendirilmesi, karmaşık oyunlar oynatılmalı, farklı öğretim yöntemleri kullanılmalı, takım sporlarına yönlendirilmeli, okul içi turnuvalar düzenlenmeli, öğrenciler yakından tanınmalı, sporun iyileştirici gücünden yararlanılmalı, beslenme eğitimleri verilmeli, öğün atlatılmamalı, hedef belirlemelerine yardımcı olunmalı, ailenin bilinçlendirilmesi, diyalog kurulmalı ve bireysel görüşmeler yapılmalı şeklinde sıralamışlardır. Sonuç olarak COVID-19 pandemisi dönemindeki uzaktan eğitim sürecinde öğrencilerin ev ortamında uzun süre hareketsiz bir yaşam sürmeleri ve günün büyük bir kısmını bilgisayar başında geçirmeleri, sosyal medyadaki olumsuz davranış örnekleri, hastalığa yakalanma ve yakınlarını kaybetme korkusu, beslenmedeki yanlışlıklar onların fiziksel, sosyolojik, psikolojik, bilişsel ve davranışsal olarak bir takım olumsuz davranışlar geliştirmelerine sebep olmuştur. Yüz yüze eğitim başladığında da bu olumsuz davranışlar onların okul ortamına alışmakta zorlanmasına ve aynı zamanda öğrenciler, öğretmenler, veliler, eğitim ve öğretimin amaçlarının gerçekleştirilmesi açısından sorun oluşturmaya başlamıştır. Öğrencilerdeki bu olumsuz davranışların iyi yönde değişebilmesi için de beden eğitimi ve spor etkinliklerinin iyileştirici ve rehabilite edici özelliğinden mümkün olduğunca fazla yararlanılması, öğrencilere rehberlik edilmesi, diyalog kurulması,

teknolojinin yararlı kullanımı konusunda eğitimler verilmeli, öğretmenler arası ve okul aile işbirliğinin artırılması önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Beden Eğitimi ve Spor Öğretmeni, COVID-19, Öğrenci Davranışları
Uzaktan Eğitim.



ABSTRACT

OPINIONS OF PHYSICAL EDUCATION TEACHERS ON STUDENTS' BEHAVIORS AFTER DISTANCE EDUCATION

Adem YİĞİT

Amasya University Institute of Health Sciences
Physical Education Master's Degree with Thesis July/2023
Advisor: Assoc. Dr. Serkan ZENGİN

By this research, with the beginning of face-to-face education in schools after distance education, in order to determine the negative effects of the COVID-19 pandemic and the distance education process on students and to reveal possible solutions, physical education and sports teachers' views on student behavior after distance education and possible solutions. aimed to present its recommendations. The research was carried out within the scope of qualitative research and was organized within the framework of the phenomenology pattern, one of the qualitative research designs. Maximum variation sampling technique, one of the purposeful sampling methods, was used to determine the study group in the research. The study group of the research consists of 20 physical education and sports teachers working in secondary education institutions affiliated to Amasya Provincial Directorate of National Education. The research data were collected by the researchers using a semi-structured interview form, consisting of 23 items under 5 main titles and 18 sub-titles, and open-ended questions. The collected data were analyzed from a descriptive point of view. As a result of the research, the participants were following the concept of behavior respectively; action, transferring learned knowledge to life, personal characteristic reaction, and the role that individuals have taken. When the findings for the second question of the research were analyzed, the participants showed the behavioral changes in the students; expressed under the themes titled physical, cognitive, sociological, psychological, behavioral and teacher. Accordingly, the participants changed the behavior of the students; increase in weight gain, increase in inactivity, decrease in academic achievement, difficulty in designing skills mentally, increase in individualization, lack of empathy and increase in selfishness, consumption of ready-made and fatty foods, skipping meals, increase in abusive and slang speech, increase in technology addiction, loss of motivation, energy and expressed as a waste of time. Possible solutions for the behavioral changes of the participants under the same themes; school sports activities should be increased, every child should be directed to a sport branch, complex games should be played, different teaching methods should be used, team sports should be directed, in-school tournaments should be organized, students should be closely acquainted, the healing power of sports should be benefited, nutrition education should be given, meals should not be skipped, help in setting goals. should be done, awareness of the family should be established, dialogue should be established and individual interviews should be done. As a result, during the distance education period in the COVID-19 pandemic period, students lead a sedentary life at home for a long time and spend most of the day at the computer, examples of negative behavior in social media, fear of getting sick and losing their relatives, malnutrition in their physical, sociological, psychological, cognitively and behaviorally caused them to develop some negative behaviors. When face-to-face education started, these negative behaviors started to cause difficulties for them to adapt to the school environment and at the same time to create problems for students, teachers, parents,

and the realization of education and training goals. In order for these negative behaviors in students to change for the better, it is recommended to benefit from the healing and rehabilitative properties of physical education and sports activities as much as possible, to guide students, to establish dialogue, to provide training on the beneficial use of technology, and to increase cooperation between teachers and school-family.

Keywords: Physical Education Teacher, COVID-19, Students'Behaviors, Distance Education.



1. GİRİŞ

Günümüzde teknolojiadaki hızlı gelişim ve değişimler, küreselleşme, aile yapısının değişimi, savaşlar, göçler, doğal afetler ve salgın hastalıklar insan davranışları üzerinde birçok değişime neden olmuştur. Danış (2006) insan davranışlarının yalnız kişisel gelişimlere bağlı olarak açıklanamayacağını davranışın oluşumunda çevresel yapıda meydana gelen değişimlerin de etkili olduğunu belirtmiştir. Çin’de ortaya çıkan COVID-19 salgını insanların yaşam şartlarının değişmesine neden olmuş. Dünya genelinde sağlık, eğitim, ulaşım, sanayi, turizm ve spor gibi birçok alanda olumsuzluklar yaşanmasına sebep olmuştur (Tunç, Zorba ve Çingöz, 2020).

İnsan yaşamı süresince değişik problemlerle karşı karşıya kalmakta ve problemlere yönelik davranış değişikliği ve tepkiler geliştirerek yeni durumu ve değişikliği özümsemekte ve gelişim göstermektedir (Tarlakazan ve Tarlakazan, 2021). Davranışlarda meydana gelen değişim kişilerin afetle veya olayla ilgili yaşadığı deneyime bağlı olarak farklılık gösterebilmektedir (Uçkaç, 2020). Şiddete uğrama, aile üyelerinden veya yakılarından birinin kaybı, terör, savaş ve doğal afetler gibi yaşam akışının bozulmasına ve hizmetlere erişimin zorlaşmasına sebep olan ve insanlar üzerinde kaygı, stres yaratan olayların yaşanması birey ve toplumun dengesini, gelişimini, duygusal ve sosyal iyi oluş durumunu önemli derecede etkileyebilmektedir (Yüksel, 2022).

Salgın hastalıklar, bilinmeyen ve öngörülmeleyen durumlarından dolayı insanların korku, endişe ve fobi gibi çeşitli psikolojik tepkiler geliştirmesine sebep olabilmektedir (Rahman, 2021). COVID-19 salgını görülmeye başladıktan sonra salgının yayılımını önlemek amacıyla bazı önlemler alınmış, (Çelik, 2021) alınan önlemlerin getirmiş olduğu zorunluluklar bireyin hareket alanlarının kısıtlanmasına ve fiziksel olarak etkilenmelerine neden olurken (Gelen, Eler ve Eler, 2020) hastalığa yakalanma korkusu, ölüm korkusu, stres, kaygı ve yalnızlık duygusu yaşamaları da psikolojik olarak etkilenmelerine neden olmuştur (Aşkın, Bozkurt, ve Zeybek, 2020). Uçkaç (2020) özellikle çocuklar, yaşlılar, ruhsal ve fiziksel rahatsızlığı olan insanlar COVID-19 pandemisinden daha çok etkilenmişlerdir.

COVID-19 pandemisi, diğer alanlarla birlikte eğitim alanında da aksaklıklara ve değişimlere neden olmuş, salgın öncesi ve sonrası gelişen dijital değişim ve gelişimler öğrenme ve eğitim ortamlarında ve uygulamalarında kaçınılmaz değişiklikler meydana getirmiştir. Bu kapsamda eğitim öğretim faaliyetlerine ara verilmiş ve eğitim öğretim

faaliyetleri uzaktan eğitim yoluyla yürütülmüştür (Eken, Tosun ve Eken, 2020). Salgın nedeniyle okul ortamında gerçekleştirilen eğitimin kesintiye uğraması, öğrencileri, öğretmenleri ve aileleri endişeye sevk etmiş, meydana gelen yeni yaşam tarzına, öğrencilerin ailelerin ve öğretmenlerin uyum sağlamada zorluk yaşadığı görülmüştür (Kırmızıgül, 2020; Sarı ve Nayır, 2020). Eğitimde meydana gelen olumsuzluklar değerlendirildiğinde, ilk başta gelen sorunlar arasında öğrenme kaybı, okulu terk etme oranlarında artış ve beslenme yanlışlıkları olarak ortaya çıktığı görülmektedir (Saavedra, 2020). Özellikle gençlerin yemek yeme alışkanlıklarında, uyku düzenlerinde ve teknoloji kullanım alışkanlıklarında davranış değişiklikleri ortaya çıkarmıştır (Arıboğan, Süleymanlı, Öztürk ve Kılıç, 2020). Bunun yanında teknolojideki gelişmeler ve COVID-19 pandemisiyle birlikte hareketsiz kalan, fiziksel aktiviteden uzak, saatlerce bilgisayar başında oyun oynayan ve hareket kavramını, oyun kavramını bilmeyen bireyler yetişmesine sebep olmuştur (Aydın, 2022). Yıldız ve Bektaş (2021) ise, öğrencilerin COVID-19 hastalığına yakalanma korkusu nedeniyle kaygı ve streslerinin arttığını, stresle birlikte öğrenciler de hırçın, aksi ve nedensiz davranışlar sergilediklerini ifade etmişlerdir. Başaran, Gökmen ve Akdağ (2014) çocukların yıkıcı bir olay veya afetle karşılaşması, onların duygu düzenleme dengelerini bozabilmektedir. Asabi davranma, belirlenen davranış kurallarına uymama, arkadaşlarına ve çevresindekilere zarar verme, sorumluluklarını yerine getirmeme, bilinçsizce ve dürtülerine göre hareket etme ve kavga etme gibi davranışları uyum ve davranış bozukluklarına örnek gösterilebileceğini söylemişlerdir. İnci Kuzu (2020) ilkokul öğrenci velileri ile ilgili yaptığı araştırmada çocukların uzaktan eğitim sürecinde yaşamış oldukları psikolojik etkiler nedeniyle çocukların tembelleştiği, kendilerine verilen sorumlulukları yerine getirmedikleri, motivasyon sorunu yaşadıkları, kabus görme, durgunluk ve huzursuzluk problemleri yaşadıklarını belirtmiştir. Kenan, Kandemir ve Çelik (2021) pandemi sürecinde sınıf öğretmenleri ile yaptığı çalışmada uzaktan eğitimin öğrencilerde rehavete yol açtığı, öğrencilerin derse karşı ilgisiz olduğu ve derse odaklanmakta sorun yaşadıklarını söylemişlerdir. Aksoy (2021) COVID-19 sonrası toplumsal çevrede yaşanan değişimin teknoloji kaynaklı yaşamları beraberinde getirdiği, teknolojik iletişim, cihazlara olan bağımlılığın insanlarda bireyselliğe yol açacağını ifade etmiştir.

Öğrenciler okul ortamında akademik bilgiler yanında yaşamında kullanacakları davranışları da kazanırlar. Bu anlamda okullar, öğrencilere bilişsel beceriler kazandırmanın yanında, onları hayata hazırlayan davranışsal, duyuşsal ve kişilik olarak gelişmelerini sağlayıcı yetenek ve özellikleri de kazandırmakla sorumludur (Zengin, 2022). Eğitim

programlarının ve genel eğitimin ayrılmaz ve önemli bir parçası olan beden eğitimi ve spor dersi bu anlamda bireyin bir bütün olarak eğitilmesi amacı gütmektedir (Ünlü ve Aydos, 2010). Beden eğitimi ve spor kişiliğin eğitimidir. Bir başka deyişle, öğrencilerin gelişim özellikleri göz önünde bulundurularak, onların birey ve toplum yönünden sağlıklı, mutlu, iyi ahlaklı ve dengeli bir kişilik sahibi; yapıcı yaratıcı ve üretken; milli değerlerini ve demokratik hayatın gerektirdiği davranışları kazanmış bireyler olarak yetişmeleri için beden eğitimi ve spor en önemli bir araçtır (Aracı, 2000; akt., Uğraş, 2013). Bunun yanında beden eğitimi ve spor, eğitim programlarında yer alan ve öğrencilerin karakter özelliklerini güçlendirmeye yardımcı olan bir derstir. Beden eğitimi ve spor dersi, bireylerin devrinişsel gelişimlerinin yanı sıra bilişsel, duyuşsal ve sosyal yönden gelişimlerini de amaçlamaktadır (Solmaz ve Bayrak, 2016). Bu amaçla okullarda uygulanan beden eğitimi ve spor, bireylere başta fiziksel gelişim olmak üzere, sosyal, psikolojik ve diğer temel özelliklerinin kazandırılmasında ve geliştirilmesinde önemli bir ders haline gelmektedir (Tamer ve Pulur, 2001). Tamer ve Pulur (2001) ve Günsel (2004) beden eğitimi ve spor, bireylerin özellikle hareket sistemini oluşturan kas ve iskelet sistemlerinin gelişmesinde, bireyin fiziksel uygunluğunun ve dayanaklılığının artmasında sosyal özelliklerin, psikolojik özelliklerin ve temel özelliklerin geliştirilmesinde önemli bir unsurdur. Ayrıca spor ve fiziksel aktivitenin bireyin karşılaşmış olduğu istenmeyen durumlar karşısında uyum göstermede, mücadele etmede ve psikolojik sağlamlık göstermede önemli bir araç olduğu belirtilmiştir (Block ve Kremen 1996; Gilligan, 1999; Hellison, 1997; Sameroff, 2005; akt., Demir ve Çifçi, 2020). Paolucci, Loukov, Bowdish ve Heisz, (2018) göre orta şiddette yapılan fiziksel aktivitenin depresyon, kaygı düzeyi ve algılanan stres düzeyini pozitif yönde etkilediği ifade edilmiştir. Sullivan (2007) beden eğitimi ve spor doğru şeyi yapma konusunda cesaretlendirme ve doğru şeyi bilme konusunda akıl sahibi olma konularında öğrencileri eğiterek öğrencilerin karakter eğitimine destek olabileceğini söylemiştir.

Eğitimin, topluma ve kendine faydalı bireyler yetiştirme hususunda temel öğelerinden biri de öğretmenlerdir. Bu anlamda beden eğitimi ve spor öğretmeni, dersin kapsam ve uygulandığı itibarıyla öğrencilerle yakından iletişim kurabilen, onlara rol model olabilen bir öğretmen konumundadır (Karaşahinoğlu ve İlhan, 2019). Beden eğitimi ve spor dersi, daha çok uygulamalı ve oyuna yönelik hareket eğitimi içerdiğinden beden eğitimi öğretmeni öğretim sürecinde öğrencilere daha yakın konumdadır ve etkinlikler sırasında öğrencilere eşlik ederek oyunlarına katılabilmekte ve onlarla yarışabilmektedir (Korkmaz, Korkmaz ve Özkaya, 2007). Bu da beden eğitimi ve spor öğretmenini diğer öğretmenlere kıyasla,

öğrencileri daha fazla etkileme şansı olan ve onlarla iletişim halinde olan bir öğretmen pozisyonuna sokmaktadır (Yetim, 1999). Ayrıca beden eğitimi ve spor öğretmeni, genellikle sevilen ve model alınan bir kişilik olarak öne çıktığından öğrencilerle öğretmen arasındaki saygı ve sevgiyi daha ileri düzeye getirmektedir (Korkmaz vd. 2007).

Yaşanan hızlı gelişmeler, gelişim ve kişilik kazanma evresinde olan gençlerin davranışlarıyla ilgili problemlerin sıkça yaşanmasına sebebiyet vermiştir (Yüksel, 2022). Yaşamın birçok alanında olumsuzluk yaşanmasına sebep olan COVID-19 süreci eğitim öğretimin olmazsa olmazı olan yapıları ve değişkenleri etkilediği ve eğitim sistemine ağır hasar verdiği görülmektedir. Eğitim aktif bir süreç olduğu için COVID-19 pandemisinin öğrenciler üzerindeki olumsuz etkilerinin belirlenmesinin zor olduğu bilinmektedir (Kocamaz ve Erdoğan, 2022). Beden eğitimi ve spor öğretmenin öğrencileri daha yakından tanınması ve iletişim kurması nedeniyle uzaktan eğitim sonrası öğrencilerde davranış değişikliklerine yönelik beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin görüşlerinin araştırılması bu çalışmanın temel gerekçesini oluşturmaktadır. Yüz yüze eğitimin başlamasıyla birlikte beden eğitimi ve spor dersinin, öğrencilerde fiziksel, bilişsel, davranışsal hem de duyuşsal anlamda geliştirici yönünden önemi ve beden eğitimi ve spor öğretmenin öğrencilere davranış kazandırma ve öğrencilerin kişilik gelişimleri üzerindeki etkisi düşünüldüğünde beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin uzaktan eğitim sonrası öğrenci davranışlarına yönelik görüşleri ve önerileri öğrenci davranışlarının istendik yönde olması için bu çalışmayı önemli hale getirmektedir.

1.1. Problem Cümlesi

Uzaktan eğitim sonrası öğrenci davranışlarına yönelik beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin görüşleri ve çözüm önerileri nelerdir?

1.2. Alt Problemler

Yukarıda ifade edilen problem cümlesi doğrultusunda aşağıda belirtilen alt problemlere cevap aranmıştır.

1. Beden eğitimi öğretmenleri davranış kavramını nasıl tanımlamaktadır?
2. Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin uzaktan eğitim sonrası öğrenci davranışlarına yönelik görüşleri nelerdir?
3. Beden eğitimi ve spor öğretmenleri uzaktan eğitim sonrası, öğrenci davranışlarına yönelik yaklaşımları nasıldır?

4. Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin, öğrenci davranışlarının istendik yönde olması için görüş ve önerileri nelerdir?

1.3. Araştırmanın Amacı

Çin’de ortaya çıkarak tüm dünyayı etkisi altına COVID-19 salgını pandemi haline gelmiştir. Salgının yayılımını önlemek için alınan tedbirler kapsamında eğitim öğretim faaliyetleri uzaktan eğitim yoluyla yürütülmüştür. Yıldız ve Bektaş’a (2021) göre COVID-19 salgının getirdiği kısıtlamalar en çok da bünyeleri ve duyguları gelişmekte olan çocukları etkilemiştir. Çiçek, Tanhan ve Tanrıverdi (2020) COVID-19 sürecinde öğrencilerin arkadaşlarından, öğretmenlerinden ve okul ortamından uzak kalmaları, onları sosyolojik, psikolojik ve fizyolojik olarak etkilemiş bu da kişilikleri gelişme aşamasında olan öğrencilerin bir takım olumsuz davranış geliştirmelerine sebep olmuştur. Benzer şekilde Ulug vd. (2022) göre ise COVID-19 salgını dönemindeki sosyal kısıtlamalar, gençlerin fiziksel ve psikolojik sağlıklarına zarar vermiştir. Uzaktan eğitime geçilmesiyle birlikte televizyon veya bilgisayar karşısında geçirilen ekran süresi uzamış, fiziksel hareketlilik azalmış, uyku süresi kısalmış ve bunların bir sonucu olarak kas-iskelet sistemi rahatsızlıkları artmıştır. Gelecekte, çocukların yetişkin bir birey olarak toplumu ileri taşıyacak bireyler olacağından, onların gelişim evrelerinde geçirdikleri olumsuzlukların, çocuklar temelinde tüm toplumu ilgilendiren bir sorun olacağı düşünülmektedir (Yıldız ve Bektaş, 2020).

Doğal afetler can ve mal kayıplarıyla sonuçlanabilen, etkileyebileceği etki düzeyi ve alanı öngörülemeyen doğa olaylarıdır. Türkiye ve dünya genelinde yaşanan doğal afetlerde çocuklar ve gençler afetlere maruz kalan ve afetlerden etkilenen en hassas ve savunmasız gruplardır. Her yıl dünya genelinde birçok çocuk ve genç doğal afetlere maruz kalmakta ve bu afetlerden farklı şekilde etkilenmektedir (Karabulut ve Bekler, 2019). Prater (2003) İnsan ve doğa kaynaklı afetlerden etkilenen insanlarda sosyal etkiler afetlerden hemen sonra ortaya çıkabileceği gibi uzun yıllar sonra da ortaya çıkabilir. Psikolojik etkiler; depresyon, kaygı, stres ve üzüntü gibi duygusal eylemler ile uykusuzluk, iştahsızlık, ritualistik davranışlar ve madde bağımlılığı gibi davranışsal etkiler şeklinde ortaya çıkabilir. Bunun yanında psikofizyolojik etkiler; yorgunluk, yüz hareketlerinde bozukluk ve sindirim sistemi bozukluğu gibi de görülebilir. En son olarak; konsantrasyon bozukluğu, dikkat eksikliği ve konfüzyon gibi bilişsel belirtiler şeklinde de ortaya çıkabileceğini söylemiştir (akt., Yavuz ve Dikmen, 2015).

Yüz yüze eğitimin başlaması ile birlikte COVID-19 pandemisinin ve uzaktan eğitim

sürecinin öğrenciler üzerinde getirmiş olduğu olumsuzlukları bilmek ve olası çözüm önerilerini ortaya koymak önem arz etmektedir. Buradan hareketle bu araştırmada beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin ve beden eğitimi sporun öğrenciler üzerindeki etkisi düşünülerek beden eğitimi spor öğretmenlerinin uzaktan eğitim sonrası öğrenci davranışlarına ilişkin görüşlerini ve olası çözüm önerilerini ortaya koymak amaçlanmıştır.

1.4. Araştırmanın Önemi

İnsanın gelişimi sürekli olmakla birlikte bu gelişimin hızı bazı evrelerde değişkenlik göstermektedir. Gelişimin hızlı olduğu evreler kritik ve riskli dönemlerdir. Bu sebeple öğretmenlerin gelişim hızlı olduğu dönemlerde öğrencilerin gelişimine daha duyarlı olması beklenmektedir. Ortaöğretim öğrencilerinin ergenlik dönemi, kimlik sahibi olmaları için kritik bir dönemdir ve eğitim bu dönemde kimlik edinimini destekleyici sosyal etkileşimi artırır ve yönetir (Milli Eğitim Bakanlığı [MEB], 2018). Günümüzde hareketsiz yaşam tarzı, beslenme alışkanlıkları, teknolojik gelişmeler ve geçtiğimiz yıllarda tüm dünyayı etkisi altına alan COVID-19 pandemisi öğrencilerin bireyselleşmelerine, psikolojik olarak etkilenmelerine, aşırı kilolu olmalarına ve istenmeyen öğrenci davranışları geliştirmeleri gibi olumsuz durumlara sebebiyet vermiştir. Ortaöğretim öğrencilerinin kritik dönemlerinde yaşadıkları sürecin olumsuzluklarını sağlıklı bir şekilde atlatalmaları için; öğrencilerin fiziksel, bilişsel, psikolojik ve sosyolojik olarak gelişmelerine katkı sunan beden eğitimi ve spor dersi ön plana çıkmaktadır. Beden eğitimi ve spor dersi yürütücüleri olan beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin bu davranışlara yönelik görüşleri, yaklaşımları ve davranış problemlerinin iyi yönde olması adına sundukları olası çözüm önerileri önem arz etmektedir.

Uzaktan eğitim sonrası olumsuz öğrenci davranışlarına yönelik literatürde birçok araştırma yapılmış ve olası çözüm önerileri için öğrencilerin pandemi sonrası sosyalleşeceği, hareket edebileceği, kültürel ve sportif faaliyetlerin yapılması gerektiği gibi bir takım öneriler getirilmiştir. Ancak bu faaliyetlerin yerine getirilmesinde ve öğrencideki olumlu davranış değişikliğinde önemli katkısı olan beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin görüşleriyle ilgili literatürde herhangi bir araştırmaya denk gelinmemiştir. Bu anlamda öğrencilerin bu durumdan sağlıklı olarak çıkabilmeleri için literatüre bu şekilde bir çalışmayı katarak yararlanıcıların kullanımına sunmak bakımından önemlidir.

1.5. Araştırmanın Varsayımları

1. Araştırmada kullanılan yarı yapılandırılmış görüşme formunun araştırmanın amacını

gerçekleştirmede toplanan veriler için uygun, geçerli ve güvenilir olduğu düşünülmektedir.

2. Araştırmaya katılan katılımcıların yarı yapılandırılmış görüşme formunda bulunan soruları samimi ve içten cevapladıkları, gerçek düşüncelerini yansıttıkları düşünülmektedir.
3. Araştırma çerçevesinde kullanılan yarı yapılandırılmış görüşme formu, katılımcılar tarafından anlaşılır bir şekilde düzenlenmeye çalışılmıştır.
4. Araştırma çerçevesinde yapılan literatür taramasının araştırmanın geçerliliğini sağlayacak bir yeterlilikte olduğu düşünülmektedir.

1.6. Araştırmanın Sınırlılıkları

1. Araştırma, 2022-2023 eğitim öğretim dönemi için geçerli olacaktır.
2. Araştırma, Amasya ili Milli Eğitim Müdürlüğüne bağlı ortaöğretim kurumunda çalışan beden eğitimi ve spor öğretmenleri ile sınırlıdır.
3. Araştırma verilerinin toplanması araştırmacılar tarafından hazırlanan yarı yapılandırılmış görüşme formu ile sınırlıdır.

1.7. Tanımlar

Öğrenci: Bir öğretmenin veya bilim yetkilisinin gözetimi ve denetimi altında, ders alan ve öğrenim gören kişidir (www.sözlük.gov.tr).

Uzaktan eğitim: Öğretici ve öğrencinin birbirinden farklı ortamlarda olduğu, öğrenme ve öğretim faaliyetlerinin teknolojik araç gereçlerle ve posta hizmetleri yoluyla gerçekleştirildiği bir eğitim uygulamasıdır (İşman, 2011).

Davranış: “Dıştan gözlemlenebilecek tepkilerin toplamı ya da organizmanın uyarılar karşısında ki tepkilerinin bütünüdür” (Türk Dil Kurumu [TDK], 2005).

İstenmeyen öğrenci davranışı: Sınıf içinde öğrencinin yapmış olduğu eylemden dolayı hem kendisinin hem de arkadaşlarının öğrenmesini engelleyen, arkadaşlarının eşyalarına ve sınıf eşyalarına zarar veren, sınıf iklimini ve iletişim bozan ve öğretmenin öğretim durumunu olumsuz anlamda etkileyen fizyolojik, zihinsel ve psikolojik gelişmelere neden olan davranışlar olarak tanımlanmaktadır (Gökçer ve Doğan, 2016).

Öğretmen: Eğitim sisteminin en önemli paydaşı olmakla birlikte, toplumun huzur ve barış içerisinde yaşamasında, ülkenin ekonomik olarak kalkınmasında ve nitelikli insan gücünün yetiştirilmesinde; bireyin sosyalleşmesinde, toplumsal hayata uyum sağlamasında

ve toplumun geleneklerini ve değerlerini genç nesillere aktarılmasında öncülük eden kişidir (zden, 1999).

Beden eğitimi: Bireyin fiziksel etkinliklere katılarak fiziksel, bilişsel, duyuşsal ve sosyal gelişim ve değişim gösterme sürecine beden eğitimi denir (Tamer ve Pulur, 2001).

Beden eğitimi ve spor ğretmeni: Beden Eğitimi ve Spor ğretmenliği, eğitim ğretim kurumlarında çeşitli okul türlerinde beden eğitimi ve spor derslerinin yürütülmesinden aynı zamanda okul içinde ve dışında çeşitli sosyal etkinlikleri düzenleyen, katılım sağlayan ve bunların eğitim ğretim faaliyetlerinden sorumlu olan belirli bir beceri ve uzmanlık isteyen bir meslektir (Tunç, 1999).

COVID-19: Koronavirüsler (CoV), Soğuk algınlığından ağır solunum yetmezliği MERS-CoV, Sars gibi daha ciddi hastalıklara neden olan büyük bir virüs ailesidir. Koronavirslerin pek çoğu insanlarda soğuk algınlığına neden olurken 31 Aralık 2019 tarihinde Çin'in Wuhan şehrinde insanlarda hastalık yaptığı saptanmış ve bu hastalık Covid-19 olarak adlandırılmıştır (Güzel, 2022).

2. GENEL BİLGİLER

Bu başlık altında eğitimin tanımına, okulun tanımına, uzaktan eğitimin tanımına, davranış kavramının tanımına, istenmeyen öğrenci davranışlarına, ortaöğretim çağındaki öğrencilerin gelişim özelliklerine, ilgi ve isteklerine, beden eğitimi ve sporun tanımı ve amacına, beden eğitimi ve spor öğretmenine, beden eğitimi ve sporun bireye etkilerine, beden eğitimi ve sporun fiziksel, ruhsal, sosyal ve zihinsel sağlığa etkilerine değinilmiştir.

2.1. Eğitimin Tanımı

Birey davranışlarını aklın ürünü olarak duygusal ya da mantıklı bir şekilde gerçekleştirebilir. Davranışların denetimi ve amaca uygunluğunun yönetilmesi eğitimin sorumluluğundadır. Eğitim bireyi yönlendirerek davranışların amaca uygun bir şekilde oluşmasına ve davranış ekonomisinin oluşmasına katkı sağlar. Böylece birey uygunsuz ve gereksiz davranışlardan uzaklaşarak lüzumsuz sına ve yanılmalardan kurtulur ve eğitim sayesinde doğru davranış ve hedeflere ulaşabilir (Karadal, 2018).

Eğitim, kişinin istendik davranışları yani bilgiyi beceriyi, yeteneği ve niteliği kazanma sürecidir. Bir başka tanımı ise, kişinin yaşadığı toplumun kurallarını öğrenmesi ve uygulamasıdır. Daha açık bir ifadeyle eğitim, kişinin yetişmesini ve gelişmesini sağlayan araçların işletilmesidir (Adem, 2008). Okullar eğitim faaliyetlerinin merkezi olarak algılansa da eğitimin sadece okul ortamında gerçekleştiği söylenemez (Özlü, 2014). İnsanların yaşam faaliyetlerinin içerisinde bulunan eğitim, toplumsal ve kültürel yapıyla yakın ilişki içerisinde (Yapıcıoğlu, 2022). Bu durumda bir üst kavram olarak karşımıza kültürleme kavramı çıkmaktadır (Özlü, 2014). Kültürleme, kültürel değerlerin bireye kazandırılma süreci olarak tanımlanmaktadır. Bu süreç bireyin çocukluk, erginlik ve yetişkinlik dönemlerindeki kendi kültüründe etkinlik kazanması ve eğitim süreci sırasında karşılaştığı bilinçli ve bilinç dışı etkileşimlerini kapsamaktadır (Demirel ve Kaya, 2012). Kültürleme bu anlamda toplum tarafından üyeleri üzerinde yürüttüğü bir faaliyettir. Bu faaliyet aracılığıyla bireyler, yaşamları süresince içinde yaşadığı toplumun istek, talep ve arzuları doğrultusunda biçimlendirilmeye çalışılmaktadır (İskurt, 2020). Ayrıca kültürlenme süreci ile ilgili olarak bilinçli/planlı veya tesadüf/gelişigüzel kültürlenme sürecinden bahsedilebilir. Bu yönüyle planlı/formel eğitim amaçlı kültürlenme ve sosyalleşme süreci olarak ele alınır (Şişman, 2020).

Okul, toplumun ve ailenin rastgele ve düzensiz olarak yapmış olduğu kültürleme işini

bir amaç doğrultusunda düzenli, planlı, programlı ve bilimsel bir şekilde yapmaktadır (Sözer, 2019). Eğitimciler bu anlamda kasıtlı olarak yapılan eğitimi formal eğitim olarak adlandırmaktadır (Fidan, 2012). Formal eğitim, alanında uzman birçok eğitimcin bir araya gelerek oluşturduğu eğitim programlarına dayalı olarak gerçekleştirilir. Eğitimler sonucunda bireylere kazandırılması hedeflenen bilgi, beceri, tutum ve davranışlar, bu hedeflere ulaştıracak içerik, içeriğin nasıl ve kimler tarafından hangi strateji ve araç-gereçle aktarılacağı ve sonuçların nasıl değerlendirileceğinin belirlenmesi işidir (Kale, 2019). Eğitimle alakalı gerçekleştirilen tüm planlı faaliyetlerde amaç birtakım işlevleri gerçekleştirmek ve belirlenmiş hedeflere ulaşmaktır. Eğitim sistemlerinin dayanmış olduğu belirli bir eğitim felsefesi ve bu felsefeye göre teorik olarak yetiştirilmesi amaçlanan bir insan profili ve oluşturulmak istenen bir toplum modeli vardır (Şişman, 2020). Buna göre eğitimin amaç ve işlevleri bireyin yaşadığı topluma ve siyasi sistemin politikalarına ve gelişen dünyanın ihtiyaçlarına göre değişiklik gösterebilir (Oktay, 2020). Her ülke, kendi ihtiyaç ve özelliklerine göre sosyal, siyasal, kültürel, ekonomik ve endüstriyel gelişim ve değişimlere bağlı olarak eğitim ve okul sistemlerini gözden geçirerek eğitime ilişkin yeni amaç ve işlevlerini belirler (Şişman, 2020). Bu bakımdan eğitimden beklenen amaç ve işlevleri şu şekilde sıralayabiliriz.

- Tarihsel süreç içerisinde elde edilmiş tüm bilgilerin aktarılması.
- Huzurlu ve sağlıklı bir toplum yapısının oluşturulması.
- Elde olan bilgilerle geleceğe dair kararlar alabilme.
- Problem çözme becerilerinin geliştirilmesi.
- Fiziksel ve zihinsel gelişimin sağlanmasını ve korunmasını sağlama.
- Farklı bakış açılarıyla olay ve olguları değerlendirebilme.
- Toplum tarafından arzulanan ahlaki değerlerin kazandırılması.
- İnsan onur ve kişiliğine saygı gösterme.
- Kendini gerçekleştirebilme.
- İyi bir vatandaş yetiştirebilme.
- Yaratıcı düşünebilme v.b. gibi. (Yero, 2002; akt., Kale, 2019).

Eğitimin ifade edilen amaç ve işlevlerinden de anlaşılacağı gibi eğitim yaşamın her alanında kuşatıcı bir etkiye sahiptir (Kale, 2019). Böylece eğitim, bir yandan toplumun devamlılığını katkı sunarken, diğer taraftan kişilerin bireysel yeteneklerini ülke ihtiyaçları çerçevesinde geliştirme amacını da üstlenmektedir (Oktay, 2020).

2.2. Okulun Tanımı

Okul, öğrenci ve öğretmenlerin bir araya geldikleri bir öğretme ve öğrenme alanıdır. Bu alanda öğrencilerin öğrenme ihtiyaçları ve toplumun eğitim istekleri karşılanır (Baştepe 2009). Ayrıca okul, önceden belirlenmiş plan ve program dâhilinde öğretim etkinliklerinin gerçekleştirildiği özel ve sosyal bir mekândır (Oktay, 2020). Okullardan beklenen en önemli görev öğrencilerin istek ve heyecanlarını karşılayarak öğrenme motivasyonunu en üst seviyelere çıkararak etkili bir şekilde öğrenmelerini sağlamaktır (Taşgın, 2020). Diğer taraftan okul çocuktaki öğrenmeyle birlikte ona kişilik kazandırarak hayata ve yaşama hazırlamakla görevlidir (Koşar, 2019).

Ülkelerin geleceğine ilişkin hedef ve vizyonları okulun amaç ve hedeflerine de yansımaktadır (Şişman, 2020). Çünkü okullar bir ülkenin geleceğinin inşa edildiği yerdir (Döş, 2013). Böylece ulusal eğitim sisteminin okulun amaç ve işlevlerini ülkenin genel amaçlarından ayrı tutmak mümkün değildir (Şişman, 2020). Bu sebeple ülkelerin geleceği, okulun etkililiğine ve hedeflerine ulaşmasına bağlıdır (Döş, 2013).

Okulun görevleri toplumsal, politik ve ekonomik görevler olarak gruplandırılabilir (Bursalıoğlu, 2021). Okul toplumsal olarak öğrencilere toplumun kültürel değerlerini aktararak onun toplumsallaşmasını sağlarken, aynı zamanda kültürün zenginleşmesini de sağlamaktadır (Kumral, 2017). Okulun politik görevi ise, yetiştirmiş olduğu kuşağın devlete bağlılık göstermesi ve lider vasıflı bireylerin yetişmesini sağlamaktır (Bursalıoğlu, 2021). Okulun ekonomik görevi ise, ekonominin ihtiyaç duyduğu işgücü ve beyin gücünü karşılayacak bireyler yetiştirmek diğer ise, bilinçli tüketici ve üretici yetiştirmektir (Kumral, 2017).

Okulun amaç ve görevlerinden yola çıkarak MEB ortaöğretim kurumları yönetmeliğinde öğrencilerden beklenen davranışlar ve uyması gereken bazı kurallar aşağıdaki gibi sıralanmıştır.

Bu doğrultuda öğrencilerden;

- Atatürk ilke ve inkılâplarına bağlı kalmaları ve bunları korumaları,
- Hukuka, toplum değerlerine ve okul kurallarına uymaları,
- Doğru, dürüst, yardımsever, erdemli, saygılı ve çalışkan olmaları; güzel ve nazik tavır sergilemeleri; kaba söz ve davranışlarda bulunmamaları; barış, değerbilirlik, hoşgörü, sabır, özgürlük, eşitlik ve dayanışmadan yana davranış göstermeleri,
- Irk, renk, cinsiyet, dil, din, milliyet ayrımı yapmaksızın herkese karşı iyi davranmaları; insan hak ve özgürlüğüyle onurunun korunması için gerekli duyarlılığı göstermeleri,

- Tutumlu olmaları; millet malını, okulunu ve eşyasını kendi öz malı gibi korumaları ve zarar vermemeleri,
- Sağlığı olumsuz etkileyen ve sağlığa zarar veren, alkollü ya da bağımlılık yapan maddeleri kullanmamaları, bulundurmamaları ve bu tür maddelerin kullanıldığı yerlerde bulunmamaları,
- Her çeşit kumar ve benzeri oyunlardan, bu tür oyunların oynandığı ortamlardan uzak kalmaları,
- Okula ve derslere düzenli olarak devam etmeleri,
- Çevreye karşı duyarlı olmaları, çevrenin doğal ve tarihi yapısını korumaları,
- Kitapları sevmeleri ve korumaları, okuma alışkanlığı kazanmaları ve boş zamanlarını faydalı işler yaparak geçirmeleri,
- Trafik kurallarına uymaları ve davranışlarıyla örnek olmaları,
- Fiziksel, zihinsel ve duygusal güçlerini olumlu olarak yönetmeleri; beden, zekâ ve duygularıyla bunları verimli kılacak irade ve yeteneklerini geliştirmeleri; kendilerine saygı duymayı öğrenmeleri, böylece dengeli bir biçimde geliştirdikleri varlıklarını aile, toplum, vatan, millet ve insanlığın yararına sunmaları,
- İnsan hakları ve demokrasi bilincini özümsemiş ve davranışa dönüştürmüş olmaları, kötü muamele ve her türlü istismara karşı duyarlı olmaları,
- Toplam kalite yönetimi anlayışıyla ekip çalışmalarında rol almaları,
- İnsana ve insan sağlığına gereken önemi vermeleri,
- Savaş, yangın, deprem ve benzeri olağanüstü durumlarda topluma hizmet faaliyetlerine gönüllü katkı sağlamaları ve verilen görevleri tamamlamaları,
- Zararlı, bölücü, yıkıcı, siyasi ve ideolojik amaçlı faaliyetlere katılmamaları, bunlarla ilgili amblem, afiş, rozet, yayın ve benzerlerini taşımamaları ve bulundurmamaları,
- Bilişim araçlarını ve sosyal medyayı kişisel, toplumsal ve eğitsel yararlar doğrultusunda kullanmaları,
- Bilişim araçlarını ve sosyal medyayı; zararlı, bölücü, yıkıcı ve toplumun genel ahlak kurallarıyla bağdaşmayan ve şiddet içerikli amaçlar için kullanmamaları; bunların üretilmesine, bulundurulmasına, taşınmasına yardımcı olmamaları,
- Alınan sağlık ve güvenlik tedbirlerine uyarak bu konuda örnek davranışlar sergilemeleri,

- Yanlış algı oluşturabilecek tutum ve davranışlardan kaçınmaları, genel ahlak ve adaba uygun davranmaları,
- Okulu benimsemeleri, öğretmenlerine saygı göstermeleri ve okul kurallarına uymaları beklenir (MEB, 2013).

2.3. Uzaktan Eğitim

Günümüzde teknolojiye de değişim ve gelişim, yüz yüze eğitim sürecinde de etkisini göstermiş, eğitim örgütleri teknolojiye yararlanarak, öğrencileri okul ortamına sokmadan, internet ve bilişim araçlarıyla öğrencilere uzaktan eğitim imkânı sunmaktadır. Tarihte ilk olarak 1700’lü yıllarda mektup yoluyla Amerika’da başlayan ve sonrasında ders kaynak ve materyallerinin posta yoluyla gönderilmesi şeklinde uygulamalarla devam edilen, radyo ve televizyonun dâhil olmasıyla multimedya dönemine giren ve teknolojiye de gelişmelerle birlikte bilgisayar ve internet aracılığıyla daha kullanışlı hale gelen süreç uzaktan eğitimin gelişim sürecidir (Ergüney, 2015). Gökdaş ve Kayrı (2005) İnternet kullanımındaki yaygınlaşmayla beraber, uzaktan eğitim yoluyla eğitime devam eden öğrencilerin bilgiye ulaşmaları kolaylaşmıştır. Bu anlamda günümüzde yaygın hale gelen uzaktan eğitim ve e-öğrenme kullanılmaya başlanmıştır. Uzaktan eğitimin internet ortamında gerçekleşmesi, öğrencilerin ve eğitimcilerin farklı ortamlarda bulunması, eş zamanlı veya ayrı zamanlarda internet ortamından eğitim öğretim faaliyetlerinin gerçekleştirildiği eğitim sistemi olarak ifade edilmektedir. Yamamoto ve Altun (2020) uzaktan eğitimi, zaman ve mekandan bağımsız olarak yapılabilen, öğrencilere eğitim materyallerinin internet ortamında esnek ve uygun bir şekilde yapılandırabilme, geliştirebilme ve farklı materyalleri öğrenme sürecine dâhil edebilme ve istenilen vakitte kullanabilme gibi çeşitlilikleri bulunan çağdaş ve etkin bir öğrenme yaklaşımıdır.

Türkiye’de uzaktan eğitimin tarihine bakıldığında 1982’de Anadolu Üniversitesi 2010 yılında Atatürk Üniversitesi ve İstanbul Üniversitesinde kurulan Açık Öğretim Fakültelerinde uzaktan eğitim yapılması ve diğer üniversitelerle birlikte bu durumun yaygınlaşması Türkiye’de uzaktan eğitimin ilerlemesine büyük katkı sunmuştur (Kırmızıgül, 2020). 2019 yılında ortaya çıkan COVID-19 vakası pandemi haline dönüşünce tüm sistemlerle beraber eğitim sistemini de etkilemiş ve birçok ülkede virüsün yayılımını önlemek için alınan tedbirler kapsamında eğitimin uzaktan yapılmasına karar verilmiştir (MEB, 2020). Türkiye’de bu karar doğrultusunda Türkiye Radyo Televizyon (TRT) kanalları üzerinden her sınıf seviyesinden 25’er dakikalık yayınlar yaparak ve Eğitim Bilişim

Ağı (EBA) üzerinden öğrencilerle öğretmenlerin çevrimiçi buluşmasını sağlayarak derslerin yapılmasını sağlamıştır. COVID-19 salgını süresince uzaktan eğitim tercih edilen en önemli eğitim teknolojisi aracı olmuştur (Kırmızıgül, 2020).

COVID-19 pandemisinin etkileri eğitim sistemi üzerinde değişim ve gelişmelere neden olmuş bununla birlikte uzaktan öğrenme faaliyetlerine olan ihtiyaç ve yaklaşımlar ön plana çıkmıştır. Uzaktan eğitimle eğitim öğretim faaliyetlerinin kesintiye uğratılmadan yapılması, geleneksel eğitim anlayışının yerine farklı öğrenme anlayışlarını da önem verilmesi gerektiğini göstermiştir. Uzaktan eğitimin sadece yüz yüze eğitimi desteklemek amacıyla değil kriz zamanlarında da eğitim öğretim faaliyetlerinin gerçekleşmesinde önemli avantajlar sağladığı unutulmamalıdır (Can, 2020). Bu anlamda uzaktan eğitimin avantajlarını şu şekilde sıralayabiliriz.

- Uzaktan eğitim, planlı ve düzenli bir sisteme sahip olduğundan eğitimde bir standart sağlar (İşman, 2008).
- Uzaktan eğitim, belirlenmiş bir yere ve süreye bağlı değildir. Öğrenci ve öğretmen arzu etmeleri durumunda istediği anda eğitim öğretim etkinliklerine ulaşım sağlayabilir (Akça, 2006).
- Uzaktan eğitimde öğrenciler kendi öğrenmelerinden sorumlu oldukları için, diğer öğrenci arkadaşlarıyla aynı kademede olmalarına rağmen kendi hızlarında öğrenmelerini ilerletebilirler (Yurdakul, 2015).
- Uzaktan eğitim aynı zamanda dezavantajlı öğrenciler için fırsat ve imkân eşitliği sunarak, normal bireyler gibi eğitim hizmetlerinden yararlanma olanakları vardır (İşman, 2008).

Öğrenme içerikli yapılan, görüntülü konferans görüşme araçlarının hiçbiri geleneksel eğitim sistemindeki yüz yüze olan etkileşimin yerini tutamaz (Dede, 1996; akt., Doğar, 2021). Uzaktan eğitimin avantajları olduğu gibi bir takım dezavantajları bulunmaktadır. Bunlar:

- İlk etapta ders materyallerinin maliyet yönünden yüksek olması.
- Fiziksel anlamda etkileşime ve iletişime imkân tanımaması.
- Öğretmen yardımına ve teknolojik donanımına gerek duyulması.
- Teknik arızalar yaşanması ve anında çözüm üretilmede zorluklar yaşanması.
- Yetenek ve beceri gerektiren derslerde etkili olmaması (Odabaş, 2009) şeklinde sıralanmıştır.

2.4. Davranış

Literatürde davranış kavramı şu şekilde ifade edilmektedir. “*Dıştan gözlemlenebilecek tepkilerin toplamı ya da organizmanın uyaranlar karşısındaki tepkilerinin bütünüdür.*” (TDK, 2005). İşman’a (2011) göre davranış, kişinin çevresindeki varlıklarla kurduğu temasın sonucu ortaya çıkan tepkilerin veya davranışların tümüdür. Kıröğlu ve Elma’ya (2020) göre ise kişinin her türlü eylemine davranış denebilir. Örneğin: Araba sürme, koşma, yürüme, yemek ve içmek bunların hepsi davranış kavramına örnektir. Kısaca insanın gözle görülebilen eylemleridir (İşman, 2011).

Davranışçı kuramlar davranış ifadesini organizmanın gözlemlenebilen her türlü etkinliği olarak tanımlarken, bilişsel kuramcılara göre ise organizmanın gözlemlenebilen ya da gözlemlenemeyen açık ya da örtük etkinliklerinin tümünü içerisine alan bir süreçtir. Öğrenme ortamı içerisinde yer alan davranış kavramı, organizmanın gözlemlenebilen tepkilerini; bir davranışı gösterme yeterlilikleri ise, tutumları, değerleri, düşünme biçimleri ve öğrenme stratejilerini kapsamaktadır (Girgin, 2022).

Davranış kavramı insan, grup, organizasyon ve hayvanlar gibi canlıları da içeren geniş bir çerçevede kullanılmaktadır. İnsan uyarıcıya bağlı olarak tepki verebilir. Bu tepki belirli bir davranış örüntüsüdür. İnsan davranışı kendiliğinden meydana gelmez muhakkak bir nedeni vardır. Kişinin bir obje veya durum karşısında nasıl tepki vereceğini tayin eden ve kendi benliğinde bulunan bilgi, beceri, yetenek ve tutumları davranışa etki edebilir. İnsanın davranışlarına yön veren etmenlerin oluşmasında kişinin yaşadığı çevre mi yoksa kalıtsal özelliklerin mi etkili olduğu tartışılmaktadır. Ancak günümüzde davranışların daha çok çevresel etkenlerden etkilendiği düşünülmektedir (Özkalp, 1981).

Davranışın çeşitli özellikleri vardır. Bunlar:

- Organizma tarafından gerçekleştirilen ve dışarıdan gözlemlenebilen basit-ölçülebilir olaylardır.
- Davranış yaşantı yoluyla öğrenilebilir. Ancak doğuştan gelen ve refleks olarak ifade ettiğimiz davranışlar da vardır.
- Davranışın ileri bir sürede nasıl gerçekleşeceğini yorumlayabilir ve tahminde bulunabiliriz. Örneğin ders çalışan bir öğrencinin mi, yoksa dersine ara sıra çalışan öğrencinin mi ders yapma davranışı süreklilik gösterir.
- Davranışlar bulunduğu çevreden etkilenecek meydana gelirler. Yani etraftaki durum ve uyarıcılar davranışı ilgilendirir. Davranışın sonucu o davranışın tekrarlanma durumunu ve sıklığının belirleyicisidir.

- Davranış açık veya gizli olabilir. Organizmanın yaptığı bazı davranışlar dışarıdan gözlemlenebilirken, korku, heyecan veya ağız kuruluğu sadece organizma tarafından hissedilebilir.
- Öğrenme olayı gibi, davranışın yapılmasında sönme yaşanabilir (İşman, 2011).

Öğrenilen tüm davranışlar eyleme dönüştürülmeyebilir ya da sonradan ortadan kalkabilir yani sönabilir (Girgin, 2022). Demirel ve Kaya (2022) insan davranışları genel olarak üç başlık altında değerlendirilmektedir. Bunlar:

Doğuştan gelen davranışlar (doğal davranışlar): Kalıtım yoluyla edinilmiş davranışlardır. Refleks ve içgüdülerle ilgilidirler ve öğrenmeyle değiştirilmedikleri için sonradan değiştirilmeleri mümkün değildir. Örneğin; örümceklerin ağ örmesi, göz bebeklerimizin şiddetli ışıktaki küçülmesi, dizimize vurulduğu an ayağımızı kaldırmamız ve yumurtadan çıkan deniz kaplumbağalarının hemen denize yönelmeye başlamaları gibi davranışlar doğal davranışlara örnek olarak gösterilebilir.

Geçici davranışlar: Kişide öğrenmeyle edinilmeyen, alkol, hastalık, ilaç veya yorgunluk sonucu ortaya çıkan davranışlardır. Bu davranışlara sebep olan etkiler ortadan kalktığında davranışta ortadan kalkar. Örneğin hastalıkta sayıklama veya alkol alındığında kelimeleri yanlış söyleme gibi davranışlar geçici davranışlara örnek gösterilebilir.

Sonradan edinilmiş davranışlar: Öğrenme ürünü olarak ortaya çıkan davranışlardır. Kültürel ve çevresel etkilerle oluşur. Nispeten kalıcı olması beklenir. Toplama çıkarma yapma, araba kullanma ve bisiklet sürme gibi davranışlar ise sonradan öğrenilmiş davranışlara örnek gösterilebilir.

Bunun yanında bireyin davranışlarına etki eden bir diğer faktör ise bireyin geçmiş yaşantılarıdır. Bireyin geçmiş yaşantıları da yapmış olduğu davranışların ortaya çıkmasında önemli bir güce sahip olabilir. Özellikle psikolojik travma yaşamış olanlarda bu durum net bir şekilde görülebilmektedir (Streeck-Fischer ve Van Der Kolk, 2000; akt., Demircioğlu, 2019).

Girgin'e (2022) göre öğrenme ürünü istendik davranışlar iki şekilde kazanılmaktadır. Bunlar;

Planlı eğitim yoluyla kazanılan davranışlar: Eğitim yoluyla okullarda planlı şekilde kazandırılmaya çalışan davranışlardır. Bununla birlikte eğitim yoluyla davranış kazandırmada istenmedik öğrenci davranışları da ortaya çıkabilir. Örneğin, kopya çekme gibi.

Gelişigüzel kültürleme ürünü olan davranışlar: Yaşamın içerisinde kendiliğinden kazanılan davranışlardır. Bireyin sosyal çevresindeki etkileşimi sonucunda kazanmış olduğu davranışları kapsamaktadır. Bu davranışlar bazen istendik yönde ve nitelikte olabilirken bazen de zararlı ve istenmeyen davranışlar olabilmektedir. Örneğin, çocuğun bulunduğu çevreye göre insanlara saygı duymayı, odasını toplamayı öğrenebilmesi gibi yankesicilik yapmayı, sigara kullanmayı öğrenmesi de mümkündür. Öğrenme ürünü olan istendik olmayan davranışlar ise eğitimin hatalı yan ürünü olan ya da kötü çevre şartlarında kazanılan davranışlar olarak nitelendirilebilir.

2.5. İstenmeyen Öğrenci Davranışları

İstenmeyen öğrenci sorun davranışları, sınıf ortamındaki düzeni bozan en önemli unsurlardan birisidir (Okutan, 2015). Öğretmenin eğitim öğretim faaliyetlerini gerçekleştirdiği sırada, öğretmenin öğretimini ve diğer öğrencilerin öğrenmesine etkileyen, kesintiye uğratan, engelleyen davranışlar, istenmeyen öğrenci sorun davranışı olarak tanımlanır (Toprakçı, 2004). İstenmeyen öğrenci davranışları dersin işlendiği yer ve zamana göre değişebilmektedir (Hanedar, 2018). Ayrıca istenmeyen öğrenci davranışı öğrencinin ruhsal durumuna, yaşına ve cinsiyetlerine göre değişebilmektedir (Aydın, 2013). Beden eğitimi ve spor dersinin sınıf ortamı dışında okul bahçesi ve spor salonu gibi geniş alanlarda yapılması öğrencilere daha fazla özgürlük ve hareket imkânı sağlamaktadır (Ergin ve Yoncalık, 2017). Bu da öğrencilerde daha fazla istenmeyen öğrenci davranışlarının ortaya çıkmasına sebep vermektedir. Omoteso ve Semudara (2011) beden eğitimi ve spor dersinde; konuşma, saldırganlık, kavga etme ve ders kurallarına uymama en sık görülen sorun davranışlardır. Miller, Fredenburg ve Diedrich (2014) beden eğitimi ve spor dersinde görülen istenmeyen öğrenci sorun davranışları dört gruba ayırmıştır. Birinci grupta ahlak dışı saygısız davranışlar; küfürlü konuşma, dalga geçme, öğretmenin sözünü bölme, kurallara uymama; ikinci grupta derse karşı ilgisizlik, katılım göstermeme, isteksizlik, motivasyonsuzluk ve etkinliklere katılmama; üçüncü grupta ise derse hazırlıksız gelme, geç gelme ve ders için kılık kıyafet veya araç gereç getirmeme; dördüncü grupta ise beden eğitimi ve spor dersinin aileler ve öğrenciler tarafından önemsenmemesi, öğrenci devamsızlığı veya kalabalık sınıflar olarak sıralamıştır.

Fernandez-Balboa'ya (1991) göre, beden eğitimi ve spor dersinde öğrenciler tarafından sergilenen istenmeyen sorun davranışlar derse ayrılan zamanın azalmasına, öğrenciler ve öğretmende motivasyon kaybına, dikkat dağınıklığına ve öğretmenin enerjisinin

tükenmesine neden olmaktadır. Daha da fazlası diğer öğrencilerin yaralanmalarına ve sakatlanmalarına sebebiyet vermektedir.

Öğretmenlerin sınıf ortamında karşılaştıkları sorun davranışlara karşı profesyonel ve doğru bir yaklaşım göstermeleri, onların konuya karşı sahip oldukları tutumla yakından ilişkilidir (Tanhan ve Şentürk, 2011). İstenmeyen sorun davranışların sınıf ortamında yaşanması kaçınılmazdır. Öğrenciler sınıf ortamında istenmeyen bu davranışları okul içinde ve sosyal yaşamlarında kazanmış olabilirler. Ancak öğretmenlerin, öğrencilerin istenmeyen sorun davranışlara yönelik tutumları, onların istendik yönde davranış sergilemelerini sağlayabilir.(Bull ve Solity, 1996; akt., Hanedar, 2018).

2.6. Ortaöğretim Çağındaki Öğrencilerin Gelişim Özellikleri, İlgi ve İstekleri

Beden eğitimi ve spor dersinde öğrencilerin gelişim özellikleri dikkate alınmalıdır. Özellikle ortaöğretim çağındaki öğrencilerin ergenlik döneminde olmaları hızlı değişim ve gelişim göstermeleri sebebiyle bu dönemin kritik bir dönem olduğu söylenebilir. Bu anlamda orta öğretim çağındaki öğrencilerin gelişim özellikleri Çamlıyer ve Çamlıyer'e (1997) göre şu şekilde sıralanmaktadır:

- Duygusal yoğunluk yaşamaktadırlar. Bu sebeple çelişki ve uyumsuzluklar gösterebilmektedirler.
- Hassasiyet ve alınganlık hat safhadadır.
- Dışa dönük ve arkadaş canlısı olduklarından okula ve çevrelerine kolayca uyum gösterebilecek davranışlar sergileyebilmektedirler.
- Statü sahibi olmak için sosyal etkinlik ve faaliyetlerde görev almaya isteklidirler.
- Çevresindekilere ve olaylara karşı eleştiride bulunabilirler.
- Yaş grubundakilerle kolay uyum sağlayabilirler.
- Karşı cinse ilgilidirler ve arkadaşlık eğilimleri görülür.
- Bir amaç doğrultusunda aynı yaş grubuyla birlikte hareket edebilirler. Sosyal faaliyetlerini daha çok okul ve ev dışında gerçekleştirme çabası içindedirler.
- Kız öğrencilerde dengeli, uyumlu ve olgun davranışlar görülebilmektedir.
- Erkek öğrencilerde güç gösterisinde bulunma ve kısa süren kaba davranışlar görülebilmektedir.
- Sosyal olaylara yaklaşımlarında ve hayata bakış felsefelerinde değişimler görülebilmekte ve bu konuda çaba gösterme eğilimindedirler.

- Vücut koordinasyonlarında hızlı değişim ve gelişimlerinden dolayı uyumsuzluk sorunu yaşanmaktadır.
- Erkek öğrencilerde kassal gelişim devam ederken kız öğrencilerde yavaşlama görülmektedir.
- Erkek öğrencilerde bu dönemin sonuna doğru kilo almada artış görülür. Kız öğrencilerde ise metabolizma yavaşladığı için kilo almada artış görülebilir.

Karakuş (2005) ortaöğretim çağındaki öğrencilerin ilgi ve isteklerini aşağıdaki şekilde sıralamıştır.

- İyi beslenmeye ve dinlenmeye ihtiyaç duyarlar.
- Güçlü, gösterişli ve zengin olmayı isterler.
- Aileleri tarafından hoşgörü ile karşılanmalarını ve değer verildiğini görmek isterler.
- Kendisine değer verildiğini hissettiren tek arkadaş seçiminde bulunurlar.
- Aile baskısı olmadan özgürce hareket etme eğilimindedirler.
- Heyecan verici sosyal etkinlik ve faaliyetlere katılmaya isteklidirler.

2.7. Beden Eğitimi ve Sporun Tanımı ve Amacı

Beden eğitiminin tanımına bakıldığında “Beden terbiyesi, sağlığı korumak ve vücudu güçlendirmek amacıyla araçlı veya araçsız hareketler yapma” olarak tanımlanmaktadır. (TDK, 2022). Tamer ve Pulur’a (2001) göre beden eğitimi ve sporun tanımı ise, insanların özellikle fiziksel gelişimleri olmak üzere, sosyal, psikolojik ve diğer temel özelliklerinin kazandırılması ve geliştirilmesi şeklinde tanımlanmaktadır. Beden eğitiminin alan yazında yapılan farklı tanımlarına bakıldığında genellikle beden eğitimi, bireyi parçalarına ayırmadan temel gelişim alanlarını bir bütün olarak ele alan bireyin zihinsel, sosyal, psikomotor, dil ve diğer gelişim alanlarının gelişmesinde katkı sağlarken aynı zamanda bireyin topluma da etki edecek yararlı bireyler olarak yetişmesini sağlamaktadır. (Açık, 2016). Spor ise “toplu olarak ve kişisel olarak, zihni veya bedeni geliştirmek amacıyla çeşitli kurallara göre gerçekleştirilen veya uygulanan hareketlerin tamamı” olarak tanımlanmaktadır (TDK, 2022). Sporu, beden eğitiminden ayıran en temel özellikler ise spor belirli kuralları bulunan belirli teknik, taktik bilgiler içerisinde, kazanma amacı güden ve bu amaç doğrultusunda rekabet ortamında ve fairplay çerçevesinde gerçekleşen mücadeleler olarak tanımlanmaktadır (Gürbüz, 2011). Karaşahinoğlu ve İlhan (2019) beden eğitimi ve spor, eğitimin ayrılmaz bir parçası olarak görülmektedir. Beden eğitimi ve sporun temel amacı, sağlıklı bir yaşam tarzı edinebilme genel eğitimin topluma sağlıklı bir şekilde uyum

sağlama amacına hizmet etmektedir.

Beden eğitimi ve spor dersi eğitim programlarında önemli bir yeri olan ve bireyin fiziksel, zihinsel, duyuşsal ve sosyal yönleriyle bir bütün halinde gelişimine katkı sunan önemli bir derstir. Amaç çocuğun veya gencin bedenlen sağlıklı olmasını psikometri davranışlarının yeterli gelişmesini sağlarken bir kişilik eğitimi görevini de üstlenmektedir. Başka bir ifadeyle öğrencilerin gelişim özelliklerini dikkate alarak onların sağlıklı, mutlu, iyi ahlaklı ve dengeli bir kişilik geliştirmelerine imkan vermektedir (Başoğlu, 1995; akt., Özlü, 2014).

Lumpkin, beden eğitimi ve sporun amaçlarını bilişsel, duyuşsal ve fiziksel öğrenme süreçleri bakımından bir sınıflama yaparak beden eğitimi ve sporun bireyin sadece fiziksel gelişimine değil aynı zamanda bilişsel ve duyuşsal gelişimine katkı sunacağını belirtmiştir (akt., Uğraş, 2013).

Tablo 2.1. Lumpkin'e göre beden eğitimi ve sporun amaçları

Psikomotor	Temel hareket becerileri ve fiziksel uygunluk	Temel hareket modelleri, temel oyun beceriler, motor beceriler, algısal motor beceriler. Kalp damar dayanıklılık, kas kuvveti ve dayanıklılığı, esneklik.
Duyuşsal	Sosyal ve duygusal	Kendine güvenme, değer yargıları, kişilik gelişimi, iletişim becerisi, nezaket, fair play. Kendini kontrol etme, kendini disipline etme, eğlence, rahatlatma, kendini ifade etme, kazanmayı ve kaybetmeyi öğrenme.
Bilişsel	Bilgi ve anlama	Vücut fonksiyonlarının sağlıklı büyümesi gelişmesi ve motor öğrenme. Oyun kuralları, beceri, strateji ve koruma.

Beden eğitimi ve spor günümüzde genç nesillere fikren ve bedenlen sağlık kazandıran bir faaliyet alanı olarak kabul edilmektedir. Beden eğitimi ve spor; eğitim programlarının bütünleyici bir parçası olması nedeniyle öğrencilerin fiziksel aktiviteler aracılığıyla psikomotor, bilişsel, duyuşsal ve sosyal alanda gelişimine, sosyal yaşantısının içinde sporu hayat tarzı hâline getirmesine, okul dışı serbest zamanlarını kültürel ve sportif etkinliklerle değerlendirmesine katkıda bulunur (MEB, 2018). Beden eğitimi ve spor öğretim programları yalnız okul içerisindeki eğitim ve öğretimle değil aynı zamanda öğrencilerin topluma uyum sağlayacak yaşama ve öğrenme koşullarını geliştirmeyi bunun yanında zihinsel, fiziksel duyuşsal ve sosyal gelişimine katkı sunacak etkilerde de bulunmaktadır (Akgün, 1998; akt., Öçalan ve Erdoğan, 2009).

MEB (2018) öğretim programında beden eğitimi ve spor dersinin öğrenciler için amaçlarını:

- Dünyada ve Türkiye’de sporun tarihsel gelişimi hakkında bilgi sahibi olması,
- Fiziksel etkinliklere katılım yoluyla hareket, bilgi ve becerilerini geliştirmesi ve bu becerileri alışkanlık hâline getirmesi,
- Türk spor tarihinde başarılı olmuş sporcuları tanınması,
- Sportif etkinlikler yoluyla spor kültürü edinmesi, spora özgü kuralları, bilgi ve becerileri uygulayabilmesi ve bu becerileri yaşantısında olumlu olarak kullanabilmesi,
- Engellilerin ve özel eğitime ihtiyaç duyan bireylerin bedensel, sosyal ve ruhsal olarak gelişmesinde sportif etkinliklerin rolünü ve önemini kavraması,
- Millî bayramların ve kurtuluş günlerinin anlamını, önemini kavraması ve bu kutlamalara katılmaya gönüllü olması,
- Atatürk’ün ve Türk düşünürlerinin beden eğitimi ve spor ile ilgili düşüncelerini özümsemesi,
- Spor organizasyonlarına katılım yoluyla spor bilinci gelişmiş sosyal bireyler olarak yetişmesi,
- Düzenli etkin katılım ile sağlığı güçlendirici bilgi ve becerileri hayatında ve kişisel gelişiminde kullanabilmesi,
- Beden ve ruh sağlığını olumsuz etkileyen alışkanlık ve bağımlılıklardan uzak durması,
- Başkalarının varlığını da kabul ederek onlara karşı her zaman dürüst, saygılı “adil oyun (fairplay)” davranışta bulunması ve bunu alışkanlık hâline getirmesi,
- Spor alanında faaliyet gösteren meslek grupları hakkında bilgi sahibi olması amaçlanmaktadır. Şeklinde sıralamıştır.

2.8. Beden Eğitimi ve Sporun Bireye Etkileri

Günümüzde spor bilimleri ve beden eğitimi alanında çalışanların, toplumun genel sağlığını ve yaşam kalitesini arttırmaları zorunlu bir vizyon haline gelmiştir. Çocuklarda ve yetişkinlerde artan obezite, sedanter yaşam tarzı ve bu durumlara bağlı olarak gelişen fiziksel, duygusal ve zihinsel bozukluklara veya hastalıklara neden olmaktadır. Günümüzde

yaşanan bu sorunlara çözüm bulmak geçmişe oranla daha fazla önem kazanmıştır (Ergin ve Ayan, 2020). Bu anlamda beden eğitimi ve spor kişilerin yaşadıkları bu sorunlara karşı çözüm üretmede önemli bir kurum olarak ortaya çıkmaktadır. Küçük ve Koçak'a (2015) göre spor sadece insanların psikolojik ve fiziki olarak güçlenmesi için sürdürülen bir etkinlik değildir. Aynı zamanda insanın sorumluluk kazanmasında, düzen içinde hareket etmesinde, işbirliği sağlamasında ve sosyalleşmesinde önemli bir yere sahiptir. Bunun yanında bireyin sportif faaliyetlere katılarak, yalnızlık duygusunun getirdiği etkileri ve sosyal hayatın getirdiği stres ve kötümser tutumun giderilmesinde en etkili yoldur. Kuter ve Kuter'e (2012) göre ise beden eğitimi ve spor bireyin kendini ifade etmesini, karakter ve kişilik kazanmasını, yaratıcılık olanaklarının artmasını, boş zamanlarını etkili değerlendirmesini, estetik duygusunun gelişimini, zihinsel, bilişsel ve beceri gelişimini, duygularını boşaltabilmesini ve kontrol edebilmesini sağlar. Aydın (2022) ise, beden eğitimi ve spor etkinliklerinin bireyin liderlik, iletişim, kararlılık, azim, mücadele, kurallara uyma, üretkenlik, yaratıcılık, kendini kontrol edebilme, kazanma ve kaybetme gibi kişilik özelliklerinin gelişimine önemli ölçüde katkı sağladığını belirtmiştir.

Zorba (2012) düzenli yapılan beden eğitimi ve sporun insan sağlığı üzerindeki etkilerini şu şekilde sıralamıştır.

- İş veriminin artmasına,
- Hastalık dolayısıyla verimli olunamayan gün sayısının azalmasına,
- Tembellikten uzaklaşarak daha dinç ve enerjik hissedilmesine,
- Sağlam, hareketli, canlı, fiziksel aktivitede bulunmaya hevesli bir kişi haline gelmeye,
- Öz saygının gelişmesine,
- Organizmayı ruhsal ve bedensel streslerin yıpratıcı etkisinden korumaya,
- Hayata daha olumlu ve mutlu bakmaya,
- Endişelerden uzaklaşmaya,
- Asabi ve hiperaktif yapıyı sakinleştirmeye,
- Kendine güvenin artmasına,
- Düzenli uyku ritmine sahip olmaya,
- İnsanlarla çabuk arkadaşlık kurmaya ve paylaşma, yardımlaşma, duygularını geliştirmeye yardımcı olur.

Son olarak Özmen (1999) beden eğitimi ve sporun etkilerini şu şekilde sıralamıştır:

- Kişi beden eğitimi etkinlikleriyle kendini tanır ve tanıtır.

- Yeteneklerinin sınırlı ve güçlü yönlerini bilir ve yeteneklerini geliştirir.
- Vücut sağlığı konusunda bilinçlenir ve sağlığını korur.
- Beceriler edinerek bedenini en etkili bir biçimde kullanmayı öğrenir.
- Sağlı ve huzurlu bir yaşam için gerekli bilgi, beceri, tutum, alışkanlık ve davranışlar kazanır.
- Boş zaman alışkanlıkları geliştirir.
- Oyun yoluyla ortak yapıdaki davranış ve ortak hareketlere yardım ederek çocuğun veya gencin zayıf olanlara yardım etmeyi öğrenmesine sorumluluk duygusunun gelişmesine katkı sağlar.
- Kuvvet, dayanıklılık, sürat ve beceri gibi motorsal özelliklerin gelişmesine olanak sağlar.

2.9. Beden Eğitimi ve Sporun Fiziksel, Ruhsal, Sosyal ve Zihinsel Sağlığa Etkileri

2.9.1. Fiziksel sağlığa etkileri

T.C. Sağlık Bakanlığı tarafından hazırlanan Çocuk ve Ergenlerde Fiziksel Aktivite Rehberinde fiziksel aktivite ve sporun fiziksel sağlığa etkileri şu şekilde sıralanmıştır:

- Kas kuvvetini ve miktarının artırılmasını ve korunmasını sağlar.
- Zıt yönde çalışan kaslar arasındaki dengeyi sağlar.
- Kas ve eklem kontrolünü arttırarak dengeyi sağlar.
- Eklem hareketliliğini arttırır.
- Dayanıklılığı arttırır.
- Refleks ve reaksiyon zamanını geliştirir.
- Vücut düzgünlüğünü arttırır ve korur.
- Olası yaralanma ve kazalara karşı bedeni korur.
- Vücuttaki tuz, su ve mineral kullanımını dengeler.
- Fiziksel aktivite ve kas kasılmasının birlikte kemik mineral yoğunluğunun artmasına, korunmasına ve osteoporozun önlenmesine katkı sağlar.
- Düzenli yapılan fiziksel aktivite ile insülin aktivitesinin kontrolü ve kan şekerinin düzenlenmesi sağlanır.
- Metabolizmanın hızlanmasını ve kilo alımının önlenmesini sağlar.
- Vücudun enerji gereksinimini yağları yakarak karşılar ve geliştirir.

- Akciğerin havalanmasını sağlar ve solunum kapasitesini artırır.
- Kalp ritmini düzenlenmesini sağlar.
- Yüksek kan, kolesterol ve trigliserit düzeylerini etkileyerek damar hastalıkları riskini azaltır (Sağlık Bakanlığı THSK, 2014).

2.9.2. Ruhsal ve sosyal sağlığa etkileri

Spor belirli kuralları olan ve bu kurallar çerçevesinde gerçekleştiren etkinlikler bütünüdür. Küçük ve Koçak (2015) kuralların temelinde sportif etkinliğin kişilik üzerine etkileri bulunmaktadır. Literatürde sportif etkinliğin kişilik üzerine olan etkileri şu şekilde sıralanmaktadır:

- Bireysel sporlar kişilik disiplini geliştirir.
- Spor karakteri şekillendirir.
- Takım sporları işbirliği yapmayı öğretir.
- Spor sıkı bir mücadeleyi öğretir.
- Sporcuların kendi arasındaki ve öğretmenlerle olan sosyalleşme sürecini kolaylaştırır.
- Cesaretlendirir.
- İletişim sürecini artırır
- Saldırganlık dürtülerini engelleyerek doğal ve sosyal yollardan rahatlamayı öğretir.

Ergin ve Ayan (2020) ise sporun ruhsal ve sosyal sağlığa etkilerini şu şekilde sıralamıştır:

- Mutluluk hormonunu artırır.
- Stres, kaygı, depresyon ve tükenmişlik hissini azaltır.
- Kişiyi daha iyi hissettirir.
- Dışarıdan kas, kemik ve eklem yapısının sağlıklı görünmesi üzerine kişiye özgüven kazandırır.
- Bireyin kişiler arası sosyal iletişimi artır.

T.C. Sağlık Bakanlığı tarafından hazırlanan Çocuk ve Ergenlerde Fiziksel Aktivite Rehberinde fiziksel aktivite ve sporun ruh sağlığı ve sosyal gelişim üzerine etkileri şu şekilde sıralanmıştır:

- Depresyon ve kaygı bozukluğu riskini azaltır.
- Bireyin kendini iyi hissetmesini ve mutlu olmasını sağlar.
- İletişim becerilerini geliştirir.

- Sporun kas kemik ve eklem yapısı üzerindeki olumlu etkisi nedeniyle vücut görünüm düzgünlüğü ve farkındalığı oluşturarak bedeni ile barışık özgüvenli bireyler oluşturur.
- Stresle başa çıkabilme ve olumlu düşünebilme yeteneğini geliştirir.
- Özgüveni ve benlik saygısını artırır.
- Sosyal ilişkileri geliştirir.
- Yorgunluk hissini azaltır (Sağlık Bakanlığı THSK, 2014).

2.9.3. Zihinsel sağlığa etkileri

Beden eğitimi ve sporun eğitim öğretimdeki yerinin önemi inkâr edilemez bir gerçektir, çünkü sağlıklı bir birey daha iyi öğrenebilmektedir (Satman, 2018). Öğrenmenin gerçekleşebilmesi için bireyin algılama, akıl yürütme ve düşünme gibi zihinsel süreçlere ihtiyacı vardır. Becerinin kazanılması kaslar ve beyin arasında bir koordinasyon oluşmasını, zihinsel süreci ve çabayı gerektirir (İnal, 2003; akt., Türksoy, 2022). Beden eğitimi ve spor çocuk veya gencin sosyal, sayısal ve dil gelişimi yönünden hareket etkinlikleri yoluyla öğrenme yeteneğinin geliştirilmesinde katkıda bulunur. Oyun yoluyla yapılan etkinlikler daha eğlenceli gelir, ders esnasında rutin olarak gerçekleştirilen etkinlikler bu sayede sıkıcı olmayacağından öğretilenleri almada daha çok isteklidirler. Bu sebeple beden eğitimi ve sporun doğası gereği uyarıcı ve motive edici öğrenme ortamı hazır olduğundan çocuk öğrenmeye karşı olumlu tutum ve davranış geliştirmekte öğrenme etkinliklerine daha aktif katılmaktadır (Çamlıyer ve Çamlıyer, 1997).

Öte yandan beden eğitimi ve sporun, fiziksel aktivitenin bilişsel etkileri altında yapılan literatürdeki çalışmalara bakıldığında Owen, Parker, Astell-Burt ve Lonsdale (2018) fiziksel aktivitenin okul temelli olduğunda fiziksel aktivite yapan erkek öğrencilerin daha pasif olan öğrencilere oranla daha iyi eğitim sonuçlarına ulaştıkları, kız öğrencilerin ise fiziksel aktiviteyle birlikte akademik performanslarında iyileşmeler olduğunu gözlemlemiştir. Bu anlamda öğrencilerin ev ödevleri ve ders çalışma zamanlarındaki süreden ödün vermeden sağlıklı ve eğitimsel faydalar için fiziksel aktivite düzeylerinin arttırmaları gerektiğini belirtmişlerdir. Bir başka çalışma da Etnier ve diğerleri belirli bir süre düzenli şekilde yapılan kardiyovasküler egzersiz neticesinde aerobik fitness seviyesinin yükselmesiyle birlikte beyindeki belirli bölgelerde damar oluşumu ve nöron oluşumu sonucu hafıza ve öğrenmenin destekleneceğini bunun sonucunda da bilişsel performansın gelişeceğini savunmuşlardır (Etnier ve Ark., 1997; akt., Satman, 2018). Dolu, Bahür, Demirer, Kulak ve Çam'ın (2016) fiziksel aktivitenin kognitif fonksiyonlar üzerine etkisi adlı çalışmalarında fiziksel

aktivitenin sinir sistemi üzerine etkileri incelendiğinde özellikle beyinde ön hipokampus profrontal lob gibi bilişsel fonksiyonlar ile ilgili kısımlarda sinaptik yapıları geliştirdiği sonucuna ulaşmıştır. Aynı çalışmada bilişsel fonksiyonlar çeşitli testlerle araştırılmış anasınıfı ve birinci sınıf öğrencilerinin motor becerileri ile zindelikleri üzerine etkisine bakıldığında girişim grubunun tüm becerilerde daha iyi skorlara ulaştığı sonucuna varılmıştır.

2.10. Beden Eğitimi ve Spor Öğretmeni

Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, eğitim öğretim kurumlarında çeşitli okul türlerinde beden eğitimi ve spor derslerinin yürütülmesinden aynı zamanda okul içinde ve dışında çeşitli sosyal etkinlikleri düzenleyen, katılım sağlayan ve bunların eğitim öğretim faaliyetlerinden sorumlu olan belirli bir beceri ve uzmanlık isteyen bir meslektir (Tunç, 1999). Farklı bir tanımda ise, Uğraş (2013) öğretim programlarının hedefe ulaşmasında öğretmen çok önemli bir konumdadır. Bu anlamda beden eğitimi ve spor öğretmeni planladığı, uyguladığı ve değerlendirdiği fiziksel ve sportif etkinliklerle öğrencilere spor eğitimi veren kişi olarak tanımlanmıştır.

İnsan gelişimi günümüzde bir bütün olarak düşünülmekte ve fiziksel, bilişsel, duyuşsal ve devinişsel gelişim birlikte değerlendirilmektedir (Demirhan, Coşkun ve Altay, 2002). Bu anlamda beden eğitimi ve spor dersi öğrencilere müfredatın aktarılması ve beceri kazandırılmasının yanında sağlıklı ve mutlu bireyler yetiştirmesi bakımından diğer derslerden farklılık göstermektedir. Beden eğitimi dersindeki bu farklılık dersin öğretmenin öğrencilerle daha yakın iletişim kurmasını, samimi olmasını ve onları olumlu anlamda etkilemesi açısından öğrenciler üzerindeki etkisi daha fazladır. Bu bakımdan beden eğitimi öğretmenin nitelikleri çok önem kazanmaktadır (Uğraş, 2013). Demirhan (2003) beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin sahip olması gereken nitelikleri:

- Mesleki bilgi ve beceriye sahip olma,
- Öz denetim sağlayabilme,
- Sportmen davranışlar sergileme,
- Sporcu kişiliğe ve görüntüye sahip olma,
- Öğrencilere karşı sabırlı ve anlayışlı olma,
- İyi ikili ilişkiler kurabilme,
- Eleştiriye açık olma ve öz eleştiride bulunabilme,
- İyi bir espri anlayışına sahip olma,

- Özgüveni olmalı,
- İyi alışkanlıklara sahip olmalı,
- Öğrencilerde spor yapmaya istek uyandırmalı,
- Tüm öğrencilerle eşit şekilde ilgilenebilmeli,
- Öğrencileri değerlendirmede nesnel olmalı,
- Disiplinli olmalı,
- Öğrencilerin ilgisini derse çekebilmeli,
- Dersi öğrencilerin düzeyine göre düzenleyebilmeli,
- Ödüllendirici ve teşvik edici olmalı,
- Doğaçlama yeteneğe sahip olmalı, şeklinde sıralamıştır.



3. GEREÇ VE YÖNTEM

Araştırmanın yöntem kısmında araştırmanın modeline, araştırmanın çalışma grubuna ve örnekleme, veri toplama aracına, verilerin toplanma sürecine ve analizi başlıklarına yer verilmiştir.

3.1. Araştırmanın Modeli

İlgili araştırma, beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin uzaktan eğitim sonrası öğrenci davranışlarına yönelik görüşleri ve olası çözüm önerilerinin belirlenmesi amacıyla nitel araştırma yönteminden yararlanılarak gerçekleştirilmiştir. Nitel araştırma genel anlamda insanların; algılarını, deneyimlerini, inançlarını ve davranışlarını derinlemesine incelemeyi amaçlayan insan odaklı bir yaklaşımdır. Ayrıca toplumda var olan süreçleri araştırır, bireylerin olaylara yükledikleri anlamları inceler (Given, 2021). Nitel araştırmada amaç insan davranışlarını bulunduğu ortam içerisinde çok yönlü olarak anlamaya çalışmaktır. Nitel araştırma sosyoloji, antropoloji, felsefe ve psikoloji gibi çeşitli güçlü disiplinlere dayanan kuramsal temelleri vardır. Bu sebeple insan davranışlarını araştırmada fen bilimlerinde kullanılan geleneksel yöntemlerin yetersiz olduğu kabul edilmektedir. İnsan davranışları ancak esnek ve bütüncül bir yaklaşımla araştırılabilir ve bu yaklaşımda araştırmaya dâhil olan bireylerin görüşleri ve deneyimleri büyük önem taşır (Yıldırım ve Şimşek, 2021). Nitel araştırma yönteminde olaylar veya durumlar hakkında en zengin bilgiye sahip kişilere ulaşılmaya çalışılarak, derinlemesine incelemeler yapılması amaçlanmaktadır (Şahan ve Uyangör, 2021). Nitel araştırma; gözlem, görüşme ve doküman analizi gibi nitel veri toplama araçlarının kullanıldığı, algı ve olayların kendi doğal ortamında, gerçekçi ve bütüncül bir şekilde ele alındığı, ayrıca olayların genelleme çabasından uzak bir biçimde ortaya konmasına amaçlayan bir araştırma yöntemidir (Yıldırım ve Şimşek, 2021).

Bu bağlamda ilgili araştırma olgu bilim (fenomenoloji) deseninden yararlanılarak gerçekleştirilmiştir. Fenomenoloji olarak da adlandırılan olgu bilim deseni olayların varlığını inceleme ve tanımlama yöntemidir. Olgu bilim deseni bireysel evrenin araştırılmasıdır. Olgu bilim desenin temelinin bireysel tecrübeler oluşturmakta, araştırmacı kişinin öznel tecrübeleriyle ilgilenmekte bireyin algılamaları ve olaylara yükledikleri anlamları incelemektedir (Baş ve Akturan, 2017). Olgu bilim deseni yaşanan olay ve hadiseleri kişisel tecrübeler yönünden değerlendirerek olayların özüne inmeyi hedefler

(Üstün, Bayar ve Bozkurt, 2017). Şimşek ve Yıldırım (2011) ise olgu bilim desenini, tam olarak anlamlandırmadığımız ancak; bize tamamıyla yabancı gelmeyen olgu ve olayların daha derinlemesine araştırmaya imkân verir şeklinde ifade etmiştir.

3.2. Araştırmanın Çalışma Grubu ve Örneklemi

Araştırmanın evrenini 2022-2023 eğitim öğretim yılında Amasya il merkezi ve ilçelerinde bulunan devlet okullarında görev yapan beden eğitimi ve spor öğretmenleri oluşturmaktadır. Araştırmanın çalışma grubunu belirlemede amaçlı örneklem yöntemlerinden maksimum çeşitlilik örneklem tekniğinden yararlanarak belirlenen 20 beden eğitimi ve spor öğretmeninden meydana gelmektedir. Olgu bilim deseni kapsamında gerçekleştirilen araştırmalarda genellikle örneklem büyüklüğü 1 kişiden (Dukes, 1984, akt; Creswell, 2013) 325 kişiye (Polkinghorne, 1989; akt., Creswell, 2013) kadar varan örneklem büyüklüğünün yer aldığı çalışmalar vardır. Ancak Dukes (1984) olgu bilim deseninde 3-10 kişi ile çalışılmasını önermektedir (Creswell, 2013). Amaçlı örnekleme zengin bilgiye sahip olduğu düşünülen durumların ayrıntılı şekilde ele incelenmesine olanak tanımaktadır. Bu yönüyle amaçlı örnekleme yöntemi pek çok durumda olgu ve olayların açıklanmasında ve keşfedilmesinde yararlı olur (Yıldırım ve Şimşek, 2021). Amaçlı örneklem yönteminde araştırmacı araştırmanın amacına ilişkin veri toplarken kendi bilgi ve deneyimlerini yararlanarak kimlerden veri toplayacağını belirlemekte ve çalışma grubunu oluşturmaktadır (Şahan ve Uyangör, 2021). Amaçlı örneklem yöntemi örneklem seçimi yapılırken araştırma sorularına cevap verebilecek ve araştırmanın amacına hizmet edecek ve araştırma verilerine zengin veriler sağlayacak katılımcıların belirlenmesi açısından önemlidir (Yıldırım ve Şimşek, 2021).

Patton (1990) amaçlı örneklem yöntemi altında 14 farklı teknikten bahsedildiğini ancak; maksimum çeşitlilik örnekleme, aykırı durum örnekleme, benzeşik örnekleme, tabakalı amaçsal örnekleme, tipik durum örnekleme, ölçüt örnekleme gibi örnekleme tekniklerinin görece daha sık kullanıldığını belirtmektedir (akt., Büyüköztürk, Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2012). Bu anlamda araştırmanın çalışma grubu amaçlı örneklem yöntemi çerçevesinde maksimum çeşitlilik örneklem tekniğiyle belirlenmiştir. Maksimum çeşitlilik örneklem tekniğinin de amaç küçük bir örneklem oluşturarak bu örnekleme çalışılan probleme taraf alacak bireylerin çeşitliliğini maksimum derecede yansıtmaktır (Yıldırım ve Şimşek, 2021). Creswell (2013) bu teknik çoğunlukla araştırmanın başında araştırmacı tarafından maksimum farklılığı sağlamak maksadıyla seçilmekte, ideal

bir araştırmada farklı bulgu ve bakış açılarının yansıtma olasılığını artırmaktadır. Bu anlamda araştırmanın çalışma grubu Amasya İlinde Milli Eğitim Bakanlığına bağlı ortaöğretim okullarında görev yapan; beden eğitimi ve spor öğretmeni olarak görev yapan 20 kişiden oluşmuştur. Katılımcıların kişisel bilgilerinin gizli tutulması maksadıyla katılımcılar; K1, K2, K3, ..., K19 ve K20 şeklinde kodlanmıştır. Katılımcıların demografik bilgilerine ilişkin bilgileri aşağıda ki tabloda gösterilmiştir.

Tablo 3.1. Katılımcılara ait demografik özellikler

Sıra	Cinsiyet	Yaş	Medeni Durum	Eğitim Seviyesi	Okul Türü	Mesleki Kıdem
K1	Erkek	43	Evli	Lisans	Meslek Lisesi	16-20
K2	Erkek	46	Bekâr	Lisans	Meslek Lisesi	21-25
K3	Erkek	43	Evli	Lisans	Meslek Lisesi	16-20
K4	Kadın	39	Evli	Yüksek Lisans	Meslek Lisesi	16-20
K5	Erkek	46	Evli	Lisans	Meslek Lisesi	21-25
K6	Erkek	53	Evli	Lisans	Anadolu Lisesi	26
K7	Erkek	47	Evli	Lisans	Anadolu Lisesi	21-25
K8	Kadın	40	Evli	Lisans	Anadolu Lisesi	11-15
K9	Kadın	42	Evli	Lisans	Anadolu Lisesi	21-25
K10	Erkek	48	Evli	Lisans	Anadolu Lisesi	21-25
K11	Erkek	41	Evli	Lisans	Anadolu İmamhatip Lisesi	11-15
K12	Kadın	41	Evli	Yüksek Lisans	Anadolu İmamhatip Lisesi	16-20
K13	Kadın	42	Evli	Lisans	Meslek Lisesi	6-10
K14	Erkek	42	Bekar	Lisans	Meslek Lisesi	16-20
K15	Kadın	46	Evli	Lisans	Meslek Lisesi	26
K16	Erkek	53	Evli	Yüksek Lisans	Fen Lisesi	26
K17	Erkek	44	Evli	Lisans	Fen Lisesi	16-20
K18	Erkek	25	Evli	Lisans	Fen Lisesi	0-5
K19	Erkek	46	Evli	Lisans	Meslek Lisesi	21-25
K20	Erkek	42	Evli	Lisans	Meslek Lisesi	16-20

Tablo 3.1’deki verilere bakıldığında araştırmada yer alan beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin cinsiyetleri yönünden %70’inin (14) erkek ve %30’unun (6) kadın olduğu görülmektedir. Katılımcıların yaşları incelendiğinde %5’inin (1) 20-30 yaş aralığında, %10’unun (2) 31-40 yaş aralığında, %75’inin (15) 41-50 yaş aralığında ve %10’unun (2) 51-60 yaş aralığında olduğu görülmektedir. Katılımcıların medeni durumlarına bakıldığında ise %90’ının (18) evli ve %10’unun (2) bekâr olduğu anlaşılmaktadır. Araştırmada yer alan

katılımcılar eğitim seviyeleri yönünden incelendiğinde %85'inin (17) lisans mezunu ve %15'inin (3) yüksek lisans mezunu olduğu görülmektedir. Katılımcılar çalıştıkları okul türü yönünden incelendiğinde %50'sinin (10) Meslek Lisesinde, %25'inin (5) Anadolu Lisesinde, %10'unun (2) İmamhatip Lisesinde ve %15'inin (3) Fen Lisesinde çalıştığı görülmektedir. Son olarak katılımcılar kıdem yönünden incelediğinde ise, %5'inin (1) 0-5 yıl aralığında, %5'inin (1) 6-10 yıl aralığında, %10'unun (2) 11-15 yıl aralığında, %35'inin (7) 16-20 yıl aralığında, %30'unun (6) 21-25 yıl aralığında ve %15'inin (3) 26 ve üzeri kıdemlerinin olduğu anlaşılmaktadır.

3.3. Verilerin Toplanması ve Analizi

Veriler araştırmacı tarafından hazırlanan yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılarak elde edilmiştir. Görüşme nitel araştırma yönteminde sık kullanılan bir yöntemdir. Görüşme; insanların algılarını, bakış açılarını, duygularını ve deneyimlerini açığa çıkarmada oldukça güçlü bir yöntemdir (Bogdan ve Biklen, 2022). Yarı yapılandırılmış görüşmelerde sorular önceden hazırlanır. Görüşme esnasında ihtiyaç duyulduğunda katılımcıya ek sorular sorulabilir veya gerekli açıklamalar da bulunulabilir (Yıldım ve Şimşek, 2013). Sosyal olgu ve olayları araştıran bir araştırmacının araştırma öncesi karşısına çıkabilecek tüm olasılıkları bilmesi olanaksızdır bu sebeple araştırma desenini araştırma desenini en ince ayrıntılarına kadar hazırlaması mümkün değildir. Nitel araştırmanın araştırmacıya sağladığı esnek tutum araştırmacının süreç içerisinde araştırmaya eklemeler ve yeni düzenlemeler yapılmasına olanak sağlar. Buna göre araştırma sırasında önceden hiç düşünülmemiş soruların araştırma sürecinde sorulması ve araştırmaya dâhil edilmesi hem mümkün hem de gereklidir (Yıldırım ve Şimşek, 2021).

Görüşmeye dayalı bir araştırmada sorular önceden hazırlandığından literatür taraması yapılarak çalışmanın amacı doğrultusunda soruların yapısı ve içeriği oluşturulmuştur.

Literatür taraması sonrası oluşturulan yarı yapılandırılmış görüşme formunda bulunan soruların anlaşılabilir olduğunu ölçmek için Türkçe ve Beden Eğitimi öğretmenlerine sorular incelenilip soruların anlaşılır olup olmadığının kontrolü sağlanmıştır. İncelemeler sonucunda gerekli düzenlemeler yapılarak görüşme sorularına son hali verilmiştir. Katılımcılarla gerçekleştirilen görüşler sırasında veri kaybını önlemek amacıyla, katılımcılardan izin alınarak görüşmeler kayıt altına alınmış ve daha sonra bu ses kayıtları bilgisayar ortamında yazılı hale dönüştürülmüştür. Yazılı hale dönüştürülen veriler betimsel analiz tekniğine göre irdelenmiştir. Betimsel analiz yaklaşımında önceden belirlenen konunun kodlarla/temalarla

sınırlandırılması sağlanır. Böylece araştırmacı bulgular arasında daha detaylı ilişkilendirmede bulunabilir ve anlamlandırma yapabilir (Özdemir, 2010). Elde edilen veriler temalarla karşılaştırılarak açıklanır ve katılımcının ifade ettiği cevaplardan doğrudan alıntılar yapılarak betimsel analiz tekniği desteklenir (Yıldırım ve Şimşek, 2013). Betimsel analizde amaç araştırmada elde edilmiş bulguları yorumlanmış ve düzenlenmiş bir şekilde okuyucuya sunmaktır. Bu amaçla elde edilen veriler önce sistematik ve açık bir şekilde düzenlenir ve betimlenir. Daha sonrada yapılan bu betimlemeler açıklanarak yorumlanır, neden sonuç ilişkisi kurularak irdelenir ve birtakım sonuçlara ulaşılır (Yıldırım ve Şimşek, 2021).



4. BULGULAR

Araştırmanın bu bölümünde uzaktan eğitim sonrası öğrenci davranışlarına yönelik beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin görüşlerine ilişkin bulgular yer almaktadır. Araştırmada elde edilen veriler, araştırma soruları kapsamında analiz edilmiştir.

4.1. Birinci Görüşme Sorularına İlişkin Bulgular

Araştırmanın birinci sorusu “Davranış kavramının tanımı nedir?” şeklindedir. Elde edilen veriler analiz edildiğinde katılımcıların davranış kavramını; Eylem, Öğrenilmiş bilgileri hayata aktarılması, Kişiyeye özgü özellik, Tepki ve Bireylerin takınmış olduğu rol şeklinde ifade ettikleri bulunmuştur. Katılımcı görüşlerine ilişkin tablo aşağıda gösterilmiştir.

Tablo 4.1. Katılımcıların davranış kavramına ilişkin tanımlamaları

Sıra	Kod	f	%
1	Eylem	12	60
2	Öğrenilmiş bilgilerin hayata aktarılması	3	15
3	Tepki	3	15
4	Kişiyeye özgü özellik	2	10
5	Bireylerin takınmış olduğu rol	1	5
Toplam		20	100

Tablo 4.1’de görüldüğü gibi katılımcıların davranış kavramının tanımına ilişkin algıları, %60 oranında (12) eylem, %15 oranında (3) öğrenilmiş bilgileri hayata aktarılması, %15 oranında (3) tepki, %10 oranında (2) kişiyeye özgü özellik ve %5 oranında (1) bireylerin takınmış olduğu rol şeklinde sıralanmıştır.

4.1.1. Eylem

“Davranış insanın içinde bulunduğu duygu durumuna göre yaptığı dışarıdan gözlemlenen ve gözlemlenemeyen eylem ve hareketler olarak tanımlayabiliriz.”K3.

“Davranış bireylerin doğuştan istedik veya refleksif olarak getirdikleri yaşam boyu değişikliğe, gelişmeye uğrayan ve ortaya konulan eylemlerdir.”K9.

“Davranış bireylerdeki beden dili, mimik hareketleri, tutumlar, konuşması, ses tonu gibi dışardan gözlemlediğimiz her türlü eylemlerdir.”K10.

4.1.2. Öğrenilmiş bilgilerin hayata aktarılması

“Davranış önceden öğrenilmiş bilgilerin eyleme geçirilmesi veya harekete

geçirilmesi olarak tanımlayabilirim.”K5.

“Daha sonradan öğrenilen veya öğrenilmiş bilgilerin hayata geçirilmesi veya dışarıdan gözlemlenebilen eylemlerin tümüdür.”K7.

“Davranış öğrenilen bilgilerin hayata uyarlanması veya çevremizdeki uyarıcılara karşı verdiğimiz tepkilerdir.”K14.

4.1.3. Tepki

“Davranış insanın çevresindeki durumlara karşı oluşturduğu eylemler takındığı tavırlar veya verdiği tepkidir diyebilirim.”K4.

“Davranış kişilerin veya bireylerin belirli olaylar karşısında verdiği tepkidir.”K8.

“Davranış öğrenilen bilgilerin hayata uyarlanması veya çevremizdeki uyarıcılara karşı verdiğimiz tepkilerdir.”K19.

4.1.4. Kişiyeye özgü özellik

“Davranış kişiden kişiye farklılıklar oluşturan ve kişilerde gözlemlediğimiz huy, alışkanlık ve kişiyeye özgü özelliklerdir”K1.

“Bireyin hareketlerinde geliştirilebilen özelliklerdir.”K6.

4.1.5. Takınmış olduğu rol

“Bireyin toplum ve sosyal yaşantısı içerisinde göstermiş olduğu zihinsel, bilişsel ve fiziksel olarak takınmış olduğu roldür.”K2.

4.2. İkinci Görüşme Sorusuna İlişkin Bulgular

Çalışmanın ikinci araştırma sorusu “Değişen öğrenci davranışlarının yansımaları nelerdir?” şeklindedir. Elde edilen veriler analiz edildiğinde katılımcıların değişen öğrenci davranışlarının yansımalarına ilişkin algıları sırasıyla; fiziksel, bilişsel, sosyolojik, psikolojik, beslenme, davranışsal ve öğretmen temaları altında ifade ettikleri bulunmuştur. Bu soruya ilişkin verilen cevaplar aşağıdaki tablolarda (Tablo 4, 5, 6, 7, 8, 9 ve 10) gösterilmiştir.

4.2.1. Fiziksel davranış değişiklikleri

Katılımcılar öğrencilerdeki fiziksel davranış değişikliklerini: Hareketsizlikte artış, Kilo almada artış, Postür (duruş) bozukluğunda artış, Uyku sorununda artış, Çabuk yorulma ve kronik yorgunlukta artış, Göz rahatsızlıklarında artış, Kas kütlesinde azalma ve Yetenek ve beceri kaybında artış şeklinde ifade etmişlerdir. Katılımcıların görüşlerini gösteren

bilgiler aşağıdaki tabloda gösterilmiştir.

Tablo 4.2. Katılımcıların öğrencilerdeki fiziksel tema altındaki değişikliklere yönelik düşünceleri

Sıra	Kod	f	%
1	Hareketsizlikte artış	8	21
2	Kilo almada artış	8	21
3	Postür (duruş) bozukluğunda artış	6	16
4	Uyku sorununda artış	5	13
5	Çabuk yorulma ve kronik yorgunlukta artış	4	11
6	Göz rahatsızlıklarında artış	3	8
7	Kas kütlelerinde azalma	2	5
8	Yetenek ve beceri kaybında artış	2	5
Toplam		38	100

Tablo 4.2’de görüldüğü üzere katılımcıların öğrencilerdeki fiziksel davranış değişikliklerini yönelik görüşleri sırasıyla, %21 oranında (8) hareketsizlikte artış, %21 oranında (8) kilo almada artış, %16 oranında (6) postür (duruş) bozukluğunda artış, %13 oranında (5) uyku sorununda artış, %11 oranında (4) çabuk yorulma ve kronik yorgunlukta artış, %8 oranında (3) göz rahatsızlıklarında artış, %5 oranında (2) kas kütlelerinde azalma ve %5 oranında (2) yetenek ve beceri kaybında artış şeklinde sıralanmıştır.

4.2.1.1. Hareketsizlikte artış

“Önceden derslerde yaptığımız ısınma, koşma ve derse katılım gibi durumlarda istek ve arzularının %70, %80 civarında kaybolmuş olduğunu hareketsizliğin arttığını söyleyebilirim.”K10.

“Hareket etme konusunda çok fazla isteksizlik söz konusu pandemi döneminde dışarıya çıkmak yasak olduğu için evde çok fazla hareket alanı bulamadılar bu da fiziksel olarak olumsuzluk yaşanmasına sebep oldu.”K14.

“Fiziksel açıdan çok tembel ve hareketsiz yaşama alışkın bir genç topluluk oluştu her zaman pasif ve isteksiz olarak derse gelen öğrencilerimiz var çocukların eve kapanması okul ortamından uzaklaşması onları hareketsizliğe itti diyebilirim.”K15.

4.2.1.2. Kilo almada artış

“Uzaktan eğitimle birlikte beslenme alışkanlıkları da değişti aileler daha çok öğrencilerin istedikleri abur cubur gibi kilo yapıcı yiyeceklerle beslenmelerine müsaade ettiler. Bu da öğrencilerde aşırı kilo almalarına neden oldu.”K1.

“Fiziksel açıdan öğrencilerde kilo artışı meydana geldiğini düşünüyorum. Kilolarındaki artışın sebebi uzun dönem evde kaldıklarından, gün boyunca dersin başında olmalarından veya farklı sebeplerden dolayı teknolojiye bağımlı hale gelmeleri nedeniyle bu

süreçte kilo artışı meydana geldi.”K4.

“COVID-19 sonrası gelen öğrencilerimiz kilolu olarak ve vücut yağ oranları artmış olarak geldiler. Her yıl kasım ve mayıs ayı içinde yapmış olduğumuz fiziksel uygunluk testlerinde de yaptığımız ölçümlerin önceki yıldaki ölçümlere kıyasla kilo artışının daha fazla olduğunu gözlemledik.”K7.

4.2.1.3. Postür (duruş) bozukluğunda artış

“Çocuklarda postür (duruş) bozuklukları da oldu. Bu da onların sürekli ekran başında kaldıklarından dolayı hareket edemediklerinden kaynaklandığını düşünüyorum. Örneğin kız öğrencilerle erkek öğrenciler arasında postür benzerliği olmaya başladı hareketsizlikle beraber beslenmedeki problemlerden dolayı bu şekilde de bir artış yaşandığını düşünüyorum.”K3.

“Uzaktan eğitimde fiziksel olarak hareketleri kısıtlandı bilgisayar başında daha fazla vakit harcamaya başladılar, sürekli bilgisayar başında oturmaktan vücutları eğik hale geldi, fiziksel olarak duruş bozuklukları oluştu.”K12.

“Çocukların fiziksel durumlarında postür bozuklukları var. Kamburluk diye adlandırdığımız rahatsızlık çok meydana gelmeye başladı. Bunun sebebinin son dönemlerde bilgisayar başında oturmaktan ve hareketsizlikten kaynaklandığını düşünüyorum.”K13.

4.2.1.4. Uyku sorununda artış

“Çocukların düzenli yaşamları bozulduğundan gece uyanık kalma ve gündüz uyuma gibi davranışlar oldu bu da uyku problemlerine neden oldu. Yaşamsal düzenleri ve rutinleri bozulduğu için bu sorun ortaya çıktı.”K3.

“Pandemi döneminde öğrencilerde gece gündüz birbirine girdiği için uyku bozukluklarının olduğunu düşünüyorum. Bu uyku düzensizliği problemin halen yaşıyoruz biz. Öğrencilerimiz gece ve gündüzü ayarlayamama durumunu halen düzene sokamadılar. COVID-19 böyle bir olumsuzluk getirdi.”K4.

“Uzaktan eğitimde uyku ritimleri bozuldu ve bu süreç halen de devam etmekte. Bu süreçte telefon veya bilgisayar bağımlısı haline de geldiler. Bu bağımlılıkla beraber düzenli dinlenememe gibi bir sorun da ortaya çıktı. Çocuklarda daha sonraki süreçte gece uyku bölünmeleri gece sabaha kadar oturmalar ve gündüz içerisinde de uyuma davranışı göstermeye başladılar.”K5.

4.2.1.5. Çabuk yorulma ve kronik yorgunlukta artış

“Öğrenciler geldiklerinde hareket becerileri azalmıştı bu da dersin işlenişinde

birtakım sıkıntılar yarattı. Öğrencilerin hareket becerileri azaldığı için derslerde ısınma anlamında yapılan koşu hareketlerinde bile zorluk yaşadıklarını çabuk yorulduklarını ve kardiyovasküler sistemleri zayıflamış şekildeydiler.”K1.

“Postür bozukluğuna bağlı olarak öğrencilerde koordinasyon eksikliği de olmaya başladı. Çocuklar belli bir işi yaparken zorlandılar ve yaşam kalitelerinde azalma oldu. Ufak bir merdiven çıkmada bile nefes nefese kalma ısınma koşusunda bile çocuklardan “hocam ben koşamıyorum.” yoruluyorum gibi şikâyetler almaya başladık.”K3.

“Çocuklarda fiziksel olarak kilo artışıyla birlikte nefes daralmaları arttı. Derslerimizde birkaç tur koşturmaya çalıştığımızda öğrenciler nefes nefese kalıyorlar. COVID-19 öncesi yaptırmış olduğumuz faaliyetlerin birçoğunu şimdi öğrencilerimize zor yaptırıyoruz.”K8.

4.2.1.6. Göz rahatsızlıklarında artış

“Ekran başında sürekli kalındığından göz bozukluğu yaşayan öğrencilerimizde artış oldu.”K3.

“Bilgisayar başında sürekli durmalarından kaynaklı göz bozuklukları oluşmaya başladı.”K14.

“Pandemi sonrası gözlük kullanan öğrenci sayısı arttı. Bilgisayar başından hiç ayrılmadılar, oyun oynadılar bu da onlarda fiziksel olarak göz bozukluklarına neden oldu.”K17.

4.2.1.7. Kas kütlelerinde azalma

“Öğrencilerde kas kütlelerinde azalma yağlanma artışı bunun sonucu olarak da vücutta hantallık fiziksel dayanıklılıklarında düşüş olduğunu gördük.”K10.

“Öğrencilerin genel kas gruplarında zayıflama var. Dayanıklılık, esneklik ve kas kuvvetlerini kaybetmişler. O da ister istemez öğrencilerde hareket kısıtlılığına sebep olmaktadır.”K11.

4.2.1.8. Yetenek ve beceri kaybı arttı

“Uzaktan eğitim sadece öğrencileri değil tüm insanları etkileyen bir dönemdi, çocukların hareket alanı kısıtlandıkça hareketsizleştiler, yetenek sorunu ortaya çıktı becerileri azaldı.”K17.

“Fiziksel açıdan olumsuz değişiklikler var. Bunların başında da çocukların eski yeteneklerini kaybetmiş olmaları gelmektedir. Çocuklar çok kötü performans sergiliyorlar. Evde fiziksel aktivite yapamadıkları için yetenek ve beceri düşüklükleri ortaya çıkmış.”K11.

4.2.2. Bilişsel davranış değişiklikleri

Katılımcılar öğrencilerdeki bilişsel davranış değişikliklerini; Akademik başarıda azalma, Becerileri zihinsel tasarlama zorlanma, Hafıza sorunları, Öğrenme kaybı, Dikkat dağınıklığında artış, Sorumluluk bilincinde azalma, Karar vermede zorlanma ve Otokontrol kaybı şeklinde ifade etmişlerdir. Katılımcıların görüşlerini gösteren bilgiler aşağıdaki tabloda gösterilmiştir.

Tablo 4.3. Katılımcıların öğrencilerdeki bilişsel tema altındaki değişikliklere yönelik düşünceleri

Sıra	Kod	f	%
1	Akademik başarıda azalma	7	25
2	Becerileri zihinsel tasarlama zorlanma	5	17
3	Hafıza sorunları	4	14
4	Öğrenme kaybı	4	14
5	Dikkat dağınıklığında artış	3	10
6	Sorumluluk bilincinde azalma	3	10
7	Karar vermede zorlanma	1	5
8	Otokontrol kaybı	1	5
Toplam		28	100

Tablo 4.3’de görüldüğü üzere katılımcıların öğrencilerdeki bilişsel davranış değişikliklerini yönelik görüşleri sırasıyla, %25 oranında (7) akademik başarıda azalma, %17 oranında (5) becerileri zihinsel tasarlama zorlanma, %14 oranında (4) hafıza sorunları, %14 oranında (4) öğrenme kaybı, %10 oranında (3) dikkat dağınıklığında artış, %5 oranında (1) karar vermede zorlanma ve %5 oranında (1) otokontrol kaybı şeklinde sıralanmıştır.

4.2.2.1. Akademik başarıda azalma

“Öğrencilerin akademik başarılarında da kesinlikle bir azalma oldu. 8 sınıftan sınavla liseye geçen öğrenciler belli bir bilgi ile geldiler ancak uzaktan eğitimde 9. Sınıfta olduklarından öğrenciler lise derslerine yabancı oldukları için çoğu konuları öğrenemeden bir üst sınıfa geçtiler. Yüz yüze eğitim başladığında geriye dönük kazanım değerlendirme çalışmaları yaptık bunların sonucunda öğrencilerin özellikle 9. ve 10. sınıftaki öğrencilerin temel konuları öğrenemediklerini gördük.”K5.

“Uzaktan eğitim yüz yüze eğitim kadar verimli değildi. Aynı zamanda derslere katılımda azdı. Bu katılım azlığı çocukların derslerden uzaklaşmasına neden oldu. Bunun sonucunda da akademik başarısızlık yaşandı.”K6.

“Çocukların yılsonu ders başarı ortalamalarına baktığımda okul başarıları çok düşük

çocukların 13-14 tane derslerden başarısız olduklarını görüyoruz, daha önce bir sınıfta 9-10 kişi takdir alabiliyorken şimdi 1-2 kişi alabiliyor. Teşekkür alabilen öğrenci sayısı da aynı şekilde azaldı diyebilirim. Bu da pandemi döneminde öğrencilerin derslerden uzaklaşmalarından kaynaklandı.”K14.

4.2.2.2. Becerileri zihinsel tasarlamada zorlanma

“Beden eğitimi dersi birkaç konuyu içerisine alacak konulara yer vermekte bazı etkinliklerde çocuklar hareketlerde unutkanlık yaşayabiliyorlar özellikle art arda gelen bedensel beceriler ile unutkanlık çok olmaya başladı bu tür koordinasyon gerektiren etkinliklerde çok zorlanıyorlar.”K10.

“Beden eğitimi ve spor dersimde art arda gelen ortak hareketleri birbirine bağlayamıyorlar, çok basit bir hareketi başarmada dahi zorlanıyorlar veya iki hareketi birbirine bağlarken ilk aşamada yapıp ikinci aşamada tekrar unutuyorlar.”K12.

“Sporda pentatlon ve triatlon gibi birbirine bağlı spor dalları vardır çocuklara engelleri tanıtıyorsun daha birinci engeli bitirmeden ikinci engelde ne yapacağını unutuyor. Çocuklarda ileriye dönük düşünme kabiliyetleri azalmış bunu yine pandemi dönemindeki aşırı teknoloji kullanımına bağlıyorum.”K11.

4.2.2.3. Hafıza sorunları

“Öğrenciler bir şeyleri düşünmeden kafa yormadan sürekli olarak internet ortamındaki hazır bilgidен yararlanıyorlar bu da onlarda hafıza sorunlarına neden oluyor. Örneğin onlara bir soru yönelttiğimiz zaman anlamakta zorlanıyorlar, cevap veremiyorlar.”K8.

“Çocuğa maça çıktığında taktik veriyoruz, antrenmanda anlatıyoruz ama maalesef çocuk akıl yürütmeye zorlanıyor, ciddi zorluklar yaşıyoruz yani, algılama zayıfladı.”K16.

“Beyin jimnastiği dediğimiz bir durum var, aynı fiziksel jimnastik gibi şuan çocuklarda beyin jimnastiği dediğimiz durum yok. Nedeni Google girip her bilgiyi orada arıyor. Bu da bilgiyi geri getirme, hatırlama, hafızada tutma gibi bilişsel davranışları engelliyor.”K11.

4.2.2.4. Öğrenme kaybı

“Bilişsel anlamda da öğrencilerin tamamı uzaktan eğitime katılamadılar veya devamsızlık problemi de olmadığından derse katılmadılar döndüklerinde o dönemde kazanılması gereken kazanımların eksik olduğunu gördük öğrencilerde.”K1.

“Pandemi döneminde sınıf tekrarı ve devamsızlık olmaması öğrencilerin dersleri önemsememelerine neden oldu. Bundan dolayı da derslerden uzak durdular. Öğrenciler

derslere düzenli katılmadıkları için öğrenme kaybı yaşandı.”K2.

“Yüz yüze öğrenmeyle, uzaktan eğitim aynı değil. Yüz yüze eğitimde çocuğun öğrenip öğrenmediğini kontrol edebiliyorken ancak uzaktan eğitimde bu gerçekleşmedi. Bilişsel olarak öğrencilerde çok fazla öğrenme kaybı var ve akademik olarak gerileme var.”K13.

4.2.2.5. Dikkat dağınıklığında artış

“Uzaktan eğitimle beraber artan teknoloji bağımlılığı öğrencilerde dikkat dağınıklığına neden oldu. Ders sırasında öğrenciyi toplamak, dikkatini derse çekmek öğretmenler açısından çok zorlaştı.”K4.

“En basit algılanması gereken komutları bile algılamayan öğrencilerimiz mevcut. Geçen dönemden sonra dikkat dağınıklığı, söylenenleri algılayamama veya kendini ifade edememe gibi sorunlar arttı diyebilirim.”K7.

“Öğrenciler uzaktan eğitimi çok ciddiye almadılar bilgi olarak geri kaldılar uzaktan eğitimde bilgisayar ve telefonları kullandıkları için derse dikkatlerini veremediler bilgisayar ortamındaki diğer faktörler dikkatini dağıttı bu da çocuklar da bir süre sonra dikkat dağınıklığına sebep oldu.”K12.

4.2.2.6. Sorumluluk bilincinde azalma

“Öğrenciler okul ortamında davranması gereken davranışları unutmuş olarak geldiler. Öğrencilerin sorumluluk bilinci azalmış halde döndüler ve okula adapte olmada zorlandılar.”K2.

“Öğrenciler uzaktan eğitim döneminde verilen görevleri yapmadıklarından sorumluluk bilinçleri de azaldı okula geldiklerinde de bu davranışlar devam etti. Örneğin uzaktan eğitimde devamsızlık yoktu çocuk yüz yüze eğitim başlayınca da devamsızlık yapmaya, dersleri asmaya devam etti.”K3.

“Pandemiden sonra ders içi ve dışı görevler veriyorum bunları yerine getirmiyorlar, bu da bende ister istemez öğrencilerde sorumluluk bilincinin azaldığını hissettiriyor.”K11.

4.2.2.7. Karar vermede zorlanma

“Öğrenciler kendileri ile ilgili karar vermede zorluk çekiyorlar. Bunun sebebi çocukların COVID-19’dan dolayı evde kalmaları ve teknolojiye bağımlı hale gelerek bilgiyi sürekli hazır halde elde etmelerinden kaynaklanıyor. Bu süreç öğrencilerin karar verme durumlarını da olumsuz etkilemiştir.”K19.

4.2.2.8. Otokontrol kaybı

“Uzaktan eğitimde öğrencilerin kontrolü öğretmenler açısından zorlaşmaya başladı.

Öğretmenin etkisi azaldı. Uzaktan eğitimin dezavantajından dolayı öğrencinin derse katılıp katılmadığından emin olunamadı, öğrencinin takibi yapılamadı. Çocuğun üzerindeki kontrol mekanizması azaldığı için de çocuktaki oto kontrolde git gide azaldı.”K5.

4.2.3. Sosyolojik davranış değişiklikleri

Katılımcılar öğrencilerdeki sosyolojik davranış değişikliklerini; Bireyselleşmede artış, Empati eksikliği ve bencillikte artış, İletişim sorunları ve Sosyal bozulma şeklinde ifade etmişlerdir. Katılımcıların görüşlerini gösteren bilgiler aşağıdaki tabloda gösterilmiştir.

Tablo 4.4. Katılımcıların öğrencilerdeki sosyolojik tema altındaki değişikliklere yönelik düşünceleri

Sıra	Kod	f	%
1	Bireyselleşmede artış	10	39
2	Empati eksikliği ve bencillikte artış	8	31
3	İletişim sorunları	4	15
4	Sosyal bozulma	4	15
Toplam		26	100

Tablo 4.4’de görüldüğü üzere katılımcıların öğrencilerdeki sosyolojik davranış değişikliklerini yönelik görüşleri sırasıyla, %39 oranında (10) bireyselleşmede artış, %31 oranında (8) empati eksikliği ve bencillikte artış, %15 oranında (4) iletişim sorunları ve %15 oranında (4) sosyal bozulma şeklinde sıralanmıştır.

4.2.3.1. Bireyselleşmede artış

“COVID-19 dönemi öğrencilerin davranışlarında kalıcı etkiler bırakan bir dönem oldu. Öğrenciler iki yıla yakın bir zaman evlerindeydiler ve bu zaman zarfı içinde yüz yüze eğitim olmadığından öğrenciler arkadaşlarından ve öğretmenlerinden uzak kaldılar ve öğrenciler yüz yüze eğitim başladığında bıraktığımız gibi değillerdi. COVID-19 sürecinin sonunda öğrenciler daha çekingen ve daha içine kapanık daha bireyselleşmiş bir öğrenci grubuyla karşılaştık.”K1.

“Yüz yüze eğitimde çocuk okula geldiği zaman arkadaşlarıyla sohbet ediyordu birlikte hareket ediyordu böylece duygularını paylaşıyordu. Uzaktan eğitimde bunlardan mahrum kaldı. Bana göre uzaktan eğitimde çocuklarda en büyük değişiklik yalnızlaşma duygusunda oldu buna bağlı olarak çocuklar bireyselleşti.”K3.

“Öğrencilerde bireyselleşme var, empati duyguları eksik.” Öğrenciler hep bana hep bana.” diyorlar. Kendini karşısındakinin yerine hiç koyma yok. Her şey kendi arzularınca olsun istiyorlar.”K15.

4.2.3.2. Empati eksikliği ve bencillikte artış

“Öğrencilerin empati eksikliği ve acıma duyguları kayboldu. Yine bir örnek verecek olursak: İki üç çocuğun bir araya gelip bir arkadaşına şiddet uyguladığını haberlerden öğrendik. Bu durum akran zorbalığına da neden oluyor.”K3.

“Yeni nesil empati kuramıyor karşısındakinin ne yaptığının onun için bir önemi yok daha çok kendini düşünüyor, bencil davranıyor, okuldan hep uzak kaldıklarında böyle oluyor.”K12.

“Çocuklar sınıf ortamında olmadığı için bir a sosyallik oluştu. Sonra bencillik paylaşım duygusunda azalma gibi davranışlarla azalma yaşandı.”K13.

4.2.3.3. İletişim sorunları

“İnsan, bildiğimiz gibi sosyal bir varlık. Gelişmesi için konuşmaya ve iletişime ihtiyacı var. Ama pandemi döneminde maalesef insanlar arasındaki ilişkiler koptuğu için iletişimimiz azaldı.”K7.

“Aynı oda içerisinde olup birbirleri arasında iletişim kurmayan aileler var. Herkesin elinde telefon, sosyal medya ile vakit geçiriyor. Çocuklar okula geldiklerinde aynı şekilde devam etmek istediler ortaya bir iletişim sorun ortaya çıktı.”K17.

“Pandemi dönüşü yaptığımız ilk veli toplantısında, velilerimizin şikâyetçi olduğu konu “Hocam biz çocuklarla iletişim kuramıyoruz, söylediklerimize ters cevaplar veriyorlar.” dediklerine şahit olduk.”K11.

4.2.3.4. Sosyal bozulma

“Son yıllarda çocuklara insani ve ahlaki değerleri öğretmede sıkıntılar yaşıyoruz. Genelde hep öğretim kısmıyla ilgileniyoruz akademik başarıya yöneliyoruz burada bizlerinde eksikliği olabilir. Bunun sonucu olarak ta insani ve ahlaki değerler kayboldu.”K3.

“Geçmiş dönemde sıkı arkadaşlıklar vardı. Şimdiki öğrenciler bir araya gelip ortaklaşa bir şey yapamıyorlar ve bayram günleri bile akrabalara gidip ziyaret etmek istemiyorlar. O eski gelenek ve adetler kaybolmuş bozulmuş durumda.”K17.

“Benmerkezcilik, ahlaki bozulma ve vicdan kaybı ister istemez çocuklarda sevgi ve saygı sorununu da ortaya çıkardı. Ailenin, öğretmenin, arkadaşın, kardeşin ne olduğu önemli değil. Kişi kendisi nasıl rahatsa öyle davranıyor.”K11.

4.2.4. Psikolojik davranış değişiklikleri

Katılımcılar öğrencilerdeki psikolojik davranış değişikliklerini; Aşırı kaygı ya da

korku duyma, Öfke ve kızgınlık yaşama, Psikolojik takıntıda artış ve Anksiyete bozukluğu şeklinde ifade etmişlerdir. Katılımcıların görüşlerini gösteren bilgiler aşağıdaki tabloda gösterilmiştir.

Tablo 4.5. Katılımcıların öğrencilerdeki psikolojik tema altındaki değişikliklere yönelik düşünceleri

Sıra	Kod	f	%
1	Aşırı korku ve kaygı da artış	6	50
2	Öfke ve kızgınlık yaşama	3	25
3	Psikolojik takıntıda artış	2	16
4	Anksiyete bozukluğu	1	9
Toplam		12	100

Tablo 4.5’de görüldüğü üzere katılımcıların öğrencilerdeki psikolojik davranış değişikliklerini yönelik görüşleri sırasıyla, %50 oranında (6) aşırı kaygı ve korkuda artış, %25 oranında (3) öfke ve kızgınlık yaşama, %16 oranında (2) psikolojik takıntıda artış ve %9 oranında (1) anksiyete bozukluğu şeklinde sıralanmıştır.

4.2.4.1. Aşırı korku ve kaygı da artış

“O dönemde endişe korku ve kaygı davranışlarında artış yaşandı. Hastalığa yakalanma yakınlarını kaybetme ve ölüm korkusu gibi düşünceler öğrencilerde korku ve endişe durumlarının artmasına neden oldu.”K7.

“Öğrencilerimiz yakınlarında olan olumsuz olaylardan etkilendiler. Bu dönemde bazı öğrencilerimizden yakınlarını kaybeden oldu, hastalığa yakalanma korkuları arttı. Gelecek kaygısı taşımaya başladılar. Akılları hep yaşadıkları olumsuz süreçte, acaba tekrardan aynı süreçleri yaşar mıyım endişesi taşıyorlar.”K8.

“Devamlı olarak evde kalmalarından dolayı kaygı durumları arttı çünkü ne olacağını bilmiyorlar. İleriki yaşamları ve gelecekleri için kaygılanan öğrencilerimiz oldu.”K13.

4.2.4.2. Öfke ve kızgınlık yaşama

“Ben bu dönemden sonra agresiflik te gözlemledim öğrencilerde. Hem arkadaşlarına karşı hem de öğretmenlerine karşı çok agresifler. Öğrencilerin sürekli evde olması, sürekli aynı şeyleri yapmaları ve biriken enerjilerini atamamaları, bir bıkkınlığa neden olurken sinirlenme ve agresif olma gibi davranışları arttırdı.”K9.

“Öğrenciler karşılaştıkları sorunlar karşısında yalnız kalmayı tercih ediyorlar, odalarına kapanıyorlar veya da kendilerine zarar veriyorlar, çok asabieleşiyorlar, agresifler duvarları yumrukladıkları oluyor.”K14.

“Pandemi dönüşü yaptığımız ilk veli toplantısında velilerimizin şikâyetçi olduğu konu

“Hocam biz çocuklarla iletişim kuramıyoruz, söylediklerimize ters cevaplar veriyorlar.” dediklerine şahit olduk.”K11.

4.2.4.3. Psikolojik takıntıda artış

“Pandemiyle birlikte bir şeye dokunamama, dokunduğu zaman sürekli el yıkama gibi obsesif ve kompulsif takıntılar gelişti.”K7.

“Takıntıların arttığını da söyleyebilirim. Pandeminin etkisinin azalmış olmasına rağmen halen maskeyi takan öğrenciler mevcut.”K20.

4.2.4.4. Anksiyete bozukluğu

“Çocuklarda uzaktan eğitim sonrası COVID-19’un vermiş olduğu korku, endişe, kaygı gibi psikolojik durumlarını olumsuz etkilemiş, çünkü çocukların davranışları birbirini tutmuyor anlık sinirli veya dengesizce tavırlar sergiliyorlar.”K19.

4.2.5. Beslenme yönünden davranış değişiklikleri

Katılımcılar öğrencilerdeki beslenmedeki davranış değişikliklerini; Hazır ve yağlı gıdalar tüketme, Öğün atlama, Bağışıklıkta zayıflama ve Mide ve sindirim sorunları şeklinde ifade etmişlerdir. Katılımcıların görüşlerini gösteren bilgiler aşağıdaki tabloda gösterilmiştir.

Tablo 4.6. Katılımcıların öğrencilerdeki beslenme teması altındaki değişikliklere yönelik düşünceleri

Sıra	Kod	f	%
1	Hazır ve yağlı gıdalar tüketme	4	45
2	Öğün atlama	3	33
3	Bağışıklıkta zayıflama	1	11
4	Mide ve sindirim sorunları	1	11
Toplam		9	100

Tablo 4.6’da görüldüğü üzere katılımcıların öğrencilerdeki beslenmeye yönelik davranış değişikliklerine ilişkin görüşleri sırasıyla, %45 oranında (4) hazır ve yağlı gıdalar tüketme, %33 oranında (3) öğün atlama, %11 oranında (1) bağışıklıkta zayıflama ve %11 oranında (1) mide ve sindirim sorunları şeklinde sıralanmıştır.

4.2.5.1. Hazır ve yağlı gıdalar tüketme

“Öğrenci bilgisayar başında daha çok fastfood türü yiyecek yemek istiyor, aile içinde düzenli yemek yemekten daha ziyade ekranın başında yeme alışkanlığı arttı diyebilirim.”K4.

“Öğrenciler hazır gıdaya daha fazla yönelmeye başladılar, ev yemeklerine fazla tercih

etmiyorlar. Ekmek arası tavuk döner, hamburger, cips ve pizza gibi yiyecekleri daha çok tercih ediyorlar. Onun için bu şekilde beslenmelerinin sonucunu da derslerde görüyoruz.”K8.

“Kahvaltı yapmadan, cips yiyen, kola içen çocuklar var. Bunun dışında fastfood ve yağlı yiyecek tüketimi de çok fazla. Tüm bunlara istinaden dengeli beslendiklerini düşünmüyorum.”K14.

4.2.5.2. Öğün atlama

“Beslenme açısından çocuklar okula giderken düzenli bir beslenme alışkanlıkları vardı. Örneğin sabah kalkıp belirli bir saatte kahvaltısını, öğle saatinde öğle yemeğini, akşam saati akşam yemeğini yiyordu ama okul olmadığı zaman uyku düzenindeki bozulmaya bağlı olarak ister istemez bu düzen de bozuldu.”K3.

“Beslenme ile ilgili olarak diğer bir olumsuzluk da öğün atlama davranışı çok fazla. Çocuk her şeyi alelacele ayakta tüketiyor. Öğün vaktini gözetmeden beslenme ihtiyacını karşılıyor.”K14.

“Özellikle derslerimde sağlıklı beslenmeleri için en çok dikkat ettiğim konu kahvaltı. Kesinlikle kahvaltı alışkanlıkları yok, çok seçiciler, sadece patatesle beslenen öğrencilerimiz var.”K15.

4.2.5.3. Bağışıklıkta zayıflama

“Dersin başında çocuklara “Rahatsız olan var mı?” diye sorduğumuzda 35 kişilik sınıfın 20 kişisi rahatsız olduğunu, katılmak istemediğini belirtiyor. Çocukların beslenmeleri iyi olmadığından bağışıklık sistemlerinin azaldığını da söyleyebilirim. Çok çabuk rahatsızlanıyorlar.”K14.

4.2.5.4. Mide ve sindirim sorunları

“Hareketsiz yaşama bağlı olarak, yediklerini sağlıklı olarak sindiremedikleri için mide problemleri ortaya çıkmıştır. COVID-19 sonrası okula dönen öğrencilerin genel olarak mide problemlerinden şikâyetleri arttı.”K19.

4.2.6. Davranışsal yönden değişiklikler

Katılımcılar öğrencilerdeki davranışsal yönden değişiklikleri; Küfürlü ve argo konuşma da artış, Teknoloji bağımlılığında artış, Okul ve sınıf kurallarını uymama, Şiddet eğiliminde artış, Öğretmenlere ve arkadaşlarına kaba ve saygısızca davranmak, Okulu önemsememe, Okul devamsızlığında artış, Aşırı yalan söyleme, Akran zorbalığında artış,

Madde kullanımında artış ve Lakap takma şeklinde ifade etmişlerdir. Katılımcıların görüşlerini gösteren bilgiler aşağıdaki tabloda gösterilmiştir.

Tablo 4.7. Katılımcıların öğrencilerdeki davranışsal tema altındaki değişikliklere yönelik düşünceleri

Sıra	Kod	f	%
1	Küfür ve argo konuşmada artış	6	17
2	Teknoloji bağımlılığında artış	6	17
3	Okul ve sınıf kurallarını uymama	6	17
4	Şiddet eğiliminde artış	5	13
5	Öğretmenlere ve arkadaşlarına saygısızca davranma	4	11
6	Okulu önemsememe	3	8
7	Okul devamsızlığında artış	2	5
8	Aşırı yalan söyleme	1	3
9	Akran zorbalığında artış	1	3
10	Madde kullanımında artış	1	3
11	Lakap takma	1	3
Toplam		36	100

Tablo 4.7’de görüldüğü üzere katılımcıların öğrencilerdeki davranışsal yönden değişikliklere ilişkin görüşleri sırasıyla, %17 oranında (6) küfür ve argo konuşmada artış, %17 oranında (6) teknoloji bağımlılığında artış, %17 oranında (6) okul ve sınıf kurallarına uymama, %13 oranında (5) şiddet eğiliminde artış, %11 oranında (4) öğretmenlerine ve arkadaşlarına saygısızca davranma, %8 oranında (3) okulu önemsememe, %5 oranında (2) okul devamsızlığında artış, %3 oranında (1) aşırı yalan söyleme, %3 oranında (1) akran zorbalığında artış, %3 oranında (1) madde kullanımında artış ve %3 oranında (1) lakap takma şeklinde sıralanmıştır.

4.2.6.1. Küfür ve argo konuşmada artış

“Sosyal ahlak ve davranış kurallarında azalma yaşandı, seçtikleri kelimelerde ve beden dillerinde anormal farklılıklar başladı argo konuşma, üslup bozuklukları..”K2.

“Öğrencilerde sosyal bozulmanın da yaşandığını düşünüyorum. En başta üslup değişikliği söz konusu. Öğretmenin yanında küfür ve argo konuşabiliyor, oturma kalkanlarında bile uygunsuzluk var. Bunu bir de rahatça yapabiliyor.”K4.

“Çocukların kendileri arasındaki iletişim de kaba ve argo konuşuyorlar. Okulda, koridorlarda ve öğretmenlerin yanında dahi öğrenciye yakışmayan bir üslupları var.”K14.

4.2.6.2. Teknoloji bağımlılığında artış

“Uzaktan eğitimde bağımlılık davranışları da arttı. Bu süreçte öğrenciler telefon ve

bilgisayar bağımlısı haline geldiler. Bu bağımlılıkla beraber düzenli dinlenememe gibi bir sorun da ortaya çıktı.”K5.

“Çocukların eve kapanması eğitimlerin sürekli teknolojik cihazlarla yapılması bir süre sonra farklı etkinlikleri yapmaya yöneltti. En çok online oyun bağımlılığı bu dönemde arttı.”K7.

“Kızımı örnek vererek söylüyorum uzaktan eğitim öncesi telefonu pek kullanmazdı; ancak şimdi telefonu elinden düşürmüyor. Bu anlamda uzaktan eğitim, çocukların teknoloji bağımlılıklarını da arttırdı.”K12.

4.2.6.3. Okul ve sınıf kurallarını uymama

“Çocuklar uzaktan eğitimde ekran karşısına alıştığı için, tekrardan yüz yüze eğitime geldikleri zaman sınıf kurallarına uymada sıkıntılar yaşandı. Evinde bireyseldi, tek başınaydı; ama sınıfta birlikte hareket edilmesi gerektiğini unuttular.”K3.

“Uzaktan eğitim süreci öğrenciler için rahat bir eğitim öğretim ortamıydı. Uzaktan eğitimde devam devamsızlık yoktu, sınıfta kalma yoktu bu da onların okullar başladığında okul kurallarına uymada zorluk yaşamalarına sebep oldu.”K9.

“Çocuklar sürekli evde kaldılar. Eğitim de evde oldu, pandemi nedeniyle. Böyle olunca aile ve okul kurumu birbirine karıştı. Okula döndüklerinde ise bu kurumları ayırt etmekte sıkıntı yaşadılar.”K16.

4.2.6.4. Şiddet eğiliminde artış

“Şiddet eğiliminde bulunma davranışında artış yaşandı. Kendilerini ifade etmede şiddeti kullanan öğrenciler oldu. Çok ufak meselelerde bile birbirlerine karşı tahammülleri azaldığından, fiziksel şiddete başvurdular.”K2.

“Oyun içinde kazanma ve kaybetme davranışlarında sorunlar var. Mesela kaybettğinde aşırı hırslanma oluyor, sıradan bir oyun sonrası bile kendisine veya arkadaşına kızıp şiddet uygulayabiliyor.”K7.

“Öğrencilerin akran gruplarında olsun veya toplum içinde olsun vicdani duygularda ve ahlaki duygularda bir kayıp olduğu aşikâr. Okullarda yaşanan istenmedik olayları görüyoruz veya duyuyoruz. Örneğin: üç dört öğrencinin birleşip bir öğrenciye saldırması, şiddet uygulaması son dönemde fazlaca ortaya çıkmaya başladı.”K11.

4.2.6.5. Öğretmenlere ve arkadaşlarına saygısızca davranma

“Bu süreçten sonra öğrenci ve öğretmen arsında iletişim sorunları yaşandı. Öğrenciler artık öğretmenlerine eskisi gibi saygılı olma ihtiyacı duymuyor. Yanlış

yaptığının, saygısız davrandığının ya da kaba davrandığının bile farkında olmayabiliyor. Bunun yanında sadece konuşma değil tavır olarak ta COVID-19 döneminden sonra hem davranış hem de iletişim anlamında da problemler ortaya çıktı.”K4.

“Yüz yüze eğitim başladığında öğrencilerin öğretmenleriyle konuşmayı, hitap etmeyi unuttukları mesafeyi koruyamadıklarını söyleyebilirim.”K12.

“Öğrenciler öğretmenlerine, evde anne babasına davrandığı gibi davranmaya başladılar. Bacak bacak üstüne atma, sakız çiğneme veya uzanarak yatma gibi davranışlar gösteriyorlar.”K16.

4.2.6.6. Okulu önemsememe

“Dersleri önemsememe okulu önemsememe gibi davranışlar ortaya çıktı. Bunun somut örneğini medyaya yansıyan haberlerden görebiliyoruz. En son haberlere yansıyan olayda çocuk karneyi alıyor ve öğretmenin yanında karnesini yırtıyor. Bu da dersleri ve okulu önemsemediklerinin somut örneğidir.”K3.

“Okulu önemsememe de arttı son yıllarda. Okulun ileriki hayatı tesis etmesinde çok büyük bir rolünün olmadığını veya kendilerine okulun pek bir şey katacağını düşünmüyorlar. Örnek verecek olursak insanlar ekran başında bir makyaj yapıyor, şarkı söylüyor veya video çekiyor, beğeni geldiğinde yüklü miktarlarda para kazanabiliyor. Onlar da bunu görüp bu şekilde düşünüyorlar.”K4.

“Uzaktan eğitim sürecinde okul ortamından genel bir soğuma oldu. Derslere katılmama okula gelmeme sabah derslere geç kalma davranışları arttı. Bu da pandemi dönemindeki ev rahatlığına alışmalarından kaynaklandı. Yüz yüze eğitime geçince de sıkıntı yaşamaya başladılar.”K6

4.2.6.7. Okul devamsızlığında artış

“Öğrenciler uzaktan eğitimde sosyallikten uzaklaştıkları için toplu yaşama geçtiklerinde birbirleriyle sorunlar yaşamaya başladılar. Sosyal olarak birbirleriyle geçinemediler. Birbirlerinin davranışlarından rahatsızlık arttı birbirlerini sürekli şikâyet etmeye başladılar. Yaşadığı sorunlar çocuğu okuldan da uzaklaştırdı. Bu da devamsızlık sorununu getirdi. Bazı öğrencilerimizin devamsızlıkları artınca velisini arayarak okula zorla getirdiğimiz öğrencilerimiz de oldu.”K5.

“Geçen iki yıllık sürede öğrenciler bir düzen ortamından uzak kaldığından derste bunalım yaşamaya başladılar, devamsızlık yaptılar, başım ağrıyor ve kendimi iyi hissetmiyorum gibi farklı mazeretler uydurarak izin almaya çalıştılar.”K11.

4.2.6.8. Aşırı yalan söyleme

“Öğrencilerde yalan konuşma davranışı da artmış durumda. Rahat bir şekilde yalan söyleyebiliyorlar. Çocuklar her şeyin kendi istedikleri gibi olması için rahat rahat yalana başvurabiliyorlar.”K14.

4.2.6.9. Akran zorbalığında artış

“Bireysellik ve bencillik aynı zamanda birbirlerine zarar verme davranışını da artırdı diyebilirim. Sosyal medya üzerinden birbirlerini zor duruma sokacak video veya görsellerle arkadaşımı nasıl zor duruma sokarım, mahcup ederim, gayreti içerisinde ve bundan da hiç pişmanlık duymuyorlar. Bu durumu akran zorbalığı olarak görmüyorlar; ama akran zorbalığı yapıyorlar bence.”K12.

4.2.6.10. Madde kullanımında artış

“Pandemi döneminde bağımlılıkta da bir artış gördük özellikle sigara içen öğrencilerin sayısında bir artış var. Muhtemelen bu da pandeminin verdiği stres, yalnızlık, gibi sıkıntılardan dolayı sigara içen öğrencilerde artış oldu.”K6.

4.2.6.11. Lakap takma

“Üslup olarak ta bozulmalar var. Annesine, babasına, arkadaşına, kimse kimseye ismiyle hitap etmiyor. Genelde takma bir isim veya argo bir isim kullanıyorlar.”K12.

4.2.7. Değişen öğrenci davranışlarının öğretmenlere yansması

Katılımcılar öğrencilerdeki davranış değişimlerinin öğretmenlere yansması yönündeki düşünceleri; Motivasyon kaybı, Enerji ve zaman kaybına neden olma, Sınıf içinde kazalara ve yaralanmalara neden olma, Dikkat dağınıklığına sebebiyet verme ve Öğretmen otoritesini etkilemekte şeklinde ifade etmişlerdir. Katılımcıların görüşlerini gösteren bilgiler aşağıdaki tabloda gösterilmiştir.

Tablo 4.8. Katılımcıların öğrencilerdeki davranış değişimlerinin öğretmenlere yansması teması altındaki düşünceleri

Sıra	Kod	f	%
1	Motivasyon kaybı	5	50
2	Enerji ve zaman kaybına neden olma	2	20
3	Sınıf içinde kazalara ve yaralanmalara neden olma	1	10
4	Dikkat dağınıklığına sebebiyet verme	1	10
5	Öğretmen otoritesini etkilemekte	1	10
Toplam		10	100

Tablo 4.8’de görüldüğü üzere katılımcıların öğrencilerdeki davranış değişimlerinin öğretmenlere yansımaları altındaki görüşleri sırasıyla, %50 oranında (5) motivasyon kaybı, %20 oranında (2) enerji ve zaman kaybına neden olma, %10 oranında (1) sınıf içi kazalara ve yaralanmalara neden olma, %10 oranında (1) dikkat dağınıklığına sebebiyet verme ve %10 oranında (1) öğretmen otoritesini etkilemekte şeklinde sıralanmıştır.

4.2.7.1. Motivasyon kaybı

“Öğrencilerde derse katılmama pasif olma durumları arttı. Özellikle bu durum beden eğitimi derslerinde daha fazla sorun oluşturmakta. Onların olumsuz davranışları sınıftaki diğer öğrencilerin ve bizlerinde motivasyonunu da olumsuz etkiliyor.”K4.

“Öğretmen olarak beden eğitimi spor dersinin başlangıcında dersin konusunu ve rahatsız olup olmayan varmı diye soruyoruz. COVID-19 öncesi tek tük öğrenci rahatsız olduğunu belirtirken şimdi en az on iki kişi rahatsız olduğunu belirtiyor. Bir şeyde diyemiyorum bu da bizi olumsuz olarak etkiliyor. Katılan öğrencilerin fiziksel olarak beceri olarak geri olduklarını görünce bunun yanında istenmeyen öğrenci davranışları da birleşince öğretmende isteksizlik, huzursuzluk ve işten tat alamama gibi durumlar ortaya çıkıyor.”K10.

“Derslerimizde birkaç hareket yaptırmaya çalışıyoruz. Daha ders başlamadan “Yapmak istemiyorum yoruldum.” serzenişleriyle karşılaşılıyor. Bu da hareket yapmak isteyen öğrencilerin yalnız kalmasına sebebiyet veriyor ve öğrencilerimizin motivasyonunu düşürüyor.”K13.

4.2.7.2. Enerji ve zaman kaybına neden olma

“Sınıf içinde gezinmeler konuşmalar olmaya başladı, bu da öğretmenin aşırı sesini yükseltmesine, kendini zorlamasına, yorgunluğa neden oluyor, zihinsel olarak da yoruyor aynı zamanda.”K5.

“Öğretmenler olarak istenmeyen öğrenci davranışlarına zaman ayırdığımızda diğer öğrencilerimize zaman ayıramıyoruz.”K8.

4.2.7.3. Sınıf içinde kazalara ve yaralanmalara neden olma

“Öğrencilerin sınıf içi olumsuz davranışları kazalara neden olmaktadır. Sınıftaki öğrencilerin güvenliğini etkilemektedir.”K18.

4.2.7.4. Dikkat dağınıklığına sebebiyet verme

“Sınıf içinde oluşan olumsuz davranışlar çocukların derse odaklanmalarını

engellemekte dikkat dağınıklığına sebep olmaktadır.”K18.

4.2.7.5. Öğretmen otoritesini etkilemekte

“Öğrencilerin olumsuz davranışları sınıftaki diğer öğrencilerin ve bizlerin de motivasyonunu olumsuz etkiliyor. Sonra bu olumsuz davranış sınıftaki diğer öğrencilere de yansıyor bir genelleme davranışı ortaya çıkabiliyor. Bu da öğretmenin otoritesini sarsıyor ve bu süreçte bunun arttığını söyleyebilirim.”K4.

4.3. Üçüncü Görüşme Sorusuna İlişkin Bulgular

Çalışmanın üçüncü araştırma sorusu “Değişen öğrenci davranışlarının istendik yönde olması için neler yapılmalıdır?” şeklindedir. Elde edilen veriler analiz edildiğinde katılımcıların değişen öğrenci davranışlarının üstesinden gelmek için sırasıyla; fiziksel, bilişsel, sosyolojik, psikolojik, beslenme, davranışsal ve öğretmen temaları altında olası çözüm önerilerini sıralamışlardır. Bu soruya ilişkin verilen cevaplar aşağıdaki tablolarda (Tablo 11, 12, 13, 14, 15, 16 ve 17) gösterilmiştir.

4.3.1. Fiziksel davranış değişikliklerine yönelik çözüm önerileri

Katılımcılar öğrencilerdeki fiziksel davranış değişikliklerine yönelik çözüm önerilerini; Okul spor faaliyetleri arttırılmalı, Her çocuğun mutlaka bir spor dalına yönlendirilmesi, Oyunla eğitime yer verilmeli, Bireysel planlamalar yapılmalı, Yaşam boyu fiziksel aktivite yapma alışkanlığı kazandırılmalı ve Ev ortamında yapılacak egzersiz becerileri kazandırılmalı şeklinde ifade etmişlerdir. Katılımcıların görüşlerini gösteren bilgiler aşağıdaki tabloda gösterilmiştir.

Tablo 4.9. Katılımcıların öğrencilerdeki fiziksel davranış değişikliklere yönelik çözüm önerileri

Sıra	Kod	f	%
1	Okul spor faaliyetleri arttırılmalı	6	24
2	Her çocuğun mutlaka bir spor dalına yönlendirilmesi	6	24
3	Oyunla eğitime yer verilmeli	5	20
4	Bireysel planlamalar yapılmalı	3	12
5	Yaşam boyu fiziksel aktivite yapma alışkanlığı kazandırılmalı	3	12
6	Ev ortamında yapılacak egzersiz becerileri kazandırılmalı	2	8
Toplam		25	100

Tablo 4.9’da görüldüğü üzere katılımcıların öğrencilerdeki fiziksel davranış değişikliklerini yönelik çözüm önerileri sırasıyla, %24 oranında (6) okul spor faaliyetleri arttırılmalı, %24 oranında (6) her çocuğun mutlaka bir spor dalına yönlendirilmesi, %20 oranında (5) oyunla eğitime yer verilmeli, %12 oranında (3) bireysel planlamalar yapılmalı, %12 oranında (3) yaşam boyu fiziksel aktivite yapma alışkanlığı kazandırılmalı ve %8 oranında (2) ev ortamında yapılacak egzersiz becerileri kazandırılmalı şeklinde sıralanmıştır.

4.3.1.1. Okul spor faaliyetleri arttırılmalı

“Çalışmış olduğum daha önceki bir bölgede suça karışmış veya bağımlılık yapan maddeleri kullanan öğrencilerimiz vardı. Biz öğrencilerimiz kazanabilmek için okul takımı kurduk. Okul takımıyla başarılar elde edilince çocuklarda büyük değişimler yaşandı çocuklarda bir özgüven oluştu. Okuldaki öğretmenlerin ve ailelerin çocuklara bakış açısı değişti. Bu örnekten yola çıkarak sporun olumsuz davranışları yenmede çok iyi bir uğraş olduğu bir kez daha ortaya çıkmış oldu diyebilirim.”K7.

“Çocukların rehabilite edilebilmesi için sporun iyileştirici gücünden fazlaca yararlanılması gerekiyor. Okullarda yapılan spor organizasyon sayısı çok az çocuk bir yıl içerisinde ancak 3 veya 4 maç oynuyor, başka da spor organizasyonuna katılmıyor. Bunun böyle olmaması gerek. Yıl boyu süren turnuvalar organizasyonlar düzenlenmeli, planlanmalıdır.”K10.

“Bazı okullarda takım sporları hiç kurulmuyor. Burada amaç çocukların veya okulun başarı kazanması olmamalıdır. Okul spor takımları; öğrenciyi sosyalleştirmek, kendine güven duygusunu sağlamak, bireysellikten kurtarmak amacıyla kurulmalıdır.”K19.

4.3.1.2. Her çocuğun mutlaka bir spor dalına yönlendirilmesi

“Öğrencilerde COVID-19 sonrası oluşan fiziksel görünüm bozukluğunu ve fiziksel yetersizliği gidermek için düzenli ve sürekli olarak spor yapmalarının gerekli olduğunu düşünüyorum. Öğrenciler düzenli ve sürekli spor yaptıklarında, kendilerindeki fiziksel gelişmeyi gördüklerinde hem fiziksel olarak hem de kendilerine özgüven anlamında derse ve hayata motive olacaklardır. Bunun için özellikle her bireyin bir bireysel sporla veya takım sporuyla uğraşması gerektiğini düşünüyorum.”K4.

“Çocukluk döneminden itibaren onları jimnastik, yüzme vb. sporlara yönlendirerek altı yedi yaşından itibaren spor kültürünü kazandırabiliriz. Ailelerin ve öğretmenlerin çocukları çok erken yaştan itibaren spora yönlendirmesi gerekmektedir. Küçük yaştan itibaren kazanılan spor kültürüyle birlikte zorluklarla mücadele edebilme yeterlilikleride

artmış olacaktır.”K5.

“Çocukların spora yönlendirilmesi lazım. Spor; çocukların zihinsel, fiziksel, bilişsel her türlü yönden etki etmektedir. Spor yapan insanın vücudu mutluluk hormonu salgılar ve kişi kendini daha iyi hisseder. Bu yüzden insanların spora yönlendirilmesi gerekir. Özellikle postür bozukluklarını önlemek için çocukları yüzme jimnastik, fitnes ve plates gibi sporlara yönlendirebiliriz.”K13.

4.3.1.3. Oyunla eğitime yer verilmeli

“Bizim oyunun iyileştirici gücünü kullanarak, çocuğu her anlamda geliştirmek için olumsuz durumlardan sonra oyun etkinliklerinden çok daha fazla yararlanmamız gerekir.”K7.

“Bu tür durumlarda öğrencilerin katılabileceği daha fazla oyun etkinliklerini ve sportif etkinliklere yer verdiğimiz zaman öğrencilerdeki olumsuz davranışların azaltılması anlamında faydalı olacağını düşünüyorum.”K8.

“Oyunla öğretim yapılabilir. Çocukların keyif alarak eğlenmelerini, bireyselleşmeden uzaklaşmalarını en önemlisi de hareketsizliklerini azaltabiliriz.”K9.

4.3.1.4. Bireysel planlamalar yapılmalı

“Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin özellikle COVID-19 sonrası çocukları derse çekebilmek için bireysel planlamalar yapmalı ve çocukların derste aktif olacağı yöntemler seçmelidir.”K7.

“Sınıflarımızda hepsi birbirinden farklı 25-30 tane çocuğumuz var hepsinin gelişimi ve karakteri çok farklı çocukların iyi yönlerini ön plana çıkarmamız için onlara göre planlamalar yapmalıyız”K8.

“Lise sürecinde 9. ve 10. Sınıfta beden eğitimi öğretmenleri olarak düz çizgide yürüme, dengeyi sağlama, ip atlama gibi fiziksel hareketler yaptırarak veya voleybol, basketbol gibi branşlarda katılımını sağlayarak öğrencilerin kas iskelet sistemini ve dengesini geliştirici bireysel planlamalar yapmalıyız.”K16.

4.3.1.5. Yaşam boyu fiziksel aktivite yapma alışkanlığı kazandırılmalı

“Bir de sporu sadece kilo vermek amaçlı değerlendirmemek gerekiyor. Yemek yeme gibi ve su içme gibi sporun hayatımızda yer alması ve sporu bir yaşam halin getirmemiz gerekmekte.”K7.

“Spor bir hayat şekline getirilmelidir. Sadece kilo vermek için ve sağlık için yapılmamalıdır. Erken yaşta çocuklar spora başlayarak hayatları boyunca devam edecek

bir alışkanlık kazanmalıdırlar.”K12.

“Ülkemizde lisanslı olarak veya hobi olarak spor yapan çok az, bir de bizde 30 yaş deyince spor yapmayı bırakalım diye yanlış bir algı var. Bu kafa yapısını değiştirmemiz gerekli ve yaşam boyu spor yapabilme alışkanlığı kazanmalıyız.”K17.

4.3.1.6. Ev ortamında yapılacak egzersiz becerileri kazandırılmalı

“Bu yaştaki bireylerin beden eğitimi derslerinin dışında da bulundukları her ortamda hafta da en az 2 saatten az olmamak üzere 3 veya 4 gün fiziksel hareketler yapmalarının gerekli olduğunu düşünüyorum. Derslerde ev ortamında ve yalnız kaldıklarında bu hareketleri nasıl yapacaklarına yönelik uygulamalı eğitimler verilerek öğrenmeleri sağlanmalıdır”K1.

“Özellikle pandemi gibi dönemlerde çocukların evde araç gereç kullanmadan bir sandalye ile bir havlu veya bir kanepeden yararlanarak yapabileceği hareketler öğretilmeli, böylece çocuk ev içerisinde hareket gelişimini tamamlayabilsin. Beden eğitimi öğretmenleri olarak çocuklara bunları da öğretmemiz gerekmekte.”K3.

4.3.2. Bilişsel davranış değişikliklerine yönelik çözüm önerileri

Katılımcılar öğrencilerdeki bilişsel davranış değişikliklerine yönelik çözüm önerilerini; Karmaşık oyunlar oynatılmalı, Farklı öğretim yöntemleri kullanılmalı, Telafi eğitimleri yapılmalı, Ders aralarında fiziksel aktivite yapılmalı, Öğretmenler arası işbirliği yapılmalı ve Sınıf ortamları değiştirilmeli şeklinde ifade etmişlerdir. Katılımcıların görüşlerini gösteren bilgiler aşağıdaki tabloda gösterilmiştir.

Tablo 4.10. Katılımcıların öğrencilerdeki bilişsel davranış değişikliklerine yönelik çözüm önerileri

Sıra	Kod	f	%
1	Karmaşık oyunlar oynatılmalı	4	31
2	Farklı öğretim yöntemleri kullanılmalı	3	23
3	Telafi eğitimleri yapılmalı	2	15
4	Ders aralarında fiziksel aktivite yapılmalı	2	15
5	Öğretmenler arası işbirliği yapılmalı	1	8
6	Sınıf ortamları değiştirilmeli	1	8
Toplam		13	100

Tablo 4.10’da görüldüğü üzere katılımcıların öğrencilerdeki bilişsel davranış değişikliklerine yönelik çözüm önerileri sırasıyla, %31 oranında (4) karmaşık oyunlar oynatılmalı, %23 oranında (3) farklı öğretim yöntemleri kullanılmalı, %15 oranında (2) telafi eğitimleri yapılmalı, %15 oranında (2) ders aralarında fiziksel aktivite yapılmalı, %8

oranında (1) öğretmenler arası işbirliği yapılmalı ve %8 oranında (2) sınıf ortamları değiştirilmeli şeklinde sıralanmıştır.

4.3.2.1. Karmaşık oyunlar oynatılmalı

“Pandemi döneminde çocukların bilişsel olarak da gerilediğini söylemiştik öğrencilerin yapabileceği karmaşık parkur oyunları düşünüp yapabileceği parkur oyunları oynatılabilir. Çocukların bu şekilde hem zihinsel hem bilişsel yönleri gelişirken kazanma ve kaybetme duygularını da geliştirmeye yardımcı olacaktır.”K3.

“Çocukların bu dönemde fiziksel bilişsel ve sosyal kayıplarını giderebilmek için bunların hepsini içine alan oyunlar oynatılabilir. Örneğin sos oyunu gibi bir oyunda çocuk süratini dayanıklılığını ve zekâsını devreye sokuyor. Veya da renkli toplar kullanılarak çocuğun yer değiştirmesin toplarla eşleştirmesini yani çeşitli zekâ oyunları da bu dönemde işin içerisine katılarak hareketlilikleri de arttırılabilir.”K5.

“Beden eğitimi dersinde çocuk oyun oynadığı zaman yeni fikirler ve stratejiler geliştirir bunun için derslerde onların zihinlerini zorlayacak karmaşık oyunlara yer verilebilir.”K8.

4.3.2.2. Farklı öğretim yöntemleri kullanılmalı

“Öğrenciler çabuk sıkılabiliyor bu anlamda oyunla eğitim veya eğlenceli aktiviteler yoluyla ilgilerini çekerek farklı öğretim yöntemleri kullanılmalıdır.”K2.

“Yaparak yaşayarak öğrenmelerini sağlayıcı etkinliklere bu dönemde daha fazla yer vermeliyiz. Bunun için öğrenci katılımını artırıcı yöntemleri seçmeliyiz.”K13.

“Beden eğitimi dersinde çocuğun zihnini geliştirmek için her şeyi hazır sunmamak gerekir. Örneğin ben bir futbol antrenmanında çocukları durdurup, “Burada şunu yapacaksınız, demiyorum. Burada ne yapabilirsiniz?” sorusunu soruyorum. Böylece çocuğu derste düşünmeye itiyorum.”K11.

4.3.2.3. Telafi eğitimleri yapılmalı

“Çocukların akademik gerilemelerine yönelik hızlandırılmış bir şekilde telafi eğitimlerine yer verilebilir.”K3.

“Öğrencilere kazandırılması gereken davranışlar tekrar gözden geçirilerek, öğrencilerin geçen süreçten ne kadar faydalandığı ölçülmeli ve eğitimini tamamlayamamış öğrencilere telafi eğitimi yapılmalıdır.”K19.

4.3.2.4. Ders aralarında fiziksel aktivite yapılmalı

“Çocukların bilişsel olarak iyi durumda olabilmeleri için spor yapmaları gerekir.

Çocukların zihinleri çok yorgun olabiliyor. Özellikle sınavlara hazırlanan çocukların arada spor yapması gerektiğini düşünüyorum. Bu şekilde zihinsel kapasiteleri de artacaktır daha fazla derslerine motive olacaklardır.”K14.

“Bizde yüz yüze eğitim başlayınca haftada iki gün derslere girmeden önce bahçede etkinlikler yaptırarak ve ondan sonra derslere aldık. Etkinlik yaptırdığımız günlerde, öğretmenlerden o günün daha verimli geçtiğinin dönütünü aldık.”K11.

4.3.2.5. Öğretmenler arası işbirliği yapılmalı

“Bu gibi olumsuzluklardan sonra bazı derslerin branş öğretmenleriyle ortak hareket edilerek yapılmasının sağlıklı olacağını düşünüyorum. Örneğin edebiyat dersinde yapılacak bir öğretimin kağıt üzerinde veya anlatılarak değil de beden eğitimi öğretmenin yardımını da alıp grup faaliyetleri oluşturularak yapılması, geçen sürecin olumsuzluklarını aşmak için çok daha iyi olacağına inanıyorum.”K2.

4.3.2.6. Sınıf ortamları değiştirilmeli

“Uzaktan eğitimde çocuklar kapalı bir ortamdaydılar yüz yüze eğitimde derslerde çocuklar sıkılmaya başlıyor. Sınıf ortamından farklı bir ortama geçtikleri zaman çocuklarını ilgileri ve öğrenme istekleri artıyor. Bu sebeple öğrenme ortamları değiştirilmelidir.”K5.

4.3.3. Sosyolojik davranış değişikliklerine yönelik çözüm önerileri

Katılımcılar öğrencilerdeki sosyolojik davranış değişikliklerine yönelik çözüm önerilerini; Takım sporlarına yönlendirilmeli, Okul içi turnuvalar düzenlenmeli, Rekreasyon faaliyetlerine yer verilmeli, Derslerde fairplay konularına yer verilmeli, Derslerde işbirliğine dayalı oyunlar oynatılmalı ve Akran öğretiminden yararlanılmalı şeklinde ifade etmişlerdir. Katılımcıların görüşlerini gösteren bilgiler aşağıdaki tabloda gösterilmiştir.

Tablo 4.11. Katılımcıların öğrencilerdeki sosyolojik davranış değişikliklerine yönelik çözüm önerileri

Sıra	Kod	f	%
1	Takım sporlarına yönlendirilmeli	7	39
2	Okul içi turnuvalar düzenlenmeli	3	17
3	Rekreasyon faaliyetlerine yer verilmeli	3	17
4	Derslerde fairplay konularına yer vermeli	2	11
5	Derslerde işbirliğine dayalı oyunlar oynatılmalı	2	11
6	Akran öğretiminden yararlanılmalı	1	5
Toplam		18	100

Tablo 4.11’de görüldüğü üzere katılımcıların öğrencilerdeki sosyolojik davranış değişikliklerini yönelik çözüm önerileri sırasıyla, %39 oranında (7) takım sporlarına yönlendirilmeli, %17 oranında (3) okul içi turnuvalar düzenlenmeli, %17 oranında (3) rekreasyon faaliyetlerine yer verilmeli %11 oranında (2) derslerde fairplay konularına yer verilmeli, %11 oranında (2) derslerde işbirliğine dayalı oyunlar oynatılmalı ve %5 oranında (1) akran öğretiminden yararlanılmalı şeklinde sıralanmıştır.

4.3.3.1. Takım sporlarına yönlendirilmeli

“Öğrenciler takım sporlarına ve bireysel spora yönlendirildiklerinde ve sporun içinde olduklarında hayatlarını planlayabiliyorlar, sosyalleşebiliyorlar ve toplum içinde sorumluluklarını ve görevlerini biliyorlar, geleceğe yönelik umudu ve beklentileri artıyor.”K8.

“Çocuklar bir takımın üyesi olduklarında veya maç yaptıklarında enerji atıyorlar bir şeye odaklanıp hoş vakit geçiriyorlar, spor çocuğun hem arkadaş ortamını düzenliyor tanınırlığını ve özgüvenini artırıyor hem de meslek sahibi olmasını ve sorumluluk sahibi olmasını sağlıyor.”K10.

“Pandemi döneminde spora başlama yaşını kaçıran öğrenciler olabilir ancak kopsa bile tamamen kopmasına müsaade etmememiz gerekiyor. Çocukları bir yerde yakalayıp sporun içerisine katmamız böylece motorik, fizyolojik ve sosyolojik gelişimini sağlamamız gerekiyor.”K16.

4.3.3.2. Okul içi turnuvalar düzenlenmeli

“Öğrencilerin sosyal açıdan yaşadıkları sorunlara yönelik olarak özellikle beden eğitimi ve spor çok etkili bir ders. Bunun yanında bizlerin ders saatleri dışında yapacağımız okul müsabakalarına katılımlarda öğrenciler inanılmaz derecede kendilerini ifade etme imkânı bulmakta, özgüvenleri artmaktadır kendilerine değer verildiğini görmektedirler. Bu anlamda COVID-19 sürecinde öğrencilerin azalan sosyal yönleri bu şekilde desteklenerek artırılabilir”K1.

“Buna benzer dönemlerden sonra Okullar Hayat Olsun projelerine benzer projelerin organizasyonların arttırılması, okul bahçelerinin daha aktif kullanılması sağlanabilir.”K9.

“ Öğrencilerin okul takımlarına katılımı arttırılmalıdır. Okul takımlarında başarı elde ettiklerinde öğrencilerin davranışları da değişiyor. Kendilerine güvenleri artıyor. Doğru kararlar verebiliyorlar. Bunun için spor faaliyetleri okullarda kesinlikle olmalı çocuk edebiyatta, matematikte başarılı olmasa dahi beden eğitimi dersinde kazandığı başarı

kendini çok daha özel hissettiriyor ve bu durum diğer derslere de olumlu yansıtıyor.”K12.

4.3.3.3. Rekreasyon faaliyetlerine yer verilmeli

“Çocukların bilgisayar oyun ve ekran bağımlılıklarına karşı boş zamanlarını daha verimli geçireceği farklı alanlarda rekreasyon faaliyetleri gibi eğlenip öğrenebilecekleri faaliyetler yaptırılabilir.”K3

“Öğrencilerde derse katılımların arttırmak için derslerin daha eğlenceli hale getirilmesi veya beklentisini karşılayacak şekilde işlenmesi gerekmekte ve bu doğrultuda rekreasyon faaliyetlerine benzer planlamalar yapılmalıdır.”K4.

“Senede bir nevrüz etkinliği yapılıyor. Bakıyorsun çocuklar bu etkinliklere güzel katılım sağlıyor. Rekreasyon faaliyetlerine benzer çalışmaların ayda bir veya iki ayda bir buna benzer etkinliklerin yapılması gerekiyor. Böylece çocuklar arasında da kaynaşma olur, enerjileri de iyi yerde kullanılmış olur.”K18.

4.3.3.4. Derslerde fairplay konularına yer verilmeli

“Çocuklarda kazanma ve kaybetme durumlarında duruma katlanamama veya tebrik edememe gibi durumlar söz konusu olmakta. Bunun için beden eğitimi ve spor derslerinde öğrencilerin fairplay duygularını geliştirici çalışmaların yapılması gerekir. Bu şekilde empati duyguları da gelişecektir.”K3.

“İletişimle ilgili olarak şunu söyleyebilirim. Bizler bu noktada öğrenciye empati yeteneğini arttırmaya çalışmalıyız. Bunun için derslerde daha çok kazanma, kaybetme kazananı tebrik etme, kaybedeni teselli etme etkinliklerine yer vererek bu tür olumsuz davranışların sönmesine yardımcı olmaya çalışmalıyız.”K4.

4.3.3.5. Derslerde işbirliğine dayalı oyunlar oynatılmalı

“Öğrencilerde bireyselleşme var demiştik. Daha çok öğrencilere işbirliğini gerektiren oyunlar veya faaliyetlerle birlikte hareket etmeyi birlikte başaracakları inancını duygusunu kazandırabiliriz. Örneğin bir voleybol takımında tek başına bir şey yapamayacağını arkadaşına ihtiyacı olduğunu farkına varıyor. Bunun için de beden eğitimi ve spor dersinde öğrenciler arasında işbirliği gerektirecek davranışları kazandıracak etkinliklere yer verilmesi gerekiyor.”K3.

“Grup etkileşimini sağlamak amacıyla derslerde daha çok işbirliğini gerektirecek grup çalışmalarına yer verilebilir.”K8.

4.3.3.6. Akran öğretiminden yararlanılmalı

“Yine bu süreçte paylaşımcı olmayı ve yardımlaşma duygusunu kazandırmak için akran öğretiminden fazlaca yararlanılması gerekiyor.”K3.

4.3.4. Psikolojik Davranış Değişikliklerine Yönelik Çözüm Önerileri

Katılımcılar öğrencilerdeki psikolojik davranış değişikliklerine yönelik çözüm önerilerini; Öğrenciler yakından tanınmalı, Sporun iyileştirici gücünden yararlanılmalı ve Psikolojik destek verilmeli şeklinde ifade etmişlerdir. Katılımcıların görüşlerini gösteren bilgiler aşağıdaki tabloda gösterilmiştir.

Tablo 4.12. Katılımcıların öğrencilerdeki psikolojik davranış değişikliklerine yönelik çözüm önerileri

Sıra	Kod	f	%
1	Öğrenciler yakından tanınmalı	3	60
2	Sporun iyileştirici gücünden yararlanılmalı	1	20
3	Psikolojik destek verilmeli	1	20
Toplam		5	100

Tablo 4.12’de görüldüğü üzere katılımcıların öğrencilerdeki psikolojik davranış değişikliklerini yönelik çözüm önerileri sırasıyla, %60 oranında (3) öğrenciler yakından tanınmalı, %20 oranında (1) sporun iyileştirici gücünden yararlanılmalı ve %20 oranında (1) psikolojik destek verilmeli şeklinde sıralanmıştır.

4.3.4.1. Öğrenciler yakından tanınmalı

“Öğrencilere yardımcı olabilmemiz için onları tanımamız gerekiyor. Mesela çocuk nasıl bir ortamda yaşıyor. Anne baba ayrı mı birlikte mi? Ne gibi sorunları var? Bu süreçte ailesinden birilerini kaybetti mi? Çocuğa yardımcı olmak adına bilmek gerekiyor.”K3.

“Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin çocukların yaşadıkları problemleri bilmeleri bunun için çocuklarla daha içli ve dışlı olmalarını ve onları yakından tanımaları gerektiğini düşünüyorum.”K12.

“Öğrencilerin psikolojik durumları ile ilgili bilgi sahibi olmamız gerekiyor. Hangi öğrenci ilaç kullanıyor, hangi öğrencinin ne rahatsızlığı var, onu bilmemiz öğrenciye ona göre davranmamız gerekiyor.”K18.

4.3.4.2. Sporun iyileştirici gücünden yararlanılmalı

“Spor her anlamda bireyi rehabilite eden bir yapıya sahip. Bu anlamda spordan ne

beklediğimiz ve ne amaçlı yaptığımız önemli. Burada beden eğitim öğretmeni olarak çocuğun yaşadığı olumsuzluklardan kurtulabilmesi için çocuğa yardımcı olunmalı, spora tutunması sağlanmalıdır.”K17.

4.3.4.3. Psikolojik destek verilmeli

“Pandemi sürecinde öğrencilerden yakınlarını kaybetmiş olanlar olabilir. Bu durumdan olumsuz etkilenen öğrenciler tespit edilerek psikolojik rehberlik ve bireysel destek verilmelidir.”K19.

4.3.5. Beslenme davranışı değişikliklerine yönelik çözüm önerileri

Katılımcılar öğrencilerdeki beslenme davranışı değişikliklerine yönelik çözüm önerilerini; Beslenme eğitimleri verilmeli, Öğün atlatılmamalı, Protein tüketimi arttırılmalı ve Kabuklu yiyecekler yenmeli şeklinde ifade etmişlerdir. Katılımcıların görüşlerini gösteren bilgiler aşağıdaki tabloda gösterilmiştir.

Tablo 4.13. Katılımcıların öğrencilerdeki beslenme davranışı değişikliklerine yönelik çözüm önerileri

Sıra	Kod	f	%
1	Beslenme eğitimleri verilmeli	3	43
2	Öğün atlatılmamalı	2	29
3	Protein tüketimi arttırılmalı	1	14
4	Kabuklu yiyecekler yenmeli	1	14
Toplam		7	100

Tablo 4.13’de görüldüğü üzere katılımcıların öğrencilerdeki beslenmeye yönelik davranış değişikliklerine ilişkin çözüm önerileri sırasıyla, %43 oranında (3) beslenme eğitimleri verilmeli, %29 oranında (2) öğün atlatılmamalı, %14 oranında (1) protein tüketimi arttırılmalı ve %14 oranında (1) kabuklu yiyecekler yenmeli şeklinde sıralanmıştır.

4.3.5.1. Beslenme eğitimleri verilmeli

“Öğrencilerde beslenme ile ilgili ciddi bozukluklar olduğunu düşünüyorum. Her derste sağlıklı beslenme ile ilgili olarak öğrencilere de bilgi verilmesinin gerekli olduğunu düşünüyorum. Ayrıca öğrencilere beslenmeyle beraber fiziksel hareketlerle ilgili eğitimler verilmeli, ikisi beraber yürütülmelidir.”K1.

“Ben çocuklara, uzaktan eğitime geçince karneler verdim. Karnedeki amaç beslenme konusunda öğrencileri takip edebilmektir. Karnede öğrencilerin doldurduğu bilgilere göre onlara dönütler ve eğitimler verdim. Beslenme ile ilgili birkaç öğrencide iyi sonuçlar aldım

bu da beni mutlu etti.”K11.

“Öğrencilere sağlıklı beslenme ile ilgili bilgilendirmeler ve seminerler yapılmalı, böylece çocukların yağlı yiyeceklerden ve hazır gıdalardan uzak durmaları sağlanmalıdır.”K19.

4.3.5.2. Öğün atlatılmamalı

“Çocuklara kahvaltı alışkanlığı kazandırılması gerekmektedir. Öğünler arasında bence en önemli öğün kahvaltı.”K14.

“Beslenme ailede başlar. Bu konuda ailenin çalışıyor olsa da ilgili olması gerekiyor. Erken kalkıp hep beraber birlikte yapabilecekleri kahvaltı düzeni olması gerekir.”K11.

4.3.5.3. Protein tüketimi arttırılmalı

“Çocukların protein ağırlıklı beslenmeleri sağlanmalı. Bu yaştaki çocukların fiziksel gelişimleri için proteine ihtiyaçları var.”K20.

4.3.5.4. Kabuklu yiyecekler yenmeli

“Çocuklarımızın abur cubur yerine ceviz, fındık vb. kabuklu yiyecekler tüketmeleri gerekiyor. Birçoğu ceviz ve fındık yemiyor. Bu yiyecekler zihinsel gelişimleri için çok faydalı olacağını düşünüyorum.”K14.

4.3.6. Davranışsal yönden değişikliklere yönelik çözüm önerileri

Katılımcılar öğrencilerdeki davranışsal yönden değişikliklere yönelik çözüm önerilerini; Hedef belirlemelerine yardımcı olunmalı, Ailenin bilinçlendirilmesi, Kontrollü internet kullanımı sağlanmalı, Okul aile işbirliği arttırılmalı ve Erken yaşlarda dijital kültür oluşturulmalı şeklinde ifade etmişlerdir. Katılımcıların görüşlerini gösteren bilgiler aşağıdaki tabloda gösterilmiştir.

Tablo 4.14. Katılımcıların öğrencilerdeki davranışsal değişikliklere yönelik çözüm önerileri

Sıra	Kod	f	%
1	Hedef belirlemelerine yardımcı olunmalı	4	29
2	Ailenin bilinçlendirilmesi	4	29
3	Kontrollü internet kullanımı sağlanmalı	3	21
4	Okul aile işbirliği arttırılmalı	2	14
5	Erken yaşlarda dijital kültür oluşturulmalı	1	7
Toplam		14	100

Tablo 4.14’de görüldüğü üzere katılımcıların öğrencilerdeki davranışsal yönden

değişikliklere ilişkin çözüm önerileri sırasıyla, %29 oranında (4) hedef belirlemelerine yardımcı olunmalı, %29 oranında (4) ailenin bilinçlendirilmesi, %21 oranında (3) kontrollü internet kullanımı sağlanmalı, %14 oranında (2) okul aile işbirliği arttırılmalı ve %7 oranında (1) erken yaşlarda dijital kültür oluşturulmalı şeklinde sıralanmıştır.

4.3.6.1. Hedef belirlemelerine yardımcı olunmalı

“Öğrencilerin özellikle ergenlik döneminde kendi başlarına bırakılmalarının doğru olduğunu düşünüyorum. Bunun için öğretmenler tarafından mantörlük yapılması gerekmekte öğretmenlerin onlara rehber olması ve onları yönlendirmesi gerekmektedir.”K4.

“Beden eğitimi ve spor öğretmenleri ve antrenörler iyi bir örnek ve yol gösterici olmalıdır. Çünkü öğrencilerin disiplin kazanmalarında beden eğitimi öğretmenlerini daha çok dinliyorlar. Duruşu ve davranışları öğrencilere daha iyi bir örnek oluyor.”K12.

“Öğrencilerin bu süreçten çıkması için hedef belirlenmesi gerekiyor. En önemli şey bir hedef belirlemek, mesleki tanıtımlar, yaparak ve meslek gruplarından insanlarla buluşturarak onları bir hedefe yönlendirmek gerekir.”K18.

4.3.6.2. Ailenin bilinçlendirilmesi

“Özellikle teknoloji konusunda toplumca eğitim almıyoruz. Teknolojiyi iyi yönde kullanabilmemiz için eğitimin gerekli olduğunu düşünüyorum. Ailenin bu konuda bilgisi olduğunda çocuğunu kontrol etmede her türlü bilgiye sahip olur, önlem alır ve teknoloji daha yararlı kullanılabilir.”K14.

“Aile uzaktan eğitim bitince okullarda hemen akademik başarıya yoğunlaştı, çocukların çocuk olduğu unutuluyor. Burada ailelerin çocuğa “Gel bugün gezelim, seninle spor yapalım, yürüyelim.” diyerek çocuğa seçenekler sunması gerekir. Bunun için de ergen ve çocuk gelişimi konusunda bilinçlenmeleri gerekir.”K11.

“Ailelerin spor ve fiziksel aktivite konusunda bilinçlendirilmesi gerektiğini ve çocuklarını spora yönlendirmeleri gerektiğini düşünüyorum. Aileler çocuklarının spora gittiklerinde akademik olarak gerileyeceklerin düşünmemelidir. Spora katılım her zaman faydalı olacaktır. Çocuk kendini daha dinç hissedecektir.”K12.

4.3.6.3. Kontrollü internet kullanımı sağlanmalı

“Çocuklara internet ve bilgisayar konusunda sınırlama getirilmeli ve daha fazla sportif faaliyetlere ve sosyal faaliyetlere katılımı sağlanmalıdır.”K8.

“Teknoloji bağımlılığı ile ilgili olarak telefon kullanımında özellikle yaş sınırı

getirilmeli diye düşünüyorum. Örneğin çocuğa 8-10 yaşına kadar cep telefonu verilmemelidir. Günümüzde 3 yaşındaki çocuk bile cep telefonu kullanıyor bu da çocuğun dil gelişimini dâhil tüm yönlerini etkiliyor.”K14.

“Velilerin internet kullanımı konusunda sınırlama getirmesi ve öğrencileri kontrol etmeleri lazım. İnternetteki zararlı oyunlara karşı yeni yasa ve kurallar getirilerek kontrollü internet kullanımı sağlanmalıdır.”K19.

4.3.6.4. Okul aile işbirliği arttırılmalı

“Ailenin öğrencileri takipleri azaldı. Değişen öğrenci davranışlarına yönelik olarak aile ve okul daha fazla bir araya gelerek çocuğa karşı ortak hareket etmelidir.”K12.

“Öğrencilerin olumsuz davranışlarının düzelmesi için okul aile işbirliği çok önemlidir. Öğretmenler davranış değişikliğinde yeterli olamamaktadır. Bunun için bu gibi afetlerden sonra gereğinden fazla okul aile işbirliği arttırılmalıdır.”K18.

4.3.6.5. Erken yaşlarda dijital kültür oluşturulmalı

“Teknoloji yaşamın bir vazgeçilmezi olmuştur; ancak eğitimsiz olarak kullanılan teknoloji topluma ve öğrencilere zarar vermektedir. Bunun için çocuklarda erken yaşlarda dijital kültür oluşturulmalıdır.”K19.

4.3.7. Değişen öğrenci davranışlarıyla baş edebilmede öğretmenlere yönelik çözüm önerileri

Katılımcılar öğrencilerdeki davranış değişimleriyle baş edebilmede öğretmenlere yönelik çözüm önerilerini; 1. Diyalog kurulmalı, 2. Bireysel görüşmeler yapılmalı, 3. Çocuk haklarına saygı gösterilmeli, 4. Sınıf içi sorumluluk verilmeli ve 5. Öğrenci merkezli yöntemler kullanılmalı şeklinde ifade etmişlerdir. Katılımcıların görüşlerini gösteren bilgiler aşağıdaki tabloda gösterilmiştir.

Tablo 4.15. Katılımcıların öğrencilerdeki davranış değişimleriyle baş edebilmede öğretmenlere yönelik çözüm önerileri

Sıra	Kod	f	%
1	Diyalog kurulmalı	3	30
2	Bireysel görüşmeler yapılmalı	2	20
3	Çocuk haklarına saygı gösterilmeli	2	20
4	Sınıf içi sorumluluk verilmeli	2	20
5	Öğrenci merkezli yöntemler kullanılmalı	1	10
Toplam		10	100

Tablo 4.15’de görüldüğü üzere katılımcılar öğrencilerdeki davranış değişimleriyle baş

edebilmede öğretmenlere yönelik çözüm önerilerini sırasıyla, %30 oranında (3) Diyalog kurulmalı, %20 oranında (2) bireysel görüşmeler yapılmalı, %20 oranında (2) çocuk haklarına saygı gösterilmeli, %20 oranında (2) sınıf içi sorumluluk verilmeli ve %10 oranında (1) öğrenci merkezli yöntemler kullanılmalı şeklinde sıralanmıştır.

4.3.7.1. Diyalog kurulmalı

“Çocukla yüz yüze görüşerek davranışın altındaki sebebi öğrenerek çocuklarla iletişime geçilebilir. Bir kere öğrencileri dinlememiz gerekiyor yoksa öğrenci ve öğretmen arasında saygı sevgi azalıyor. Öğrencinin dinlenildiği, önemsendiği, anlaşıldığı hissinin öğretmen tarafından öğrenciye verilmesi gerekiyor.”K3.

“Sınıf içinde öğrencilerin yaptığı istenmeyen davranışı neden yaptığının yönelik öğrencilerin dinlenilmesi gerektiğini düşünüyorum.”K11.

“Öğretmenler öğrencileriyle sorun yaşadığında onlarla iletişim kurmaya çalışmalıdırlar.”K12.

4.3.7.2. Bireysel görüşmeler yapılmalı

“Sınıf içinde olumsuz davranışları bulunan öğrencilerle sınıf içinde çatışmaya girmeden sınıf dışında birebir görüşmeler yapılmasının faydalı olacağını düşünüyorum.”K6.

“Sınıf içerisinde davranışlarında aşırıya kaçan öğrencilerimizle mutlaka birebir görüşmeler gerçekleştirilmelidir.”K8.

4.3.7.3. Çocuk haklarına saygı gösterilmeli

“İletişim sorunlarına yönelik olarak öğrencileri artık birey olarak görmek gerektiğini, kendimize beklediğimiz saygının aynısını da onlara göstermemiz gerektiğini ve ben senin hocam en iyisini ben bilirim tavrından vazgeçilmesi gerektiğini düşünüyorum.”K4.

“Beden eğitimi dersinde öğrencileri sadece sporcu öğrenci olarak görmememiz gerekir. Karşımızdaki bireyi önemseyerek yeteneklerine kişisel tercihlerine saygı göstererek onların mutlu olabileceği öğrenebileceği imkânlar sunmamız gerekiyor.”K10.

4.3.7.4. Sınıf içi sorumluluk verilmeli

“Olumsuz davranışlar sergileyen öğrencileri genellikle sınıf başkanı yapıyorum. Takım çıkaracaksın, takım kaptanı olacaksın, diyorum. Ya da yardımcım yapıyorum. Böylece çocuk derse ve öğretmene karşı olumlu davranış değişikliği sergileyebiliyor.”K7.

“Piknik, sıradan bir etkinlik gibi görülüyor; ama siz sıradan bir etkinlikte bile çocuklara sorumluluklar yüklediğinizde öğrencilerin birbirleri arasındaki etkileşimi

sağlamış oluyorsunuz. Bunun için çocuklara birlik olduklarında bir şeyleri başaracakları hissini verecek görevler vermeliyiz.”K11.

4.3.7.5. Öğrenci merkezli yöntemler kullanılmalı

“Sınıf içerisinde öğrenciler aktif olmadığında sorun çıkaran öğrenciler olabiliyor. Pandemi sürecinden sonra daha çok derslerimizde öğrenci merkezli yöntem ve tekniklerin kullanılmasının yaparak yaşayarak öğrenme yöntemlerini kullanılmasını daha yararlı olacağını düşünüyorum.”K3.



5. TARTIŞMA

COVID-19 pandemisi nedeniyle okul ortamında verilen yüz yüze eğitime ara verildikten sonra uygulanan uzaktan eğitim sürecinde öğrencilerin birtakım istenmeyen öğrenci davranışları geliştirdikleri tespit edilmiştir. 21. yüzyılda ortaya çıkan COVID-19 pandemisi tüm bireylerin davranış ve alışkanlıklarını etkileyerek yaşam felsefelerini köklü olarak değiştirip, hızlı ve yoğun toplumsal bir değişime neden olmuştur. Bu toplumsal değişim toplumdaki tüm yaş gruplarında kendini göstererek, yeni davranışların oluşmasına zemin hazırlamıştır. Toplumsal değişimden en çok etkilenen ve buna çabuk adapte olan yaş grubu ise, kişilik ve karakter edinme sürecinde olan gençler ve çocuklar olmuştur (Yıldız ve Bektaş, 2021; Zülfikar ve Kahraman, 2021).

Beden eğitim ve spor öğretmenlerine öncelikle davranış kavramı hakkındaki düşünceleri sorulmuş ve davranış kavramını sırasıyla; eylem, öğrenilmiş bilgileri hayata aktarılması, kişiye özgü özellik, tepki ve bireylerin takınmış olduğu rol şeklinde ifade etmişlerdir. Öğretmenler davranış kavramının tanımını en çok bireylerin dışarıdan gözlemlenebilen eylemleri olarak tanımlamışlardır. Davranış kavramı ile ilgili olarak literatüre bakıldığında benzer şekilde Kiroğlu ve Elma'ya (2020) ve İşman'a (2011) göre kişinin gözle görülebilen her türlü eylemi davranış olarak tanımlanmıştır.

Araştırmaya katılım sağlayan beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin uzaktan eğitimle beraber öğrencilerdeki fiziksel davranış değişimlerine yönelik algıları sırasıyla; hareketsizlikte artış, kilo almada artış, postür (duruş) bozukluğunda artış, uyku sorununda artış, çabuk yorulma ve kronik yorgunlukta artış, göz rahatsızlıklarında artış, kas kütlesinde azalma, yetenek ve beceri kaybında artış şeklinde ifade etmişlerdir. Elde edilen bulgular COVID-19 salgın hastalığının yayılımını önlemek amacıyla uygulamaya koyulan kısıtlamaların özellikle gelişim çağındaki çocuk ve gençlerin fiziksel gelişimini olumsuz anlamda etkilediğini göstermektedir. Ev ortamında hareket alanının kısıtlı olması, öğrencilerin evde uzun süre aynı şeyleri yapmaları, gün boyunca bilgisayar başında vakit geçirmeleri ve yapılan yanlış beslenme alışkanlıklarının öğrencilerin fiziksel özelliklerinde olumsuz değişimlere yol açtığı söylenebilir. Elde edilen bulgular literatürdeki bazı çalışmalarla benzerlik göstermektedir. Örneğin, Ulug vd. (2022) uzaktan eğitimde ortaöğretim öğrencilerinin kas iskelet sistemi problemleri, uyku, ekran süresi ve fiziksel aktivite düzeyine etkisi adlı çalışmalarında ortaöğretim öğrencilerinde ekran karşısında geçirilen sürenin artması ve fiziksel aktivitenin azalmasıyla birlikte öğrencilerde kas-iskelet

sisteminde ağırlar oluştuğunu uyku bozukluklarının yaşandığını belirtmişlerdir. Benzer şekilde Demiral vd. (2021) üniversite öğrencilerinin COVID-19 pandemisi sürecinde egzersizden ve sportif faaliyetlerden uzak kaldıklarını bu dönemin uzamasıyla birlikte de hareketsiz yaşama alıştıklarını ve egzersiz yapmak için motive olmada zorlandıklarını ifade etmişlerdir. Başka bir çalışmada ise Korkmaz, Öztürk, Rodoslu ve Uğur (2020) COVID-19 salgını sürecinde ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeylerindeki değişiklikleri incelemiş ve öğrencilerin gerekli düzeyde fiziksel aktivite yapıp yapmadığı tespit edilmeye çalışılmıştır. Çalışmada katılımcıların %65'i COVID-19 süresince fiziksel aktivite düzeylerinin düştüğünü ve normal zamanlarda yapılan egzersizle COVID-19 sırasında yapılan egzersiz süresi arasında anlamlı farklılıklar olduğu tespit edilmiş, COVID-19 sırasında egzersizde geçirilen sürede anlamlı düşüş yaşandığı tespit edilmiştir.

Katılımcıların öğrencilerdeki bilişsel davranış değişikliklerine yönelik algıları sırasıyla; akademik başarıda azalma, becerileri zihinsel tasarlamada zorlanma, hafıza sorunları, öğrenme kaybı, dikkat dağınıklığında artış, sorumluluk bilincinde azalma, karar vermede zorlanma ve otokontrol kaybı şeklinde ifade etmişlerdir. Uzaktan eğitim sürecinde öğrencilerin okul ortamından uzak kalmaları, çeşitli nedenlerle öğrencilerin derslere düzenli olarak girememeleri ve bu dönemde sınıf tekrarına kalma ve devam devamsızlık gibi öğrencileri derse bağlayan etmenlerin zorunlu olmaması öğrencilerin bilişsel anlamda geri kalmalarına neden olduğu söylenebilir. Literatürdeki bazı çalışmalar araştırma sonuçlarımızı destekler niteliktedir. Örneğin, Kurt, Kandemir ve Çelik (2021) uzaktan eğitim sürecinin, öğrencilerin konsantrasyonlarını etkilediğini, onları rehavete iterek derse ilgisiz kaldıklarını ve okuldan uzaklaştıklarını belirtmişlerdir. Saavedra (2020) eğitimde meydana gelen olumsuzluklar değerlendirildiğinde, ilk başta gelen sorunlar arasında öğrenme kaybı ve okulu terk etme oranlarında artış olarak ortaya çıktığını belirtmiştir. Kenan vd. (2021) pandemi sürecinde sınıf öğretmenleri ile yaptığı çalışmada uzaktan eğitimin öğrencilerde rehavete yol açtığı, öğrencilerin derse karşı ilgisiz ve derse odaklanmakta sorun yaşadıklarını söylemişlerdir.

Katılımcıların öğrencilerdeki sosyolojik davranış değişikliklerine yönelik algıları sırasıyla; bireyselleşmede artış, empati eksiliği ve bencillikte artış, iletişim sorunları ve sosyal bozulma şeklinde ifade etmişlerdir. Uzaktan eğitim sürecinde öğrencilerin sürekli olarak bilgisayar başında olmaları nedeniyle teknoloji bağımlılığını da beraberinde getirdiği ve öğrencilerde bireyselleşmenin önünü açtığını ve sürekli olarak teknolojiyle zaman geçirmek istemelerine sebep olduğu söylenebilir. Literatür incelendiğinde Aksoy'a (2021)

göre COVID-19 pandemi süreci gündelik yaşamda güçlü ve dönüştürücü bir etki yaratmıştır. Bu toplumsal değişim iletişim ve etkileşim becerilerini etkilemiş yaşam kaygısı nedeniyle ilişkiler “araç” üzerinden yürütülmüştür. Araştırmacı, gençlerin pandemi sürecinde toplumsal ilişkilerindeki davranış ve alışkanlıklarının “araç” merkezli olan bir toplumsal yaşama dönüştüğünü ve teknoloji odaklı yaşamların ve bir araca olan bağlılığında bireysel yaşamları da beraberinde getireceğini belirtmiştir. Benzer şekilde Afyoncuoğlu (2022) COVID-19 pandemisi sonrası yüz yüze eğitime devam eden çocukların yoğun konsantrasyon sorunu yaşadıkları ve daha az yardım etme, paylaşma ve iş birliği içerisinde olduklarını tespit etmiştir.

Katılımcıların öğrencilerdeki psikolojik davranış değişikliklerine yönelik algıları sırasıyla; aşırı kaygı ya da korku duyma, öfke ve kızgınlık yaşama, psikolojik takıntıda artış ve anksiyete bozukluğu şeklinde ifade etmişlerdir. Çocuk ve gençlerin hastalığa yakalanma veya yakınlarından birilerini kaybetme korkusu ve geleceğe yönelik belirsizliğin uzun olması gibi nedenler öğrencilerde bir takım psikolojik davranışlar geliştirdiğini göstermektedir. Literatürde COVID-19 sürecinde psikolojik davranış değişikliklerine ilişkin araştırmalar mevcuttur. Örneğin, Aşkın vd. (2020) göre bireylerin COVID-19 döneminde hastalığa yakalanma korkusu, ölüm korkusu, stres, kaygı ve yalnızlık duygusu yaşamaları psikolojik olarak etkilenmelerine neden olmuştur. Yıldız ve Bektaş (2021) çocukların psikolojik durumlarının salgın hastalığa yakalanma korkusu ve uygulanan kısıtlamalar nedeniyle olumsuz etkilendiğini, stres seviyelerinin arttığını, stresle beraber çocuklarda hırçın, huysuz ve nedensiz ağlamalar görüldüğünü belirtmişlerdir. Başka bir örnekte ise Başaran vd. (2014) göre çocukların yıkıcı bir olay veya afetle karşılaşması, onların duygu düzenleme dengelerini bozabilmektedir. Asabi davranma, belirlenen davranış kurallarına uymama, arkadaşlarına ve çevresindekilere zarar verme, sorumluluklarını yerine getirmeme, bilinçsizce ve dürtülerine göre hareket etme ve kavga etme gibi davranışlar uyum ve davranış bozukluklarına örnek gösterilebilir şeklinde ifade etmişlerdir. Didin, Yavuz, ve Yazıcı (2022) kapalı alanlarda uzun süre vakit geçiren bireylerin karamsarlık, umutsuzluk ve stres düzeylerinin arttığını, akademik takvimdeki belirsizliğin ve sürekli olarak televizyonda COVID-19 haberleri izlemenin öğrencilerde anksiyete düzeyini arttırdığını söylemişlerdir.

Katılımcıların öğrencilerdeki beslenmedeki davranış değişikliklerine yönelik algıları sırasıyla; hazır ve yağlı gıdalar tüketme, öğün atlama, bağışıklıkta zayıflama, mide ve sindirim sorunları şeklinde ifade etmişlerdir. Uzaktan eğitim sürecinde normal yaşam düzenin sekteye uğraması tüm bireylerde olduğu gibi çocuk ve gençlerde de beslenme

alışkanlıklarının değişmesine sebep olduğu anlaşılmaktadır. Özellikle uzaktan eğitimde ders saati sürelerinin öğün saatlerine denk gelmesi öğrencinin bilgisayar başında yeme alışkanlığı kazanmasına neden olmuş olabilir veya aileden birinin rahatsızlığı aile arasındaki yemek düzenini bozmuş olduğu, bunun yanında hareketsiz yaşam tarzının mide ve sindirim sorunlarına yol açtığı söylenebilir. Bu sonuca ilişkin literatür incelendiğinde Arıboğan vd. (2020) göre COVID-19 dönemi özellikle gençlerde yemek yeme alışkanlıkları, uyku düzenleri ve teknoloji kullanım alışkanlıkları gibi pek çok davranış değişikliğini ortaya çıkarmıştır. Çulfa, Yıldırım ve Bayram (2021) göre ise pandeminin ve kısıtlamalarının yarattığı psikolojik durum bireylerin beslenme alışkanlıklarını büyük ölçüde etkilemiş, fiziksel aktivite düzeylerinin azalmasına yol açmış, besin alımlarını arttırmış ve Obezitenin artmasına neden olmuştur.

Katılımcıların öğrencilerdeki davranışsal yönden değişikliklere ilişkin algıları sırasıyla; küfürlü ve argo konuşmada artış, teknoloji bağımlılığında artış, okul ve sınıf kurallarını uymama, şiddet eğiliminde artış, öğretmenlere ve arkadaşlarına kaba ve saygısızca davranmak, okulu önemsememe, okul devamsızlığında artış, aşırı yalan söyleme, akran zorbalığında artış, madde kullanımında artış ve lakap takma şeklinde ifade etmişlerdir. Öğrencilerin uzaktan eğitim sürecinde eğitim ortamından uzak kalmaları okul kurallarının unutulmasına, sınıf tekrarı ve devamsızlık gibi sınırlamaların olmaması da öğrencilerde bir rehavete yol açtığı söylenebilir. Bu durumun yüz yüze eğitim başladığında da öğrencilerde okulu önemsememe ve devamsızlık yapma gibi davranışları ortaya çıkardığı görülmektedir. İlgili literatür incelendiğinde Zırhlıoğlu'na (2020) göre öğrencilerin eğitim öğretim faaliyetleri uzaktan devam etse de davranış ve kişilik eğitimleri okul ortamındaki gibi olmadığından değer ve değerlere ilişkin kazanımları olumsuz yönde etkilenmiştir. Tanhan, Mazlum ve Uçar (2020) göre öğrenciler pandemi sürecinde eğitime ve okula karşı olumsuz tutum ve davranışlar geliştirmişler, sosyalleşme ve iletişim becerileri yönünden zayıflamışlardır. Aynı zamanda yüz yüze eğitimde teknolojiden uzak durmaları istenen öğrenciler uzaktan eğitimde teknolojiye bağımlı hale gelmişlerdir.

Katılımcıların öğrencilerdeki davranış değişimlerinin öğretmenlere yansımaları yönünden algıları; motivasyon kaybı, enerji ve zaman kaybına neden olma, sınıf içinde kazalara ve yaralanmalara neden olma, dikkat dağınıklığına sebebiyet verme ve öğretmen otoritesini etkilemekte şeklinde ifade etmişlerdir. Yapılan literatür incelemesinde elde edilen sonuçlarla ilgili benzerlikler bulunmuştur. Örneğin, Fernadez-Balboa'ya (1991) göre, beden eğitimi ve spor dersinde öğrenciler tarafından sergilenen istenmeyen sorun davranışlar derse

ayrılan zamanın azalmasına, öğrenciler ve öğretmenlerde motivasyon kaybına, dikkat dağınıklığına ve öğretmenin enerjisinin tükenmesine neden olmaktadır. Daha da fazlası diğer öğrencilerin yaralanmalarına ve sakatlanmalarına sebebiyet vermektedir şeklinde ifade etmiştir.

İlgili araştırma sonucunda araştırmacılar uzaktan eğitimle beraber değişen öğrenci davranışlarının istendik yönde olması için yapılması gerekenleri; fiziksel, bilişsel, sosyal, psikolojik, davranışsal, beslenme ve öğretmen temaları altında çözüm önerileri getirmişlerdir.

Katılımcılar öğrencilerdeki fiziksel davranış değişikliklerine yönelik çözüm önerilerini; okul spor faaliyetleri arttırılmalı, her çocuğun mutlaka bir spor dalına yönlendirilmesi, oyunla eğitime yer verilmeli, bireysel planlamalar yapılmalı, yaşam boyu fiziksel aktivite yapma alışkanlığı kazandırılmalı ve ev ortamında yapılacak egzersiz becerileri kazandırılmalı şeklinde ifade etmişlerdir. Demir ve Çiftçi'ye (2020) göre COVID-19 karantinası sürecinde yapılan egzersizin öğrencilerin psikolojik sağlık düzeylerine olumlu yönde etki ettiği belirtilmiştir, bu anlamda egzersiz yapmanın yararları konusunda toplum bilincinin arttırılmasına yönelik çalışmaların yapılması gerektiği ifade edilmiştir. Özellikle egzersiz yapmayı bilmeyen öğrencilerin cep telefonlarına ve bilgisayarlarına egzersiz uygulamalarını indirerek kullanmalarının önemli olacağını söylemişlerdir. Korkmaz vd. (2020) günümüzde öğrencilerin evlerinde kendi başlarına fiziksel aktiviteyi gerçekleştirecek motivasyon, bilgi ve beceriye sahip olmalarının önemli hale geldiğini, beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin öğrencilere sağlıklı ve aktif bir yaşam alışkanlığı kazandırma amacıyla derslerinde sağlıklı yaşam temelli kazanımlara daha fazla ağırlık vermesinin anlamlı olacağını ifade etmişlerdir. Bunun yanında öğrencilerin COVID-19 pandemisinden sonra iyi oluş hallerini olumlu anlamda etkileyebilmek için; okullarda pozitif ve sosyal okul ikliminin sağlanmasının, fiziksel aktivite imkânlarının sunulmasının ve oyun alanlarının arttırılmasının gerekli olduğunu belirtmişlerdir. Demiral, Taşkın, Sönmeyenmakas ve Dindar (2021) üniversite öncesi herhangi bir sporla uğraşmayan öğrencilerin COVID-19 gibi psikolojik etki yaratan krizlerden sağlıklı bir şekilde çıkamayabileceklerini bunun için öğrencilerin üniversiteye başlamadan önce mutlaka bir spor dalıyla uğraşmaları gerektiğini tavsiye etmişlerdir. Tunç vd. (2020) COVID-19 pandemisi sürecinde egzersiz faaliyetlerinin yaşam kalitesi üzerindeki etkisi adlı çalışmalarında ise COVID-19 salgını sürecinde egzersiz yapan bireylerin yaşam kalitelerinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Fiziksel aktivitenin gerek salgın dönemlerinde gerekse

normal dönemlerde yaşam kalitesine etki ettiği ve özellikle bu gibi doğal afet ve salgın gibi olağan üstü durumlarda ruhsal ve fiziksel sağlığı korumak hastalıklara karşı direnci arttırmak maksadıyla fiziksel aktivitenin yaşamın bir parçası haline getirilmesi gerektiğini ifade etmişlerdir. Uluğ vd. (2022) öğrencilerdeki sağlık sorunlarının çözümü içinde fiziksel aktivite danışmanlığına, ergonomi eğitimine ve kas iskelet sistemi ağırları için egzersiz programlarına ihtiyaç duyulacağını ifade etmişlerdir.

Katılımcılar öğrencilerdeki bilişsel davranış değişikliklerine yönelik çözüm önerilerini; karmaşık oyunlar oynatılmalı, farklı öğretim yöntemleri kullanılmalı, telafi eğitimleri yapılmalı, ders aralarında fiziksel aktivite yapılmalı, öğretmenler arası işbirliği yapılmalı ve sınıf ortamları değiştirilmeli şeklinde ifade etmişlerdir. Yıldız ve Bektaş (2021) çocukların salgın sürecinde akademik anlamdaki olumsuz etkilerini en aza indirebilmek için yüz yüze eğitimin başlamasıyla telafi eğitimlerin yapılmasının uzaktan eğitimde oluşan akademik zararı azaltmada etkili olabileceğini ifade etmişlerdir.

Katılımcılar öğrencilerdeki sosyolojik davranış değişikliklerine yönelik çözüm önerilerini; takım sporlarına yönlendirilmeli, okul içi turnuvalar düzenlenmeli, rekreasyon faaliyetlerine yer verilmeli, derslerde fairplay konularına yer verilmeli, derslerde işbirliğine dayalı oyunlar oynatılmalı ve akran öğretiminden yararlanılmalı şeklinde ifade etmişlerdir. Örneğin, Altuntaş, Başaran ve Çakmak (2022) rekreatif etkinliklere katılan ve katılmayan bireylerin COVID-19 fobisi, algılanan stres ve sürekli kaygı düzeylerinin incelenmesi adlı araştırmalarında COVID-19 pandemisinde fiziksel olarak aktif olanların pasif olanlara kıyasla algılanan stres, kaygı düzeyleri ve COVID-19 fobisi düzeylerinin daha düşük olduğunu tespit etmişlerdir. Salgın dönemlerinde fiziksel, sosyolojik ve psikolojik sağlığın korunması için herkesin imkânları ölçüsünde fiziksel aktivite faaliyetleri içerisinde bulunması gerektiğini belirtmişlerdir.

Katılımcılar öğrencilerdeki psikolojik davranış değişikliklerine yönelik çözüm önerilerini; öğrenciler yakından tanınmalı, sporun iyileştirici gücünden yararlanılmalı ve psikolojik destek verilmeli şeklinde ifade etmişlerdir. Yüksek, Usta ve Gökcan'a (2020) göre toplumsal konularda çocukların konuyu yeterince anlamayacağı düşünülerek bilgilendirilmeyen çocuklar daha fazla kaygı ve endişe içine girebilmektedir. Çocuklara, kriz dönemlerinde yaşanan olumsuzluklara ilişkin ebeveyn ve öğretmenler tarafından onlarla konuşma yapmaları, duygularını, endişelerini ifade edebileceği imkân veren görüşme ve konuşmalar yapılması faydalı olmaktadır. Çelik'in (2021) fiziksel aktivite düzeyi ile COVID-19 korkusu arasındaki ilişkinin incelenmesi adlı çalışmasında ise bireylerin fiziksel

aktivite düzeylerine bağılı olarak ortaya çıkan sonuçlarda inaktif ve minimal aktif düzeydeki kişilerin korkusu ile daha fazla fiziksel aktivite yapan kişilerin COVID-19 korkusu arasında fark olduğu gözlemlenmiş, fiziksel olarak aktif olan kişilerin COVID-19 korku düzeylerinin daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuca göre de fiziksel aktivitenin kişiler üstünde psikolojik olarak olumlu etkilerinin olduğunu söylemiştir. Altuntaş'ın (2021) COVID-19 pandemisi sürecinde uzaktan eğitim yoluyla eğitim gören 38 adölesan üzerinde gerçekleştirdiği çalışmada adölesanları egzersiz eğitim grubu ve kontrol grubu olarak iki eşit gruba ayırmış egzersiz eğitim grubuna da bir fizik tedavi uzmanı gözetiminde haftada 3 gün olmak üzere 8 haftalık kalistenik egzersiz eğitim yaptırmıştır. 8 haftalık kalistenik egzersiz eğitimi sonucunda adölesan bireylerin uyku kaliteleri ile yaşam kalitelerinin arttığı, fiziksel uygunluk parametreleri ile fiziksel uygunluk düzeylerinin geliştiği, anksiyete ve depresyon gibi sağlığa etki eden durumların pozitif anlamda etkilendiği gözlemlenmiştir. Kocamaz ve Erdoğan (2022) öğrencilerin sürecin etkisinden psikolojik olarak etkilenmemeleri adına COVID-19 hakkında bilgilendirici seminerler düzenlenmesi ve beden eğitimi ve spor derslerinde COVID-19 tedbirlerini içeren etkinlikler yapılması gerektiğini vurgulamıştır.

Katılımcılar öğrencilerdeki beslenme davranışı değişikliklerine yönelik çözüm önerilerini; beslenme eğitimleri verilmeli, öğün atlatılmamalı, protein tüketimi arttırılmalı ve kabuklu yiyecekler yenmeli şeklinde ifade etmişlerdir. Türkiye Diyetisyenler Derneği COVID-19 sürecinde beslenme önerilerini içeren bir rehber yayınlamış, rehberde göre her ana öğünde tabağın bir çeyreğinin sebzelerden, diğer çeyreğinin tam tahıl ürünlerinden ve kalan yarısının eşit üç parça halinde meyvelerden, kuru baklagillerden, yüksek protein içeren; et, yumurta, balık, tavuk, yağlı tohumlardan ve süt, yoğurt, ayran, peynir vb. gibi süt ürünlerinden oluşmasının yeterli ve dengeli beslenmeyi sağlamada yeterli olacağını belirtmiştir.

Katılımcılar öğrencilerdeki davranışsal yönden değişikliklere yönelik çözüm önerilerini; hedef belirlemelerine yardımcı olunmalı, ailenin bilinçlendirilmesi, kontrollü internet kullanımı sağlanmalı, okul aile işbirliği arttırılmalı ve erken yaşlarda dijital kültür oluşturulmalı şeklinde ifade etmişlerdir. İlgili alan yazında araştırma bulgularını destekler nitelikte bazı çalışmalara rastlanılmaktadır. Örneğin, Başar'a (2001) göre öğretmen, öğrencinin olumsuz davranış değişikliklerinin takibini yaparak değişim ve gelişimini izlemeli; gerektiğinde olumlu davranış değişikliği için okul yönetimi ve aile ile iş birliğine gitmelidir. Farklı bir örnekte ise, Hastunç (2020) ise insanların hayatlarında bazı

değişiklikler yapmak için profesyonellerin kendilerine karar vermede yardımcı olmalarını isteyebileceklerini savunmaktadır. Bakım çalışanları, psikologlar, sosyal destek uzmanları ve eğiticiler bu insanların istenmeyen davranışlarını değiştirmelerinde kullandıkları yöntemlerden birisi de motivasyonel görüşmedir. Yani öğrencinin dinlenildiğini, anlaşıldığı fark etmesi kendisiyle empati kurulduğunu hissetmesi iletişim süreçlerinde ve motivasyon kaybını azaltmada önemli bir yere sahiptir. Dinlediğini, anlaşıldığını hisseden öğrenci pandemi sürecinde uzaktan eğitimle azalan motivasyon kaybını tekrar kazanmak için yapılacak ikinci bir adım ise çelişki geliştirme yani öğrencinin bulunduğu durum ile gelecekle ilgili beklenti, amaç ve kabulleri arasında zıtlığı fark etmelerini, doğru sorular sorarak hedef belirlemelerine yardımcı olmaktır. Küçük, Biçer ve İlhan (2020) ile Yıldız ve Bektaş (2021) sosyal medya, internet ve elektronik eğlence cihazlarının kullanımında çocuklara sınırlama getirilmesi ve internet kullanımının kontrollü olması gerektiğini belirtmişlerdir.

Katılımcılar öğrencilerdeki davranış değişimleriyle baş edebilmede öğretmenlere yönelik çözüm önerilerini; diyalog kurulmalı, bireysel görüşmeler yapılmalı, çocuk haklarına saygı gösterilmeli, sınıf içi sorumluluk verilmeli ve öğrenci merkezli yöntemler kullanılmalı şeklinde ifade etmişlerdir. Örneğin, Gökçyer ve Doğan'a (2016) göre istenmeyen öğrenci davranışlarına yönelik, öğretmen ve yöneticilerin iş birliği oluşturarak ortak bir tutum sergilenmesi, öğretmen ve yöneticiler tarafından öğrencilerin ilgi ve ihtiyaçlarının karşılanması, ilgilenilmesi, güler yüzlü olunması ve onların öz benliklerine saygı duyulması özgüven kazanmalarında, derse ve okulda devam etmelerinde etkili olabilir. Pala'ya (2005) göre ise öğretmen sınıf içerisinde istenmeyen öğrenci davranışlarıyla karşılaştığında, öğrenciyle sınıf içerisinde tartışmaya girmeden sınıf dışında bireysel görüşme yaparak öğrenciye ayrı bir zaman ayırmalıdır.

6. SONUÇ VE ÖNERİLER

Yukarıdaki tartışmalar neticesinde birtakım sonuçlara ulaşılmıştır. Bunlar:

- Uzaktan eğitim ve pandemi dönemindeki uygulanan kısıtlamalar nedeniyle öğrencilerin hareketsiz bir yaşama alıştıkları ve dengesiz beslenmeyle birlikte kilo aldıkları,
- Öğrencilerin sürekli bilgisayar başında olması nedeniyle öğrencilerde göz rahatsızlıklarının, kas kayıplarının ve duruş bozukluklarının arttığı,
- Öğrencilerin günlük yaşam rutinlerinin bozulmasıyla uyku sorunları ortaya çıktığı,
- Kas kaybı yaşayan veya COVID-19 geçiren çocukların yüz yüze eğitim başlayınca yapılan beden eğitimi ve spor derslerinde ve fiziksel aktivitelerde çok çabuk yoruldukları,
- Hareketsiz yaşama, kas kayıplarına ve duruş bozukluğuna bağlı olarak öğrencilerde yetenek ve beceri kaybı yaşandığı ve becerileri zihinsel olarak tasarlamada zorlandıkları,
- Öğrencilerin sürekli internet ortamındaki hazır bilgiden yararlanmaları nedeniyle akıl yürütme, hafızada tutma, analiz ve sentez yapma gibi bilişsel becerilerde zorlandıkları,
- Uzaktan eğitim, öğrencilerin okuldan ve eğitim öğretimden uzaklaşmalarına, soğumalarına neden olduğu, bu da akademik olarak öğrencilerin gerilemelerine, başarısız olmalarına sebebiyet verdiği,
- Uzaktan eğitim sonrası öğrencilerin ders içi veya ders dışı verilen görevleri yerine getirmediklerini ve sorumluluk bilinçlerinin azaldığı,
- Uzaktan eğitimden sonra öğrencilerde bireyselleşmenin, bencilliğin ve iletişimsizliğin arttığı,
- Öğrencilerin uzaktan eğitim sürecinde, instagram, facebook ve twitter gibi sosyal medya kullanımındaki artış ve bu ortamlarda kurulan ilişkilerde fiziki muhataplarının olmaması onları empati yoksunluğuna sevk ettiği,
- Öğrencilerin kendi aralarında küfürlü konuşmaların arttığı ve bu konuşmaları öğretmenlerinin yanında ve toplum içinde rahat bir şekilde gerçekleştirildiği,
- Empatiden yoksun öğrencilerin çocukların sosyal medyadan yaptığı küfür ve hakaretlerin, sosyal yaşamlarına da yansıdığı ve bu durumu sıradanlaştırdığı,

- Öğrencilerin pandemi süreciyle beraber kaygı bozuklukları, panik atak, korku ve temizlik takıntısı sıkıntısı gibi psikolojik sorunlar yaşadıkları,
- Pandemi sürecinden sonra psikolojik olarak etkilenen öğrencilerin tedavi gördükleri, ilaç kullandıkları ve bu durumun çocuklarda sınıf içinde uyuklama, kusma, içine kapanma ve iletişimsizlik gibi sorunlara yol açtığı,
- Aileyle birlikte yemek yeme düzenin bozulduğu, öğrencilerin genellikle öğün saatlerini atladıkları ve çoğu öğrencinin okula kahvaltı yapamadan geldiği,
- Öğrencilerin düzenli beslenme alışkanlığı olmadığından bağışıklık sistemlerinin zayıfladığı ve pandemi sonrası mide ve sindirim sistemi sorunu yaşayan öğrenci sayısında artış olduğu,
- Öğrencilerin birbirlerine karşı tahammül seviyelerinin azaldığı en ufak bir problemde dahi şiddete başvuran öğrenci sayısında artış yaşandığı,
- Uzaktan eğitim sonrası öğrencilerde okulu, dersleri önemsememe ve okulda devamsızlık yapma davranışlarında artış olduğu,
- Yüz yüze eğitimin başladığı ilk dönemlerde öğrencilerin okul kurallarına uymada zorluk yaşadıkları, öğretmenleriyle ve arkadaşlarıyla iletişim sorunu yaşadıkları,
- Uzaktan eğitim sürecinde dijital araçlarda ve internet kullanımındaki artış öğrencilerin dijital bağımlılığını ve oyun bağımlılığını arttırdığı,
- Uzaktan eğitim sonrasında öğrencilerdeki davranış değişiminin öğretmende motivasyon enerji ve zaman kayıplarına neden olduğu, öğretmen otoritesini sarstığı ve dersin verimini azalttığı,
- Değişen öğrenci davranışlarının sınıf içinde kazalara neden olduğu ve diğer öğrencilerde dikkat ve odaklanma sorunu yaşamalarına sebebiyet verdiği sonucuna ulaşılmıştır.

Bulgulardan hareketle ve ulaşılan sonuçlara göre uzaktan eğitim sonrası değişen öğrenci davranışlarının iyileştirilmesine yönelik aşağıdaki öneriler getirilmiştir.

- Özellikle pandemi ve benzeri doğal afetlerden sonra okul içinde ve sosyal hayatta çocukların yaşadıkları travmaları atlatabilmeleri için spor faaliyetlerine daha fazla yer verilebilir.
- Sporun hayatı disipline etme ve düzene sokma yönünden hareketle her çocuğun erken yaşlarda bir spor dalıyla uğraşması ve sporu bir yaşam biçimi haline getirmesi sağlanabilir.

- Pandemi gibi insanların hareketliliklerin kısıtlayan doğal afetlere karşı bireylerin evde tek başına spor yapma becerileri kazandırılabilir.
- Hareketsizliğe bağlı olarak kilo alan, duruş bozuklukları oluşan öğrencilere yönelik olarak fiziksel anlamda bireysel planlamalar yapılabilir, yüzme ve jimnastik gibi vücudu dizayn edici sporlara çocuklar yönlendirilebilir.
- Uzaktan eğitim sonrası öğrencilerin akademik başarılarının arttırılması, eksik öğrenmelerin tamamlanması için telafi eğitimleri yapılabilir.
- Öğrencilerin uzaktan eğitim döneminde sürekli kapalı ortamlarda olmalarından dolayı yüz yüze eğitimde sınıf ortamları değiştirilebilir, oyunlu etkinliklere veya öğrencilerin etkin olabileceği öğretim yöntemlerine fazlaca yer verilebilir.
- Öğrencilerin akademik başarıları için önemli olan Matematik, Fizik, Kimya veya Tarih, Türk Dili ve Edebiyatı gibi derslerin arasında fiziksel aktivitelere yer vererek öğrencilerin yoğun ders tempolarından kurtularak deşarj olmaları sağlanabilir.
- Okul ortamında öğretmenlerin olumlu yönde davranış değişikliği konusunda ortak hareket ederek, tutarlı davranışlar sergileyebilirler. Aynı zamanda öğretmenler pandemi sürecinin etkilerini bilerek öğrencileri yakından tanımalı ve ona göre tavır sergileyebilmelidirler.
- Okul içerisinde öğrencilerin beraber hareket edebilecekleri, birlikte vakit geçirebilecekleri sosyal projeler, geziler ve sportif faaliyetler düzenlenerek paylaşım duyguları güçlendirilebilir.
- Öğrencilerin bireyselleşmelerine engellemek ve sosyalleşmelerini sağlamak için derslerde akran eğitimine ve işbirliğine dayalı etkinliklere yer verilebilir.
- Empati duygularının gelişmesi için beden eğitim ve spor derslerinde fair-play konusuna yer verilebilir.
- Pandemi sürecinden psikolojik olarak etkilenen öğrencilerle bireysel görüşme yapılarak, psikolojik destek verilerek, yaşadığı sürecin etkilerini daha sağlıklı atmaları sağlanabilir.
- Öğrencilerin fiziksel ve bilişsel gelişimlerinin sağlıklı olabilmesi için yağlı ve hazır gıdalardan uzak durması ve daha çok protein ağırlıklı yiyecekler, sebze, meyve kabuklu yiyeceklerin tüketimi özendirilebilir.
- Beslenme konusunda belirli aralıklarla çocuklara eğitimler verilebilir.

- Okul ve aile içinde öğrencilerin bir birey olduğu kabul edilerek, onların görüşlerine ve haklarına saygı duyarak, eleştirel bir bakış açısıyla değil uzlaşıcı bir dil ve yol izlenebilir.
- Öğrenci davranışlarının olumlu yönde değişmesi için bu süreçte okul ve aile iş birliği artırılabilir.
- Öğrencilerdeki dijital bağımlılığı azaltmak için kontrollü internet kullanımı sağlanabilir ve erken yaşlarda dijital kültür oluşması için eğitimler verilebilir.
- Sınıfın düzenini bozan, sınıf yönetimine zarar veren öğrencilerle sınıf içerisinde çatışmaya girmeden, sınıf dışında olumsuz davranışa yönelik bireysel görüşmeler yapılabilir, sınıf içerisinde farklı sorumluluklar verilebilir.

Sonuç olarak COVID-19 salgınındaki uzaktan eğitim sürecinde öğrencilerin ev ortamında uzun süre hareketsiz bir yaşam sürmeleri ve günün büyük bir kısmını bilgisayar başında geçirmeleri, sosyal medyadaki olumsuz davranış örnekleri, hastalığa yakalanma ve yakınlarını kaybetme korkusu, beslenmedeki yanlışlıklar vb. gibi durumlar onların fiziksel, sosyolojik, psikolojik, bilişsel ve davranışsal olarak bir takım olumsuz davranışlar geliştirmelerine sebep olmuştur. Yüz yüze eğitim başladığında da bu olumsuz davranışlar onların okul ortamına alışmakta zorlanmasına ve aynı zamanda öğrenciler, öğretmenler, veliler, eğitim ve öğretimin amaçlarının gerçekleştirilmesi açısından sorun oluşturmaya başlamıştır. Öğrencilerdeki bu olumsuz davranışların iyi yönde değişebilmesi için de beden eğitimi ve sporun iyileştirici ve rehabilite edici özelliğinden mümkün olduğunca fazla yararlanılması, öğrencilere rehberlik edilmesi, diyalog kurulması, teknolojiyi yararlı kullanımı konusunda eğitimler verilmeli, öğretmenler arası ve okul aile işbirliğinin artırılması önerilmektedir.

KAYNAKLAR

- Adem, M. (2008). *Eğitim planlaması*. (4. Baskı). Ankara: Ekinoks Yayınevi.
- Açak, M. (2016). *Beden eğitimi öğretmenlerinin el kitabı*. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- Afyoncuoğlu, M. Ç. (2022). *Sınıfa Uyum Öğretmen Gözlem Kontrol Listesinin Türkçeye Uyarlanması ve Koronavirüs (Covid-19) Pandemi Döneminde Eğitime Verilen Zorunlu Aradan Sonra 5-11 Yaş Çocuklarının Sınıfa Uyum Düzeylerinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, KTO Karatay Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Konya.
- Akça, Ö. (2006). *Uzaktan Eğitim Öğrencilerinin İletişim Engelleri ile İlgili Öğrenci Görüşleri*. Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Sakarya.
- Aksoy, Ö. A. (2021). Bir Salgının Getirdikleri: Gençlerde Değişen İletişim Biçimleri ve Yeni Toplumsallıklar. *Hacettepe Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi*, 38(2), 574-596.
- Altuntaş, K. (2021). *COVID-19 Salgını Sırasında Uzaktan Eğitim Alan Adölesanlarda Kalistenik Egzersiz Eğitiminin Etkinliği*. Yüksek Lisans Tezi, Başkent Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Altuntaş, S. B., Başaran, Z. ve Çakmak, G. (2022). Rekreatif Etkinliklere Katılan ve Katılmayan Bireylerin Koronavirüs 19 Fobisi Algılanan Stres ve Sürekli Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi. *Uluslararası Bozok Spor Bilimleri Dergisi*, 3(1), 51-61.
- Arıboğan, D. Ü., Süleymanlı, E., Öztürk T. A. ve Kılıç, S. (2020). Koronavirüslü Günlerde Neler Değişti ve Değişecek. *Üsküdar Üniversitesi Dergisi*, 11(21), 119-124.
- Aşkın, R., Bozkurt Y. ve Zeybek Z. (2020). COVID-19 Pandemisi: Psikolojik Etkileri Ve Terapötik Müdahaleler. *İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 19(37), 304-318.
- Aydın, A. (2013). *Sınıf yönetimi*. (16. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Aydın, E. N. (2022). *Uzaktan eğitim yoluyla imam hatip ortaokulu öğrencilerine uygulanan eğitsel oyun aktivitelerinin özgüven ile beden eğitimi ve spor ders tutumuna etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Kütahya Dumlupınar Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Kütahya.
- Baş, T. ve Akturan, U. (2017). *Sosyal bilimlerde bilgisayar destekli nitel araştırma yöntemleri* (3. baskı). Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Başar, H. (2001). *Sınıf yönetimi*. (5. Baskı). Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık
- Başaran, S., Gökmen, B. ve Akdağ, B. (2014). Okul Öncesi Eğitimde Okula Uyum Sürecinde Öğretmenlerin Karşılaştığı Sorunlar ve Çözüm Önerileri. *Uluslararası Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 2, 197-223.

- Baştepe, İ. (2009). Etkili Okulun Eğitim-Öğretim Süreci ve Ortamı Boyutlarının Nitelikleri. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 8(29), 76-83.
- Bursalıoğlu, Z. (2021). *Okul yönetiminde yeni yapı ve davranış*. (21. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E. K., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2012). *Bilimsel araştırma yöntemleri* (13. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Bogdan, R. C. ve Bikken, S. K. (2022). *Eğitimde nitel araştırma teori ve metodlara giriş* (1. baskı), Balcı, S. ve Ahi, B. (çev.) Ankara: Pegem Akademi.
- Can, E. (2020). Coronavirüs (COVID-19) Pandemisi ve Pedagojik Yansımaları: Türkiye’de Açık ve Uzaktan Eğitim Uygulamaları. *Açıköğretim Uygulamaları ve Araştırmaları Dergisi*, 6(2), 11-53.
- Creswell, J. W. (2013). *Nitel araştırma yöntemleri beş yaklaşıma göre nitel araştırma ve araştırma deseni* (6. baskı), Demir, S. B. ve Bütün, M. (çev.) Ankara: Siyasal Kitabevi.
- Çamlıyer, H. ve Çamlıyer, H. (1997). *Eğitim bütünlüğü içinde çocuk hareket eğitimi ve oyun*. (1. Baskı). İzmir: Bornova Can Ofset.
- Çelik, O. (2021). Fiziksel Aktivite Düzeyi ile COVID-19 Korkusu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Kafkas Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 1(1), 17-24.
- Çiçek, İ., Tanhan, A. ve Tanrıverdi, S. (2020). COVID-19 ve Eğitim. *Milli Eğitim Dergisi*, 49(1) 1091-1104
- Çulfa, S., Yıldırım, E. ve Bayram, B. (2021) COVID-19 Pandemi Süresince İnsanlarda Değişen Beslenme Alışkanlıkları ile Obezite İlişkisi. *Online Türk Sağlık Bilimleri Dergisi*, 6(1), 135-142.
- Danış, Z. (2006). Davranış Bilimlerinde Ekolojik Sistem Yaklaşımı. *Aile ve Toplum Eğitim-Kültür ve Araştırma Dergisi*, 8(3), 45-53.
- Demir, A. ve Çifçi, F. (2020). COVID-19 Pandemi Sürecinde Egzersizin Lise Öğrencilerinin Psikolojik Sağlamlık Düzeylerine Etkisinin İncelenmesi. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Dergisi*, 18(3), 169-179.
- Demiral, Ş., Taşkın, C., Sönmeyenmakas, A. ve Dindar, M. (2021, Kasım). *COVID-19 Salgın Sürecinde Üniversite Öğrencilerinin Egzersiz Davranışlarının İncelenmesi*. 7.Uluslararası Bilimsel Çalışmalar Kongresi, Elazığ.
- Demircioğlu, H. (2019). Eğitimin psikolojik temelleri. M. Şahin ve T. Aytaç (Ed.), *Eğitime giriş* (ss. 204-219) içinde. Ankara: Pegem Akademi.
- Demirel, Ö. ve Kaya, Z. (2012). Eğitimle ilgili temel kavramlar. Ö. Demirel ve Z. Kaya (Ed.), *Eğitim bilimine giriş* (12. baskı, ss.3-21) içinde. Ankara: Pegem Akademi.

- Demirel, Ö. ve Kaya, Z. (2022). Eğitimle ilgili temel kavramlar. Ö. Demirel, Z. Kaya ve K. Kiroğlu (Ed.), *Eğitime giriş* (ss.1-14) içinde. Ankara: Pegem Akademi.
- Demirhan, G. (2002). Beden Eğitimi Öğretmeni Olmak. *Çağdaş Eğitim Dergisi*, 27(288), 7-13.
- Demirhan, G., Coşkun, H. ve Altay, F. (2002). Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Niteliklerine İlişkin Görüşler. *Eğitim ve Bilim*, 27(123), 35-41.
- Demirhan, G. (2003). Dünyada Beden Eğitimi Öğretmeni Yetiştirme. *Çağdaş Eğitim Dergisi*, 28(300), 13-22.
- Didin, M. Yavuz, B. ve Yazıcı H. G. (2022). COVID-19'un Öğrencilerin Stres, Anksiyete, Depresyon ve Korku Düzeylerine Etkisi: Sistemik Derleme. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 14(1), 38-45.
- Dolu, N., Bahür, S., Demirel, F. Kulak, E. ve Çam, A. (2016). Fiziksel Aktivitenin Kognitif Fonksiyonlar Üzerine Etkisi. *İzmir Üniversitesi Tıp Dergisi*, D (5).
- Doğar, B. (2021). *COVID-19 Pandemi Sürecinde Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin E- Öğrenmeye Yönelik Tutumlarının İncelenmesi (Vakıf Üniversitesi Örneği)*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Döş, İ. (2013). Mutlu Okul. *Eğitim ve Bilim*, 38(170).
- Eken, Ö. Tosun, N. ve Eken, D. T. (2020). COVID-19 Salgını ile Acil ve Zorunlu Uzaktan Eğitime Geçiş: Genel Bir Değerlendirme. *Milli Eğitim*, 49(1), 113-128.
- Ergin, M. ve Ayan, S. (2020). Beden eğitimi, egzersiz bilimleri ve sporun anlamı, kapsamı, rolü ve işlevi. S. Ayan (Ed.). *Beden eğitimi ve sporun önemi* (ss.2-23) içinde. Ankara: Pegem Akademi.
- Ergin, M. ve Yoncalık, O. (2017). Beden Eğitimi Öğretmenlerinin İstenmeyen Öğrenci Davranışlarına Karşı Kullandıkları Stratejiler. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi (KEFAD)*, 18(1), 555-572.
- Ergüney, M. (2015). Uzaktan Eğitimin Geleceği: MOOC (Massive open online course). *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 4(4), 15-22.
- Fernandez-Balboa, J.M. (1991.) Beliefs, Interactive Thoughts and Actions of Physical Education Student Teachers Regarding Pupil Misbehaviors. *Journal of Teaching in Physical Education*, 11. 59-78.
- Fidan, N. (2012). *Okulda öğrenme ve öğretme*. (3. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Gelen, M., Eler, S. ve Eler, N. (2020). Detraining: COVID-19 ve Üst Düzey Performans. *Milli Eğitim Dergisi*, 49(227), 447-464.

- Girgin, D. (2022). Öğrenme, öğretim ve eğitimde güncel yaklaşımlar. *MEB Uzman öğretmenlik yetiştirme programı çalışma kitabı* (ss. 41-67) içinde. Ankara.
- Given, L. M. (2021). *100 Soruda nitel araştırma* (1. baskı), Bakla, A. ve Çakır, İ. (çev.). Ankara: Anı Yayıncılık.
- Gökdaş, İ. ve Kayri, M. (2005). E-Öğrenme ve Türkiye Açısından Sorunlar, Çözüm Önerileri. *Yüzyüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2(2).
- Gökyer, N. ve Doğan, B. (2016). İstenmeyen Öğrenci Davranışları ve Nedenlerine İlişkin Yönetici ve Öğretmen Görüşleri. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 26(1) 93-105.
- Günsel, A. (2004). *İlköğretimde beden eğitimi ve uygulamaları*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Gürbüz, A. (2011). *İlköğretim ikinci kademe öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersine ilişkin tutumlarının belirlenmesi (Muğla il örneği)*. Yüksek Lisans Tezi, Muğla Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Muğla.
- Güzel, U. (2022). *COVID-19 Sürecinin Beden Eğitimi ve Spor Dersine Yansımalarının İncelenmesi*. Yüksel Lisans Tezi. Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Rize.
- Hanedar, A. N. (2018). *Beden Eğitimi Öğretmenlerinin İstenmeyen Öğrenci Davranışlarına Karşı Tutumları İle Mesleki Tükenmişlik Düzeyleri Arasındaki İlişki*. Yüksek Lisans Tezi. Kırıkkale Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kırıkkale.
- Hastunç, Y. (2020) Pandemi ve eğitim (1. Baskı). F. Tanhan ve H. İ. Öztürk (Ed.). *Pandemi ve eğitim* (s.313) içinde. Ankara: Anı Yayıncılık.
- İnci Kuzu, Ç. (2020). COVID-19 Pandemisi Sürecinde Uygulanan İlkokul Uzaktan Eğitim Programı (EBA TV) ile İlgili Veli Görüşleri. *Milli Eğitim*, 49(1), 505-527.
- İskurt, E. (2020). *Eğitime giriş*. (5.Baskı). H. Özmen, D. Ekiz (ed.), *Eğitimin sosyal ve kültürel temelleri* (ss.35) içinde. Ankara: Pegem Akademi.
- İşman, A. (2008). *Uzaktan eğitim*. (3. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- İşman, A. (2011). *Uzaktan eğitim*. (4. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Kale, M. (2019). Eğitim öğretimle ilgili temel kavramlar (9. Baskı). E. Karip (Ed.), *Eğitime giriş* (ss.4) içinde. Ankara: Pegem Akademi.
- Karabulut, D. ve Bekler, T. (2019). Doğal Afetlerin Çocuklar ve Ergenler Üzerindeki Etkileri. *Doğal Afetler ve Çevre Dergisi*, 5(2), 368-376.
- Karadal, H. (2018). Davranışlar ve biyolojik temelleri. (4. Baskı) H. TUTAR (ed.), *Davranış bilimleri kavramlar ve kuramlar* (ss.70) içinde. Ankara: Seçkin Akademik ve Mesleki Yayınlar.

- Karakuş, E. (2005). *Resmi Ortaöğretim Kurumlarında Beden Eğitimi Derslerinin Uygulamalarında Karşılaşılan Sorunlara İlişkin Öğrencilerin ve Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Görüşleri*. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Karavaşinoğlu, T. ve İlhan, E. L. (2019). Beden Eğitimi Öğretmeni Algısına Yönelik Öğrenci Çizimlerinin Araştırılması. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 24(1), 1-15.
- Kenan, K., Kandemir, M. A., ve Çelik, Y. (2021). COVID-19 Pandemi Sürecinde Uzaktan Eğitime İlişkin Sınıf Öğretmenlerinin Görüşleri. *Türkiye Bilimsel Araştırmalar Dergisi*, 6(1), 88-103.
- Kırmızıgül, H. G. (2020). COVID-19 Salgını ve Beraberinde Getirdiği Eğitim Süreci. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 7(5). 283-289.
- Kıroğlu, K. ve Elma C. (2020). *Eğitime giriş*. Ankara: Pegem Akademi.
- Kocamaz, M. ve Erdoğan, M. (2022). COVID-19 Pandemi Sürecinde Beden Eğitimi ve Spor Dersine Katılan Öğrencilerin Korku ve Depresyon Düzeylerinin İncelenmesi. *Journal Of Social, Humanities and Administrative Sciences*, 8(55), 1008-1014.
- Korkmaz, F., Korkmaz, N. H., ve Özkaya, G. (2007). Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Öğrenme Ortamını Bozan Davranışlara Karşı Geliştirdikleri Davranış Stratejileri (Bursa İli Örneği). *Eğitim Fakültesi Dergisi*, 10(1), 67-87.
- Korkmaz, N. H., Öztürk, İ. E., Rodoslu, C. ve Uğur, S. (2020). Ortaokul Öğrencilerinin COVID-19 Salgını Sürecinde Fiziksel Aktivite Düzeylerindeki Değişikliklerin İncelenmesi (Bursa ili örneği). *Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 22(4), 101-115.
- Koşar, D. (2019). Eğitimin amaçları ve işlevleri. (1. Baskı). T. Çalık, M. M. Arslan (ed.), *Eğitime giriş* (ss.16) içinde. Ankara: Pegem Akademi.
- Kumral, O. (2017). Eğitimin toplumsal temelleri. (2. Baskı,) F. S. Kırmızı, N. Duban (Ed.), *Eğitim bilimine giriş* (ss.115-134) içinde. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Kurt, K., Kandemir, M. A. ve Çelik , Y. (2021). COVID-19 Pandemi Sürecinde Uzaktan Eğitime İlişkin Sınıf Öğretmenlerinin Görüşleri. *Türkiye Bilimsel Araştırmalar Dergisi*, 6(1), 88-103.
- Kuter, F. Ö. ve Kuter, M. (2012). Beden Eğitimi ve Spor Yoluyla Değerler Eğitimi. *Eğitim ve İnsani Bilimler Dergisi: Teori ve Uygulama*, 3(6), 75-94.
- Küçük, V. ve Koçak, H. (2015). Psiko-Sosyal Gelişim Süreci İçerisinde İnsan ve Spor İlişkisi. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, (10),
- Küçük-Biçer, B. ve İlhan, M. N. (2020). COVID-19'un Çocukların Sağlığı Üzerine Etkisi.

- Gazi Sağlık Bilimleri Dergisi*, (Özel Sayı), 103-111.
- MEB (2013). *Milli Eğitim Bakanlığı Ortaöğretim Kurumları Yönetmeliği*. Resmi Gazete Tarihi 07/09/2013: Resmi Gazete Sayısı: 28758.
- MEB (2018). *Ortaöğretim Beden Eğitimi Ve Spor Dersi (9, 10, 11 Ve 12. Sınıflar) Öğretim Programı*. Talim ve Terbiye Kurulu Başkanlığı, Ankara.
- MEB (2020). *PGM 13 Mart 2020 tarihli ve 5497866 sayılı, İdari İzin Konulu Resmi Yazı*.
- Miller, G.A., Fredenburg, K.B. and Diedrich, K. C. (2014). Management/Discipline Strategies of Today's Top U.S. Physical Education Teachers. *The Global Journal of Health and Physical Education Pedagogy*, 3(3), 228–236.
- Odabaş, H. (2009). Web Tabanlı Yüksek Öğretim Programları İçin Kütüphane Hizmetleri ve Uygulamaları. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 9(42), 83-103.
- Oktay, A. (2020). Eğitimin tanımı, özellikleri ve eğitimle ilgili temel kavramlar. (10. Baskı). A. Oktay (Ed.), *Eğitime giriş* (ss. 2-18) içinde. Ankara: Pegem Akademi.
- Okutan, M. (2015). *Sınıf Yönetiminde Örnek Olaylar*. (5.Baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Omoteso, B. A. and Semudara, A. (2011). The Relationship Between Teachers' Effectiveness and Management of Classroom Misbehaviours İn Secondary Schools. *Psychology*, 2 (9), 902- 908.
- Owen, K. B., Parker, P. D., Astell-Burt, T. and Lonsdale, C. (2018). Regular Physical Activity and Educational Outcomes İn Youth: A Longitudinal Study. *Journal of Adolescent Health*, 62, 334-340.
- Öçalan, M. ve Erdoğan, M. (2009). Ortaöğretim Kurumlarında Beden Eğitimi Dersinin Amaçlarının Gerçekleşme Düzeyi. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3(3), 280-291.
- Özdemir, M. (2010). Nitel Veri Analizi: Sosyal Bilimlerde Yöntembilim Sorunsalı Üzerine Bir Çalışma. *Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 11(1), 323-343.
- Özden, Y. (1999). *Eğitimde dönüşüm eğitimde yeni değerler*. Ankara: Pegem A Yayınları.
- Özkalp, E. (1981). *Davranış Bilimleri ve Organizasyonlarda Davranış*. Doçentlik Tezi. Eskişehir İktisadi ve Ticari İlimler Akademisi, Eskişehir.
- Özlü, K. (2014). *Türkiye’de Ortaokul ve Liselerde Çalışmakta Olan Beden Eğitimi Öğretmenlerin Kullandıkları Öğretim Stilleri ve Öğretim Stillerini Algılayışları*. Yüksek Lisans Tezi, Amasya Üniversitesi, Sosyal Bilimler enstitüsü. Amasya.
- Özmen, Ö. (1999). *Çağdaş sporda eğitim üçgeni* (2. baskı). Ankara. Bağırhan Yayımevi.
- Pala, A. (2005). Sınıfta İstenmeyen Öğrenci Davranışlarını Önlemeye Dönük Disiplin

- Modelleri. *KTMÜ, Fen Edebiyat Fakültesi Eğitim ve Sosyal Bilimler Bölümü*, 7(13), 171-179.
- Paolucci, E. M, Loukov, D., Bowdish, D. M. and Heisz, J. J. (2018). Exercise Reduces Depression and İnflammation But İntensity Matters. *Biological Psychology*, 133, 79-84.
- Rahman, S. (2021). Tıp Fakültesi Öğrencilerinin COVID-19 Fobi Durumlarının Değerlendirilmesi. *Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Tıp Dergisi*, 35(1), 68-73.
- Sarı, T. ve Nayır, F. (2020). Pandemi Dönemi Eğitim: Sorunlar ve Fırsatlar. *Turkish Studies*, 15(4), 959-975.
- Saavedra, J. (2020). *Educational challenges and opportunities of the Coronavirus (COVID19) pandemic*.
- Solmaz, D. Y. ve Bayrak, C. (2016). Beden Eğitimi Dersindeki Fiziksel Etkinlik Oyunlarının İlköğretim Öğrencilerinin Karakter Gelişimleri Üzerindeki Etkisi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 31(4), 644-656.
- Sözer, A. (2019). Eğitimin toplumsal ve kültürel temelleri. (9. Baskı). E. Karip (ed.), *Eğitime giriş* (ss.93) içinde. Ankara: Pegem Akademi.
- Sullivan, E.C. (2007). Character Education İn the Gymnasium: Teaching More Than the Physical. *The Journal of Education*, 187(3), 85-102.
- Şahan, H. H. ve Uyangör, N. (2021). Bilimsel araştırmalarda örneklem seçimi. M. Çelebi (Ed.). *Nitel Araştırma Yöntemleri* (s. 112-137) içinde. Ankara: Pegem Akademi.
- Şişman, M. (2020). *Eğitime giriş* (21. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Tamer K, Pulur A. (2001). *Beden eğitimi ve sporda öğretim yöntemleri*. Ankara: Ada Matbaacılık.
- Tanhan, F., Mazlum, M. M. ve Uçar, R. (2020). Pandemi ve eğitim (1. Baskı). F. Tanhan ve H. İ. Özok (Ed.). *Pandemi ve eğitim* (s.68) içinde. Ankara: Anı yayıncılık.
- Tanhan, F. ve Şentürk, E. (2011). Sınıf İçi İstenmeyen Öğrenci Davranışlarına Yönelik Öğretmen Tutumları Ölçeğinin Geliştirilmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(35), 44-53.
- Tarlakazan, E. ve Tarlakazan, B. E. (2021). COVID-19 Pandemi Sürecinin Öğrenci Davranışları Üzerine Etkisi. *Eğitim ve Toplum Araştırmaları Dergisi*, 8(1), 52-64.
- Toprakçı, E. (2004). *Sınıf örgütünün yönetimi*. (2. Baskı). Ankara: Ütopya.
- Taşgın, A. (2020). Bir eğitim ve öğrenme ortamı olarak okul ve sınıf. (18. Baskı). D. Demirel, Z. Kaya, K. Kiroğlu (Ed.). *Eğitime giriş* (ss. 2022-316) içinde. Ankara: Pegem Akademi.

- Tunç A. (1999). *Beden eğitimi ve spor bilimine giriş ders notları*. Niğde, 6-84.
- Tunç, A. Ç., Zorba, E. ve Çingöz, Y. E. (2020). COVID-19 Salgını Döneminde Egzersizin Yaşam Kalitesine Etkisi. *İnternational Journal of Contemporary Educational Studies*, 6(1), 127-135.
- Türkçe Sözlük (2005). Türk Dil Kurumu, Ankara.
- Türkiye Diyetisyenler Derneği. COVID-19 beslenme önerileri. <http://www.tdd.org.tr/index.php/duyurular/69-COVID-19-beslenme-onerileri>.
- Türksoy, K. K. (2022). *Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Algılanan Stres ve Fiziksel Aktivite Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Amasya Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Amasya.
- Sağlık Bakanlığı, Türkiye Halk Sağlığı Kurumu. Türkiye Fiziksel Aktivite Rehberi, 2. Baskı. Sağlık Bakanlığı Yayın No:940 Ankara: 2014.
- Satman, M. C. (2018). Fiziksel Aktivite: Bilinenin Çok Ötesi. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 16(4), 158-178.
- Uçkaç, K. (2020). Sağlık Meslek Lisesi Öğrencilerinde Covid-19 Pandemi Sürecine Bağlı Uzaktan Eğitimin Öğrenci Duygu ve Davranışları Üzerindeki Etkileri. *Sağlık Bilimlerinde Eğitim Dergisi*, 3(1), 34-44.
- Uğraş, S. (2013). *Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümlerinin Yeterliliği Hakkında Öğretmen Görüşlerinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, İnönü Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Malatya.
- Ulug, N., Begen, S. N., Keskin, E., Karahan, Z., Şanlı, T., Kelek, F., Adalı, F., Özeren, A. ve Kılıç, E. (2022). COVID-19 Pandemisi Sürecinde Uygulanan Uzaktan Eğitimin Lise Öğrencilerinin Kas İskelet Sistemi Problemleri, Uyku, Ekran Süresi ve Fiziksel Aktivite Düzeyine Etkisi. *Journal of Health Sciences and Management*, 3(1), 7-15.
- Usta, S. Y. ve Gökcan, H. N. (2010) COVID-19 Through the Eye of Children and Mothers. *International Journal of Social Sciences and Education Research*, 6(2), 187-206.
- Ünlü, H. ve Aydos, L. (2010). Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Yeterlilikleri Üzerine Bir Derleme. *Milli Eğitim Dergisi*, 40(187), 172-192.
- Üstün, A. Bayar, A. ve Bozkurt E. (2017). Mülteci Çocukların Ailelerinin Algılarına Göre Eğitim Sorunları. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 4(12), 747-755.
- Yamamoto, G. T. ve Altun, D. (2020). Coronavirüs ve Çevrimiçi (Online) Eğitimin Önlenemeyen Yükselişi. *Üniversite Araştırmaları Dergisi*, 3(1), 25-34.
- Yapıcıoğlu, D. K. (2022). Program türleri ve program geliştirme, *MEB Uzman öğretmenlik yetiştirme programı çalışma kitabı* (ss.16-26) içinde. Ankara.

- Yavuz, A. ve Dikmen, S. (2015). Doğal Afetlerin Zararlarının Finansmanında Kullanılan Afet Öncesi Finansal Araçlar. *Marmara Üniversitesi Siyasal Bilimler Dergisi*, 3(2), 303-322.
- Yetim, A. (1999). Öğretmenlik Mesleği Ve Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmeninin Sosyal Görevleri. *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 3, 222-34.
- Yıldız, S. ve Bektaş, F. (2021). COVID-19 Salgınının Çocukların Boş Zaman Etkilerinde Yarattığı Değişimin Ebeveyn Görüşleriyle Değerlendirilmesi. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 26(1), 99-122.
- Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2011). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri* (8.baskı). Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Yıldırım, A. ve Şimşek H. (2013). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. (9. Baskı). Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2021). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. (12. Baskı). Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Yurdakul, B. (2015). Eğitimde yeni yönelimler. (6. Baskı). Demirel Ö. (ed.), *Uzaktan eğitim*, içinde. Ankara: Pegem Akademi.
- Yüksel, G. (2022) Özel eğitim ve rehberlik. *MEB Uzman öğretmenlik yetiştirme programı çalışma kitabı* (ss.122-156) içinde. Ankara.
- Zırhlıoğlu, G. (2020). *Pandemi ve eğitim*. (1. Baskı.). F. Tanhan ve H. İ. Özok (Ed.). *Pandemi ve eğitim*, (s,24) içinde. Ankara: Anı yayıncılık.
- Zengin, A. (2022). *Okullarda Görev Yapan Öğretmenlerin Gruplaşmalarının Okul Yönetim Sürecine Getirdiği Yansımalar*. Yüksek lisans tezi, Amasya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Amasya.
- Zorba, E. (2012). *Herkes için yaşam boyu spor* (3. Baskı). Ankara: Neyir Yayınları.
- Zülfikar, N. ve Kahraman, A. B. (2021). Pandemi sürecinde lise gençliğinin (Z kuşağının) alışkanlıklarının sosyolojik analizi (Kayseri örneği). *ASEAD 7. Uluslararası Sosyal Bilimler Sempozyumu* 145-158.

<https://sozluk.gov.tr/>

www.tdk.gov.tr



EKLER

EK-1: Nihai Görüşme Formu**“UZAKTAN EĞİTİM SONRASI ÖĞRENCİ DAVRANIŞLARINA YÖNELİK BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLERİNİN GÖRÜŞLERİ”**

Sayın Katılımcı,

Bu araştırmada beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin görüşlerine göre uzaktan eğitim sonrasında öğrenci davranışlarının neler olduğunu tespit etmek ve olası çözüm önerileri getirmek amaçlanmaktadır. Bu amaçla araştırmaya yapacağınız katkı önem arz etmektedir. Araştırma sonucunda kişisel bilgileriniz (isim soyisim vb.) saklı tutularak raporlaştırma yapılacaktır. Araştırmaya yaptığınız katkılardan dolayı teşekkür ederim.

Serkan ZENGİN
Beden Eğitimi ve Spor Bölümü
Amasya Üniversitesi

1. Demografik Sorular

Cinsiyet : Erkek () Kadın ()

Mesleki Kıdem: 0-5 yıl () 6-10 yıl () 11-15 yıl () 16-20 yıl () 21-25 yıl () 26 yıl ve üzeri ()

Medeni Durum: Evli () Bekar ()

Eğitim Seviyesi: Lisans () Yüksek Lisans () Doktora ()

Okul Türü:.....

Yaş:

2. Davranış kavramını nasıl tanımlanır?**3. Uzaktan eğitim sonrası öğrenci davranışlarında değişiklikler var mıdır? Varsa nelerdir?**

- a. Fiziksel açıdan
- b. Bilişsel açıdan
- c. Sosyolojik açıdan
- d. Psikolojik açıdan
- e. Beslenme Açısından
- f. Öğretmenler açısından

4. Değişen öğrenci davranışlarının istendik yönde olması için neler yapılmalıdır?

- a. Fiziksel açıdan
- b. Bilişsel açıdan
- c. Sosyolojik açıdan
- d. Psikolojik açıdan
- e. Beslenme açısından
- f. Öğretmenler açısından

5. Eklemek istediğiniz farklı bir sorun ve öneri varsa değinebilirsiniz.

EK-2: Etik Kurul Kararı

	AMASYA ÜNİVERSİTESİ
	SOSYAL BİLİMLER ETİK KURUL DEĞERLENDİRME FORMU

Ek-1

Araştırmanın Başlığı : "Uzaktan Eğitim Sonrası Öğrenci Davranışlarına Yönelik Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenlerinin Görüşleri"	
Başvuru Formunun Etik Kurula geldiği tarih	20.10.2022
Başvuru Formunun Etik Kurulda incelendiği tarih	01.11.2022
Karar tarihi	01.11.2022

SONUÇ

1.	☒ Kabul
2.	☐ Düzeltme gereklidir: Etik sorun olabilecek sorular/maddeler, süreçler ya da unsurlar bulunmaktadır. Açıklama:
3.	☐ Red Gerekçe, Görüş, Tavsiye ve Açıklamalar:

Başvuru dosyasının incelenmesinde hazır bulunan ve araştırmayla doğrudan veya dolaylı olarak ilişkisi bulunmayan Etik Kurul başkan ve üyelerinin ad, soyad ve imzaları.

(Başkan)
Doç. Dr. Songül KEÇECİ
KURT

(Üye-Bşk Yardımcısı)
Doç. Dr. Fatih CAN

(Üye- Raportör)
Doç. Dr. Melike BAŞ

(Üye)
Doç. Dr. Kürşat EFE

(Üye)
Doç. Dr. Davut AĞBAL

YT-FRM-126/00

Bu belge,güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

EK-3: MEB Görüşme İzni



T.C.
AMASYA VALİLİĞİ
İl Millî Eğitim Müdürlüğü



Sayı : E-47613789-44-67164246
Konu : Tez Çalışması Kapsamında
Araştırma/Anket İzni

29.12.2022

VALİLİK MAKAMINA

İlgi : a) Amasya Üniversitesi Rektörlüğü Öğrenci İşleri Daire Başkanlığının 21.12.2022 tarih ve E-47526769-302.08.01-106872 sayılı yazısı.
b) Millî Eğitim Bakanlığı'nın 21/01/2020 tarihli ve 1563890 (2020/2) Sayılı Genelgesi.

İlgi yazı (a) ile; Amasya Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Tezli Yüksek Lisans Programı 217901014 numaralı öğrencisi Adem YİĞİT, Doç. Dr. Serkan ZENGİN'in danışmanlığında hazırladığı "Uzaktan Eğitim Sonrası Öğrenci Davranışlarına Yönelik Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenlerinin Görüşleri" konulu tez çalışması kapsamında, Müdürlüğümüze bağlı Ortaöğretim Kurumlarında görevli öğretmenlere, belirtilen anketi uygulayabilmek için izin talep edilmektedir.

Bu bağlamda; söz konusu talebin, ilgi (b) 21/01/2020 tarihli ve 1563890 (2020/2) sayılı Genelge (Araştırma Uygulama İzinleri) de belirtilen hususlar doğrultusunda ve Türkiye Cumhuriyeti Anayasası ve insan hakları alanındaki uluslararası sözleşmeler başta olmak üzere 6698 sayılı Kişisel Verilerin Korunması Hakkındaki Kanun ile yürürlükte olan tüm yasal düzenlemeler ve politika belgelerine uygun, Türkiye Cumhuriyeti Anayasası, Millî Eğitim Temel Kanunu ile Türk Millî Eğitiminin genel amaçlarına uygun olarak ilgili yasal düzenlemelerde belirtilen ilke, esas ve amaçlara aykırılık teşkil etmeyecek şekilde, denetimleri ilgili okul müdürlükleri tarafından gerçekleştirilmek üzere, derslerin aksatılmaması ve gönüllülük esasına göre araştırma yapılması, araştırma ile ilgili sonuç raporlarını çalışmanın bitiş tarihinden itibaren 30 (otuz) gün içinde izin alınan kuruma ulaştırılması, uygulama sırasında da mühürlü ve imzalı örnekten çoğaltılan veri toplama araçlarının kullanılması Müdürlüğümüze uygun görülmektedir.

Makamlarınızca da uygun görüldüğü takdirde Olurlarınıza arz ederim.

Alpaslan KANAR
Müdür a.
İl Millî Eğitim Şube Müdürü

OLUR
29.12.2022
Mahmut KESKİNER
Vali a.
İl Millî Eğitim Müdür V.

Ek:

- 1- İlgi (a) Yazı ve Ekleri (30 Sayfa)
- 2- İmzalı ve Mühürlü Veri Toplama Araçları (2 Sayfa)
- 3- (2020/2) Sayılı Genelge (3 Sayfa)

Bu belge güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Adres: Hırsapça Mah. İstasyon Cad. No: 72 Merkez/AMASYA

Belge Doğrulama Adresi : <https://www.turkiye.gov.tr/meb-dbyis>

Telefon No : (0358) 212 29 93/2041

Bilgi için: Ahmet D.DURMUŞ

E-Posta: argo05@meb.gov.tr

Unvan : Memur

Kop Adresi : meb@ilho01.kcp.tr

İnternet Adresi: Faks: (0358) 218 50 10

Bu evrak güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır. <https://evraksorgu.meb.gov.tr> adresinden 4b47-7119-3e95-a9af-09ec kodu ile teyit edilebilir.



ÖZGEÇMİŞ

KİŞİSEL BİLGİLER

Adı Soyadı: Adem YİĞİT

Doğum Yeri:

Doğum Tarihi:

EĞİTİM DURUMU

Lisans Öğrenimi: Ondokuz Mayıs Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği

Yüksek Lisans Öğrenimi: Amasya Üniversitesi

Bildiği Yabancı Diller: İngilizce

BİLİMSEL FAALİYETLER

a) Yayınlar –SCI-Diğer):

Yiğit, A. & Özlü, K. (2022). Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin öğretim yöntemleri belirlemede karşılaştıkları sorunlar. *International Journal of Eurasia Social Sciences (IJOESS)*, 13(49), 921-938.

Üstün, A. & Yiğit, A. (2022) Mesleki eğitimde yaşanan sorunlar ve çözüm önerileri. *International Journal Of Social, Humanities And Administrative Sciences*, 8(54), 827-839.

b) Bildiriler(-Uluslar arası-Ulusal)

Bayar. A & Yiğit, A. (2022) *Pansiyonlu Ortaöğretim Kurumlarında Görev Yapan Okul Yöneticilerinin Pansiyon Yönetiminde Yaşadıkları Sorunlar ve Çözüm Önerileri. INTERNATIONAL ASIAN CONGRESS ON CONTEMPORARY SCIENCES-VI*, Van.

Üstün, A. & Yiğit, A. (2022) *Eğitim Yöneticilerinin İnsan İlişkileri Ve İletişim Becerileri Konusundaki Yeterliliklerinin Eğitime Yansıması. 8TH INTERNATIONAL ISTANBULSCIENTIFIC RESEARCH CONGRESS ABSTRACT BOOK*, İstanbul

Katıldığı Projeler: Ulusal Ajans ve TÜBİTAK Projeleri

İŞ DENEYİMİ

Çalıştığı Kurum ve Yıl: Milli Eğitim Bakanlığı-2007 Devam Ediyor.

İLETİŞİM

E-posta Adresi: