

**BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR DERSLERİNİN MESLEK LİSELERİ PROGRAMINDAN
KADEMELİ OLARAK KALDIRILMASI TARTIŞMASINA İLİŞKİN KAMUOYU
AÇIKLAMASI
(Spor Bilimleri Derneği Görüşü)**

İnsan, hareket eden bir varlıktır. Hareket yaşamın her döneminde vazgeçilmezdir ve yaşamı sürdürmenin temel öğelerinden birisidir. Oysa bugün gerek gelişmiş ülkelerde gerekse ülkemizde birçok çocuk, genç, yetişkin ve yaşlı hareketsiz yaşam ve uygunsuz beslenme ile karşı karşıyadır. Bu durum çeşitli sağlık sorunlarının artmasına yol açmaktadır. Örneğin, Amerika Birleşik Devletleri'nde %60'dan fazla insan düzenli fiziksel aktivite yapmamakta, %25'i ise hiç bir fiziksel aktiviteye katılmamaktadır. Ayrıca 12-21 yaş grubu gençlerde de hareketsizlik hızla artmaktadır (U.S. Department of Health and Human Services, 1999; U.S. Department of Health and Human Services, 2002). Yine ABD'de 2000 yılında şişmanlık ve fazla kilolar için harcanan para miktarı 117 milyar dolardır. Kalp hastalıkları için 183 milyar dolar, kanser için 157 milyar dolar ek olması ve bunun gittikçe artacağı gerçeği de durumun vahim olduğu ve hareketsizliğin gelecekte çok büyük sağlık ve ekonomik sorunlara yol açacağını göstermektedir.

Aslında ülkemizde de durum çok farklı gözükmemektedir. Örneğin, Türkiye Ulusal Hastalık Yüğü ve Maliyet-Etkililik Raporu (2004)'na göre bulaşıcı olmayan hastalıkların başında kalp damar hastalıkları, solunum sistemi hastalıkları, sindirim sistemi hastalıkları ve beslenme yetersizliğine bağlı ortaya çıkan hastalıklar yer almaktadır (s.119). Kalp damar hastalıkları, şeker hastalığı, yüksek tansiyon ve kolesterol gibi kronik hastalıkların ortaya çıkması ve ilerlemesine neden olan risk faktörlerinin başında, kişilerin fiziksel aktivite alışkanlıklarının olmayışı ve bununla ilişkili olarak da vücut kitle indekslerinin normal sınırların üzerinde olması gelmektedir, denilebilir (s.85).

Toplumda kalp-dolaşım sistemi hastalıklarından korunabilmek için etkin sağlık eğitimi programları düzenlenmelidir. Risk faktörleri analizinde de ortaya çıktığı üzere yüksek tansiyon, sigara kullanımı, yüksek kolesterol düzeyi, obezite gibi ana faktörlerin önlenmesi, egzersiz yapma alışkanlığının kazandırılması ile mümkün olabilir. Egzersiz yapma alışkanlığının kazanılması durumunda, iskemik kalp hastalık yükü olan 860.083 DALY'nin 780.000

DALY'sini önlemek, ölüm sayılarında da 300.000'den fazla ölümü engelleyebilmek söz konusudur (s.469).

Bu bilgilerden hareketle, hareketsiz yaşam tarzının kalp-dolaşım sistemi ve şişmanlıktan ruh sağlığı sorunlarına kadar birçok hastalığı tetiklediği ve tedavi edici hizmetlerin maliyetini artırdığı söylenebilir. Oysaki eğitim ve koruyucu sağlık hizmetleri yoluyla bu sorunların birçoğu azaltılabilir. T.C. Sağlık Bakanlığı Temel Sağlık Hizmetleri Genel Müdürlüğü taslağına (2008) göre düzenli fiziksel aktivitenin sağlıklı yaşam tarzının temel unsuru olduğu bilinmekte, fiziksel aktivite düzeyi artmış bir toplumun sağlık harcamalarının çok ciddi düzeyde azaldığı ve ülke ekonomisine çok büyük katkısının olduğu kabul edilmektedir. Amerikan Kalp Birliği ve İnsan ve Sağlık Hizmetleri Birimi de fiziksel aktivitenin gerek gençlerde gerekse yetişkin ve yaşlılarda bu sorunları azaltacağı ve yaşam kalitesini yükselteceğini ifade etmektedirler (U.S. Department of Health and Human Services, 2002; American Heart Association, 2009). Bunun için insanların hareketli yaşam tarzı ve sağlıklı beslenme konusunda bilgi, beceri ve tutum sahibi olmaları gerekir. Diğer bir deyişle, çocuk ve gençlerin fiziksel yönden eğitilmiş bireyler olarak yetişmeleri ve bunu yaşam tarzına dönüştürmeleri zor değildir. Okullardaki “Beden Eğitimi ve Spor” dersleri bunu sağlamanın en temel yolu olabilir. Dünyanın bir çok yerindeki örneklerde olduğu gibi etkili işlenen dersler bireyin bütünsel gelişimine önemli derecede katkı sağlamakta, bireyin yaşam kalitesini devam ettirme, hareketsizlik ve düzensiz beslenmeye dayalı hastalıkların önlenmesi ve tedavisinde de önemli derecede destek olmaktadır.

Bununla birlikte okullarda sunulan Beden Eğitimi ve Spor derslerinden beklenen kazanım sadece “düzenli fiziksel aktivite alışkanlığının” edinimi değildir (NASPE, 2004; ICHPER.SD, 2009; MEB, 2007). Özellikle spor ekonomisinin gelişmesiyle birlikte öne çıkan toplumsal sorunların (örneğin adil oyun, taraftarlık, cinsiyet eşitsizliği) beden eğitimi derslerinde incelenmesi ve çözümlenmesi gerekmektedir. Ayrıca, öğrencilerin vücutları (anatomi, fizyoloji, egzersiz fizyolojisi, sağlık), antrenman yöntemleri, spora özgü beceri gelişimi, spor ve oyun kuralları gibi konulardaki bilgi birikimini bu derste özümsemeleri okul beden eğitimi uygulamalarının temel amaçları içinde görülmektedir. Bu açılardan bakıldığında “Beden Eğitimi ve Spor” dersleri öğrencilerin ve toplumun yaşam kalitesinin iyileştirilmesinde çok büyük öneme sahiptir.

Diğer önemli konulardan birisi de beden eğitimi ve spor etkinlikleri ile fiziksel aktivitenin akademik başarıyı olumsuz etkilemediği, tam tersine akademik başarıya katkıda bulunduğu

yönündedir. Şöyle ki; fiziksel etkinlikte bulunmak, fizyolojik değişikliklere neden olmakta ve kan akışını hızlandırarak beyindeki sinir geçişleri ve iletimi artırmaktadır. Bunun sonucunda bilişsel işlemlerde olumlu gelişim olmaktadır.

Diğer bir deyişle, gelişim ve öğrenme mekanizmaları birbirlerine bağlı olduklarından, hareketin bilişsel gelişimi uyarması sağlanır (Pica, 1997). Etnier ve diğerlerinin (1997) 135 araştırmayı inceleyerek yaptıkları meta-analiz çalışmasında ise egzersizin bilişsel işlemler üzerinde küçük ama olumlu etkisinin bulunduğu vurgulanmıştır. ABD’de Sallis ve diğerlerinin (1999) yaptıkları araştırma sonuçları sağlıkla ilişkili beden eğitiminin akademik başarıyı artırdığı yönündedir. Wilkins ve diğerlerinin (2003) araştırma sonuçları da ilginç sonuçlar içermektedir. Bu araştırma sonuçları beden eğitimi ve spor, müzik ve sanat gibi derslerin süreleri azaltıldığında ya da diğer ders alanlarına kaydırıldığında, diğer derslerdeki başarının daha iyi olmadığı yönündedir.

Bu bağlamda, “Beden Eğitimi ve Spor” derslerinden öğrencilerin bütünsel gelişimlerini sağlamak amacıyla eğitim ortamlarında yüzyıllardır yararlanılmaktadır. Bu bakış açısıyla değerlendirildiğinde, Avrupa Birliği, OECD ve Birleşmiş Milletler gibi uluslararası kuruluşların çalışmaları ve kararları da eğitim ortamlarında beden eğitimi ve sporun önemini ortaya koymakta ve beden eğitimi ve spora eskiye oranla daha fazla yer verilmesini öngörmektedir.

Burada belirtilmesi gereken önemli bir husus da, “Beden Eğitimi ve Spor” derslerinin varlığı, bireye ve topluma olan katkısı ile, derslerin verimli işlenmemesinin ayırt edilmesidir. Okullarımızdaki ders programlarında yer alan çoğu dersin verimli işlenemediğinin bir çok kanıtı vardır. Sorun sadece beden eğitimi ve spor alanı ile ilgili değildir. Sorun bütünseldir. Üniversiteye giriş sınavlarında adayların temel akademik derslerden ne denli başarısız oldukları da bilinmektedir. Ancak, “Matematik” ya da “Fizik” dersinin programdan kaldırılmasını kimse tartışmamaktadır. Doğrusu da budur. Bir dersi programdan çıkarmak kolay bir çözümdür. Önemli olan derslerin etkili işlenmesini sağlamaktır ki, bunu etkileyen temel etmenler ortadadır. Bunların başlıcaları; saha ve tesis yetersizliği, araç-gereç eksikliği, kalabalık sınıflar, öğretici bir denetim sisteminin yokluğu, sosyo-ekolojik bütünlükçü yaklaşım eksikliği, öğretmen yetiştirmedeki eksiklikler ve öğretmenlerin mesleki gelişimlerinin yeterince sağlanamamasıdır. Politika yapıcılar ve karar vericilerin öncelikle bu sorunlar üzerine çözüm üretmelerinin daha etkili olacağı kanaatindeyiz. Bu bağlamda, genel eğitimin bir parçasını ortadan kaldırmak, konuyu salt “fiziksel

aktivite”ye indirgemek, “hareket ve spor eğitimi” işini piyasa koşullarına havale etmek, çocuk ve gençlerimizin, dolayısıyla da toplumun problemlerini çözmek yerine, daha da artıracaktır.

Diğer yandan, spor ve egzersiz yapma alışkanlığı kültürel bir gerçekliktir. Kültürel kazanımlar ise çocuk ve genç yaşlarda daha kalıcı şekilde edinilir. Okulda “hareket eden birey” olarak yetişen çocuk ve genç, anne-baba olduğunda çocukları ve çevresi ile birlikte hareket edecek ve her tür sportif etkinliğe katılabilecektir. Bunu okulda sağlamak elbette ki yeterli değildir. Yerel yönetimler başta olmak üzere, bu konuda görev ve sorumluluğu olan birimlerin yaşlısı, genci ve çocuğu ile herkese hizmet edecek spor, egzersiz ve fiziksel aktivite ortamlarını yaratmalıdır. Bu çerçevede, başta Milli Eğitim Bakanlığı, Sağlık Bakanlığı ile Gençlik ve Spor Bakanlığı yetkililerinin insanımıza hareket ve spor kültürü kazandırma, diğer bir deyişle “fiziksel olarak eğitilmiş birey” yetiştirme konusunda önemli derecede sorumluluk üstlendiklerinin bilincindeyiz ve inanıyoruz ki ilgili kişi ve kurumlar yakın dönemde olumlu adımlar atacaklardır.

Konuya ilişkin olarak değinilmesi gereken diğer bir konu da uluslararası spor etkinliklerinde ve Olimpiyat Oyunlarında başarılı durumumuzdur. Beden Eğitimi ve Spor derslerinin; Olimpik kültürün gelişmesi, sporcu adaylarının seçimi, çocuk ve gençlere “fair-play” başta olmak üzere sportif değerlerin kazandırılması, istendik spor taraftarı/seyircisi oluşumu ile tabana yayılmış bir Olimpiyat hazırlığının yapılmasına katkısı yadsınamaz. Bu yaklaşım, sporcu piramidi oluşturarak Olimpiyat Oyunlarında başarılı olmak ve oyunların İstanbul’a kazandırılması için yapılacak diplomatik çalışmalara destek olacaktır.

Buradan belirtilmesi gereken önemli bir konu da, derslerin kaldırılması konusunda tartışmanın yapıldığı meslek liselerinde yetişen bireylerin gelişimi ve bu dersin bireylerin gelişimine olan olumlu etkisidir. Meslek liseleri, bir mesleğin öğrenildiği ve iş koluna uygun yeterliklerinin geliştirildiği okullardır. Bu okullardan mezun olan öğrencilerin işleri sıklıkla zihinsel güç ve becerinin yanında beden gücü ve becerisinin kullanılmasını gerektiren iş kollarıdır. Örneğin Sağlık Meslek Lisesi’nden mezun olan bir öğrencinin hasta taşıması veya hastayı hareket ettirmesi için veya ağaç işlerinde okuyan bir öğrencinin kullanacağı materyalleri taşıması ve aracı kullanması için gerekli kas dayanıklılığı ve kuvvetine sahip olması gereklidir. Bu nedenle, meslek liselerinde okuyan öğrencilere sunulan Beden Eğitimi ve Spor derslerinde bu konularda düşünülerek gerekli düzenlemeler yapılmalı ve öğrencilerin mesleki fiziksel uygunluk yeterliklerinin izlenmesi sağlanmalıdır.

Sonuç olarak, okullarımızda “Beden Eğitimi ve Spor” derslerinin kaldırılması yerine, ders saatlerinin artırılması ve etkin bir şekilde uygulanmasının çarelerini bulunması gerektiği inancındayız.

Tüm ilgililere ve kamuoyuna saygı ile duyurulur.

Teşekkür: Yazının oluşturulmasında temel kaynak olarak yararlandığımız “Spor Eğitimi Grubu”nun yazısından dolayı adı geçen grup elemanlarına (<http://www.sporegitimi.com/tr/beden-egitimi-uzerine-durum-degerlendirme-yazilari-ve-oneriler/ders-saatleri-hakkinda-gorus.html>), yazıyı hazırlarken görüşlerini bizimle yazılı olarak paylaşan Prof. Dr. Seyhan Hasırcı, Prof. Dr. Aysel Pehlivan, Prof. Dr. Ayşe Kin İşler, Doç. Dr. Mustafa Levent İnce, Yrd. Doç. Dr. Fatma Saçlı ve Yrd. Doç. Dr. Gökçe Erturan İlker’e teşekkür ederiz.

Spor Bilimleri Derneği Yönetim Kurulu

Kaynakça

1. American Heart Association (2009). American Heart Association, Internet site: <http://www.americanheart.org/presenter.jhtml?identifier=4550>
2. Etnier, J.L., Salazar, W., Petruzello, S.J., Han, M. And Nowell, P. (1997). The influence of physical fitness and exercise upon cognitive functioning: a meta-analysis. *Journal of Sport and Exercise Psychology*. 19: 249-277.
3. ICHPER.SD (2009). International standards for physical education and sport for school children. Internet site <http://www.ichpersd.org/i/standards.html>.
4. MEB (2007). İlköğretim beden eğitimi dersi (1-8. Sınıf) öğretim programı ve kılavuzu. T.C. MEB İlköğretim Genel Müdürlüğü, Devlet Kitapları Müdürlüğü, Ankara.
5. NASPE (2004). Moving into the future, national standards for physical education. McGraw-Hill Higher Education.
6. Pica, R. (1997). Beyond physical development: Why young children need to move. *Young children*. 52(4):4-11.
7. Sallis, J.F., McKenzie, T.L., Kolody, B., Lewis, M., Marshall, S. and Rosengard, P. (1999). Effects of health-related physical education on academic achievement: project SPARK. *Res Q Exerc Sport*. 70:127-134.

8. T.C. Sağlık Bakanlığı Temel Sağlık Hizmetleri Genel Müdürlüğü (2008). Türkiye Obezite İle Mücadele Programı ve Eylem Planı (2008-2012).
9. Türkiye Ulusal Hastalık Yüğü ve Maliyet-Etkililik Raporu. (2004).
10. U.S. Department of Health and Human Services (1999). Physical activity and health: a report of the Surgeon General. Atlanta, GA: U.S. Department of Health and Human Services, Centers for Disease Control and Prevention and Health Promotion.
11. U.S. Department of Health and Human Services (2002). Physical activity fundamental to preventing disease. U.S. Department of Health and Human Services.
12. Wilkins, J.B., Graham, G., Parker, S., Westfall, S., Fraser, R. And Tembo, M. (2003). Time in the arts and physical education and school achievement. *Journal of Curriculum Studies*. 35: 721-734.