

## Tennisin 7-8 Yaş Grubu Çocuklarda Fiziksel Uygunluk Parametreleri ve Dikkat Toplama Becerisine Etkisi: Kesitsel Bir Araştırma

Ahmet VATANSEVER

Sorumlu yazar, Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

<https://orcid.org/0009-0005-2452-1008>

Serap ÇOLAK

Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

<https://orcid.org/0000-0003-3093-0607>

Betül BAYAZIT

Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

<https://orcid.org/0000-0003-3547-2035>

### Özet

Bu çalışmanın amacı, tenis antrenmanlarının 7-8 yaş grubu tenis oynayan çocukların fiziksel uygunluk ve dikkat düzeyine etkisini araştırmaktır. Araştırmaya, ALKEV Spor Okulları'nın tenis branşına kayıtlı ve düzenli antrenmanlara devam eden 30 sporcu ile ALKEV Özel Okulları'na kayıtlı 30 sedanter öğrenci (yaş:  $7,50 \pm 0,504$  yıl), (boy uzunluğu:  $128,48 \pm 5,140$  cm), (vücut ağırlığı:  $26,60 \pm 4,574$  kg) katılmıştır. Çocuklara, fiziksel uygunluk parametreleri için boy uzunluğu, vücut ağırlığı, çeviklik testi, flamingo denge testi, durarak uzun atlama ve 20m sprint testi uygulanmıştır. Çocukların dikkat düzeyi Bourdon Dikkat Testi ile belirlenmiştir. Araştırmadaki verilerin istatistiksel analizleri SPSS 25.0 programı kullanılarak yapılmıştır. Elde edilen sonuçlara göre, katılımcıların 20m sprint, dikey sıçrama, flamingo denge, çeviklik ve Bourdon Dikkat Testi parametrelerinde istatistiksel olarak tenis oynayan katılımcıların lehine anlamlı düzeyde farklılıklar bulunmuştur ( $p < 0,05$ ).

**Anahtar Kelimeler:** Tenis, dikkat, beceri, fiziksel uygunluk

## The Effect of Tennis on Physical Fitness Parameters and Attention-Gathering Skills in Children Aged 7-8 Years: A Cross-Sectional Study

### Abstract

This study aimed to examine the relationship between physical fitness and attention in tennis-playing children aged 7 to 8 years. 30 athletes registered with the tennis branch of ALKEV Sports Schools who regularly attended training sessions were compared to 30 sedentary students registered with ALKEV Private Schools (Mean age: 7.50 0.504 years, Mean height: 128.48 5.140 cm, Mean weight: 26.60 4.574 kg). On the children, physical fitness parameters including height, body mass, agility test, flamingo balance test, standing long jump, and 20-meter sprint test were administered. The children's attention levels were determined using the Bourdon Attention Test. Using the SPSS 25.0 software, the statistical analysis of the study's data was performed. Statistically significant differences in favor of the athletes were found in the 20-meter sprint, vertical jump, flamingo balance, agility and Bourdon Attention Test ( $p < 0.05$ ) parameters.

**Keywords;** Tennis, concentration skills, physical fitness

### SUMMARY

**Introduction and Aim:** Managing our emotions by filtering outside stimuli, realizing learning, and making decisions are all processes that require attention. Sports performance can be good and at its peak for those who can focus and control these processes in a healthy way (Williams, 1993). Early attention training develops into a skill that can be sustained throughout life. Early life experiences are the biggest supporters of education and a successful career. Children who actively engage in lessons and activities like physical education and sports, physical activities, and games while still in elementary school also develop better attention and attention skills because they learn skills like thinking, feeling responsible, making snap decisions, sharing, and cooperating with others (Koçyiğit et al., 2020).

Professional sports help people develop skills like self-respect, responsibility, taking on tasks, internal discipline, and taking care of their bodies, which support academic success. Professional sports also benefit people psychologically and physiologically. Our children's participation in physical education, sports lessons, and other activities at school has a significant place in the modern understanding of education (Yılmaz, 2019). As well as measuring, evaluating, and evaluating the effects of sports by looking at their growth, development, and current physical fitness in childhood and early ages, physiological and motor tests are used to observe which sport branches children are predisposed to, to support people in getting to know themselves, to discover and set realistic goals in gaining sports culture, and to support individuals in getting to know themselves. helps families and experts by pointing them in the direction of their own personal sporting branches (Bayazit et al., 2020).

Tennis is a sport branch where coordinational elements are used in conjunction with intense focus. Individuals who pay close attention to learning tennis-specific skills develop those skills more quickly, putting them into practice more quickly. According to this perspective, it supports the success of people with better attention skills in fields that are related to attention (Ölçücü et al., 2010). Tennis can be played at both recreational and competitive levels, requiring advanced attention and physical fitness, thanks to the game's design. Children may find it simpler to develop their life skills as well as their athletic and academic potential if they are born with the capacity for focus and attention. In this

context, it is intended to investigate the effects of tennis on children between the ages of 7-8 and their physical fitness parameters and attention-getting abilities.

**Materials and Methods:** The cross-sectional method, one of the descriptive research types, was used in the design of our study. It is a quantitative research method. Our study included 30 athletes who regularly attend ALKEV Sports Schools tennis lessons and are enrolled in private schools, as well as 30 sedentary students (age: 7.50 years, height: 128.48 inches, weight: 26.60 kilograms, registered in private schools). The ALKEV Private Schools gymnasium was used to measure the children who took part in our study's height (cm), body weight (kg), agility, flamingo balance, standing long jump, and 20-meter sprint tests. The classroom setting was used to administer the Bourdon Attention Test (Bourdon, 1955), which measures attention concentration.

**Results and Conclusion:** In general, studies in the literature corroborate our findings. Children who play tennis may benefit from games and training sessions that are designed based on coordination and target studies. As a result, children's abilities in perception, attention, and long-term memory also improve. Children who learn about this aspect will be more interested in and eager to learn, and they will also feel more confident (Göktepe et al., 2016). As a result of the study, it was determined that children who play tennis beginning in pre-school and primary school have a positive impact on the realization of the targeted attention skills for the development of attention and physical fitness parameters. Court tennis helps kids develop their minds and bodies while also enhancing their attention-seeking and focusing abilities, which are valuable in a variety of life situations where attention skills are important.

## 1. GİRİŞ

Zihnin tüm algılarının açık olarak belirlenen tek amaca yöneltilerek eş zamanlı olarak aynı noktada istenilen sürede yoğunlaştırılabilme becerisine dikkat denir. Dikkat, nöral sistemin sınırlı bir zaman dilimi içerisinde sadece bir noktaya odaklanması ve dışarıdan gelecek olan her uyarana kendini kapamasıdır (Ulukan ve Özdemir, 2021). Aynı zamanda bir uyarıcının diğer uyarılara oranla daha net algılanabilmesi için seçicilik ve kademelik ilkeleriyle azaltılmasını içermektedir. (Irak ve Karakaş, 2002). Soysal ve ark. (2008)' e göre dikkat, "diğer etkenleri bir kenara bırakarak seçici bir şekilde bir olguya odaklanma yeteneği ve bilincin belirli bir noktada toplanmış bir durumu" olarak tanımlanabilir. Her insanın farklı seviyelerde dikkat etme becerisi mevcuttur. Dikkat becerisi zayıf bireylerin küçük ve basit olayları bile anlamlandırmakta zorluklar yaşadığı ve dikkatinin farklı seviyelerde işlediği görülmektedir (Demirel ve ark., 2012). Bireyin erken yaşlarda kazandığı dikkat becerileri ilerleyen yaşlarda sürdürülebilir bir yetenek haline gelir. Erken yaşlarda kazanılan bu deneyimler eğitim ve mesleki yaşamın destekçilerinden birisi haline gelir. Okul çağlarında beden eğitimi ve spor, fiziksel etkinlikler ve oyun gibi ders ve etkinliklere aktif katılan çocuklar düşünme, görev bilinci, hızlı karar verme, paylaşma, birlikte hareket etme gibi kazanımlar sayesinde dikkat becerilerini de geliştirir (Koçyiğit ve ark., 2020).

Yaşamın her alanında karşımıza çıktığı gibi dikkat, spor alanında da doruk performans için vazgeçilmez niteliklerdendir. Sporcularda dikkat becerisi, çevre ve ilgi boyutlarına bağlı olarak farklılıklar ortaya çıkar (Kumartaşlı ve Baştuğ, 2010). Sporcu, hedeflenen performans seviyesine ulaşmak için, uyarıların en önemliden en önemsizine kadar parçalara bölerek seçici dikkati en iyi seviyede kullanılabilmektedir. İnsanlar devamlı olarak iç ve dış veri yüklemesiyle karşı karşıya kalmaktadır, ancak bunların bir kısmı sınırlı bir şekilde işlenebilir. Diğer bir deyişle, zihin, uygun uyarıların tanımlanabilmesi ve işleyebilmesi için seçme ihtiyacı duyar (Boutcher, 1992). Sporcular ve antrenörler, spor performansını en üst düzeyde gösterebilmek için dikkate büyük bir önem verirler.

Dikkat, bilginin hızlı bir şekilde işlenmesini sağlar ve bu nedenle spor becerilerinin sergilenmesinde belirleyici bir rol oynar (Çağlar ve Koruç, 2006). Dikkat, dışarıdan alınan uyarıları süzgeçten geçirerek duygu yönetimimizi dengeleyebilme, öğrenmeyi gerçekleştirebilme ve düşünüp karar verme gibi süreçleri içerir. Bu süreçleri sağlıklı bir şekilde kontrol edebilme ve yoğunlaşabilme yeteneğine sahip bireyler sporda iyi ve doruk performansla rahatlıkla ulaşabilirler (Williams, 1993).

Dikkat becerisinin yoğun olarak kullanıldığı tenis branşı, dünya genelinde yaygınlaşmış spor branşlarından olmakla birlikte, sporcu olarak oyun içerisinde heyecan ve mutluluk hazzı, seyirci olaraksa keyif ve eğlence dolu olan bir spor olarak literatürde önemli bir yer edinmiştir. Tenis, anaerobik içeriği fazla olan spor branşlarından biri olarak, temel motor becerilerin bir arada kullanılmasını gerektiren hız ve hareketin yüksek tempolarda devam ettiği olimpik bir spor dalıdır (Gelen, Mengütay ve Karahan, 2009). Bunun yanı sıra sportif boş zaman etkinlikleri arasında da en popüler olanlardan biridir (Akyüz, 2015). Tenis, bireylerde rahatlama hissi uyandıran, mutluluk veren, her yaş grubuna hitap edebilen, bireylerin kendilerini bulduğu, sağlık açısından fayda sağladığı, sorumluluk duygusu geliştirdiği, boş zamanlarını değerlendirmek amacıyla değerlendiren veya ileri seviye oyunla profesyonel olarak mesleki kariyer haline getirdiği spor branşlarından biridir (Doğan ve Özkan, 2021). Tenis koordinatif özelliklerin bir arada kullanıldığı ve dikkat seviyesinin yüksek olduğu bir spor branşıdır. Tenis branşına özgü becerilerin kazanımında dikkat düzeyi yüksek olan bireylerin yeni edinilen beceriyi harekete aktarma süreci daha hızlı gerçekleşir. Bu nedenle, dikkat becerisi gelişmiş olan bireylerin dikkate bağlı alanlarda da başarılarını desteklediği söylenebilir (Ölçücü ve ark., 2010). Bunker ve Reilly' ye (1985) göre beceri ve performans geliştirmek için sporcu tarafından taşınması gereken özelliklerden biri, dikkat yeteneğidir. Erken yaşlarda kazanılacak olan odaklanma ve dikkat becerisi, çocukların spor ve akademik yaşamlarının yanı sıra hayat becerilerini de geliştirmede kolaylık sağlayabilir. Çocukların tenis branşına yatkın olup olmadıklarını gözlemlemek için uygulanan fizyolojik ve motor beceri testleri, dikkat becerisini ve spor kültürünün kazandırılmasını destekleyebilir (Bayazıt, Keskin ve Tahtalı, 2020). Buradan yola çıkarak çalışmada, 7-8 yaş grubundaki çocuklarda tenisin fiziksel uygunluk parametrelerinin ve dikkat toplama becerisinin etkilerinin incelenmesi amaçlanmıştır.

## 2.MATERYAL & METOT

### Araştırma Modeli

Araştırma nicel araştırma yöntemiyle tasarlanmış olup, betimsel araştırma türlerinden kesitsel yöntem kullanılarak dizayn edilmiştir. Kesitsel araştırmalarda betimlenecek değişkenler, gelişim özellikleri, okuduğunu anlama becerileri ve tutum gibi davranışların, bir veya daha fazla örneklemden bir kere veri toplanmasını ifade eder (Ateş ve Mazi, 2017).

### Araştırma Grubu

Araştırmaya ALKEV Özel Okulları ile ALKEV spor okulları branşlarından tenis okuluna kayıtlı olan ve antrenmanlara rutin olarak devamlılık sağlayan 30 sporcu ile ALKEV Özel Okullarına kayıtlı sedanter 30 öğrenci (yaş: 7,50±,504 yıl), (boy: 128,48±5,140 boy), (kilo: 26,60±4,574 kg) katılmıştır.

### Veri Toplama Araçları

Katılımcıların; boy uzunluğu (cm), vücut ağırlıkları (kg), çeviklik, flamingo denge, durarak uzun atlama ve 20m sprint testi ölçümleri ALKEV Özel Okulları spor salonunda, Bourdon Dikkat Testi (Bourdon, 1955) ise sınıf ortamında uygulanmıştır.

**Boy Uzunluğu (cm) ve Vücut Ağırlığı Ölçümü (kg):** Katılımcıların boy uzunlukları (mezura), vücut ağırlıkları kg cinsinden elektronik ağırlık cihazı (Xiami Mi Smart Scale 2) ile ölçülmüştür. Katılımcılar ayakkabısız, şort ve tişört ile boy ve kilo ölçümlerine alınmıştır.

**Uzun Atlama Testi (m):** Katılımcılar zemine yerleştirilmiş ölçüm cetvelinin başlangıç çizgisine gelmişlerdir. Dizler bükülü, kollar geride, ayaklar omuz genişliği kadar açılarak hazır olunduğunda ileriye doğru sıçrama yapmaları istenmiştir. Atlama sonrasında temas ettiği ilk bölgede topuk hizası işaretlenerek başlangıç noktası ile arasındaki mesafe ölçüsü alınmıştır. Katılımcılara iki tekrar hakkı verilmiş, en iyi atlayış kaydedilmiştir (Tan ve Çolak, 2021).

**Flamingo Denge Testi:** Katılımcıların denge düzeylerini ölçmek için flamingo denge testi kullanılmıştır. 50 cm uzunluk, 4 cm yükseklik, 3 cm genişliği olan denge aleti üzerinde baskın olmayan ayağı dengede diğer ayak bükülü olacak şekilde 1 dk süresince dengede durması istenmiştir. Katılımcılar süre içerisinde denge kaybı yaşayarak düşme eğilimine geçtiklerinde süre durdurulmuş ve tekrar başlangıç pozisyonuna geçmeleri beklenmiştir. Süreç sonunda hata puanları sayılarak kaydedilmiştir (Tan ve Çolak, 2021).

**Çeviklik Testi:** Bölükbaş ve ark. (2022) tarafından “Okul Öncesi Çocukların Fiziksel Aktivitelere Katılımının Bazı Fiziksel Uygunluk Parametrelerine ve Dikkat Toplama Becerisine Etkisi” çalışmasında geçerliliği ve güvenilirliği test edilen çeviklik testi uygulanmıştır. Zemin üzerine başlangıç ve bitiş noktalarına renkli bantlar 3,05m mesafe alınarak yerleştirilmiştir iki çizgi arasında orta nokta tespit edilerek renkli bantlar ile işaretlenmiş ve tenis topu konulmuştur. Katılımcılar başlangıç çizgisine temas etmeden sırt üstü pozisyonda bekleyerek testi uygulayan kişi tarafından “Başla” komutunu beklemiştir. Komut ile birlikte süre başlatılmış topu alıp tekrar başlangıç pozisyonuna geldiğinde süre durdurularak dereceleri kayıt edilmiştir.

**20m Sprint Testi:** Spor salonunda 20 metrelik mesafe ölçülmüş, başlangıç ve bitiş noktaları işaretlenmiştir. Katılımcılardan teste başlamadan önce 10 dk. ön ısınma yapmaları istenmiştir. Sırasıyla katılımcılar komut ile başlangıç yaptıklarında kronometre (Kalenji Onstart 310 Dijital) başlatılmış, bitiriş çizgisini geçince durdurulmuştur. Katılımcılara iki tekrar yaptırılmış en iyi dereceleri kaydedilmiştir (Balkanlı, Şahan ve Erman, 2020).

**Bourdon Dikkat Testi (Bourdon, 1955):** 1955 yılında Benjamin Bourdon tarafından geliştirilen Bourdon Dikkat Testi (Bourdon, 1955) sayfa üzerinde gelişigüzel şekilde yerleştirilen 660 harften oluşmaktadır. Katılımcılar 5 dk. içerisinde “a, b, d, g” harflerini tespit edip üzerlerinin çizilmesi istenmiştir. Test her yaş grubundaki bireylere uygulanabilmektedir. Dikkat testinin değerlendirilmesinde teste katılan bireylerin işaretlediği doğru yanıtlar dikkate alınmaktadır. Testte doğru olarak işaretlenen her cevap bir puan olacak şekilde kabul edilmiştir. Bireyin testten alabileceği en yüksek skor 118 olarak belirlenmiştir. Puanın yüksek çıkması dikkat düzeyinin yükseldiğini göstermektedir (Brickenkamp ve ark., 1975; Karaduman, 2004).

### Verilerin Analizi

Çalışmada veriler SPSS 25.00 programı ile analiz edilmiştir. Normal dağılıma uygunluk gösteren değişkenlere, Bağımsız iki grup ortalamasına dayalı iki örneklem T Test, normal dağılıma uygun olmayan değişkenlere ise Mann Whitney U Testi kullanılmıştır. Ayrıca değişkenlere ait tanımlayıcı istatistikler çizelgesi de oluşturulmuştur. Verilerin analizi %95 güven aralığında, 0,05 anlamlılık düzeyinde belirlenmiştir.

**3.BULGULAR****Tablo 1.** Tanımlayıcı istatistik değerleri (n=60)

	Min.	Maks.	Ortalama± SS
Yaş	7	8	7,50±,504
Boy (cm)	113	139	128,48±5,140
Ağırlık (kg)	18	39	26,60±4,574
Antrenman Yaşı (Tenis)	1	2	,77±,851

SS: Standart Sapma

**Tablo 2.** Katılımcıların 20m sprint, dikey sıçrama, tanımlayıcı istatistik ve p değerleri

	n	Ortalama ± SS	t	p	
20m Sprint	Sporcu	30	4,61±,271	-8,065	,000
	Sedanter	30	5,71±,700		
Dikey Sıçrama	Sporcu	30	123,60±10,900	11,242	,000
	Sedanter	30	93,33±9,932		

$p<0,005$

Tablo 2’de görüldüğü gibi aktif kort tenisi oynayan çocukların sedanter yaşlılarına göre sprint ve dikey sıçrama düzeyleri daha çok gelişmiştir. Tenis oyunun içerisinde hızlı yer değişimleri ani hızlanmalar ve top süratinin değişkenliği patlayıcı kuvvete doğrudan katkı sağlamaktadır. Kısa mesafe koşular ve sıçrama gibi çalışmalarla gelişim sağlanabilir. Katılımcıların 20m sprint ve dikey sıçrama bulguları incelendiğinde sporcular lehine anlamlı düzeyde fark tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ).

**Tablo 3.** Katılımcıların flamingo denge, çeviklik, tanımlayıcı istatistik ve p değerleri

	n	Ortalama±SS	z	p	
Flamingo Denge	Sporcu	30	1,43±,858	-6,673	,000
	Sedanter	30	7,83±2,547		
Çeviklik	Sporcu	30	4,78±,723	-6,563	,000
	Sedanter	30	8,50±1,408		

$p<0,05$

Tablo 3’de görüldüğü gibi aktif kort tenisi oynayan çocukların sedanter yaşlılarına göre denge ve çeviklik düzeyleri daha çok gelişmiştir. Tenis branşı oyun yapısı itibari ile sporcularda güçlü bir denge ve yüksek çeviklik kapasitesi aramaktadır. Katılımcıların Flamingo denge ve çeviklik bulguları incelendiğinde sporcular lehine anlamlı düzeyde fark tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ).

**Tablo 4.** Katılımcılara ait Bourdon Dikkat Testi, tanımlayıcı istatistik ve p sonuçları

	n	Ortalama±SS	t	p	
Bourdon Dikkat Testi	Sporcu	30	86,70±5,351	14,058	,000
	Sedanter	30	52,80±12,076		

$p<0,05$

Tablo 4’de katılımcıların Bourdon dikkat testi bulguları incelendiğinde spor yapan çocukların sedanterlere göre daha iyi sonuçlar elde ettiği görülmüştür. Kort tenisi ve benzeri raket sporlarında oyun içerisinde topu iyi takip etmenin yanında geliş hızı, geliş açısı, rakip oyuncunun pozisyonu gibi birçok faktörü göz önüne alıp doğru değerlendirmeyi yaptıktan sonra topa hamle yapmayı gerektirmektedir. Bu nedenle tam bir odaklanma ve dikkat ancak iyi performansı ortaya çıkarmakta

yardımcı olacaktır. Katılımcılara uygulanan Bourdon Dikkat Testi sonucunda sporcular lehine anlamlı düzeyde fark tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ).

#### 4.TARTIŞMA VE SONUÇ

Tenis sporu yapan çocukların fiziksel uygunluk ve dikkat düzeylerinin incelenmesi amacıyla yapılan çalışmamızda, tenis sporu yapan ve spor yapmayan 7-8 yaş grubu çocukların 20m Sprint, Dikey Sıçrama (Tablo 2), Flamingo Denge ve Çeviklik (Tablo 3) değerleri ve dikkat toplama düzeyleri (Tablo 4) tenis sporu yapan katılımcıların lehine anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Pişkin ve Alpay' ın (2019) "Çocuklarda 8 haftalık kort tenis antrenmanının dikkat düzeyi üzerine etkisinin incelenmesi" çalışmasında teniste hedef antrenmanlarının dikkat düzeyi ortalamalarının deney grubu lehine anlamlı fark olduğu ortaya konulmuştur. Dikkat düzeyine yönelik yapılan kort tenisi antrenmanları çocuklarda dikkat düzeyini olumlu yönde etkilediği mevcut çalışmada ortaya çıkan bulgular ile benzerlik göstermektedir. Özdemir (2010) tarafından yapılan araştırmada, tenisin temel vuruşu olan forehand ve backhand vuruş mekaniğinin duvardaki hedeflere vuruş çalışmalarıyla geliştirilebildiği gözlemlenmiştir. Araştırmada, hedefsiz duvara vuruş yapan deneklerle karşılaştırıldığında, hedefli duvara vuruşlar yapan deneklerin %10 oranında daha iyi bir performans sergilediği tespit edilmiştir. Tenis performansını artırmak isteyen sporcular için yapılan basit hedefli vuruş çalışmalarının bile sürekli dikkatin aktif tutulmasında katkısının olduğunu göstermektedir. Araştırma bulguları, ( $p<0,05$ ) anlamlılık düzeyinde hedefli egzersiz yapan grubun hedefsiz egzersiz yapan gruba göre daha yüksek bir performans sergilediğini ortaya koymaktadır. Can' ın (2007) "10-12 yaş grubundaki erkek tenisçiler, masa tenisçiler ve aynı yaş grubundaki sedanterlerin reaksiyon zamanlarının karşılaştırılması" başlıklı çalışmasında rutin olarak egzersizlere devam eden masa tenisi sporcularının tenis ve sedanter gruplara göre dikkat ve reaksiyon zamanı verilerinin düşük olduğu tespit edilmiştir. Gürgen (2008) tarafından gerçekleştirilen "Dikkatin yaratıcı algılarının karşılaştırılması" adlı çalışmada, 10 ve 12 yaş aralığında lisanslı tenis sporcuları ve sedanter çocukların, uzman tarafından planlanan bir eğitim sonucunda dikkatin yaratıcı özellikleri üzerinde hangi düzeyde gelişim sağladığı kaydedilmiştir. Çalışmada rutin olarak aktif çalışmalarına devam eden ve hiçbir çalışmaya katılmayan çocuklar karşılaştırılmaktadır. Bulgular, dikkat ve yaratıcılık özelliklerinin aktif çalışmalarına katılan ve uzman tarafından eğitim alan grupta gelişimin ciddi bir farkla hızlı geliştiğini göstermektedir. Dikkat düzeyi ve dikkatin geliştirilmesi üzerine yapılan araştırmalar, tenis branşının dikkat becerilerine olumlu etkileri olduğunu ortaya koymaktadır. Çalışmamız da benzer sonuçları doğrulamaktadır. Tunç (2013) tarafından Bourdon Dikkat Testi ile yapılan "14-15 yaş çocuklarda golf sporunun dikkat düzeyi üzerine etkisinin incelenmesi" başlıklı araştırmada, golf egzersizlerinin katılımcıların dikkat düzeyine olumlu yönde etkileri gözlemlenmiştir. Akandere ve ark. (2010) tarafından gerçekleştirilen "Beden eğitimi ve spor dersinde eğitsel oyunlar ile planlanan derslerin çocukların dikkat düzeylerine etkisi" başlıklı araştırmada da 8 haftalık program ve gözlem sonucunda 9-13 yaş çocuklara uygulanan eğitsel oyunların deney grubu değerlerinin kontrol grubu değerlerine oranla yüksek fark oluşturduğu belirtilmiştir. Temelinde odaklanmanın etkili olduğu tenis ve dikkat çalışmaları sonuçları yapmış olduğumuz araştırmanın sonuçlarını desteklemektedir.

Badminton antrenmanlarının dikkat düzeyi ve reaksiyon zamanı üzerine etkisinin incelendiği çalışmada, badminton sporu yapan ve sedanter çocuklar arasında sporcular lehine dikkat testi puanları istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. (Koçyiğit ve ark., 2020). Sekiz haftalık masa tenisi egzersizlerin 9-13 yaş arası çocuklarda dikkat üzerine etkisinin araştırıldığı başka bir çalışmada da, masa tenisi çalışmalarına katılan çocukların ön test ve son test dikkat testi puanları arasında anlamlı fark olduğu tespit edilmiştir (Asan, 2011). Yapılan çalışmalarda grupların ön test ve son test dikkat testi karşılaştırmaları arasında deney grubuna yapılan badminton ve masa tenisi çalışmaları çocuklarda dikkat düzeylerinin arttığını ortaya koymuştur. Farklı raket sporlarının ele alınarak dikkat

becerisine olan etkileri incelendiği araştırmalar yapmış olduğumuz araştırmayı desteklemekte ve raket sporlarının oyun yapısı itibari ile dikkat ve odaklanma üzerine kurulu olması dikkat becerisi gelişiminde büyük rol oynadığını açıkça göstermektedir. Böylelikle çocuklarda algı, dikkat, uzun süreli bellek yetileri de artmaktadır. Bu yönünü keşfeden çocuklar öğrenme ilgi ve isteklerini artıracak bir yandan da özgüven duygularını harekete geçirecekleridir (Göktepe, Akalın ve Göktepe, 2016).

Literatürde yer alan araştırmalar, genel hatlarıyla bulgularımızı desteklemektedir. Çalışma kapsamında, tenis antrenmanı yapmayan ve hiçbir spor çalışmasına katılmayan, sedanter yaşam biçimini benimseyen çocuklar ile rutin olarak tenis antrenmanlarına devam eden çocuklar tercih edilmiştir. Hayatımızı kolaylaştıran, ancak hareket alanımızı kısıtlayan teknolojinin günümüzde çocuklarımızın oyun arkadaşı haline gelmesiyle birlikte, hareketsizlik, uyku bozukluğu, dikkat eksikliği, sağlıklı iletişim kurma güçlüğü gibi problemlerin ortaya çıkması, çalışmamızın grup seçimlerinde tercih sebebi olarak aradaki farkın net bir şekilde ortaya çıkarılmasını hedeflemiştir. Araştırmanın sonucu olarak, okul öncesi ve ilkokul dönemlerinde tenis sporuyla uğraşan çocukların dikkat toplama ve fiziksel uygunluk parametreleri gelişimi için tenis branşının hedeflenen dikkat becerilerini gerçekleştirmede olumlu yönde katkı sağladığı görülmüştür. Tenis oynayan çocuklarda dikkat becerilerinin gelişimine destek olan koordinasyon ve hedef çalışmalarına dayalı planlanan oyunlar ve antrenmanlar, dikkat becerisinin artmasına yardımcı olabilir. Kort tenisi, çocukların mental ve fiziksel gelişimine katkı sağlamasının yanı sıra, dikkat toplama becerisi ve odaklanma becerilerini geliştirerek, dikkat becerisinin hâkim olduğu hayatın farklı alanlarında da faydalı olacağından, uzman eğitimci tarafından yetiştirilmek üzere tenis kulüpleri ve spor okullarına yönlendirilerek spor kariyerleri ile hayat becerilerine katkı sağlanabilir.

#### **Yazar Katkıları**

Yazarlar çalışmaya eşit derecede katkı sağlamışlardır.

#### **Çıkar Çatışması**

Yazar(lar) çalışma ve yayımlanması konularında herhangi bir çıkar çatışması belirtmemişlerdir.

#### **Etik Kurul İzni ile ilgili Bilgiler**

**Kurul Adı:** Kocaeli Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulu

**Tarih:** 26.01.2023

**Sayı No:** 359109

#### **KAYNAKÇA**

- Akandere M., Baştuğ G., Asan R., Baştuğ K. (2010). *Çocuklarda eğitsel oyunun dikkat üzerine etkisi. Perspectives in Physical Education and Sport. Constanta Romania. International Scientific Conference.*
- Akyüz, H. (2015). Beden eğitimi ve spor yüksekokulu bölümünde öğrenim gören üniversite öğrencilerinin boş zaman faaliyetlerini değerlendirilme biçimlerinin incelenmesi. *International Journal of Science Culture and Sport*, 3(Special Issue 3), 301-316. <https://doi.org/10.14486/IJSCS249>
- Asan, R. (2011). *Sekiz haftalık masa tenisi egzersizlerin 9-13 yaş arası çocuklarda dikkat üzerine etkisi* (Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Ateş, H. K., Mazi, M. G. (2017). Kitap Özeti: Bilimsel araştırma yöntemleri [Bilimsel araştırma yöntemleri, Şener Öztürk vd.] *Eurasian Education and Literature Journal*, 7, 56-94.
- Balkanlı, D. T., Şahan, A., & Erman K. A. (2020). Tenis antrenmanları ile birlikte yapılan direnç bant antrenmanlarının kuvvet, sürat, çeviklik ve hedefleme performansları üzerine etkisinin

- incelenmesi. *Türkiye Klinikleri Spor Bilimleri Dergisi*, 12(3), 313-321. <https://doi.org/10.5336/sportsci.2020-75578>
- Bayazıt, B., Keskin, M. C., & Tahtalı, M. H. (2020). Bireysel ve takım sporlarıyla uğraşan 9-11 yaş grubu sporcuların motor özelliklerinin incelenmesi. *Kocaeli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 6(2), 162-166. <https://doi.org/10.30934/kusbed.702419>
- Boutcher, S. H. (1992). Attention and athletic performance: An integrated approach. T.Horn (Ed.), *Advances in sport psychology* (s. 251-265). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Bölükbaş, M. G., Vatansver, Ş., & Güngör A. K. (2022). Okul öncesi çocukların fiziksel aktivitelere katılımının bazı fiziksel uygunluk parametrelerine ve dikkat toplama becerisine etkisi. *Türkiye Klinikleri Spor Bilimleri Dergisi*, 14(1), 92-102.
- Bunker, R. J. R., & Reilly, A. (Eds.) (1985) *Sport psychology: Psychosocial considerations in maximizing sport performance* (pp. 288-294). Ithaca: Movement Publications
- Can, S. (2007). *10-12 yaş grubundaki erkek tenisçiler, masa tenisçiler ve aynı yaş grubundaki sedanterlerin reaksiyon zamanlarının karşılaştırılması* (Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Çağlar, E., & Kuruç, Z. (2006). D2 dikkat testinin sporcularda güvenilirliği ve geçerliği. *Hacettepe Spor Bilimleri Dergisi*, 17(2), 58-80.
- Tan, H., & Çolak, S. (2021). 8-10 yaş çocuklarda core egzersizlerin denge performanslarına etkisi. *Kocaeli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 7(1), 92-97.
- Doğan, F., & Özkan, A. (2021). 12-14 yaş tenisçilerin tenise özgü becerilerinin incelenmesi. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 6(2), 401-420.
- Göktepe, M., Akalın, T. C., & Göktepe, M. M. (2016). Kayak sporu yapan çocukların dikkat düzeylerinin incelenmesi. *International Journal of Science Culture and Sport*, 4(Special Issue 3), 722-731.
- Irak, M., & Karakaş, S. (2002). Yüksek ve düşük dikkat performansı gösteren bireylerin olay-ilişkili potansiyel ve gamma tepkileri. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 5(3), 169-176.
- Koçyiğit, B., Kumartaşlı, M., Orhan, H., & Yılmaz, E. (2020). Badminton antrenmanlarının dikkat düzeyi ve reaksiyon zamanı üzerine etkisinin incelenmesi. *ÇOMÜ Spor Bilimleri Dergisi*, 3(2), 40-54.
- Kumartaşlı, M., & Baştuğ, G. (2010). Examination of attention levels of athletes who do taekwondo, karate and muaythai. *Ovidius University Annals, Series Physical Education and Sport/ Science Movement and Health*, 10(2), 521-524.
- Gürgen, L. (2008). *10-12 yaş arası kulüp tenis sporcuları ile aynı yaşta spor eğitimi almamış çocukların kendi yaratıcılıklarını algılayışlarının karşılaştırılması* (Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Demirel, A., Demirel, Ö. M., Kadak, M. T., & Duran, A. (2012). Ötimik bipolar hastalarda nörobilişsel defistler. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 42(3), 381-395.
- Ölçücü, B., Canikli, A., Ağaoğlu, Y. S., & Erzurumluoğlu, A. (2010). 10-14 yaş çocuklarda tenis becerisinin gelişimine etki eden faktörlerin değerlendirilmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 12(2).
- Özdemir, T. (2010). *Tenis becerilerinin öğreniminde seçici dikkat antrenmanlarının etkisinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Soysal, A. Ş., Yalçın, K., & Can, H. (2008). Bilişsel psikoloji kapsamında yer alan dikkat teorileri. *New Symposium Journal*, 46(1), 35-41.
- Pişkin, N. E., Alpay, C. B. (2019). Çocuklarda 8 haftalık kort tenisi antrenmanının dikkat düzeyi üzerine etkisinin incelenmesi. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13(1).
- Tunç, A. (2013). *Golf sporu yapan çocukların dikkat düzeylerinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.

- 
- Ulukan, M., & Özdemir, N. (2021). Okçularda dikkat ve performansın incelenmesi. *Tarih Okulu Dergisi*, 54, 3637-3657.
- Yılmaz, Ş. (2019). *Okul dışı fiziksel aktivite programlarına katılan ve katılmayan öğrencilerin akademik başarılarının araştırılması* (Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Yılmaz, Y., & Can, İ. (2021). Tenisçilerde çeviklik yeteneğinin yaş faktörüne göre karşılaştırılması ve tenis performansı ile ilişkisinin araştırılması. *Spor Bilimleri Araştırma Dergisi*, 6(1), 36-48.
- Williams, J. M. E. (1993). *Applied sport psychology: Personal growth to peak performance*. Mayfield Publishing Co.

**Makale Geliş** : 08.04.2023

**Makale Kabul** : 03.07.2023

#### **Açık Erişim Politikası**

Bu eser Creative Commons Atıf-GayriTicari 4.0 Uluslararası Lisansı ile lisanslanmıştır.  
<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/deed.tr>