



## The effect of football game on technical skills of 19-23 age- male with handicapped persons

## 19-23 yaş arası erkek eğitilebilir zihinsel engelli bireylerde futbol oyununun teknik beceriler üzerine etkisi

Mustafa Kaya<sup>1</sup>  
Kürşat Hazar<sup>2</sup>  
Sinan Çelikkbilek<sup>3</sup>

### Abstract

The purpose of this study is to examine the effect of football game on technical skills of 19-23 year old boys in special education school.

10 male students participated as volunteers in the study and these mentally disabled football players are from in Kayseri and aged between 19 and 23. Ten male students participated in the football game activity for 3 days a week and total 6 weeks as the experimental group.

In the study volunteers performed the slalom with ball test, bouncing ball on the foot and kick to 16.5 meters. In the study, bouncing ball on the foot test were statistically significant ( $p < 0.05$ ). There was no statistically significant difference slalom with ball test and kick to 16.5 meters. ( $p > 0.05$ ). This result suggests that participation in football games positively affects some skill learning in the football.

**Keywords:** Educable mental disabled; Football; Technical skill.

[\(Extended English summary is at the end of this document\)](#)

### Özet

Bu çalışmanın amacı, özel eğitim okullarında eğitim görmekte olan 19-23 yaş erkek eğitilebilir zihinsel engelli bireylerin, haftada 3 gün uygulanan futbol etkinliğinin futbolda teknik becerilere etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Çalışmaya, Kayseri’de özel eğitim kurumunda eğitim gören eğitilebilir zihinsel engelli, yaşları 19-23 arasında değişen 10 erkek öğrenci gönüllü olarak katılmıştır.

Katılımcılar 6 hafta boyunca haftada 3 gün futbol oyunu yapmışlar 1. ve 6. hafta sonucu ölçüm değerleri karşılaştırılmıştır. Çalışmada bireylere, slalom testinde 16,5m alan içerisinde, aralarında 1,5m aralık bulunan 10 tane engel aralarından topla birlikte slalom şeklinde geçmeleri istendi. Top sektirme testinde çapı 1.80cm olan alanda ayakları üzerinde üçer hakkını kullanarak ve daire dışına taşmadan top sektirmeleri istenen aday, kaleye şut testinde ise kaleyi karşı taraftan gören 16,5m uzaklıktan kaleye istedikleri şekilde toplamda altı adet şut atışı uygulanmıştır. Uygulanan bu testlerden top sektirme testi anlamlı bulundu ( $p < 0.05$ ). Slalom ve şut testlerinde ise anlamlı fark görülmedi ( $p > 0.05$ ).

<sup>1</sup> Ph.D., Erciyes University, Faculty of Sports Sciences, [mkaya@erciyes.edu.tr](mailto:mkaya@erciyes.edu.tr)

<sup>2</sup> Lecturer, Muğla Sıtkı Koçman University, Faculty of Sports Sciences, [kursathazar@mu.edu.tr](mailto:kursathazar@mu.edu.tr)

<sup>3</sup> Lecturer, Muğla Sıtkı Koçman University, Faculty of Sports Sciences, [sinancelikkbilek@mu.edu.tr](mailto:sinancelikkbilek@mu.edu.tr)

Sonuç olarak, futbol oyunu yapan eğitilebilir zihinsel engelli bireylerin futbol oyunundaki teknik becerilerinden bazıları üzerine olumlu etkiler olduğu düşünülmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Eğitilebilir zihinsel engelli; Futbol; Teknik beceri.

## Giriş

Öğrenme, kişiden kişiye farklı şekilde gerçekleşmektedir. Öğrenmeyi etkileyen değişkenler, bilişsel süreçler, duygular, güdüler, gelişimsel özellikleri vardır (Eren, 2012). Normal gelişimi söz konusu olan çocukların becerilerini çoğunlukla var olan eğitim imkânlarından faydalanarak veya çevredeki insanları model alarak öğrenebildikleri bir gerçek iken, özel eğitime ihtiyacı olan çocuklarda durum farklıdır. (Povian, Gurza ve Dumitrescu, 2013).

Motor performans ve fiziksel uygunluk yönünden sınırdan hafif dereceli zihinsel engelli çocukların normal zekâyâ sahip akranları ile başarılı bir şekilde yarışabildiklerini, öğretebilir düzeydeki çocukların ise yaklaşık 4 yıl geride oldukları belirtilmektedir (Krebs 1995). Performans, bir hareketin ölçülebilir özelliğidir ve genellikle süre ve mesafeli belirtilmektedir. Örneğin, bir çocuğun tenis topunu fırlatma mesafesi, 20 metre koşuyu tamamlama süresi, durarak uzun atlama mesafesi, top sektirmesi motor performansı hakkında bilgi vermektedir (Gallahue ve Ozmunj1995).

Futbol oyununun ihtiyaç duyduğu şeyler teknik, zekâ, ruhsal faktörlere ile gelişmiş antropometrik ve fizyolojik değerlerdir. Fiziksel uyum, fizyolojik değerler ve motorik gelişim gibi unsurlar olarak görülür (Wade, 1979). Araştırmalara göre karışık kavramlardan oluşan futbol oyununun temeli sayılan üç özelliği olarak teknik, taktik ve kondisyon şeklinde ön planda yer almaktadır.

Teknik iyileşme esnasında göz önüne alınması gereken bazı noktalar vardır. Bunlar, motorik gelişim, fiziksel ölçüler, koordinasyon vs sayabilir (Başyazıcıoğlu,1997).

Sporsal verimi oluşturan çok yönlü etkenler söz konusudur. Çocuk ve gençleri daha iyi tanıyarak çok yönlü etkenlerin gelişimi, sporsal verimliliğe ulaşmakta önemli yer almaktadır.. (Özdemir,2014).

Engellilerde uygulanan spor, rehabilitasyon ve sosyal entegrasyonun sağlanması için önemli bir araç olarak kabul görmüştür. (Haep,1995). Engelli olan bireylerin önemli amaçlarından biri, yaşam kalitesini ve gelişimini olumlu yönde etkilemektir. Oyun ve Spor engellilerde toplumsal uyumu sağlayarak kendilerine olan güven duygularını destekler (Brettschneider/Rheker 1996). Engelli çocuk ve gençlerin Hareket yeteneklerini artırmak, oyun ve Sportif faaliyetler katılımları onları sportif olarak aktif hale getirebilir ve rehabilitasyon süreçlerine olumlu katkı sağlayabilir (Konar, Pepe 2003). Böylelikle engellilerde spor, önemli bir toplum görevini yerine getirerek, engellilerin kendilerine güvenini, kişilik gelişimini olumlu yönde etkileyerek iş hayatında da pozitif etkiyi gösterir ( Kosel/Fröböse 1999).

Bu çalışmanın amacı, özel eğitim okullarında eğitim ve öğrenin görmekte olan 19-23 yaş erkek çocuklarının, futbol oyununa devam etmesi sonucu birtakım teknik becerilerde etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır.

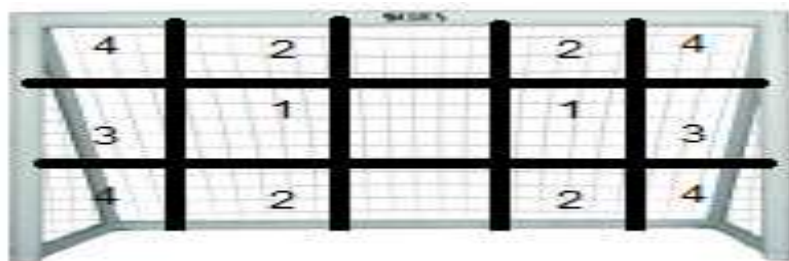
## Materyal ve Yöntem

**Gönüllü Gruplarının Oluşturulması:** Çalışmaya, özel eğitim kurumunda eğitim gören eğitilebilir zihinsel engelli, yaşları 19-23 arasında değişen 10 erkek öğrenci gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcılar 6 hafta boyunca haftada 3 gün futbol etkinliği gerçekleştirmişlerdir. Katılımcıların 1. Hafta ön test değerleri alınmış ve 6 hafta sonra son test değerleri alınarak ön test ve son test değerleri karşılaştırılmıştır. Gönüllüler çalışmaya katılmadan önce bilgilendirilmiş ve velilerden onay formu alınmıştır.

**Yaş, Boy ve Vücut Ağırlığı Ölçümleri:** Gönüllülerin boy ölçümleri çıplak ayak ve şortla mezura kullanılarak alınmıştır.

**Slalom Testi:** Gönüllüler 16,5m alan içerisinde, aralarında 1,5m aralık bulunan 10 tane engel aralarından topla birlikte slalom şeklinde geçtiler ve sonuçlar “sn” cinsinden kaydedildi.

**Kaleye Şut Testi:** 15 parçaya ayrılan futbol kalesinin her parçası puanlandırıldı. Gönüllüler kaleyi karşı taraftan gören 16,5m uzaklıktan kaleye istedikleri şekilde toplamda altı adet şut attı ve bu şutların toplamları kayıt edildi.



Şekil 1: Futbol Kalesinin 15 parçaya bölünmüş değerleri

**Top Sektirme:** Gönüllüler futbol topunu çapı 1.80cm olan alanda ayakları üzerinde üçer hakkını kullanarak ve daire dışına taşmadan top sektirmeleri istendi. Yaptığı top sektirme sayısı kaydedildi. (İri, Sevinç, Süel, 2009)

**Verilerin Analizi:** Çalışma sonrasında veriler bilgisayar ortamında SPSS v24 versiyonunda değerlendirilmiştir. Çalışmada kullanılan ölçüm sonuçları grubun ön ve son test değerlerinin bağımlı gruplarda paired t testi yapılmış olup, anlamlılık seviyesi ( $p < 0.05$ ) olarak alındı.

## BULGULAR

Çalışmaya katılan bireylerin vücut ağırlığı ve boy uzunluğu tablo 1. de verilmiştir.

Tablo 1. Çalışmaya katılan bireylerin karakteristik özellikleri

Değişkenler	N	Grup	A.O. $\pm$ S.S.	SD
Vücut Ağırlığı (kg)	10	1.ölçüm	67.20 $\pm$ 8.40	8,40370
	10	2.ölçüm	67.20 $\pm$ 8.40	8,40370
Boy (Cm)	10	1.ölçüm	169 $\pm$ 1.06	,10630
	10	2.ölçüm	169 $\pm$ 1.06	,10630

A.O.: Aritmetik Ortalama; S.S.: Standart Sapma; SD.: Standart değer

**Tablo 2.** Gönüllülerin antrenman öncesi ve sonrası ölçüm değerlerinin karşılaştırılması

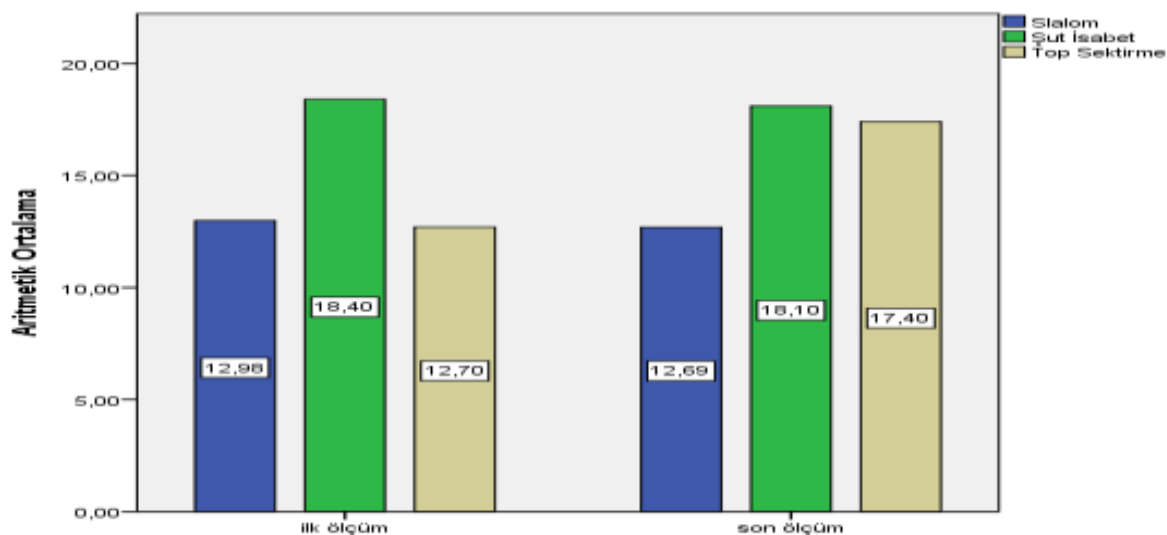
Değişkenler	N	Grup	A.O. S.S.	±	SD	t	P
Slalom (sn)	10	1.ölçüm	12.98±2.14		2,14258	1,160	,276
	10	2.ölçüm	12.69±1.98		1,98888		
Şut	10	1.ölçüm	18.40±1.83		1,83787	,284	,782
	10	2.ölçüm	18.10±3.92		3,92853		
Top Sektirme	10	1.ölçüm	12.70±6.66		6,66750	-2,89	,018*
	10	2.ölçüm	17.40±8.19		8,19485		

A.O.; Aritmetik Ortalama, S.S.; Standart Sapma

SD.;Standat değer

\*: p&lt;0,05

Yapılan ön test ve son test karşılaştırma analizlerine göre katılımcıların slalom ve şut değerlerinde belli bir oranda düşüş olmasına rağmen anlamlılık görülmezken top sektirme değerleri arasında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir (p<0,05).

**Şekil 2:** Araştırmaya katılan bireylerin ilk ve son ölçüm grafiksel dağılımları

### Tartışma

Engelliler sporu Dünya’da hızla gelişmektedir. Ancak engelliler üzerine antrenmanların etkileri alanında yapılan çalışmalar oldukça kısıtlıdır. Bunun yanı sıra eğitilebilir zihinsel engelli bireylerde teknik beceriler konusunda yapılan çalışmaların kısıtlı olması sebebiyle, çalışmamızda eğitilebilir zihinsel engelli bireylerin futbol oyununa katılım durumlarına göre futbol alanında ve bazı fiziksel özelliklerde teknik becerinin ne derece geliştiğinin ortaya konması hedeflenmiştir.

Araştırmada gönüllüler haftada 3 gün 65-85 dk süren antrenmanda pazartesi günleri 10 dk. ısınma koşusu, 10 dk dinamik esneklik çalışması, 20 dk core antrenmanı, 30 dk. çift kale maç, 10 dk statik germe çalışması, çarşamba günleri 10 dk. core antrenmanı, 15 dk toplu ısınma, 20 dk. Sıçrama ve şut antrenmanı, 20 dk taktik çalışmayı takiben cuma günleri ise 10 dk. ısınma koşusu, 20 dk. sürat antrenmanı, 20 dk şut antrenmanı, 25 dk. taktik çalışma, 10 dk. Soğuma şeklinde antrenman programları uygulanmıştır.

Bu araştırmaya katılan gönüllülerin 6 haftalık futbol oyun aktivitesi sonucu ön test ve son test değerleri incelendiğinde, top sektirme testi anlamlı bulunurken (p<0.05), Slalom ve şut testlerinde ise fark görülmedi (p>0.05).

Araştırmacılar, Beden eğitimi ve spor faaliyetlerinin zihinsel engelli çocukların ve yetişkinlerin fiziksel ve motor uygunluk unsurları, motor becerileri ve benlik kavramları üzerinde olumlu etkisi olduğunu çalışmalarında belirtmişlerdir (Chasey ve Wyrick 1971, Oliver 1960). Yine başka bir çalışmada 12-14 yaş grubu engelli olmayan bireylerde yaptıkları çalışmada, slalom, kaleye şut, kafada top sektirme, ayak ile top sektirme değerlerinin anlamlı farklılığa sahip olduğunu ortaya koymuşlardır (İri, Sevinç, Süel 2009).

Mülazımoğulları ve ark. yaptıkları çalışmada 72 futbolcuda pas, şut ve dripling, top sektirme futbol beceri testlerinde ilk derecelerin diğer derecelere göre anlamlı bir şekilde daha yüksek olduğu gözlemlendiğini belirtmişlerdir (Mülazımoğlu ve ark 2000).

Yapılan başka bir çalışmada 10-13 yaş erkek çocukların top sürme, pas, şut, top sektirme gibi değişkenlerinde ön test ve son test ortalamaları arasında anlamlı fark olduğu tespit edilmiştir (Kurban ve Kaya, 2017).

Yapılan çalışmaya göre top sektirme testinde bulunan anlamlılık literatür bilgisiyle desteklendiği görülmüştür. Çalışma yaptığımız grubun tüm özelliklerde sayısal olarak gerileme göstermesine karşın, top sektirme testinin istatistiksel olarak anlamlı bulunması, grubun mental bakımdan engelli olması sebebiyle olduğu düşünülmektedir.

Yapılan bir çalışmada, top sektirme 56,5±46, kafayla top sektirme testi sonucunu 10,5±7,5, hızlı pas ile top sürme testinde 8,1±1,1 sn. hızlı top sürme testinde 14,0±1,2 sn. ve şut testinde 7,0±3,2 puan olarak tespit etmişlerdir. (Malina ve ark, 2005). Bu değerlere göre az düzeyde de olsa testlerden top sektirme, kafada top sektirme, hızlı pas ile top sürme ve şut yeteneğinde değişiklik gösterdiğini rapor etmişlerdir. Yaptığımız çalışmada mental engele sahip olan futbol oyunu etkinliği gerçekleştiren bireylerde uygulanmış olması normal olan bireylere göre daha az sayısal değerlere sahip olması, zihinsel engelli bireylerin gelişim özelliğinin, akranlarına göre daha yavaş olmasından kaynaklandığını düşünmekteyiz.

Sonuç olarak, Zihinsel engelli bireylerde düzenli olarak uygulanan futbol etkinliğinin, beceri gelişim seviyelerine olumlu katkılar sağlayacağı kanısına varılmıştır.

## KAYNAKLAR

- Başyazıcıoğlu M. (1997). Futbolda teknik alıştırmalar ve alan uygulamaları, Bağırhan Yayınevi, Ankara,
- Brettschneider, W.-D., Rheker, U. (1996). „Bewegung, Spiel und Sport mit behinderten Kindern und Jugendlichen.“, Materialien zum Sport in Nordrhein-Westfalen, Heft 45, Ministerium für Stadtentwicklung, Kultur und Sport des Landes Nordrhein-Westfalen.
- Chasey, W. and Wyrick, W. (1971). Effects of a physical developmental program on psychomotor ability of retarded children. *American Journal of Mental Deficiency*, 75;566–570
- Eren, B. (2012). Orff yaklaşımına göre hazırlanan müzik etkinlikleri içinde ipucunun giderek azaltılması yöntemi ile yapılan gömülü öğretimin otistik çocuklara kavram öğretmedeki etkililiği, Yayınlanmış doktora tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Gallahue, D. And Ozmunj, C. (1995). Understanding motor development: Infants, children, adolescents, adults. C.Brawn & Benchmark Publishers, 541 p., Dubugue. 1995.
- Haep, H. (1995). Gesellschaftliche Rehabilitation durch Sport.“, In: Zeitschrift: No Limits!, Offizieller Organ des Deutschen Behinderten- Sportverbandes (Hrsg.), Forum, Behindertensport, Verlag Behinderten- Sport GmbH, 2/1995, Duisburg, 30- 32.
- İri R, sevinç H, Süel E. (2009). 12 – 14 yaş grubu çocuklara uygulanan futbol beceri antrenmanın temel motorik özelliklere etkisi, *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, ISSN:1303-5134 Cilt:6 Sayı:2,
- Konar N, Pepe K. (2003). Rehabilitasyon - Engelliler Sporu ve Paralimpikler İÜ Spor Bilim. Derg -11 (ÖS)162-166

- Kosel, H., and Froböse, I. (1999). *Rehabilitation und Behindertensport. Körper- und Sinnesbehinderte.*, Pflaum Verlag, München.
- Kurban M, Kaya Y. (2017). Futbol Temel Teknik Antrenmanlarının 10- 13 Yaş Grubu Çocukların Bazı Motorik Ve Teknik Yetenek Gelişimlerine Etkisinin Araştırılması, Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi, *Journal of Sports and Performance Researches* 2017;8(3):210-221
- Krebs, P.L. (1995). *Mental retardation. Adapted physical education and sport* (Ed:J.P.Winnick). Human Kinetics Books Champaign, 459p., Illinois.
- Malina RM. Cumming SP. Kontos AP. Eisenmann JC. Ribeiro B. Aroso J. (2005). Maturity-Associated variation in sport-specific skills of youth soccer players aged 13-15 Years, *Journal Of Sports Sciences*, 2005; 23(5).
- Mülazımoğlu O, Kalkavan A. Bektaş F. (2000). Futbol Beceri Testlerinde Dereceye giren ilköğretim ve Lise Sporcularının Teknik Düzeylerinin Araştırılması.
- Oliver, J.N. (1960). The effects of physical conditioning on the sociometric status educationally sub-normal boys *Physical Education*, 156, 38-46, 1960.
- Özdemir İ. (2014). Genç erkek futbolcularda hazırlık döneminde yapılan alt ekstremite kuvvet antrenmanlarının bazı fizyolojik motorik ve teknik parametrelere etkisi (Doctoral dissertation, Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, 2014.
- Povian, C. P., Gurza, V. G., & Dumitrescu, C. (2013). Special Education Tools, Concepts and Design for Children in Need. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 141, 996 – 1002.
- Wade, A., The F.A., (1979), *Guide To Training And Coaching* Heineman, London

### Extended English Summary

The aim of this study is to investigate the effect of thrice weekly football activity on the 19-23 years old educable mentally disabled males' technical skills in football. It is stated that mild mentally disabled children who are on the border in the aspects of motor performance and physical aptitude are able to compete successfully with their peers who are not disabled; children who are educable are approximately 4 years behind.

Disabled sports are developing rapidly in the world. However, studies about the effects of training on the disabled are very limited. Also, because of the limited amount of studies about technical skills on the educable mentally disabled individuals, in our study, it was aimed to exhibit how much of their technical skills improved on certain physical qualities and in the area of football depending on participation in football games. For this purpose, the subject of the study became what the status is on the mentally disabled.

Learning process differs from person to person. Some of the variables that affect learning are the individual's general aptitude, cognitive processes, emotions, motives, developmental properties, prior knowledge, and experiences. While it is evident that normally developing children can learn by taking the advantage of existing educational opportunities or take people around them as a model; it is known that individuals with special needs require various regulations in the education and need systematic teaching to be able to learn various notions and abilities. It is stated that mild mentally disabled children who are on the border in the aspects of motor performance and physical aptitude are able to compete successfully with their peers who are not disabled; children who are educable are approximately 4 years behind. Performance is the metric property of a movement and usually, the time and the distance are stated.

10 male students aging between 19-23 who are studying in a special education institution voluntarily participated in the study. The participants engaged in football activity 3 times a week for 6 weeks. The participants' pre-test was taken on the first week, post-test was taken on the sixth week and the tests were compared. The volunteers were informed before their participation in the study and approval forms were taken from their parents.

Tape measure with 0,01cm precision was used on the volunteers' height measurement. The measurements were taken while the volunteers were in bare feet. The measurements were performed with head straight, soles fully on the ground, knees stretched, heels adjacent and straight posture; body weights were measured with a bench scale with 0,1 precision, barefooted and with minimal clothing.

The participants engaged in football activity 3 times a week for 6 weeks, the first week and the sixth week measurement results were compared statistically. In the study, slalom, juggling, and shooting at goal tests were performed on the individuals. In the slalom test, the athletes were asked to slalom between 10 obstacles each 1,5m apart over a 16,5m distance. The results were recorded in seconds. The things that football game need are technique, intelligence and spiritual factors and advanced anthropometric and physiological values. Anatomical aptitude, physiological strength, and motoric development are considered as supplementary factors of team cooperation, technique, and tactics. Conformance of motoric developmental properties and improving the technical characteristics by making them functional by training the skill that is at the center of this conformity and formation of the targeted success are the stages that constitute the phenomenon "technique". In this context, football-specific technical skill tests were performed in the study.

In the test to shoot at the goal, the football goal was divided into 15 divisions. Each division was scored. Subjects made a total of 6 shots on goal, in a pattern they desire (inside, instep, volley), from the area that sees the goal in front, 16,5m away, and the total score of these 6 shots was recorded. In juggling, the athletes were asked to juggle the ball with their feet inside a 1,80cm diameter circle. The athletes were granted three tries. Juggles were counted on each try without leaving the circle or dropping the ball. After the subjects used all their tries, their juggle count was recorded.

Individuals who participate in games and sports activities can make a positive contribution to rehabilitation processes. Thus, disabled sports show a positive impact on disabled individuals' professional rehabilitation by affecting their personal development and self-confidence positively by fulfilling important social duties. The results obtained in the study were evaluated on the computer. The measurement results used in the study, dependent-samples t-test was used to compare the group's pretest and posttests and taken as the significance level. Researchers stated in their studies that physical education and sports activities have a positive impact on physical and motor aptitude factors, motor skills and self-concept of children and adults with mental disabilities.

In this study we conducted, according to the comparative analyses of pretest and posttest, despite a certain amount of decrease in participants' slalom and shooting values, a significant difference is inapparent; between the values of juggling a significant difference was identified. In our study, we think that mentally disabled individuals who participated in football activity had lower numeric values than normal individuals because the developmental properties of the individuals with mental disabilities are slower than their peers.

As a result, it is thought that there are positive impacts on technical skills, such as juggling in football, of educable mentally disabled individuals who play football. In this context, not only the technical skill but also the fact of participating in social life for the mentally disabled should not be disregarded.