



SPORMETRE

The Journal of Physical Education and Sport Sciences
Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi

DOI: DOI: 10.33689/spormetre.1020697



Geliş Tarihi (Received): 08.01.2022

Kabul Tarihi (Accepted): 14.06.2022

Online Yayın Tarihi (Published): 30.06.2022

UZAKTAN EĞİTİMLE BEDEN EĞİTİMİ DERSLERİ YAPILABİLİR Mİ? ÇEVİRİMİÇİ BEDEN EĞİTİMİ DERSLERİ*

Hüseyin Ünlü[†] 

Aksaray Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Aksaray, Türkiye

Öz: Çevrimiçi eğitim günümüzde kullanılan ve en çok tercih edilen uzaktan eğitim türlerinden biridir. Çevrimiçi eğitim son yıllarda hızla gelişmiş ve giderek eğitim sistemlerinin önemli bir parçası haline gelmiştir. Çevrimiçi yollarla eğitimin nasıl daha nitelikli bir şekilde gerçekleştirileceği ve farklı disiplinlerdeki derslerin nasıl verilebileceği konusu ise araştırılmaya devam etmektedir. Eğitimciler, çevrimiçi eğitimde özellikle beden eğitimi derslerinin nasıl gerçekleştirileceği konusunda endişe duymaktadırlar. Beden eğitimi dersleri temelde fiziksel aktiviteye ve motor becerilerin gelişimine odaklanır ve akademik derslerden oldukça farklıdır. Gelişen eğitim teknolojileri ve farklı öğrenme yönetim sistemleri sayesinde beden eğitimi dersleri de çevrimiçi yollarla gerçekleştirilebilmektedir. Ancak, çevrimiçi beden eğitimi derslerinin öğretim programları, öğrenme-öğretme süreci, öğretim içeriklerini hazırlama ve sunma, öğrenci performansının gelişimini izleme ve değerlendirme konularında beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin yeterli bilgi ve beceriye sahip olmaları gerekmektedir. Bu çalışmada; çevrimiçi beden eğitimi derslerinin gerçekleştirilip gerçekleştirilemeyeceği tartışması üzerinden, çevrimiçi eğitim, çevrimiçi beden eğitimi dersi hazırlıkları ve uygulamaları, çevrimiçi beden eğitimi derslerinde kullanılan teknolojiler ve karşılaşılan sorunlar yönelik literatür incelenerek bir derleme yapılması yapılmıştır. Sonuç olarak; çevrimiçi beden eğitimi dersleri aracılığı ile öğrencilerin bilişsel, duyuşsal ve psikomotor öğrenme alanlarına ilişkin kazanımları elde edebileceği görülmüştür. Bunun yanında, çevrimiçi beden eğitimi dersleri için hibrit/harmanlanmış modelin en uygun model olduğu ve fiziksel aktivite temelli beden eğitimi derslerinin çevrimiçi beden eğitimi dersleri için daha uygun olduğu görüşü hakim olmuştur.

Anahtar Kelimeler: Uzaktan eğitim, fiziksel aktivite, hibrit eğitim, öğrenme yönetim sistemleri

DO PHYSICAL EDUCATION LESSONS TEACH WITH DISTANCE EDUCATION? ONLINE PHYSICAL EDUCATION LESSONS

Abstract: Online education is one of the most preferred and used distance education types today. Online education has developed rapidly in recent years and has become an important part of education systems. The issue of how to provide a more qualified education through online means and how to teach courses in different disciplines continues to be researched. Educators are particularly concerned about how physical education courses will be carried out in online education. Physical education courses mainly focus on physical activity and the development of motor skills and are quite different from academic classes. Thanks to the developing education technologies and different learning management systems, physical education lessons can also be carried out online. However, physical education teachers should have sufficient knowledge and skills in the curricula of online physical education lessons, the learning-teaching process, preparing and presenting instructional content, and monitoring and evaluating the development of student performance. In this study; a review was made by examining the literature on online education, online physical education lesson preparations and applications, technologies used in online physical education lessons, and the problems encountered, through the discussion of whether online physical education lessons can be carried out. As a result; through online physical education lessons, it has been seen that students can gain acquisitions related to cognitive, affective, and psychomotor learning areas. In addition, the opinion that the hybrid/blended model is the most suitable model for online physical education lessons, and physical activity-based physical education lessons are more suitable for online physical education lessons.

Key Words: Distance education, physical education, physical activity, hybrid education, learning management systems

* Bu çalışmanın bir bölümü 18. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresinde sunulmuştur.

[†] Sorumlu Yazar: Hüseyin Ünlü, Prof. Dr., E-mail: unlu68@gmail.com

GİRİŞ

Teknolojik gelişmeler insan yaşamının önemli bir parçası olmuş ve insan yaşamının her alanını etkilemiştir. Teknolojiden etkilenen alanlardan biri de eğitim alanı olmuştur. Eğitimde teknoloji kullanımı eskiden öğretmenler için bir tercih iken, günümüzde teknoloji kullanımı neredeyse bir zorunluluk haline gelmiştir. Teknoloji ile iç içe olan ve teknolojiyi yaygın bir şekilde kullanan günümüz öğrencilerine ulaşmak isteyen öğretmenlerin de teknolojiyi göz ardı etmemeleri gerekir (Lambert, 2016; Roth, 2014).

Eğitimde kullanılan teknolojiler sayesinde uzaktan eğitim kolaylaşmıştır (McBrien ve ark., 2009). Günümüzde uzaktan eğitim formatlarının en yaygın olanı çevrimiçi eğitimidir (Daum ve Buschner, 2018). Eğitim ortamında kullanımı yaygınlaşan bilgi ve iletişim teknolojileri sayesinde çevrimiçi dersler yaygın bir hal almış ve bu sayede eğitim daha ekonomik ve rahat uygulanabilir hale gelmiştir (Palvia ve ark., 2018). Çevrimiçi eğitim yoluyla eğitimciler, içerik düzenlemesini, sunumunu ve etkileşimli yöntemleri kolaylaştıran araçlara ve teknolojilere daha fazla erişime sahiptir. Bu erişim kolaylığı göz önüne alındığında, eğitimciler, sadece öğrenci ve içerik arasındaki etkileşimleri değil, aynı zamanda öğrencilerden öğrenciye ve öğrencilerden öğretmene etkileşim kurmanın yeni ve dinamik doğasıyla da karşı karşıyadır (Mohnsen, 2012). Çevrimiçi eğitim, internet erişimi vasıtası ile öğrencilerin diledikleri zaman ve istedikleri yerde bilgiye ulaşabildikleri bir eğitim olarak değerlendirilebilir. Çevrimiçi eğitim, “öğretim ve içeriğin öncelikle internet üzerinden sunulduğu eğitim” olarak tanımlanmaktadır (Wicks, 2010). Çevrimiçi eğitimde öğrenme; siber öğrenme, e-öğrenme ve sanal öğrenme olarak da adlandırılır (Mohnsen, 2012). Bilgi ve iletişim teknolojilerinin ilerlemeye devam etmesiyle birlikte çevrimiçi eğitim, öğretmenin zamandan ve mekandan bağımsız eğitim hizmeti sunabilmesi, aktarımda sağladığı kolaylıkları nedeniyle daha teknolojik, ekonomik ve operasyonel bir eğitim süreci olarak görülmektedir. Ayrıca çevrimiçi eğitim, daha fazla öğrenciye ulaşmanın bir yolu olarak görülmektedir ve birçok gelişmiş ülkenin de eğitim sisteminde yer almıştır (Crews ve Neill 2014). Dünya genelinde 2003 yılında 2 milyon çevrimiçi dersleri yer alırken; 2014 yılında ise bu rakamın 6.7 milyona ulaştığı bildirilmiştir (Tootoonchi, 2016).

Çevrimiçi eğitim ortamında geleneksel öğretimde hâkim olan yöntemler ve pedagojik stratejiler önemli ölçüde değişmezken, modern teknolojiler eğitimcilerin öğrencilerle bağlantı, etkileşim ve iletişim kurma yollarını etkilemiştir (Goad ve Jones, 2017). Çevrimiçi eğitim, her yerden ve her zaman erişilebildiği için aktif, yenilikçi ve verimli öğrenme ortamı yaratabilir. Ancak hazırlık, sunum ve değerlendirme süreci yüz yüze eğitimden daha fazla zaman alır ve daha fazla uğraş istemektedir (Jeong ve So, 2020). Çevrimiçi eğitim, son on yılda önemli bir gelişme göstermesine rağmen (Allen ve Seaman, 2016) tüm disiplinler için çevrimiçi eğitimin potansiyeli tam olarak benimsenmemiştir. Çevrimiçi eğitimin daha çok bilişsel becerilere odaklanan akademik dersler için uygulandığı görülürken, özellikle psikomotor becerilere odaklanan beden eğitimi dersleri için uygulanabilirliği konusunda soru işaretleri bulunmaktadır (Daum, 2020). Beden eğitimi derslerinin teknoloji ile bütünleştirilmesi sürekli gündemde olan bir konu olmasına rağmen (Gibbone ve Mercier, 2014; Juniu, 2011), beden eğitimi derslerinin çevrimiçi yollarla yürütülmesi alışık olunan bir durum değildir. Özellikle bazı beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin ve alanda çalışan araştırmacıların çevrimiçi beden eğitimi konusunda bir tezatlık olduğunu belirttikleri ve çevrimiçi beden eğitime ön yargı ile baktıkları görülmüştür (Wicks, 2010, Mohnsen, 2012).

Çevrimiçi eğitim konusunda farklı disiplinlerdeki öğretmenlerin, yöneticilerin ve öğrencilerin deneyimleri olmasına rağmen, beden eğitimi derslerinin çevrimiçi yollarla gerçekleştirilmesi

konusunda öğretmenlerin ve öğrencilerin henüz yeterli deneyimleri olmadığı görülmüştür (Kooiman ve ark., 2017). Ancak, bilgisayar ve internet teknolojisinin yaygınlaşması, gelişmesi ve kolay erişilebilir olmasının yanında, öğrencilerin teknoloji, bilgisayar ve internet kullanımına yönelik motivasyonlarının beden eğitimi derslerinin çevrimiçi yollarla yapılmasını kolaylaştırıcı bir faktör olarak görülmektedir. Çevrimiçi platformları kullanma konusunda beden eğitimi alanında 2010 yılından itibaren artan bir eğilim gözlemlenmeye başlamıştır. Çevrimiçi eğitim ve çevrimiçi beden eğitimi geleceğin yönelimi olacağı ve geleneksel beden eğitimi derslerine bir alternatif olacağı hatta yerini alacağı üzerinde durulmuştur (Mohsen, 2012).

Geleneksel beden eğitimi derslerine kıyasla çevrimiçi beden eğitimi derslerinin avantajlarını ve dezavantajlarını belirlemek, öğrencilerin ve öğretmenlerin karşılaştıkları zorlukları tanımak, çevrimiçi öğrenme-öğretme sürecini daha etkili hale getirmek için yapılacak planlamalar ve belirlenecek stratejiler açısından önemlidir. Bu bağlamda, çevrimiçi beden eğitimi derslerinin gerçekleştirilebilmesi konusunda özellikle öğretmenlerin çevrimiçi öğrenme-öğretme süreçleri, öğretim hazırlıkları, uygulama ve değerlendirme süreçleri, öğretim teknolojileri ve materyalleri konusunda bilgi ve becerilerinin artırılması gerekmektedir. Buradan hareketle bu çalışmada, çevrimiçi eğitim, çevrimiçi beden eğitimi dersi hazırlama, uygulama ve değerlendirme süreçleri, çevrimiçi beden eğitimi derslerinde kullanılan teknolojiler ve çevrimiçi beden eğitimi derslerinde karşılaşılan sorunlarla ilgili beden eğitimi ve spor öğretmenlerine ve alanda çalışan araştırmacılara bilgiler sunulması amaçlanmıştır.

Çevrimiçi Öğrenme Süreçleri

Çevrimiçi eğitim, öğretme-öğrenme sürecini daha öğrenci merkezli, daha yenilikçi ve hatta daha esnek hale getirebilecek bir araç olarak görülmektedir. Çevrimiçi eğitimde; öğrenciler internet erişimi olan cep telefonları, tabletler ve dizüstü bilgisayarlar gibi farklı araçlar aracılığı ile senkron veya asenkron öğrenme deneyimleri sağlayabilmektedir. Bu ortamlarda öğrenciler, öğrenme, öğretmen ve diğer öğrencilerle etkileşim kurmak için herhangi bir yerde olabilirler (Singh ve Thurman, 2019).

Çevrimiçi eğitim, internet aramalarından web tabanlı etkinliklere, hibrit derslere ve çevrimiçi derslere kadar uzanan geniş bir yelpazede çalışır. Çevrimiçi eğitimde programlar, yüz yüze ve çevrimiçi olarak verilen ders süresinin oranına göre tanımlanmaktadır. Buna göre; geleneksel, web destekli, harmanlanmış/hibrit ve çevrimiçi olmak üzere dört tür sınıflandırma yapılmıştır (Allen ve Seaman, 2013).

Tablo 1. Çevrimiçi eğitim türleri (Allen ve Seaman, 2013)

Çevrimiçi Olarak Temsil Edilen İçeriğin Oranı	Ders Tipi	Açıklama
% 0	Geleneksel	Çevrimiçi teknolojinin kullanılmadığı dersleri içerir. Dersle ilgili içeriğin geleneksel yollarla yazılı veya sözlü olarak aktarıldığı ders türüdür.
% 1 – 29	Web destekli	Temelde yüz yüze bir dersi kolaylaştırmak için web tabanlı teknolojinin kullanıldığı derstir. Müfredatı ve ödevleri göndermek için bir ders yönetim sistemi veya web sayfaları kullanılabilir.
% 30 – 79	Harmanlanmış / Hibrit	Çevrimiçi ve yüz yüze dersleri harmanlayan derstir. Derslerin önemli bir kısmı çevrimiçi olarak gerçekleştirilir. Genellikle değerlendirme, önemli bilgi ve güvenlik yönergeleri için yüz yüze gerçekleştirilir.
% 80 +	Çevrimiçi	İçeriğin çoğunun veya tamamının çevrimiçi olarak sunulduğu derstir. Genellikle yüz yüze toplantılar olmaz.

Çevrimiçi öğrenme süreçlerinin merkezinde harmanlanmış ya da hibrit olarak bilinen öğretim şekli vardır. Harmanlanmış öğrenme, çevrimiçi öğrenmeyi diğer öğretim süreçleri ile birleştirir (Watson ve ark., 2013). Harmanlanmış öğrenmenin büyük olasılıkla geleceğin baskın modeli olacağı, geleneksel eğitim ve çevrimiçi eğitimden çok daha yaygın hale gelmesinin beklendiği belirtilmiştir (Watson, 2008). Harmanlanmış öğrenmede öğrenciler derslerin çoğunu okul dışında çevrimiçi olarak alırlar. Genellikle uygulama ve değerlendirme süreçleri ile ilgili yönergeler için belli aralıklarla yüz yüze ortamlarda öğretmen rehberliğinde bir araya gelirler. Çevrimiçi öğrenmeyi ve yüz-yüze öğrenmeyi birleştiren öğretimin, yalnızca çevrimiçi öğretimden daha iyi sonuçlar ürettiği de kaydedilmiştir (Mosier, 2012). Harmanlanmış model, öğrenci merkezlidir ve öğrencilerin öğrenme hızını, ders programını ve dersle ilgili diğer düzenlemeleri belirleme konusunda özerkliğe sahip olmalarına izin verir (Allen ve Seaman, 2013).

Çevrimiçi Beden Eğitimi Dersleri

Beden eğitimi dersleri, öğrencilere aktif ve sağlıklı yaşam, fiziksel uygunluk, sportmenlik ve motor davranışlarla ilgili bilgi ve becerilerin kazandırılması, öz yeterlik ve duygusal zekânın geliştirilmesi için tasarlanmış planlı, sıralı, bir öğretim programı sağlar. Beden eğitimi derslerinin amacı, öğrencilerin fiziksel aktiviteye katılmaktan zevk alan, fiziksel aktivite konusunda bilgi, beceri ve güvene sahip fiziksel okuryazar bireyler yetiştirmektir (SHAPE America, 2020). Çevrimiçi beden eğitimi ise beden eğitimi dersi ile ilgili içerik ve kazanımların çevrimiçi yollarla öğrencilere kazandırılması olarak tanımlanabilir. Çevrimiçi beden eğitimi dersleri de geleneksel beden eğitimi dersleri ile aynı amaç ve hedeflere ulaşmayı amaçlarken, dersin gerçekleştirildiği ortam açısından farklılık taşımaktadır. Geleneksel beden eğitimi dersleri, sınıf, spor salonu, okul bahçesi gibi ortamlarda gerçekleşirken, çevrimiçi beden eğitimi dersleri internet ortamında gerçekleşen dersler olarak ele alınabilir.

Çevrimiçi beden eğitimi dersleri ilk olarak 1997 yılında Florida Virtual School'da okutulmaya başlanmıştır. Başlangıçta çevrimiçi beden eğitimi dersleri okuma, yazma ve matematik gibi temel derslere daha fazla zaman ayırabilmek amacıyla okutulmaya başlanmıştır (Goad, Towner, Jones ve Bulger, 2019; SHAPE America, 2016). Çevrimiçi beden eğitimi, genellikle ortaokul öğrencilerinin mezuniyet için gerekli olan beden eğitimi dersi kredisini okul dışında alternatif bir ortamda karşılanması için kullanılan bir yol olarak ele alınmıştır (Mosier, 2012). ABD'de 2016 yılında 50 eyaletin 31'inde beden eğitimi dersleri çevrimiçi yollarla alınabilirken, 2020 yılına gelindiğinde 50 eyaletin tamamında çevrimiçi yollarla beden eğitimi derslerinin yapılabilirdiği belirtilmiştir (SHAPE America, 2020).

Çevrimiçi beden eğitimi dersleri konusunda beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin bir kısmı öğrenciyle sağladığı birebir iletişim fırsatından dolayı memnuniyetini belirtirken, bir kısmı ise doğruluk ve hesap verilebilirlik konularından dolayı endişelerini belirtmektedir (Daum ve Buscher, 2012). Çevrimiçi beden eğitimi dersleri ile ilgili en büyük eleştiri ise öğrencilerin yeterince hareket edememeleri ve motor becerileri öğrenememesi konusundadır (Daum ve Buschner, 2018). Fakat teknolojinin gelişmesiyle birlikte akıllı saat, telefon, tablet ve exergame gibi bilgisayar destekli oyunlar öğrencilerin çevrimiçi ortamda fiziksel aktivite ve motor becerilerini geliştirmeye yönelik egzersizlere katılmalarını daha kolay ve eğlenceli hale getirmiştir (Quintas ve ark., 2020). Bunun yanı sıra son yıllarda çevrimiçi beden eğitiminin uygulanabilirliği üzerinde gelişmeler yaşanmıştır (Kooiman ve Sheehan, 2014). Birçok ülkede okullar çevrimiçi eğitime uygun altyapı ile düzenlenmiş ve özellikle uzak bölgelerde yaşayan ve özel gereksinimli öğrencilerin çevrimiçi beden eğitimi derslerine katılmaları konusunda daha fazla imkân sağlanmıştır (Buschner, 2006).

Çevrimiçi beden eğitimi derslerine katılım oranının yüz yüze gerçekleştirilen derslere kıyasla aktiviteye katılım zamanı, aktivite seçimi ve aktivite ortamının seçimi gibi konularda sağladığı özgürlükler nedeniyle daha yüksek olduğu belirtilmiştir. Çevrimiçi beden eğitimi, öğrencilerin beden eğitimi gereksinimlerini okul saatleri dışında yerine getirmelerine olanak tanır. Bu, diğer dersler için okul günü boyunca daha fazla zaman kazandırır (Allen ve Seaman, 2012; Daum ve Buschner, 2018). Ancak çevrimiçi beden eğitimi derslerinin genellikle müfredatın bilişsel parçalarına odaklandığı ve fiziksel uygunluğa daha az önem vermesi nedeniyle genellikle çocuklar için önerilerin haftalık 225 dakikalık beden eğitimi ya da fiziksel aktivite ihtiyacını karşılamada yetersiz kaldığı eleştirilerine de rastlanmıştır (Daum ve Buschner, 2012).

Geleneksel okullarda beden eğitimi dersleri için okul bahçeleri, spor salonları ya da diğer spor alanları ve ekipmanları kullanılabilir. Çevrimiçi beden eğitimi derslerinde ise videolar, bilgisayar temelli oyunlar, video konferanslar, çeşitli web yazılım programları ve mobil uygulamalar kullanılmaktadır (Edwards, 2020). Geleneksel beden eğitimi derslerine kıyasla ders alanı ve derste kullanılacak materyallerin değişiklik göstermesi çevrimiçi eğitimin bazı güçlü ve zayıf yanlarını ortaya koymaktadır.

Tablo 2. Çevrimiçi beden eğitiminin güçlü ve zayıf yanları (Kooiman ve ark., 2017).

Güçlü Yanları	Zayıf Yanları
<ul style="list-style-type: none"> • Öğrencilerin teknolojiye yönelimlerinin fazla olması öğretim için avantaj sağlayabilir. • Öğrenciler, öğretmen ve arkadaşları ile dilediği zaman elektronik ortamlardan iletişime geçebilir, anında dönüt alabilir. • Öğrencilerin keyif aldıkları aktiviteleri seçebilir, diledikleri zaman başlar ve bitirirler. Böylece aktiviteye katılım artar. • Öğrenciler rekabetçi olmayan bir ortamda performans gösterirler. Bu durum, bir grup ortamında kendini yeterli hissetmeyen veya rahatsız olan öğrenciler için idealdir. 	<ul style="list-style-type: none"> • Öğrencinin öğrenmesi ve performansı ile ilgili hesap verilebilirlik sorunları bulunmaktadır. • Motor becerilerin öğretimi konusunda etkili değildir. • Fitness ve bilişsel becerilere odaklanması sonucu kapsayıcı beden eğitimi göz ardı edebilir.

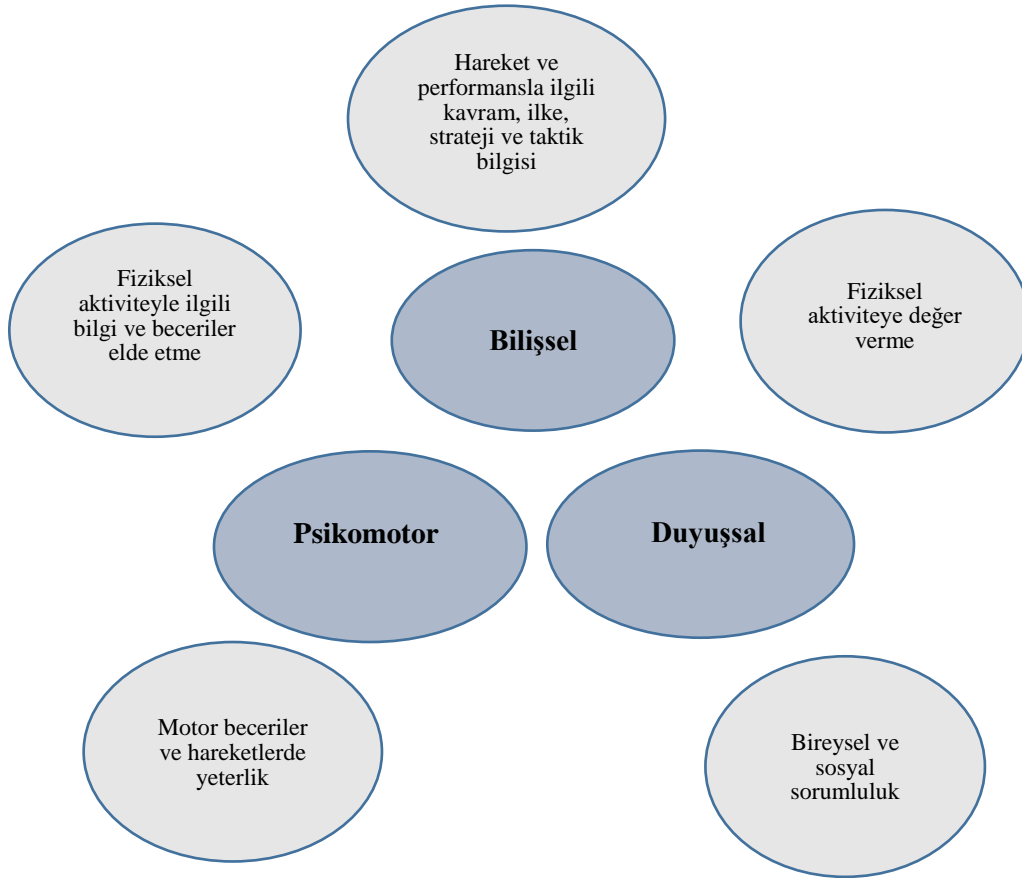
Yukarıdaki tabloda çevrimiçi beden eğitimi derslerinin bazı güçlü ve zayıf yanlarına yer verilmiştir. Çevrimiçi dersleri düzenlerken öğretmenlerin genellikle özel bir alan ve ekipman gerektirmeyen yeni düzenlemeler yapması gerekir. Çevrimiçi eğitim öğrencilere diledikleri ortamda derse katılabilme imkanı sunmaktadır. Ancak bazı öğrenciler derslere katılım ve motivasyon sağlamada bir tesise ihtiyaç duyabilir. Bu tür öğrenciler için bazı kurumlarla işbirliği yapılarak bir spor salonunda ve ekipman eşliğinde derse katılması sağlanabilir (McRandal, 2020).

Çevrimiçi Beden Eğitimi Uygulamaları

Bir öğrencinin bilgisayar ekranının önünde hareketsizken fiziksel olarak aktif olması ve fiziksel okuryazar olması aslında mümkün görünmemektedir (Kooiman ve Sheehan, 2014). Çevrimiçi beden eğitimi dersleri her ne kadar bilgisayar ekranında gerçekleşiyormuş gibi düşünülse de aslında gerçek dünyada gerçekleşir. Çevrimiçi beden eğitimi dersleri genellikle bilgisayar tabanlı bir bölüm ve bir etkinlikten oluşur. Bilgisayar tabanlı bölüm genellikle beden eğitimi ve sporla ilgili teorik konuları kapsamaktadır. Örneğin genellikle vücut sistemleri ve fonksiyonları, yarışma ve oyun kuralları, strateji, taktik gibi konuları içermektedir. Bunun yanında çeşitli ödevleri, testleri ve alıştırmaları da içerebilir. Çevrimiçi beden eğitimi

derslerinin uygulamaya dönük kısmı ise öğrencilerin daha çok günlük yaşamlarında yapmış oldukları aktivitelere dayalı olarak ilerleyebilir. Örneğin öğrenci günlük yaşamında yüzmeye, koşu, yürüyüş gibi fiziksel aktivitelere katılıyorsa beden eğitimi dersinde yapması gereken fiziksel aktivite miktarını ve süresini bu etkinliklere ekleyerek tamamlayabilir. Bunun yanı sıra öğrencilerin motivasyonunu artırmak için beden eğitimi derslerine exergame oyunlarının da eklenmesi önerilmiştir (Sheehan ve Katz, 2012). Exergame gibi bilgisayar destekli oyunlaştırılmış hizmetler, öğrencilere görevler ve geri bildirim sağlayarak egzersiz motivasyonlarını arttırmayı amaçlar (Quintas ve ark., 2020). Öğrencinin günlük fiziksel aktivite miktarını ve şiddetini akıllı telefon ve saatlerle öğretmenler de takip edebilir (Ceceri, 2020). Ayrıca öğrencinin kendi fiziksel aktivite düzeyini değerlendiriyor olabilmesi fiziksel aktiviteye yönelik motivasyonunu da olumlu yönde etkileyecektir. Nitekim kendi performansı ile verilere sahip olması ve kendi performansı ile ilgili anında dönüt alması öğrencinin performansı geliştirmesi açısından önemli görülmektedir.

Beden eğitimi derslerinde öğrencilerde fiziksel aktiviteler ve motor davranışlar aracılığı ile bilişsel, duyuşsal ve psikomotor öğrenme alanlarına ilişkin davranış değişiklikleri meydana gelmektedir. Beden eğitimi derslerinde öğrencilerin motor beceriler ve hareketlerde yeterlik, hareket ve performansla ilgili kavram, ilke, strateji ve taktik bilgisi, fiziksel aktiviteyle ilgili bilgi ve beceriler elde etme, bireysel ve sosyal sorumluluk, fiziksel aktiviteye değer verme konularında da bilgi, beceri ve anlayışlar kazandırılması amaçlanmıştır (SHAPE America, 2018). Beden eğitimi derslerinde öğrencilere kazandırılacak bilgi, beceri ve davranışlar Şekil 1’de gösterilmiş ve aşağıda maddelerin açıklamasına yer verilmiştir.



Şekil 1. Beden eğitimi dersinde öğrenciye kazandırılması beklenen bilgi, beceri ve davranışlar

a) Motor becerilerin geliştirilmesi

Motor beceri ve hareket kalıplarını geliştirme ve uygulama çevrimiçi beden eğitimi derslerinde öğretilmesi ve değerlendirilmesi en zor olan konulardan biri olarak gösterilmektedir (Daum, 2020). Yalnızca çevrimiçi eğitimde değil sık sık yüz yüze beden eğitimi derslerinde de bu sorunla karşı karşıya kalınmaktadır. Bu konuda çevrimiçi beden eğitimi derslerinde yararlanılacak en önemli araç videolar olacaktır. Önceden kaydedilmiş videolar, öğrencilere diledikleri herhangi bir zaman diliminde bilgi alma fırsatı verir; öğrenciler videoları duraklatabilir, geri sarabilir ve tekrar izleyebilirler, böylece kişiselleştirilmiş eğitim hızlarına göre ilerleme imkânına sahip olurlar (Lee ve Chang, 2020).

Motor becerilerin öğreniminde öğrenciler videolar yardımıyla doğru tekniği video kliplerden izlerler. Öğrenciler motor becerilerin bilişsel ve psikomotor boyutlarını ve ayrıca doğru bir becerinin önemli ve kritik bileşenlerini de videodan görme imkânına sahip olabilmektedirler. Öğretilmek istenen motor beceri görseller ve açıklamalarla birlikte öğrencilere sunulur. Öğrenciye becerinin basamakları, her bir basamakta neler yapacağına dair yazılı açıklamalar belirtilir. Öğrenci bu yolla doğru becerinin nasıl uygulanacağını görsellerden ve açıklamalardan öğrenir. Öğretmen daha sonra öğrencilere uygulamaları gereken bir uygulama planı sunar (Beseler ve Plumb, 2019). Öğrenciler, uygulamalarına ait aktivite günlüklerinin yanısıra motor becerilerine ait video klipleri öğretmene bir kanıt olarak sunabilirler (Casey ve Jones, 2011). Faydalarına rağmen, çevrim içi eğitimde video kullanımını bazı zorluklar sunar. Özellikle sınırlı ön bilgiye ve teknoloji kullanımına sahip öğretmenler için öğrenmesi karmaşık olabilir. Öğrenciler için bir ürün tasarlamak ve oluşturmak genellikle çok zaman gerektirir. Önceden kaydedilmiş videolar heyecan verici olsa da tek yönlü bir iletişim şeklidir ve öğrenciler performanslarının kaydedilmiş videolarıyla yanıt vermedikçe, öğretmenlerin gelişmeyi izlemelerine izin vermez (Lee ve Chang, 2020). Çevrimiçi beden eğitimi motor becerilerin öğretimi zor görülmeyle birlikte öğretilecek konu ile ilgili hazırlanacak video, resim ve poster gibi görseller, Nintendo Wii, Xbox veya Play Station gibi oyun konsolları gibi materyaller sayesinde yüz yüze beden eğitiminden de daha yararlı olabileceği durumlar olabilir.

b) Hareket ve performansla ilgili kavram, ilke, strateji ve taktik bilgisi

Bilişsel bilgilerin öğrenilmesi ve beden eğitimi dersinin bilişsel öğrenme çıktılarına ulaşılması çevrimiçi beden eğitimi derslerinin en güçlü yanlarından birisidir ve çoğu zaman öğretmenlerin yüz yüze beden eğitimi sınıflarında yapamayacakları şeyleri yapmalarına olanak tanır (Daum, 2020). Öğrencilerin taktik ve strateji bilgilerini uygulamalarını sağlayan görevlerin tasarlanması ve değerlendirilmesi, çeşitli çizim ve video yazılımları kullanılarak çevrimiçi öğrenme ortamında gerçekleştirilebilir (SHAPE America, 2018). Ayrıca, kavramların ve ilkelerin analizi ile bir öğrenci tarafından bir video gönderilebilir (Koekoek ve ark., 2018). Öğretmen, öğrencilerin bir ilkeyi, stratejiyi veya taktiği göstermesi, tanımlaması ve hatta düzeltilmesini isteyebilir. Öğretmenler ayrıca, öğrencilerin başkalarının performanslarını gözlemlemesini, ilkelerin, stratejilerin ve taktiklerin bir analizini yapmasını isteyebilir (Daum, 2020).

c) Fiziksel aktiviteyle ilgili bilgi ve beceriler elde etmek

Okullarda verilen çevrimiçi beden eğitimi dersleri genellikle fiziksel aktivite ve fiziksel uygunluk üzerine kuruludur (SHAPE America, 2018; Daum ve Buschner, 2012). Burada öğrencilerin fiziksel aktivite ile ilgili bilgi ve beceriler kazanması, öğrencilerin fiziksel aktiviteye katılmaları ve fiziksel uygunluklarının iyileştirilmesine odaklanılmaktadır.

Fiziksel aktivite izleme araçlarının yaygınlığı göz önüne alındığında ve motor becerilerin çevrimiçi olarak öğretiminin zor olması nedeniyle, çevrimiçi beden eğitimi dersleri genellikle

fiziksel aktiviteye dayalı olarak yürütülür. Öğretmenler, öğrencilerin kişiselleştirilmiş fitness planları tasarlamasını, uygulamasını veya fitness verilerini (ör. kalp atış hızı) oluşturmasını ve analiz etmesini sağlayabilir (Daum, 2020). Örneğin öğrenciler, sağlıkla ilgili fiziksel uygunluk anlayışlarını artırmak için bir web seminerine katılırlar. Seminer bitiminde anladıklarının kanıtı olarak, öğretmene e-postayla gönderecekleri bir haftalık bir fitness planı oluştururlar (Mohnsen, 2012). Ayrıca öğretmenler öğrenciyi kontrol etmede fitness takip cihazları kullanabilirler. Fitness takip cihazları, öğrencilerin belirli bir yoğunluk seviyesine ulaşabilmesi için motive etmeye de yardımcı olabilir (Martin, Melnyk ve Zimmerman, 2015).

d) Bireysel ve sosyal sorumluluk

Bireysel ve sosyal sorumluluk öncülüğünü Don Hellison'un yaptığı bir öğretim modeli olarak bilinmektedir. Bu modelde beden eğitimi derslerinde öğrencilerden; başkalarının haklarına ve duygularına saygı, çaba ve işbirliği, özyönetim, başkalarına yardım etme ve liderlik konularında bilgi ve becerilerinin kazandırılması beklenmektedir. Ayrıca, burada elde ettiği becerileri de spor salonu dışına transfer etme aşamaları vardır (Hellison, 2011). Kısaca bireysel ve sosyal sorumluluk başlığında; öğrencilere, uzlaşma, işbirliği, liderlik ve öz-değerlendirme gibi konularda beceriler kazandırılması amaçlanmaktadır.

Öğrenciler, bireysel ve sosyal sorumluluk bağlamındaki becerilerini sergilemek için sosyal etkileşimli simülasyonlara katılabilirler. Sosyal etkileşim öğrencilerin ve öğretmenlerin senkron ve asenkron ortamlarda etkileşime girdiği mesaj panolarında gerçekleştirilebilir. Özellikle öğretmenlerin senkron ortamları seçmeleri ve öğrenciler arası tartışmaları bir moderatör gibi yönetmesi beklenmektedir. Senkron ortamlarda öğretmenin doğrudan müdahalesi olabilir. Ancak, asenkron ortamlarda öğretmenlerin yüz yüze sınıflarda dersi başlatıp sınıftan ayrılmasına benzer bir durum yaşanabilir. Öğretmeni olmayan bir sınıfta disiplin sorunları meydana gelebilir. Öğretmenin bulunduğu ortamlarda uygun etkileşim sağlanabilir ve özellikle siber zorbalığın önüne geçilebilir. Bireysel ve sosyal sorumluluk becerisinin kazanımı ile ilgili olarak örneğin; öğrenciler ders araç-gereçlerini nasıl güvenli bir şekilde kullanacaklarını gösterebilir, pratik yapabilir, tartışabilir veya etkinlik ortamlarında meydana gelebilecek farklı senaryolara dayalı olarak plan oluşturabilir. Yine burada da video kaydı etkin olarak kullanılabilir (Daum, 2020).

e) Fiziksel aktiviteye değer verme, katılmaktan hoşlanma

Öğrencinin fiziksel aktivitenin sağlık için önemini bilmesi, fiziksel aktiviteden zevk alması, bir mücadeleye girip rekabet duygusunu yaşaması, fiziksel aktivite yoluyla kendini ifade edebilmesi ve sosyal etkileşimde bulunması da beden eğitimi derslerinde öğrencilere kazandırılacak özellikler arasında yer almaktadır (Walton-Fisette ve Wuest, 2018).

Çevrimiçi öğrenme, öğrencilere aktivitelere katılım ve aktivite tercihi konusunda sağladığı özgürlükler sayesinde öğrencilerin zevk alma duygularını artırabilir. Öğrencilerin bu yöndeki davranışları; sözlü, yazılı, video gösterimli veya öğrenciler tarafından yorumlanan diğer yaratıcı formatlar dâhil olmak üzere çeşitli araçlarla değerlendirilebilir (SHAPE America, 2020). Bunun yanında, öğrencilerin fiziksel aktivite ve fiziksel aktiviteye katılımı ilgili duygularını yansıtmada sosyal paylaşım platformları oldukça yararlı olmaktadır. Whatsapp, twitter, facebook gibi platformlar öğrencilerin zevklerini ve kendilerini ifade etmeleri için ilginç olanaklar sağlar. Özellikle kullanacakları emojiler onların duygusal durumlarını yansıtabilir. Instagram gibi sosyal medya araçlarını kullanarak öğrenciler fiziksel aktivite yolculuklarının bir "hikâyesini" oluşturabilirler. Fiziksel aktivite konusunda hazırlayacakları dergi gibi daha geleneksel yöntemler de bu becerileri değerlendirmek için kullanılabilir (Daum, 2020).

Çevrimiçi Ders Hazırlama

Beden eğitimi derslerinin odağında fiziksel aktivite olduğu için diğer derslerden oldukça farklıdır. Bu nedenle, çevrimiçi beden eğitimi derslerinin amacına ulaşabilmesi ve beden eğitimi dersinin değerlerini yansıtabilmesi için özel hazırlıklar ve işlemler gerektirir (Jeong ve So, 2020). Çevrimiçi beden eğitiminde öğretmenin öğretim görevlerini tasarlaması öğretmenin yaratıcılığı ile yakından ilişkilidir. Çevrimiçi veya karma bir program tasarlamak zor ve zaman alıcıdır. Öğretmenler ve yöneticiler, çevrimiçi ortamda yüksek kaliteli bir ders tasarlamının ve sürdürmenin karmaşıklığını ve zorluğunu dikkate almalıdır. Çevrimiçi eğitim ve yüz yüze eğitim her ne kadar farklı öğrenme alanları olsa da genellikle öğretmenlerin yaptıkları temel hata yüz yüze eğitimde yaptıkları uygulamaların çevrimiçi eğitimde de işe yaracağını düşünmeleridir (Daum, 2020).

Kavram olarak, çevrimiçi ders geliştirme, geleneksel ders geliştirmeden çok da farklı değildir. Ancak, öğretim etkinliklerini geliştirirken dikkat edilmesi gereken en önemli nokta, etkinlik ile kazanım arasında bir eşleşme olmasını sağlamaktır. Çevrimiçi beden eğitiminde öğretmen sınıf düzeyi ve o sınıf düzeyi ile ilgili kazanımlardan öğretime başlar. Daha sonra çevrimiçi öğrenme etkinlikleri oluşturur, dersi internet üzerinden sunar ve ders öğrencinin öğrenmesinin değerlendirilmesiyle sona erer. Öğretim programının ve değerlendirmenin yani derse ait kazanımların çevrimiçi beden eğitime uygun olarak belirlenmesi gerekir. Belirlenen bu kazanımların da aynı zamanda geleneksel eğitime de uygun olması gerekir. Standartlar, müfredat ve değerlendirme aynı kaldığı için çevrimiçi beden eğitimi ile geleneksel beden eğitimi arasındaki farkın öğretim yaklaşımından kaynaklandığı yorumu yapılabilir (Mohnsen, 2012).

Çevrimiçi beden eğitiminin önemli engelleri olmasına rağmen çevrimiçi derslerin doğru planlanması ve uygulanmasıyla bu engeller aşılabılır. Çevrimiçi beden eğitimi derslerinin kalite standardı yüksek tutulmalıdır. Bunun için çevrimiçi beden eğitimi derslerini tasarlamak ve öğretmek hem öğrencilerin hem de öğretmenlerin başarısı için çok önemlidir (SHAPE America, 2018).

Çevrimiçi beden eğitimi dersleri üç farklı yolla geliştirilebilir (Mohnsen, 2012);

- a) **İçeriği öğretmen tarafından geliştirilen ve öğretmen tarafından verilen çevrimiçi eğitim paketi:** Öğretmen ders içeriğini kendisi geliştirir ve dersi de kendisi verir.
- b) **Bir geliştirici tarafından sağlanan ve öğretmen tarafından verilen çevrimiçi eğitim paketi:** İçerik bir firma tarafından geliştirip satılabilir ya da bir kurum (örneğin MEB) tarafından geliştirilir ve bu içerik öğretmen tarafından verilir.
- c) **Bir geliştirici tarafından sağlanan ve teslim edilen online eğitim paketi:** İçerik bir satıcı tarafından geliştirilir ve derste onun tarafından verilir. Bu daha çok içeriğin bir firma tarafından geliştirilmesi ve yine içeriğin firma bünyesindeki öğretmenler tarafından verilmesi şeklinde gerçekleşir. Bu yolla daha çok asenkron ortamlarda birden çok okula ve derse yönelik içeriğin sunulması sağlanabilir. Çevrimiçi eğitimin gerçekleştirilmesinde yukarıda belirtilen üç seçenekte kullanılabilir. Üç seçenek arasındaki temel fark ise içeriği kimin oluşturduğu ve dersi kimin verdiğidir.

Çevrimiçi derslerin geliştirilmesinde öğretmenler ve içerik geliştiriciler tarafından kullanılan çeşitli teknolojiler bulunmaktadır. E-öğrenme şemsiyesi altında yer alan bu teknolojiler öğrenme sürecine devam etmeyi mümkün kılmıştır (Zwain, 2019). Bu teknolojilere genel olarak “öğrenme yönetim sistemleri” denilmektedir.

Çevrimiçi Beden Eğitimi Derslerinde Kullanılan Teknolojiler: Öğrenme Yönetim Sistemleri

Çevrimiçi dersler genellikle öğrenme yönetim sistemi adı verilen bir yazılım paketi aracılığıyla verilir. Çevrimiçi bir ders; Kompozer, FrontPage, Dreamweaver gibi web tasarım yazılımları veya Wikipedia, Second Life gibi Web 2.0 araçları ile tasarlanabilir. Öğrenme yönetim sistemleri içerisinde senkron ve asenkron iletişim araçları, öğretim araçları ve değerlendirme araçları yer almaktadır (Watson, 2008). Öğrenme yönetim sistemleri eğitim ortamında öğrencilerin ve öğretmenlerin internet üzerinden etkileşime girmesini sağlamak ve dersle ilgili bilgi ve kaynakların paylaşımını kolaylaştırmasının yanında (Lonn, Teasley ve Krumm, 2011), zaman veya yer kısıtlaması olmaksızın eğitim materyali sağladığı için öğrenmeyi kolaylaştırmaya yardımcı olur (Ain, Kaur ve Waheed, 2016).

Öğrenme yönetim sistemleri içerisinde daha çok üniversite düzeyinde kullanılan ve en popüler olanı Blackboard'dur (ITC, 2010). Türkiye'de ise üniversiteler tarafından en yaygın kullanılan öğretim yönetim sisteminin Moodle olduğu görülmüştür (Çoban, 2016). Temel eğitim ve ortaöğretim düzeyindeki okullarda ise en popüler öğrenme yönetim sistemi de Moodle'dır. Blackboarda bulunan birçok özelliği bünyesinde barındırmasının yanında Moodle erişime açık ve ücretsizdir (Mohsen, 2012). Bunların yanı sıra Blackboard ve Moodle'da yapacağımız birçok uygulamayı Google ile de yapabiliriz. Hepimizin daha aşina olduğu bir modüle sahip olan Google Classroom uygulaması öğrencilerle grup oluşturma, mesajlaşma, dosya paylaşımı, ödev, sınav gibi birçok konuda öğretimi desteklemektedir.

Teknoloji, beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin beden eğitimi sınıflarında kullanılacakları öğretim stratejilerini daha verimli ve etkin kullanılmasına yardımcı olabilir. Beden eğitimi ve spor öğretmenin öğretim tarzı, öğretim programının amacı ve hedefleri, öğretilen seviye, ders saatleri, dersin gerçekleştirildiği ortam, okuldan alınan teknik destek öğretimde kullanılacak teknolojiyi etkileyecektir. Beden eğitimi öğretmenleri kendi durumuna en uygun teknolojiyi kullanabilir. Aşağıdaki tabloda teknolojiyi beden eğitimi derslerine dâhil etmeye yardımcı olabilecek çeşitli araçlar ve yazılımlar sunulmuştur.

Tablo 3. Çevrimiçi beden eğitimi derslerinde kullanılacak araç ve yazılımlar

<p>Videolar</p>	<p>Videolar, temel bilgileri veya hareket becerilerinin öğretilmesi, becerilerin doğru bir şekilde gerçekleştirilmesi konusunda referans olarak kullanılmak üzere öğretmen veya öğrenciler tarafından oluşturulabilir. YouTube, eğitimcilerin öğrenciler, yöneticiler ve veliler ile paylaşılacak özel bir kanal oluşturmasına olanak tanır. YouTube içerisinde hali hazırda erişilebilen farklı eğitici videolara da erişim mümkündür (Edwards, 2020).</p> <p>Flipgrid, öğrenciden ve öğretmenden video geri bildirim sağlayan bir araçtır. Öğrenciler, ekran incelemesi/yorum seçeneği ile soruları yanıtlarken, akranlarıyla röportaj yaparken veya becerileri gerçekleştirirken kendilerini kaydedebilirler. Bu kayıtlar, ifade edilebilirlik için mükemmel bir araçtır ve yazmada zorluk çeken bir öğrencinin görüşlerini veya düşüncelerini paylaşmasına olanak tanır (URL: https://flipgrid.com) (Edwards, 2020).</p>
<p>Remind101</p>	<p>Öğretmenlerin öğrencilerinin cep telefonları veya e-postalarıyla kaydolabilecekleri bir sınıf oluşturmaya olanak tanıyan bir web sitesi ve uygulamadır. Öğretmenler, bir cep telefonu numarasına ihtiyaç duymadan veya kendilerinin bilgisini vermeden öğrencilerinin telefonlarına ya da tabletlerine kısa mesaj gönderebilirler. Beden eğitimi ve spor öğretmenleri de bu programı öğrencilerine dersin içeriklerini bildirmek, fitness verilerini göndermek ve hatta öğrencileri aktif olmaya zorlamak için kullanabilir. Öğrenciler kendilerine gönderilmiş olan fiziksel aktivite önerilerini bir sınıf dışında tamamlayabilirler (Roth, 2014).</p>

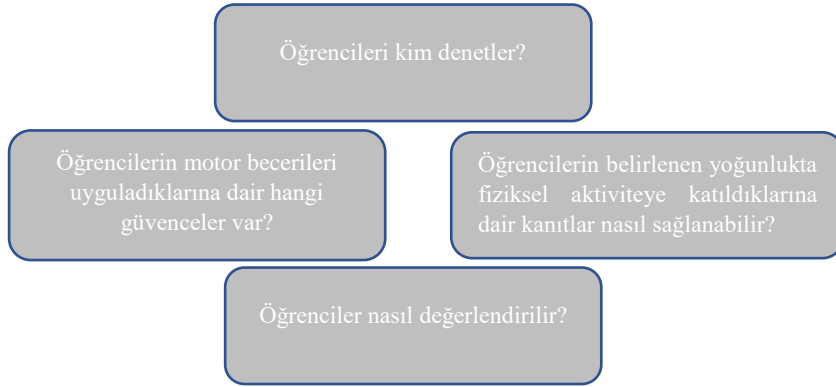
Kahoot Quizizz	Kahoot internet bağlantısı olan herhangi bir akıllı cihaz vasıtası ile erişilebilen oyun ve eğlence tabanlı öğrenme portalıdır. Kahoot bireysel veya takım olarak oynanabilir. Doğru/yanlış, çoktan seçmeli veya karışık yanıtlara izin verir. Kurulumu hızlı ve kullanımı eğlencelidir (URL: https://kahoot.com). Quizizz ise yine bilgisayar, cep telefonu, akıllı tahta ve tablet gibi araçları birleştirerek sınav yapmak ve değerlendirmek için kullanılır. En büyük fark Kahoot'ta sorular yönetici kısmında yani tahtada ya da projeksiyon ile yansıtılan bölümde görünür. Quizizz de ise yönetici bölümünde sadece öğrencinin hangi soruda oldukları ve puanları gibi bilgiler görülmektedir. Sorular her öğrencinin bilgisayarını ya da cep telefonunda görüldüğü için her öğrencinin cevap süresi de farklılık gösterebilir (URL: https://quizizz.com) (Edwards, 2020).
Google Formlar	Öğretmen ve akademisyenlerin öğrencilerin derse hazırlığını değerlendirmesi için önemli bir araçtır. Herhangi bir konuda bir sınav veya anket geliştirilebilir ve öğrencilere bir sonraki dersten önce yanıtlamaları için bağlantı gönderilebilir. Cevaplar elektronik bir tabloda toplanır ve değerlendirilmesi kolaydır. Google Formlar'ı beden eğitiminde katılım, değerlendirme ve davranış çizelgesi için kullanmak, beden eğitiminde büyüyen bir eğilimdir. Bir öğretmenin dereceli puanlama anahtarına dayalı değerlendirme için Google Formlar'ı nasıl kullandığını gösteren bir video http://goo.gl/iPPzVZ adresinde bulunabilir (Roth, 2014).
Google Dokümanlar	Öğretmen ve akademisyenlerin bir iş üzerinde öğrencileriyle birlikte işbirliği yaparken kullanabilecekleri diğer bir araç da Google dokümanlardır. Öğretmenler, öğrencinin katkılarını izleyebilir, yorumları belgelere yerleştirebilir ve öğrencilerin çalışmalarında yaptıkları düzeltmeleri görebilir. Bu uygulama, grup dersi planı geliştirme, program el ilanları ve broşürler geliştirme ve hatta müfredat tasarımı için kullanılabilir. Beden eğitimi ve spor öğretmenleri ayrıca verileri depolamak ve temel oluşturmak, ders programını yayınlamak, öğrencilerin adımsayar günlüklerini tutmak ve bölge çapında bir müfredat haritası sağlamak için Google Dokümanlar'ı kullanabilirler (Roth, 2014).
Google Drive	Google Drive internet aracılığıyla dosya, tablo, belge oluşturulması ve depolanmasına yardımcı olabilecek mükemmel bir araçtır. İçerisinde Gmail, Google Dokümanlar, Google Formlar, Google Sites, Google Classroom gibi yardımcı araçları barındırır. Tüm bu uygulamalar öğretmen için zaman kazandırır ve evrak işlerinin sınıf ortamı dışında yapılmasına yardımcı olur (Lambert, 2016).
QR Kodları	QR kodu, beyaz kare arka planda siyah noktalarla kodlanmış özel bir koddur. Beyaz kare arka plandaki bu siyah noktaların konumu ve şekli, farklı bilgilerin kodlanmasına olanak tanır. Bu sayede büyük metinleri QR koduna sığdırmak mümkündür. Fakülte veya okulların haftalık program takvimlerine, iletişim bilgilerine ve hatta bir Google Dokümanındaki bilgilerine bağlantı veren bir QR Kodu yerleştirebilir. Ayrıca, ders programlarında veya Google Dokümanlarında değişiklikler gerçekleştikçe güncellenen bir QR Kodu bağlantısı da gönderebilirler. Beden eğitimcileri, "Haftanın Fitness Programı", "Bugünkü Beden Eğitimi Dersi İçeriği" gibi örnek konulara veya fitness videolarına bağlanan QR Kodlarını okul genelinde yayınlatabilir. QR Kodları ayrıca veli-öğretmen toplantılarında da paylaşılabilir ve velilerin öğretmenin iletişim bilgilerini veya öğretim programı kılavuzunu tarayıp kaydetmelerine olanak tanır (Roth, 2014).
Chroma Key	Yeşil bir arka plan önünde çekilen çekimlerden elde edilen görüntülerden yeşil arka planı çıkarma ve istenilen görüntüleri ekleme tekniğine "yeşil perde (Chroma Key) tekniği" denir. Arka planda tek bir renk olması o görüntünün silinmesini kolaylaştırır. Böylece iki farklı görüntü rahatlıkla birleştirilebilir. Öğretmenler Chroma Key kullanarak motive edici ve eğlenceli video içerikleri ve eğitici talimatlar içeren videolar tasarlayabilirler (Lee ve Chang, 2020).
FLiP (Fitness for Life Programı)	"FLiP" (Fitness for Life Program) adlı açık erişimli bir lise beden eğitimi ve sağlık programıdır. Lise beden eğitimi derslerini öğretmenler ve öğrenciler için daha iyi hale getirmek ve yaşam için gerçekçi sağlık ve fitness tekniklerini teşvik etmek amacıyla tasarlanmıştır. Öğretmenler "@DoUEvn FLIP" Twitter tanıtıcısını kullanarak öğrencilerle sınıf dışında iletişim kurarlar. Öğretmenler bilgi amaçlı olarak hatırlatmalar, güncellemeler ve ödevler gönderebilirler. Bu uygulama aynı zamanda haftalık yarışmalar yayınlamak, öğrencileri övmek ve sağlık ve zindelik konularında bilgilendirici makaleler paylaşmak için de iyi bir araçtır (Lambert, 2016).

Yukarıdaki tabloda da görüleceği üzere beden eğitimi derslerinin çevrimiçi olarak yapılmasını kolaylaştıracak çeşitli araçlar mevcuttur. Okul, öğretmen ve öğrenci özellikleri dikkate alınarak

en uygun olan araçlar tercih edilmelidir. Bu araçlar dersleri kolaylaştırmasının yanı sıra öğrencilerin okul dışında da dersle bağlantılarının kopmaması açısından oldukça önemlidir. Günümüzde çocuklar “teknolojik sihirbazlardır” ve eğitimciler öğrencilerin ilgisini farklı bir şekilde çekmek istiyorsa teknolojiye aşina olmak zorundadırlar. Özellikle sosyal medya ağırlıklı teknoloji, günümüzde gençlerin çoğunluğu için bir yaşam biçimi haline gelmiştir (Lambert, 2016).

Çevrimiçi Beden Eğitimi ile ilgili Karşılaşılan Sorunlar

Çevrimiçi beden eğitimi derslerinin fiziksel aktivite ve motor davranış ağırlıklı bir içeriğe sahip olması ve beden eğitimi derslerinin daha çok uygulamaya dönük olması bu dersin çevrimiçi ortamda yapılması konusunda bazı sorunları akla getirmektedir. Aşağıda çevrimiçi beden eğitimi dersleri ile ilgili sıkça karşılaşılan sorular ve bu soruların cevaplanmasına yardımcı olabilecek açıklamalara yer verilmiştir.



Şekil 2. Çevrimiçi beden eğitimi derslerinde karşılan sorunlar (Beseler ve Plumb, 2019, Daum, 2020, Daum ve Buschner, 2018 Mohnsen, 2012).

a) Öğrencileri kim denetler?

Öğrencinin denetlenmesi konusunda öğrencilerin tercihleri açısından farklılıklar bulunmaktadır. Bazı öğrenciler evde ebeveynlerinin denetimi altında çevrimiçi derslere katılabilecekleri gibi kütüphanelerde, okullardaki dersliklerde ve toplantı salonlarında da katılabilirler (Mohnsen, 2012). Öğrencinin derse katıldığı bu alanlardaki görevliler öğrencinin denetimi ile ilgili sorumluluk üstlenebilirler.

b) Öğrenciler nasıl değerlendirilir?

Motor becerilerin değerlendirilmesi genellikle öğretmenler tarafından hazırlanan dereceli puanlama anahtarları ile yüz yüze ortamlarda yapılmaktadır. Çevrimiçi eğitimde de motor becerilerin uygulanması ve değerlendirilebilmesi için zaman zaman öğretmen ve öğrenciler yüz yüze ortamlarda bir araya gelebilirler.

Öğretmen ve öğrenci bir araya gelmeden de videolar aracılığı ile motor becerilerin değerlendirmesi gerçekleştirilebilir. Öğrenciler kendilerinden istenen motor beceriler ile ilgili performanslarını videoya kaydedebilirler. Bu videoları da dijital ortamlarda öğretmenle paylaşabilirler. Öğretmen ise kendisi ile paylaşılan videodaki performans ile ilgili öğrencilere geri bildirim sağlayabilir. Yaygın video yükleme biçimleri arasında .mov, .wmv ve .mp4 bulunur. Genellikle, bir dosyanın e-posta ile gönderilebilmesi için ilgili sunucuların kapasitesine bağlı olarak videoların 10 megabaytın altında olması gerekir. Ancak, çoğu öğrenme yönetim sistemi çok daha büyük dosyaların yüklenmesine izin vermektedir (Mohnsen, 2012).

c) Öğrencilerin motor becerileri uyguladıklarına dair hangi güvenceler var?

Öğrencilerin motor beceri performanslarını geliştirebilmesi için üç temel faktöre dikkat edilmesi gerekmektedir. Bunlardan birincisi; öğrencilerin becerinin kritik bileşenlerini iyi anlamaları gerekir. İkincisi, öğrencilerin beceriyi geliştirebilmeleri için birçok uygulamaya ihtiyaçları vardır. Son olarak sık ve doğru geri bildirim sağlanmalıdır. Video yeniden oynatma teknolojisi ile birleştirilerek bu faktörlerin üçü de elde edilebilir (Beseler ve Plumb, 2019).

d) Öğrencilerin belirlenen yoğunlukta fiziksel aktiviteye katıldıklarına dair kanıtlar nasıl sağlanabilir?

Çevrimiçi beden eğitimi dersleri, daha çok fiziksel aktivite ve fiziksel uygunluk temelli olarak planlanmaktadır. Bunun temel nedeni, öğrencilerin fiziksel uygunluk ve fiziksel aktivite düzeylerinin izlenmesinde ve takip edilmesinde kullanılacak araçların motor becerileri değerlendirecek araçlara kıyasla daha yaygın olmasıdır. Beden eğitimi ve spor öğretmenleri öğrencilerin hazırladıkları fiziksel aktivite ve fiziksel uygunluğa ilişkin planlarını değerlendirebilir. Bunun yanında fiziksel aktivite takip cihazları ile öğrencilerin aktivite sürelerini ve şiddetlerini değerlendirme imkânına sahip olmaktadır (Daum, 2020). Bunun yanında, her ne kadar geçerliği ve güvenilirliği düşük olsa da aktivite günlükleri de öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerini belirlemede kullanılabilir (Daum ve Buschner, 2018).

SONUÇ

Günümüzde eğitimin tamamının ya da bir kısmının uzaktan eğitim yoluyla gerçekleştirilmesi ülkelerin eğitim sistemlerinin önemli bir parçası olma yolunda hızla ilerlemektedir. Uzaktan eğitim süreci mektupla eğitimle başlayıp, daha sonra radyo, televizyon ve telefonla devam etmiştir. Günümüzde ise uzaktan eğitim bilgi ve iletişim teknolojilerinin gelişmesi ve yaygınlaşması ile daha çok çevrimiçi yollarla gerçekleştirilmektedir.

Çevrimiçi eğitim başlangıçta yüz yüze eğitimi gerçekleştirmenin olanaklı olmadığı şartlarda ve yüz yüze eğitimi desteklemek amacıyla kullanılmaktaydı. Gelecekte ise eğitim sistemi içerisinde önemli bir yer edinmesi öngörülmektedir. Çevrimiçi eğitim türlerinden birisi olan yüz yüze eğitim ve çevrimiçi eğitimi birleştiren hibrit ya da harmanlanmış eğitimin geleceğin en yaygın eğitim modeli olması beklenmektedir.

Fiziksel aktivite ve motor davranış temelli içeriklerinin yoğunluğu nedeniyle beden eğitimi derslerini çevrimiçi yollarla gerçekleştirme konusunda tereddütler yaşansa da öğretim etkinliklerinin sağlıklı bir şekilde planlanması ve uygulanması sayesinde beden eğitimi derslerinin de çevrimiçi yollarla gerçekleştirilebileceği görülmüştür. Çevrimiçi beden eğitimi derslerinin gerçekleştirilebilmesinde öğretim programının çevrimiçi eğitime uygun olarak hazırlanması kritik bir öneme sahiptir. Bunun yanında, yüz yüze eğitimde geçerli olan pedagojik durumlar çevrimiçi beden eğitiminde de geçerli olsa da çevrimiçi beden eğitimi derslerine hazırlıkta önemli farklılıklar bulunmaktadır. Çevrimiçi beden eğitimi derslerinin içeriklerinin hazırlıkları ve sunumu tamamen dersin öğretmeni tarafından yapılabileceği gibi dersin içeriği bir organizasyon ya da kurum tarafından yapılabilir ve öğretmen tarafından sunulabilir. Bir başka durumda ise tamamen bir organizasyon ya da kurum tarafından dersin içeriği geliştirilir ve sunulabilir. Çevrimiçi beden eğitimi derslerinin gerçekleştirilebilmesi için öncelikli olarak beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin teknolojiye yatkınlıkları, teknolojik ve tekno-pedagojik-alan bilgisi yeterliklerinin de belirli bir seviyede olması beklenmektedir. Bunun için beden eğitimi ve spor öğretmeni yetiştiren programların içeriklerinin de bu doğrultuda güncellenmesi ve eğitim sisteminin ihtiyaç duyduğu nitelikte beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin yetiştirilmesi gerekmektedir. Ayrıca, eğitim sistemi

içerisindeki beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin de yeterliklerinin artırılmasına yönelik çalışmaların yapılması son derece önemli görülmektedir.

Çevrimiçi beden eğitimi dersleri ile ilgili öğrencilerin yeterince aktif olamadıkları konusunda eleştiriler yoğunlaşsa da çevrimiçi eğitimin öğrenciye aktivite seçimi, katılım süresi, aktivite şiddeti ve katılım zamanı konularında sağladığı özgürlükler nedeniyle yüz yüze beden eğitimi derslerinden daha fazla tercih edildiği görülmüştür. Özellikle utanma, sıkılma, akran baskısı gibi sebeplerden dolayı yüz yüze beden eğitimi derslerine katılma konusunda tereddütler yaşayan öğrenciler için çevrimiçi beden eğitimi dersleri önemli fırsatlar sunmaktadır. Bunun yanında, okullarda beden eğitimi derslerine ayrılan sürenin yetersiz olması nedeniyle beden eğitimi derslerinde ihmal edilen bilişsel ve duyuşsal alana yönelik kazanımların da okul dışı ortamlarda çevrimiçi yollarla elde edilmesi mümkün olabilmektedir.

Çevrimiçi eğitimin ve çevrimiçi beden eğitimi derslerinin en çok sorgulanan kısımlarından biri de öğrenci öğrenmesinin ve başarısının değerlendirilmesi olarak gösterilmektedir. Fiziksel aktivite temelli beden eğitimi programlarında fiziksel aktivite düzeyleri ile ilgili bilgiler akıllı telefon ve saatler aracılığı rahatlıkla toplanabilir. Düzenli yapılacak fiziksel uygunluk testleri ile öğrencilerin fiziksel uygunluk parametreleri ve fitness gelişimleri hakkında bilgiler elde edilebilir. Bunun yanında öğrencilerin motor davranışları ile ilgili performansları da videolar aracılığı ile değerlendirilebilir. Beden eğitimi dersinin bilişsel öğrenme alanlarına ilişkin kazanımlarını internet ortamında yapılacak kısa sınavlar veya yazılı sınavlar aracılığı ile değerlendirmek mümkün olabilmektedir. Ayrıca, öğrencilerin hazırlayacakları ödevleri internet üzerinden öğretmene göndermeleri ile de öğrencilerin bilişsel öğrenmeleri değerlendirilebilir. Duyuşsal öğrenme alanına ilişkin kazanımların değerlendirmesinde ise öğrencilerin hazırladıkları video, afiş ve poster gibi görsel materyaller kullanılabilir. Öğrencilerin sosyal medya araçlarında hazırladıkları hikayeler ve paylaşımlar da duyuşsal öğrenme alanlarına ilişkin öğrenmelerin değerlendirilmesinde yararlanılabilir.

Sonuç olarak, çevrimiçi eğitimin giderek yaygınlaştığı ve beden eğitimi derslerinin de çevrimiçi yollarla gerçekleştirilebileceği anlaşılmaktadır. Çevrimiçi eğitim türlerinden hibrit/harmanlanmış modelin beden eğitimi dersleri için en uygun model olduğu düşünülmektedir. Hibrit/harmanlanmış modelle beden eğitimi derslerinin teorik konularının ve motor davranışlarla ilgili ön öğrenmelerin çevrimiçi yollarla gerçekleştirildikten sonra yüz yüze ortamlarda motor davranışların kritik bileşenlerinin öğrenilmesi ve uygulanması gerçekleştirilebilir. Öğrencilerin istenen aktivite düzeyine ulaşması, öğrenci performansının gelişimini izleme ve değerlendirme açısından fiziksel aktivite temelli çevrimiçi beden eğitimi derslerinin daha elverişli olduğu belirtilebilir. Çevrimiçi beden eğitimi derslerinde öğrenci öğrenmelerinin değerlendirilmesinde yüz yüze ortamlar ve çevrimiçi ortamın her ikisi de kullanılabilir.

Eğitim sürecinde hiçbir eğitim yaklaşımı ve modeli tek başına dersle ilgili kazanımların elde edilmesinde yeterli olmayabilir. Bu sebepten dolayı okulun fiziki ve maddi kaynakları, öğretim programının yapısı ve içeriği, öğrenci özellikleri, derse ait kazanımlar, yaşanan coğrafi bölge ve koşullar, salgın hastalık, afet gibi doğal olayların seyri göz önünde bulundurularak eğitim sürecinde çevrimiçi beden eğitimi dersleri kullanılabilir.

KAYNAKLAR

- Ain, N., Kaur, K., Waheed, M. (2016). The influence of learning value on learning management system use: An extension of UTAUT2. *Information Development*, 32(5), 1306-1321.
- Allen, E., Seaman, J. (2016). *Online report card tracking online education in the United States*. Newton, MA: Sloan Center for Online Education.
- Allen, I. E., Seaman, J. (2013). *Changing course: Ten years of tracking online education in the United States*. Babson Survey Research Group and Quahog Research Group, LLC.
- Beseler, B., Plumb, M. S. (2019). 10 tips to using video analysis more effectively in physical education: Editor: Brian Mosier. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 90(1), 52-56.
- Buschner, C. (2006). Online physical education: Wires and lights in a box. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 77(2), 3-8.
- Casey, A., Jones, B. (2011). Using digital technology to enhance student engagement in physical education. *Asia-Pacific Journal of Health, Sport and Physical Education*, 2(2), 51-66.
- Ceceri, K. (2020). *Online physical education for homeschoolers*. Erişim Adresi: <https://www.thoughtco.com/online-physical-education-183343>.
- Çoban, S. (2016). Üniversitelerde öğretim yönetim sistemleri yazılımları kullanımına yönelik bir inceleme. *Batman Üniversitesi Yaşam Bilimleri Dergisi*, 6(1), 1-12.
- Crews, T. B., Neill, J. (2014). Preferred delivery method for online instruction: Secondary students' perceptions. *Journal of Applied Research for Business Instruction*, 12(1), 1-6.
- Daum, D. N. (2020). Thinking about hybrid or online learning in physical education? Start here! Editor: Brian Mosier. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 91(1), 42-44.
- Daum, D. N., Buschner, C. (2012). The status of high school online physical education in the United States. *Journal of Teaching in Physical Education*, 31(1), 86-100.
- Daum, D. N., Buschner, C. (2018). Research on teaching blended and online physical education. In R. Ferdig ve K. Kennedy (Eds.), *Handbook of research on K-12 online and blended learning* (pp. 201-221). Pittsburgh, PA: ETC Press.
- Edwards, V. (2020). It is time to make use of technology: *Journal of Physical Education, Recreation ve Dance*, 91(2), 56-57.
- Gibbone, A., Mercier, K. (2014). Accomplishing PETE learning standards and program accreditation through teacher candidates' technology-based service learning projects. *Journal of Physical Education, Recreation and Dance*, 85(5), 18-22.
- Goad, T., Jones, E. (2017). Training online physical educators: A phenomenological case study. *Education Research International*, 2, 1-12.
- Goad, T., Towner, B., Jones, E., Bulger, S. (2019). Instructional tools for online physical education: Using mobile technologies to enhance learning. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 90(6), 40-47.
- Hellison, D. (2011). *Fiziksel Aktivite Yoluyla Bireysel Sosyal Sorumluluk Öğretimi*. (Çev. Bijen Filiz). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- ITC. (2010). *Distance education survey result*. Erişim adresi: <http://www.itcnetwork.org>.
- Jeong, H. C., So, W. Y. (2020). Difficulties of online physical education classes in middle and high school and an efficient operation plan to address them. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(19), 7279.

- Juniu, S. (2011). Pedagogical uses of technology in physical education. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 82(9), 41-49.
- Koekoek, J., Van Der Mars, H., van der Kamp, J., Walinga, W., van Hilvoorde, I. (2018). Aligning digital video technology with game pedagogy in physical education. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 89(1), 12-22.
- Kooiman, B. J., Sheehan, D. P., Wesolek, M., Retegui, E. (2017). Moving online physical education from oxymoron to efficacy. *Sport, Education and Society*, 22(2), 230-246.
- Kooiman, B. J., Sheehan, D. P. (2014). The efficacy of exergames played proximally and over the internet on cognitive functioning for online physical education. *American Journal of Distance Education*, 28(4), 280-291.
- Lambert, C. (2016). Technology has a place in physical education: Editor: Brian Mosier. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 87(9), 58-60.
- Lee, J., Chang, S. H. (2020). Video-based learning: recommendations for physical educators. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 92(2), 3-4.
- Lonn, S., Teasley, S. D., Krumm, A. E. (2011). Who needs to do what where? Using learning management systems on residential vs. commuter campuses. *Computers & Education*, 56(3), 642-649.
- Martin, M. R., Melnyk, J., Zimmerman, R. (2015). Fitness apps: motivating students to move. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 86(6), 50-54.
- McBrien, J. L., Cheng, R., Jones, P. (2009). Virtual spaces: Employing a synchronous online classroom to facilitate student engagement in online learning. *The International Review of Research in Open and Distributed Learning*, 10(3), 1-17.
- McRandal, D. (2020). *Online physical education? The edoptions academy approach and why it works*. Edmentum Blog Erişim adresi: <https://blog.edmentum.com/online-physical-education-edoptions-academy-approach-and-why-it-works>.
- Mohnsen, B. (2012). Implementing online physical education. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 83(2), 42-47.
- Mosier, B. (2012). Virtual physical education: A call for action. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 83(3), 6-10.
- Palvia, S., Aeron, P., Gupta, P., Mahapatra, D., Parida, R., Rosner, R., Sindhi, S. (2018). Online education: Worldwide status, challenges, trends, and implications. *Journal of Global Information Technology Management*, 21(4), 233-241.
- Quintas, A., Bustamante, J. C., Pradas, F., & Castellar, C. (2020). Psychological effects of gamified didactics with exergames in Physical Education at primary schools: Results from a natural experiment. *Computers & Education*, 152, 103874.
- Roth, K. (2014). technology for tomorrow's teachers. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 85(4), 3-5.
- SHAPE America – Society of Health and Physical Educators. (2020). Guidelines for K-12 online physical education.
- SHAPE America–Society of Health and Physical Educators. (2018). Guidelines for K-12 online physical education. [Guidance document].
- SHAPE America – Society of Health and Physical Educators. (2016). *Shape of the nation: Status of physical education in the USA*. Reston, VA: Author.

Sheehan, D. P., Katz, L. (2012). The practical and theoretical implications of flow theory and intrinsic motivation in designing and implementing exergaming in the school environment. *Loading*, 6(9), 53-68.

Singh, V., Thurman, A. (2019). How many ways can we define online learning? A systematic literature review of definitions of online learning (1988-2018). *American Journal of Distance Education*, 33(4), 289–306.

Tootoonchi, N. (2016). The importance of students' perceptions of the online learning environment in mathematics classes: Literature review. *International Journal of Education Research*, 11(1), 1-14.

Walton-Fisette, J. L., Wuest, D. A. (2018). *Foundations of physical education, exercise science, and sport*. McGraw-Hill Education.

Watson, J. (2008). *Blended learning: The convergence of online and face-to-face education*. Vienna, Va: The North American Council for Online Learning.

Watson, J., Murin, A., Vashaw, L., Gemin, B., Rapp, C. (2013). *Keeping pace with K-12 online & blended learning: an annual review of policy and practice*. 10-year anniversary issue. Evergreen Education Group.

Wicks, M. (2010). *A national primer on K-12 online learning*. Version 2. Vienna, VA: International association for K-12 online learning.

Zwain, A. A. A. (2019). Technological innovativeness and information quality as neoteric predictors of users' acceptance of learning management system: An expansion of UTAUT2. *Interactive Technology and Smart Education*, 16 (3), 239–254.