

**T.C.
KIRIKKALE ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

**ORTAOKUL 8. SINIF ÖĞRENCİLERİNDE FİZİKSEL AKTİVİTE DÜZEYİ
İLE AKADEMİK BAŞARI ARASINDAKİ İLİŞKİ
(KIRIKKALE İLİ ÖRNEĞİ)**

Yener PARLAKTAŞ

**HAREKET VE ANTRENMAN BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI
YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**DANIŞMAN
Prof. Dr. Ali Ahmet DOĞAN**

2018 – KIRIKKALE

Kırıkkale Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü

Hareket ve Antrenman Bilimleri Anabilim Dalı Yüksek Lisans Programı çerçevesinde yürütülmüş olan bu çalışma aşağıdaki jüri üyeleri tarafından Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

Tez Savunma Tarihi: 10 / 05/2018

İmza

Prof. Dr. Ali Ahmet DOĞAN

Kırıkkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Jüri Başkanı

İmza

Dr. Öğr. Üyesi Pelin AKSEN CENGİZHAN

Kırıkkale Üniversitesi

Spor Bilimleri Fakültesi

Üye

İmza

Dr. Öğr. Üyesi Gamze ERİKOĞLU ÖRER

Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi

Spor Bilimleri Bölümü

Üye

İÇİNDEKİLER

İÇİNDEKİLER	III
ÖNSÖZ	V
SİMGELER VE KISALTMALAR.....	VII
ÇİZELGELER.....	VIII
ÖZET.....	IX
SUMMARY	X
1.GİRİŞ	1
1.1.Araştırmanın Amacı	3
1.2.Araştırmanın Önemi.....	3
1.3.Problem Durumu	4
1.4.Alt Problemler.....	4
1.5.Sınırlıklar	5
1.6.Varsayımlar	5
1.7.Fiziksel Aktivite Kavramı	6
1.7.1. Fiziksel Aktiviteyi Spor ve Egzersiz Kavramları Arasındaki Farklılıklar	7
1.7.2.Fiziksel Aktivite ve Sporun Yararları	9
1.7.2.1.Bedensel (Fiziksel) Açından Yararları.....	10
1.7.2.2.Psikolojik Açından Yararları	11
1.7.2.3.Sosyal Açından Yararları	13
1.7.2.4.Motorsal Gelişim Açısından Yararları.....	14
1.7.2.5.Genel Sağlık Açısından Yararları	15
1.7.3.Fiziksel Aktivitenin Değerlendirilmesinde Kullanılan Yöntemler	17
1.8.Akademik Başarı Kavramı	18
1.8.1.Akademik Başarıyı Etkileyen Faktörler.....	20
1.8.1.1.Öğrenci Velisi Faktörü	23
1.8.1.2. Öğretmen Faktörü	26
1.8.1.3. Okul Yönetimi Faktörü	27
1.8.1.4. Diğer Faktörler	28
1.9. Konu ile İlgili Yapılan Araştırmalar	30
1.9.1. Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar.....	30

1.9.2.Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar	38
2.GEREÇ VE YÖNTEM	41
2.1.Araştırma Modeli	41
2.2.Evren ve Örnekleme	41
2.3.Verilerin Toplanması	42
2.4.İstatistiksel Analiz.....	42
3. BULGULAR.....	44
4. TARTIşMA, SONUÇ VE ÖNERİLER.....	53
4.1.Tartışma.....	53
4.2.Sonuç.....	66
4.3.Öneriler	67
KAYNAKLAR	68
EKLER.....	80
EK-1 ANKET FORMU	80
KİşİSEL BİLGİ FORMU	80
FİZİKSEL AKTİVİTE ÖLÇEĞİ İLKÖĞRETİM 4-8. SINIFLAR.....	82
ÖZGEÇMİş	84

ÖNSÖZ

Günümüzde teknolojik gelişmelere paralel olarak insanların refah düzeyleri ciddi anlamda artmıştır. Buna paralel olarak özellikle gelişmiş ve gelişmekte olan ülkelerde insanların fiziksel aktivite düzeylerinde azalma meydana gelmiştir. Taşıtların gelişmesi, teknolojik ev aletlerinin ortaya çıkması ve asansör gibi hayatı kolaylaştıran ürünlerin yaygınlaşması insanların bedensel açıdan daha az hareket etmelerine zemin hazırlamıştır. Hareketsiz yaşam tarzının artması toplumlarda başta beslenme bozuklukları ve obezite olmak üzere birçok metabolik hastalığın ortaya çıkmasına neden olmuştur. Hareketsiz yaşam tarzından kaynaklanan sağlık sorunlarının en aza indirilmesinde fiziksel aktiviteye katılımın önemli bir rolü olduğu bilinmektedir.

Son yıllarda yapılan araştırmalarda Araştırmacılar tarafından bu çalışmaların birçoğunda öğrencilerin fiziksel aktivite düzeyleri ile Akademik başarıları arasında ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmalarda çocuklarda fiziksel açıdan aktif olmak akademik başarı düzeyinin artmasına katkı sağlamaktadır. Genç bireylerde özellikle takım halinde gerçekleştirilen bedensel etkinliklere katılımın sosyal yeteneklerin geliştirilmesi ve sosyal bütünleşmenin sağlanmasına destek olduğu belirtilmektedir.

Eğitim sistemi içerisinde öğrencilerin akademik başarı düzeyleri eğitim ve öğretim yılı boyunca sınavlardan aldıkları notlar vasıtasıyla belirlenmektedir. Dolayısıyla öğrencilerin akademik yönden başarılı ya da başarısız olduklarının somut bir biçimde değerlendirilmesi mümkündür. Eğitim sistemi içerisinde öğrencilerin ilkokuldan başlayarak üniversite mezuniyetine kadar geçen süre boyunca akademik başarı düzeyleri hem kendileri hem de aileleri açısından önemli bir konu olarak nitelendirilmektedir.

Ortaokullarda öğrenim gören öğrencilerin fiziksel aktivite düzeyleri ve akademik başarıları arasındaki ilişkiyi değerlendirmeye yönelik ilerde yapılması muhtemel çalışmalar için güncel bir kaynak olacağını düşündüğüm çalışmamın Beden Eğitimi Dersi fiziksel aktivite programının, içeriğinin, kalitesinin kapsamlı olarak incelenmesi ve ortaokullarda öğrenim görmekte olan öğrencilere yönelik eğitimsel ve kurumsal sağlık politikalarının geliştirme sürecine katkı sağlamasını umuyorum.

Bu çalışmadan elde edilecek sonuçların ortaokullarda öğrenim görmekte olan öğrencilerin beden eğitimi dersine ve fiziksel aktivite programlarına yönelik motivasyonlarında artış sağlamasını; Başta aileler olmak üzere, öğretmenler ve okul yöneticilerinin çocukları okul içi ve okul dışı fiziksel aktivite programlarına yönlendirmesini ve bu programların öğrencilerin ders çalışmasına engel olduğuna yönelik endişelerden kurtulmasına yardımcı olmasını temenni ediyorum.

Çalışma konusunun belirlenmesinde ve çalışmanın hazırlanma sürecinin her aşamasında bilgilerini, tecrübelerini ve değerli zamanlarını esirgemeyerek bana her fırsatta yardımcı olan tecrübelerinden yararlanırken göstermiş olduğu sabır ve hoşgörüden dolayı değerli danışman hocam Spor Bilimleri Fakültesi Dekanı Sayın Prof. Dr. Ali Ahmet DOĞAN'a

Kırıkkale'de bulunduğum süre içerisinde bana yardımlarını hiçbir zaman esirgemeyen ve araştırma kapsamındaki tecrübelerinden faydalandığım Beden Eğitimi Öğretmeni arkadaşım Cem TAŞKINÖZ'e

Bugünlere gelmemde büyük pay sahibi olan ve dualarını hiçbir zaman esirgemeyen annem babam ile yoğun çalışma temposu boyunca bana her türlü desteği sağlayan, her zaman yanımda olan eşime sonsuz teşekkür ederim.



SİMGELER VE KISALTMALAR

ÇFAÖ:	Çocuklar için Fiziksel Aktivite Ölçeği
DK:	Dakika
F:	Frekans değeri
HDL:	High Density Lipoprotein
LDL:	Low Density Lipoprotein
M:	Metre
MET:	Metabolik Eşdeğeri
N:	Denek Sayısı
P:	Anlamlık Düzeyi
PAQ-C:	Physical Activity Questionnaire for Older Children
R:	Korelasyon Katsayısı
SPSS:	Statistical Package For Social Sciences
SS:	Standart Sapma
TDK:	Türk Dil Kurumu
TEOG:	Temel Eğitimden Ortaöğretime Geçiş Sınavı
UFAA:	Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi
X:	Ortalama Değer
%:	Yüzde Değeri

ÇİZELGELER

Çizelge 1. Fiziksel aktiviteye katılım ile sağlık açısından artan ve azalan değerler...	16
Çizelge 2. Katılımcıların Demografik Bilgilerine İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler...	44
Çizelge 3. Katılımcıların Ebeveynlerine İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler	45
Çizelge 4. Katılımcıların Hasta Olmaları ya da Fiziksel Aktivite Yapmalarını Engellenen Bir Durumları Olmasına İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler	46
Çizelge 5. Katılımcıların Fiziksel Aktivite Düzeylerine İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler.....	46
Çizelge 6. Katılımcıların TEOG Puanları ve Fiziksel Aktivite Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	47
Çizelge 7. Katılımcıların Yaş Gruplarına Göre Fiziksel Aktivite Düzeylerinin Karşılaştırılması	47
Çizelge 8. Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Fiziksel Aktivite Düzeylerinin Karşılaştırılması	48
Çizelge 9. Katılımcıların BKİ Düzeylerine Göre Fiziksel Aktivite Düzeylerinin Karşılaştırılması	48
Çizelge 10. Katılımcıların Hastalıkları ya da Fiziksel Aktivite Yapmalarını Engellenen Bir Durumları Olmasına Göre Fiziksel Aktivite Düzeylerinin Karşılaştırılması	49
Çizelge 11. Katılımcıların Babalarının Mesleklerine Göre Fiziksel Aktivite Düzeylerinin Karşılaştırılması	49
Çizelge 12. Katılımcıların Annelerinin Mesleklerine Göre Fiziksel Aktivite Düzeylerinin Karşılaştırılması	50
Çizelge 13. Katılımcıların Babalarının Eğitim Durumlarına Göre Fiziksel Aktivite Düzeylerinin Karşılaştırılması	50
Çizelge 14. Katılımcıların Annelerinin Eğitim Durumlarına Göre Fiziksel Aktivite Düzeylerinin Karşılaştırılması	51
Çizelge 15. Katılımcıların Babalarının Sporla Yakından İlgilenme Durumuna Göre Fiziksel Aktivite Düzeylerinin Karşılaştırılması.....	51
Çizelge 16. Katılımcıların Annelerinin Sporla Yakından İlgilenme Durumlarına Göre Fiziksel Aktivite Düzeylerinin Karşılaştırılması.....	52

ÖZET

Bu araştırmanın amacı ortaokul 8.sınıf öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeyleri ile akademik başarı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Araştırmaya 2016-2017 eğitim ve öğretim yılında Kırıkkale il merkezi ve ilçelerinde bulunan ortaokullarda öğrenim gören rastgele örneklem yöntemi ile ulaşılan 334 öğrenci dâhil edilmiştir. Araştırmaya katılan öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerinin tespit edilmesinde Çocuklar için Fiziksel Aktivite Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmada elde edilen verilerin istatistiksel analizlerinde SPSS 22.0 veri analiz programında Frekans Analizi, Mann Whitney U Testi, Kruskal Wallis H Testi ve Spearman Korelasyon analizlerinden yararlanılmıştır.

Araştırmanın sonunda ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeylerinin düşük olduğu, kadın öğrencilerle kıyaslandığı zaman erkek öğrencilerin daha yüksek fiziksel aktivite düzeyine sahip oldukları, söz konusu farklılığın istatistiksel açıdan anlamlı olduğu ($p<0.05$), bunun yanında fiziksel aktivite düzeyinin beden kitle indeksi düşük olan öğrenciler lehine anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur ($p<0.05$). Diğer demografik değişkenler açısından ele alındığı zaman ise öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerinin yaş, hastalık ya da fiziksel aktiviteye engel duruma sahip olma, baba mesleği, anne mesleği, anne eğitim durumu, baba eğitim durumu, anne ya da babanın sporla ilgilenme durumu değişkenlerine göre anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir ($p>0.05$). Bunun yanında öğrencilerin TEOG puanları ile fiziksel aktivite düzeyleri arasında pozitif ve düşük düzeyde bir ilişki olduğu görülmektedir ($r=,038$). Ancak bu ilişki istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir ilişki olmadığı sonucuna ulaşılmıştır ($p>0,05$).

Sonuç olarak cinsiyet ve beden kitle indeksi değişkenlerinin fiziksel aktivite düzeyi üzerinde önemli birer belirleyici olduğu, diğer sosyo-demografik değişkenlerin ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeylerini etkilemediği, bunun yanında fiziksel aktivite düzeyinin akademik başarının önemli bir belirleyicisi olmadığı söylenebilir.

Anahtar kelimeler: Akademik başarı, fiziksel aktivite düzeyi, Ortaokul öğrencileri

SUMMARY

In this study, it was aimed to investigate the relationship between levels of physical activity and academic success levels of secondary school students. 334 students studying in the secondary schools of Kırıkkale province center and districts were included in the study in 2016-2017 academic year. Physical Activity Scale for Children was used to determine the physical activity levels of the students participating in the study. Frequency analysis, Mann Whitney U test, Kruskal Wallis H test and Spearman correlation analysis were utilized in SPSS 22.0 data analysis program for the statistical analysis of the data obtained in the study.

As a result of the study, it was found that the physical activity levels of the secondary school students were lower and male students had higher level of physical activity compared to the female students; the difference was statistically significant ($p < 0.05$), as well as the level of physical activity was significant for the students with low body mass index ($P < 0.05$). When other demographic variables were considered, it was observed that the physical activity levels of the students did not show any significant difference according to age, presence of disability to disease or physical activity, father's occupation, mother's occupation, mother's educational status and father's educational status ($P > 0.05$). In addition, there was a positive and low correlation between the TEOG scores and physical activity levels of the students ($r = 0.038$). However, this relationship is not statistically significant ($P > 0.05$).

As a result, it can be concluded that gender and body mass index variables are important determinants of physical activity level, other socio-demographic variables do not affect physical activity levels of secondary school students, also physical activity level is not an important determinant of academic success.

Key words: Academic success, physical activity levels, secondary school students

1.GİRİŞ

Teknolojik gelişmelere paralel olarak insanların refah düzeyleri ciddi anlamda artmıştır. Buna paralel olarak özellikle gelişmiş ve gelişmekte olan ülkelerde insanların fiziksel aktivite düzeylerinde azalma meydana gelmiştir. Taşıtların gelişmesi, teknolojik ev aletlerinin ortaya çıkması ve asansör gibi hayatı kolaylaştıran ürünlerin yaygınlaşması insanların bedensel açıdan daha az hareket etmelerine zemin hazırlamıştır. Hareketsiz yaşam tarzının artması toplumlarda başta beslenme bozuklukları ve obezite olmak üzere birçok metabolik hastalığın ortaya çıkmasına neden olmuştur. Günümüzde gelişmiş ülkelerin çoğunda çocukların %15'inin, yetişkin bireylerin ise %30'unun şişman olduğu belirtilmektedir. Literatürde yer alan bu bilgilerden de anlaşılacağı gibi teknolojik gelişmeler bir taraftan toplumların refah düzeyini artırırken, diğer taraftan da ciddi sağlık sorunlarının oluşmasına neden olmaktadır (Özer, 2006; Hekim, 2014: 2363; Bulut, 2013: 205).

Hareketsiz yaşam tarzından kaynaklanan sağlık sorunlarının en aza indirilmesinde fiziksel aktiviteye katılımın önemli bir rolü olduğu bilinmektedir. Literatürde yer alan araştırma bulguları da bu görüşü desteklemektedir. Yapılan araştırmalarda egzersize katılımın fiziksel sağlık (Shedd ve diğerleri, 2007, 2189; Sritara ve diğerleri, 2015, 37; Heideman ve diğerleri, 2013), psikolojik ve mental sağlık (Hassmen ve diğerleri, 2000: 17; Bailey, 2006: 397; Penedo ve Dahn, 2005: 2005), vücut kompozisyonu (Khalife ve diğerleri, 2014: 425; Irving ve diğerleri, 2008: 1863; Metinoğlu ve diğerleri, 2012: 117) ve sosyal gelişim (Küçük ve Koç, 2004: 2; Bailey, 2006: 397) üzerinde faydalı olduğunu ortaya koymaktadır. Baydemir (2012: 2) çocuklarda fiziksel aktivitenin yararlarını aşağıdaki gibi sıralamıştır;

- Çocukluk yılları ile adolesan dönemde düzenli fiziksel aktivite mental, fiziksel ve sosyal sağlık yönünden önemlidir. Küçük yaşlardan itibaren fiziksel aktivite alışkanlığı kazanılması kemik, eklem ve kas sisteminin sağlıklı bir biçimde gelişmesine katkıda bulunur.

- Çocukluk yıllarında düzenli fiziksel aktivite kilo kontrolünün sağlanmasına katkısı bulunmaktadır. Özellikle vücut yağ oranının en aza indirilerek obeziteye

yakalanma riskinin azaltılmasında fiziksel aktiviteye katılımın koruyucu bir role sahip olduğu bilinmektedir.

- Çocukluk çağında yapılan düzenli fiziksel aktivite sayesinde kalp ve akciğer fonksiyonları daha sağlıklı gelişir.

- Düzenli fiziksel aktiviteye katılım plazma insülin düzeyinde azalmaya katkı sağladığı için çocuklarda fiziksel aktiviteye katılım glukoz toleransının gelişmesine katkıda bulunmaktadır.

- Özellikle ergenlik öncesi dönemde fiziksel aktivite ve spora katılım çocukların kemik mineral yoğunluklarının artmasına katkı sağlamaktadır.

- Çocukluk yıllarında fiziksel aktiviteye katılım hareket yeteneğinin gelişmesine katkı sağlamakla beraber, depresyon ve kaygı gibi psikolojik sorunların ortaya çıkma riskini azaltmaktadır.

- Çocuklarda fiziksel aktivite ve spora katılım kendini anlatma ve kendine güven gibi becerileri geliştirmekte, sosyal iletişim, başarı, centilmenlik ve dayanışma duygularını arttırmakta, zihinsel yorgunluk ve gerginliğin azalmasına katkıda bulunmaktadır.

- Çocukluk yıllarında fiziksel aktivite ve spora katılım sigara, alkol, uyuşturucu gibi zararlı alışkanlıklardan uzak durmaya katkı sağlamakta, şiddet ve saldırganlık gibi istenmeyen davranışların sergilenme düzeyini en aza indirmekte, sağlıklı beslenme ve yeterli dinlenme gibi olumlu davranışların ise gelişmesine destek olmaktadır.

- Çocuklarda fiziksel açıdan aktif olmak akademik başarı düzeyinin artmasına katkı sağlamaktadır. Genç bireylerde özellikle takım halinde gerçekleştirilen bedensel etkinliklere katılımın sosyal yeteneklerin geliştirilmesi ve sosyal bütünleşmenin sağlanmasına destek olduğu belirtilmektedir.

- Çocukluk yıllarında özellikle orta şiddette yapılan egzersiz ve fiziksel aktivite çalışmaları büyüme hormonu sentezini arttırmakta, buna paralel olarak boy uzamasını desteklemektedir.

- Çocukluk yıllarında kazanılan fiziksel aktivite alışkanlığı yetişkinlik yıllarında da düzenli fiziksel aktivite alışkanlığına sahip olma için önemli bir alt yapı oluşturmaktadır.

Eğitim sistemi içerisinde öğrencilerin akademik başarı düzeyleri eğitim ve ğretim yılı boyunca sınavlardan aldıkları notlar vasıtasıyla belirlenmektedir. Dolayısıyla ğrencilerin akademik yönden başarılı ya da başarısız olduklarının somut bir biçimde değerlendirilmesi mümkündür. Eğitim sistemi içerisinde öğrencilerin ilkokuldan başlayarak üniversite mezuniyetine kadar geçen süre boyunca akademik başarı düzeyleri hem kendileri hem de aileleri açısından önemli bir konu olarak nitelendirilmektedir. Öğrencilerin sahip oldukları akademik başarı düzeyini etkileyen birçok unsur bulunmaktadır. Söz konusu unsurlar çevresel, duyuşsal ve zihinsel unsurlar şeklinde sınıflandırılmaktadır (Nartgün ve akır, 2014: 380).

Literatürde fiziksel aktivite üzerine yapılan araştırmalarda genel olarak fiziksel aktivitenin sağlık açısından yararlarının ele alındığı, akademik başarı üzerine yapılan araştırmaların ise genellikle akademik başarıyı etkileyen unsurların ele alındığı çalışmalardan meydana geldiği görülmektedir. Buna karşılık literatürde insan yaşamında önemli bir yere sahip olan fiziksel aktivitenin akademik başarı üzerindeki etkilerinin ele alındığı araştırmaların sınırlı olduğu bilinmektedir. Bu kapsamda yapılan bu araştırmada öğrencilerinde fiziksel aktivite düzeyi ve akademik başarı arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır.

1.1.Araştırmanın Amacı

Bu araştırmada ortaokul 8. sınıf öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeylerini etkileyen bazı demografik değişkenlerin belirlenmesi ve fiziksel aktivite düzeyi ile akademik başarı arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır.

1.2.Araştırmanın Önemi

Son yıllarda özellikle ergenlik döneminde bulunan çocuklarda fiziksel aktivite düzeyinin belirlenmesi, fiziksel aktiviteye katılımı etkileyen unsurların incelenmesi önemli bir araştırma konusu haline gelmiştir. Bunun temelinde çocuklara fiziksel aktivite alışkanlığı kazandırılması ve çocukların ilerleyen yaşlarda fiziksel aktiviteye katılımı bir yaşam tarzı haline getirmeleri yatmaktadır (Hünük ve diğerleri, 2013: 6). Bunun yanında fiziksel aktivite düzeyi çocukların bütünsel gelişimleri açısından

faydalı bir olgu olarak nitelendirilmektedir. Bu nedenle çocukların akademik başarı düzeyleri düşer kaygısı ile fiziksel aktiviteye katılımlarının engellenmemesi gerektiğine vurgu yapılmaktadır (Bilgin, 2007: 34).

1.3.Problem Durumu

Literatürde fiziksel aktivite ve akademik başarı arasındaki ilişkinin ele alındığı birçok araştırma bulunmakla beraber, ülkemizde bu alanda gerçekleştirilen araştırmaların sınırlı olduğu görülmektedir. Bunun yanında yapılan araştırmalarda akademik başarı düzeyinin belirli derslere ait not ortalamaları üzerinden değerlendirildiği, buna karşılık yapılan araştırmalarda geniş kapsamlı ve birden fazla dersi kapsayan bir sınavın akademik başarı kriteri olarak değerlendirilmediği gözlenmiştir. Bu noktada öğrencilerin bir üst eğitim kademesine geçme sürecinde dâhil oldukları sınav ile fiziksel aktivite düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi gerekliliği ortaya çıkmıştır. Bu kapsamda araştırmanın problem cümlesi aşağıdaki gibi belirlenmiştir.

Ortaokul 8. sınıf öğrencilerinde fiziksel aktivite düzeyleri ve akademik başarı arasında bir ilişki var mıdır?

1.4.Alt Problemler

1. Ortaokul öğrencilerinin TEOG sınav puanları ile akademik başarı düzeyleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki var mıdır?

2. Ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeyleri yaş gruplarına göre istatistiksel açıdan anlamlı farklılık var mıdır?

3.Ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeyleri cinsiyet değişkenine göre istatistiksel açıdan anlamlı farklılık var mıdır?

4.Ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeyleri beden kitle indekslerine göre istatistiksel açıdan anlamlı farklılık var mıdır?

5.Ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeyleri fiziksel aktivite yapmaya engel duruma sahip olma değişkenine göre istatistiksel açıdan anlamlı farklılık var mıdır?

6.Ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeyleri baba mesleği değişkenine göre istatistiksel açıdan anlamlı farklılık var mıdır?

7.Ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeyleri anne mesleği değişkenine göre istatistiksel açıdan anlamlı farklılık var mıdır?

8.Ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeyleri baba eğitim durumuna değişkenine göre istatistiksel açıdan anlamlı farklılık var mıdır?

9.Ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeyleri anne eğitim durumuna göre istatistiksel açıdan anlamlı farklılık var mıdır?

10.Ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeyleri babalarının sporla ilgilenme durumlarına göre istatistiksel açıdan anlamlı farklılık var mıdır?

11.Ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeyleri annelerinin sporla ilgilenme durumlarına göre istatistiksel açıdan anlamlı farklılık var mıdır?

1.5.Sınırlıklar

1.Yapılan bu araştırma ortaokul öğrencilerinin TEOG sınav puanları ve fiziksel aktivite değerlendirme ölçeğine verdikleri yanıtlardan elde edilen araştırma bulguları ile sınırlandırılmıştır.

2.Yapılan bu araştırma 2016-2017 eğitim ve öğretim yılında Kırıkkale il merkezi ve ilçelerinde bulunan ortaokullarda öğrenim gören 171 kız ve 163 erkek olmak üzere toplam 334 öğrenci ile sınırlandırılmıştır.

1.6.Varsayımlar

1.Araştırmaya katılan öğrenci sayısının güvenilir ve geçerli araştırma bulguları elde edilecek yeterlikte olduğu varsayılmıştır.

2. Araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin kendilerine yöneltilen kişisel bilgi formunda yer alan sorular ile fiziksel aktivite düzeyini belirlemede kullanılan ölçeğe verdikleri yanıtların içten, samimi ve doğru yanıtlar oldukları varsayılmıştır.

1.7.Fiziksel Aktivite Kavramı

Fiziksel aktivite; organizmanın dinlenme sürecinde harcadığı enerjiye ek olarak iskelet kasları tarafından üretilen ve enerji harcamasında artışa zemin hazırlayan vücut hareketlerini ifade etmektedir. Tanımdan da anlaşılacağı gibi fiziksel aktivitenin en temel özelliği kas kasılması ile organizmada enerji oluşumu meydana gelmesidir. Bu kapsamda sadece egzersiz ve sportif etkinlikler değil, enerji harcaması ile sonuçlanan iş aktiviteleri, serbest zaman faaliyetleri ve günlük yaşam aktiviteleri de fiziksel aktivite kapsamına girmektedir (Taşkınöz, 2011: 7). Yapılan tanımdan ve literatürde yer alan bilgilerden de anlaşılacağı gibi spor yarışmalarından hobilere, egzersiz etkinliklerinden günlük yaşam faaliyetlerine kadar birçok faaliyet fiziksel aktivite kavramı içerisinde yer almaktadır. İstirahatteki enerji harcamasını anlamlı düzeyde arttırmayan etkinlikler sedanter davranışlar olarak adlandırılmaktadır. Bu kapsamda günlük hayatta rutin olarak gerçekleştirilen uyuma, oturma, televizyon izleme, uzanma ya da bilgisayar kullanma gibi aktiviteler sedanter davranışlar arasında yer almaktadır (Karabıçak, 2014: 2).

Her yaş grubundan insanda olduğu gibi çocukların gelişimlerinin desteklenmesinde de fiziksel aktivite önemli bir yere sahiptir. Küçük yaşlarda fiziksel aktiviteye katılım çocukların aktif bir yaşam tarzına sahip olmalarının yanında sosyal, fiziksel ve zihinsel açıdan gelişimlerini desteklemektedir (Uzun ve diğerleri, 2017: 40). Fiziksel açıdan aktif olan bireylerin bedensel görünüşleri aynı yaş gruplarında bulunan akranlarına göre bazı farklılıklar göstermektedir. Yetişkin bireylerin aksine küçük yaş gruplarında bulunan bireyler yaşları ve gereksinimleri dâhilinde ağır fiziksel aktivitelere katılabilmektedirler. Fiziksel aktiviteye katılım noktasında bazı farklılıklar olmasına rağmen, fiziksel aktiviteye katılımdan elde edilen faydalar benzerlik göstermektedir. Bu noktada kayda değer bir gelişim elde etmek için insanlar mutlaka ağır fiziksel aktivitelere yönelmek zorunda değildirler (Taşkınöz, 2011: 15).

1.7.1. Fiziksel Aktiviteyi Spor ve Egzersiz Kavramları Arasındaki Farklılıklar

Literatürde fiziksel aktivite ve egzersiz kavramları sıklıkla birbirinin yerine kullanılmaktadır (Haskell ve Kiernan, 2000: 542). Ancak egzersiz ve fiziksel aktivite kavramlarını birbirinden ayıran bazı noktalar bulunmaktadır. Kavramsal açıdan ele alındığı zaman fiziksel aktivite; organizmada enerji harcaması ile sonuçlanan bedensel bir hareket uygulama anlamına gelmektedir. Diğer bir ifade ile kişi dinlenik durumun dışında herhangi bir bedensel etkinliğe katılıyor ise fiziksel aktiviteye katılmış demektir (Hekim, 2014: 2366). Bu kapsamda fiziksel aktivite insanların günlük yaşam içerisinde gerçekleştirdikleri bedensel hareketlerden (merdiven çıkma ve yürüme gibi) oluşmaktadır (Soyuer ve Soyuer, 2008: 221). Fiziksel aktivite kavramına ilişkin yapılan açıklamalardan da anlaşılacağı gibi fiziksel aktivite iskelet kasları ile hareket üretilmesini ve vücudun dinlenik durumdan hareketli duruma geçmesini ifade etmektedir. Egzersiz kavramı ise fiziksel aktivitenin bir alt sınıfını oluşturmaktadır. Bu kapsamda egzersiz; planlı, yapılandırılmış, vücudun fiziksel uygunluk ya da diğer fiziksel unsurlarını geliştirmeyi amaçlayan aktiviteler bütünü olarak tanımlanmaktadır (Özer, 2006: 10-11).

Fiziksel aktivite ve spor etkinlikleri insanların rutin yaşamlarında gerçekleştirdikleri temel bedensel etkinlikler arasında bulunmaktadır. Günümüzde dünyanın birçok ülkesinde insanlar çeşitli dallarda spor etkinliklerine yönelmektedirler. İnsanlar açısından sporun önemli bir olgu olması tarihin eski dönemlerine kadar dayanmaktadır. Bu nedenle sporun toplum yaşamında tamamıyla sökülüp atılmasının mümkün olmadığı belirtilmektedir (Dever, 2010: 21). Tarihsel süreç içerisinde insan yaşamında her zaman önemli bir yere sahip olan spor olgusu toplumsal yaşamın bir parçası olmasının yanında yoğun kentleşme, gelişen ekonomik koşullar, insanların sağlık kaygılarının artması, serbest zamanların artması ve sanayileşme gibi unsurlara bağlı olarak yeni anlamlar kazanmıştır (Koruç ve Bayar, 2004: 50). Spor etkinliklerinin sahip olduğu bazı özellikler bulunmakta olup, söz konusu özellikler aşağıdaki gibi sıralanmaktadır;

- Spor etkinlikleri insanların serbest zamanlarını değerlendirme noktasında kullandıkları birer araçtır.

- Spor etkinlikleri insanların diğer bireyler ile çalışma becerilerinin gelişmesine katkı sağlayan bir araçtır.

- Spor etkinlikleri insanların içinde buldukları toplumda popüler kimlik kazanmalarına katkı sağlamaktadır.

- Spor etkinlikleri insanların pratik zekâ düzeylerinin geliştirilmesine katkı sağlamaktadır.

- Spor etkinlikleri insanların düzenli ve sistemli çalışma becerilerini geliştiren, bunun yanında kazanma hırsını arttıran bir olgudur.

- Spor etkinlikleri insanların saldırganlık dürtülerini azaltmaktadır.

- Spor etkinlikleri toplumsal yapı içerisinde insanların sağlıklı bir biçimde sosyalleşmelerine katkı sağlamaktadır.

- Spor etkinlikleri siyaset ile iç içe bir yapıya sahiptir.

- Spor etkinlikleri“insanları uyutan bir afyon” olarak nitelendirilmektedir.

- Spor etkinlikleri katılımcıların ödüllendirildiği birer yarışmadır (Dever, 2010: 23-24).

Yukarıda yer alan bilgilerden de anlaşılacağı gibi spor olgusu, insanların duygusal, fiziksel, sosyal ve toplumsal açıdan gelişmelerine katkı sağlayan, insanların diğer bireyler ile grup çalışmaları yapmalarını kolaylaştıran, insanlar arasındaki dayanışmayı arttıran ve insanların toplum üyeliği kazanmalarına katkı sağlayan bir yapıya sahiptir. Söz konusu özellikleri nedeniyle spor olgusu sadece bedensel hareketler bütünü olmaktan çıkıp, insanların sosyal gelişimlerini, kimlik gelişimlerini ve grup üyeliği kazanma gibi sosyal yönlerini de güçlendiren bir olgu olarak nitelendirilmektedir (Küçük ve Koç, 2004: 2). Bunun yanında insanlar spor etkinliklerine farklı amaçlar dâhilinde katılıyor olmalarına rağmen, spor etkinliklerine belirli kurallar çerçevesinde ve belirli bir mücadele ruhuyla dâhil olmaktadır. Bu yönüyle spor etkinliklerinin sadece fiziksel değil, aynı zamanda zihinsel ve ruhsal özellikleri de güçlendiren bir olgu olduğuna vurgu yapılmaktadır (Ramazanoğlu ve diğerleri, 2005: 155).

1.7.2.Fiziksel Aktivite ve Sporun Yararları

Fiziksel aktivite ve spora katılımın sağlık açısından birçok yararı olduğu bilinmektedir (Fedewa ve Ahn, 2011: 521).Fiziksel aktivite ve spor etkinliklerine katılımın genel yararları aşağıdaki gibi sıralanmaktadır;

- Fiziksel aktivite ve spor etkinliklerine katılım insanların hem günlük yaşamlarında hem de iş hayatlarında daha verimli olmalarına destek olmaktadır.
- Fiziksel aktivite ve spor etkinliklerine katılım ile insanların fiziksel yapıları daha sağlıklı ve daha güçlü olmaktadır.
- Fiziksel aktivite ve spor etkinlikleri insanların karşılaştıkları problemler karşısında daha dirençli bir tutum sergilemelerine katkı sağlamaktadır.
- Fiziksel aktivite ve spor etkinliklerine katılım ile insanların kültürel duyarlılıkları gelişmektedir.
- Fiziksel aktivite ve spor etkinlikleri insanların serbest zamanlarını verimli bir biçimde değerlendirmelerine yardımcı olmaktadır.
- Fiziksel aktivite ve spor etkinlikleri sayesinde insanların liderlik, arkadaşlık ve hoşgörü algıları gelişmekte, iyiyi, gücü, doğruyu ve kazanımı takdir etme becerileri artmaktadır.
- Fiziksel aktivite ve spor etkinlikleri insanların hem kendilerine hem de başka insanlara saygılı davranma becerilerini geliştirmekte, kendini kontrol etme yeteneklerini arttırmaktadır. Spor, insanların sosyal sorumluluk bilinçlerinin gelişmesine destek olmaktadır.
- Fiziksel aktivite ve spor etkinliklerinin büyük bir bölümünde işbirliği içinde çalışma becerisi yer almaktadır. Bu durum insanların diğer bireyler ile ortak çalışma becerilerini geliştirmektedir.
- Fiziksel aktivite ve spor etkinliklerine katılım insanların yaratıcı, yapıcı ve üretken kişilik özelliklerinin gelişmesine katkı sağlamaktadır.
- Fiziksel aktivite ve spor etkinlikleri insanların iş, meslek ya da görev yaşamlarında sorumluluk sahibi olma becerilerini geliştirmektedir.
- Fiziksel aktivite ve spor etkinliklerine katılım insanların iş verim düzeylerinin artmasına yardımcı olmaktadır (Yetim, 2005: 136).

1.7.2.1. Bedensel (Fiziksel) Açıdan Yararları

İnsanlarda ilerleyen yaşla beraber birtakım fiziksel ve fonksiyonel sağlık problemleri ortaya çıkabilmektedir. Özellikle ilerleyen yaşla beraber ortaya çıkan bedensel sağlık sorunlarının başında osteoporoz gelmektedir (Hannan ve diğerleri, 2000: 710). İlerleyen yaşla beraber ortaya çıkan osteoporoz rahatsızlığı ile mücadelede fiziksel aktiviteye katılımın koruyucu bir role sahip olduğu bilinmekte olup (Nguyen ve diğerleri, 2000: 322), literatürde yer alan araştırmalar da bu görüşü desteklemektedir (Borer, 2005: 780; Schmitt ve diğerleri, 2009: 34). Fiziksel aktiviteye katılımın osteoporozla mücadelede etkili olmasının temelinde düzenli fiziksel aktiviteye katılımın kemik mineral yoğunluğunu arttırmasının yattığı belirtilmektedir (Sritara ve diğerleri, 2015: 37).

Yetişkinlik dönemlerde fiziksel sağlığın korunmasında önemli bir yere sahip olan fiziksel aktivite ve spor etkinlikleri çocukluk çağlarında da fiziksel gelişimin önemli bir göstergesi olan kemik sağlığını ve gelişimini olumlu yönde etkilemektedir. Literatürde yer alan deneysel araştırma bulgularının da bu görüşü desteklediği görülmektedir (Lappe ve diğerleri, 2015: 156; Meyer ve diğerleri, 2013: 16; Janz ve diğerleri, 2015: 5; Casazza ve diğerleri, 2012: 23; Baxter-Jones ve diğerleri, 2008: 1101).

Günümüzde gerek yetişkin bireylerin gerekse de çocukların hareketsiz yaşam tarzına bağlı olarak fiziksel aktivite yetersizliği ile karşı karşıya oldukları bilinmektedir (Conn ve diğerleri, 2009: 330; Carver ve diğerleri, 2008: 217). Toplumda hareketsiz yaşam tarzının birçok sağlık sorununu da beraberinde getirdiğine (Kilpatrick ve diğerleri, 2005: 87), özellikle obezite gibi toplumda yaygın olarak görülen sağlık problemlerinin başında fiziksel aktivite yetersizliğinin geldiğine vurgu yapılmaktadır (Wang ve diğerleri, 2002: 433). Bedensel sağlığı tehdit eden obezitenin temelinde günlük enerji tüketiminde görülen dengesizlikler ve fiziksel aktivite yetersizliği yatmaktadır (Church ve diğerleri, 2011: 1). Bedensel sağlığı tehdit eden bir unsur olarak nitelendirilen obezitenin önlenmesinde fiziksel aktiviteye katılımın koruyucu bir role sahip olduğu belirtilmektedir (Janssen ve diğerleri, 2005: 123; Jakicic ve Otto, 2005: 226; Gürel ve İnan, 2001: 36).

Düzenli olarak fiziksel aktiviteye katılım sayesinde vücut yağ oranında meydana gelen azalma ve kilo kontrolünün sağlanması obezite ile mücadelenin temelini oluşturmaktadır (Ross ve Janssen, 2001: 521). Yapılan araştırmalar özellikle orta şiddetle gerçekleştirilen fiziksel aktivite çalışmalarının verilen kiloların geri alınmasını önlediğini ortaya koymaktadır (Jakicic ve Otto, 2005: 226; Blair ve Church, 2004: 1233). Bu nedenle günümüzde insanlar obezite ile mücadele etmek ve vermiş oldukları kiloları geri almamak adına fiziksel aktiviteye yönelmektedirler (Allender ve diğerleri, 2006: 826).

1.7.2.2.Psikolojik Açıdan Yararları

Bazı mental rahatsızlıkların tedavi süreçlerinde yararlanılan fiziksel aktivite ve spor etkinlikleri (Richardson ve diğerleri, 2005: 324), insanların psikolojik açıdan aktif olmalarına katkı sağlayan temel unsurlar arasında yer almaktadır (Küçük ve Koç, 2004: 10). Literatürde fiziksel aktivite ve sporun yararlarına yönelik yapılan araştırmalarda da psikolojik sağlığın korunmasında fiziksel aktivite ve sporun büyük bir yararı olduğuna vurgu yapıldığı görülmektedir (Şahin, 2015: 24; Penedo ve Dahn, 2005: 2005: 189; Keskin, 2014: 1; Lautenschlager ve diğerleri, 2007: 1027).

Fiziksel aktiviteye katılımın psikolojik ruh hali, kaygı ve depresyon üzerine olumlu etkileri olduğu bilinmekte olup, literatürde yer alan araştırma bulguları da bu görüşü desteklemektedir (Ströhle, 2009: 177). Yapılan bazı araştırmalar depresyon oluşumunun önlenmesinde fiziksel aktiviteye katılımın koruyucu bir rolü olduğunu (Harris ve diğerleri, 2006: 79; McKercher ve diğerleri, 2009: 161), bazı araştırmalar ise fiziksel aktivite ve spor etkinliklerine katılan bireylerde depresyon görülme sıklığının düşük olduğunu ortaya koymaktadır (Arslan ve diğerleri, 2011: 122; Miller ve Hoffman, 2009: 335).

Fiziksel aktiviteye katılımın depresyon üzerindeki etkilerine ilişkin yapılan araştırmaların farklı yaş gruplarında bulunan bireyler üzerinde gerçekleştirildiği görülmekte olup, yapılan araştırma bulguları farklı yaş gruplarında fiziksel aktiviteye katılımın depresyon düzeyini azalttığını ortaya koymaktadır. Adolesan dönemde bulunan kız çocukları üzerinde gerçekleştirilen bir çalışmada fiziksel aktivite ve spora katılımın depresyon oluşumunun önlenmesine katkı sağladığı tespit edilmiştir

(Dishman ve diğeri, 2006: 396). Daha yetişkin bireyler olan üniversite öğrencileri üzerinde gerçekleştirilen diğeri bir araştırmada fiziksel aktivite ve depresyon düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmış, araştırmanın sonunda fiziksel aktivite ve depresyon düzeyi arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunduğu tespit edilmiştir. Buna göre, üniversite öğrencilerinde fiziksel aktivite düzeyi arttıkça depresyon görülme sıklığında azalma meydana geldiği bulunmuştur (Yıldırım ve diğeri, 2015: 32).

Fiziksel aktivite insanların günlük yaşamın getirdiği stresten kurtulmak için yöneldikleri etkinlikler arasında yer almaktadır (Ramazanoğlu ve diğeri, 2005: 155). Çünkü fiziksel aktiviteye katılımın önlediği psikolojik problemlerin başında stres gelmekte olup, yapılan araştırma bulguları fiziksel aktiviteye katılımın hem stres oluşumunu engellediğini hem de mevcut stres düzeyini azaltmaya yardımcı olduğunu ortaya koymaktadır (Hassmen ve diğeri, 2000: 21). Bilindiği gibi insanların stresli yaşam tarzına sahip olmaları günlük yaşamda birçok problemle karşılaşmalarına zemin hazırlamaktadır (Cam, 2004: 2). Bu noktada insanların stresli yaşam tarzından uzaklaşmaları ve psikolojik sağlamlıklarını korumaları noktasında fiziksel aktiviteye katılımın önemli bir yere sahip olduğuna vurgu yapılmaktadır (Şahin ve diğeri, 2012: 378). Literatürde fiziksel aktivite ve spora katılımın sağladığı diğeri psikolojik faydalar aşağıdaki gibi sıralanmaktadır;

- Fiziksel aktivite ve spor etkinliklerine katılım asabi kişilik yapısının düzelmesine katkı sağlamaktadır (Zorba, 2006: 29)
- Fiziksel aktivite ve spor etkinliklerine katılım bireyin saldırganlık dürtülerinin en aza indirilmesine katkı sağlamaktadır (Dever, 2010: 22).
- Fiziksel aktivite ve spor etkinliklerine katılım bireyin pratik zekâsının gelişmesine, kendini kontrol etme becerisi ile dikkati yoğunlaştırma becerilerinin gelişmesine destek olmaktadır (Aytan, 2010: 3).
- Fiziksel aktivite ve spor etkinliklerine katılım ile insanlar dar dünyalarında kurtulmakta ve diğeri insanlarla diyalog kurmaya başlamaktadırlar. Söz konusu unsurlar bireyin kişilik özelliklerinin gelişmesine katkı sağlamaktadır (Küçük ve Koç, 2004: 2).

1.7.2.3.Sosyal Açıdan Yararları

Fiziksel aktivite ve spor etkinliklerine katılım insanların hem içsel hem de dışsal gelişimleri üzerinde olumlu bir etkiye sahiptir. Spor etkinliklerine katılım ile kabullenme, paylaşım, yardımlaşma ve görüş alış verişi gibi özellikler gelişmektedir. Böylece spor etkinliklerine katılan insanların toplumla etkileşim haline gelmesi mümkün olmaktadır. Benzer şekilde, sporsal etkinliklerine katılım ile toplumsal iletişim gelişmektedir. Yine toplumsal açıdan ele alındığı zaman, spor etkinliklerine katılım insanların sosyal çevreleri ile etkileşim içine girmelerine katkı sağlamakta, böylece sosyal gelişimi desteklemektedir (Aytan, 2010: 3-4).Birçok sosyal değerın oluşmasına ve sosyal gelişimin desteklenmesine katkı sağlayan spor etkinlikleri, söz konusu fonksiyonlarını birçok yolla gerçekleştirebilmektedir. Örneğin; insanlar spor etkinliklerine katıldıkları zaman kendilerini ifade edebilecekleri sosyal bir ortam bulabilmektedirler. Böyle bir ortam insanların sosyal açıdan gelişmelerine katkı sağlamaktadır (Küçük ve Koç, 2004: 2).Bu nedenle fiziksel aktivite ve spor etkinliklerine katılan insanların büyük bir bölümü sosyal etkileşim amacıyla söz konusu aktivitelere dâhil olmaktadır (Allender ve diğerleri, 2006: 826).Spor ile toplum birbirinden ayrılmayan iki bütün olup (Ramazanoğlu ve diğerleri, 2005: 154), Spor etkinlikleri oluşturdukları sosyal değerlerin sürekli hale gelmesinde de büyük rol oynamaktadır. Bu yönü ile spor etkinliklerinin sosyal değişimin oluşmasına yön verdiği belirtilmektedir (Yetim, 2005: 171). Literatürde spora katılımın sağladığı sosyal faydalar aşağıdaki gibi sıralanmaktadır;

- Takım sporlarına katılım ile insanların işbirliği yapma becerileri gelişmektedir.
- Spor etkinliklerine katılım ile insanların karakter yapıları şekillenmektedir.
- Bireysel spor dallarına katılım ile kişisel disiplin gelişmektedir.
- Spor etkinliklerine katılım sayesinde insanlar erkekçe mücadele etme becerilerini geliştirmektedir.
- Beden eğitimi ve spor etkinliklerinde yer alan hareket becerilerinde serbestlik söz konusudur. Bu yönü ile beden eğitimi ve spor etkinlikleri sosyalleşme sürecini hızlandırmaktadır.

- Sporcuların katıldıkları bazı antrenmanlar tehlikeli unsurları içinde barındırmaktadır. Bu tür antrenmanlar cesaret gelişimine katkı sağlamaktadır.

- Spor etkinliklerine katılım ile insanlar sahip oldukları saldırganlık dürtülerini doğal yolla boşaltmayı öğrenmektedirler (Küçük ve Koç, 2004: 5).

Fiziksel aktivite ve spor etkinliklerine katılım sosyal davranışların gelişimine katkı sağlamakta olup (Bailey, 2006: 397), Özellikle küçük yaş grubunda bulunan bireyler açısından spor etkinliklerine katılım önemli bir sosyalleşme aracı olarak değerlendirilmektedir. Hemen hemen her çocuk oynadığı oyun ve katıldığı spor etkinlikleri sayesinde sosyalleşmektedir. Yine çocuklar açısından ele alındığı zaman spor etkinlikleri iyi bir öğrenci, iyi bir lider, iyi bir yurttaş ve iyi bir arkadaş olma becerisini geliştirmektedir (Küçük ve Koç, 2004: 4).

1.7.2.4.Motorsal Gelişim Açısından Yararları

Düzenli olarak fiziksel aktivite ve spor etkinliklerine katılım her yaş grubundan bireyin motorsal gelişiminin desteklenmesine katkı sağlamaktadır (Reilly ve diğerleri, 2006: 1). Literatürde yer alan araştırma bulguları da fiziksel aktivite ve spora katılımın motorsal gelişimi desteklediğini ortaya koymaktadır (Wrotniak ve diğerleri, 2006: 1758; Graf ve diğerleri, 2004: 22). Adolesan dönemde bulunan çocuklar üzerinde gerçekleştirilen çalışmada orta ve yüksek şiddette gerçekleştirilen fiziksel aktivite çalışmalarının motorsal bir beceri olan obje kontrolü becerisini geliştirdiği (Barnett ve diğerleri, 2009: 252), çocuklar üzerinde gerçekleştirilen benzer bir çalışmada da fiziksel aktivite düzeyi ile motorsal performans parametreleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu rapor edilmiştir (Fisher ve diğerleri, 2005: 684).

Çocukluk yıllarının yanında yetişkinlik ve yaşlılık dönemlerinde de fiziksel aktiviteye katılımın motorsal performans üzerinde olumlu katkıları olduğu bilinmekte olup, literatürde yer alan araştırma bulguları da bu görüşü destekler niteliktedir (Tsourlou ve diğerleri, 2006: Heyn ve diğerleri, 2004: 1694; 811; Cao ve diğerleri, 2007: 325). Yaşlılık ile birlikte bazı motor beceri düzeylerinde azalma meydana gelmektedir. Düzenli egzersiz ve fiziksel aktivite motor beceri düzeyinde meydana gelen azalmaları en aza indirmekte ve motor performansı geliştirmektedir.

65 yaş ve üzeri yaşlı bireyler üzerinde gerçekleştirilen bir araştırmada katılımcılar deney ve kontrol grubu olarak ikiye ayrılmış, deney grubunda bulunan katılımcılar 12 ay boyunca Tai Chi egzersiz programına dâhil edilmiştir. Bu süreçte kontrol grubunda bulunan yaşlı bireyler ise herhangi bir fiziksel aktivite ya da egzersiz çalışmasına dâhil edilmemiştir. Araştırmanın sonunda kontrol grubunda bulunan yaşlı bireyler ile kıyaslandığı zaman deney grubundaki katılımcıların motor beceri düzeylerinde anlamlı artış meydana geldiği rapor edilmiştir (Li ve diğerleri, 2007: 383).

1.7.2.5.Genel Sağlık Açısından Yararları

Sanayi devriminden itibaren insan yaşamını kolaylaştıran teknolojik ürünlerin ortaya çıkması ve insanların mekanize olmuş bir yaşam tarzına sahip olmaları hareketsiz yaşam tarzından kaynaklanan birçok sağlık sorununu da beraberinde getirmiştir. Günümüzde bazı meslek dallarındaki (masa başı memur, şoför vb.) insanların gün içerisinde neredeyse hiç fiziksel etkinlikte bulunmadıkları belirtilmektedir. Hareketsiz yaşam tarzından kaynaklanan sağlık sorunlarının büyük bir bölümü geçmiş yıllarda insan yaşamında çok sık görülmeyen, büyük oranda hareketsizliğin beraberinde getirdiği hastalıklar olarak belirtilmektedir. Bu nedenle hareketsiz yaşam tarzından kaynaklanan sağlık sorunlarına “çağımızın hastalıkları” gibi tanımlar yapılmaktadır (Hekim, 2014: 2364-2365). Bu noktada fiziksel aktivite ve spor etkinliklerine katılımın halk sağlığı açısından birçok faydası olduğu belirtilmektedir (Ntoumanis, 2001: 225).

İnsanların psikolojik, fizyolojik ve anatomik açılarından iyi durumda olmaları, gerekli olduğu hallerde yapılması gereken etkinlikleri uygun bir biçimde yerine getirebilmeleri ve yedek güçlerini kullanabilmeleri için spor yapmaları gerekmektedir. Bu koşullar sağlandığı zaman, spor etkinlikleri koruyucu hekimliğin bir aracı olmakta, insanların sağlıklarını geliştirmekte ve hastalıklara karşı dirençlerini arttırmaktadır (Zorba, 2006: 21). Nitekim yapılan araştırmalar serbest zamanlarında fiziksel aktivite, spor ve egzersiz çalışmalarına dâhil olan bireylerin yaşam kalitelerinin arttığını, özellikle sağlıkla ilişkili yaşam kalitesinin arttırılmasında spor, egzersiz ve fiziksel aktiviteye katılımın önemli bir role sahip

olduğunu ortaya koymaktadır (Bize ve diğerleri, 2007: 401; Vuillemin ve diğerleri, 2005: 562; Painter ve diğerleri, 2001: 213). Fiziksel aktiviteye katılım ile sağlık açısından artan ve azalan değerler Çizelge 1’de sunulmuştur (Zorba, 2006: 28).

Çizelge 1. Fiziksel aktiviteye katılım ile sağlık açısından artan ve azalan değerler

Azalan Değerler	Artan Değerler
Kalp krizi riski Kalp krizi geçirmiş bir kişinin tekrar kalp krizi geçirme olasılığı Yüksek tansiyon riski Kadınlarda gebelik sonrası ortaya çıkan sırt ağrıları ve rahatsızlıklar Genellikle stresten kaynaklanan baş ağrıları Çok sıkı diyet uygulanmadan kilo düzeyinde Dinlenik kalp atım sayısı Osteoariz sonrası eklem dejenerasyonu Kanseri riski Bel ve sırt kaslarından kaynaklanan ağrılar Yağlanma riski Solunum kaslarının güçlenmesine paralel olarak istirahat solunum hızı Kadınlarda menstruel semptomlarda Egzersiz sonrası iştah düzeyi Yaşlanmanın geciktirilmesi Kan kolesterol seviyesi LDL lipoprotein düzeyi	Genel sağlık düzeyi Düzenli ve sağlıklı uyku durumu Bazı enfeksiyonlara karşı vücut direnci Maksimal oksijen kullanım kapasitesi Kemik mineral yoğunluğu Sıcak ve soğuğa karşı direnç durumu Kan şekerinin kontrol altına alınma durumu Kas kuvveti ve dayanıklılığı Laktik asit toleransı Deriye kan akışı ve derinin beslenmesi Akciğerlerden kana O ₂ difüzyonu Kan akışkanlığı Bağışıklık sisteminin güçlenmesi Glikoz toleransı, sakatlıklara karşı direnç Cinsel istek ve performans düzeyi Postural yapının düzgünlüğü Kalori yakımı Eklem elastikiyeti Denge ve koordinasyon düzeyi Kan plazma hacmi Metabolizmanın çalışma düzeyi HDL lipoprotein düzeyi

Fiziksel aktiviteye katılım kalp rahatsızlıklarının ortaya çıkma riskini azaltmakta olup (Sesso ve diğerleri, 2000: 975), kalp kasının gelişmesine ve daha sağlıklı çalışmasına katkı sağlamaktadır. Özellikle jogging, yürüyüş, koşu, kayak ve bisiklet gibi büyük kas gruplarının aktif olarak çalıştıkları bedensel etkinliklerde kaslar kanın kalbe dönüşünde aktif rol almaktadırlar. Kendisine daha yüksek miktarda kan geldiği için kalp daha büyük bir yük ile çalışmakta ve daha fazla kanı çevreye dağıtmak zorunda kalmaktadır. Belirli bir antrenman periyodunun ardından kalp, fazla yük ile çalışmaya adapte olduğu için daha iyi çalışmaya ve görevini daha ekonomik çalışarak yerine getirmektedir. Kalbin adaptasyon sürecinde meydana gelen en önemli değişiklik kalp kasının daha fazla kuvvetlenmesi ve hacim olarak

büyümesidir. Böyle bir kalp yapısı dinlenik durumda iken sedanter bir insanın kalbine kıyasla daha düşük sayıda atmaktadır (Zorba, 2006: 26).

Hastalıklarla mücadelede de fiziksel aktiviteye katılımın önleyici ve tedavi edici bir rolü olduğu bilinmekte olup, yapılan birçok çalışmada farklı kanser türlerinin önlenmesinde fiziksel aktivitenin yararı olduğuna vurgu yapılmaktadır (Kelly, 2011: 352; Holmes ve diğerleri, 2005: 2479). Literatürde kanser hastalığının tedavi sürecinde ve tedavi sonrası dönemde kalp ve solunum fonksiyonlarının geliştirilmesinde fiziksel aktiviteye katılımın önemli bir role sahip olduğu belirtilmektedir (Schmitz ve diğerleri, 2005: 1588). Bunun yanında yapılan bazı deneysel araştırmalarda kanser hastalarına uygulanan fiziksel aktivite programlarının hem fiziksel hem de psikolojik sağlık açısından birçok faydası olduğu rapor edilmiştir (Culos-Reed ve diğerleri, 2007: 118; Speck ve diğerleri, 2010: 87).

1.7.3.Fiziksel Aktivitenin Değerlendirilmesinde Kullanılan Yöntemler

Fiziksel aktivitenin değerlendirilmesinde kullanılan bazı yöntemleri bulunmakta olup, bu yöntemlerin başında doğrudan gözlem yöntemi, enerji tüketimi hesaplama, anketler ve hareket sensörlerinden yararlanma gibi yöntemler gelmektedir (Bulut, 2013: 211). Fiziksel aktivitenin değerlendirilmesinde kullanılan söz konusu metotlara ilişkin temel bilgiler aşağıda sunulmuştur;

Doğrudan gözlem yöntemi: Genellikle çocukların fiziksel aktivite düzeylerinin belirlenmesinde kullanılmakta, çocukların günlük yaşam aktivitelerinin video kaydına alınıp incelenmesi esasına dayanmaktadır. Bu nedenle zaman alıcı ve zahmetli bir yöntem olarak nitelendirilmektedir.

Enerji tüketiminin hesaplanması: Bireyin enerji metabolizması üç bileşenden oluşmakta olup, bunlar diyete bağlı metabolizma hızı, istirahatte metabolizma hızı ve fiziksel aktivitede metabolizma hızıdır. Fiziksel aktivite esnasında harcanan enerji tüketimi aynı zamanda fiziksel aktivitede harcanan enerjinin ölçüsüdür. Fiziksel aktivitede harcanan enerji miktarının tespit edilmesinde en sık kullanılan yöntemlerin başında kalorimetre ve çift katmanlı su yöntemi gelmektedir.

Anketler: Fiziksel aktivitenin tespit edilmesinde sıklıkla kullanılmakta olup, fiziksel aktivitenin anketler yoluyla tespit edilmesinde MET yönteminden

yararlanılmaktadır. Bu yöntemde anketler ile kişiye haftada kaç saat ve kaç gün fiziksel aktivite yaptığı sorulmakta, elde edilen verilere ilişkin katsayılar ile MET değeri belirlenmekte, MET değeri üzerinde bireyin fiziksel açıdan aktif olma durumu tespit edilmektedir.

Hareket sensörleri: Fiziksel aktivitenin tespit edilmesinde sıklıkla kullanılan hareket sensörlerinin başında adım ölçümünde kullanılan pedometreler ile vücut ivme hızının belirlenmesinde kullanılan akselerometrelerden yararlanılmaktadır. Bu yöntemde kullanılan araçlar basit, küçük ve ucuzdur. Genellikle bel bölgesine takılan bu araçlar ile yürüme esnasında adım sayısı belirlenebilmektedir (Bulut, 2013: 210-211).

1.8.Akademik Başarı Kavramı

Kavramsal bakımdan eğitim “bireyleri ve toplumları belli bir amaç yolunda ve düzgün bir yaşam standardına ulaştırmada sahip olunan yetenek, bilgi ve değerleri planlı bir şekilde diğer nesillere iletme noktasında aynı zamanda bireyin eylemlerini de yaşantılar yolu ile değiştirme süreci” şeklinde tanımlanmaktadır (Harmandar, 2004: 3). TDK sözlüğüne göre eğitim “Çocuklar ve gençlerin toplumsal hayata dahil olmaları için gereken bilgi, anlayış ve yetenekleri elde etmelerine, kişilik yapılarını geliştirmeye okul içi ya da dışında doğrudan ya da dolaylı olarak yardım etme” biçiminde ifade edilmiştir (Erzincan, 2011: 10). Eğitimin çeşitli amaç ve işlevleri bulunmaktadır. Eğitim sisteminin sahip olduğu hedefler doğrultusunda evrensel bir fikir birliği sağlanması güçtür. Bu bağlamda eğitim sisteminin amaçları uluslararası, bölgesel, evrensel, kurumsal veya ulusal hedefler biçiminde sınıflandırılmaktadır. Bunun yanı sıra eğitim amaçları daha alt seviyede hedefler (politik, sosyal, kültürel, bireysel, ekonomik) şeklinde de sınıflandırılmaktadır (Şişman, 2012: 4). Eğitimin öğrenci açısından amaçlarının başında ise öğrencilerin akademik başarılarının artırılması gelmektedir.

Bir öğrenci program kapsamındaki hedef davranışları yerine getirmesi durumunda akademik açıdan başarılı sayılabilmektedir. Eğitim de başarı kavramı ile çoğunlukla okulda verilen derslerde geliştirilen ve öğretmenler tarafından onaylanan notlarla, test puanları ile ya da her ikisi ile beraber belirlenen yetenekler ya da

edinilen bilgiler ifadesi olan “akademik başarı” kastedilmektedir. Akademik başarı öğrencilerin mesleki ve sosyal hayata donanımlı bir şekilde hazırlanmalarını sağladığı ve geleceklerine yön verdiği için, aileleri ve çevreleri bakımından da son derece önemli olduğu bilinmektedir (Sarier, 2015: 1-2).

Eğitim alanında öğrencilerin akademik başarı seviyeleri eğitim ve öğretim dönemi boyunca sınavlardan elde ettikleri notlar ile belirlenmektedir. Dolayısıyla öğrencilerin akademik bakımdan başarı elde edip edememe durumlarının somut bir şekilde değerlendirilmesi mümkündür. Eğitim sisteminde ilkokuldan başlayarak üniversite mezuniyet sürecine kadar geçen zamanda öğrencilerin akademik başarı seviyeleri gerek kendileri gerekse aileleri bakımından ciddi bir konudur (Nartgün ve Çakır, 2014: 380). Dolayısıyla öğrencilerin akademik başarı düzeylerine etki eden unsurların iyi bilinmesinin bilimsel araştırma alanları bakımından önemli bir nokta olduğu üzerinde durulmaktadır (Altınkurt, 2008: 130). Sarier’e (2015: 1) göre, insan gücü bir ülkenin en değerli kaynağıdır. Okullar bu değerli kaynakların güce çevrildiği kurumlardır. Günümüzde özellikle bilimsel düşünme yetisine sahip, üretken, yaratıcı ve karşı karşıya kaldığı sorunları çözme yetisi kazanmış bireylere ihtiyaç duyulmaktadır. Öğrencilerin başarı seviyelerini yükseltmek ve nitelikli bireyler şeklinde yetişmelerini sağlamak için ilk olarak eğitim sistemlerinde bir takım dönüşümler gerçekleştirmek gerekmektedir.

Yaşadığımız çağda artan teknolojik gelişmeler, bireylere bir takım kolaylık sağlarken, bunun yanı sıra daha az hata yapmayı, fırsatlarını daha iyi kullanmalarını zorunlu hale getirmiştir. Söz konusu durum bireyleri toplumda hem eğitimi boyunca hem de sonraki iş yaşamlarında daha başarılı olma gereksinimi doğurmuştur. Toplumlar artık birbirleri ile daha fazla yakınlaşıırken, zamanla daha fazla rekabet etmeye başlamışlardır. Bu rekabet durumu toplumların eğitime atfettiği önemi süreç içerisinde artırmış ve başarıyı yükseltmek için araştırmaların yapılması neticesini doğurmuştur. Eğitim bilimciler bireyin küçük yaşlardan itibaren en iyi koşullarda yetişmesi adına çeşitli araştırmalar yaparak, başarıyı tetikleyen etmenleri bulmayı ve bu unsurları kontrol altına alarak başarının yükseltilmesini hedefleyen teknikler geliştirmişlerdir (Özer ve Sarı, 2009: 106).

1.8.1.Akademik Başarıyı Etkileyen Faktörler

Akademik başarı seviyesine etki eden birçok unsur bulunmakla beraber, akademik başarıya etki eden etkenlerin başında çevresel, duyuşsal ve zihinsel etkenler gelmektedir (Nartgün ve Çakır, 2014: 380). Tatlılıoğlu'na (2013: 2) göre, okul başarısızlığı; öğrencinin gerçek yeteneği ile okuldaki başarısı arasında görülen farklılık şeklinde tanımlanmaktadır. Okul başarısızlığına bireysel unsurların yanı sıra, geleneksel anlayışa hâkim olan öğretmen, anne-babanın bilinçsiz davranışları, sınıf ve okul ortamı gibi çeşitli unsurlar sebep olabilmektedir. Ayrıca, uygulanan yanlış öğrenme programları ve sistemler, bireyin akademik anlamda kendine olan saygısını, güvenini ve başarı hissini zedelemektedir.

Özer ve Sarı'ya (2009: 106) göre, geçmiş dönemlerde akademik başarısızlığın sebebinin yalnızca öğrenci merkezli olduğu, öğrencinin zayıf akıllı olmasının, okuma-yazma-aritmetik alanlarındaki başarısını belirlediği fikri hâkimdi. Zaman içerisinde eğitim alanında geliştirilen araştırma yöntemleri neticesinde bu fikrin yanlış olduğu, öğrencinin bireysel yetilerinin yanı sıra çevresel unsurların da öğrencinin başarısını önemli oranda etkilediği ortaya konulmuştur. Başarının temelinde öğrenci ve eğitim kalitesi yer alırken, çevresel, ekonomik, kültürel, sağlık, ailenin gelir durumu, ebeveynlerin eğitim koşulları gibi başarıyı tetikleyen çeşitli unsurlar ortaya konmuştur.

Akademik başarıyı etkileyen birçok unsur bulunmakta olup, literatürde yer alan çalışma bulguları da akademik başarıyı etkileyen birçok unsur olduğunu ortaya koymaktadır. Doğan (1987) tarafından yapılan çalışmada spora katılımın akademik başarı üzerindeki etkisinin incelenmesi amaçlanmış, çalışmada spora katılımın akademik başarı düzeyini olumlu yönde etkilediği rapor edilmiştir.

Hair ve diğerleri (2015: 1-3) tarafından yapılan çalışmada yapısal beyin gelişiminin atipik örüntüsünün, yoksulluk içinde yaşayan çocuklar ile akademik performansın bozulmuşluğu arasındaki ilişkiyi arabuluculuk edip etmediğinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya toplum tabanlı bir örnekleme planının ardından, Amerika Birleşik Devletleri'ndeki 6 çalışma merkezinde, hem bölgesel hem de ABD demografik gelir ve ırk / etnisite kompozisyonlarını yansıtabilecek şekilde 4 ile 18 yaş arasında olan 433 çocuk dâhil edilmiştir. Araştırmanın veri toplama

aşamasında Normal Beyin Gelişimi Ulusal Sağlık Manyetik Rezonans Görüntüleme Çalışması Enstitüsünden veri alımı, kurumsal inceleme kurulu onayı için Wisconsin Üniversitesi-Madison kullanılmıştır. Araştırmanın sonunda yoksulluğun, en fakir hanelerden gelen çocuklar arasında gözlenen en büyük etkiye sahip, okulun hazır bulunuşluk becerileri ile ilişkili çeşitli beyin bölgelerindeki yapısal farklılıklara bağlı olduğu tespit edilmiştir. Federal yoksulluk düzeyinin 1,5 katından küçük çocukların bölgesel gri cevher hacimleri, gelişimsel normun altında 3 ila 4 puan altında olduğu saptanmıştır (P <0.05). Federal yoksulluk seviyesinin altındaki çocuklar için 8 ila 10 puanlık daha büyük bir boşluk gözlemlendiği bulunmuştur (p <0.05). Bu gelişimsel farklılıkların, çocukların akademik başarıları için sonuçlar doğurduğu ifade edilmiştir. Ortalama olarak, düşük gelirli en fakir hanelerden gelen çocukları standart testlerde 4 puandan 7 puan daha düşük puan aldığı ortaya çıkarılmıştır (p <0.05). Test puanlarındaki boşluğun%20 kadarı, frontal ve temporal loblarda maturasyon gecikmesi ile açıklanabileceği sonucuna varılmıştır. Yoksulluğun çocukların öğrenme ve başarıya olan etkisi, yapısal beyin gelişimi ile gerçekleşebileceği tespit edilmiştir. Engelli akademik işleyişin uzun vadeli maliyetlerinden kaçınmak için, federal yoksulluk seviyesinin%150'sinin altındaki haneler, erken çocukluk ortamlarının iyileştirilmesine yönelik ek kaynaklar için hedeflenmesi gerektiği sonuçlarına ulaşılmıştır.

Mega ve Diğerleri (2013: 2-5) tarafından yapılan araştırmada iyi bir öğrencinin neler yapabileceği, duyguların, öz düzenlemeli öğrenmenin ve motivasyonun öğrencinin akademik başarısına nasıl bir katkısı olabileceğinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya Padua Üniversitesi tarafından sunulan tüm disiplinlerden yaşları 18 ile 35 arasında olan 5805 lisans öğrencisi (%36.4 erkek ve %63.6 kadın) dâhil edilmiştir. Araştırmanın veri toplama aşamasında Kendini Düzenlemeli Öğrenme, Duygular ve Motivasyon Bilgisayarlı Akü 3 Öz-Bildirim Anketleri ; Öz-Düzenlemeli Öğrenme Anketi, Duygular Anketi ve Motivasyon Anketi (MQ) kullanılmıştır. Araştırmanın sonunda bulguların yazarların hipotezleri ile tutarlı olduğu ve önerilen modelin tüm yönlerini desteklediği tespit edilmiştir. Yapısal eşitlik modeli, öğrencilerin duygularının kendi kendini düzenleyen öğrenmelerini ve motivasyonlarını etkilediğini ve bunların da akademik başarıya etki gösterdiği saptanmıştır. Böylece, öz-regüle edilmiş öğrenmenin ve motivasyonun, duyguların

akademik başarı üzerindeki etkilerine aracılık ettiği bulunmuştur. Üstelik, olumlu duyguların, akademik başarıyı ancak kendi kendini düzenleyen öğrenme ve motivasyon ile aracılık ettikleri zaman desteklemekte olduğu sonuçlarına ulaşılmıştır.

Farooq ve Diğerleri (2011: 1-5) tarafından yapılan araştırmada bir metropol şehri olan Pakistan'daki lise öğrencilerinin akademik performansını etkileyen farklı faktörlerin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya bir metropolitan Pakistanlı ortaokul erkek ve kız öğrencilerden, ilk aşamada 12 erkek ve kadın kamu sektörü orta öğretim okulu 6 kişi uygun şekilde seçilerek ve ikinci olarak, 10. sınıfta öğretim gören öğrencilerin bir bölümündeki gönüllülerden 25 erkek ve 25 kadın olmak üzere sadece 50 gönüllü öğrenci, 12 okulun her birinden rastgele 300 Kadın ve 300 Erkek olmak üzere toplamda 600 öğrenci dâhil edilmiştir. Araştırmanın veri toplama aşamasında akademik performansın kalitesi, Orta ve Orta Öğretim Kurulu, Lahore ve okul kayıtlarından doğrulanan 9. sınıf yıllık sınav başarı puanları kullanılarak ve farklı faktörlerin öğrencilerin başarıları üzerindeki etkisini araştırmak için Standart T-testi ve ANOVA kullanılmıştır. Araştırmanın sonunda sosyo-ekonomik durumun (SES) ve ebeveynlerin eğitiminin, öğrencilerin genel akademik başarıları ile Matematik ve İngilizce konularına yönelik başarılarını önemli ölçüde etkilediği tespit edilmiştir. Yüksek ve ortalama sosyo-ekonomik seviyenin, performansı alt seviyeden daha fazla etkilemekte olduğu ifade edilmiştir. Ebeveynlerin eğitiminin, çocuklarının okuldaki akademik performansı ile ilgili mesleklerinden daha fazla olması çok ilginç olduğu ve kızların erkek öğrencilerden daha iyi performans gösterdiği sonuçlarına ulaşılmıştır.

Komaraju ve Diğerleri (2011: 1-3) tarafından yapılan araştırmada başlıca Beş büyük kişilik ve öğrenme stillerinin, akademik başarıyı etkilemede rollerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya tüm lisans sınıfları öğrencilerinden (%56.2 birinci sınıfları,%17.9 sophomores, %9.4 juniors ve%15.9 se-niors) temsil binbaşı çeşitli (liberal sanat, iş, eğitim, bilim-ence, mühendislik vardı, fen ve sanat uygulamalı kitle iletişim ve tarım) ve etnik biraz değişik bir (%66.2 Avrupa pean Amerikan %22.7 Güney Amerika, arasında değişen öğrencilerin %95 Latin Amerika%2.6 Amerika, Asya %1.9 ve%1 Kızılderili) ve 18 ve 24 yaşları arasında olan 147 erkek (%47.7) ve Beş Faktör Envanteri, Öğrenme Prosedürleri Envanteri'ni tamamlayan 161 kadın (%52.3) olmak üzere toplam 308 lisans düzeyinde öğretim

gören öğrenci dâhil edilmiştir. Araştırmanın veri toplama aşamasında açıklık ile GPA arasındaki ilişki yansıtma öğrenme stilleri için Sentez analizi ve Detaysal işlem ve her bir alt ölçeğin iç tutarlılığı için Cronbach Alfa değerleri ve Öğrenme Süreçlerinin Envanteri Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmanın sonunda Beş büyük kişilik özelliklerinden, vicdanlılığından ve anlaşılabilirliğinden ikisi, dört öğrenme stilleriyle (sentez analizi, yöntemsel çalışma, olgusal retansiyon ve ayrıntılı işleme) pozitif olarak ilişkilirken, nörotisizm dört öğrenme stilinin tümü ile negatif olarak ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Ek olarak, dışadönüklük ve açıklık, özenli işlemlerle pozitif ilişkili olduğu saptanmıştır. Beş büyük faktörle birlikte, not ortalamasının varyansın% 14'ünü açıkladığı ve öğrenme stillerinin ek bir% 3'ünü açıkladığı, kişilik özelliklerinin hem de öğrenme stillerinin akademik performansa katkıda bulunduğunu düşündürdüğü ifade edilmiştir. Sonuç olarak, entellektüel olarak meraklı olmanın öğrencilerin akademik ilgiyi düşünceli bilgi işleme ile birleştirdiğinde akademik performansı artırdığı sonuçlarına ulaşılmıştır.

1.8.1.1.Öğrenci Velisi Faktörü

Birer eğitim kurumu olarak okulların öğrenme çevresi olarak işlevlerini gerçekleştirebilmelerinde kendisi dışındaki çevre ile iç içe olması, dış çevre ile iletişimi güçlendirmesi son derece önemlidir. Okulların öğrenme işlevlerinin sağlıklı bir şekilde devam etmesine destek olan çevrelerden birisi de öğrenci aileleridir (Keçeli-Kaysılı, 2008: 70).Aileler çocukların akademik başarıları konusunda da önemli bir etkiye sahip olmakla beraber (Yıldırım, 2000: 167), son dönemlerde akademik başarı konusunda aile etkisinin değerlendirildiği araştırmalar artış göstermiştir. Özellikle başarılı öğrenciler konusunda ailelerin etkisi öğretim süresi boyunca oldukça sık gündeme gelmektedir (Aslanargun ve Özakça, 2015: 9).

Bilindiği üzere ailede eğitim, çocuğun eğitim hayatının ana kaynağı ve başlangıcıdır. Çocuğun ailede edineceği ilk eğitim kazanımları onu okulda, meslek yaşamında ve sosyal hayatında tesirini göstermeye devam etmektedir. Her ailenin toplum içinde belirli bir saygınlığı vardır. Ailenin toplumda bulunduğu yerini yaşadığı çevre, mal varlığı, toplum içerisindeki çalışmalara katılım göstermesi, ırkı, tanınmışlığı ve geçim kaynağı belirlemektedir. Bir ailenin düşük, orta ya da yüksek

sosyoekonomik seviyelerden birini edinmiş olması, ailenin eğitim düzeyini de etkilemektedir. Çünkü bütün aileler bulunduğu sosyoekonomik seviyenin geliştirdiği davranışları özümseyerek uygulamaktadır. Bu durum da, ailelerin toplum içindeki yerlerine göre, okula dair farklı davranışlar, yargılar ve eylemler ortaya koymalarına neden olmaktadır. Çocuklar da ailelerin eğitim kurumlarına karşı olan tutumlarını özümseyerek, ona göre davranış sergilemektedir (Yenilmez ve Duman, 2008: 256).

Çocukların aile içinde anne-babalarıyla olan etkileşim şekilleri akademik başarılarına da etki etmektedir. Yapılan incelemeler ailelerin her şeyden önce çocuklarını destekleyici özellikte bir etkileşim kurmaya eğilim göstermeleri akademik başarıyı olumlu açıdan etkilediğini göstermektedir. Bunun yanı sıra bir diğer problemle karşı karşıya kaldığı zaman anne-babaları çocuklarına destek olmaları ve yol göstermeleri de çocukların eğitim yaşamlarında başarılı olmalarına katkı sağlamaktadır. Çocukların okul başarılarına yardımcı olmak için ailelerin ev ortamında hayata geçirmesi gereken tutumların en başında çocuklarının ödevleriyle alakadar olmak gelmektedir. Çocukların ev ortamında ev ödevlerine destek göstermesi hem çocukların öğrenim sürecine etkin katılım sağlamalarını hem de edindiği bilgiler tazelemesine katkı sağlamaktadır. Ailenin ev ödevlerindeki görevlerinin başında ödevlerin eksiksiz ve doğru şekilde yapıldığını denetlemek, ödev yapması için çocuklarını isteklendirmek, ödevlerin yapım sırasında çocuklarının gereksinimleri olan araç ve gereçleri sağlamak, karşı karşıya kalınan problemler olduğunda sorunların çözüme kavuşmasında çocuklarına destek olma gibi tutumlar gelmektedir (Gümüseli, 2004: 15).

Ailelerin eğitim süreçlerinde okullar ile işbirliği içinde olmaları da öğrencilerin akademik başarı düzeylerini etkilemektedir. Dam (2008: 75) tarafından bu konu üzerine yapılan inceleme aile yardımının ve aile içerisinde problem olma durumunun öğrencilerin akademik performansları üzerindeki eğilimlerinin incelenmesi hedeflenmiştir. Lise öğrencileri üzerinde çalışılan incelemelerde aile yardımı alan öğrencilerin akademik performans seviyelerinin aile yardımı almayan öğrencilerden daha yüksek olduğu saptanmıştır. Aynı araştırmada ailevi problemlerin öğrenci performansına yaptığı etki, elde edilen sonuçlara göre aile içi problemleri olan çocukların akademik performans seviyelerinin aile içi problemleri bulunmayan öğrencilere göre daha düşük olduğu görülmüştür. Çelenk'in (2003: 28) yapmış

olduğu araştırmaya göre, eğitim konusunda çocuklarına destek olan anne-babalara sahip çocuklarda akademik başarının daha yüksek olduğu, aile bakım, Őekfat ve korumasının okul başarısını doğrudan etkileyen faktörler olduğu gözlenmiştir. Yine aynı araştırma kapsamında ailelerin okul ile işbirliği içinde çalışmalarının ve ailelerin çocuklarına eğitim noktasında destek olmalarının akademik başarı noktasında pozitif etkilerde bulunduğu neticesine ulaşılmıştır.

Aileler çocuklarının akademik başarılarının arttırılmasına destek sağlama konusunda öncelikle çocuklarını iyi tanımak zorundadırlar. Zira çocuklarını iyi tanımayan ailelerin okul-aile ilişkilerini geliştirmesi ve çocuklarını eğitim sürecine hazırlaması zordur. Dolayısıyla ailelerin, çocukların akademik başarı düzeyini etkileyen temel bir unsur olarak ele alınması gerekmektedir (Aslanargun ve zaka, 2015: 10).

Ebeveynlerin eğitim düzeyleri de çocukların akademik başarılarını etkileyen bir unsur olarak dikkate alınmaktadır. Literatürde ebeveyn eğitim düzeyi ile ğrenci akademik başarı düzeyi arasındaki ilişkinin ele alındığı araştırma bulguları da bu görüşü desteklemektedir (İlhan ve diğerleri, 2013: 61). Hacıfazlıoğlu ve diğerleri (2015: 89) tarafından gerçekleştirilen çalışmada lise ğrencilerinin aile profillerine göre akademik başarı düzeylerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmada ebeveyn eğitim düzeyinin lise ğrencilerinin akademik başarı düzeylerini etkileyen bir unsur olduğu tespit edilmiş, elde edilen bulgulara göre lise ğrencilerinin akademik başarı düzeylerinin eğitim düzeyi yüksek olan ebeveynlerin lehine daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Dursun ve Dede (2004: 223) tarafından gerçekleştirilen çalışmada ilköğretim ğrencilerinin matematik dersine yönelik akademik başarı düzeylerini etkileyen değişkenlerin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma kapsamında ilköğretim ğretmenlerinin konuya ilişkin görüşleri incelenmiştir. Araştırmanın sonunda ğretmen görüşlerine göre ebeveyn eğitim düzeyinin öğrencilerin akademik başarıları üzerinde çok etkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yenilmez ve Duman (2008: 251) tarafından gerçekleştirilen araştırmada ilköğretim ğrencilerinin matematik dersine ilişkin başarı düzeylerini etkileyen unsurların incelenmesi amaçlanmış, araştırma kapsamında konuya ilişkin ğrenci görüşleri değerlendirilmiştir. Araştırmanın sonunda ğrenci görüşlerine göre ebeveyn eğitim düzeyinin matematik dersinde öğrencilerin akademik başarılarını etkilediği sonucuna

ulaşmıştır. Kapıkıran ve Özgüngör (2009: 21) tarafından gerçekleştirilen çalışmada lise öğrencilerinde algılanan sosyal destek düzeyi ve bazı demografik değişkenlerin akademik başarı üzerindeki etkilerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın sonunda anne eğitim düzeyinin lise öğrencilerinin akademik başarı düzeylerini etkilediği tespit edilmiştir.

1.8.1.2. Öğretmen Faktörü

Öğretmenlerin okula, derslere ve öğrencilere karşı tutumları ile öğrencilerin okula, derslere ve öğretmenlerine karşı pozitif davranışları sınıftaki psikolojik ortamın uyumu bakımından, buna bağlı olarak da eğitim öğretim kalitesi bakımından önem teşkil etmektedir (Yenilmez ve Duman, 2008: 255).

Öğretmenlerin kullandıkları ders materyalleri ve öğretim yöntemleri öğrencilerin akademik başarı düzeyleri üzerinde önemli bir belirleyici olmakla beraber, literatürde yer alan araştırma bulgularının da bu görüşü desteklediği görülmektedir (İlhan ve diğerleri, 2013: 61). Barani (2014: 54) tarafından gerçekleştirilen çalışmada lise öğrencilerine fen bilgisi dersinde uygulanan animasyon ve video-destekli öğretim yönteminin akademik başarı üzerindeki etkilerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmada klasik öğretim yöntemleri ile kıyaslandığı zaman öğretmenlerin fen bilgisi dersinde animasyon ile öğretim yöntemi kullanmalarının öğrencilerin fen bilgisi ders başarılarını anlamlı düzeyde geliştirdiği rapor edilmiştir. Hangül ve Uzel (2010: 154) tarafından gerçekleştirilen çalışmada öğretmenlerin klasik öğretim yöntemleri ile kıyaslandığı zaman matematik derslerinde bilgisayar destekli öğretim yöntemi kullanmalarının öğrencilerin derse yönelik yaklaşımlarını ve akademik başarı düzeylerini olumlu yönde etkilediği tespit edilmiştir. Dursun ve Dede (2004: 223) tarafından gerçekleştirilen çalışmada öğretmen görüşlerine göre derslerde öğretmenlerin kullandıkları öğretim yöntemlerinin öğrencilerin akademik başarı düzeyleri üzerinde çok yüksek bir etkiye sahip olduğu belirtilmiştir. Kocaoğlu (2012: 62) tarafından gerçekleştirilen çalışmada fen bilgisi derslerinde öğretmenlerin klasik öğretim yöntemlerinden ziyade web tabanlı öğretim yöntemlerinden yararlanmalarının öğrencilerin fen bilgisine yönelik akademik başarılarını daha fazla arttırdığı sonucuna ulaşılmıştır. Güven ve Sülün

(2012: 68) tarafından gerçekleştirilen çalışmada bilgisayar destekli öğretim yöntemlerinin ilköğretim öğrencilerinin fen bilgisi dersindeki akademik başarı düzeyleri üzerindeki etkilerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın sonunda öğretmenlerin klasik öğretim yöntemleri ile kıyaslandığı zaman fen bilgisi derslerinde bilgisayar destekli öğretim yöntemlerinden yararlanmalarının derse ilişkin akademik başarı düzeyini daha fazla arttırdığı rapor edilmiştir.

Öğretmenlerin derslerde kullandıkları öğretim yöntemleri öğrencilerin akademik başarı düzeylerini etkileyen diğer bir unsur olarak değerlendirilmektedir (Yenilmez ve Duman, 2008: 255). Yapılan araştırmalar öğretmenlerin özellikle aktif öğretim yöntemlerini kullanmalarının hem öğrenci tutumlarını hem de öğrencilerin akademik başarı düzeylerini etkilediğini ortaya koymaktadır (Akşid ve Şahin, 2011: 24; Dursun ve Dede, 2004: 223). Bunun yanında yapılan araştırmalar öğretmenlerin öğrencilere yönelik tutumlarının (Yıldırım, 2000: 167) mesleki öz-yeterlik düzeylerinin (Dursun ve Dede, 2004: 223) ve sahip oldukları niteliklerin (Connor ve diğerleri, 2005: 343) öğrencilerin akademik başarılarını etkilediğini göstermektedir.

Tatlılıoğlu'na (2013: 1) göre, okul başarısızlığı, bireyin kendisinden kaynaklandığı gibi, ailesinden, okulundan ve diğer çevresel unsurlardan da meydana gelebilmektedir. Etkili bir okul, birey ve toplumun eğitim gereksinimlerini en üst seviyede yerine getirmeyi kendisine amaç edinen okuldur. Yaşadığımız çağda artık geleneksel eğitim algısına sahip öğretmen odaklı ve ezbere dayanan eğitimler, bireyin ve toplumun gereksinimlerine yanıt verememektedir. Bunun yerine, birey (öğrenci) merkezli, uygulamalara dönük, bireyin dikkatini çeken ve becerilerine uygun, ihtiyaçlarına yanıt veren, bireyin tüm gelişimsel niteliklerini dikkate alan, araştırmaya ve proje üretmeye dayanan öğretim programları önem kazanmıştır. Aksi takdirde, birçok ortaöğretim öğrencisi uygulanan yanlış eğitim politikalarını kurbanı olarak başarısız olmakta ve öğrenimlerini yarıda bırakmaktadırlar.

1.8.1.3.Okul Yönetimi Faktörü

Literatürde okul yönetiminin akademik başarı düzeyi üzerinde önemli bir belirleyici olduğu belirtilmekte, özellikle okul yöneticilerinin liderlik biçimlerinin akademik başarı düzeyini etkilediğine vurgu yapılmaktadır. Şişman'a (2014) göre,

okul yöneticileri yaptıkları gözlem ve denetimler, öğretime ilişkin beklentiler ve verdiği kararlar, eğitim niteliğini arttırmak için gerekli kaynakları sağlama, öğrenme merkezli bir eğitim sistemi kurma, öğretmenleri denetle ve geliştirme gibi liderlik davranışları ile öğrencilerin akademik başarı düzeylerinin artmasına katkı sağlamaktadırlar. Literatürde yer alan araştırma bulguları da (Sarı ve Cenkseven, 2008; Leithwood ve Jantzi, 2000) okul yöneticilerinin sergiledikleri liderlik tarzlarının öğrencilerin akademik başarı düzeylerini dolaylı olarak arttırdığını ortaya koymaktadır (Akt. Sarıer, 2015: 3).

1.8.1.4. Diğer Faktörler

Okulların içinde bulunduğu sosyo-ekonomik koşullar bazı durumlarda öğrencilerin akademik başarı düzeyleri üzerinde önemli birer belirleyici olmaktadır. Dursun ve Dede (2004: 223) tarafından gerçekleştirilen çalışmada öğretmen görüşlerine göre öğrencilerin akademik başarı düzeylerini etkileyen unsurların incelenmesi amaçlanmış, araştırmanın sonunda öğretmenlerin büyük bir bölümünün okulların sosyo-ekonomik durumlarının akademik başarı düzeyini etkilediğini düşündükleri rapor edilmiştir. Gökteş ve Gürbüzürk (2012: 59) tarafından gerçekleştirilen çalışmada okulların sahip oldukları sosyo-ekonomik koşulların öğrencilerin akademik başarı düzeyleri üzerinde önemli bir belirleyici olduğu tespit edilmiştir.

Ailelerin sosyo-ekonomik nitelikleri de akademik başarı konusunda önemli bir etken olarak değerlendirilmektedir. Yenilmez ve Duman'a (2008: 256) göre, yüksek sosyo-ekonomik koşullara sahip olan aileler, çocuklarının özel okullarda eğitim görmesini sağlayarak daha yüksek bir saygınlık sağlamayı hedeflemektedirler. Dolayısıyla okula ve öğretmene karşı davranışları çoğunlukla tepeden bakmak ve baskıda bulunmak şeklindedir. Çoğunlukla okul şartlarını kendilerine uygun görmemekte ve çocuklarına ayrıcalık arama çabasındadırlar. Bu düzeyde olan ailelerin bazıları da çocuklarına sahip oldukları zenginlikleri ile daha iyi bir gelecek sunabileceklerini düşünerek okulu çok fazla önemsememektedir. Sosyo-ekonomik düzeyi orta seviyede olan aileler okula karşı daha fazla düşkün olmaktadır. Bunun nedeni buldukları seviyeden yükselmelerinin çıkar yolu olarak, çocuklarına

yükseköğrenim imkânı sağlamak olduğu düşüncesidir. Bu nedenle, çocuklarına eğitim bakımından daha iyi koşullar hazırlamakta, gereken tüm araç gereçleri sunmaya çalışmaktadırlar. Böylelikle çocuklar aileleri tarafından daha fazla çalışmaya yönlendirilmektedirler.

Öğrenme koşullarının değişkenlerini; ışık, temizlik, sıcaklık, sıra ve masaların sıralanışı, donanım ve öğrenci sayısı meydana getirebilir. Bu değişkenler bünyesinde sınıftaki öğrenci mevcudu ile başarı düzeyi arasında önemli bir bağ olduğu çeşitli araştırmalarda ortaya konmuştur. Sınıf içerisindeki öğrenci mevcudunun başarıya etkisi ile ilgili gerçekleştirilen araştırmaların büyük bir kısmında; öğrenci mevcudu az olan sınıflarda başarı oranının yüksek olduğu, başarının yüksek olması için sınıflardaki öğrenci mevcudunun 20'den fazla olmaması gerektiği, sınıftaki öğrenci sayısının az oluşunun özellikle ilköğretim sürecindeki okuma ve matematik derslerinde etkin olduğu gibi sonuçlara ulaşılmıştır (Yenilmez ve Duman, 2008: 256-257). Topçu ve Uzundumlu (2012: 51) tarafından gerçekleştirilen araştırmada ise yükseköğretim kurumlarında fiziksel yetersizliklerin öğrencilerin akademik başarı düzeylerini olumsuz yönde etkilediğine vurgu yapılmıştır. İlhan ve diğerleri (2013: 61) tarafından yapılan diğer bir çalışmada da gerek okulların fiziksel koşulları gerekse de sınıfların teknolojik olanaklarının öğrenci akademik başarı düzeyi üzerinde önemli birer belirleyici olduğu rapor edilmiştir.

Eğitim programlarının içerikleri de öğrencilerin akademik başarılarını etkileyen bir unsur olarak nitelendirilmektedir. Nitelikli bir eğitim programı ortaya koymak, öğrencinin güdülenmesinin, gereken altyapı hizmetlerinin, konular ve dersler arası uyumun, eğitimcilerin nicelik ve nitelik bakımından yeterlilik düzeyi vb.nin sağlanması gibi birçok zorluğu da beraberinde getirmektedir. Bu ve benzeri zorluklar ise programın işleyişini olumsuz açıdan etkileyebilmekte ve öğrencilerin akademik başarıları düzeylerinin düşmesine sebep olabilmektedir. Dolayısıyla bilimsel alanda yapılan çalışmalarda gerek öğrencilerin akademik başarı düzeylerine etki eden unsurların tespit edilmesi gerekse bu unsurlar ile ilgili ortaya çıkabilecek olumsuz durumlara karşı önlem alınması ve eğitim programının geliştirilmesi açısından farklı örneklerle ilgili birçok çalışma yapılmıştır (Selvi, 2016: 33).

Öğrencilerin akademik başarı düzeylerini etkileyen unsurlar arasında bireysel faktörler de yer almaktadır. Bu konuda yapılan bir çalışmada öğrencilerin akademik

başarı düzeylerini etkileyen bireysel unsurların başında bazı derslere karşı yetenekli olmama, verimli ders çalışma stratejilerini bilmeme ve bazı derslere yönelik olarak yeterli düzeyde tekrar ya da alıştırma yapmama gibi faktörlerin geldiği rapor edilmiştir (Tatlılıoğlu, 2013: 1). Altınkurt (2008: 129) tarafından gerçekleştirilen çalışmada öğrencilerin akademik başarı düzeylerini olumsuz yönde etkileyen bireysel unsurlar içerisinde öğrencilerin devamsızlık yapmalarının önemli bir etkiye sahip olduğu belirtilmiştir. Sarier (2015: 1) tarafından gerçekleştirilen araştırmada öğrencilerin akademik başarı düzeylerini etkileyen bireysel faktörlerin başında öz-yeterlik ile motivasyon düzeyinin geldiği tespit edilmiştir. Büyüköztürk ve Deryakulu (2002: 187) tarafından yapılan araştırmada akademik başarı düzeyi üzerinde belirleyici olan bireysel unsurlar içerisinde sosyal uyum düzeyinin önemli bir etkiye sahip olduğu bulunmuştur. Ayyıldız ve diğerleri (2014: 222) tarafından yapılan çalışmada ise yaş ve kaygı düzeyi gibi değişkenlerin öğrencilerin akademik başarı düzeylerini etkileyen bireysel unsurlar arasında yer aldığı belirtilmiştir.

1.9.Konu ile İlgili Yapılan Araştırmalar

Bu bölümde konu ile ilgili olarak yurtiçi ve yurtdışında gerçekleştirilen araştırma bulgularına ve sonuçlarına yer verilmiştir.

1.9.1.Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar

Uzun ve diğerleri (2017: 37) tarafından yapılan araştırmada ortaokul düzeyindeki öğrencilerin fiziksel aktiviteden hoşlanma düzeyleri ve sportif faaliyetlere katılma durumlarının belirlenmesi amaçlanmıştır. Bu araştırmaya ortaokul düzeyindeki 489 erkek, 512 kadın öğrenci rastgele seçilerek dâhil edilmiştir. Araştırmanın sonunda 11-14 yaşlarında olan ortaöğretim düzeyindeki öğrencilerin %61,6'sının okul dışı katıldığı spor aktiviteleri olduğu, spor yapmayan öğrenciler ile spor yapan öğrenciler arasında spor yapan öğrencilerin lehine anlamlı farklar tespit edilmiştir. Öğrencilerin spor yapma veya spor yapma hakkındaki olumlu ve olumsuz düşünceleri buldukları yerlere göre farklılık gösterdiği, öğrencilerin spordan hoşlanma durumlarını bulunduğu sınıf seviyesi ve yaşadığı şehrin imkânlarının belirlediği test edilmiştir.

Bilgin (2017: 7) tarafından yapılan araştırmada ortaokul öğrencilerinin fiziksel uygunluk düzeyleri ile akademik başarıları arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmış, 76 kadın ve 71 erkek olmak üzere toplam 147 sekizinci sınıf öğrencisi dâhil edilmiştir. Araştırmaya katılan öğrencilerin akademik başarı düzeylerinin belirlenmesinde TEOG esas puanı ele alınmış, akademik benlik düzeylerinin belirlenmesinde Öz Kavramı Envanteri – 1, fiziksel aktivite düzeylerinin belirlenmesinde ise Fiziksel Aktivite Soru Formu kullanılmıştır. Araştırmanın sonunda öğrencilerin fiziksel aktivite düzeyleri ile akademik başarıları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Benzer şekilde akademik benlik düzeyi ile fiziksel aktivite düzeyi arasında anlamlı bir ilişki olduğu görölmüş, sağlıkla ilişkili fiziksel uygunluk parametrelerinden sınav ve esneklik düzeyinin de akademik başarıyı anlamlı düzeyde etkilediği belirlenmiştir. Buna karşılık öğrencilerin fiziksel uygunluk düzeylerinin akademik benlik düzeyi üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Budak (2016: 1) tarafından yapılan araştırmada ortaokul öğrencilerinde obezite yaygınlığı, internet bağımlılığı ve fiziksel aktivite düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmış, araştırmaya 881 kadın ve 819 erkek olmak üzere toplam 1700 öğrenci dâhil edilmiştir. Araştırmanın sonunda kadın öğrencilerin %80,2'sinin normal ve altı kilolu, %17,4'ünün fazla kilolu, %2,4'ünün ise obez olduğu saptanmıştır. Erkek öğrencilerin ise %79,9'unun normal ve altı kilolu, %17,8'inin fazla kilolu, %2,3'ünün ise obez olduğu bulunmuştur. Parametreler arası yapılan korelasyon analizleri sonunda ise fiziksel aktivite düzeyi ile vücut ağırlığı arasında, fiziksel aktivite ile internet kullanma sıklığı arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bunun yanında internet bağımlılığı ile vücut ağırlığı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu rapor edilmiştir.

Kaymaz (2016: 1) tarafından yapılan araştırmada özel okullar ile devlet okullarında öğrenim gören öğrencilerin fiziksel aktivite düzeyleri ile beslenme alışkanlıkları ve obezite yaygınlığının incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya 355 erkek ve 342kadın olmak üzere toplam 697 öğrenci dâhil edilmiştir. Araştırmanın sonunda erkek öğrencilerin antropometrik özelliklerden olan boy uzunluğu ve vücut ağırlığı değerlerinin kadın öğrencilerden daha yüksek olduğu, bu kapsamda kadın öğrencilerin erkeklere kıyasla daha düşük beden kitle indeksine sahip oldukları

bulunmuştur. Aynı çalışmada erkek öğrencilerin boy uzunluğu, vücut ağırlığı ve beden kitle indeksi düzeyinin yaşa paralel olarak artış gösterdiği tespit edilmiştir. Bunun yanında 11-14 yaş grubunda bulunan öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerinin 13-14 yaş grubunda bulunan öğrencilerden anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiş, yaş ilerledikçe her iki cinsiyette de hem devlet hem de özel okullarda öğrencilerin beden kitle indekslerinin arttığı rapor edilmiştir.

Sarier (2015: 1) tarafından yapılan araştırmada akademik kariyerlerinde öğrencilerin başarılarını olumlu veya olumsuz etkileyen nedenlerin neler olduğunun belirlenmesi için amaçlanmıştır. Bu araştırma ile ilgili 62 tane çalışma yapılmıştır. Araştırmanın sonunda okul müdürlerinin öğrencilerin akademik öğrenim başarısında doğrudan olmasa da büyük bir kısmında etkisi vardır okul müdürünün rehberliği, yapmış olduğu liderlik ve disiplin yöntemi öğrencilerin ilerideki ve buldukları dönemdeki başarıları dolaylı yoldan etkilemekte olduğu ve ailenin de öğrencinin akademik başarısı üzerinde etkili unsurlardan biri olduğu ailenin öğrenciyi yönlendirirken eğitim durumlarının da önemli olduğu, öğrencinin özgüven ve motivasyonunun akademik başarıda etkili olduğu sosyal çevrenin ve aile gelir durumunun öğrencinin akademik kariyer başarısını etkilediği test edilmiştir.

Saygılı ve diğerleri (2015: 161) tarafından yapılan araştırmada 8. Sınıf öğrencilerin demografik özellikleri ve akademik başarı düzeyleri arasındaki ilişkiyi belirlemeyi amaçlamıştır. Bu araştırmaya spor yapmayan 153, spor yapan 61 birey dahil edilmiştir. Araştırmanın sonunda araştırmaya katılan bireylerin lisanlı spor yapma durumları, cinsiyetleri ve demografik özellikleri arasında anlamlı farklar bulunmuştur, bireylerin akademik ve eğitim başarısını etkileyen birden çok unsurun olduğu, spor yaparak aktif olan öğrencilerin akademik başarılarında erkeklere oranla kadınların % 24'ü daha sosyal aktif insanlarla iletişim kurmada zorluk çekmeyen kendini net ve açık şekilde ifade edebilen özgüvenli oldukları test edilmiştir.

Hünük ve diğerleri (2013: 3) tarafından yapılan araştırmada 6. 7. 8. Sınıf öğrencilerinin fiziksel faaliyetlerine göre onlara bu konuda nelerin yardımcı yönlendirici olarak gördüklerini cinsiyet farklılıkları ve okul durumlarına göre incelenmesinin amaçlamıştır. Araştırmaya iki farklı düzeyde okul katılmış olup 266 öğrenci dahil edilmiştir. Bu araştırmanın sonunda öğrencilerin yaşlarına bakıldığında da destekçi olarak arkadaş ve sosyal çevreyi örnek aldığı ailenin bu konu üzerinde

etkisinin fazla olmadığı fakat annenin çocuğa rehberlik etme açısından aktivitelere birlikte katılmada destekçi olarak gördüğü özel okulların devlet okullara oranla öğrencilerin destekçi olarak daha anneyi gördüğü ve spora devlet okulunda öğrenim gören öğrenciden fazla katılım gösterdiği ve anne baba ile yapılan spora katılım yüksek olduğu aileyi rol model olarak seçtiği test edilmiştir.

Akman ve diğerleri (2012: 23) tarafından yapılan araştırmada ergenlik dönemindeki öğrencilerin beslenme düzenlerinin fiziksel faaliyetlere etkisini belirtmeyi amaçlamıştır. Araştırmaya İstanbul Üsküdar ortaöğretim 1. Sınıf öğrencisi olan 357 kişi dahil edilmiştir. öğrencilere beslenme ile ilgili bir anket uygulanmıştır. Araştırmanın sonunda Ergenlik dönemindeki ortaöğretim birinci sınıf öğrencilerinin %63'ü gün içinde en az bir öğün atladığı , %23'ü sağlıklı beslenmekte ,%49'unun düzenli spor yaptığı, %39' unun ise beslenme hakkında bilgisi olduğu, beslenme konusunda kız öğrencilerin %54'ü daha bilgili olduğu görülürken erkek öğrencilerinin daha çok sporda aktif olduğu ilgisinin bu yönde arttığı, öğrencilerin beslenme ile sporun birbirine olan etkisi hakkında rehberlik yapılması gerektiği tespit edilmiştir.

Öztürk ve Aktürk (2011: 53) tarafından yapılan araştırmada Kayseri merkezde bulunan ilköğretim okullarında öğrencilerin aşırı kiloluluk durumunun yaygınlığı ve bunu neden olabilecek faktörleri belirlemeyi amaçlamıştır. Araştırmaya birinci aşamada Kayseri merkezden dört ilköğretim öğrencilerinden 1226 öğrenci dâhil edilip ikinci aşamada ise aşırı kilolu ve obez olduğu anlaşılan 217 ilköğretim öğrencisi dahil edilmiştir. Araştırmanın sonunda öğrencilerde fazla kilo yaygınlığı %12,4 iken obez ve aşırı kilo yaygınlığı %6,5 olarak test edilmiştir. Obez ve fazla kilolu olan öğrencilerin ailelerinde diğer bireylerin fazla kilolu olduğu kardeşlerin de kilolu olduğu aile yeme kültürünün kilo almaya yönelik olduğu öğrencinin anne babayı örnek alarak beslendiği ve hareket azlığı ve spor yapmama gibi nedenlerin kilo alma aşamasında öğrenciyi etkilediği, çocuğun yemek yerken hızlı yemesi doygunluk sürecinin uzaması, kahvaltı alışkanlığının sağlıklı olmaması tespit edilmiştir.

Akandere ve diğerleri (2010: 1) tarafından yapılan araştırmada lise düzeyindeki öğrencilerin beden eğitimi dersine bakış açıları başarılarına etkisini belirtmeyi amaçlamıştır. Araştırmaya Konya'da bulunan Anadolu ortaöğretim sınıfları (9. 10.

11.) olmak üzere 299 öğrenci dâhil edilmiştir. Araştırmanın sonunda öğrencilerin sınıflar arası, cinsiyet, boş zamanlarda spor yapma, yaşlar arası ve kulüplerde spor yapma durumlarında farklılıklar test edilmiştir. Öğrencinin baba mesleğinin ve içinde bulunduğu ruh durumunun yaptığı spora etkisi olduğu bulunmuştur. Beden eğitimi dersine ilgisi olan ve spor yaparak aktif olan öğrencilerin öğrenim ve mesleki başarılarının olum düzeyde arttığı öğrencilerin dinç ve planlı hareket etmede başarılı olduğu tespit edilmiştir.

Yenilmez ve Duman (2008: 251) tarafından yapılan çalışmada ilköğretim düzeyindeki öğrencilerin matematik başarısını etkileyen kişisel özellikler ve bireyin bununla ilgili görüşlerini belirlemeyi amaçlamıştır. Araştırmaya Eskişehir merkezde ilköğretim düzeyinde öğrenim gören 5. Sınıf öğrencilerinden oluşan 690 öğrenci dâhil edilmiştir. Araştırmanın sonucunda öğrencilerin matematik başarısını anne babanın eğitim durumu, öğretmenin cinsiyeti, aile ekonomi durumu, öğrencinin matematik başarısı hakkındaki öznel düşünceleri ilköğretim düzeyindeki öğrencilerin matematik başarısını etkilediği test edilmiştir.

Memiş ve Yıldırım (2008: 13) tarafından yapılan çalışmada ergenlik dönemi ve çocukluk döneminde yapılan spor aktivitelerinin ilerideki yetişkinlik yıllarına etkisinin olup olmadığını belirlemeyi amaçlamıştır. Araştırmaya Ankara'da görev yapan 752 öğretim elemanı dâhil edilmiştir. Bu araştırmanın sonunda ilkokul yıllarında kadın öğrencilerin bedensel aktivitelere katılımları orta seviyede olurken erkeklerin giderek artan bir doğru olduğu, erkeklerin yetişkinlik dönemlerinde fiziksel aktivitelerinin olumlu artış gösterdiğinin kadınların ise yetişkinliğe doğru yol alırken bu oranın azaldığı hatta neredeyse hiç yapmamaya başladıkları çocukluk ve ergenlikte anne babanın çocuklara destekçi olmaları gerektiği test edilmiştir.

Anamur-Uğuz ve Bodur (2007: 1) tarafından yapılan çalışmada Konya'da yaşayan ergenlik döneminde öğrencilerin kilo artışı ve kilo verişinde demografik özelliklerin etkisinin olup olmadığını belirtmeyi amaçlamıştır. Araştırmaya Konya ilindeki iki farklı ilkokul düzeyinde olan 11-12 yaş 496 öğrenci dâhil edilmiştir. Araştırmanın sonunda ergenlik dönemindeki aşırı şişman öğrencilerin beslenme alışkanlıklarını aileden kazandığı genelde ailede anne baba ya da kardeşlerinde aşırı kilolu olduğu anne babanın mesleği ve aile gelir düzeyinin etkili olduğu bu durumda

olan ergenlik dönemindeki öğrencilerin aktif spor yapmaları ve beslenme alışkanlıklarında bazı değişikliklerin yapılması gerektiği tespit edilmiştir.

Hekim ve Yüksel (2015: 259) tarafından yapılan araştırmada ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeyi ve beden kitle indeksi oranlarının bazı demografik değişkenlere göre incelenmesi amaçlanmıştır. Erzurum ilinde gerçekleştirilen araştırmaya 150 ortaokul öğrencisi dâhil edilmiştir. Öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerinin değerlendirilmesinde Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi (UFAA) kısa formundan yararlanılmıştır. Araştırmanın sonunda ortaokul öğrencilerinin beden kitle indeksi ve fiziksel aktivite düzeylerinin yaş grubu değişkenine göre istatistiksel açıdan anlamlı farklılık göstermediği bulunmuştur. Cinsiyet değişkenine göre ele alındığı zaman kadın öğrenciler ile kıyaslandığı zaman erkek öğrencilerin daha yüksek fiziksel aktivite ve beden kitle indeksi düzeyine sahip oldukları belirlenmiştir. Aynı araştırmada öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerinin düzenli olarak spor yapma durumlarına göre anlamlı farklılık gösterdiği, buna karşılık beden kitle indeksi değişkenine göre öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerinin anlamlı farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır.

Ünver (2014: 5) tarafından yapılan araştırmada ergenlik öncesi dönemde bulunan çocuklarda fiziksel aktivite düzeyi ile 6 dakika yürüme testi arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya ergenlik öncesi dönemde bulunan toplam 40 çocuk dahil edilmiştir. Araştırma kapsamında öncelikli olarak çocukların 5 okul günü boyunca fiziksel aktivite düzeyleri akselerometre kullanılarak tespit edilmiş, ikinci aşamada ise çocukların antropometrik ölçümleri ve beden kitle indeksi değerleri tespit edilmiştir. Araştırmanın sonunda çocukların okul içerisindeki yüksek ve orta şiddetli aktivitede bulunma sürelerinin toplam $101,20 \pm 17,82$ dakika olduğu, okul saatleri içerisindeki ortalama adım sayılarının $686,87 \pm 1583$ adım/gün olduğu, ortalama yürüme hızlarının ise $91,11 \pm 5,76$ m/dk olduğu sonucuna ulaşılmıştır. parametreler arası korelasyon düzeyi incelendiği zaman çocukların okul saatleri içerisindeki adım atma hızları ve süreleri ile fiziksel aktivite düzeyleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmadığı rapor edilmiştir.

Karabıçak (2014: 5) tarafından yapılan araştırmada adolesan dönemde bulunan çocuklarda fiziksel aktivite düzeyinin bazı fiziksel ve psikolojik özellikler ile ilişkisinin incelenmesi amaçlanmış, araştırmaya lise eğitimine devam eden 313

öğrenci dâhil edilmiştir. Araştırmanın sonundan adolesan dönemde bulunan öğrencilerin %14'ünün düzenli olarak spor yapma alışkanlığı bulunduğu, %39'unun zorlu fiziksel aktivite yapmadığı, %42'sinin ise fiziksel olarak inaktif olduğu tespit edilmiştir.

Uçar (2014: 64) tarafından yapılan çalışmada yetiştirme yurtlarında barınan ve adolesan dönemde bulunan çocuklarda fiziksel aktivite ve fiziksel uygunluk düzeyinin incelenmesi amaçlanmış, çalışmaya Konya Yetiştirme Yurdu'nda kalan 51 erkek ve 39 kadın olmak üzere toplam 90 adolesan dâhil edilmiştir. Araştırmanın sonunda katılımcıların %22,2'sinin aerobik uygunluk açısından risk altında olduğu, beden kitle indeksine göre ele alındığı zaman katılımcıların %4,4'ünün sağlık açısından risk altında bulunduğu belirlenmiştir. Cinsiyet değişkenine göre ele alındığı zaman erkek öğrencilerin maksimal oksijen kullanım kapasitelerinin kadın öğrencilerden daha yüksek olduğu, buna karşılık kadın öğrencilerin erkek öğrencilere kıyasla daha yüksek esneklik performansı ve fiziksel aktivite düzeyine sahip oldukları bulunmuştur. Adolesanların genel olarak fiziksel aktivite düzeyleri değerlendirildiği zaman %51,1'inin fiziksel açıdan inaktif, %32,2'sinin orta düzeyde aktif, %16,7'sinin ise aktif olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Baydemir (2012: 2) tarafından yapılan çalışmada 11-13 yaş grubunda bulunan çocuklarda fiziksel aktivite düzeyinin bazı demografik değişkenlere göre incelenmesi amaçlanmış, çalışmaya 495 kadın ve 498 erkek olmak üzere toplam 993 öğrenci dâhil edilmiştir. Araştırmanın sonunda kadın ve erkek öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerinin sosyo-ekonomik yapı değişkenine göre anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiş, bunun yanında cinsiyet değişkenine göre ele alındığı zaman erkek öğrencilerin kadın öğrencilere kıyasla fiziksel aktivite düzeylerinin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Mendeş (2011: 1) tarafından gerçekleştirilen çalışmada adolesan dönemde bulunan çocuklarda fiziksel aktivite düzeyinin incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışmaya 13-17 yaş grubunda bulunan 115 erkek ve 85 kadın olmak üzere toplam 200 çocuk katılmıştır. Çalışmaya katılan öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerinin tespit edilmesinde Godin Leisure-Time Exercise Questionnaire kullanılmıştır. Araştırmanın sonunda kadın ve erkek öğrencilerin düşük yoğunlukta fiziksel aktivite yapma düzeylerinin benzerlik gösterdiği tespit edilmiştir. Buna karşılık haftanın 7

günü düzenli fiziksel aktivite yapma durumuna göre ele alındığı zaman erkek öğrencilerin kadın öğrencilere kıyasla fiziksel aktivite düzeylerinin daha yüksek olduğu rapor edilmiştir.

Taşkınöz (2011: 9) tarafından yapılan araştırmada 9-11 yaş grubunda bulunan çocuklarda fiziksel aktivite düzeyinin cinsiyet ve yaş grubu değişkenlerine göre incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya 9-11 yaş grubunda bulunan 244 öğrenci dâhil edilmiş, araştırmanın sonunda bazı fiziksel uygunluk parametrelerinde cinsiyete özgü farklılıklar olduğu görülmüştür. Buna göre, kadın öğrenciler ile kıyaslandığı zaman erkek öğrencilerin el kavrama kuvveti, Max VO2 düzeyleri ve anaerobik kapasitelerinin daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bazal metabolizma ve fiziksel aktivite düzeyleri ele alındığı zaman ise erkek öğrencilerin kadın öğrencilere kıyasla fiziksel açıdan daha fazla aktif oldukları bulunmuştur.

Karadağ (2008: 5) tarafından yapılan araştırmada Ankara ilinde bulunan yetiştirme yurtlarında kalan adolesanlarda sosyo-demografik özelliklerin fiziksel aktivite, ruhsal belirtiler ve yaşam kalitesi üzerindeki etkilerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya 13-16 yaş grubunda bulunan 166 çocuk dâhil edilmiştir. Araştırmanın sonunda her 10 adolesandan 3'ünün haftada en az 5 gün düzenli spor yapma alışkanlığı olduğu tespit edilmiştir. Erkek öğrencilerin, buldukları öğrenci yurtlarındaki spor imkânlarından yararlananların, beş yıldan uzun süredir öğrenci yurtlarında kalanların ve yakın arkadaş grubu içerisinde spor yapan arkadaşları bulunan çocukların spora katılım düzeylerinin yüksek olduğu bulunmuştur. Araştırmada adolesanlarda spora katılım düzeyi arttıkça ruhsal sorunların görülme sıklığının da azaldığı tespit edilmiş, bunun yanında spor yapma alışkanlığı yüksek olan öğrencilerin arkadaşları içerisinde kendilerini başarılı bireyler olarak görme düzeylerinin de yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Kaya (2008: 95) tarafından yapılan araştırmada Edirne il merkezinde bulunan ilköğretim okullarında beslenme, obezite ve fiziksel aktivite arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya Edirne il merkezinde bulunan ilköğretim okullarında öğrenim gören Türk, göçmen ve Roman çocukları dâhil edilmiştir. Araştırmanın sonunda Roman çocuklarında obezite, fazla kiloluluk ve zayıflık oranının sırasıyla %4, %3 ve %12 olduğu, Türk çocuklarında obezite, fazla kiloluluk ve zayıflık oranının sırasıyla %8, %7 ve %12 olduğu, göçmen çocuklarında ise

obezite, fazla kiloluluk ve zayıflık oranının sırasıyla %1, %5 ve %12 olduğu tespit edilmiştir. Araştırmada hareketsiz yaşam tarzını benimseyen çocuklarda fazla kilolu olma oranının yüksek olduğu tespit edilmiş, normal kilolu öğrenciler içerisinde de birçok öğrencinin düzenli olarak fiziksel aktiviteye yönelmediği rapor edilmiştir.

Kuşgöz (2005: 8) tarafından yapılan araştırmada devlet okulu ile özel okullarda öğrenim gören ilköğretim öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya Muğla ili Fethiye ilçesinde bulunan devlet okulları ile özel okullarda öğrenim gören 223 erkek ve 212 kadın olmak üzere toplam 435 ilköğretim öğrencisi dâhil edilmiştir. Araştırmanın sonunda cinsiyet değişkenine göre ele alındığı zaman erkek öğrencilerin yüksek yoğunlukta fiziksel aktivite yapma düzeylerinin kadın öğrencilerden anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Öğrenim görülen okul türü değişkenine göre ele alındığı zaman orta ve düşük yoğunlukta fiziksel aktivite yapma düzeyinin kadın öğrenciler lehine yüksek olduğu bulunmuştur. Haftanın yedi günü aktivite yapma sıklığının ise erkek öğrenciler lehine yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

1.9.2.Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar

Kalantari ve Esmailzadeh (2016: 27) tarafından gerçekleştirilen araştırmada adolesan dönemde bulunan çocuklarda fiziksel aktivite, kassal fitness ve aerobik kapasite ile akademik başarı arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmış, araştırmaya 507 lise öğrencisi dâhil edilmiştir. Araştırmanın sonunda öğrencilerin fiziksel aktivite düzeyleri ile akademik başarı durumları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmadığı, buna karşılık fiziksel fitness parametrelerinden olan bir mil koşu performansı ile akademik başarı düzeyi arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Jaakkola ve diğerleri (2015: 1719) tarafından yapılan araştırmada ortaokul öğrencilerinde fiziksel aktivite düzeyi ile akademik başarı düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmış, araştırmaya yaş ortalamaları 13 olan 162 kadın ve 163 erkek olmak üzere toplam 325 öğrenci dâhil edilmiştir. Araştırmanın sonunda farklı sınıf düzeylerinde fiziksel aktivite düzeyinin akademik başarı üzerinde etkili olduğu,

ancak fiziksel aktivite düzeyi ile akademik başarı arasındaki ilişkinin istatistiksel açıdan anlamlı olmadığı tespit edilmiştir.

Ayan ve diğerleri (2014: 1415) tarafından yapılan araştırmada genç yüzücülerde fiziksel aktivite düzeyi ve fiziksel uygunluk özellikleri ile akademik başarı düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır, araştırmaya 12-16 yaş grubunda bulunan 254 genç İspanyol yüzücü dâhil edilmiştir. Araştırmanın sonunda genç yüzücülerin %62,8'inin fiziksel açıdan orta düzeyde aktif oldukları, fiziksel aktivite düzeyi yükseldikçe yüzücülerin akademik başarı düzeylerinin de artış gösterdiği tespit edilmiştir. Özellikle kadın yüzücülerde aerobik kapasite düzeyinin akademik başarı düzeyi üzerinde önemli bir belirleyici olduğu rapor edilmiştir.

Esteban-Cornejo ve diğerleri (2014: 1596) tarafından yapılan araştırmada 13-18 yaş grubunda bulunan adolesanlarda fiziksel aktivite düzeyinin bilişsel performans üzerindeki etkilerinin incelenmesi amaçlanmıştır, araştırmaya toplam 1662 birey dâhil edilmiştir. Araştırmanın sonunda fiziksel aktivite düzeyi ile bilişsel performans parametrelerinin tamamı arasında istatistiksel açıdan anlamlı ilişkiler bulunduğu tespit edilmiştir.

Fedewa ve Ahn (2011: 521) tarafından yapılan araştırmada fiziksel aktivite ve spora katılımın akademik başarı ve bilişsel gelişim üzerindeki etkilerinin incelenmesi amaçlanmıştır, araştırmada literatürde sıklıkla kullanılan meta-analiz yönteminden yararlanılmıştır. Araştırma kapsamında öncelikli olarak 1947-2009 yılları arasında fiziksel aktivite ve spora katılım ile akademik başarı ve bilişsel performans arasındaki ilişkinin ele alındığı çalışmalara ulaşılmıştır, araştırmanın ikinci aşamasında ise ele alınan araştırmaların içerik çözümlemesi yapılmıştır. Araştırmanın sonunda fiziksel aktiviteye katılım ile akademik başarı ve bilişsel performans arasında istatistiksel açıdan anlamlı ve pozitif yönde bir ilişki olduğu rapor edilmiştir.

Fox ve diğerleri (2010: 31) tarafından lise öğrencileri üzerinde yapılan araştırmada hem spora katılım hem de fiziksel aktivite düzeyinin akademik başarı ile ilişkisinin incelenmesi amaçlanmıştır, araştırmaya 4746 lise öğrencisi katılmıştır. Araştırmada cinsiyet değişkenine göre ele alındığı zaman kadın öğrencilerde hem fiziksel aktivite düzeyinin hem de spora katılımın akademik başarı ile anlamlı bir ilişkiye sahip olduğu bulunmuştur. Erkek öğrencilerde ise fiziksel aktivite düzeyi ile akademik başarı arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığı, buna karşılık spora katılım

durumlarına göre erkek öğrencilerin akademik başarı düzeylerinin anlamlı farklılık gösterdiği rapor edilmiştir.

Castelli ve diğerleri (2007. 239) tarafından yapılan araştırmada ilköğretim 3. ve 5. sınıf öğrencilerinde fiziksel fitness düzeyinin akademik başarı ile ilişkisinin incelenmesi amaçlanmıştır, araştırmaya toplam 259 öğrenci dâhil edilmiştir. Araştırmanın sonunda öğrencilerin fiziksel fitness düzeyleri ile akademik başarı düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiş, buna karşılık beden kitle indeksi değişkeni ile akademik başarı düzeyi arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığı belirlenmiştir. Aynı araştırmada özellikle aerobik kapasite ile akademik başarı arasında anlamlı bir ilişki bulunduğu vurgu yapılmıştır.

Dwyer ve diğerleri (2001: 225) tarafından yapılan araştırmada ilköğretim öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeylerinin cinsiyet ve yaş değişkenlerine göre incelenmesi ve fiziksel aktivite düzeyi ile akademik başarı arasındaki ilişkinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya Avusturalya’da bulunan okullarda öğrenim gören ve 7-15 yaş aralığında bulunan toplam 7961 öğrenci dâhil edilmiştir. Araştırmanın sonunda öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerinin yaş ve cinsiyet değişkenlerine göre istatistiksel açıdan anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiş, bunun yanında öğrencilerin fiziksel aktivite düzeyleri ile akademik başarıları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Linder (1999: 129) tarafından gerçekleştirilen araştırmada 9-18 yaş aralığındaki öğrencilerin fiziksel aktivite düzeyleri ile akademik başarı durumları arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Hong Kong’da gerçekleştirilen araştırmada tüm yaş gruplarında ve her iki cinsiyette de fiziksel aktiviteye katılım düzeyi yüksek olan öğrencilerin fiziksel aktivite düzeyi düşük öğrencilere kıyasla akademik başarı düzeylerinin anlamlı farklılıklar gösterdiği tespit edilmiştir. Ancak fiziksel aktiviteye katılım ile akademik başarı arasındaki korelasyon düzeyinin düşük olduğu belirtilmiştir. Elde edilen bulgulara fiziksel aktivite düzeyi yüksek olan öğrencilerin akademik başarı durumlarının fiziksel aktivite düzeyi düşük olan öğrencilerden daha yüksek olduğu rapor edilmiştir.

2.GEREÇ VE YÖNTEM

2.1.Araştırma Modeli

Yapılan bu araştırmanın örneklem belirleme sürecinde literatürde sıklıkla kullanılan tarama yönteminden yararlanılmıştır. Araştırmada ele alınan parametreler (fiziksel aktivite düzeyi, akademik başarı düzeyi) arasındaki ilişkinin incelenmesinde ise eğitim bilimleri alanında sıklıkla kullanılan ilişkisel tarama modelinden yararlanılmıştır.

2.2.Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini Kırıkkale il ve ilçelerinde bulunan ortaokullarda öğrenim gören öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklem grubu ise 2016-2017 eğitim ve öğretim yılı içerisinde Kırıkkale il merkezi ve ilçelerinde yer alan ortaokullarda öğrenim gören 163 erkek ve 171 kız olmak üzere toplam 334 öğrenciden meydana gelmektedir. Araştırmaya dâhil edilen öğrencilerin öğrenim gördükleri okullar aşağıda sunulmuştur;

İl merkezinde yer alan okullar:

- Atatürk Ortaokulu
- Namık Kemal Ortaokulu
- Şehitler Ortaokulu
- Ahmet Sümer Ortaokulu
- Gazi Ortaokulu
- Orhan Altaş İmam Hatip Ortaokulu
- Şeyh Edebali İmam Hatip Ortaokulu

İlçelerde yer alan okullar:

- Balışeyh İlçesi Toki Şehit Gazi Gürsoy Ortaokulu
- Karakeçili İlçesi Karakeçili Atatürk Ortaokulu
- Yahşihan İlçesi Toki Şehit Piyade Onbaşı Murat Sıtkı Ortaokulu
- Kırıkkale Keskin Ceritmüminli Ortaokulu

- Kazmaca Köyü Ortaokulu

2.3.Verilerin Toplanması

Araştırmaya katılan öğrencilerin yaş grupları, cinsiyet, baba mesleği, anne mesleği, baba eğitim durumu, anne eğitim durumu, babanın sporla ilgilenme durumu, annenin sporla ilgilenme durumu ve aile gelir durumu değişkenlerinin belirlenmesinde araştırmacı tarafından geliştirilen kişisel bilgi formundan yararlanılmıştır. Araştırmaya katılan öğrencilerin TEOG sınav sonuçlarına ilişkin bilgiler ise okul yönetimlerinden temin edilmiştir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerinin tespit edilmesinde Crocker ve diğerleri (1997) tarafından geliştirilen, Türkçe geçerlilik güvenilirlik çalışmaları Tanır (2013) tarafından yapılan Çocuklar için Fiziksel Aktivite Ölçeği'nin (Physical Activity Questionnaire for Older Children [PAQ-C]) Türkçeye uyarlanmış hali olan Çocuklar için Fiziksel Aktivite Ölçeği (ÇFAÖ) kullanılmıştır. Ölçekte bireyin 7 gün boyunca yapmış olduğu fiziksel aktivite düzeyini hatırlamaya yönelik sorular yer almaktadır. Ölçek öğrencilerle yüz yüze görüşülerek yapılmıştır. Uygulanışı kolay olduğu için çok kısa süre içerisinde birçok birere aynı anda uygulanabilmesi mümkündür. Ölçekten elde edilen veriler bireyin fiziksel aktivite düzeyine ilişkin bilgiler vermektedir. Ölçekte yer alan maddeler 1-5 arasında derecelendirilmekte olup, ölçekte toplam 9 soru yer almaktadır. Katılımcıların fiziksel aktivite düzeylerinin belirlenmesinde soruların tamamının ortalamasından elde edilen veriler dikkate alınmaktadır. Ölçekte en düşük fiziksel aktivite düzeyi 1 puan, en yüksek fiziksel aktivite düzeyi ise 5 puandır (Tanır, 2013: 51-52).

2.4.İstatistiksel Analiz

Elde edilen verilerin analizi için SPSS 22 programı kullanılmıştır. Katılımcıların ve ailelerinin demografik bilgilerine göre fiziksel aktivite düzeylerinin karşılaştırılması yapılmadan önce fiziksel aktivite düzeyine ilişkin verilerin normal dağılım gösterip göstermediği incelenmiştir. Yapılan One Sample Kolmogorov-

Smirnov testi sonucunda verilerin normal dağılım göstermediği tespit edilmiştir. Bu nedenle demografik değişkenlere göre karşılaştırma yapmak için non-parametrik analiz yöntemleri kullanılmıştır. Katılımcıların cinsiyetlerine, anne ve babalarının sporla yakından ilgilenme durumlarına ve son bir hafta içerisinde hasta olmaları/fiziksel aktivite yapmalarını engelleyen bir durumları olmasına göre fiziksel aktivite düzeylerini karşılaştırmak için Mann Whitney U testi kullanılırken, yaş gruplarına, anne ve babalarının mesleklerine ve eğitim durumlarına ve ailelerinin gelir durumlarına göre fiziksel aktivite düzeylerini karşılaştırmak için Kruskal Wallis H testi kullanılmıştır. Katılımcıların TEOG puanları ile fiziksel aktivite düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesinde Spearman Korelasyon analizi kullanılmıştır. Yapılan bu testler için anlamlılık düzeyi $p < 0,05$ olarak kabul edilmiştir. Fiziksel aktivite düzeyini belirlemek için kullanılan ölçeğe ilişkin Cronbach's Alpha iç tutarlık kat sayısı ise ,906 olarak bulunmuştur. Bu değer ölçeğin yüksek düzeyde güvenilirliğe sahip olduğunu göstermektedir.

3. BULGULAR

Araştırmaya katılan bireylerin demografik özelliklerine ilişkin bulgular çizelge 2’de sunulmuştur.

Çizelge 2. Katılımcıların Demografik Bilgilerine İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler

Değişkenler	Alt değişkenler	f	%
Yaş grupları	13	36	10,8
	14	257	76,9
	15	41	12,3
Cinsiyet	Erkek	163	48,8
	Kız	171	51,2

Çizelge incelendiğinde, katılımcıların %10,8’inin 13 yaşında, %76,9’unun 14 yaşında, %12,3’ünün ise 15 yaşında olduğu görülmektedir. Katılımcıların %48,8’i erkek, %51,2’si ise kadınlardan oluşmaktadır.

Araştırmaya katılan öğrencilerin ebeveynlerine ilişkin tanımlayıcı bulgular Çizelge 3'te sunulmuştur.

Çizelge 3. Katılımcıların Ebeveynlerine İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler

Değişkenler	Alt değişkenler	f	%
Babanın mesleği	Memur	90	26,9
	İşçi	83	24,9
	Esnaf	103	30,8
	Diğer	58	17,4
Annenin mesleği	Ev hanımı	270	80,8
	Memur	19	5,7
	İşçi	17	5,1
	Esnaf	28	8,4
Babanın eğitim durumu	Okur-yazar	11	3,3
	İlkokul	44	13,2
	Ortaokul	62	18,6
	Lise	156	46,7
	Üniversite	56	16,8
	Lisansüstü	5	1,5
Annenin eğitim durumu	Okur-yazar değil	6	1,8
	Okur-yazar	10	3,0
	İlkokul	96	28,7
	Ortaokul	101	30,2
	Lise	100	29,9
	Üniversite	18	5,4
	Lisansüstü	3	,9
Babanın sporla ilgilenme durumu	Evet	83	24,9
	Hayır	251	75,1
Annenin sporla ilgilenme durumu	Evet	43	12,9
	Hayır	291	87,1
Aile gelir durumu	0-1400 TL	79	23,7
	1401-2800 TL	105	31,4
	2801-4200 TL	107	32,0
	4201-5600	29	8,7
	5601 TL ve üzeri	14	4,2

Katılımcıların %26,9'unun babası memur, %24,9'unun babası işçi, %30,8'inin babası esnaf, %17,4'ünün babası ise diğer meslek gruplarına mensuptur. Katılımcıların %80,8'inin annesi ev hanımı, %5,7'sinin annesi memur, %5,1'inin annesi işçi ve %8,4'ünün annesi esnafdır. Katılımcıların yarısına yakınının (%46,7) babası lise mezunudur. Buna karşın katılımcıların %29,2'sinin annesi lise mezunu, %30,2'sinin annesi ortaokul mezunu ve %28,7'sinin annesi ilkokul mezunudur.

Katılımcıların %24,9'unun babası sporla yakından ilgilenmekte, %12,9'unun da annesi sporla yakından ilgilenmektedir. Katılımcıların %23,7'sinin ailesi 0-1400 TL arasında gelire sahipken, %31,4'ünün ailesi 1401-2800 TL arasında gelire sahip, %32'sinin ailesi 2801-4200 TL arasında gelire sahip, %8,7'si 4201-5600 TL arasında gelire sahip ve %4,2'sinin ailesi 5601 TL ve üzerinde gelire sahiptir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin hasta olmaları ya da fiziksel aktivite yapmalarını engelleyen bir durumları olmasına ilişkin tanımlayıcı bulgular Çizelge 4'te sunulmuştur.

Çizelge 4. Katılımcıların Hasta Olmaları ya da Fiziksel Aktivite Yapmalarını Engelleyen Bir Durumları Olmasına İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler

Engel durumu	f	%
Evet	53	15,9
Hayır	281	84,1

Çizelge incelendiğinde, katılımcıların %15,9'unun son bir hafta içerisinde hasta oldukları ya da fiziksel aktivite yapmalarını engelleyen bir durumları olduğu görülmektedir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerine ilişkin tanımlayıcı bulgular Çizelge 5'te sunulmuştur.

Çizelge 5. Katılımcıların Fiziksel Aktivite Düzeylerine İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler

N	X±Ss
334	2,06±,615

Çizelge incelendiğinde, katılımcıların fiziksel aktivite düzeylerinin düşük seviyede olduğu görülmektedir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin puanları ve fiziksel aktivite düzeyleri arasındaki ilişkiye ait bulgular Çizelge 6’da sunulmuştur.

Çizelge 6. Katılımcıları TEOG Puanları ve Fiziksel Aktivite Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Fiziksel aktivite düzeyi	TEOG puanı	
	r	,038
	p	,488
	n	334

Çizelge incelendiğinde, katılımcıların TEOG puanları ile fiziksel aktivite düzeyleri arasında pozitif ve düşük düzeyde bir ilişki olduğu görülmektedir ($r=,038$). Ancak bu ilişki istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir ilişki değildir ($p>0,05$).

Araştırmaya katılan öğrencilerin yaş gruplarına göre fiziksel aktivite düzeylerinin karşılaştırılmasına ilişkin bulgular Çizelge 7’de sunulmuştur.

Çizelge 7. Katılımcıların Yaş Gruplarına Göre Fiziksel Aktivite Düzeylerinin Karşılaştırılması

Yaş grubu	N	$\bar{X} \pm Ss$	Sıra ort.	χ^2	p
13	36	2,18±,684	183,63	3,111	,211
14	257	2,02±,581	162,40		
15	41	2,20±,727	185,28		

Çizelge incelendiğinde, katılımcıların yaş gruplarına göre fiziksel aktivite düzeylerinin arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir ($p>0,05$).

Araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyetlerine göre fiziksel aktivite düzeylerinin karşılaştırılmasına ilişkin bulgular Çizelge 8’de sunulmuştur.

Çizelge 8. Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Fiziksel Aktivite Düzeylerinin Karşılaştırılması

Cinsiyet	N	X±Ss	Sıra ort.	Sıra top.	x ²	p
Erkek	163	2,23±,636	196,53	32035,0	9204,0	,000**
Kız	171	1,90±,549	139,82	23910,0		

**p<0,01

Çizelge incelendiğinde, katılımcıların cinsiyetlerine göre fiziksel aktivite düzeylerinin arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu görülmektedir (p<0,05). Elde edilen bulgulara göre erkek öğrencilerin fiziksel aktivite düzeyleri kadın öğrencilerden daha yüksektir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin BKİ düzeylerine göre fiziksel aktivite düzeylerinin karşılaştırılmasına ilişkin bulgular Çizelge 9’da sunulmuştur.

Çizelge 9. Katılımcıların BKİ Düzeylerine Göre Fiziksel Aktivite Düzeylerinin Karşılaştırılması

BKİ düzeyi	N	X±Ss	Sıra ort.	x ²	p	Gruplar arası farklar
Zayıf	104	2,17±,585	186,73	6,276	,043*	1>2
Normal	186	2,02±,631	160,45			1>3
Fazla kilolu	44	1,95±,588	151,84			

*p<0,05

Çizelge incelendiğinde, katılımcıların BKİ düzeylerine göre fiziksel aktivite düzeylerinin arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu görülmektedir (p<0,05). Zayıf olan katılımcıların fiziksel aktivite düzeyi hem normal kilolu hem de fazla kilolu olan katılımcılardan daha yüksektir. Normal kilolu katılımcılar ile fazla kilolu katılımcıların fiziksel aktivite düzeyleri arasında ise anlamlı farklılık bulunmamaktadır.

Araştırmaya katılan öğrencilerin hastalıkları ya da fiziksel aktivite yapmalarını engelleyen bir durumları olmasına göre fiziksel aktivite düzeylerinin karşılaştırılmasına ilişkin bulgular Çizelge 10’da sunulmuştur.

Çizelge 10. Katılımcıların Hastalıkları ya da Fiziksel Aktivite Yapmalarını Engelleyen Bir Durumları Olmasına Göre Fiziksel Aktivite Düzeylerinin Karşılaştırılması

Engel durumu	N	X±Ss	Sıra ort.	Sıra top.	x ²	p
Evet	53	2,09±,572	177,47	9406,0	6918,0	,412
Hayır	281	2,05±,623	165,62	46539,0		

Çizelge incelendiğinde, katılımcıların son bir hafta içerisinde hasta olmaları ya da fiziksel aktivite yapmalarına engelleri olması durumuna göre fiziksel aktivite düzeylerinin arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir (p>0,01).

Araştırmaya katılan öğrencilerin baba mesleği değişkenine göre fiziksel aktivite düzeylerinin karşılaştırılmasına ilişkin bulgular Çizelge 11’da sunulmuştur.

Çizelge 11. Katılımcıların Babalarının Mesleklerine Göre Fiziksel Aktivite Düzeylerinin Karşılaştırılması

Meslek	N	X±Ss	Sıra ort.	x ²	p
Memur	90	2,07±,551	172,64	1,745	,627
İşçi	83	2,06±,539	174,58		
Esnaf	103	2,03±,669	157,81		
Diğer	58	2,09±,715	166,61		

Çizelge incelendiğinde, katılımcıların babalarının mesleklerine göre fiziksel aktivite düzeylerinin arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir (p>0,05).

Araştırmaya katılan öğrencilerin anne mesleği değişkenine göre fiziksel aktivite düzeylerinin karşılaştırılmasına ilişkin bulgular Çizelge 12’de sunulmuştur.

Çizelge 12. Katılımcıların Annelerinin Mesleklerine Göre Fiziksel Aktivite Düzeylerinin Karşılaştırılması

Meslek	N	X±Ss	Sıra ort.	x ²	p
Ev hanımı	270	2,06±,624	167,41	,244	,970
Memur	19	2,04±,601	166,50		
İşçi	17	2,14±,677	177,47		
Esnaf	28	1,99±,506	163,04		

Çizelge incelendiğinde, katılımcıların annelerinin mesleklerine göre fiziksel aktivite düzeylerinin arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir (p>0,05).

Araştırmaya katılan öğrencilerin baba eğitim düzeylerine göre fiziksel aktivite düzeylerinin karşılaştırılmasına ilişkin bulgular Çizelge 13’de sunulmuştur.

Çizelge 13. Katılımcıların Babalarının Eğitim Durumlarına Göre Fiziksel Aktivite Düzeylerinin Karşılaştırılması

Eğitim durumu	N	X±Ss	Sıra ort.	x ²	p
Okur-yazar	11	2,32±,945	179,50	5,754	,331
İlkokul	44	1,93±,621	150,97		
Ortaokul	62	1,99±,586	159,12		
Lise	156	2,10±,599	180,40		
Üniversite	56	2,07±,592	164,33		
Lisansüstü	5	2,16±,745	199,67		

Çizelge incelendiğinde, katılımcıların babalarının eğitim durumlarına göre fiziksel aktivite düzeylerinin arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir (p>0,05).

Araştırmaya katılan öğrencilerin anne eğitim düzeylerine göre fiziksel aktivite düzeylerinin karşılaştırılmasına ilişkin bulgular Çizelge 14’te sunulmuştur.

Çizelge 14. Katılımcıların Annelerinin Eğitim Durumlarına Göre Fiziksel Aktivite Düzeylerinin Karşılaştırılması

Eğitim durumu	N	X±Ss	Sıra ort.	x ²	p
Okur-yazar değil	6	2,10±,508	197,17	6,296	,391
Okur-yazar	10	2,33±,965	182,20		
İlkokul	96	1,97±,574	153,14		
Ortaokul	101	2,05±,666	161,58		
Lise	100	2,12±,548	183,12		
Üniversite	18	2,06±,716	166,75		
Lisansüstü	3	2,13±,083	201,67		

Çizelge incelendiğinde, katılımcıların annelerinin eğitim durumlarına göre fiziksel aktivite düzeylerinin arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir (p>0,05).

Araştırmaya katılan öğrencilerin babalarının sporla yakından ilgilenme durumlarına göre fiziksel aktivite düzeylerinin karşılaştırılmasına ilişkin bulgular Çizelge 15’te sunulmuştur.

Çizelge 15. Katılımcıların Babalarının Sporla Yakından İlgilenme Durumuna Göre Fiziksel Aktivite Düzeylerinin Karşılaştırılması

İlgi durumu	N	X±Ss	Sıra ort.	Sıra top.	x ²	p
Evet	83	2,14±,646	178,01	14775,0	9544,0	,252
Hayır	251	2,03±,603	164,02	41170,0		

Çizelge incelendiğinde, katılımcıların babalarının sporla yakından ilgilenme durumlarına göre fiziksel aktivite düzeylerinin arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir (p>0,05).

Araştırmaya katılan öğrencilerin annelerinin sporla yakından ilgilenme durumlarına göre fiziksel aktivite düzeylerinin karşılaştırılmasına ilişkin bulgular Çizelge 16’te sunulmuştur.

Çizelge 16. Katılımcıların Annelerinin Sporla Yakından İlgilenme Durumlarına Göre Fiziksel Aktivite Düzeylerinin Karşılaştırılması

İlgi durumu	N	X±Ss	Sıra ort.	Sıra top.	x²	p
Evet	43	2,14±,687	171,47	7373,0	6086,0	,773
Hayır	291	2,05±,603	166,91	48572,0		

Çizelge incelendiğinde, katılımcıların annelerinin sporla yakından ilgilenme durumlarına göre fiziksel aktivite düzeylerinin arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir ($p>0,05$).

4. TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

4.1.Tartışma

Araştırmada ele alınan parametreler 334 ortaokul öğrencisinin değerlendirilmesi sonucu ulaşılmıştır. Araştırmaya katılan öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerinin düşük olduğu bulunmuştur. Bilindiği gibi günümüzde gerek çocukluk gerekse de adolesan dönemde bulunan bireylerde obezite ve fazla kilolu olma düzeyi oldukça yüksektir. Çocukluk ve adolesan dönemde bulunan bireylerde kilo fazlası ve obezite birçok sağlık sorununu beraberinde getirdiği için ulusal ve uluslararası düzeyde obezite ile mücadelenin yaygınlaştığı görülmektedir (Daştan ve diğerleri, 2014: 144). Çocuklarda obezite yaygınlığına neden olan unsurlar arasında fiziksel aktivite yetersizliğinin önemli bir unsur olduğu bilinmektedir. Literatürde yer alan araştırma bulguları da çocuklarda ve adolesan dönemde bulunan bireylerde obezite yaygınlığının yüksek olduğunu (Sur ve diğerleri, 2005: 614), bunun yanında obezite ile fiziksel aktivite yetersizliği arasında ilişki olduğu görüşünü desteklemektedir (Öztürk ve Aktürk, 2011: 53; Wang ve diğerleri, 2007: 927; Metinoğlu ve diğerleri, 2012: 117; Budak, 2016: 1; Şimşek ve diğerleri, 2005: 163).Bu nedenle özellikle okul çağındaki çocuklarda fiziksel aktivite yetersizliğine bağlı olarak ortaya çıkan obezite vb. rahatsızlıkların önlenmesinde çocukların fiziksel aktiviteye katılımlarının artırılmasının önemli bir husus olduğu belirtilmektedir (Anamur-Uğuz ve Bodur, 2007: 1). Benjamin ve diğerleri (2008: 1907) tarafından yapılan araştırmada da çocuklarda obezite yaygınlığının giderek arttığına, bu nedenle çocukların beslenme ve fiziksel aktiviteye yönelmeleri gerektiğine vurgu yapılmıştır.

Araştırmaya katılan çocukların fiziksel aktivite düzeylerinin düşük olması literatürle uyumlu bir sonuç olarak değerlendirilmektedir. Nitekim literatürde yer alan birçok araştırmada da çocuklarda fiziksel aktivite düzeyinin düşük olduğuna ilişkin araştırma bulgularına ulaşılmıştır. Telama ve Yang (2000: 1617) tarafından yapılan araştırmada özellikle 12 yaşından sonra çocukların fiziksel aktivite düzeylerinde azalma meydana geldiği rapor edilmiştir. Akman ve diğerleri (2012: 24) tarafından gerçekleştirilen araştırmada adolesan dönemde bulunan çocuklarda sağlıklı beslenme konusundaki bilgi ve alışkanlık düzeyleri ile fiziksel aktivite

düzeşinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya adolesan dönemde bulunan 357 öğrenci dâhil edilmiştir. Araştırmanın sonunda öğrencilerin fiziksel aktiviteye katılım düzeylerinin düşük olduğu (haftada ortalama 2 gün), öğrencilerin %49,7'sinin düzenli spor yapma alışkanlığı bulunmadığı tespit edilmiştir. Öztürk ve Aktürk (2011: 56) tarafından yapılan araştırmada ilköğretim öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeylerinin incelenmesi amaçlanmış, araştırmada öğrencilerin %12,9'unun fiziksel açıdan çok fazla hareketli, %21,2'sinin fazla hareketli, %42,4'ünün normal hareketli, %23,5'inin ise az hareketli olduğu rapor edilmiştir.

Uçar (2014: 64) tarafından yapılan araştırmada adolesan dönemde bulunan kadın ve erkeklerde fiziksel aktivite düzeyinin belirlenmesi amaçlanmış, araştırmaya 90 adolesan (39 kadın, 51 erkek) dâhil edilmiştir. Araştırmanın sonunda adolesanların sadece %16,7'sinin fiziksel açıdan aktif oldukları, %32,2'sinin ise orta düzeyde aktif olduğu bulunmuştur. Aynı araştırmada adolesanların %51,1 gibi oldukça büyük bir bölümünün fiziksel açıdan inaktif olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Karabıçak (2014: 5) tarafından adolesan dönemde bulunan çocuklar üzerinde yürütölen araştırmada öğrencilerin sadece %14'ünün düzenli olarak spor yapma alışkanlığı bulunduğu tespit edilmiştir. Aynı çalışmada öğrencilerin %39'unun zorlu fiziksel aktivite yapmadığı, %42'sinin ise fiziksel olarak inaktif olduğu bulunmuştur. Araştırmada elde edilen bulgulara paralel olarak adolesan dönemde bulunan çocuklarda fiziksel aktivite yetersizliğini tedirginlik verici düzeyde yüksek olduğu belirtilmiştir.

Karademir (2017: 4) tarafından yapılan araştırmada ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeylerini etkileyen unsurlar içerisinde sosyal medyanın etkisinin incelenmesi amaçlanmış, araştırmanın sonunda öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerinin düşük olduğu ve öğrencilerde sosyal medyada harcanan zaman arttıkça fiziksel aktivite düzeyinin azaldığı rapor edilmiştir. Can (2011: 51) tarafından yapılan araştırmada 6-16 yaş grubunda bulunan çocuklarda obezite yaygınlığı ve obeziteye neden olan risk faktörlerinin incelenmesi amaçlanmış, araştırmaya 1307 kadın ve 1365 erkek olmak üzere toplam 2672 öğrenci dâhil edilmiştir. Araştırmanın sonunda öğrencilerin fiziksel aktiviteye katılım sıklıkları ile obezite yaygınlığı arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığı, buna karşılık hareketsiz yaşam tarzının obeziteyi bazı noktalarda doğrudan etkilediğı bulunmuştur. Buna göre, okula

bisikletle ya da yürüyerek giden öğrenciler ile kıyaslandığı zaman okullara otobüsle giden öğrencilerde obezite oranının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Taşkınöz'e (2011: 12) göre, genellikle çocukların doğal olarak aktif bir yaşam tarzına sahip oldukları düşünülmektedir. Bunun yanında son yıllarda özellikle gelişmiş ülkelerde çocukların fiziksel aktivite ve spora yönelmeleri için bazı girişimlerde bulunulduğu bilinmektedir. Buna paralel olarak geçmiş yıllara kıyasla fiziksel aktivite ve spor etkinliklerine katılan çocuk sayısında artış meydana gelmiştir. Ancak fiziksel aktivite ve spor etkinliklerine yönelen çocuk sayısının hala düşük düzeylerde olduğu görülmektedir. Çocuklarda fiziksel aktivite ve spora katılımın düşük olmasının temelinde aile ve çevrede yaşayan diğer bireylerin yanlış yönlendirmeleri etkili olmaktadır.

Öztürk ve Aktürk (2011: 53) tarafından yapılan araştırmada Kayseri ilinde bulunan ilköğretim öğrencilerinde obezite ve hareketsiz yaşam tarzı yaygınlığının incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya farklı fiziksel uygunluk düzeylerine sahip olan 1226 ilköğretim öğrencisi dâhil edilmiştir. Araştırmanın sonunda öğrencilerin 12,4'ünün fazla kilolu, %6,5'inin ise obez olduğu tespit edilmiştir. Fazla kilolu ve obez olan çocukların büyük bir bölümünün sosyo-ekonomik düzeyi yüksek olan okullarda öğrenim gördükleri tespit edilmiştir. Araştırmaya dâhil edilen çocuklarda obezite düzeyinin yüksek çıkmasının temelinde obez çocuklarda hareketsiz yaşam tarzının oldukça yüksek olmasının etkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Uskun ve diğerleri (2005: 19) tarafından yapılan araştırmada 8-15 yaş grubunda bulunan çocuklarda obezite ile ilişkili risk faktörlerinin incelenmesi amaçlanmış, araştırmaya 38 obez ve 80 normal kilolu çocuk dâhil edilmiştir. Araştırmanın sonunda hareketsiz yaşam tarzının, diğer bir ifade ile fiziksel aktivite yetersizliğinin 8-15 yaş grubu çocuklarda obeziteyi etkileyen en önemli unsurların başında geldiği tespit edilmiştir. Elde edilen bulgulara göre, uzun süre TV izleyen çocuklarda obezite düzeyinin yüksek olduğu, normal kilolu çocuklarda ise oyun oynama süresinin obez çocuklardan daha fazla olduğu rapor edilmiştir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin TEOG puanları ile fiziksel aktivite düzeyleri arasında pozitif ve düşük düzeyde bir ilişki olduğu görülmektedir ($r=,038$). Ancak bu ilişki istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir ilişki olmadığı sonucuna ulaşılmıştır ($p>0,05$). Bu çalışmaya katılan öğrencilerin fiziksel aktivite düzeyleri ile akademik

başarıları arasındaki ilişkinin önemsenebilecek kadar düşük olmasının birçok nedeni olabilir. Öğrencilerin akademik başarılarını etkileyen benlik algısı, motivasyon, zihinsel beceriler, sınav kaygısı, cinsiyet, ebeveyn tutumları, okul yapısı, öğretmen ve ders çalışma yöntemleri gibi çok sayıda faktörün olduğu unutulmamalıdır. Ülkemizin yeterince spor tesislerine sahip olamaması, öğrencileri spora yönlendirecek düzenlemelerin yetersizliği, ebeveynlerin ve öğrencilerin akademik başarı kaygılarına rağmen çalışmamızda çok zayıfta olsa öğrencilerin TEOG puanları ile fiziksel aktivite düzeyleri arasında pozitif ve düşük düzeyde bir ilişki olması anlamlıdır.

Araştırmada elde edilen bulguların aksine literatürde yer alan birçok çalışmada (Çağlayan ve diğerleri, 2004; Dwyer ve diğerleri, 2001; Linder, 1999; Shephard, 1997) fiziksel aktivite ve spor etkinliklerine katılımın akademik başarı düzeyini olumlu yönde etkilediği sonuçlarına ulaşılmıştır. Ancak toplumda gerekli bilinçlendirmenin yapılmamış olması ve eğitim sisteminin akademik yaşam ve sporu bir arada yürütmeye müsait olmaması gibi unsurlara bağlı olarak ailelerin bu konuda olumsuz görüşlere sahip oldukları da bilinmektedir (Akt: Güven ve Öncü, 2006: 85). Bilgin (2017: 31) tarafından yapılan benzer bir çalışmada ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeyleri ile TEOG puanları arasında pozitif yönde ilişki bulunmasına rağmen, bazı öğrencilerin düşük fiziksel aktivite düzeyine sahip oldukları halde akademik başarı düzeylerinin yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bunun temelinde fiziksel aktiviteye fazla katılmayan öğrencilerin ders çalışmaya fazla süre harcamaları gösterilmiştir. Bu kapsamda akademik başarı düzeyinin fiziksel aktiviteye katılmadan ziyade ders çalışmaya ayrılan süreyle de yakından ilişkili olduğuna vurgu yapılmıştır. Jaakkola ve diğerleri (2015: 1719) tarafından yapılan diğer bir çalışmada 7, 8 ve 9. Sınıf öğrencilerinde fiziksel aktivite düzeyi ile akademik başarı arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmış, araştırmaya 162 kadın ve 163 erkek öğrenci dâhil edilmiştir. Araştırmanın sonunda öğrencilerin fiziksel aktivite düzeyleri ile akademik başarı düzeyleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmadığı tespit edilmiştir. Yapılan birçok çalışmada da fiziksel aktivite düzeyi ile akademik başarı arasında anlamlı bir ilişki olmadığı rapor edilmiştir (Kalantari ve Esmailzadeh, 2016: 27).

Linder (1999: 129) tarafından gerçekleştirilen araştırmada 9-18 yaş aralığında bulunan öğrencilerin fiziksel aktivite düzeyleri ile akademik başarı durumları arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmış, araştırmanın sonunda öğrencilerin fiziksel aktivite düzeyleri ile akademik başarı durumları arasında istatistiksel açıdan anlamlı ancak düşük bir ilişki olduğu bulunmuştur. Elde edilen bulgulara göre akademik başarı düzeyinin fiziksel aktiviteye katılım durumları daha fazla olan öğrenciler lehine yüksek olduğu rapor edilmiştir. Akandere ve diğerleri (2010: 1-6) tarafından gerçekleştirilen araştırmada beden eğitimi ve spor yönelik tutumların akademik başarı motivasyonu üzerindeki etkilerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya 9, 10 ve 11. sınıf öğrencisi olan 299 öğrenci dâhil edilmiştir. Araştırmanın sonunda öğrencilerin beden eğitimi ve spora yönelik tutumlarının akademik başarı motivasyonları üzerinde önemli bir belirleyici olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Söz konusu araştırmada akademik başarı motivasyonu alt boyutlarına ilişkin bulgular değerlendirildiği zaman öğrencilerin dışsal motivasyon düzeylerinin beden eğitimi ve spora yönelik tutum değişkenine göre anlamlı farklılık göstermediği, içsel motivasyon düzeyinin her zaman spor yapma alışkanlığı bulunan öğrenciler, motivasyonsuzluk düzeyinin ise hiç spor yapmayan öğrenciler lehine yüksek olduğu sonuçlarına ulaşılmıştır. Aynı araştırmada öğrencilerin spor yapma düzeyleri arttıkça akademik başarıya yönelik içsel motivasyon düzeylerinin de arttığı rapor edilmiştir.

Saygılı ve diğerleri (2015: 161) tarafından yapılan araştırmada spor yapma alışkanlığı bulunan ve bulunmayan ortaokul öğrencilerinin kişilik özellikleri ve akademik başarı düzeylerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya düzenli olarak spor yapma alışkanlığı bulunmayan 153 ve düzenli olarak spor yapma alışkanlığı bulunan 61 olmak üzere toplam 214 öğrenci dâhil edilmiştir. Araştırmanın sonunda düzenli olarak spor yapma alışkanlığı olan öğrencilerin açık ve dışa dönük kişilik yapılarının spor yapma alışkanlığı bulunmayan öğrencilerden daha yüksek olduğu, bunun yanında açık ve dışadönük kişilik yapısına sahip olan öğrencilerin akademik başarı düzeylerinin diğer öğrencilerden daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Bilgin (2017: 7) tarafından gerçekleştirilen araştırmada ortaokul öğrencilerinin akademik başarı düzeyleri üzerinde fiziksel aktivite ve fiziksel uygunluk

özelliklerinin etkilerinin incelenmesi amaçlanmış, araştırmaya 76 kadın ve 71 erkek ortaokul öğrencisi katılmıştır.

Araştırma kapsamında öğrencilerin akademik başarı düzeylerinin tespit edilmesinde TEOG sınavından elde edilen puan dikkate alınmıştır. Araştırmanın sonunda öğrencilerin fiziksel uygunluk parametrelerinden sınav ve esneklik performansları ile akademik başarı düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Buna karşılık fiziksel uygunluk parametreleri ile akademik benlik arasında anlamlı bir ilişki olmadığı belirlenmiştir. Bunun yanında öğrencilerin fiziksel aktivite düzeyleri ile akademik başarı düzeyleri arasında pozitif yönde, zayıf, istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur.

Ayan ve diğerleri (2014: 1415) tarafından 12-16 yaş grubunda bulunan İspanyol yüzücüler üzerinde gerçekleştirilen araştırmada akademik başarı düzeyi ile fiziksel aktivite düzeyi arasında anlamlı bir ilişki bulunduğu, genç yüzücülerde fiziksel aktivite düzeyi arttıkça akademik başarı düzeylerinin de artış gösterdiği, özellikle kadın yüzücülerde aerobik uygunluğun akademik başarı üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Fedewa ve Ahn (2011: 521) tarafından yapılan benzer bir çalışmada fiziksel aktivite ve fiziksel uygunluk unsurlarının akademik başarı ve bilişsel performans üzerindeki etkilerine ilişkin yapılan araştırmaların meta-analizi yapılmış, araştırma kapsamında 1947-2009 yılları arasında konu ile ilgili yapılan 59 araştırma çalışmaya dâhil edilmiştir. Yapılan meta-analiz çalışması sonunda spor ve fiziksel aktiviteye katılımın akademik başarı ve bilişsel performans üzerinde anlamlı birer etkiye sahip olduğu rapor edilmiştir.

Fox ve diğerleri (2010: 31) tarafından yapılan araştırmada lise öğrencilerinde spora katılımın akademik başarı üzerindeki etkilerinin incelenmesi amaçlanmış, araştırmaya 4746 lise öğrencisi dâhil edilmiş, araştırmada spora katılımın yanında fiziksel aktivite düzeyinin de akademik başarıyı yordamadaki etkinliği değerlendirilmiştir. Araştırmanın sonunda kadın öğrencilerde hem spora katılım hem de fiziksel aktivite düzeyinin akademik başarı üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğu bulunmuş, erkek öğrencilerde ise sadece takım sporlarına katılımın akademik başarıyı etkilediği, buna karşılık fiziksel aktivite düzeyinin akademik başarı üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olmadığı bulunmuştur. Castelli ve diğerleri (2007. 239) tarafından yapılan araştırmada ilköğretim 3. ve 5. sınıf öğrencilerinde fiziksel

aktivite düzeyi ve akademik başarı arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmış, toplam 259 öğrencinin dâhil edildiği araştırmanın sonunda öğrencilerin fiziksel aktivite düzeyleri ile akademik başarı durumları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu rapor edilmiştir. Literatürde yer alan birçok çalışmada da fiziksel aktivite düzeyinin bilişsel performans ve akademik başarı üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğu rapor edilmiştir (Esteban-Cornejo ve diğerleri, 2014: 1596; Booth ve diğerleri, 2013: 1; Reed ve diğerleri, 2010: 343; García-Hermoso, 2017: 127; Donnelly ve Lambourne, 2011: 36; Davis ve Cooper, 2011: 65; Field ve diğerleri, 2001: 105; Correa-Burrows ve diğerleri, 2014:).

Yaş grubu değişkenine göre ele alındığı zaman öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerinin yaş gruplarına göre istatistiksel açıdan anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Literatürde yer alan bazı çalışmalarda da ortaokul öğrencilerinde yaş grubu değişkeninin fiziksel aktivite düzeyi üzerinde anlamlı bir belirleyici olmadığı bulgularına ulaşılmıştır. Hekim ve Yüksel (2015: 265-266) tarafından yapılan çalışmada Erzurum il merkezinde bulunan ortaokullarda öğrenim gören öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerinin demografik unsurlara göre incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya 12-15 yaş grubunda bulunan 82 kadın ve 68 erkek olmak üzere toplam 150 ortaokul öğrencisi dâhil edilmiş, araştırmanın sonunda yaş grubu değişkenine göre ele alındığı zaman ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeylerinin benzerlik gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır. Öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerinin yaş gruplarına göre anlamlı farklılık göstermemesinin temelinde öğrencilerin benzer gelişim dönemlerinde bulunmalarının ve benzer sosyal çevrelerde yetişmelerinin etkili olabileceği belirtilmiştir.

Araştırmada elde edilen bulguların aksine literatürde yer alan bazı çalışmalarda ilköğretim öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeyleri üzerinde yaş değişkeninin önemli bir belirleyici olduğu bulgularına ulaşılmıştır. Dwyer ve diğerleri (2001: 225) tarafından yapılan çalışmada yaş aralığı 7-15 arasında bulunan öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeylerinin bazı demografik değişkenlere göre incelenmesi amaçlanmış, araştırmanın sonunda öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerinin yaş grubu değişkenine göre istatistiksel açıdan anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Pulat-Demir (2011: 56-57) tarafından yapılan çalışmada ortaokul ve lise

öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeylerinin bazı demografik değişkenlere göre incelenmesi amaçlanmış, araştırmada öğrencilerin fiziksel açıdan hareketli olma düzeylerinin bazı farklılıklar gösterdiği, bunun yanında öğrencilerin fiziksel aktivite durumlarına göre farklı beden kitle indeksi düzeylerine sahip oldukları tespit edilmiştir. Yaş grubu değişkenine göre ele alındığı zaman bazı yaşlarda beden kitle indeksi değerlerinin yaş grubu değişkenine göre anlamlı farklılık gösterdiği rapor edilmiştir.

Kaymaz (2016: 1) tarafından yapılan araştırmada ortaokul öğrencilerinde fiziksel aktivite düzeyinin yaş değişkenine göre incelenmesi amaçlanmış, devlet okulları ile özel okullarda öğrenim gören öğrenciler üzerinde gerçekleştirilen araştırmaya 355 erkek ve 342 kadın olmak üzere toplam 697 öğrenci katılmıştır. Araştırmanın sonunda hem kadın hem de erkek öğrenciler yaş değişkeninin fiziksel aktivite düzeyi üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğu tespit edilmiş, gerek devlet gerekse de özel okullarda öğrenim gören kadın ve erkek öğrencilerde fiziksel aktivite düzeyinin yaş artışına paralel olarak azaldığı tespit edilmiştir. Aynı araştırmada 13-14 yaş grubunda bulunan öğrenciler ile kıyaslandığı zaman 11-14 yaş grubunda bulunan öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Cinsiyet değişkenine göre ele alındığı zaman öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerinin cinsiyete göre istatistiksel açıdan anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiş, elde edilen bulgulara göre kadın öğrenciler ile kıyaslandığı zaman erkek öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerinin daha yüksek olduğu bulunmuştur. Literatürde yer alan benzer çalışmalarda da kadın ve erkek öğrencilerin fiziksel aktivite düzeyleri arasında bazı farklılıklar olduğu tespit edilmiş, kadın ve erkek öğrencilerin fiziksel aktiviteye katılım düzeyleri arasındaki farklılıkların temel nedenlerini belirlemek amacıyla birçok araştırmaya gereksinin duyulduğu rapor edilmiştir (Akman ve diğerleri, 2012: 29).

Araştırmada fiziksel aktivite düzeyinin erkek öğrenciler lehine yüksek çıkmasının literatür ile uyumlu bir sonuç olduğu görülmektedir. Akman ve diğerleri (2012: 29) tarafından yapılan araştırmada adolesan dönemde bulunan çocuklarda fiziksel aktivite düzeyinin bazı değişkenlere göre incelenmesi amaçlanmış, araştırmaya adolesan dönemde bulunan 357 öğrenci dâhil edilmiştir. Araştırmanın

sonunda cinsiyet değişkenine göre ele alındığı zaman erkek öğrencilerin fiziksel aktivite ve düzenli spor yapma düzeylerinin kadın öğrencilerden daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Hekim ve Yüksel (2015: 265) tarafından yapılan benzer bir çalışmada ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeylerinin cinsiyet değişkenine göre incelenmesi amaçlanmış, araştırmaya ortaokul öğrencisi olan 82 kadın ve 68 erkek olmak üzere toplam 150 öğrenci dâhil edilmiştir. Araştırmanın sonunda fiziksel açıdan inaktif ve minimum düzeyde aktif olmanın kadın öğrenciler lehine yüksek olduğu, buna karşılık fiziksel açıdan yüksek düzeyde aktif olma durumunun erkek öğrenciler lehine yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Mendes (2011: 1) tarafından adolesan dönemde bulunan çocuklar üzerinde gerçekleştirilen araştırmada fiziksel aktivite düzeyinin cinsiyet değişkenine göre incelenmesi amaçlanmış, araştırmaya 13-17 yaş grubunda bulunan 115 erkek ve 85 kadın olmak üzere toplam 200 çocuk dâhil edilmiştir. Araştırmanın sonunda düşük yoğunlukta fiziksel aktiviteye katılma düzeyinin cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık göstermediği, buna karşılık haftalık fiziksel aktivite yapma sıklığı göz önünde bulundurulduğu zaman erkek öğrencilerin bir hafta boyunca fiziksel açıdan aktif olma düzeylerinin kadın öğrencilerden daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Wang ve diğerleri (2007: 932) tarafından yapılan araştırmada ortaokul öğrencilerinin bazı değişkenlere göre fiziksel aktivite düzeylerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya 5-7'inci sınıflarda öğrenim gören 498 öğrenci dâhil edilmiştir. Araştırmanın sonunda cinsiyet değişkenine göre ele alındığı zaman öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerinin istatistiksel açıdan anlamlı farklılık gösterdiği, kadın öğrenciler ile kıyaslandığı zaman erkek öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerinin daha yüksek olduğu bulunmuştur. Elde edilen bulgulara göre erkek öğrencilerin ağır fiziksel etkinliklere katılma düzeylerinin kadın öğrencilerden yüksek, TV izleme ya da video oyunu oynama gibi pasif aktiviteleri gerçekleştirme düzeylerinin ise düşük olduğu rapor edilmiştir. Kuşgöz (2005: 8) tarafından ilköğretim öğrencileri üzerinde yapılan benzer bir çalışmada ilköğretim öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeylerinin cinsiyet değişkenine göre incelenmesi amaçlanmış, araştırmaya 223 erkek ve 212 kadın olmak üzere toplam 435 ilköğretim öğrencisi dâhil edilmiştir. Araştırmanın sonunda erkek öğrencilerin yüksek yoğunlukta fiziksel aktivite yapma düzeylerinin kadın öğrencilerden daha yüksek

olduğu, kadın öğrencilerin ise düşük ve orta yoğunlukta fiziksel aktivite yapma düzeylerinin erkek öğrencilerden daha yüksek olduğu bulunmuştur. Aynı araştırmada haftada yedi gün boyunca fiziksel aktivite yapma düzeyinin de erkek öğrenciler lehine yüksek olduğu rapor edilmiştir.

Memiş ve Yıldırım (2008: 13) tarafından yapılan araştırmada kadın ve erkeklerde gerek çocukluk gerekse de ergenlik döneminde fiziksel aktiviteye katılım durumunun ilerleyen yaşlarda fiziksel aktiviteye devam üzerindeki etkilerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya Ankara il merkezinde bulunan üniversitelerde görev yapan 752 öğretim elemanı dâhil edilmiştir. Araştırmaya katılan öğretim elemanlarının çocukluk yıllarında fiziksel aktiviteye katılım durumlarının belirlenmesinde Çocukluk ve Ergenlik Fiziksel Aktivite Biçimleri Anketi kullanılmıştır. Araştırmanın sonunda kadın ve erkek öğretim elemanlarının fiziksel aktivite düzeyleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık bulunduğu belirlenmiş, ilkokul çağları dışında gerek ergenlik gerekse de yetişkinlik dönemlerinde erkeklerin spora yönelik tutumlarının daha olumlu hale geldiği tespit edilmiştir. Bu kapsamda ergenlik döneminde itibaren erkeklerin fiziksel aktiviteye katılım düzeylerinin aynı yaş grubunda bulunan kadınlardan anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Elde edilen bulgular kapsamında kadınların gerek ergenlik sonrası gerekse de yetişkinlik yıllarında fiziksel aktiviteye katılımlarının artırılması için ilkokul çağlarında fiziksel aktivite ve spora yönelik tutumlarını geliştirici etkinliklere yönlendirilmeleri gerektiğine vurgu yapılmıştır.

Baydemir (2012: 2) tarafından 11-13 yaş grubunda bulunan çocuklar üzerinde gerçekleştirilen araştırmada fiziksel aktivite düzeyinin cinsiyet değişkenine göre incelenmesi amaçlanmış, araştırmaya 495 kadın ve 498 erkek olmak üzere toplam 993 ortaokul öğrencisi dâhil edilmiştir. Araştırmanın sonunda öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerinin cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiş, elde edilen bulgulara göre kadın öğrencilerle kıyaslandığı zaman erkek öğrencilerin koordinasyon, fiziksel aktivite, kuvvet, spor becerisi ve dayanıklılık puanlarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Kadın öğrenciler ile kıyaslandığı zaman erkek öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerinin daha yüksek olmasında erkek öğrencilerin beden eğitimi ve spor ile fiziksel aktiviteye yönelik tutumlarının daha olumlu olmasının yattığı düşünülebilir.

Literatürde yer alan araştırma bulguları da kadınlar ile kıyaslandığı zaman erkeklerin fiziksel aktivite, beden eğitimi ve spor etkinliklerine yönelik tutumlarının daha yüksek olduğu görüşünü desteklemektedir. Akandere (2010: 4) tarafından ortaöğretim öğrencileri üzerinde gerçekleştirilen araştırmada öğrencilerin beden eğitimi ve spora yönelik tutumlarının bazı demografik değişkenlere göre incelenmesi amaçlanmış, araştırmada cinsiyet değişkenine göre ele alındığı zaman kadın öğrenciler ile kıyaslandığı zaman erkek öğrencilerin beden eğitimi ve spora yönelik tutumlarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Erkek öğrenciler ile kıyaslandığı zaman kadın öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerinin düşük olmasında kadın öğrencilerin fiziksel aktiviteye katılım konusunda algıladıkları sosyal desteğin düşük olmasının etkili olduğu düşünülebilir. Hünük ve diğerleri (2013: 3) tarafından bu konuda yapılan bir araştırmada ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktiviteye katılım konusunda algıladıkları sosyal destek düzeyinin bazı demografik değişkenlere göre incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya devlet okulları ile özel okullarda öğrenim gören 266 ortaokul öğrencisi dâhil edilmiştir. Araştırmanın sonunda ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktiviteye katılım konusunda en fazla sosyal destek aldıkları grupların başında arkadaş çevresinin geldiği tespit edilmiştir. Aile değişkenine göre ele alındığı zaman öğrencilerin fiziksel aktiviteye katılım konusunda aile içerisinde en fazla destek aldıkları kişinin anneler olduğu tespit edilmiş, annelerin hem fiziksel aktiviteye katılım hem de dâhil olunacak aktivitenin seçiminde etkin rol oynadıkları bulunmuştur. Aynı araştırmada özellikle kadın öğrencilerde fiziksel aktivite düzeyinin algılanan sosyal destek düzeyi fazla olan öğrenciler lehine yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Beden kitle indeksi değişkenine göre ele alındığı zaman araştırmaya katılan öğrencilerin fiziksel aktivite düzeyleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık bulunduğu tespit edilmiştir. Elde edilen bulgulara göre normal ve fazla kilolu öğrenciler ile kıyaslandığı zaman düşük vücut ağırlığına sahip olan öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerinin daha yüksek olduğu bulunmuştur. Çocuklarda beden kitle indeksi ile fiziksel aktivite arasında anlamlı bir ilişki olduğu görüşü literatürde yer alan benzer çalışmalarla da desteklenmektedir. Metinoğlu ve diğerleri (2012: 119) tarafından yapılan araştırmada ortaokul öğrencilerin fiziksel aktivite düzeyi ile

beden kitle indeksi arasında anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Söz konusu araştırmada fazla kilolu öğrencilerin %74'ünün pasif, %16'sının aktif, %10'unun ise hem aktif hem de pasif fiziksel etkinliklere katıldıkları rapor edilmiştir. Gezgin (2012: 37-38) tarafından yapılan araştırmada ortaokul ve lise öğrencilerinde fiziksel aktivite düzeyi ile obezite sıklığı arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmış, araştırmanın sonunda vücut ağırlığı yüksek olan öğrencilerin serbest zamanlarında TV başında vakit geçirme sıklıklarının normal ya da düşük vücut ağırlığına sahip öğrencilerden daha yüksek olduğu rapor edilmiştir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerinin hasta olma ya da fiziksel aktivite yapmaya engel duruma sahip olma değişkenlerine göre anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Bu sonucun ortaya çıkmasının temelinde araştırmaya katılan öğrencilerin büyük bir bölümünün fiziksel aktivite yapmaya engel bir durumu ya da hastalığının olmamasının etkili olduğu düşünülebilir. Literatürde yer alan araştırma bulguları değerlendirildiği zaman spor ve fiziksel aktiviteye katılım konusunda sıkıntı yaşamayan ve aktif olarak spor yapan öğrencilerin beden eğitimi ve spora yönelik tutumlarının (Akandere ve diğerleri, 2010: 10) ve fiziksel aktivite düzeylerinin daha yüksek olduğu (Hekim ve Yüksel, 2015: 265), bunun yanında beden eğitimi ve spora yönelik yüksek tutuma sahip olan öğrencilerin de fiziksel aktiviteye katılım düzeylerinin sedanter öğrencilere kıyasla daha yüksek olduğu rapor edilmiştir. Uzun ve diğerleri (2017: 38) tarafından yapılan araştırmada ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktiviteden hoşlanma düzeylerini etkileyen demografik değişkenlerin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya 512 kadın ve 489 erkek olmak üzere toplam 1001 ortaokul öğrencisi dahil edilmiştir. Araştırmanın sonunda öğrencilerin %61,6'sının okul dışı spor etkinliklerine yöneldikleri, öğrencilerin fiziksel aktiviteye katılımdan hoşlanma düzeylerinin spor yapma durumlarına göre anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Elde edilen bulgulara göre, okul dışı spor etkinliklerine yönelen çocukların sedanter çocuklara kıyasla fiziksel aktiviteden hoşlanma düzeylerinin daha yüksek olduğu bulunmuştur. Araştırmanın sonunda elde edilen bulgular dâhilinde ortaokul öğrencilerinde spor yapma ve fiziksel aktiviteye katılma sıklığının fiziksel aktiviteden hoşlanmaya katkı sağlayacağı vurgulanmıştır.

Araştırmaya katılan öğrencilerin anne ve baba mesleği değişkenlerine göre fiziksel aktivite düzeylerinin anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Literatürde yer alan araştırmalarda genellikle anne baba mesleğinden ziyade anne babaların fiziksel aktiviteye yönelik tutumlarının çocukların fiziksel aktiviteye yönelmeleri üzerindeki etkilerinin ele alındığı araştırmaların yapıldığı görülmektedir. Bunun yanında yapılan araştırmalarda genel olarak anne-babaların sahip oldukları bazı demografik özelliklerin çocukların fiziksel aktivite düzeyleri üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olmadığı rapor edilmiştir (Yang ve diğerleri, 1996: 273).

Araştırmaya katılan öğrencilerin anne ve baba eğitim düzeylerine göre fiziksel aktivite düzeylerinin anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Bu sonucun ortaya çıkmasının temelinde eğitim düzeyleri birbirinden farklı olmasına rağmen ebeveynlerin spora yönelik tutum ve yaklaşımlarının benzerlik göstermesinin yattığı düşünülebilir.

Bilindiği gibi sosyal yapı içerisinde ebeveynlerin, özellikle de annelerin çocukları spora yönlendirme konusunda önemli bir role sahip oldukları bilinmektedir. Çünkü çocukların ilgilerinin doğması ve gelişmesi sürecinde anneler önemli roller üstlenmektedirler. Bu nedenle çocukların spora yönelme düzeylerinin artırılmasında ve sağlıklı nesillerin gelişmesinde öncelikli olarak annelerin konuya ilişkin bilgi ve eğitim düzeylerinin artırılması gerekmektedir (Hergüner, 1991: 90). Bu kapsamda eğitim düzeyleri ne olursa olsun ebeveynlerin çocuklarda fiziksel aktivite ve sporun yararları konusunda bilinçlendirilmelerinin çocukların fiziksel aktiviteye katılımlarını olumlu yönde etkileyeceği düşünülebilir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin anne ve babalarının sporla ilgilenme durumlarına göre fiziksel aktivite düzeylerinin anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Bilindiği gibi çocukların beden eğitimi ve spor gibi bedensel etkinliklere yönelmelerinde ebeveynlerin konuya bakış açıları oldukça önemlidir. Hatta bazı ailelerde ebeveynlerin fiziksel aktivite ve spora yönelik tutumları çocukların bedensel etkinliklere yönelmelerindeki en büyük belirleyici olarak nitelendirilmektedir. Ailelerin bir bölümü çocuklarının gelişimini desteklediği için çocuklarını spor etkinliklerine yönlendirme konusunda isteklidirler. Buna karşılık bazı ailelerde çocukların fiziksel etkinliklere katılımlarına sıcak bakılmamaktadır. Ebeveynlerin çocuklarını spor etkinliklerine göndermemelerinin temelinde spora

katılımın akademik başarıyı olumsuz yönde etkilediğini ve spora katılımın sakatlanma riskini arttırdığını düşünmeleri gibi unsurlar yatmaktadır. Günümüzde çocuklarını spora yönlendirme konusunda istekli olan ailelerin sayısı artmasına rağmen, hala çocuklarının akademik başarısının düşeceğini düşündükleri için çocuklarını spora yönlendirmeyen aileler bulunmaktadır (Güven ve Öncü, 2006: 81).

Yapılan bu araştırmada ebeveynlerin spora yönelik tutumlarının öğrencilerin fiziksel aktiviteye yönelmelerini etkilememesinin temelinde araştırmaya dâhil edilen ebeveynlerin genel anlamda spora yönelik tutumlarının benzerlik göstermesinin yattığı düşünülebilir. Nitekim araştırmaya dâhil edilen çocukların babalarının %75,1'inin, annelerinin ise %87,1'inin sporla ilgilenmediği bulunmuştur. Bu kapsamda ebeveynlerin sporla ilgilenme düzeylerinin çocukların fiziksel aktiviteye katılımları üzerindeki etkilerini daha iyi anlayabilmek adına spora ilgi duyan ve durmayan ebeveyn oranlarının birbirine yakın olduğu yeni araştırmalar yapılması gerektiği söylenebilir.

4.2.Sonuç

Sonuç olarak araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeylerinin düşük olduğu, kız öğrencilerle kıyaslandığı zaman erkek öğrencilerin daha yüksek fiziksel aktivite düzeyine sahip oldukları, bunun yanında fiziksel aktivite düzeyinin beden kitle indeksi düşük olan öğrenciler lehine yüksek olduğu bulunmuştur. Araştırmada elde edilen bu sonuçların literatürle paralellik gösterdiği görülmüştür. Demografik değişkenler açısından ele alındığı zaman öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerinin yaş, hastalık ya da fiziksel aktiviteye engel duruma sahip olma, baba mesleği, anne mesleği, anne eğitim durumu, baba eğitim durumu, anne ya da babanın sporla ilgilenme durumu değişkenlerine göre anlamlı farklılık göstermediği bulunmuştur. Bunun yanında öğrencilerin TEOG puanları ile fiziksel aktivite düzeyleri arasında pozitif ve düşük düzeyde bir ilişki olduğu görülmektedir ($r=,038$). Ancak bu ilişki istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir ilişki olmadığı sonucuna ulaşılmıştır ($p>0,05$).

4.3.Öneriler

Araştırmada elde edilen bulgular ışığında aşağıdaki önerilerde bulunulabilir.

1.Ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeylerini etkileyen demografik değişkenlere ve akademik başarı düzeyi üzerinde fiziksel aktivitenin etkilerinin daha ayrıntılı araştırılmasına yönelik çalışmalar yapılabilir.

2.Literatürde akademik başarı düzeyi ile fiziksel aktivite düzeyi arasındaki ilişkinin ele alındığı araştırmaların çelişkili sonuçlar ortaya koyduğu görülmektedir. Bu kapsamda özellikle fiziksel aktivite türü ve şiddeti ile akademik başarı düzeyi arasındaki ilişkinin ele alındığı araştırmalar yapılabilir.

3.Akademik başarı düzeyi üzerinde fiziksel aktivite düzeyinin etkilerinin incelenmesine yönelik çalışmalarda ön-son test modeline göre gerçekleştirilen deney ve kontrol gruplu araştırmalar yapılabilir. Böylece fiziksel aktiviteye katılım öncesi ve sonrasında öğrencilerin akademik başarı düzeylerinde meydana gelen değişimler değerlendirilebilir.

4.Gerek yapılan bu araştırmada gerekse de literatürde yer alan birçok araştırmada ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeylerinin düşük olduğu bulgularına ulaşılmıştır. Fiziksel aktivite yetersizliğinin ilerleyen yıllarda ortaya çıkaracağı sağlık sorunları göz önünde bulundurularak ortaokul öğrencilerinin okul içi ve dışı spor etkinliklerine katılımlarını arttırmaya yönelik düzenlemeler yapılabilir.

KAYNAKLAR

- AKANDERE M, ÖZYALVAÇ NT, DUMAN S (2010) Ortaöğretim öğrencilerinin beden eğitimi dersine yönelik tutumları ile akademik başarı motivasyonlarının incelenmesi (Konya Anadolu Lisesi örneği). *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 24: 1-10.
- AKMAN M, TÜZÜN S, ÜNALAN PC (2012) Adolesanlarda sağlıklı beslenme ve fiziksel aktivite durumu. *Nobel Medicus*, 8(1): 24-29.
- AKŞİD F, ŞAHİN C (2011) Coğrafya öğretiminde aktif öğrenmenin akademik başarı ve tutum üzerine etkisi. *Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi*, 2(4):1-26.
- ALLENDER S, COWBURN G, FOSTER C (2006) Understanding participation in sport and physical activity among children and adults: a review of qualitative studies. *Health Education Research*, 21(6): 826-835.
- ALTINKURT Y (2008) Öğrenci devamsızlıklarının nedenleri ve devamsızlığın akademik başarıya olan etkisi. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 20: 129-142.
- ANAMUR-UĞUZ M, BODUR S (2007) Konya il merkezindeki ergenlik öncesi ve ergen çocuklarda aşırı ağırlık ve şişmanlık durumunun demografik özelliklerle ilişkisi. *Genel Tıp Dergisi*, 17(1): 1-7.
- ARSLAN C, GÜLLÜ, M TUTAL, V (2011) Spor yapan ve yapmayan ilköğretim öğrencilerinin depresyon durumlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 5(2): 120-132.
- ASLANARGUN E, ÖZAKÇA B (2015) Akademik başarıları yüksek olan öğrencilerin başarı düzeylerine ailelerinin katkıda bulunma biçimleri. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 15(3): 9-21.
- AYAN C, CARRAL JC, MONTERO C (2014) Academic performance of young competitive swimmers is associated with physical activity intensity and its predominant metabolic pathway: a pilot study. *Journal of Physical Activity and Health*, 11(7): 1415-1419.
- AYTAN GK (2010) Ortaöğretim Öğrencilerinin Sosyalleşmelerinde Sporun Etkileri. Doktora Tezi. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- AYYILDIZ T, KONUK-ŞENER T, VEREN F, KULAKÇI H, AKKAN F, ADA A, ALDOĞAN A, YERAL K, EMEK A, TETİK D, DİNÇ G (2014) hemşirelik öğrencilerinin akademik başarılarını etkileyen faktörler. *Acıbadem Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 5(3): 222-228.
- BAILEY R (2006) Physical education and sport in schools: a review of benefits and outcomes. *Journal of School Health*, 76(8): 397-401.
- BAYDEMİR B (2012) İlköğretim II. Kademe Çocuklarında Fiziksel Aktivite Düzeyi, Kendini Fiziksel Tanımlama ve Benlik Saygısı. Yüksek Lisans Tezi. Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- BARANI GHZ (2014) Bilgisi Öğretmenliği Fizik 4 (Modern Fizik) Dersi İle Ortaöğretim 11.Sınıf Modern Fizik Dersindeki Akademik Başarıya Etkisi. Yüksek Lisans Tezi Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- BARNETT LM, VAN BEURDEN E, MORGAN PJ, BROOKS LO, BEARD JR (2009) childhood motor skill proficiency as a predictor of adolescent physical activity. *Journal of Adolescent Health*, 44(3): 252-259.
- BAXTER-JONES ADG, KONTULAINEN SA, FAULKNER RA, BAILEY DA (2008) A longitudinal study of the relationship of physical activity to bone mineral accrual from adolescence to young adulthood. *Bone*, 43: 1101-1107.
- BENJAMIN SE, HAINES J, BALL SC, WARD DS (2008) Improving nutrition and physical activity in child care: what parents recommend. *Journal of the American Dietetic Association*, 108(11): 1907-1911.
- BİLGİN E (2017) Ortaokul Öğrencilerinin Fiziksel Uygunlukları Ve Akademik Başarıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- BIZE R, JOHNSON JA, PLOTNIKOFF RC (2007) Physical Activity Level and Health-Related Quality of Life İn the General Adult Population: A Systematic Review. *Preventive medicine*, 45: 401-415.
- BLAIR SN, CHURCH TS (2004) The fitness, obesity, and health equation: is physical activity the common denominator?. *Jama*, 292(10): 1232-1234.
- BOOTH JN, LEARY SD, JOINSON C, NESS AR, TOMPOROWSKI PD, BOYLE JM, REILLY JJ (2013) Associations between objectively measured physical activity and academic attainment in adolescents from a UK cohort. *British Journal of Sports Medicine*, 1-8.
- BORER KT (2005) Physical activity in the prevention and amelioration of osteoporosis in women. *Sports Medicine*, 35(9): 779-830.
- BUDAK C (2016) Ortaokul Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı, Obezite Prevelansı ve Fiziksel Aktivite Katılım Düzeylerinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- BULUT S (2013) Sağlıkta sosyal bir belirleyici; fiziksel aktivite. *Türk Hijyen ve Deneysel Biyoloji Dergisi*, 70(4): 205-214.
- BÜYÜKÖZTÜRK Ş, DERYAKULU D (2002) Bilgisayar ve öğretim teknolojileri öğretmenliği ile sınıf öğretmenliği programı öğrencilerinin akademik başarılarını etkileyen faktörler. *Kuram ve uygulamada eğitim yönetimi*, 30: 187-204.
- CAM E (2004). çalışma yaşamında stres ve kamu kesiminde kadın çalışanlar. *Uluslararası İnsan Bilimler Dergisi*, 1:10.
- CAN N (2011) Çorlu Merkezindeki İlköğretim Çağındaki Çocuklarda Obezite Görülme Sıklığı, Risk Faktörleri ve Benlik Saygısı. Yüksek Lisans Tezi. Trakya Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- CAO ZB, MAEDA A, SHIMA N, KURATA H, NISHIZONO H (2007) The effect of a 12-week combined exercise intervention program on physical performance and gait kinematics in community-dwelling elderly women. *Journal of Physiological Anthropology*, 26(3): 325-332.

- CARVER A, TIMPERIO A, CRAWFORD D (2008) Playing it safe: the influence of neighbourhood safety on children's physical activity - A review. *Health & Place*, 14: 217-227.
- CASAZZA K, HANKS LJ, HIDALGO B, HU HH, AFFUSO O (2012) Short-term physical activity intervention decreases femoral bone marrow adipose tissue in young children a pilot study. *Bone*, 50: 23-27.
- CASTELLI DM, HILLMAN CH, BUCK SM, ERWIN HE (2007) Physical fitness and academic achievement in third-and fifth-grade students. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 29(2): 239-252.
- CHURCH TS, THOMAS DM, TUDOR-LOCKE C, KATZMARZYK PT, EARNEST CP, RODARTE RQ, BOUCHARD C (2011) Trends over 5 decades in US occupation-related physical activity and their associations with obesity. *PloS one*, 6(5): e19657.
- CULOS-REED SN, ROBINSON JL, LAU H, O'CONNOR K, KEATS MR (2007) Benefits of a physical activity intervention for men with prostate cancer. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 29: 118-127.
- CONN VS, HAFDAHL AR, COOPER PS, BROWN LM, LUSK SL (2009) Meta-analysis of workplace physical activity interventions. *American Journal of Preventive Medicine*, 37(4): 330-339.
- CONNOR CM, SON SH, HINDMAN AH, MORRISON FJ (2005) Teacher qualifications, classroom practices, family characteristics, and preschool experience: complex effects on first graders' vocabulary and early reading outcomes. *Journal of School Psychology*, 43: 343-375.
- CORREA-BURROWS P, BURROWS R, ORELLANA Y, IVANOVIC D (2014) Achievement in mathematics and language is linked to regular physical activity: a population study in chilean youth. *Journal of Sports Sciences*, 32(17): 1631-1638.
- CROCKER PRE, BAILEY DA, FAULKNER RA, KOWALSKI KC, MCGRATH R (1997) Measuring general levels of physical activity Preliminary evidence for the physical activity questionnaire for older children. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 29(10): 1344-1349.
- ÇAĞLAYAN A, ÇALIK F, SİVRİKAYA K, KAHVECİ M (2004) 12-15 Yaş Grubu Spor Yapan Öğrencilerle Spor yapmayan Öğrencilerin Okul Başarıları Yönünden Karşılaştırılması", 10. ICHBER-SD Avrupa Kongresi ve SBD 8. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, Antalya, 17-20 Kasım 2004.
- DAM H (2008) Öğrencinin okul başarısında aile faktörü. *Hitit Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 8(14): 75-99.
- DAŞTAN İ, ÇETİNKAYA V, DELİCE M.E (2014) İzmir ilinde 7-18 yaş arası öğrencilerde obezite ve fazla kilo prevalansı. *Bakırköy Tıp Dergisi*, 10(4): 139-146.
- DAVIS CL, COOPER S (2011) Fitness fatness, cognition, behavior, and academic achievement among overweight children do cross-sectional associations correspond to exercise trial outcomes. *Preventive medicine*, 52: 65-69.
- DEVER A (2010) Spor Sosyolojisi. Başlık Yayınları, İstanbul.

- DISHMAN RK, HALES DP, PFEIFFER KA, FELTON G, SAUNDERS R, WARD DS, DOWDA M, PATE RR (2006) Physical self-concept and self-esteem mediate cross-sectional relations of physical activity and sport participation with depression symptoms among adolescent girls. *Health Psychology*, 25(3): 396-407.
- DOĞAN AA (1987) O.D.T.Ü Beden Eğitimi ve Spor Bölümü 1985-1976 Programının, öğrencilerin fizyolojik kapasiteleri üzerine etkileri. Yüksek Lisans Tezi. Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara
- DONNELLY JE, LAMBOURNE K (2011) Classroom-based physical activity, cognition, and academic achievement. *Preventive medicine*, 52: 36-42.
- DURŞUN Ş, DEDE Y (2004) Öğrencilerin matematikte başarısını etkileyen faktörler: matematik öğretmenlerinin görüşleri bakımından. *GÜ, Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 24(2): 217-230.
- DWYER T, SALLIS JF, BIZZARD L, LAZARUS R, DEAN K (2001) Relation of academic performance to physical activity and fitness in children. *Pediatric Exercise Science*, , 13:225-238.
- ERZİNCAN G (2011) Güzel Sanatlar ve Spor Liseleri Resim Bölümü Öğrenci Profiline Saptanmasına Yönelik Bir İnceleme. Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- ESTEBAN-CORNEJO I, GÓMEZ-MARTINEZ S, TEJERO-GONZÁLEZ CM, CASTILLO R, LANZA-SAIZ R, VICENTE-RODRIGUEZ G, MARCOS A, MARTINEZ-GOMEZ D (2014) Characteristics of extracurricular physical activity and cognitive performance in adolescents. the avena study. *Journal of Sports Sciences*, 32(17): 1596-1603.
- FAROOQ MS, CHAUDHRY AH, SHAFIQ M, BERHANUG (2011) Factors affecting students' quality of academic performance: a case of secondary school level. *Journal of Quality And Technology Management*, 7(2): 1-14.
- FEDEWA AL, AHN S (2011) The effects of physical activity and physical fitness on children's achievement and cognitive outcomes a meta-analysis. *Research quarterly for exercise and sport*, 82(3): 521-535.
- FIELD T, MIGUEL D, SANDERS CE (2001) Exercise is positively related to adolescents' relationships and academics. *Adolescence*, 36(141): 105-110.
- FISHER A, REILLY JJ, KELLY LA, MONTGOMERY C, WILLIAMSON A, PATON JY, GRANT S (2005) Fundamental movement skills and habitual physical activity in young children. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 37(4): 684-688.
- FOX CK, BARR, ANDERSON D, NEUMARK, SZTAINER D, WALL M (2010) Physical activity and sports team participation: associations with academic outcomes in middle school and high school students. *Journal of School Health*, 80(1): 31-37.
- GARCIA-HERMOSO A, ESTEBAN-CORNEJO I, OLLOQUEQUI J, RAMIREZ-VÉLEZ R. (2017) Cardiorespiratory fitness and muscular strength as mediators of the influence of fatness on academic achievement. *The Journal of Pediatrics*, 187: 127-133.

- GEZGİN T (2012) Edirne İli İlköğretim Okul ve Liseleri 6-18 Yaş Grubu Öğrencilerinde Şişmanlık Sıklığının Araştırılması. Uzmanlık Lisans Tezi. Trakya Üniversitesi Tıp Fakültesi.
- GÖKTAŞ Ö, GÜRBÜZTÜRK O (2012) Okuduğunu anlama becerisinin ilköğretim ikinci kademe matematik dersindeki akademik başarıya etkisi. *Uluslararası Eğitim Programları ve Öğretim Çalışmaları Dergisi*, 2(4): 52-66.
- GÜMÜŞELİ Aİ (2004) Ailenin katılım ve desteğinin öğrenci başarısına etkisi, özel okullar birliği bülteni, 2(6): 14-17.
- GÜVEN Ö, ÖNCÜ E (2006) Beden eğitimi ve spora katılımında aile faktörü. aile ve toplum, 8(3): 81-90.
- GRAF C, KOCH B, KRETSCHMANN-KANDEL E, FALKOWSKI G, CHRIST H, COBURGER S, PREDEL HG (2004) Correlation between bmi, leisure habits and motor abilities in childhood (chilt-project). *International Journal of Obesity*, 28: 22-26.
- GÜREL FS, İNAN G (2001) Çocukluk çağı obezitesi tanı yöntemleri, prevalansı ve etyolojisi. *ADÜ Tıp Fakültesi Dergisi*, 2(3): 39-46.
- GÜVEN G, SÜLÜN Y (2012) Bilgisayar destekli öğretimin 8.sınıf fen ve teknoloji dersindeki akademik başarıya ve öğrencilerin derse karşı tutumlarına etkisi. *Türk Fen Eğitimi Dergisi*, 9(1): 68-79.
- HACİFAZLIOĞLU Ö, KARAIRMAK Ö, ÖZTABAK M (2015) Göç olgusu bağlamında lise öğrencilerinin aile profilleri ve akademik başarı durumları. *Hasan Ali Yücel Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12(24): 81-97.
- HAIR NL, HANSON JL, WOLFE BL, POLLAK SD (2015) Association of child poverty, brain development, and academic achievement. *JAMA Pediatrics*, 169(9): 822-829.
- HANGÜL T, ÜZEL D (2010) Bilgisayar destekli öğretimin (bdö) 8. sınıf matematik öğretiminde öğrenci tutumuna etkisi ve bdö hakkında öğrenci görüşleri. *Necatibey Eğitim Fakültesi Elektronik Fen Ve Matematik Eğitimi Dergisi*, 4(2): 154-176.
- HANNAN MT, FELSON DT, DAWSON, HUGHES B, TUCKER KL, CUPPLES LA, WILSON PW, KIEL DP (2000) Risk factors for longitudinal bone loss in elderly men and women: the framingham osteoporosis study. *Journal of Bone And Mineral Research*, 15(4): 710-720.
- HARMANDAR IH (2004) Beden Eğitimi ve Sporda Özel Öğretim Yöntemleri. Nobel Yayın Dağıtım, Ankara.
- HARRIS AHS, CRONKITE R, MOOS R (2006) Physical activity, exercise coping, and depression in a 10-year cohort study of depressed patients. *Journal of Affective Disorders*, 93: 79-85.
- HASKELL WL, KIERNAN M (2000) Methodologic issues in measuring physical activity and physical fitness when evaluating the role of dietary supplements for physically active people. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 72(2): 541-550.
- HASSMEN P, KOIVULA N, UUTELA A (2000) Physical exercise and psychological well-being: a population study in finland. *Preventive medicine*, 30: 17-25.

- HEIDEMANN M, MØLGAARD C, HUSBY S, SCHOU AJ, KLAKK H, MØLLER NC, HOLST R, WEDDERKOPP N (2013) The intensity of physical activity influences bone mineral accrual in childhood: the childhood health, activity and motor performance school (the champs) study. *BMC Pediatrics*, 13(32): 1-9.
- HEKİM M (2014) Küresel bir sorun olan hareketsiz yaşam tarzının ortaya çıkardığı sağlık sorunları ve hareketsiz yaşam tarzından kaynaklanan sağlık sorunlarının önlenmesinde fiziksel aktivitenin önemi. II. Uluslararası Davraz Kongresi, 29-31 Mayıs 2014 Isparta.
- HEKİM M, YÜKSEL Y (2015) Ortaokul öğrencilerinin beden kitle indeksi ve fiziksel aktivite düzeylerinin yaş, cinsiyet ve spor yapma durumlarına göre incelenmesi. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 4(2): 259-269.
- HERGÜNER G (1991) Çocuğun spora yönelmesinde ailenin rolü ve önemi. *Ondokuzmayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 6: 87-91.
- HEYN P, ABREU BC OTTENBACHER KJ (2004) The effects of exercise training on elderly persons with cognitive impairment and dementia a meta-analysis. *Archives of physical medicine and rehabilitation*, 85: 1694-1704.
- HOLMES M.D, CHEN WY, FESKANICH D, KROENKE CH, COLDITZ GA (2005) Physical activity and survival after breast cancer diagnosis. *JAMA*, 293(20): 2479-2486.
- HÜNÜK D, ÖZDEMİR RA, YILDIRIM G, AŞÇI H (2013) 6. - 8. Sınıf öğrencilerinin fiziksel aktiviteye katılımında algıladıkları sosyal desteğin rolü. *Eğitim ve Bilim*, 38(170): 3-18.
- IRVING BA, DAVIS CK, BROCK DW, WELTMAN JY, SWIFT D, BARRETT EJ, GAESSER GA, WELTMAN A (2008) Effect of exercise training intensity on abdominal visceral fat and body composition. *Medicine And Science in Sports And Exercise*, 40(11): 1863.
- İLHAN A, GÜLERSOY AE, GÜMÜŞ N (2013) Coğrafya dersi (ortaöğretim) başarısını etkileyen faktörlerin öğrenci görüşleri çerçevesinde değerlendirilmesi. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 3(6): 61-77.
- JAAKKOLA T, HILLMAN C, KALAJA S, LIUKKONEN J (2015) The associations among fundamental movement skills, self-reported physical activity and academic performance during junior high school in Finland. *Journal of Sports Sciences*, 33(16): 1719-1729.
- JAKICIC JM, OTTO AD (2005) Physical activity considerations for the treatment and prevention of obesity. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 82: 226-229.
- JANZ KF, THOMAS DQ, FORD MA, WILLIAMS SM (2015) Top 10 research questions related to physical activity and bone health in children and adolescents. *research quarterly for exercise and sport*, 86(1): 5-12.
- JANSSEN I, KATZMARZYK PT, BOYCE WF, VEREECKEN C, MULVIHILL C, ROBERTS C, PICKETT W (2005) Comparison of overweight and obesity prevalence in school-aged youth from 34 countries and their relationships with physical activity and dietary patterns. *Obesity reviews*, 6: 123-132.

- KALANTARI HA, ESMAEILZADE S (2016) Association between academic achievement and physical status including physical activity, aerobic and muscular fitness tests in adolescent boys. *Environmental health and preventive medicine*, 21(1): 27-33.
- KAPIKIRAN Ş, ÖZGÜNGÖR S (2009) Ergenlerin sosyal destek düzeylerinin akademik başarı ve güdülenme düzeyi ile ilişkileri. *Çocuk Ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 16(1): 21-30.
- KARABIÇAK GÖ (2014) Ayaş İlçesindeki Adölesanlarda Fiziksel Aktivite Düzeyinin Postür, Ağrı ve Anksiyete Üzerine Etkilerinin İncelenmesi. Doktora Tezi. Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- KARADAĞ Ö (2008) Ankara'da Bulunan Yetiştirme Yurtlarında Yaşayan Adölesanlarda Sosyodemografik Özelliklerin ve Fiziksel Aktivite Düzeyinin Ruhsal Belirtiler ve Yaşam Kalitesi Açısından Değerlendirilmesi. Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- KARADEMİR M (2017) Sosyal Ağların Kullanımının Ortaokul Öğrencilerinin Fiziksel Aktivite Düzeylerine Etkisinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Bartın Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- KAYA R (2008) Edirne İl Merkezinde İlköğretim Okullarındaki Öğrencilerde Beslenme-Obezite-Fiziksel Aktivite İlişkisinin Değerlendirilmesi. Yüksek Lisans Tezi. Trakya Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- KAYMAZ E (2016) Devlet ve Özel Okullarda Öğrenim Gören Ortaokul Öğrencilerinin Obezite, Fiziksel Aktivite Düzeyi ve Beslenme Alışkanlıklarının Karşılaştırılması. Yüksek Lisans Tezi. Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- KEÇELİ-KAYSILI B (2008) Akademik başarının artırılmasında aile katılımı. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi*, 9(1): 69-83.
- KELLY AKW (2011) Physical activity prescription for childhood cancer survivors. *Current Sports Medicine Reports*, 10(6): 352-359.
- KESKİN Ö (2014) Effects of physical education and participation the sports on social development in children. *Journal of International Multidisciplinary Academic Researches*, 1 (1): 1-6.
- KHALIFE N, KANTOMAA M, GLOVER V, TAMMELIN T, LAITINEN J, EBELING H, HURTIG T, JARVELIN M-R, RODRIGUEZ A (2014) Childhood attention-deficit/hyperactivity disorder symptoms are risk factors for obesity and physical inactivity in adolescence. *Journal of The American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 53(4): 425-436.
- KILPATRICK M, HEBERT E, BARTHOLOMEW J (2005) Colleece students' motivation for physical activity: differentiatin men's and women's motives fors port participation and exercise. *Journal of American College Health*, 54(2): 87-94.
- KOCAOĞLU GA (2012) Web Tabanlı Yazılım Olan Vitamin Programının Öğrencilerin Fen ve Teknoloji Dersindeki Başarılarına ve Tutumlarına Etkisi. Yüksek Lisans Tezi. Çanakkale: Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- KOMARRAJU M, KARAU SJ, SCHMECK RR, AVDIC A (2011) The Big Five personality traits, learning styles, and academic achievement. *Personality and Individual Differences*, 51(4), 472-477.

- KORUÇ Z, BAYAR P (2004) Egzersizin depresyon tedavisindeki yeri ve etkileri. *Hacettepe Journal of Sport Sciences*, 15(1): 49-64.
- KUŞGÖZ A (2005) Pansiyonlu ve Normal Devlet İlköğretim İle Özel İlköğretim Öğrencilerinin Beslenme, Fiziksel Aktivite Alışkanlıkları ve Fiziksel Uygunluklarının Karşılaştırılması. Yüksek Lisans Tezi. Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- KÜÇÜK V, KOÇ H (2004) Psiko-sosyal gelişim süreci içerisinde insan ve spor ilişkisi. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 10: 131-141.
- LAPPE JM, WATSON P, GILSANZ V, HANGARTNER T, KALKWARF HJ, OBERFIELD, S, SHEPHERD J, WINER KK, ZEMEL B (2015) The longitudinal effects of physical activity and dietary calcium on bone mass accrual across stages of pubertal development. *Journal Of Bone And Mineral Research*, 30(1): 156-164.
- LAUTENSCHLAGER NT, COX KL, FLICKER L, FOSTER JK, VAN BOCKXMEER FM, XIAO J, GREENOP KR, ALMEIDA OP (2008) Effect of physical activity on cognitive function in older adults at risk for alzheimer disease. *JAMA*, 300(9): 1027-1037.
- LEITHWOOD K, JANTZI D (2000) The effects of transformational leadership on organisational conditions and student engagement. *Journal of Educational Administration*, 38(2): 112-129.
- LI Y, DEVAULT CN, VAN OTEGHEN S (2007) Effects of extended tai chi intervention on balance and selected motor functions of the elderly. *The American journal of Chinese medicine*, 35: 383-391.
- LİNDER KJ (1999) Sport Participation and Perceived Academic Performance of School Children and Youth. *Pediatric Exercise Science*, 11: 129-144.
- MCKERCHER CM, SCHMIDT MD, SANDERSON KA, PATTON GC, DWYER T, VENN AJ (2009) Physical activity and depression in young adults. *American Journal of Preventive Medicine*, 36(2): 161-164.
- MEGA C, RONCONI L, DE BENI, R (2014) What makes a good student? How emotions, self-regulated learning, and motivation contribute to academic achievement. *Journal of Educational Psychology*, 106(1), 121.
- MEMİŞ UA, YILDIRAN İ (2008) Çocukluk ve ergenlikteki fiziksel aktivite deneyimleri ile yetişkinlikteki fiziksel aktivite düzeyleri arasındaki ilişki. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13(1): 13-32.
- MENDEŞ E (2011) Puberte (Adolesan) Dönemi Çocuklarda Beslenme Alışkanlıkları ile Fiziksel Aktivite İlişkisinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Gaziantep Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- METİNOĞLU İ, PEKOL S, METİNOĞLU Y (2012) Kastamonu'da 10-12 yaş grubu öğrencilerde obezite prevalansı ve etkileyen faktörler. *Acıbadem Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 3(2): 117-123.
- MEYER U, ERNST D, ZAHNER L, SCHİNDLER C, PUDER JJ, KRAENZLİN M, RİZZOLİ R, KRİEMLER S (2013) 3-Year follow-up results of bone mineral content and density after a school-based physical activity randomized intervention trial. *Bone*, 55: 16-22

- MILLER KE, HOFFMAN JH (2009) Mental well-being and sport-related identities in college students. *Sociology of Sport Journal*, 26(2): 335-356.
- MORALES J, GONZÁLE LM, GUERRA M, VIRGILI C, UNNITHAN V (2011). Physical activity perceptual-motor performance, and academic learning in 9-to-16-years-old school children. *International Journal of Sport Psychology*, 42: 401-415.
- NARTGÜN Ş, ÇAKIR M (2014) Lise öğrencilerinin akademik başarılarının akademik güdülenme ve akademik erteleme eğilimleri açısından incelenmesi. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 3(3): 379-391.
- NGUYEN TV, CENTER JR, EISMAN JA (2000) Osteoporosis in elderly men and women: effects of dietary calcium, physical activity and body mass index. *Journal of Bone And Mineral Research*, 15(2): 322-331.
- NTOUMANIS N (2001) A self-determination approach to the understanding of motivation in physical education. *British Journal of Educational Psychology*, 71: 225-242.
- ÖZER H, SARI A (2009) Kovaryans analizi modelleriyle üniversite öğrencilerinin başarılarını etkileyen faktörlerin belirlenmesi: Atatürk üniversitesi iibf öğrencileri için bir uygulama. *Dokuz Eylül Üniversitesi İktisadi Ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 24(2): 105-126.
- ÖZER K (2006) Fiziksel Uygunluk. 2. Baskı. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- ÖZTÜRK A, AKTÜRK S (2011) İlköğretim öğrencilerinde obezite prevalansı ve ilişkili risk faktörleri. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 10(1): 53-60.
- PAINTER P, KRASNOFF J, PAUL SM, ASCHER NL (2001) Physical activity and health related quality of life in liver transplant recipients. *Liver transplantation*, 7(3): 213-219.
- PENEDO FJ, DAHN JR (2005) Exercise and well-being a review of mental and physical health benefits associated with physical activity. *Current opinion in psychiatry*, 18(2): 189-193.
- PULAT-DEMİR H (2011) Farklı Sosyoekonomik İlköğretim Çocuklarında Beslenme, Fiziksel Aktivitelerin Değerlendirilmesi ve Obezite prevalansının belirlenmesi. Doktora tezi. İstanbul üniversitesi sağlık bilimleri enstitüsü.
- RAMAZANOĞLU F, KARAHÜSEYİNOĞLU M.F, DEMİREL ET, RAMAZANOĞLU MO, ALTUNGÜL O (2005) Sporun toplumsal boyutlarının değerlendirilmesi. *Doğu Anadolu Bölgesi Araştırmaları*, 153-157.
- REED JA, EINSTEIN G, HAHN E, HOOKER SP, GROSS VP, KRAITZ J (2010) Examining the impact of integrating physical activity on fluid intelligence and academic performance in an elementary school setting: a preliminary investigation. *Journal of Physical Activity And Health*, 7(3): 343-351.
- REILLY JJ, KELLY L, MONTGOMERY C, WILLIAMSON A, FISHER A, MCCOLL JH, GRANT S (2006) Physical activity to prevent obesity in young children cluster randomised controlled trial. *Bmj*, 333(1041): doi:10.1136/bmj.38979.623773.55.
- RICHARDSON CR, FAULKNER G, MCDEVITT J, SKRINAR GS, HUTCHINSON DS, PIETTE JD (2005) Integrating physical activity into mental health services for persons with serious mental illness. *Psychiatric Services*, 56(3): 324-331.

- ROSS S, JANSSEN I (2001) Physical activity, total and regional obesity: dose-response considerations. *Medicine and science in sports and exercise*, 33(6): 521-527.
- SARI M, CENKSEVEN F (2008) İlköğretim öğrencilerinde okul yaşam kalitesi ve benlik kavramı. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 5(2): 3-16.
- SARIER Y (2015) Türkiye’de öğrencilerin akademik başarısını etkileyen faktörler: bir meta-analiz çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1-19.
- SAYGILI G, ATAY E, ERASLAN M, HEKİM M (2015) Düzenli olarak spor yapan ve yapmayan öğrencilerin kişilik özellikleri ile akademik başarıları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 23(1): 161-170.
- SCHMITT NM, SCHMITT J, DÖREN M (2009) The role of physical activity in the prevention of osteoporosis in postmenopausal women—An update. *Maturitas*, 63: 34-38.
- SCHMITZ KH, HOLTZMAN J, COURNEYA KS, MASSE LC, DUVAL S, KANE R (2005) Controlled physical activity trials in cancer survivors: a systematic review and meta-analysis. *cancer epidemiology, Biomarkers & Prevention*, 14(7): 1588-1595.
- SELVİ H (2016) Hekim adaylarının akademik başarılarını etkileyen değişkenlerin ikili karşılaştırmalar yöntemiyle ölçeklenmesi. *Muğla Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 9(1): 32-52.
- SESSO HD, PAFFENBARGER RS, LEE IM (2000) Physical activity and coronary heart disease in men the Harvard Alumni Health Study. *Circulation*, 102(9): 975-980.
- SHEDD KM, HANSON KB, ALEKEL DL, SCHIFERL DJ, HANSON LN, LOAN MDV (2007) Quantifying leisure physical activity and its relation to bone density and strength. *Med Sci Sports Exerc*, 39(12): 2189-2198.
- SHEPHARD RJ (1997) Curricular physical activity and academic performance. *Pediatric Exercise Science*, 9: 113-125.
- SOYUER F, SOYUER A (2008) Yaşlılık ve fiziksel aktivite. *İnönü Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 15(3): 219-224.
- SPECK RM, COURNEYA KS, MASSE LC, DUVAL S, SCHMITZ KH (2010) An update of controlled physical activity trials in cancer survivors: a systematic review and meta-analysis. *Journal of Cancer Survivorship*, 4: 87-100.
- SRITARA C, THAKKINSTIAN A, ONGPHIPHADHANAKUL B, PORNSURIYASAK P, WARODOMWICHIT D, AKRAWICHIEEN T, VATHESATOGIT P, SRITARA P (2015) Work- and travel-related physical activity and alcohol consumption: relationship with bone mineral density and calcaneal quantitative ultrasonometry. *Journal of Clinical Densitometry: Assessment & Management of Musculoskeletal Health*, 18 (1): 37-43.
- STRÖHLE A (2009) Physical activity, exercise, depression and anxiety disorders. *Journal of Neural Transmission*, 116(6): 777-784.
- SUR H, KOLOTOROU M, DIMITRIOU M, KOCAOĞLU B, KESKIN Y, HAYRAN O, MANIOS Y (2005) Biochemical and behavioral indices related to BMI in schoolchildren in urban Turkey. *Preventive Medicine*, 41: 614-621.

- ŞAHİN A (2015) Engellilerde sosyal gelişim yetersizlikleri: sosyalleşme sürecinde sporun faydaları. *Uluslararası Multidisipliner Akademik Araştırmalar Dergisi*, 2(3): 20-28.
- ŞİMSEK F, ULUKOL B, BERBEROĞLU M, GÜLNAR SB, ADIYAMAN P, ÖCAL G (2005) Ankara’da bir ilköğretim okulu ve lisede obezite sıklığı. *Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi Mecmuası*, 58: 163-166.
- ŞİŞMAN M (2012) Türk Eğitim Sistemi ve Okul Yönetimi. 5. Baskı. Ankara: Pegem Akademi.
- ŞİŞMAN M (2014) Öğretim liderliği. Ankara: Pegem yayıncılık.
- ŞAHİN M, YETİM AA, ÇELİK A (2012) Psikolojik sağlamlığın gelişiminde koruyucu bir faktör olarak spor ve fiziksel aktivite. *The Journal of Academic Social Science Studies*, 5(8): 373-380.
- TAŞKINÖZ C (2011) 9-11 Yaş İlköğretim Öğrencilerinin Fiziksel Aktivite Düzeyinin Yaşa ve Cinsiyete Göre Araştırılması. Yüksek Lisans Tezi. Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- TATLILIOĞLU K (2013) Ortaöğretim öğrencilerinin okul başarılarını olumsuz etkileyen nedenlerin belirlenmesine yönelik bir araştırma (Bingöl örneği). *Akademik Bakış Dergisi*, 39: 1-21.
- TELAMA R, YANG X (2000) Decline of Physical Activity From Youth to Young Adulthood in Finland. *Medicine & Science In Sports & Exercise*, 32(9): 1617-1622.
- TOPÇU Y, UZUNDUMLU AS (2012) Yüksek Öğretimde Öğrencilerin Başarısızlığına Etki Eden Faktörlerin Analizi. *Iğdır Üniversitesi Fen Bilimleri Dergisi*, 2(2): 51-58.
- TSOURLOU T, BENIK A, DIPLA K, ZAFEIRIDIS A, KELLIS S (2006) The effects of a twenty-four-week aquatic training program on muscular strength performance in healthy elderly women. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 20(4): 811-818.
- TANIR H (2013) İlköğretim 8. Sınıf Öğrencilerinde Fiziksel Aktivite Düzeyi ve Bazı Antropometrik Özelliklerin Akademik Başarı ile İlişkisi. Doktora Tezi. Kırıkkale Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- UÇAR M (2014) Konya İli Yetiştirme Yurtlarında Barınan 14-18 Yaş Grubu Kız ve Erkek Öğrencilerin Fiziksel Aktivite ve Uygunluk Düzeylerinin Değerlendirilmesi. Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- USKUN E, ÖZTÜRK M, NESİMİ-KİŞİOĞLU A, KIRBIYIK S, DEMİREL R (2005) *SDÜ Tıp Fakültesi Dergisi*, 12(2): 19-25.
- UZUN M, YURDADÖN Ü, İMAMOĞLU O, ÇON M, ÇAVUŞOĞLU G, TAŞMEKTEPLİGİL MY (2017) Ortaokul öğrencilerinin sportif etkinliklere katılma ve fiziksel aktiviteden hoşlanma durumlarının belirlenmesi. *İnönü Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 4(1): 38-52.
- ÜNVER E (2014) Ergenlik Öncesi Erkek Çocuklarda Fiziksel Aktivite Düzeyinin 6 Dakika Yürüme Testi İle İlişkisi. Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

- VUILLEMIN A, BOINI S, BERTRAIS S, TESSIER S, OPPERT JM, HERCBERG S, BRIANÇON S (2005) Leisure time physical activity and health-related quality of life. *Preventive medicine*, 41: 562-569.
- WANG CKJ, CHATZISARANTIS NL, SPRAY CM, BIDDLE SJ (2002) Achievement goal profiles in school physical education: Differences in self determination, sport ability beliefs and physical activity. *British Journal of Educational Psychology*, 72: 433-445.
- WANG Y, LIANG H, TUSSING L, BRAUNSCHWEIG C, CABALLERO B, FLAY B (2007) Obesity and related risk factors among low socio-economic status minority students in Chicago. *Public Health Nutrition*, 10(9):927-938.
- WROTNIAK BH, EPSTEIN LH, DORN JM, JONES KE, KONDILIS VA (2006). The relationship between motor proficiency and physical activity in children. *Pediatrics*, 118(6): 1758-1765.
- YANG XL, TELAMA R, LAAKSO L (1996) Parents' physical activity, socioeconomic status and education as predictors of physical activity and sport among children and youths-A 12-year follow-up study. *International review for the sociology of sport*, 31(3): 273-291.
- YENİLMEZ K, DUMAN A (2008) İlköğretimde matematik başarısını etkileyen faktörlere ilişkin öğrenci görüşleri. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 19: 251-268.
- YETİM AA (2005) *Sosyoloji ve Spor*. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları
- YILDIRIM İ (2000) Akademik başarının yordayıcısı olarak yalnızlık, sınav kaygısı ve sosyal destek. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18: 167-176.
- YILDIRIM İ, ÖZŞEVİK K, ÖZER S, CANYURT E, TORTOP Y (2015) Üniversite öğrencilerinde fiziksel aktivite ile depresyon ilişkisi. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi*, 9(özel sayı): 32-39.
- ZORBA E (2006) *Yaşam Boyu Spor*. 2. Baskı. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

EKLER

EK-1 ANKET FORMU KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Sınıf: **Yaş:** **Boy:** **Ağırlık:** **Cinsiyeti:** () Erkek () Kadın

1)Babanızın mesleği nedir?

- | | | | |
|----------------|--------------------------|--------------------|--------------------------|
| Memur | <input type="checkbox"/> | Polis | <input type="checkbox"/> |
| İşçi | <input type="checkbox"/> | Akademisyen | <input type="checkbox"/> |
| Öğretmen | <input type="checkbox"/> | Mühendis | <input type="checkbox"/> |
| Doktor | <input type="checkbox"/> | İş adamı | <input type="checkbox"/> |
| Serbest Meslek | <input type="checkbox"/> | Diğer (Belirtiniz) | <input type="checkbox"/> |
| Esnaf | <input type="checkbox"/> | | |

2)Annenizin mesleği nedir?

- | | | | |
|----------------|--------------------------|--------------------|--------------------------|
| Memur | <input type="checkbox"/> | Polis | <input type="checkbox"/> |
| İşçi | <input type="checkbox"/> | Akademisyen | <input type="checkbox"/> |
| Öğretmen | <input type="checkbox"/> | Mühendis | <input type="checkbox"/> |
| Doktor | <input type="checkbox"/> | İş kadını | <input type="checkbox"/> |
| Serbest Meslek | <input type="checkbox"/> | Diğer (Belirtiniz) | <input type="checkbox"/> |
| Esnaf | <input type="checkbox"/> | Ev kadını | <input type="checkbox"/> |

3)Babanızın eğitim durumu nedir?

- | | | | |
|------------------|--------------------------|------------|--------------------------|
| Okur-Yazar Değil | <input type="checkbox"/> | Ortaokul | <input type="checkbox"/> |
| Okur-Yazar | <input type="checkbox"/> | Lise | <input type="checkbox"/> |
| İlkokul | <input type="checkbox"/> | Üniversite | <input type="checkbox"/> |
| Lisansüstü | <input type="checkbox"/> | | |

4)Annenizin Eğitim Durum nedir?

Okur-Yazar Değil

Ortaokul

Okur-Yazar

Lise

İlkokul

Üniversite

Lisansüstü

5)Babanız sporla yakından ilgilenir mi?

Evet

Hayır

6)Anneniz sporla yakından ilgilenir mi?

Evet

Hayır

7)Ailenizin gelirini nasıl değerlendirirsiniz?

0-1400TL

2801-4200 TL

1401-2800 TL

4201-5600 TL

5601 TL ve üzeri

FİZİKSEL AKTİVİTE ÖLÇEĞİ İLKÖĞRETİM 4-8. SINIFLAR

Son 7 günden itibaren fiziksel aktivite düzeyini bulmaya çalışacağız (son 1 hafta içindeki). Bu, kendini terli veya yorgun hissettiğin sporları veya dans veya kovalamaca, sıçrama, koşma, tırmanma ve diğerleri gibi sık nefes almanı sağlayan oyunları içerir.

Hatırlatma:

1-Doğru ve yanlış cevap yok –bu bir test değil.

2-Lütfen bütün soruları olabildiğince samimi ve doğru bir şekilde cevapla- bu çok önemli.

1) Boş zamanındaki fiziksel aktivite: Geçen 7 gün içinde, hiç fiziksel aktivite yaptın mı (geçen hafta)? Evetse, kaç kez? (Sadece birini işaretle)

	Hayır	1-2	3-4	5-6	7 ve daha fazla
Sıçrama, atlama	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Paten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kovalamaca	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Egzersiz için yürüyüş	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Bisiklet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hafif tempolu yürüyüş, koşu	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Aerobik	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Yüzme	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dans, Halk Oyunları	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Badminton	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kaykay	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Futbol	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Voleybol	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Basketbol	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Buz pateni	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kayak	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Buz Hokeyi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Diğer	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2) Son 7 gün içinde, Beden Eğitimi dersi esnasında ne sıklıkla aktiftin (çok, koşma, atlama, atma-fırlatma) oynama? (Sadece birini işaretle)

- Beden Eğitimi katılmam (yapmam)
- Hemen hemen hiç
- Bazı zamanlar
- Oldukça sık
- Her zaman

3) Son 7 gün içinde, tenefüste çoğunlukla ne yaptın? Sadece birini işaretle)

- Oturdum (sohbet etme, okuma, ödev yapma)
- Ayakta durdum veya etrafta yürüdüm
- Koştum veya hemen hemen hiç oynamadım
- Koştum ve çok az oynadım
- Koştum ve zamanımın çoğunda oynadım

4) Son 7 gün içinde öğle yemeğinde normal olarak ne yaptın (öğle yemeği yemenin yanı sıra)? (Sadece birini işaretle)

- Oturdum (sohbet etme, okuma, ödev yapma)
- Ayakta durdum veya etrafta yürüdüm
- Koştum veya hemen hemen hiç oynamadım
- Koştum ve çok az oynadım
- Koştum ve zamanımın çoğunda oynadım

5) Son 7 gün içinde okul sonrası kaç gün çok aktif olduğun sporlar yaptın, dans ettin veya oyunlar oynadın? (Sadece birini işaretle)

- Hiç
- Geçen hafta 1 kez
- Geçen hafta 2 veya 3 kez
- Geçen hafta 4 kez
- Geçen hafta 5 kez

6) Son 7 gün içinde, kaç akşam çok aktif olduğun sporlar yaptın, dans ettin veya oyunlar oynadın? (Sadece birini işaretle)

- Hiç
- Geçen hafta 1 kez
- Geçen hafta 2 veya 3 kez
- Geçen hafta 4 veya 5 kez
- Geçen hafta 6 veya 7 kez

7) Geçen hafta sonu kaç kez aktif olduğun sporlar yaptın dans ettin veya oyunlar oynadın? (Sadece birini işaretle)

- Hiç
- Geçen hafta 1 kez
- Geçen hafta 2 veya 3 kez
- Geçen hafta 4 veya 5 kez
- Geçen hafta 6 veya daha fazla

8) Aşağıdakilerden hangisi geçen 7 gün için seni en iyi şekilde tanımlar. Seni tanımlayan cevap üzerinde karar vermeden önce beş ifadenin tanımını oku.

- Boş zamanımın tamamını veya çoğunu çok az fiziksel güç içeren şeylere harcadım
- Boş zamanımda bazı zamanlar (geçen hafta 1-2 kez)fiziksel aktivite yaptım. (Örneğin, oyun oynamak, yürüyüşe çıkmak, yüzmek, bisiklete binmek, aerobik yapmak).
- Boş zamanımda sıklıkla (geçen hafta 3-4 kez) fiziksel aktivite yaptım
- Boş zamanımda oldukça sık (geçen hafta 5-6 kez) fiziksel aktivite yaptım
- Boş zamanımda çok sık (geçen hafta 7 veya daha fazla) fiziksel aktivite yaptım

9) Geçen haftanın her bir gününde ne sıklıkla fiziksel aktivite yaptın (spor yapmak, dans etmek, bir başka fiziksel aktivite gibi)?

	Hiç	Çok az	Orta	Sıklıkla	Çok sıklıkla
Pazartesi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Salı	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Çarşamba	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Perşembe	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Cuma	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Cumartesi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pazar	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

10) Geçen hafta hasta mıydın veya bir şeyler normal fiziksel aktivite yapmanı engelledi mi? (Birini işaretle)

- Evet Evetse ne engelledi?.....
- Hayır

ÖZGEÇMİŞ

1984 yılında Elazığ da doğdum. İlk orta ve lise öğrenimimi Elazığ da tamamladıktan sonra 2004 yılında Elazığ Fırat Üniversitesi beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümüne başladım üniversite eğitimimin son sınıfını Kırıkkale üniversitesi beden eğitimi öğretmenliği bölümünde tamamladım. Şu an Kırıkkale merkez Atatürk ortaokulunda beden eğitimi ve spor öğretmeni olarak görev yapmaktayım.

