



YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI

**ORTAÖĞRETİMDE ÖĞRENİM GÖREN ÖĞRENCİLERİN
EGZERSİZ VE SPOR KÜLTÜRLERİNİN
KARŞILAŞTIRMALI OLARAK İNCELENMESİ**

(KKTC ÖRNEĞİ)

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Faika KÖKER HAKVERDİ

Lefkoşa
Aralık, 2019



YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI

**ORTAÖĞRETİMDE ÖĞRENİM GÖREN ÖĞRENCİLERİN
EGZERSİZ VE SPOR KÜLTÜRLERİNİN
KARŞILAŞTIRMALI OLARAK İNCELENMESİ**

(KKTC ÖRNEĞİ)

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Faika KÖKER HAKVERDİ

Danışman: Doç. Dr. Nazım Serkan BURGUL

Lefkoşa
Aralık, 2019

JURİ ÜYELERİ İMZA SAYFASI

Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü' ne,

Faika Köker Hakverdi'ye ait “Ortaöğretimde Öğrenim Gören Öğrencilerin Egzersiz ve Spor Kültürlerinin Karşılaştırmalı İncelenmesi (KKTC Örneği)” isimli bu çalışma Eylül 2019 tarihinde jürimiz tarafından Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalında YÜKSEK LİSANS TEZİ olarak kabul edilmiştir.

	Adı ve Soyadı	İmza
Başkan	: Prof. Dr. Ali Emre EROL	
Üye	: Yrd. Doç. Dr. Osman EMİROĞLU	
Üye (Danışman)	: Doç. Dr. Nazım Serkan BURGUL	

Onay

Yukardaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürü

Prof. Dr. Hüsnü Can BAŞER

BEYAN

Bu tezin içeriğinde sunulan verileri, bilgileri ve dökümanları, akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi; tüm bilgi, değerlendirme ve sonuçları bilimsel etik ve ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu; çalışmada bana ait olmayan tüm veri, düşünce, sonuç ve bilgilere bilimsel etik kuralların gereği olarak eksiksiz şekilde uygun atıf ve kaynak göstererek belirttiğimi beyan ederim.

Aralık 2019

Faika KÖKER HAKVERDİ

TEŞEKKÜR

Günümüzde teknolojinin ilerlemesi çocukların ve gençlerin hareketsiz bir yaşam sürmesine neden olmaktadır. Oysa ki ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin en hareketli ve en enerjik zaman geçirmeleri çok önemlidir. Modern eğitim öğrencileri çok yönlü gelişmelerini olumlu alışkanlıklar edinmeleri, hayat boyu kendilerini geliştirmeleri hedeflenmektedir. Spor ve egzersiz duyuşsal, bedensel, sosyal ve zihinsel gelişim sürecidir. Hareket yolu ile öğrenmedir.

Bu araştırmada, 2018-2019 eğitim ve öğretim yılında, KKTC’de Genel Ortaöğretim Dairesine bağlı devlet okullarında, 6 ıncı sınıftan, 12 inci sınıflara kadar eğitim gören öğrencilere egzersiz – spor bilgisi ve kültürünün incelenmesi hedeflenmiştir. Araştırmada benden ilgi ve yardımını esirgemeyen tez danışmanım Doç. Dr. Nazım Serkan BURGUL sonsuz teşekkür ederim. Tez süreci boyunca destek olan başta eşim Kazım HAKVERDİ’ye ve canım aileme, ülkemiz beden eğitimi öğretmenleri arkadaşlarıma desteklerinden dolayı teşekkür ederim.

Ortaöğretimde Öğrenim Gören Öğrencilerin Egzersiz ve Spor Kültürlerinin Karşılaştırmalı İncelenmesi (KKTC ÖRNEĞİ)

Öğrencinin Adı: Faika KÖKER HAKVERDİ

Tez Danışmanı: Doç. Dr. Nazım Serken BURGUL

Anabilim Dalı: Beden Eğitimi ve Spor

ÖZET

Her gün değişen, gelişen dünyada spor ve egzersizi hayatın paçası haline koymak, kişilerin başta sağlık olmak üzere psikolojik, sosyal, fiziksel gelişim dolayısı ile kendine güvenleri her geçen gün artırmaktadır. Bu değişim ve gelişime ayak uydurmak için öğrencileri eğitmek okulların temel görevidir. Egzersiz – spor bilgisi ve kültürü temel eğitim kurumları okullarda, öğrencilere yaşamları boyunca bu kültürü devam ettirmeleri için öğretmenleri tarafından rehberlik edilmesine olanak sağlar.

Bu çalışmanın amacı, KKTC Ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin egzersiz – spor bilgisi ve kültürünü incelenmek ve değerlendirmektir. Amaca uygun bir ölçek kullanılmıştır. Ölçeğin kapsam, geçerliliği ve güvenilirliği test edilmiştir. KKTC’deki altı ilçeдеki okullara tesadüfi örneklem yöntemi ile 864 öğrenciye uygulanmıştır. Ölçeğe katılanlar, 11-14 yaş grubunda 527 ve 15-18 yaş grubunda 337 öğrenci olmak üzere iki farklı grup ile 526 kız 338 erkek öğrenciden oluşmuştur. Verilerin analizinde SPSS 25 paket programı çalışmanın betimsel istatistikleri olan frekanslar, yüzdeler t-testi, Pearson testi ve ANAOVA testi ile hesaplanmıştır.

Araştırmanın amacı KKTC MEKB’e bağlı devlet okullarında öğrenim gören 6’ncı sınıftan 12’inci sınıfa kadar öğrencilerden oluşan ve 6 ilçede uygulanan (Lefkoşa, Girne, Güzelyurt, Lefke, Gazimağusa, İskele) öğrencilerin bilimsel düzeydeki spor - egzersiz bilgisi ve de kültürlerinin ne düzeyde olduğunu tesbit etmektir.

Araştırma SPSS 25 paket programı ile analiz edilmiştir. Sonuçta bu çalışmada öğrencilerin büyük bir kısmının haftada 2-3 kez düzenli olarak egzersiz ve spor yaptığı, zararlı alışkanlıklardan uzak durduğu, sporla ilgili teknolojiyi kısmen kullandıkları ve egzersiz ve spor kültürünü aldıkları gözlemlenmiştir.

Anahtar Sözcükler: Egzersiz, Spor, Spor Kültürü, Motivasyon

A Comparative Study of Exercise and Sports Cultures of Secondary School Students (TRNC CASE)

Student's Name: Faika KÖKER HAKVERDİ

Advisor: Doç. Dr. Nazım Serken BURGUL

Department: Physical Education and Sports

ABSTRACT

In a world of constant change and progress, sport activities and exercise are increasingly becoming more and more integrated in our lives. Day by day, this healthy integration in our society affects our children in terms of their psychological, social and physical development and growth, and therefore has a big role in their self-esteem and self-development. It is a vital responsibility of our schools to keep pace with this change and progress and ensure the proper education of our children on the subject. Schools have the chance to provide the perfect environment to educate students about sport-exercise activities and more importantly to encourage them to follow and maintain this culture throughout their lives.

The purpose of this study is to examine and evaluate the exercise and sport culture of secondary school students who are enrolled in the T.R.N.C. secondary education institution. An appropriate questionnaire has been developed to reach this goal. This questionnaire was applied to 864 students from the schools of six districts of TRNC by random sampling method; after coverage, validity and reliability of the questionnaire itself was tested. The participants in this questionnaire consisted of two groups of students; 527 students that are aged between 11 to 14, and 337 students that are in the age range of 15 to 18, with the overall participations of 526 girls and 338 boys. The analysis of the data in this study was performed by using the SPSS 25 packet program. The necessary statistical analysis such as the frequencies, percentages, T-tests, Pearson tests and ANAOVA tests were performed and applied to the data sets of this study by the usage of this SPSS 25 packet program.

The present study aimed to evaluate the students between the sixth and twelfth classes in the schools that are officially enrolled in T.R.N.C MEKB and asses the scientific and educational knowledge and culture of these students in the subjects

of sports and exercise. In conclusion, it was observed that most of the students exercised and did various sports twice a week on a regular basis, avoided harmful habits, used sports related technology, and were familiar with the culture of exercising and sport activities.

Keywords: Exercise, Sports, Sports Culture, Motivation.

İÇİNDEKİLER

JURİ ÜYELERİ İMZA SAYFASI

BEYAN

TEŞEKKÜR	iii
ÖZET	iv
ABSTRACT.....	v
İÇİNDEKİLER	vii
KISALTMALAR	x
TABLolar LİSTESİ	xi

1. GİRİŞ.....	1
1.1. Problem Durumu.....	1
1.2. Araştırmanın Amacı	3
1.3. Araştırmanın Hipotezi.....	3
1.4. Araştırmanın Önemi	3
1.5. Sayıtlar	4
1.6. Sınırlılıklar	4
1.7. Tanımlar	5
2. GENEL BİLGİLER.....	6
2.1. Spor	6
2.1.1. Sporun Faydaları	7
2.1.2. Sporun Toplumsal Yararları.....	8
2.1.3. Sporun psikolojik yararları	10
2.2. Aktivite ve Egzersiz	11
2.2.1. Fiziksel Aktivitenin Türleri.....	12
2.2.2. Fiziksel Aktivite Boyutları	12
2.2.3. Egzersizin Faydaları.....	13
2.2.3.1. Çocuklara verilen Egzersizin Amaçla	13
2.2.3.2. Çocuklar İçin Beden Eğitimi Programları	13
2.3. Kültür ve Spor Kültürü	14
2.3.1. Kültür	14
2.3.2. Spor Kültürü.....	15

2.3.3. Uluslararası Spor Organizasyonlarının Sosyo – Kültürel Etkisi.....	16
2.4. Sporda Motivasyon	17
2.4.1. Nitelik Açısından Spor Motivasyonu	17
2.4.1.1. Genel Spor Motivasyonu.....	18
2.4.1.2. Genel Spor Motivasyonu.....	19
2.4.2. Nicelik Açısından Spor Motivasyonu	20
2.4.2.1. Yetersiz Motivasyon	20
2.4.2.2. Aşırı Motivasyon.....	21
2.4.2.3. Yeterli Motivasyon.....	21
2.4.3. Sporcuda Motivasyon.....	21
2.4.4. Sporda Başarı Motivasyonu	22
2.5. Spor Sosyolojisi	23
2.5.1. Beden Teorisi ve Spor	23
2.5.2. Sporun Toplumbilimi Temelleri	24
2.5.3. Toplum ve Spor.....	24
2.5.4. Toplumsallaşma ve Spor	25
3. GEREÇ VE YÖNTEM.....	27
3.1. Araştırmanın Modeli	27
3.2. Evren Örneklem	27
3.3. Veri Toplama Araçları	28
3.4. Verilerin Toplanması	29
3.5. Verilerin Analizi	30
4. BULGULAR.....	31
4.1. Katılımcıların egzersiz kültürünün Analizi.....	31
4.2. Katılımcıların demografik özelliklerine göre egzersiz kültürünün karşılaştırılması	32
4.3. Katılımcıların Egzersiz/Spor motivasyon bilgisi hangi düzeydedir	45
4.4. Katılımcıların Demografik özelliklerine göre Egzersiz/spor Motivasyonları ne düzeydedir	47
4.5. Çalışmaya katılan öğrencilerin egzersiz ve spor kültür düzeyleri ile egzersiz ve spor motivasyon düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır? ..	50
5. TARTIŞMA	51

6. SONUÇ VE ÖNERİLER.....	56
6.1. Sonuçlar	56
6.2. Öneriler	58
6.2.1. Araştırmacılara yönelik öneriler.....	58
 KAYNAKÇA.....	 60
EKLER	66
Ek 1. KKTC Ortaöğretimde Öğrenim Gören Öğrencilerin Egzersiz Ve Spor Kültürü Ölçeği	66
Ek 2. Ölçek kullanım izni	67
Ek 3. KKTC Milli Eğitim Bakanlığı Genel Ortaöğretim Dairesi Müdürlüğü, Ölçek izin yazısı	68
Ek 4. Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu İzin	69

KISALTMALAR

KKTC : Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti

MEKB : Milli Eğitim ve Kültür Bakanlığı

SPSS : Sosyal Bilimlerde kullanılan istatistiksel analize yönelik bir bilgisayar programıdır (Statistical Package for the Social Sciences)

TC : Türkiye Cumhuriyeti

TABLolar LİSTESİ

Tablo 1.	Katılımcıların demografik niteliklerin göre dağılımı.....	28
Tablo 2.	Egzersiz Kültürüne Ait Frekans Dağılımı	31
Tablo 3.	Katılımcıların cinsiyetlerine göre egzersiz kültürlerinin karşılaştırılması (Student's t-testi)	32
Tablo 4.	Katılımcıların Yaş Gruplarına göre egzersiz kültürlerinin karşılaştırılması (Student's t-testi)	34
Tablo 5.	Katılımcıların İkamet ettikleri ilçelere göre egzersiz kültürlerinin karşılaştırılması (ANOVA F testi)	36
Tablo 6.	Katılımcıların Gelir Düzeylerine göre egzersiz kültürlerinin karşılaştırılması (ANOVA F testi)	39
Tablo 7.	Katılımcıların Tütün ve Tütün ürünlerikullanmalarına göre egzersiz kültürlerinin karşılaştırılması (student's t testi)	41
Tablo 8.	Katılımcıların Düzenli olarak egzersiz yapmalarına göre egzersiz kültürlerinin karşılaştırılması (ANOVA F testi)	43
Tablo 9.	Çalışmaya katılan öğrencilerin egzersiz ve spor motivasyonları hangi düzeydedir?	46
Tablo 10.	Çalışmaya katılan öğrencilerin egzersiz ve spor motivasyon düzeyleri Cinsiyet, Yaş ve Tütün ürünleri kullanmalarına göre anlamlı farklılık göstermekte midir?	48
Tablo 11.	Çalışmaya katılan öğrencilerin egzersiz ve spor motivasyon düzeyleri İkamet ettikleri ilçe, Gelir düzeyi ve Düzenli olarak haftada kaç kez spor yapmalarına göre anlamlı farklılık göstermekte midir? (ANOVA F testi)	49

1. GİRİŞ

1.1. Problem Durumu

Bu çalışmada Milli Eğitim ve Kültür Bakanlığı (MEKB) devlet kurumlarının, orta öğrenim aşamasında öğrenim gören öğrencilerin egzersiz ve spor kültürlerinin karşılaştırmalı olarak incelenmiştir. Çalışma öncesi MEKB'dan izin alınmıştır. 6 ilçede bulunan okullara, 6 ıncı sınıftan, 12 inci sınıfa kadar olan öğrencilerden, rastgele seçilenlere, Beden Eğitimi ve Sağlık derslerinde ölçek dağıtılmıştır. Okulun mevcut öğrenci sayısı göz önünde bulundurulmuştur. Okullardaki mevcut öğrenci sayısının enaz % 20 sine, beden eğitimi öğretmenleri tarafından ölçek ulaştırılıp, doğru doldurulması sağlanmıştır.

Kültürün bir ögesi olması sebebi ile spor, kişilerin, böylelikle toplumun, düşünce ve davranışlarını şekillendirmekte ve ulusal özellik kazandırmaktadır. Güven (1999)'a göre spor, toplulukta bulunan kişilerinde potansiyel enerjiyi vücuduna ve hafızasına faydalı olması için tüketen, bireylerden ve toplumda sağlıklı bir bağ oluşmasına imkan sağlamaktadır. Spor, toplumu mutluluğa götüren disiplini sağlayan saygı ve sosyal barışa inanmış bireyleri kazandıran araçtır. Spor yaparken, sportif alışkanlıklarını sürdüren toplumlar dayanışma içinde yaşarlar. Spor yapan toplumlar barışçı, siyasal, kültürel, ekonomik, bilimsel alanda yaratıcıdır. Spor, kültürü şekillendirirken kendisi de bu kültürden etkilenmektedir. Spor ve kültür birbirlerini etkiler durumdadır.

Egzersiz ve spor, kültürün bir parçası olarak kişilerin, dolayısı ile toplumun davranışlarına ve düşüncelerine yön vermekte ulusal özellik kazandırmaktadır. Toplumun alışkanlıkları ülkenin genel yapısını belirlemektedir. Kültürel dokumuzda egzersiz ve sporla nelerin değiştiği veya değişmediği kişilerin hayatı içerisinde kendini göstermektedir (Güven, 1999).

Günümüz toplumunda, giderek azalan fiziksel aktivite, bunu izleyen sağlık problemleri davranışı ve harekete geçmeyi etkilemekte, kişinin motivasyonunu azaltmaktadır. Fiziksel aktivite kişinin davranışını etkilemesi ve kişinin fiziksel aktivite alışkanlığını artırması harekete geçmeyi engelleyen önemli motivasyon faktörüdür. Egzersize katılım, fizyolojik etkilerinin yanında zihinsel ve duygusal

sağlığa olan pozitif etkisi, araştırmacılar tarafından da üzerinde durulduğu görülmektedir (Aşçı ve arkadaşları, 2012).

Kişilerin hayatları boyunca mutlu, sağlıklı, huzurlu, sosyal, bir hayat sürdürebilmeleri için okullarında kazandırılan becerilerin kullanılması oldukça önemlidir. Bu bağlamda yaşamlarından zevk almaları ve eğitim basamağından başlayarak, yeteneklerini keşfedip, kişilere sosyal beceri kazandırılması önem arz etmektedir. Kişilerin egzersiz ve spor kültürlerini alışkanlık haline getirip kendilerine zaman ayırmaları başta sağlıkları için çok önemlidir. Araştırma, bu düşünceler ışığında düşünülmüştür. Çalışma, “KKTC devlet ortaöğretim kurumlarında öğrenim gören öğrencilerin egzersiz ve spor bilgisi, motivasyonu ve kültürü ne düzeydedir?” problemini çözmek için yürütülmüştür.

1.2. Araştırmanın Amacı

Eğitim süreçleri içinde zorunlu eğitim kapsamında beceri, alışkanlık, kendine zaman ayırma, sağlıklı olma, mutlu birey; dolayısı ile sağlıklı toplum yolunda devlet okullarında egzersiz, spor bilgisi ve kültürü desteklenmekte midir?” doğrultusunda, okullarda farkındalık yaratmak için katkı sağlandığı düşünülmektedir.

KKTC MEKB ortaöğrenime bağlı, Lefkoşa, Girne, Güzelyurt, Lefke, Gazimağusa, İskele ilçelerindeki devlet okullarında öğrenim gören öğrencilere egzersiz, spor bilgisi ve spor kültürünün verildiğini göstermektir.

Öğrencilerin egzersiz kültürünün hangi düzeyde olduğunu saptamak öğrencilere egzersiz ve spor kültürünü hayatlarının bir parçası haline getirmek ve farkındalık yaratmaktır.

Bu araştırmanın genel amacı, KKTC MEKB’e bağlı devlet okullarında öğrenim gören 6’ncı sınıftan 12’inci sınıfa kadar öğrencilerden oluşan ve 6 ilçede uygulanan (Lefkoşa, Girne, Güzelyurt, Lefke, Gazimağusa, İskele) öğrencilerin spor - egzersiz bilgisi ve de kültürlerinin ne düzeyde olduğunu tesbit etmektir.

Kişilerin hayatı boyunca sağlıklı, mutlu ve huzurlu bir yaşam sürdürebilmeleri için kazandırılan egzersiz ve spor kültürü önemli olduğu görülmektedir. Başarılı olmalarını, hayattan zevk almalarının, temel eğitimden

başlayarak yetenek ve ilgilerine göre egzersiz ve spor yapmalarını kazandırmak, hedef olmaktadır. Egzersiz ve spor yapmaları, hayatlarının sonuna kadar başta sağlıkları için, devam etmeleri oldukça önemlidir. Öğrencilere egzersiz ve spor kültürü kazandırma açısından, yaşamları boyunca devam ettirmelerine rehberlik etmek temel eğitimdeki öğretmenlerin görevidir. Bu bilgiler doğrultusunda aşağıdaki alt amaçlar oluşturulmuş ve bulgular alt amaçlara göre yorumlandırılmıştır.

1. Çalışmaya katılan öğrencilerin egzersiz ve spor kültürleri hangi düzeydedir?
2. Çalışmaya katılan öğrencilerin egzersiz ve spor kültür düzeyleri demografik değişkenlere göre (Cinsiyet, Yaş, İkamet ettikleri ilçe, Haftada kaç kez egzersiz yapıyorlar, Tütün ve tütün ürünü kullanmaları ve Gelir düzeylerine göre) anlamlı farklılık göstermekte midir?
3. Çalışmaya katılan öğrencilerin egzersiz ve spor motivasyonları hangi düzeydedir?
4. Çalışmaya katılan öğrencilerin egzersiz ve spor motivasyon düzeyleri demografik değişkenlere göre (Cinsiyet, yaş, ikamet ettikleri ilçe, haftada kaç kez egzersiz yapıyorlar, tütün ve tütün ürünü kullanmaları ve gelir düzeyi) anlamlı farklılık göstermekte midir?
5. Çalışmaya katılan öğrencilerin egzersiz ve spor kültür düzeyleri ile egzersiz ve spor motivasyon seviyeleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

1.3. Araştırmanın Hipotezi

Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti'nin orta öğretimde öğrenim gören 6 ilçedeki okullarda beden eğitimi öğretmenleri tarafından öğrencilere egzersiz ve spor kültürünün verildiği düşünülmektedir.

1.4. Araştırmanın Önemi

Günümüzde öğrencilerin teknolojiye bağlı kalmaları, beslenme hataları, hazır yemek tüketmeleri, akademik derslere ağırlık vermeleri, hareketsiz kalmalarına neden olmaktadır. Hareketsiz toplum; mutsuz, sağlıklı, sosyal olduğu araştırmacılar tarafından belirlenmiştir. Bu olumsuzluklardan kurtulmak, eğitim süreci içerisinde zorunlu eğitim olan beden eğitimi derslerinde, öğrencilerin spor

egzersiz kültürü verilip, alışkanlık haline getirilmelidir. Sosyal becerileri göz önünde bulundurularak, sağlıklı toplum yaratılmalıdır.

Düzenli ve disiplinli bir program çerçevesinde geliştirilen temel eğitimde öğretmenlerin rehberlik ettiği, fiziksel egzersiz ve sportif faaliyetleri, öğrenciye, sorunlarını çözmesinde, sosyal çevre kurmasında, mutlu olmasında fayda sağlamaktadır. Dünyada yapılan araştırmalar fiziksel egzersiz ve spor sayesinde fiziksel açıdan zinde, ruhsal açıdan mutlu, sağlıklı bir yaşam sürmeleri açısından olumlu bir durum gösterdiği ortaya konmuştur (Zorba, 2011).

KKTC’de devlet okullarında orta öğrenimde öğrenim gören 6 ıncı sınıftan 12 inci sınıflara kadar öğrencilerin hareketli olmaları, bedensel, sosyal, duygusal ve zihinsel önem içermektedir.

Çağımızın eğitim anlayışı öğrencilerin çok yönlü eğitilmelerini öngörmektedir. Yapılan araştırmalarda sporun da, sağlıklı yaşam için vazgeçilmez bir kültür olduğu bilinmektedir. Buna bağlı olarak 12-18 yaş grubu öğrencilerine çalışma genel orta öğretim dairesine, devlet okullarında öğrenim gören öğrencilerin beden eğitimi ve sağlık derslerinde egzersiz – spor bilgisi ve kültürünü alıp almadıkları ile ilgili verilen ölçekle anlaşılmaları beklenmektedir. Eğitimcilerin yol gösterdiği egzersiz ve spora teşvik ettiği umulmaktadır. Ayrıca çalışma öncü fonksiyona sahiptir. İlk defa KKTC’deki 6 ilçeye ulaşılarak beden öğretmenleri tarafından derslerde bu konu ile ilgili ölçek araştırılması yapıldığından, ayrı bir öneme sahiptir.

1.5 Sayıtlar

Araştırmaya katılan öğrencilerin ölçekte yer alan “Tütün ve tütün ürünü kullanıyormusunuz?” ve “Ne sıklıkla Alkol alıyorsunuz?” sorularına gerçekçi bir şekilde yanıtlayamayacakları varsayılmaktadır.

1.6. Sınırlılıklar

Bu araştırma;

- a. KKTC orta öğretime bağlı devlet okulları ile çalışılmıştır.
- b. KKTC de 6 İlçesinde devlet okullarında eğitim gören 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12 sınıf öğrencilerine verilip toplanmıştır.

- c. KKTC orta öğretim okullarından devlet okullarının mevcut öğrenci sayısının %20 si ile sınırlandırılmıştır.
- d. KKTC devlet okullarında rastgele seçilen öğrenciler ile çalışılmıştır.

1.7. Tanımlar

Aktivite: Etkinlik yapma, aktif olma durumudur.

Birey: Kendine özgü nitelikleri olan varlıktır.

Egzersiz: Enerji harcamayı gerektiren, fiziksel uygunluğu sağlayan fizik aktivitelerinin alt sınırıdır.

Eğitim: Bilgi ve becerilerini kuşaktan kuşağa aktarması, istendik davranış yaratmadır.

Kültür: Bir toplumun var olduğu maddi manevi herşeydir. Geçmiş ve gelecek arasında var olandır.

Motivasyon: Bir kişinin çabalarının yönü veya yoğunluğudur.

Spor: Bilimsel temele dayalı olan ve düzenli yapılan ve insan oğlunun yaşadığı sürece, sağlıklı, mutlu olmasında etkili, norm gücünü iyi düzeyde tutan bir olgudur. Dünyada konuştuğu dil, dini, soyu farklı insanları bütünleştirici önemli bir vasıtaadır.

Spor Kültürü: İnsanlığı geliştiren, bilge yapan, ilkel yapan, kurallar içimde yarışmayı öne çıkaran ahlaki ve mücadele ruhu yüksek bir olgudur.

Toplum: Bir arada yaşayan ortak bir uygarlığı olan insandır.

2. GENEL BİLGİLER

2.1. Spor

Spor, büyümekte olup gelişen çocuklarda sadece sağlık ve gelişmesi için değil iyi bir birey olup kişiliğinin gelişimi, akıl sağlığının korunması içinde gereklidir. Günümüzde çoğunlukla sporun çocukların her yönden gelişmesinde önemli bir rol oynadığına inanılmaktadır. Sportif oyunlara, grup üyesi olarak katılan çocuklar, birbirleri ile yardımlaşma, birlikte çalışma, oyun kurallarına saygı duyma, grup üyeleri arasında sosyal ilişki ve bağlar kuruma ve sosyal mesafelerin kısaldığı gözlenmiştir. Yapılan incelemelerde, sportif faaliyetlere disiplinli bir şekilde katılan çocukların, derslerde daha başarılı oldukları da görülmüştür. Çocukların, ilkokuldan başlayarak spor yapmaları, hayatları boyunca iyi alışkanlıklar edinmesine de sebep olmaktadır (Kolukısa ve Büyükkalkan, 2000).

Farklı düşünceler görüşlerin şekillenmesi adına da, spor denmesine karşın, eski çağlarda bile spor aktivitelerinin, etkinliklerin olduğu bilinmektedir (Erdemli, 1996).

Spor; tarihte oyun oynama, boş vakitleri değerlendirme, eğlenip zevk alma ve yapılan işten uzaklaşma gibi, beş altı bin yıl önce bir çeşit yetenek geliştirme oyunu olduğu karşımıza çıkmıştır. Bu konu ile ilgili olarak en azından tarihsel gelişime bakıldığında, dikkat çeken olay spor çeşitlerinin, ilk kurulan devletlerde görüldüğü olgusunu dikkate aldığımızda, sporun toplumsal yapının sadece çağımızdaki değil, insanlık tarihinin başlangıcından günümüze, görülen bir kurum olduğu durumunu ortaya çıkarılmış olur (Kılıcıgil, 1998).

İlk dönemlerde, beden kültürü, savaşta güçlü olmak, yeteneklerini en iyi değerlendiren insanların olduğu toplumlar oluşturmaktır. Antikçağ'da ise fiziksel hareketler ve bedensel faaliyetler eğitim ve gelişim aracı olarak kullanılmıştır. Platon, gençlerin yetiştirilmesi için müzik yanında beden eğitiminin önemini vurgulamıştır (Canbaz, 2004).

Kişiler arasındaki ilişki, toplumsal kaynaşma yanında sağlık, oyun, eğlence, bilim ve boş zamanları içine alan spor, geniş bir kavram içermektedir (Sahan, 2007).

Performans sporu ise başarı elde etmek, başarıyı devam ettirmek iyiye ulaşmak için yapılan sportif faaliyetlerdir. Kitle sporu, kişilerin eğlenip serbest zaman geçirmelerini, sağlığını geliştirmeyi amaçlayan dinlenmek için yaptığı beden hareketleridir (Amman, 2000).

Okul ise beden eğitimi derslerini de içine alan birlikte davranmayı, sıraya girmeyi, birbirine saygı göstermeyi, kurallara uymayı ve aynı zamansa sağlığına katkıda bulunmayı hedefleyen kazanımlardır.

Spor yapmak, dinç olmak için sağlıklı yaşama, strese dayanma, ideal kiloyu korumak, iş hayatında başarı, genç ve zinde kalmak, canlı ve hareketli olmak ve uzun bir ömür yaşamının sırrıdır. Bu bağlamda, son zamanlarda fiziksel etkinliklere ve aktivitelere katılım giderek yükselmektedir. Bu ilgi, yapılan sporun beden ve ruh sağlığına olumlu etkileri ile ilişkilendirilebilir. Sporun, insan vücudunu koruyup, sağlıklı kıldığı, kişinin de fit kalabilmesini sağladığı bilinmektedir (Akça, 2012).

2.1.1. Sporun Faydaları

Spor kişinin yaşam kalitesini artıran, günlük hayatının bir parçası olması gereken bir olgudur.

Spor yapmanın faydaları;

- Sağlığınızın değerini anlamaya yardımcı olur,
- Yaşam kalitesini artırmaya katkısı olur,
- Fiziksel performansınızı geliştirir,
- Kalp rahatsızlıklarını azaltır,
- Yüksek oranda oksijen kullanma kapasitenizi artırır,
- Tansiyonu kontrol altında tutmaya yardımcı olur,
- Kalp damar dolaşımını geliştirir,
- Yeni tecrübe kazanımı sağlar,
- Sosyal ilişkiler kurmaya faydalıdır,
- Kuvvet, dayanıklılık, esneklik, sürat ve koordinasyonu geliştirir,
- Maddi kazanç sağlar,
- Boş vakitlerini verimli değerlendirme sağlar,

- Özsaygıyı artırır,
- Obezite riskini azaltır.

Spor yapmaya iten faktörler saymakla bitmeyecek kadar, önem içermektedir (Zorba, 2006).

2.1.2. Sporun Toplumsal Yararları

Yaşadığımız ortamdaki kişilere sorumluluk sahibi olmaları, yetişkinlerin iyi alışkanlıklar elde edebilmesi, bireyler arasında ve toplumlar arası iyi, sağlıklı ilişkilerin inşa edilmesinde çocukluk döneminde başlayan sporun büyük bir önemi vardır. Motivasyon, organizmayı hareketlendiren bu hareketlerin düzenini ve sürekliliğini oluşturan davranışa şekil, yön ve amaç veren çeşitli iç ve dış etkenler ile bunların çalışmasını sağlayan mekanizmalar olarak tanımlanır. Motivasyon gerçekte eksik olduğunda önem gösterir. İster kadın ister erkek olsun motive olmuşsa, motive olmak için sesini çıkarmaz. Motivasyon; işler yolunda gitmediği zamanlarda, olabildiğinden fazlasının istendiği herşeyin denendiği zamanlarda bir mesajdır. Motivasyonun kişiye bağlı olmasından sadece bireysel uygulanabilir. Motivasyonun en yanlış algılandığı dallardan biride spordur. Motivasyon eğitmen yada antrenörler tarafından çokça uyarılma veya aktivasyon kavramı ile karıştırılmaktadır. Maçtan önce sporculara yapılan konuşmalar, maçın önemi ve değeri üzerinde ısrarla durmak ve benzeri yaklaşımlar sporcuların motive edileceğine inanılsa da bu çok hatalı bir tutumdur. Motivasyon ile karıştırılan bir diğer kavram ise olumlu düşünmedir. Takımın yaptığı yoğun ve uzun çalışmalardan konuşmak ve takımın yeteneklere sahip sporculardan olduğunu bilgilendirmek motivasyonu sağlamaz (Aktaş ve arkadaşları, 2006).

Alman Düşünür Carl Diem spor kavramını, “önemi olan ve önemsenen, efor, gayret ve sabırla yapılan, kurallara bağlı, organize edilip, düzeltilmiş, yüksek performans hedefinde olan bir oyundur” şeklinde düzenlenmiştir. Bunun sonucunda Diem, bilinçli zihinsel olayları da spor kavramının içinde barındırmıştır. Schifter sporu, “spordan her türlü kazanç sağlanmayacağını düşünen her türlü fiziki hareketler” olarak düşünerek sporda profesyonel olmayı red ederek sadece amatör tarafla ilgilenmiştir. Büyük spor sözlüğü ise sporu, “karşılıklı maç şeklinde yapılan vücut hareketleri olarak tanımlar.” Kimi sosyologlara göre de spor, “bir

kültür özelliği taşımasının yanında bir değer ölçüsüdür.”. Felsefeciler ise sporu “sadece eğlenmek amacı ile yapılan etkinlikler” olarak tanımlar ve eğlenme dışındaki diğer elde edinimleri yabancılaşma olarak yorumlar. Bazı spor bilimciler, yeni sporu, “zihinsel ve psikolojik güçlerin beraber kullanarak bir tarafının başarı, diğer tarafının da dinlenip eğlenilmesi amacı için yapılan aktiviteler” olarak tanımlar. Modern olimpiyatların kurucusu Pierre de Coubertin ise spora yeni bir bakış getirmiş, “olağanüstü insan (kaloskogathos) kavramına dikkat çekmiştir.”. Spor “Olimpizm” amblemi ile eğitsel ve pedagojik amaçlar taşır. Sistem olarak ne din ne dil ne ırk ne bir sosyal doktrin ne de bir ekonomik sistemdir. Olimpizm asalet, etik, yaşam tarzı, insanlık görüşü ve çıkarsız bir idealdir (Biçer, 2017).

Bireyin ailesi tarafından spora pozitif değer verme, nesiller arasında spora karşı olan ilgiyi yükseltir. Aile içinde spor hakkında genel bir konuşma, çocukların sporda başarılı olmalarını amaçlıyor ve sporun aktif bir şekilde içerisinde olmalarını için çocuklarını yönlendiriyorsa, çocukların sporla daha fazla ilgilenmesi ve katılmasını sağlayabilir. Bir çok şeyin öğrenildiği okullarımıza, beden eğitimi ve sporun geniş kitlelere ulaşması, kişiler tarafından sevilmesi ve motivesi ile ilgili önemli görevler düşmektedir. Spora karşı duyduğumuz sevgi aldığımız temel eğitim ile aile içerisinde başlayıp okulda bütünleşerek olgunlaştırıldığı durumlarda, birey okullarda ve toplumda sporun geniş bir taban oluşturulabilir. (Kotan ve arkadaşları, 2009).

Sporun bu günkü yapısı ile: “Bireyin doğal yapısını beşeri çevre haline getirmektedir”. Elde ettiği gabiliyetleri belirli kurallar çerçevesinde, kişisel ya da toplumsal olarak boş zaman etkinlik kavramı içinde ve tam zamanlı olarak meslekletirmektedir. Sporu yine sosyalleştiren, toplumla bütünleşen, ruh ve fiziki yapısını geliştiren, rekabetçi, dayanışmacı bir sosyo-kültürel olgu olarak tanımlayabiliriz. Yukarıdaki bilgiden hareketle yola çıkarak sporcu, “belirlenmiş kurallar ile kişisel ya da çoklu olarak spor yapan ve yaptığı spordan maddi ve manevi kazanım elde eden sporun aktif ögesi” olarak betimlenebilir. Bu tanımlamalardan hareketle spor kültürü, erdemini öne çıkaran, insanlığı olgunlaştırıp geliştiren, bilge olmaya motive eden, değerlerini koruyan ve yücelten, insanı olgunlaştıran ve onurlandırandır. Merkeziyetçi, kurallar çerçevesinde yarışmayı öne çıkaran, insanı kendine, yakın çevresine ve başkalarına zarar vermekten alıkoyandır. Zevk alıp eğlenme tarafı ile neşe verip eğlendiren,

birleştiren, ahlaki boyutuyla geliştiren, eşitlikçi, paylaşımcı, rakibi dūřman gibi görmeyip paydaş gören, kendi sınırlarını aşmayı telkin eden mücadele ruhu kazandırandır. Her türlü neticeyi kabullenmeyi erdem sayan onurlu, haksızlığı, aldatmayı, eşitsizliği reddeden değerler bütünüdür. Bununla birlikte, ekonomik girdiler sağlayan ve bireylerin yeni iř imkanlarına kavuşmasını, ekonomik yönüyle refah getiren bir olaydır. Eęitsel tarafı ile de insana sınırlarını belirlemeyi ve nerde durmasını  ęretir (Biçer, 2017).

Dünyadaki gelişmiş ülkeler başta olmak üzere hareketsiz yaşamdan kaynaklanan bir çok sağlık sıkıntıları ortaya çıkmıştır. Bu konu ile mücadele etmek için büyük efor ortaya konmaktadır. Spor; kişilerin sağlıklı, din  ve dinamik olmalarını sağlayan, yaşamları boyunca yapabilecekleri zararlı alışkanlıklardan koruyan doğru bir alışkanlıktır. Spor kültürü de kişilere aktif katılım sağlar, herkes sporcu olmasa da spor yapmalıdır. Spor kültürü Spor  ve sporun değeri olan her şeyi korumalıdır. Namuslu, dürüst, adil ve sevecen insan olmalı bunun yanında, spor kültürünün ilkelerini de edinmelidir. İnsanlar bu değerleri yaşamlarının değerleri olarak kabul ederse spor kültürünün sahibi olabilir ( zkurt ve Pepe, 2018).

Sporun bireye faydaları;

- Genelde bulunduğun ortamda kişiye söz alma konusunda güven sağlar,
- Yeni arkadaşlıklar edinir,
- Kişiye etrafındakilerden saygı görme konusunda avantajdır,
- Hayatını zenginleştirir, diye de eklenebilir (Pepe, 2008).

2.1.3. Sporun Psikolojik Yararları

Spor faaliyetlerinin duygusal sağlığa etkisi ile ilgili çalışmalar dört boyut üzerinde yoğunlaşmıştır. Duygudurum, korku, depresyon ve benlik tasarımıdır.  alışmalar göstermektedir ki egzersize bağlı duygudurum ve benlik algısında olumlu duruma doğru artış olmaktadır. Egzersiz ve duygusal sağlık da birisini olumlu yönde etkilemektedir. Spor sayesinde kişi kendini iyi ifade eder, kişinin özgüveni tam olur,  şenge  davranışlar yok olur ve hareketli enerjik davranışlara dönüşür (Zorba ve arkadaşları, 2006).

2.2. Aktivite ve Egzersiz

Çağımızın ve modern hayatın bütününde insan oğlunun günlük yapmak zorunda olduğu yaşamlarından artan zamanlarını faydalı şekilde kullanabilmeleri, sağlıklı yaşam sürmeleri için önem arz etmektedir. Monotonluk dışında kalmak, mola vermek, ortam değiştirmek, gezip görmek, heyecanlanma, farklı yaşamlar elde etme gibi pek çok amaçla açık kapalı alanlarda ya da aktif ve pasif şekilde etkinliklere katılırlar (Pepe, 2008).

İnsan, doğup büyümesi sürecinde hem kendi hemde çevresi ile devamlı etkileşim ve iletişim içinde olur. Bireyin kendi ya da beraberindeki bir obje, sosyal bir konu ya da bir vakaya karşı tecrübe, isteklendirme, beceri ve bilgisine dayanarak teşkilatlanması, fiziksel, zihinsel, hissel ve hareketsel bir tepkidir (Güllü ve arkadaşları, 2016).

Zaman ilerledikçe planlı şekilde yapılan bedensel aktiviteler, insan yaşamı için daha ön plana çıkar. Egzersizler; adalelerin, kemiklerin, eklemlerin, kalp-damar sistemi ve işlevlerini en düzenli türde çalışmasına olanak sağlar. İnsan yapısı ile bedeni önemli beceriler içeren kusursuz bir varlıktır. Sinirler, hayat dinamizmini idare ve kontrol eder. Kalp, hayat süresince ritmik şekilde kan dolaşımı için gerekli olan pompalamayı yapar. Düzenli yapılan egzersizlerle nefes alma, sindirim, boşaltım ve kemik adale sistemlerinin gerekli düzeyde tutulmasını sağlar. Hareket etmeyen insan hareket etme kabiliyetini yitirir ve sağlık problemleri yaşayabilir (Demir ve Filiz, 2004).

Düzenli fiziksel aktivitenin fizyolojik etkilerinin yanında, zihinsel ve duygusal sağlığa karşı olumlu etkileri de araştırmacılar tarafından açıkça ortaya konmuştur. Düzenli olarak yapılan fiziksel aktivite ruh sağlığını olumlu yönde etkiler, stres ve kaygı belirtilerini azaltır, öfke ve saldırganlık gibi duyguları kontrol altına almayı sağlar, uyku kalitesini artırır. Fiziksel aktivitenin gerek fizyolojik gerekse psikolojik yararları doğrultusunda birçok gelişmiş ülkede fiziksel aktiviteye katılımı özendirip toplum sağlığının öncelikli hedefleri arasına alınmıştır (Ersöz ve arkadaşları, 2011).

Aktivite, kaslarımızın enerji harcamasını gerektiren, fiziksel herhangi bir aktivite olarak tanımlanır. Fiziksel uygunluğu dayanıklılık, esneklik, kuvvet, sürat, koordinasyon yani birden fazla gelişmeyi amaçlayan planlı, tekrarlı ve amaca

yönelik fiziksel aktivitelerin tümüdür (DSÖ, 2018). Aktivite ve egzersiz fiziksel uygunluğu geliştirmektedir. Günlük hayatımız için gerekli aktiviteler egzersiz amaçlı değildir. Sağlık amacı taşımadığı için günlük hayatı sürdürdüğümüz faaliyetler egzersiz sayılmamaktadır (Matthews, 2016).

Fiziksel aktivitenin yararlı olabilmesi için haftada 175 dakika egzersiz yapılmaktadır. Buna eşdeğer 75 dakika aerobik egzersizde bireylere orta düzeyde fayda sağlayıp, sağlığı için kazanım edinebilmektedir (Rhodes, 2017).

Fiziksel aktivite; kasların kasılması ve gevşemesi neticesinde enerji harcanmasını sağlayan faaliyetlerin tümüdür. Vücudun normal şartlarda hayatta kalmak için gerçekleştirdiği metabolik faaliyetler de fiziksel oyunlar içerisinde. Fiziksel aktivitede büyük kasların kullanılması daha çok enerjinin harcanması demektir. Günümüzde teknolojik gelişmelerin yanında, fiziksel oyunlarda da azalma meydana gelmiş ve fiziksel oyunların yapılmamasıyla büyük halk sağlığı sorunu ortaya çıkmıştır. Hareketsizlik kalp ve damar sisteminin sağlığı açısından olumsuz etkilere neden olduğunu bilmemizle birlikte, yapılan işin gereği olan bedensel hareketlere yönelik iyimserlikten kaçınmak gerekir (Erkal, 1986).

2.2.1. Fiziksel Aktivitenin Türleri

Fiziksel aktivite, aktivitenin gerçekleştiği ortama göre düzenlenir. İşte, evde ve ev çevresinde, kişisel bakım boş zaman veya ulaşımı oluşturabilmektedir. Bunların yanında boş zaman aktivitesi, yarış sporları, bisiklete binme ve tırmanma gibi aktiviteleri de türler içerisine dahil edebiliriz (Akgün, 1986).

2.2.2. Fiziksel Aktivite Boyutları

Süre, sıklık, aktivitenin şiddeti ve boyutlarını oluşturmaktadır. Serbest zaman aktiviteleri, spor, oyun, formda kalma, yürüyüş, dağa tırmanma, bisiklet aktiviteleri ve evde bahçede yapılan işler gibi iş dışındaki aktiviteleri içerir.

Bunlarla birlikte aktiviteye etkisi olan bir başka boyut psikolojidir. Aktiviteyi olumlu olumsuz etkilemektedir.

Fiziksel aktivitenin 5 alanı;

. Aktivitenin Şiddeti

. Frekansı

. İçeriği

. Tıp

. Süre-zaman dır (Akgün, 1982).

2.2.3. Egzersizin Faydaları

Egzersiz her yaştaki bireye fiziksel uygunluluklarını artırarak gün içinde kaliteli bir yaşam ile sağlıklı ve enerjik hisetmelerini sağlamaktadır (Sherrington vd. 2017). Düzenli yapılan egzersizler, kemik sağlığını geliştirmede ve kardiyovasküler hastalıkların önüne geçmektedir (Costa vd. 2017). Egzersiz büyüyen çocuklarda yalnız sağlık ve gelişme için değil iyi bir kişilik, mental sağlığı içinde önemlidir. Egzersizlere bir takım üyesi olarak katılan öğrenciler, karşılıklı yardımlaşma, beraber çalışma, oyun düzenine saygı duyma neticesinde sosyal mesafelerin de kısaldığı gözlenmektedir. İncelemelerde, beden eğitimi dersine katılan öğrencilerin, akademik derslerinde daha başarılı olduğu gözlenmiştir. Egzersiz yapan öğrencilerin hayatları boyunca iyi alışkanlıklar edinmelerine neden olmaktadır (Akgün, 1986).

2.2.3.1 Çocuklara Yönelik Egzersizin Amaçları

Bu dönemde yapılan düzenli egzersiz, çocukların kalp atım hızını artırır ve akciğer hacimlerini geliştirir, dolayısıyla oksijen kullanım kapasiteleri artar. Küçük yaşta egzersize başlayan çocukların, olumsuz psikolojik etkileri ile ilgili çalışma azdır. Egzersiz; fiziksel, büyük kas grupları ve bilişsel gelişimi sağlamak amacıyla sosyalleşmeyi ve kişisel duygularını geliştirmede öncüdür (Baltacı, 2008).

2.2.3.2. Çocuklar İçin Beden Eğitimi Programları

Beden eğitimi ve sağlık dersleri; öğrencileri araştırmacı, problem çözen ve kavram geliştiren bireyler haline gelmelerine katkıda bulunmaktadır. Yine

bilişsel yönlerini geliştirmekte, fiziksel gelişimlerini (büyük küçük kas gruplarını çalıştırmakta, koordinasyonu sağlamakta, esneklik, dayanıklılık vb.) artırarak, yaşamları boyu spor yapma alışkanlığı kazandırmaktadır. Birlikte egzersiz yapmak ve oyun oynamak öğrencilerin yön duygularının gelişimine katkı sağlamaktadır. Sosyal yönü gelişmiş öğrenci, yardımsever, empati yapabilen, işbirliği yapan, toplum içinde yaşama becerisi geliştiren ve diğer öğrencilere saygı gösterme becerilerini de geliştirmektedir. Spor ve beden eğitimi çocuklara, beden farkındalığı, esneklik, sürat, dayanıklılık, koordinasyon gibi fiziksel gelişim ayrıca alan farkındalığı yön bulma (sağını, solunu, önünü, arkasını ve yukarısını, aşağısını) bilmesini sağlamaktadır. Ayrıca beden eğitimi ve spor, geçmişte oynanan açık hava oyunlarını, sokak oyunlarını da öğreterek kültürüne katkı sağlamaktadır (Özyürek ve arkadaşları 2015).

Fiziksel aktiviteler, takım sporları, tekli ve çiftli olarak yapılan sporlar, boş zaman sporlarını içermektedir. Çocuklar ve gençlerin gelişim çağlarındaki, kızlarda 9.5-15 yaş, erkeklerde ise 11-17 yaş çeşitli spor dalları ile uğraşmaları hızlı ve doğru büyümeleri için en doğru yoldur. Çocuklar ve gençler haftada 4-5 kez, günde enaz 30 dakika egzersiz yapmaları gerekmektedir. Çocuğun yaşı vücut büyüklüğü ve fiziksel gelişimi göz önünde bulundurularak egzersiz spor yapması uygun olacaktır. Örnek olarak ip atlama, futbol, basketbol, yürüme, sıçrama vb. spor, egzersiz dalları önerilebilir (Baltacı, 2008).

2.3. Kültür ve Spor Kültürü

İnsanı diğer canlılardan ayıran en önemli özellik, ürettiğini diğer kuşaklara miras bırakmasıdır. Modern toplumun olgusu olan spor, toplumun özelliklerini içerir. Spor kültürü, spora dair değerleri ürün ve davranışı ile ilgilidir. Spor kültürü kısaca sporla ilgili maddi - manevi, olumlu - olumsuz ürünü ve davranışı belirlemektedir (Kaplan ve Akkaya, 2014).

2.3.1. Kültür

Biyolojik varlığımız kadar kültürümüz de doğaldır. Örneğin ağızımızdan konuşurken türkçe çıkması, kuşun ötmesi, köpeğin havlaması gibi doğaldır.

Kültürel durumumuz aynı doğallıkta her zaman ortaya çıkmaz. Cangızbay, “İnsanın hangi milletten olduğunu, ana dilini, vücudunun nerelerini açıkta bırakırsa ve neleri açıkta kaparsa yüzünün kızarabileceğini, nerede, ne zaman, kimden öğrenip benimsediğini hatırlamak bir yana bütün bu özelliklerin kendi dışında verilip, sonradan edinmiş olduklarını aklına getirmesi bile söz konusu değildir” demiştir (Cangızbay, 1998).

Büyüklerle ve küçüklerle nasıl davranmamız gerektiğini kadın, erkek olarak bize kazandırılan ahlak, zevk, değer yargıları gibi konular sosyal kimliğimizi oluşturan kültürel varlığımızın aslını ortaya koyar (Ünalın, 2014).

Milletler insan yığınlarından oluşmamaktadır. İnsanların kültürleri, onları millet yapmıştır. Aynı dili konuşan insanlar ayrı bir kültür topluluğunu işaret ederken, örf, adet, din, yardımlaşma, korunma örgütleri de önemlidir. Milleti millet yapan maddi manevi ortak değerlerin hepsi kültür diye adlandırılır. Örneğin dil ortak sosyal varlığı birleştiriyor. Kişiler arası duygu düşünce akımını oluşturuyor. Sonra millet duygu ve düşüncelerini yazıya döküyor, böylelikle birliktelik oluşup, zaman ve mekana içinde yayılıyor (Kaplan, 2018).

2.3.2. Spor Kültürü

Spor kültürü, faziletli, insanlığı yükseltip ve geliştiren, bilgili olmaya yönelten, değerlerini okumaya yükselten ve insanı geliştirendir. Kişiyi şereflendiren prensipli yaşamasını öne çıkaran, insanı kendi çevresine ve başkalarına zarar vermeden engelleyen, zevk ve eğlence yönüyle mutlu edicidir. Birleştirici, ahlaki boyutuyla yüceltici, denkleştirici, paylaşıcı, rakibi düşman değil paydaş gören kuçaklayıcıdır. İnsanlara kendi sınırlarını aşmayı aşıl原因, mücadele ruhu kazandıran, her türlü sonucu kabuletmeyi fazilet sayan şerefli, adaletsizliği, aldatmayı, eşitsizliği reddeden bir değerler bütünü oluşturmaktadır. Bunun yanında ekonomik getiriler sağlayan ve kişilere yeni iş imkanlarına olanak sağlayan ekonomik yönüyle refah getiren bir iştir. Spor, eğitsel yönüyle, insana sınırlarını ve nerede durmasını öğretir. Spor kültürü, sağlıklı, dinç, duru, sırim gibi olmasını sağlayan ve yaşam boyu ona arkadaşlık eden zararlı arkadaşlıklardan koruyan muhteşem bir olgudur (Şentürk, 2007).

Spor, esasen fiziksel gücü yükseltmesi ve şahsi olarak en yüksek noktaya çıkarılması yolunda gösterilen çabadır. Ancak spor yapan birey, yalnızca bedensel yeteneklerini geliştiren ve onu kullanan birey değildir. Çünkü spor; beden, akıl, zekanın, iradenin, hislerin kendi kendini kontrol etme sisteminin özel bir ahlaki kaynağının ve yaşama tutumunun birlikte iş başında olmasını gerektiren bir olgudur. Toplumun oluşumundan beklenen, sağlıklı yerinde, mutlu olan, çalışkan, morali yüksek ve gelişmiş bir toplum oluşturmaktır. Sporun kazandırdığı, sosyal çevre içinde görev ve mesuliyetlerinin farkında olmak, ahlaki, erdemli ve fazilet örneği kuşaklar yetiştirmek ve insanları mutlu tutmaktır. Bu bakımdan spor ahlaki kültürel bir faliyettir (Tanrıverdi, 2012).

İnsan, eğitimin başlangıç noktasında, kısa ve uzun vadeli süreç içerisinde gelişmektedir. İnsanın dahil olma, sevilip sayılma, tanınip kabul görme gibi ihtiyaçları vardır. Kişinin ihtiyaçları toplumda yer bulmasını sağlamaktadır. Spor, bireyin bu ihtiyaçlarını gerçekleştirmesini sağlamaktadır. Spor eğitim sisteminde gereken yeri alıyorsa, bireyin ihtiyaçları da karşılanmış olacaktır. Bireyler sosyal tatmin yaşamışsa, toplumsal idealleri benimsemiş, gelişmeye hazır olacaktır (Erdemli, 2008).

Eğitimde rehberlik edilen değerler bireye kazandırılmışsa, yaşamına katkı koyarak, toplumun temel yapısını oluşturan ulusal, sosyal, ahlaki, kültürel, tolerans, yurtsever, çalışkan, dürüst, hassas, saygılı ve paylaşımcı olmasını sağlayacaktır. Bütün bu özellikler insana spor yolu ile kazandırılır. Spor ortamı içinde birey kendini başkalarını tanımayı, kazanmayı, yenilgiyi kabullenmeyi, kurallara uymayı, emeğini en uygun şekilde kullanmayı öğrenir. Kazandığı erdem kişinin yaşamına, spor kültürü edinmişse de diğer ülkelerdeki yarışmalarda, ülke tanıtımını güzel bir şekilde gerçekleştirmesine yardımcı olacaktır (Kuter ve ark, 2012).

2.3.3. Uluslararası Spor Organizasyonlarının Sosyo – Kültürel Etkisi

Uluslararası organizasyonların toplumsal etkisi, organizasyonlara katılanların arasındaki etkileşime, bireylerin yaşam tarzlarını, davranışlarını iyileştirme faaliyetlerini kapsamaktadır. Yapılan araştırmalarda özellikle organizasyonu üstlenen şehir, bölgesel değerlerini, geleneklerini sunarak sosyo –

kültürel sonuçlar meydana getirmektedir. Böylece büyük organizasyonlarda, kamu, özel ve sivil toplum örgütleri, yerel halkı da sürece dahil ederek, topluma bilinç oluşturarak oyunlar için gönüllülük duygusu oluştururlar. Spor organizasyonlarının olumlu etkisi yanında, doğanın bozulması, özel değerlerin ticaretleşmesi ve kültür mirasının zararı gibi olumsuz etkisi de oluşabilir (Silik, 2013).

2.4. Sporda Motivasyon

Bireyin önemli ihtiyaçlarından bir tanesi de harekettir. Sporda motivasyonu artırmak için kişinin biyolojik ve sosyal yönünü bilmek gerekmektedir. Motivasyonu artırmak, etkinlikler, egzersizler sayesinde, kişinin vücudundaki olumlu değişiklikleri görmesi pozitif ilerlemeler göstermektedir. Spor büyük kitlelere ulaşmış, sosyal ve ekonomik önem arz etmektedir. Spor toplum için de önemli hal almış ve spora ilgi artmıştır. Bu durum spordaki motivasyonu olumlu etkilemiş, kişiler biyolojik, psikolojik, sosyal yönden ileri boyut kazanmıştır (Başer, 1998).

Bireylerin aktiviteye katılma isteklerinde önemli olan, dışsal faktörler değil içsel faktörlerdir (Mutlu, 2008). Kişinin harekete geçmesi boş zamanlarını değerlendirmeyi engelleyen algısı mevcuttur. Bu algıyı etkileyen ev işleri, para, evlilik, anne olma gibi durumlar oluşturmaktadır. Bu algılar ve zorluklar bireyin egzersiz yapmasını etkileyen ve motivasyonunu düşüren olgulardır (Asçı, 2008).

Kazak'da (2004), kişisel güdülemelerini belirlemek ve katılımı sağlamak için karşılaşılabilecek durumun önemini vurgulamaktadır (Karakaş ve arkadaşları, 2015).

2.4.1. Nitelik Açısından Spor Motivasyonu

Bireyin performansını etkileyen psikolojik nedenler, motivasyon faktörü açısından önemi ön plana çıkmaktadır. Çünkü motivasyonun niteliği ve niceğilindeki farklılıkların, performansı etkilediği görülmektedir. Nitelik bakımından motivasyon ikiye ayrılır (Başer, 1998).

2.4.1.1. Genel Spor Motivasyonu

Genel spor motivasyonunun temelinde yatan, arkadaş kazanma, çevre edinme, takdir görme ihtiyacı, toplumsal gereksinimleridir. Kişiyi iç veya dış etkiyle motivasyonunu artırmak, sporcunun sosyal ve psikolojik gereksinimlerinin neler olduğu hakkında titiz araştırma yapılması gerekmektedir. Çünkü kişinin sosyal ve psikolojik gereksinimlerinin farklı olması bunu gerektirmektedir. Bu ihtiyaçlar için sıralama yapmak oldukça zordur. Çünkü aile, çevre ve gencin yaşadıkları motivasyon düzeyine etki etmektedir. Gençlerin bulunduğu çevrede gözde olan spor dalları, toplumun spora verdiği değer, ailesinin sporu sevmesi, çocuğunu yönlendirmesi, hatta arkadaşlarının ve sevdiği kızın tuttuğu takım bile gençleri etkilemektedir. Gençleri spora yönelten içsel ve dışsal ihtiyaçları aşağıdaki gibi gösterilebilir (Ayar, 2017).

Etkin olma aruzu: Genç bireyler, yaşı gereği istekli, hırslı ve enerjileri yüksek olduğundan, düzenli bir spor aktivitesi yaparak enerjisini tüketebilir, kendilerini faal hisedebilirler.

Kendini tanıma: Kişinin bulunduğu ortamdaki başarılı olamama durumu ile yetersizliklerini spor yardımı ile atmaya çalışabilir. Bunun yanı sıra herkeste kendini tanıma, sınama ve bulma gereksinimi bulunmaktadır.

Kendini anlatma, kanıtlama: İnsanlar bu ihtiyaçlarını kolayca sporlar ile karşılayabilir. Kişiyi arkadaşlarına, yakın çevresine ait olma, kaideye uyma, kolay iletişim kurma, gibi toplumsal nitelikler sağlar.

Tanınma, gereksinimi: Yaşamın içinde ihtiyaç duyulan tanınma gereksinimi, özellikle gençlikte spor yaparak karşılanabilir.

Prestij, üstünlük sağlama gereksinimi: Bireyler spor yaparak fiziksel beceri, emek disiplini, itimat hissi, bir topluluğun organı olma duygusu, yaşama sevicisi gibi spesiyalite ile toplum içerisindeki başarı ve prestijini arttırabilir.

Egemen olma arzusu: Bireyin kendine ve başkalarına hakim olma tutkusu, spor yolu ile kolay olabilmektedir.

Macera hevesi: Kişilerdeki heyecan giderme duygusu, en kolay spor yolu ile sağlanmaktadır. Tırmanma, paraşütle atlama, ralli yarışçılığı, sonucu belli olmayan

yarışlar gibi sporlarda, macera bulunmaktadır. Spor, macera tutkusunun doyumu ulaştıran öge olmaktadır.

Kararlı olma isteği: Kişi sporla uğraştıktan sonra, yarışmaya, antrenman yapmaya ve müsabaka esnasında farklı zorluklara uyumlu olmaya kadar, özgür ve kesin bir karar verebilir (Zorba, 2006).

2.4.1.2. Özel Spor Motivasyonu

Özel spor motivasyonu kişinin içinden gelmeli, biyolojik yapısında olmalıdır. Koordinasyon kazanma, rahatlama, güçlü olma, dürtülerinden ortaya çıkmaktadır. Genel ve özel motivasyon şeklinin, sporun yapılış amacına bağlı değişik etkinlikleri vardır. Spor yapma gayesine göre üç şekilde görülebilir (Başer, 1998).

- **Oyun Sporı**

Bireyin boş zamanlarını değerlendirmesi, eğlenmesidir. Bundan dolayı özel spor motivasyonun ağır bastığını söyleyebiliriz. Fakat birey zevk aldığı sürece, rakiplerine üstünlük kurma, topluluk içinde sevilme ve zirvede olmayı hedefleyebilir. Bu da genel spor motivasyonu oluşturmaktadır. Pek çok iddasız müsabakalar yarışma süresince iddalı hale dönüşebilir. Bu müsabakalarda verilen ödüller yarışmacıların birbirleri ile tartışma ve kavgalarına sebep olabilir. Bu ise genel spor motivasyonunun etkisinden kaynaklanmaktadır (Ayer, 2017).

- **Sağlık Sporı**

Burada önemli olan sağlığını korumak, dayanıklı olup uzun yaşamak temelinde biyolojik öğeler egemen olmuştur. Sağlıklı bir vücudun başarı oranının daha fazla olması yaşadığı ortam ile iyi ilişkiler kurdukları dikkate alınır, genel spor motivasyonuna ait unsurlar içinde olduğu gözlenir (Başer, 1998).

- **Performans Sporı**

Gençlerin gün içinde dört altı saat arası antrenman yapması ve bunu uzun süre devam ettirmesi, hem özel hemde genel yüksek spor motivasyonu gerektirmektedir. Sporcuların yaptığı işin hoşuna gitmesi de başardığı zaman kazanacağını bilmesi ile toplumun ona sunduklarını gerçekten istemelidir. İkisinin de yeterli seviyede ve istikrarlı olmaması durumunda karşımıza ya başarısız, ya da

düzensiz spor türleri çıkar. Bireyde özel spor motivasyonunun olmaması, antrenmanı sevmeden yapmaları, her zaman yüksek performans göstermedikleri için form durumlarında ve performanslarında, sürekli dengesizlik oluşturmaktadır. Yüksek motivasyonu olmayan sporcular, başarılı olmak için gerekli hırs ve azimden yoksun oldukları için başarısızlık durumu oluştururlar. Bu bireyler düzenli ve çalışkanca antrenmanlarını gerçekleştirmediği için başarı ikinci plandadır. Spor yazarlarının üzerinde durdukları antrenörlük ruhu, özel spor motivasyonunu ifade eder. Antrenörün istekli çalışması ve performans sporcusununda motivasyon durumuna sahip olması gerekmektedir (Başer, 1985).

2.4.2. Nicelik Açısından Spor Motivasyonu

Araştırmalara bakıldığında, motivasyonun niceliğindeki olumsuzluklar, performans sporundaki en önemli sorunların başında gelir. Meydana gelen bu olumsuzluklar, vejetatif sinir sistemi yolu ile etki ederek organizmanın geliştirdiği yüksek performansa uyum süreçlerini ortadan kaldırır. Motivasyonun niceliğindeki olumsuz değişiklikler iki şekilde açıklanır. Bunlar yetersiz motivasyon ve aşırı motivasyondur (Ergeç, 2007).

2.4.2.1. Yetersiz Motivasyon

Yetersiz motivasyona yol açan nedenler şu şekilde sıralanabilirler;

- Sporcu veya takımın başarıyı kabullenmesi
- İddalı müsabaka olmaması
- Rakibinden çekinme nedeni ile takım başarısız olacağını benimsemesi
- Rakibin önemsenmemesi küçük görülmesi

Bütün bu kriterler, sporcu veya takımın motivasyon düzeyini azaltırlar. Bunun sonucu ise “start tembelliği” denilen durum olmaktadır. Yetersiz motivasyon olan sporcunun motivasyon düzeyi düşüktür. Sporcularda bunun etkisi antrenmanlarda da yarışmalarda da görülmektedir. Bundan dolayı sporcuların yapmış oldukları sporda yetersizlik ortaya çıkar (Başer, 1998).

2.4.2.2. Aşırı Motivasyon

Yetersiz motivasyon hallerinden daha çok görülmektedir. Özellikle başarı gerektiren sporlarda ve profesyonel yarışmalarda, ekonomik ve toplumsal açıdan büyük önem göstermektedir. Yarışmalarda sporcu genel olarak bir duyguya sahip olur. Sporcularda “Başaramazsam” endişesi yükselmiş bir kaygı ve güvensizlik şeklinde meydana getirmektedir. Bu yüzden sporcunun motivasyon düzeyi aşırı olması müsabaka öncesi “start kargaşası” denilen şekilde ortaya çıkmaktadır. Bu durum genel spor motivasyon düzeyinin de çok yüksek olduğunu göstermektedir (Ayer, 2017).

2.4.2.3. Yeterli Motivasyon

Organizmanın geliştirdiği yüksek performansın, uyum sürecini bozmayan motivasyonu olmuştur. Vejetatif sinir sisteminin çalışma sistemini kötü etkilemez. Karar verme ve algılama dengeli olur. Bilinç yerindedir, olayları iyi bir şekilde takip ederken, mücadele bilinçli bir şekilde olmaktadır. Planlar taktiklerle uyumludur, yüksek teknik gerektiren hareketleri hatasız veya enaz hata ile gerçekleştirir. Mücadele için gerekli psikolojik enerjiye sahip ve stresle baş edebilir (Başer, 1985).

2.4.3. Sporcuda Motivasyon

Özel spor motivasyonu, toplumsal eğitimde önemli bir yeri olan, yazılı ve görsel basın gibi toplumsal haberleşme araçları ile kolayca yürütülebilir. Fakat bu motivasyon kampanyasının olumlu sonuç verebilmesi için, gençlere spor faaliyetlerine katılmaları teşvik edilmeli ve istenen süreden sonra, sporu benimsemiş, özel spor motivasyonuna sahip bir genç nesil yetiştirmiş olunması gerekir. Genel spor motivasyonuna geldiğimizde bu daha karışık ve zordur. Bu görev genellikle spor eğitimlerine kalmaktadır. Bundan dolayı spor eğitmeni, eğittiği öğrencisinin benliğini bilen, onun psikolojik ve sosyal ihtiyaçlarını tanıyan, kişinin nasıl motive edilebileceğini kestirebilen etkin bir psikolog gibi olmalı belli bir zaman sonra kitlenin kişiliğinin biçimlenmesi üzerine olan etkilerini kabul ederek, eğitimlerine yön verecek kadar sosyoloji bilgisine sahip olmalıdır. Bir spor eğitmeni öğrencisini motive etmek istemesinden önce mevcut motivasyonun

niteliğini doğru teşhis etmelidir. Bu teşhisi yapabilmesi için bazı uygulamalardan yararlanabileceği gibi kişisel sezgi ve tecrübelerden de yararlanabilir. Spor eğitmeni kendi sezgi ve tecrübeleri ile sporcusunu sürekli izlerler. Müsabakada, yolculukta, antrenmanda, başarı ve başarısızlık durumlarında, toplumsal çevresiyle olan ilişkilerinde onun tepki ve davranışlarını iyi değerlendirirse, spor hocası iyi bilgiler verebilir. Spor eğitmeninin yaptığı testler ve gözlemler yardımı ile elde ettiği verileri değerlendirdiğinde fark edeceklerdir ki, ekibindeki arkadaşlarının motivasyon düzeyi ve şekilleri farklı olduğu gibi, toplumsal ve psikolojik ihtiyaçları da farklıdır. Bundan dolayı her sporcunun durumu aynı değildir (Başer, 1998).

2.4.4. Sporda Başarı Motivasyonu

Antrenörler, eğitmenler, sporcular, spor psikologları ve sporla ilgili diğer kişiler ve kurumlar sporda devamlı başarılı olmak için bir efor göstermektedirler. Sporcuların üst düzey performanslarını meydana çıkaran karşılaşmalar, müsabakalar düzenlenmektedir. Spor milletlerarası düzeyde propaganda şeklinde izlenmeye başlamasından sonra sportif rekabet artmaya başlamıştır (Aktop ve Erman, 2002).

Ortaya çıkan rekabet sonucunda, yarışmacılar motivasyon düzeylerini yüksek tutarak başarılı olmak için eskisinden daha fazla çaba sarf etmişlerdir. Başarı ve motivasyon gücü arasındaki ilişkinin sporda çok daha ön planda olduğu görülmektedir. Motivasyon etkisi düşük olan bir durumun, başarı durumunun da düşük olması kaçınılmazdır. Her birey huzur verici ve tatmin edici ortamları isteme, huzursuz edici ortamlardan uzaklaşma eğiliminde bulunurlar. Kaçınma ve arama eğilimleri, motive eden olayların yapısında da mevcuttur. Hangi yöne doğru eğilimler daha ağır basarsa o yöne doğru motivler gözüktür. Bundan dolayı başarı motivleri başarıya ulaşma veya başarısızlıktan kaçınma, arkadaşlık motivleri ise reddedilmekten kaçınma ve itibar arama şeklinde ortaya çıkmaktadır (İkizler ve Karagözoğlu, 1997).

Başarmayı kendine hedef belirleyen her sporcu, kendisi için yeterlilik ölçeği oluşturmalıdır. Sporcu kendine belirlediği hedeflere ulaştığında veya aştığında, artık başarmak için fazla çaba göstermeyebilir. Sporcu hedefinin alt

sınırlarında kaldığında ise başarıma arzusunu kaybedebilir. Sporcu, başarısızlık korkusu ile başarı umudu arasında kendine göre bir denge belirler. Bir yarışmadaki beklenen başarıdan uzak, sporcu için yeterli olsada, başka bir karşılaşmada iyi bir başarı onun için başarısızlık olarak hissedilebilmektedir. Bu nedenle sporcu kendi başarı sınırlarını kendisi belirlemelidir (Mungan, 1995).

2.5. Spor Sosyolojisi

Spor toplumsal hayat içerisinde önemli yere sahiptir. Sosyoloji ise spora ait bir takım açıklamalar yapmak zorunda kalmış, sporu sosyolojik açıdan incelemiştir. Spor günümüzde kurum haline gelmiştir. Spor insanın ihtiyacını karşılayan, kuşaklar arası aktarımı olan bir kurumdur. Spor sosyolojik bir aktivite olduğu için kurumsallaşmak zorundadır. Spor sosyolojisi toplumsal açıda öne çıktığı için önem kazanmıştır. Bu sebeble sosyoloji toplum, spor eksenli araştırmalar önemli olmuştur. Bu çalışmaların alanı ise spor sosyolojisini oluşturmaktadır. Akademik çevrelerde spor sosyolojisi önemli yer almaktadır. Sporun kendisinin bir eğitim olması dolayısı ile spor sosyolojisi alanında elde edilen bilgiler, sosyolojiye ve beden eğitime de katkı sağlamaktadır (Dever, 2015).

Spor sosyolojisinin amaçları sportif hareketleri irdeleyerek spor kuruluşlarının yapısal niteliklerin ortaya koymuştur. Spor sosyolojisi yine toplumsak ekonomik yapıyı, diğer toplumsal kurumlar üzerindeki etkiyi inceler. Aynı zamanda haberleşme aracı olan sporun eğitsel ve propaganda açısından da inceler. Uluslararası olduğundan dolayı ise de spor işlevinin önem ve sınırlarını inceler (Doğan, 2004).

2.5.1. Beden Teorisi ve Spor

Sporun temel amacı sağlıklı ve güzel görünüme sahip olmaktır. Modern olma ve güzel görünme sporun ve insanın yollarının kesişmesine sebep olmuştur. Güzel görünmenin ön plana çıktığı bu zamanda, sosyal kabul görmenin öneminde de rol almıştır. Bedensel güzelliğe sahip olunduğunda spora verilen değer önemi daha önemli bir duruma gelmektedir (Dever, 2015).

2.5.2. Sporun Toplumbilimi Temelleri

Toplum bilimi içerisinde yeralan spor, hayat içinde etkileşim ve karışıklığı, sosyal yaşam içerisinde değerlendirilmesi önem kazanmıştır. Sebebi ise sporun ilgi görmesi, uluslararası saygınlık kazanması, prestij kazanması olarak düşünülmektedir. Spor toplumbilimi sporu, müsabaka ve fiziksel üstünlük yanında sürekli bir sosyal vaka olarak yaklaşmış, sosyal karakterini açıklamaya çalışmaktadır. Spor sosyolojisinin hateket noktası, sporun kendisidir. Kitleler içinde gerçekleşen nitelikleriyle, bazen bir olay, bazense yerine göre bir iş niteliği taşıyan spora kitlelerin tümü içinde irdelemek daha uygun olabilir (Erkal, 1986). Spor toplumbilimi sporu sosyal bir kurum, toplumsal bir sistem olarak inceleyen özel bir toplumbilimidir. Spor sosyal bir bilim bir kuruluş olmaktadır. Seyircileri, katılımcıları, filimleri, spor malzemeleri, spora hacanan para, kitapları sporun belgeleri olarak değerlendirilebilir. Bu yüzden toplumsal bilimler olarak ele alınıp irdelenebilir (Ayer, 2007).

2.5.3. Toplum ve Spor

Toplumlarda spora katılmak kişilerin yetenekleri ve ilgileri, toplumun spora bakışı, sporun yönetim ve organizasyonlarına verdikleri önemle değerlendirilir. Dünya spora önem verdiği için müsabakalarda öne geçmek istemelerinden sporun ulusal saygınlığının önemi göz ardı edilmemektedir. Fakat daha az zaman harcayanlar başarı elde edememekte ve toplumun sporu yaşam biçimi haline gelmesini olumsuz etkilemektedir. Sporun ilk doğuşu ile toplumun geçmişi ilişkilidir. Bu ilişki sporda toplumsal süreçler ile şekillenmiştir. Spor özerk olarak oluşmamaktadır. Toplumdaki ilişkiler sporu ortaya çıkarır, bazen değişebilir ve yeniden de şekil kazanabilir (Kale, 1994).

Spor uluslararası kanunlar, talimatnameler ve kurallarıyla, kendi ülkende de olabildiğince uygulanmalıdır. Ancak, spor toplumun işleştinden etkilenmektedir. Bu yüzden spor toplum münasebetini iyi bir biçimde münakaşa edebilmek için tümünden sosyolojik olarak var olan yapıyı spor sosyolojisinde en yüksek oranda kullanabilmelidir. Spor etkileyen, teknoloji, insan gücüne duyulan gereksinimin azalması, sosyal çevreden uzaklaşmaları, stresin artması bu tehlikelere karşı hareketli kılmaktadır. Şimdiki yaşamın getirdiği streslerden uzak

bir mekan yaratarak çözüm getirmekte ve kazandırdığı sağlıklı yaşam biçimiyle de koruyucu tıbbı yardımcı olmaktadır. Sosyalleşme ve kişinin karakterinin doğru gelişmesinde de sporun etkileri olmaktadır. Günümüzde, gelişmiş ülkelerin spora verdiği önem büyüktür ve çocuklara erken yaşta egzersiz, aktivite, oyun yaptırarak eğitim programlarında fazla spor ders saati koyarak, önem verdikleri görülmektedir (Duman, 1979).

Gelişmiş ülkelerin özelliği, toplumsal ayrımlaşma, çoğalan iş dağılımı ile toplumsal birliktelik arasındaki ahengin oluşmasında, spor etkin bir yardımcıdır. Toplumu etkileyen çatışmalar, gençlerdeki huysuzluklar, sapkın davranışlar, gerginliklerin giderilmesi, sağlığa harcanan giderlerin azalması, hastalıklar sebebiyle insan gücünün yok olmasının önlenmesi ve sağlıklı insanlardan oluşan mutlu ve barışçı bir toplum yaratılmasında, spor umut vermektedir (Erkal, 1986).

Spor insanlık için önemlidir, “Herkes için Spor” ve “Yaşam Boyu Spor” söylemi tüm dünyada kabul edilmiş ve uygulanmıştır. TC 1982 anayasasının 59. Maddesinde her yaş grubunda insanlar için beden eğitiminin uygulanması devletin bir görevi olarak kabul edilmiştir.

2.5.4. Toplumsallaşma ve Spor

Toplumsallaşma; kişinin toplumsal kültürle birlikte hareket etmesi ve içinde bulunduğu toplumla bir ahenk oluşturmaya olanak sağlayan bir işleyiştir (Dönmezer, 1984). Dünyaya gelen bir çocuk toplumsallaşma evresi ile toplumsal hareketlerin farkına varıp, sistemin bir parçası olur. Toplumsallaşma; kişinin toplumun örf ve adetleri ile misyonunu kabullenmesi, toplumsal yaşamdaki rolünü öğrenmesi anlamını taşır. Bir çocuğun sosyalleşmesine vesile olan, aile, konu komşu, arkadaşları, öğretmenleri ve basın yayın organları iletişim araçlarıdır (Özgüven, 1996). Toplumsallaşma, toplum açısından bir düzenleme süreci ve birlikte yaşamda sistemlilik sağlama şeklidir (Fichter, 1994).

Bu bakımdan toplumsallaşma bir ömür boyu sürmektedir. Gelişmiş ülkelerde sportif müsabakalar da toplumsallaşma için önem arz etmektedir. Amerika Birleşik Devletlerinde temel olarak toplumsallaşmayı benimseyen yetişkinler, oyun şeklinde spor etkinlikleri düzenlemekte ve bir amaç edinmeyi,

yetenek geliştirmeyi ve spor müsabakalarında ödöl almak için çocuklarını özendirilmektedirler (Coakley, 1993).

Çocuğun ilk olarak süresiz oyuna gereksinimi vardır. Düzenlenmiş sportif müsabakalar ile çocukların kendi yaş grupları ile birlikte olması, gerek kurallara gerekse verilen kararlara uyması, galip gelme ve mağlup olma deneyimi kazandırır. Bütün bu etkinliklerde sporcu yönü, insani yönünün önüne geçmemelidir. Böylelikle çocuk kendi vücudunu tanır fiziki özelliğinin farkına varır. Kendinden daha iyi ve kendine göre daha kötü çocukların da var olduğunu görür. Kendine göre daha kötü arkadaşlarını hor görmemeyi, daha iyi olanları takdir etmeyi öğrenir. İşte bu uygulamalar yaşamları boyunca karşılaşılabilecekleri tüm durumlara uyumlu olmasına yardımcı olur. Çevresine zarar vermeyen davranışlar ile başarılı olabileceğini öğrenir (Ficher, 1994).

Bebekler doğduğu andan itibaren, çevrelerindeki kişileri ve yakınlarını taklit ederek hareket ederler, ses çıkarırlar. Kişiler büyüdükçe sporcuları, müzik insanlarını, popüler olmuş sinema yıldızlarını taklit edip onlardan etkilenirler. Bu sebeble sporcular, toplumun sosyalleşme sürecine, doğru ahlaklı davranış segilemeye, disiplinli ve olimpizim ruhu taşıyan ideal adam, olarak model olurlar. Rekabet; bireysel sporcu ve takım sporcuların, rakiplerine karşı yarıştıkları uyarıcı bir süreçtir. Sosyal öğrenim de üst düzeyde rekabetçidir. Spor, yarışmacılar arasında rekabetin yaşanmasına neden olur. Kişinin kendi dışındakileri ile ilişki kurması sosyal açıdan öğrenmesinin esas koşuludur. Kişinin yaşamındaki ilişkilerinin türü ve sayısının çoğalması kişinin toplumsallaşma düzeyi ile alakalı bir fikir verebilir. Spor çalışmaları özellikle spor müsabakaları değişik okul ve kulüp elemanlarıyla farklı şehirlerin insanlarıyla, hatta uluslararası yarışmalar düşünüldüğünde, farklı toplumların insanlarıyla temas kurulmasını sağlayan organizasyonlardır (Dever, 2015).

3. GEREÇ VE YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Modeli

Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti devlet okullarında öğrenim gören öğrencilerin egzersiz – spor bilgisi ve kültürü incelenmesi araştırma yöntemine uygun olarak irdelenmiştir. Çalışma öncesi MEKB’den izin alınmıştır (Bkz. Ek 2).

Altı ilçede bulunan okullara, 6 ıncı sınıftan 12 inci sınıfa kadar olan öğrencilerden, rastgele seçilen öğrencilere Beden Eğitimi ve Sağlık derslerinde ölçek dağıtılmıştır. Okulun mevcut öğrenci sayısı göz önünde bulundurulmuştur. Okullardaki mevcut öğrenci sayısının minimum % 20 sine beden eğitimi öğretmenleri tarafından ölçek ulaştırılıp doğru doldurulması sağlanmıştır. Araştırma, var olan durumu, tarama çalışması yapılarak tespit edilmiştir. Tarama deseni var olan bir durumun tesbiti, olduğu gibi aktarılması, değişilmemeye, etkilemeye çalışılmaması prensibine dayanmaktadır (Karasar, 2009). Araştırma uygun örneklem kullanılmıştır. Elde edilen verilerden çıkan sonuçlar SPSS 25 paket programı ile hesaplanmıştır.

3.2. Evren Örneklem

Araştırmanın evrenini Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyetinde Milli Eğitim ve Kültür Bakanlığına dahil devlet okullarında, orta öğretimde öğrenim gören öğrenciler oluşturmaktadır.

Bu çalışmanın örneklemini ise KKTC’de MEB’ e bağlı devlet okullarında 6 ilçede öğrenim gören 11-14 yaş grubundan 526 ve 15-18 yaş grubundan 336 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırma yapılan okullarda mevcut öğrenci sayısının % 20 si ile çalışılmıştır. Ölçeğe katılan öğrencilerin 525’ü kız, 337 si erkek öğrencilerden oluşmuştur.

Çalışmada uygun örneklem seçilmiş, örnekleme 886 öğrenci katılmış ve öğrenciler ölçeği uzman kişiler önderliğinde uygulamışlardır. Fakat 22 ölçek eksik doldurulduğundan değerlendirmeye alınmamıştır.

Tablo 1. Katılımcıların demografik niteliklerine göre dağılımı

		f	%
Cinsiyet	Kadın	526	60.9
	Erkek	338	39.1
Yaş	11-14	527	61.0
	15-18	337	39.0
İkamet Edilen	Gazimağusa	194	22.5
İlçeler	Girne	130	15.0
	Güzelyurt	75	8.7
	Lefke	75	8.7
	Lefkoşa	318	36.8
	İskele	72	8.3
Kaç Kez	Hiç	115	13.3
Egzersiz	1. Kez	138	16.1
Yapıyorsunuz	2. Kez	200	23.1
	3. Kez	168	19.4
	4. Kez	83	9.6
	5 ve üzeri	160	18.5
Tütün ve Tütün	Evet	54	6.3
Ürünleri Kullanıyormusunuz	Hayır	810	93.7
Ailenizin aylık gelir	1500 TL – 2000 TL	162	18.8
Düzeyi nedir?	2001 TL – 3000 TL	232	26.9
	3001 TL –4000 TL	159	18.4
	4001 TL ve üzeri	311	35.9
Toplam		864	100

Tablo 1’de katılımcıların demografik niteliklerinin dağılımı verilmiştir. Tablo 1’e bakıldığında katılımcıların %60,9’u kadın ve %39,1’i erkek öğrencilerden olduğu, %61’inin 11-14 yaş grubu ve %39’unun 15-18 yaş grubundan olduğu, %22,5’i Gazimağusa, %15’i Girne, %8,7’si Güzelyurt ve Girne, %36,8’i Lefkoşa ve %8,3’ü İskelede ikamet ettiği görülmektedir. Ayrıca katılımcıların %13,3’ü Hiç egzersiz yapmadığını, %16,1’i 1.Kez, %23,1’i 2.Kez, %19,4’ü 3.Kez, %9,6’sı 4.Kez ve %18,5’i 5 ve üzeri sayıda egzersiz yapmakta, %6,3’ü Tütün ve tütün ürünleri kullandığını, %93,7’si kullanmadığını, %18,8’i 1500 - 2000 TL, %26,9’u 2001 - 3000 TL, %18,4’ü 3001 - 4000 TL ve %35,9’unun 4001 TL ve üzerinde geliri olduğunu belirtmiştir.

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada nicel veri toplama aracı olarak üç bölümden oluşan ve Doç. Dr. Hakan Atamtürk tarafından geliştirilen ölçek kullanılmıştır (Bkz. Ek 3).

Katılımcı öğrencilere Beden Eğitimi Spor ve Sağlık dersinde ölçek dağıtılıp doldurmaları istenmiştir. 864 öğrenciden oluşan bir örneklem grubuna geçerliliği ve güvenilirliği olan ölçek dağıtılmıştır. Ölçeğin birinci bölümünde demografik özelliklerine yönelik 10 adet soru bulunmaktadır. İkinci bölümünde egzersiz kültürü soruları sorulmuştur. Egzersiz yaparken teknolojik alet kullanıyorlar mı? Hangi mevsimde egzersize başlıyorlar? Soruların dan oluşan 6 adet soru bulunmaktadır. Üçüncü bölümde ise egzersiz ve sporda motivasyon kaynağı sorularından oluşan 18 soru bulunmaktadır (Bkz. Ek 1).

Tutum ölçeğinde cevaplar 5 dereceli likert tipi “(1) Kesinlikle Katılmıyorum, (2) Katılmıyorum, (3) Kararsızım, (4) Katılıyorum, (5) Kesinlikle Katılıyorum” şeklinde değerlendirilmiştir.

Bu araştırmada derlenen verilerin iç tutarlılığı incelenmesi için Cronbach Alfa testi uygulanmıştır. Katsayısı 0.812 tesbiti yapılmıştır.

3.4. Verilerin Toplanması

Ölçek örneklem grubu gönüllülük esasına göre beden eğitimi dersine katılan 6 cı, 7.ci, 8.ci, 9.uncu, 10.uncu, 11.inci ve 12.nci sınıf öğrencilere uygulanmıştır. Elde edilen ölçekler kontrol edilmiştir. Bu şekilde toplam 886 ölçek uygulanmış ve 864 tanesi değerlendirilmeye alınmıştır. Ölçek formunun ilk bölümünde 10 tane demografik bilgilerle ilgili sorular olduğu, ikinci bölümünde egzersiz kültürü konusunu içeren 6 soru ve son bölümde 17 tane egzersiz ve sporda motivasyon kaynağı soruları olduğu öğretmenleri tarafından önceden bilgilendirilmiştir. Ölçeği dolduran öğrenciler öğretmenlerine ilk dersin sonunda teslim etmişlerdir.

3.5. Verilerin Analizi

Elde edilen ölçekler istatistik işlem için uygun şekilde kodlanarak işleme hazır hale getirilmiştir. Veriler SPSS 25.0 paket programı kullanarak özetlenmiştir. İstatistiksel işlem olarak (f) frekans, (%) yüzde, student's t-testi ve ANOVA testi uygulanmıştır. Anlamlılık düzeyi için $p= 0, 05$ değeri alınmıştır. Her bir soruya verilen cevaplara göre de değerlendirme yapılmıştır.

4. BULGULAR

4.1. Katılımcıların Egzersiz Kültürünün Analizi

Bu araştırmanın birinci alt amacı “Çalışmaya katılan öğrencilerin egzersiz ve spor kültürleri hangi düzeydedir?” şeklinde oluşturulmuştur.

Bu alt amaç dikkate alındığında araştırmanın örneklem grubunu oluşturan ve öğretim hayatlarına devam eden katılımcıların Orta öğretimde öğrenim gören öğrencilerin egzersiz – spor bilgisi ve kültür analizi yapılmıştır. Araştırmada katılımcıların egzersiz kültürleri Tablo 2’de verilmiştir.

Tablo 2. Egzersiz Kültürüne Ait Frekans Dağılımı

		f	%
Hangi mevsimde yoğun egzersiz yapıyorsunuz?	İlkbahar	187	21.6
	Yaz	529	61.2
	Sonbahar	60	7.0
	Kış	88	10.2
Kalp atım monitörlü saat kullanırım	Evet	33	3.8
	Hayır	831	96.2
Adımsayar (Pedometre) kullanırım	Evet	182	21.1
	Hayır	682	78.9
Akıllı Telefon Uygulaması Kullanırım	Evet	629	72.8
	Hayır	235	27.2
Müzik ekipmanları kullanırım	Evet	517	59.8
	Hayır	347	40.2
Video Kamera kullanırım	Evet	393	45.5
	Hayır	471	54.5
Toplam		864	100

Tablo 2.’de katılımcıların egzersiz kültür özelliklerinin dağılımı verilmiştir. Tablo 2’ye göre katılımcıların büyük oranının %61.2’sinin yazın yoğun spor ve egzersiz yaptığı görülmektedir. Yine katılımcıların büyük oranının %96,2’si kalp atım monitörü ve %78,9’u “adımsayar” kullanmadıklarını belirtmiştir. Katılımcıların %72,8’i akıllı telefonu ve %59.8’i müzik ekipmanı kullandığını, %54.5’i ise video kamera kullanmadığını belirtmiştir.

Egzersiz Kùltürleri ne durumdadır?

	n	ort
Egzersiz Kùltür	864	1,59

Katılımcıların egzersiz kùltürleri yeteri kadar gelişmemiştir.

4.2. Katılımcıların demografik özelliklerine göre egzersiz kùltürünün karşılaştırılması

Bu araştırmanın ikinci alt amacı “Çalışmaya katılan öğrencilerin egzersiz ve spor kùltür düzeyleri demografik değişkenlere göre (Cinsiyet, Yaş, İkamet ettikleri ilçe, Haftada kaç kez egzersiz yapıyorlar, Tütün ve tütün ürünü kullanmaları ve Gelir düzeylerine göre) anlamlı farklılık göstermekte midir?” olarak belirlenmiştir.

Araştırmada cinsiyet, Yaş, İkamet ettikleri ilçe, Haftada kaç kez egzersiz yaptıkları, Tütün ve tütün ürünleri kullanmaları ve Gelir düzeylerine göre student’s t-testi ve ANOVA testi yapılmıştır.

Tablo 3. Katılımcıların Cinsiyetlerine göre egzersiz kùltürlerinin karşılaştırılması (Student’s t-testi)

	Cinsiyet	N	Ort	S	t	p
Yılın Hangi Mevsiminde Yoğun Egzersiz Yapıyorsunuz?	Kadın	526	2,00	,83	-2,594	,109
	Erkek	338	2,14	,83		
Kalp Atım Monitörlü Saat Kullanırım	Kadın	526	1,97	,18	1,124	,025*
	Erkek	338	1,95	,22		
Adımsayar (Pedometre) Kullanırım	Kadın	526	1,79	,41	-,376	,451
	Erkek	338	1,80	,40		
Akıllı Telefon Uygulaması Kullanırım	Kadın	526	1,25	,43	-1,892	,000*
	Erkek	338	1,31	,46		
Müzik Ekipmanları Kullanırım	Kadın	526	1,40	,49	,248	,617
	Erkek	338	1,40	,49		
Video Kamera Kullanırım	Kadın	526	1,53	,50	-1,08	,028*
	Erkek	338	1,57	,50		

Katılımcıların cinsiyetlerine göre egzersiz kültürlerine bakıldığında;

Tablo 3. Katılımcıların Cinsiyetlerine göre egzersiz kültürleri karşılaştırılmıştır. Tablo 3’de görüldüğü gibi “Yılın Hangi mevsiminde yoğun egzersiz yapıyorsunuz?” sorusuna Kadınların Yazın erkeler ise Yaz ile Sonbahar arası Yaptıkları görülmektedir. Cinsiyete göre anlamlı bir farklılığın var olup olmadığına bakmak için yapılan bağımsız gruplar t-testine bakıldığında, grupların aritmetik ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p>0.05$).

“Kalp Atım Monitörlü Saat Kullanım” sorusuna kadınlar ve erkekler kullanmadıklarını belirtmiştir. Cinsiyete göre anlamlı bir farklılığın var olup olmadığına bakmak için gerçekleştirilen bağımsız grup t-testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur ($p<0.05$). Böylelikle erkeklerin kadınlara göre daha çok kalp atım monitörü kullandığı söylenebilir.

“Adımsayar (Pedometre) Kullanım” sorusuna kadınlar ve erkekleri genel olarak kullanmadıklarını belirtmiştir. Cinsiyetlere göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen bağımsız grup t testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ($p>0.05$).

“Akıllı Telefon Uygulaması Kullanım” sorusuna kadınlar ve erkekleri genel olarak kullandıklarını belirtmiştir. Cinsiyetlere göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen bağımsız grup t testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p<0.05$). Böylelikle erkeklerin kadınlara göre daha çok Akıllı telefon Uygulaması kullandığı söylenebilir.

“Müzik Ekipmanları Kullanım” sorusuna kadınlar ve erkekleri genel olarak kullandıklarını belirtmiştir. Cinsiyetlere göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen bağımsız grup t testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ($p>0.05$).

“Video Kamera Kullanım” sorusuna kadınlar ve erkekleri genel olarak kullanmadıklarını belirtmiştir. Cinsiyetlere göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen bağımsız grup t testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p<0.05$). Böylelikle kadınların erkeklere göre daha çok Video kamera kullandığı söylenebilir.

Tablo 4. Katılımcıların Yaş Gruplarına göre egzersiz kültürlerinin karşılaştırılması (Student’s t-testi)

	Yaş Grubu	N	Ort	s	t	p
Yılın Hangi Mevsiminde Yoğun Egzersiz Yapıyorsunuz?	11-14	527	1,97	,73	-3,796	,000*
	15-18	337	2,19	,95		
Kalp Atım Monitörlü Saat Kullanım	11-14	527	1,97	,18	,774	,122
	15-18	337	1,96	,21		
Adımsayar (Pedometre) Kullanım	11-14	527	1,81	,39	2,057	,000*
	15-18	337	1,75	,43		
Akıllı Telefon Uygulaması Kullanım	11-14	527	1,27	,44	-,523	,300
	15-18	337	1,28	,45		
Müzik Ekipmanları Kullanım	11-14	527	1,42	,49	1,045	,032*
	15-18	337	1,38	,49		
Video Kamera Kullanım	11-14	527	1,52	,50	-1,863	,000*
	15-18	337	1,58	,49		

Tablo 4. Katılımcıların Yaş gruplarına göre egzersiz kültürleri karşılaştırılmıştır.

Tablo 4’de görüldüğü gibi Yılın Hangi Mevsiminde Yoğun Egzersiz Yapıyorsunuz?” sorusuna 11-14 yaş grubundakiler genellikle Yazın 15-18 yaş grubundakiler ise Yaz ile Sonbahar arası yoğun egzersiz yaptıklarını belirtmiştir. Yaş Gruplarına göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği için yapılan bağımsız grup t-testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur ($p<0.05$). Böylece 15-18 yaş grubu 11-14 yaş grubuna göre egzersiz yaptıkları mevsim farklılık göstermektedir.

“Kalp Atım Monitörlü Saat Kullanım” sorusuna 11-14 yaş grubundakiler ile 15-18 arası yaş grubundakiler kullanmadığını belirtmiştir. Yaş Grupları

değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen bağımsız grup t testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ($p>0.05$).

“Adımsayar (Pedometre) Kullanım” sorusuna 11-14 yaş grubundakiler ile 15-18 arası yaş grubundakiler genel olarak kullanmadığını belirtmiştir. Yaş Grupları değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen bağımsız grup t testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p<0.05$). Böylece 15-18 yaş grubu 11-14 yaş grubuna göre daha yüksek oranda Adımsayar kullandığı görülmektedir.

“Akıllı Telefon Uygulaması Kullanım” sorusuna 11-14 yaş grubundakiler ile 15-18 arası yaş grubundakiler genel olarak kullandığını belirtmiştir. Yaş Grupları değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen bağımsız grup t testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ($p>0.05$).

“Müzik Ekipmanları Kullanım” sorusuna 11-14 yaş grubundakiler ile 15-18 arası yaş grubundakiler genel olarak kullandığını belirtmiştir. Yaş Grupları değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen bağımsız grup t testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p<0.05$). Böylece 15-18 yaş grubu 11-14 yaş grubuna göre daha yüksek oranda Müzik ekipmanı kullandığı görülmektedir.

“Video Kamera Kullanım” sorusuna 11-14 yaş grubundakiler ile 15-18 arası yaş grubundakiler genel olarak kullanmadığını belirtmiştir. Yaş Grupları değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen bağımsız grup t testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p<0.05$). Böylece 1-14 yaş grubu 15-18 yaş grubuna göre daha yüksek oranda Video kamera kullandığı görülmektedir.

Tablo 5. Katılımcıların İkamet ettikleri ilçelere göre egzersiz kültürlerinin karşılaştırılması (ANOVA F testi)

	İlçe	N	Ort	s	F	P
Yılın Hangi Mevsiminde Yoğun Egzersiz Yapıyorsunuz?	G.Mağusa	194	2,04	,84	,771	,571
	Girne	130	1,96	,74		
	Güzelyurt	75	2,07	,98		
	Lefke	75	2,08	,77		
	Lefkoşa	318	2,07	,82		
	İskele	72	2,19	,91		
Kalp Atım Monitörlü Saat Kullanırım	G.Mağusa	194	1,98	,13	2,223	,51
	Girne	130	1,97	,17		
	Güzelyurt	75	1,91	,29		
	Lefke	75	1,95	,23		
	Lefkoşa	318	1,96	,21		
	İskele	72	1,99	,12		
Adımsayar (Pedometre) Kullanırım	G.Mağusa	194	1,83	,38	1,376	,231
	Girne	130	1,82	,39		
	Güzelyurt	75	1,77	,42		
	Lefke	75	1,76	,43		
	Lefkoşa	318	1,79	,41		
	İskele	72	1,69	,46		
Akıllı Telefon Uygulaması Kullanırım	G.Mağusa	194	1,26	,44	1,521	,181
	Girne	130	1,29	,46		
	Güzelyurt	75	1,24	,43		
	Lefke	75	1,23	,42		
	Lefkoşa	318	1,31	,46		
	İskele	72	1,17	,38		
Müzik Ekipmanları Kullanırım	G.Mağusa	194	1,30	,46	3,656	,003*
	Girne	130	1,40	,49		
	Güzelyurt	75	1,40	,49		
	Lefke	75	1,49	,50		
	Lefkoşa	318	1,46	,50		
	İskele	72	1,32	,47		

Video Kamera	G.Mağusa	194	1,50	,50	1,571	,166
Kullanırım	Girne	130	1,54	,50		
	Güzelyurt	75	1,47	,50		
	Lefke	75	1,61	,49		
	Lefkoşa	318	1,59	,49		
	İskele	72	1,50	,50		

Tablo 5. Katılımcıların ikamet ettikleri ilçelere göre egzersiz kültürleri karşılaştırılmıştır.

Tablo 5’de görüldüğü gibi Yılın Hangi Mevsiminde Yoğun Egzersiz Yapıyorsunuz?” sorusuna G.Mağusa, Güzelyurt, Lefke, lefkoşa ve İskelede’de ikamet edenlerin Yaz ile Sonbahar, Girne’de İkamet edenler ise İlkbahar ile yazın yoğun egzersiz yaptıklarını belirtmiştir. İkamet ettikleri ilçe değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen varyans analizi F testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ($p>0.05$).

“Kalp Atım Monitörlü Saat Kullanırım” sorusuna tüm ilçelerdeki katılımcılar kullanmadıklarını belirtmiştir. İkamet ettikleri İlçe değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen varyans analizi F testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ($p>0.05$).

“Adımsayar (Pedometre) Kullanırım” sorusuna tüm ilçelerdeki katılımcılar genel olarak kullanmadıklarını belirtmiştir. İkamet ettikleri İlçe değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen varyans analizi F testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ($p>0.05$).

“Akıllı Telefon Uygulaması Kullanırım” sorusuna tüm ilçelerdeki katılımcılar genel olarak kullandıklarını belirtmiştir. İkamet ettikleri İlçe değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen varyans analizi F testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ($p>0.05$).

“Müzik Ekipmanları Kullanım” sorusuna tüm ilçelerde ikamet edenler genel olarak kullandıklarını belirtmiştir. İkamet ettikleri İlçe değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen varyans analizi F testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p<0.05$). Böylelikle Müzik ekipmanlarının kullanımında ilçeler arası fark göstermekte G.Mağusa’da daha yüksek oranda kullanılmaktadır.

“Video Kamera Kullanım” puanlarının ikamet ettikleri İlçe değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen varyans analizi F testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ($p>0.05$).

Tablo 6. Katılımcıların Gelir Düzeylerine göre egzersiz kültürlerinin karşılaştırılması (ANOVA F testi)

	Gelir Düzeyi	N	Ort	s	F	P
Yılın Hangi Mevsiminde	1500 - 2000 TL	162	2,00	,83	1,687	,168
Yoğun Egzersiz	2001 - 3000 TL	232	2,08	,86		
Yapıyorsunuz?	3001 - 4000 TL	159	1,96	,77		
	4000 ve üzeri	311	2,12	,83		
Kalp Atım Monitörlü	1500 - 2000 TL	162	1,94	,23	,611	,608
Saat Kullanırım	2001 - 3000 TL	232	1,96	,19		
	3001 - 4000 TL	159	1,97	,18		
	4000 ve üzeri	311	1,97	,18		
Adımsayar (Pedometre)	1500 - 2000 TL	162	1,81	,39	1,223	,300
Kullanırım	2001 - 3000 TL	232	1,75	,43		
	3001 - 4000 TL	159	1,82	,38		
	4000 ve üzeri	311	1,79	,41		
Akıllı Telefon	1500 - 2000 TL	162	1,29	,46	1,175	,318
Uygulaması	2001 - 3000 TL	232	1,23	,42		
Kullanırım	3001 - 4000 TL	159	1,31	,47		
	4000 ve üzeri	311	1,27	,44		
Müzik Ekipmanları	1500 - 2000 TL	162	1,45	,50	,925	,428
Kullanırım	2001 - 3000 TL	232	1,41	,49		
	3001 - 4000 TL	159	1,36	,48		
	4000 ve üzeri	311	1,39	,49		
Video Kamera	1500 - 2000 TL	162	1,56	,50	1,058	,366
Kullanırım	2001 - 3000 TL	232	1,53	,50		
	3001 - 4000 TL	159	1,60	,49		
	4000 ve üzeri	311	1,52	,50		

Tablo 6. Katılımcıların gelir düzeylerine göre egzersiz kültürleri karşılaştırılmıştır.

Tablo 6’da görüldüğü gibi Yılın Hangi Mevsiminde Yoğun Egzersiz Yapıyorsunuz?” sorusuna 1500-2000 TL arası gelir düzeyi olanlar Yazın, 2001-3000 TL arası olanlar Yaz ile Sonbahar, 3001-4000 TL olanlar İlkbahar ile yaz ve

4001 TL ve üzeri olanlar Yaz ile Sonbahar yaptıklarını belirtmiştir. Gelir düzeyi değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan varyans analizi F testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p>0.05$).

“Kalp Atım Monitörlü Saat Kullanım” sorusuna tüm gelir düzeyinde olanlar kullanmadıklarını belirtmiştir. Gelir düzeyi değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan varyans analizi F testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p>0.05$).

“Adımsayar (Pedometre) Kullanım” sorusuna tüm gelir düzeyinde olanlar genel olarak kullanmadıklarını belirtmiştir. Gelir düzeyi değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen varyans analizi F testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ($p>0.05$).

“Akıllı Telefon Uygulaması Kullanım” sorusuna tüm gelir grubundaki katılımcılar genel olarak kullandıklarını belirtmiştir. Gelir düzeyi değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen varyans analizi F testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ($p>0.05$).

“Müzik Ekipmanları Kullanım” sorusuna tüm gelir grubundaki katılımcılar genel olarak kullandıklarını belirtmiştir. Gelir düzeyi değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen varyans analizi F testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ($p>0.05$).

“Video Kamera Kullanım” sorusuna tüm gelir grubundaki katılımcılar genel olarak kullanmadıklarını belirtmiştir. Gelir düzeyi değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen varyans analizi F testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ($p>0.05$).

Tablo 7. Katılımcıların Tütün ve Tütün ürünleri kullanmalarına göre egzersiz kültürlerinin karşılaştırılması (student's t testi)

	Tütün	N	Ort	s	T	P
Yılın Hangi Mevsiminde Yoğun Egzersiz Yapıyorsunuz?	Evet	54	2,31	1,02	2,36	,000*
	Hayır	810	2,04	,81		
Kalp Atım Monitörlü Saat Kullanırım	Evet	54	1,94	,23	-,687	,177
	Hayır	810	1,96	,19		
Adımsayar (Pedometre) Kullanırım	Evet	54	1,89	,32	1,854	,000*
	Hayır	810	1,78	,41		
Akıllı Telefon Uygulaması Kullanırım	Evet	54	1,33	,48	1,046	,068
	Hayır	804	1,27	,44		
Müzik Ekipmanları Kullanırım	Evet	54	1,31	,47	-1,344	,000*
	Hayır	810	1,41	,49		
Video Kamera Kullanırım	Evet	54	1,46	,50	-1,252	,733
	Hayır	810	1,55	,50		

Tablo 7. Katılımcıların Tütün ve tütün ürünleri kullanmalarına göre egzersiz kültürleri karşılaştırılmıştır.

Tablo 7’de görüldüğü gibi Yılın Hangi Mevsiminde Yoğun Egzersiz Yapıyorsunuz?” sorusuna Tütün kullananlar ve kullanmayanlar Yaz ile Sonbaharda kullandıklarını belirtmiştir. Tütün ve tütün ürünleri kullanmalarına göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen varyans analizi F testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p<0.05$).

“Kalp Atım Monitörlü Saat Kullanırım” sorusuna Tütün ve Tütün ürünleri kullanan ve kullanmayanlarında kalp atım mönitörü kullanmadığını belirtmiştir. Tütün ve tütün ürünleri kullanmalarına göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen varyans analizi F testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ($p>0.05$).

“Adımsayar (Pedometre) Kullanırım” sorusuna Tütün ve Tütün ürünleri kullanan ve kullanmayanlarında kalp atım mönitörü genel olarak kullanmadığını

belirtmiştir. Tütün ve tütün ürünleri kullanmalarına göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen varyans analizi F testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p<0.05$).

“Akıllı Telefon Uygulaması Kullanım” sorusuna Tütün ve Tütün ürünleri kullanan ve kullanmayanlarında kalp atım m n t r  genel olarak kullandığını belirtmiştir. Tütün ve tütün ürünleri kullanmalarına göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen varyans analizi F testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ($p>0.05$).

“Müzik Ekipmanları Kullanım” sorusuna Tütün ve Tütün  r nleri kullanan ve kullanmayanlarında kalp atım m n t r  genel olarak kullandığını belirtmiştir. Tütün ve tütün ürünleri kullanmalarına göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen varyans analizi F testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p<0.05$).

“Video Kamera Kullanım” sorusuna tütün ve tütün ürünleri kullananların genel olarak video kullandığını tütün ve tütün ürünleri kullanmayanların ise genel olarak vide kamera kullanmadığını belirtmiştir. Tütün ve tütün ürünleri kullanmalarına göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen varyans analizi F testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ($p>0.05$).

Tablo 8. Katılımcıların Düzenli olarak egzersiz yapmalarına göre egzersiz kültürlerinin karşılaştırılması (ANOVA F testi)

	Egzersiz Sayısı	N	Ort	s	F	P
Yılın Hangi Mevsiminde	Hiç	115	2,09	,83	,841	,52
Yoğun Egzersiz	1.Kez	138	1,93	,75		
Yapıyorsunuz?	2.Kez	200	2,08	,83		
	3.Kez	168	2,09	,87		
	4.Kez	83	2,01	,76		
	5 ve üzeri	160	2,10	,91		
Kalp Atım Monitörlü	Hiç	115	1,96	,20	1,145	,335
Saat Kullanırım	1.Kez	138	1,98	,15		
	2.Kez	200	1,94	,24		
	3.Kez	168	1,98	,13		
	4.Kez	83	1,96	,19		
	5 ve üzeri	160	1,96	,21		
Adımsayar (Pedometre)	Hiç	115	1,85	,36	2,147	,058
Kullanırım	1.Kez	138	1,85	,36		
	2.Kez	200	1,81	,39		
	3.Kez	168	1,74	,44		
	4.Kez	83	1,72	,45		
	5 ve üzeri	160	1,76	,43		
Akıllı Telefon	Hiç	115	1,43	,50	4,939	,000*
Uygulaması	1.Kez	138	1,28	,45		
Kullanırım	2.Kez	200	1,21	,41		
	3.Kez	168	1,21	,41		
	4.Kez	83	1,20	,41		
	5 ve üzeri	160	1,10	,47		
Müzik Ekipmanları	Hiç	115	1,57	,50	5,315	,000*
Kullanırım	1.Kez	138	1,49	,50		
	2.Kez	200	1,38	,49		
	3.Kez	168	1,21	,41		
	4.Kez	83	1,30	,46		
	5 ve üzeri	160	1,36	,48		

Video Kamera	Hiç	115	1,67	,47	2,418	,034
Kullanırım	1.Kez	138	1,51	,50		
	2.Kez	200	1,56	,50		
	3.Kez	168	1,47	,50		
	4.Kez	83	1,52	,50		
	5 ve üzeri	160	1,55	,50		

Tablo 8. Katılımcıların Düzenli olarak spor yapmalarına göre egzersiz kültürleri karşılaştırılmıştır.

Tablo 8’de görüldüğü gibi Yılın Hangi Mevsiminde Yoğun Egzersiz Yapıyorsunuz?” sorusuna 1 Kez yapanların dışındakiler Yaz ile sonbahar 1 Kez yapanlar ise İlkbahar ve yazın spor yaptıklarını belirtmiştir. Egzersiz yapma sayılarına göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen varyans analizi F testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ($p>0.05$).

“Kalp Atım Monitörlü Saat Kullanırım” sorusuna tüm grupların kullanmadıklarını belirtmiştir. Egzersiz sayılarına göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen varyans analizi F testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ($p>0.05$).

“Adımsayar (Pedometre) Kullanırım” sorusuna tüm grupların genel olarak kullanmadıklarını belirtmiştir. Egzersiz sayılarına göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen varyans analizi F testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ($p>0.05$).

“Akıllı Telefon Uygulaması Kullanırım” sorusuna tüm grupların genel olarak kullandıklarını belirtmiştir. Egzersiz sayılarına göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen varyans analizi F testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p<0.05$).

“Müzik Ekipmanları Kullanırım” sorusuna hiç egzersiz yapmayanların dışındaki genel olarak kullandıkları Hiç egzersiz yapmayanların ise genel olarak

kullanmadıklarını belirtmiştir. Egzersiz sayılarına göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen varyans analizi F testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p<0.05$).

“Video Kamera Kullanırım” sorusuna tüm gelir gruplarını genel olarak kullandıklarını belirtmiştir. Egzersiz sayılarına göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen varyans analizi F testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p<0.05$).

4.3. Katılımcıların Egzersiz/Spor motivasyon bilgisi hangi düzeydedir

Araştırmanın üçüncü alt amacı “Çalışmaya katılan öğrencilerin egzersiz ve spor motivasyonları hangi düzeydedir?” şeklinde belirlenmiştir. Katılımcılardan elde edilen egzersiz ve spor motivasyonları Tablo 9’ da verilmiştir.

Tablo 9. Çalışmaya katılan öğrencilerin egzersiz ve spor motivasyonları hangi düzeydedir?

	Kesinlikle Katılmıyorum		Katılmıyorum		Kararsızım		Katılıyorum		Kesinlikle Katılıyorum		ort	ss
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%		
Estetik görünüme sahip olmaktır	151	17.5	120	13.9	181	20.9	239	27.7	173	20	3.19	1.37
Sağlıklı bir yaşam sunmaktır	76	8.8	46	5.3	43	5	229	26.5	470	54.4	4.12	1.25
Sportif performans artırmaktır	65	7.5	54	6.3	120	13.9	317	36.7	308	35.6	3.87	1.18
Eğlenmek ve mutlu olmaktır	62	7.2	59	6.8	114	13.2	321	37.2	308	35.6	3.87	1.18
Stresi yönetebilmektir	72	8.3	89	10.3	186	21.5	282	32.6	235	27.3	3.60	1.22
Boş zamanları değerlendirmektir	76	8.8	70	8.1	127	14.7	316	36.6	275	31.8	3.78	1.56
Sınırları zorlamaktır	119	13.8	138	16	222	25.7	180	20.8	205	23.7	3.25	1.34
Kendimi gençleştirmektir	98	11.3	107	12.4	185	21.4	247	28.6	227	26.3	3.51	1.92
Kendimi keşfetmektir	89	10.3	93	10.8	168	19.4	301	34.8	213	24.7	3.53	1.25
Sakatlanma ve hastalık nedeni ile vazgeçtim	412	47.7	198	22.9	119	13.8	71	8.2	64	7.4	2.05	1.26
Yoğun iş temposu nedeni ile vazgeçtim	405	46.9	214	24.8	110	12.7	65	7.5	70	8.1	2.05	1.27
Olumsuz hava koşulları nedeniyle vazgeçtim	414	47.9	216	25	119	13.8	64	7.4	51	5.9	1.98	1.20
Performansımı geliştirmedim için vazgeçtim	408	47.3	237	27.4	98	11.3	62	7.2	59	6.8	1.99	1.22
Ekipman giderlerinin fazla olması nedeniyle vazgeçtim	415	48	248	28.7	95	11	45	5.2	61	7.1	1.95	1.19
Zevk almadığım için vazgeçtim	401	46.4	221	25.6	108	12.5	69	8	65	7.5	2.05	1.25
Çok yorucu olduğundan vazgeçtim	374	43.3	222	25.7	115	13.3	79	9.1	74	8.6	2.14	1.29
Bana eşlik edecek birini bulamadığımdan vazgeçtim	357	41.3	210	24.3	124	14.4	100	11.6	73	8.4	2.22	1.31
Yaşadığım çevrede yeterli olanaklar olmadığı için vazgeçtim	369	42.7	217	25.1	111	12.8	93	10.8	74	8.6	2.17	1.31

Tablo 9'a göre katılımcıların **“Estetik Görünüme Sahip Olmaktır”** sorusuna katılımcıların katıldığını, **“Sağlıklı Bir Yaşam Sunmaktır”** sorusuna kesinlikle katıldığını **“Sportif performansı artırmaktır”** sorusuna katıldığını, **“Eğlenmek ve mutlu olmaktır”** sorusuna katıldığını, **“Stresi yönetebilmektir”** sorusuna

katıldığını, **“Boş zamanları değerlendirmektir”** sorusuna katıldığını **“Sınırları zorlamaktır”** sorusuna katıldığını, **“Kendimi Geliştirmektir”** sorusuna, katıldığını, **“Kendimi Keşfetmektir”** sorusuna katıldığını, **“Sakatlanma veya hastalık nedeni ile vazgeçtim”** sorusuna, katılmadığını, **“Yoğun iş temposu nedeniyle vazgeçtim”** sorusuna, katılmadığını, **“Olumsuz Hava Koşulları Nedeni İle Vazgeçtim”** sorusuna, katılmadığını, **“Performansımı geliştirmediğim için vazgeçtim”** sorusuna katılmadığını, **“Ekipman giderlerinin fazla olması nedeniyle vazgeçtim”** sorusuna katılmadığını, **“Zevk almadığım için vazgeçtim”** sorusuna katılmadığını, **“Çok yorucu olduğundan vazgeçtim”** sorusuna katılmadığını, **“Bana eşlik edecek birini bulamadığım için vazgeçtim”** sorusuna katılmadığını ve **“Yaşadığım çevrede yeterli olanaklar olmadığı için vazgeçtim”** sorusuna; katılmadığını belirtmiştir.

4.4. Katılımcıların Demografik özelliklerine göre Egzersiz/spor Motivasyonları ne düzeydedir

Araştırmanın dördüncü alt amacı “Çalışmaya katılan öğrencilerin egzersiz ve spor motivasyon düzeyleri demografik değişkenlere göre (Cinsiyet, Yaş, İkamet ettikleri ilçe, Haftada kaç kez egzersiz yapıyorlar, Tütün ve tütün ürünü kullanmaları ve Gelir düzeylerine göre) anlamlı farklılık göstermekte midir?” şeklinde belirlenmiştir.

Tablo 10. Çalışmaya katılan öğrencilerin egzersiz/spor motivasyon düzeyleri Cinsiyet, Yaş ve Tütün ürünleri kullanmalarına göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

	Egzersiz/Sporda Motivasyon	N	Ort	S	t	p
Cinsiyet	Kadın	526	2,86	,51	1,266	,974
	Erkek	338	2,82	,51		
Yaş Grubu	11-14	527	2,82		-1,930	,818
	15-18	337	2,89			
Tütün ve tütün ürünleri kullanıyormusunuz?	Evet	54	2,94		1,366	,318
	Hayır	810	2,84			

Tablo 10. Katılımcıların Cinsiyet, Yaş Grubu ve Tütün ve tütün ürünleri kullanmalarına göre göre egzersiz/ spor motivasyon kültürleri karşılaştırılmıştır.

Tablo 10’da görüldüğü gibi “Egzersiz /Sporda Motivasyon” puanlarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen bağımsız grup t testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ($p > 0.05$).

“Egzersiz /Sporda Motivasyon” puanlarının yaş grupları değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen bağımsız grup t testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ($p > 0.05$).

Tablo 11. Çalışmaya katılan öğrencilerin egzersiz ve spor motivasyon düzeyleri İkamet ettikleri ilçe, Gelir düzeyi ve Düzenli olarak haftada kaç kez spor yapmalarına göre anlamlı farklılık göstermekte midir? (ANOVA F testi)

	Egzersiz/Sporda Motivasyon	N	ort	s	F	p
İlçe	G.Mağusa	193	2,84	,43	1,067	,377
	Girne	130	2,81	,49		
	Güzelyurt	75	2,94	,55		
	Lefke	75	2,80	,58		
	Lefkoşa	317	2,86	,56		
	İskele	72	2,87	,52		
Gelir Düzeyi	1500-2000 TL	162	2,82	,52	3,299	,020
	2001-3000 TL	232	2,92	,50		
	3001-4000 TL	159	2,83	,56		
	4001 TL ve üzeri	258	2,79	,49		
Düzenli Olarak	Hiç	115	2,93	,61	2,923	0,13
Haftada kaç kez spor yapıyorsunuz?	1.Kez	138	2,92	,58		
	2.Kez	200	2,87	,44		
	3.Kez	168	2,77	,52		
	4.Kez	83	2,83	,42		
	5 ve üzeri	160	2,77	,47		

Tablo 11. Katılımcıların İkamet ettikleri ilçe, Gelir Düzeyine ve Düzenli olarak haftada kaç kez spor yapmalarına göre egzersiz/ spor motivasyon kültürleri karşılaştırılmıştır.

Tablo 11’de görüldüğü gibi “Egzersiz /Sporda Motivasyon” puanlarının İkamet ettikleri İlçe değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen varyans analizi F testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ($p > 0.05$). “Egzersiz /Sporda Motivasyon” puanlarının İkamet ettikleri İlçe değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla

gerçekleştirilen varyans analizi F testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p < 0.05$).

Egzersiz/ Spor Motivasyon Kaynağı ne durumdadır?

	n	ort
Egzersiz/Spor Motivasyon	864	2,85

4.5. Çalışmaya katılan öğrencilerin egzersiz ve spor kültür düzeyleri ile egzersiz ve spor motivasyon düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

Egzersiz Kültürü Egzersiz/Spor Motivasyon			
Egzersiz Kültürü	Pearson Correlation	1	-.003
	Sig. (2 –tailed)		.930
	N	864	864
Egzersiz/ Spor Motivasyon	Pearson Correlation	-.003	1
	Sig. (2 –tailed)	.930	
	N	864	864

Katılımcıların Egzersiz Kültürleri ile Egzersiz ve Spor Motivasyonları arasında yapılan analiz sonucunda (Pearson) istatistiksel olarak anlamlı bir fark görülmemiştir.

5. TARTIŞMA

Bu çalışmada KKTC MEKB'e bağlı devlet okullarında öğrenim gören öğrencilerin, eksersiz ve spor kültürü konusunda hayatlarının parçası olmasını algılayabildilermi diye analiz etmek amacı ile 886 öğrenciye ölçek uygulaması yapıldı. Uygulama altı ilçedeki uygun okullardan okul mevcut sayısının yüzde yirmisi alınarak incelenmiştir.

Katılımcı öğrencilerin spora yönelik tutum ölçeğinde, egzersiz ve spor kültürlerinin karşılaştırmalı incelenmesine bakıldığı zaman, yaz ve sonbahar mevsiminde daha fazla spor yaptıkları söylenebilir. Kalp atım monitörü ile adımsayar kullanım yüzdesinin düşük olduğu ve pek fazla kullanmamaları nedeni ile bu kültürün tam yerleşmediği düşünülebilir. Müzik ekipmanı kullanan öğrencilerin çok olduğu, bu kültürün öğrencilere aktarıldığı, video kamera kullanımının ise yarısından fazlasının kullandığı için bu kültürün de artmakta olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin egzersiz kültürü ölçeğinde, puanlamalara bakıldığında, egzersiz ve spor kültürünün yeteri kadar gelişmediği görülmektedir (Tablo 3).

Spora yönelik tutum ölçeği sorularına bakıldığında , iki grup soru arasında (egzersiz kültürü soruları ve egzersiz spor motivasyon kaynağı) hiç bir ilişki olmadığı söylenebilir.

Öğrencilerin, egzersiz ve spor motivasyon kaynaklarına bakıldığında, Estetik görünüme, sağlıklı bir yaşama, sportif performansı artırmaya, eğlenip mutlu olmaya, stresi yönetmeye, boş zamanları değerlendirmeye, sınırları zorlamaya ve kendini keşfetmeye katıldıklarını belirtmişlerdir. Ayrıca sakatlık veya hastalık nedeni ile vazgeçmeye, yoğun iş temposu nedeni ile vazgeçmeye, olumsuz hava koşulları ile vazgeçmeye, performansı geliştirmediği gerekçesi ile vazgeçmeye, ekipman giderleri nedeni ile vazgeçmeye, zevk almadığı için vazgeçmeye, çok yorucu olması nedeni ile vazgeçmeye, eşlik edecek kişinin olmaması nedeni ile vazgeçmeye ve yaşadığı çevrede yeterli olanakların olmaması nedeni ile vazgeçmeye katılmadığını belirtmiştir. Egzersiz ve sporda motivasyon kaynakları sorularına bakıldığında, daha çok sporun pozitif taraflarına katıldıkları, olumsuz koşullardan etkilenmedikleri, hedeflerinin kendilerini geliştirmek olduğu, mutlu hissettikleri düşünülebilir (Tablo 9).

Katılımcıların 522'si (%61) Yazın, 187'si (%21.9) İlkbahar, 87'si (%10.2) Kışın ve 60'ı (%7) Sonbaharda yoğun egzersiz yaptığını, 822'si (%96.1) kalp atım monitörlü saat kullanmadığını, 33'ü (%3.9) kullandığını, 678'i (%78.8) Adımsayar kullanmadığını, 182'si (%21.2) kullandığını, 628'i (%72.9) Akıllı telefon uygulaması kullandığını, 234'ü (%27.1) kullanmadığını, 515'i (%59.8) Müzik ekipmanları kullandığını, 346'sı (%40.2) kullanmadığını, 468'i (%54.4) Video Kamera kullandığını, 393'ü (%45.9) kullandığını belirtmiştir. (Tablo 2)

Katılımcıların cinsiyetlerine göre Düzenli olarak spor yapmaları, “Tütün ve Tütün ürünü kullanmaları, Ne sıklıkla Alkol almaları ve Yılın hangi mevsiminde düzenli spor yapmaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur. (Tablo 3)

Katılımcıların yaş gruplarına göre Tütün ve Tütün Ürünleri Kullanmaları, Ne Sıklıkla Alkol Almaları, Yılın Hangi Mevsiminde Yoğun Egzersiz Yapmaları ve Adımsayar kullanmaları arasında fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. (Tablo 4)

Katılımcıların İkamet ettikleri ilçelere göre Tütün ve Tütün Ürünleri Kullanmaları ve Müzik ekipmanı kullanmaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur. (Tablo 5)

Katılımcıların gelir düzeyine göre Tütün ve Tütün Ürünleri Kullanmaları ve Müzik ekipmanı kullanmaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur. (Tablo 6)

Katılımcıların Cinsiyet ve yaş gruplarına göre egzersiz/sporda motivasyon arasında istatistiksel bir fark bulunmamıştır. (Tablo 7)

Katılımcıların ikamet ettikleri ilçelere göre egzersiz/sporda motivasyon arasında istatistiksel anlamlı fark bulunmazken, gelir düzeylerine göre istatistiksel anlamlı bir fark bulunmaktadır. (Tablo 8)

İlhan (2010), e göre “İnsanlar çok uzun yıllar öncesinden beridir fiziksel güçlerini kullanarak ihtiyaçlarını karşılamaktadırlar. Günümüzde ise teknolojiyi kullanarak ihtiyaçlarını karşılariken hareketliliğini de azaltmakta ve buna sonucu olarak da önce sağlık sıkıntıları olmak üzere, kişisel ve toplumsal olarak pek çok aksi durumlar ortaya çıkmıştır. Özellikle büyük şehir hayatınının tek düzeligi içinde yoğunlaşarak yaşayan insan pek çok aksi çevresel tepkinin (ağır iş temposu,

baskı, yorgunluk vb.) etkisi altında kalmaktadır. İş hayatı dışında televizyon ve bilgisayar karşısında süren zaman öncelikle çocuk ve gençlerde bir bağımlılık durumu haline gelirken hareketsiz hayatları ise kültürünün başlıca unsurları haline gelmiştir. Yasaklı madde kuananların yaşı giderek düşerken, çocuk ve gençlerde şiddet artmış ve korkunç boyuta ulaşmıştır. Beden eğitimi ve spor organizasyonları, kişilerdeki pek çok aksi özelliğinin üstesinden gelebilecek hareketleri içeren ve bu şekliyle adeta bir rehabilitasyon aracı olarak karşımıza çıkmaktadır. Kişilerin fiziksel gelişimlerine hizmet etmek şekliyle en yüksek türde topluma hizmet etmektedir.”

Bozatl, İmamoğlu, Ziyagil, Zorba (1999)’a göre yapılan bu çalışmanın kastı çocuklarda demografik özellikleri ve spor yapma ihtiyaçlarının fiziksel yapı, hız ve anaerobik gücü üstündeki tesirini araştırmaktır. Boy, kilo, skinfold değerleri, hız ve anaerobik güç parametreleri 6-14 yaşları arasındaki erkek ve kız çocuklarının oluşturduğu örneklem üzerinde test edildi. Örneklemin boy, kilo, skinfold toplamaları, hızı ve anaerobik gücüne, yaş, cinsiyet ve düzenli spor yapma faktörlerinin etkisini belirlemek için çift yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanıldı. Bu araştırma sonucunda boy, kilo, skinfold ölçümleri, kısa metre sürat koşusu ve bu koşunun sadece 2 - 10 metrelik kısmındaki hızı, dikey sıçrama, anaerobik güç ve 10 metre koşu süratinin yaş ve cinsiyete bağlı olarak değişebileceğini göstermiştir. Spor yapma etkenleri ise, çocuklarda 5 skinfold toplam değeri, kısa metre sürat koşusu ve bu koşunun sadece 2 - 10 metrelik kısmındaki performansı tepkileri gözlemlenmektedir. Çocuklarda yaş, cinsiyet ve spor yapma alışkanlığı faktörleri vücut kompozisyonu, sürati ve anaerobik gücü etkilemektedir

Sunay, Gündüz, Müniroğlu (2002)’e göre olan çalışma, öğrenciler kendini oluşturma ve bir gruba dahil olma etkileri için müsbet yönde bir motivasyona sahip oldukları gözlemlenmiştir. Öğrencilerin spor sayesinde dış görünümünün müsbet yönde değişmesine ait motivasyon seviyelerinin düşük olduğu gözlenirken, spor sayesinde sağlıklı olmaları konusunda müsbet yönde motive edildikleri gözlemlenmiştir. Kadınların tüm etkenleri erkeklere göre nispi olarak olumlu yönde daha fazla motive edildikleri anlaşılmıştır. Grup sporları ile çalışanların, nispi olarak kişisel sporla çalışanlara nispeten daha fazla motive oldukları saptanmıştır. Birinci sınıftaki öğrencilerin, sağlıklı olma etkenlerine ait

olarak egzersize karşı motive olma seviyeleri, dördüncü sınıf öğrencilerine göre yüksek olduğu saptanmıştır. Haftalık olarak daha fazla spor yapanların daha az yapanlara göre daha motive oldukları gözlemlenmiştir.

Korkmaz, Göral, Yücel, Kılıç (2015), çalışmalarında aile gelir düzeyinin kişinin yaptığı spora etki ettiği görülmüştür. 2008’de yılında Kanada’nın Saskatchewan turizm, parklar ve kültür ve spor bakanlığının yaptığı çalışmada elde edilen değerler bu bulgumuzu destekler niteliktedir. Çalışmanın genelinde yüksek gelir düzeyine sahip çocukların düşük gelir düzeyine sahip çocuklara nisbeten spora katılımları daha fazla olduğu saptanmıştır (Saskatchewan Ministry of Tourism, Parks, Culture and Sport, 2008).

Kızılakşam (2015)’ın tez çalışmasına göre, faal spor ile uğraşan erkek öğrencilerin faal sporla uğraşmayan erkek öğrencilerin fiziksel değişkenlerinin; boy ve kiloları karşılaştırmalarında gruplar arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır. Bunun yanında, faal spor yapan ve faal spor yapmayan erkek öğrencilerin Eurofit Testleri; flamingo denge, disklere dokunma, oturma,uzanma, pençe kuvveti sağve sol,durarak uzun atlama, mekik ve bükülü kol ile asılma testleri karşılaştırmalarında gruplar arasında anlamlı bir farklılık gözlemlenmemiştir. Ancak faal spor ile uğraşanların ve spor ile uğraşmayan erkek öğrencilerin 10x5 m mekik koşusu karşılaştırmalarında $p<0.01$ düzeyinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur.

Faal spor yapan ve faal spor yapmayan kız öğrencilerin fiziki özelliklerinin; boy ve kiloları karşılaştırmalarında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunamamıştır. Bununla birlikte, faal spor yapan ve faal spor yapmayan kızların Eurofit Testleri; flamingo denge, disklere dokunma ve oturma ve uzanma testleri karşılaştırmalarında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunamamıştır. Fakat bu iki grubun karşılaştırmasında pençe kuvveti sağ ve sol parametreleri arasında $p<0.05$ düzeyinde istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Durarak uzun atlama, bükülü kol, mekik ile asılma ve 10x5 m mekik koşusu karşılaştırmalarında $p<0,01$ düzeyinde anlamlı farklılıklar bulunmuştur.

Bozkuş, Özkan, Türkmen, Öz, Cengiz (2013), çalışmalarında BESYO öğrencileri toplam fiziksel etkinlik seviyeleri açısından HEPA faal ekipte yer alırken, sağlıklı hayat tarzı toplam puan açısından da yüksek olarak Kabul edilebilecek birdeğere sahip oldukları gözlemlenmiştir. Yapılan Pearson

Çarpımlar Moment Korelasyon analizi sonucunda katılımcıların öğrencilerin fiziksel etkinlik düzeyi ile egzersiz, sağlık sorumluluğu, stres yönetimi, kendini gerçekleştirme ve sağlıklı yaşam biçimi davranışı arasında istatistiksel olarak anlamlı aynı yönlü bir ilişki gözlemlenmiştir. Sonuçta, çalışmada bulunan değerler Bartın Üniversitesi BESYO’u öğrencilerin sağlıklı yaşam kültürlerinin fiziksel etkinlik düzeyini belirlemede etkin olduğu söylenebilir.

G. Er, H. Çamlıyer, Çobanoğlu, N. Er(1999) tez çalışmalarında, 6-15 yaş arası kız ve erkek öğrencilere iki ay süre bulunmuştur. Çalışmanın istatistiksel değerlendirilmesinde de Pained t ve Wilcoxin Signed Ranks testleri yapılmış ve konuya ilişkin tüm istatistiksel değerlere bakıldığında; yaş grupları ile cinsiyetler arasında Sosyal Gelişimsel farklılıkların olmadığı gözlemlenmiştir ($p < 0.05$). Fakat genelde çocukların ve ergenlerin toplumsal yönden gelişmelerinde istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılıklar olduğu gözlemlenmiştir ($p < 0.05$).

Atakan (2011), yapılan çalışmasının değerlendirmesindeki bulgulara bakıldığında; Katılımcıların eğitsel kol çalışmalarında bulunmaları, okuldaki diğer oyunlara ve okul sonrası evde aileye yardımda bulunmaları yapılan çalışmalardan etkilenmediğini, yine çalışmaya katılanların okul içerisinde oyunlara dahil olmaları, okul sonrası çocuk oyunlarına katılmaları, yürüyüş yapma, okul sonrası basketbol ve hentbol oynuna katılımlarının yapılan çalışmalardan fazla etkilenmediği görülmüştür. Katılımcıların okulda ve okul sonrası voleybol oynamaları, diğer başka oyunlara göre daha çok etkilendiğini, okulda ve okul sonrasında futbol oynamaları ile, yapılan çalışmalar ardından zaten oldukça yaygın olmasından dolayı, fazla etkilenmediği söylenebilir. Okul sonrası bisiklete binmenin, yapılan çalışmalardan etkilendiğini, okuldaki teneffüslerde oynadıkları oyunların süre dağılımlarının, yapılan çalışmalardan etkilendiğini ve oyun sürelerinin arttığını, okul dışı zamanlarında yapılan etkinliklerindeki zaman dağılımlarının, yapılan çalışmalardan etkilendiğini ve koyuna katılım zamanlarının yükseldiğini, okula gidip gelmelerine bakıldığında ise yapılan çalışmalardan sonra okula ulaşımında bisiklet ile gidip geldiklerinde bir artış olduğu söylenebilir.

6. SONUÇ VE ÖNERİLER

6.1. Sonuçlar

Bu araştırmanın bulgularına göre bulunan değerler ve bu değerler ışığında önerilerilere yer verilmiştir.

Araştırma, orta öğretimde öğrenim gören öğrencilerin egzersiz ve spor kültürünü incelemek için yapılmıştır. Araştırmaya toplam 864 öğrenci katılmıştır. Bu katılımcıların %60,9'u Kız, %39,1'i Erkek öğrencilerden oluşmaktadır. (12-14) yaş grubu öğrenciler %61'i, (15-17) yaş grubu öğrenciler %39'u oluşturmaktadır.

Bu çalışmada katılımcıların %96,2'sinin Kalp atım monitörlü saat kullanmadığı, %78,9'unun Adımsayar kullanmadığı ve %54,5'inn Video kamera kullanmadığı ayrıca Akıllı telefon uygulaması kullanan %72,8 ve Müzik ekipmanı kullanma oranı %59,8 olduğu gözlemlenmiştir. Genel olarak egzersiz kültür ortalamasının 1.59 olduğu ve yeterince gelişmediği söylenebilir.

Katılımcıların egzersiz kültüründe cinsiyetlerine göre Kalp Atım monitörlü saat kullanmaları, Akıllı telefon uygulaması kullanmaları ile Videolu kamera kullanmalarında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmektedir.

Katılımcıların yaş gruplarına göre Adımsayar kullanmaları, Müzik ekipmanları kullanmaları ile Videolu kamera kullanmalarında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmektedir.

Katılımcıların ikamet ettikleri illere göre Müzik ekipmanları kullanmalarında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmektedir.

Katılımcıların Tütün ve tütün ürünleri kullanmalarına göre Adımsayar kullanmaları ile Müzik ekipmanları kullanmalarında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmektedir.

Katılımcıların Düzenli spor yapmalarına göre Akıllı telefon uygulaması ile Müzik ekipmanları kullanmalarında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmektedir.

Egzersiz/Spor Motivasyon kaynağında “Estetik Görünüme Sahip Olmya” %27,7'si katıldığı, “Sağlıklı Bir Yaşam Sunmaya” %54,4 kesinlikle katıldığını,

“Sportif performansı artırmaya” %36.7’si katıldığına, “Eğlenmek ve mutlu olmaya” %37,3’ü katıldığına, “Stresi yönetebilmeye” %32.6’sı katıldığına, “Boş zamanları değerlendirmeye” %36.6’sı katıldığı, “Sınırları zorlamaya” %25.7’si kararsız, “Kendimi Geliştirmeye” %28,6’sı katıldığına, “Kendimi Keşfetmeye” %34.8’i katıldığına, “Sakatlanma veya hastalık nedeni ile vazgeçtiğine” %47.7’si kesinlikle katılmadığını, “Yoğun iş temposu nedeniyle vazgeçtiğine” %46.9’u kesinlikle katılmadığını, “Olumsuz Hava Koşulları Nedeni İle Vazgeçtiğine” %47.9’u kesinlikle katılmadığını, “Performansımı geliştirmediğim için vazgeçtiğine” %47,2’si kesinlikle katılmadığını, “Ekipman giderlerinin fazla olması nedeniyle vazgeçtiğine” %48’i kesinlikle katılmadığını, “Zevk almadığım için vazgeçtiğine” %46.4’ü kesinlikle katılmadığını, “Çok yorucu olduğundan vazgeçtiğine” %43.3’ü kesinlikle katılmadığını “Bana eşlik edecek birini bulamadığım için vazgeçtiğine” %41.3’ü kesinlikle katılmadığını, “Yaşadığım çevrede yeterli olanaklar olmadığı için vazgeçtiğine” %42.7’si kesinlikle katılmadığını belirtmiştir.

Genel olarak katılımcılar egzersiz/spor motivasyon sorularına kararsız kalmayıp katılıp katılmadığı şeklinde görüş belirtmişlerdir.

Katılımcılar Egzersiz/Spor motivasyonlarında, Yaş, cinsiyet, Tütün ve Tütün Ürünleri kullanmaları ile İkamet ettikleri ilçelere göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark görülmezken Gelir Düzeyleri ile Düzenli spor yapmalarında istatistiksel bir fark görülmektedir.

Katılımcıların egzersiz kültürleri ile egzersiz/spor motivasyonları arasında bir ilişki görülmemiştir.

Çalışma KKTC deki MEKB e bağlı 6 ilçede Lefkoşa, Girne, Gazimağusa, Lefke, İskele, Güzelyurt devlet okullarına uygulanmıştır. Okullardaki öğrenci mevcut sayısı dikkate alınarak, mevcudun % 20’si ile yürütülmüştür.

Sonuç olarak yapılan ölçeğin istatistik verilerine bakıldığında, egzersiz spor kültürünün beklediğimin altında çıktığı düşünülmektedir. Yeni müfredatın işlevsel olmadığı veya gereken önemin verilmediği düşünülmektedir. MEKB öğretmen yetiştirme kurslarını artırmalı, şartları gözden geçirip, sağlıklı, özendirici spor alanları yaratılmalıdır.

6.2. Öneriler

Araştırmada elde edilen sonuçlar dikkate alınarak egzersiz - spor bilgisi ve kültürü incelemek isteyen bakanlık uzmanları, öğretmen ve araştıma yapacak olan araştırmacılara aşağıdaki öneriler sunulabilir.

- Öğretmenlere sunulacak hizmet içi eğitimler ile okullarda öğrenim gören öğrencilerin sporda kullanılan teknolojik aletlerin faydalarını anlatmalarını ve kullanmalarını sağlanmalıdır.
- Teknolojik aletlerin yaygın olarak kullandırması için gerekli donanımların MEKB tarafından okullara sağlanmalıdır.
- Öğrencilerin motivasyonlarını yüksek tutabilmeleri için eğitsel oyunları artırarak yaptıkları egzersizden zevk almaları sağlanmaları, her okula kapalı alanlar sağlayıp soğuk havalardan etkilenmelerini azaltarak katılım yükseltilmelidir.
- Öğrencilerin egzersiz kültürü ile egzersiz/spor motivasyonları arasındaki ilişkiyi artırmak amacı ile eğitim yılı başında öğretmenlerin de katılabileceği sportif oryantosyanlar yaparak, hem okullarını ve hem teknolojiyi tanıtılmalı hemde egzersiz/spor motivasyonlarını artırarak ilişki güçlendirilebilir.
- MEKB'ğı tarafından öğretmen yetiştirme kurumları kurulabilir.
- Yeni müfredattın etkin bir şekilde kullanıldığını denetleyen kurumlar, aktif hale getirilebilir.
- Güncel şartlara uygun eğitim verildiğinin gözden geçirilip yönetilmesi MEKB tarafından sağlanabilir.

6.2.1. Araştırmacılara yönelik öneriler

Bu çalışma MEKB'na bağlı devlet okullarındaki öğrencilerde egzersiz ve spor kültürünün değerlendirilmesi amacı ile yapılmıştır.

- Ölçek verilmiş öğrenciler doldurmuştur. Aynı ölçek özel okullarda öğrenim gören öğrencilere de yaptırılabilir ve aralarında fark var mı diye bakılabilir.
- Egzersiz ve spor yapan 12-14 yaş ve 15-18 yaş kız ve erkek öğrencilerin akademik çalışmaları da incelenerek derslerindeki başarıları ile karşılaştırma yapılabilir.

- Öğretmenlerin derse teşviki ile öğrencilerin katılımları artarmı ve egzersiz spor kültürü geliştirilirmi bakılabilir.
- Öğretmenlerin mesleki yeterlilikleri belirlenebilir ve başka bir ölçek geliştirilerek, öğrencilerde egzersiz ve spor kültürü artarmı incelenebilir.
- Egzersiz ve spor kültürünün KKTC deki okullarda verildiği düşünülerek yetişkin kişilerde devam edip etmediği incelenebilir.
- Egzersiz ve spor kültürü edinmiş kişilerin sağlıklarının ve psikolojilerinin nasıl olduğu araştırması yapılabilir.
- Okul dışı zamanlarda ve beden eğitimi ve sağlık derslerde, spor ve egzersiz alışkanlığı kazanmak olarak görmelerinin teori bilgisi okullarda verilmelidir.

KAYNAKÇA

- Akça, N. (2012) *Osteoartritli Hastaların Evde Egzersiz Yapma ve Yarar Görme Durumları*, Sağlık Yüksek Okulu, Bozok Üniversitesi Yozgat.
- Akgün, N. (1986) *Egzersiz Fizyolojisi. İzmir: Ege Üniversitesi Basımevi.*
- Akgün, N. (1982) *Egzersiz Fizyolojisi. İzmir: Ege Üniversitesi Matbaası.*
- Aktaş, Z., Çobanoğlu, G., Er, N. ve Yazıcılar, İ. (2006). Profesyonel Basketbolcularda Spora Özgü Başarı, Motivasyon düzeyinin Cisiyetler Açısından karşılaştırılması. *Spormetre dergisi*, 4 (8) 55-59.
- Aktop, A., & Erman, K. A. (2002). Takım ve bireysel sporcuların başarı motivasyonu, benlik kaygısı ve sürekli kaygı düzeylerinin karşılaştırılması. 7. *Uluslar arası Spor bilimleri Kongresi*, Antalya.
- Amman, M. T., İkizler, H. C., & Karagözoğlu, C. (2000). Sporda sosyal bilimler. *İstanbul: Alfa Yayınevi.*
- Atakan, M. (2011). *11-13 yaşları arasındaki çocuklara egzersiz alışkanlığı kazandırma* (Doctoral dissertation, Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü).
- Ayar, H. (2017). *Fitness ve Crossfit Merkezlerine Rekreatif Egzersiz Amaçlı Katilimda Etkili Olan Motivasyon Faktörlerinin İncelenmesi* yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi. Trakya Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Edirne.
- Başer, E. (1985). Uygulama ve Spor Psikolojisi. *Beden Terbiyesi ve Gençlik Spor Müdürlüğü Yayınları.*
- Başer, E. (1998). Uygulamalı spor psikoloji. *Sporsal Kuram Dizisi, Bağırhan Yayınevi.* Ankara.
- Balcı, G. (2008). *Çocuk ve Spor* Hacettepe Üniversitesi. Sağlık Bilimleri Fakültesi Ankara.
- Berger, P. (1963). Invitation to Sociology. A Humanistic Perspective, Anchor Books, Doubleday&Company Inc., New York.
- Bozkurt, V. (2011). Değişen dünyada sosyoloji. *Ekin Yayınevi.* Bursa.

- Bozkuş, T., Türkmen, M., Kul, M., Özkan, A., Öz, Ü., & Cengiz, C. (2013). Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda Öğrenim Gören Öğrencilerin Fiziksel Aktivite Düzeyleri İle Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışlarının Belirlenmesi Ve İlişkilendirilmesi. *International Journal of Sport Culture and Science*, 1(3), 49-65.
- Canbaz, S. (2004). Değişen toplumda spor ve din. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Marmara Üniversitesi. İstanbul.
- Carroll, B., & Alexandris, K. (1997). Perception of constraints and strength of motivation: Their relationship to recreational sport participation in Greece. *Journal of Leisure Research*, 29(3), 279-299.
- Coakley, J. (1993). Social dimensions of intensive training and participation in youth sports. *Intensive participation in children's sports*, 77-94.
- Costa, F. (2017). Dual antiplatelet therapy in coronary artery disease developed in collaboration with EACTS.
- Dever, A. (2015). *Spor Sosyolojisi*. Ankara: Siyasal Kitabevi.
- Demir, M., & Filiz, K. (2004). Spor egzersizlerinin insan organizması üzerindeki etkileri. *Gazi Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 5, 109-114.
- Doğan, B. (2004). *Spor Sosyolojisi ve Uygulamalı Spor Sosyolojisine Giriş*. Meta Basım Matbaacılık Hizmetleri, İzmir.
- Dönmezler, S., (1984). *Sosyoloji Savaş Yayınları*, Ankara.
- Duman, G. (1979). Okul Öncesi Öğretmenliği Lisans Programı Öğretmenlik Uygulaması Derslerinin Öğrenci Boyutunda Değerlendirilmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 21(4).
- Erdemli, A. (1996). *İnsan, Spor ve Olimpizm Spor Felsefesi Yazıları*. s. 59, Sarmal Yayınevi, İstanbul.
- Erdemli, A. (2008). *Spor Yapan İnsan*, İstanbul: E Yayınları.
- Er, N., Çobanoğlu, G., Er, G., Zekioğlu, A., & Yazıcılar, İ. (2003). Sporda Başarı Motivasyonunun Cinsiyetler Açısından Analizi. *Beden Eğitimi ve Sporda Sosyal Alanlar Kongresi Poster Bildiri Kitabı*. Ankara, 459-464.

- Ergeç, S. (2007) Motivasyon ve Spordaki Önemi *Süper Voleybolcuların Mekanı*.
- Erkal, M. (1986). *Sosyolojik Açıdan Spor*, Ankara: Milli Eğitim Basımevi.
- Ersöz, G., Aşçi, F. H., & Altıparmak, E. (2012). Egzersizde davranışsal düzenlemeler ölçeği-2: geçerlilik ve güvenirlik çalışması. *Türkiye Klinikleri Journal of Sports Sciences*, 4(1), 22-31.
- Esentas, M., & Özbey, S. (2016). Bir serbest zaman etkinliği olarak; Gençlik ve Spor Bakanlığınca uygulanan gençlik kampları programları. *Uluslararası Spor Egzersiz ve Antrenman Bilimi Dergisi*, 2(2), 66-72.
- Fichter, J. (1994) *Sosyoloji Nedir*, Atilla Kitabevi, Ankara.
- Gürkan, E. R., Çamlıyer, H., Çamlıyer, H., Çobanoğlu, G., & Nihal, E. R. (2014). Çocuk ve ergenlerde spor etkinliklerinin davranış ve sosyal gelişim üzerine etkileri. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3(3), 29-38.
- Güllü, M., Cengiz, Ş. Ş., Öztaşyonar, Y., & Kaplan, B. (2016). Ortaokul öğrencilerin beden eğitimi ve spor dersine ilişkin tutumlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi (Şanlıurfa ili örneği). *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 1(2), 49-61.
- Güven, Ö. (1999). Türklerde Spor Kültürü [Sport culture in Turks]. *Ankara, Turkey: Atatürk Cultural Center Publications*.
- Hayashi, C. T. (1996). Achievement motivation among Anglo-American and Hawaiian male physical activity participants: Individual differences and social contextual factors. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 18(2), 194-215.
- İkizler, H. C. & Karagözoğlu, C. (1997). Sporda başarının psikolojisi, Alfa Yayınları, İstanbul.
- İlhan, L. (2010). Hareketsiz yaşamlar kültürü ve beraberinde getirdikleri. *Verimlilik Dergisi*, 2010(3), 195-210.
- Ziyagil, M. A., Zorba, E., Bozatlı, S., & İmamoğlu, O. (1998). 6-14 yaş grubu çocuklarda yaş, cinsiyet ve spor yapma alışkanlığının sürat ve anaerobik güce etkisi. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3(3).

- Kale, R. (1994). Toplum ve Olimpik Başarı. *Türkiye ve Olimpiyat Sempozyumu, İstanbul*, 249.
- Kaplan, M. (2018). *Kültür ve Dil*. İstanbul Dergah yayınları.
- Kaplan, Y., & Akkaya, C. (2014). Spor kültürü ve türkiye'de spor. *International Journal of Sport Culture and Science*, 2 (Special Issue 2), 114-119.
- Karakaş, G., Kolayış, İ. E., & Eskiler, E. (2015). Yüzme egzersizine katılan kadınların egzersiz motivasyonlarının incelenmesi. *Proceedings of the III Rekreasyon Araştırmaları Kongresi, Eskişehir, Turkey*, 5-7.
- Kılıcıgil, E. (1998). *Sosyal çevre-spor ilişkileri: (teori ve elit sporculara ilişkin bir uygulama)*. Bağırhan Yayınevi. Ankara.
- Kızılakşam, E. (2006). *Edirne il merkezi ilköğretim okullarındaki 12-14 yaş grubu aktif olarak spor yapan ve yapmayan öğrencilerin eurofit test bataryaları uygulama sonuçlarının karşılaştırılması. Trakya Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü* (Doctoral dissertation, Yüksek Lisans Tezi).
- Kolukısa, Ş., & Büyükkalın, F. (2000). Okullarda Yapılan Spor Faaliyetlerinde Aile-Okul Ve Kulüp Açısından Karşılaşılan Sorunlar. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 1(2).
- Kotan, Ç., Hergüner, G., & Yaman, Ç. (2009). İlköğretim Okullarında Okuyan Sporcu Öğrencilerin Spor Yapmalarında Okul ve Aile Faktörünün Etkisi (Sakarya İl Örneği).
- Kuter, F. Ö., & Kuter, M. (2012). Beden eğitimi ve spor yoluyla değerler eğitimi. *Eğitim ve İnsani Bilimler Dergisi: Teori ve Uygulama*, (6), 75-94.
- Matthews, K. (2016). Students as partners as the future of student engagement. *Student Engagement in Higher Education Journal*, 1(1).
- Mungan, S. (1995). *Sporda Motivasyon Faktörü Olarak Ödül Ve Ceza* (Doctoral dissertation, Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul).
- Murathan, F. (2013). Üniversite öğrencilerinde obezite sıklığı, fiziksel aktivite düzeyi ve sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının incelenmesi/Obesity

frequency of the university students and analyzing the level of physical activity and healthy life style behaviors.

- Özyürek, A., Özkan, İ., Begde, Z., & Yavuz, N. F. (2015). Okul öncesi dönemde beden eğitimi ve spor. *International Journal of Science Culture and Sport (IntJSCS)*, 3, 479-488.
- Özkurt, R. & Pepe, K. (2018) *Ortaöğretimde Okuyan Çocukların Sosyal Anksiyete Düzeylerinin Aktif Spor Yapan ve Yapmayanlar Açısından Değerlendirilmesi*, Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Burdur.
- Pepe, K. (2008). Mehmet Akif Ersoy Üniversitesinde Okuyan Öğrencilerin Serbest Zaman Değerlendirme Anlayış ve Alışkanlıkları İle Beklentilerinin Araştırılması. *Spor Yönetimi Ve Bilgi Teknolojileri Dergisi*, 3(1).
- Rhodes, R. E., Janssen, I., Bredin, S. S., Warburton, D. E., & Bauman, A. (2017). Physical activity: Health impact, prevalence, correlates and interventions. *Psychology & Health*, 32(8), 942-975.
- Şahan, H. (2007). Üniversite öğrencilerinin sosyalleşme sürecinde spor aktivitelerinin rolü. *Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Sosyal Ve Ekonomik Araştırmalar Dergisi*, 2008(2), 248-266.
- Silik, C.E. (2013) Uluslararası Spor Organizasyonlarının Sosyo – Kültürel Etkisi. *Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Dergisi*. 17: 36.
- Solmaz, B., & Aydın, B. O. (2012). Popüler kültür ve spor merkezlerine yönelik bir araştırma. *Gümüşhane Üniversitesi İletişim Fakültesi Elektronik Dergisi*, 1(4).
- Sunay, H., Müniroğlu, S., & Gündüz, N. (2004). Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenlik Programlarının Fiziksel Aktiviteye Güdöleme Etkisi. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2(3), 101-107.
- Şentürk, Ü. (2007). Popüler Bir Kültür Örneği Olarak Futbol. *Sosyal Bilimler Dergisi/Journal of Social Sciences*, 31(1).
- Tanrıverdi, H. (2012). *Spor Ahlakı ve Şiddet*. Yayımlanmış yüksek lisans tezi. Gümüşhane Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi, Gümüşhane.

- Türkmen, M. (2018) Koruyucu Güvenlik Önlemlerine Yönelik Okul Yöneticilerinin Ve Öğretmenlerin Görüşleri. *Çağdaş Yönetim Bilimleri Dergisi*, 5(1), 54-71.
- Yücel, A. S., Kılıç, B., Korkmaz, M., & Göral, K. (2015). Spor yapan çocukların spor tercihleri ve bunu etkileyen bazı faktörlerin incelenmesi. *Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık Ve Tıp Bilimleri Dergisi*, 5 (14), 20-54
- Yüksel, M., (2014) *Cinsiyet ve Spor*. TOD Sayı 19 663-684.
- Zorba, E. (2006). Yaşam Boyu Spor, Ankara, *Nobel Yayın Dağıtım*, 87-88.
- Zorba, E . (2011). Yaşam Boyu Spor, İstanbul, *Bedray Basım Yayıncılık*, (3).

EKLER

Ek 1. KKTC Ortaöğretimde Öğrenim Gören Öğrencilerin Spora Yönelik Tutum Ölçeği

Bu Çalışmada Orta öğretimde öğrenim gören öğrencilerin egzersiz ve spor kültürünün incelenmesi hedeflenmiştir.

Demografik Bilgiler.

1. Cinsiyetiniz () Kadın () Erkek
2. Yaşınız () 11 - 14 () 15 – 18
3. Boyunuz 4. Kilonuz 5. Okulunuz
6. Hangi ilçede yaşıyorsunuz ? () Gazimağusa () Girne () Güzelyurt () Lefke () Lefkoşa () İskele
7. Düzenli olarak haftada kaç kez egzersiz yapıyorsunuz? () Hiç () 1 kez () 2 kez () 3 kez () 4 kez () 5 ve üzeri
8. Tütün ve tütün ürünleri kullanıyormusunuz? () Evet () Hayır
9. Ne sıklıkla alkol alıyorsunuz ? () Kullanmıyorum () Haftada 1 () Haftada 3 () Haftada 5
10. Aileniz aylık gelir düzeyi nedir? () 1500 TL – 2000 TL () 2001 TL – 3000 TL () 3001 TL – 4000 TL () 4001 TL ve üzeri

Egzersiz Kültür

11. Yılın hangi mevsiminde yoğun egzersiz yapıyorsunuz? () İlkbahar () Yaz () Sonbahar () Kış
12. Kalp atım monitörlü saat kullanırım. () Evet () Hayır
13. Adımsayar (pedometre) kullanırım. () Evet () Hayır
14. Akıllı telefon uygulaması kullanırım. () Evet () Hayır
15. Müzik ekipmanları kullanırım. () Evet () Hayır
16. Video kamera kullanırım. () Evet () Hayır

Lütfen aşağıdaki soruları puanlayınız.

(1) Kesinlikle Katılmıyorum	(2) Katılmıyorum	(3)Kararsızım	(4) Katılıyorum	(5) kesinlikle Katılıyorum	
Benim için egzersiz/sporda motivasyon kaynağı;	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
17. Estetik görünüme sahip olmaktır	()	()	()	()	()
18. Sağlıklı bir yaşam sunmaktır	()	()	()	()	()
19. Sportif performansı artırmaktır	()	()	()	()	()
20. Eğlenmek ve mutlu olmaktır	()	()	()	()	()
21. Stresi yönetebilmektir	()	()	()	()	()
22. Boş zamanları değerlendirmektir	()	()	()	()	()
23. Sınırları zorlamaktır	()	()	()	()	
24. Kendimi gençleştirmektir	()	()	()	()	()
25. Kendimi keşfetmektir	()	()	()	()	()
26. Sakatlanma veya hastalık nedeni ile vazgeçtim	()	()	()	()	()
27. Yoğun iş temposu nedeniyle vazgeçtim	()	()	()	()	
28. Olumsuz hava koşulları nedeniyle vazgeçtim	()	()	()	()	()
29. Performansımı geliştirmediğim için vazgeçtim	()	()	()	()	()
30. Ekipman giderlerinin fazla olması nedeniyle vazgeçtim	()	()	()	()	()
31. Zevk almadığım için vazgeçtim	()	()	()	()	()
32. Çok yorucu olduğundan vazgeçtim	()	()	()	()	()
33. Bana eşlik edecek birini bulamadığım için vazgeçtim	()	()	()	()	()

Ek 2. Ölçek kullanım izni

Gönderen: HAKAN ATAMTÜRK <hakan.atamturk@neu.edu.tr>

Gönderildi: 28 Şubat 2019 Perşembe 15:18

Kime: Faika HAKVERDİ <faika.hakverdi@emu.edu.tr>

Konu: izin

Sayın Yrd.Doç. Dr. Nazım Burgul,
YDÜ Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı'nda yüksek lisans programında tez aşamasına gelen öğrenciniz Faika Hakverdi ile "Egzersiz ve ve Spor Kültürü Envanteri"ni kullanmanız beni, mutlu eder. Başarı dileklerimle.

Doç. Dr. Hakan Atamtürk
(YDÜ Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı))
Assoc. Prof. Dr. Hakan Atamtürk

Physical Education and Sports Department
Chair of Recreation Department
Near East University, Nicosia, TRNC
Mersin 10 / TURKEY
0 392 223 64 64 / 265

Disclaimer: This email (and its attachments) may contain private and confidential information about the sender. Near East University does not accept any legal liability for the content and attachments of this e-mail. If you are not one of the recipients (or if you have received this e-mail in error), we hereby inform you that it is strictly forbidden to use, copy, disseminate, or take any action regarding the contents or issues stated in the message. In such a case, please immediately notify the sender of the message and delete the message from your system. Since there is no guarantee that the e-mail transmission is safe or error-free, there may be deficiency, loss, change or virus in the late or incomplete transmission or content and information. Therefore, due to the transmission of this message, the sender and / or Near East University are not responsible for any use of the content, such as error, omission, correctness and confidentiality of the content, or any use such as information sharing, transmission and storage. Any opinions expressed in this message are those of the author and may not necessarily reflect the opinions of Near East University. The intellectual and industrial rights created in the name of our university belong to our university, and all rights, both material and moral, are reserved by Near East University.

Yasal Uyarı: Bu e-posta (ve ekleri), gönderen kişiye ait özel ve gizli bilgi içerebilir. Yakın Doğu Üniversitesi, bu e-postanın içeriği ve ekleri ile ilgili olarak hukuksal hiçbir yükümlülük kabul etmemektedir. Eğer mesajın gönderildiği alıcılardan biri değilseniz (ya da bu e-posta'yı yanlışlıkla aldıysanız), bu mesajın herhangi bir şekilde kullanılması, kopyalanması, yayılması veya mesajda yer alan hususlarla ilgili olarak herhangi bir işlem yapılmasının kesinlikle yasak olduğunu bildiririz. Böyle bir durumda lütfen hemen mesajın göndericisini bilgilendiriniz ve mesajı sisteminizden siliniz. E-posta iletiminin güvenli veya hatasız olduğunun garantisi olmadığından geç veya eksik iletim veya içerik ve bilgilerde eksiklik, kayıp, değişiklik veya virüs olabilir. Bu nedenle, bu mesajın iletiminden dolayı, gönderen ve/veya Yakın Doğu Üniversitesi, içerikteki hata, eksiklik, doğruluğun ve gizliliğin ihlalinin veya bu yolla bilgi paylaşımı, iletimi, depolanması gibi herhangi bir kullanımından hiçbir şekilde sorumlu değildir. Bu mesajın içeriği yazarına ait olup, Yakın Doğu Üniversitesinin görüşlerini içermeyebilir. Bu mesajın içeriğinde geçen Üniversitemizin ad veya namına yaratılan fikri ve sınai haklar Üniversitemize ait olup, maddi ve manevi tüm hakları Yakın Doğu Üniversitesinde saklıdır.

**Ek 3. KKTC Milli Eğitim Bakanlığı Genel Ortaöğretim Dairesi Müdürlüğü,
ölçek izin yazısı**


KUZEY KIBRIS TÜRK CUMHURİYETİ
MİLLÎ EĞİTİM VE KÜLTÜR BAKANLIĞI
GENEL ORTAÖĞRETİM DAİRESİ MÜDÜRLÜĞÜ

Sayı : GOÖ.0.00-174.06-18-E.1318
Konu : Faika Köker Hakverdinin Anketi

16 Mart 2018

Sayın Faika Köker HAKVERDİ

İlgi : 13 Mart 2018 tarihli ve TTD.0.00-174.06-18-E.336 sayılı yazı.

İlgi yazı uyarınca müdürlüğümüze bağlı okullarda okuyan öğrencilerimize yönelik hazırlanan anket soruları, anketin ilgili konuda bir uzman nezaretinde yapılması koşuluyla uygun görülmüştür.

Ancak anketi uygulamadan önce çalışmaya katılacak olanların bağlı bulunduğu okul müdürlüğüyle istişarede bulunulup, anketin hangi okulda ne zaman uygulanacağı birlikte saptanmalıdır.

Anketi uyguladıktan sonra sonuçlarının Talim ve Terbiye Dairesi Müdürlüğü'ne ulaştırılması yasa gereğidir.

Bilgilerinize saygı ile rica ederim.

 e-imzalıdır
Nahide YALYALI
Müdür Muavini ve Müdür (V)

Ek 4. Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu İzin

01.04.2019

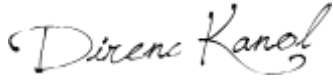
Sayın Faika K  ker Hakverdi

Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu'na yapmış olduğunuz YD /EB/2019/304 proje numaralı ve **“Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti Orta  ğretimde öğrenim gören  ğrencilerin Spor ve Egzersiz Kültürü (Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti Devlet Okulları  rneği)”** başlıklı proje  nerisi kurulumuzca değerlendirilmiş olup, etik olarak uygun bulunmuştur. Bu yazı ile birlikte, başvuru formunuzda belirttiğiniz bilgilerin dışına çıkmamak suretiyle araştırmaya başlayabilirsiniz.

- Veri toplama süreci, araştırmanın yöntemi, veri toplama araçları ve araştırma prosedürleri hakkında detaylı bilgi verilmelidir.
- Araştırmanın  alışma grubu ile ilgili detaylı bilgi verilmelidir.

Doçent Doktor Direnç Kanol

Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu Raportörü



Not: Eğer bir kuruma resmi bir kabul yazısı sunmak istiyorsanız, Yakın Doğu Üniversitesi Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu'na bu yazı ile başvurup, kurulun başkanının imzasını taşıyan resmi bir yazı temin edebilirsiniz.

Turnitin (Orjinallik Raporu)

