



T.C.  
BİNGÖL ÜNİVERSİTESİ  
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ  
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİMDALI

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN SPORA YÖNELİK  
TUTUMLARI İLE YAŞAM KALİTESİ VE AKADEMİK  
MOTİVASYON DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN  
İNCELENMESİ**

**Eslem AYDIN**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**DANIŞMAN**

**Doç. Dr. Barış KARAOĞLU**

**BİNGÖL-2023**



T.C.  
BİNGÖL ÜNİVERSİTESİ  
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ  
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİMDALI

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN SPORA YÖNELİK  
TUTUMLARI İLE YAŞAM KALİTESİ VE AKADEMİK  
MOTİVASYON DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN  
İNCELENMESİ**

**Eslem AYDIN**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**DANIŞMAN**

**Doç. Dr. Barış KARAOĞLU**

**BİNGÖL-2023**

## KABUL ve ONAY SAYFASI

T.C. Bingöl Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Yüksek Lisans öğrencisi ESLEM AYDIN tarafından hazırlanan “*Üniversite Öğrencilerinin Spora Yönelik Tutumları İle Yaşam Kalitesi ve Akademik Motivasyon Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*” başlıklı tez, aşağıdaki jüri tarafından “**Yüksek Lisans Tezi**” olarak kabul edilmiştir.

Tez savunma tarihi: 28/12/ 2023

### Jüri Bilgileri:

S.No	Unvan, Adı- Soyadı	Üniversitesi	İmza
1.	Doç. Dr. Barış KARAOĞLU (Danışman)	Bingöl Üniversitesi	
2.	Doç. Dr. İlimdar YALÇIN	Bingöl Üniversitesi	
3.	Dr. Öğr. Üyesi Hayati ARSLAN	Erciyes Üniversitesi	
4.			
5.			

### ONAY:

Bu tez Bingöl Üniversitesi Lisansüstü Eğitim-Öğretim Yönetmeliği'nin ilgili maddeleri uyarınca yukarıdaki jüri tarafından uygun görülmüş ve Sağlık Bilimleri Enstitüsü'nün .../.../ 2023 tarih ve .... sayılı oturumunda alınan.../... no'lu Yönetim Kurulu Kararı ile kabul edilmiştir.

Prof. Dr. Bahri PATIR

Enstitü Müdürü

## ETİK BEYAN

T.C.

BİNGÖL ÜNİVERSİTESİ

SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

Bingöl Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü tez yazım kurallarına uygun olarak hazırladığım “*Üniversite Öğrencilerinin Spora Yönelik Tutumları İle Yaşam Kalitesi ve Akademik Motivasyon Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*” başlıklı “**Yüksek Lisans**” tezimin içinde sunduğum verileri, bilgileri ve dokümanları akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi, tüm bilgi, belge, değerlendirme ve sonuçları bilimsel etik ve ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu, tez çalışmasında yararlandığım eserlerin tümüne uygun atıfta bulunarak kaynak gösterdiğimi, kullanılan verilerde herhangi bir değişiklik yapmadığımı, bu tezde sunduğum çalışmanın özgün olduğunu **beyan ederim.**

Beyan edilen bilgilerin doğru olduğunu, aksi halde doğacak hukuki sorumlulukları kabul ettiğimi bildiririm.

28/12/2023

Eslem AYDIN

Öğrenci

## TEŞEKKÜR

*“Üniversite Öğrencilerinin Spora Yönelik Tutumları İle Yaşam Kalitesi ve Akademik Motivasyon Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”* adlı yüksek lisans tezimin yapılmasının her aşamasında desteğini esirgemeyen, kıymetli bilgilerini benimle paylaşan, kendisine her danıştığım da bana değerli zamanını ayırıp sabırla ve ilgiyle bana faydalı olabilmek için elinden gelenin fazlasını yapan sayın danışman hocam Doç. Dr. Barış Karaoğlu’na değerli jüri üyelerim ve Bingöl Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesindeki hocalarıma, beni bu günüme getiren bütün kıymetli hocalarıma, üniversite döneminde tanıştığım düşünce tarzımı değiştiren arkadaştan öte olan kardeşim Alican Demirel’e, her zaman varlığı ile bana destek olan sevgili eşim Nurhüda Aydın’a ve bütün aileme sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

**Eslem AYDIN**

**Aralık 2023**

## İÇİNDEKİLER

	<b>Sayfa</b>
<b>KABUL ve ONAY SAYFASI .....</b>	<b>i</b>
<b>ETİK BEYAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>TEŞEKKÜR .....</b>	<b>iii</b>
<b>İÇİNDEKİLER .....</b>	<b>iv</b>
<b>SİMGE ve KISALTMALAR DİZİNİ .....</b>	<b>vii</b>
<b>TABLolar DİZİNİ.....</b>	<b>viii</b>
<b>ÖZET .....</b>	<b>x</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>xi</b>
<b>1.GİRİŞ .....</b>	
<b>2.GENEL BİLGİLER.....</b>	<b>3</b>
2.1. Spor .....	3
2.2. Spor Amacı .....	4
2.2.1. Sporun Faydaları .....	5
2.2.1.1. Sporun Fizyolojik Faydaları.....	5
2.2.1.2. Sporun Psikolojik Faydaları.....	5
2.2.1.3. Sporun Sosyal Faydaları .....	6
2.2.1.4. Sporun Biyolojik Faydaları.....	6
2.2.1.5. Sporun Zihinsel Faydaları.....	7
2.2.1.6. Sporun Ekonomik Faydaları .....	7
2.3. Tutum.....	7
2.3.1. Tutumun Özellikleri .....	9
2.3.1.1. Güç Düzeyi .....	9
2.3.1.2. Karmaşıklık.....	9
2.3.1.3. Diğer Tutumlar ve Merkeziyetçilik ile İlişkisi.....	9
2.3.1.4. Bileşenler Arası Tutarlılık.....	10
2.3.1.5. Tutamlar Arası Tutarlılık .....	10
2.3.2. Tutumun Oluşturan Öğeler .....	10
2.3.2.1. Duyuşsal Faktör .....	11
2.3.2.2. Bilişsel Öğeler .....	11
2.3.2.3. Davranışsal Faktör .....	12

2.3.3. Tutumların İşlev ve Özellikleri .....	13
2.3.4. Tutum Oluşturma Süreci .....	14
2.3.5. Tutum ve Spor İlişkisi .....	15
2.4. Yaşam Kalitesi .....	16
2.4.1. Yaşam Kalitesini Etkileyen Durumlar .....	18
2.4.1.1. Yaşam Kalitesini Düşüren Faktörler .....	19
2.4.1.2. Yaşam Kalitesini Yükselten Faktörler .....	20
2.4.2. Sağlıkla İlişkili Yaşam Kalitesi .....	20
2.4.2.1. Biyolojik Sağlık Durumu .....	21
2.4.2.2. Genel Sağlık Durumu .....	21
2.4.2.3. Fiziksel İşlev .....	21
2.4.2.4. Ruh Sağlığı .....	21
2.4.2.5. Sosyal İşlevler ve Roller .....	21
2.4.2.6. Genel Sağlık Algısı .....	21
2.4.2.7. Hastalığa Özgü Sağlık Durumu .....	21
2.4.3. Yaşam Kalitesi ve Fiziksel Aktivite İlişkisi .....	22
2.5.4. Fiziksel Aktivite ve Sağlıklı Yaşam .....	23
2.5.5. Çocuk, Fiziksel Aktivite ve Yaşam Kalitesi İlişkisi .....	24
2.5.6. Eğitimde Yaşam Kalitesi .....	24
2.5.6.1. Okul Yaşam Kalitesi .....	25
2.5.6.2. Üniversite Yaşam Kalitesi .....	26
2.5. Akademik Başarı .....	27
2.5.1. Akademik Başarıyı Etkileyen Özellikler .....	27
2.5.2. Akademik Başarıyı Etkileyen Faktörler .....	28
2.5.2.1. Bireysel Faktörler .....	28
2.5.2.2. Aileye Bağlı Etmenler .....	29
2.5.2.3. Okul ve Öğretmene Bağlı Etmenler .....	29
2.5.2.4. Akademik Başarıda Kuramsal Yaklaşımlar .....	30
<b>3.GEREÇ VE YÖNTEM.....</b>	<b>32</b>
3.1 Gönüllü Gruplarının Seçimi .....	32
3.2. Veri Toplama Araçları .....	32
3.2.1. Demografik Bilgi Formu .....	32
3.2.2. Sportif Tutum Ölçeği .....	34
3.2.3. Yaşam Kalitesi Ölçeği .....	34
3.2.4. Akademik Motivasyon Ölçeği .....	34

3.3. İstatiksel Analiz.....	35
<b>4. BULGULAR.....</b>	<b>37</b>
4.1. Katılımcıların Sportif Tutum Düzeylerinin Betimsel İstatistiklerinin İncelenmesi .....	38
4.2. Katılımcıların Yaşam Kalitesi Düzeylerinin Betimsel İstatistiklerinin İncelenmesi .....	40
4.3. Katılımcıların Akademik Motivasyon Düzeylerinin Betimsel İstatistiklerinin İncelenmesi .....	45
<b>5. TARTIŞMA VE SONUÇ .....</b>	<b>57</b>
<b>6. KAYNAKÇA.....</b>	<b>68</b>
<b>EKLER .....</b>	<b>81</b>



## **SİMGE ve KISALTMALAR DİZİNİ**

<b>%</b>	: Yüzde
<b>N</b>	: Katılımcı Sayısı
<b>X</b>	: Aritmetik Ortalama
<b>SS</b>	: Standart Sapma
<b>SPSS</b>	: Statistical Package For Social Sciences
<b>LSD</b>	: Least Significant Difference

## TABLOLAR DİZİNİ

	<b>Sayfa</b>
<b>Tablo 3.1.</b> Katılımcıların Betimsel İstatistikleri.....	32
<b>Tablo 3.2.</b> Ölçek Puanlarının Çarpıklık-Basıklık ve Shapiro-Wilk Testi Anlamlılık Düzeyi Tablosu .....	35
<b>Tablo 4.1.</b> Katılımcıların Sportif Tutum Ölçeğinden Elde Ettikleri Puanların Betimsel İstatistikleri Tablosu.....	37
<b>Tablo 4.2.</b> Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Sportif Tutum Düzeyleri Tablosu.....	37
<b>Tablo 4.3.</b> Katılımcıların Yaşlarına Göre Sportif Tutum Düzeyleri Tablosu.....	38
<b>Tablo 4.4.</b> Katılımcıların Bölümlerine Göre Sportif Tutum Düzeyleri Tablosu.....	38
<b>Tablo 4.5.</b> Katılımcıların Sınıflarına Göre Sportif Tutum Düzeyleri Tablosu.....	39
<b>Tablo 4.6.</b> Katılımcıların Aktivite Düzüyelerine Göre Sportif Tutum Düzeyleri Tablosu.....	40
<b>Tablo 4.7.</b> Katılımcıların Yaşam Kalitesi Ölçeğinden Elde Ettikleri Puanların Betimsel İstatistikleri Tablosu.....	40
<b>Tablo 4.8.</b> Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Yaşam Doyumu Düzeyleri Tablosu.....	41
<b>Tablo 4.9.</b> Katılımcıların Yaşlarına Göre Yaşam Doyumu Düzeyleri Tablosu.....	42
<b>Tablo 4.10.</b> Katılımcıların Bölümlerine Göre Yaşam Doyumu Düzeyleri Tablosu.....	42
<b>Tablo 4.11.</b> Katılımcıların Sınıflarına Göre Yaşam Doyumu Düzeyleri Tablosu.....	43
<b>Tablo 4.12.</b> Katılımcıların Aktivite Düzüyelerine Göre Yaşam Doyumu Düzeyleri Tablosu.....	44
<b>Tablo 4.13.</b> Katılımcıların Akademik motivasyon Ölçeğinden Elde Ettikleri Puanların Betimsel İstatistikleri Tablosu.....	45
<b>Tablo 4.14.</b> Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Akademik Motivasyon Düzeyleri Tablosu.....	46
<b>Tablo 4.15.</b> Katılımcıların Yaşlarına Göre Akademik Motivasyon Düzeyleri Tablosu.....	48
<b>Tablo 4.16.</b> Katılımcıların Bölümlerine Göre Akademik Motivasyon Düzeyleri Tablosu.....	49
<b>Tablo 4.17.</b> Katılımcıların Sınıflarına Göre Akademik Motivasyon Düzeyleri Tablosu.....	50
<b>Tablo 4.18.</b> Katılımcıların Aktivite Düzüyelerine Göre Akademik Motivasyon Düzeyleri Tablosu.....	51

**Tablo 4.19.** Katılımcıların Spora Yönelik Tutumları İle Yaşam Kalitesi Arasındaki

Kolerasyon Katsayıları (N=500).....53

**Tablo 4.20.** Katılımcıların Spora Yönelik Tutumları İle Akademik Motivasyon Arasındaki

Kolerasyon Katsayıları (N=500).....54

## ÖZET

### **Üniversite Öğrencilerinin Spora Yönelik Tutumları ile Yaşam Kalitesi ve Akademik Motivasyon Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**

Araştırmanın amacı Bingöl Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde okuyan öğrencilerin spora yönelik tutumları, yaşam kalitesi ve akademik motivasyon düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Araştırmanın evrenini 2021-2022 akademik yılında Bingöl Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören 780 öğrenci oluşturmuştur. Örneklem grubunu ise tesadüfî yöntemle seçilen 500 kişi oluşturmuştur. Araştırmada veri toplama araçları olarak; Spora yönelik tutum ölçeği, Yaşam kalitesi ölçeği ve Akademik motivasyon ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizinde IBM SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) 22 istatistik paket programı kullanılmıştır. Elde edilen verilerin normal dağılım gösterdiği tespit edilmiştir. İkili karşılaştırmalarda bağımsız gruplarda t testi kullanılır iken, çoklu karşılaştırmalarda tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ve oluşan farklılıkların tespitinde ise LSD (Least Significant Difference) testinden faydalanılmıştır. Ölçeklerden elde edilen verilerin ilişkisini ortaya çıkarmak için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi uygulanmıştır.  $p < 0.05$  değeri anlamlı kabul edilmiştir. Sonuç olarak; yaşam kalitesi ve akademik motivasyon ile spora yönelik tutum kavramları arasında orta düzeyde anlamlı bir ilişki gösterdiğini ifade edebiliriz.

**Anahtar kelimeler:** Spora Yönelik Tutum, Yaşam Kalitesi, Akademik Motivasyon

## **ABSTRACT**

### **Examining the Relationship Between University Students' Attitudes Towards Sports and Their Quality of Life and Academic Motivation Levels**

The aim of our research is to examine the attitudes of students at Bingöl University Faculty of Sports Sciences towards sports, their quality of life and academic motivation. The population of the research was comprised of 780 students studying at Bingöl University Faculty of Sports Sciences in the 2021-2022 academic year. The increase in the sample was made up of 500 people selected. As data collection tools in the research; Attitude scale towards sports, Quality of life scale and Academic motivation scale were used. IBM SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) 22 statistical package program was used in the analysis of the data. The normal distribution of the data obtained was determined. While t-test was used for independent groups in pairwise comparisons, one-way analysis of variance (ANOVA) was used in multiple comparisons, and LSD (Least Significant Difference) test was used to detect differences. Pearson Clash of Moments Correlation Analysis was started to reveal the relationship of the data obtained from the scales. A value of  $p < 0.05$  was accepted. In conclusion; We can state that it shows a moderately significant relationship between the concepts of quality of life, academic motivation and attitudes towards sports.

**Key Words:** Attitude Towards Sports, Quality of Life, Academic Motivation

# 1. GİRİŞ

Spor, toplumun içine kadar giren aktüel bir yapıya sahiptir. Bu bakımdan sporu ve toplumu birbirinden ayırmak imkânsızdır. Spor sosyal değişikliklerle gelişir. Günümüzde özellikle kitle iletişim araçlarının yaygınlaşmasıyla birlikte spor, farklı kültürleri bir araya getirmeye yardımcı olmaktadır. Dünyanın her yerinde spor yapan insanlar aynı hedeflere sahiptir. Birlikte hareket etmeyi düşünürler. Hareket sadece bir mücadeledir. Bu sadece iki taraf arasındaki bir rekabet değil, aynı zamanda onu önemli bir eğlence haline getiren bir araçtır. Egzersizin bu farklı özelliklerini dikkate alan bireyler egzersize karşı olumlu bir tutuma sahiptir. Spor yapmaya isteklidirler (Sunay ve Bayraktar 2007).

Kurallar dâhilindeki rekabet standartlarına göre spor, bireyin beden ve ruh sağlığını oluşturmaktadır. Mücadele etmek, yapmış olduğu eylemlerden dolayı heyecanlanmak, rekabet etme duygusunu tatmin etmek, karşısındaki rakibinden daha iyi performans göstererek üstün olma çabalarıdır. Geçmişten günümüze baktığımızda ilk insanlar doğaya karşı savaşarak hayatta kalmaya çalışmaları bugün yaptıkları, dünyanın büyük çoğunluğunu meraklandırıp ve heyecanlandırarak takip ettiği veya katıldığı beden eğitimi ve sporun temel taşı oluşturmuştur (Kocaer 2018).

Tutum kavramı sosyoloji, psikoloji ve sosyal bilimlerde yaygın olarak kullanılan tanımlanmış bir kavramdır. Bu, sahada tartışılan ve tanımlanan bir kavramdır. Bu kavram birçok farklı alanda kullanılmıştır. Kullanımdan itibaren birçok tanımlama yapılmıştır. Tutum kavramı, yol gösterici, davranışı kanalize eden ilk psikolojik fikirlerdir. Bireysel inançları etkileyen ve ideolojilerini belirleyen bir sistemdir. Bir değerler kümesi olarak tanımlanabilir. Bazı teorisyenler, duygu ve biliş faktörleri kabul ederken, bazı teorisyenler ise sadece duygusal yönüne odaklanmaktadır. Bununla birlikte, tüm teorisyenler duygular, inançlar ve davranış arasında bir ilişki olduğu konusunda hemfikirdir. Bu ilişkiyi incelerken tüm teorisyenler aynı görüştedir (Atkinson ve ark. 1999).

Tutum, bireyin kendisine ya da çevresindeki nesnelere, toplumu ilgilendiren konularda, tecrübelerini, yaşadığı duygularına göre düzenlediği bilişsel, duyuşsal ve davranışsal bir harekettir (İnceoğlu 2011). Alport (1935)'a göre tutum, "yaşayış ve tecrübeleri sonucu

oluşan, ilgili olduğu nesne ve olaylara karşı bireyin davranışları üzerinde yönlendirici veya hareketli bir etkiye sahip duygusal ve bilişsel hazırlık durumudur” (Çöllü ve Öztürk 2015).

Tutumlar, kişiyi sıradan gelişen ruhsal duruma periyodik tepki vermeye yönelten duygusal olarak kalıplaşmış hareketlerdir. Zihinsel, duyuşsal ve tepkisel düzeyde aralarında karşılıklı bileşenler meydana getirecek şekilde yerleşir ve normal olmayan tepkisel hareketlerdir. Hipotez yapılar olduğundan sade görüş ile görülemezler, değişik bakış açılarıyla görülebilirler (Singh RKC 2013).

Pek çok faktör tutumları etkiler. Bireyin yaşadığı yerde yaygın olan kültürel değerler, kişinin çevresindekilerle iletişim kurma biçimi, çevresindekilerin yönelimi gibi birçok faktör bireyin olumlu ya da olumsuz tutumlara sahip olmasına neden olur. Bireyin ilgi alanları, cinsiyeti ve yaşı onu farklı bir tutum benimsemeye iter. Beceri düzeyi ve eğitim düzeyi gibi faktörler de bireyin tutumunun olumlu mu yoksa olumsuz mu olduğunu belirlemede önemli rol oynar. Bir konuda uzman olan kişi, beceriksiz olduğu alanlardan kaçınır ve aynı zamanda konuya karşı daha olumlu bir tutuma sahiptir. İnsanların spora karşı tutumları da bireysel yeteneklerden kolaylıkla etkilenmektedir. Kişi yetenekli olduğu bir spora karşı daha olumlu tutuma sahiptir (Alp ve Süngü 2016).

Spora yönelik tutumlar, genel olarak toplum için olduğu kadar birey için de önemlidir. Bireyler spor yaparak toplumla uyum içinde hareket etmeyi, ruh ve beden sağlığını korurken öğrenirler. İnsanlar doğası gereği toplum dışında yaşamak, sporla disiplinli yaşamayı öğrenmek, birlikte yaşadıkları insanlar arasında lider olmak, insanlarla iletişim kurma ve sosyalleşerek takım çalışması becerilerini geliştirmek zordur. Bu görüşe göre spor ve spora katılım, özellikle çocukluk ve ergenlik döneminde bireylerin fiziksel, zihinsel ve sosyal gelişimine katkı sağlayan önemli bir faktördür (Göksel ve ark. 2017).

## 2. GENEL BİLGİLER

### 2.1. Spor

İnsanların fiziksel ve motor aktivitelerini, psikolojik, zihinsel ve sosyal davranışlarını belirli düzenlemeler çerçevesinde geliştirmeyi ve rekabeti amaçlayan bu özelliklerle belirli kurallar çerçevesinde rekabet eden biyolojik, pedagojik ve sosyolojik bir olgudur. Spor, küresel bir kültürün parçasıdır ve farklı dil, din ve ırklardan insanları birleştirmenin önemli bir yoludur. Bu yol dünya barışının teşviki için önemli bir olaydı. Bu işlevlerine ek olarak, zamanımızın sporu, insanların beden ve ruh sağlığına ve sosyal hayata olumlu etkisi olan geniş bir spor yelpazesi olarak tanımlanabilir. Kişiyi özel spor aktiviteleri ile farklı branşlarda temsil edilen bir aktivitedir. Kurallarına sıkı sıkıya uyulduğunda yüksek düzeyde rekabet gücü ve fiziksel, psikolojik ve estetik özellikler gerektirir. Amacı yarışmak ve kazanmaktır (Aracı 2004).

Sporun ortaya çıkışı, gelişimi ve insanların günlük yaşamlarına girmesi mücadele kavramı ile birlikte evrilmiştir. İnsanlar doğal koşullarla baş ederken aynı zamanda günlük ihtiyaçlarına hizmet eden birçok hareketi de yapmakta ve bu hareketin zaman içerisinde belirli kural ve hedeflere göre yapılması bu sporun ortaya çıkmasına neden olmaktadır (Akça 2012). Latince Disportare ve Desport kelimelerinden "dağıt, ayır " anlamına gelen kelimelerden ilk hecesi 17. yüzyıldan atılarak "Sport" halini almıştır. Britannica Ansiklopedisi tarafından tanımlandığı gibi spor, "belirli bir miktar güç ve yetenek gerektiren rekabet ve eğlence etkinlikleri" olarak tanımlanmaktadır (Akça 2012). İnsan vücudu ile yapılan savaş günlerinde, spor, düşmanla savaş için ön hazırlık olarak kabul edildi. Tarihi açısından spor, savaşçıları savaşa hazırlayan, rakiple rekabet etme arzusuna dayanan disiplinli ve işbirlikçi bir oyundur (Yazıcı 2014). Bir başka tanıma göre spor, insanın başarı arzusu ve disiplinli ve adil koşullar altında, farklı zorlukları göz önünde bulundurarak fiziksel rekabet şeklinde çaba gösterme inancıdır (Akkoyunlu 1996). Spor; dünyaya hâkim olan evrensel kültürünün bir parçası olarak farklı ırk, dil ve dinden insanları bir araya getiren faktördür. Günümüzde spor, insanların ve toplumun sağlığını korumakta ve daha iyi bir hale getirmek için geliştirmektedir (Tunçalp 2011).



Türk Dil Kurumu'na (TDK) göre spor, "bedensel veya zihinsel gelişme katkı sağlamak amacıyla, belirli kurallara göre, bireysel veya toplu olarak yapılan hareketler bütünü olarak tanımlanır. Spor, insanların fiziksel ve zihinsel olarak sağlıklı kalmak, belirli kurallara uymak, rekabet ortamında kazanmak, rakipleriyle mücadele etmek, rekabet ortamında gerçekleştirdiği eylemler bütünüdür (Kocaer 2018).

Hareket, insanın varoluşundan beri var olan bir kavramdır. Periyodik inceleme bir süreci olmasına ve farklı bir odak noktası olmasına rağmen, odak noktası kas-iskelet sisteminin işleyişidir. Geçmişte insanların temel ihtiyaçları yemek ve barınma idi. Bu ihtiyaçların giderilmesi için yapılan hareketler, hareketin temelini oluşturdu (Özkan 2011).

Günlük hayatın aktivite ve davranışlarında olduğu gibi spor aktiviteleri de fiziksel, fizyolojik, zihinsel vb. etkiler tutum, isteklendirme ve amaç gibi faktörlerde de farklılıklar görülebilir. Örneğin; Bazı sporcular saha içi ve saha dışındaki olumsuz tepki ve davranışlara karşı sportif faaliyetlere katılım ve takibinde süreklilik gösterebilmektedir (Yıldız ve ark. 2016). Sporu tanımlamak için kullanılan genel fakat eksik kurallar da vardır. Bu kurallar;

1-Yarışmaya dayalı olmalıdır.

2-Standart kurallar yürürlükte olmalıdır.

3-Katılımcıların özel donanım ve tesisleri olmalıdır.

Bu belirtilenler gerçekten doğru olmakla birlikte, ayrıntılı değildir veya futbol, tenis ve golf gibi bireysel ve takım sporu aktivitelerini kapsamamaktadır (Çimen ve ark. 2018). Spor, mekânsal ve yasal olarak her şeyi kapsayan geniş bir terimdir (Schwarz ve Hunter 2018). Bu nedenle bu spora daha geniş olarak bakılmalıdır. Örneğin Vodafone İstanbul Maratonu'nun bir yarış hedefi yoktur, insanların heves ve isteği üzerine kuruludur. Başka bir deyişle, sporcular para ve ödül güdülerinden ziyade sosyal ve sağlık iletişimi ile motive olurlar ve meşgul olurlar (Kaiser ve Breuer 2016).

## **2.2. Sporun Amacı**

Spor, güven inşa etmek, takım çalışması, işbirliği, etik değerler oluşturmak, istikrar ve fiziksel, sosyal ve psikolojik sağlığın geliştirilmesi için çok yönlü bir araçtır (Keten

1974). Sporun amacı insani değerlere ve sağlığa uygun hazırlanmalıdır. Kişinin tüm disiplinlere ve spor faaliyetlerine katılımının yanı sıra kişinin bedensel ve zihinsel olarak uygun sosyalleşmesi ve gelişmesi hedeflenir (Hiçyılmaz 1984).

Spor politikası ve yönetimi, spora aktif olarak katılmayı, yaşamayı, hayatın ayrılmaz bir parçası olarak sporda yer bulmayı amaçlar. Beden eğitimi ve atletik aktivitenin amaç ve sonuçlarını içeren duygusal, zihinsel, fiziksel ve etkileşimli gelişim hedeflerine beden eğitimi ve etkinliklerle ulaşılmaya çalışılır (Yanık ve Çamlıyer 2015).

### **2.2.1. Sporun Faydaları**

Çeşitli kaynaklar sporun faydalarını farklı şekillerde sınıflandırmıştır. Toplu olarak, sporun bireyin fiziksel, biyolojik, psikolojik ve sosyal refahına olan faydalarını düşünebiliriz. Spor, disiplinli, organize ve kişiye özel spor etkinliklerinin bireyin sağlığı için çok önemli olduğu düşünülmektedir. Türk eğitim sisteminin bireye faydalarından biri de bireyin keşfedilmemiş yetenek ve becerilerini keşfederek olgunlaşmasını sağlamasıdır. Spor, fiziksel, zihinsel, psikolojik ve sosyolojik eğitim için kullanılacak en modern eğitim yöntemlerinden biridir (Erkal ve Ark. 1998).

#### **2.2.1.1. Sporun Fizyolojik Faydaları**

Hareket açıklığının kısıtlı veya yetersiz olması, yaygın ofis çalışma sisteminin hareketsiz yaşam ve toplum açısından olumsuz bir gelişme sağlaması, spor kültürü ve bilinci eksikliğine neden olmaktadır. Hava kirliliği, gürültü kirliliği ve çevresel faktörlerin yanı sıra hareketlerimiz nedeniyle hayatımıza olumsuz etki, kas ve kemik yaralanmaları/bozuklukları, kardiyovasküler rahatsızlıklar, stres vb. bu tür durumlar olabilmektedir (Kılıç ve Özdilek 2006). Yapılan çalışmalara baktığımızda spor katılımcısı ve katılımcı olmayan sporcuya baktığımızda, spor yapanların oranı fiziksel olarak daha güçlü ve daha sağlıklı güç kazandıkları yaygın olarak kabul edilen bir gerçektir. Ayrıca spora başlama ve bırakma için herhangi bir yaş sınırının olmaması, her yaştan bireyi her gün zinde olmaya ve spor yapmaya itmektedir (Gökdağ 2018).

#### **2.2.1.2. Sporun Psikolojik Faydaları**

Kişinin içinde yaşadığı yer veya toplum, yazılı kurallar ya da geleneklerle çevrili bir davranış çerçevesine sahiptir. Bireyler sosyal yaşamlarında bu kurallara göre davranırlar

ve spor onların sosyal veya çevresel yaşamlarının oluşmasında, gelişmesinde ve genişlemesinde önemli bir faktördür. Kişi çıkarları için değil, takımın çıkarları ve çıkarları doğrultusunda kararlar alır/verir. Bu sebeple bireylerde aidiyet, adalet, samimiyet gibi duygular gelişir. Spor faaliyetlerinde karşı takıma saygı duymak, kazanmak veya kaybetmek, çıkarlarını korumak, paylaşmak gibi kavramlarla gelişir. Spor aynı zamanda psikolojik doyum, neşe ve mutluluk gibi duyguların gelişimine, kişisel ve kişilik gelişimine de olumlu katkı sağlar (Şahan 2007).

### **2.2.1.3. Sporun Sosyal Faydaları**

İnsanlar doğumlarından itibaren çevreleriyle sürekli iletişim ve etkileşim içindedirler. Bu etkileşimde birey geliştirdiği bilgi ve duygularını diğer bireye aktarır, bu aktarım olayı sosyal gelişim olarak bilinir. Başka bir deyişle, bir kişinin çevresel ve kültürel norm ve değerlere uygun olarak sergilediği eylemler veya davranış dizisidir (Küçük ve Koç 2015). İnsan sosyal bir insandır ve çevresindekilere maruz kalır, spor, sanat ve sosyal faaliyetlere katılır. Bu aşamada bir disiplin olarak spor, bireylerin sosyalleşme eğilimlerini artırmaktadır (Küçük ve Koç 2015). Spor faaliyetleri, sosyal sınıf, cinsiyet, ekonomik sınıf veya mesleki statüden bağımsız olarak insanların özgürce değiş tokuş yapabilecekleri ve etkileşimde bulunabilecekleri bir yer haline gelmiştir.

### **2.2.1.4. Sporun Biyolojik Faydaları**

Hareketlerimizin temelini oluşturan kasların yapısal özelliğidir. Spor, kas yapısını ve işlevini geliştirmek açısından büyük faydalar sunar. Egzersiz ayrıca kardiyovasküler sistemin düzenlenmesinde ve gelişiminde önemli bir rol oynar. Sporcuların kalpleri, dakikada daha az vuruşla daha fazla kan pompalayarak daha az yorgunluk ve daha fazla verimlilik sağlar. Fiziksel egzersiz, dakikadaki nefes sayısını ve bununla birlikte oksijen kapasitesini artırarak fayda sağlar, bu faydalarına ek olarak sinir, cinsel ve üreme sistemlerinin gelişmesinde faydaları vardır, doğurganlık, hücre yenilenmesi ve daha birçok faydası olmuştur, özellikle spor fizyologları tarafından ölçümlerle gösterilmiştir (Açak 2006).

### **2.2.1.5. Sporun Zihinsel Faydaları**

Beden eğitimi ve spor etkinlikleri, eğitimin ayrılmaz bir parçası olarak, merkezi sinir sistemi ile ilgili mekanikler arasındaki bağlantı ve uyumun otomasyonunu gerektirir. Yapılan aktivitelerde karmaşık zihinsel ilişkiyi çözme ihtiyacı da kişinin ruhsal gelişimine olumlu katkı sağlar. Oyunun kurallarını, spora özgü teknikleri, hareket aşamalarını, o sporun gerektirdiği oyun kalıplarını ve taktiklerini ve duruma özgü davranışları öğrenmek, bireylerin anlamlı ruhsal gelişimden yararlanmalarını sağlar (Erkal ve ark. 1998). Sporun zihinsel gelişim açısından faydalarından bahsedecek olursak, kuralları, teknikleri, taktikleri ve spor aktivitelerinde bunların öğrenilmesinden sonra tekrar kullanmak üzere saklanması, ani durumlar karşısında anında kararlar alıp uygulanması ve daha fazlası bireyin bilişsel gelişimine katkı sağlayan işlevlerdir (Yetim 2006). Spor endüstrilerinin ihtiyaç duyduğu pozisyon bilgisi ile oyun okuma, karar verme ve anında tepki verme becerilerinin gelişimini sağlar (Keten 1974 ).

### **2.2.1.6 Sporun Ekonomik Faydaları**

Spora oyuncu olarak katılan herkesin sporun gereği olan araç, gereç ve malzemelere mutlaka katılması gerekir. Bu malzemelerin üretiminde rol oynayan tüm birimlerin sektörde ekonomik kazanç elde etmesi sporun ekonomiye katkısını göstermektedir (İnal 2003). Spor organizasyonuna yarışmacı veya seyirci olarak katılanlar bu aktiviteden gelir elde etmektedir. Bu merkezlere farklı merkezlerde katılımcı ve seyirci olarak gitmek turizm sektörünün hareketlenmesine yol açacaktır ve bu hareketten elde edilecek parasal harcamalar sporun ekonomiye katkısını bir başka şekilde göstermektedir. Sportif faaliyetler iç ve dış turizmde artışa yol açmakta, insanları spora ve harcamaya yönlendirerek bölgeye katkı sağlamaktadır. Spor sadece yeni bir endüstriyel ve ticari ortam yaratmakla kalmaz, aynı zamanda ülke ekonomisine de büyük katkı sağlar (İnal 2003).

## **2.3. Tutum**

Bu terim, harekete geçmeye hazır anlamına gelen Latince ‘den gelir. Sosyal psikolojinin ana konularından biri olan tutumlarla ilgili ilk çalışmalar tarihinde 20. yüzyılın başlarında başlamıştır (Kağıtçıbaşı ve Cemalcılar 2014). Bunlar, farklı ülkelerden Amerika Birleşik Devletleri'ne akın eden insanların görüşlerine ve sosyal meselelerle ilgili kaygılarına

bakan araştırmalardır. Tanım olarak tutum: “Bir insanın yaşadığı çevreye uyum sağlaması için kendisini bulması gerekir. Böylece bu konuma göre kişi kendini olgulara, olaylara, nesnelere ve durumlara göre yönlendirebilir. Yani tutum, insanların nasıl davrandığıdır. Bu nedenle kişinin davranışlarının yönünü ve şiddetini etkilemiştir (İnceoğlu 2010). Tutum kavramı, gündelik hayatın ve üniversite hayatının birçok alanında sıkça karşılaşılan bir kavramdır. Tutum, bireyin herhangi bir olaya yönelik bilgi, beceri, duygu ve deneyimleriyle birlikte fiziksel, zihinsel ve duygusal davranışıdır (İnceoğlu 2011). Bireyin sürekliliği ve süreklilikteki durum veya nesneyi olumlu veya olumsuz değerlendirmesi olarak tanımlanır. (Franzoi 2003). MJ Ravindranath (1983). Duygusal kodlama öğrenme davranışı, bireylerin zihinsel nesneden herhangi birine tutarlı yanıtlar vermelerine neden olur. İnsanlar doğuştan belirli düşünce ve davranış kalıplarıyla dünyaya gelmezler. Tutum, deneyim sonucunda kazanılan bir kazanımdır. Bazı tutumlar, başkalarını kendi deneyimleriyle gözlemleyerek kazanılır (Güllü ve Güçlü, 2009). Basitçe söylemek gerekirse tutum, insan eylem ve davranışlarına rehberlik eden zihinsel bir süreç ve duygusal bir eğilimdir (Gökdağ ve ark. 2019). Spor faaliyetleri ile yeni arkadaşlar edinmek, gelenek ve göreneklere uygun davranışlar geliştirmek, daha olumlu ve saygılı bir insan yetiştirmek mümkündür (Kazanoğlu 2019). Spora karşı olumlu tutum sergileyen kişilerin özel, iş ve okul yaşamlarında daha mutlu oldukları bildirilmektedir (Yaşartürk ve ark. 2019).

Tutumlar, faktörlerin karmaşıklığına göre değişir. Tutumların farklı özellikleri vardır ve bu özellikler ayrı ayrı ele alınır ve ölçülür. Tutumlar, bir kişinin davranışından çıkarılabilir, yani doğrudan gözlemlenmezler. Zihinsel değişim kolay değildir. Bireyin belirli bir yöne yönelik güçlü, yani zayıf bir tutuma karşı tutumu sabittir ve asla değişmez (Kağıtçıbaşı ve Cemalcılar 2014 ).

Tutumlar, kişinin bir nesneye, olaya veya başka bir kişiye yönelik olumlu veya olumsuz tutumunu temsil etmekle kalmaz, aynı zamanda diğer kişiye olan yakınlığını da etkiler. Örneğin; Karşısındaki insana karşı olumsuz tutum sergileyen kişi, o kişiyle vakit geçirmekten ya da plan yapmaktan hoşlanmaz. Ancak karşısındaki kişiye karşı olumlu tutum sergileyen insan, her zaman o kişiyle vakit geçirmekten hoşlanır ve her zaman o kişiyle vakit geçirmek ister (Kocaer 2018).

Tutum, öğrenilmiş davranış olarak tanımlanabilir ve bu anlamda insanlar belirli bir şeye karşı sürekli olarak olumlu ya da olumsuz davranış sergileyebilirler (Kim ve Ross 2015). Spor eğitim programı, spora karşı doğrudan veya dolaylı olarak olumlu bir tutum sergilemeyi amaçlamalıdır (Bendikova ve Dobay 2017).

### **2.3.1. Tutumun Özellikleri**

Çöllü ve Öztürk (2006) Tutumların Özellikleri;

- Güç düzeyi
- Karmaşıklık
- Diğer tutumlar ve merkezîyetçilik ile ilişki
- Bileşenler arası tutarlılık
- Tutumlar arası tutarlılık

Genel başlıklar altında gruplandırılmış ve açıklanmıştır.

#### **2.3.1.1. Güç Düzeyi**

Aslında her tutum üç bileşenin toplamı olarak düşünülebilir. Bu bileşenlerin ve tutumların etki bakımından farklılık göstermesi olasıdır. Tutumların ve kalıp yargı bileşenlerinin gücü de genel olarak yüksektir. Bu nedenle aşırı, güçlü ve kalıplaşmış tutumları değiştirmek, aşırı, zayıf veya kalıplaşmış olmayan tutumlara göre daha zordur (Çöllü ve Öztürk 2006).

#### **2.3.1.2. Karmaşıklık**

Tutumlar bileşenleri ile bir bütün olarak ele alındığında ya da tutumu oluşturan faktörün birer bileşen olduğu bilindiği için tutum bileşenlerinin karmaşıklık ya da basitlik ile değişebileceği söylenebilir (Çöllü ve Öztürk 2006).

#### **2.3.1.3. Diğer Tutumlar ve Merkezîyetçilik ile İlişkisi**

Bireylerin tutumları arasında farklılıklar gözlemlenebilir. Bireylerin bazı tutumları diğerlerinden farklı olabilir. Baskın tutumların diğer tutumları da etkilediği söylenebilir (Çöllü ve Öztürk 2006).

#### **2.3.1.4. Bileşenler Arası Tutarlılık**

Tutum bileşenleri aslında tutum gücü oluşturabilir, yani bileşen arasında uyum varsa, paylaşılan tutumların güçlü olduğu söylenebilir. Bileşenler arasında kopukluk veya tutarsızlık varsa, tutum gücünün düşük olduğu ve bu durumun tutum değişikliğinin etkilerinden biri olduğu söylenebilir (Çöllü ve Öztürk 2006).

#### **2.3.1.5. Tutumlar Arası Tutarlılık**

Bireylerin tutumları genellikle birbirleriyle tutarlı olmasına karşın, tutumların var olma şartı bu değildir. Tutumların tutarlılık derecesine somut olaylara, etki durumuna göre değişebilir (Çöllü ve Öztürk 2006).

#### **2.3.2. Tutumu Oluşturan Öğeler**

Tutum üç temel faktörden oluşur: bilişsel faktörler, duyuşsal faktörler ve davranışsal faktörlerdir (Kağıtçıbaşı 2005). Bu faktörler tipik olarak kuruluşu içerir. Bu organizasyona göre, insanların bir konuyu anlama düzeyi (bilişsel faktörler), konuya duygusal olarak nasıl yaklaştıklarını (duygusal faktörler) ve konuyla ilgili davranışları (davranışsal faktörler) belirler. Bu bağlamda tutumların oluşabilmesi için bu üç faktör arasında bir ilişki olmalıdır. Bu hipoteze göre, kişinin bildiği bir konuda olumlu bir görüşe ihtiyacı varsa buna bilişsel faktör denir. Birey bu konuda olumludur, duygusal unsur bu kelimeleri veya davranışları davranışsal unsur ile birlikte gösterir. Bu, tutumun algı, duygu ve davranışın bütünleşmesi olduğunu gösterir. Ve buna üç faktörlü tutum modeli denir (Tavşancıl 2006).

Tutumu oluşturan faktörler arasında içsel bir bağlantı vardır. Bu hipoteze göre, insanların bir nesne hakkında bildikleri (zihinsel faktörler), ona yaklaşacakları duyguları (olumlu, olumsuz veya kaçınma) ve ona karşı tutumlarını, davranışsal faktörleri belirler. Bu açıdan bireyin herhangi bir duruma, nesneye ya da kişiye karşı sergilediği zihinsel tutum, davranış ya da duygu bir tutum oluşturmaktadır (İnceoğlu 2010).

Davranışsal faktörler sadece tutumsal faktörlerin dışında gözlemlenebilir. İnsanlar herhangi bir nesneye ilişkin algılarını duygularına, inançlarına ve değer yargılarına göre yargırlar. Söz konusu konuya verilen yanıt halen belli bir ölçüye kadar devam etmektedir. Bir kişinin bir nesneye tepkisi gelecek için bir karardır ve tepki, bireyin

uzaklaşma veya yaklaşma davranışını etkiler. Bunun temelinde ise tutumların duygunun örgütlenmesine dayalı olması yatmaktadır (Üresin 2013).

### **2.3.2.1. Duyuşsal Faktör**

Tutum sürekliliğini ve tutum oluşumunu sağlayan faktör, duygusal unsurdur (Tavşancıl 2006). Kişilik boyutunun duygusal boyutunda ise tutumlar, insanların geçmişte yeni öğrenmeler yoluyla edindiği duygu ve fikirlendir. Özellikle kişinin olaylara karşı tutumları daha duygusaldı. Dolayısıyla bu tutumu değiştirmek temelde zordur (Demirhan ve Altay 2001). Genel olarak duygusal faktörler, kişinin bir kavram veya duruma ilişkin algısının ortaya çıkmasını ifade eder (Karadağ 2012). Tutumların duyuşsal unsurları insani değerlerle yakından ilişkilidir. Bir kişinin bir nesneye, kişiye, olaya veya duruma verdiği duygusal tepki, bir değer yargısıyla ilgilidir. Ancak burada davranışsal faktörler genellikle duygusal olanlardan sonra gelir. Bu durumda sergilenen davranış, duygusal faktörü tanımanın sonucudur. Davranışsal faktörler tanınmadıkça, bireysel tutumlar sadece duygusal faktörler olarak kullanılır. Dolayısıyla duygusal ve davranışsal faktörler arasında nedensel bir ilişki olduğu söylenebilir (İnceoğlu 2010). Duygusal faktörler ile zihinsel faktörler arasında da önemli bir ilişki vardır. Duygusal faktörler ile zihinsel faktörler arasında bazen doğrusal bazen de karşıt bir ilişki vardır. Bu durumlarda hem duygusal hem de ruhsal olarak kabul gören tutumların oluşması sürecinde tepkiler ortaya çıkabilir. Ayrıca zihinsel ve duygusal faktörlerin uyumu, istenilen tutumun elde edilmesine yardımcı olur (İnceoğlu 2010).

### **2.3.2.2. Bilişsel Öğe**

Bilişsel faktörler genellikle statükoyu yakalama sürecidir (Karadağ 2012). Tutumlar konusuna ilişkin kişisel bilgi ve inançları içeren düşüncelerden oluşur. Bir kişinin bir tutum nesnesi hakkındaki bilgisi, inançları veya düşünceleri olumlu veya olumsuz olabilir. Bilimsel olarak yanlış da olsa beden eğitimi ve beden eğitiminin okul performansını düşüreceğini düşünüyorsa, öyle yapmalıdır (Sakallı 2001). Bilişsel faktörler, insanların çevreleriyle olan normal deneyimlerinden edindikleri bilgilere dayanır. Gerçeğe dayalı veya doğru olmayan arka plan bilgileri kalıcı ve geçici hale gelir. Örneğin; Herhangi bir ürününün TV'deki reklamlardan ve araştırmalardan etkileneceğini düşündüğümüzde, ancak kullandıktan sonra düşündüğümüz kadar kullanışlı olmadığını



öğrendiğimizde, nasıl yöneteceğimizi ve ürüne karşı tutumumuzun etkisi bizim için çok önemli değişiklik olacaktır (İnceoğlu 2010).

Triandias, tutumun bilişsel unsurlarını şu şekilde tanımlamaktadır: “Bireylerin düşünce süreçlerinde kullandıkları kategorik bir olgudur” (Hanyaloğlu 1995). Tutumsal (uyaran) nesne hakkında bilgi ve inançları içerir. Bunlar, bireylerin (öznelerin) çevrelerindeki tutum nesnelere hakkında bilgidir. Bu bilgi, bireyin tutum nesnesiyle doğrudan deneyimi veya farklı kaynaklardan (okuma, dinleme) öğrenmesiyle oluşur. Yukarıdaki açıklamanın doğal bir sonucu olarak tutumların bilinen ve kabul edilen bir konu üzerinde olduğu söylenebilir. Aksi takdirde, bilinmeyen konulara karşı bir tutum olmayacaktır. Tutum nesnesinin bilgisi ne kadar kesinse, ona karşı tutum o kadar uzun olur. Bir tutumun nesnesi bilgisi değiştiğinde tutum da değişir (Baysal 1981).

### **2.3.2.3. Davranışsal Faktör**

Davranışsal Faktör, uyaranlarla ilgili yapılan yargıların davranışa dönüştürülmesini temsil eder (Karadağ 2012). Başka bir deyişle, davranışsal öğeler deneğe yönelik tutumları temsil etmektedir. Ancak, gösterilen davranışların hepsi doğrudan davranışsal faktörlerle ilgili değildir. Örneğin, bir kız futbola karşı olumlu bir tutum sergileyebilir. Problemliler, futbol oynamanın sağlıklı bir spor olduğunu (bilişsel bileşen), televizyonda futbol maçları izlemek (duygusal bileşen) gibi düşünebilir ve futbol oynamaya daha yatkındır (davranışsal bileşen). Ancak çevresel faktörler nedeniyle kız okulda veya okul yakınında futbol oynayamaz (Aras 2013). Davranışsal faktörler, bireyin belirli bir uyarana yönelik davranışsal eğilimini ortaya koyduğundan, kişinin uyarana karşı tutumu, ifade ettiği davranışlar veya söylediği sözler aracılığıyla gözlemlenebilir. Ayrıca insanların dışarı vuran davranışları tutumlarının etkisi altında gerçekleşir. Bu nedenle tutumun davranışsal unsurunu ele alırken davranışları iki farklı açıdan ele almak gerekir. Bu; duygusal ve normatif davranışlardır. Duyuşsal davranış, belirli bir uyarana yönelik olumlu veya olumsuz davranışlardan oluşur. Öte yandan normatif davranışlar, doğru davranışla ilgili inançlara dayalı olarak gibi şekillenir. Diğer bir deyişle normatif davranışlar, tutumlara dayalı olmayan, çoğunlukla akıl ve mantık temelinde ifade edilen davranışları içerir (İnceoğlu 2010).

Davranışsal bileşen, bir kişinin belirli bir uyaran kümesindeki tutum nesnesine yönelik davranışsal tutumunu yansıtır. Bu davranış yöntemleri sözlü ya da başka türlü

gözlemlenebilir (Tavşancıl 2002). Bir nesneye karşı olumlu tutum sergileyen bir kişi, bu nesneye karşı olumlu davranma, ona yaklaşma, onu destekleme ve ona yardım etme eğiliminde olacaktır. Nesneye karşı olumsuz tutum sergileyen kişiler, nesneye karşı kayıtsız kalma ya da nesneden kaçınma, nesneyi eleştirme ve hatta incitme eğilimi gösterirler (Hanyaloğlu 1995).

### 2.3.3. Tutumların İşlev ve Özellikleri

Tutumun işlevleri düşünüldüğünde, bireyin amaçlara ya da gerekliliklere ulaşmasına yardımcı olmak gibi bir görevi olduğunu söyleyebiliriz. Tutum, çoğu işlevi aynı süre içinde gerçekleştirebilir. Bu işlevler etkilerini birbirinden farklı değil, birbirini destekleyen bir şekilde göstermektedir. Tutum dört işlevden oluşur. Bunlar; fayda, değer ifadesi, ego koruma ve bilgi işlevleri (Odabaşı ve Barış 2007).

**Faydalı Olma Fonksiyonu;** Kişinin birden fazla ödül alma ve ceza almama umudu hipotez sonucuna dayanmaktadır. Bireyler, tatmin edici durumlara veya nesnelere karşı olumlu tutumlar ve tatmin edici olmayan durumlar veya nesnelere karşı olumsuz tutumlar sergilerler. Tutumlar, kişilerin amaçlarına ulaşması için bir araç olarak kullanılabilirken; diğer yandan hedef ulaşmasını engelleyen durumlardan uzak durmasını sağlar (İnceoğlu 2010).

**Değer İfade Etme Fonksiyonu;** Bu işlevle tutum, insanların çevrelerine "kim olduklarını" ifade etmelerini sağlar. Bir bakıma kişinin veya benliğin temel değerlerini ifade etme işlevini yerine getirirler. Giydiğimiz kıyafetler ve araç aksesuarları kendimizi dış dünyaya ifade etmemize yardımcı olur (Şimşek ve Eroğlu 2013).

**Ego Koruma Fonksiyonu;** Birçok dış etkene karşı koruyucu kalkanı harekete geçiren birey, bazen koruyucu zihniyetten dolayı bazı tutumlarını da oluşturur. Sanayi tipi işletmelerin bulunduğu yerlerde sıklıkla karşılaşılan üst düzey yöneticilerin tutumu, kendi kimliklerine sahip olmaya devam ettikleri gibi alt kademe yöneticileri de tercih etmemektedir. (Şimşek ve Eroğlu 2013).

**Bilgi Fonksiyonu;** Tutumun ne yaptığıyla ilgili olarak Tutumlar, içinde yaşadığımız dünyayı anlamamıza ve yorumlamamıza yardımcı olur. İnsanlar bir nesneye, konuya veya olaya karşı olumlu bir tutum geliştirirlerse, onlara yönelik bir yönelim vardır. Dolayısıyla

tutumlar aslında kişinin bilgi, beceri ve davranışlarının gelişimine katkıda bulunur (Şimşek ve Eroğlu 2013).

#### **2.3.4. Tutum Oluşturma Süreci**

Ebeveyn tutumları, insan tutumlarının oluşmasında ve geliştirilmesinde büyük öneme sahiptir. Çocuklar ebeveynlerini taklit etmeye çalıştıklarında, sergiledikleri olumlu davranışlar ödüllendirilirse, çocuğun olumlu tutum geliştirmesi teşvik edilir. Çocukların ekonomik, siyasi ve dini konulara yönelik tutumlarının genel olarak ebeveynlerinin tutumlarına benzer olmasının, tutumların şekillenmesinde aile faktörlerinin etkisine bir örnek olabileceği düşünülmektedir (Karadağ 2012).

Tutumların oluşumunu ve gelişimini etkileyen diğer faktörler McGuire, Reich Adcock ve Lambert'in çalışmalarıyla ortaya çıkarılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre tutumların oluşmasına ve gelişmesine etki eden faktörler şu şekilde sıralanmaktadır;

- Genetik faktörler,
- Fizyolojik faktörler (hastalık, yetişkinlik, madde bağımlılığı vb.),
- Doğrudan tutum yaşantısı,
- Kişilik yapısı,
- Sosyalleşme,
- Üye grubu,
- Sosyal sınıf özellikleri (Karadağ 2012).

Yukarıdaki tutumların oluşmasına ve gelişmesine etki eden faktörler arasında ilk dört faktör, bireyin kendi yapısı ile doğrudan ilgili faktörleri içerir. Geriye kalan üç faktör ise kişilerin sosyal yaşamlarındaki psikososyal özellikleri ile ilgilidir. Bu faktörlerin her biri tutum oluşumunu ve gelişimini iki şekilde etkiler. İlk olarak, bu faktörler insanların inanç sistemlerine karşı tutumlarına katkıda bulunur. İkincisi, bu faktörler tutumları değişime açık hale getirmekte ve bu bağlamda tutumlar dinamik hale gelmektedir (Karadağ 2012). Ayrıca gözlemlere ve zamanla kazanılan bilişsel öğrenme stillerine göre kişilerin tutumları değişmektedir. Bu durum, sosyal deneyimin tutum oluşumunda ve gelişiminde önemli bir rol oynadığını göstermektedir (Özkan 2011). Tutumların pekiştirileceği veya ne ölçüde değişeceği bireylere ve toplumdaki topluma değişir. Tutumlar, kavram ve ilkeleri öğrenme davranışına göre daha kalıcı bir yapıya sahiptir. İnsanlar kendilerini

sürekli geliştirmek ve yenilemek zorunda oldukları için yıllar içinde ailede öğrenilen birçok tutum ve davranış bireyler tarafından uygulanmamaktadır. Ancak yeterli öğrenmeyi sağlamak için tutum geliştirmek için planlı ve sürekli bir eğitim süreci gerekmektedir (Üresin 2013).

### **2.3.5. Tutum ve Spor İlişkisi**

Bireyin aile, arkadaşlar, toplum ve önemli çevrelerle olan etkileşimleri tutumlarında değişikliklere yol açabilir. Hayatın akışında her zaman bir değişim, dönüşüm ve yenilenme süreci vardır. Bu durum veya süreçte kişinin genel sağlığını, işleyişini ve yaşam dengesini sağlamak ve korumak için yaşam tarzları, çalışma alanları ve çalışma biçimleri, beslenme alışkanlıkları ve tutumları içmeleri, türleri ve süreleri düzenli olarak izlenmeli ve hareketleri takip edilmelidir. . Egzersiz, tutum, kararlılık ve farkındalık için harcanan zaman, egzersize karşı olumlu bir tutum oluşturmaya ve böylece genel olarak insan sağlığı ve yaşam döngüsü için olumlu sonuçlar elde etmeye destek verecektir (Huddleston ve ark. 2002).

Sosyal etkileşime göre spor, çağdaş düşünce ve medeniyete dayalı kültürel ve sosyal gelişmede, modernleşmede ve ulusal bütünleşmede önemli bir rol oynamaktadır. Şu anda devletin amacı, topluma spor, egzersiz ve fiziksel aktivite alışkanlığı kazandırırken, vatandaşlarına ve çalışanlarına özel kurum ve kuruluşlarda spor yapabilecekleri tesis ve zengin mekân sağlamaktır. Spora karşı olumlu bir tutumun gelişmesine önemli ölçüde katkıda bulunmuştur (Kiremitçi 2012). Tutumlar, çevreden ve aileden öğrenilen değerlerle deneyimlerden ve son haliyle öğrenilir (Özyürek 2006).

Gençlerin bireysel becerileri ve spor faaliyetleri çerçevesinde önerdikleri eylemler, gençlerin spora yönelik tutumlarını belirlemektedir. Öğrenmek; Daha önce jimnastik yapmamış bir çocuk bu egzersizi sistematik ve uygun şekilde yapamayacaktır. Ayrıca bu gencin bahsi geçen hareketi yaparak kendine zarar vermesi de mümkündür. Bu durum gençlerin diğer spor dallarında belirli jimnastik hareketlerini yapmalarını, jimnastik yaparken karşılaştıkları olumsuz durumları hatırlamalarını ve spora karşı olumlu bir olumsuz tavır geliştirmelerini engeller. Bu olumsuz durumlarla karşı karşıya kalan gençlerin fitness ve spora karşı olumsuz bir tutum içinde olmaları olasıdır (Aras 2013).

Her birey yaşadığı olumsuzluklara karşı bir savunma mekanizması geliştirir. Sportif hareketleriyle yaşayacağı bir veya birkaç olumsuzluk, bireyin kendisini spordan uzaklaştıracak bir tutum geliştirmesine neden olacaktır. Öğrencinin spora karşı olumsuz bir tutuma olan ilgisi azalır ve öğrenci derse katılmamayı bile seçebilir. Öğrencilerin dersin önemini azaltması aynı zamanda dersin ve dersin etkililiğini de azaltmaktadır. Bu açıdan bakıldığında spora yönelik tutumların akademik faaliyetlerin başarısında önemli bir faktör olduğu söylenebilir (Çelik ve Pulur 2011).

#### **2.4. Yaşam Kalitesi**

Yaşam kalitesi kavramı uzun yıllardır felsefe ve bilimin konusu olmuştur. Öyle ki MÖ 384 -322 yılları arasında antik Yunanistan'da yaşayan Aristoteles. Felsefenin en önemli isimlerinden J.-C. ahlak üzerine yazdığı tarihli Eudemos'a Etik adlı eserinde "iyi yaşamın" koşullarından bahsetmiştir. Yunanca 'da eudaimoniac, İngilizce 'de, Türkçe 'de esenlik ve mutluluk veya mutluluk olarak anlaşılan bu kavram, insan hayatındaki her türlü amacın insandaki nihai amacının eudaimonia olduğunu ifade eder. Duygu durumunu ifade eder. En iyiye ve en mutluya, en iyi yaşam kalitesini belirleyen felsefeyle ulaşılabilir (Aristoteles 2015). Yaşam kalitesi kavramı bugünden itibaren anlamını güncellemekle birlikte, yeni tanımlar eudaimoniac kavramı ile yakından ilişkilidir. Örneğin yakın zamanda yapılan bir çalışmada, yaşam kalitesini kişisel rahatlık, boş zaman aktiviteleri, memnuniyet ve iyi olma durumu, fizyolojik ve psikolojik sağlık gibi durumlara sınımsız bağlı olan ve en temel anlamıyla kişilerin fiziksel sağlığının yanında sunduğu ruhsal, toplumsal ve ekonomik rahatlıkla tanımlamıştır (Dinç ve ark. 2018).

Kalite kavramına bakan; Tengilimoğlu, makalelerinde bu kavramın tanımına yer vermektedir. Bu tanımlar şu şekilde sıralanabilir:

- Kalite, önceden tanımlanmış özelliklere uygunluktur.
- Kalite, ihtiyaca uygunluktur.
- Kalite, kusurlardan kaçınmak anlamına gelir.
- Kalite, kullanıma uygunluktur.
- Kalite, gereksinimlere uygunluktur.
- Kalite, bir ürün veya hizmetin belirli veya potansiyel ihtiyaçları karşılama yeteneğine dayanan özelliklerin toplamıdır.

- Kalite, bir ürün veya hizmeti ekonomik olarak yaratan ve tüketicinin ihtiyaçlarını karşılayan bir üretim sistemidir (Tengilimoğlu 2011).

Dünya Sağlık Örgütü tarafından çok merkezli çalışmalarda yaşam kalitesi şu şekilde tanımlanmıştır: Bireyin yaşadığı kültürel ve değer sistemleri bağlamında yaşamdaki yerini algılaması, hedef ve beklenti, standart ve kaygı (Whoqol Group 1995). Dünya Sağlık Örgütü yaşam kalitesini tanımlamış olsa da yaş, cinsiyet, meslek ve kültür açısından asgari yaşam kalitesi düzeyi değildir. Bu nedenle yaşam kalitesi algısının kişisel, öznel ve zamansal olması, ölçülmesini ve karşılaştırmasını zorlaştırmaktadır (Tempski ve ark. 2012).

Tıp bilimlerinde, yaşam kalitesi kavramı, hastalığın sağlık ve sağlık dışı sonuçlarını incelemek ve tıbbi müdahalelerin tıbbi ve cerrahi sonuçlarını ve sağlık hizmetlerini değerlendirmek için kullanılır. Tedavi çabalarının hem yaşamı uzatmayı hem de en uygun yaşam fonksiyonunu sağlamayı amaçlaması anlamında, kişi için daha geniş bir sorumlu tıbbi bakım kavramının parçasıdır. Bu önemlidir, çünkü Dünya Sağlık Örgütü'nün tanımladığı gibi sağlık, hastalığın olmaması veya çalışmama durumundan daha fazlasıdır. Aynı zamanda fizyolojik, ruhsal ve sosyal olarak iyi olma, toplumsal rolleri yerine getirme, değişen topluma uyum sağlama ve yenilikle baş etme çabasıdır (Owczarek 2010). Yaşam kalitesi ile ilgili yapılmış olan tanımlamalar öznel ve nesnel değişkenler olmak üzere iki farklı durumda değerlendirilmektedir (Aydiner ve Boylu 2007). Nesnel değişkenler; eğitim, sağlık, gelir, meslek ve yaşanılan ev vb. iken; kişinin kendine ait olduğu bu olanaklardan duyduğu doyum/ tatmin ise yaşam kalitesinin öznel değişkenleridir. (Torlak ve Yavuzçehre 2008; Malkina-Pykh 2001; Veenhoven 1996).

Bazı araştırmacılar nesnel değişkenleri (Kaya ve ark. 2011), bazıları ise öznel olanların daha mühim olduğunun üzerinde dursa da (Aksungur 2009), bu konuda genel olarak kabul edilen bir standart ya da sistem bulunmamaktadır (Demirkaya 2010). Ancak literatürdeki çalışmalar incelendiğinde, yaşam kalitesi değişkenleri; yaş, cinsiyet, sağlık, iş yaşamı, eğitim, serbest zaman etkinlikleri, medeni durum, yaşanılan ev ve özellikleri olarak ayrılabilir (Özmete 2010; Torlak ve Yavuz Çehre 2008; Tüzün ve Eker 2003; Gössweiner ve ark. 2001).

### 2.4.1. Yaşam Kalitesini Etkileyen Durumlar

Eser'e göre bireyin içinde yaşadığı kültür ve değerler sistemi çerçevesinde amacı: beklentilerine, standartlarına ve çıkarlarına göre yaşamdaki konumları, algıları, yaşam kalitesi olarak adlandırılır. Yaşam kalitesi, fiziksel sağlık, zihinsel durum, inançlar, sosyal ilişkilerden etkilenen geniş bir terimdir. Yaşam kalitesini; bireysel ve bireysel duruma bağlı olarak birçok faktör etkilemektedir (Eser 2006). Bu faktörleri tam olarak belirlemek için bilimsel kaynakların bir listesine bakıldığında oldukça geniştir.

Bu faktörlerden bazıları aşağıda listelenmiştir.

- Siyasi istikrar, güvenli bir gelecek demektir. İnsanlar şimdiye kadar Kendinden emin bir şekilde hareket etmesi ve gelecek için endişelenmemesi onun için önemli.
- Azınlık değil çoğunluğun parçası olmak, saygı görmek ve saygı göstermek bireyin algılanan yaşam kalitesini etkiler.
- Toplumun üst sınıfına mensup olmak yaşam kalitesini yükseltmektedir.
- Evli, ailesi ve arkadaşlarıyla arası iyi olan kişilerin sağlıklı yerinde bir ortamı olduğu anlaşılmaktadır. Bu vaziyet kişinin psikolojik yönden kendisini iyi sezmesini sağlayacaktır.
- Fiziksel ve zihinsel olarak güçlü olan ve her şeyi kendi başına başaran kişilerin zevk ve memnuniyeti çok önemlidir.
- Kendi iyiliğiniz için aktif ve açık bir zihin oldukça önemlidir. İnsanların fikirlerini basit ve açık bir şekilde söylemeleri bireyler için stresli bir ortam ortaya çıkarmaz.
- Hayatınızın kontrolünün sizde olduğunu hissetmek, kendinden emin ve öz yeterlilik açısından oldukça önemlidir.

Para kazanmak yerine sosyal ve maddi değerlere sahip olmak ve politik olarak muhafazakâr olmak, algılanan yaşam kalitesini etkiler (Maden 2010).

Literatür incelendiğinde yaşam kalitesini azaltan ve artıran faktörler sıklıkla şu şekilde sıralanmaktadır.

#### 2.4.1.1. Yaşam Kalitesini Düşüren Faktörler

- Temel ihtiyaçları karşılayamama,
- Beden imajındaki değişiklikler,
- Kişisel bakıma uygun olmayan davranış ve günlük aktiviteler,
- Kronik yorgunluk, bitkinlik,
- Cinsel işlevde azalma,
- Gelecek kaygısı,
- Yetersiz destek sistemleri,
- Akut veya kronik sağlık sorunları,

#### 2.4.1.2. Yaşam Kalitesini Yükselten Faktörler

- Ekonomik ve sosyal olarak güvende olmak,
- Güvende yaşamak,
- İhtiyaç duyulan konfor ve olanaklara sahip olmak,
- Aktif ve anlamlı bir yaşam sürmek,
- Çevredeki insanlarla olumlu ilişkiler içinde olmak,
- Sevdiği ve keyif aldığı faaliyetlerde bulunmak,
- İtibar sahibi olmak,
- Özel hayata değer vermek,
- Kendini ifade edebilmek,
- İşlevsel açıdan yetkin olmak,
- Otantik bir birey olarak kabul edilmek,
- Orjinal bir birey olarak algılanmak,
- Huzurlu olmak (Savcı ve ark. 2006).

Yaşam kalitesini etkileyen ve farklı alanlarda tanımlanan ana faktörler vardır (Pukeliene ve Starkauskiene 2011) Bunlar:

- Fiziksel Refah (sağlık durumu, fonksiyonel durum);
- Ekonomik Refah;
- Sosyal Refah;



Fiziksel sağlık, çoğu yaşam kalitesi çalışmasının anahtar bileşenlerinden biridir. D. Felce ve J. Perry'ye (1995) göre fiziksel sağlık, sağlık durumu, bağımsızlık (hareket etme ve çalışma yeteneği) ve kişisel güvenlik gibi faktörleri içerir. Klinik uygulamada, bu faktörler dizisi, fiziksel durumu (ağrı ve rahatsızlık; enerji ve yorgunluk; uyku ve dinlenme) ve fonksiyonel durumu (fiziksel kapasite, iletişim kapasitesi) ve ardından bireyin duygusal durumunu içerir. İkinci faktör, bireyin günlük görevleri yerine getirme yeteneğini belirler. R.L. Schalock (2004), daha geniş bir fitness anlayışı sağlar ve sağlık faktörlerini (fitness, beslenme, aktivite) dinlenme, rekreasyon ile tamamlar (Pukeliene ve Starkauskiene 2011).

Maddi olarak yaşam kalitesini etkileyen bir diğer faktör de maddi yaşamdır. Yaşam kalitesi bir grup dış çevresel faktör olarak analiz edilirken, ülkenin makroekonomik durumu (ekonomik aktivite, makroekonomik istikrar) ve ülkenin ekonomik yaşam için devletin rolü değerlendirilir. Öte yandan, her bireyin yaşam kalitesi düzeyinde ekonomik refah, finansal durum (gelir ve birikmiş servet), yaşam koşulları / konut ve istihdam gibi faktörleri içerir (Susniene ve Jurkauskas 2009, Pukeliene ve Starkauskiene 2011).

Sosyal refah, yaşam kalitesini etkileyen faktörlerin belki de en büyük grubudur ve yaşam kalitesi araştırmalarında giderek daha önemli hale gelmektedir. Gelir ve maddi varlıklar gibi faktörler sosyal refah faktörleri tarafından bir kenara itilmekte, aile, sosyal hayat ve boş zamanları merkeze almaktadır. Sanayileşişmiş tkretim toplumunun mümkün olduğu kadar çok para kazanma dürtüsü boş zamanı azaltmış ve iş ile dinlenme arasındaki dengeyi bozmış, dolayısıyla aile ile boş zamanın önemi ve yaşam kalitesinin değerini artmıştır (Pukeliene ve Starkauskiene 2011).

#### **2.4.2. Sağlıkla İlişkili Yaşam Kalitesi**

Bireyin hastalıklı olmaması, fiziksel, sosyolojik ve ruhsal iyilik halinin yanı sıra önemli bir iyilik ve doyum duygusu yaşam kalitesini içermektedir (Bulut 2010). Böyle bir ortamda birey günlük ihtiyaçlarını yardım almadan karşılayabilmektedir (Bulut 2010). Sağlıkla ilgili yaşam kalitesi üç alt başlıkta ele alınmaktadır (Fletcher ve ark. 1992; Dilbaz 1996).

#### **2.4.2.1. Biyolojik Sağlık Durumu**

İnsan üzerine çalışmalar yapılmıştır. Hangi çeşit klinik testlere ve değerlendirmelere gerek duyulacağını teşhis süreci belirlemektedir.

#### **2.4.2.2. Genel Sağlık Durumu**

Tüm yaş kategorilerine, cinsiyetlere ve sosyal kademelere karşılık gelen sağlık durumu bulunmaktadır. Kişinin hayatını tehlikeye sokan bir duruma girmesinden tamamen çikana kadar uzun bir süre devam eden geniş bir olgudur. Dört boyutta ele alınır:

#### **2.4.2.3. Fiziksel İşlev**

Fiziksel engellilik ve yetenekler, hareketsiz zaman, ağrı ve fiziksel sağlığın iyi olma durumunu değerlendirmektedir.

#### **2.4.2.4. Ruh Sağlığı**

Zihinsel dayanıklılık ve zorluk; bireylerin kendiliklerinin zihinsel iyi oluşlarını, hayattan zevk alma kavramlarını nasıl algıladıklarını ve bilişsel işlevsellik düzeylerini ilgili ölçeklerle inceler.

#### **2.4.2.5. Sosyal İşlevler ve Roller**

Olgun sosyal ilişkiler geliştirme ve sürdürme” olarak tanımlanmaktadır. Rol işlevi, bireylerin günlük yaşamdaki rol gereklerini yerine getirip getiremediğini gösterir.

#### **2.4.2.6. Genel Sağlık Algısı**

Kişi sadece fiziksel ve psikolojik olarak değil, bireyi tümüyle sağlığının ele alındığı değerlendirmelerdir. (Fletcher ve ark. 1992).

#### **2.4.2.7. Hastalığa Özgü Sağlık Durumu**

Tüm sağlık değerlendirmeleri genellikle hastalığa ve onun işlevine odaklanır (Dilbaz 1996).

### 2.4.3. Yaşam Kalitesi ve Fiziksel Aktivite İlişkisi

Düzenli yapılan spor, bulaşıcı olmayan hastalıkların önlenmesinde önemli bir faktördür ve farklı yaş gruplarındaki kişilere fiziksel ve ruhsal faydalar sağlar. Örneğin, rahatlatıcı yürüyüş ve diğer orta ve kuvvetli aktiviteler, daha iyi fiziksel kondisyona ve vücut ağırlığı kontrolüne katkıda bulunur (Pucci ve ark. 2012). Objektif göstergelere ek olarak, kişinin kendi sağlığını ve hastalığını nasıl algıladığını gösteren “yaşam kalitesi” kavramı, bireyin sağlık durumunu belirlemek için gereklidir. Yaşam kalitesi kavramı, yaşam doyumunu ve kişisel mutluluğun yanı sıra günlük aktiviteleri gerçekleştirme becerisini de temsil etmektedir (Abdurrahman ve ark. 2011).

Düzenli spor yaşam kalitesinin farklı yönleriyle ilişkilidir ve bu ilişki literatürde doğru ve tutarlı bir şekilde rapor edilmiştir. Bununla birlikte, belirli yaşam kalitesi yönleri ve alanlar ile fiziksel aktivitenin yoğunluğu (örneğin, yürüme ve orta ila şiddetli aktiviteler) arasında bir ilişki olduğuna dair kanıtlar hala sınırlıdır. Bu açığı kısmen, bu ilişkiyi araştıran çalışmaların fiziksel aktivite ve yaşam kalitesinin birleşik ölçümlerine dayanmasıyla açıklanabilir (Pucci ve ark. 2012)

Farklı yoğunluktaki fiziksel aktivitenin yaşam kalitesinin yönü üzerindeki etkilerine ilişkin klinik çalışmalardan elde edilen sınırlı kanıtlar yetersizdir ve çoğunluğu fazla gelirli ülkelerden kaynaklanmaktadır. Fox ve ark. (2007) yaşlı kadınlarda fiziksel, psikolojik ve çevresel alanda 12 aylık bir orta düzeyde fiziksel aktivite programının olumlu etkilerini rapor etmiştir; fakat sosyal ilişkiler alanında aynı bir etki görülmemiştir.

Holton ve ark. (Holton ve ark. 2003) 10 haftalık orta dereceli fiziksel egzersiz programından sonra aktivite kontrol grubu ile karşılaştırıldığında hem erkeklerde hem de kadınlarda yaşam kalitesi üzerinde hiçbir etki bulamadılar. Klinik çalışmalardan elde edilen kanıtlar yetişkinlere göre daha azdır. Bununla birlikte, kesitsel çalışmalar bu alanlar arasında bir ilişki olduğunu düşündürmektedir. Fiziksel aktivite ve yaşam kalitesi doğrusal görünmemektedir. Örneğin, fiziksel aktivite tavsiyesini karşılayan Japon yetişkinler, fiziksel sağlık, zindelik ve genel sağlık açısından, hareketsiz olanlara göre daha yüksek yaşam kalitesi puanlarına sahiptir. Bununla birlikte, daha düşük fiziksel aktivite seviyeleri de sadece fiziksel alan için daha yüksek yaşam kalitesi puanları ile ilişkilendirilmiştir (Shibata ve ark. 2007; Pucci ve ark. 2012).

Hâlihazırda, fiziksel aktivite ile yaşam kalitesi arasındaki bağlantıya dair kanıt, az ve normal gelirli ülkelerde açıkça mevcut değildir. Gelişmiş ülkelerde, çoğu fiziksel aktivite boş zamanlarında yapılır; Öte yandan, az ve normal gelirli çevrelerde ulaşım ve mesleki fiziksel aktivite toplam fiziksel aktivitenin yüksek bir kısmını oluşturmaktadır (Pucci ve ark. 2012).

#### **2.4.4. Fiziksel Aktivite ve Sağlıklı Yaşam**

Tüm canlılar sağlıklı bir yaşam ister (Zorba 2006). Bu şekilde yaşamak için aktif bir yaşam tarzını bir yaşam biçimine dönüştürmek gerekir (Bek 2008). "Fiziksel aktivite ", "spor" ve "egzersiz" kelimeleri farklı anlamlara gelse de birbirinin yerine kullanıldığı tespit edilmiştir (Caspersen ve ark. 2000), (Fişne 2009). Spor; "Kişisel olarak kendini aşmak veya rakibini yenmek amacıyla bireysel veya takımlar halinde uygulanan ve belirli kurullarla oynanan güreş temelli bir fiziksel aktivitedir." (Haskell ve Kiernan 2000). Fiziksel aktivite, "vücudun kaslar aracılığıyla hareketiyle harcanan enerjidir, bir kişinin günlük olarak yaptığı hareket sayısıdır" (Rowland ve Freedson 1994 ). Egzersiz, "planlı fiziksel aktivite" olarak tanımlanmaktadır (Kayapınar 2012). Egzersizin genel sağlık üzerinde olumlu bir etkisi vardır (Daley 2002). Planlı fiziksel aktivitenin sağlıklı yaşam kalitesinin önemli bir bileşeni olan uyku kalitesine olumlu etkisi olduğu doğrulanmıştır (Artal ve ark. 1998).

Teknolojinin gelişmesi ve hızlı kentleşme altında benimsenen modern yaşam tarzının, fiziksel aktivitenin toplumdaki önemi konusunda tam bilgi eksikliğinin ve buna bağlı olarak hareketsiz yaşam tarzına bağlı kronik hastalıkların görülme sıklığının giderek arttığı görülmektedir (Bulut 2010, Blair 2003, MacAuley 1994, Satcher ve Lee 1996)

Türkiye Cumhuriyeti Sağlık Bakanlığı, (2008). 7 Nisan 2002 tarihinde Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ), "Dünya Sağlık Günü Hareketi'nin sayılı bildirgesinde, gelişmekte olan ülkelerde bulaşıcı olmayan hastalıkların sayısında keskin bir artış olduğunu ve bunun da azalıştan kaynaklandığını belirtmiştir. Artan yaşam standartları, beslenme bozuklukları ve beslenme bozuklukları nedeniyle fiziksel aktiviteye katılan kişilerin oranının, bu artışın ilaç kullanan kişide artışa bağlı olduğunu iddia ediyor (WHO 2004).

#### **2.4.5. Çocuk, Fiziksel Aktivite ve Yaşam Kalitesi İlişkisi**

Araştırmalar, çocuklarda sağlıkla ilgili yaşam kalitesinin 1980'lere dayandığını göstermiştir. Çocukların yaşam kalitesinin değerlendirilmesi yetişkinlerinkinden farklıdır. Temel fark, çocukların gelişim özelliklerine dikkat etmektir. Yetişkinlerde yaşam kalitesini değerlendirmek için kullanılan alanlardan biri olan fiziksel fonksiyon değerlendirmesinde, ev işleri ile birlikte iş hayatı, merdiven inip çıkma gibi aktiviteler de değerlendirilir. Çocuklarda yardımsız yemek yeme, tuvaleti kullanma, banyo yapma, basit günlük işleri yapma, oyun oynama gibi aktiviteler değerlendirilir. Öte yandan, yetişkinlerde sosyal işlevsellik değerlendirilirken okul çevresi veya akran ilişkileri çok önemli görülmedi. Ancak çocukların yaşam kalitesi için sosyal işlevsellik değerlendirildiğinde arkadaşlarıyla birlikte olmak, onlarla oyun oynamak ve okula uyum sağlamak çocuklar için önemli sayılmaktadır. (Üneri ve Çakın 2007).

Çocuğun fiziksel gelişimi için hareket çok önemlidir (Taşçı 2010). Tüm çocuklar; aile, okul ve toplum faaliyetleri bağlamında oyun, spor, iş, ulaşım, dinlenme, beden eğitimi veya planlı egzersiz yoluyla günlük veya yarı-günlük fiziksel aktivite aktif bir rol oynamalıdır. (Armstrong ve Welsman 2006). Düzenli egzersiz yapan çocukların gelecekte fiziksel olarak aktif bir yaşam sürmelerinin daha olası olduğu doğrulanmıştır (Çebi 2018). Bu açıdan bakıldığında çocukların fiziksel olarak aktif olmalarının eğitimlerinin sosyal yaşam kalitesinin artmasında önemli bir faktör olduğu söylenebilir (Kaya 2016).

#### **2.4.6. Eğitimde Yaşam Kalitesi**

Öğrencileri hem akademik hem de sosyal olarak hayata hazırlayan ve amacı belli bilgi ve değerlerin yanı sıra yeteneklerini de kazandırmak olan okullar, bir öğrencinin hayatında çok önemli bir yere sahiptir. Okulların çocukların öğrenmelerinin en üst düzeye çıktığı, öğrencilerin kendilerini mutlu ve güvende hissettikleri, öğretmenlerinden ve öğrenmelerinden memnun oldukları yerler olması gerektiği konusunda aileler, öğretmenler, yöneticiler ve öğrenciler arasında fikir birliği vardır (Sarı 2007).

Okul, öğrencinin yaşamının çok büyük bir bölümünü kapsadığı için öğrenciler için bir zorunluluk değil, olmak istedikleri bir yer olmalıdır. Okul döneminde çeşitli ders ve etkinliklere katılan, akranları, öğretmenleri ve yöneticileri ile etkileşime giren öğrenciler,

bu dönemde yaşadıkları okul yaşamına bağlı olarak okula karşı pozitif veya negatif davranış ve tutumlar geliştirirler (Kangal 2009).

Öğrencilerin okul yaşamına karşı pozitif tutum geliştirmeleri önemli bir sonuç olarak kabul edilmektedir. Öğrencilerin yaşadıkları okul yaşamının önemli bir ürün olarak görüldüğü ve bu ürünün ihtiyaç duyulan yerlerde kullanılmamasının ağır bir şekilde eleştirildiği bir diğer husus ise, okul yönetimindeki konuları, eğitimle ilgili göstergeleri ve eğitim sistemi değerlendirmelerini içeren bir alandır. Bu alanda yapılan çalışmada finans, nüfus, kayıt, kıyaslama, sınav geçme oranları gibi nicel veriler ve benzeri nicel veriler kolayca toplanmakta veya ölçülmektedir ya da başarılarında bir gelişme olup olmadığı sorgulanan bir yol izlenmektedir (Yılmaz 2005).

#### **2.4.6.1. Okul Yaşam Kalitesi**

Ebeveynler, öğretmenler, yöneticiler ve öğrenciler, okulların öğrencilerin öğrenmesini en üst düzeye çıkardığı ve öğrencilerin kendilerini mutlu, güvende ve öğretmenlerden ve öğrenmeden memnun hissettikleri yerler olması gerektiği konusunda hemfikirdir. Eğlenceli bir öğrenme ortamı akademik başarıyı da artırır. Okul etkililiği çalışmaları, okul ortamının akademik başarıya önemli ölçüde katkıda bulunduğunu göstermektedir. Ayrıca okullar, öğrencilerin sosyal ve kişisel gelişiminden, yani bir bütün olarak öğrencilerin gelişiminden sorumludur (Marks 1998).

Okulun birincil sorumluluğu, farklı kültürler arasında yeni nesiller üzerinde kalıcı bir izlenim bırakan bir arabuluculuk yapmaktır. Bu bağlamda her okul kendi kültürünü geliştirir. Okulun yönlendirdiği gelenekler, alışkanlıklar, rutinler, ritüeller, alışkanlıklar ve bunları koruma ve sürdürme çabaları okulda geliştirilen kültürün temel özellikleridir. Bu özellikler okul gruplarının (öğretmenler, öğrenciler, yöneticiler) okulun sosyal yaşamına yönelik değer, inanç ve beklentilerini pekiştirmektedir (Perez 1997).

Öğrenciler okul yıllarından geçtikçe, okul yaşam kalitesinin önemi daha da belirgin hale gelmektedir. Birçok yönden okul yaşamının kalitesi, öğrencinin sonraki sosyal yaşamına hazırlık olarak görülür. Bu nedenden dolayı, okuldaki olumlu deneyimler eğitimciler ve araştırmacılar arasında büyük ilgi görmektedir. Örneğin Avustralya Ulusal Eğitim Hedeflerinde okulların öğrenci gelişimine katkı sağlayacak okul yaşam kalitesi odaklı

eğitim ve özsaygısı yüksek, öğrenmeye açık ve geleceğe dair iyimser bir bakış açısı destekleyici bir ortam sağladığı belirtilmektedir (Mok M ve Flynn M 2002).

#### **2.4.6.2. Üniversite Yaşam Kalitesi**

Eğitimde yaşam kalitesi ile ilgili bazı araştırmalar, işlevleri karmaşık ancak en önemli görevi öğrenci yetiştirmek olan yükseköğretim kurumları olan üniversitelerde yapılmaktadır. Üniversite çapında ise tüm farklı boyut ve değişkenlerin etkisiyle kültürü tek bir çalışma ile açıklamak mümkün değildir. Bu bağlamda bazı çalışmalarda kavram konum ve etkinliğe indirgenmiş, fakülte kültürüne vurgu yapılmıştır. Fakülte kültürü, okulun sahip olmayı arzu ettiği disiplinin kuralları, yönetmelikleri, amaçları, gelenekleri, sembolleri ve kültürünün toplamıdır. Üniversitelerin kültürü, yönetimi, akademik ve idari kadrosu öğrenci kültür gruplarının etkileşimi ile şekillenmektedir (Terzi 2007).

Önemli alt kültürler fakülte elemanı ve öğrencidir. Bireysel farklılıklar ve öğrenci ihtiyaçlarının yanı sıra, fakülteadaki yaşamlarından veya kampüsteki hayattan aldıkları zevkten kaynaklanan farklı sorun ve beklentiler, fakülte kültürünü pozitif veya negatif yönde etkileyebilir. Yaşam boyu aile, okul, sosyal ve özdenetimden kaynaklanan ruhsal ve duygusal zorluklar yaşayabilirler. Üniversitenin yönetim ve kadrosu, öğrencilerin akademik, sosyal, barınma ve beslenme ihtiyaçları gibi farklı ihtiyaçlarını karşılamayı ve stratejik plan ve misyonları çerçevesinde öğrenciye sunulan fırsat ve hizmetlerle öğrenci memnuniyetini sağlamayı amaçlamaktadır. Üniversite yaşamında bireylerin belirledikleri hedeflere ulaşmak için sağlanan fırsat ve hizmetlerin yanı sıra üniversite öğrencilerinin yaşam kalitesi de önemli görülmektedir. Kaliteyi artıran bir diğer unsur üniversite yaşam kalitesi, memnun olan her öğrencinin önemli hale gelmesidir. Üniversite hayatı üniversiteye yönelik destekleyici davranışlar geliştirir.

Örneğin öğrencilerin ailelerinden, arkadaşlarından ve yakınlarından genel olarak olumlu sözlerle üniversiteye doğrudan bilgisi olmayanlara (Roberts 1992) fikir önderi olur ve bu sayede üniversitenin imajına katkıda bulunur. Ayrıca, öğrenci destekleyici davranışlar üniversitede geçirdikleri süre ile sınırlı kalmayıp mezun olduktan sonra da devam etmektedir. Bu bağlamda üniversiteler, eğitim kurumları olarak öğrencilerin üniversite yaşam kalitelerini sistematik olarak ölçmeli ve değerlendirmelidir.

## 2.5. Akademik Başarı

Akademik başarı; bir amaca ulaşmak için başarıya ulaşma çabasıdır (Wolman 1973). Beceri ve bilgi gibi bilişsel davranışların bilişler kadar amaçları da vardır. Var olmayan tutum ve kişilik davranışlarını da kapsayabilir (Koç 1981). Eğitimde başarı, okulda öğretilen müfredatla birlikte geliştirilmiştir. Bir öğretmen tarafından uygulanan bir test veya yazılı test Öğrencinin puanına göre belirlenen kazanılan bilgi ve becerilere akademik başarı denir (Carter ve Good 1973).

Yükseköğretim kurumlarının temel amaçlarından biri olan eğitim ve öğretim hizmetleri sürecin sonunda, öğrenciler her yarıyıl ve yıl boyunca akademik performansları üzerinden değerlendirilecektir. Çalışma süresi boyunca hesaplanan toplam akademik not akademik başarının dünya çapında tanınan göstergelerinden biridir. Seviye her durumda, eğitim kurumlarının temel amacı öğrencilere bilişsel, duygusal ve psikolojik her yönden gelişmelerini sağlamaktır (Sarier 2016).

Akademik başarı, öğrencinin psikomotor ve duygusal gelişiminden ayrıdır. Proje alanındaki davranış değişikliği olarak yorumlanır (Ahmann ve ark. 1971). Akademik başarı, öğrencileri mesleki ve sosyal hayata hazırlar. Aileleri ve çevreleri söz konusu olduğunda, geleceklerini hazırlamalarına ve yönlendirmelerine yardımcı olduğu için aynı zamanda çok önemlidir (Tuncer ve Yılmaz 2018).

### 2.5.1. Akademik Başarıyı Etkileyen Özellikler

Okul ortamındaki değişiklikler ve bireysel akademik performans Etkisi olabilecek birçok faktör vardır. Klausmeier ve Ripple şahsen Akademik düzeylerdeki bu farklılıklar ve süreçteki gelişimi etkileyebilecek özellikler 5 Ana bölüm altında toplanmıştır. Bunlar;

1. Bilişsel özellikler,
2. Psikomotor özellikler,
3. Duygusal özellikler,
4. Sosyoekonomik durum ve aile ile ilgili özellikler,
5. Cinsiyetle ilgili özellikler.



Bu kategoriler altında, aralarında fonksiyonel farklılıklar vardır. Bireylerin akademik performanslarında farklılıklar olması normaldir (Koç 1981).

### **2.5.2. Akademik Başarıyı Etkileyen Faktörler**

Başarı önemli bir faktördür. Kişiliğin sosyal bir yansımasıdır. Başarısız çocukları sosyal bir ortamda utandırmak özgüvenlerini yok eder, bu da çocukların kişilik gelişimine olumsuz etkileri vardır (Martinez 2001). Öğrenci akademik performans düşüşleri çözülmesi gereken bir problem olarak karşımızdadır (Özgür 2004). Akademik başarı bireysel biliş düzeyinden kaynaklanmayan birçok faktörden etkilenir. Bunlar motivasyon, kaygı, maddi durum, ebeveynlerin eğitim düzeyi, sağlık sorunları vb. (Özgüven 1998). Bu faktörler, bireysel nedenleri ve çevresel faktörleri içerir. Akademik başarısızlık, tek bir faktörden veya faktörlerin bir kombinasyonundan kaynaklanabilir. Bu bazı faktörlere bağlı olabilir, ancak burada akademik başarısızlığı iyi karakterize etmek gerekir. Çünkü bu kavram insanlar arasında farklı standartlarla gerçekleştirilmektedir.

Örneğin, bir aile, çocuğunu sınıf geçmesini başarılı olarak görürken, bir diğer aile orta düzeyde notlara sahip bir öğrenciyi başarısız olarak kabul eder. Başarısızlık ne kadar erken fark edilirse önleyici tedbirlerin alınması o kadar kolay olur (Çatuk 2009). Akademik başarıyı etkileyen birçok değişken vardır: fiziksel faktörler, psikolojik faktörler, çevresel faktörler, bu değişkenler öğrenmeyi etkiler ve dolayısıyla akademik başarıda etkilenir (Uluğ 1990).

Öğrencilerin akademik başarısını etkileyen faktörler okul içi ve okul dışı olmak üzere iki kategoriye ayrılmaktadır. TV izleme, bilgisayar kullanımı, telefon kullanımı, hane halkının mali durumu ve arkadaş çevresi gibi etkenler okul dışı etkenlerdir. Kurslar, eğitim kullanılan donanımlar, sınıf ortamı, öğretmenlerin kullandığı öğretim yöntemleri okul içi faktörlerdir (Burgaz 2002).

#### **2.5.2.1. Bireysel Faktörler**

Her çocuk, benzersiz bir kişiliğe ve özelliklere sahip gelişen bir bireydir. Zihinsel gelişimine ek olarak, sağlıklı duygusal, fiziksel ve sosyal sağlığı olan bir çocuk, düzenli, dengeli bir ailede başarıya ulaşabilir (Yavuzer 2005). Tembellik içinde saygınlık kazanmaya yönelik bir eğilim ve bir çaba da vardır. Çünkü çevrenin dikkati genellikle

tembelliğe odaklanır. Tembel öğrenciler çevrelerindeki insanları daha fazla dikkat etmeye zorlar (Adler 2004). Dolayısıyla çevresindekilerin dikkatini çekmesi okuldaki başarısızlığının sebepleri arasında sayılabilir. Ayrıca cinsiyet ve ırk (Enwistle ve Hayduk 1982), olgunluk (Yörükoğlu 1998), zeka ve aile (Yavuzer 2005), ilgi, yetenek ve motivasyon (Kuzgun 2000), kekemelik (Adler 2014), çalışma disiplininin olmaması akademik başarıyı etkileyen bireysel faktörler olarak sıralanabilir.

### **2.5.2.2. Aileye Bağlı Etmenler**

Öğrencilerin başarı faktörlerinin incelendiği bir çalışmada aile faktörü ve başarı karşılaştırılmış ve aile faktörlerinin okul başarısı üzerinde etkisi olduğu sonucuna varılmıştır. Bu ilişkinin eğitimsel yönelimindeki başarısı ile ailenin çocuktaki ilgisi ve ilgisi yakından bağlantılıdır. Çocukların ilk eğitimi çevrede başlar ve ilk öğrenmelerini yani aile üyelerinin teşvikiyle gerçekleştirirler. Yüksek eğitim düzeyine sahip ve çocukları ile iyi bir ilişkiye sahip olan ebeveynler, çocuklarına bakar ve onlar gibi gelişmeye çalışırlar ve bir çocuk onun sorularına yanıt alır ve çocuğun tatmin olması, öğrenme arzusunu ve arzusunu artırır. Bu iyi diyaloglarını kuran çocuk, anne babasıyla daha çok modeller aracılığıyla iletişim kurar (Kaya 1998).

Diğer faktörler ise;

- Çocuğun daha yüksek bilişsel düzeyi beklentisi,
- Aşırı sevgi ve sevgiyle tek çocuk olarak büyümesi,
- Çocuğun sevgisiz büyümesi
- Ebeveynlerin eğitim düzeyi,
- Eğitim sistemi ebeveynlerinin eğitim sistemine uyum sağlayamamaları,
- Ebeveynler ve otoriterler,
- Ebeveynlerin sosyo-ekonomik düzeyi,
- Velilerin yüksek başarı beklentisi (Öztürk 2009).

### **2.5.2.3. Okul ve Öğretmene Bağlı Etmenler**

Akademik başarıda öğretmenin rolü büyüktür (Öztürk 2002). Çocuğun sınıfa, derslere ve sosyal okul ortamına uyumuna aracılık eden kişidir. Ayrıca öğretmenler okuldaki eğitim sürecini yöneten liderlerdir. Etkili bir öğretim ortamı oluşturmak, öğrencileri hayata

hazırlamak ve onları ilgi ve becerilerine göre konusunda geliştirmek öğretmenlerin görevidir.

Okul ve öğretmenlere bağlı faktörler:

- Sınıflarda çok fazla öğrenci olması,
- Öğrencilerinin sınıf düzenindeki konumu,
- Sınıf fiziksel koşulları,
- Okul disiplin kodu,
- Okulu değişikliği,
- Öğretmenlerin atanma durumu,
- Devamsızlık sorunları
- Ağır müfredat,
- Aynı okulda farklı zekâ seviyelerine sahip öğrenciler bulundurmak,
- Öğretmenlerin kullandığı farklı ders yöntemleri (Bayhan 1999).

### **2.5.3. Akademik Başarıda Kuramsal Yaklaşımlar**

Araştırmacılar, insanların akademik başarılarını değerlendirmek için çeşitli teorik yaklaşımlar geliştirdiler. Bunlar; ayrımsal yaklaşım, davranışsal yaklaşım, bilişsel yaklaşım ve durumsal yaklaşım (Greeno ve ark. 1996; Güven 2019). Ayrımsal yaklaşıma göre, her öğrencinin farklı zekâ ve bilgi düzeyleri vardır ve ölçülebilir bir anlayışa sahiptirler. Bu yaklaşım, testlerle ne olduğunu ölçmeyi ve test sonuçlarındaki başarıyı ölçmeyi amaçladı. Öğrenci oryantasyonu ve kaynak tahsisinin buna göre yapıldığını söylüyor (Güven 2019).

Davranışçı yaklaşım, konuların kademeli olarak öğrencilere verildiği karmaşık konuları öğrenmeden önce öğrencilerin temel becerilere sahip oldukları gerçeğine dayanır. Önce kolay bilgiler öğretilir ve zor bilgiler yavaş yavaş eklenir. Böylece öğrenci bildiklerine ek olarak yeni bilgiler edinir ve öğrenme gerçekleşir. Ayrıca ödül-ceza öğrenmede etkilidir. Edinilen bilgi ve beceriler tarafından doğrulanır (Güven 2019).

Bilişsel yaklaşımda, öğrenciler öğrenmede aktiftir. Önemli olan bilgi düzeyi değil, nerede ve nasıl kullanıldığıdır. Test etmek başarıyı ölçmek için yeterli değildir. Durumsal yaklaşım toplum tarafından bilgilendirilir ve toplumun ihtiyaçlarına uygundur.

Kişinin toplumdaki davranışı ve becerileri ve hatta testler değerlendirme olarak kullanılabilir (Güven 2019).

### 3. GEREÇ ve YÖNTEM

Araştırmada, mevcut durumu ortaya çıkartmayı amaçlayan betimsel taramaya (survey) ve ilişkisel taramaya yönelik bir yöntem kullanılmıştır. Betimsel tarama modelleri, geçmişte ya da halen var olan bir durumu var olduğu şekliyle betimlemeyi amaçlayan araştırma yaklaşımıdır. Araştırmaya konu olan olay, birey ya da nesne kendi koşulları içinde ve olduğu gibi tanımlanmaya çalışılır. Onları, herhangi bir şekilde değiştirme, etkileme çabası gösterilmez. İlişkisel tarama modelleri ise iki ve daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişim varlığını ve/veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelleridir (Karasar 2004).

#### 3.1. Gönüllü Gruplarının Seçimi

Bingöl Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören 780 öğrenciden tesadüfî yöntemle seçilen 500 kişi çalışmanın örneklemini oluşturmuştur. Evren ve örneklem ilişkisi göz önünde bulundurulduğunda örneklem gurubundaki katılımcı sayısının evreni temsil edecek sayıda olduğu görülmektedir.

#### 3.2. Veri Toplama Araçları

##### 3.2.1. Demografik Bilgi Formu

Çalışmaya katılan gönüllülerin cinsiyet, yaş, bölüm, sınıf ve aktivite düzeyi olmak üzere beş soruluk demografik bilgi formunu doldurmaları istenmiştir.

**Tablo 3.1.** Katılımcıların Betimsel İstatistikleri

	Değişkenler	N	%
<b>Cinsiyet</b>	Kadın	169	33,8
	Erkek	331	66,2
<b>Yaş</b>	18-21	115	23,0
	22-25	374	74,8
	26 ve üstü	11	2,2
<b>Bölüm</b>	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	125	25,0
	Antrenörlük Eğitimi	147	29,4
	Spor Yöneticiliği	165	33,0
	Rekreasyon	63	12,6

<b>Sınıf</b>	1. Sınıf	111	22,2
	2. Sınıf	106	21,2
	3. Sınıf	127	25,4
	4.Sınıf	156	31,2
<b>Aktivite düzeyi</b>	İnaktif	18	3,6
	Minimal Aktif	310	62,0
	Çok Aktif	172	34,4

Çalışmaya katılan öğrencilerin cinsiyetlere göre %33,8' i kadın %66,2'si erkek, yaş gruplarına göre %23,0'ü 18-21 yaş, %74,8'i 22-25 yaş, %2,2'si 26 yaş ve üstü, bölümlerine göre %25,0'i beden eğitimi ve spor öğretmenliği, %29,4'ü antrenörlük eğitimi, %33,0'ü spor yöneticiliği, %12,6'sı rekreasyon, sınıflarına göre %22,2'si 1. sınıf, %21,2'si 2. sınıf, %25,4'ü 3. sınıf, %31,2'si 4. sınıf, aktivite düzeyine göre ise %3,6'sı inaktif, %62,0'si minimal aktif, %34,4'üde çok aktif olduğu tespit edilmiştir.

### 3.2.2. Sportif Tutum Ölçeği

Spora yönelik tutum ölçeği Halil Evren Şentürk (2012) tarafından oluşturulan öğrencilerin spora yönelik tutumlarını belirlemeye yönelik 25 maddeden oluşmaktadır. Maddeler içerik bakımından incelendiğinde ise birinci faktörün “spora ilgi duyma”, ikinci faktörün “sporla yaşama” ve üçüncü faktörün ise “aktif spor yapma” şeklinde gruplandırılabilmesi belirlenmiştir. Ölçekten alınabilecek minimum puan 25 ve maksimum puan 125'tir. Puanın yüksekliği, spora yönelik tutumun yüksekliğine işaret eder. Ölçekteki tüm maddeler olumlu puanlanırken, hiçbir maddenin puanlamasında tersine çevirme uygulaması yapılmamıştır. Öğrencilerin spor alışkanlıklarına ilişkin olarak spora yönelik tutumlarını ölçecek 5 seçenekli bir Likert ölçeği kullanılmıştır.

### 3.2.3. Yaşam Kalitesi Ölçeği

WHOQOL-BREF-TR, Dünya Sağlık Örgütü tarafından geliştirilmiş, ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenilirliği Eser ve arkadaşları tarafından (1999) yapılmıştır. Yaşam kalitesi ölçeğinin 100 sorudan oluşan uzun form ve 27 sorudan oluşan kısa form olmak üzere iki sürümü vardır. Çalışmada 27 soruluk kısa formu kullanılmıştır. 27. sorunun puanlamaya katılamaması ve ayrı değerlendirilmesi sebebiyle bu soru araştırmaya dâhil edilmemiş ve 26 madde ile ölçüm yapılmıştır. Ölçekte fiziksel sağlık, psikolojik, sosyal ilişkiler ve çevre olmak üzere 4 alt boyut bulunurken yaşam kalitesi ve genel sağlığı kapsayan da 2 maddesi yer almaktadır. 3., 4., 10., 15., 16., 17. ve 18. soru fiziksel sağlık alt boyutunu;

5., 6., 7., 11., 19., ve 26. soru psikolojik alt boyutunu; 20., 21. ve 22. soru sosyal ilişkiler alt boyutunu; 8., 9., 12., 13., 14., 23., 24., ve 25. soru çevre alt boyutunu; 1. ve 2. soru genel sağlık alanını oluşturmaktadır. Ölçekte 3., 4., ve 26. soru ters puanlanan sorulardır. Ölçeğin Cronbach alpha değerleri fiziksel sağlık alanında 0.83, psikolojik alanda 0.66, sosyal ilişkiler alanında 0.53 ve çevre alanında 0.73'tür. Her soru için hesaplanan pearson katsayıları 0.57 ve 0.81 arasında değişmektedir. Ölçek kişinin ilgili alanlardaki iyilik hallerini ölçmektedir. Ölçeğe göre alınan puan arttıkça yaşam kalitesi artmaktadır (Eser ve ark. 1999).

### **3.2.4. Akademik Motivasyon Ölçeği**

Çalışmada öğrencilerin akademik motivasyon düzeylerini ölçmek amacıyla Vallerand ve arkadaşları (1992) tarafından geliştirilen Türkçeye uyarlaması Karagüven (2012) tarafından yapılan "Akademik Motivasyon Ölçeği" kullanılmıştır. Ölçek 28 maddeden ibarettir. Üç tane içsel motivasyon, üç tane dışsal motivasyon ve bir tane motivasyonsuzluk boyutuna ait olmak üzere, her biri dörder maddelik, toplam yedi farklı boyuttan oluşmaktadır. Bu alt boyutlardan alınan puanlar 4 ile 28 aralığında değişmektedir. Her bir alt ölçeğe ait elde edilen puanların 28'e yaklaşması bireyde o boyutun yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçek 7'li likert tarzında hazırlanmış olup 1 değeri ölçekteki ifadelerin öğrenciyle hiç uyuşmadığını 7 değeri ise tam olarak uyuştuğunu ifade etmektedir. Ölçekte ters puanlanan madde bulunmamaktadır.

### **3.3. İstatistiksel Analiz**

Verilerin analizinde IBM SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) 22 istatistik paket programı kullanılmıştır. Elde edilen verilerin normal dağılım gösterdiği tespit edilmiştir. Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin spora yönelik tutum, yaşam kalitesi ve akademik başarı düzeyleri ölçeklerinden aldığı puanların aritmetik ortalama ve standart sapma  $X \pm Sd$  olarak sunulmuştur. İkili karşılaştırmalarda bağımsız gruplarda t testi kullanılır iken, çoklu karşılaştırmalarda tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ve oluşan farklılıkların tespitinde ise LSD (Least Significant Difference) testinden faydalanılmıştır. Ölçeklerden elde edilen verilerin ilişkisini ortaya çıkarmak için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi uygulanmıştır.  $p < 0.05$  değeri anlamlı kabul edilmiştir.

**Tablo 3.2.** Ölçek Puanlarının Çarpıklık-Basıklık Düzeyleri

	N	Çarpıklık	Basıklık
<b>Spora İlgi Duyma</b>	500	-,500	-,365
<b>Sporla Yaşama</b>	500	-,466	-,268
<b>Aktif Spor Yapma</b>	500	-,295	-,456
<b>Spora Yönelik Tutum Toplam</b>	500	-,469	-,456
<b>Genel Sağlık</b>	500	-,162	-,265
<b>Fiziksel Sağlık</b>	500	-,052	-,222
<b>Psikolojik</b>	500	-,395	-,027
<b>Sosyal İlişkiler</b>	500	-,494	,087
<b>Çevre</b>	500	-,179	-,473
<b>Yaşam Kalitesi Toplam</b>	500	-,126	-,324
<b>Bilmeye Yönelik İçsel Motivasyon</b>	500	,110	-,104
<b>Başarıya Yönelik İçsel Motivasyon</b>	500	,014	,017
<b>Uyarım Yaşamaya Yönelik İçsel Motivasyon</b>	500	,014	-,094
<b>Belirlenmiş Dışsal Motivasyon</b>	500	,012	-,098
<b>İçe Yansıyan Dışsal Motivasyon</b>	500	,012	-,174
<b>Dışsal Motivasyon- Dış Düzenleme</b>	500	-,019	-,257
<b>Motivasyonsuzluk</b>	500	-,269	-,582
<b>Akademik Motivasyon Toplam</b>	500	,091	-,104

Tablo 3.2’ de Shapiro-Wilk Testi sonuçları incelendiğinde, spora yönelik tutum ölçeği toplam ve alt boyutlarının, yaşam kalitesi ölçeği toplam ve alt boyutlarının ve akademik motivasyon ölçeği toplam ve alt boyutlarının puanlarında normallikten sapmaların anlamlı düzeylerde olduğu gözlemlenmektedir. Shapiro-Wilk analizinin uygulanması, normal dağılım durumunun saptanması amacıyla kullanılacak yöntemlerden bir tanesidir. Normal dağılım eğrilerine incelendiğinde normallikten çok fazla sapmalar olmadığı tespit edilmiştir. Ayrıca çarpıklık ve basıklık katsayıları dikkate alındığında, bütün puanların  $\pm 1$  aralığında yer aldıkları görülmüştür. Cooper-Cutting (2018) çarpıklık ve basıklık değerlerinin  $\pm 2$  aralığında olması normallik açısından uygun bir durum olarak belirtirken. Büyüköztürk (2007) ise bu değerlerin  $\pm 1$  aralığında yer almasının normallikten aşırı sapmalar olmaması şeklinde yorumlanmaktadır. Puanların çarpıklık-basıklık değerlerinin uç düzeylerde olmadığı,  $+2 / -2$  Aralığında olduğu ve normal dağılım eğrilerinde aşırı sapmalar olmadığı görüldüğü için parametrik istatistiksel analiz testlerinin kullanılmasına karar verilmiştir.



## 4. BULGULAR

### 4.1. Katılımcıların Sportif Tutum Düzeylerinin Betimsel İstatistiklerinin İncelenmesi

**Tablo 4.1.** Katılımcıların Sportif Tutum Ölçeğinden Elde Ettikleri Puanların Betimsel İstatistikleri

	n	Minimum	Maximum	X ± SS
<b>Spora İlgi Duyma</b>	500	23,00	60,00	47,06±7,52
<b>Sporla Yaşama</b>	500	13,00	35,00	26,41±4,68
<b>Aktif Spor Yapma</b>	500	12,00	30,00	22,04±3,92
<b>Spora Yönelik Tutum Toplam</b>	500	54,00	125,00	95,51±14,79

Tablo 4.1’de katılımcıların sportif tutum ölçeği alt boyutlarından spora ilgi duyma skorunun 47,06±7,52, sporla yaşama skorunun 26,41±4,68, aktif spor yapma skorunun 22,04±3,92 ve spora yönelik tutum toplam skorunun ise 95,51±14,79 olduğu tespit edilmiştir.

**Tablo 4.2.** Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Sportif Tutum Düzeyleri

	Cinsiyet	n	X± SS	t	p
<b>Spora İlgi Duyma</b>	Erkek	331	47,67±7,28	-2,566	<b>,011*</b>
	Kadın	169	45,85±7,85		
<b>Sporla Yaşama</b>	Erkek	331	26,72±4,59	-2,085	<b>,038*</b>
	Kadın	169	25,80±4,82		
<b>Aktif Spor Yapma</b>	Erkek	331	22,19±3,85	-1,232	,219
	Kadın	169	21,73±4,04		
<b>Spora Yönelik Tutum Toplam</b>	Erkek	331	96,59±14,37	-2,293	<b>,022*</b>
	Kadın	169	93,40±15,39		

Tablo 4.2 incelendiğinde katılımcıların cinsiyetlerine göre spora ilgi duyma düzeylerinde erkek öğrencilerin (47,67±7,28), kadın öğrencilerin (45,85±7,85) skorlarına sahip olduğu görülmektedir. Gruplar arasındaki karşılaştırmada, istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ( $t_{(498)} = -2,566$ ,  $p < 0,05$ ).

Sporla yaşama alt boyutunda erkek öğrencilerin (26,72±4,59), kadın öğrencilerin (25,80±4,82) skorlarına sahip olduğu görülmektedir. Gruplar arasındaki karşılaştırmada, istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ( $t_{(498)} = -2,085$ ,  $p < 0,05$ ).

Aktif spor yapma alt boyutunda erkek öğrencilerin (22,19±3,85), kadın öğrencilerin (21,73±4,04) skorlarına sahip olduğu görülmektedir. Gruplar arasındaki karşılaştırmada, istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmemiştir ( $t_{(498)} = -1,232$ ,  $p > 0,05$ ).

Spora yönelik tutum toplam boyutunda ise erkek öğrencilerin (96,59±14,37), kadın öğrencilerin (93,40±15,39) skorlarına sahip olduğu görülmektedir. Gruplar arasındaki karşılaştırmada, istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ( $t_{(498)} = -2,293$ ,  $p < 0,05$ ).

**Tablo 4.3.** Katılımcıların Yaşlarına Göre Sportif Tutum Düzeyleri

	Yaş	n	X± SS	F	p	LSD
<b>Spora İlgi Duyma</b>	18-21 <sup>1</sup>	115	47,40±6,70	1,865	,156	
	22-25 <sup>2</sup>	374	46,83±7,79			
	26 ve üstü <sup>3</sup>	11	51,09±5,41			
<b>Sporla Yaşama</b>	18-21 <sup>1</sup>	115	26,16±4,38	,606	,546	
	22-25 <sup>2</sup>	374	26,45±4,79			
	26 ve üstü <sup>3</sup>	11	27,72±4,00			
<b>Aktif Spor Yapma</b>	18-21 <sup>1</sup>	115	22,20±3,46	,124	,883	
	22-25 <sup>2</sup>	374	21,99±4,06			
	26 ve üstü <sup>3</sup>	11	22,09±3,78			
<b>Spora Yönelik Tutum Toplam</b>	18-21 <sup>1</sup>	115	95,76±13,13	,794	,452	
	22-25 <sup>2</sup>	374	95,28±15,33			
	26 ve üstü <sup>3</sup>	11	100,90±11,76			

Tablo 4,3’de, katılımcıların sportif tutum düzeyleri yaş değişkenine göre incelendiğinde, istatistiksel analiz sonucunda anlamlı farklılık tespit edilmemiştir.

**Tablo 4.4.** Katılımcıların Bölümlerine Göre Sportif Tutum Düzeyleri

	Bölüm	n	X± SS	F	p	LSD
<b>Spora İlgi Duyma</b>	B.Eğitimi ve Spor Öğretmenliği <sup>1</sup>	125	46,36±7,43	4,282	,005	1-2 2-3 2-4
	Antrenörlük Eğitimi <sup>2</sup>	147	48,90±6,83			
	Spor Yöneticiliği <sup>3</sup>	165	46,33±8,21			
	Rekreasyon <sup>4</sup>	63	46,03±6,74			
<b>Sporla Yaşama</b>	B.Eğitimi ve Spor Öğretmenliği <sup>1</sup>	125	26,42±4,82	1,938	,122	
	Antrenörlük Eğitimi <sup>2</sup>	147	27,12±4,24			
	Spor Yöneticiliği <sup>3</sup>	165	26,00±4,91			
	Rekreasyon <sup>4</sup>	63	25,79±4,64			
<b>Aktif Spor Yapma</b>	B.Eğitimi ve Spor Öğretmenliği <sup>1</sup>	125	21,45±4,15	3,577	,014	1-2 2-3
	Antrenörlük Eğitimi <sup>2</sup>	147	22,89±3,52			

	Spor Yöneticiliği <sup>3</sup>	165	21,81±4,05			
	Rekreasyon <sup>4</sup>	63	21,80±3,74			
<b>Spora Yönelik Tutum Toplam</b>	B.Eğitimi ve Spor Öğretmenliği <sup>1</sup>	125	94,24±14,90			
	Antrenörlük Eğitimi <sup>2</sup>	147	98,93±13,26	3,790	<b>,010</b>	<b>1-2</b>
	Spor Yöneticiliği <sup>3</sup>	165	94,15±15,91			<b>2-3</b>
	Rekreasyon <sup>4</sup>	63	93,63±13,87			<b>2-4</b>

Tablo 4.4’de katılımcıların bölümlerine göre spora yönelik tutum ölçeği skorlarının karşılaştırılması incelendiğinde; spora ilgi duyma alt boyutunda beden eğitimi ve spor öğretmenliği ile antrenörlük eğitimi, antrenörlük eğitimi ile spor yöneticiliği ve antrenörlük eğitimi ile rekreasyon bölümü, aktif spor yapma alt boyutunda beden eğitimi ve spor öğretmenliği ile antrenörlük eğitimi, antrenörlük eğitimi ile spor yöneticiliği ve spora yönelik yönelik tutum ölçeği toplam boyutunda beden eğitimi ve spor öğretmenliği ile antrenörlük eğitimi, antrenörlük eğitimi ile spor yöneticiliği ve antrenörlük eğitimi ile rekreasyon bölümü arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ). Sporla yaşama alt boyutunda ise istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir ( $p>0,05$ ).

**Tablo 4.5.** Katılımcıların Sınıflarına Göre Sportif Tutum Düzeyleri

	Sınıf	n	X± SS	F	p	LSD
<b>Spora İlgi Duyma</b>	1. Sınıf <sup>1</sup>	111	46,72±7,67	,757	,519	
	2. Sınıf <sup>2</sup>	106	47,26±7,34			
	3. Sınıf <sup>3</sup>	127	46,41±7,46			
	4.Sınıf <sup>4</sup>	156	47,67±7,60			
<b>Sporla Yaşama</b>	1. Sınıf <sup>1</sup>	111	25,99±4,72	1,403	,241	
	2. Sınıf <sup>2</sup>	106	26,40±4,41			
	3. Sınıf <sup>3</sup>	127	26,05±4,99			
	4.Sınıf <sup>4</sup>	156	27,01±4,55			
<b>Aktif Spor Yapma</b>	1. Sınıf <sup>1</sup>	111	21,56±4,21	1,388	,246	
	2. Sınıf <sup>2</sup>	106	22,09±3,73			
	3. Sınıf <sup>3</sup>	127	21,84±3,77			
	4.Sınıf <sup>4</sup>	156	22,50±3,94			
<b>Spora Yönelik Tutum Toplam</b>	1. Sınıf <sup>1</sup>	111	94,28±15,25	1,219	,302	
	2. Sınıf <sup>2</sup>	106	95,76±13,80			
	3. Sınıf <sup>3</sup>	127	94,31±15,01			
	4.Sınıf <sup>4</sup>	156	97,19±14,88			

Tablo 4,5’de, katılımcıların sportif tutum düzeyleri yaş değişkenine göre incelendiğinde, istatistiksel analiz sonucunda anlamlı farklılık tespit edilmemiştir.

**Tablo 4.6.** Katılımcıların Aktivite Düzeylerine Göre Sportif Tutum Düzeyleri

	<b>Aktivite Düzeyi</b>	<b>n</b>	<b>X± SS</b>	<b>F</b>	<b>p</b>	<b>LSD</b>
<b>Spora İlgili Duyma</b>	İnaktif <sup>1</sup>	18	38,72±11,38	28,500	<b>,000</b>	<b>1-2</b>
	Minimal Aktif <sup>2</sup>	310	46,00±6,82			<b>1-3</b>
	Çok Aktif <sup>3</sup>	172	49,82±7,16			<b>2-3</b>
<b>Sporla Yaşama</b>	İnaktif <sup>1</sup>	18	20,72±6,21	34,347	<b>,000</b>	<b>1-2</b>
	Minimal Aktif <sup>2</sup>	310	25,71±4,27			<b>1-3</b>
	Çok Aktif <sup>3</sup>	172	28,27±4,40			<b>2-3</b>
<b>Aktif Spor Yapma</b>	İnaktif <sup>1</sup>	18	17,00±4,29	39,739	<b>,000</b>	<b>1-2</b>
	Minimal Aktif <sup>2</sup>	310	21,40±3,52			<b>1-3</b>
	Çok Aktif <sup>3</sup>	172	23,70±3,81			<b>2-3</b>
<b>Spora Yönelik Tutum Toplam</b>	İnaktif <sup>1</sup>	18	76,44±20,66	39,949	<b>,000</b>	<b>1-2</b>
	Minimal Aktif <sup>2</sup>	310	93,13±13,13			<b>1-3</b>
	Çok Aktif <sup>3</sup>	172	101,80±13,98			<b>2-3</b>

Tablo 4.6’da katılımcıların aktivite düzeylerine göre spora yönelik tutum ölçeği skorlarının karşılaştırılması incelendiğinde; spora ilgi duyma, sporla yaşama, aktif spor yapma alt boyutlarında ve spora yönelik tutum toplam skorlarında inaktif ile minimal aktif, inaktif ile çok aktif ve minimal aktif ile çok aktif düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ).

#### 4.2. Katılımcıların Yaşam Kalitesi Düzeylerinin Betimsel İstatistiklerinin İncelenmesi

**Tablo 4.7.** Katılımcıların Yaşam Kalitesi Ölçeğinden Elde Ettikleri Puanların Betimsel İstatistikleri

	<b>n</b>	<b>Minumum</b>	<b>Maximum</b>	<b>X ± SS</b>
<b>Genel Sağlık</b>	500	2,00	10,00	6,26±1,92
<b>Fiziksel Sağlık</b>	500	10,00	35,00	22,37±4,54
<b>Psikolojik Sağlık</b>	500	8,00	30,00	20,67±4,02
<b>Sosyal İlişkiler</b>	500	3,00	15,00	10,67±2,48
<b>Çevre</b>	500	12,00	40,00	27,43±5,67
<b>Yaşam Kalitesi Toplam</b>	500	52,00	129,00	88,21±14,56

Tablo 4.7’de katılımcıların yaşam kalitesi ölçeği alt boyutlarından genel sağlık skorunun 6,26±1,92, fiziksel sağlık skorunun 22,37±4,54, psikolojik sağlık skorunun 20,67±4,02, sosyal ilişkiler skorunun 10,67±2,48, çevre skorunun 27,43±5,67 ve yaşam kalitesi toplam skorunun ise 88,21±14,56 olduğu tespit edilmiştir.

**Tablo 4.8.** Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Yaşam Kalitesi Düzeyleri

	Cinsiyet	n	X± SS	t	p
<b>Genel Sağlık</b>	Erkek	331	6,24±1,93	,426	,670
	Kadın	169	6,31±1,91		
<b>Fiziksel Sağlık</b>	Erkek	331	22,25±4,95	,806	,420
	Kadın	169	22,60±4,32		
<b>Psikolojik Sağlık</b>	Erkek	331	20,59±3,91	,652	,514
	Kadın	169	20,84±4,22		
<b>Sosyal İlişkiler</b>	Erkek	331	10,68±2,45	-,085	,932
	Kadın	169	10,66±2,54		
<b>Çevre</b>	Erkek	331	27,58±5,64	-,866	,387
	Kadın	169	27,12±5,75		
<b>Yaşam Kalitesi Toplam</b>	Erkek	331	87,92±14,57	-,317	,751
	Kadın	169	88,36±14,57		

Tablo 4.8 incelendiğinde katılımcıların cinsiyetlerine göre genel sağlık düzeylerinde erkek öğrencilerin (6,24±1,93), kadın öğrencilerin (6,31±1,91) skorlarına sahip olduğu görülmektedir. Gruplar arasındaki karşılaştırmada, istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmemiştir ( $t_{(498)} = ,426$ ,  $p > 0,05$ ).

Fiziksel sağlık alt boyutunda erkek öğrencilerin (22,25±4,95), kadın öğrencilerin (22,60±4,32) skorlarına sahip olduğu görülmektedir. Gruplar arasındaki karşılaştırmada, istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmemiştir ( $t_{(498)} = ,806$ ,  $p > 0,05$ ).

Psikolojik sağlık alt boyutunda erkek öğrencilerin (20,59±3,91), kadın öğrencilerin (20,84±4,22) skorlarına sahip olduğu görülmektedir. Gruplar arasındaki karşılaştırmada, istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmemiştir ( $t_{(498)} = ,652$ ,  $p > 0,05$ ).

Sosyal ilişkiler alt boyutunda erkek öğrencilerin (10,68±2,45), kadın öğrencilerin (10,66±2,54) skorlarına sahip olduğu görülmektedir. Gruplar arasındaki karşılaştırmada, istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmemiştir ( $t_{(498)} = -,085$ ,  $p > 0,05$ ).

Çevre alt boyutunda erkek öğrencilerin (27,58±5,64), kadın öğrencilerin (27,12±5,75) skorlarına sahip olduğu görülmektedir. Gruplar arasındaki karşılaştırmada, istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmemiştir ( $t_{(498)} = -,866$ ,  $p > 0,05$ ).

Yaşam kalitesi toplam boyutunda ise erkek öğrencilerin ( $87,92\pm14,57$ ), kadın öğrencilerin ( $88,36\pm14,57$ ) skorlarına sahip olduğu görülmektedir. Gruplar arasındaki karşılaştırmada, istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmemiştir ( $t_{(498)} = -,317$ ,  $p>0,05$ ).

**Tablo 4.9.** Katılımcıların Yaşlarına Göre Yaşam Doyumu Düzeyleri

	Yaş	n	X± SS	F	p	LSD
<b>Genel Sağlık</b>	18-21 <sup>1</sup>	115	6,20±1,79	,218	,804	
	22-25 <sup>2</sup>	374	6,29±1,96			
	26 ve üstü <sup>3</sup>	11	6,00±2,32			
<b>Fiziksel Sağlık</b>	18-21 <sup>1</sup>	115	22,28±4,39	,728	,484	
	22-25 <sup>2</sup>	374	22,35±4,55			
	26 ve üstü <sup>3</sup>	11	24,00±5,98			
<b>Psikolojik Sağlık</b>	18-21 <sup>1</sup>	115	20,63±4,02	,045	,956	
	22-25 <sup>2</sup>	374	20,69±4,00			
	26 ve üstü <sup>3</sup>	11	20,36±4,9			
<b>Sosyal İlişkiler</b>	18-21 <sup>1</sup>	115	10,97±2,14	1,311	,270	
	22-25 <sup>2</sup>	374	10,57±2,57			
	26 ve üstü <sup>3</sup>	11	11,09±2,50			
<b>Çevre</b>	18-21 <sup>1</sup>	115	26,90±5,07	,673	,511	
	22-25 <sup>2</sup>	374	27,60±5,82			
	26 ve üstü <sup>3</sup>	11	27,18±6,89			
<b>Yaşam Kalitesi Toplam</b>	18-21 <sup>1</sup>	115	87,85±13,64	,086	,917	
	22-25 <sup>2</sup>	374	88,29±14,75			
	26 ve üstü <sup>3</sup>	11	89,54±18,25			

Tablo 4,9'da, katılımcıların yaşam doyumu düzeyleri yaş değişkenine göre incelendiğinde, istatistiksel analiz sonucunda anlamlı farklılık tespit edilmemiştir.

**Tablo 4.10.** Katılımcıların Bölümlerine Göre Yaşam Doyumu Düzeyleri

	Bölüm	n	X± SS	F	p	LSD
<b>Genel Sağlık</b>	B. Eğitimi ve Spor Öğretmenliği <sup>1</sup>	125	6,34±1,98	,467	,706	
	Antrenörlük Eğitimi <sup>2</sup>	147	6,21±1,91			

	Spor Yöneticiliği <sup>3</sup>	165	6,17±1,94		
	Rekreasyon <sup>4</sup>	63	6,47±1,83		
<b>Fiziksel Sağlık</b>	B. Eğitimi ve Spor Öğretmenliği <sup>1</sup>	125	22,40±4,94		
	Antrenörlük Eğitimi <sup>2</sup>	147	22,66±4,43	,479	,697
	Spor Yöneticiliği <sup>3</sup>	165	22,28±4,35		
	Rekreasyon <sup>4</sup>	63	21,87±4,53		
	B. Eğitimi ve Spor Öğretmenliği <sup>1</sup>	125	20,66±4,27		
<b>Psikolojik Sağlık</b>	Antrenörlük Eğitimi <sup>2</sup>	147	21,03±3,79	,630	,596
	Spor Yöneticiliği <sup>3</sup>	165	20,43±4,04		
	Rekreasyon <sup>4</sup>	63	20,50±3,97		
	B. Eğitimi ve Spor Öğretmenliği <sup>1</sup>	125	10,45±2,59		
<b>Sosyal İlişkiler</b>	Antrenörlük Eğitimi <sup>2</sup>	147	10,85±2,48	1,140	,332
	Spor Yöneticiliği <sup>3</sup>	165	10,55±2,46		
	Rekreasyon <sup>4</sup>	63	11,03±2,27		
	B. Eğitimi ve Spor Öğretmenliği <sup>1</sup>	125	27,26±5,88		
<b>Çevre</b>	Antrenörlük Eğitimi <sup>2</sup>	147	27,56±5,70	1,496	,215
	Spor Yöneticiliği <sup>3</sup>	165	26,95±5,68		
	Rekreasyon <sup>4</sup>	63	28,69±5,06		
	B. Eğitimi ve Spor Öğretmenliği <sup>1</sup>	125	88,44±15,38		
<b>Yaşam Kalitesi</b>	Antrenörlük Eğitimi <sup>2</sup>	147	88,76±14,32	,411	,745
	Spor Yöneticiliği <sup>3</sup>	165	87,22±14,71		
<b>Toplam</b>	Rekreasyon <sup>4</sup>	63	89,09±13,14		

Tablo 4,10'da, katılımcıların yaşam doyumu düzeyleri bölüm değişkenine göre incelendiğinde, istatistiksel analiz sonucunda anlamlı farklılık tespit edilmemiştir.

**Tablo 4.11.** Katılımcıların Sınıflarına Göre Yaşam Doyumunu Düzeyleri

	Sınıf	n	X± SS	F	p	LSD
<b>Genel Sağlık</b>	1. Sınıf <sup>1</sup>	111	6,09±2,01	,598	,616	
	2. Sınıf <sup>2</sup>	106	6,25±1,93			
	3. Sınıf <sup>3</sup>	127	6,25±1,89			
	4.Sınıf <sup>4</sup>	156	6,41±1,90			
<b>Fiziksel Sağlık</b>	1. Sınıf <sup>1</sup>	111	21,82±4,87	1,180	,317	
	2. Sınıf <sup>2</sup>	106	22,80±5,14			
	3. Sınıf <sup>3</sup>	127	22,13±4,09			
	4.Sınıf <sup>4</sup>	156	22,66±4,19			
<b>Psikolojik Sağlık</b>	1. Sınıf <sup>1</sup>	111	20,46±4,31	1,467	,223	
	2. Sınıf <sup>2</sup>	106	20,73±4,15			
	3. Sınıf <sup>3</sup>	127	20,20±3,93			
	4.Sınıf <sup>4</sup>	156	21,16±3,75			
<b>Sosyal İlişkiler</b>	1. Sınıf <sup>1</sup>	111	10,56±2,54	,118	,950	
	2. Sınıf <sup>2</sup>	106	10,75±2,57			
	3. Sınıf <sup>3</sup>	127	10,66±2,41			
	4.Sınıf <sup>4</sup>	156	10,71±2,45			
<b>Çevre</b>	1. Sınıf <sup>1</sup>	111	27,79±5,91	,658	,578	
	2. Sınıf <sup>2</sup>	106	27,21±5,94			
	3. Sınıf <sup>3</sup>	127	26,93±5,30			
	4.Sınıf <sup>4</sup>	156	27,72±5,63			
<b>Yaşam Kalitesi Toplam</b>	1. Sınıf <sup>1</sup>	111	88,29±15,72	,497	,684	
	2. Sınıf <sup>2</sup>	106	87,06±14,35			
	3. Sınıf <sup>3</sup>	127	87,86±14,01			
	4.Sınıf <sup>4</sup>	156	89,23±14,35			

Tablo 4,11’de, katılımcıların yaşam doyumu düzeyleri sınıf değişkenine göre incelendiğinde, istatistiksel analiz sonucunda anlamlı farklılık tespit edilmemiştir.



**Tablo 4.12.** Katılımcıların Aktivite Düzeylerine Göre Yaşam Doyumunu Düzeyleri

	<b>Aktivite Düzeyi</b>	<b>n</b>	<b>X± SS</b>	<b>F</b>	<b>p</b>	<b>LSD</b>
<b>Genel Sağlık</b>	İnaktif <sup>1</sup>	18	5,83±1,88	8,104	<b>,000</b>	<b>2-3</b>
	Minimal Aktif <sup>2</sup>	310	6,03±1,89			
	Çok Aktif <sup>3</sup>	172	6,73±1,91			
<b>Fiziksel Sağlık</b>	İnaktif <sup>1</sup>	18	20,83±4,60	8,891	<b>,000</b>	<b>1-3</b>
	Minimal Aktif <sup>2</sup>	310	21,83±4,47			<b>2-3</b>
	Çok Aktif <sup>3</sup>	172	23,51±4,45			
<b>Psikolojik Sağlık</b>	İnaktif <sup>1</sup>	18	20,11±4,33	13,137	<b>,000</b>	<b>2-3</b>
	Minimal Aktif <sup>2</sup>	310	20,01±4,01			
	Çok Aktif <sup>3</sup>	172	21,91±3,71			
<b>Sosyal İlişkiler</b>	İnaktif <sup>1</sup>	18	10,38±2,45	4,183	<b>,016</b>	<b>2-3</b>
	Minimal Aktif <sup>2</sup>	310	10,44±2,49			
	Çok Aktif <sup>3</sup>	172	11,11±2,41			
<b>Çevre</b>	İnaktif <sup>1</sup>	18	25,88±6,10	10,772	<b>,000</b>	<b>1-3</b>
	Minimal Aktif <sup>2</sup>	310	26,64±5,65			<b>2-3</b>
	Çok Aktif <sup>3</sup>	172	29,01±5,35			
<b>Yaşam Kalitesi Toplam</b>	İnaktif <sup>1</sup>	18	84,94±15,21	12,560	<b>,000</b>	<b>1-3</b>
	Minimal Aktif <sup>2</sup>	310	85,96±14,22			<b>2-3</b>
	Çok Aktif <sup>3</sup>	172	92,61±14,14			

Tablo 4.12’de katılımcıların aktivite düzeylerine göre yaşam doyumu ölçeği skorlarının karşılaştırılması incelendiğinde, genel sağlık, psikolojik sağlık ve sosyal ilişkiler alt boyutlarında minimal aktif ile çok aktif; fiziksel sağlık, çevre ve yaşam kalitesi toplam boyutlarında ise inaktif ile çok aktif ve minimal aktif ile çok aktif düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ).

### 4.3. Katılımcıların Akademik Motivasyon Düzeylerinin Betimsel İstatistiklerinin İncelenmesi

**Tablo 4.13.** Katılımcıların Akademik Motivasyon Ölçeğinden Elde Ettikleri Puanların Betimsel İstatistikleri

	<b>n</b>	<b>Minumum</b>	<b>Maximum</b>	<b>X ± SS</b>
<b>Bilmeye Yönelik İçsel Motivasyon</b>	500	5,00	28,00	18,64±4,33
<b>Başarıya Yönelik İçsel Motivasyon</b>	500	4,00	28,00	17,67±4,41
<b>Uyarım Yaşamaya Yönelik İçsel Motivasyon</b>	500	5,00	28,00	17,90±4,33
<b>Belirlenmiş Dışsal Motivasyon</b>	500	6,00	28,00	18,49±4,38
<b>İçe Yansıyan Dışsal Motivasyon</b>	500	6,00	28,00	17,84±4,61
<b>Dışsal Motivasyon-Dış Düzenleme</b>	500	4,00	28,00	17,81±4,61
<b>Motivasyonsuzluk</b>	500	4,00	28,00	15,07±5,78
<b>Akademik Motivasyon Toplam</b>	500	54,00	196,00	123,45±26,12

Tablo 4.13’de katılımcıların akademik motivasyon ölçeği alt boyutlarından bilmeye yönelik içsel motivasyon skorunun 18,64±4,33, başarıya yönelik içsel motivasyon skorunun 17,67±4,41, uyarım yaşamaya yönelik içsel motivasyon skorunun 17,90±4,33, belirlenmiş dışsal motivasyon skorunun 18,49±4,38, içe yansıyan dışsal motivasyon skorunun 17,84±4,61, dışsal motivasyon-dış düzenleme skorunun 17,81±4,61, motivasyonsuzluk skorunun 15,07±5,78 ve akademik motivasyon toplam skorunun ise 123,45±26,12 olduğu tespit edilmiştir.

**Tablo 4.14.** Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Akademik Motivasyon Düzeyleri

	Cinsiyet	n	X± SS	t	p
<b>Bilmeye Yönelik İçsel Motivasyon</b>	Erkek	331	18,76±4,32	-,891	,373
	Kadın	169	18,40±4,35		
<b>Başarıya Yönelik İçsel Motivasyon</b>	Erkek	331	17,75±4,45	-,548	,584
	Kadın	169	17,52±4,34		
<b>Uyarım Yaşamaya Yönelik İçsel Motivasyon</b>	Erkek	331	17,94±4,46	-,271	,786
	Kadın	169	17,83±4,09		
<b>Belirlenmiş Dışsal Motivasyon</b>	Erkek	331	18,53±4,48	-,319	,750
	Kadın	169	18,40±4,19		
<b>İçe Yansıyan Dışsal Motivasyon</b>	Erkek	331	17,97±4,65	-,907	,365
	Kadın	169	17,57±4,53		
<b>Dışsal Motivasyon-Dış Düzenleme</b>	Erkek	331	17,94±4,76	-,879	,380
	Kadın	169	17,56±4,31		
<b>Motivasyonsuzluk</b>	Erkek	331	15,45±5,72	-2,029	<b>,043*</b>
	Kadın	169	14,34±5,85		
<b>Akademik Motivasyon Toplam</b>	Erkek	331	124,37±26,87	-1,103	,271
	Kadın	169	121,65±24,57		

Tablo 4.14 incelendiğinde katılımcıların cinsiyetlerine göre bilmeye yönelik içsel motivasyon düzeylerinde erkek öğrencilerin (18,76±4,32), kadın öğrencilerin (18,40±4,35) skorlarına sahip olduğu görülmektedir. Gruplar arasındaki karşılaştırmada, istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmemiştir ( $t_{(498)} = -,891$ ,  $p > 0,05$ ).

Başarıya yönelik içsel motivasyon alt boyutunda erkek öğrencilerin (17,75±4,45), kadın öğrencilerin (17,52±4,34) skorlarına sahip olduğu görülmektedir. Gruplar arasındaki karşılaştırmada, istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmemiştir ( $t_{(498)} = -,548$ ,  $p > 0,05$ ).

Uyarım yaşamaya yönelik içsel motivasyon alt boyutunda erkek öğrencilerin (17,94±4,46), kadın öğrencilerin (17,83±4,09) skorlarına sahip olduğu görülmektedir. Gruplar arasındaki karşılaştırmada, istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmemiştir ( $t_{(498)} = -,271$ ,  $p > 0,05$ ).

Belirlenmiş dışsal motivasyon alt boyutunda erkek öğrencilerin (18,53±4,48), kadın öğrencilerin (18,40±4,19) skorlarına sahip olduğu görülmektedir. Gruplar arasındaki karşılaştırmada, istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmemiştir ( $t_{(498)} = -,319$ ,  $p > 0,05$ ).

İçe yansıyan dışsal motivasyon alt boyutunda erkek öğrencilerin (17,97±4,65), kadın öğrencilerin (17,57±4,53) skorlarına sahip olduğu görülmektedir. Gruplar arasındaki karşılaştırmada, istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmemiştir ( $t_{(498)} = -,907$ ,  $p > 0,05$ ).

Dışsal motivasyon-Dış düzenleme toplam boyutunda ise erkek öğrencilerin (17,94±4,76), kadın öğrencilerin (17,56±4,31) skorlarına sahip olduğu görülmektedir. Gruplar arasındaki karşılaştırmada, istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmemiştir ( $t_{(498)} = -,879$ ,  $p > 0,05$ ).

Motivasyonsuzluk alt boyutunda erkek öğrencilerin (15,45±5,72), kadın öğrencilerin (14,34±5,85) skorlarına sahip olduğu görülmektedir. Gruplar arasındaki karşılaştırmada, istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ( $t_{(498)} = -2,029$ ,  $p < 0,05$ ).

Akademik motivasyon toplam boyutunda ise erkek öğrencilerin (124,37±26,87), kadın öğrencilerin (121,65±24,57) skorlarına sahip olduğu görülmektedir. Gruplar arasındaki karşılaştırmada, istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmemiştir ( $t_{(498)} = -2,029$ ,  $p > 0,05$ ).

**Tablo 4.15.** Katılımcıların Yaşlarına Göre Akademik Motivasyon Düzeyleri

	Yaş	n	X± SS	F	p	LSD
<b>Bilmeye Yönelik İçsel Motivasyon</b>	18-21 <sup>1</sup>	115	19,29±4,10	4,651	<b>,010*</b>	1-2
	22-25 <sup>2</sup>	374	18,35±4,35			
	26 ve üstü <sup>3</sup>	11	21,54±4,20			
<b>Başarıya Yönelik İçsel Motivasyon</b>	18-21 <sup>1</sup>	115	17,88±3,97	1,466	,232	
	22-25 <sup>2</sup>	374	17,55±4,54			
	26 ve üstü <sup>3</sup>	11	19,72±4,02			
<b>Uyarım Yaşamaya Yönelik İçsel Motivasyon</b>	18-21 <sup>1</sup>	115	18,33±3,95	2,911	,055	
	22-25 <sup>2</sup>	374	17,70±4,43			

	26 ve üstü <sup>3</sup>	11	20,45±4,18			
<b>Belirlenmiş Dışsal Motivasyon</b>	18-21 <sup>1</sup>	115	18,96±4,22			
	22-25 <sup>2</sup>	374	18,30±4,44	1,600	,203	
	26 ve üstü <sup>3</sup>	11	19,90±3,64			
<b>İçer Yansıyan Dışsal Motivasyon</b>	18-21 <sup>1</sup>	115	18,05±4,23			
	22-25 <sup>2</sup>	374	17,79±4,70	,280	,756	
	26 ve üstü <sup>3</sup>	11	17,09±5,71			
<b>Dışsal Motivasyon-Dış Düzenleme</b>	18-21 <sup>1</sup>	115	18,82±4,29			
	22-25 <sup>2</sup>	374	17,46±4,68	4,460	<b>,012*</b>	1-2
	26 ve üstü <sup>3</sup>	11	19,27±3,95			
<b>Motivasyonsuzluk</b>	18-21 <sup>1</sup>	115	14,95±5,69			
	22-25 <sup>2</sup>	374	15,21±5,74	1,975	,140	
	26 ve üstü <sup>3</sup>	11	11,72±7,49			
<b>Akademik Motivasyon Toplam</b>	18-21 <sup>1</sup>	115	126,32±23,85			
	22-25 <sup>2</sup>	374	122,38±26,87	1,323	,267	-
	26 ve üstü <sup>3</sup>	11	129,72±21,01			

Tablo 4.15’de katılımcıların yaşlarına göre akademik motivasyon ölçeği skorlarının karşılaştırılması incelendiğinde, bilmeye yönelik içsel motivasyon alt boyutunda 18-21 yaş ile 22-25 yaş, 22-25 yaş ile 26 ve üstü, dışsal motivasyon- dış düzenleme alt boyutunda ise 18-21 yaş ile 22-25 yaş arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ). Başarıya yönelik içsel motivasyon, uyarım yaşamaya yönelik içsel motivasyon, belirlenmiş dışsal motivasyon, içe yansıyan dışsal motivasyon, motivasyonsuzluk ve akademik motivasyon toplam düzeylerinde ise istatistiksel analiz sonucunda anlamlı farklılık tespit edilmemiştir ( $p>0,05$ ).

**Tablo 4.16.** Katılımcıların Bölümlerine Göre Akademik Motivasyon Düzeyleri

	<b>Bölüm</b>	<b>n</b>	<b>X± SS</b>	<b>F</b>	<b>p</b>	<b>LSD</b>
<b>Bilmeye</b>	B. Eğitimi ve Spor Öğretmenliği <sup>1</sup>	125	18,88±4,65			
	Antrenörlük Eğitimi <sup>2</sup>	147	18,74±4,57	,313	,816	
<b>Yönelik İçsel Motivasyon</b>	Spor Yöneticiliği <sup>3</sup>	165	18,45±4,11			
	Rekreasyon <sup>4</sup>	63	18,42±3,67			

<b>Başarıya Yönelik İçsel Motivasyon</b>	B. Eğitimi ve Spor Öğretmenliği <sup>1</sup>	125	18,40±4,85		
	Antrenörlük Eğitimi <sup>2</sup>	147	17,18±4,82	2,194	,088
	Spor Yöneticiliği <sup>3</sup>	165	17,79±3,99		
	Rekreasyon <sup>4</sup>	63	17,07±3,24		
<b>Uyarım Yaşamaya Yönelik İçsel Motivasyon</b>	B. Eğitimi ve Spor Öğretmenliği <sup>1</sup>	125	18,25±4,52		
	Antrenörlük Eğitimi <sup>2</sup>	147	17,73±4,79	,380	,767
	Spor Yöneticiliği <sup>3</sup>	165	17,86±3,89		
	Rekreasyon <sup>4</sup>	63	17,74±4,01		
<b>Belirlenmiş Dışsal Motivasyon</b>	B. Eğitimi ve Spor Öğretmenliği <sup>1</sup>	125	18,88±4,58		
	Antrenörlük Eğitimi <sup>2</sup>	147	18,39±4,65	1,074	,360
	Spor Yöneticiliği <sup>3</sup>	165	18,57±4,17		
	Rekreasyon <sup>4</sup>	63	17,69±3,79		
<b>İçe Yansıyan Dışsal Motivasyon</b>	B. Eğitimi ve Spor Öğretmenliği <sup>1</sup>	125	18,02±4,92		
	Antrenörlük Eğitimi <sup>2</sup>	147	17,45±5,05	,764	,514
	Spor Yöneticiliği <sup>3</sup>	165	18,16±4,36		
	Rekreasyon <sup>4</sup>	63	17,53±3,40		
<b>Dışsal Motivasyon-Dış Düzenleme</b>	B. Eğitimi ve Spor Öğretmenliği <sup>1</sup>	125	17,57±4,84		
	Antrenörlük Eğitimi <sup>2</sup>	147	17,86±4,98	,223	,881
	Spor Yöneticiliği <sup>3</sup>	165	17,83±4,30		
	Rekreasyon <sup>4</sup>	63	18,14±4,08		
<b>Motivasyonsuz uk</b>	B. Eğitimi ve Spor Öğretmenliği <sup>1</sup>	125	15,07±6,10		
	Antrenörlük Eğitimi <sup>2</sup>	147	14,38±5,86	1,170	,321
	Spor Yöneticiliği <sup>3</sup>	165	15,54±5,67		
	Rekreasyon <sup>4</sup>	63	15,47±5,20		
<b>Akademik Motivasyon Toplam</b>	B. Eğitimi ve Spor Öğretmenliği <sup>1</sup>	125	125,11±28,31		
	Antrenörlük Eğitimi <sup>2</sup>	147	121,75±28,47	,477	,699
	Spor Yöneticiliği <sup>3</sup>	165	124,22±23,83		
	Rekreasyon <sup>4</sup>	63	122,11±21,50		

Tablo 4,16'da, katılımcıların akademik motivasyon düzeyleri bölüm değişkenine göre incelendiğinde, istatistiksel analiz sonucunda anlamlı farklılık tespit edilmemiştir ( $p>0,05$ ).

**Tablo 4.17.** Katılımcıların Sınıflarına Göre Akademik Motivasyon Düzeyleri

	Sınıf	n	X± SS	F	p	LSD
<b>Bilmeye Yönelik İçsel Motivasyon</b>	1. Sınıf <sup>1</sup>	111	18,46±4,29	1,174	,319	
	2. Sınıf <sup>2</sup>	106	19,18±4,30			
	3. Sınıf <sup>3</sup>	127	18,17±4,64			
	4.Sınıf <sup>4</sup>	156	18,78±4,08			
<b>Başarıya Yönelik İçsel Motivasyon</b>	1. Sınıf <sup>1</sup>	111	17,69±4,69	,336	,799	
	2. Sınıf <sup>2</sup>	106	17,73±4,29			
	3. Sınıf <sup>3</sup>	127	17,36±4,39			
	4.Sınıf <sup>4</sup>	156	17,88±4,33			
<b>Uyarım Yaşamaya Yönelik İçsel Motivasyon</b>	1. Sınıf <sup>1</sup>	111	17,72±4,31	,625	,599	
	2. Sınıf <sup>2</sup>	106	18,03±4,34			
	3. Sınıf <sup>3</sup>	127	17,57±4,39			
	4.Sınıf <sup>4</sup>	156	18,22±4,33			
<b>Belirlenmiş Dışsal Motivasyon</b>	1. Sınıf <sup>1</sup>	111	18,41±4,32	,254	,858	
	2. Sınıf <sup>2</sup>	106	18,76±4,59			
	3. Sınıf <sup>3</sup>	127	18,27±4,59			
	4.Sınıf <sup>4</sup>	156	18,53±4,12			
<b>İçe Yansıyan Dışsal Motivasyon</b>	1. Sınıf <sup>1</sup>	111	17,72±4,59	,374	,771	
	2. Sınıf <sup>2</sup>	106	17,67±4,38			
	3. Sınıf <sup>3</sup>	127	17,68±4,80			
	4.Sınıf <sup>4</sup>	156	18,16±4,64			
<b>Dışsal Motivasyon-Dış Düzenleme</b>	1. Sınıf <sup>1</sup>	111	17,45±4,95	1,297	,275	
	2. Sınıf <sup>2</sup>	106	18,49±4,10			
	3. Sınıf <sup>3</sup>	127	17,43±4,79			
	4.Sınıf <sup>4</sup>	156	17,92±4,53			
<b>Motivasyonsuzluk</b>	1. Sınıf <sup>1</sup>	111	14,92±5,99	,252	,860	
	2. Sınıf <sup>2</sup>	106	15,00±5,48			

	3. Sınıf <sup>3</sup>	127	14,86±5,62		
	4.Sınıf <sup>4</sup>	156	15,40±6,01		
<b>Akademik Motivasyon Toplam</b>	1. Sınıf <sup>1</sup>	111	122,40±26,30	,598	,616
	2. Sınıf <sup>2</sup>	106	124,89±24,25		
	3. Sınıf <sup>3</sup>	127	121,37±27,39		
	4.Sınıf <sup>4</sup>	156	124,91±26,26		

Tablo 4,17’de, katılımcıların akademik motivasyon düzeyleri sınıf değişkenine göre incelendiğinde, istatistiksel analiz sonucunda anlamlı farklılık tespit edilmemiştir ( $p>0,05$ ).

**Tablo 4.18.** Katılımcıların Aktivite Düzeylerine Göre Akademik Motivasyon Düzeyleri

	<b>Aktivite Düzeyi</b>	<b>n</b>	<b>X± Ss</b>	<b>F</b>	<b>p</b>	<b>LSD</b>
<b>Bilmeye Yönelik İçsel Motivasyon</b>	İnaktif <sup>1</sup>	18	16,11±6,53	10,278	<b>,000*</b>	1-2
	Minimal	310	18,20±3,98			1-3
	Aktif <sup>2</sup>	172	19,70±4,43			2-3
	Çok Aktif <sup>3</sup>	172	19,70±4,43			
<b>Başarıya Yönelik İçsel Motivasyon</b>	İnaktif <sup>1</sup>	18	16,33±5,98	2,972	,052	
	Minimal	310	17,42±4,06			
	Aktif <sup>2</sup>	172	18,27±4,77			
	Çok Aktif <sup>3</sup>	172	18,27±4,77			
<b>Uyarım Yaşamaya Yönelik İçsel Motivasyon</b>	İnaktif <sup>1</sup>	18	17,55±5,27	3,411	<b>,034*</b>	2-3
	Minimal	310	17,54±4,04			
	Aktif <sup>2</sup>	172	18,60±4,67			
	Çok Aktif <sup>3</sup>	172	18,60±4,67			
<b>Belirlenmiş Dışsal Motivasyon</b>	İnaktif <sup>1</sup>	18	15,88±6,32	5,900	<b>,003*</b>	1-2
	Minimal	310	18,25±4,08			1-3
	Aktif <sup>2</sup>	172	19,18±4,54			2-3
	Çok Aktif <sup>3</sup>	172	19,18±4,54			
<b>İçe Yansıyan Dışsal Motivasyon</b>	İnaktif <sup>1</sup>	18	15,88±5,50	4,045	<b>,018*</b>	1-3
	Minimal	310	17,57±4,44			2-3
	Aktif <sup>2</sup>	172	18,52±4,73			
	Çok Aktif <sup>3</sup>	172	18,52±4,73			



	İnaktif <sup>1</sup>	18	15,72±5,65			
<b>Dışsal Motivasyon-Dış Düzenleme</b>	Minimal	310	17,54±4,40	4,420	<b>,013*</b>	1-3
	Aktif <sup>2</sup>					2-3
	Çok Aktif <sup>3</sup>	172	18,51±4,77			
	İnaktif <sup>1</sup>	18	14,00±5,29			
<b>Motivasyonsuzluk</b>	Minimal	310	15,10±5,61	,324	,723	
	Aktif <sup>2</sup>					
	Çok Aktif <sup>3</sup>	172	15,13±6,15			
	İnaktif <sup>1</sup>	18	111,50±35,94			
<b>Akademik Motivasyon Toplam</b>	Minimal	310	121,64±23,82	5,271	<b>,005*</b>	1-3
	Aktif <sup>2</sup>					2-3
	Çok Aktif <sup>3</sup>	172	127,95±28,22			

Tablo 4.18’de katılımcıların aktivite düzeylerine göre akademik motivasyon ölçeği skorlarının karşılaştırılması incelendiğinde, bilmeye yönelik içsel motivasyon ve belirlenmiş dışsal motivasyon alt boyutlarında inaktif ile minimal aktif, inaktif ile çok aktif ve minimal aktif ile çok aktif, içe yansıyan dışsal motivasyon, dışsal motivasyon-dış düzenleme ve akademik motivasyon toplam düzeyinde inaktif ile çok aktif ve minimal aktif ile çok aktif, uyarım yaşamaya yönelik içsel motivasyon alt boyutunda minimal aktif ile çok aktif arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ( $p<0.05$ ). Başarıya yönelik içsel motivasyon ve motivasyonsuzluk alt boyutlarında ise istatistiksel analiz sonucunda anlamlı farklılık tespit edilmemiştir ( $p>0,05$ ).



Tablo 19 incelendiğinde katılımcıların spora yönelik tutum ölçeği alt boyutlarından spora ilgi duyma alt boyutu ile yaşam kalitesi ölçeği alt boyutlarından genel sağlık ( $r=,220^{**}$ ,  $p=,000$ ), fiziksel sağlık ( $r=,343^{**}$ ,  $p=,000$ ), psikolojik sağlık ( $r=,371^{**}$ ,  $p=,000$ ), sosyal ilişkiler ( $r=,273^{**}$ ,  $p=,000$ ), çevre ( $r=,325^{**}$ ,  $p=,000$ ) ve yaşam kalitesi toplam ( $r=,368^{**}$ ,  $p=,000$ ) puanları arasında pozitif yönde orta düzeyde ilişki tespit edilmiştir.

Katılımcıların spora yönelik tutum ölçeği alt boyutlarından sporla yaşama alt boyutu ile yaşam kalitesi ölçeği alt boyutlarından genel sağlık ( $r=,252^{**}$ ,  $p=,000$ ), fiziksel sağlık ( $r=,330^{**}$ ,  $p=,000$ ), psikolojik sağlık ( $r=,375^{**}$ ,  $p=,000$ ), sosyal ilişkiler ( $r=,228^{**}$ ,  $p=,000$ ), çevre ( $r=,317^{**}$ ,  $p=,000$ ) ve yaşam kalitesi toplam ( $r=,358^{**}$ ,  $p=,000$ ) puanları arasında pozitif yönde orta düzeyde ilişki tespit edilmiştir.

Katılımcıların spora yönelik tutum ölçeği alt boyutlarından aktif spor yapma alt boyutu ile yaşam kalitesi ölçeği alt boyutlarından genel sağlık ( $r=,278^{**}$ ,  $p=,000$ ), fiziksel sağlık ( $r=,354^{**}$ ,  $p=,000$ ), psikolojik sağlık ( $r=,336^{**}$ ,  $p=,000$ ), sosyal ilişkiler ( $r=,285^{**}$ ,  $p=,000$ ), çevre ( $r=,329^{**}$ ,  $p=,000$ ) ve yaşam kalitesi toplam ( $r=,359^{**}$ ,  $p=,000$ ) puanları arasında pozitif yönde orta düzeyde ilişki tespit edilmiştir.

Katılımcıların spora yönelik tutum ölçeği toplam puanları ile yaşam kalitesi ölçeği alt boyutlarından genel sağlık ( $r=,265^{**}$ ,  $p=,000$ ), fiziksel sağlık ( $r=,373^{**}$ ,  $p=,000$ ), psikolojik sağlık ( $r=,397^{**}$ ,  $p=,000$ ), sosyal ilişkiler ( $r=,287^{**}$ ,  $p=,000$ ), çevre ( $r=,353^{**}$ ,  $p=,000$ ) ve yaşam kalitesi toplam ( $r=,396^{**}$ ,  $p=,000$ ) puanları arasında pozitif yönde orta düzeyde ilişki tespit edilmiştir.



Tablo 20 incelendiğinde katılımcıların spora yönelik tutum ölçeği alt boyutlarından **spora ilgi duyma** alt boyutu ile akademik motivasyon ölçeği alt boyutlarından bilmeye yönelik içsel motivasyon ( $r=.438^{**}$ ,  $p=,000$ ), başarıya yönelik içsel motivasyon ( $r=.296^{**}$ ,  $p=,000$ ), uyarım yaşamaya yönelik içsel motivasyon ( $r=.356^{**}$ ,  $p=,000$ ), belirlenmiş dışsal motivasyon ( $r=.413^{**}$ ,  $p=,000$ ), içe yansıyan dışsal motivasyon ( $r=.247^{**}$ ,  $p=,000$ ), dışsal motivasyon-dış düzenleme ( $r=.356^{**}$ ,  $p=,000$ ) ve akademik motivasyon toplam ( $r=.362^{**}$ ,  $p=,000$ ) puanları arasında pozitif yönde orta düzeyde, motivasyonsuzluk ( $r=.018$ ,  $p=,000$ ) alt boyutu ile ise pozitif yönde düşük düzeyde ilişki tespit edilmiştir.

Katılımcıların spora yönelik tutum ölçeği alt boyutlarından **sporla yaşama** ile akademik motivasyon ölçeği alt boyutlarından bilmeye yönelik içsel motivasyon ( $r=.425^{**}$ ,  $p=,000$ ), başarıya yönelik içsel motivasyon ( $r=.331^{**}$ ,  $p=,000$ ), uyarım yaşamaya yönelik içsel motivasyon ( $r=.366^{**}$ ,  $p=,000$ ), belirlenmiş dışsal motivasyon ( $r=.405^{**}$ ,  $p=,000$ ), içe yansıyan dışsal motivasyon ( $r=.289^{**}$ ,  $p=,000$ ), dışsal motivasyon-dış düzenleme ( $r=.342^{**}$ ,  $p=,000$ ) ve akademik motivasyon toplam ( $r=.384^{**}$ ,  $p=,000$ ) puanları arasında pozitif yönde orta düzeyde, motivasyonsuzluk ( $r=.078$ ,  $p=,000$ ) alt boyutu ile ise pozitif yönde düşük düzeyde ilişki tespit edilmiştir.

Katılımcıların spora yönelik tutum ölçeği alt boyutlarından **aktif spor yapma** alt boyutu ile akademik motivasyon ölçeği alt boyutlarından bilmeye yönelik içsel motivasyon ( $r=.353^{**}$ ,  $p=,000$ ), başarıya yönelik içsel motivasyon ( $r=.276^{**}$ ,  $p=,000$ ), uyarım yaşamaya yönelik içsel motivasyon ( $r=.324^{**}$ ,  $p=,000$ ), belirlenmiş dışsal motivasyon ( $r=.338^{**}$ ,  $p=,000$ ), içe yansıyan dışsal motivasyon ( $r=.281^{**}$ ,  $p=,000$ ), dışsal motivasyon-dış düzenleme ( $r=.293^{**}$ ,  $p=,000$ ) ve akademik motivasyon toplam ( $r=.335^{**}$ ,  $p=,000$ ) puanları arasında pozitif yönde orta düzeyde, motivasyonsuzluk ( $r=.080$ ,  $p=,000$ ) alt boyutu ile ise pozitif yönde düşük düzeyde ilişki tespit edilmiştir.

Katılımcıların spora yönelik tutum ölçeği toplam puanı ile akademik motivasyon ölçeği alt boyutlarından bilmeye yönelik içsel motivasyon ( $r=.451^{**}$ ,  $p=,000$ ), başarıya yönelik içsel motivasyon ( $r=.329^{**}$ ,  $p=,000$ ), uyarım yaşamaya yönelik içsel motivasyon ( $r=.383^{**}$ ,  $p=,000$ ), belirlenmiş dışsal motivasyon ( $r=.428^{**}$ ,  $p=,000$ ), içe yansıyan dışsal motivasyon ( $r=.292^{**}$ ,  $p=,000$ ), dışsal motivasyon-dış düzenleme ( $r=.367$ ,  $p=,000$ ) ve akademik motivasyon toplam ( $r=.395^{**}$ ,  $p=,000$ ) puanları arasında pozitif yönde

orta düzeyde, motivasyonsuzluk ( $r=.055$ ,  $p=,000$ ) alt boyutu ile ise pozitif yönde düşük düzeyde ilişki tespit edilmiştir.

## 5. TARTIŞMA-SONUÇ

Bu bölümde Bingöl Üniversitesi öğrencilerinin; sportif tutumları, yaşam kaliteleri ve akademik başarı düzeylerinin, cinsiyet, yaş, bölüm, sınıf ve aktivite düzeyi değişkenlerine göre farklılık gösterip göstermediği ile sportif tutum, yaşam kalitesi ve akademik başarı düzeyleri arasındaki ilişki ele alınmaya çalışılmıştır.

### **Sportif Tutum Ölçeğine İlişkin Tartışma**

Tablo 4.1’de katılımcıların sportif tutum ölçeği alt boyutlarından spora ilgi duyma skorunun  $47,06 \pm 7,52$ , sporla yaşama skorunun  $26,41 \pm 4,68$ , aktif spor yapma skorunun  $22,04 \pm 3,92$  ve spora yönelik tutum toplam skorunun ise  $95,51 \pm 14,79$  olduğu tespit edilmiştir. Ölçekten alınabilecek minimum puan 25 ve maksimum puan 125’tir. Elde edilen veriler doğrultusunda çalışmaya katılan öğrencilerin sportif tutum düzeylerinin orta düzeyde olduğu söylenilebilir.

Tablo 4.2 incelendiğinde katılımcıların cinsiyetlerine göre sportif tutum alt boyutlarından spora ilgi duyma, sporla yaşama ve sportif tutum ölçeği toplam puanlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Sportif tutum ölçeği alt boyutlarında ve sportif tutum toplam puanlarında erkek öğrencilerin, kadın öğrencilerden daha fazla skorlara sahip olduğu görülmektedir. Literatüre bakıldığında çalışmamıza paralel olarak Diker (2021), Şişko ve Demirhan (2002), Güllü ve ark. (2009), Kangalgil ve ark. (2006), Çelik ve Pulur (2011), Türkmen ve ark. (2016), Özkurt ve Pepe (2016), Yıldırım ve ark. (2018), Göktaş ve Şentürk (2019), Doğan ve Morali (1999) tarafından öğrenciler üzerine yapılan araştırmalarda erkek öğrencilerin sportif tutum puanlarının kadın öğrencilere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Çalışmalarımızdaki bulguların aksine Belli ve ark. (2019) yapmış oldukları çalışmada sportif tutum açısından kadın ve erkek öğrencilerin sportif tutum oluşturmada farklı bir eğilim üzere olmadıklarını, cinsiyetin sportif tutum üzerinde ayırt edici bir değişken olmadığı şeklinde yorumlamışlardır. Sunulan bu çalışma da istatistiksel olarak anlamlı farklılığın, toplumzdaki ailelerin kadınların spor yapmasını hoş karşılamaması, ailelerin sporu sadece erkekler yapabilir düşüncesi ve spor yapan erkek sayısının kadınlara oranla daha fazla olmasından kaynaklandığı söylenilebilir.

Tablo 4,3’de, katılımcıların sportif tutum düzeyleri yaş değişkenine göre incelendiğinde, istatistiksel analiz sonucunda anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Akandere ve ark. (2010), Türkmen ve ark. (2016), Varol (2017) ile Göksel ve ark. (2016)’in yapmış oldukları çalışmalarda benzer sonuçlar elde edilmiştir. Sunulan bu çalışma da istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmamasına rağmen 26 yaş ve üstü yaş grubundankaynaklandığı tespit edilmiştir. Her yaşa uygun çeşitli spor kategorilerinin olması, sporun yaşamın her yerinde olmasından dolayı yaş grupları arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır.

Tablo 4.4’de katılımcıların bölümlerine göre spora yönelik tutum ölçeği skorlarının karşılaştırılması incelendiğinde; spora ilgi duyma alt boyutunda beden eğitimi ve spor öğretmenliği ile antrenörlük eğitimi, antrenörlük eğitimi ile spor yöneticiliği ve antrenörlük eğitimi ile rekreasyon bölümü, aktif spor yapma alt boyutunda beden eğitimi ve spor öğretmenliği ile antrenörlük eğitimi, antrenörlük eğitimi ile spor yöneticiliği ve spora yönelik tutum ölçeği toplam boyutunda beden eğitimi ve spor öğretmenliği ile antrenörlük eğitimi, antrenörlük eğitimi ile spor yöneticiliği ve antrenörlük eğitimi ile rekreasyon bölümü arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ( $p<0.05$ ). Sporla yaşama alt boyutunda ise istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir ( $p>0.05$ ). Diker (2021) yapmış olduğu çalışmada araştırmamızla benzer sonuçlar elde etmiştir. Çalışmasında öğrencilerin öğrenim gördükleri fakülte ile sportif tutumları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Yalçinkaya ve ark. (1993) tarafından yapılan araştırmada ise üniversite öğrencilerinin spora yönelik ilgilerine ilişkin tutumlarının öğrencilerin okumuş olduğu bölümler arasında anlamlı bir farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Sunulan bu çalışma da anlamlı farklılığın antrenörlük bölümünden kaynaklandığı tespit edilmiştir (Tablo 4.4). Bunun sebebinin; antrenörlük bölümünde okuyan öğrencilerin ders müfredatlarının yüksek oranda uygulamalı spor derslerinden oluşması diğer bölümlere göre spora yönelik tutumlarının daha yüksek olmasına sebep olduğu düşünülmektedir.

Tablo 4.5’de, katılımcıların sportif tutum düzeyleri sınıf değişkenine göre incelendiğinde, istatistiksel analiz sonucunda anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Literatür incelendiğinde çalışmamıza paralel sonuçlar elde edilen çalışmalar mevcuttur (Göksel ve Caz 2016), (Altay ve Özdemir 2006). Varol (2017)’nin yapmış olduğu çalışmasında da araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin eğitim gördükleri sınıf düzeyleri ile sportif tutumları arasında bir farklılığın olmadığı tespit edilmiştir. Bu araştırma beden eğitimi ve



spor yüksekokulu öğrencilerine yapılmış olup öğrencilerin zaten bu bölümü seçerken sportif bir tutuma sahip oldukları için tüm sınıf düzeylerinin bu tutum içerisinde olduğu için istatistiksel analiz sonucunda anlamlı farklılık tespit edilmemesinin nedeni olarak söylenebilir.

Tablo 4,6'da katılımcıların aktivite düzeylerine göre spora yönelik tutum ölçeği skorlarının karşılaştırılması incelendiğinde; spora ilgi duyma, sporla yaşama, aktif spor yapma alt boyutlarında ve spora yönelik tutum toplam skorlarında inaktif ile minimal aktif, inaktif ile çok aktif ve minimal aktif ile çok aktif düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ( $p<0.05$ ). Çalışmamızla benzer sonuçlar elde eden Singh ve Devi (2013) yapmış oldukları araştırmada öğrencilerin sportif branşlara ve oyunsal aktivitelere karşı pozitif bir tutum içerisinde olduğunu tespit etmiştir. Öğrencilerin, aktivite düzeylerine göre spora yönelik tutum ölçeği arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmesinin nedeni spora yönelik bir tutuma sahip olmaları onları aktivite yapmaya yönlendirmesi olarak söylenebilir.

### **Yaşam Kalitesi Ölçeğine İlişkin Tartışma**

Tablo 4,7'de katılımcıların yaşam kalitesi ölçeği alt boyutlarından genel sağlık skorunun  $6,26\pm 1,92$ , fiziksel sağlık skorunun  $22,37\pm 4,54$ , psikolojik sağlık skorunun  $20,67\pm 4,02$ , sosyal ilişkiler skorunun  $10,67\pm 2,48$ , çevre skorunun  $27,43\pm 5,67$  ve yaşam kalitesi toplam skorunun ise  $88,21\pm 14,56$  olduğu tespit edilmiştir. Elde edilen veriler doğrultusunda çalışmaya katılan öğrencilerin yaşam kalitelerinin orta düzeyde olduğu söylenilebilir.

Tablo 4.8 incelendiğinde katılımcıların cinsiyetlerine göre yaşam kalitesi alt boyutlarında ve yaşam kalitesi toplam boyutunda istatistiksel analiz sonucunda anlamlı farklılıklar tespit edilmemiştir. Çalışmalarımızdaki bulguların aksine Önal ve ark. (2017) araştırmaya katılan bireylerin yaşam kalitesi ve spora yönelik tutum toplam puanları ve alt boyut puanları cinsiyet açısından incelendiğinde anlamlı farklılıklar tespit etmişlerdir. Yine Vural ve ark. (2010)'nin yapmış oldukları çalışmada bireylerin cinsiyetlerine göre yaşam kalitesi puanları karşılaştırıldığında erkek bireylerin yaşam kalitesine ilişkin ortalamaların kadın bireylerin yaşam kalitesinin ortalamalardan daha yüksek değerlere sahip olduklarını bulmuşlardır. Kadın ve erkek öğrencilerin cinsiyetlere göre yaşam kalitesi alt boyutlarında ve toplam boyutunda anlamlı bir fark olmamasının nedeninin

yaşamış oldukları ilden kaynaklı olduğu ve benzer yaşam koşullarına sahip olmalarından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Tablo 4,9'da, katılımcıların yaşlarına göre yaşam kalitesi alt boyutlarında ve yaşam kalitesi toplam boyutunda istatistiksel analiz sonucunda anlamlı farklılıklar tespit edilmemiştir. Araştırmamızın aksine Pekel (2016) yapmış olduğu araştırmada katılımcıların yaş gruplarına göre üniversite yaşam kalitesi ölçeği alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit etmiştir. Öğrencilerin yaşam kalitesi düzeyleri yaş değişkenine göre incelendiğinde, istatistiksel analiz sonucunda anlamlı farklılık tespit edilmemesinin nedeninin; bireylerin yaşam kalitelerinde kendi yaşam koşullarına göre değerlendirdikleri için yaşın bir öneminin olmadığı söylenebilir.

Tablo 4,10'da, katılımcıların yaşam kalitesi düzeyleri bölüm değişkenine göre incelendiğinde, istatistiksel analiz sonucunda anlamlı farklılıklar tespit edilmemiştir. Yapmış olduğumuz araştırmanın aksine Tekkanat (2008) yapmış olduğu çalışmada beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü okuyan öğrencilerin diğer öğretmenlik bölümlerine nazaran yaşam kalitesinin bedensel, ruhsal, sosyal ve çevresel alanlardaki puanları daha yüksek çıktığı sonucuna ulaşmıştır. Çeçen (2007) yaşam doyumunu, bir bireyin kendi belirlediği ölçütlere uygun bir şekilde tüm yaşamını pozitif değerlendirmesi olarak tanımlanmaktadır. Yani yaşam doyumunu bireyin kendisine yüklediği ölçüt ile hayat koşullarını algılayışı arasındaki karşılaştırmaları, dolayısıyla kendi hayatı hakkında değer biçmesini içermektedir şeklinde ifade etmiştir.

Tablo 4,11'de, katılımcıların yaşam doyumunu düzeyleri sınıf değişkenine göre incelendiğinde, istatistiksel analiz sonucunda anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Elkin (2020) ve Özgen (2012)'nin yapmış oldukları çalışmalarında çalışmamıza paralel sonuçlar elde ettikleri tespit edilmiştir. Yapmış olduğumuz çalışmanın aksine Polat (2017) üniversite 1. ve 4. sınıfa devam eden öğrencilerin yaşam kaliteleri arasında istatistiksel analiz sonucunda anlamlı farklılıklar tespit ettiği ve 4. sınıf öğrencilerindeki yaşam kalitesi düzeyinin 1. sınıf öğrencilerine göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Yapılan istatistiksel analiz sonucunda sınıf düzeyinin çalışmaya katılan öğrencilerin yaşam kalitelerinde önemli bir değişken olmadığı tespit edilmiştir.

Tablo 4.12 incelendiğinde katılımcıların aktivite düzeylerine göre yaşam kalitesi alt boyutlarında ve yaşam kalitesi toplam boyutunda istatistiksel analiz sonucunda anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir.

Bilir (2019), Işık ve ark. (2014) ve Özüdoğru (2013)'ün yapmış oldukları çalışmalarında çalışmamıza benzer sonuçlar elde etmişler ve katılımcıların fiziksel aktivite ile yaşam kalite düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılıklar olduğunu tespit etmişlerdir. Çalışmamızın aksine Albayrak (2016) yaptığı çalışmada katılımcıların okulda, sporda ve serbest zaman etkinliğindeki aktivite düzeyi ile yaşam kalite düzeyleri arasında anlamlı ilişki olmadığını tespit etmiştir. Öğrencilerin aktivite düzeyi ile yaşam kalitesi ölçeği arasında anlamlı farklılığın olmasının nedeninin; aktivite yapan öğrencilerin yaşam kalitelerinin arttığı ve bundan dolayı da yaşam doyumu ölçeği ile aktivite düzeyi arasında anlamlı bir farklılık ortaya çıktığı söylenebilir.

### **Akademik Motivasyon Ölçeğine İlişkin Tartışma**

Tablo 4.13'de katılımcıların akademik motivasyon ölçeği alt boyutlarından bilmeye yönelik içsel motivasyon skorunun  $18,64 \pm 4,33$ , başarıya yönelik içsel motivasyon skorunun  $17,67 \pm 4,41$ , uyarım yaşamaya yönelik içsel motivasyon skorunun  $17,90 \pm 4,33$ , belirlenmiş dışsal motivasyon skorunun  $18,49 \pm 4,38$ , içe yansıyan dışsal motivasyon skorunun  $17,84 \pm 4,61$ , dışsal motivasyon-dış düzenleme skorunun  $17,81 \pm 4,61$ , motivasyonsuzluk skorunun  $15,07 \pm 5,78$  ve akademik motivasyon toplam skorunun ise  $123,45 \pm 26,12$  olduğu tespit edilmiştir. Akademik motivasyon ölçeğine göre alt boyutlardan alınan puanlar 4 ile 28 aralığında değişmektedir. Her bir alt ölçeğe ait elde edilen puanların 28'e yaklaşması bireyde o boyutun yüksek olduğunu göstermektedir. Elde edilen veriler doğrultusunda çalışmaya katılan öğrencilerin akademik motivasyonlarının orta düzeyde olduğu söylenilebilir.

Tablo 4.14 incelendiğinde katılımcıların cinsiyetlerine göre akademik motivasyon alt boyutları olan bilmeye yönelik içsel motivasyon, başarıya yönelik içsel motivasyon, uyarım yaşamaya yönelik içsel motivasyon, belirlenmiş dışsal motivasyon, içe yansıyan dışsal motivasyon, dışsal motivasyon-dış düzenleme ve akademik motivasyon toplam boyutunda istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmemiştir. Ancak motivasyonsuzluk alt boyutunda cinsiyete göre karşılaştırmada, istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ( $t_{(498)} = -2,029, p < .05$ ). Literatür incelendiğinde yapılan

çalışmanın aksine Akman (2022), Doğan (2016) ve Özer ve Sarı (2009) ve Kanık (2019)'un yapmış olduğu çalışmalarda katılımcıların cinsiyetleri ile akademik başarıları arasında anlamlı bir farklılık olduğunu tespit etmişlerdir. Akman (2022) ise çalışmamıza benzer olarak yapmış olduğu çalışmasında akademik motivasyon alt boyutlarında cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık olmadığını tespit etmiştir ( $p>0.05$ ). Yapmış olduğumuz çalışmada Motivasyonsuzluk alt ölçeği puanlarının cinsiyet değişkenine göre karşılaştırıldığında kadın öğrencilerin erkek öğrencilerden daha yüksek bir ortalamaya sahip olduğu tespit edilmiştir. Kadınların akademik motivasyonsuzluk skorlarının yüksek olmasının, kadın öğrencilerin akademik anlamda, ev işleri ve kardeşlerine bakma gibi sebeplerden dolayı erkeklere göre daha az odaklanmalarından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Tablo 4.15'de katılımcıların yaşlarına göre akademik motivasyon ölçeği skorlarının karşılaştırılması incelendiğinde, bilmeye yönelik içsel motivasyon ve dışsal motivasyon-dış düzenleme alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ( $p<0.05$ ). Başarıya yönelik içsel motivasyon, uyarım yaşamaya yönelik içsel motivasyon, belirlenmiş dışsal motivasyon, içe yansıyan dışsal motivasyon, motivasyonsuzluk ve akademik motivasyon toplam düzeylerinde ise istatistiksel analiz sonucunda anlamlı farklılıklar tespit edilmemiştir ( $p>0.05$ ). Literatür incelendiğinde Elkin (2020)'nin yapmış oldukları çalışmalarda öğrencilerin yaşı ile akademik motivasyon düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit etmemiştir. Akman (2022) ise yapmış olduğu araştırmada, bilmeye yönelik içsel motivasyon, başarıya yönelik içsel motivasyon ve motivasyonsuzluk alt boyutlarından elde edilen puanların yaş değişkenine göre değerlendirildiğinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığını tespit etmiştir. Ancak uyarı yaşamaya yönelik içsel motivasyon, belirlenmiş dışsal motivasyon, içe yansıyan dışsal motivasyon ve dışsal motivasyon-dış düzenleme puanlarının yaş durumuna göre değerlendirildiğinde istatistiksel analiz sonucunda anlamlı bir farklılık olduğunu tespit etmiştir.

Yapmış olduğumuz araştırmada bilmeye yönelik içsel motivasyon ölçeğinin yüksek çıkmasının sebebi öğrencilerin sürekli olarak yeni bir şeyler öğrenme ve sürekli kendilerini geliştirmek olduğu söylenebilir. Çalışmamızda istatistiksel olarak anlamlı farklılığın tespit edildiği dışsal motivasyon- dış düzenleme alt boyutunun yüksek çıkmasının sebebinin; öğrencilerin bir beklenti içerisine girip sürekli övgü, tanınmışlık ve yüksek

notlar almak olduğu söylenebilir.

Tablo 4.16’da, katılımcıların akademik motivasyon düzeylerinin bölüm değişkenine göre incelendiğinde, istatistiksel analiz sonucunda anlamlı farklılık tespit edilmemiştir ( $p>0.05$ ). Yapmış olduğumuz çalışmanın aksine Eroğlu ve ark. (2019)’nun yapmış oldukları çalışmalarında beden Eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin akademik motivasyon düzeylerinin bölüm değişkenlerine göre incelenmesinde istatistiksel analiz sonucunda anlamlı bir farklılık olduğunu tespit etmiştir. Çalışmamızla benzer sonuçları elde eden Korkmazer (2020)’nin yaptığı araştırmada üniversite öğrencilerinin akademik motivasyona yönelik algılarının bölüm değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Katılımcıların bölüm değişkenine göre akademik motivasyon düzeylerinde anlamlı farklılık tespit edilmemesinin; öğrencilerin okuduğu bölümlerin onların sadece hangi mesleğe yöneleceğine yardımcı olurken, öğrencilerin kişisel beklentileri ve yüksek başarı elde etme arzusu onların motivasyon düzeylerinin belirlemede önemli etkenler olduğu düşünülmektedir.

Tablo 4,17’de, katılımcıların sınıf değişkenine göre akademik motivasyon düzeyleri incelendiğinde, istatistiksel analiz sonucunda anlamlı farklılık tespit edilmemiştir ( $p>0.05$ ). Literatür incelendiğinde çalışmamızın aksine sınıf değişkeni ile akademik motivasyon düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edildiği çalışmalar mevcuttur (Alemdağ ve ark. 2014, Terlemez ve ark. 2015, Demir 2008).

Araştırmamızla benzer sonuçlar elden eden Özbek’in (2019) yapmış olduğu çalışmasında akademik motivasyon düzeylerinin sınıf değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığını tespit etmiştir. Yapılan bu çalışmada sınıf değişkeninin öğrencilerin akademik motivasyon düzeyleri üzerinde etkili olmadığı söylenilebilir.

Tablo 4.18’de katılımcıların aktivite düzeyi değişkenine göre akademik motivasyon düzeyleri incelendiğinde, bilmeye yönelik içsel motivasyon, belirlenmiş dışsal motivasyon, içe yansıyan dışsal motivasyon, dışsal motivasyon-dış düzenleme, uyarım yaşamaya yönelik içsel motivasyon ve akademik motivasyon toplam boyutunda istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ( $p<0.05$ ). Başarıya yönelik içsel motivasyon ve motivasyonsuzluk alt boyutlarında ise istatistiksel analiz sonucunda anlamlı farklılıklar tespit edilmemiştir ( $p>0.05$ ). Arslan ve ark. (2018)’nin yapmış oldukları çalışmalarında üniversite öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeyleri ve akademik

başarıları arasında olumlu bir ilişki tespit ederek fiziksel aktivite düzeyi yükseldiğinde akademik başarının yükseldiği sonucuna ulaşmışlardır. Karaburçak ve ark. (2021)'nin 2015-2020 yılları arasında Türkiye'de yayınlanan akademik başarı ile fiziksel aktivite, egzersiz ve spor arasındaki ilişkiyi araştıran 261 ulusal yayından 13 yayını inceleyen derleme çalışmaların %30 öğrencilerin akademik başarısı ile fiziksel aktivite düzeyi arasında anlamlı bir ilişki bulunmazken, çalışmaların %15'inde negatif yönde zayıf düzeyde ilişki bulunmuştur. Çalışmaların %55'inde ise, öğrencilerin akademik başarısı ile fiziksel aktivite düzeyi arasında orta düzeyli pozitif anlamlı ilişki bulunmuştur. Genelde; üniversite öğrencileriyle yapılan çalışmaların %62'sinde, ortaokul öğrencileri üzerinde yapılan çalışmaların %23'ünde ve lise öğrencileri üzerinde yapılan çalışmaların %15'inde akademik başarı ve fiziksel aktivite arasında daha büyük pozitif ilişki bulunmuştur (Karaburçak ve ark. 2021). Bu çalışmanın üniversiteli öğrencilerle ilgili bildirdiği orta düzeyde pozitif ilişki sonucu, bu tezin aktivite düzeylerine göre akademik motivasyon düzeyi karşılaştırmalarında başarıya yönelik içsel motivasyon dışında diğer akademik motivasyon alt boyutlarında çıkan anlamlı farklılık sonucu ile paralel sonuçlar elde edilmiştir. Yapılan bu çalışmada çıkan sonuçlara göre; öğrenci profilinin genellikle spor yapan kişilerden oluşması ve akademik anlamda bu kişileri ders çalışmaya ve bunun akabinde başarı elde etmeye motive eden nedenin öğrencilerin aktif olarak sporla iç içe olmalarından kaynakladığı düşünülmektedir.

Spora karşı tutumu olumsuz olan öğrencinin derse karşı olan ilgisi azalmakta ve öğrenci derse girmeme yoluna bile gidebilmektedir. Öğrencilerin derse verdikleri önemin azalması da dersin işlenişini ve etkinliğini düşürmektedir. Bu açıdan bakıldığında spora karşı olan tutumun öğrenim etkinliklerinin başarılı olması konusunda önemli bir unsur olduğunu söylemek mümkündür (Çelik ve Pulur 2011).

### **Katılımcıların Spora Yönelik Tutumları İle Yaşam Kalitesi Arasındaki Korelasyon Katsayıları (N=500)**

Tablo 19 incelendiğinde katılımcıların spora yönelik tutum ölçeği alt boyutlarından spora ilgi duyma alt boyutu ile yaşam kalitesi ölçeği alt boyutlarından genel sağlık ( $r=,220^{**}$ ,  $p=,000$ ), fiziksel sağlık ( $r=,343^{**}$ ,  $p=,000$ ), psikolojik sağlık ( $r=,371^{**}$ ,  $p=,000$ ), sosyal ilişkiler ( $r=,273^{**}$ ,  $p=,000$ ), çevre ( $r=,325^{**}$ ,  $p=,000$ ) ve yaşam kalitesi toplam ( $r=,368^{**}$ ,  $p=,000$ ) puanları arasında pozitif yönde orta düzeyde ilişki tespit edilmiştir.

Katılımcıların spora yönelik tutum ölçeği alt boyutlarından sporla yaşama alt boyutu ile yaşam kalitesi ölçeği alt boyutlarından genel sağlık ( $r=,252^{**}$ ,  $p= ,000$ ), fiziksel sağlık ( $r=,330^{**}$ ,  $p= ,000$ ), psikolojik sağlık ( $r=,375^{**}$ ,  $p= ,000$ ), sosyal ilişkiler ( $r=,228^{**}$ ,  $p= ,000$ ), çevre ( $r=,317^{**}$ ,  $p= ,000$ ) ve yaşam kalitesi toplam ( $r=,358^{**}$ ,  $p= ,000$ ) puanları arasında pozitif yönde orta düzeyde ilişki tespit edilmiştir.

Katılımcıların spora yönelik tutum ölçeği alt boyutlarından aktif spor yapma alt boyutu ile yaşam kalitesi ölçeği alt boyutlarından genel sağlık ( $r=,278^{**}$ ,  $p= ,000$ ), fiziksel sağlık ( $r=,354^{**}$ ,  $p= ,000$ ), psikolojik sağlık ( $r=,336^{**}$ ,  $p= ,000$ ), sosyal ilişkiler ( $r=,285^{**}$ ,  $p= ,000$ ), çevre ( $r=,329^{**}$ ,  $p= ,000$ ) ve yaşam kalitesi toplam ( $r=,359^{**}$ ,  $p= ,000$ ) puanları arasında pozitif yönde orta düzeyde ilişki tespit edilmiştir.

Katılımcıların spora yönelik tutum ölçeği toplam puanları ile yaşam kalitesi ölçeği alt boyutlarından genel sağlık ( $r=,265^{**}$ ,  $p= ,000$ ), fiziksel sağlık ( $r=,373^{**}$ ,  $p= ,000$ ), psikolojik sağlık ( $r=,397^{**}$ ,  $p= ,000$ ), sosyal ilişkiler ( $r=,287^{**}$ ,  $p= ,000$ ), çevre ( $r=,353^{**}$ ,  $p= ,000$ ) ve yaşam kalitesi toplam ( $r=,396^{**}$ ,  $p= ,000$ ) puanları arasında pozitif yönde orta düzeyde ilişki tespit edilmiştir.

Psikolojik açıdan spor yapan bireylerde spor haz alma ve mutlu etme duygusu yaşatmaktadır. Çağımızın hastalığı olarak adlandırılan stresle başa çıkmada en önemli etken kuşkusuz spor olmaktadır. Bireylerin günlük yaşantıda karşılaştıkları monoton hayat tarzı ve anlayışını spor yolu ile ortadan kaldırmak mümkündür. Bireylerin rahatlaması ve gevşemesini sağlamanın yanı sıra kendilerini mutlu hissetmelerini ve bir şeyleri başarmış olmalarının vermiş olduğu hazzı yaşamaları sağlanmış olur (Güçlü 2005). Yapılan bu çalışmada çıkan sonuçlara göre; ilişkilerin orta düzeyde pozitif anlamlılık gösterdiğini ve spora yönelik olumlu tutumun yaşam kalitesini etkilediğini ifade edebiliriz.

### **Katılımcıların Spora Yönelik Tutum İle Akademik Motivasyon Düzeyleri Arasındaki Korelasyon Katsayıları (N=500)**

Tablo 20 incelendiğinde katılımcıların spora yönelik tutum ölçeği alt boyutlarından spora ilgi duyma alt boyutu ile akademik motivasyon ölçeği alt boyutlarından bilmeye yönelik içsel motivasyon ( $r=,438^{**}$ ,  $p= ,000$ ), başarıya yönelik içsel motivasyon ( $r=,296^{**}$ ,  $p= ,000$ ), uyarım yaşamaya yönelik içsel motivasyon ( $r=,356^{**}$ ,  $p= ,000$ ), belirlenmiş dışsal

motivasyon ( $r=.413^{**}$ ,  $p= ,000$ ), içe yansıyan dışsal motivasyon ( $r=.247^{**}$ ,  $p= ,000$ ), dışsal motivasyon-dış düzenleme ( $r=.356^{**}$ ,  $p= ,000$ ) ve akademik motivasyon toplam ( $r=.362^{**}$ ,  $p= ,000$ ) puanları arasında pozitif yönde orta düzeyde, motivasyonsuzluk ( $r=.018$ ,  $p= ,000$ ) alt boyutu ile ise pozitif yönde düşük düzeyde ilişki tespit edilmiştir.

Katılımcıların spora yönelik tutum ölçeği alt boyutlarından **sporla yaşama** ile akademik motivasyon ölçeği alt boyutlarından bilmeye yönelik içsel motivasyon ( $r=.425^{**}$ ,  $p= ,000$ ), başarıya yönelik içsel motivasyon ( $r=.331^{**}$ ,  $p= ,000$ ), uyarım yaşamaya yönelik içsel motivasyon ( $r=.366^{**}$ ,  $p= ,000$ ), belirlenmiş dışsal motivasyon ( $r=.405^{**}$ ,  $p= ,000$ ), içe yansıyan dışsal motivasyon ( $r=.289^{**}$ ,  $p= ,000$ ), dışsal motivasyon-dış düzenleme ( $r=.342^{**}$ ,  $p= ,000$ ) ve akademik motivasyon toplam ( $r=.384^{**}$ ,  $p= ,000$ ) puanları arasında pozitif yönde orta düzeyde, motivasyonsuzluk ( $r=.078$ ,  $p= ,000$ ) alt boyutu ile ise pozitif yönde düşük düzeyde ilişki tespit edilmiştir.

Katılımcıların spora yönelik tutum ölçeği alt boyutlarından **aktif spor yapma** alt boyutu ile akademik motivasyon ölçeği alt boyutlarından bilmeye yönelik içsel motivasyon ( $r=.353^{**}$ ,  $p= ,000$ ), başarıya yönelik içsel motivasyon ( $r=.276^{**}$ ,  $p= ,000$ ), uyarım yaşamaya yönelik içsel motivasyon ( $r=.324^{**}$ ,  $p= ,000$ ), belirlenmiş dışsal motivasyon ( $r=.338^{**}$ ,  $p= ,000$ ), içe yansıyan dışsal motivasyon ( $r=.281^{**}$ ,  $p= ,000$ ), dışsal motivasyon-dış düzenleme ( $r=.293^{**}$ ,  $p= ,000$ ) ve akademik motivasyon toplam ( $r=.335^{**}$ ,  $p= ,000$ ) puanları arasında pozitif yönde orta düzeyde, motivasyonsuzluk ( $r=.080$ ,  $p= ,000$ ) alt boyutu ile ise pozitif yönde düşük düzeyde ilişki tespit edilmiştir.

Katılımcıların spora yönelik tutum ölçeği toplam puanı ile akademik motivasyon ölçeği alt boyutlarından bilmeye yönelik içsel motivasyon ( $r=.451^{**}$ ,  $p= ,000$ ), başarıya yönelik içsel motivasyon ( $r=.329^{**}$ ,  $p= ,000$ ), uyarım yaşamaya yönelik içsel motivasyon ( $r=.383^{**}$ ,  $p= ,000$ ), belirlenmiş dışsal motivasyon ( $r=.428^{**}$ ,  $p= ,000$ ), içe yansıyan dışsal motivasyon ( $r=.292^{**}$ ,  $p= ,000$ ), dışsal motivasyon-dış düzenleme ( $r=.367$ ,  $p= ,000$ ) ve akademik motivasyon toplam ( $r=.395^{**}$ ,  $p= ,000$ ) puanları arasında pozitif yönde orta düzeyde, motivasyonsuzluk ( $r=.055$ ,  $p= ,000$ ) alt boyutu ile ise pozitif yönde düşük düzeyde ilişki tespit edilmiştir. Araştırma sonucuna göre spora yönelik tutum ile akademik motivasyon arasında pozitif yönde bir ilişki ortaya çıkmış ve fiziksel anlamda daha aktif olan öğrencilerin, akademik motivasyonlarının da daha yüksek olacağı söylenilebilir. **Sonuç olarak;** yaşam kalitesi ve akademik motivasyon ile spora yönelik



tutum kavramları birbiri ile ilişkili olduğu ve orta düzeyde anlamlılık gösterdiğini ifade edebiliriz.

## **ÖNERİLER**

- Çalışmanın sadece Bingöl Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinden oluşması çalışmanın sınırlı olarak kabul edilebilir. Bu nedenle Türkiye'nin çeşitli üniversitelerinde bulunan Spor Bilimleri Fakültesi ya da Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokullarında okuyan öğrencileri de değerlendirilerek daha büyük bir örneklem grubu oluşturulabilir.
- Bu çalışmadaki örneklem grubu diğer bölümlerde okuyan öğrencileri de kapsayacak şekilde değiştirilerek bir araştırma yapıp, elde edilen sonuçlar bu çalışmadaki sonuçlar ile karşılaştırılarak bölümler arasındaki benzerlikler ve farklılıklar tespit edilebilir.
- Çalışma eğitim kurumları dışındaki devlet ya da özel kurumlarda yapılabilir.

## 6. KAYNAKÇA

**Aracı H.** (2004). *Öğretmenler Ve Öğrenciler İçin Okullarda Beden Eğitimi* (5. Baskı). Ankara, Nobel Basımevi.

**Abdurrahman G, Şener Ü, Karabacak H ve Kağan Ü.** (2011). Kadın ve erkek genç erişkinler arasında fiziksel aktivite ve yaşam kalitesi farklılıklarının araştırılması. *Kocatepe Tıp Dergisi*, **12**(3), 145-150.

**Açak M.** (2006). *Beden Eğitimi Öğretmeninin El Kitabı*. Morpa Yayınları, Ankara, 2006, s,55-56

**Adler A.** (2014). *Okulda Güç Eğitilebilir Çocuklar*. (Çev. Kamuran Şipal). İstanbul, Cem Yayınevi.

**Ahmann JS and Marvin D.** (1971). *Evaluating Pupil Growth, Principles Of Tests And Measurement*. Fourth Edition, Allyn and Bacon Inc, Boston.

**Akandere M, Özyalvaç NT ve Duman S.** (2010). Ortaöğretim öğrencilerinin beden eğitimi dersine yönelik tutumları ile akademik başarı motivasyonlarının incelenmesi (Konya Anadolu Lisesi Örneği). *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, **(24)**, 1-10.

**Akça N. Ş.** (2012). *Özel Spor Merkezlerine Üye Olan Bireylerin Spora Yönelme Nedenleri ve Beklentilerinin Gerçekleşme Düzeyleri*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

**Akkoyunlu Y.** (1996). Beden eğitimi ve spor, *PAÜ. Eğitim Fak. Dergisi*, **1**, 80-81.

**Akman S.** (2022). *Spor Yöneticiliği Öğrencilerinin Öz Liderlik Davranışları İle Akademik Motivasyonlarının Değerlendirilmesi*, İstanbul Örneği, Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Gelişim Üniversitesi, Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı, Spor Yönetimi Bilim Dalı. İstanbul 2022.

**Aksungur A.** (2009). *Dr. Zekai Tahir Burak Kadın Sağlığı Eğitim Ve Araştırma Hastanesinde Çalışan Ebe Ve Hemşirelerin İş Doyumu Ve Yaşam Kalitesi Düzeylerinin Belirlenmesi*, (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi ). Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü ,Ankara.

**Albayrak E.** (2016). *Üniversite Öğrencilerinin Fiziksel Aktivite Seviyeleri İle Yaşam Doyumu Düzeyleri Arasındaki İlişki*, Yüksek Lisans Tezi. Amasya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi Anabilim Dalı, Amasya.

**Alemdağ C, Öncü E ve Yılmaz AK.** (2014). Beden Eğitimi Öğretmeni Adaylarının Akademik Motivasyon ve Akademik Öz-Yeterlikleri, *Spor Bilimleri Dergisi*, Hacettepe Journal of Sport Sciences, **25** (1), 23–35.

**Allport GW.** (1935). Attitudes. *In A Handbook of Social Psychology*. Editor Murchison C. (ss. 798–844). Clark University Press.

**Alp H ve Süngü B.** (2016). Üniversite öğrencilerinin spora karşı tutumlarına beden eğitimi ve spor dersinin etkisi, *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 5(Özel Sayı), 129-136

**Altay F ve Özdemir Z.** (2006). Ankara ili merkez ilçelerindeki ilköğretim 1.kademesinde öğrenim gören 4. ve 5. sınıf öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersine ilişkin tutumlarının karşılaştırılması. 9. *Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi*, 3–5 Kasım, Muğla, ss.591-593.

**Aras Ö.** (2013). *İlköğretim Kurumları İkinci Kademe Öğrenim Gören Öğrenci ve Görev Yapan Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Beden Eğitimi Dersine Yönelik Görüş ve Tutumlarının İncelenmesi* (Kars İli Örneği). Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi/Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

**Aristoteles.** (2015). Ethics for Eudemos. Çeviri, Babür S. *Eudemos'a Etik*. Ankara, Bilgesu Yayıncılık, Ankara, 2015.

**Armstrong N and Welsman, JR.** (2006). The physical activity patterns of european youth with reference to methods of assessment. *Sports medicine*, 36(12), 1067-1086.

**Artal M and Sherman C.** (1998). Exercise against depression. *The Physician and Sports Medicine*. 26 (10), 57-61.

**Atkinson LR, Atkinson CR, Smith EE, Bem JD ve Hoeksema-Nolen S.** (1999). Introduction to Psychology. Çeviri, Alogan Y. *Psikolojiye Giriş*. Ankara, Arkadaş Yayınları

**Boylu AA.** (2007). *Ailelerin Yaşam Kalitelerini Etkileyen Bazı Objektif Ve Sübjektif Göstergelerin İncelenmesi*, (Yayımlanmamış doktora tezi). Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

**Bayhan P.** (1999). Çocuğun okul başarısını etkileyen etmenler. *Sosyal Hizmetler Dergisi*, 1(10), 6–12.

**Baysa AC.** (1981). *Sosyal ve Örgütsel Psikolojide Tutumlar*. İstanbul Üniversitesi İşletme Fakültesi, İstanbul.

**Bek N.** (2008). Fiziksel aktivite ve sağlığımız. Sağlık Bakanlığı Yayın, 730.

**Belli E, Bedir F ve Turan M.** (2019). Üniversite öğrencilerinin spora yönelik tutumları ile yaşam doyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi, *Erzurum Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* , (9) , 89-103.

**Bendikova E ve Dobay B.** (2017). Physical and sport education as a tool for development of a positive attitude toward health and physical activity in adulthood. *European Journal of Contemporary Education*, 6(1), 14-21.

**Bilir M.** (2019), *İstanbul'daki Spor İstanbul Çalışanlarının Fiziksel Aktivite Ve Yaşam Kalitesi Düzeyinin Araştırılması, Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, Rekreasyon Ana Bilim Dalı, Yüksek Lisan Tezi, Sakarya, 62*

**Blair SN.** (2003). Physical activity, epidemiology, public health, and the American College of Sports Medicine. *Medicine and Science in Sports ve Exercise*, **35**(9).

**Bulut S.** (2010). *Bir Fizik Tedavi Ve Rehabilitasyon Eğitim Ve Araştırma Hastanesinde Görev Yapan Personelin Fiziksel Aktivite Düzeyi Ve İlgili Faktörlerin Belirlenmesi*, (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

**Burgaz B.** (2002). Kalabalık sınıf nitelikli öğretmen. *Bilim ve Teknik Dergisi*, **420**, 25-27.

**Büyüköztürk Ş.** (2007). *Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı*. 7.Baskı, Pegem Akademi Yayıncılık, Ankara, 40.

**Carter V Good.** (1973). *Dictionary of Education*. 4th edition. McGraw Hill Book Company, New York.

**Caspersen JC, Pereira MA and Curran KM.** (2000). Changes in physical activity patterns in the United States, By sex and cross-sectional age. *Med. Sci. Sports Exerc*, **32**(9), 1601-1609.

**Cooper, C.J.** (2018). SPSS, *Descriptive Statistic*, CJ. SPSS, Descriptive Statistics, <http://psychology.illinoisstate.edu/jccutti/> Erişim Tarihi, 25.06.2023

**Çebi M.** (2018). Sporcuların sağlıklı yaşam biçimleri davranışlarının incelenmesi. *İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, **5**(1),13-20.

**Çeçen AR.** (2007), Üniversite öğrencilerinin cinsiyet ve yaşam doyumu düzeylerine göre sosyal ve duygusal yalnızlık düzeylerinin incelenmesi, *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, **3**(2); 180-190.

**Çelik Z ve Pulur A.** (2011). Ortaöğretim öğrencilerinin beden eğitimi ve spora ilişkin tutumları. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, Özel Sayı, 115-121.

**Çimen Z, Erarslan A ve Halıcı A.** (2018). *Spor Pazarlaması*. A. Azmi Yetim [Ed.]. Yönetim ve spor. Ankara, Berikan Yayınevi, 2018, 504-505.

**Çöllü EF ve Öztürk YE.** (2016). Örgütlerde inançlar-tutumlar tutumların ölçüm yöntemleri ve uygulama örnekleri bu yöntemlerin değerlendirilmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Meslek Yüksekokulu Dergisi*, **9**(1-2), 373-404.

**Çöllü EF ve Öztürk YE.** (2015). Örgütlerde inançlar-tutumlar, tutumların ölçüm yöntemleri uygulama örnekleri ve bu örneklerin değerlendirilmesi. *Sosyal Bilimler Meslek Yüksekokulu Dergisi*, **(2)**, 374-404.

**Daley A.J.** (2002). School based physical activity in the United Kingdom, Can it create physically active adults? *Quest*, **54**(1), 21-33.

**Demir Z.** (2008). *Uzaktan Eğitim Öğrencilerinin Akademik Güdülenme Düzeyleri* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.

**Demirhan G ve Altay F.** (2001). Lise birinci sınıf öğrencilerinin beden eğitimi ve spora ilişkin tutum ölçeği, *II. Spor Bilimleri Dergisi*, **12**(2). 9-20.

**Demirkaya Y.** (2010). *Çekmeköy'ün sosyo-ekonomik yapısı ve kentsel yaşam kalitesi*. İstanbul, Çekmeköy Belediye Başkanlığı Yayını.

**Diker S.** (2021). *Üniversite Öğrencilerinin Spora Yönelik Tutumları Ve Kadınların Spor Etkinliklerine Katılımlarına Dair Görüşlerinin İncelenmesi* (Balıkesir Üniversitesi Örneği). Balıkesir Üniversitesi. Yüksek Lisans Tezi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı. Balıkesir 2021;79

**Dilbaz N.** (1996). Yaşam kalitesi, ölçümü ve psikiyatri. *Psycho Med*, **2**(1), 20-24.

**Dinç N, Güzel P ve Özbey S.** (2018). Rekreatyonel fiziksel aktiviteler ile yaşam kalitesi arasındaki ilişki. Manisa Celal Bayar Üniversitesi, *Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, **5**, 4, 181-186.

**Doğan B ve Moralı S.** (1999). Üniversite öğretim elemanlarının sporla ilgili tutumları ile yaşam ve iş doyum düzeylerinin spor yapma alışkanlıkları ile incelenmesi. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, **3**(1), 16-27.

**Doğan U.** (2016). *Lise Öğrencilerinde Fiziksel Aktivite Seviyesi ile Akademik Başarı Arasındaki İlişki*. Yüksek Lisans Tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

**Elkin ÖÖ.** (2020). *Üniversite Öğrencilerindeki Anksiyete, Stres, Yaşam Doyumu Düzeyleri Ve İlişkili Değişkenlerin Kız Ve Erkek Öğrenciler Arasında Karşılaştırması*. İstanbul Gelişim Üniversitesi, Psikoloji Anabilim Dalı, Klinik Psikoloji Bilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, 173.

**Entwisle DR and Hayduk L.A.** (1982). *Early Schooling Cognitive And Affective Outcomes*. Maryland, USA, The Johns Hopkins University Press.

**Erkal M, Güven Ö ve Ayan D.** (1998). *Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi*. İstanbul, Der Yayınları, 1998, s, 80-81

**Eser E.** (2006). Sağlıkla ilgili yaşam kalitesinin kavramsal temelleri. *Sağlıkta Birikim Dergisi*. **1**, 1-5.

**Eser SY, Fidaner H, Fidaner C, Elbi H, Eser E ve Göker E.** (1999). Measure of quality of life whoqol- 100 and whoqol-bref. *3P Dergisi*, **7**(2 Suppl), 5-13.

**Özgen F.** (2012). *Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin Yaşam Doyumu Düzeylerinin İncelenmesi*. (Mezuniyet Tezi). 18 Mart Üniversitesi Çanakkale 2012.

**Findlay Allan vd.** (1988), "Where to Live in Britain in 1988, QOL in British Cities", Cities, Vol. **5**, No. 3, p. 323-345.

**Fişne M.** (2009). *Fiziksel Aktivitelere Katılım Düzeyinin, Üniversite Öğrencilerinin Akademik Başarıları, İletişim Becerileri Ve Yaşam Tatminleri Üzerine Etkilerinin İncelenmesi*, (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Erciyes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kayseri.

**Fletcher A, Gore S, Jones D, Fitzpatrick R, Spiegelhalter D ve Cox D.** (1992). Quality of life measures in health care. II, Design, analysis, and interpretation. *BMJ, British Medical Journal*, **305**(6862), 1145

**Fox KR, Stathi A, McKenna J and Davis MG.** (2007). Physical activity and mental well-being in older people participating in the better ageing project. *European Journal of Applied Physiology*, **100**(5), 591-602.

**Franzoi SL.** (2003). *Socialpsychology*. (Third Edition), Mc GrawHill, Boston, 2003, 156

**Gökdağ M.** (2018). *Okul Yöneticilerinin Spora Yönelik Tutumları Ve Kadınların Spor Etkinliklerine Katılmalarına Dair Görüşlerinin Araştırılması* (Bartın örneği). Yüksek lisans tezi. Bartın Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bartın, 14.

**Gökdağ M, Türkmen M ve Akyüz H.** Okul yöneticilerinin spora yönelik tutumlarının belirlenmesi (Bartın İli Örneği). *International Journal of Contemporary Educational Studies*, **5**(2), 200-219.

**Göksel AG ve Caz Ç.** (2016). Anadolu lisesi öğrencilerinin beden eğitimi dersine yönelik tutumlarının incelenmesi. *Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, **1** (1), 1-9.

**Göksel AG, Caz Ç, Yazıcı ÖF ve İkizler HC.** (2017). Farklı bölümlerdeki öğrencilerin spora yönelik tutumlarının karşılaştırılması. Marmara Üniversitesi Örneği, *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, **8**(2), 123-134.

**Gössweiner V, Rille-Pfeiffer C and Richter R.** (2001). *Quality of life and social quality*. ÖIFÖsterr. Inst. Für Familienforschung.

**Göktaş N ve Şentürk HE.** (2019). Spor lisesi öğrencilerinin okul iklimi algıları ile spora yönelik tutumları arasındaki ilişki, *Spor metre Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi*, **17** (3) , 78-92.

**Greeno J. G, Pearson PD ve Schoenfeld AH.** (1996). Implications for NAEP of research on learning and cognition. Report of a study commissioned by the national academy of education. *Panel on the NAEP Trial State Assessment*, conducted by the Institute for Research on Learning. Stanford, CA, National Academy of Education.

**Güçlü S.** (2005). *Kurumlara sosyolojik bakış*. İstanbul, Birey Yayıncılık, İstanbul, s.16.

**Güllü M ve Güçlü M.** (2019). Ortaöğretim öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersine yönelik tutumlarının incelenmesi. *e-Journal of New World Sciences Academy*, **4**(4), 274-288.

**Güven P.** (2019). *İlkokul Ve Ortaokul Öğrencilerinin Akademik Başarılarının Yordanmasında Ana Babanın Akademik Başarıya İlişkin Beklentisi Ve Eğitime Katılımının Rolü* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Kastamonu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Üniversitesi, Kastamonu.

**Hanyaloğlu E.** (1995). *Okul Öncesi Kurum Öğretmenlerinin Kişilik Özellikleri ile Sahip Oldukları Anne-Babalık Tutumları Arasındaki İlişki*. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul

**Haskell W. L and Kiernan M.** (2000). Methodologic issues in measuring physical activity and physical fitness when evaluating the role of dietary supplements for physically active people. *The American journal of clinical nutrition*, **72**(2), 541S-550S.

**Hırlak B, Taşlıyan M ve Sezer B.** (2017). İyimsizlik ve yaşam doyumu arasındaki ilişki ve demografik özellikler bağlamında algı farklılıkları, Bir alan araştırması. *Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*. **7**(1), 95-116.

**Hiçyılmaz E.** (1984). *Niçin Kitlesiz Spor Değil?* İstanbul, Süreç Yayıncılık, 1984, s, 41

**Holton DR, Colberg SR, Nunnold T, Parson HK and Vinik AI.** (2003). The effect of an aerobic exercise training program on quality of life in type 2 diabetes. *The Diabetes Educator*, **29**(5), 837-846.

**Huddleston S, Mertersdorf J ve Araki K.** (2002). Physical activity behavior and attitudes towards involvement among physical education, health, and leisure services pre-professionals. *University Students Journal*, **36**(4), 555.

**İşık Ö, Gümüş H, Okudan B ve Yılmaz M.** (2014). Evaluation of the effects of the quality of life levels of university students upon their depression levels. *International Journal of Science Culture and Sport (IntJSCS)*, **2**(5), 836-843.

**İnal AN.** (2003). *Beden Eğitimi ve Spor Bilimi*, Nobel Yayın Dağıtım, Ankara.

**İnceoğlu M.** (2010). *Tutum Algı İletişim*. 5. Baskı, Beykent Üniversitesi Yayın Evi, İstanbul.

**İnceoğlu M.** (2011). *Tutum, Algı, İletişim* (6. Basım). Siyasal Kitapevi, Ankara, 21-29.

**Kağıtçıbaşı Ç.** (2005). *Yeni İnsan ve İnsanlar*. 10. Baskı, Evrim Yayınevi. İstanbul,

**Kağıtçıbaşı Ç ve Cemalcılar Z.** (2014). *Dünden Bugüne İnsan ve İnsanlar*, 16. Baskı, Evrim Yayın Evi, İstanbul

**Kaiser S and Breuer M.** (2016). Defining Sports Marketing, Simon Chadwick, Nikolas Chanavat, Michel Desbordes (Ed.), *Handbook Of Sports Marketing*. London, New York, Routledge, 4.

**Kangal A** (2009). *Üniversite Yaşam Kalitesi Ölçeğinin Psikometrik Özelliklerinin İncelenmesi Ve Türk Üniversite Öğrencilerine Uyarlanması*, Yüksek Lisans Tezi, Akdeniz Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İşletme Anabilim Dalı, Antalya 2009, 222.

**Kangal M, Hünük D ve Demirhan G.** (2006). İlköğretim, lise ve üniversite öğrencilerinin beden eğitimi ve spora yönelik tutumlarının incelenmesi. *Spor Bilimleri Dergisi*, **17**(2), 48-57.

**Kanık M.** (2019). *Spor Bilimleri Alanında Öğrenim Gören Öğrencilerin Akademik Başarıları İle Mükemmeliyetçilik Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi. Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi Öğretmenliği Anabilim Dalı, Bolu.

**Karadağ S.** (2012). *İlköğretim 8. Sınıf ve Lise 11. Sınıf Öğrencilerinin Beden Eğitimi Dersine İlişkin Tutumlarının Çeşitli Değişkenlere Bağlı Olarak Karşılaştırılması* (Kırıkkale örneği), Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Kırıkkale Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kırıkkale.

**Karaburçak S, Turhan S ve Akalın C.** (2021). Akademik başarı, fiziksel aktivite, egzersiz ve spor ilişkisi, 2015'ten günümüze bibliyografi tabanlı sistematik derleme. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, **14**(76), 595-601).

**Karagüven MHÜ.** (2012). *Akademik Motivasyon Ölçeğinin Türkçeye Adaptasyonu*, Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri, **12**,4, 2599-2620.

**Karasar N.** (2004). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*, Nobel Yayıncılık, Ankara, 52

**Kaya M.** (1998). *Benliğin Gelişimi Ve Kendini Gerçekleştirme*. İstanbul, Ensar Yayın Grubu.

**Kaya M.** (2016). *Recovery of metals and nonmetals from electronic waste by physical and chemical recycling processes*. *Waste Management*, **57**,64-90

**Kaya P, İpekçi Çetin E ve Kuruüzüm A.** (2011). Çok kriterli karar verme ile avrupa birliği ve aday ülkelerin yaşam kalitesinin analizi. *İstanbul Üniversitesi İktisat Fakültesi Ekonometri ve İstatistik Dergisi*, **13**, 80-94.

**Çelik Kayapınar F.** (2012). *Physical activity levels of adolescents*. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*. **47**, 2107–2113. doi.org/10.1016/j.sbspro.2012.06.958

**Kazanoğlu İ.** (2019). *Lise Öğrencilerinin Spora Yönelik Tutumları ve Özyeterlilik Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Erzurum Atatürk Üniversitesi, Erzurum, 1-61 s.

**Keten M.** (19474). *Türkiye'de Spor*. Ayyıldız Matbaası, Ankara, 108-110

**Kılıç K ve Özdilek Ç.** (2006). *Harcanabilir Gelirin Artmasının Sportif Rekreasyona Katılma Olan Etkisinin Araştırılması-İstanbul Örneği*. (Yayımlanmamış Yüksek lisans Tezi). Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kütahya, 60-67.



- Kim Y and Ross S.** (2015). The effect of sport video gaming on sport brand attitude, attitude strength, and the attitude-behavior relationship. *Journal of Sport Management*, **29**(6), 657-67.
- Kiremitçi O.** (2012). Farklı sportif etkinliklerin ilköğretim 2. kademe öğrencilerinin beden eğitimi dersine yönelik tutum, sosyal beceri ve öz yeterlik düzeylerine etkileri. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, **14**(2), 196-201.
- Kocaer G.** (2018). *Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenleri ve Adaylarının Öğretmenlik Mesleğine Yönelik Tutum, Serbest Zaman İlgilenim ve Rekreasyon Faaliyetlerine Yönelik Fayda Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Bartın İli Örneği), Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Bartın Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bartın, 24-25.
- Koç N.** (1981) *Liselerde öğrencilerin akademik başarılarının değerlendirilmesi uygulamalarının etkililiğine ilişkin bir araştırma*. Ankara Üniversitesi Eğitim Fakültesi Yayınları, Ankara.
- Korkmazer F.** (2020). Üniversite öğrencilerinin akademik motivasyon algılarının incelenmesi üzerine bir alan çalışması. *Dicle Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, Diyarbakır, **10**, 502-515.
- Kuzgun** (2000). *Meslek danışmanlığı- kuramlar ve uygulamalar*. Ankara, Nobel Yayın Dağıtım.
- Küçük V ve Koç H.** (2015). Psiko - sosyal gelişim süreci içerisinde insan ve spor ilişkisi. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, **(9)**, 2.
- MacAuley D.** (1994). A history of physicalactivity, health and medicine. *Journal of the Royal Society of Medicine*, **87**(1), 32.
- Maden Turgut E.** (2010). *İş Doyumu ve Yaşam Doyumu İlişkisi ve İstanbul'daki Devlet Üniversite Hastanelerinde Çalışan Ameliyathane Hemşirelerine Yönelik Bir Araştırma*, Yüksek Lisans Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Hastane ve Sağlık Kuruluşlarında Yönetim Bilim Dalı, İstanbul, 111.
- Malkina-Pykh I. G.** (2001). *Rhythmicmovement psychotherapy*. St Petersburg, INENCO Center of RAS.
- Marks GN.** (1998). Attitudes To School Life, Their Influencesand Their Effects On Achievement and Leaving School. *Australian Council For Educational Research*, **5**, 24–26.
- Martinez B.** (2001). Okulda Başarısız Çocuğun Eğitimi. Çeviri, Arıkdal O. İstanbul, Gendaş Yayınları.
- Mok M and Flynn M.** (2002). Determinants Of Students' Quality Of School Life, A Path Model. *Learning Environments Research* **5**, 275–300.
- Odabaşı Y ve Barış G.** (2007). *Tüketici Davranışı*, İstanbul, MediaCat Yayıncılık. İstanbul.

**Owczarek K.** (2010). The concept of quality of life. *Acta Neuropsychologica*, **8**(3), 207-213.

**Önal L, Yılmaz H, Kaldırımçı M ve Ağduman F.** (2017). Atatürk üniversitesi öğrencilerinin spora karşı tutumları ile yaşam kaliteleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Muş Alparslan Üniversitesi Uluslararası Spor Bilimleri Dergisi*, cilt.1, ss.26-34, 2017

**Özbek O.** (2019). Akademik motivasyon ve okul imajı ilişkisi, Sportif Bakış, *Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, **6** (2), 150-162.

**Özer H ve Sarı A.** (2009). Kovaryans analizi modelleriyle üniversite öğrencilerinin başarılarını etkileyen faktörlerin belirlenmesi, Atatürk Üniversitesi İİBF Öğrencileri için Bir Uygulama. *Dokuz Eylül Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 105-126.

**Özgür İ.** (2004). *Engelli Çocuklar Ve Eğitimi*. Adana, Karahan Kitabevi.

**Özguven İE.** (1998). *Bireyi Tanıma Teknikleri*. Ankara, Padem Yayınları.

**Özkan R.** (2011). *Genel ve İmam Hatip Lisesi Öğrencilerinin Beden Eğitimi ve Spor Dersine İlişkin Tutumlarının Karşılaştırılması*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi/Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara 2011.

**Özkurt R and Pepe K.** (2016). Investigation of high school male and female students' attitudes towards Physical Education and Sports course. *International Journal of Sport Exercise and Training Sciences - IJSETS*, **2** (3) , 93-101.

**Özmete E.** (2010). Aile yaşam kalitesi dinamikleri, aile iletişimi, ebeveyn sorumlulukları, duygusal, duygusal refah, fiziksel/materyal refahın algılanması. *Journal of International Social Research*, **3**(11).

**Öztürk GF.** (2002). *Öğrencilerin gelişiminde müziğin etkisi*. 1. Uluslararası Avrupa'da ve Türk Cumhuriyetlerinde Müzik Kültürü ve Eğitimi Kongresi'nde sunulan bildiri, Gazi Üniversitesi Müzik Bölümü, Ankara.

**Özüdoğru E.** (2013), *Üniversite Personelinin Fiziksel Aktivite Düzeyi İle Yaşam Kalitesi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Yüksek Lisans Tezi, Burdur.

**Özyürek M.** (2006). *Changing the attitudes towards the handicapped*. Kök Publishing, Ankara, 2006, 11-23.

**Pekel A.** (2016). *Spor Yöneticiliği Bölümünde Öğrenim Gören Öğrencilerinin Akademik Öz Yeterlilikleri Ve Üniversite Yaşam Kalitesi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Kayseri Erciyes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kayseri, 41.

**Perez GAI.** (1997). The School, A Crossroad Of Cultures. *Curriculum Studies* **5**, (3), 281- 299.

**Polat S.** (2017). Üniversite 1. Ve 4. sınıfa devam eden öğrencilerin yaşam doyumlarının incelenmesi. *Mesleki Bilimler Dergisi*, **6** (2),210-22.

- Pucci G, Reis RS, Rech CR and Hallal PC.** (2012). Quality of life and physical activity among adults, Population-Based Study in Brazilian Adults. *Quality of Life Research*, **21**(9), 1537-1543.
- Pukeliene V and Starkauskiene V.** (2011). Quality Of Life, Factors Determining Its Measurement Complexity. *Engineering Economics*, **22**(2), 147-156.
- Ravindranath MJ.** (1983). "Towards development of attitudes - a paradigm", *The Educational Quarterly*, **35**(2), 8-11.
- Roberts L.** (1992). Clifton RA. measuring the affective quality of life of university students, the validation of an instrument. *Social Indicators Research* **2**, (27), 113–137.
- Rowland T. W and Freedson P. S.** (1994). Physical activity, fitness, and health in children, a close look. *Pediatrics*, **93**(4), 669-672.
- Sakallı N.** (2001). *Sosyal Etkiler*, İmge Kitapevi, Ankara.
- Sarı M.** (2007). *Demokratik Değerlerin Kazanımı Sürecinde Örtük Program, Düşük ve Yüksek Okul Yaşam Kalitesi' ne Sahip İki İlköğretim Okulunda Nitel Bir Çalışma*, Doktora Tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı, Adana, 485.
- Sarıer Y.** (2016). Türkiye’de öğrencilerin akademik başarısını etkileyen faktörler, Bir Meta-Analiz Çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, Ankara, Sayfa, 609-627.
- Satcher D and Lee R.P.** (1996). Physical activity and health. U.S. Department of Health and Human Services, Centers for Disease Control and Prevention, National Centers for Chronic Disease Prevention and Health Promotion, The President’s Council on Physical Fitness and Sports. A Report of the Surgeon General. Erişim adresi: <http://www.cdc.gov/nccdphp/sgr/pdf/sgrfull.pdf>. (25.06.2023).
- Savcı S, Öztürk M, Arıkan H, İnce D. İ ve Tokgözoğlu L.** (2006). Üniversite öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeyleri. *Türk Kardiyoloji Derneği Arşivi*, **34**(3).
- Schwarz EC and Hunter JD.** (2020). Advanced theory and practice in sport marketing, Third Edition. London, New York, Routledge, Taylor and Francis Group, <https://www.routledge.com/Advanced-Theory-and-Practice-in-Sport-Marketing-3rd-Edition/Schwarz-Hunter/p/book/9781138061583> (25.06.2023).
- Arslan S, Alemdaroğlu İ, Öksüz Ç, Karaduman AA ve Tunca Yılmaz Ö.** (2018). Genç bireylerde fiziksel aktivitenin akademik başarı ve depresyon üzerine etkisi. *Ergoterapi ve Rehabilitasyon Dergisi*, **6**(1), 37 - 42.
- Shibata A, Oka K, Nakamura Y and Muraoka I.** (2007). Recommended level of physical activity and health-related quality of life among japanese adults. *Health and Quality of Life Outcomes*, **5**(1), 1-8.
- Singh RKC. DK.**(2013). Attitude of higher secondary level student towards games and sports. *International Journal of Physical Education, Fitness and Sports* (**12**), 80-85.

- Singh RKC and Devi K.S.** (2013). Attitude of higher secondary level student towards games and sports, *International Journal of Physical Education, Fitness and Sports*. **2**(4), 80-85.
- Sunay H ve Bayraktar B.** (2007). Türkiye’de elit bayan ve erkek voleybolcuların spora başlamasına etki eden unsurlar ve spordan beklentileri. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, **2**, 63-72.
- Susniene D ve Jurkauskas A.** (2009). The Concepts Of Quality Of Life And Happiness–Correlation And Differences. *Engineering Economics*, 58-66.
- Şahan H.** (2007). *Üniversite Öğrencilerinin Sosyalleşme Sürecinde Spor Aktivitelerinin Rolü*. Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya 2007, 59-60.
- Şentürk HE.** (2012). Spora yönelik tutum ölçeği, geliştirilmesi, geçerliliği ve güvenilirliği, *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, **7**(2), 8-18.
- Şimşek A ve Eroğlu Ö.** (2013). *Davranış Bilimleri*. Eğitim Kitapevi, Konya.
- Şişko M ve Demirhan G.** (2002). İlköğretim okulları ve liselerde öğrenim gören kız ve erkek öğrencilerin beden eğitimi ve spor dersine ilişkin tutumları, *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. **23** (23).
- Taşçı, BG.** (2010). *Sokağın Günümüz Koşullarında Çocuk Oyun alanı Olarak Ele Alınması ve Değerlendirilmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi, Mimarlık Bölümü, İzmir.
- Tavşancıl E.** (2002a). *Tutumların Ölçülmesi ve SPSS Veri Analizi*. Ankara, Nobel Yayınları.
- Tavşancıl E.** (2006b). *Tutumların Ölçülmesi ve SPSS ile Veri Analizi*, Nobel Yayıncılık, Ankara
- Tekkanat Ç.** (2005a). *Öğretmenlik Bölümünde Okuyan Öğrencilerde Yaşam Kalitesi ve Fiziksel Aktivite Düzeyleri*. Pamukkale Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 89 sayfa, Denizli, (Özgür Mülazımoğlu Ballı).
- Tekkanat Ç.** (2008b). *Öğretmenlik Bölümünde Okuyan Öğrencilerde Yaşam Kalitesi Ve Fiziksel Aktivite Düzeyleri*. Yüksek Lisans Tezi, Pamukkale Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sporda Psiko-Sosyal Alanlar Anabilim Dalı, Denizli.
- Tempski P, Bellodi PL, Paro HB, Enns SC, Martins MA and Schraiber LB.** (2012). *What Do Medical Students Think About Their Quality of Life? A Qualitative Study*. *BMC Medical Education*, 1-8.
- Tengilimoğlu D.** (2011). *Sağlık Hizmetleri Pazarlaması*, 3, ISBN: 9.786.055.782.689, Siyasal Yayın Evi Ankara, 2011, 432

**Terlemez B, Dilek Ş ve Filiz D.** (2015). Namık kemal üniversitesi sağlık hizmetleri meslek yüksekokulu öğrencilerinin akademik motivasyon düzeyleri, Pamukkale *Journal Of Eurasian Socioeconomic Studies*, Vol. 2, No. 2, pp. 67-78

**Terzi AR.** (2007). Üniversite öğrencilerinin fakülte kültürüne yönelik algıları (Giresun Eğitim Fakültesi Örneği). *Milli Eğitim Dergisi* **176**, 98-108.

**Torlak SE ve Yavuzçehre P. S.** (2008). Denizli kent yoksullarının yaşam kalitesi üzerine bir inceleme. *Çağdaş Yerel Yönetimler*, **17** (2), 23-44.

**Tuncer M ve Yılmaz Ö.** (2018). Sınıf öğretmenliği üçüncü sınıf öğrencilerinin akademik başarı durumlarının çeşitli değişkenlere göre değerlendirilmesi. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, **7**(1), Sayfa, 481-493.

**Tunçalp Ö.** (2011). *Seçilmiş Ortaöğretim Öğrencilerinin Sosyalleşme Sürecinde Beden Eğitimi Ve Spor Aktivitelerinin Rolü Ve Önemi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.

**Türkiye Cumhuriyeti Sağlık Bakanlığı.** (2008). *Fiziksel Aktivite Bilgi Serisi*. Türkiye Cumhuriyeti Sağlık Bakanlığı. Ankara.

**Türkmen M, Abdurahimoğlu Y, Varol S ve Gökdağ M.** (2016). İslami ilimler fakültesi öğrencilerinin spora yönelik tutumlarının incelenmesi (Bartın Üniversitesi Örneği), *Uluslararası Güncel Eğitim Araştırmaları Dergisi*, **2**(1), 48-59

**Tüzün E. H ve Eker L.** (2003). Sağlık değerlendirme ölçütleri ve yaşam kalitesi. *Sağlık ve Toplum*, **13**(2), 3-8.

**Uluğ F.** (1990). *Okulda Başarı*. İstanbul, Remzi Kitapevi.

**Üneri Ö ve Çakın-Memik N.** (2007). Çocuklarda yaşam kalitesi kavramı ve yaşam kalitesi ölçeklerinin gözden geçirilmesi. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, **14**(1), 48-56.

**Üresin B.** (2013). *Beden Eğitimi Derslerinde Uygulanan Bireysel Rekabetçi ve İşbirlikçi Hedef Yönelimlerinin İlköğretim 2 Kademesinde Okuyan Öğrencilerin Beden Eğitimi Derslerine Yönelik Tutumlarına Etkisi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.

**Varol R.** (2017). *Üniversite Öğrencilerinin Spora Yönelik Tutumları ve Kadınların Spor Etkinliklerine Katılımlarına Dair Görüşlerinin İncelenmesi* (Bartın Üniversitesi Örneği), Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Bartın Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bartın.

**Veenhoven R.** (1996). Developments in satisfaction-research. *Social indicators research*, **37**(1), 1-46.

**Vural Ö, Eler S Ve Güzel N.** (2010). Masa başı çalışanlarda fiziksel aktivite düzeyi ve yaşam kalitesi ilişkisi. *Sportmetre Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi*, **VIII** (2), 69-75

**Whoqol Group.** (1995). The world health organization quality of life assessment (whoqol), position paper from the world health organization. *Social Science Medicine*, **41**(10), 1403-1409.

**Wolman B.** (1973). *Dictionary Of Behavioral Science*. New York, Van Nostrand Company.

**World Health Organization (WHO).** (2004). Sleep characteristics and sleep deprivation in infants, children and adolescents. WHO Regional Office for Europe, European Centre for Environment and Health Bonn Office, World Health Organization.

**Yalçinkaya M, Saracaloğlu A ve Varol R.** (1993). Üniversite öğrencilerinin spora ilişkin görüşleri ve beklentileri. *Spor Bilimleri Dergisi*, **4**(2), 12-26.

**Yanık M ve Çamlıyer H.** (2015). Ortaöğretim 9. sınıf öğrencilerinin beden eğitimi ve spora ilişkin tutumları ile okula yabancılaşma düzeylerinin incelenmesi. *Uluslararası Spor, Egzersiz ve Antrenman Bilimi Dergisi*. **1**(1), 9-19.

**Yaşartürk F, Akyüz H ve Gönülateş S.** (2019). The investigation of the relationship between university students' levels of life quality and leisure satisfaction. *Universal Journal of Educational Research*. **(7)**, 739-745.

**Eroğlu Y, Eroğlu SE ve Ekinci V.** (2019). Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin akademik motivasyon düzeylerinin bölüm ve sınıf değişkenlerine göre incelenmesi. *International Sport Science Student Studies*, **1**(1), 1-7.

**Yavuzer H.** (2005). *Çocuk Psikolojisi* (28.Basım). İstanbul, Remzi Kitabevi.

**Yazıcı A. G.** (2014). Toplumsal dinamizm ve spor, *Uluslararası Türkçe Edebiyat Kültür Eğitim Dergisi* **3**(1), 394-405

**Yetim A.** (2006). *Sosyoloji ve Spor*. MORPA kültür yayınları, İstanbul, 2006.

**Yıldırım M, Ilgar AE ve Uslu S.** (2018). Lise öğrencilerinin spora yönelik tutumlarının incelenmesi. *Journal Of Turkish Studies*

**Yıldız Y, Özmaden M ve Eraslan M.** (2016). Sporcularda Motivasyonun Performans Üzerine Etkilerinin Değerlendirilmesi. International Congress on Education. 27-31 Mayıs, Bosnia and Herzegovina. 180-183.

**Yılmaz K.** (2005). İlköğretim okulu öğrencilerinin okul yaşamının niteliğine ilişkin görüşleri. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, **1**, (17), 1-13.

**Yörükoğlu A.** (1998). *Çocuk Ruh Sağlığı*. İstanbul, Özgür Yayınları.

**Zorba E.** (2006). *Yaşam Boyu Spor*. Ankara, Nobel Yayınları.

## **EKLER**

### **Ek 1. Ölçek Formu**

Sayın katılımcı, bu bölümde yer alan ifadeleri kurumunuza yönelik tutum ve davranışlarınızı genel olarak göz önünde bulundurarak değerlendiriniz. İfadeleri değerlendirirken, olması gereken durumu değil, algıladığınız / hissettiğiniz durumu dikkate almanız gerekmektedir. Aşağıdaki ifadelerden kendinize en yakın hissettiğiniz seçeneği işaretleyiniz.

*Eslem AYDIN*

*Yüksek Lisans Öğrencisi*

*e-mail: eslem\_3150@hotmail.com*

### **KİŞİSEL BİLGİLER**

- 1. Cinsiyetiniz:**                       Kadın                       Erkek
- 2. Yaşınız:**                               18-21  22-25  26 ve üstü
- 3. Bölüm:**                       Beden Eğt ve Spor Öğr.     Antrenörlük Eğ.     S. Yöneticiliği   
Rekreasyon
- 4. Sınıf:**                       1.sınıf                       2. sınıf                       3. Sınıf                       4. sınıf
- 5. Aktivite Düzeyi:**                       İnaktif  Minimal aktif  Çok aktif

### A. SPORTİF TUTUM ÖLÇEĞİ

	SPORTİF TUTUM ÖLÇEĞİ	Hiçbir Zaman	Çok nadir	Bazen	Çoğu Zaman	Her Zaman
1	Evim okula/işyerine çok uzak değil ise yürüyüş ya da bisikleti tercih ederim.	1	2	3	4	5
2	Sporu manevi olduğu kadar maddi kazanç için de yaparım.	1	2	3	4	5
3	Spor yapmadığım günler kendimi ruhen eksik hissedirim.	1	2	3	4	5
4	Sporun fiziksel, fizyolojik ve psikolojik faydaları olduğuna inanırım.	1	2	3	4	5
5	Spor faaliyetlerine zorlama olmadan gönülden katılırım.	1	2	3	4	5
6	Okul/kurum takımlarında her zaman yer almak isterim.	1	2	3	4	5
7	Sportadaki başarımın en az okuldaki / işteki başarım kadar	1	2	3	4	5
8	Spor ağırlıklı yayın yapan televizyon kanallarını tercih ederim.	1	2	3	4	5
9	Sadece tek bir spor branşına değil birden çok branşa ilgi duyarım.	1	2	3	4	5
10	Haftada en az bir gün fiziksel aktivite (spor) yaparım.	1	2	3	4	5
11	Yaz aylarında günlerimi spor yaparak geçiririm.	1	2	3	4	5
12	Diğer arkadaşlarımı da spor yapmaya teşvik ederim.	1	2	3	4	5
13	Sportif başarımın getirdiği sosyal statü beni gururlandırır.	1	2	3	4	5
14	Büyük spor organizasyonlarını (olimpiyat, vb.) keyifle takip ederim.	1	2	3	4	5
15	Spor yapmak için ille de yanımda birinin olması gerekmez.	1	2	3	4	5
16	Yaptığım sporu elit (milli) sporcu olarak yapmayı hep hayal etmişimdir.	1	2	3	4	5
17	Spor faaliyetlerine, uzman kişiler yönetmese de katılımcı olurum.	1	2	3	4	5
18	Sporu hayattan zevk alma amacı olarak görürüm.	1	2	3	4	5
19	Sporun zararlı alışkanlıklardan uzak durmamda etkisi vardır.	1	2	3	4	5
20	Branşımın en iyi sporcularını kendime rol model alırım	1	2	3	4	5
21	Evden dışarı çıkamadığım zamanlarda ev şartlarında aktivite yaparım.	1	2	3	4	5
22	Boş zamanlarımı spor ile değerlendiririm	1	2	3	4	5
23	Katılımcı ol(a)madığım spor dallarını da izlemekten keyif alırım.	1	2	3	4	5
24	Spor ortamında kişiliğimin daha da güçlendiğini hissedirim.	1	2	3	4	5



25	En sağlam dostlukların spor ortamında doğduğuna inanırım.	1	2	3	4	5
----	---	---	---	---	---	---

## B. AKADEMİK MOTİVASYON ÖLÇEĞİ

	Aşağıdaki dereceleri kullanarak, okula neden gittiğinizi, ifadeleri uygun şekilde işaretleyerek cevaplandırınız. Lütfen boş bırakmayınız! Hiç uyuşmuyor (1) Biraz uyuşuyor (2) Orta derecede uyuşuyor (3) Oldukça uyuşuyor (4) Tam olarak uyuşuyor (5) NEDEN OKULA GİDİYORSUNUZ? Çünkü ....							
	<b>AKADEMİK MOTİVASYON ÖLÇEĞİ</b>							
1	Sadece lise diploması ile ileride iyi bir iş bulamayabilirim	1	2	3	4	5	6	7
2	Yeni bir şeyler öğrenirken zevk alıyorum ve tatmin oluyorum	1	2	3	4	5	6	7
3	Üniversite eğitiminin, seçtiğim alana daha iyi hazırlanmamda yardımcı olacağını düşünüyorum	1	2	3	4	5	6	7
4	Bana ait düşünceleri başkalarıyla paylaşırken çok yoğun duygular yaşıyorum	1	2	3	4	5	6	7
5	Dürüst olmak gerekirse, bilmiyorum, aslında okulda boşa zaman harcıyormuşum gibi geliyor	1	2	3	4	5	6	7
6	Derslerimde kendimi aşarken zevk aldığım için	1	2	3	4	5	6	7
7	Üniversiteyi bitirebileceğimi kendi kendime kanıtlamak için	1	2	3	4	5	6	7
8	İleride daha itibarlı bir iş sahibi olabilmek için	1	2	3	4	5	6	7
9	Daha önce hiç görmediğim şeyleri keşfederken zevk aldığım için	1	2	3	4	5	6	7
10	Aslında, istediğim iyi bir iş alanına girebilmemi sağlayacak	1	2	3	4	5	6	7
11	İlginç yazılar okumaktan zevk aldığım için	1	2	3	4	5	6	7
12	Önceden okula gitmek için iyi nedenlerim vardı ama, şimdi devam edip etmeme konusunda kararsızım	1	2	3	4	5	6	7

13	Kişisel hedeflerimden birine ulaşmak için kendimi aşarken yaşadığım mutluluktan dolayı	1	2	3	4	5	6	7
14	Şu da bir gerçek ki, okulda başarılı olduğum zaman kendimi önemli hissediyorum	1	2	3	4	5	6	7
15	İleride “iyi bir hayat” yaşamak istiyorum	1	2	3	4	5	6	7
16	İlgimi çeken konular hakkında bilgilerimi artırırken duyduğum mutluluktan dolayı	1	2	3	4	5	6	7
17	Meslek edinme açısından daha iyi seçim yapmamı sağlayacak	1	2	3	4	5	6	7
18	Önemli yazarların yazdıklarına tamamen kendimi kaptırduğimde hissettiğim mutluluktan dolayı	1	2	3	4	5	6	7
19	Neden okula gittiğimi bilemiyorum, açıkçası pek de umurumda değil	1	2	3	4	5	6	7
20	Zor olan akademik çalışmalarda zorlandığımı hissetmekten zevk aldığım için	1	2	3	4	5	6	7
21	Kendi kendime zeki olduğumu göstermek için	1	2	3	4	5	6	7
22	İleride daha iyi ücret alabilmek için	1	2	3	4	5	6	7
23	İlgimi çeken birçok konu hakkında daha fazla şey öğrenmeye devam etmemi sağlıyor	1	2	3	4	5	6	7
24	İnanıyorum ki, birkaç yıl daha aldığım bu eğitim çalışma hayatı için gereken yeteneklerimi geliştirecek	1	2	3	4	5	6	7
25	Birbirinden farklı ve ilginç konuları okurken hissettiğim büyük hazdan dolayı	1	2	3	4	5	6	7
26	Bilmiyorum, zaten okulda ne yaptığımı bir türlü anlayamadım	1	2	3	4	5	6	7
27	Üniversitedeki çalışmalarımda mükemmel olmaya çalışmak, bireysel tatmin yaşamamı sağlıyor	1	2	3	4	5	6	7
28	Kendi kendime, derslerde başarılı olabileceğimi göstermek istiyorum	1	2	3	4	5	6	7

### C. YAŞAM KALİTESİ ÖLÇEĞİ

<p style="text-align: center;"><b>YAŞAM KALİTESİ ÖLÇEĞİ</b></p> <p style="text-align: center;">Bu anket yaşamınızın kalitesi, sağlığınız ve yaşamınızın öteki yönleri hakkında neler düşündüğünüzü sorgulamaktadır. Yaşamınızın son 2 haftanızı dikkate almanızı istiyoruz. Lütfen bütün soruları cevaplayınız.</p>		Çok Kötü	Biraz Kötü	Ne iyi, Ne Kötü	Oldukça İyi	Çok İyi
1	Yaşam kalitenizi nasıl buluyorsunuz?	1	2	3	4	5
		Hiç hoşnut	Çok az hoşnut	Ne hoşnut, ne hoşnut değil	Epeyce hoşnut	Çok hoşnut
2	Sağlığınızdan ne kadar hoşnutsunuz?	1	2	3	4	5
	Aşağıdaki sorular son 2 hafta içinde kimi şeyleri “ne kadar” yaşadığınızı soruşturmaktadır.	Hiç	Çok az	Orta derecede	Çokça	Aşırı derecede
3	Ağrılarınızın yapmanız gerekenleri ne derece engellediğini düşünüyorsunuz?	1	2	3	4	5
4	Günlük uğraşlarınızı yürütebilmek için herhangi bir tıbbi tedaviye ne kadar ihtiyaç duyuyorsunuz?	1	2	3	4	5
5	Yaşamaktan ne kadar keyif alırsınız?	1	2	3	4	5
6	Yaşamınızı ne ölçüde anlamlı buluyorsunuz?	1	2	3	4	5
7	Dikkatinizi toplamada ne kadar başarılısınız?	1	2	3	4	5
8	Günlük yaşamınızda kendinizi ne kadar güvende hissediyorsunuz?	1	2	3	4	5
9	Fiziksel çevreniz ne ölçüde sağlıklıdır?	1	2	3	4	5
	Aşağıdaki sorular son 2 haftada kimi şeyleri ne ölçüde “tam olarak” yaşadığınızı ya da yapabildiğinizi soruşturmaktadır.	Hiç	Çok az	Orta derecede	Çokça	Aşırı derecede
10	Günlük yaşamı sürdürmek için yeterli gücünüz kuvvetiniz var mı?	1	2	3	4	5

11	Bedensel görünüşünüzü kabullenir misiniz?	1	2	3	4	5
12	Gereksinimlerinizi karşılamak için yeterli paranız var mı?	1	2	3	4	5
13	Günlük yaşantınızda gerekli bilgilere ne ölçüde ulaşabilir durumdasınız?	1	2	3	4	5
14	Boş zamanları değerlendirme uğraşları için ne ölçüde fırsatınız olur?	1	2	3	4	5
Aşağıdaki sorularda, son 2 hafta boyunca yaşamınızın çeşitli yönlerini ne ölçüde “iyi ya da doyurucu” bulduğunuzu belirtmeniz istenmektedir.		<b>Hiç hoşnut değil</b>	<b>Çok az hoşnut</b>	<b>Ne hoşnut, ne hoşnut değil</b>	<b>Epeyce hoşnut</b>	<b>Çok hoşnut</b>
15	Hareketlilik (etrafta dolaşabilme, bir yerlere gidebilme) beceriniz nasıldır?	1	2	3	4	5
16	Uygunuzdan ne kadar hoşnutsunuz?	1	2	3	4	5
17	Günlük uğraşlarınızı yürütebilme becerinizden ne kadar hoşnutsunuz?	1	2	3	4	5
18	İş görme kapasitenizden ne kadar hoşnutsunuz?	1	2	3	4	5
19	Kendinizden ne kadar hoşnutsunuz?	1	2	3	4	5
20	Diğer kişilerle ilişkinizden ne kadar hoşnutsunuz?	1	2	3	4	5
21	Cinsel yaşamınızdan ne kadar hoşnutsunuz?	1	2	3	4	5
22	Arkadaşlarınızın desteğinden ne kadar hoşnutsunuz?	1	2	3	4	5
23	Yaşadığınız evin koşullarından ne kadar hoşnutsunuz?	1	2	3	4	5
24	Sağlık hizmetlerine ulaşma koşullarınızdan ne kadar hoşnutsunuz?	1	2	3	4	5
25	Ulaşım olanaklarınızdan ne kadar hoşnutsunuz?	1	2	3	4	5
Aşağıdaki soru son 2 hafta içinde bazı şeyleri “ne sıklıkta” hissettiğiniz ya da yaşadığınıza ilişkindir.		<b>Hiçbir Zaman</b>	<b>Nadiren</b>	<b>Ara Sıra</b>	<b>Çoğunlukla</b>	<b>Her Zaman</b>
26	Ne sıklıkta hüznün, ümitsizlik, bunaltı, çökkünlük gibi olumsuz duygulara kapılırsınız?	1	2	3	4	5

## Ek 2. Etik Kurul Raporu



**BİNGÖL ÜNİVERSİTESİ**  
**SAĞLIK BİLİMLERİ BİLİMSEL**  
**ARAŞTIRMA VE YAYIN ETİĞİ KURULU**  
**KARARLARI**

Toplantı Tarihi: 15/03/2022  
Toplantı Sayısı: 22/6

**Sağlık Bilimleri Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu** Prof.Dr. Enis KARABULUT başkanlığında 15.03.2022 tarihinde Salı günü saat 16.00'da aşağıda imzaları bulunan üyelerin katılımlarıyla toplanarak, gündemdeki konular görüşülmüş ve aşağıdaki kararlar alınmıştır.

**KARAR 05:** Spor Bilimleri Fakültesi'nde görevli Dr. Öğr. Üyesi Barış KARAOĞLU'nun "Üniversite Öğrencilerinin Spora Yönelik Tutumları İle Yaşam Kalitesi ve Akademik Başarı Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" konulu çalışmasının etik olarak uygun olduğuna oy birliği ile karar verildi.

BAŞKAN	Prof. Dr. Enis KARABULUT	İMZA
ÜYE	Prof. Dr. Bahri PATIR	İMZA
ÜYE	Prof. Dr. Aydın GİRGİN	İMZA
ÜYE	Prof. Dr. Abdurrahman GÜL	İMZA
ÜYE	Prof. Dr. Erdal KAYGUSUZUĞLU	İMZA
ÜYE	Prof. Dr. Hayati YÜKSEL	İMZA
ÜYE	Prof. Dr. Mehmet Nuri AÇIK	İMZA

**T.C**  
**BİNGÖL ÜNİVERSİTESİ**  
**Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü**  
**Enstitü Yönetim Kurulu**

Oturum Tarihi: 05/10/2023

Oturum Sayısı: 2023/23

**23-02. Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalının 04.10.2023 tarih ve 2023/33 sayılı Anabilim Dalı Kurulu Kararı Görüşüldü.**

Görüşme sonucunda; Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Tezli Yüksek Lisans Programı öğrencilerinden 2024031003 numaralı Eslem AYDIN'ın danışmanlığını Doç. Dr. Barış KARAOĞLU'nun yürüttüğü tezinin konu başlığının değişikliği ile ilgili talebinin 04.10.2023 tarih ve 2023/33 sayılı Anabilim Dalı Kurulu kararı ile geldiği şekliyle kabulüne,

Öğrenci No	Adı	Soyadı	Eski Tez Başlığı	Önerilen Tez Başlığı
2024031003	Eslem	AYDIN	Üniversite Öğrencilerinin Spora Yönelik Tutumları ile Yaşam Kalitesi ve Akademik Başarı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	Üniversite Öğrencilerinin Spora Yönelik Tutumları ile Yaşam Kalitesi ve Akademik Motivasyon Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi