



VAN YÜZÜNCÜ YIL ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı
Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dalı

SPORTİF FAALİYETLERE KATILMANIN ORTAÖĞRETİM
ÖĞRENCİLERİNİN İLETİŞİM BECERİLERİ VE AKADEMİK
BAŞARILARI ÜZERİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ

İdris TEMÜR

Yüksek Lisans Tezi

Van, 2021

SPORTİF FAALİYETLERE KATILMANIN ORTAÖĞRETİM ÖĞRENCİLERİNİN İLETİŞİM
BECERİLERİ VE AKADEMİK BAŞARILARI ÜZERİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ

İdris Temür

2021



VAN YÜZÜNCÜ YIL ÜNİVERSİTESİ

EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı
Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dalı

SPORTİF FAALİYETLERE KATILMANIN ORTAÖĞRETİM ÖĞRENCİLERİNİN
İLETİŞİM BECERİLERİ VE AKADEMİK BAŞARILARI ÜZERİNE ETKİSİNİN
İNCELENMESİ

THE EFFECT OF PARTICIPATION IN SPORTS ACTIVITIES ON
COMMUNICATION SKILLS AND ACADEMIC ACHIEVEMENT OF
SECONDARY SCHOOL STUDENTS

İdris TEMÜR

Doç. Dr. H. Bayram TEMÜR

Yüksek Lisans Tezi

Van, 2021

ONAY SAYFASI

İdris TEMÜR tarafından, Doç. Dr. Hacı Bayram TEMÜR danışmanlığında hazırlanan “Sportif Faaliyetlere Katılmanın Ortaöğretim Öğrencilerinin İletişim Becerileri ve Akademik Başarıları Üzerine Etkisinin İncelenmesi” başlıklı bu çalışma,18/06/2021 tarihinde Eğitim Bilimleri Enstitüsü Yönetim Kurulunun 09/06/2021 tarihli ve 2021/ 21-2 sayılı kararı ile Doç. Dr. Hacı Bayram TEMÜR Başkanlığında, Dr. Öğr. Üyesi Ramazan CEYLAN ve Dr. Öğr. Üyesi Zekiye ÖZKAN Jüri Üyeliğinde oluşturulan Tez Savunma Jürisi huzurunda savunularak Jüri tarafından Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Lisansüstü Eğitim ve Öğretim Yönetmeliğinin ilgili hükümleri kapsamında **Yüksek Lisans** tezi olarak kabul edilmiştir.

Prof. Dr. Fuat TANHAN
Enstitü Müdürü

Öz

Bu çalışmadaki amaç, ortaöğretim öğrencilerinin iletişim becerileri ve akademik başarılarının, sportif faaliyetlere katılma düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Araştırmanın örneklemini, 2018–2019 öğretim yılında İstanbul ilinin Maltepe ilçesinde Fatih Sultan Mehmet Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi, Handan Hayrettin Yelkinkanat Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi, Küçükyalı Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi, ECA Elginkan Anadolu Lisesi, Orhangazi Anadolu Lisesi, Mehmet Salih Bal Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesinde öğrenim gören 10. ve 11.sınıflar olmak üzere toplam 450 gönüllü öğrenci oluşturdu. Katılımcılara araştırmacı tarafından geliştirilmiş 9 soruluk kişisel bilgi formu ve sportif faaliyetlere katılım düzeyini belirlemeye yönelik araştırmacılar tarafından geliştirilen 7 soruluk ölçek formu uygulandı. Bununla birlikte katılımcıların iletişim düzeylerini belirleyebilmek için Ersanlı ve Balcı (1996) tarafından geliştirilen 5'li likert ölçeğine göre hazırlanmış 45 sorudan oluşan “İletişim Becerileri Envanter” ölçeği kullanıldı. Çalışmanın yapılabilmesi amacıyla Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'ndan 06/08/2019 tarih ve 14554959 sayılı resmi yazısı ile İstanbul İl Milli Eğitim Müdürlüğü'nden izin alındı. Öğrencilerin Akademik Başarılarının değerlendirebilmek amacıyla izin için gerekli yazışmalar yapıldıktan sonra okul idareleri ile iletişime geçildi. E-Okul sistemi üzerinden öğrencilerin sınıf seviyelerine kadar olan yılsonu notlarının aritmetik ortalamaları alındı. Okul yöneticileri ve Beden Eğitimi öğretmenleri ile görüşülerek envanterin ne zaman ve hangi sınıflarda uygulanacağı belirlendi. Bu envanter uygulamasında, öğrencilerin okuduğunu anlama seviyesi dikkate alınarak, envanterde bulunan yargı içeren sorular, araştırmacı ve Beden Eğitimi öğretmenlerince açıklaması yapılarak, öğrencilerin cevaplandırması sağlandı. Veri toplama araçları, öğrencilere ders dışı saatleri içerisinde ve tek oturumda uygulandı. Elde edilen veriler bilgisayar ortamına aktarıldı. Bu verilerin analizinde SPSS 22 paket programında t-test ve anavo testleri kullanıldı. Sonuçta, katılımcıların not ortalamalarının cinsiyete göre $p < 0,05$ düzeyinde kadınlar lehinde anlamlı fark olduğu saptandı. Katılımcıların akademik not ortalamaları okul türü bağlamında incelendiğinde ise $p < 0,05$ düzeyinde farklılık gösterdiği belirlendi. Aynı şekilde katılımcıların baba eğitimi

durumu değişkeni ile İletişim beceri düzeyi puanlarının arasında istatistiksel olarak anlamlı ($p < 0,05$) farklılık gösterdiği tespit edildi. Okul dışı zamanlarda spor yapma düzeyleri, okul bünyesindeki müsabakalara katılma düzeyleri ve grup müsabakalarında okul takımlarında görev alma düzeyleri ile İletişim beceri düzeyi puanlarının arasında istatistiksel olarak anlamlı ($p < 0,05$) farklılık gösterdiği tespit edildi.

Anahtar Sözcükler: Spor, iletişim becerileri, akademik başarı, cinsiyet



Abstract

The aim of this study is to examine the relationship between the communication skills and academic achievements of secondary school students and the level of their participation in sports activities. The sample of the research consisted of Fatih Sultan Mehmet Vocational and Technical Anatolian High School, Handan Hayrettin Yelkinkanat Vocational and Technical Anatolian High School, Küçükalyı Vocational and Technical Anatolian High School, ECA Elginkan Anatolian High School, Orhangazi Anatolian High School, Mehmet Salih Bal Vocational High School in Maltepe district of Istanbul in the 2018-2019 academic year, and total of the 450 volunteer students were both 10th and 11th grades studying at Technical Anatolian High School. In order to determine the level of participation in sports activities the 9-question personal information form and a 7-question scale ,which were developed by the researcher , applied to the participants. In addition, the "Communication Skills Inventory" consisting of 45 questions prepared according to the 5-point Likert scale, which was developed by Eranlı and Balcı (1996) , was used to determine the communication levels of the participants. In order to carry out the study, 06/08/2019 from Van Yüzüncü Yıl University, School of Physical Education and Sports. Permission was obtained from the Istanbul Provincial Directorate of National Education with the official letter dated and numbered 14554959 In order to evaluate the Academic Success of the students, the school administrations were contacted after the necessary correspondence was made for permission. The arithmetic averages of the students' end-of-year grades up to their grade levels were obtained via the e-School system. It was determined when and in which classes the inventory would be applied by interviewing school administrators and Physical Education teachers. In this inventory application, taking into account the reading comprehension level of the students, the questions containing the judgment in the inventory were explained by the researcher and the Physical Education teachers, and the students were provided to answer them. Data collection tools were applied to students during extracurricular hours and in a single session. The obtained data were transferred to the computer environment. In the analysis of these data, t-test and anavo tests were used in the SPSS 22 package program. As a result, it was determined that there was a significant difference in favor of women at the level of $p < 0.05$ in the grade point averages of the participants according to gender. When the academic grade averages of the participants were analyzed in the context of school type, it was determined that they differed at the level of $p < 0.05$. Likewise, it was determined that there was a statistically significant ($p < 0.05$) difference between the father education status variable and the communication skill level scores of the participants. It was determined that there was a statistically significant ($p < 0.05$) difference between the levels of doing sports outside of school, the level of participation in the competitions within the school, the level of

taking part in the school teams in the group competitions, and the communication skill level scores.

Key words: Sports, communication skills, academic achievement, gender



Teşekkür

Bu çalışmanın gerçekleşmesinde araştırmaya katılan öğrencilere ve anketi uygulamada yardımlarını esirgemeyen okul müdürlerime ve meslektaşlarım beden eğitimi öğretmenlerine teşekkür ederim. Bu araştırmanın planlanmasından, yazımına kadar her aşamasında bana yardımcı olan, yönlendiren ve sonsuz desteğini esirgemeyen değerli hocam ve tez danışmanım Doç. Dr. H. Bayram TEMÜR' e teşekkürlerimi sunarım.



İçindekiler

Öz.....	i
Abstract.....	iii
Teşekkür.....	v
Tablolar Dizini.....	viii
Bölüm 1 Giriş.....	vii
Problem Durumu.....	1
Araştırmanın Amacı ve Önemi.....	1
Araştırma Problemi.....	2
Bölüm 2 Araştırmanın Kuramsal Temeli ve İlgili Araştırmalar.....	4
Sportif Faaliyet.....	12
Akademik Başarı.....	18
İletişim Becerileri.....	22
Bölüm 3 Yöntem.....	29
Araştırmanın Evreni ve Örneklemi.....	29
Veri Toplama Teknikleri.....	29
Verilerin Analizi.....	30
Bölüm 4 Bulgular ve Yorum.....	31
Bölüm 5 Tartışma.....	43
Bölüm 6 Sonuç ve Öneriler.....	50
Kaynaklar.....	53

Tablolar Dizini

Tablo 1 Katılımcılara ait tanımlayıcı istatistikler.....	30
Tablo 2 Katılımcıların cinsiyet değişkeni ile akademik not ortalamaları arasındaki ilişki.....	31
Tablo 3 Katılımcıların anne eğitim düzeyi değişkeni ile akademik not ortalamaları arasındaki ilişki.....	31
Tablo 4 Katılımcıların baba eğitim düzeyi değişkeni ile akademik not ortalamaları arasındaki ilişki.....	32
Tablo 5 Katılımcılara ait akademik not ortalamaları ile okul türü arasındaki ilişki.....	32
Tablo 6 Katılımcılara ait akademik not ortalamaları ile aile gelir düzeyi arasındaki ilişki.....	33
Tablo 7 Katılımcılara ait akademik not ortalamaları ile okul dışı zamanlarda spor yapma düzeyi arasındaki ilişki.....	33
Tablo 8 Katılımcılara ait akademik not ortalamaları ile okul bünyesindeki müsabakalara katılma düzeyi arasındaki ilişki.....	34
Tablo 9 Katılımcılara ait akademik not ortalamaları ile İlçede düzenlenen müsabakalarda okul takımlarında görev alma düzeyi arasındaki ilişki.....	34
Tablo 10 Katılımcılara ait akademik not ortalamaları ile il genelinde düzenlenen müsabakalarda okul takımlarında görev alma düzeyi arasındaki ilişki.....	35
Tablo 11 Katılımcılara ait akademik not ortalamaları ile grup müsabakalarında okul takımlarında görev alma düzeyi arasındaki ilişki.....	35
Tablo 12 Katılımcılara ait akademik not ortalamaları ile Türkiye şampiyonasında okul takımlarında görev alma düzeyi arasındaki ilişki.....	36
Tablo 13 Katılımcılara ait akademik not ortalamaları ile okul takımları dışında herhangi bir spor kulübünde görev alma düzeyi arasındaki ilişki.....	36

Tablo 14 Katılımcıların akademik not ortalamaları ile iletişim puanları arasındaki ilişki.....	37
Tablo 15 Katılımcıların anne eğitim durumu ile İletişim Beceri Düzeyi puanları arasındaki ilişki.....	37
Tablo 16 Katılımcıların baba eğitim durumu ile İletişim Beceri Düzeyi puanları arasındaki ilişki.....	38
Tablo 17 Katılımcıların gelir durumu ile İletişim Beceri Düzeyi puanları arasındaki ilişki.....	38
Tablo 18 Katılımcıların okul dışı zamanlarda spor yapma düzeyleri ile İletişim Beceri Düzeyi puanları arasındaki ilişki.....	39
Tablo 19 Katılımcıların okul bünyesindeki müsabakalara katılma düzeylerine ile İletişim Beceri Düzeyi puanları arasındaki ilişki.....	39
Tablo 20 Katılımcıların ilçede düzenlenen müsabakalarda okul takımlarında görev alma düzeylerine ile İletişim Beceri Düzeyi puanları arasındaki ilişki.....	40
Tablo 21 Katılımcıların İl genelinde düzenlenen müsabakalarda okul takımlarında görev alma düzeyleri ile İletişim Beceri Düzeyi puanları arasındaki ilişki.....	41
Tablo 22 Katılımcıların grup müsabakalarında okul takımlarında görev alma düzeyleri ile İletişim Beceri Düzeyi puanları arasındaki ilişki.....	41
Tablo 23 Katılımcıların Türkiye şampiyonasında okul takımlarında görev alma düzeyleri ile İletişim Beceri Düzeyi puanları arasındaki ilişki.....	42
Tablo 24 Katılımcıların okul takımları dışında herhangi bir spor kulübünde görev alma düzeyleri ile İletişim Beceri Düzeyi puanları arasındaki ilişki.....	43

Bölüm 1

Giriş

Problem Durumu

Hareketsiz yaşam tarzının, teknolojik aletlerle fazla zaman geçirmenin çocuklar, ergenler ve yetişkinlerle yapılan çalışmalarda obezite ile yakın ilişkili olduğu bulunmuştur. Fiziksel aktivite alışkanlığı ve özellikle pasif yaşam ergenlikten yetişkinliğe bir yol izlemektedir (Larsen ve ark., 2000). Yapılan diğer çalışmaların sonuçları elektronik ve otomobil çağının çocukların egzersiz alışkanlığında gözle görülür bir düşüşe neden olduğunu gösterilmektedir (Gür, 2000). Fiziksel aktivite kronik hastalıkların önlenmesi ve rehabilitasyonunda önemlidir. Düzenli olarak yapılan fiziksel aktivite kan basıncını düşürüp, obeziteyi önleyerek bazı sağlık problemlerinin oluşma riskini azaltmaktadır.

Bugün teknolojik gelişmelere paralel olarak şehirleşme ve sanayileşme oranındaki hızlı artışla birlikte, insanların ve ulusların yaşam tarzlarında son derece radikal değişiklikler meydana gelmiştir. İnsanlar her geçen gün daha az hareket eder duruma gelmişler ve bedensel faaliyetler gittikçe azalarak yerini zihinsel çalışmalara bırakmıştır (Zorba, 2006).

Araştırmanın Amacı ve Önemi

Araştırma, ortaöğretim öğrencilerinin sportif faaliyetlere katılım düzeyleri ile iletişim becerileri ve akademik başarı düzeyleri arasında nasıl bir ilişkinin olduğunun saptanabilmesi açısından önem arz etmektedir. Bununla birlikte iletişim becerileri ve akademik başarı düzeylerinin diğer bazı değişkenler açısından ele alınması öğrencilerin akademik başarılarını artırmaya yönelik yapılacak olan uygulamalar açısından da önem arz edebileceği düşünülmektedir.

Araştırmanın temel amacı, özelde ortaöğretim seviyesindeki öğrencilerin sportif faaliyetlere katılımları ile iletişim becerileri ve akademik başarıları arasında bir ilişkinin olup olmadığının ortaya konulabilmesidir. Genelde ise iletişim beceri düzeyi ve akademik başarı üzerine hangi demografik özelliklerin etkili olup olmadığının belirlenebilmesidir.

Toplumda var olan sportif faaliyetlere katılma, akademik başarı düzeyi ve iletişim becerisini olumsuz etkilemektedir şeklindeki yanlış kanı velilerin çocuklarını bu tür faaliyetlerden men etmesine neden olabilmektedir. Bu durum sağlıklı insan ve sağlıklı toplumun oluşmasında bir engel olabileceği düşünülmektedir. Bununla birlikte sportif anlamda birçok yetenekli çocuğun yeteneklerini sergilemesinde engel teşkil edebilmektedir. Bu araştırma var olan bu yargının doğru olup olmadığını sayısal verilerle ortaya koyarak bu anlayışın kabul görmesi ya da reddedilmesi noktasında bir basamak oluşturacağı düşünülmektedir. Böylece çocuk ve gençleri spora yönlendiren hatta teşvik eden ebeveynlerden oluşan bir toplumun oluşturulması açısından da önem arz etmektedir.

Ayrıca araştırma sonuçlarının ortaöğretimde okuyan öğrencilerin sportif faaliyetlere katılım düzeylerinin akademik başarı ve iletişim becerileri üzerindeki etkisinin bilimsel bir bilgi içeriği ve kanıt oluşturması açısından literatüre yardımcı olabileceğine inanılmaktadır. Bu açıdan ortaya koyulan çalışma verilerinin önemli olduğu düşünülmektedir.

Araştırma Problemi

Günümüz genç kuşağı hem iletişim hem de akademik başarı olarak istenilen düzeyde değildir. Bu durum insanla birlikte toplumsal yaşamı olumsuz etkileyebilmektedir. Buna karşın toplumumuzda sportif faaliyetlere katılımın akademik başarıyı olumsuz etkilediği yönünde genel bir kanı bulunmaktadır. Var olan bu anlayış araştırmanın problem cümlesini oluşturmaktadır.

Sportif etkinliklere katılan bir öğrenci hem okul hem de okul dışındaki zamanlarda daha planlı ve disiplinlidir. Bundan dolayı bu süreci daha verimli bir şekilde yönetebilir. Ayrıca fiziksel aktivite içerisinde değişik uyarıcılardan etkilenen ve kimi zaman akranları tarafından kabul görmeme ve reddedilme gibi davranışlara maruz kalan çocuk; bu olumsuzluklarla mücadele edebilmeyi, akranları içinde fikirlerini çekinmeden söyleyebilmeyi, kendini koruyabilmeyi de öğrenmektedir. Bu durum bireyin iletişim becerilerini geliştirir. Çünkü fiziksel aktivite, bireylerin kendilerini ifade edebilecekleri, streslerini ve derslerin yükünü azaltabilecekleri ve duygusal durumlarının karmaşıklığını çözebilecekleri bir beceri geliştirme ortamıdır.

Akademik başarının sağlanabilmesi için disiplinli çalışma temposu ile birlikte motivasyon çok önemlidir. Öğrenciler bu tempo ve motivasyonu sürdürebilmeleri için çeşitli sportif ve kültürel aktivitelere ihtiyaç duyarlar. Fiziksel aktivite içerisinde birçok becerinin öğrenilmesi ve bunların başarılı bir şekilde uygulanabilmesi kişinin güdülenme düzeyini arttırır. Bunun kazandırmış olduğu başarabilme duygusu bireyin yaşamın diğer alanlarına yansır.



Bölüm 2

Araştırmanın Kuramsal Temeli ve İlgili Araştırmalar

Fiziksel Aktivite

Fiziksel aktivitenin tanımı. Fiziksel aktivite, gıdalardan temin edilen enerjinin iskelet kaslarınca enerjiye dönüştürülerek fiziksel hareketlerin yapılması olarak tanımlanabilir (Özer, 2006).

Caspersen ve arkadaşları (1985), fiziksel aktiviteyi “Bir enerjinin kas ve iskelet sistemi yardımıyla ortaya çıkan bedensel hareketler şeklinde tanımlarken, Bayrakçı (2012), Fiziksel aktiviteyi çok basit bir şekilde enerjiyi harcayabilmek için beden hareket etmesi şeklinde tanımlamıştır. Farklı şekliyle de vücuttaki enerjiyi tüketen bütün hareketleri fiziksel aktivite olarak kabul edebileceğini vurgulamıştır.

Diğer taraftan Gür (1992) ise, fiziksel aktiviteyi, günlük hayatımızda, eklem ve kasların kullanılarak enerji tüketimiyle sonuçlanan, solunum sistemi ve kalp sisteminin hızını artıran ve şiddeti farklı yorgunluklarla son bulan hareketler olarak tanımlamıştır.

Fiziksel aktivitenin amacı. Hareketsiz yaşantının tüm dünyada giderek artışının sebep olduğu fiziksel ve duygusal problemlerin endişelendirici seviyelere ulaştığı görülmektedir. Yetersiz aktivite sağlık açısından bireysel ve toplumsal giderleri sürekli artırmaktadır. Bu bağlamda fiziksel aktivitenin önemli ölçüde sağlık problemlerini hem önleyici hem de tedavi edici özelliği de oldukça önemlidir (Hendelman, 2000).

Fiziksel aktivitenin amacı;

- Sıhhatli olma ve kendini iyi hissetme,
- Büyüme ve gelişmeyi sağlamak,
- Erişkinlerde aktif yaşam tarzını desteklemek,
- Kemik mineral yoğunluğunu arttırmak ve gelecekte oluşabilecek osteoporozu engellemek,

- Fazla kilo veya obezite insidansını azaltmak, ileriki yaşlarda kronik rahatsızlıkların ortaya çıkma sıklığını azaltmak (Baltacı ve Düzgün 2008).

Fiziksel aktivitenin önemi ve faydaları. Sürekli hareket gereksinimi olan insanın, teknolojinin gelişmesi ile birlikte hareketsiz yaşama sürüklendiği ve kolayla yönelerek daha az hareket ettiği aşikârdır. Bu hareketsizlik nedeniyle bireyler, sağlık problemleri ile sıkça karşılaşmaktadırlar. Ancak sağlıklı olabilme arzusu, insanlığın temel amaçlarından biridir (Zorba, 2006).

Fiziksel aktivitenin faydaları dikkate alınarak, bireyler daha sağlıklı bir ortamda en uygun düzeyde egzersiz yapmaya teşvik edilmelidir. Açıkçası, bu yaşam süresini uzatmak ve yaşam kalitesini artırmak için gereklidir. Yalnızca çocuk ve gençler için değil aynı zamanda yetişkinler içinde fiziksel aktiviteler artırılmalıdır (Yüksel, 2001).

Düzenli fiziksel aktivitelere katılım, bireyleri birçok hastalıktan korumanın yanı sıra yeteneklerinin de gelişmesine katkı sağlayacaktır. Ayrıca fiziksel aktivite, iş hayatındaki performansı artırmak ile birlikte, serbest zamanı daha verimli kullanabilme becerisini de artırır. Düzenli olarak fiziksel aktivite yapan kişilerin aynı yaştaki sedanter kişilere göre daha yüksek fiziksel kapasiteye ve daha hızlı nöromüsküler sistem tepkilerine sahip olduğu görülmüştür (Alpkaya ve ark., 2004).

Düzenli olarak yapılan fiziksel aktiviteler, özellikle büyüme ve gelişme çağındaki bireylerin bedensel ve zihinsel gelişiminde rol oynar. Ayrıca düzenli olarak yapılan fiziksel aktivite çocuk ve gençlerin sosyalleşmesinde de önemli bir etkindir. Bütün bunların yanı sıra kötü alışkanlıklardan kurtulmalarına yardımcı olur, yetişkinleri kronik hastalıklardan korur ve tedavi eder. Yaşlılıkta daha aktif bir yaşam sürdürmesine yardımcı olur (Baltacı, 2008).

Sağlıklı bir yaşam için fiziksel aktivite, bireylerin günlük hayatının bir parçası olmalıdır. Fiziksel aktivite hem bedensel hem de ruhsal sağlığı korumanın yanında bireylerin sağlıklı hayat sürmelerine yardımcı olur (Gür, 2000).

Bedensel gelişime faydaları. Düzenli aktivite, kişilerin kas gücünü, esnekliğini ve çevikliğini geliştirdiğini, kardiyovasküler yapıyı güçlendirerek

dayanıklılığını arttırdığı, koordinasyonunu geliştirdiği, yağ dokusunu azaltarak ideal kiloya ulaşmasına yardımcı olduğu bilinmektedir (Tunay, 2008).

Fiziksel aktivite eksikliği, obezite ve kronik rahatsızlıkların ortaya çıkmasında önemli bir etmendir. Sürekli yapılan fiziksel egzersiz, yağ dokusu miktarını azaltabilir. Böylece kardiyovasküler hastalık oluşumunu engelleyebilir. Yapılan çalışmalar fiziksel aktivite sayesinde yaşlanma ile birlikte ortaya çıkan vücut yağlanmasının azaltılabileceğini göstermiştir. Fiziksel aktivitenin fiziksel süresi ve yoğunluğu vücut yağ miktarını ve dağılımını etkileyecektir (Yabancı, 1999).

Spor faaliyetlerine erken yaşlarda başlayan ve düzenli olarak devam ettirenlerin, katılmayanlara göre ileriki yaşlarda spor faaliyetlerine yönelme olasılığının daha yüksek olduğu ispatlanmıştır (Telema, 1997).

Düzenli fiziksel egzersizin birçok kronik rahatsızlığın ortaya çıkmasını ve ilerleyişini önleyeceğine dair ikna edici kanıtlar bulunmaktadır. Bunlardan biri kronik kalp hastalığıdır ve her yıl diğer sağlık problemlerine nazaran daha fazla ölüme neden olduğu bilinmektedir (Koşar, 1997).

Fiziksel aktivitenin hareket sistemi üzerinde de önemli düzeyde etkileri mevcuttur. İskelet ve kas sağlığı ile ilgili dört öge söz konusudur. Bunlar kaslar (kütle, kuvvet ve dayanıklılık), kemikler (içeriği ve yoğunluğu), eklemler (esneklik ve hareket sayısı) ve motor becerilerdir (çeviklik, denge, sürat). Yaşla birlikte giderek kas ve iskelet sistemi bileşenleri yavaş yavaş azalacaktır. Bununla birlikte, kas kütlesi, gücü ve dayanıklılığındaki düşüş sadece yaşlanmadan kaynaklanmaz. Bunun nedeni fiziksel aktivite alışkanlıklarının azalmasıdır. Fiziksel aktivite, kas-iskelet sisteminin birçok yapısal bileşeni üzerinde pozitif bir yetkinliği vardır. Fiziksel aktivite; omuz ve boyun ağrısı, mekanik sırt ağrısı, osteoporoz ve bunun sebep olduğu kırıklar gibi kas-iskelet sistemi hastalıklarının geciktirilmesi ve önlenmesinde önemli rol oynar (Şahin, 2002).

Sosyal ve duygusal gelişime faydaları. Düzenli fiziksel egzersiz, kasların, kemiklerin ve eklemlerin yapısı üzerindeki olumlu etkisi nedeniyle vücudunu anlayan ve sınırlarını bilen, aynı zamanda kendilerini sağlıklı, mutlu ve zinde hisseden ve kilosunu normal seviyede tutan kendinden emin insanlar üretir. Ayrıca

düzenli fiziksel egzersiz, bireyler arasında iletişim becerilerinin gelişmesine ve bireyin zorluklara dayanma, stresle mücadele etme ve olumlu düşünme yeteneğini geliştirmeye yardımcı olur (Bek, 2008).

Fiziksel egzersiz sonucunda insanlar kendileri hakkında olumlu fikirler oluşturdıkları, kendileriyle barışık oldukları, mutlu hissettiklerini, bedenleri hakkında olumlu görüşler geliştirdiklerini ve kendilerine fiziksel olarak daha iyi hissettikleri görülmektedir (Akyol, 2012).

- Egzersiz zamanı, kişilerin kendilerine ayırdıkları ve hayata toleranslarını artırdıkları zamandır.

- Birey mutlu olur ve kendisiyle barışır.

- Fiziksel aktivite ile kilo korumasını sağlayarak bireylerin toplumdaki refahını olumlu etkiler.

- Sağlıklı kaslar, kemikler ve eklem yapısına olumlu etki yaparak, vücut bütünlüğünü ve farkındalığını geliştirerek, böylelikle vücudu ile uyumlu, kendine güvenen bir insan inşa eder,

- Bireyler arasındaki iletişim becerilerini geliştirir

- Pozitif düşünceler geliştiren ve stresle mücadele edebilme kabiliyeti geliştirir

- Depresyon ve kaygı durumunu azaltır.

- Kişilerin daha uzun yaşamasını ve daha yüksek bir yaşam kalitesine sahip olmasını sağlar

- Her yaştan insanın sosyal uyumu ve kabulünü geliştirmesini sağlar (Hills ve ark 2007).

Fiziksel aktiviteyi etkileyen faktörler. Fizyolojik, psikolojik ve davranışsal etmenler dahil olmak üzere farklı etmenler fiziksel aktiviteyi etkilediği belirlenmiştir. Fiziksel egzersize katılmanın önündeki engellerden biri; zamanın verimli kullanılamamasıdır. Araştırmalar, sigara kullananlar ile sigara kullanmayanlara nispeten spor programlarını kesintiye uğratma olasılığının daha yüksek olduğunu

bulmuştur. Fiziksel bütünlük, fiziksel egzersiz alışkanlıklarının güçlü bir belirleyicisi olmasa da, obez bireyler genellikle hareketsizdir (Pate, 1995).

Çocukların ve ergenlerin fiziksel egzersizlerini etkileyen birçok faktör vardır. Yerleşim yeri, cinsiyet, yaş, sosyoekonomik durum, spor faaliyetlerindeki başarı ve beden eğitimi derslerinden yararlanma spor faaliyetlerine katılım düzeyini etkileyecektir. Fiziksel aktivite ile ilişkili faktörler:

- Kızlar erkeklerden daha az hareketlidirler.
- Daha büyük çocuklar, yaşça küçük çocuklara göre daha az aktiftir.
- Fiziksel yeteneklerine güvenen öğrenciler daha aktif olurlar.
- Fiziksel egzersizin olumlu yararlarının (eğlence, yeni beceriler öğrenme, sosyal etkileşim vb.) farkında olan öğrenciler daha aktiftir.
- Aktif velisi olan öğrenciler daha aktiftir.
- Fiziksel egzersiz alanlarına ulaşımı kolay olan öğrenciler daha aktiftir.

Bu etmenlerin fiziksel egzersizi arttırdığı, okul ve toplum programlarını iyileştirdiği ve fazla risk altındaki genç grupları belirli aktivitelere katılmaya yönlendirdiği düşünülebilir (Rink ve diğerleri, 2010).

Ergenlerde spor etkinliklerine katılma motivasyonunun, spor etkinliklerine yönelik eğlence ve eğlence algısından etkilendiği görülmüştür (Cairney, 2012).

Beden eğitimi. Beden eğitimi, planlı bir şekilde fiziksel aktivitenin gelişmesidir ve bir yaşam felsefesi haline gelmesi şeklinde tanımlanır. Bir başka ifadeye ise "kişisel özelliklere ve davranış kalıplarına göre kişisel olarak tercih edilen planlar ve prosedürler dahilinde gerçekleştirilen egzersiz eğitimi" olarak ifade edilmektedir (Tamer, 2000).

Beden eğitimi; insan bedeninin eklemlerinin ve kaslarının normal gelişimini gerçekleştiren, kişilerin boş zamanlarını tam anlamıyla kullanmalarını sağlayan, fiziksel performansın doğru ve dengeli kullanımını öğreten bir eğitim faaliyetidir. Beden eğitimi, kişinin bedeninin ve zihninin gelişmesine pozitif etki yaparken aynı anda bedenin bütünlüğünü de sağlar. Kişilerin, kendilerine ve topluma faydalı ahlaki değerlerle büyümelerine yardımcı olur (Açak ve ark., 1997).

Beden eğitimi; kişilerin fiziksel, zihinsel ve ruhsal özelliklerini içeren yaş ve genetik yapının etkinliğini sağlamak için yapılan tüm fiziksel aktiviteler ile oyun bulunduran aktiviteleri içeren yapılar olarak tanımlanmaktadır (Şahin, 2004). Beden eğitimi, mevcut duruma göre değiştirilebilen esnek kurallarla yapılan oyunlar ve fiziksel egzersizler ile zihinsel ve bedensel bütünlüğün sağlanması ve iyileştirilmesi için kişilerin yaptığı çalışmalardır (Tools, 2001). Beden eğitiminin temel amacı, kişisel gelişim ve eğitimi fiziksel egzersizle tamamlamak, böylece spor ve performans yeteneğini en üst düzeye taşımaktır (Çöndü, 1999). Çocukların boş zaman aktivitelerini değerlendirmeleri ile oyun oynamaya ve eğlenmeye istekli olmalarını garantiler (Özmen, 1999).

Fiziksel eğitim, bireylerin ileri yaşlarda yapabileceği yürüme, yüzme, bisiklete binme ve koşu gibi etkinliklere önem vermelidir. Hastalık Kontrol ve Önleme Merkezleri (Centres for Disease Control and Prevention) hayatı boyunca fiziksel aktivitenin teşvik edilmesi için tavsiyelerde bulunmuştur. Bunlar, Okul İçin Kurallar ve Toplum Programları, Yaşam Boyunca Fiziksel Aktiviteyi Desteklemek.

- Hayat boyu fiziksel aktiviteyi teşvik eden eğlenceli politikalar oluşturmak,
- Fiziksel ve sosyal çevrenin sağlanmasını özendirmek, gençlerin güvenli ve eğlenceli spor yapmalarına imkân sağlamak,
- Sınıfta düzenli fiziksel egzersiz eğitimi uygulamak,
- Sağlık eğitimi kurslarını açmak,
- Öğrencilere sınıf dışında çeşitli fiziksel egzersiz programları sağlamak, rekabetçi ve rekabetçi olmayan, ileri ve uygun etkinlikler sağlamak,
- Çocukların sportif faaliyetlere katılımını artırmayı sağlamak için aileleri teşvik etmek ve aileleri spor faaliyetlerinde rol model yapmak,
- Öğretmenlere eğitim vermek, sağlık personeli, okul ve toplum çalışanları için ilgi çekici olduğunu göstermek ve gençlerin yaşamları boyunca fiziksel egzersizin sürekliliğini sağlamak

- Gençlerin fiziksel egzersiz türünü değerlendirin ve uygun bir fiziksel egzersiz programına katılmalarını sağlayın.
- Gençler için artan beden eğitimi ve spor programları için savunuculuk yapmak,
- Var olan topluluk sporlarının çeşitliliğini artırarak onları ilgi çekici, eğlenceli hale getirmek,
- Fiziksel aktivite eğitimini, planlarını ve fırsatlarını düzenli olarak değerlendirmek (Nies ve McEwen, 2011).

Fiziksel aktivite düzeyi. Fiziksel aktivite seviyesi nasıl ölçüldüğüne ve ne Őekil değerlendirme yapıldığına bağlıdır. Fiziksel aktivite seviyesini kategorileŐtirmek için en çok tercih edilen değişkenler frekans, yoğunluk ve zamandır. Ayrıca enerji tüketimi, bütün bu etmenlerin beraber tercih edildiği bir başka etmendir. Yapılan araştırmalarda, fiziksel egzersizin süresi, esas olarak, harcanan aktivite süresi veya dakikası olarak kaydedildi. Spor aktivitelerde bulunma durumu çoğunlukla gün periyotları ve hafta periyotları aktivitelere katılım sıklığı veya yüzdesi olarak kabul edilir. Yoğunluk genellikle fiziksel aktiviteyi hafif, orta ve yoğun egzersiz olarak sınıflandırmak için kullanılır (Welk ve diğerleri, 2000).

Günümüz dünyasında fiziksel egzersizin önemi giderek daha fazla önem kazanıyor. Son zamanlarda bu konuda yapılan araŐtırmaların yoğunluğu dikkat çekmektedir. Pek çok ülkede istikrarlı ve yeterli fiziksel egzersiz yapamama çok ciddi bir problemdir. Bu nedenle faal bir yaşam biçiminin teşvik edilmesi, ulusal ve uluslararası halk sağlığı önerilerinin önemli bir parçasını meydana getirmektedir (Savcı ve diğerleri, 2006).

MET (metabolik eŐdeęer) değerine göre fiziksel aktivite seviyesi hesaplanır. 1 MET, insan vücudu tarafından tüketilen kilogram baŐına tüketilen yaklaşık 3.5 ml oksijen miktarına eŐdeęerdir (Smith, J.D., 2004). MET, herhangi bir Őey okurken, telefonda konuŐurken veya otururken vücut tarafından tüketilen enerjidir. Egzersiz sırasında vücut ne kadar çok çalıŐırsa MET değeri o kadar yüksek olur. Fiziksel aktivite seviyesini hesaplarken, aktivitenin MET değerini süre ve kişinin kilosu (kg) ile çarpılır ve ardından sonucu kcal cinsinden bulunur. Örneğin, 60 kg ağırlığındaki

bir kişi 40 dakika normal seyirde bisiklete biniyor; $60 \text{ kg} \times 4 \text{ METs} \times (40 \text{ dakika} / 60 \text{ dakika}) = 160 \text{ kcal}$ (Ainsworth ve diğeri, 1993).

Fiziksel aktivite değeriendirme yöntemleri. Günlük enerji harcaması, fiziksel egzersizi değeriendirme indeksi olarak kullanılmalıdır. Bir kişinin fiziksel aktivitesini veya enerji harcamasını değeriendirmenin birçok yolu vardır. Bunlar çift etiketli su teknolojisi, pedometreler, ivmeölçerler, mekanik ve elektronik hareket sensörleri, kalp atış hızını kaydetmek için aletler, fiziksel aktivite fizyolojik sinyallerinin kullanımı, kinesiyoloji analizi, diyet değeriendirmesi, anketler, aktivite günlükleri ve doğrudan gözlem metotlarıdır (Montoye, 1996)

Dinlenme ve egzersiz sırasında vücut tarafından üretilen enerjiyi doğru bir şekilde belirlemek için çeşitli yöntemler kullanılabilir. Bu metotlar, dolaylı ve dolaysız kalori ölçme şeklinde gruplandırılmıştır (Tamer, 2000).

Doğrudan ve dolaylı ölçüm olarak, fiziksel egzersiz ve enerji tüketmesini ölçebilmek için 17 yöntem geliştirmiştir (Lamonte ve Ainsworth, 2001).

Dolaysız yöntem. Gözlem: Aktivite gözlem yöntemi, bütün bedensel hareketleri temsil eden objektif bir metottur. Bu yöntem kullanılarak fiziksel egzersizin sıklığı, yoğunluğu, süresi ve enerji tüketimi fiziksel egzersiz saatine göre belirlenebilir. Laboratuvar ortamında ve saha araştırmasında, birçok araştırmacı geçerliliğini ve güvenilirliğini test etmiştir (Welk ve diğeri, 2000).

Oda kalorimetresi: Bu yöntem, enerji tüketimini ölçmenin en doğru yoludur. Laboratuvar şartlarında dinlenme ve egzersiz esnasında ısı çıkmasını ölçmektedir. Olumsuz yönleri zor ve pahalı olması, kalabalık gruplara yapılamaması, laboratuvar ortamının şart olmasıdır (Laporte ve ark., 1985).

Çift katmanlı su tekniğı: Bu metot, günlük yaşamlarında ekipman kullanmadan kişisel enerji tüketimini laboratuvar koşulları dışında olması gerektiğı gibi yapabilen tek tekniktir. Bu özelliğı ile, diğeri ölçüm yöntemlerinin etkinliğini değeriendirmek için altın standart haline gelmiştir (Laporte ve diğeri, 1985).

Pedometre ve Akselerometre: Adımsayar, atılan adımların sayısını sayabilen, toplam egzersiz süresini veya tutarını belirleyebilen ve bedensel aktiviteyi ölçmek için kullanabilen bir hareket sensörüdür. İvmeölçer, hareketin her

dakikasını sayabilen ve kaydedebilen, fiziksel aktivite ölçümü için kullanılan bir hareket sensörüdür (Welk ve diğerleri, 2000).

Fiziksel aktivite kaydı veya günlük, hatırlama görüşmeleri: Bu tekniklerde kişi kendisini kayda almalıdır. Gün boyunca aktiviteleri, türlerini ve sürelerini düzenli olarak kaydeder. Çok sayıda insanda gerçekleştirilmesi güçtür (Lamonte ve Ainsworth, 2001; Laporte ve diğerleri, 1985). Görüşme yönteminde fiziksel aktivite kayıtları veya günlükler kullanılarak ve her bir aktivitenin yoğunluğu ve süresi hatırlanarak bireysel enerji harcaması hesaplanabilir. Fiziksel aktivite alışkanlıkları (aktivite türü, süresi) hakkında daha kapsamlı bilgiler bu yöntemlerden elde edilebilir (Lamonte ve Ainsworth, 2001).

Dolaylı yöntemler. Dolaylı Kalorimetre: Bu, oksijen tüketimini ölçebilen küçük, taşınabilir bir cihazdır. Ekipman; maske veya burun klipsli ağızlık ve solunan havayı toplayan bir toplayıcıdan oluşur. Enerji tüketimi, faaliyetler sırasında oksijen tüketimini ölçmek için bu ekipman kullanılarak dolaylı olarak hesaplanır (Lamonte & Ainsworth, 2001; Laporte ve diğerleri, 1985).

Fizyolojik ölçümler: Bu teknikler; kalp hızı, vücut ısısı, ventilasyon takibi ve kardiyorespiratuvar uygunluğun belirlenmesini içerir (Başaslan, 2003). Kalp atış hızı, fiziksel aktivite düzeyini tahmin etmek için kullanılan dolaylı bir yöntemdir. Kalp atış hızını izlemek, fiziksel aktivite seviyelerinin fizyolojik etkilerini belirlemek için pratik, güvenilir ve etkili bir yöntemdir. Kalp atış hızı izleme yöntemleri ucuzdur ve taşınması kolaydır (Logan ve diğerleri, 2000).

Fiziksel aktivite anketleri: Anket uygulaması, masrafsız, gerçekleştirilmesi en basit ve büyük ölçekli nüfus anketleri için en uygun olanıdır. Son zamanlarda birçok araştırmacı anketler geliştirdi (Pols ve diğerleri, 1998).

Anket, içerdikleri ayrıntılı bilgilere göre küresel anket, geri çağırma anketi ve niceliksel anket olmak üzere üç bölüme ayrılmıştır (Lamonte ve Ainsworth, 2001).

Beslenme ölçümleri: Gün içerisinde alınan kalori tüketimi, kişilerin kilosundan ve fiziksel egzersiz seviyesinden etkilenir. Örneğin; çok farklı ağırlıklara sahip iki kişi aynı toplam günlük kalori alımına sahipse, daha az kilolu olan birey, daha kilolu olana göre daha hareketlidir (Laporte ve ark., 1985).

Sportif Faaliyet

Sportif faaliyetin tanımı. Spor, kişinin beden ve ruh sağlığını iyileştirmenin yanında belirli kurallar çerçevesinde rekabet, mücadeleyi içerisinde barındıran gerçek başarı için heyecan, rekabet, üstünlük ve gücü artırma çabasıdır (Arıcı, 1999).

Spor; bireyin kendini geliştirmesi veya rakibi yenebilmesi için tasarlanmış, rekabeti barındıran, belirli kuralları olan, bireyler veya takımlar tarafından gerçekleştirilen aktiviteleridir (Haskell vd., 2000).

Spor, insanların fiziksel aktivitelerini, motor becerilerini, psikolojik, ruhsal ve sosyal davranışlarını belirli kurallar çerçevesinde geliştirebilen ve bu özelliklerle belirli kurallar dahilinde rekabet ortamı oluşturmayı amaçlayan biyolojik, öğretici ve sosyal bir meslek olarak tanımlanmaktadır (Orkunoğlu, 1985).

Akademik bakış açısıyla spor ise planlı ve uygun yöntemlerle ve belirli kurallar dahilinde oynanan bireylerin bilişsel, duygusal ve psikomotor özelliklerinin geliştirilmesini ifade eder (Çelik, 2012).

Sportif faaliyetlerin önemi ve faydaları. İnsan vücudu hareket etmek için yaratılmıştır. Organizmanın işlevinin ve sağlığının sürekliliği için egzersiz şarttır. Ayrıca eğitim alanında spor yoluyla öğrenmek ve genel eğitimin amacına ulaşılmasına yardımcı olur. Bu durumda spor ve beden eğitimi, kişilerin fiziksel, zihinsel, ruhsal, duygusal ve sosyal gelişimini teşvik etmek için düzenlenen tüm fiziksel aktiviteler olarak görülebilir (Aracı, 1999).

Spor, kişilerin fiziksel, zihinsel, ruhsal ve sosyal gelişimi üzerinde pozitif yönde etkisi olan bir faaliyettir. Yaşam standartlarının gelişmesi birlikte spor faaliyetleri sosyal yaşamın bir parçası haline gelmiştir. Artık spor, kitleleri geride bırakan bir sosyal aktivite haline geldi. Sosyal özelliklere sahip spor faaliyetleri, bireylerin sosyalleşmesini büyük ölçüde teşvik etmekte ve topluma faydalı insanlar haline getirmektedir (Karakuş ve Küçük, 1999).

Her türlü spor aktivitesi ve fiziksel aktivite bir tür sosyal deneyimdir ve duygu içerir. Spor aktivitelerine katılan kişiler, oyunlar ve eylemler yoluyla duygularını ifade etme fırsatı bulur. Öfke, utangaçlık, kıskançlık vb. duygusal rahatlama sağlar (Yetim, 2000). Spor, saldırganlık arzularının zapt edilmesine ve

bu tatmin edilemeyen enerjiyi boşaltarak bireyin kendini kontrol etmesine yardımcı olur (Güven, 1998).

Fiziksel aktiviteler bireysel olarak görülse de aslında sosyal bir olgudur. Sporun neden olduğu yarışma, müsabaka, rekabet sosyal fenomenlerin temel unsurlarıdır. Spor faaliyetlerine katılmak, bireyin kişisel gelişimine de katkı sağlar. (Çakmakçı, 2001).

Beden eğitimi ve fiziksel egzersizin amacı vücudun fonksiyonel etmenliğini çoğaltmak ve sağlıklı bir yapı sağlamaktır (İmamoğlu, 1992).

Bireyin erken sosyalleşmesi, küçük yaşlarda ve gençlik zamanlarında bedensel egzersizi alışkanlık haline getirme gerekliliği hem spor hem de sosyalleşme konularıyla aynı anda uğraşmayı gerekli kılmaktadır. Her türlü oyun ve spor, toplumun yansımasıdır. Çünkü toplumda sosyalleşme için gerekli olan süreçlerin çoğu oyun ve spor ortamlarında var. Rol yapma, statü, tabakalaşma, doğrulama, önderlik, düzenli çalışma, mücadele ve birliktelik gibi bütün sosyalleşme alanları oyun ve spor dünyasını eğitimin bir üretim alanı haline getirmektedir (Erkal ve ark., 1998).

Spor, sosyal parçalanma ve yabancılaşmaya karşı savaşmak için kullanılabilir. Hedef ister sağlam yapıda ve üreten bir grup oluşturmak ister yaratıcı ister yapıcı ve sağlam genç insanlar yetiştirmek olsun, isterse geleceğe güvenle bakabilen bireyler. Bu özelliği sebebiyle sporun günümüzde çok etkili ve temel bir sosyal fenomen haline geldiği açıktır (Yıldıran ve Yetim, 1996).

Sportif faaliyetlere katılımı etkileyen faktörler.

Ailenin kültürel yapısı ve ekonomik durum. Çocuklar üzerinde ebeveynlerin etkisi çok büyüktür. Bireylerin kültürel davranışları da ebeveynlerinin farklı yön ve beklentilerine göre şekillenir. Bir çocuğun ilk öğrenmesi, onun daha da gelişmesinin temelidir. Ebeveynler çocuklarına nasıl iyi insanlar, iyi vatandaşlar, başarılı ve nitelikli yöneticiler olunacağını öğretmeye çalışırlar. İnsanların çocukluk döneminde önemli davranış ve özellikler kazandıkları düşünüldüğünde, sporun insan yaşamındaki ve sosyalleşmesindeki önemini anlamak daha kolaydır.

Çocuklar için aile, uzun vadeli hedefleri ve temel değerleri benimsemede önemli bir rol oynar (Araç, 2004).

Bu etkinlikleri desteklemeyen aile yapıları, öğrencilerin bu etkinliklere katılmasını engellemektedir. Ek olarak, ekonomik durumu düşük aileler çocuklarına yeterli fırsatlar sağlayamamaktadır. Öğrenci ailesi tarafından denetlenmelidir. Aileler, çocuklarını bu faaliyetler hakkında bilgilendirmeli ve ders dışı sportif faaliyetlerin her kademesinde çocuklarını takip etme fırsatına sahip olmalıdır. Ebeveynlere ayrıca çeşitli makam ve kuruluşlarda sorumluluklar verilmelidir. Bu, velileri bilinçlendirecek ve okula olan ilgi ve desteğini yönlendirecektir (Karak Küçük, 1995).

Cinsiyet. Bütün mevzularda kabul görüldüğü gibi kültürel ve sportif faaliyetlere katılımı da cinsiyet farklılıkları vardır. Bu faaliyetlere dahil olan taraflar farklı performans seviyelerine sahiptir. Ancak bu konudaki görüşler gelişmişlik düzeyine paralel olarak diğer toplumlarda değişiklik göstermektedir. Sanayileşmiş ülkelerde kültürel ve sportif faaliyetlerde kadınların oranı fazlalaşmakla beraber, bu oran gelişmekte olan ülkelerde daha azdır. Çünkü bu toplumlarda kadınlar hala doğurganlık için yaratılmış varlıklardır ve aktif değil pasif yaşamayı tercih ettikleri düşünülmektedir. Bu durum, kız çocuklarının sportif etkinliklerin ve kültürel faaliyetlerin fazlasıyla olumlu etkisinden daha az yararlanmalarına imkân vermektedir. Ancak kadınların bir toplumda kültürel ve sportif faaliyetlere katılımı, o toplumdaki kadının genel durumunu yansıtır (Açıkkada, 1990).

Spor faaliyetlerine katılmak, en açık şekilde cinsiyetler arasındaki farklılıkları yansıtır. Türk toplumunda erkekler spor faaliyetlerinde kadınlardan daha aktiftir. Kızlar fiziksel özelliklerinden ve geleneksel nedenlerden dolayı her zaman spor faaliyetlerinin arka planında yer almışlardır. Spora katılırken kadınlara tenis, yüzme ve paten gibi sanat ve estetik dallarını seçmeleri tavsiye edilir. Kadın hareketiyle belli bir sosyal değişim sağlanmasına rağmen, erkeklerin motor sporlarına katılımı, çalışma ve serbest zamanları değerlendirmeleri arasında hala büyük farklılıklar bulunmaktadır (Öztürk, 2002).

Kızların spor faaliyetlerin içinde daha az bulunmasının en önemli sebebi, kadının toplumumuzdaki konumunu ve rolünü belirleyen kültürel değerlerdir.

Erkekler kızlardan daha fazla aktiviteye katılıyor. Ailenin yaşadığı bölgeye göre bu etkinliklere katılımı incelendiğinde, kasaba ve köyde doğan kız öğrencilerin hiçbirinin katılmadığını görmek mümkündür. Bazen bir veya ikisinin haftada bir spor yaptığını görebiliyoruz. Bu faaliyetlere katılma alışkanlığı kentliler arasında daha yaygın olmakla birlikte, kırsal kesimden erkek çocukların ve aileleri kasaba ve köylerde yaşayan erkek çocuklarının nadiren bu faaliyetlere katıldıkları görülmektedir (Tatlıldil, 1993).

Fiziksel Şartlar ve Yerleşim. Eğitim kurumlarının ders dışı spor aktiviteleri başlatmasını ve yürütmesini engelleyen bazı etmenler bulunmaktadır. Bunlar;

Öğretmenlerin Bilgi Düzeyleri: Öğretmenin bilgi düzeyi: Bireylerin bu faaliyetlerde bulunmasını etkileyen etmenler, öğretmenlerin yetersiz donanımı, görevlerini yerine getirememesi ve ağır müfredat yüküdür. Öğretmenler, öğrencilerin boş zamanlarını, nasıl kullanılacağını ve kendilerine ve topluma ne gibi faydalar sağlayabileceğini açıklamalıdır. Öğretmenlerin bunu uygulamaya koyamamasının sebeplerinden biri de gerekli eğitimi almamış olmalarıdır. Problemin çaresine bakabilmek için öğretmenler yetiştirilmelidir. Serbest zaman birey ve toplum için önemi, faydaları, bilgisi ve uygulaması bu eğitime dahil edilmelidir (Tatlıldil, 1993).

Okulun İlgi ve Kapasitesi: Okulun ilgi ve yeteneği: Okulun fiziksel yeteneğinin yetersiz veya dersin haricindeki aktiviteler için uygun bulunamaması ve ders dışı etkinliklerin türünün öğrencilere fikir verilmeden belirlenmesi araştırmanın etkililiğini etkileyecektir. Okul tesisleri düşünülmelidir. Öğrencilerin serbest zamanları okul tarafından belirlenmelidir. Gerekirse, ders dışı etkinliklere serbest zaman bırakılmalı ve haftalık programa göre düzenlenmelidir. Okulun müfredat dışı faaliyetleri; ağırlıklı olarak okulun kapsamı ve imkânı dahilinde tamamlanır. Ama okul ve toplum iç içe. Okullar, faaliyetler için çevresel ilgi ve destekten yararlanmanın yollarını aramalıdır. Yakındaki stadyumların ve tesislerin kullanım seviyesini belirlemeli ve değerlendirmelidir (Tatlıldil, 1993).

Sportif faaliyetlerin insan gelişimindeki rolü.

Fiziksel gelişimdeki rolü. Beden eğitimi ve fiziksel egzersizin amacı vücudun fonksiyonel etkinliğini artırmak ve sağlıklı bir yapı sağlamaktır (İmamoğlu, 1992).

Bir bireyin fiziksel gelişimlerine katkıda bulunmak, spor ve egzersizin yalnızca belirli bir amacıdır. Hareket, insanların yapısıdır. Kas ve kemik yapısı hareket sisteminin temelini oluşturur. Egzersiz onların güçlenmesine yardımcı olur. Yani kas ve kemik yapısının gelişmesi için fiziksel aktivite şarttır (Erkal, 1996).

Egzersiz, kardiyovasküler hastalığı önleyebilir. Egzersiz sayesinde kardiyovasküler yağlar alınabilir. Bu nedenle, bu insanlarda rahatsızlıklar azalır veya tamamen önlenir. Egzersiz, damarlara aşırı işlevlik kazandırdığı için damarsal hastalıklara yakalanma riski azalır. Solunum ve boşaltım sistemlerinde oluşan hastalıkları önleyebilir (Aracı, 1999).

Psiko-motor gelişimdeki rolü. Psiko-motor gelişim, motor becerilerin azaltılması veya becerilerin kazanılması gibi fiziksel değişiklikleri içeren ömür boyu süren bir süreçtir (Özer, 1995). Çeşitli iskelet sistemi hareketlerinde kas gruplarını koordine etmek ve gerekli hareketleri amaca göre gerçekleştirmek, merkezi sinir sistemine ve sinir merkezine bağlıdır (Günay, 1999). Kaslar farklı şekillerde uyarılabilir de doğal koşullar altında sinirler tarafından sinir sistemine uyarılırlar (Akgün, 1992).

Uzmanlaşan becerilerin sonunda bireyler faaliyetlere katılmaktan keyif alacak ve takıma adapte olmak daha kolay olacaktır. Bireyler genellikle kabiliyet ve yeteneklerine göre belirli bir düzeyde faaliyetler yapmayı severler. Beden Eğitimi ve spor programlarında farklı becerileri geliştirmeyi amaçlayan faaliyetler, bireysel ilgi alanlarını çeşitlendirecektir. Bireylerin edindikleri beceriler, boş zamanlarını değerlendirmek ve bireyin yaşam tarzını belirlemek için önemlidir (Erkal, 1996).

Zihinsel gelişimdeki rolü. Sinir sistemimiz ile vücudumuz arasında son derece karmaşık ve karmaşık olduğu kadar basit bir ilişki vardır. Hareket ettiğimizde vücudumuz her saniye beyne binlerce uyarıcı ulaştırır. Beyne giden uyarıcılar alınır ve düzenlenir. Harmanlandıktan sonra sınıflandırılır. Antrenman sinir sistemi ve vücudun alabileceği bilgileri doğru bir şekilde saklamamızı sağlar (Çakmakçı, 2001). Beden eğitimi ve fiziksel aktiviteleri öğrenmek de kişisel entelektüel gelişime katkıda bulunur. Zihinsel gelişim, bilgiyi anlamak ve depolamakla ilgilidir. Böylelikle bireyler yorum yapma, değerlendirme, karar verme ve becerilerini geliştirme becerisine yetisine sahip olurlar. Eğitilmiş kişi, düşünen kişidir. Bilim, düşünceleri sadece zihinsel olaylar olarak ele almakla kalmaz, aynı

zamanda onları tüm vücudu ilgilendiren olaylar olarak ele alınmasını sağlar (İnal, 2000).

Duygusal ve sosyal gelişimdeki rolü. Tüm sportif etkinlikler sosyal bir deneyimdir ve duygularla doludur. Bu tür faaliyetlere katılan bireyler duygularını bedensel dil ile ifade etme olanağına sahiptir. Saldırganlık, öfke, kıskançlık vb. duygularını zararsız bir şekilde serbest bırakabilir ve kontrol etmeyi öğrenebilir (Erkal, 1996).

Fiziksel aktiviteler bireysel olarak görülse de esasen sosyal aktivitelerdir. Sporun neden olduğu rekabet, yarışma ve mücadele, sosyal fenomenlerin temel unsurlarıdır. Spor faaliyetlerine katılmak kişisel gelişimine de etki eder. 'Benlik, kişinin kendini nasıl gördüğü ne yapmayı düşündüğü ve etrafını ne şekilde algıladığı konusundaki farkındalığı' olarak yorumlanabilir. Birey bu farkındalığa başkalarıyla karşılaştırarak ulaşır. Yeteneklerinin ve eksikliklerinin farkındadır. Aynı zamanda bireylerin aktif kalmasını, sorumluluk almasını ve sonuçlarını üstlenmesini sağlar. Bireyler kişisel sorumluluklarının bilincindedir ve bunları kabul ederler. Davranış yoluyla tutum, takdir ve değerlerini ifade etme fırsatları bulurlar (Çakmakçı, 2001).

Fiziksel aktivite ile sportif faaliyet arasındaki fark. Toplumun fazlasında fiziksel aktivite, "egzersiz" ve "spor" ile eşanlamlı olarak görülür. Fakat fiziksel aktivite, egzersiz ve spor kavramlarının farklı anlamları vardır. Bununla birlikte, bu kavramlar genellikle birbirinin yerine geçer (Caspersen ve ark., 1985).

Fiziksel aktivite, günlük yaşantıda kas ve eklem kullanımı yoluyla enerji tüketen, kalp ve solunum hızını artıran ve sonuçta değişen derecelerde yorgunluğa neden olan aktiviteleri ifade eder (Gür ve Küçükoğlu, 1992). Bu durumda, fiziksel aktiviteler arasında yürüme, koşu, atlama, yüzme, bisiklete binme, çömelme ve ayakta durma, kol ve bacak egzersizlerinin tamamı veya bir kısmı ve gün içerisindeki egzersizleri, oyunlar ve diğer etkinliklerin tamamı fiziksel aktivite olarak sayılabilir (Bek, 2008).

Spor ise belirli kurallara dayalı olarak rekabeti, heyecanı ve rekabet üstünlüğünü amaçlayan faaliyetleri de içerir (Çoban ve ark., 2003).

Rowland ve diğerlerinin (1994) araştırmasına göre fiziksel aktivite, insan vücudunun iskelet kası yoluyla yaptığı egzersizin sonucu olarak enerji harcaması, yani bir bireyin her gün yapmış olduğu fiziksel faaliyetlerin miktarıdır.

Spor, rekabeti ve oyunu bütünleştirir. Spor yapmak için fazlasıyla fiziksel güç gerekir. Bu nedenle sürekli kas eğitimi gerektirdiği için yetenekli meslekleri teşvik eden bir iştir. Belli kurallar çerçevesinde bireylerin ve toplumun ruh ve fizikle bütünleşmesi için bireysel veya grup halinde, aletli veya aletsiz olarak gerçekleştirilebilen bir rekabet, dayanışma ve kültür simgesidir (Erkal, 1996).

Akademik Başarı

Akademik başarının tanımı. Akademik başarı farklı şekillerde tanımlanmıştır. Bu konuda;

Çalışkan (2008), Akademik başarıyı, bireyin herhangi bir konuyu anlamasını ve bu bilgiden elde edilen zihinsel yetenek ve becerileri içeren bir olgu olarak tanımlar.

Akademik başarı, kişilerin psikomotor ve duygusal gelişimin ötesine geçen tüm program alanlarındaki davranışsal değişiklikleri ifade eder. Daha geniş manada bilgi ve yetenekler gibi zihinsel davranışlar tarafından belirlenen hedefler; aynı zamanda bilişsel olmayan davranışlar (ilgi alanları, kişilik ve tutumlar gibi) tarafından belirlenen hedefleri de içerir. Eğitimin başarının tanımı yapılırken müfredatta geliştirilen ve öğretmen tarafından belirlenen düzey, test puanları veya her ikisi tarafından belirlenen, edinilen becerilerin veya bilgilerin ifadesidir (Gürdal, 2011).

Akademik başarıyı etkileyen faktörler. Akademik performans, birçok "psikolojik olmayan" faktörden büyük ölçüde etkilenir. Başarın motivasyonu, endişe, ailesel ve sosyoekonomik özellikler, yetersiz okul ve eğitim tesisleri, genel çevresel özellikler, beslenme ve sağlık durumu bunlardan bazılarıdır (Özgüven, 1998).

Akademik başarı; zihinsel etmenlerden öğrenme hızı, zekâ gibi, duygusal etmenlerden benlik saygısı, kişilik yapısı, öz-yeterlik, güdülenme ve çalışma alışkanlıkları gibi, çevresel etmenlerden ebeveyn tutumları, ailenin sosyo-

ekonomik düzeyi ve okulun yöneticilerinin yetenek ve tutumları gibi faktörlerle ilgilidir. Bu etmenler çeşitli çalışmalardan farklı araştırmacılar tarafından tespit edilmiştir (Verkuyten, 2012).

Öğrencilerin okuldaki başarısını etkileyen etmenler okul haricindeki faktörler ve okul içindeki etmenler şeklinde iki grup altında düşünülebilir. Okul dışı faktörler; öğrencilerin TV izleme alışkanlıkları, evde teknolojik aletlere ayrılan zaman, ailenin maddi imkanları, başlıca demografik özellikleri, çocuğun bulunduğu yaş gruplarının olduğu grubun değerleri ve normlarıdır. Okul içi faktörleri arasında eğitim planlamasının kalitesi, okul yöneticilerinin ve eğitim uzmanlarının yetenekleri, sınıf seviyesi, derslerin türü ve kalitesi ve eğitim araçlarının miktarı ve kalitesi yer alır. Bu faktörler başarıyı etkileyen birçok faktörü içine alır (Burgaz, 2002).

Ergenlerin yetenekleri, öğrenme ve düşünme stilleri, öğrenme motivasyonları ve ilgi alanları birbirinden farklıdır. Öğrenme düzeyine paralel olarak akademik başarı birçok etmenlere alakalıdır. Akademik başarının zekâ ile olumlu açıdan alakalı olduğu kabul edilmektedir. Bazı araştırmalar, ergenlerin akademik başarısının sadece zeka olmadığını, aynı zamanda becerileri, kişiliği, aile özelliklerini, ebeveyn eğitimi, aile sosyoekonomik durumunu, annenin çalışmasını, aile ilişkilerini vb. içerdiğini göstermiştir. Öğrencilerin dersteki başarısı genellikle ebeveynlerin onlara olan anlayış ve güven düzeyi gibi faktörden etkilendiğini gösterir. Sosyal trajedi, ebeveyn ilgisizliği, kişilik tutarsızlığı, kültür eksikliği ve gençlerin kabul edebileceği sosyal grupların olmaması gibi etmenler düşük başarı oranıyla ilişkilendirilmektedir (Gürdal, 2011).

Bireysel faktörler. Yapılan çalışmalarda akademik başarıyı etkileyen öğrenciden kaynaklı etmenler, benlik saygısı, öz-yeterlik, motivasyon ve ders çalışma alışkanlığı olarak ifade edilmektedir (Şevik, 2014).

Raporlara göre, iyi bir benlik saygısına sahip olmak, bir kişinin öz yönetimini, özgüvenini ve öz memnuniyetini etkiler ve okul başarısı, olumlu sağlıklı davranışlar, üretkenlik ve sosyal uyum arasında önemli bir ilişki ile sonuçlanır (Çecen ve Koçak, 2007).

Başarılı olanlar ve bu başarıyı yakalayanlar daha çok çalışarak daha çok yoğunlaşarak motive olurlar. Bireylerin bilişsel yeteneklerini kullanma ve geliştirme

konusundaki isteksizliği başarıyı olumsuz etkileyebilir. Başarılı olmaya inancını kaybedenler, yetenekleri olsa bile başarıyı yakalayamazlar (Bandura, 1982).

Motivasyon, akademik başarıyı etkileyen önemli faktörlerden biridir. Öğrencilerin dış faktörler aracılığıyla öğrenmeye istekli olma duruma motivasyon (güdülenme) denir. İsteksiz öğrenci sorunu, öğrencilerin motive olmamasından kaynaklanmaktadır. Dış etkenlerin ürettiği isteksizlik durumu, bireyin yarattığı isteklilik durumundan daha az ama daha güçlüdür (Okutan, 1999).

Ailesel faktörler. Jencks ve diğerklerinin (Malkoç, 1993) araştırmasına göre, aile özellikleri öğrencilerin öğrenme başarısını etkileyen en önemli çevresel faktördür. Ailenin çocukların eğitime olan ilgisi, büyük ölçüde çocukların başarısıyla ilgilidir. Çocukların iyi bir şekilde eğitilmesi, öncelikle kendileriyle ebeveynleri arasındaki sağlıklı iletişime bağılıdır. Çocuk önce aile ortamında öğrenmeli ve başarılı olmalıdır. Ebeveynlerinden aldığı sevgi, ilgi ve heyecan nedeniyle öğrenmeye yönelik doğal motivasyonu arttırır. Anne-babasıyla iyi bir ilişkisi olan bu çocuk, anne babası gibi kibar, güçlü ve becerikli olmaya çalışacak ve onları rol model olarak kullanacaktır. Soruğu sorunun cevabını alan ve merakı hafifleyen çocuklar, öğrenmeye daha heveslidir. Aksine irade ve destekten yoksun, sorularına cevap alamayan bir çocukta öğrenme arzusu ortadan kalkar (Kaya, 1998).

Çocuklarının eğitimini desteklemeyen, derslerini ve ödevlerini önemsemeyen ailelerde çocukların başarısızlık oranı yüksektir. Böyle bir ailede çocuklar tek başlarına eğitimlerine devam ederler. Örneğin, ev ödevi hakkında sorular sorduğunda, ebeveynler çocuğu çeşitli nedenlerle reddeder. Ebeveynlerin bilgi eksikliği bu anlayışın bahanesi değildir. Nitekim, ebeveynler çocuklarına sınıfta yardım edecek bilgiye sahip olmayabilir. Bu durumda çocuğa en azından problemi çözmesi için başka imkanlar, yardım edebilecek birini bulması için başka olanaklar sağlamalıdır (Öztürk, 2002).

Okul ve sosyal çevreye bağılı etmenler. Başarı ile sonuçlanan durumlarda, okulun ve öğretmenlerin önemli bir rolü vardır. Öğretmen her yaştaki çocuk grubu için önem ve değerk verilen bir özdeşim objesidir Öztürk, 2002). Öğretmenler, çocukların okul müfredatına ve sınıf arkadaşlarına uyumunu sağlamak için birinci düzeyde etkili olan kişilerdir. Öğretmenin görevi, okuldaki

bilgileri aktarmak ve öğrenme sürecini yönetmek, sınıfta düzen ve disiplini sağlamak, örnek olmak ve çocuklara olumlu bir benlik ve kişiliğe sahip olmalarına rehberlik etmektir. Grup uyumunu sağlamak ve her öğrencinin böylesine olumlu, yenilikçi, mutlu ve başarılı bir birey olmasına rehberlik etmek, öğretmenin eğitim yeteneğine, anlayışına ve şefkatine bağlıdır. Tüm bu faktörler göz önüne alındığında okula ve öğretmene bağlı olarak başarıya olumlu etki eden faktörlerin şunlar olduğu söylenebilir:

- Kalabalık sınıflarda eğitim ve öğretimin gerçekleşmesi,
- Öğrencinin oturma planındaki konumu,
- Sınıftaki ısı, ışık ve ses yalıtımı gibi kötü fiziksel koşullar,
- Okul disiplini anlayışı,
- Okul değişiklikleri ve öğretmen değişikliği
- Devamsızlık durumu,
- Müfredatın ağır olması ve çeşitli zeka ve seviyelerdeki çocuklar aynı müfredata bağlı olmasıdır,
- Öğretmenin ders stiline ve sınıf yönetimi becerisine bağlıdır (Bayhan, 1999).

Sportif faaliyet ile akademik başarı arasındaki ilişki. Bir ülkenin sosyal, kültürel ve ekonomik güçlenmesinin temel unsurları, sağlıklı insan kaynakları ile ilgilidir. Sağlıklı bir toplum inşa etmenin yolu, gelişmiş ülkelerde ilk ve ortaokullarda beden eğitimi ve spora bakış açısını milyonlarca çocuğun eğitim bütünlüğüne dahil edilerek fiziksel aktiviteler hakkındaki algılarını kullanmaktan geçecektir. Bu, günümüz eğitim anlayışının vazgeçilmez unsurlarından biridir. Spor ve fiziksel aktivitelerde zihinsel, duygusal ve fiziksel gelişimlerini en üst düzeyde sağlayarak, okulda okuyan milyonlarca öğrenci verimli, sosyalleşmiş ve nitelikli bir toplum inşa etmek için yetiştirilmiştir. Özellikle en aktif dönemde ve sonsuz enerji dolu ilkokul ve ortaokul öğrencileri, boş zamanlarını faydalı bir şekilde geçirecek, pozitif enerji tüketecek, stresi azaltacak, sosyal etkileşimlerle okul kurallarına uyum sağlamasını teşvik edecek ve arttıracaktır (Akgün ve İnan, 2010).

İnsanlar için spor her ülkede ve her dönemde önemli olduğu görülmekte beraber içinde yaşadıkları toplumun sosyal yapısına ve siyasi yönetimine göre değişmektedir. Spor faaliyetlerinin temel amacı; kişilerin fiziksel, sosyal, psikolojik, kültürel ve ruhsal gelişimine katkı sağlamaktır (Coe ve ark., 2006).

Spor eğitimi, çocuklarının okul başarısından endişe duyan veya sistematik çalışma ve disiplin için yararlı olduğu düşünülen çocuklara uzmanlarının ilk önerisidir (Fox ve ark., 2010).

Kendi enerjisini tüketen ve sosyal gruba mensup bir çocuğun mutluluğu, çevresinin desteği ve başarısı onu motive eder. Sağlığı, dayanıklılığı, görünümü ve becerileri de arkadaşlarının saygısını uyandırır. Spor yapan çocuklar kabul edilir, desteklenir ve sevilir. Tüm bu olumlu etkenler çocukların akademik performanslarını olumlu yönde etkileyecektir (Yalçın ve Balcı, 2013).

Egzersiz, bilişsel işlevi geliştirebilir, ancak aynı zamanda öğrencilerin daha iyi uyum sağlamasına da yardımcı olabilir, çünkü egzersiz öğrencilerin vücudun kinestetik enerjisinden kurtulmasına yardımcı olabilir (Sousa, 2006). Öğrenciler aktif olduklarında, enerji seviyeleri artacak ve beyin optimum performans için gerekli olan oksijen bakımından zengin kanı alacaktır (Jensen, 1998).

İletişim Becerileri

İletişim tanımı. İletişim kelimesi temelde Latince kökenlidir ve Latince karşılığı communication'dur. İletişim bir süreç olarak değerlendirildiğinde, bireylerin kendi oluşturdukları bilgileri taşıyarak anladıkları ve açıkladıkları bir form olarak kendini gösterir. Bu yoruma göre iletişim, iki kişinin birbiriyle konuşması gibi ifade edildiği gibi arıların konumlarını diğer arılara bildirmesi şeklinde de anlatılabilir (Dökmen, 2008).

İletişim, bir bireyin bilgisini başka bir kişiye aktarması veya kişiler arasında anlaşılabilir bir şekilde bilgi alışverişi yapması için kurulan bir ilişki yapısı olarak ifade edilebilir (Topaloğlu, 2002).

İletişim, bir sosyal yapının temelini oluşturan bir sistem, bir organizasyonun ve yönetim yapısının düzgün çalışmasını sağlayan bir araç ve bireysel davranışı

gösterme ve etkileme tekniği olarak ifade edilebilir. İletişim, sosyal yapının temelidir. (Bayraktar, 2009).

İletişim, insanlar, topluluklar ve toplum tarafından varılan fikir birliğini ifade eder, araştırma ile dengesizliklerinden kaçınmaya çalışır ve dengeyi sağlamak için ortamdaki iletişim araçlarını ve sembollerini kullanır (Erdoğan, 2000). İletişimi bilgi üretmek ve üretilen bilgiyi yorumlayarak aktarmak olarak ifade etmek mümkündür. Bu açıklamada, iletişim tek yönlü bir süreç gibi görünüyor. Ancak bu iki yönlü bir süreçtir. İletişimin verimli olabilmesi için sürecin etkileşimli olarak yürütülmesi gerekmektedir (Tutar, 2001).

İletişim becerileri tanımı. İletişim becerisi, birçok beceri bakımından kaynak görevi görmekte ve sözel olmayan mesajlara duyarlı olma, etkin tepki verme ile etkin dinleme şeklinde ifade edilmesi söz konusudur (Korkut, 2004).

İletişim Becerileri bireyin yolladığı mesajları doğru bir biçimde kodlaması ve iletmesi, aldığı mesajları hatasız şekilde anlamlandırmasına yarayan etkili tepki verme ve etkin dinleme becerilerinin tamamıdır (Deniz, 2003).

İletişim becerisi tanım olarak, karşı taraftan gelen iletilerle onun kişiliği ile ilgili doğru tahmin ve değerlendirmeleri gerçek iletilerden seçerek iletinin ana içeriğini anlamlandırmaktır (Özer, 1995).

Bireyler etkin ve doyurucu iletişim kurabildiklerinde çok mutlu olmaktadır. Bu açıdan başarılı iletişim becerilerine sahip olmanın avantajları vardır. Toplumsal ilişkiler kapsamında ele alınan sosyal beceri, bireylerin diğerleriyle birlikte faydalandıkları pozitif tepkiler alan, negatif tepkilerden kaçınmayı sağlayan ve toplumsal olarak kabullenilmeyi sağlayan tutum ve davranışları anlatmaktadır. İletişim becerisi de sahip oldukları özellikler nedeniyle sosyal bir beceri niteliği taşımaktadır (Uğurlu, 2012).

Kişiler etkili ve tatmin edici bir şekilde iletişim kurduklarında kendilerini çok mutlu hissedeceklerdir. Bu bakımdan başarılı iletişim becerilerine sahip olmak faydalıdır. Sosyal ilişkiler kategorisi olarak kabul edilen sosyal beceriler, bireylerin diğerlerinden faydalanma, olumlu tepkiler alma, olumsuz tepkilerden kaçınma ve toplumsal kabulü sağlama konusundaki tutum ve davranışlarını tanımlar. İletişim becerileri, özellikleri nedeniyle aynı zamanda sosyal becerilerdir (Uğurlu, 2012).

Etkin iletişim kapsamında dinlemenin büyük önemi vardır. Etkin bir dinleme kapasitesine sahip bir kişi kendisine söylenenler arasında hangilerinin daha önemli olduğunu kavrayabilen bir kişidir. Ayrıca bu kişi bu kabiliyetini iletişimin temeline yerleştirmektedir (Cüceloğlu, 2006). İletişim becerisinin temeli dinleme becerisindedir. Dinlemek, yapı açısından kolay bir görev gibi görünse de iletişimdeki çoğu sorun dinlememeden kaynaklanır. Bu bağlamda dinlemek, kelimeleri duymaktan daha fazlasıdır, aynı zamanda söylenenlerdeki mesajı anlamlandırmak anlamına gelmektedir (Korkut, 2004).

Duymak ve dinlemek arasında farkların bulunduğu ifade edilmektedir. Dinleme ve duymak arasındaki farkın beş aşamada ortaya çıktığı ifade edilmektedir. Bu bakımdan etkili dinleyebilmek için gerçekleşmesi gereken beş aşamanın şu şekilde ifade edilmesi mümkündür (Devito, 2004):

- **Mesajı Alma:** Dinleme eylemi diğer taraftan bir mesaj almakla başlar. Mesaj alma konusunda dinleyiciler, sözlü ve sözsüz bir şekilde mesajın kapsamını dikkate almalı, dikkat dağıtıcı koşullardan uzak durmalı ve söyleneni düşünmek yerine söylenene odaklanmalı, karşıdakinin sözünü kesmemesi gerekmektedir.

- **Anlama:** Konuşmacının iletişim sürecinde iletmek istediği anlamı ve duyguları anlamayı ifade eder. Söylenenin gerçek manasını anlamak için anlatılanlarla bilgiyi eşleştirmek, konuşanın söylemek istediğini ve bakış açısını yargılamadan anlamaya çalışmak, gerektiğinde konuyu açıklığa kavuşturacak sorular sormak, karşıdakinin kendi kelime ve ifadeleriyle anladıklarını ifade etmesine yardımcı olmak gerekmektedir.

- **Hatırlama:** Bilgi ve mesaj iletdikten sonra mesaj bir süre hafızada kalacaktır. Bazen bilgilerdeki bazı önemli noktaları unutmamak için not almak ve daha dikkatli davranmak gerekir. Hafızayı kolaylaştırın; ana fikrin faydalı ve önemli unsurlarına odaklanmak, mesajı yorum yapmadan hatırlamaya çalışmak, mesajda kolayca unutulmuş unsurları hatırlamak veya mesajı yüksek sesle tekrarlamayı istemek gerekebilir.

- **Değerlendirme:** Değerlendirme genellikle doğal olarak oluşan bir aşama olmasına rağmen, bazen bilinçli olarak da yapılabilir. Değerlendirmede; dinleyicinin ana bakış açısının anlaşıldığından emin olana kadar dinlemek, dinleyicinin görüş

veya niyetlerini sorarak belirlemek, farklı fikir, düşünce ve gerçekleri ortaya çıkarmak, yetersiz bilgi ve önyargılı yargı oluşturmaktan kaçınmak gerekir.

- **Tepki verme:** İletişim sürecinde tepki verme iki şekilde yapılmaktadır. Bunlardan biri konuşmacı konuşmayı yaparken cevap verme, diğeri ise konuşmacı konuşmasını bitirdiği zaman cevap vermektir. Konuşma esnasında dinleyicinin verdiği tepkilerin konuşmacıyı dinlediğini ortaya koyması önemlidir. Bununla birlikte konuşmacı konuşmasına ara verdiğinde dinleyicinin konuyu anladığına dair tepkiler vermesi de önemli olmaktadır. Tepki verme sırasında, konuşmacının ifade ettiklerinin son cümlesinin farklı kelimelerle ifade edilmesi, dinleyicinin kendi mesajını tekil şahıs kullanarak aktarması, iletim sırasında dürüst olunması gerekmektedir.

İletişim sürecinin temel öğeleri. İletişim, yazılı, sözlü ve sözlü olmayan bilgiler yoluyla iletilecek duygu ve düşüncelerin aktarılması sürecidir. Bu süreç iletişim anını kapsar ve amaçlı olsun ya da olmasın belirli bir sonuca ulaşmayı hedefler. İletişim süreci kaynakta başlar ve gönderen mesajı oluşturur ve alıcının mesajı daha iyi anlayabileceği şekilde kodlar. Alıcı, bu şifreli mesajın kodunu çözebilmelidir. Alıcı, kaynak tarafından gönderilen mesajı alırsa, yorum yapar ve geri bildirim kaynağa geri gönderebilirse iletişim süreci tamamlanır. Bu unsurlardan biri eksikse iletişim süreci sona ermeyecektir. Örneğin, kaynak bir mesaj gönderiyor ancak gürültü veya başka nedenlerle hedef mesajı duyamıyor veya algılayamıyor ve mesaja cevap veremiyorsa iletişim süreci tamamlanmayacaktır (Kılıçaslan, 2011; Tutar vd., 2004).

1- Kaynak (gönderici), 2- Mesaj 3- Kanal (İletişim aracı), 4- Alıcı veya hedef (mesajın iletilmek istendiği taraf), 5- Geribildirim (feedback).

Kaynak (Gönderici): Tam iletişimin gerçekleştirilmesi üç ana faktöre bağlıdır: kaynak mesaj ve alıcı. Bunlar olmadan iletişim gerçekleşmez ve iletişimin kalitesi bu üç ana faktöre bağlıdır. Kaynaklar olmadan iletişim gerçekleşmez. Kaynaklar bireyler veya kurumlar olabilir. Kaynağın işlevi, bir mesaj oluşturmak, mesajı diğer tarafın (hedefin) anlayabileceği şekilde kodlamak ve mesajı alıcıya göndermek için mesaj kanalını kullanmaktır. Tüm işlevleri doğru bir şekilde uygulamak için kanalın bazı işlevlere sahip olması gerekir. Kaynak bilgili, kodlama yeteneğine sahip olmalı ve tanınmalıdır.

Etkili iletişimde kaynakların rolü çok yüksektir. Bu kaynak sözlü, sözlü olmayan, yazılı iletişim araçlarını ve beden dilini iyi bir şekilde kullanmalıdır. İletişim becerileri çok iyi olmalı, ayrıca kaynağın bilgiyi iletmek için kullandığı yöntemler ve iletişim araçları da etkili iletişimin sağlanması için çok önemlidir (Tutar vd., 2004; Tengilimoğlu ve Öztürk, 2004).

Mesaj: Alıcıya gönderilecek kaynağın oluşturduğu düşünce, duygu ve bilgilerin kodlanarak sözlü, görsel ve işitsel sembollere dönüştürüldüğü somut bir üründür (Tutar ve Yılmaz, 2003). Mesaj, iletişimin orijinal içeriğidir, kaynaktan alıcıya gönderilir, daha sonra alıcı tarafından işlenir ve sonra tekrar kaynağa gönderilir. Bu süreçte, alıcının postayı işlemesine yardımcı olacak bazı işlevler olmalıdır. Bunları şöyle sıralayabiliriz: Mesaj merak uyandırmalı ve alıcının ihtiyaçlarını uyandırmalı, mesaj açık, anlaşılır olmalı, doğru zamanda teslim edilmeli ve teslimat için uygun kanalları takip etmelidir.

Kanal (İletişim Aracı): Kanal, mesajların kaynaktan hedefe iletilmesinde kullanılan fiziksel ortamdır. Bu durumda ses dalgaları, ışık dalgaları, radyo dalgaları ve telefon hatları, mesajların iletildiği fiziksel ortamı yaratan araçlardır (Türkoğlu, 2010). Bu araçlar yazılı, sözlü, sözsüz veya görsel-işitsel olabilir. Kaynak, iletişim faaliyetinin türüne göre bu araçlardan hangisinin seçilmesi gerektiğini belirler. Aynı anda birden fazla duyu organını etkileyen kanalların kullanılması daha uygundur. İletişim kanallarında fiziksel ve psikolojik engeller olmamasına rağmen sağlıklı iletişimin sağlanması için bu engellerin ortadan kaldırılması gerekmektedir (Tengilimoğlu ve Öztürk, 2004).

Alıcı (Hedef): Alıcı, mesaj kavramının yani mesajın iletileceği kişiyi ifade etmektedir. Hedefler mektup alıcıları, gazete okuyucuları, radyo dinleyicileri, sinema izleyicileri olabilir, bu bağlamda hedef kavramın kişisel kaynağı üzerinde herhangi bir sınırlama yoktur (Gökçe, 2006). İletişim sürecinde, gönderilen mesaj kadar alıcı da önemlidir. Kaynak tarafından gönderilen mesaja ulaşmanın amacı, hedefin kodu doğru bir şekilde çözme ve geri bildirim sağlama becerisine bağlıdır. Hedefin bilgisi, düşünceleri ve deneyimi, inançları ve tutumları, ihtiyaçları, arzuları ve hedefleri, içinde yaşadıkları kültürel çevre, dile hâkim olmaları ve diğer faktörler, kaynağın kod çözme yeteneğini etkileyecek faktörlerdir.

Geri İletim (FeedBack): Kaynak birim tarafından gönderilen mesaja yanıt olarak, hedef birim tarafından gönderilen yanıt mesajına "yeniden iletim" denir. (Cüceloğlu, 1999).

Ters iletim sayesinde kaynak, hedefin tespit ve anlama kabiliyetleri hakkında bilgi edinme olanağına sahiptir. Geri bildirim yoluyla kaynak, mesajı hedef kitlenin istek ve beklentilerine göre yeniden şekillendirebilir. Bu nedenle iletişimin etkili olup olmadığını belirler (Yatkin, 2006). Olumlu geribildirim sayesinde etkili iletişim kurulabilir. Olumlu geribildirim, iletişim sürecinde aşağıdaki anlamlara gelir:

1- Mesaj alınmıştır, 2- Mesaj algılanmıştır, 3- Mesaj doğru bir biçimde yorumlanmıştır, 4- Hedef gelecek adım (geri bildirim) için hazırdır (Tutar ve Yılmaz, 2003).

İletişimi etkileyen faktörler. Genelde kişilerarası iletişimde karşılaşılan bazı zorluklar vardır. Bunlar aşağıda belirtilmiştir.

- Kaynak bireyin zihnindeki fikir ve duyguların alıcıya olduğu gibi aktaramamasıdır.
- İletişime taraf olan “kaynak” ve “alıcı” kişiler farklı algılara sahip olabilirler.
- Etkileşimde “güvensizlik”te temel zorluklardan biridir. İletişim, güvensizliğin bulunduğu ortamda daha güç, bazen imkansız olmaktadır.
- Etkileşimle ilgili zorlukların çoğu mesajın alıcı tarafından anlaşılması aşamasında toplanmaktadır.
- Mesajı iletme aşaması da bireysel ayrılıklar ve problemler ortaya çıkarır.

Görüşme süreci sırasında kullanılan kelime, cümle ve sözsüz hareketler, mimik ve jestler, ses tonu sözdeki anlamı önemli ölçüde etkiler (Özgüven, 2001).

Sportif faaliyet ile iletişim becerileri arasındaki ilişki. Doğumdan itibaren kendisini fiziksel egzersizle, yani oyun ve spor aktiviteleri ile anlamaya başlayan kişiler, öz farkındalığın temelini oluşturan başarı ve motivasyonu en iyi şekilde görebilirler. Pek çok yeteneğin ve ilgisini çekebilecek spor aktiviteleri bu işleve

sahiptir ve insanlara “yapabiliyorum, yapabilirim” şeklinde düşünmelerini hissettirir. Bu durumda fiziksel aktiviteler kişilere psikolojik ve fiziksel doyum kazandırabilir, çeşitli ortamlarda yaşama ve deneyim kazanma fırsatları sağlayabilir. Dolayısıyla bireylerin sağlıklı bir şekilde iletişim kurabilmeleri için olumlu bir öz farkındalığa sahip olmaları etkilidir (Çamlıyer, 2001).

Ancak araştırmacılar, oyun alanlarının, spor sahalarının kısaca spor ve egzersizin insanlara kendi dünyalarını keşfetme fırsatı verirken, sporun insanların duygularını anlama fırsatı verdiğini vurgulamışlardır (Aşçı, 1999).

Ayrıca sporcuların ve spor ile uğraşan kişilerin sosyal yetenekler kazandıkları söylenebilir. Çünkü öz farkındalığı olumlu olan bireylerin sosyal becerileri de vardır. Sosyal beceriler, duruma göre davranışımızı değerlendirmek için gereken sosyal bilinci, problem çözme becerilerini ve kendimizi birçok stres etmeninden korumak için iletişim becerilerini içerir. Bu aynı zamanda başkalarıyla iletişimi teşvik etmek için önemli bir işlevdir (Takahashi ve ark., 2006; Korkut, 2004; Avşar, 2004).

Bireyler arasındaki iletişimde kişisel farklılıklar dikkate alındığında fiziksel aktivite ortamının insanları çekebilecek ana algı kanalının ortamı olduğu söylenebilir. Hareket kalıpları veya çözülmesi gereken sorunlar; sözlü olarak ifade edildiğinde kinestetik (duyusal) algı kanalına göre şekillenebilir, çünkü bireysel duyusal algı kanalında ifade edildiğinde vücut hareketi veya herhangi bir yolla ifade edilebilir. Kullanıcının olayı deneyimlemesini sağlar. Oyunlarda veya romanlarda kullanıldığında görsel araçlar görsel kanallarda kullanılır. Özer (2006), bilginin başkalarının hâkim algı kanalları ile uyumlu bir şekilde iletilmesi halinde bilginin anlaşılmasının daha kolay olacağına da işaret etmiştir.

Kişilerarası iletişimde perspektif farklılıkları da vurgulanmaktadır. Çünkü iletişim becerileri, olayları farklı açılardan izlemeye esneklik şarttır (Özer, 2006).

Tüm bu açıklamalara dayanarak spor, oyun ve fiziksel aktivitelerin bireylerin kişilerarası ilişkileri geliştiren iletişim becerilerini kazanmalarında etkili olduğu söylenebilir. Çünkü spor ile, fiziksel aktivitelerle ve oyunlarla elde edilen psikolojik ve sosyal alanlardaki davranış değişikliklerinin bireyin genel yaşamına aktarılıp aktarılmadığına yönelik yapılan çalışmalar, fiziksel aktiviteler yoluyla elde edilen

davranışların ve psiko-sosyal yönlerinin aktarıldığını, günlük yaşamda benzer durumlarla karşılaştığı görülmüştür (Çamlıyer, 2001).



Bölüm 3

Yöntem

Evren ve Örneklem

Araştırmada ele alınan parametreler (sportif katılım, akademik başarı düzeyi ve iletişim becerileri) arasındaki ilişkinin incelenmesinde eğitim bilimleri alanında sıklıkla kullanılan ilişkisel tarama modelinden yararlanıldı.

Araştırmanın evrenini 2018-2019 eğitim öğretim yılında İstanbul Maltepe ilçesinde ortaöğretim kurumlarında öğrenim gören öğrenciler oluşturdu.

Araştırmanın örneklem grubunu, 2018–2019 öğretim yılında İstanbul ilinin Maltepe ilçesi Fatih Sultan Mehmet Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi, Handan Hayrettin Yelkinkanat Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi, Küçükyalı Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi, ECA Elginkan Anadolu Lisesi, Orhangazi Anadolu Lisesi, Mehmet Salih Bal Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesinde öğrenim gören 10. ve 11.sınıflar olmak üzere toplam 450 gönüllü öğrenci oluşturdu.

Veri Toplama Teknikleri

Çalışmada veri toplama yöntemi olarak, tarama yöntemi kullanıldı. Bu aşamada katılımcılara demografik (yaş, cinsiyet, sınıf düzeyi, okul türü, ailenin gelir düzeyi, anne ve babanın eğitim düzeyi) sorularla birlikte iki ayrı ölçek uygulandı.

Bunlardan ilki katılımcıların sportif faaliyetlere katılma düzeylerini belirleyebilmek amacıyla araştırmacılar tarafından geliştirilmiş, 5'li likert (hiçbir zaman=1, nadiren=2, zaman zaman=3, çoğu zaman=4, her zaman =5) ölçeğine göre hazırlanmış 7 ifadeden oluşan “ Sportif faaliyetlere katılım ölçeği” dir. İkincisi ise yine katılımcıların iletişim beceri düzeylerini saptayabilmek maksadıyla, Ersanlı ve Balcı (1996) tarafından geliştirilen geçerlik ve güvenirlik çalışmaları yapılmış ve 45 sorudan oluşan “İletişim Becerileri Envanteri” dir.

Ayrıca katılımcıların akademik başarı puanlarını elde edebilmek için İstanbul il milli eğitim müdürlüğünden alınan izinle ilgili okulların idarecileri ile iletişime

geçildi. Veriler E-Okul sistemi üzerinden alındı. Öğrencilerin sınıf seviyelerine kadar olan yıl sonu notlarının aritmetik ortalamaları kaydedildi.

Verilerin toplanması aşamasında ölçeklerin uygulanabilmesi ve akademik puanlara ulaşabilmek için Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul İl Milli Eğitim Müdürlüğü ve Maltepe İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü'nden gerekli izinler alındı.

Araştırmacı tarafından ölçeklerle ilgili bilgi verildikten sonra, öğrencilere ders saatleri dışında ve tek oturumda uygulandı. Ölçeğin uygulanması sırasında, öğrencilerin gereken hassasiyet göstererek, sorulara dikkatli bir şekilde cevap verdikleri gözlemlendi. Uygulama aşamasında herhangi bir sorun yaşanmadan uygulama sonuçlandı.

Veri Analizi

Araştırmanın uygulanabilmesi için İstanbul ili Maltepe ilçesinden hem fen hem anadolu hemde meslek liseleri çalışmaya dahil edildi. Farklı eğitim programları uygulayan 6 farklı lisede öğrenim gören toplam 450 öğrenciye söz konusu ölçek uygulandı. Uygulama sonrasında değerlendirilen ölçeklerden eksik veya hatalı olan 35 ölçek değerlendirmeye alınmadı.

Değerlendirmeye alınan 415 ölçeğin sorularına verilen cevaplar ve akademik not ortalamaları bilgisayar ortamına aktarıldı. Verilere normallik testi uygulanması ile birlikte bu verilerin istatistiksel analizleri SPSS 22 (Statistical Package for the Social Sciences) paket programında t testi ve Anova testleri kullanılarak yapıldı. Anlamlılık düzeyi ise 0,05 olarak kabul edildi.

Tablo 2

Katılımcılara Ait Tanımlayıcı İstatikler

Değişkenler	N	Ortalama	Standart Sapma
Yaş (yıl)	415	16,37	0,74
Boy (cm)	415	172,68	9,06
Vücut ağırlığı (kg)	415	63,94	11,58

Tablo 1 incelendiğinde, katılımcıların yaşları ortalamasının $16,37 \pm 0,74$, boy uzunluk değerleri ortalamasının $172,68 \pm 9,06$ cm ve vücut ağırlık değerleri ortalamasının ise $63,94 \pm 11,58$ kg olduğu görüldü.



Bölüm 4

Bulgular ve Yorum

Tablo 2

Katılımcıların Cinsiyetine Göre Akademik Not Ortalamalarının Dağılımı

Cinsiyet	N	Ortalama	Standart Sapma	t	p
Erkek	276	64,10	8,59	-5,24	0,000
Kadın	139	68,84	8,88		

Tablo 2’ de katılımcıların akademik not ortalamaları cinsiyet değişkeni bağlamında irdelendiğinde, erkeklerin akademik notları ortalamasının $64,10 \pm 8,59$, kadınların akademik notları ortalamasının ise $68,84 \pm 8,88$ olduğu ve bu ortalama değerlerinin $p < 0,01$ düzeyinde farklılık gösterdiği saptandı.

Tablo 3

Katılımcıların Anne Eğitim Düzeyleri ile Akademik Not Ortalamaları Arasındaki İlişki

Değişkenler	Kareleri Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplararası	292,37	4	73,09	0,91	0,458
Gruplarıçi	32957,11	410	80,38		
Toplam	33249,48	414			

Tablo 3’ e bakıldığında katılımcıların akademik not ortalamalarının annenin eğitim durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı ($p > 0,05$) farklılık göstermediği tespit edildi.

Tablo 4

Katılımcıların Baba Eğitim Düzeyleri ile Akademik Not Ortalamaları Arasındaki İlişki

Değişkenler	Kareleri Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplararası	572,89	4	143,22		
Gruplariçi	32676,59	410	79,70	1,8	0,129
Toplam	33249,48	414			

Tablo 4' e bakıldığında katılımcıların akademik not ortalamalarının babanın eğitim durumuna istatistiksel olarak anlamlı ($p > 0,05$) farklılık göstermediği saptandı.

Tablo 5

Katılımcıların Okudukları Okul Türü ile Akademik Not Ortalamaları Arasındaki

Değişkenler	Kareleri Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplararası	8050,47	5	1610,10		
Gruplariçi	25199,01	409	61,61	26,133	0,000
Toplam	33249,48	414			

İlişki

Tablo 5' de katılımcıların akademik not ortalamaları okul türü bağlamında incelendiğinde, Fatih Sultan Mehmet Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi ile ECA Elginkan Anadolu Lisesi, Küçükyalı Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi, Orhangazi Anadolu Lisesi, Mehmet Salih Bal Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi arasında $p < 0,01$ düzeyinde farklılık gösterdiği saptandı.

Tablo 6

Katılımcıların Aile Gelir Düzeyi ile Akademik Not Ortalamaları Arasındaki İlişki

Değişkenler	Kareleri Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplararası	423,01	4	105,75		
Gruplariçi	32826,47	410	80,07	1,321	0,261
Toplam	33249,48	414			

Tablo 6' ya bakıldığında, katılımcıların akademik not ortalamaları ile aile gelir düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı ($p > 0,05$) bir farklılık olmadığı belirlendi.

Tablo 7

Katılımcıların Okul Dışı Zamanlarda Spor Yapma Düzeyi ile Akademik Not Ortalamaları Arasındaki İlişki

Değişkenler	Kareleri Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplararası	216,19	4	51,55		
Gruplariçi	33043,29	410	80,59	0,640	0,635
Toplam	33249,48	414			

Tablo 7' ye bakıldığında, katılımcıların akademik not ortalamaları ile okul dışı zamanlarda spor yapma düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı ($p > 0,05$) farklılık olmadığı görüldü.

Tablo 8

Katılımcıların Okul Bünyesindeki Müsabakalara Katılma Düzeyi ile Akademik Not Ortalamaları Arasındaki İlişki

Değişkenler	Kareleri Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplararası	325,03	4	81,26		
Gruplariçi	32924,45	410	80,30	1,012	0,401
Toplam	33249,48	414			

Tablo 8' e bakıldığında, katılımcıların akademik not ortalamalarının okul bünyesindeki müsabakalara katılma düzeyine göre incelendiğinde istatistiksel olarak anlamlı ($p > 0,05$) farklılık göstermediği ortaya çıktı.

Tablo 9

Katılımcıların İlçede Düzenlenen Müsabakalarda Okul Takımlarında Görev Alma Düzeyi ile Akademik Not Ortalamaları Arasındaki İlişki

Değişkenler	Kareleri Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplararası	343,23	4	85,81		
Gruplariçi	32906,25	410	80,26	1,069	0,371
Toplam	33249,48	414			

Tablo 9' a bakıldığında, katılımcıların akademik not ortalamaları ile ilçede düzenlenen müsabakalarda okul takımlarında görev alma düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı ($p > 0,05$) farklılık göstermediği tespit edildi.

Tablo 10

Katılımcıların İl Genelinde Düzenlenen Müsabakalarda Okul Takımlarında Görev Alma Düzeyi ile Akademik Not Ortalamaları Arasındaki İlişki

Değişkenler	Kareleri Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplararası	206,45	4	51,61		
Gruplariçi	33043,03	410	80,59	0,640	0,634
Toplam	33249,48	414			

Tablo 10' a bakıldığında, katılımcıların akademik not ortalamalarının, il genelinde düzenlenen müsabakalarda okul takımlarında görev alma düzeyleri açısından istatistiksel olarak anlamlı ($p > 0,05$) farklılık göstermediği ortaya konuldu.

Tablo 11

Katılımcıların Grup Müsabakalarında Okul Takımlarında Görev Alma Düzeyi ile Akademik Not Ortalamaları Arasındaki İlişki

Değişkenler	Kareleri Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplararası	74,10	4	18,53		
Gruplariçi	33175,37	410	80,91	0,229	0,922
Toplam	33249,48	414			

Tablo 11 incelendiğinde, katılımcıların akademik not ortalamaları ile grup müsabakalarında okul takımlarında görev alma düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı ($p > 0,05$) farklılık olmadığı tespit edildi.

Tablo 12

Katılımcıların Türkiye Şampiyonasında Okul Takımlarında Görev Alma Düzeyi ile Akademik Not Ortalamaları ile Arasındaki İlişki

Değişkenler	Kareleri Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplararası	352,14	4	88,03		
Gruplariçi	32897,34	410	80,24	1,097	0,358
Toplam	33249,48	414			

Tablo 12 irdelendiğinde, katılımcıların akademik not ortalamalarının, Türkiye şampiyonasında okul takımlarında görev alma düzeylerine göre istatistiksel olarak anlamlı ($p > 0,05$) farklılık olmadığı saptandı.

Tablo 13

Katılımcıların Okul Takımları Dışında Herhangi Bir Spor Kulübünde Görev Alma Düzeyi ile Akademik Not Ortalamaları ile Arasındaki İlişki

Değişkenler	Kareleri Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplararası	32,13	4	8,03		
Gruplariçi	33217,35	410	81,02	0,099	0,983
Toplam	33249,48	414			

Tablo 13 göz önüne alındığında, katılımcıların akademik not ortalamalarının, okul takımları dışında herhangi bir spor kulübünde görev alma düzeylerine göre istatistiksel olarak anlamlı ($p > 0,05$) farklılık göstermediği anlaşıldı.

Tablo 14

Katılımcıların İletişim Puanları ile Akademik Not Ortalamaları Arasındaki İlişki

Değişkenler	Kareleri Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplararası	194,64	4	48,67		
Gruplarıçi	106113,80	410	258,81	0,188	0,945
Toplam	106308,44	414			

Tablo 14 incelendiğinde, katılımcıların akademik not ortalamaları ile iletişim puanları arasında anlamlı ($p > 0,05$) farklılığın olmadığı belirlendi.

Tablo 15

Katılımcıların İletişim Beceri Düzeyi Puanları ile Anne Eğitim Durumları Arasındaki İlişki

Değişkenler	Kareleri Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplararası	1032,45	4	258,11		
Gruplarıçi	105275,10	410	256,77	1,005	0,405
Toplam	33249,44	414			

Tablo 15' e bakıldığında, katılımcıların anne eğitim durumları ile iletişim puanları arasında anlamlı ($p > 0,05$) bir farklılık oluşmadığı gözlemlendi.

Tablo 16

Katılımcıların İletişim Beceri Düzeyi Puanları ile Baba Eğitim Durumları Arasındaki İlişki

Değişkenler	Kareleri Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplararası	3557,34	4	889,33		
Gruplariçi	102751,11	410	250,61	3,549	0,007
Toplam	106308,44	414			

Tablo 16 incelendiğinde, katılımcıların baba eğitimi durumu değişkeni ile İletişim Beceri Düzeyi puanlarının arasında istatistiksel olarak anlamlı ($p < 0,01$) farklılık gösterdiği tespit edildi.

Tablo 17

Katılımcıların İletişim Beceri Düzeyi Puanları ile Aile Gelir Düzeyleri Arasındaki İlişki

Değişkenler	Kareleri Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplararası	2113,94	4	528,49		
Gruplariçi	104194,50	410	254,13	2,080	0,083
Toplam	106308,44	414			

Tablo 17 ele alındığında, katılımcıların aile gelir düzeyleri ile iletişim puanları arasında anlamlı ($p > 0,05$) farklılık göstermediği saptandı.

Tablo 18

Katılımcıların İletişim Beceri Düzeyi Puanlarının Okul Dışı Sportif Faaliyetlere

Sportif Faaliyetlere Katılma Sıklığı	N	Ortalama	Std Sap.	Varyansın Kaynağı	Kareleri Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareleri Ortalaması	F	p	Anlamlılık
Hiç bir zaman (1)	28	141,79	16,49	Gruplar arası	3283,57	4	820,89	3,267	0,012	1-5, 4-5, 3-5
Nadiren (2)	58	146,72	13,98	Grupları içi	103024,89	410	251,28			
Zaman zaman (3)	76	144,70	15,12	Toplam	106308,44	414				
Çoğu zaman (4)	96	145,43	15,78							
Her zaman (5)	157	150,46	16,74							
Toplam	415	147,13	16,02							

Katılma Sıklığına Göre Anova Sonuçları

Tablo 18' e göre katılımcıların okul dışı zamanlarda spor yapma düzeyleri ile İletişim Beceri Düzeyi puanlarının arasında istatistiksel olarak anlamlı ($p < 0,05$) farklılık gösterdiği belirlendi. Okul dışı zamanlarda hiçbir zaman sportif faaliyetlere katılmayanlar, zaman zaman katılanlar ve çoğu zaman katılanlar ile her zaman katılanlar arasında iletişim düzeyi puanları bakımından anlamlı ($p < 0,05$) farklılık olduğu görüldü.

Tablo 19

Katılımcıların İletişim Beceri Düzeyi Puanlarının Okul Bünyesindeki Müsabakalara Katılma Sıklığına Göre Anova Sonuçları

Sportif Faaliyetlere Katılma Sıklığı	N	Ortalama	Std Sap.	Varyansın Kaynağı	Kareleri Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareleri Ortalaması	F	p	Anlamlılık
Hiç bir zaman (1)	111	145,27	15,63	Gruplar arası	2625,08	4	656,27	2,595	0,036	1-5, 2-5, 3-5, 4-5
Nadiren (2)	42	147,33	16,23	Grupları içi	103683,37	410	252,89			

Zaman zaman (3)	41	143,63	16,13	Toplam	10630 8,44	414
Çoğu zaman (4)	74	145,39	15,67			
Her zaman (5)	147	150,34	16,07			
Toplam	415	147,13	16,02			

Tablo 19' a göre katılımcıların okul bünyesindeki müsabakalara katılma düzeyleri ile İletişim Beceri Düzeyi puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı ($p < 0,05$) farklılık gösterdiği tespit edildi. Okul bünyesindeki müsabakalara her zaman katılanlar ile hiçbir zaman, nadiren, zaman zaman ve çoğu zaman katılanlar arasında iletişim düzeyi puanları bakımından anlamlı ($p < 0,05$) farklılık olduğu görüldü.

Tablo 20

*Katılımcıların İletişim Beceri Düzeyi Puanlarının İlçede Düzenlenen
Müsabakalarda Okul Takımlarında Görev Alma Sıklığına Göre Anova Sonuçları*

Sportif Faaliyetlere Katılma Sıklığı	N	Ortalama	Std Sap.	Varyansın Kaynağı	Kareleri Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareleri Ortalaması	F	p	Anlam- lılık
Hiç bir zaman (1)	174	146,45	14,80	Gruplar arası	3567, 84	4	891,96	3,559	0,007	1-5, 2-5, 3-5 4-5
Nadiren (2)	35	141,57	15,63	Gruplarıçi	10274 0,59	410	250,58			
Zaman zaman (3)	46	145,76	19,44	Toplam	10630 8,44	414				
Çoğu zaman (4)	52	145,19	15,19							
Her zaman (5)	108	151,56	16,08							
Toplam	415	147,13	16,02							

Tablo 20' ye göre ilçede düzenlenen müsabakalarda okul takımlarında görev alma durumları ile İletişim Beceri Düzeyi puanlarının arasında istatistiksel olarak anlamlı ($p < 0,05$) farklılık gösterdiği tespit edildi. İlçede düzenlenen müsabakalara her zaman katılanlar ile hiçbir zaman, nadiren, zaman zaman ve çoğu zaman katılanlar arasında iletişim düzeyi puanları bakımından anlamlı ($p < 0,05$) farklılık

olduğu görüldü.

Tablo 21

Katılımcıların İletişim Beceri Düzeyi Puanlarının İl Geneline Düzenlenen

Sportif Faaliyetlere Katılma Sıklığı	N	Ortalama	Std. Sap.	Varyansın Kaynağı	Kareleri Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareleri Ortalaması	F	p	Anlamlılık
Hiç bir zaman (1)	210	145,97	14,67	Gruplar arası	2479,77	4	619,94	2,448	0,046	1-5, 2-5,
Nadiren (2)	39	144,10	17,60	Grupları içi	10382,867	410	253,24			
Zaman zaman (3)	39	146,26	19,77	Toplam	10630,844	414				
Çoğu zaman (4)	42	147,29	14,52							
Her zaman (5)	85	151,74	16,76							
Toplam	415	147,13	16,02							

Müsabakalarda Okul Takımlarında Görev Alma Sıklığına Göre Anova Sonuçları

Tablo 21 incelendiğinde, il genelinde düzenlenen müsabakalarda okul takımlarında görev alma sıklığı ile İletişim Beceri Düzeyi puanlarının arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir ($p < 0,05$). İl genelinde düzenlenen müsabakalara her zaman katılanlar ile hiçbir zaman ve nadiren katılanlar arasında iletişim düzeyi puanları bakımından anlamlı ($p < 0,05$) farklılık olduğu görüldü.

Tablo 22

Katılımcıların İletişim Beceri Düzeyi Puanlarının Grup Müsabakalarında Okul Takımlarında Görev Sıklığına Göre Anova Sonuçları

Sportif Faaliyetlere Katılma Sıklığı	N	Ortalama	Std Sap	Varyansın Kaynağı	Kareleri Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareleri Ortalaması	F	p	Anlamlılık
Hiç bir zaman (1)	170	145,66	14,25	Gruplar arası	4484,554	4	1121,139	4,514	,001	1-5, 2-3,

Nadiren (2)	43	148,07	14,03	Gruplariçi	101823,889	410	248,351	3-4, 3-5
Zaman zaman (3)	51	140,96	18,44	Toplam	106308,443	414		
Çoğu zaman (4)	48	148,54	14,26					
Her zaman (5)	103	151,58	17,89					
Toplam	415	147,13	16,02					

Tablo 22' ye göre katılımcıları grup müsabakalarında okul takımlarında görev alma sıklığı ile İletişim Beceri Düzeyi puanlarının arasında istatistiksel olarak anlamlı ($p < 0,05$) farklılık gösterdiği görüldü. Okul takımlarında zaman zaman görev alanlar ile nadiren, çoğu zaman ve her zaman görev alanlar arasında iletişim düzeyi puanları bakımından anlamlı ($p < 0,05$) farklılık olduğu görüldü. Ayrıca hiçbir zaman görev almayanlar ile her zaman görev alanlar arasında önemli bir derecede anlamlı ilişki vardır ($p < 0,01$).

Tablo 23

Katılımcıların İletişim Beceri Düzeyi Puanlarının Türkiye Şampiyonasında Okul Takımlarında Görev Alma Sıklığına Göre Anova Sonuçları

Sportif Faaliyetlere Katılma Sıklığı	N	Ortalama	Std Sap.	Varyansın Kaynağı	Kareleri Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareleri Ortalaması	F	p
Hiç bir zaman (1)	325	147,02	14,62	Gruplar arası	1827,81	4	456,95	1,792	0,134
Nadiren (2)	24	147,21	20,15	Gruplariçi	104480,63	410	254,83		
Zaman zaman (3)	13	158,00	15,85	Toplam	106308,44	414			
Çoğu zaman (4)	17	143,41	20,03						
Her zaman (5)	36	145,92	21,69						
Toplam	415	147,13	16,02						

Tablo 23'e bakıldığında katılımcıların Türkiye şampiyonasında okul takımlarında görev alma düzeylerinin iletişim puanlarına anlamlı ($p > 0,05$) farklılık göstermediği tespit edildi.

Tablo 24

Katılımcıların İletişim Beceri Düzeyi Puanları ile Okul Takımları Dışında Herhangi Bir Spor Kulübünde Görev Alma Sıklığı Arasındaki İlişki

Sportif Faaliyetlere Katılma Sıklığı	N	Ortalama	Std Sap.	Varyansın Kaynağı	Kareleri Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareleri Ortalaması	F	p
Hiç bir zaman (1)	190	145,76	15,26	Gruplar arası	1497,83	4	374,46	1,473	0,214
Nadiren (2)	34	144,06	14,16	Gruplarıçi	104810,61	410	255,64		
Zaman zaman (3)	33	150,33	17,89	Toplam	106308,44	414			
Çoğu zaman (4)	39	147,82	15,01						
Her zaman (5)	119	149,10	17,31						
Toplam	415	147,13	16,02						

Tablo 24' e bakıldığında okul takımları dışında herhangi bir spor kulübünde görev alma düzeyleri ile iletişim puanları arasında anlamlı ($p > 0,05$) farklılık olmadığı tespit edildi.

Bölüm 5

Tartışma

Bu çalışma ile İstanbul ili Maltepe ilçesinde farklı eğitim programları uygulayan 6 farklı lisede 10. ve 11. sınıflarda öğrenim gören toplam 415 öğrencinin sportif faaliyetlere katılım düzeylerinin, iletişim becerileri ve akademik başarıları arasındaki ilişki incelendi. Çalışmada, katılımcıların verdikleri cevaplar esas alınarak analizler yapıldı ve analiz sonuçları aşağıda özetlendi.

Araştırmaya dahil edilen katılımcıların 276'sı erkek, 139'u kadındır. Katılımcıların yaşları ortalaması $16,37 \pm 0,74$ yıl, boy uzunlukları ortalaması $172,68 \pm 9,06$ cm ve vücut ağırlıkları ortalaması $63,94 \pm 11,58$ kg şeklindedir.

Yapılan çalışmada, erkeklerin akademik notları ortalamasının $64,10 \pm 8,59$, kadınların akademik notları ortalamasının ise $68,84 \pm 8,88$ olduğu görüldü. Bu ortalama değerlerin istatistiksel olarak karşılaştırılması sonucu kadınlar lehinde $p < 0,01$ düzeyinde anlamlı farklılıkla tespit edildi. Kılıç ve Karadeniz'in (2004) cinsiyet ve öğrenme stilinin başarıya etkisini değerlendirdikleri çalışmada, cinsiyet ve akademik başarı arasında ilişki olmadığını saptamışlardır. Yine Keskin ve Sezgin'in (2009) yapmış olduğu çalışmada da ergenin cinsiyeti ve akademik başarısı arasında ilişki saptanmamıştır. Diğer taraftan Aslanargun ve arkadaşlarının 2016 da yaptıkları çalışmada, cinsiyetin akademik başarı üzerinde erkekler lehinde etkisinin olduğunu ortaya koymuşlardır. Çalışma bulguları literatürle çelişmesinde seçilen okulların öğrenci profilinden kaynaklanabileceği düşünülmektedir.

Katılımcıların akademik başarı düzeyleri anne eğitim düzeyine göre incelendiğinde, anne eğitim düzeyinin gruplar arasında akademik başarı açısından herhangi bir farklılık ($p = 0,458$) yaratmadığı görüldü. Aynı şekilde baba eğitim düzeyinin de gruplar arasında herhangi bir farklılığa ($p = 0,129$) neden olmadığı ortaya konuldu. Türkel (2010) yapmış olduğu çalışmada, ortaöğretim öğrencilerinin akademik puanlarının anne eğitim düzeyine göre farklılaştığını ifade etmiştir. Çalışma bulgularının literatürle farklılık göstermesinde yapılan çalışmaların farklı öğretim kademelerinde yapılmış olmasından kaynaklanabileceği düşünülmektedir. Ortaokul öğrencilerinin akademik kariyer noktasında lise öğrencilerine göre daha

az bilgili olmalarından dolayı ebeveynlerin bu noktada öğrencileri ile daha fazla ilgilenme ihtiyacını doğurmaktadır. Annenin eğitim seviyesi yükseldikçe öğrencinin akademik başarısı da yükselir. Çünkü iyi eğitilmiş annelerin çocuklarının derslerine yardım etmek için daha fazla fırsat ve bilgi birikimine sahiptirler. Bu bilgi birikimi lise düzeyinde daha sınırlı hale gelebilmektedir. Bu durum ise farklı sonuçların ortaya çıkmasına neden olabilmektedir. Yapılan bir çalışmada (Ural ve Çınar, 2014) anne- baba eğitim durumu ile ergenlerin akademik başarıları arasında anlamlı ilişkinin olduğunu ortaya koymuştur. Hortaçsu (1995) ise eğitim düzeyi yüksek olan bir babanın, çocuğuna derslerinde hem öğretmenlik hem de rehberlik yapabildiğini ifade etmiştir.

Katılımcılara ait akademik not ortalamaları yine katılımcıların okudukları okul türlerine göre irdelendiğinde, okullar arasında $p < 0,05$ düzeyinde anlamlı farklılık olduğu saptandı. Bu farklılığın Fatih Sultan Mehmet Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi ile ECA Elginkan Anadolu Lisesi, Küçükalyalı Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi, Orhangazi Anadolu Lisesi, Mehmet Salih Bal Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi arasında olduğu tespit edildi. Uluslararası Öğrenci Değerlendirme Programının (PISA) 2012 Ulusal Ön Raporunda, Türkiye'deki öğrencilerin matematik puanları arasındaki farklılığının sebebinin %62 oranında okul türlerinden kaynaklandığı vurgulanmıştır (MEB EARGED, 2013). Literatür, çalışma bulgularını destekler durumdadır.

Katılımcıların aile gelir düzeyleri ile akademik not ortalamaları arasında anlamlı ($p = 0,261$) bir ilişki olmadığı tespit edildi. Türkel (2010)' in yaptığı çalışma da aile gelir düzeyi ile ortaöğretim başarı puanı arasında anlamlı bir ilişki olduğunu ifade etmiştir. Bu farkın, orta gelirli aileler lehine olduğu ortaya konulmuştur. Öksüzler ve Sürekçi 2010 da yaptıkları çalışmada, OKS sınavına giren öğrencilerin ailelerinin eğitim ve gelir düzeylerinin onların OKS sınavında başarılı olabilmelerini etkileyen en önemli faktör olduğunu bildirmişlerdir.

Deneklere ait akademik not ortalamaları, katılımcıların okul dışı zamanlarda spor yapıp yapmama durumuna göre ($p=0,635$), okul bünyesindeki sportif faaliyetlere katılıp katılmama durumuna göre ($p=0,401$), ilçede düzenlenen sportif faaliyetlere katılma düzeyine göre ($p=0,371$), il genelinde düzenlenen sportif müsabakalarda okul takımlarında görev alma düzeylerine göre ($p=0,634$), grup

müسابakalarında okul takımlarında görev alama düzeyine göre ($p=0,922$), okul takımları dışında herhangi bir spor kulübünde spor yapıyor olup olmamasına göre ($p=0,983$) ve Türkiye şampiyonasında okul takımlarında görev alama düzeyine göre ($p=0,358$) anlamlı bir farklılık olmadığı ortaya konuldu. Türel (2010) in yapmış olduğu çalışmada ortaöğretim başarı puanı yüksek olan öğrencilerin düşük ve orta düzeyde başarı puanına sahip öğrencilere göre spora daha sık katıldıklarını ifade etmiştir. Demirhan (1995) yaptığı bir çalışmada, egzersizin kişisel, bilişsel, duygusal, sosyal ve psikomotor gelişime olumlu katkı sağladığını belirterek, spor faaliyetleri içerisinde bulunan öğrencilerin bilişsel gelişimine olumlu katkılar sağladığı ve başarı düzeyini arttırdığını savunmuştur. Singh ve arkadaşlarının 2012 Amerika'da yaptıkları çalışmayla, 6 ile 18 yaş arası yaklaşık 12.000 çocuk ve genç uzun süreli olarak takip edilmiştir. Çalışmada fiziksel aktivitelerin öğrencilerin akademik başarısına etkisi incelenmiştir. Sonuçta fiziksel aktiviteler ile akademik başarı arasındaki pozitif yönde bir ilişki olduğunu ifade etmişlerdir. Yine Tosun ve arkadaşlarının (2015) de 320 üniversite öğrencisi üzerinde yaptıkları çalışmada spor aktivitelerinin başarı ve motivasyon üzerine etkisini incelemişlerdir. Sonuçta fiziksel olarak daha aktif olan öğrencilerin akademik anlamda da daha başarılı oldukları ortaya koymuşlardır. Gerek literatür gerekse de çalışma bulguları, sportif faaliyetlere katılmanın öğrencilerin akademik başarı puanları üzerine olumsuz etkisinin olmadığı hatta bazı literatür bulgularına göre ise olumlu etkilediği görülmektedir. Bu bulgular da bize velilerin, öğrencilerin sportif faaliyetlere katılmaları akademik başarılarını olumsuz yönde etkiler şeklindeki yanlış tutumun yersiz olduğunu göstermektedir.

Çalışmaya dahil edilen öğrencilerin akademik not ortalamaları iletişim beceri düzeyleri bağlamında incelendiğinde, akademik not ortalamaları ile iletişim beceri düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı ($p=0,945$) bir ilişki olmadığı görüldü. Şah 2013 yılında üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı araştırmada, öğrencilerin psikolojik olarak etkili iletişim becerilerine sahip olmaları akademik başarılarını etkileyeceğini ifade etmiştir. Ayrıca Üniversite öğrencilerinin akademik faaliyetleri yürütebilme yeteneklerinin, zihinsel kabiliyet ve becerileri tarafından belirlendiğini ortaya koymuştur. Baltaş (1997), sağlıklı ilişkiler kurmak ve daha etkili iletişim becerilerine sahip olmak için duygusal olgunluğa ulaşmanın ve bedeni iyi kullanmanın önemini vurgulamıştır. Duygusal olgunluk, kişinin kendi duygularını

anlaması ve yaşam standartlarını yükseltecek ve başkalarının duygularıyla empati kuracak şekilde düzenlenmesi olarak tanımlanmaktadır. Bu anlamda duygusal açıdan belli olgunluğa sahip öğrencilerin hem sosyal hem de akademik açıdan daha olumlu yönde performans sergileyebilecekleri konusunda pozitif bir ilişki olduğu sonucuna varılabilir. Bu manada belli seviyelerde duygusal olgunluğa sahip öğrencilerin, sosyal ve akademik performanslarının daha iyi olacağı ve aralarında olumlu bir ilişkinin olabileceği düşünülmektedir. Çalışma bulgularının literatürle çelişmesinde çalışmaya dahil edilen katılımcıların farklı profillerinden kaynaklanabileceği düşünülmektedir.

Baba eğitim düzeyine göre iletişim beceri düzeylerinin değiştiği görülmektedir. Ancak katılımcıların anne eğitim düzeyleri iletişim beceri düzeylerinde etkili faktörler olmadığı tespit edildi. Bu araştırmanın bulguları ile paralel olarak Türkel (2010)'in yaptığı çalışmada öğrencilerin annelerinin eğitim düzeyleri açısından anlamlı bir fark bulunmamıştır. Koç (2000), iletişim düzeyi açısından ebeveynlerin eğitim düzeyinin etkili olduğunu bulmuştur. Yüksek eğitilmiş ebeveynlerle sporcuların iletişim düzeyinin, ilköğretim ve ortaokullarda velileri olan sporculardan daha yüksek olduğuna dikkat çekti. Yine orta öğretim mezunu olan ebeveynleri olan sporcular, ilköğretim eğitimi alan ebeveynleri olan sporculardan daha iyi iletişim gösterdiler. Bu sonuç, araştırmamızı da desteklemektedir. Çoban (2018) tarafından yapılan çalışmada, araştırmaya katılan öğrencilerin annelerinin eğitim düzeylerine göre fiziksel etkinliklere katılım ve iletişim becerilerinde anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir. Öğrencilerin spor faaliyetlerine katılım düzeylerinin ve iletişim becerilerinin düzeyinin babalarının eğitim düzeyine göre değişmediği görülmektedir. Bir öğrencinin ebeveynlerinin spor faaliyetlerine katılmada ve iletişim becerilerinin düzeyinde etkili bir faktör olmadığı düşünülmektedir.

Araştırmanın sonucunda katılımcıların gelir durumlarının iletişim puanlarına göre anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Çoban (2018)'in yapmış olduğu araştırmanın sonucunda ise ailelerin gelir düzeyleri ile iletişim beceri düzeyleri arasında anlamlı bir farklılaşma olduğu görülmüştür. Türel (2010) in yaptığı çalışmada orta gelir düzeyine sahip ailelerin çocuklarının iletişim beceri düzeyleri de diğer gelir gruplarında yer alan ailelerin çocuklarından yüksek bulunmuştur. Bu durum sonuçları itibarıyla bir hayli ilginç ve detaylı araştırmaya değerdir. Kuruç ve

Bayar (1989), sosyo-ekonomik düzeyin uyum alanları ve uyum yöntemlerinin belirli alanlarında etkili olduğuna işaret etmektedir. Sosyal ilişkiler, duygusal denge, duygusal durum, gerçeklikle uyum ve liderlik davranışı açısından sosyoekonomik düzeyi yüksek öğrenciler, sosyoekonomik düzeyi düşük öğrencilerden daha iyidir.

Bayar (1989), sosyo-ekonomik düzeyin uyum ve uyum yöntemlerinin bazı alanları için etkili olduğu görülmüştür. Sosyal ilişkiler, duygusal denge, duygusal durum, gerçekliğe uyum ve önderlik davranışı bakımından sosyoekonomik düzeyi yüksek öğrenciler, sosyoekonomik düzeyi düşük öğrencilerden daha iyi konumdadır (Koruç, 1989). Koç'un (2000) yapmış olduğu bir diğer çalışmada anket sonuçlarında, üst sosyoekonomik düzeyden öğrenci iletişimleri, orta ve alt sosyoekonomik düzeydeki öğrenci iletişimlerinden daha yüksektir. Sosyoekonomik düzeyi düşük ailelerin genellikle eğitim düzeylerinin düşük olduğu ve çocuklarına sert, baskıya dayalı bir disiplin uyguladıkları, bu durumun kişisel iletişim düzeyini olumsuz etkilediğine dikkat çekilmektedir. Literatürdeki bu çalışmalar da bu araştırmayı desteklemektedir. Özdiñ'in (2005) bir raporuna göre; farklı sosyal sınıflardan bireylerin spora katılımını inceleyen Mcpherson ve ark. (1989), farklı toplumlarda sınıfın spor üzerindeki etkisini inceledi. Araştırmacılar, spora olan ilgi düzeyinin sosyal sınıfla pozitif yönde ilişkili olduğunu ve alt sosyal sınıfların spor faaliyetlerine katılımının yüksek sosyal sınıflara göre daha az olduğunu bulmuşlardır.

Bu araştırmanın amaçlarından biriside ortaöğretim öğrencilerinin sportif faaliyetlere katılım düzeyi ile iletişim beceri düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Çalışmaya dahil edilen öğrencilerden okul dışındaki zamanlarda hiçbir zaman spor yapmam diyenlerin iletişim beceri puanlarının ortalaması $141,79 \pm 16,49$, nadiren spor yaparım diyenlerin ortalaması $146,72 \pm 13,98$, zaman zaman spor yaparım diyenlerin ortalaması $144,70 \pm 15,12$, çoğu zaman spor yaparım diyenlerin ortalaması $145,43 \pm 15,78$ ve her zaman spor yaparım diyenlerin iletişim puanları ortalamasının ise $150,46 \pm 16,74$ olduğu belirlendi. Bu ortalama değerlerin istatistiksel analizleri sonucunda her zaman spor yaparım diyenler ile hiçbir zaman spor yapmam, zaman zaman spor yaparım ve çoğu zaman spor yaparım diyenler arasında anlamlı ($p = 0,012$) farklılığın olduğu ortaya konuldu.

Katılımcıların iletişim beceri puanları, öğrencilerin okul bünyesindeki müsabakalara katılma düzeylerine göre incelendiğinde, hiçbir zaman katılmam diyenlerin İletişim Beceri Düzeyi puanlarının ortalaması $145,27 \pm 15,63$, nadiren katılırim diyenlerin İletişim Beceri Düzeyi puanlarının ortalaması $147,33 \pm 16,23$, zaman zaman katılırim diyenlerin ortalaması $143,63 \pm 16,16$, çoğu zaman katılırim diyenlerin puanları ortalaması $145,39 \pm 15,67$ ve her zaman katılırim diyenlerin iletişim beceri düzeyi puanlarının ortalamasının ise $150,35 \pm 16,07$ olduğu ortaya çıktı. Bu ortalama değerlerin istatistiksel olarak karşılaştırılması sonucunda okul bünyesindeki sportif müsabakalara her zaman katılırim diyenlerin, hiçbir zaman katılmam, nadiren katılırim, zaman zaman katılırim ve çoğu zaman katılırim diyenlere göre anlamlı ($p=0,036$) bir şekilde farklı ortalamaya sahip oldukları saptandı.

Çalışmaya dahil edilen katılımcıların İletişim Beceri Düzeyi puanları, katılımcıların ilçe düzeyinde düzenlenen müsabakalara katılma düzeyine göre irdelendiğinde, hiçbir zaman katılmam diyenlerin İletişim Beceri Düzeyi puanları ortalaması $146,45 \pm 14,80$ iken, nadiren katılırim diyenlerin İletişim Beceri Düzeyi puanlarının ortalaması $141,57 \pm 15,63$ dir. Yine zaman zaman katılırim diyenlerin puanları ortalaması $145,76 \pm 19,44$, çoğu zaman katılırim diyenlerin puanları ortalaması $145,19 \pm 15,19$ ve her zaman katılırim diyenlerin iletişim beceri düzeyi puanlarının ortalamasının ise $151,56 \pm 6,08$ olduğu belirlendi. Bu ortalama değerlerin istatistiksel olarak karşılaştırılması sonucunda ilçe düzeyinde düzenlenen müsabakalara her zaman katılırim diyenlerin, hiçbir zaman katılmam, nadiren katılırim, zaman zaman katılırim ve çoğu zaman katılırim diyenlere göre anlamlı ($p=0,007$) bir şekilde farklı ortalamaya sahip oldukları saptandı. Laster (2009) yaptığı bir çalışmada, Minosata Eyalet Üniversitesinde sporcu ve sedanter öğrencilerin iletişim algıları değerlendirilmiştir. Çalışmada sporcu öğrencilerin iletişim becerileri sedanterlerden daha yüksek olduğu ifade edilmiştir. Bu bulgu çalışma bulgularını destekler durumdadır.

Deneklerin iletişim beceri düzeyleri puanları İl genelinde düzenlenen müsabakalarda okul takımlarında görev alma düzeylerine göre incelendiğinde, hiçbir zaman katılmam diyenlerin İletişim Beceri Düzeyi puanları ortalamasının $145,97 \pm 14,67$ olduğu, nadiren katılırim diyenlerin $144,10 \pm 17,60$, zaman zaman

katılım diyenlerin $146,26 \pm 19,77$, çoğu zaman katılım diyenlerin $147,29 \pm 14,52$, ve her zaman katılım diyenlerin ise iletişim beceri düzeyi puanları ortalamasının ise $151,74 \pm 16,76$ olduğu görüldü. Bu ortalama değerlerin istatistiksel olarak il genelinde düzenlenen müsabakalarda okul takımlarında her zaman yer alırım diyenlerin, hiçbir zaman yer almam ve nadiren yer alırım diyenlerin ortalamasından anlamlı ($p=0,046$) düzeyde farklılık gösterdiği bulundu.

Yine katılımcıların iletişim becerileri düzeyi puanları ile grup müsabakalarında okul takımlarında yer alma düzeyleri arasındaki ilişki göz önüne alındığında, okul takımlarındaki faaliyetlere hiçbir zaman katılmam diyenlerin İletişim Beceri Düzeyi puanlarının ortalaması $145,66 \pm 14,25$, nadiren katılım diyenlerin iletişim beceri düzeyi puanlarının ortalaması $148,07 \pm 14,03$, zaman zaman katılım diyenlerin ortalaması $140,96 \pm 18,44$, çoğu zaman katılım diyenlerin $148,54 \pm 14,26$, ve her zaman katılım diyenlerin iletişim beceri düzeyi puanları ortalamasının ise $151,58 \pm 17,89$ olduğu görüldü. Bu ortalama değerlerin istatistiksel olarak karşılaştırılması sonucunda her zaman katılım diyenlerin ortalama puanları ile hiçbir zaman katılmam ve zaman zaman katılım diyenlerin ortalama puanları arasında her zaman katılım diyenlerin lehinde, yine zaman zaman katılım diyenlerin ortalama puanları ile nadiren katılım ve çoğu zaman katılım diyenlerin ortalama puanları arasında zaman zaman katılım diyenlerin aleyhinde anlamlı ($p=0,001$) farklılık olduğu saptandı. Yılmaz ve Çimen (2008) Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin iletişim becerilerini değerlendirdikleri çalışmada, elit sporcuların iletişim beceri puanlarının BESYO öğrencilerinden daha yüksek olduğu görülmektedir.

Çalışmada elde edilen iletişim beceri puanları, öğrencilerin okul takımlarıyla Türkiye şampiyonasına katılmalarına göre ele alındığında, hiçbir zaman katılmam diyenlerin iletişim beceri düzeyi puanlarının ortalamasının $147,02 \pm 14,62$, nadiren katılım diyenlerin iletişim beceri düzeyi puanlarının ortalaması $147,21 \pm 20,15$, zaman zaman katılım diyenlerin ortalaması $158,00 \pm 15,85$, çoğu zaman katılım diyenlerin $143,41 \pm 20,03$, ve her zaman katılım diyenlerin iletişim beceri düzeyi puanları ortalamasının ise $145,92 \pm 21,69$ olduğu görüldü. Bu ortalama değerlerin birbirleri ile istatistiki olarak anlamlı ($p= 0,134$) farklılık göstermediği ortaya konuldu.

İletişim beceri düzeylerinin değerlendirildiği diğer bir değişken ise öğrencilerin okul takımları dışında herhangi bir spor kulübünde spor yapıp yapmadığına göredir. Burada her zaman spor yaparım diyenlerin $145,76 \pm 15,26$, nadiren spor yaparım diyenlerin $144,06 \pm 14,16$, zaman zaman spor yaparım $150,33 \pm 17,89$, çoğu zaman katılırim diyenlerin $147,82 \pm 15,01$, ve her zaman katılırim diyenlerin ise $149,10 \pm 17,31$ gibi ortalama değerlere sahip oldukları belirlendi. Bu ortalama değerlerin istatistiksel olarak anlamlı ($p=0,214$) farklılık göstermediği saptandı.



Bölüm 6

Sonuç ve Öneriler

Çalışma kapsamında fiziksel aktivite ile sportif faaliyetlere katılımın akademik başarı ile iletişim becerileri arasındaki ilişkiyi belirlemeye yönelik literatürde yer alan çok sayıda çalışma incelenmiştir. Bu çalışmaların birçoğunda fiziksel aktivitenin ve sportif faaliyetlerin zihinsel fonksiyonları ile ilişkili olduğu; artan fiziksel aktivitenin çocuk ve ergenlerin okul performansına dolayısı ile akademik başarılarına katkı sağladığı belirlenmiştir.

Yapılan literatür taramasında düzenli fiziksel aktivite ve sportif faaliyetlere katılan kişilerin kendilerini sağlıklı, mutlu ve zinde hissettikleri bedenini tanıyan ve sınırlarını bilen kendisi ile barışık, özgüven yüksek bireyler olduğu görülmüştür. Ayrıca kişiler arası iletişim becerilerinin gelişmesine yardımcı olan düzenli fiziksel aktivite ve sportif faaliyetlere katılan kişilerin zorluklara karşı koyma, stresle başa çıkabilme ve pozitif düşünebilme yeteneğinin de geliştiği görülmüştür.

Bu araştırmanın amaçları doğrultusunda ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktivite ile sportif faaliyetlere katılımın akademik başarı etkisi tespit edilmedi. Ancak araştırmanın sonuçlarına göre çalışmaya katılan öğrencilerin sportif faaliyetlere katılım düzeyi ile iletişim beceri düzeyleri arasında bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Bir diğer sonucumuz, katılımcıların not ortalamalarının cinsiyete göre kadınlar lehinde olduğu saptandı. Katılımcıların akademik not ortalamaları okul türü bağlamında incelendiğinde farklılık gösterdiği saptandı. Aynı şekilde katılımcıların baba eğitimi durumu değişkeni ile İletişim Beceri Düzeyi puanlarının arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği tespit edildi. Okul dışı zamanlarda spor yapma düzeyleri, okul bünyesindeki müsabakalara katılma düzeyleri ve grup müsabakalarında okul takımlarında görev alma düzeyleri ile İletişim Beceri Düzeyi puanlarının arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği tespit edildi.

Bu konu ile yapılabilecekler gözden geçirildiğinde okullarda verilen eğitim öğrencinin stres yaşamasına, akademik baskı hissetmesine sebep olduğundan dolayı, okullarda bu olumsuzlukları giderme yoluna gidilmelidir. Farklı etkinlikler ve sportif aktivitelere daha çok yer verilmelidir. Teknolojiden ve asosyallikten

uzaklaştırmak, bireyleri iletişim halinde tutmak için her türlü aktiviteler arttırılmalıdır. Aileler de bu konunun uzmanları tarafından verilecek seminer ve eğitimler ile bilinçlendirilebilir. Öğrenciler psikolojik olarak rahatlamak adına kendileri için okul dışında yapabilecekleri çeşitli aktivite ve organizasyonlara da yönlendirilebilir. Özellikle yetenekli olan öğrenciler Bu nedenle sporun bu ve benzeri pek çok faydasını ortaya çıkarmak için bu alanda bilimsel araştırmalar yapmak gerekmektedir. Bu gereksinimi karşılamak için üniversite beden eğitimi bölümleri ve spor yüksekokulları önderlik etmelidir. Bu konudaki bilimsel çalışmaların artmasıyla birlikte sporun insan yaşamındaki işlevi daha etkin bir şekilde analiz edilecek ve spor Türkiye'de hak ettiği yeri bulabilecektir. Bu araştırma nicel araştırma teknikleri kullanılarak yapılmış bir araştırmadır. Konunun daha detaylı incelenebilmesi için bundan sonraki yapılacak araştırmalarda farklı araştırma teknikleri kullanılabilir.

Kaynaklar

- Açak, M., İlkın, A. ve Erhan, S. (1997). *Beden eğitimi öğretmeninin el kitabı*. Malatya: Sezer Ofset.
- Açıkada, C. ve Ergen, E. (1990). *Bilim ve spor*. Ankara: Büro Tek Ofset Matbaacılık.
- Ainsworth, B. E.; Haskell, W. L.; Whitt, M. C.; Irwin, M. L.; Swartz, A. M.; Strath, S. J.; O'brien, W. L.; Bassett Jr., D. R.; Schmitz, K. H.; Emplainscourt, P. O.; Jacobs Jr., D. R. ve Leon, A. S. (2000). Compendium of Physical Activities: An update of activity codes and met intensities, medicine and science in sports and exercise, 32(9) (Suppl), 498-516.
- Akgün, İ.B., İnan, M. (2010). İlköğretim okulları seçmeli spor etkinlikleri dersi öğretim programına ilişkin öğretmen görüşlerinin incelenmesi. 9. *Ulusal Sınıf Öğretmenliği Eğitim Sempozyumu*, 20-22 Mayıs, Elazığ: TÜBİTAK, 406-411.
- Akyol A, Bilgiç P, Ersoy G. (2012). *Fiziksel aktivite, beslenme ve sağlıklı yaşam*. Ankara: Klasmat Matbaacılık.
- Alpkaya, U. ve Mengutay, S. (2004). *Fiziksel aktivitenin reaksiyon sürecinin incelenmesi*. Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi. Cilt:9, Sayı:3, 49-57.
- Aracı, H. (1999). *Okullarda beden eğitimi*. Ankara: Bağırhan Yayın Evi.
- Aracı, H. (2001). *Öğretmen ve öğrencileri için okullarda beden eğitimi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Aracı, H. (2004). *Okullarda beden eğitimi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Aslanargun, E., Bozkurt, S., Sarioğlu, S., (2016). The impacts of socioeconomic variables on the academic success of the students. *Uşak Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*.9/3
- Aşçı, H.(1999). *Benlik kavramı ve spor II. Spor psikolojisi kursu kitabı*. Ankara,7-35.

- Avşar, Z.(2004). *Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin sosyal beceri düzeylerinin belirlenmesi*. Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, (2), 111-130
- Aybek A, İmamoğlu O, Taşmektepligil MY. (2011). *Öğrencilerin beden eğitimi dersi ve ders dışı etkinliklerine yönelik tutumlarının değerlendirilmesi*. Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi, 2(2):51-59.
- Ballantine, R.J. (1981). *What the research says: About the correlation between athletic participation and academic achievement*. ERIC Document Reproduction.
- Baltacı, G. (2008). *Çocuk ve spor*. Ankara: Klasmat.
- Baltacı G, Düzgün İ. (2008). *Adölesan ve egzersiz*. Ankara: Sağlık Bakanlığı Yayınları, Birinci Basım, Yayın No: 730.
- Baltaş, Z., Baltaş, A. (1997). *İletişim becerinizin anahtarı sessiz diliniz, beden dili*. İstanbul: Remzi Kitapevi, s.158-160.
- Bandura, A. (1982). *Self efficacy mechanism in human agency*. American Psychologist, 37 (2), 122–147.
- Bayhan, (1999). *Çocuğun okul başarısını etkileyen etmenler*. Sosyal Hizmetler Dergisi, 1(10), 6–12.
- Bayrakçı Tunay V. (2012). *Yetişkinlerde fiziksel aktivite*. Ankara: T.C. Sağlık Bakanlığı Yayın , No: 730.
- Bek, N. (2008). *Fiziksel aktivite ve sağlığımız*. Ankara: Klasmat Matbaacılık.
- Burgaz, B. (2002). *Kalabalık sınıf nitelikli öğretmen*. Bilim ve Teknik Dergisi, 420.
- Cairney J, Kwan MYW, Velduizen S, Hay J, Bray SR, Faught BE. (2012). *Gender, perceived competence and the enjoyment of physical education in children: a longitudinal examination*. International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity, 9:26.
- Caspersen CJ., Powell KE., Christenson GM. (1985). *Physical activity, exercise, and physical fitness: definitions and distinctions for health-related research*. Public Health Rep.100(2):126-31.

- Coe P.D., Pivarnik J.M., Womack J.C., Reeves M.W., Malina R.M.: (2006). *Effect of Physical Education and Activity Levels on Academic Achievement in Children. Official Journal of the American College of Sports Medicine* 1515 – 1519.
- Cüceloğlu, D.(1999). *Yeniden insan insana*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Cairney J, Kwan MYW, Velduizen S, Hay J, Bray SR, Faught BE. (2012). *Gender, perceived competence and the enjoyment of physical education in children: a 82 longitudinal examination. International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 9:26.
- Cüceloğlu, D. (2006). *Yeniden insan insana*. İstanbul: Remzi kitapevi.
- Çakmakçı, S. (2001). *Okullardaki beden eğitimi dersinin ve faaliyetlerinin öğrencilerin sosyalleşmelerine etkileri*. Dumlupınar Üniversitesi: Yüksek Lisans Tezi.
- Çalışkan, H. (2008). *İlköğretim 7. sınıf sosyal bilgiler dersinde araştırmaya dayalı öğrenme yaklaşımının derse yönelik tutuma, akademik başarıya ve kalıcılık düzeyine etkisi*. Gazi Üniversitesi : Yayınlanmamış doktora tezi.
- Çamlıyer, H. (2001). *Eğitim bütünlüğü içerisinde çocuk hareket eğitimi ve oyun*. Manisa: Emek Matbaacılık.
- Çecen, A.R. ve Kocak, E. (2007). *Deneysel bir çalışma: İlköğretim II. kademe öğrencilerine uygulanan benlik saygısı programının öğrencilerin benlik saygısı üzerindeki etkisi*. Eurasian Journal of Educational Research, 27, 59-68.
- Çelik, İ. (2002). *Sporun sosyalleşme sürecindeki rolü*. Niğde Üniversitesi: Yüksek Lisans Tezi.
- Çoban, B., Devecioğlu, S., Güler, G., Zirek, O., Sivrikaya, M. ve Turan, M. (2003). Okul takımlarında faaliyet gösteren sporcu öğrencilerin faaliyet amaçları ve beklentileri üzerine bir çalışma (Elazığ ili örneği). *Beden Eğitimi ve Sporda Sosyal Alanlar Kongresi* (396-404), Ankara.
- Çöndü, A. (1999). *Beden eğitimi ve sporda özel öğretim yöntemleri*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

- Dalkılıç, M. (2011). *Ortaokulu öğrencilerinin sportif faaliyetlere katılım düzeyi ve iletişim becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Karamanoğlu Mehmet Bey Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü , Yüksek Lisans Tezi.
- Demirhan, G. (1995). *Spor eğitiminin bireyin gelişimindeki yeri*. Ankara, Çalışma Ortamı Dergisi, Sayı 22.
- Deniz, S. Görgen, İ. Şahin, N. (2003). *Tezsiz yüksek lisans programına dayalı öğretmen yetiştirme sistemine ilişkin öğretmen adayları ve öğretim elemanlarının görüşleri*. Eğitimde Bilime Katkı Lisansüstü Eğitim Sempozyumu Bildiri, DEÜ, İzmir.
- Devito, J. (2004). *The Interpersonal communication book. Tenth edition*, Boston.
- Dökmen, Ü. (2008). *İletişim çatışmaları ve empati*. İstanbul: Remzi kitapevi.
- Ekici, S. Bayraktar, A. Ve Uğur, A. O.(2009). *Ortaöğretim kurumlarındaki yöneticileri ve öğrencilerin ders dışı etkinliklere bakış açılarının incelenmesi*. Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi, 6(1).
- Erdoğan İ. (2000). *Okul yönetimi ve öğretim liderliği*. İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Erdoğan, İ. (1994). *İşletmelerde davranış*. 4.Baskı. İstanbul: Beta Basın Yayın.
- Erkal, M. (1996), *Sosyolojik açıdan spor*. Ankara: MEB Basımevi.
- Erkal, M., Güven, Ö., Ayan, D. (1998), *Sosyolojik açıdan spor*, İstanbul: Der Yayınları.
- Fox, C. K, Anderson D.B., Melaniewall,D.N., (2010) *Physical activity and sports team participation: Associations With Academic Outcomes in Middle School and High School Students. Journal of School Health January, Vol. 80, No. 1.*
- Gökçe, O. (2006). *İletişim bilimi insan ilişkilerinin anatomisi*. Ankara: Siyasal Kitabevi.
- Gülay, O. (2008). *Ortaöğretim 9.Sınıf beden eğitimi dersinde, işbirlikçi oyunların öğrencilerin sosyal beceri düzeylerine ve beden eğitimi dersine yönelik tutumlarına etkisi*, Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Yüksek Lisans Tezi.
- Günay, M (1999). *Egzersiz fizyolojisi*, Ankara: Bağırhan Yayınevi.

- Gür, H. (2000). *Çocuklarda fiziksel aktivitenin yeri ve önemi*. 6. Ulusal Spor Bilimleri Kongresi. Ankara: Hacettepe Üniversitesi. 3-5 Kasım, 90.
- Gür, H. ve Küçüköğlu, S. (1992). *Yaşlılık ve fiziksel aktivite*. Roche Yayınları.
- Gürdal, M. (2011). *Duygusal zeka ile akademik başarı arasındaki ilişki*. Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Tezsiz yüksek lisans bitirme projesi.
- Güven, Ö. (1998). *Spor psikolojisi ders notları*, Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu, 22-23.
- Haskell, W. L. ve Kiernan, M. (2000). " *Methodological issues in measuring physical activity and physical fitness when evaluating the role of dietary supplements for physically active people* ". Am. J. Clin. Nutr 72(Suppl):541-50.
- Hendelman, D., Miller, K., Baggett, C., Debold, E. Freedson, P. (2000). *Validity of accelerometry for the assessment of moderate intensity physical activity in the field*. Med. Sci. Sports Exerc. Sep, 32, (9), 442-449.
- Hills AP, King NA, Byrne NM. (Eds), (2007). *Children, obesity&exercise: A Practical Approach to Prevention, Treatment and Management of Childhood Adolescent Obesity*. 1th ed, New York, 50-57.
- Hünük, D., Özdemir, R.A., Yıldırım, G., Aşçı, H. (2013) 6. - 8. Sınıf öğrencilerinin fiziksel aktiviteye katılımında algıladıkları sosyal desteğin rolü, *Eğitim Ve Bilim Dergisi*, cilt: 38, Sayı: 170.
- Hortaçsu, N. (1995). Parent's education levels, parents beliefs, and child outcomes. *The Journal of Genetic Psychology*, 156(3), 373-383.
- İmamoğlu, A.F. (1992). *Beden eğitimi ve sporun genel eğitim içindeki yeri*, Ankara.
- İnal, A.N. (2000) . *Beden eğitimi ve spor bilimine giriş*, Konya: Desen Ofset Matbaacılık,
- Jensen, E. (1998). *Teaching with the brain in mind*. Alexandria, Virginia: Association for Supervision and Curriculum Development, 82.

- Karakuş, S., Küçük, V. (1999). Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, Özerk Matbaa, Kütahya, 1, (1), 279.
- Karaküçük, S. (1995). *Rekreasyon, boş zamanları değerlendirme, kavram, kapsam ve araştırma*, Ankara: Remzi Kitapevi.
- Kaya, M. ve ark., (1998). *Benliğin gelişimi ve kendini gerçekleştirme. Çocuk gelişimi ve eğitimi*. İstanbul: Ensar Neşriyat.
- Kelinske, B., Mayer, B.W. & Chen, K.L. (2001). "Perceived Benefits From Participation In Sports: A Gender Study", *Women In Management Review*, 16(2).
- Keskin, Ö. (2014). Çocuklarda beden eğitimi ve spora katılmanın sosyal gelişim üzerine etkileri, *Uluslararası Multidisipliner Ve Akademik Araştırmalar Dergisi*, Cilt 1, Sayı 1.
- Keskin G. ve Sezgin B. (2009). *Bir grup ergende akademik başarı durumuna etki eden etmenlerin belirlenmesi*. Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksek Okulu, Yüksek lisans tezi.
- Kılıç E. ve Karadeniz, Ş. (2004). *Cinsiyet ve öğrenme stiline göre öğrenme stratejisi ve başarıya etkisi*. Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi, 24 (3) 129.
- Kılıçaslan, E. (2011). *İletişim kurma becerileri*. İstanbul: Kriter Yayınları.
- Koç, G. (2000). *Etkin öğrenme yaklaşımının eğitim ortamlarında kullanılması*, Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, Sayı 19.
- Korkut, F. (2004). *Okul temelli önleyici rehberlik ve psikolojik danışma*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Koruç, Z., Bayar, P. (1989). *Sporun kişilik üzerine etkileri*, Ankara, Sesam Arşivi Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü Yayınları, Sayı 33.
- Koşar, N. (1997). *Koroner kalp hastalıkları risk faktörlerinin fiziksel aktivite düzeyleri yüksek ve düşük olan 11-14 yaşlarındaki çocuklarda karşılaştırılması*. Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Yüksek Lisans Tezi.

- Lamonte, M.J. and Ainsworth, B.E. (2001). *Quantifying Energy Expenditure and Physical Activity in the Context of Dose Response. Medicine Science and Sports Exercise.* 33, 370-378.
- Larsen, P. G., McMurray, R.G. and Popkin, B.M. (2000). *Determinants of Adolescent Physical Activity and Inactivity Patterns. Pediatrics.* June: 105(6):83.
- Laster T.D., (2009). Communication Apprehension Levels in College Athletes at Minnesota State University November 29th, Senior Seminar: Speech 485,
- Logan, N., Reilly, J.J., Grant, S. and Paton, J.Y. (2000). *Resting Heart Rate Definition and Effect on Apparent Levels of Physical Activity in Young Children. Medicine Science and Sports Exercise.* 32(1): 229-39.
- Milli Eğitim Bakanlığı (MEB), (2013). PISA 2012 ulusal ön raporu.
<http://odsgm.meb.gov.tr/test/analizler/docs/pisa/pisa2012-ulusal-on-raporu.pdf>.
Ulaşım tarihi:12 mart 2021
- Mcpherson, M. D., Davis, Z. T.(1989). *“Story Map Instruction: A Road Map for Reading Comprehension”*, The Reading Teacher.
- Montoye, H.J., Kemper H. C. G., Saris W. H. M. and Washburn R. A. (1996). *Measuring Physical Activity and Energy Expenditure. Human Kinetics.*
- Nies MA, McEwen M. (2010). *Community/Public Health Nursing Promoting the Health of Populations. 5 th ed, Elsevier-Health Sciences Division, s.590.*
- Ural, A. ve Çınar, F. N. (2014). *Anne ve babanın eğitim düzeyinin öğrencinin matematik başarısına etkisi.* Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Dergisi, 3, 41-56.
- Okutan, M. (1999). *Toplam kalite yönetimi ve okul yönetimine uygulamaları. Yaklaştıkça Eğitim Dergisi, (63) 24–29.*
- Orkunoğlu, O. (1985). *Voleybol antrenörünün el kitabı*, BTGM, Ankara, T.V.F Yayını.
- Öksüzler, O. ve Sürekçi, D. (2010). *İlköğretimde başarıyı etkileyen faktörler.* Finans Politik Ekonomik Yorumlar Dergisi, 47, 543.

- Özding, Ö. (2005). *Çukurova üniversitesi öğrencilerinin sporun ve spora katılımın sosyalleşmeyle ilişkisi üzerine Görüşleri*, Ankara, Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, Cilt III, Sayı 2. 2005.
- Özer, A. Kadir. (1995). *İletişimsizlik becerisi*, İstanbul: Varlık Yayınları,
- Özer, K. (2006). *İletişimsizlik becerisi*. Altıncı Basım. İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Özer, K. (2006). *Fiziksel uygunluk*. Ankara: Nobel Yayıncılık .
- Özgüven, İ. E. (1998). *Bireyi tanıma teknikleri*. Ankara: Padem Yayınları.
- Özgüven, İ.E. (2001) *Çağdaş eğitimde psikolojik danışma ve rehberlik*. (2. Basım) Ankara: Padem Yayınları.
- Özmen, Ö. (1999). *Çağdaş sporda eğitim üçgeni*. Ankara: Bağırhan Yayınevi.
- Öztürk G. F. (2002). *Öğrencilerin gelişiminde müziğin etkisi*. Avrupa'da ve Türk Cumhuriyetlerinde Müzik Kültürü ve Eğitimi Kongresi. Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Pate, R.R., Trost, S.G., Freedson, P.S., Sallis, J.F., Taylor, W.C. (2000). *Using objective physical activity measures with youth: how many days monitoring are needed?*, Med. Sci. Sport. Exerc., 32, 426-431.
- Pols, M.A., Peeters, P.H.M., Kemper, H.C.G. and Grobbee, D.E., (1998). *Methodological Aspects of Physical Activity Assessment in Epidemiological Studies*. *European J Epidemiology*. 14: 63-70.
- Raitakari O T., Portkks K V K., Taimela S., Telama R., Rasanen L., and Viikari J S A. (1994). *Effects of persistent physical activity and inactivity on coronary risk factors in children and young adults*. Am. J. Epidem., 140, 195-205.
- Rowlands A.V., Eston R.G., and Ingledew D.K. (1997). *Measurement of Physical Activity in Children with Particular Reference to The Use of Heart Rate and Pedometry*. *Sports Med.*, 24, 258-272.
- Rink JE, Hall TJ, Williams LH. (2010). *Schoolwide Physical Activity: A Comprehensive Guide to Designing and Conducting Programs*. Champaign, IL: Human Kinetics.

- Salar, B.(2015). *Ortaöğretim öğrencilerinin ders dışı sportif faaliyetlere katılım düzeyleri ve sorunları*, Yüksek Lisans Tezi.
- Savcı S., Öztürk M., Arıkan H., İnce D.E., Tokgözoğlu L.(2006), *Üniversite öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeyleri*. Türk Kardiyoloji Derneği Arşivi. 34: 166-172.
- Sayın, Ö (1990). *Aile sosyolojisi, ailenin toplumdaki yeri*, Ege Üniversitesi Yayınları, No:57, İzmir.
- Selçuk, T.(2006) *Ortaöğretim öğrencilerinin ders dışı etkinliklere katılımı ve sorunları (Mersin İli Örneği)* Mersin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.
- Singh, A., Uijtendwilligen, L., Twisk, J.W., van Mechelen, W. & Chinapaw, M.J. (2012). Physical Activity and Performance at School: A Systematic Review of the Literature Including a Methodological Quality Assessment. Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine, 166 (1), 49-55.
- Smith, J. D. (2004). Assessment of Physical Activity Levels of 3rd and 4th Grade Students Using Pedometers in Physical Education, the Degree of Doctor of Philosophy, the Graduate School of the Texas Woman's University
- Sousa, D.A. (2016). *How the brain learns (Fifth editin)*. California: Corwin Press.
- Shephard, R. (1996).*Habitual physical activity and academic performance Nutr Rev.* 54(4): 32-36.
- Soltz, D. F. (1986). *Athletics and academic achievement: What is the relationship. NASSP Bulletin*, 70(492), 20-24.
- Şah, N. (2013). *Üniversite öğrencilerinin iletişim becerileri ile akademik öz yeterlilikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Gaziantep Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Şahin, Z. (2002). *Ergenlerde fiziksel aktivite düzeyinin değerlendirilmesi*. Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Bilim Uzmanlığı Tezi.
- Şahin, H. M. (2004). *Beden eğitimi ve sporda temel kavramlar sözlüğü*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

- Şevik, Y. (2014), *İlkokul müdür ve müdür yardımcılarının öğrencilerin akademik başarısını etkileyen faktörlere ilişkin görüşleri ile akademik başarısına katkıları*, Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Burdur, Yüksek Lisans Tezi.
- Takahashi, M., Tanaka, K., Miyaoka, H. (2006). *Reliability and Validity of Communication Skills Questionnaire. Psychiatry an Clinical Neurosciences*, 211-218.
- Tamer, K. (2000). *Sporda fiziksel- fizyolojik performansın ölçülmesi ve değerlendirilmesi*. (2. Baskı). Ankara: Bağırğan Yayınevi, Kültür Matbaası.
- Tatlıdil, E. (1993). *Toplum eğitim ve öğretimi*, İzmir: Evrim Matbaacılık
- Telema, R., Yang, X., Laakso, L. and Vukari, J. (1997). *Physical Activity in Childhood and Adolescence as Predictor of Physical Activity in Young Adulthood. American Journal of Preventive Medicine*. Jul- Aug: 13(4): 317.
- Tengilimoğlu, D. Öztürk, Y.(2004). *İşletmelerde halkla ilişkiler*. Ankara: Seçkin Yayıncılık,
- Tokgöz, M., Demiroğlu, B., Aslan, Y.(2015). *Ortaokul öğrencilerinin serbest zaman tercihlerinin cinsiyet değişkenine göre incelenmesi*, Uluslararası Multidisipliner Ve Akademik Araştırmalar Dergisi, Cilt 2, Sayı 3.
- Topaloğlu, M. ve Koç H. (2002). *Büro yönetimi*. Ankara: Seçkin Yayınevi.
- Tunay, B.V (2008). *Yetişkinlerde fiziksel aktivite*, Hacettepe Üniversitesi.
- Tutar, H.,Yılmaz, M.K.(2003). *Genel iletişim*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım,
- Tutar, H., Yılmaz, M.K., Erdönmez, C.(2004). *Genel ve teknik iletişim*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Türel, Ç. (2010). *İlköğretim öğrencilerinin sportif faaliyetlere katılım düzeyi ile sosyal uyum ve iletişim beceri düzeyleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi*, Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.
- Türkoğlu, N.(2010). *Toplumsal iletişim*. İstanbul: Urban Kitap.

- Tosun, A., Demir, B., Uçkun, G. ve Konak, O. (2015). *Spor aktivitelerinin üniversite öğrencilerinin başarı ve motivasyonu ile ilişkisi*. 4.Uluslararası Meslek Yüksek Okulları Sempozyumu, Cilt 2
- Uğurlu, F. M. (2012). *Üniversite öğrencilerinin sportif faaliyetlere katılım düzeyi ile sosyal uyum ve iletişim becerilerinin incelenmesi*, Gaziantep Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.
- Verkuyten, M. and Brug, P. (2002). *Ethnic identity achievement, self-esteem, and discrimination among Surinamese adolescents in the Netherlands*. *Journal of Black Psychology*, 28(2), 122-141.
- Welk, G.J., Corbin, C.B. and Dale, D. (2000). *Measurement Issues in The Assesment of Physical Activity in Children*. *Research Quarterly for Exercise and Sport*. Jun; 71(2):59–73.
- Yabancı, N. (1999). *Adölesanlarda fiziksel aktivite düzeyi ile beslenme durumunun kemik mineral yoğunluğu ve vücut bileşimi üzerine etkisi*. Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Bilim Uzmanlığı Tezi.
- Yalçın U., Balcı V. (2013). *7-14 Yaş arası çocuklarda spora katılımdan sonra okul başarılarında, fiziksel ve sosyal davranışlarında oluşan değişimlerin incelenmesi*, Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, XI (1) 27-33.
- Yatkin, A. Yatkin, Ü.N. (2006). *Halkla ilişkiler ve iletişim*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Yetim, A. (2000), *Sosyoloji ve spor*, Ankara: Topkar Matbaacılık.
- Yıldıran İ., Yetim A. (1996), *Orta öğretimde beden eğitimi ve spor dersinin öncelikli amaçları üzerine bir araştırma*, Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, Ankara.
- Yılmaz I. Çimen Z. (2008). *Beden eğitimi öğretmen adaylarının iletişim becerileri düzeyleri*. Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi.
- Yüksel, E. (2001). *Çalışan kadınların fiziksel aktivite düzeylerini etkileyen faktörlerin incelenmesi*. Ankara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi.

Zorba, E. (2006). *Vücut yapısı ölçüm yöntemleri ve şişmanlıkla başa çıkma*.
İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.



EK-B: Etik Beyanı

Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, tez yazım kurallarına uygun olarak hazırladığım bu tez çalışmada,

- Tez içindeki bütün bilgi ve belgeleri akademik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi,
- Görsel, işitsel ve yazılı bütün bilgi ve sonuçları bilimsel ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu,
- Başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda ilgili eserlere bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunduğumu,
- Atıfta bulunduğum eserlerin bütününe kaynak olarak gösterdiğimi,
- Kullanılan verilerde herhangi bir tahrifat yapmadığımı,
- Bu tezin herhangi bir bölümünü bu üniversitede veya başka bir üniversitede başka bir tez çalışması olarak sunmadığımı

beyan ederim.

28/09/2021

İdris TEMÜR



VAN YÜZÜNCÜ YIL ÜNİVERSİTESİ
Eğitim Bilimler Enstitüsü

LİSANSÜSTÜ TEZ ORJİNALLİK RAPORU

VAN YÜZÜNCÜ YIL ÜNİVERSİTESİ
Eğitim Bilimler Enstitüsü

14/10/2021

Tez Başlığı / Konusu

SPORTİF FAALİYETLERE KATILMANIN ORTAÖĞRETİM ÖĞRENCİLERİNİN İLETİŞİM BECERİLERİ VE AKADEMİK BAŞARILARI ÜZERİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ

Yukarıda başlığı/konusu belirlenen tez çalışmamın Kapak sayfası, Giriş, Ana bölümler ve Sonuç bölümlerinden oluşan toplam 70 sayfalık kısmına ilişkin, 14 / 10 / 2021 tarihinde şahsım/tez danışmanım tarafından Turnitin intihal tespit programından aşağıda belirtilen filtreleme uygulanarak alınmış olan orijinallik raporuna göre, tezimin benzerlik oranı % 17 (on yedi) dir.

Uygulanan Filtreler Aşağıda Verilmiştir:

- Kabul ve onay sayfası hariç,
- Teşekkür hariç,
- İçindekiler hariç,
- Simge ve kısaltmalar hariç,
- Gereç ve yöntemler hariç,
- Kaynakça hariç,
- Alıntılar hariç,
- Tezden çıkan yayınlar hariç,
- 7 kelimedenden daha az örtüşme içeren metin kısımları hariç (Limit match size to 7 words)

Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Lisansüstü Tez Orijinallik Raporu Alınması ve Kullanılmasına İlişkin Yönergeyi İnceledim ve bu yönergede belirtilen azami benzerlik oranlarına göre tez çalışmamın herhangi bir intihal içemediğini; aksinin tespit edileceği muhtemel durumda doğabilecek her türlü hukuki sorumluluğu kabul ettiğimi ve yukarıda vermiş olduğum bilgilerin doğru olduğunu beyan ederim.

Gereğini bilgilerinize arz ederim.

14.10./2021

İdris TEMÜR

Adı Soyadı : İdris TEMÜR

Anabilim Dalı : Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı

Programı : Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi Bilim Dalı

Statüsü : Y. Lisans ☒ Doktora ☐

DANIŞMAN

Doç Dr. H. Bayram TEMÜR

...../...../2021

ENSTİTÜ ONAYI

U Y G U N D U R

...../...../2021

Servet CAN

Enstitü Sekreteri