

# BENĞİ

Dünya Yörük-Türkmen Araştırmaları Dergisi

*BENĞİ World Journal of Yörük-Türkmen Studies*

ISSN: 2717-6584

## Pandemi Döneminde Öğretmenlerin Spor Yapma Alışkanlıklarını Değerlendirilmesi

*Evaluation Of Teacher's Sports Habits During the Pandemic Period*

**DOI: 10.58646/bengi.1232887**

*Murat Çoban \**

*Buket Genco\*\**

*Cemil Temel\*\*\**

*İbrahim Hakkı Demirli\*\*\*\**

### Özet

Bu çalışmada, Pandemi süreci ile karşımıza çıkan olağan dışı süreçte Resmi okullarda görev yapan her kademedeki (ilk, orta ve lise düzeyi) öğretmenlerin spor yapma alışkanlıklarının belirlenmesi ve incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın evrenini Hatay ili Antakya ilçesinde görev yapan öğretmenler oluşturmaktadır. 60 kadın ve 42 erkek olmak üzere 102 öğretmen çalışmanın örneklemini oluşturmuştur. Araştırmada veri toplama aracı olarak (Özdedeoğlu, 2014) tarafından geliştirilen 26 sorudan oluşan anket uygulanmıştır. Toplanan veriler SPSS programı ile incelenmiştir. Araştırmaya katılanların verdikleri cevaplara göre; katılımcıların en fazla ilgi duydukları spor aktivitesi sırasıyla Rekreasyon amaçlı yürüyüşler, zindelik aktiviteleri

\* **Sorumlu Yazar/Corresponding author:** Hatay Mesleki Eğitim Merkezi, 4muratcoban@gmail.com., ORCID: 0000-0002-4611-5933.

\*\* Hatay Mesleki Eğitim Merkezi, buketgenco@hotmail.com., ORCID: 0000-0002-1912-6143.

\*\*\* Hatay Mesleki Eğitim Merkezi, temelcemil@hotmail.com., ORCID: 0000-0002-2712-7082.

\*\*\*\* Hatay Mesleki Eğitim Merkezi, ihdemirli@hotmail.com., ORCID: 0000-0001-6058-8377.

**Atıf/Citation:** Çoban M., Genco, B., Temel, C., Demirli, İ.H., (2023). Pandemi Döneminde Öğretmenlerin Spor Yapma Alışkanlıklarını Değerlendirilmesi, *BENĞİ Dünya Yörük-Türkmen Araştırmaları Dergisi*. 2023 (1), 117-135.

ve eŖit düzeyde takım sporları ve yavaŖ tempolu koŖular olarak karŖımıza çıkmakta. Spor yapmadığını belirten katılımcıların çok büyük bir kısmı ise imkanları olsa yüzme sporu ile ilgilenmek istediklerini belirtmiŖlerdir. Bu sorulara verilen cevaplardan çıkan sonuçlarla sporun topluma faydalı bireyler yetiŖmesinde, sporun etkili iletiŖim kurmada ve spor yapanların kendisi ile barıŖık olduğu gibi sonuçlara ulaŖılmıŖtır.

**Anahtar Kelimeler:** Pandemi, Spor, SPSS.

**Abstract**

This is the purpose of processing the sports habits of teachers from official schools (primary, middle, and high school levels) during the extraordinary process that we encounter with the pandemic process. Show the universe of the study by teachers working in the Antakya district of Hatay province. 102 teachers, 60 women and 42 men, also made up the sample of lessons. In the study, a questionnaire with 26 questions was applied as a data collection tool (Özdedeoğlu, 2014). The collected data were analyzed with the SPSS program. According to the answers given by the participants in the research; Lists the sports activities that the participants hear about the most. Recreational walks, fitness activities and equal management sports, and slow-paced runs. Most of the participants who stated that they do not do sports stated that they should be interested in swimming. With the results of the answers given to these questions, it was concluded that healthy individuals were raised, sports were at peace with healthy communication, and those who do sports themselves.

**Keywords:** Pandemic, Sports, SPSS

## Giriş

Kişilerin üstün özelliklerini dikkate alınarak birey ve toplumsal çevre tarafından fiziken, ruhen sıhhatli, neşeli, güzel ahlak sahibi ve düzgün bir karaktere sahip; üretken, becerikli ve olumlu; “milli kültür değerlerini ve demokratik hayatın gerektirdiği davranışlarla donatılmış bireyler olarak geliştirilmeleri için zorunlu karakter eğitimidir” (Yangın, 1997. Akt; Kılçık, 2016).

İnsan vücudu hareket için yaratılmıştır. Hareket, yaşam fonksiyonlarının devam ettirilmesinde ve sağlıklı olmasında gereklidir. Hareket etmeyi öğrenme ve hareketler yoluyla öğrenmeyi amaçlayan beden eğitimi ve spor, genel eğitimin amaçlarına hareket aracılığıyla katkıda bulunur. Bu çerçevede beden eğitimi ve spor, bireyin fiziksel, psiko-motor, zihinsel, duygusal ve toplumsal gelişimine katkı amacına yönelik organize edilmiş bedensel etkinliklerin tümü olarak ele alınabilir (Aracı, 1999. Akt; Ulukan, 2012).

Bir kişinin başka kişilerle bir mücadele, uğraş ve karşılıklı etkileşime girmeden yapılan sporlara bireysel sporlar denilmektedir. Örneğin buz pateni, uzun atlama, disk, çekiç ve cirit atma bu spor türlerine örnektir. Bireysel sporlar ile birey kendine güven, kendini denetleme, çabuk karar verme, doğruluk, haklarını koruma gibi özellikleri geliştirir ve kişi kendi yeteneklerinin farkına varır (Şahan, 2007a).

Karate, güreş, judo, aikido gibi spor dallarını da bireysel sporlar grubuna dahil etmiştir. Yüksek erkeklik egosu gerektiren bu spor dallarında, sporcu rakibi ile direkt mücadele etmektedir. Öte yandan, yüzme, masa tenisi, tenis, okçuluk gibi spor dalları, sporcuların kendi aralarında ve birbirleriyle temas olmadan yarıştıkları bireysel sporlardır. “Yüksek düzeyde dikkat ve çeviklik gerektirir. Bireysel sporlarda sorumluluk sadece sporcudadır. Başarı ya da başarısızlık sporcunun kendisine aittir. Bu durumda bireysel spor dallarında spor yapan sporcuların daha fazla stres yaşamasına sebep olmaktadır”. Rugby, su topu, kriket, hentbol, buz hokeyi gibi en az iki ve üzerinde sporcudan oluşan gruplar arasında yapılan spor etkinliklerine takım sporları denir. Genelde taktik önemlidir. Sporcular strateji ve taktik bilincine sahip olmak zorundadırlar. Başarı ve başarısızlık bütün takıma dağıldığı için sporcuların sorumlulukları ve ruhsal zorlanmaları daha azdır. Yardımlaşma, takım arkadaşlarını tanıma, onların yarışma esnasında neler yapabileceklerini kestirebilme gibi özellikler önemlidir. Birlikte çalışabilme, iş birliği yapabilme, başarı ve başarısızlığı paylaşabilme gibi özellikler ön plana çıkar (Kat, 2009. Akt; Yıldırım 2011).

Fertlerin bedensel gelişimlerine katkıda bulunmak sadece beden eğitimi ve spora ait bir amaçtır. Hareket insanın doğasında vardır. Hareket sisteminin temelini kaslar ve kemik yapısı oluşturur. Hareket bunların daha da kuvvetlenmesine yardım eder. Yani, bedensel etkinlikler, kas ve kemik yapısının gelişimi için zorunludur (Erkal, 1996. Akt; Dalkılıç, 2011).

Beden eğitimi ve spor etkinliklerinin öğrenilmesi bireylerde zihinsel gelişime de yardımcı olur. Zihinsel gelişim, bilgi kavrama ve saklama ile ilgilidir. Bu sayede kişilerin yorum yapabilme, değerlendirme, karar verme ve yetenekleri gelişir. Eğitilmiş kişi düşünen kişidir. Bilim düşünceye, yalnız zihinsel bir olay değil bütün bedeni kapsayan bir olay olarak bakmaktadır (İnal, 2000. Akt; Akandere, vd. 2015).

Gelecek nesilleri sağlıklı bir şekilde yetiştirmede, sağlıklı beslenmenin yanı sıra en önemli etken spor ve beden eğitimi gelmektedir. Beden eğitiminin insanın ahlak yapısına, kişiliğine, karakterine, dürüstlüğüne, kendine güven duygusunun gelişmesine, büyüklerine ve ülkesine karşı sorumluluk sahibi oluşturma duygusu toplumda kabul görmüştür (Kuş, 1993. Akt; Kılçık 2016). Bireyler spor yoluyla bir takıma veya bir ekibe dahil olarak yalnızlık duygusundan kurtulur. Bir spor takımını tutarak o takımın başarı veya başarısızlıklarıyla bütünleşir ve takımın başarısını kendisine yansıtır. Yalnızken coşkunluk göstermezken, grup halindeyken gösterilir. Bunun için psikiyatristler spor alanlarına bir tür hastane olarak bakmaktadırlar. Bastırılmış duyguların dışarıya atılmasına yani bireylerin deşarj olmasına yol açan spor alanları, psikiyatristlerce tedavi yerleri olarak görülmektedir (Çiriş, 2014. Akt; Güllü, 2017).

İleride toplumda sorumluluk yüklenecek fertlerin iyi alışkanlıklar edinmesinde gerek bireyler arası gerek toplumlar arası iyi ilişkiler kurulmasında, devam ettirilmesinde ve barış içinde mutlu bir şekilde yaşanması için beden eğitimi spora ehemmiyet verilmesi gerekir. Beden eğitimi ve spor iradeyi güçlendirir ve bireyin kendine güvenini kazanmasını sağlar. Haliyle ferdin karakterinin gelişmesine yardımcı olur (Cashmore, 2008. Akt; Karabulut, 2010).

Coronavirüs zarlı, yüzeylerinde çubuksu uzantıları olan bir yapıya sahiptir. En dışta bulunan bu bölümlerin Latince ismi “corona”, yani “taç” anlamından esinlenerek bu virüslere Coronavirüs (taçlı virüs) adı verilmiştir (Masters, & Perlman, 2013. Akt; Ünal, 2003).

Coronavirüs salgını 2019 yılı Aralık ayında Çin’in Wuhan kentinde başlamış, yayılma hızı ve görüldüğü ülkelerin artması nedeniyle Mart 2020 döneminde Dünya Sağlık Örgütü tarafından pandemi ilan edilmiştir (Şenol & Birsnel, 2020 Akt; Ekici & Yarsan, 2020).

Küresel salgın nedeniyle devletler farklı tedbirler alarak pandeminin yayılmasını durdurmak, ebatlarının gelişmesini sonlandırmak için çeşitli önlemler almış ve kısıtlamalar uygulamışlardır. Eğitimin her basamağında yüz yüze eğitime, ara verilmesi bu önlemlerden birisidir. Milli Eğitim Bakanlığı ilk ve orta öğretimi için televizyonlarda yayınlanmak üzere EBA adını verdiği dijital eğitim ortamını oluşturmuştur. Yüksek Öğretim Kurumu (YÖK), üniversitelerde verilen lisans, yüksek lisans ve doktora derslerinin dijital olanaklarla uzaktan eğitim yoluyla yürütülmesine karar vermiştir (Tiftikçi, 2020).

Salgını nedeniyle hepimizin evde kalması gerekiyor. Fakat evde hareketsiz kalmamak gerektiğinin de unutulmaması gerek. Hareketsiz kalmak bedensel anlamda sağlığımız açısından sorunlar ortaya çıkarabilir. Hem ruhsal hem de bedensel sağlık açısından bu dönemde evde yapabileceğimiz en iyi aktivite hiç kuşkusuz ki egzersiz yapmaktır (Hürriyet, 2021).

Coronavirüs pandemi sürecinde ve sonrasında salgının etkilerini en aza indirebilmek, sportif faaliyetlerin tekrar başlayabilmesi için en uygun zaman belirleyebilmek, spor camiasının ve seyircilerin sağlıklarını koruyabilmek, spor etkinliklerini güvenle gerçekleştirebilmek ve her düzeyde spor katılımını tekrardan sağlayabilmek açısından ulusal halk sağlığı kurumları, epidemiyologlar, spor organizasyonları, spor federasyonları, spor kulüpleri, sporcu sağlığı alanında çalışan tüm araştırmacılar ve uygulayıcılar işbirliği yapmalıdır (Corsini, vd. 2020 Akt; Koçak, Z. & Kaya, Ö. 2020).

## **Yöntem**

### **Araştırmanın Modeli**

Bu araştırma Hatay İli Antakya İlçesinde resmi okullarda görev yapan öğretmenlerin pandemi sürecinde spor yapma alışkanlıklarının incelenmesi amacıyla yapılmış tarama modelinde bir çalışmadır. Tarama modeli geçmişte ya da halen var olan bir durumu, var olduğu şekliyle betimlemeyi amaçlayan araştırma yaklaşımıdır. Araştırmaya konu olan olay, birey ya da nesne, kendi koşulları içinde ve olduğu gibi tanımlanmaya çalışılır. Onları, herhangi bir şekilde değiştirme, etkileme çabası gösterilmez. Önemli olan, araştırma konusunu uygun bir biçimde gözleyip belirleyebilmektir (Karasar, 2007).

### **Problem Cümlesi**

Araştırmada “Pandemi döneminde öğretmenlerin spor yapma alışkanlıkları nasıldır ve hangi düzeydedir? Sorusuna cevap aranmıştır.

### **Alt Problemler**

1. Araştırmaya katılanların spor yapma durumlarına göre değişkenleri nelerdir?
2. Araştırmaya katılanların spor yapma güçlüklerine göre dağılımları nedir?
3. Spor yapmayan katılımcıların yönelim ve istekleri nelerdir?

### **Evren ve Örneklem**

Araştırmanın evrenini Hatay ili Antakya ilçesinde görev yapan öğretmenler oluşturmaktadır. 60 kadın ve 42 erkek olmak üzere 102 öğretmen de çalışmanın örneklemini oluşturmuştur.

### **Veri Toplama Araçları**

Araştırmada veri toplama aracı olarak (Özdedeoğlu, 2014) tarafından geliştirilen 26 sorudan oluşan anket kullanılmıştır.

### **Verilerin Toplanması**

Yapılan çalışmada Hatay İli Antakya İlçesinde resmi okullarında ilk, orta ve lise kademelerinde görev yapan, basit tesadüfi yöntemle seçilen 150 öğretmene anketler gönüllülük esasına göre dağıtılmış, hatalı ya da geri dönüş yapılmayan 48 anket çıkarıldıktan sonra 102 anket değerlendirmeye alınmıştır.

### **Verilerin Analizi**

Çalışmada elde edilen veriler SPSS; Statistical Package For The Social Sciences programı ile analiz edilmiştir. Hata payı 0,05 olarak alınmıştır. Araştırmanın ilk altı alt problemine yönelik verilen yanıtların yüzde ve frekansları (f) hesaplanmış ve tablolar oluşturularak yorumlanmıştır. Yedinci alt probleme yönelik verilen cevaplardaki bağımsız değişkenlerin öncelikle ortalamaları hesaplanmış, bu ortalamalar demografik özelliklerle aritmetik ortalama (x), standart sapma (std), anlamlı farklılıkları belirlemek amacıyla da t-Testi ve Kruskal Wallis h-Testi analiz tekniklerinden yararlanılmıştır.

### **Bulgular ve Yorumlar**

Araştırmanın bu bölümünde veri toplama aracından elde edilen bulgular, araştırmanın amacı ve alt problemler doğrultusunda analiz edilerek sunulmuştur.

#### **1. Üçüncü alt problem araştırmaya katılanların spor yapma durumlarına göre değişkenleri nelerdir?**

##### **1.1. Katılımcıların Spor Etkinliklerine Ayırdıkları Bütçe**

Araştırmaya katılanların sportif etkinliklerine ayırdıkları bütçe Tablo 10'da verilmiştir.

<b>Ayrılan Bütçe</b>	<b>f</b>	<b>%</b>
Hiç Ayırmıyorum	74	72,5
50-100 TL	4	3,9
100-200 TL	13	12,7
200-300 TL	9	8,8
300 TL ve Üzeri	2	2,0
<b>Toplam</b>	<b>102</b>	<b>100,0</b>

**Tablo 1.** Katılımcıların spor etkinliklerine ayırdıkları bütçeye ilişkin dağılımları

Tablo 10 incelendiğinde katılımcıların çok büyük bir kısmı %72,5'i sportif etkinliklere bütçe ayırmadıklarını, sırasıyla %12,7'si 100-200 TL, %8,8'i 200-300 TL, %3,9'u 50-100 TL ve %2'si 300 TL ve üzeri bütçe ayırdıklarını belirtmiştir.

**1.2. Katılımcıların Spora Katılım Durumlarına Göre Dağılımı**

Araştırmaya katılanların spora katılım durumlarına ilişkin dağılımları Tablo 2’de verilmiştir.

<b>Spora Katılım</b>	<b>f</b>	<b>%</b>
Spor Yapıyorum	60	58,8
Spor Yapmıyorum	42	41,2
<b>Toplam</b>	<b>102</b>	<b>100,0</b>

**Tablo 2.** Katılımcıların spora katılım durumlarına ilişkin dağılımı

Tablo 2 incelendiğinde en fazla frekansı spor yapıyorum 60 (%58,8) oluşturmakta, spor yapmıyorum 42 (%41,2) bu sonucu izlemektedir.

**1.3. Katılımcıların Yaptığı Spor Türüne Göre Dağılımı**

Araştırmaya katılan ve 11. soruya spor yapıyorum diyen 60 kişinin yaptıkları spor türüne göre dağılımları Tablo 3’te verilmiştir.

<b>Yapılan Spor Grupları</b>	<b>f</b>	<b>%</b>
Rekreasyon Amaçlı Yürüyüşler	15	25,0
Yavaş Tempolu Koşular	8	13,3
Zindelik Aktiviteleri (Aerobik, Yoga, Plates vb.)	12	20
Uzak Doğu Sporları (Tekvando, Karate vb.)	0	0,0
Ağırlık Çalışması (Vücut Geliştirme vb.)	6	10
Raket Sporları (Tenis, Masa Tenisi, Badminton vb.)	0	0,0
Takım Sporları (Basketbol, Futbol, Voleybol vb.)	8	13,3
Doğa Sporları (Tırmanma, Trekking, Dağcılık vb.)	3	5,0
Kayak	0	0,0
Yüzme	7	11,7
Diğer	1	1,7
<b>Toplam</b>	<b>60</b>	<b>100,0</b>

**Tablo 3.** Katılımcıların yaptığı spor türüne göre dağılımları

Tablo 3 incelendiğinde katılımcıların sırasıyla %25 (15) Rekreasyon amaçlı yürüyüşler, %20 (12) zindelik aktiviteleri(aerobik, yoga, plates vb.), %13 (8) yavaş tempolu koşular ve takım sporları (basketbol, futbol, voleybol vb.), %11,7 (7) yüzme, %10 (6) ağırlık çalışması (vücut geliştirme), %5 (3) doğa sporları (tırmanma, trekking, dağcılık vb.), %1,7 (1) diğer, aktivitelerine katıldıklarını



belirtmişler ve uzak doğu sporları (tekvando, karate vb.), raket sporları (tenis, masa tenisi, badminton vb.), kayak etkinliklerine hiçbir katılımcının katılmadığı sonucu ortaya çıkmıştır.

#### 1.4. Katılımcıların Spora Katılım Sıklıklarının Dağılımı

Araştırmaya katılan ve 11. soruya spor yapıyorum diyen 60 kişinin spora katılımlarının sıklıklarının dağılımı Tablo 4'te verilmiştir.

Spora Katılım Sıklığı	f	%
Haftada 1 Gün	10	16,7
Haftada 2-3 Gün	37	61,7
Haftada 4-5 Gün	11	18,3
Hafta Sonları	2	3,3
<b>Toplam</b>	<b>60</b>	<b>100,0</b>

**Tablo 4.** Spor yapan katılımcıların spora katılımlım sıklığına ilişkin dağılımları

Tablo 4 incelendiğinde spora katılım sıklıkları sırasına göre “haftada 2-3 gün” olarak belirtenlerin oranı %61 (36), “haftada 4-5 gün” olarak belirtenlerin oranı %18,6 (11), “haftada 1 gün” olarak belirtenlerin oranı %16,9 (10), “hafta sonları” olarak belirtenlerin oranı %3,4 (2) olarak karşımıza çıkmıştır.

#### 1.5. Katılımcıların Spor Yapmak İçin Ayırdıkları Sürelere İlişkin Dağılımları

Araştırmaya katılan ve 11. soruya “spor yapıyorum” diyen 60 kişinin spor yapmak için ayırdıkları sürelere ilişkin zaman dağılımı Tablo 5'te verilmiştir.

Spora Ayrılan Süre	f	%
05-45 dk.	20	33,3
46-119 dk.	36	60
120 dk. veya Daha Fazla	3	5,0
Diğer	1	1,7
<b>Toplam</b>	<b>60</b>	<b>100,0</b>

**Tablo 5.** Katılımcıların spor yapmak için ayırdıkları sürelere ilişkin dağılımları

Tablo 5 incelendiğinde sırasıyla “46-119 dk.” %60 (36), “05-46 dk.” %33,3 (20), “120 dk. veya daha fazla” %5,0 (3), “diğer” %1,7 (1) olarak saptanmıştır.

### 1.6. Katılımcıların Spor Aktivitelerini Gerçekleştirdikleri Spor Alanlarına İlişkin Dağılımları

Araştırmaya katılan ve 11. soruya “spor yapıyorum” diyen 60 kişinin spor aktivitelerini gerçekleştirdikleri spor alanlarına ait dağılımı Tablo 6’te verilmiştir.

Spor Alanları	f	%
Bina veya Site İçerisinde	8	13,3
Özel Sektöre Ait Alanlarda (Spor Salonları)	26	43,3
Açık Alanlarda (Dağ, Deniz Kenarı, Orman vb.)	17	28,3
Yerleşim Yerlerindeki Yollar, Yürüyüş Alanları ya da Parklarda	9	15
<b>Toplam</b>	<b>60</b>	<b>100,0</b>

**Tablo 6.** Katılımcıların spor aktivitelerini gerçekleştirdikleri spor alanlarına ilişkin dağılımları

Tablo 6. İncelendiğinde sırasıyla “özel sektöre ait alanlarda (spor salonları) %43,3 (26), “açık alanlarda (dağ, deniz kenarı, orman vb.) %28,3 (17), “yerleşim yerlerindeki yollar yürüyüş alanları ya da parklarda” %15 (9), “bina veya site içerisinde” %13,3 (8) olarak karşımıza çıkmakta.

### 1.7. Katılımcıların Spor Aktivitelerine Yakınlarını Davet/Teşvik Etme Durumlarına İlişkin Dağılımları

Araştırmaya katılan ve 11. soruya “spor yapıyorum” diyen 60 kişinin spor aktivitelerine yakınlarını davet/teşvik etme durumlarına ait dağılım Tablo 7’de verilmiştir.

Yakınlarını Davet/Teşvik Etme	f	%
Evet	44	73,3
Hayır	1	1,7
Bazen	15	25,0
<b>Toplam</b>	<b>60</b>	<b>100,0</b>

**Tablo 7.** Katılımcıların spor aktivitelerine yakınlarını davet/teşvik etme durumlarına ait dağılım

Tablo 7 incelendiğinde %73,3 (44) kişinin evet, %25 (15) kişinin bazen ve %1,7 (1) kişinin ise “Hayır” cevabını verdiği görülmektedir.

### 1.8. Katılımcıların Spor Yapmaya Yönelten Etkenlere Dair Dağılımları

Araştırmaya katılan ve 11. soruya spor yapıyorum diyen 60 kişinin spor yapmaya yönelten etkenlere ait dağılımı Tablo 8’de verilmiştir.

Sizi Spor Yapmaya Yönelten Etkenler Nelerdir?	n	Ortalama	s
[Eğlenmek / stres atmak]	60	4,22	,846
[Zayıflamak / form tutmak]	60	4,12	1,091
[Yaşlanmayı geciktirme]	60	4,15	1,102
[Mutlu olmak]	60	4,40	,807
[Sosyal çevre edinmek / Arkadaş edinmek]	60	2,90	1,399
[Kişisel gelişimine katkı sağlamak]	60	3,67	1,115
[Serbest zamanlarını değerlendirmek]	60	3,85	1,102
[Sağlıklı yaşam]	60	4,43	,789
[Mesleki kariyer]	60	2,67	1,515
[Sporun zihinsel gelişime olan katkısı]	60	3,73	,936
[Bireysel yeteneklerini açığa çıkarma isteği]	60	3,08	1,369
[Yaşam alanındaki tesislerin elverişliliği]	60	2,75	1,361
[Belirli statüye sahip olma isteği]	60	2,13	1,334
[Medyanın etkisi]	60	2,10	1,298
[Eğitmenlerin mesleki açıdan yeterliliği]	60	2,62	1,485
<b>Toplam</b>	60	3,388	1,169

**Tablo 8.** Katılımcıları spor yapmaya yönelten etkenlere ait dağılım

Tablo 8 incelendiğinde araştırma katılımcılarının beşli likert testte onları spor yapmaya yönelten etkenlere yönelik verdikleri cevaplardan “eğlenmek/stres atmak” seçeneğinin 4,22 ortalama 0,846 standart sapmaya, “zayıflamak/form tutmak” seçeneğinin 4,12 ortalama 1,091 standart sapmaya, “yaşlanmayı geciktirme” seçeneğinin 4,15 ortalama 1,102 standart sapma, “mutlu olmak” seçeneğinin 4,40 ortalama 0,8,7 standart sapma, “sağlıklı yaşam” seçeneğinin 4,43 ortalama 0,789 standart sapmaya sahip oldukları ve çok yüksek oranda benimsedikleri görülmüş, “kişisel gelişimine katkı sağlamak” seçeneğinin 3,67 ortalama 1,115 standart sapmaya, “serbest zamanları değerlendirmek” seçeneğinin 3,85 ortalama 1,102 standart sapmaya, “sporun zihinsel gelişime olan katkısı” seçeneğinin 3,73 ortalama 0,936 standart sapmaya, “bireysel yeteneklerini açığa çıkarma isteği” seçeneğinin 3,08 ortalama 1,369 standart sapmaya sahip oldukları ve ortanın üstünde bir benimsenmişlikleri olduğu görülmüştür yine “sosyal çevre edinmek /Arkadaş edinmek” seçeneği 2,90 ortalama 1,399 standart sapmaya, “mesleki kariyer” seçeneği 2,67 ortalama 1,515 standart sapmaya, “yaşam alanındaki tesislerin elverişliliği” seçeneği 2,75 ortalama 1,361 standart sapmaya, “belirli statüye sahip olma isteği” seçeneği 2,13 ortalama 1,334 standart sapmaya, “medyanın etkisi” seçeneği 2,1 ortalamaya 1,298 standart sapmaya, “eğitmenlerin mesleki açıdan yeterliliği” seçeneği

2,62 ortalama 1,485 standart sapmaya sahip olarak orta düzeyde benimsedikleri sonucu ortaya çıkmıştır.

### 1.9. Katılımcıların Spor Aktivitelerine Kimler İle Katıldıklarının Dağılımı

Araştırmaya katılan ve 11. soruya spor yapıyorum diyen 60 kişinin spor aktivitelerine kimler ile katıldıklarının dağılımı Tablo 9'da verilmiştir.

Spora Kimler ile Katılırsın	f	%
Ailem	12	20,0
Ferdi	22	36,7
Meslektaşlarımla	1	1,7
Öğrencilerimle	2	3,3
Arkadaşlarımla	23	38,3
<b>Toplam</b>	<b>60</b>	<b>100,0</b>

**Tablo 9.** Katılımcıların spor aktivitelerine kimler ile katıldıklarına ait dağılım

Tablo 18 incelendiğinde katılımcıların spor aktivitelerini en çok arkadaşlarımla %38,3 (23), ferdi %36,7 (22), ailem %20,0 (12), öğrencilerimle %3,3 (2), meslektaşlarımla %1,7 (1) katıldıklarını göstermiştir.

### 1.10. Katılımcıların Spor Yapmak İçin Ayırdıkları Sürenin Yeterliliğine Dair Görüşlerinin Dağılımı

Araştırmaya katılan ve 11. soruya spor yapıyorum diyen 60 kişinin spor yapmak için ayırdıkları sürelerin yeterliliğine dair görüşlerinin dağılımı Tablo 10'da verilmiştir.

Spora Ayrılan Sürenin Yeterliliği	f	%
Yeterli	13	21,7
Yetersiz	18	30,0
Kesinlikle Yetersiz	5	8,3
Kesinlikle Yeterli	2	3,3
Normal	22	36,7
<b>Toplam</b>	<b>60</b>	<b>100,0</b>

**Tablo 10.** Katılımcıların spor yapmak için ayırdıkları sürenin yeterliliğine dair dağılımları

Tablo 10 incelendiğinde katılımcıların yeterli %21,7 (13), yetersiz %30,0 (18), kesinlikle yetersiz %8,3 (5), kesinlikle yeterli %3,3 (2), normal %36,7 (22) olarak cevapladıkları görülmüştür.

2. Dördüncü alt problem araştırmaya katılanların spor yapma güçlüklerine göre dağılımları nedir?
- 2.1. Katılımcıların Spor Yapma/Spor Yapmama Güçlüğü Çekmelerine Neden Olan Düşüncelerinin Dağılımı

Araştırmaya katılanların spor yapma/spor yapmama güçlüğü çekmelerine neden olan düşüncelerinin dağılımı Tablo 11’de verilmiştir.

Spor yapmama / spor yapma güçlüğü çekmenizdeki nedenleriniz nelerdir?	n	Ortalama	s
[Spor tesislerine ulaşım güçlüğü]	102	2,66	1,389
[Spor yapılacak alan yetersizliği]	102	2,94	1,341
[Vakit bulamadığım için]	102	3,21	1,360
[Çalışma yoğunluğunun fazlalığı]	102	3,20	1,298
[Ekonomik nedenler]	102	2,41	1,292
[Nedenler (Belirtiniz)]	102	1,03	,221
<b>Toplam</b>	102	2,575	1,150

**Tablo 11.** Katılımcıların spor yapma/spor yapmama güçlüğü çekmelerine neden olan düşüncelerinin dağılımı

Tablo 11 incelendiğinde araştırmaya katılanların beşli likert testte onları spor yapma/spor yapmama güçlüğü çekmelerine yönelik verdikleri cevaplarda “vakit bulamadığım için” seçeneğinin 3,21 ortalama 1,360 standart sapmaya, “çalışma yoğunluğunun fazlalığı” 3,20 ortalama 1,298 standart sapmaya sahip oldukları ve ortalamanın üstünde benimsedikleri, bu katılımcıların spor yapmama nedeni olarak bu iki sebebi en fazla öne sürdükleri görülmüştür. Yine “spor tesislerine ulaşım güçlüğü” seçeneği 2,66 ortalama 1,389 standart sapma, “spor yapılacak alan yetersizliği” seçeneği 2,94 ortalama 1,341 standart sapmaya, “ekonomik nedenler” seçeneği 2,41 ortalama 1,292 standart sapma ile araştırmaya katılanların orta düzeyde spor yapma ya da spor yapmama güçlüğü nedenleri arasındadır. Son olarak 1,03 ortalama ve 0,221 standart sapmayla bu seçeneklerin dışında başka nedeni olduğunu belirten bir katılımcıda olmuştur.

- 2.2. Katılımcıların Spor Yapmama/Spor Yapma Güçlüğü Çekme Nedenlerinin Kalıcılığı Hakkında Düşüncelerinin Dağılımı

Araştırmaya katılanların spor yapmama/spor yapma güçlüğü çekme nedenlerinin kalıcılığı hakkındaki düşüncelerinin dağılımı Tablo 12’de verilmiştir.

Spor Yapma/Yapmama Güçlüğü'nün Kalıcılığı Hakkında Düşünceleri	f	%
Evet	34	33,3
Hayır	68	66,7
<b>Toplam</b>	<b>102</b>	<b>100,0</b>

**Tablo 12.** Katılımcıların spor yapmama/spor yapma güçlüğü çekme nedenlerinin kalıcılığı hakkındaki düşüncelerinin dağılımı

Tablo 12 incelendiğinde evet cevabını verenler %33,3 (34), hayır cevabını verenler %66,7 (68) ile spor yapma güçlüğü'nün kalıcı olmadığını düşünenlerin oranı kalıcı olacağını düşünenlerin iki katı olarak karşımıza çıkmakta.

### 3. Altıncı alt problem spor yapmayan katılımcıların yönelim ve istekleri nelerdir?

#### 3.1. Katılımcıların İmkânı Olsa Hangi Spor Aktivitesine Katılmak İstediklerine Dair Dağılımı

Araştırmaya katılanların imkanları olsa hangi spor aktivitesini yapmak istediklerinin dağılımları Tablo 13'te verilmiştir.

İmkânları Olsa Yapmak İstedikleri Spor Aktivitesi	f	%
Rekreasyonel Amaçlı Yürüyüşler	10	9,8
Yavaş Tempolu Koşular	5	4,9
Zindelik Aktiviteleri (Aerobik, Yoga, Plates vb.)	14	13,7
Uzak Doğu Sporları (Tekvando, Karate vb.)	4	3,9
Ağırlık Çalışması (Vücut Geliştirme vb.)	1	1,0
Raket Sporları (Tenis, Masa Tenisi, Badminton vb.)	8	7,8
Takım Sporları (Basketbol, Futbol, Voleybol vb.)	6	5,9
Doğa Sporları (Tırmanma, Trekking, Dağcılı vb.)	6	5,9

Kayak	5	4,9
Yüzme	42	41,2
Diğer	1	1,0
<b>Toplam</b>	<b>102</b>	<b>100,0</b>

**Tablo 13.** Katılımcıların imkanları olsa hangi spor aktivitesini yapmak istediklerine ilişkin dağılımları

Tablo 13'e bakıldığında; %9,8 (10) kişinin Rekreasyonel Amaçlı Yürüyüşler, %4,9 (5) kişinin Yavaş Tempolu Koşular, %13,7 (14) kişinin Zindelik Aktiviteleri(Aerobik, Yoga, Plates vb.), %3,9 (4) kişinin Uzak Doğu Sporları(Tekvando, Karate vb.), %1,0 (1) kişinin Ağırlık Çalışması(Vücut Geliştirme vb.), %7,8 (8) kişinin Raket Sporları(Tenis, Masa Tenisi, Badminton vb.), %5,9 (6) kişinin Takım Sporları(Basketbol, Futbol, Voleybol vb.), %5,9 (6) kişinin Doğa Sporları(Tırmanma, Trekking, Dağcılık vb.), %4,9 (5) kişinin Kayak, %41,2 (42) kişinin Yüzme, %1,0 (1) kişinin Diğer seçeneğini belirtmişlerdir.

### 3.2. Katılımcıların Sporun Sosyalleşmeye Etkisi ile İlgili Düşüncelerinin Dağılımı

Araştırmaya katılanların sporun sosyalleşmeye etkisi ile ilgili düşüncelerinin dağılımları Tablo 14'te verilmiştir.

Sporun sosyalleşmeye etkisi ile ilgili düşüncelerinizi belirtiniz	n	Ortalama	s
[Spor toplumsal ve toplumlar arası bütünleşmeyi sağlar]	102	4,34	,838
[Sporun toplumsal kargaşayı azaltıcı etkisi vardır]	102	4,34	,917
[Spor insanlar arası etkileşime olumlu katkı sağlar]	102	4,44	,765
[Spor eğitimi topluma faydalı bireyler yetiştirilmesinde önemli rol oynar]	102	4,47	,727
[Spor insanlara karşı olumlu duygular geliştirmesini sağlar]	102	4,40	,787
[Spor etkili iletişim kurmaya yardımcı olur]	102	4,44	,803
[Spor yapan bireyler kendisi ile barışık olur]	102	4,48	,685
<b>Toplam</b>	102	4,415	0,788

**Tablo 14.** Katılımcıların sporun sosyalleşmeye etkisi ile ilgili düşüncelerine ilişkin dağılımları

Tablo 14 incelendiğinde araştırmaya katılanların beşli likert testte sporun sosyalleşmeye etkisine ilişkin verdikleri cevaplarda “spor toplumsal ve toplumlar arası bütünleşmeyi sağlar” seçeneğinin 4,34 ortalama 0,838 standart sapmaya, “sporun toplumsal kargaşayı azaltıcı etkisi vardır” seçeneğinin 4,34 ortalama 0,917 standart sapmaya, “spor insanlar arası etkileşime olumlu

katkı sağlar” seçeneğinin 4,44 ortalama 0,765 standart sapmaya, “spor eğitimi topluma faydalı bireyler yetiştirilmesinde önemli rol oynar” seçeneğinin 4,47 ortalama 0,727 standart sapmaya, “spor insanlara karşı olumlu duygular geliştirmesini sağlar” seçeneğinin 4,40 ortalama 0,787 standart sapmaya, “spor etkili iletişim kurmaya yardımcı olur” seçeneğinin 4,44 ortalama 0,803 standart sapmaya ve “spor yapan bireyler kendisi ile barışık olur” seçeneğinin 4,48 ortalama 0,685 standart sapmaya sahip oldukları ve ortalamanın üstünde benimsedikleri sonucu çıktığı görülmüştür.

### **Sonuç, Tartışma ve Öneriler**

Bu çalışma Millî Eğitim Bakanlığı bünyesinde resmi okullarda görev yapan öğretmenlerin pandemi döneminde spor yapma alışkanlıklarının araştırılması amacıyla ilk, orta ve lise kademelerinde görev yapan öğretmenler üzerinde yapılmıştır. Çalışmaya 60 kadın 42 erkek olmak üzere 102 kişi katılmıştır. Çalışmada araştırmaya katılanların demografik özellikleri, spor ve sağlık ilişkisi hakkındaki farkındalıkları, katılımcıların spor yapma durumları, spor yapma güçlükleri, olanaklar hakkında bilgi düzeyleri ve ileride spor yapmak isterlerse hangi spor aktivitesini, nerede ve nasıl yapmak istediklerine dair verdikleri cevaplar incelenmiş ve aralarında ilişkiler kurulmuştur, testler uygulanarak çıkan sonuçlarda anlamlı farklar olup olmadığına bakılarak yorumlanmıştır.

#### **1. Birinci alt probleme yönelik sonuçlar**

Araştırmaya katılan öğretmenlerin büyük bir kısmının sportif faaliyetler için hiç bütçe ayırmadığı görülmüştür. Bütçe ayıranların sırasıyla 100-200 TL ve 200-300 TL arasında toplandığı görülmüştür. Bundan sonuçla katılımcıların spor etkinliklerine hiç bütçe ayırmayanların oranının üst düzeyde olduğu söylenebilir.

Araştırmaya katılan öğretmenlere spor yapıp yapmadıkları sorulmuş 60 (%58,8) kişi spor yaptığını, 42 (%41,2) kişi spor yapmadığını belirtmiştir. Araştırmaya katılan öğretmenlerin büyük kesiminin spor yaptığı söylenebilmektedir.

Araştırmaya katılan spor yaptığını belirten öğretmenlerin en fazla rekreasyon amaçlı yürüyüşler yaptıklarını belirtirken, uzak doğu sporları (tekvando, karate vb.), raket sporları (tenis, masa tenisi, badminton vb.) ve kayak sporlarını hiç yapmadıklarını belirtmişlerdir.

Katılımcıların spor yapma sıklıkları incelendiğinde haftada 2-3 gün seçeneğinin çok yüksek oranda olduğu ve diğer seçeneklerin birbirine çok yakın değerlerde seyrettiği görülmüştür.

Katılımcıların spor yapma süreleri incelendiğinde “05-45 dk.” 20 (%33,3), “46-119 dk.” 36 (%60), “120 dk. veya daha fazla” 3 (%5,0) ve “diğer” 1 (%1,7) olduğu görülmüş buna göre 46-119 dk. arasında spor yapanların oranının yüksek olduğu görülmektedir.



Katılımcıların spor yaptıkları yerler ile ilgili verdikleri cevaplarda çoğunlukla özel sektöre ait alanlar, daha sonra sırasıyla açık alanlar, yerleşim yerlerindeki yollar ve bina veya site içerisinde cevaplarını verdikleri görülmüştür.

Araştırmaya katılan öğretmenlerin yakınlarını spor yapmaya çok büyük oranda davet ve teşvik ettikleri görülmüştür. Bunun sonucunda sporun sosyalleşme ve kaynaştırıcı etkileri olduğunu, bu sayede spor yapma oranının teşvik ve davetlerle artma eğiliminde olduğu sonucu ortaya çıkmaktadır.

Araştırmaya katılan öğretmenlerin kimlerle beraber spor yaptıklarına ilişkin verdikleri cevaplarda ilk sırayı arkadaşları, daha sonra bireysel ve ailenin izlediği görülmüş. Bundan sonuçla bireylerin spor yaparken yanlarında samimi ve yakın buldukları kişileri istedikleri sonucuna varılmıştır.

## **2. İkinci alt probleme yönelik sonuçlar**

Araştırmaya katılan öğretmenlere “spor yapmama/spor yapma güçlüğü çekme nedenlerinin kalıcılığı” hakkında düşünceleri sorulmuş ve bu soruya 68 (%66,7) gibi büyük bir oranda hayır cevabı verilmiştir. Bunun sonucunda öğretmenlerin spor yapmama nedenlerini ortadan kaldırıcı çalışmalarla spora katılımlarının artacağı düşünülmektedir.

## **3. Üçüncü alt probleme yönelik sonuçlar**

Araştırmaya katılan spor yapmadığını belirten öğretmenlerin imkanları olsa hangi spor etkinliğini yapmak istediklerine ait cevaplara bakıldığında 42 (%41,2) gibi çok büyük bir oranda yüzme sporunu yapmayı tercih ettikleri görülmektedir.

## **Öneriler**

Bu araştırmada karşımıza çıkan sonuçlar genel olarak spora bakış açısı ve sporun yaygınlaşması ve kişilerin gündelik hayatının bir rutini olması açısından umut verici sonuçlar sunmuştur. Araştırmanın evreni ve örneklemini üzerinden bakıldığında biraz daha sportif faaliyetlerin yararları hakkında bilgilendirmenin artırılması, spor olanakları ve mekanlarının gelişimi ve fazlalaşması, spor yapamama güçlüğü ortadan kaldırıcı çalışmalarla spor yapan ve yapma süresini ve çeşitliliğini arttıran bir öğretmen camiası elde etmek çok zor görünmemektedir.

Bu çalışmanın evreni istenildiğinde farklı evrenlere yönlendirilerek uygulanabilecek örneğin çocuklar, gençler, memurlar, tüm çalışanlar, ev hanımları, engelliler vb. gibi ya da evreni genişletilerek ülke geneli tüm vatandaşlara uygulanabilecek parametrelere sahip olduğu düşünülmektedir. Bu sayede daha büyük kitlelerin spor yapma alışkanlıkları hakkında bilgi sahibi olunabilir ve bu alanda gelişim ve değişimin önü açılabilir.

## Kaynakça

- Aracı, H. (1999. Akt; Ulukan, 2012). *İletişim Becerilerinin Takım ve Bireysel Sporculara Olan Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Karaman: Karamanoğlu Mehmet Bey Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 19
- Cashmore, J. (2008, Akt; Karabulut, G. 2010). *İlköğretim 5. Sınıf Öğrencilerinin Oyun Tercihlerine ve Spora Katılımlarına Göre Kaygı Düzeylerinin ve Başarı Algılarının İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü,
- Corsini, A. vd. (2020, Akt; Koçak, Z. & Kaya, Ö. 2020). *COVID-19 Pandemisi, Spor, Sporcu Üçgeni: Etkilenimler ve Öneriler*. İzmir Kâtip Çelebi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi, Sayı: 5(2), 129-133
- Çiriş, V. (2014. Akt; Güllü, 2017). *Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Beceri Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Uluslararası Spor, Egzersiz ve Antrenman Bilimi Dergisi, Cilt 3, Sayı 3, 87
- Erkal, M. (1996, Akt; Dalkılıç, 2011). *İlköğretim Öğrencilerinin Sportif Faaliyetlere Katılım Düzeyi ve İletişim Becerileri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Karaman: Karamanoğlu Mehmet Bey Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 42
- Hürriyet. (2021). Erişim adresi: <https://www.hurriyet.com.tr/mahmure/evde-kalin-ama-hareketsiz-kalmayin-iste-evde-yapilabilecek-egzersizler-> Erişim Tarihi: 02.01.2021
- İnal, A. (2000. Akt; Akandere, vd. 2015). *Sporun Orta Öğretim Öğrencilerinin Kendilerine Karşı Tolerans Düzeyine Etkisi*, Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi, Sayı 2, 60
- Karasar, N. (2007). *Bilimsel araştırma yöntemleri* (17.baskı). Ankara: Nobel Yayıncılık
- Kat, H. (2009. Akt; Yıldırım, 2011) *Lisanslı Olarak Takım Sportu ve Bireysel Spor Yapan ile Spor Yapmayan Orta Öğretim Öğrencilerinin Sosyal Beceri Düzeylerinin Karşılaştırılması*. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi. Bolu: Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 37.
- Kuş, A. (1993. Akt; Kılçık, 2016). *İlköğretim Okulları İkinci Kademe Öğrencilerinin Beden Eğitimi ve Spor Dersine İlişkin Tutumlarının Belirlenmesi (Düzce Örneği)*. Yüksek Lisan Tezi. Düzce: Düzce Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü,
- Masters, & Perlman, (2013. Akt; Ünal, 2020). *Eurasian Journal Of Health Sciences*. Avrasya Sağlık Bilimleri Dergisi, Sayı 3, 96.
- Özdedeoğlu, B. (2014). *Üniversitelerdeki Akademik Personelin Spor Yapma Alışkanlıklarının Değerlendirilmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

- Şahan, H. (2007). *Üniversite Öğrencilerinin Sosyalleşme Sürecinde Spor Aktivitelerinin Rolü*. Yüksek Lisans Tezi, Konya: Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 53-55-58-60.
- Şenol & Birsnel, (2020 Akt; Ekici & Yarsan, 2020). *Covid -19 Tedavisinde Kullanılan Bazı İlaçlar ve Farmakolojik Değerlendirme*. Avrasya Sağlık Bilimleri Dergisi, Cilt 3, Özel Sayı
- Tiftikçi, İ. (2020). *Covid-19 Pandemi Sürecinin Acil Tıp Asistanlarının Eğitime ve İş Gerginliğine Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Antalya: Akdeniz Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü,
- Yangın, E. (1997. Akt; Kılçık, 2016). *İlköğretim Okulları İkinci Kademe Öğrencilerinin Beden Eğitimi ve Spor Dersine İlişkin Tutumlarının Belirlenmesi (Düzce Örneği)*. Yüksek Lisan Tezi. Düzce: Düzce Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü,