

Adölesan Basketbolcuların Sağlıklı Beslenme Alışkanlıkları ve Branşa Yönelik Tutum İncelenmesi

Samet SİTTİ¹, Murat Bekleyiş APAYDIN²

DOI: <https://doi.org/10.38021asbid.1351124>

ORJİNAL ARAŞTIRMA

¹Siirt Üniversitesi,
Beden Eğitimi ve
Spor Yüksek Okulu,
Siirt/Türkiye

²Niğde Ömer
Halisdemir Üniversitesi
Spor Bilimleri Fakültesi
Niğde/Türkiye

Öz

Bu çalışmada basketbol branşında aktif olarak alt yapılarda müsabakalara katılan sporcuların branşa yönelik tutum ve beslenme alışkanlıklarının incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma evreni Türkiye basketbol alt yapı liglerinde basketbol oynayan sporcular olurken örneklem grubu ise rasgele seçilmiş gönüllülük esasına göre katılmak isteyen 378 kişiden oluşmaktadır. Elde edilen bulguların İstatiksel analizde SPSS 22 programı kullanılmıştır. Örneklem büyüklüğü tespiti için ise G*Power (1.3.9.4) Araştırmada. Öncü vd., (2015) tarafından geliştirilen 21 soru ve Algı, İlgi alt boyutlarından oluşan Basketbol Tutum Ölçeği (BTÖ) ve Demir ve Cicioğlu'nun (2019) Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum Ölçeği (SBYİTÖ) kullanılmıştır. Araştırmanın istatiksel analizinde SPSS 22 programı kullanılmıştır. Tanımlayıcı istatistiklerin yanında bağımsız örneklem t test ve Man-Witney U, ikiden fazla ortalamaların karşılaştırılması ise tek yönlü varyans analizi testi ve Kruskal-Wallis testleri kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Araştırmada cinsiyet değişkenine göre Algı BYD ve KB; Okul türüne göre BHB ve Algı, gelir düzeyine göre BHB, ilgi ve algı alt boyutlarında anlamlı farklılaşma olduğu bulgusuna ulaşılmıştır ($p < 0,05$). Çalışma sonunda adölesan basketbolcuların branşa yönelik tutum ve beslenme alışkanlıklarının demografik değişkenlere göre farklılaştığı bulgusuna ulaşılmıştır.

Sorumlu Yazar:

Samet SİTTİ
samet_sitti@hotmail.com

Anahtar kelimeler: Basketbola Yönelik Tutum, Sağlıklı Beslenme, Adölesan.

**Investigation of Healthy Eating Habits and Attitudes
Towards the Branch in Adolescent Basketball Players**

Abstract

In this study, it was aimed to examine the attitudes and nutritional habits of athletes who actively participated in competitions in the basketball branch. While the population of the research was the athletes playing basketball in Turkey basketball substructure leagues, the sample group consisted of 378 randomly selected volunteers who wanted to participate. SPSS 22 program was used in the statistical analysis of the findings obtained. For sample size determination, G*Power (1.3.9.4) was used in the study. The Basketball Attitude Scale (BTÖ) consisting of 21 questions and Perception and Interest sub-dimensions developed by Öncü et al. (2015) and Demir and Cicioğlu's (2019) Attitude Scale on Healthy Nutrition (SBYİTÖ) were used. SPSS 22 program was used in the statistical analysis of the study. In addition to descriptive statistics, independent sample t test and Man-Witney U test, one-way analysis of variance test and Kruskal-Wallis tests were used to compare more than two averages. In the study, it was found that there was a significant difference in the sub-dimensions of Perception, CBM and BP according to gender variable; CBM and Perception according to school type; and CBM, interest and perception according to income level ($p < 0,05$). At the end of the study, it was found that the attitudes and eating habits of adolescent basketball players towards the branch differed according to demographic variables.

Keywords: Attitude Towards Basketball, Healthy Nutrition, Adolescents.

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi:
28.08.2023

Kabul Tarihi:
11.10.2023

Online Yayın Tarihi:
29.10.2023

Giriş

Spor faaliyetlerinin, çocuklarda eğitim hayatı sürecinde fiziksel ve zihinsel (Tural vd., 2022; Söğüt ve Baytaş, 2022; Yarayan vd., 2022; Yarayan vd., 2023; Gülşen vd., 2023) faktörlere etkisinin yanı sıra sosyal hayata entegre olmada kolaylık sağladığı belirtilmektedir. Başka bir ifadeyle ise spor faaliyetlerine katılımın bütün yaş gruplarındaki insanlarda bütünsel sağlık parametrelerine olumlu etkisini vurgulamaktadır (Çelik ve Pulur, 2011). Tutum nesnelere, insanlara ve olaylara yönelik ifadeler olarak değerlendirilmektedir (Togo ve Öztürk, 2020). Tutum ve davranışlar arasında ilişkili bir durum olduğu belirtilmektedir. Bu olgu nedensellik bağlamında değerlendirilmemektedir (Kağıtçıbaşı, 1999). Literatür tarandığında spor ve tutum ile alakalı çalışmalar bulunmaktadır. Bu çalışmalar çeşitli demografik değişkenlere göre uygulanmaktadır (Özsarı vd., 2022; Yavuz ve Yücel, 2019; Kalfa, 2019; Belli vd., 2019. Gökdağ vd., 2019).

Beslenme insanların yaşamlarını devam ettirilmesi büyüme, gelişme için dışarıdan alınan besin maddelerinin kullanılmasıdır (Özenoğlu vd., 2021). Sağlıklı beslenme ise insanın demografik yapısına göre (yaş, cinsiyet, meslek vb....) gerekli olan besinleri yeterli düzeyde alınmasıdır. Yeterli ve sağlıklı olan besin tüketimi vücut ağırlığını korumada ve obezite kaynaklı fiziksel hastalıkları engellemektedir (Ersoy, 1998). Yaşam kalitesini artırmada özellikle inaktif yaşam alışkanlıkları olan bireylerde beslenme alışkanlıklarının içeriğinin sağlık faktörü açısından önemli olduğu belirtilmektedir (Applegate, 2011). Literatür incelendiğinde beslenme bilgi düzeyi ve sağlıklı beslenmeye ilişkin çeşitli çalışmalar bulunmaktadır (Süel vd., 2022; Yılmaz vd., 2022; Yılmaz vd., 2021; Süel vd., 2021; Yılmaz ve Şeker, 2020; Yılmaz ve Karaca, 2019).

Literatürde beslenme alışkanlıkları ile ilgili çalışmalar olmakla birlikte basketbolcuların hem beslenme hem de branşa yönelik tutum ile alakalı çalışmalar nicelik bakımından fazla değildir. Bu çalışma adölesan basketbolcuların branşa yönelik tutum ve beslenme alışkanlıklarının tespiti ve yorumlanması amacıyla yapılmıştır.

Gereç ve Yöntem

Ölçek

Araştırmamızda katılımcıların tanımlayıcı bilgilerini Öncü vd., (2015) yaptıkları çalışmayla geliştirdikleri Basketbol Tutum Ölçeği (BTÖ) kullanılarak kaydedilmiştir. Bu ölçek 2 alt boyut ve 10 sorudan oluşmaktadır. Alt boyut eylem ve değer sorularından oluşmaktadır. Ayrıca çalışmamızda Demir ve Cicioğlu (2019) birlikte geliştirmiş oldukları Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum Ölçeğini (SBYİTÖ) kullanılarak kayıt altına alınmıştır. Ölçeğin alt boyutları Beslenme Hakkında Bilgi (BHB) 5 madde, Beslenmeye Yönelik Duygu (BYD) 6 madde, Olumlu Beslenme (OB) 6 madde, Kötü

Beslenme (KB) 4 madde olmak üzere 21 sorudan oluşmaktadır. Bu çalışmadan elde edilen veriler tanımlayıcı bilgiler ile alt boyutlar arası ilişkisel model olarak kullanılarak değerlendirilmeye alınmıştır.

Örneklem Grubu

Çalışmamıza yaşları 10 ile 18 arası değişen kız-erkek toplam 378 kişi katılmıştır. Araştırmada Batman, Şırnak, Gaziantep, Kayseri, Ankara, Mersin, Adana, Kırşehir illerinde aktif olarak basketbol oynayan sporculardan oluşmaktadır. Araştırma öncesi sporculara ölçek hakkında bilgilendirme yapılmış ve gönüllülük esasına göre doldurmaları istenmiştir.

İstatiksel Analiz

Araştırmamızın verilerin analizinde SPSS 22 programı kullanılmıştır. Araştırmamızın örneklem büyüklüğü tespiti için G*Power (3.1.9.4) kullanılmıştır. Çalışmada n, yüzde (%), ortalama ve standart sapma (ort.std.) kullanımına ek ikili karşılaştırmalarda bağımsız örneklem t test ve Man-Whitney U, tek yönlü varyans analizi ise ikiden fazla ortalamaların karşılaştırılması için kullanılmış ve Kruskal- Wallis test gibi parametrik olmayan testler kullanılmıştır.

Bulgular

Tablo 1
Normallik Kat Sayısı Dağılımı (SBİTÖ)

Alt Boyut	Madde Sayısı	Çarpıklık	Basıklık	İstatistik
BHB	5	1,479±1,25	1,743±250	4,10±,045
BYD	6	-0,71±1,25	-1,03±250	2,05±0,41
OB	6	-,910±1,25	1,430±250	3,64±,034
KB	4	-952±1,25	,453±250	2,15±,051

Elde edilen bulgulara göre araştırmamızda SBİTÖ anketinde normallik kat sayısı ölçümleri bütün alt boyutlarda (-1,5-1,5) aralığında tespit edilmiş ve parametrik olan testlerin kullanılmasına karar verilmiştir.

Tablo 2
Normallik Kat Sayısı Dağılımı (BYTÖ)

Alt Boyut	Madde Sayısı	Çarpıklık	Basıklık	İstatistik
İLGİ	14	1,396±,125	2,381±,250	3,933±,803
ALGI	7	2,652±,125	6,703±,250	1,812±,762

Araştırma BYTÖ alt boyutlarında boyutlarda (-1,5-1,5) aralığında tespit edilmemiş ve bu ölçekte parametrik olmayan testler kullanılmasına karar verilmiştir.

Tablo 3
Katılımcıların Tanımlayıcı Bilgileri

Faktör	Değişken	n	%
Cinsiyet	Kadın	88	16,01
	Erkek	92	16,51
	Toplam	378	100
Yaş skalası	10-12 yaş	222	55,7
	13-15 yaş	38	10,1
	16-18 yaş	118	31,2
	Toplam	378	100
Basketbol Oynama Süresi	1-2 yıl	124	32,8
	3-5 yıl	77	20,4
	6 ve üzeri	177	48,8
	Toplam	378	100
Okul Türü	Özel	160	42,3
	Kamu	218	57,6
	Toplam	378	100
Aile Gelir Durumu	8500	64	16,9
	8501-10000	68	18
	10000 ve üzeri	246	65,1
	Toplam	378	100

Araştırmamızda katılımcıların yaş ortalaması $13,29 \pm 2,166^{yıl}$ olduğu; kız (n=215) erkek (n=163) toplam 378 katılımcıdan oluşmaktadır. Okul türüne göre özel okullarda öğrenim gören (n=160), kamu okullarında öğrenim gören 218 kişi olduğu tespit edilmiştir. Aile gelir durumu en yüksek 1000^l ve üzeri olduğu (n=246) bulgusuna ulaşılmıştır.

Tablo 4
Katılımcıların cinsiyet değişkeni göre (SBYİTÖ) alt boyutlarının analizleri

	Cinsiyet	n	\bar{X}	Ss	t	p
BHB	Kız	215	4,02	,866	1,667	,198
	Erkek	163	4,20	,895		
BYD	Kız	215	2,95	,768	4,147	,042*
	Erkek	163	2,96	,868		
OB	Kız	215	3,61	,630	1,792	,181
	Erkek	163	3,60	,703		
KB	Kız	215	2,07	,858	1,313	,000*
	Erkek	163	2,22	1,141		

BHB: Beslenme hakkında bilgi; BHD: Beslenmeye yönelik tutum; OB: Olumlu beslenme; KB: Kötü beslenme; Anlamlılık düzeyi $p < 000-005^*$

Tablo incelendiğinde BYD ve KB alt boyutlarında cinsiyet faktörü değerlerine göre anlamlı farklılık olduğu bulgusuna ulaşılmıştır ($p < 0,05$).

Tablo 5

Cinsiyet Değişkenine Göre Basketbola Yönelik Tutum Ölçeği Alt Boyutlara Verilen Cevapların Analizi (Mann-Whitney U)

	Cinsiyet	n	\bar{X}	Ss	t	p
İlgi	Kız	215	3,96	,728	-,019	,185
	Erkek	163	3,89	,892		
Algı	Kız	215	1,70	,622	-2,864	,004*
	Erkek	163	1,95	,908		

(Anlamlılık düzeyi $p<000-005^*$)

Tablo incelendiğinde cinsiyet değişkenine göre Basketbola yönelik tutum ölçeği alt boyutlarından Algı faktöründe anlamlı bir farklılık olduğu ($p<0,05$) bulgusuna ulaşılmıştır.

Tablo 6

Okul Türüne Göre SBİTÖ Alt Boyutlara Verilen Cevapların Analizi (Bağımsız Örneklem T test)

Faktör	Cinsiyet	n	\bar{X}	Ss	t	p
BHB	Özel	160	4,358	,628	9,400	,002*
	Kamu	216	3,927	,987		
BYD	Özel	160	3,010	,771	,354	,555
	Kamu	216	2,912	,832		
OB	Özel	160	3,731	,583	2,610	,107
	Kamu	216	3,588	,708		
KB	Özel	160	2,092	1,076	2,957	,086
	Kamu	216	2,196	,930		

BHB: Beslenme hakkında bilgi; Byd: Beslenmeye yönelik tutum; OB: Olumlu beslenme; KB: Kötü beslenme; Anlamlılık düzeyi $p<000-005^*$

Tablo incelendiğinde okul türüne göre SBİTÖ alt boyutlarında BHB alt boyutunda istatistik olarak anlamlılık ($p<0,05$) olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

Tablo 7

Okul Türüne Göre BYT Ölçeği Alt Boyutlara Verilen Cevapların Analizi (Mann-Whitney U)

Faktör	Cinsiyet	n	\bar{X}	Ss	t	p
İlgi	Kız	160	3,987	,896	8,393	,017*
	Erkek	216	3,903	,729		
Algı	Kız	160	1,867	,814	2,103	,066
	Erkek	216	1,969	,732		

(Anlamlılık düzeyi $p<000-005^*$)

Tabloda yer alan bulgularda okul türüne BYT ölçeği Algı alt boyutunda anlamlı bir farklılık olduğu ($p<0,05$) bulgusuna ulaşılmıştır.

Tablo 8

Aile Gelir Düzeyine Göre SBİTÖ Alt Boyutlarına Verilen Cevapların Analizi (Anova)

Faktör	Değişken	n	t	p	Tukey
BHB	8500 ^A	64	7,188	,001*	A-C

	8501-10000 ^B	68		
	10000 ^C ve üzeri	246		B-C
BYD	8500	64	1,206	,300
	8501-10000	68		
	10000 ve üzeri	246		
OB	8500	64	2,511	,083
	8501-10000	68		
	10000 ve üzeri	246		
KB	8500	64	,867	,421
	8501-10000	68		
	10000 ve üzeri	246		

BHB: Beslenme hakkında bilgi; Byd: Beslenmeye yönelik tutum; OB: Olumlu beslenme; KB: Kötü beslenme; Anlamlılık düzeyi p<000-005*

Tablo incelendiğinde katılımcıların aile gelir değerlerine göre BHB alt boyutunda istatistik olarak anlamlı bir farklılaşma olduğu (p<0,05) ve bu farklılaşmanın yönünün 8500^{tl} ile 10000^{tl} ve üzeri; 8501^{tl} ile 1000^{tl} ve üzeri yönünde gerçekleşmiştir.

Tablo 9 Aile Gelir Düzeyine Göre BYT Ölçeği Alt Boyutlara Verilen Cevapların Analizi (Kruskal-Wallis Test)

Faktör	Değişken	n	ort	p	Tukey
İlgi	8500 ^A	64	7,188	,017*	A-C
	8501-10000 ^B	68			
	10000 ^C ve üzeri	246			
Algı	8500 ^A	64	1,206	,017*	A-C
	8501-10000 ^B	68			
	10000 ^C ve üzeri	246			

Anlamlılık düzeyi p<000-005*)

Bulgulara göre BYT ölçeği alt boyutlara verilen cevapların aile gelir durumuna göre karşılaştırıldığında anlamlı farklılaşma olduğu (p<0,05) bulgusuna ulaşılmış ve anlamlılık yönü 8500^{tl} ile 10000^{tl} üzeri olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

Tartışma ve Sonuç, Öneriler

Basketbolcuların sağlıklı beslenme ve branşa yönelik tutum ve davranışları tespit etmek için yapılan bu çalışmaya yaş ortalaması 13,29±2,289^{yl} olan sporcular katılmıştır. Elde edilen bulgular amaca uygun olarak tartışılmış ve benzer çalışmalarla karşılaştırılmıştır.

Günümüzde hareketsiz yaşam tarzı ve olumsuz beslenme alışkanlıklarının yaygınlaşması ve bunun sonucunda çocukluk döneminden başlayarak sağlıksız yaşam davranış alışkanlıkları kazanılmaktadır (Konca ve Edilli, 2022). Adölesan dönemde sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının kazanılmalarının ve bu edinimlerin devamının sağlandığı dönem olarak belirtilmektedir (Akman vd., 2012). Bu dönemde adölesan bireylerin fiziksel gelişimleri devam ederken, bilişsel ve sosyal yönden de gelişimlerini devam ettirmektedirler (Demirezen ve Çoşansu, 2005). Adölesan dönemde kız çocukları daha zayıf olmayı erkek çocuklar ise daha kaslı ve fit bir vücuda sahip olmayı tercih ederler (Demir, 2008).

Çalışmamızda katılımcılara uyguladığımız Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum Ölçeği (SBYİTÖ) verdikleri cevapların alt boyutları demografik değişkenlere göre karşılaştırıldığında; cinsiyet değişkenine göre BYD ve KB alt boyutlarında, okul türüne göre BHB alt boyutunda, aile gelir düzeyine göre ise BHB alt boyutu ortalamalarında anlamlı farklılaşma olduğu ($p<0,05$) bulgusuna ulaşılmıştır. Özkarabulut ve Yürek (2017) yaptıkları (n=112) Basketbol Kulüplerindeki Kız ve Erkek Öğrencilerin Beslenme Durumları ve Arasındaki Farklar” çalışmada kız ve erkek basketbolcuların sporda sağlıklı beslenme bilgilerinin çok kısıtlı olduğu bulgusuna ulaşmıştır. Şahin (2023) yılında (n=164) ‘Adölesan Muay Thai Sporcularında Aile Ortamı, Beslenme Öz-yeterlik ve Beslenme Tutumlarının Sağlık Algısına Etkisi’ isimli çalışmada, sağlık inançları ve aile birlik-beraberlik düzeyleri yükseldikçe beslenme tutumu ve beslenme öz-yeterlik düzeylerinin de yükseldiği sonucuna ulaşmıştır. Taşbaş ve İslamoğlu (2022) yılında ‘Adölesan Futbolcularda Beslenme Eğitiminin, Beslenme Durumu ve Bilgi Düzeyine Olan Etkisi: Deneysel Çalışma’ isimli çalışmada beslenme bilgi düzeyi ve besin tüketim durumları daha önce beslenme eğitimi almayan sporcularda daha düşük olduğu bulgusuna ulaşmışlar ve büyüme gelişmenin en önemli dönemlerinden olan adölesan çağda sporculara verilen beslenme eğitiminin önemli olduğunu belirtmişlerdir. Yılmaz vd. (2022) yaptıkları ‘Spor Bilimleri Fakültesinde Öğrenim Gören Öğrencilerin Sağlıklı Beslenme Tutum Puanlarının İncelenmesi’ isimli çalışmada bütün alt boyutlarda istatistik olarak anlamlı farklılaşma olmadığı ($p>0,05$) bulgusuna ulaşmış ve mevcut çalışmamızdan farklı bir sonuca ulaşmıştır.

Tutum belirli kişi, nesne, olay ve durumlara karşı benzer şekilde tepki verilmesidir. Bu tür eğilimler yaşam boyunca elde edilen tecrübelerle göre değişiklik göstermektedir (Başeri,1994). Basketbol branşında sporcuların tanıma dönemini 8 ile 10 yaş arası olduğu ve 5-6 yaş arasında öğrenme süreci olarak tanımlanmaktadır (Şen, 2000).

Çalışmamızda BTÖ verilen cevapların alt boyutları cinsiyet ve okul türü değişkenlerine göre karşılaştırıldığında ‘Algı’ alt boyutunda anlamlı farklılaşma ($p<0,05$) olduğu görülmektedir (Tablo5,7). Aile gelir durumuna göre ise ilgi ve algı alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu ($p<0,05$) bulgusuna ulaşılmıştır (Tablo 9). Konca ve Erilli (2022) yaptıkları ‘10–14 Yaş Arası Çocukların Basketbol Tutumlarının Değerlendirilmesi: Sivas İli Örneği’ isimli çalışmada cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılaşma olmadığı tespit edilmiştir. Howard vd. (2016) yaptıkları ‘A study of Chinese collegiate attitudes toward physical education’ çalışmada ise anlamlı farklılaşma olduğu belirtilmektedir. Al ve Süngü (2016) ‘Üniversite Öğrencilerinin Spora Karşı Tutumlarına Beden Eğitimi ve Spor Dersinin Etkisi’ isimli çalışmada bütün alt boyutlarda anlamlı farklılaşma olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Varol vd. (2017) yaptıkları ‘Bartın Üniversitesinde Öğrenim Gören Öğrencilerin Spora Yönelik Tutumlarının Belirlenmesi’ isimli çalışmada cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılaşma olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Başkonuş (2020) yılında yaptığı ‘Ortaöğretim

öğrencilerinin spora yönelik tutumlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi' isimli çalışmada cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılaşma olmadığı bulgusuna ulaşılmıştır.

Sonuç olarak; literatürde basketbol, spor ve sağlıklı yaşam davranışlarının incelendiği çalışmalarda benzer ve farklı sonuçların olduğu görülmektedir. Çalışmamızda cinsiyet değişkenine göre beslenmeye yönelik kaygı, kötü beslenme ve algı alt boyutlarında farklılaşmanın görünüm kaygısı, sosyal ortam gibi faktörlerin etkili olabileceği yorumlanmaktadır. Okul türü değişkenine göre BHB ve ilgi alt boyutunda oluşan anlamlı farklılığın basketbolun özellikle özel okullarda daha fazla ilgi gördüğü ve başarılı olan okulların genellikle özel okul statülerinden olmasının bu bulgulara örnek olabileceği düşünülmektedir. Gelir düzeyine göre oluşan farklılaşmanın ise ailelerin bu konu hakkında sağlıklı beslenme bilgi düzeylerinin daha gelişmiş olabileceği olarak yorumlanmaktadır.

Bu çalışma farklı örneklem gruplarında uygulanabileceği, yaş skalasına daha üst yaş gruplarının eklenmesiyle çalışmanın katılımcı sayısı artırılabilir. Örneklem sayısının artması sonuçların daha genellenebilir olmasına katkı sağlayacaktır.

Etik Kurul İzin Bilgileri

Etik değerlendirme kurulu Niğde Üniversitesi Rektörlük makamı

Etik değerlendirme belgesinin tarihi: 01/08/2023

Etik değerlendirme belgesinin sayı numarası: E-86837521-050.99-390470.

Araştırmacıların Katkı Oranları Beyanı

Araştırmanın tüm aşamalarında iki yazar da eşit katkıda bulunmuştur.

Çatışma Beyanı

Yazarın/yazarların araştırma ile ilgili bir çatışma beyanı bulunmamaktadır.

Kaynakça

- Akman, M., Tüzün, S., ve Ünalın, P. C. (2012).Adolesanlarda sağlıklı beslenme ve fiziksel aktivite durumu. *Nobel Medicus Journal*, 8(1).
- Alp, H., ve Süngü, O. B. (2016). Üniversite öğrencilerinin spora karşı tutumlarına beden eğitimi ve spor dersinin etkisi. *Journal of Research in Education and Teaching*, (5), 16
- Applegate, K.T., Besson, S., Matov, A., Bagonis, MH., Jaqaman, K. Danuser, G. (2011). plusTipTracker: Quantitative image analysis software for the measurement of microtubule dynamics. *Journal of Structural Biology*, 176(2), 168- 184. <https://doi.org/10.1016/j.jsb.2011.07.009>
- Başeri, E., (1994). *Futbolda psikoloji ve başarı*. Ankara S:19
- Başkonuş, T. (2020). Ortaöğretim öğrencilerinin spora yönelik tutumlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi (Kırşehir ili örneği). *Ahi Evran Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 6(2), 365-376. <https://doi.org/10.31592/aeusbed.730674>
- Belli, E., Bedir, F., ve Turan, M. (2019). Üniversite öğrencilerinin spora yönelik tutumları ile yaşam doyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Erzurum Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (9), 89-103. <http://dx.doi.org/10.29157/etusbe.123>

- Çelik, Z. Pulur.A. (2011). Ortaöğretim öğrencilerinin beden eğitimi ve spora ilişkin tutumları. *Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8(Özel=.
- Demir, H. (2008). Adölesan Beslenmesi. *Güncel Pediatri Dergisi*, 6(1), 94-95.
- Demirezen, E., ve Coşansu, G. (2005). Adölesan çağı öğrencilerde beslenme alışkanlıklarının değerlendirilmesi. *Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi*, 14(8), 174-178.
- Ersoy, G. (1998). *Egzersiz ve spor yapanlar için beslenme ile ilgili temel ilkeler*. Doğu Matbacılık
- Gökdağ, M., Türkmen, M., ve Akyüz, H. (2019). Okul yöneticilerinin spora yönelik tutumlarının belirlenmesi (Bartın Örneği). *Uluslararası Güncel Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 5(2), 200-219.
- Gülşen, D. B. A., Yarayan, Y. E., ve Yıldız, A. B. Atletik Zihinsel Enerjiyi Uyku Davranışları Bağlamında Tahmin Etme. *Cbü Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 18(1), 265-275.
- Howard, Z., Wang, Y., ve Xiaolin, W. (2016). A study of Chinese collegiate attitudes toward physical education *International Research in Higher Education*, 1(2), 1–11. <http://dx.doi.org/10.5430/irhe.v1n2p1>
- Kağıtçıbaşı, C. (1999). *Yeni insan ve insanlar*. İstanbul: Evrim Yayınevi
- Kalfa, M. (2019). Diş hekimliği fakültesindeki öğrencilerinin spora yönelik tutumları. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 17(1), 165-181. <https://doi.org/10.33689/spormetre.467670>
- Kangalgil, M., Hünük, D., ve Demirhan, G. (2006). İlköğretim, lise ve üniversite öğrencilerinin beden eğitimi ve spora ilişkin tutumlarının karşılaştırılması. *Spor Bilimleri Dergisi*, 17(2), 48-57.
- Karaağaç, G., ve Çakır, E. (2020). Spor salonlarına giden bireylerin sağlıklı beslenme tutumları ve sosyal görünüş kaygı düzeylerinin belirlenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 23(3), 167-177.
- Konca, E., ve Erilli, N. A. (2022). Evaluation of adolescent's Basketball attitudes between 10 and 14 ages: The case of Sivas Province. *Research in Sport Education and Sciences*, 24(4), 119-125. <https://doi.org/10.5152/JPESS.2022.221023>
- Öncü E., Gürbüz B., ve Tunçkol H. M. (2015). *The psychometric properties of the basketball attitude scale*. ERPA International Health and Sports Science Education Congress, Athens, Greece, 4-7 Haziran 2015, 162-162.
- Özenoğlu, A., Gün, B., Karadeniz, B., Koç, F., Bilgin, V., Bembeyaz, Z., ve Saha, B.S., (2021). Yetişkinlerde beslenme okuryazarlığının sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumlar ve beden kütle indeksi ile ilişkisi, *Life Sciences (NWSALS)*, 16(1), 1-18. <http://dx.doi.org/10.12739/NWSA.2021.16.1.4B0037>
- Özkarabulut, A., ve Yürek, M. (2017). Basketbol kulüplerindeki kız ve erkek öğrencilerin beslenme durumları ve arasındaki farklar. *IGUSABDER*, 3(2017), 239-259.
- Özsarı, A., ve Çetin, M. Ç. (2022). Spora yönelik tutum ve mutluluk ilişkisi (sağlık sektöründe bir araştırma). *SpormetreBeden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 20(1), 36-47. DOI: 10.33689/spormetre.967955
- Söğüt, T., ve Baytas, E. (2022). Futbolda Küresel Konumlandırma Sistemi (GPS) ve performans analizi. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 5(1), 151-165.
- Süel, E., Şengür, E., ve Turasan, İ. (2021). Covid-19 salgını döneminde spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin yeme tutumu durumlarının incelenmesi. *International Journal of Sport Exercise and Training Sciences- IJSETS*, 7(4), 148-154. doi: 10.18826/useeabd.1016716
- Süel, E., Yılmaz, G., Yüksel, İ. G., ve Şengür, E. (2022). Obezite farkındalık durumu, beslenme bilgi puanı ve fiziksel aktivite düzeyinin bazı değişkenler bakımından karşılaştırılması. *International Journal of Sport Exercise and Training Sciences- IJSETS*, 8(4), 214-223 . DOI: 10.18826/useeabd.1182008
- Şahin, O. (2023). Adölesan muay thai sporcularında aile ortamı, beslenme öz-yeterlik ve beslenme tutumlarının sağlık algısına etkisi. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 12(1), 270 – 278. <https://doi.org/10.37989/gumussagbil.1228652>
- Şen, C. (2000). Basketbol Teknik, Bağırhan Yayınevi, Ankara, 41
- Taşbaş, Ö. ve İslamoğlu, A. (2022). Adölesan Futbolcularda Beslenme Eğitiminin, Beslenme Durumu ve Bilgi Düzeyine Olan Etkisi: Deneysel Çalışma. *Türkiye Klinikleri Spor Bilimleri Dergisi*, 14(2), 142-9. Doi: 10.5336/sportsci.2021-87257

- Tekkurşun Demir, G., ve Cicioğlu, H. İ. (2019). Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum Ölçeği (SBİTÖ): Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 4(2), 256-274. <https://doi.org/10.31680/gaunjss.559462>
- Togo, O. T., ve Öztürk, A. (2020). Spor organizasyonlarına katılan çalışanların spora yönelik tutumlarının incelenmesi: şirketler ligi örneği. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 11(1), 55-64. <https://doi.org/10.17155/omuspd.541185>
- Tutal, V., Söğüt, T., Göncü, B. S., ve Işık, İ. (2022). Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin covid-19 pandemi sürecinde fiziksel aktivite ile depresyon durumlarının incelenmesi. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 5(4), 984-993. DOI: 10.38021/asbid.1185174
- Üstüner, M. (2006). Öğretmenlik mesleğine yönelik tutum ölçeğinin geçerlik ve güvenirlik çalışması, *İnönü Üniversitesi, Eğitim Fakültesi*, 45, 109-127.
- Varol, R., Varol, S., ve Türkmen, M. (2017). Bartın üniversitesinde öğrenim gören öğrencilerin spora yönelik tutumlarının belirlenmesi. *Uluslararası Kültürel ve Sosyal Araştırmalar Dergisi (UKSAD)*, 3(2), 316-329.
- Yarayan, Y. E., Güngör, N., Çelik, O. B., ve Gülşen, D. B. A. (2022). Yol analizi: Sporcu kimliği bağlamında psikolojik performans stratejilerini tahmin etme. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 5(3), 699-712.
- Yarayan, Y. E., İlhan, E. L., Esentürk, O. K., Arı, Ç., ve Gülşen, D. B. A. (2023). Does emotional intelligence affect mental toughness in physically disabled athletes?. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 8(2), 231-242.
- Yavuz, C., ve Yücel, A. S. (2019). Spor yöneticiliği bölümü öğrencilerinin spora yönelik tutumlarının baz değişkenlere göre incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 18(72), 2050-2058 <https://doi.org/10.17755/esosder.584081>
- Yılmaz, G., Şeker, R., ve Şengür, E. (2021). Determination of athlete nutrition knowledge level of university students: Üniversite öğrencilerinin sporcu beslenme bilgi düzeylerinin belirlenmesi. *Journal of Human Sciences*, 18(4), 760-771. <https://doi.org/10.14687/jhs.v18i4.6229>
- Yılmaz, G., Şengür, E., ve Turasan, İ. (2022). Covid 19 döneminde üniversite öğrencilerinin sağlıklı beslenme tutum puanlarının incelenmesi. *Ulusal Spor Bilimleri Dergisi*, 6(1), 1-10. DOI: 10.30769/usbd.1078434
- Yılmaz, G., Şengür, E., ve Turasan, İ. (2022). Spor bilimleri fakültesinde okuyan öğrencilerin sağlıklı beslenme tutum puanlarının incelenmesi. *Türk Spor Bilimleri Dergisi*, 5(2), 64-70. DOI: 10.46385/tsbd.1111714
- Yılmaz, G., ve Karaca, S. (2019). Spor yapan ve sedanter üniversite öğrencilerinin beslenme bilgi tutum ve yaşam incelenmesi. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13(3), 258-266.
- Yılmaz, G., ve Şeker, R. (2023, May). The effect of nutrition course on the level of nutrition knowledge. *Progr Nutr (Internet)*, cited 2023 Jun. 8, 22(1-S), 175-81.



Bu eser [Creative Commons Atf-GayriTicari 4.0 Uluslararası Lisansı](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) ile lisanslanmıştır.