

Ortaokul Öğrencilerinin Fiziksel Aktiviteye Yönelik Tutumları ile Mutluluk Yönelimleri İlişkisi Üzerine Bir Araştırma**A Research on Secondary School Students' Attitudes Towards Physical Activity and Happiness Orientations**Onur ÇUVALCI^{1A-E}, Mehmet Haşim AKGÜL^{2D-E}¹Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü²Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi**ÖZET**

Bu araştırma ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktiviteye yönelik tutumları ile mutluluk yönelimleri arasındaki ilişkiyi ortaya çıkarmayı amaçlamaktadır. Araştırma, ilişkisel analiz tekniğine dayalı betimsel bir araştırma olarak tasarlanmıştır. Verileri toplamak amacıyla “Fiziksel Aktiviteye Yönelik Tutum Ölçeği” ve “Mutluluk Yönelimleri Ölçeği” kullanılmıştır. Araştırma verilerinin analizinde SPSS 22.0 paket programı kullanılmıştır. İki bağımsız değişkenin karşılaştırılması için bağımsız örneklem t testi ikiden fazla bağımsız değişkenin karşılaştırılması için ise tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Verilerin arasındaki ilişkinin yönünü ve şiddetini ölçebilmek için ise Pearson Korelasyon analizi kullanılmıştır. Ayrıca araştırmaya ait değişkenlere ilişkin tanımlayıcı istatistik bulgularına yer verilmiştir. Yapılan analizler sonucunda; araştırmaya katılan öğrencilerin vermiş oldukları cevaplara göre, fiziksel aktiviteye yönelik tutum ölçeğinin aile aylık gelir düzeyi değişkenine göre, mutluluk yönelimleri ölçeğinin ise, sınıf, anne eğitim durumu değişkenlerine göre toplam puanlarında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Yine cinsiyet, sınıf, anne eğitim durumu, baba eğitim durumu ve aile aylık gelir düzeyi değişkenlerine göre, fiziksel aktiviteye yönelik tutum ölçeğinin sevgi, sosyalleşme ve fayda alt boyutlarında, mutluluk yönelimleri ölçeğinin hayatın anlamı, hayattan keyif alma ve hayat meşgulliyeti alt boyutlarında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Ayrıca yapılan korelasyon analizine göre, öğrencilerinin fiziksel aktiviteye yönelik tutumları ile mutluluk yönelimleri arasında orta derecede pozitif yönlü anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Sonuç olarak ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktiviteye yönelik tutumlarının mutluluk yönelimleri ile pozitif yönde olumlu bir ilişki içerisinde olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: *Fiziksel Aktivite, Mutluluk, Ortaokul Öğrencileri***ABSTRACT**

This study aimed to investigate the correlation between attitudes towards physical activity and happiness orientation among secondary school students. The researchers designed the descriptive study based on a correlational analysis technique. “Physical Activity Attitude Scale” and “Orientations to Happiness Scale” were used to collect data. The researchers used the independent samples t-test to compare two independent variables and the one-way analysis of variance (ANOVA) to compare more than two independent variables. Pearson correlation analysis was used to measure the direction and strength of the relationship between the data. As a result of the analyses, the researchers found significant differences in the total scores of the students who participated in the study based on the level of family monthly income variable of the Attitude toward Physical Activity Scale, as well as the class and maternal education level variables of the Happiness Orientations Scale, according to the students' responses. Moreover, the researchers found significant differences in the love, socialization, and benefit subscales of the Attitude toward Physical Activity Scale. They also observed differences in the meaning of life, enjoying life, and life occupation subscales of the Happiness Orientations Scale based on variables such as gender, class, maternal education level, paternal education level, and level of family monthly income. The correlation analysis found a moderately significant positive correlation between the students' attitudes towards physical activity and their orientation towards happiness. As a result, it is possible to conclude that the attitudes of secondary school students towards physical activity were positively correlated with their orientation towards happiness.

Key Words: *Physical Activity, Happiness, Secondary School Students***Yazar Katkı Oranı:**

- A) Çalışmanın Tasarımı
- B) Veri Toplama
- C) Verilerin Analizi
- D) Makale Yazımı
- E) Eleştirel Okuma

ISSN:**Doi Number:**

Giriş

İnsan, doğası gereği fiziksel ve psikolojik yönüyle ayrılmaz bir bütündür. İnsanlar fiziksel ve psikolojik yönleri arasında denge kurduğu anda ya da başka bir ifadeyle beden ve ruh sağlıklarını aynı zamanda koruyup geliştirdiklerinde hayatlarını mutlu ve sağlıklı bir şekilde sürdürebilirler (Akal, 2005). Nitekim DSÖ'nün sağlık hakkındaki düşüncesi, vücutta sadece bir hastalığın ortaya çıkması değil bütünüyle fiziksel, ruhsal ve sosyal açıdan insanın kendini iyi olarak görmesidir (Callahan, 1973). Dolayısıyla insan dediğimiz varlık, çok karmaşık bir yapıya sahiptir. Bu sebeple fiziksel sağlık ya da psikolojik sağlık tek başına "sağlıklı" olmak anlamına gelmemektedir. Bahsi geçen bileşenlerin her biri ayrı ayrı farklı bilimsel disiplinlerin araştırma konusu olsa da bu bileşenlerin birbiriyle olan ilişkisi de inkâr edilemez bir realitedir. Örneğin, psikolojik olarak sağlıklı olan birinin, fiziksel olarak da sağlıklı olması beklenir. Bu bağlamda araştırmanın temel kavramlarından biri olan fiziksel aktivitenin bireyin psikolojik iyi oluş haline de pozitif yönde etki edeceği düşünülmektedir. Fiziksel aktiviteyi kısa bir şekilde tanımlayacak olursak, fiziksel aktivite gün içerisinde enerji harcadığımız etkinliklerin tümüdür (Tunay, 2008). Bu tanımlamadan yola çıkarak, spora özgü fiziksel aktivitelerin diğer aktivitelerden farklı olarak oyun, oyalanma ve çeşitli boyutlarıyla insanları eğlendiren, dinlendiren ve gündelik hayatın yoğun temposunun yaratmış olduğu çeşitli olumsuz duygu durumları ile başa çıkma gibi özellikleri de göz önünde bulundurulmalıdır.

Bu bilgiler çerçevesinde fiziksel aktivite, spor olgusunun içerisinde küçük bir yer teşkil edebilir. Fiziksel aktivite (FA), spordan farklı olarak hayatımızın tüm dönemlerinde psikolojik ve fiziksel sağlığı etkileyen bir eylemdir (Arabacı ve Çankaya, 2007). 21. yüzyılın en

belirgin vasıflarından biri olan teknolojinin sürekli gelişimi, insan hayatında olumlu gelişmelere sebebiyet vermekle birlikte; beraberinde daha az hareket eden bir insan profili de ortaya çıkarmaktadır. Bu nedenle insanlık teknolojinin nimetlerinden faydalanırken, bir yandan da sağlığını kaybetmektedir. İlgili literatür incelendiğinde, 1970'lerden bu yana bilgisayar oyunlarının gelişmesiyle, sadece çocuk ve gençler değil aynı zamanda yetişkinler için de yeni bir döneme girildiği söylenebilir (Arabacı ve Çankaya, 2007). Elbette bu durum sadece bilgisayar oyunları ile sınırlanmaz. Teknolojik gelişmeler insan hayatının her safhasında kendisini belirgin olarak hissettirmektedir. Bunun neticesinde insanlar oturduğu yerden her türlü işini halledebilmekte ve eskiye göre daha az hareket eden bir varlık özelliği kazanmaktadır. İnsan sağlığı için bu durum oldukça tehlikeli olmakta; obezite oranı tüm dünyada gün geçtikçe artmaktadır. Tüm bu gelişmelerle birlikte içerisinde yaşadığımız yüzyıl aynı zamanda görselliğin de çok önemli bir yaşam ögesi olduğu bir dönemi ifade etmektedir. Bu sebeple insanlar ideal vücut ölçülerine sahip olabilmek için çeşitli yollara başvurumaktadırlar. Çünkü içinde yaşadığımız zaman diliminde çoğu zaman insanlar sahip oldukları fiziksel görünüm nispetinde bir karşılık veya değer bulabilmektedirler. Bu konu daha çok beden sosyolojisi alanının araştırma konusu olduğu için bu konu üzerinde daha fazla durmayacağız. Ancak bu süreçte teknolojik gelişmelerin neticesinde önceki dönemlere oranla günümüzde "sosyal medya" nında olağanüstü etkisinin de göz önüne alınması gerektiği kanaatindeyiz.

Araştırmanın bir diğer temasını oluşturan mutluluk kavramına bakıldığında ise, İnsan hayatında mutluluğun öneminin oldukça fazla olduğu söylenebilir. Çünkü insan dünyaya geldiği andan ölüncüye dek her an mutlu olmak ister. Mutluluk, bireyin hayatında amaç ve anlam

BURDUR MEHMET AKİF ERSOY ÜNİVERSİTESİ olarak yerini almıştır. Dolayısıyla bireyler, her zaman mutluluğun peşinde koşmuşlardır. Yüzyıllardır bilim insanları bu konu hakkında araştırmalar yapmış olup yeni formüller elde etmeye çalışmıştır. Bu çalışmalar bireyler arasında oldukça ilgi görmüştür (Teke, 2020). Çünkü mutlu olmak, yukarıda da ifade edildiği gibi her insan için dünya hayatının en önemli amaçlarından biridir.

Bireylerin gelişim dönemleri incelendiğinde, mutluluk düzeylerinin gelişim döneminde oldukça önemli olduğu görülmektedir. Örnek vermek gerekirse, çocukluk dönemlerinde çocukların ebeveynleri ile ne kadar sağlıklı bir iletişimi olursa olsun, anne ve baba arasındaki olumsuz süreçlerin çocuğa olumsuz etki ettiği belirtilmektedir. Diğer taraftan ebeveynleri tarafından çocuklarla kurulan sağlıklı iletişim, çocukların içe yönelimleri azalttığı bunun neticesinde ruh sağlığında olumlu etki yarattığı ifade edilmektedir (Atabey, 2017).

Yukarıda yapılan tanımlamalardan yola çıkarak, fiziksel aktivite ve mutluluk arasında metodolojik bir ilişkinin olup olmadığı bu araştırmanın konusunu oluşturmaktadır. Nitekim ilgili literatürde benzer çalışmalara ulaşmak mümkündür (Ayyıldız ve Sunay; 2021; Bağcı ve ark., 2019; Başar ve Sarı, 2018; Bıçak ve Erkan, 2020). Ancak ilgili çalışmaların örneklem grubu göz önüne alındığında, literatürde ortaokul öğrencileri üzerine yapılan çalışmaların görece daha az olduğu görülmektedir (Yücekaya, 2020).

Bu bağlamda bu araştırmanın amacı, ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktiviteye yönelik tutumları ile mutluluk yönelimleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

Yöntem

Araştırmanın Yöntemsel Modeli

“Ortaokul Öğrencilerinin Fiziksel Aktiviteye Yönelik Tutumları ile Mutluluk Yönelimleri İlişkisi Üzerine Bir Araştırma” isimli bu

araştırma, ilişkisel analiz tekniğine dayalı betimsel bir araştırma olarak tasarlanmıştır. Bu model, mevcut durumu ya da geçmişte olan bir olayı incelemeyi hedef alır. Araştırmaya bahsi geçen konunun şu anki şartlarda tanılamaya çalışır. O konuya etki ya da değiştirme çabası içine girmez (Karasar, 2015).

Çalışma Grubu-Evren Örneklem

Bu çalışmada Doğu Anadolu Bölgesi’nde öğrenim gören öğrenciler araştırma evrenini oluşturmaktadır. Araştırmaya katılan toplam 459 ortaokul öğrencisi ise araştırmanın örneklemi oluşturmaktadır. Araştırmada seçkisiz örnekleme yöntemlerinden basit seçkisiz örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Bu örnekleme yönteminde evrendeki her birimin örnekleme içinde yer alma şansının eşit olduğu örnekleme yöntemidir (Büyüköztürk ve ark., 2019).

Veri Toplama Araçları

Bu çalışmada, verilerin toplanması amacıyla araştırma grubuna “Kişisel Bilgi Formu”, “Fiziksel Aktiviteye Yönelik Tutum Ölçeği” ile “Mutluluk Yönelimleri Ölçeği” ayrı formlar halinde uygulanmıştır.

Araştırmanın yapılabilmesi için ilk olarak Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu’ndan araştırma için etik kurul raporu alınmıştır (01.12.2021, Karar No: GO 2021/428). Daha sonra ilgili İl Milli Eğitim Müdürlüğü’nden gerekli izinler alınmış ve araştırma verileri 2021-2022 eğitim öğretim yılının bahar döneminde toplanmıştır. İlgili dönem ülkemizde Covid-19 pandemisinin devam ettiği sürece denk gelmektedir.

Kişisel bilgi formu ve ölçek formları izin alınan okullarda bizzat araştırmacı tarafından uygulanmıştır. Toplam 500 adet form toplanmıştır. Bunların içerisinde 41 tanesi eksik ya da hatalı bulunarak araştırma verilerine dâhil edilmemiştir.

BURDUR MEHMET AKİF ERSOY ÜNİVERSİTESİ *Kişisel bilgi formu*

Kullanılan bu formda öğrencilerin demografik özelliklerine ilişkin bilgilerin tespit edilmesini amaçlayan 5 soru bulunmaktadır. Bu form, sınıf, cinsiyet, anne eğitim durumu, baba eğitim durumu, aile aylık gelir değişkenleri hakkında bilgi edinmek amacıyla kullanılmıştır.

Fiziksel aktivite tutum ölçeği

Ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktiviteye yönelik tutumlarını ölçmek amacıyla 25 sorundan oluşan, Yıldız, Bilgin, Korur, Yüksel ve Demirhan (2019) tarafından geliştirilen “Fiziksel aktivite tutum ölçeği” kullanılmıştır. Formda yer alan maddeler Likert tipi 5’li dereceleme ölçeği ile puanlanmaktadır. İlgili ölçek toplam 5 alt boyuttan oluşmaktadır. Bu alt boyutlar isteklilik, sevgi, fayda, sosyalleşme ve güven alt boyutlarıdır.

Mutluluk yönelimleri ölçeği

Ortaokul öğrencilerinin mutluluk yönelimlerini ölçmek amacıyla 18 sorundan oluşan, Peterson, Park, & Seligman (2005) tarafından geliştirilen ve Sarıçam ve Canatan (2015) tarafından Türkçeye uyarlanan “Mutluluk Yönelimleri Ölçeği” kullanılmıştır. Formda yer alan maddeler Likert tipi 5’li dereceleme ölçeği ile puanlanmaktadır. İlgili ölçek toplam 3 alt boyuttan oluşmaktadır. Bu alt boyutlar hayatın anlamı, hayattan keyif ve hayat meşguliyeti alt boyutlarıdır.

Verilerin Analizi

Elde edilen verilerin analizi SPSS 22.0 paket programı kullanılarak yapılmıştır. Araştırmaya ilişkin veri analizi işlemi için ilk önce çarpıklık ve basıklık değerleri hesaplanmıştır. Bu değerlerin -2 ile +2 arasında değer aldığından dolayı verilere yönelik parametrik test teknikleri kullanılmıştır (George ve Mallery 2010). İki bağımsız değişkenin karşılaştırılması için bağımsız örneklem t testi, ikiden fazla bağımsız değişkenin karşılaştırılması için ise tek yönlü varyans analizi Anova kullanılmıştır. Verilerin arasındaki anlamlı farklılığı tespit edebilmek için post hoc testlerinden scheffe testi kullanılmıştır. Verilerin arasındaki ilişkinin yönünü ve şiddetini

ölçebilmek için ise Pearson Korelasyon analizi kullanılmıştır. Ayrıca araştırmaya ait değişkenlere ilişkin tanımlayıcı istatistik bulgularına yer verilmiştir.

Güvenirlilik Analizi Sonuçları

Güvenirlilik analizi sonuçlarına göre (Cronbach Alpha), fiziksel aktivite tutum ölçeği’nin güvenirlik değeri ,759 ve mutluluk yönelimleri ölçeği’nin güvenirlik değeri ,803 olarak bulunmuştur. Bu değerler ölçeklerin yüksek güvenirlik değerlerine sahip olduğunu göstermektedir.

Bulgular

Tablo boyutları çok büyük olduğundan, bulgular kısmında yer alan bazı tabloların gösteriminde sadece anlamlı fark bulunan alt boyutlara yer verilmiştir.

Table 1. Araştırmaya İlişkin Tanımlayıcı İstatistik Sonuçları

Değişkenler		N	%
Cinsiyet	Erkek	210	45,8
	Kadın	249	54,2
Sınıf	5. sınıf	75	16,3
	6.sınıf	133	29,0
	7.sınıf	145	31,6
	8.sınıf	106	23,1
Anne Eğitim	İlkokul	279	60,8
	Ortaokul	78	17,0
	Lise	7	1,5
	Lisans	1	,2
	Hiç okula gitmedi	94	20,5
Baba Eğitim	İlkokul	213	46,4
	Ortaokul	156	34,0
	Lise	42	9,2
	Lisans	17	3,7
	Hiç okula gitmedi	31	,2
Aylık Gelir	0- 3000 TL	376	81,9
	3001- 4500 TL	42	9,2
	4501- 6000 TL	18	3,9
	6001 ve üzeri	23	5,0
Toplam		459	100

Table 2. Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Fiziksel Aktiviteye Yönelik Tutumları ve Mutluluk Yönelimlerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Karşılaştırılması

Ölçek ve Alt Faktörleri	Cinsiyet	n	x	ss	t	p
FAYTÖ Toplam	Kadın	210	2,938	,487	-,527	,598
	Erkek	249	2,963	,547		
Sevgi	Kadın	210	1,700	,796	-2,278	,023*
	Erkek	249	1,873	,823		
İsteklilik	Kadın	210	3,216	,708	-,312	,755
	Erkek	249	3,237	,747		
Fayda	Kadın	210	3,705	,902	1,938	,053
	Erkek	249	3,531	1,001		
Sosyalleşme	Kadın	210	3,683	1,021	,540	,589
	Erkek	249	3,632	1,026		
Güven	Kadın	210	2,293	,873	-1,929	,054
	Erkek	249	2,469	1,082		
MYÖ Toplam	Kadın	210	3,557	,609	,597	,551
	Erkek	248	3,520	,685		
Hayatın anlamı	Kadın	210	3,683	,809	,583	,560
	Erkek	249	3,637	,884		
Hayattan keyif	Kadın	210	3,741	,709	1,616	,111
	Erkek	248	3,627	,804		
Hayat meşguliyeti	Kadın	210	3,245	,639	-,565	,572
	Erkek	249	3,282	,747		

Tablo 2'ye göre araştırmaya katılan öğrencilerin fiziksel aktiviteye yönelik tutumları ve mutluluk yönelimlerinin cinsiyet değişkenine göre karşılaştırılması sonucunda fiziksel aktiviteye yönelik sevgi alt faktöründe anlamlı farklılık görülmüştür ($p<0,05$).

Table 3. Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Fiziksel Aktiviteye Yönelik Tutumlarının ve Mutluluk Yönelimlerinin Sınıf Değişkenine Göre Karşılaştırılması

Ölçek ve Alt Faktörleri	Sınıf	n	x	f	p	Sig.Dif
FAYTÖ Toplam	5.Sınıf	75	3,073			
	6.Sınıf	133	2,966			
	7.Sınıf	145	2,904	2,023	,110	
	8.Sınıf	106	2,912			
	Toplam	459	2,952			
Sevgi	5.Sınıf	75	1,736			
	6.Sınıf	133	1,988			
	7.Sınıf	145	1,699	3,640	,013*	6.sınıf-7.sınıf
	8.Sınıf	106	1,721			
	Toplam	459	1,794			
Sosyalleşme	5.Sınıf	75	3,997			
	6.Sınıf	133	3,498			
	7.Sınıf	145	3,678	4,128	,007*	5.sınıf-6.sınıf
	8.Sınıf	106	3,580			
	Toplam	459	3,655			
MYÖ Toplam	5.Sınıf	75	3,713			
	6.Sınıf	133	3,543			
	7.Sınıf	145	3,530	3,101	,026*	5.sınıf-8.sınıf
	8.Sınıf	106	3,415			
	Toplam	459	3,537			
Hayatın anlamı	5.Sınıf	75	3,964			
	6.Sınıf	133	3,694			
	7.Sınıf	145	3,636	6,158	,000*	5.sınıf-8.sınıf
	8.Sınıf	106	3,428			
	Toplam	459	3,658			

Tablo 3'e göre araştırmaya katılan öğrencilerin fiziksel aktiviteye yönelik tutumlarının sınıf değişkeni açısından değerlendirilmesi sonucunda sevgi alt faktöründe 6. sınıf ile 7. sınıf arasında; sosyalleşme alt faktöründe 5. sınıf ile 6. Sınıf arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<0,05$). Ayrıca araştırmaya katılan öğrencilerin sınıflarına göre mutluluk yönelimlerinin karşılaştırılması sonucunda mutluluk yönelimi ölçeğinin toplam puanında ve mutluluk yönelimi ölçeğinin hayatın anlamı alt faktöründe 5. sınıf

BURDUR MEHMET AKİF ERSOY ÜNİVERSİTESİ
ile 8. Sınıf öğrencileri arasında anlamlı farklılıklar görülmüştür ($p<0,05$).

Table 4. Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Fiziksel Aktiviteye Yönelik Tutumlarının ve Mutluluk Yönelimlerinin Anne Eğitim Durumu Değişkenine Göre Karşılaştırılması

Ölçek ve Alt Faktörleri	Anne Eğitim Durumu	n	x	f	p	Sig.Dif
MYÖ Toplam	İlkokul	278	3,494	6,303	,000*	Üniversite - Hepsi
	Ortaokul	78	3,531			
	Lise	7	2,952			
	Üniversite	1	1,611			
	Hiç okula gitmedi	94	3,732			
	Toplam	458	3,537			
Hayatın anlamı	İlkokul	279	3,602	5,779	,000*	Üniversite - Hepsi
	Ortaokul	78	3,635			
	Lise	7	2,976			
	Üniversite	1	1,333			
	Hiç okula gitmedi	94	3,920			
	Toplam	459	3,658			
Hayattan keyif	İlkokul	278	3,639	5,142	,000*	Üniversite - Hepsi
	Ortaokul	78	3,639			
	Lise	7	3,095			
	Üniversite	1	1,667			
	Hiç okula gitmedi	94	3,899			
	Toplam	458	3,679			
Hayat meşguliyeti	İlkokul	279	3,229	2,819	,025*	Üniversite - Hepsi
	Ortaokul	78	3,318			
	Lise	7	2,786			
	Üniversite	1	1,833			
	Hiç okula gitmedi	94	3,378			
	Toplam	459	3,265			

Tablo 4'e göre araştırmaya katılan öğrencilerin fiziksel aktiviteye yönelik tutumlarının anne eğitim durumları açısından karşılaştırılması sonucunda anlamlı farklılıklara rastlanmamıştır ($p<0,05$). Ancak araştırmaya katılan öğrencilerin anne eğitim durumlarına göre mutluluk yönelimlerinin karşılaştırılması sonucunda anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ($p<0,05$).

Table 5. Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Fiziksel Aktiviteye Yönelik Tutumlarının ve Mutluluk Yönelimlerinin Baba Eğitim Durumu Değişkenine Göre Karşılaştırılması

Ölçek ve Alt Faktörleri	Baba Eğitim Durumu	n	x	f	p	Sig.Dif
FAYTÖ Toplam	İlkokul	213	2,926			
	Ortaokul	156	3,013			
	Lise	42	2,885			
	Üniversite	17	2,692	2,191	,069	
	Hiç okula gitmedi	31	3,048			
	Toplam	459	2,952			
Fayda	İlkokul	213	3,494			
	Ortaokul	156	3,750			
	Lise	42	3,657			
	Üniversite	17	3,153	3,355	,010*	Üniversite- Hiç Okula Gitmedi
	Hiç okula gitmedi	31	3,897			
	Toplam	459	3,611			
MYÖ Toplam	İlkokul	213	3,524			
	Ortaokul	156	3,556			
	Lise	42	3,624			
	Üniversite	17	3,229	1,232	,297	
	Hiç okula gitmedi	31	3,579			
	Toplam	459	3,537			

Tablo 5'e göre, araştırmaya katılan öğrencilerin fiziksel aktiviteye yönelik tutumlarının ve mutluluk yönelimlerinin baba eğitim durumları açısından karşılaştırılması sonucunda, fiziksel aktiviteye yönelik tutum ölçeğinin fayda alt boyutunda üniversite eğitimi almış ile hiç okula gitmeyenlerin çocukları arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<0,05$).

Table 6. Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Aile Aylık Gelirlerine Göre Fiziksel Aktiviteye Yönelik Tutumlarının ve Mutluluk Yönelimlerinin Karşılaştırılması

Ölçek ve Alt Faktörleri	Aile Aylık Geliri	n	x	f	p	Sig.Dif
FAYTÖ Toplam	0-3000 TL	376	2,962	3,564	,014*	
	3001 - 4500 TL:	42	2,984			1-2
	4501 - 6000 TL	18	2,569			1-3
	6001 ve üzeri	23	3,024			
	Toplam	459	2,952			
Fayda	0-3000 TL	376	3,622	3,402	,018*	
	3001 - 4500 TL:	42	3,671			1-2
	4501 - 6000 TL	18	2,944			1-3
	6001 ve üzeri	23	3,826			
	Toplam	459	3,611			
MYÖ Toplam	0-3000 TL	376	3,562			
	3001 - 4500 TL:	42	3,359			
	4501 - 6000 TL	18	3,398	1,529	,206	
	6001 ve üzeri	23	3,568			
	Toplam	459	3,537			

Tablo 6’da araştırmaya katılan öğrencilerin aile aylık gelir düzeylerine göre, öğrencilerin fiziksel aktiviteye yönelik tutumlarında toplam puan ve aynı ölçeğin fayda alt boyutunda 0-3000 TL ve 3001-4500 TL gelire sahip olanlar ile 4501-6000 TL gelire sahip olanlar arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ($p<0,05$). Ancak araştırmaya katılan öğrencilerin aile aylık gelir durumlarına göre mutluluk yönelim durumlarının karşılaştırılması sonucunda anlamlı farklılıklar görülmemiştir ($p<0,05$).

Table 7. Ortaokul Öğrencilerinin Fiziksel Aktiviteye Yönelik Tutumları ile Mutluluk Yönelimleri Arasındaki İlişkinin Analizi

Korelasyon Analizi			
		Fiziksel Aktiviteye Yönelik Tutum	Mutluluk Yönelimi
Fiziksel Aktiviteye Yönelik Tutum	Pearson Correlation	1	,271**
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	459	459
Mutluluk Yönelimi	Pearson Correlation	1	1
	Sig. (2-tailed)		
	N	459	459

Tablo 7'ye göre, ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktiviteye yönelik tutumları ile mutluluk yönelimleri arasında orta derecede pozitif yönlü anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir ($p<0,01$).

Tartışma ve Sonuç

Bu araştırma ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktiviteye yönelik tutumları ile mutluluk yönelimleri arasındaki olası ilişkiyi ortaya çıkarmayı amaçlamıştır. Bu çalışmada ulaşılan neticeler bu bölümde değerlendirilmiş ve yorumlanmıştır. Tespit edilmiş olan bulgular, konuyla ilgili literatür taraması sonucunda elde edilmiş sonuçlar ile tartışılmıştır.

Araştırmaya katılan öğrencilerin fiziksel aktiviteye yönelik tutumları ile mutluluk yönelimlerinin cinsiyet değişkenine göre karşılaştırıldığı Tablo 2' ye göre; fiziksel aktiviteye yönelik tutum ölçeğinin sevgi alt boyutunda erkek öğrencilerin ortalama puanları kız öğrencilere oranla daha yüksek bulunmuştur. Diğer alt boyutlarda anlamlı farklılıklar tespit edilmemiştir. Aybek, İmamoğlu ve Taşmektepligil (2011) araştırma sonuçlarımıza benzer nitelikte sonuçlar elde etmişlerdir. İlgili çalışmada erkek öğrencilerin beden eğitimi dersine yönelim motivasyonları, kız öğrencilere oranla daha yüksek düzeydedir. Yine Kangalgil, Hünük ve Demirhan (2006) yapmış oldukları çalışmada; erkek öğrencilerin kız öğrencilere oranla beden eğitimi ve spora karşı daha fazla olumlu tutuma sahip olduklarını belirtmiştir. Benzer şekilde, Singh ve Devi (2013) yaptıkları çalışmalarda bulgularımızla örtüşen sonuçlar elde etmişlerdir. Erkek öğrencilerin fiziksel aktivitelere katılma eğilimlerinin kız öğrencilere oranla daha fazla olması çeşitli şekillerde yorumlanabilir. Örneğin; okullarda spor alanlarının yetersiz olması veya sadece futbol oynamaya elverişli alanların olması erkek öğrencilerin fiziksel aktiviteye katılım motivasyonlarını artırdığını düşündürülebilir. Çünkü geleneksel spor kültürü bağlamında sportif branşlar toplumun kültür ve bilgi birikimi içerisinde zaman zaman erkek veya kadın sporu olarak sınıflandırılmıştır. Özellikle toplumsal cinsiyet ayrımcılığının daha fazla

olduğu ataerkil toplum tiplerinde bunun çeşitli örneklerine rastlamak mümkündür.

Araştırmaya katılan öğrencilerin fiziksel aktiviteye yönelik tutumlarının sınıf değişkeni açısından değerlendirildiği Tablo 3'e göre, fiziksel aktiviteye yönelik tutum ölçeğinin sevgi alt boyutunda 6. sınıf ile 7. sınıf arasında ve fiziksel aktiviteye yönelik tutum ölçeğinin güven alt boyutunda 5. sınıf ile 6. sınıf arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Ayrıca araştırmaya katılan öğrencilerin sınıflarına göre mutluluk yönelimlerinin karşılaştırılması sonucunda mutluluk yönelimi toplam puanında ve mutluluk yönelimi ölçeğinin hayatın anlamı alt boyutunda 5.sınıf ile 8. Sınıf öğrencileri arasında anlamlı farklılıklar görülmüştür. Altay ve Özdemir (2006) yaptıkları çalışmada araştırmamız bulgularını destekler nitelikte sonuçlara ulaşmışlardır. Yıldız ve Özbek (2018) çalışmasında sınıf düzeylerinin artmasına bağlı olarak mutluluk seviyesinin düştüğü sonucuna varmıştır. Dolayısıyla ilgili literatürde farklı sonuçlara ulaşmanın mümkün olduğu görülmektedir. İlgili dönemlerin sınav dönemlerine denk geldiği düşünüldüğünde; ebeveynlerin sınav baskısı, öğrencilerin kaygı ve stres seviyelerini artırdığı düşünülebilir. Çünkü bu dönemde sadece evlere kapanıp test çözmesi beklenen öğrenciler, haliyle egzersiz, fiziksel aktivite ve spor yapmaya zaman ve imkân bulamayacaklardır. Sallis ve ark., (1999) çalışmalarında bulgularımızı destekler mahiyette sonuçlara ulaşmışlardır.

Araştırmaya katılan öğrencilerin fiziksel aktiviteye yönelik tutumlarının anne eğitim durumları açısından karşılaştırılması sonucunda (Tablo 4) anlamlı farklılıklara rastlanmamıştır. Ancak araştırmaya katılan öğrencilerin anne eğitim durumlarına göre mutluluk yönelimlerinin karşılaştırılması sonucunda anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Anne eğitim

BURDUR MEHMET AKİF ERSOY ÜNİVERSİTESİ durumu üniversite düzeyinin altında olan öğrencilerin mutluluk yönelimleri daha yüksek bulunmuştur. İlgili örneklem grubunda anne eğitim durumu üniversite düzeyine sahip öğrenci sayısının diğer gruplara göre oldukça az olması böyle bir sonucun çıkmasında etkili olmuş olabilir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin fiziksel aktiviteye yönelik tutumlarını ve mutluluk yönelimlerinin baba eğitim durumları açısından incelendiği Tablo 5'e göre, fiziksel aktiviteye yönelik tutumlarının fayda alt faktöründe üniversite eğitimi alan ile hiç okula gitmeyenlerin çocukları arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Mutluluk yönelimleri düzeylerinde ise anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Yine ilgili örneklem grubunda benzer şekilde baba eğitim durumu üniversite düzeyine sahip öğrenci sayısının diğer gruplara göre oldukça az olması böyle bir sonucun çıkmasında etkili olmuş olabilir. Koçak ve Hürmeriç (2006) tarafından yapılmış olan çalışmada öğrencilerin aile eğitim durumlarıyla beden eğitimi dersine ilişkin tutum ortalama puanların arasında anlamlı fark bulunmamıştır. Benzer şekilde Şimşek (2005) çocukların spora yönlendirilmesinde ailenin görüşlerinin değerlendirilmesi konulu çalışmasında, ailelerin eğitim seviyeleri dikkate alındığında istatistiksel olarak anlamlı farklara rastlanmadığını belirtmiştir.

Literatürde ebeveyn eğitim durumu ile beden eğitimi dersine yönelik tutumlar arasında pozitif ilişkinin ortaya koyulduğu çalışmalarda mevcuttur. Watkins ve Regmi (1989)'nin 11-14 yaşları arasındaki 398 Nepal'li çocuk üzerinde yaptığı çalışmada ebeveyn eğitim düzeyinin çocuğun sporla buluşturmasında önemi ortaya koymaktadır. Başka bir çalışmada Öztürk (2000) ailelerin eğitim düzeyi ile katılımcıların spora olan tutumu arasında anlamlı ve pozitif ilişki olduğu sonucuna ulaşmıştır. Literatürde farklı

sonuçlara ulaşmak mümkündür.

Araştırmaya katılan öğrencilerin aile aylık gelir durumlarına göre fiziksel aktiviteye yönelik tutumları toplam puanlarında ve fiziksel aktiviteye yönelik tutum ölçeğinin fayda alt boyutunda 0-3000 TL ve 3001-4500 TL gelire sahip olanlar ile 4501-6000 TL gelire sahip olanlar arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Araştırmaya katılan öğrencilerin aile aylık gelir durumlarına göre mutluluk yönelim durumlarının karşılaştırılması sonucunda ise anlamlı farklılıklar görülmemiştir. Bu sonuca göre, aile gelir seviyeleri ile fiziksel aktiviteye karşı tutum puanları arasında pozitif yönlü bir ilişkinin olduğu görülmektedir. Literatürde araştırma bulgularımızı destekler nitelikte sonuçlara ulaşmak mümkündür. Kotan, Hergüner ve Yaman (2009) yapmış oldukları çalışmada ailenin gelir düzeyi ne kadar yüksek olursa, çocuklarını spor okullarına gönderme oranı da o derece artar şeklinde bir sonuca ulaşmıştır. Benzer şekilde Devcioğlu ve Sarıkaya (2006) tarafından yapılmış olan çalışmada, ailelerinin gelir durumu değişkeninin, katılımcı öğrencilerin spora yönelmesinde etkili rol oynadığı ve orta gelir düzeyine sahip olan ailelerde bu yönelimin daha çok söz konusu olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Son olarak, ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktiviteye yönelik tutumları ile mutluluk yönelimleri arasındaki ilişkinin korelasyon analizinin yapıldığı Tablo 7'ye göre, ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktiviteye yönelik tutumları ile mutluluk yönelimleri arasında orta derecede pozitif yönlü anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. İlgili literatür incelendiğinde araştırma bulgularımızı destekler pek çok çalışmaya ulaşmak mümkündür. Başar ve Sarı (2018)'nin düzenli egzersizin olumlu-olumsuz duygu durumları ile ilişkisini incelediği çalışmada, düzenli egzersizin mutluluk ile pozitif yönlü ilişkisi tespit edilmiştir. Benzer şekilde

BURDUR MEHMET AKİF ERSOY ÜNİVERSİTESİ

Orhan (2019)' nın çocuk gelişiminde fiziksel aktivite ve sporun önemi isimli çalışmasında, fiziksel aktivitenin çocukların bilişsel, zihinsel ve ruhsal gelişimleri açısından önemi vurgulanmıştır. Uluslararası literatürde de benzer sonuçlara ulaşmak mümkündür. Örneğin; Zhang ve Chen (2018) ilgili konuda sistematik bir derleme hazırlamış ve fiziksel aktivite ve mutluluk arasındaki ilişkinin önemini vurgulamışlardır. Benzer şekilde Richards ve ark. (2015) yapmış oldukları “Endişelenme, mutlu ol: 15 Avrupa ülkesinde fiziksel aktivite ve mutluluk arasındaki kesitsel ilişkiler” isimli çalışmalarında yine fiziksel aktivite ve mutluluk arasındaki pozitif ilişkiyi ortaya koymaktadırlar.

Sonuç olarak, fiziksel aktivitenin mutluluk yönelimi ile olan pozitif ilişkisi araştırmamız sonuçları ve literatürdeki ilgili çalışmalardan anlaşılmaktadır. Modern hayatın insan yaşamında meydana getirmiş olduğu konfor ve rahatlığın hareketsiz bir yaşama doğru insanları sürüklediği göz önüne alınacak olursa, fiziksel aktiviteye insanların teşvik edilmesinin önemi gün geçtikçe artmaktadır. Özellikle küçük yaş gruplarında bir yaşam tarzı olarak fiziksel aktiviteye katılım öğretilmelidir. Çünkü insan hayatında alışkanlıkların kazanılması küçük yaş gruplarında başlamaktadır. Ayrıca ülkemizde ve dünyada gün geçtikçe artan erken dönem obezite problemlerinin önüne geçmek; ancak fiziksel aktivite ile mümkün olacaktır. Bunlarla birlikte içerisinde yaşadığımız dönemde tüm insanlığın karşılaşmış olduğu pandemi süreci, gündelik hayat pratiklerimizi oldukça değiştirmiş, pandeminin insan davranışı üzerindeki etkisi çeşitli bilimsel araştırmalara konu olmuştur (Akgül & Tekin, 2022; Chen, Chen & Zhong, 2022; Hu, Liu & Wang, 2022; Mehta, 2022). Böylesi bir dönemin etkilerinden kurtulmak insanlık için kısa sürede mümkün olacağına benzememektedir. İnsanların yeniden sosyalleşebilmesi, yabancılaşma veya anomi gibi sosyal-psikolojik sorunların üstesinden gelme

noktasında fiziksel aktivitelerin önemi, önceki dönemlere göre daha fazla üstünde durulması gereken bir nitelik kazanmıştır. Özellikle küçük yaş gruplarında pandeminin etkisi tüm toplumsal gruplarda olduğundan daha fazla olumsuz izler bırakmıştır. Araştırmamız sonuçlarına göre fiziksel aktiviteye katılımın ilgili yaş gruplarında mutluluk üzerindeki etkisi göz önüne alınacak olursa, okullarından ve arkadaşlarından uzun bir süre ayrı kalmış ve yeni yeni tekrar okullarına ve arkadaşlarına kavuşan bu yaş gruplarında fiziksel aktivitenin yeniden normal hayata dönmede etkili bir araç olarak kullanılması gerekmektedir.

Araştırmanın sınırlılıkları

Bu araştırma Doğu Anadolu Bölgesi'nde öğrenim gören 459 ortaokul öğrencisi ile sınırlıdır. Ayrıca sosyo-ekonomik düzey ilgili veriler araştırmanın yapıldığı dönemdeki mevcut asgari ücret üzerinden belirlenmiştir.

Kaynaklar

Akal, D. Ç. (2005). *Evde yaşayan yaşlı bireylerin yaşam kalitesine etki eden etmenlerin değerlendirilmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sivas.

Akgül, M. H., & Tekin, N. (2022). The negative effects of the pandemic on human behavior; alienation and social anhedonia: the example of sport sciences students. *Pedagogy of Physical Culture and Sports*, 26(3), 165-173.

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

Arabacı, R., & Çankaya, C. (2007). Beden eğitimi öğretmenlerinin fiziksel aktivite düzeylerinin araştırılması. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Dergisi*, 20(1), 1-15.

Atabey, D. (2017). Okul öncesi dönem çocuklarının problem davranışları ile ebeveynlerinin öznel iyi oluş düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Electronic Turkish Studies*, 12(25), 131-148.

Aybek, A., İmamoğlu, O., & Taşmektepligil, M. Y. (2011). Öğrencilerin beden eğitimi dersi ve ders dışı etkinliklerine yönelik tutumlarının değerlendirilmesi. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 2(2), 51-60.

Ayyıldız, E., & Sunay, H. (2021) Bireylerin fiziksel aktiviteye katılım durumlarına göre mutluluk ve duygusal düzenlemede öz-yeterlik düzeylerinin incelenmesi. *Sportre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 19(4), 230-240.

Bağcı, R., Uslu, S., & Sarıçam, H. (2019). Rekreatif etkinliklere katılan ve katılmayan bireylerin mutluluk yönelimlerinin yönelimlerinin incelenmesi. *International Sport Science Student Studies*, 1(1), 27-34.

Başar, S. & Sarı, İ. (2018). Düzenli egzersizin depresyon, mutluluk ve psikolojik iyi oluş üzerine etkisi. *İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 5(3), 25-34.

Bıçak, S. A., & Erkan, N. Ç. (2020). Yeşil alan ve fiziksel aktivitenin insan mutluluğu üzerindeki etkisinin saptanmasında bir yöntem. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (48), 345-362.

Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö.E., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2019). Eğitimde bilimsel araştırma yöntemleri. Ankara: Pegem Akademi.

Callahan, D. (1973). The WHO definition of "health". *The Hastings Center Studies*, 1(3), 77-87. Retrieved from <http://jstor.org/stable/3527467>

Chen, W. C., Chen, S. J., & Zhong, B. L. (2022). Sense of alienation and its associations with depressive symptoms and poor sleep quality in older adults who experienced the lockdown in wuhan, china, during the COVID-19 pandemic. *Journal of Geriatric Psychiatry and Neurology*, 35 (2), 215-222.

Devocioğlu, S., & Sarıkaya, M. (2006). Sporcu öğrencilerin sosyo-ekonomik değişkenler ışığında profillerinin belirlenmesi. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 16 (2), 301-314.

George, D., & Mallery, M. (2010). SPSS for Windows Step by Step: A Simple Guide and Reference, 17.0 update (10a ed.) Boston: Pearson

Hu, Q., Liu, Q., & Wang, Z. (2022). Meaning in life as a mediator between interpersonal alienation and smartphone addiction in the context of Covid-19: A three-wave longitudinal study. *Computers in Human Behavior*, 127, 107058. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.107058>

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

Karasar, N. (2015). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.

Koçak, S., & Hürmeriç, I. (2006). Attitudes towards physical education classes of primary school students in Turkey. *Perceptual & Motor Skills*, 103(1), 296-300. <https://doi.org/10.2466%2Fpms.103.1.296-300>

Kotan, Ç., Yaman, Ç., & Herguner, G. (2009). The effects of school and family factor son sports activities for sports students in primary schools: a case study of Sakarya. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3(1), 49-58.

Mehta, P. (2022). Work alienation as a mediator between work from home-related isolation, loss of task identity and job insecurity amid the COVID-19 pandemic. *International Journal of Workplace Health Management*, 15(3), 287-306.

Orhan, R. (2019). Çocuk gelişiminde fiziksel aktivite ve sporun önemi. *Kırıkkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 9(1), 157-176.

Öztürk, H. (2000). *Ortaöğretim öğrencilerinin sportif beklenti ve alışkanlıkları* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Peterson, C., Park, N., & Seligman, M. E. (2005). Orientations to happiness and life satisfaction: The full life versus the empty life. *Journal of Happiness Studies*, 6(1), 25-41. Doi: 10.1007/s10902-004-1278-z

Richards, J., Jiang, X., Kelly, P., Chau, J., Bauman, A., & Ding, D. (2015). Don't worry, be happy: cross-sectional associations between physical activity and happiness in 15 European countries. *BMC public health*, 15(1), 1-8.

Sallis, J.R., Taylor, W.C., Prochaska, J.J., Hill, J.O., & Geraci, J.C. (1999). Correlates of physical activity in a national sample of girls and boys in grades 4 through 12. *Health Psychol*, 18(4), 410-415. <https://doi.org/10.1037/0278-6133.18.4.410>

Sarıçam, H., & Canatan, A. (2015). The adaptation validation reliability process of the Turkish version orientations to happiness scale. *Üniversitepark Bülten*, 4 (1-2), 7-15. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/910072>

Şimşek, K. Y. (2005). *Çocukların spora yönlendirilmesinde ailenin görüşlerinin değerlendirilmesi (2005 Eskişehir il örneği)* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Anadolu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.

Singh, R. K. C., & Devi, K. S. (2013). Attitude of higher secondary level student towards games and sports. *International Journal of Physical Education, Fitness and Sports* 2(4), 80-85. <http://doi.org/10.26524/13421>

Teke, M. (2020). *Yoksul kadınlarda mutluluk anlayışı* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sivas.

Tunay, B.V. (2008). *Yetişkinlerde fiziksel aktivite*. Ankara: Klasmat Matbaacılık.

Watkins, D., & Regmi, M. (1989). Participation in sport: A Nepalese investigation. *Perceptual and Motor Skills*, 69(2), 657-658. <https://doi.org/10.2466/pms.1989.69.2.657>

Yaldız, A., & Özbek, O. (2018). İlköğretim okullarında beden eğitimi dersine yönelik öğrenci ve ana-baba tutumları. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 26(1), 75-82.

Yıldız, G., Bilgin, E., Korur, E. N., Yüksel, Y., & Demirhan, G. (2019). Orta okul öğrencileri için fiziksel aktivite tutum ölçeğinin geliştirilmesi. *Spor Bilimleri Dergisi*, 30(2), 63-73.

Yücekaya, M. A. (2020). Ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersi mutluluk düzeylerinin incelenmesi. *Uluslararası Dağcılık ve Tırmanış Dergisi*, 3(1), 27-37.

Zhang, Z., & Chen, W. (2019). A systematic review of the relationship between physical activity and happiness. *Journal of happiness studies*, 20(4), 1305-1322. <https://doi.org/10.1007/s10902-018-9976-0>

Sorumlu Yazar Bilgileri

Yazar Adı Soyadı: Mehmet Haşim AKGÜL

Kurumu: Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi

Adres: Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Orcid Numarası: 0000-0002-4665-9615

Not: Bu araştırma, Onur Çuvalcı'nın Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü'nde 2022 yılında tamamlamış olduğu Yüksek Lisans tezinden üretilmiştir.