

## Lise Öğrencilerinin Fiziksel Aktivitelere Katılımını Engelleyen Faktörlerin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi

Halil İbrahim AKYAYLA<sup>1</sup>  Pelin GÖNKEK<sup>2</sup>  Volkan UNUTMAZ<sup>3</sup> 

### Öz

Araştırmanın amacı, lise öğrencilerinin fiziksel aktivitelere katılımını engelleyen faktörlerin belirlenerek; yaş, cinsiyet, sınıf, lise türü, sporcu geçmişi ve spor sıklığı değişkenleri açısından analiz edilmesidir. Araştırmada nicel araştırma yöntemi kullanılmıştır. Araştırmanın evrenini Türkiye’de öğrenim gören lise öğrencileri oluştururken, örneklemini Türkiye Milli Eğitim Bakanlığı’na ait İzmir ili Bornova ilçesindeki 2022-2023 Eğitim Öğretim yılında öğrenim gören 1389 lise öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak, “Lise Öğrencilerinin Fiziksel Aktivitelere Katılımını Engelleyen Faktörler Ölçeği” ile demografik verilere ilişkin kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Verilerin analizi için çalışmada temel alınan değişkenlere ilişkin betimsel istatistikler, iki bağımsız grup arasındaki farkın anlamlılığını belirlemek için bağımsız T-testi, üç veya daha fazla bağımsız değişken grupları arasındaki farkın anlamlılığını için ise Tek Yönlü Varyans Analizi kullanılmıştır. Araştırma bulgularında lise öğrencilerinin fiziksel aktiviteye katılımını engelleyen faktörlerin başında, aile faktörünün geldiği görülürken yaş, cinsiyet, sınıf, lise türü, sporcu geçmişi ve spor sıklığı değişkenleri açısından farklılıklar ortaya çıkmıştır (\* p<.05; \*\*p<.01). Bu çalışma ile lise öğrencilerinin fiziksel aktivitelere katılımını engelleyen etmenlerin belirlenmesini sağlarken aynı zamanda lise öğrencilerinin fiziksel aktiviteye katılımlarını arttırabilme konusunda alınabilecek öneriler sunulmuştur.

**Anahtar Kelimeler:** Fiziksel Aktivite Katılımı, Fiziksel Aktivite Engelleri, Lise Öğrencileri

## Investigation of High School Students' Barriers to Participation in Physical Activities According to Various Variables

### Abstract

The purpose of this research is to determine the factors that barrier high school students from participating in physical activities and to analyze them in terms of age, gender, grade, high school type, athletic background and frequency of doing sports. Quantitative research method was used in the study. The population of the research consists of high school students studying in Turkey, and the sample consists of 1389 high school students studying in Bornova district of Izmir province under the Ministry of National Education of the Republic of Turkey in the 2022-2023 academic year. In the study, the “Factors Preventing High School Students' Participation in Physical Activities Scale” and a personal information form regarding demographic data were used as data collection tools. In the analysis of the data, descriptive statistics were used for the

<sup>1</sup> Milli Eğitim Bakanlığı, İzmir-Türkiye. <https://orcid.org/0009-0002-6485-821X> , [ibrahimakyayla33@gmail.com](mailto:ibrahimakyayla33@gmail.com)

<sup>2</sup> Sorumlu Yazar: Ege Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İzmir-Türkiye. <https://orcid.org/0000-0001-9123-4440> , [pegin.gonkek@ege.edu.tr](mailto:pegin.gonkek@ege.edu.tr)

<sup>3</sup> Ege Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İzmir-Türkiye. <https://orcid.org/0000-0002-3545-0314> , [volkan.unutmaz@ege.edu.tr](mailto:volkan.unutmaz@ege.edu.tr)

**Atıf/Citation:** Akyayla, H.İ., Gönkek, P., Unutmaz, V. (2024). Lise Öğrencilerinin Fiziksel Aktivitelere Katılımını Engelleyen Faktörlerin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Türkiye Spor Bilimleri Dergisi*, 8 (1), 44-58. DOI:10.32706/tusbid.1493839.

Geliş Tarihi: 01.06.2024

Kabul Tarihi: 29.06.2024

Türkiye Spor Bilimleri Dergisi

variables based on the research, independent T-test was used to determine the significance of the difference between two independent groups, and One-Way ANOVA test was used to determine the significance of the difference between three or more independent variable groups. In the findings of the study, family factor was found to be the main factor preventing high school students from participating in physical activity, while differences emerged in terms of age, gender, grade, high school type, athlete background and frequency of doing sports (\*  $p < .05$ ; \*\* $p < .01$ ). This study helps determine the factors that prevent high school students from participating in physical activities, while also providing suggestions for increasing the participation of high school students in physical activity.

**Keywords:** Participation in Physical Activities, Physical Activity Barriers, High School Students

## GİRİŞ

Fiziksel aktivite, insanların kültürel olarak spesifik mekanlar ve bağlamlarda benzersiz ilgi alanlarına ait duygular, fikirler, talimatlar ve ilişkiler dizisinden etkilenecek hareket etmesini ve performans sergilemesini içerir (Piggin, 2020). Fiziksel aktiviteler; insanın doğası gereği gerçekleşen faaliyetlerden oluşmaktadır. Ancak fiziksel inaktivite yirmi birinci yüzyılın en büyük halk sağlığı sorunu (Blair ve Morris, 2009) olarak tanımlanmıştır. Özellikle bulunduğumuz dönem içerisinde, çocuklar, ergenlik çağındaki bireyler, yetişkinler ve yaşlılar olarak her yaşta bireylerin fiziksel aktivitelere katılma olanakları oldukça azalmaktadır (Cengiz ve Delen, 2019; Erdem, Sayan, Gökgöz ve Ege, 2021; Sarı, Ceylan ve Yaman, 2020). Küçük yaşlarda fiziksel aktiviteye katılım, ailenin desteği ile sağlanmaktayken, ergenlik dönemine doğru, birey kendi kararlarını alarak yaşamında yeni deneyimler elde etmeye başlamaktadır. Kendi kararlarını almaya başlamayla birlikte ergenlik çağındaki bireylerin, fiziksel aktivitelere katılım motivasyonları azalmaya başlamaktadır (Özdoğan, 2018). Yetişkinlik döneminde ise çalışma hayatının başlaması ile fiziksel aktivite seviyesi daha da azalmaktadır. Kısacası fiziksel aktivite yaşa bağlı olarak azalmaktadır (Rhodes, Janssen, Bredin, Warburton ve Bauman, 2017). Ancak ergenlik döneminde fiziksel aktivite alışkanlığı oluşturulduğunda, bu alışkanlık yaşam boyu devam eden bir boyut kazanmaktadır (İlhan, 2018). Yaşam boyu alışkanlık haline getirilen fiziksel aktivite de, sağlıklı yaşam olgusunu beraberinde getirmektedir. ‘‘Dünya Sağlık Örgütü’’ de 5-17 yaş arası çocuk ve ergenlerde hafta boyunca günde en az ortalama 60 dakika orta-şiddetli yoğunlukta, çoğunlukla aerobik fiziksel aktivite

önermektedir (‘‘Dünya Sağlık Örgütü’’, 2022).

Ancak, ülkemizde lise öğrencilerinin fiziksel aktivitelere katılım oranları, eğitim hayatının yoğunluğundan dolayı azalmaktadır (Adak ve Yüksel, 2021). Bunun yanı sıra, lise döneminde internet bağımlılığının oldukça yüksek olması (Ektricioğlu, Arslantaş ve Yüksel, 2020) da fiziksel aktivitelere katılım oranını düşürmektedir. Araştırmalar, internet bağımlılığıyla başa çıkabilmek için fiziksel aktiviteleri önermektedir (Çelik, 2020). Cheng, Wang, Wang, Zhang ve Qin (2023), yüksek egzersiz grubu olan haftada 3 ile 7 gün arası egzersiz yapan ve enerji harcama değeri günlük 3000 min/w ve altı olan öğrenciler ile düşük egzersiz grubu olan neredeyse hiç spor yapmayan öğrenci grubunun internet bağımlılığı oranlarını inceledikleri araştırmalarında, yüksek egzersiz yapan öğrenci grubunun, düşük egzersiz yapan öğrenci grubunun internet bağımlılığı oranlarından, daha düşük ve anlamlı ortalamalara sahip olduğunu belirlemişlerdir. Bu durum öğrencilerin fiziksel aktivitelere yönelmelerinin, internet bağımlılıklarını azalttığını düşündürmektedir. Bu nedenle lise döneminde olan ergen bireylerin fiziksel aktiviteye katılımlarını engelleyen faktörlerin ortaya konması ile lise öğrencilerinin hem yaşam kalitesinin artırılabilirliği hem de internet bağımlılıklarının azaltılabileceği öngörülebilir.

Literatürde fiziksel aktivitelere yönelik karşılaşılan engeller konusunda araştırmaların değişkenlik gösteren alanlara yoğunlaştıkları görülmektedir. Yaşam süreçlerinin değişkenliği, ele alınan önemli konulardan biri olduğu görülmektedir. Rhodes ve diğerleri (2017), sanayileşme ve kentleşme

derecesine göre bireylerin fiziksel aktivitelere katılmama nedenlerinin oluştuğuna değinmektedir. Yani, Rhodes ve diğerleri (2017)'ne göre şehir hayatında yaşamak ulaşım saatlerinin uzun olmasını gerektireceği için fiziksel aktivitelere katılımında bir engel oluşturmaktadır.

Fiziksel aktivitelerin maliyet gerektiriyor olması bir diğer ele alınan konudur. Fiziksel aktivitede maliyet gerektirmeyen programlar olduğuna değinen Gonzales, Kee, Palma ve Pruitt (2024) sağlıkla ilgili eğitim ve tavsiyelerin sağlanmasına ilişkin programların geliştirilmesi gerektiğine dikkat çekmektedir.

Ülkemizde, bireylerin fiziksel aktivitelere katılmaları konusunda; engelli bireylere (Ayan ve Ergin, 2017; Esatbeyoğlu ve Karahan, 2014; Esatbeyoğlu, 2016) ve kadınlara (Emir, Küçük Kılıç, Gürbüz ve Öncü 2022; Gürsel, Güzel ve Yıldız, 2019) yönelik olan çalışmaların yanı sıra, çocuklar (Bayır ve Eskiler 2023; Pehlivan, 2009), ortaokul öğrencileri (Eskiler, Küçükbiş, Gülle ve Soyer, 2016; Ulukan, 2020) ve üniversite öğrencileri (Kargün, Togo, Biner ve Pala 2016; Yılmaz, Bilgin ve Demirhan, 2017) üzerine çalışmaların olduğu görülmektedir. Ancak fiziksel aktivitelere katılımları engelleyen faktörler konusunda özellikle ülkemizdeki lise öğrencileri açısından yapılan çalışmaların (Yılmaz, 2023) literatürde çok sınırlı kaldığı görülmektedir. Ergenlik dönemi birçok açıdan bireyin değişim ve gelişim dönemini oluşturmaktadır (Kanatsız ve Gökçe, 2020). Bu dönemde fiziksel aktivite; iyi oluş halinin artması (Satman, 2021), sosyal görünüş kaygısının azalması (Kılıç, 2020), ruhsal bozuklukların azalması (Bay ve Yılmaz, 2020), sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının iyileşmesi (Coşkun ve Karagöz, 2021), kişilerarası ilişkileri ve stres yönetimini artırması (Yeşilfidan, 2016), yaşam kalitesini artırması (Tavazar vd., 2016) bakımından oldukça önem arz etmektedir. Bu nedenle lise öğrencilerinin fiziksel aktivitelere katılmalarının önündeki engeller belirlenerek, bu engellerin ortadan kaldırılmasına yönelik adımların atılması sağlanmalıdır.

Fiziksel aktivitenin fiziksel sağlığa etkilerini; erken ölümün önlenmesi, kronik hastalıkların birincil önlenmesi, kronik hastalıkların ikincil

önlenmesi ve kas-iskelet sistemi uygunluğunu sağladığına değinen Rhodes ve diğerleri (2017) aynı zamanda fiziksel aktivitenin biliş ve refah açısından da sağlık yararları olduğuna değinmektedir.

Literatürdeki fiziksel aktivitelere yönelik araştırmalar genel olarak incelendiğinde; fiziksel aktivitenin, bireylerin fiziksel, psikolojik ve bilişsel anlamda olumlu etkiler sağladığına ilişkin araştırmalar olduğu görülmektedir. Bunun yanı sıra bireylerin yaşam süreçlerinin değişken olması ve fiziksel aktivitenin maliyet gerektiren bir olgu olması nedeniyle fiziksel aktivitelere yönelmelerinde algıladıkları engeller olduğuna yönelik araştırmalar da mevcuttur. Ancak özellikle lise öğrencilerinin fiziksel aktivitelere katılmalarının engelleyen faktörlere odaklanan araştırmaların literatürde oldukça az olduğu görülmektedir. Bu nedenle lise öğrencilerinin fiziksel aktivitelere katılımını engelleyen faktörlerin belirlenerek; yaş, cinsiyet, sınıf, lise türü, sporcu geçmişi ve spor sıklığı değişkenleri açısından analiz edilmesi amacıyla oluşturulan bu çalışma, literatüre katkı sağlayarak, bu alanda yürütülen araştırmaların artırılmasını sağlayabilir. Ayrıca, lise dönemindeki ergen bireylerin fiziksel aktivitelere katılmalarını engelleyen faktörlerin belirlenmesi yönünde katkı sağlayarak, ülkemizdeki toplum sağlığının önündeki engelleri ortadan kaldırmaya yönelik önlemlerin alınması yönünde önerilerin geliştirilmesini sağlayabilir.

#### ***Araştırmanın Amacı***

Bu araştırma ile lise öğrencilerinin fiziksel aktivitelere katılımını engelleyen faktörlerin belirlenerek; yaş, cinsiyet, sınıf, lise türü, sporcu geçmişi ve spora katılım süresi değişkenleri açısından analiz edilmesi amaçlanmaktadır.

#### **YÖNTEM**

Araştırmada lise öğrencilerinin fiziksel aktivitelere katılımını engelleyen faktörler belirlenerek; yaş, cinsiyet, sınıf, lise türü, sporcu geçmişi ve spora katılım süresi değişkenleri açısından analiz edilmesi için nicel araştırma yöntemi kullanılmıştır.

### Örneklem

Araştırmanın evrenini Türkiye’de öğrenim görmekte olan lise öğrencileri (9, 10, 11, 12 sınıflar) oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini Türk Milli Eğitim Bakanlığı’na ait okullardan İzmir ilindeki Fen, Anadolu, Mesleki ve Teknik Anadolu (MTAL), Anadolu İmam Hatip (Anadolu İ.H.) liselerinde 2022-2023 eğitim öğretim yılında öğrenim gören 1390 lise öğrencisi ( $\bar{X}$  yaş= 15,96 ± 1,25) oluşturmuştur. Araştırmada örnekleme yöntemi olarak İzmir ilindeki Fen, Anadolu, Mesleki ve Teknik Anadolu, İmam Hatip liselerinin seçiminde küme örnekleme yöntemi kullanılmıştır. İzmir ilindeki Fen, Anadolu, Mesleki ve Teknik Anadolu, İmam

Hatip liselerine küme kodu verilerek basit rastgele örnekleme yöntemiyle okullar belirlenmiştir. Küme örnekleme yöntemiyle belirlenen okullardan 9, 10, 11 ve 12. sınıfların şubeleri arasından basit rastgele örnekleme yöntemiyle seçilerek belirlenen lise öğrencileri ile yüz yüze ölçek uygulaması gerçekleştirilmiştir. Bu işlemler öncesinde lise öğrencilerine, ölçeği nasıl dolduracakları hakkında bilgi verilmiştir. Sonrasında ölçeği doldurmaları istenmiştir. Ölçek doldurma işlemleri ortalama 15 dakika sürede tamamlanmıştır. Araştırmanın örnekleme ilişkin betimsel istatistikler Tablo 1’de yer verilmiştir.

Tablo 1. Lise Öğrencilerinin Fiziksel Aktiviteye Katılımını Engelleyen Faktörlerin Cinsiyet, Yaş, Sınıf, Lise Türü, Sporcu Geçmişi ve Spor Sıklığı Değişkenlerine Göre Dağılımı

DEĞİŞKENLER		n	%
Cinsiyet	Kız	873	62,8
	Erkek	517	37,2
Yaş	14-16 yaş <	879	63,2
	17-19 yaş >	511	36,8
Sınıf	9	374	26,9
	10	348	25,0
	11	338	24,3
	12	330	23,7
Lise Türü	Fen	365	26,3
	Anadolu	462	33,2
	MTAL	428	30,8
	Anadolu İmam Hatip	134	9,6
Sporcu Geçmişi	<2 yıl	1045	75,2
	>3 yıl	344	24,7
Spor Sıklığı	<2 gün	1054	75,8
	>3 gün	336	24,2

Tablo 1’e bakıldığında, araştırmaya katılan lise öğrencilerinin %62,8’i (n:873) kız, %37,2’si (n: 517) erkektir. Katılımcıların %63,2’si (n:879) 16 yaş altı, %36,8’i (n: 511) 17 yaş üstü sporculardan oluşmaktadır. Sınıf değişkeni açısından lise öğrencilerinin %26,9’si (n:374) 9. Sınıf, %25’i 10. Sınıf (n: 348), %24,3’ü (n: 338) 11. Sınıf, %23,7’si (n:330) 12. Sınıftır. Lise Türü değişkenine bakıldığında Fen Lisesi öğrencileri %26,3 (n:365), Anadolu Lisesi öğrencileri %33,2 (n:462), Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi öğrencileri %30,8 (n:428), Anadolu İmam

Hatip Lisesi öğrencilerinin ise %9,6 (n:134) olduğu görülmektedir. Sporcu Geçmişi değişkeni açısından ( $\bar{X}$  sporcu geçmişi= 1,60 ± 2,60), 2 yıl ve altı sporcu geçmişine sahip öğrencilerin %75,2 (n:1045) olduğu görülürken, 3 yıl ve üstü öğrencilerin ise %24,7 (n:344) olduğu görülmüştür. Spor sıklığı ( $\bar{X}$  sporsıklık= 1,72 ± 2,09) değişkeni açısından ele alındığında ise lise öğrencilerinin haftada 2 veya daha az gün fiziksel aktivite yapanlar %75,8 (n:1054) haftada 3 veya daha fazla gün fizikse aktivite

yapanların ise %24,2 (n:336) olduğu görülmektedir.

### **Veri Toplama Araçları/Veri Toplama Yöntemleri / Veri Toplama Teknikleri**

Araştırmadaki veri toplama aracı iki bölümden oluşmuştur. Uygulanan ölçeğin birinci bölümünde; lise öğrencilerine yönelik olarak hazırlanmış olan yaş, cinsiyet, sınıf, lise türü, sporcu geçmişi, spor sıklığına ilişkin demografik özelliklere ait sorular yer alırken; ikinci bölümde ise lise öğrencilerinin fiziksel aktivitelere katılımını engelleyen faktörleri belirleyebilmek için “Lise Öğrencilerinin Fiziksel Aktivitelere Katılımını Engelleyen Faktörler Ölçeği” (Özbek ve Yoncalık, 2019) kullanılmıştır.

Özbek ve Yoncalık (2019) tarafından geliştirilen “Lise Öğrencilerinin Fiziksel Aktivitelere Katılımını Engelleyen Faktörler Ölçeği”, 27 madde ve 5 alt boyuttan oluşmaktadır. 1. Alt boyut aile faktörüdür ve madde sayısı 7’dir. 2. Alt boyut okul faktörüdür ve madde sayısı 7’dir. 3. Alt boyut tesis ve kulüp faktörüdür ve madde sayısı 6’dır. 4. Alt boyut eğitim sistemi faktörüdür ve madde sayısı 5’tir. 5. Alt boyut arkadaş-çevre faktörüdür ve madde sayısı 2’dir. Lise öğrencilerinin ifadelerine ne derece katıldıklarını saptamak amacıyla 5’li Likert tipi derecelendirme ölçeği kullanılmıştır (1- Hiçbir zaman,... 5- Daima). Ölçeğin güvenirlik katsayı (Cronbach alpha) değeri,  $\alpha = 0.82$  olarak elde edilmiştir.

### **İşlem**

Araştırmada ilk olarak Ege Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu tarafından 30 Aralık 2022 tarihinde 1676 protokol numarası ile etik kurul onayı almıştır. Etik kurul onayı alındıktan sonra, lise öğrencilerinin fiziksel aktivitelere katılımını engelleyen faktörler ölçeğinin uygulanacağı okullar belirlenmiştir. Ardından Mili Eğitim Bakanlığı’na, Araştırma, Yarışma ve Sosyal Etkinlik başvuru formu gönderilmiştir. Araştırma onayı geldikten sonra, liselere giderek öğrenciler, araştırma hakkında bilgilendirilerek onam formu imzalatılmış ve

ardından öğrencilerin ölçeği doldurmaları sağlanmıştır.

### **Verilerin Analizi**

Verilerin istatistiksel analizi için IBM SPSS Statistic programı kullanılmıştır. Verilerin analizi için çalışmada temel alınan değişkenlere ilişkin betimsel istatistiklere bakıldıktan sonrasında, Lise Öğrencilerinin Fiziksel Aktivitelere Katılımını Engelleyen Faktörler Ölçeğine ilişkin güvenirliğinin bir ölçüsü olan Cronbach’s Alpha değeri (Bonett ve Wright, 2015) hesaplanmış ve 0.79 bulunmuştur. Sonrasında ölçeğe ilişkin toplanan verilerin normal dağılıma sahip olup olmadığına anlamaya yönelik olarak yapılacak analizlerde parametrik ya da nonparametrik testlerin kullanılmasını belirlemeyi sağlayan basıklık ve çarpıklık (Skewness ve Kurtosis) değerlerine (Alpar, 2010) bakılmıştır. Literatürde, parametrik testlerin yapılabilmesi için verilerin basıklık ve çarpıklık katsayılarının -2 ile 2 aralığında olabileceği belirtilmektedir (Leech, Barrett ve Morgan, 2005). Verilerin basıklık ve çarpıklık katsayılarının -,798 ile 1,460 aralığında olmasından dolayı parametrik testlerden iki bağımsız grup arasındaki farkın anlamlılığını belirlemek için bağımsız örneklem T-testi, üç veya daha fazla bağımsız değişken grupları arasındaki farkın anlamlılığı için ise tek yönlü varyans analizi testi kullanılmıştır.

## **BULGULAR**

Lise öğrencilerinin fiziksel aktivitelere katılımını engelleyen faktörlere ilişkin beş alt boyuta verdikleri ortalama değerler incelendiğinde, (Tablo 2), aile alt boyutunun en yüksek değerlere ( $\bar{X}$ : 3,35) sahip olduğu görülürken, eğitim sistemi alt boyutunun ise en düşük değere ( $\bar{X}$ : 2,53) sahip olduğu görülmüştür.



Tablo 2. Lise Öğrencilerinin Fiziksel Aktivitelere Katılımını Engelleyen Faktörlere İlişkin Betimsel İstatistikler

Alt Boyutlar	N	$\bar{X}$	S.s.
Aile	1390	3,35	,75
Okul	1390	2,76	,60
Tesis ve Kulüp	1390	2,85	,54
Eğitim Sistemi	1390	2,53	,80
Arkadaş-Çevre	1390	3,33	,83

Tablo 3. Lise Öğrencilerin Yaş, Cinsiyet, Sporcu Geçmişi ve Spor Sıklığı Değişkenlerine İlişkin t-testi Sonuçları

t-TESTİ SONUÇLARI	Aile		Okul		Tesis/ Kulüp		Eğitim Sistemi		Arkadaş/ Çevre		
	$\bar{X}$	s.s.	$\bar{X}$	s.s.	$\bar{X}$	s.s.	$\bar{X}$	s.s.	$\bar{X}$	s.s.	
16 yaş <	3,35	,75	2,79	,60	2,88	,52	2,56	,80	3,28	,81	
17 yaş >	3,29	,75	2,71	,60	2,79	,57	2,48	,79	3,42	,88	
t değeri	1,406		2,284		2,789		1,809		2,907		
P değeri	,160		,023*		,004*		,071		,003*		
Yaş	Erkek	3,28	,77	2,76	,59	2,83	,59	2,30	,78	3,40	,84
	Kız	3,36	,73	2,77	,61	2,86	,51	2,67	,78	3,28	,83
	t değeri	2,012		,095		,789		7,804		2,586	
	P değeri	,042*		,923		,430		,000**		,009*	
Cinsiyet	2 yıl <	3,28	,71	2,74	,60	2,85	,52	2,59	,78	3,25	,81
	3 yıl >	3,47	,82	2,83	,59	2,85	,60	2,37	,83	3,57	,86
	t değeri	3,768		2,471		,064		4,160		6,169	
	P değeri	,000**		,014*		,983		,000**		,000**	
Sporcu Geçmişi	2gün <	3,30	,72	2,74	,60	2,84	,52	2,57	,79	3,28	,81
	3 gün >	3,44	,80	2,82	,59	2,88	,60	2,43	,83	3,48	,88
	t değeri	2,946		2,206		1,247		2,650		3,548	
	P değeri	,002*		,029*		,181		,007*		,000**	
Spor Sıklığı											

\* $p < 0,05$ , \*\* $p < 0,001$

Tablo 3. Lise öğrencilerin yaş, cinsiyet, sporcu geçmişi ve spor sıklığı değişkenlerinin tamamında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar olduğu görülmüştür. Yaş değişkeni açısından ele alındığında, 16 yaş ve altı lise öğrencilerinin 17 yaş ve üstü lise öğrencilerinden okul ve tesis kulüp alt boyutlarında daha yüksek ve anlamlı ortalamalar elde ettiği görülürken, arkadaş çevre alt boyutunda 17 yaş ve üzeri lise öğrencilerinin 16 yaş ve altı lise

öğrencilerinden daha yüksek ve anlamlı ortalamalar elde ettiği görülmüştür.

Cinsiyet değişkeni açısından ele alındığında ise aile ve eğitim sistemi alt boyutlarında kız lise öğrencilerinin erkek lise öğrencilerinden daha yüksek ve anlamlı ortalamalara sahip olduğu görülürken, arkadaş çevre alt boyutunda erkek lise öğrencilerinin kız lise öğrencilerinden daha yüksek ve anlamlı ortalamalar elde ettiği görülmüştür. Sporcu geçmişi değişkenine bakıldığında, 3 yıl veya

daha fazla zamandır sporla ilgilenen lise öğrencilerinin 2 yıl ve daha az zamandır sporla ilgilenen lise öğrencilerinden aile, okul ve arkadaş çevre alt boyutlarından daha yüksek ve anlamlı ortalamalar elde ettiği görülürken, 2 yıl ve daha az zamandır sporla ilgilenen lise öğrencilerinin ise 3 yıl veya daha fazla zamandır sporla ilgilenen lise öğrencilerinden eğitim sistemi alt boyutunda daha yüksek ve anlamlı ortalamalar elde ettiği görülmüştür. Spor sıklığı değişkenine bakıldığında haftada 3 gün ve daha fazla spor yapan lise öğrencilerinin haftada 2 gün ve daha az spor yapan lise öğrencilerinden aile,

okul ve arkadaş çevre alt boyutlarından daha yüksek ve anlamlı ortalamalar elde ettiği görülürken eğitim sistemi alt boyutunda ise haftada 2 gün ve altı spor yapan lise öğrencilerinin haftada 3 güne ve üstü spor yapan lise öğrencilerinden daha yüksek ve anlamlı ortalamalar elde ettiği görülmüştür. Sınıfların ise 11. Sınıflardan daha yüksek ve anlamlı ortalamalar elde ettiği görülmüştür. Arkadaş çevre alt boyutunda ise 12. Sınıf lise öğrencilerinin 9. Ve 10. Sınıflardan daha yüksek ve anlamlı ortalamalar elde ettiği görülmüştür.

Tablo 4. Lise Öğrencilerin Sınıf Değişkenine İlişkin One-Way ANOVA Sonuçları

		X <sup>-</sup>	S.s.	F	p	Fark
AİLE	9	3,46	,68	6,036	,000**	9>11 9>12
	10	3,32	,79			
	11	3,23	,75			
	12	3,31	,75			
OKUL	9	2,76	,62	4,279	,005*	10>11
	10	2,85	,60			
	11	2,69	,58			
	12	2,74	,59			
TESİS VE KULÜP	9	2,93	,51	5,183	,001*	9>11 9>12
	10	2,85	,53			
	11	2,78	,57			
	12	2,82	,54			
EĞİTİM SİSTEMİ	9	2,61	,79	12,030	,000**	9>11 10>11 12>11
	10	2,66	,81			
	11	2,32	,74			
	12	2,54	,83			
ARKADAŞ - ÇEVRE	9	3,27	,78	6,141	,000**	12>9 12>10
	10	3,23	,86			
	11	3,33	,79			
	12	3,49	,89			

\* p<.05; \*\*p<.01

Lise öğrencilerin sınıf değişkenine ilişkin ANOVA sonuçlarını gösteren Tablo 4'e bakıldığında, alt boyutların tamamında anlamlı farklılık olduğu görülmüştür. Aile ve tesis ve kulüp alt boyutlarında 9. Sınıf öğrencilerinin 11. ve 12. Sınıf öğrencilerinden

daha yüksek ve anlamlı ortalamalar elde ettiği görülmüştür. Okul alt boyutunda 10. Sınıfların 11. Sınıflardan daha yüksek ve anlamlı ortalamalar elde ettiği görülmüştür. Eğitim sistemi alt boyutunda, 9. Sınıfların 11. Sınıflardan, 10. Sınıfların 11. Sınıflardan 12.

Sınıfların ise 11. Sınıflardan daha yüksek ve anlamlı ortalamalar elde ettiği görülmüştür. Arkadaş çevre alt boyutunda ise 12. Sınıf lise

öğrencilerinin 9. Ve 10. Sınıflardan daha yüksek ve anlamlı ortalamalar elde ettiği görülmüştür.

Tablo 5. Lise Öğrencilerin Lise Türü Değişkenine İlişkin One-Way ANOVA Sonuçları

		X̄	S.s.	F	p	Fark
AİLE	Fen	3,40	,73	1,270	,283	---
	Anadolu	3,31	,77			
	MTAL	3,30	,72			
	Anadolu İ.H.	3,29	,79			
OKUL	Fen	2,88	,56	6,282	,000**	1>3
	Anadolu	2,92	,55			1>4
	MTAL	2,50	,60			2>3
	Anadolu İ.H.	2,70	,59			2>4
						4>3
TESİS VE KULÜP	Fen	2,76	,55	4,608	,003*	3>1
	Anadolu	2,86	,54			
	MTAL	2,89	,53			
	Anadolu İ.H.	2,91	,53			
EĞİTİM SİSTEMİ	Fen	2,26	,75	5,053	,000**	2>1
	Anadolu	2,40	,77			3>1
	MTAL	2,78	,76			3>2
	Anadolu İ.H.	2,98	,75			4>1
						4>2
						4>3
ARKADAŞ - CEVRE	Fen	3,43	,83	4,267	,005*	1>3
	Anadolu	3,35	,79			
	MTAL	3,22	,85			
	Anadolu İ.H.	3,30	,92			

\* p<.05; \*\*p<.01

Lise öğrencilerin lise türü değişkenine ilişkin ANOVA sonuçlarını gösteren tablo 5'e bakıldığında, aile alt boyutuna ilişkin anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Okul alt boyutuna ilişkin fen lisesi öğrencilerinin MTAL ve Anadolu İ.H. lisesi öğrencilerinden daha yüksek ve anlamlı ortalamalar elde ettiği görülürken, Anadolu lisesi öğrencilerinin MTAL ve Anadolu İ.H. lisesi öğrencilerinden daha yüksek ve anlamlı ortalamalar elde ettiği görülmüştür. Aynı alt boyutta Anadolu İ.H. lisesi öğrencilerinin ise MTAL öğrencilerinden daha yüksek ve anlamlı ortalamalar elde ettiği görülmüştür. Tesis ve

kulüp alt boyutuna bakıldığında, MTAL ve Anadolu İ.H. lisesi öğrencilerinin Fen lisesi öğrencilerinden daha yüksek ve anlamlı ortalamalar elde ettiği görülmüştür. Eğitim sistemi alt boyutuna bakıldığında, Anadolu lisesi öğrencilerinin Fen lisesi öğrencilerinden daha yüksek ve anlamlı ortalamalar elde ettiği, MTAL öğrencilerinin, Fen lisesi ve Anadolu lisesi öğrencilerinden daha yüksek ortalamalar elde ettiği, Anadolu İ.H lisesi öğrencilerinin ise Fen lisesi, Anadolu lisesi ve MTAL öğrencilerinden daha yüksek ve anlamlı ortalamalar elde ettiği görülmüştür. Arkadaş çevre alt boyutunda ise, Fen lisesi



öğrencilerinin MTAL öğrencilerinden daha yüksek ve anlamlı ortalamalar elde ettiği

görülmüştür.

## TARTIŞMA ve SONUÇ

Araştırmada lise öğrencilerinin fiziksel aktivitelere katılımını engelleyen faktörlerin belirlenerek; yaş, cinsiyet, sınıf, lise türü, sporcu geçmişi ve spora katılım süresi değişkenleri açısından analiz edilmiştir.

Çalışmadaki kız lise öğrencilerinin, aile ve eğitim sistemi alt boyutlarında erkek lise öğrencilerinden daha yüksek ve anlamlı ortalamalar elde etmesine ilişkin bulgular literatürdeki araştırmalar ile tutarlılık göstermektedir (Alison, Dwyer ve Makin, 1999; Cengiz ve Tılmaç, 2018; Farias Junior Lopes, Mota ve Hallal, 2012; Dambros, Lopez ve Santoz, 2011; Kapıkıran, 2008; Martinez-Sanchez, Martinez-Sanchez ve Martinez-Garcia, 2024). Literatürde birçok araştırma kız lise öğrencilerinin erkek lise öğrencilerinden daha fazla fiziksel aktivite engellerine yöneldiği sonucuna ulaşmıştır. Alison, Dwyer ve Makin, (1999) kız lise öğrencilerinin erkek lise öğrencilerine göre daha yüksek düzeyde fiziksel aktivitelere katılım engelleri ile karşılaştıkları sonucunu ortaya koymuşlardır. Dambros, Lopez ve Santoz, (2011) fiziksel aktiviteye yönelik erkek lise öğrencilerinin herhangi bir engel algılamadıklarına değinirken, kız lise öğrencilerinin ise fiziksel aktivitelere katılım konusunda daha fazla engel algıladıklarını ortaya koymuşlardır. Cengiz ve Tılmaç (2018), araştırmalarında kız lise öğrencilerinin fiziksel aktivite öz yeterliliklerinin erkek lise öğrencilerine göre daha düşük olduğu bulgusuna ulaşmıştır. Martinez-Sanchez, Martinez-Sanchez ve Martinez-Garcia (2024), kız lise öğrencilerinin erkek lise öğrencilerine göre daha yüksek fiziksel aktivite engelleri algıladıklarını ve daha yüksek olumsuz zihinsel sağlık bildirdikleri bulgusuna ulaşmışlardır. Farklı kuşaklarda gerçekleştirilen araştırmaların hepsinde kız lise öğrencilerinin erkek lise öğrencilerinden fiziksel aktivite engellerini daha fazla algıladıkları sonucuna ulaşıldığı görülmüştür. Bu araştırmada da kız lise öğrencilerinin, erkek lise öğrencilerinden fiziksel aktivitelere

katılımları yönünde daha fazla engel algılamalarına yönelik bulgular elde edilmesi, yıllar içerisinde kızların fiziksel aktivitelere katılmaları yönündeki engellerin ortadan kaldırılmasına yönelik hala bir değişikliğin olmadığını ortaya çıkarttığı düşünülmektedir. Farias Junior Lopes, Mota ve Hallal (2012), ev ve aile bakımı ile ilgili görevlerin ergenlik döneminde kızlara yöneltilmeye başlandığına değinerek, bu durumun kızlarda fiziksel aktivite yönünde bir engel oluşturmaya başladığını ortaya koymuştur. Ülkemizde de lise döneminde okuyan kız öğrencilere, ev ve aile bakımı ile ilgili verilen görevlerin, onların fiziksel aktivitelere yönelmesinde engelleyici bir sınır oluşturduğu düşünülmektedir.

Kız lise öğrencilerinin erkek lise öğrencilerinden eğitim sistemine ilişkin daha yüksek ve anlamlı ortalamalar elde etmesi, kız öğrencilerin başarı kaygılarının daha fazla olmasından kaynaklanıyor olduğu düşünülmektedir. Nitekim Kapıkıran, (2008) araştırmasında kız lise öğrencilerinin daha fazla başarı kaygısı yaşadığını, bu nedenle kaygı ile başa çıkma konusunda daha erken önlem alınması gerekliliğine dikkat çekmektedir. Bu durumun başarı kaygıları ile başa çıkamayan kız lise öğrencilerinin, fiziksel aktivitelere katılmaktan erkek lise öğrencilerine göre daha geri planda kalıyor olmasından kaynaklanıyor olduğu düşünülmektedir.

Arkadaş ve çevre alt boyutunda ise erkek lise öğrencilerinin kız lise öğrencilerinden daha yüksek ve anlamlı ortalamalar elde etmesi, ergenlik dönemindeki erkeklerin boş zamanların çoğunun arkadaşlarla geçirilmesi ve fiziksel aktivite yerine tercihen telefon, video oyunları gibi teknolojiyle ilgili aktivitelere daha fazla katılmayı tercih ediyor olmalarından kaynaklanıyor olduğu düşünülmektedir. Nitekim Irmak ve Erdoğan (2016), erkek ergenlerin diğer yaşlara göre, teknolojik araçlara kolay ulaşmaları nedeniyle oyun bağımlısı olduklarına değinmektedir.

Yaş değişkeni açısından 16 yaş altı lise öğrencilerinin 17 yaş ve üstü lise öğrencilerinden okul ve tesis-kulüp alt

boyutlarından yüksek ve anlamlı ortalamalar elde ediyor olmaları, lise öğrencilerine fiziksel aktivite için ailelerin ve eğitimcilerin teşvik edici destekler sağlamıyor olmalarından kaynaklanıyor olduğu düşünülmektedir. Gordon-Larsen ve diğerleri (2004), aile ve öğretmen desteği ve teşvikinin çocuklukta fiziksel aktiviteyle güçlü ve tutarlı bir şekilde ilişkili olduğuna değinmektedir. Tesis ve kulüp alt boyutuna ilişkin ise, 16 yaş ve altı lise öğrencilerinin 17 yaş ve üstü lise öğrencilerinden daha yüksek ve anlamlı ortalamalar elde etmesi, yaşı küçük olan öğrencilerin fiziksel aktiviteye yönelmelerine ilişkin gidilebilecek tesisler ile kulüpler konusunda bilgi sahibi olmadıklarından kaynaklanıyor olduğu düşünülmektedir. Allison, Dwyer ve Makin (1999) spor tesisi ve kulüplerin iyileştirilmesi ve daha kolay ulaşılabilir olması gerektiğine dikkat çekmektedir. Ülkemizdeki çoğu lisede beden eğitimi derslerinin işleneceği bir spor tesisi bulunmamaktadır. Spor tesisi bulunan liselerin bir çoğunda ise personel eksikliği, spor malzemeleri eksikliği gibi nedenlerden dolayı eğitim süresi dışında spor tesislerinden de faydalanma imkanı tanınmamaktadır. Dolayısıyla spor tesisleri ve spor kulüplerine ulaşamayan küçük yaş gruplarının fiziksel aktivitelere katılmalarının düşük olması ve bu yönde bir engel algılamaları, aile desteğinin de olmamasından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Sporcu geçmişi değişkeni ele alındığında, 3 yıl ve üstü spor geçmişine sahip olan lise öğrencilerinin 2 yıl ve altı spor geçmişine sahip olan lise öğrencilerine göre aile, okul ve arkadaş-çevre alt boyutlarında yüksek ve anlamlı ortalamalar elde etmesi, ebeveynlerin ve okulların lise öğrencilerinin akademik başarılarına odaklanmaları yönünden öğrencilere, bir baskı olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Lindo, Swensen ve Waddell (2012), araştırmasında spor takımının başarısının, sporcuların akademik başarısını düşürdüğüne dikkat çekmiştir. Fiziksel aktivitelere yönelmenin akademik başarıyı azaltacağına ilişkin bu düşünceden dolayı lise öğrencilerinin fiziksel aktivitelere yönelmeleri yönünde bir engel algılamalarını sağlıyor olduğu düşünülmektedir.

Sınıf düzeyi değişkeni açısından ele alındığında aile alt boyutunda 9. Sınıfların 11. ve 12. Sınıflardan daha yüksek ve anlamlı ortalamalar elde etmesi, lise öğrencilerinin ebeveynleri tarafından kabul görmek istemelerinden kaynaklanıyor olduğu düşünülmektedir (Ünal, 2018). Tannehill, MacPhail, Walsh ve Woods, (2015) fiziksel aktivite sağlayıcısı konumunda olan ilk etmeni, aile olarak belirtmiştir. Martins, Marques, Sarmento ve Carreiro da Costa (2015) ise lise öğrencilerinin fiziksel aktivitelere katılımında aile teşvikinin önemli olduğuna dikkat çekmiştir. Bu nedenle ailenin, lise öğrencilerinin fiziksel aktivitelere katılmalarında önemli bir etkiye sahip olduğu düşünülmektedir. Ülkemizde kariyer odaklı yoğun eğitim süreci nedeniyle ailelerin, çocuklarının fiziksel aktivitelere katılmalarından ziyade daha çok ders çalışmalarını istemeleri, 9. Sınıf lise öğrencilerinin fiziksel aktivitelere katılmaları yönünde bir engel de oluşturduğu düşünülmektedir. Bu nedenle 9. Sınıf lise öğrencileri fiziksel aktivitelere katılmak yerine ders çalışarak, ailesi tarafından daha fazla kabul görmeye yöneliyor olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Ailelerin, çocuklarının fiziksel aktivitelere katılarak sakatlanmalarından endişe duymalarından dolayı onları fiziksel aktivitelere yönlendirmek istemiyor olduğu da düşünülmektedir. Nitekim Boufous, Finch ve Bauman (2004), ebeveynlerinin/bakıcılarının dörtte birinden fazlasının, yaralanma ve güvenlik endişeleri nedeniyle çocukları belirli bir sporu yapmaktan caydırdıklarını veya engellediklerini bildirdiğine değinmişlerdir. Bu durumda çocukluktan yeni çıkan lise öğrencilerinin ailelerinin, çocuklarının fiziksel aktivitelere katılmalarından endişe duyarak onları fiziksel aktivitelere katılmaları yönünden engelliyor olmalarından kaynaklanıyor olduğu düşünülmektedir.

Sınıf düzeyi değişkeni açısından ele alındığında okul alt boyutunda 10. Sınıfların 11. sınıflardan daha yüksek ve anlamlı ortalamalar elde etmesi, ülkemizde 10. Sınıf sonunda öğrencilerin sayısal, eşit ağırlık, sözel ve dil gibi bölümleri seçiyor olmalarından kaynaklanıyor olduğu düşünülmektedir. 10. Sınıf lise öğrencileri için

akademik başarı açısından önemli bir yıl olarak algılanmasından da kaynaklanıyor olduğu düşünülmektedir. 11. Sınıfa geçince fiziksel aktivite katılım engellerine ilişkin elde edilen ortalamaların da 10. sınıfa göre daha düşük olduğu bulgusu bu düşüncüyü desteklediği düşünülmektedir. Benzer şekilde eğitim sistemi alt boyutunda da lise öğrencilerinin 9. sınıfta fiziksel aktivitelere 11. sınıflardan daha yüksek ve anlamlı ortalamalar elde etmesi liseye yeni başlamış olmalarından, 10.sınıfların 11. sınıflardan daha yüksek ve anlamlı ortalamalar elde etmesi bölüm seçecek olmalarından 12. sınıfların 11. sınıflardan daha yüksek ve anlamlı ortalamalar elde etmesi de 12. sınıfta üniversite sınavına hazırlanıyor olmalarından kaynaklanıyor olduğu düşünülmektedir.

Sınıf düzeyi değişkenine ilişkin arkadaş-çevre alt boyutlarında 12. Sınıf lise öğrencilerinin 9 ve 10. Sınıf lise öğrencilerinden daha yüksek ve anlamlı ortalamalar elde etmesi, lisenin bitmesine yakın dönemlerde arkadaşlık ilişkilerinin daha sağlam kurulmasından ve aileden özerkleşmeye başlamalarından kaynaklanıyor olduğu düşünülmektedir. Nitekim Mullis, Graf ve Mullis (2009), ergenliğin başında olan yeni ergenlerin, daha yaşlı ergenlere göre, özyönetim yoluyla ebeveynlerine bağlı olmalarından ziyade, ebeveynlerinden ayrılmaya ilişkin hareket ettikleri sonucuna ulaşmışlardır. Bu yönüyle bakıldığında 12. Sınıf lise öğrencilerinin aileden ayrılmaya yönelik hareket ederek arkadaş- çevrelerine yönelmeye başlamalarından dolayı fiziksel aktivitelere yönelmelerini engelleyen bir sürece girmelerinden kaynaklanıyor olduğu düşünülmektedir.

Lise türü değişkeni açısından bakıldığında okul alt boyutunda fen liselerinin MTAL ve Anadolu İ.H. liselerinden daha yüksek ve anlamlı ortalamalar elde etmesi, fen liselerinin ve Anadolu liselerinin eğitim sistemlerinin MTAL ve Anadolu İ.H. liselerinden daha fazla yoğun içerikli olmasından ve akademik başarısı yüksek öğrencilerden oluşmasından dolayı okullarını, fiziksel aktiviteleri engelleyen bir faktör olarak algıladıklarından kaynaklanıyor olduğu düşünülmektedir. Nitekim Anadolu liselerinin de MTAL ve Anadolu İ.H. liselerinden daha yüksek ve

anlamlı ortalamalar elde etmesi bu bulguyu destekliyor olduğu düşünülmektedir. Bu bulgu, Yılmaz (2023)'ın lise öğrencilerinin fiziksel aktivitelere katılmasını engelleyen faktörlere yönelik yürüttüğü çalışmasında, MTAL öğrencilerin okul alt boyutunda en yüksek ortalamalara, sahip olmasına yönelik bulguları ile tutarlılık göstermemektedir.

Lise türü değişkeni açısından bakıldığında okul alt boyutunda Anadolu İ.H. lisesi öğrencilerinin MTAL öğrencilerinden daha yüksek ve anlamlı ortalamalar elde etmesi, İmam Hatip Lisesi öğrencilerinin fiziksel aktivitelere okullarında verilen eğitim içeriğinin sportif aktivitelere yönlendirmiyor olmasından kaynaklanıyor olduğu düşünülmektedir. Nitekim ülkemizdeki İmam Hatip liselerinin ders çizelgesinde 9. Sınıfların 2 saat geri kalan sınıfların ise haftada 1 saat beden eğitimi derslerinin olması bu bulguyu desteklediği düşünülmektedir. Çalışkanoğlu (2018), İmam Hatip lisesi öğrencileri ile yürüttüğü çalışmasında, İmam Hatip liselerinin fiziki alt yapısının yetersiz olduğuna ilişkin sorusunun cevabında, çalışmasına katılan öğrencilerin % 74,1'i (189) okuduğu okulun spor salonunun yetersiz olduğunu ifade etmiştir. Bu durumun İmam Hatip Lisesi öğrencilerinin fiziksel aktivitelere katılmalarının önündeki nedenin okullarındaki spor tesisi yetersizliği, beden eğitimi ders saatinin az olmasından ve eğitimcilerinin yönlendirmemesinden kaynaklanıyor olduğu düşünülmektedir.

Lise türü değişkenine ilişkin, eğitim sistemi alt boyutunda İmam Hatip lisesi öğrencilerinin diğer bütün lise türlerinden daha yüksek ve anlamlı ortalamalar elde etmesi, İmam Hatip liselerinin kendilerine hazırlanan müfredatlarında fiziksel aktivitelere yönelik içeriklerin yer almadığından kaynaklanıyor olduğu düşünülmektedir. Bu durumun diğer lise türlerindeki farklı alanlara ilişkin çok seçenekli eğitimin verilmesi ancak İmam Hatip liselerinde tek bir alana ilişkin eğitim içeriklerinin sunuluyor olmasından da kaynaklanıyor olduğu düşünülmektedir. Fen lisesinin ise eğitim sistemi alt boyutuna ilişkin diğer bütün lise türlerinden daha az ortalamalar elde etmesi fen lisesi öğrencilerinin, yoğun akademik çalışma

ortamından biraz uzaklaşmak için fiziksel aktivitelere yöneliyor olduklarını ve fen liselerindeki beden eğitimi derslerinin işlenmesi ve fen liselerinde spor tesis imkanlarının daha fazla olmasından kaynaklanıyor olduğu düşünülmektedir. Nitekim, Aydoğan ve Kurt (2023), fen lisesi öğrencilerinin benlik saygısı düzeyleri ile beden eğitimi ve spor dersine ilişkin tutumları arasında olumlu yönde bir ilişki olduğunu, bu ilişkinin nedeninin yüksek benlik saygısına sahip bireylerin daha sık beden eğitimi ve spor ortamları içerisinde bulunma motivasyonundan kaynaklandığını belirtmektedir.

Lise türü değişkenine ilişkin arkadaş çevre alt boyutunda fen lisesi öğrencilerinin MTAL öğrencilerinden daha yüksek ve anlamlı ortalamalar elde ediyor olması, fen lisesi öğrencilerinin akran zorbalığına daha fazla maruz kalmalarından kaynaklanıyor olduğu düşünülmektedir. Bu bulgu, Süzük ve Akıncı (2022)'nin, lise türleri arasında zorbalığa maruz kalma açısından en az zorbalığa maruz kalanların Fen lisesi öğrencilerinin olduğu çalışmasının bulguları ile tutarlılık göstermemektedir. Bu durumun fen lisesi öğrencilerinin akademik başarı açısından en yüksek öğrencilerin içerisinde yer alması bakımından, başarı açısından rekabetin fazla olmasından dolayı, birbirlerini fiziksel aktivitelere katmaktan ziyade akademik başarıyı arttırmaya yönelmeleri yönünde güdüyor olmalarından da kaynaklanıyor olduğu düşünülmektedir.

Araştırmanın geniş bir örneklem ile yürütülmesi ve farklı lise türlerini kapsaması araştırmanın güçlü yanını oluştururken, araştırmanın sadece İzmir ili Bornova ilçesinde okuyan lise öğrencileri açısından incelenmesi ise araştırmanın sınırlılığını oluşturmaktadır. Ayrıca lise türleri arasında seçilerek örnekleme dahil edilen okullardaki öğrenciler ile farklı ilçelerden seçilen okullarda okuyan öğrenciler arasında farklılıkların da olabileceği bir diğer sınırlılıktır.

Araştırmanın sonucunda, lise öğrencilerinin fiziksel aktivitelere katılmalarını engelleyen faktörler içerisinde sırasıyla, aile, arkadaş-çevre, tesis ve kulüp, okul, eğitim sistemi

faktörlerinden etkilendikleri görülmüştür. Yani lise öğrencilerinin fiziksel aktivitelere yönelmelerini engelleyen faktörlerde, fiziksel imkanlardan çok aile, arkadaş-çevre gibi bireylere yönelik teşviklerden daha çok etkilendikleri ortaya çıkmıştır. Bu durumu en aza indirmek için kamuoyunda özellikle ailelere yönelik, fiziksel aktivite ve sağlıklı yaşama ilişkin farkındalık yaratılması yönünde faaliyetlerin düzenlenmesi, lise öğrencilerinin fiziksel aktivitelere teşvikini sağlayabilir. Bunun yanı sıra lise öğrencilerinin okuduğu okul da ergenlik çağındaki bireylerin spora yönelmelerinde oldukça önem arz etmektedir. Ülkemizde hala spor salonu bulunmayan liseler bulunmaktadır. Liselerde, ergen bireylerin fiziksel aktiviteye katılımı yönündeki fiziksel engellerin kaldırılması için bütün lise türlerindeki okullarda spor tesislerinin kurulması, lise öğrencilerinin fiziksel aktivitelere katılma motivasyonunu arttıracakları düşünülmektedir. Bu nedenle gelecekteki çalışmalarda, İzmir ilindeki farklı ilçeler de dahil edilerek araştırma geliştirilebilir. Hatta ülkemizdeki bütün illerdeki lise öğrencilerinin de incelenmesi ile çalışma daha da fazla genişletilebilir. Ayrıca lise öğrencileri ile fiziksel aktivitelere katılmalarını engelleyen faktörler hakkında nitel araştırma yöntemiyle görüşmelerin de gerçekleştirilmesi ile bu alana katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

#### ***Yazarların Makaleye Katkı Beyanı***

Fikir/Kavram: Halil İbrahim Akyayla, Pelin Gönkek, Volkan Unutmaz; Makale Tasarımı: Halil İbrahim Akyayla, Pelin Gönkek; Danışmanlık: Pelin Gönkek, Volkan Unutmaz; Veri Toplama ve İşleme: Halil İbrahim Akyayla, Pelin Gönkek; Analiz/Yorum: Halil İbrahim Akyayla, Pelin Gönkek, Volkan Unutmaz; Literatür taraması: Halil İbrahim Akyayla, Pelin Gönkek; Makale Yazımı: Halil İbrahim Akyayla, Pelin Gönkek, Volkan Unutmaz; Eleştirel İnceleme: Halil İbrahim Akyayla, Pelin Gönkek, Volkan Unutmaz; Kaynak/Malzeme: Halil İbrahim Akyayla, Pelin Gönkek; Makale Gönderimi Sorumlu Yazar: Pelin Gönkek



### Çıkar Çatışması

Bu makalenin yayınlanmasıyla ilgili yazarlar arasında herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır.

### Finansal Destek

Bu çalışmanın yapılabilmesi için herhangi bir finansal destek alınmamıştır.

### Etik Kurul İzni ile ilgili Bilgiler

Bu çalışma Helsinki bildirgesi ile uyumludur. Çalışma için Ege Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği kurulundan 30.11.2022 tarihli ve 12/03 karar sayısı ile etik kurul izni alınmıştır.

### Hakem Değerlendirmesi

Kör hakemlik süreci sonrası yayınlanmaya uygun bulunmuş ve kabul edilmiştir.

## KAYNAKÇA

- Adak, S. ve Yüksel, M. F. (2021). Lise öğrencilerinin akademik öz yeterlik ve fiziksel aktivitelere katılımını engelleyen faktörlerin incelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 15(3), 507-519.
- Allison, K. R., Dwyer, J. J. and Makin, S. (1999). Perceived barriers to physical activity among high school students. *Preventive Medicine*, 28(6), 608-615.
- Alpar, R. (2010). *Uygulamalı İstatistik ve Geçerlik-Güvenirlilik: Spor, Sağlık ve Eğitim Bilimlerinden Örneklerle*. Detay Yayıncılık.
- Ayan, S. ve Ergin, M. (2017). Özel gereksinimli bireylerin fiziksel aktivite programlarına katılımlarını engelleyen faktörlerin incelenmesi. *Electronic Turkish Studies*, 12(25).
- Aydoğan, H. ve Kurt, H. (2023). Lise Öğrencilerinin Benlik Saygıları ile Beden Eğitimi ve Spor Dersine İlişkin Tutumları. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 18(2), 641-652.
- Bay, Ü. S. ve Yılmaz, E. (2021). Ruhsal Bozukluklarda Fiziksel Aktivite ve Egzersizin Etkileri ile İlgili Yapılmış Çalışmaların İncelenmesi. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 3(2), 437-447.
- Bayir, I. ve Eskiler, E. (2023). Dijital oyun bağımlılığında fiziksel aktivite tutum ve davranışları ile kişisel özelliklerin rolü. *Journal of ROL Sport Sciences*, 4(4), 1237-1251.
- Blair, S. N. and Morris, J. N. (2009). Healthy hearts—and the universal benefits of being physically active: physical activity and health. *Annals of Epidemiology*, 19(4), 253-256.
- Bonett, D. G. ve Wright, T. A. (2015). Cronbach's alpha reliability: Interval estimation, hypothesis testing, and sample size planning. *Journal of Organizational Behavior*, 36(1), 3-15.
- Boufous, S., Finch, C. and Bauman, A. (2004). Parental safety concerns—a barrier to sport and physical activity in children?. *Australian and New Zealand journal of public health*, 28(5), 482-486.
- Cengiz, C. and Tilmac, K. (2018). High school students' exercise-related stages of change and physical activity self-efficacy. *Eurasian Journal of Educational Research*, 18(73), 59-76.
- Cengiz, Ş. Ş. ve Delen, B. (2019). Gençlerde fiziksel aktivite düzeyi. *Uluslararası Güncel Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 5(2), 110-122.
- Cheng, M., Wang, S., Wang, Y., Zhang, R. And Qin, L. (2023). Physical activity reduces internet addiction among “post-00” college students: The mediating role of coping styles. *Frontiers in Psychology*, 13, 1052510.
- Coşkun, A. ve Karagöz, Ş. (2021). Adölesan Dönemdeki Çocuklarda Obezite Sıklığı, Fiziksel Aktivite Düzeyi ve Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışlarının İncelenmesi. *Türkiye Spor Bilimleri Dergisi*, 5(2), 63-72.
- Çalışkanoğlu, Ş. (2018). *İmam-hatip lisesi öğrencilerinin sorun ve beklentileri (Çorum örneği)*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Hitit Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Çorum.
- Çelik, T. (2020). *İnternet Bağımlılığı Sosyal Uyum İlişkisi: İlköğretim örneği*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Dambros, D. D., Lopes, L. F. D. and Santos, D. L. D. (2011). Perceived barriers and physical activity in adolescent students from a Southern Brazilian city. *Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano*, 13, 422-428.

- Dünya Sağlık Örgütü. (2022, 5 Kasım). Physical activity Erişim adresi: <https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/physical-activity>.
- Ektiricioğlu, C., Arslantaş, H. ve Yüksel, R. (2020). Ergenlerde çağın hastalığı: Teknoloji bağımlılığı. *Arşiv Kaynak Tarama Dergisi*, 29(1), 51-64.
- Emir, E., Küçük Kılıç, S., Gürbüz, B. ve Öncü, E. (2022). Türk kadınlarının serbest zaman aktivitelerine katılımı: engeller ve kolaylaştırıcılar. *Türkiye Klinikleri Journal of Sports Sciences*, 14(1), 69-78.
- Erdem, H. R., Sayan, M., Gökgöz, Z. ve Ege, M. R. (2021). Yaşlılarda fiziksel aktivite: Derleme. *Yüksek İhtisas Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 2, 16-22.
- Esatbeyoğlu, F. (2016). Yeti yitimi olan gençler için fiziksel aktivitenin önemi. *Journal of Exercise Therapy & Rehabilitation*, 3.
- Esatbeyoğlu, F. ve Karahan, B. G. (2014). Engelli bireylerin fiziksel aktiviteye katılımlarının önündeki engeller. *Spor Bilimleri Dergisi*, 25(2), 43-55.
- Eskiler, E., Küçükbiş, F., Gülle, M. and Soyer, F. (2016). The cognitive behavioral physical activity questionnaire: A study of validity and reliability Bilişsel Davranışçı Fiziksel Aktivite Ölçeği: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Journal of Human Sciences*, 13(2), 2577-2587.
- Farias Júnior, J. C. D., Lopes, A. D. S., Mota, J. and Hallal, P. C. (2012). Prática de atividade física e fatores associados em adolescentes no Nordeste do Brasil. *Revista de Saúde Pública*, 46, 505-515.
- Gonzalez, N. I. V., Kee, J. Y., Palma, M. A. and Pruitt, J. R. (2024). The relationship between monetary incentives, social status, and physical activity. *Journal of Behavioral and Experimental Economics*, 108, 102155.
- Gordon-Larsen, P., Griffiths, P., Bentley, M. E., Ward, D. S., Kelsey, K., Shields, K. and Ammerman, A. (2004). Barriers to physical activity: qualitative data on caregiver-daughter perceptions and practices. *American Journal of Preventive Medicine*, 27(3), 218-223.
- Gürsel, N., Güzel, P. ve Yıldız, K. (2019). Kadınların rekreasyonel faaliyetlere katılımında motivasyon ve engelleri ile ilgili durum tespiti; Manisa ili örneği. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 10(2), 164-174.
- Irmak, A. Y. Ve Erdoğan, S. (2016). Digital game addiction among adolescents and young adults: A current overview. *Turkish Journal of Psychiatry*, 27(2), 1-10.
- İlhan, A. (2018). *Lise öğrencilerinin sosyal destek ile fiziksel aktivite düzeylerini arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Batman Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Batman.
- Kanatsız, D. ve Gökçe, H. (2020). Ergenlerin fiziksel aktiviteye katılım durumuna göre beden memnuniyeti ve sosyal görünüş kaygı düzeylerinin incelenmesi. *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 9(3), 1863-1870.
- Kapıkıran, N. A. (2008). Başarı sorumluluğunun ve başarı kaygısının psikopatolojik belirtilerle ilişkisinin belirlenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23(23), 140-149.
- Kargün, M., Togo, O. T., Biner, M. ve Pala, A. (2016). Üniversite öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeylerinin incelenmesi. *Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 1(1), 61-72.
- Kılıç, S. K. 2020. Lise öğrencilerinde sosyal görünüş kaygısı ve fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu ilişkisi. *International Journal of Active Learning*, 5(2), 69-85.
- Leech, N., Barrett, K. and Morgan, G. A. (2013). *SPSS for Intermediate Statistics: Use and Interpretation*. Routledge.
- Lindo, J. M., Swensen, I. D. and Waddell, G. R. (2012). Are big-time sports a threat to student achievement?. *American Economic Journal: Applied Economics*, 4(4), 254-274.
- Martínez-Sánchez, S. M., Martínez-Sánchez, L. M., and Martínez-García, C. (2024). Gender differences in barriers to physical exercise among university students studying physical activity and sports sciences. *Health Education Journal*, 00178969231226383.
- Martins, J., Marques, A., Sarmento, H. And Carreiro da Costa, F. (2015). Adolescents' perspectives on the barriers and facilitators of physical activity: a systematic review of qualitative studies. *Health Education Research*, 30(5), 742-755.
- Mullis, R. L., Graf, S. C. and Mullis, A. K. (2009). Parental relationships, autonomy, and identity processes of high school students. *The Journal of Genetic Psychology*, 170(4), 326-338.
- Özbek, S. ve Yoncalık, O. (2019). Lise öğrencilerinin fiziksel aktivitelere katılımını engelleyen faktörler ölçeğinin geliştirilmesi FİZAKEFÖ. *Gençlik Araştırmaları Dergisi*, 7(19), 171-215.



- Özdoğru A. A. (2018). Çocuk ve ergenlerin okul dışı zamanlarda spor aktivitelerine katılımı. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 9(2), 86-101.
- Pehlivan, Z. (2009). Spora katılan çocuklara yönelik ailelerin beklentileri, çocuklarda gözlenen davranış değişimleri ve spora katılımın önündeki engeller. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 7(2), 69-76.
- Piggin, J. (2020). What is physical activity? A holistic definition for teachers, researchers and policy makers. *Frontiers in Sports and Active Living*, 2, 72.
- Rhodes, R. E., Janssen, I., Bredin, S. S., Warburton, D. E. and Bauman, A. (2017). Physical activity: Health impact, prevalence, correlates and interventions. *Psychology & Health*, 32(8), 942-975.
- Sarı, S. Ç., Ceylan, A. ve Yaman, Ç. (2020). Çocuk sağlığı ve fiziksel aktivite ilişkisi. *Multidisipliner Bakış*, 289.
- Satman, M. C. (2018). Fiziksel aktivite: Bilinenin çok ötesi. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 16(4), 158-178.
- Süzük, E. ve Akinci, T. (2022). Lise öğrencilerinin akran zorbalığına maruz kalma düzeylerini yordayan değişkenlerin incelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22(1), 62-79.
- Tannehill, D., MacPhail, A., Walsh, J. and Woods, C. (2015). What young people say about physical activity: the Children's Sport Participation and Physical Activity (CSPPA) study. *Sport, Education and Society*, 20(4), 442-462.
- Tavazar, H., Erkaya, E., Yavaş, Ö., Zerengök, D., Güzel, P. ve Özbey, S. (2016). Lise eğitimi alan genç erişkinlerin fiziksel aktivite ve yaşam kalitesi arasındaki farklılıklarının incelenmesi (Manisa ili örneği). *International Journal of Sport Culture and Science*, 2(Special Issue 1), 496-510.
- Topp, R. V. (1988). *The Effect of Relaxation Exercises or Physical Exercise on Test Anxiety in Undergraduate Students*. The Ohio State University.
- Ulukan, M. (2020). Ortaöğretim öğrencilerinin fiziksel aktiviteye katılım motivasyonları ve sürekli umut düzeylerinin incelenmesi. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 3(1), 202-218.
- Ünal, D. (2018). *Ergenlerde davranış problemleri ve yaşam doyumunun anne baba tutumlarına göre incelenmesi* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Yeşilfidan, D. (2016). *Obezite açısından riskli ergenlere verilen olumlu sağlık davranışları geliştirme eğitiminin sağlıklı yaşam biçimi davranışları ve fiziksel aktivite üzerine etkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Adnan Menderes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Aydın.
- Yılmaz, E. B., Bilgin, E. ve Demirhan, G., (2017). Üniversite Öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeylerinin incelenmesi. *15. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresine Sunulmuş Bildiri*.
- Yılmaz, N. (2023). *Lise öğrencilerinin fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu ile katılım engellerinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Balıkesir Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Balıkesir.