

ÜNİVERSİTEDE OKUYAN ENGELLİ ÖĞRENCİLERİN FİZİKSEL AKTİVİTE DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

Mine TOPSAÇ

Okt., Uludağ Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

Halil BİŞGİN

Yrd.Doç.Dr., Dumlupınar Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

ÖZET: Bu araştırma; 2012-2013 eğitim öğretim yılında farklı üniversitelerde okuyan engelli öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi amaçlanmıştır. 19 Üniversitede öğrenim gören toplam 318 engelli öğrenci araştırmaya katılmıştır. Fiziksel Aktivite (FA) düzeylerini belirlemek amacıyla IPAQ kısa formu uygulanmıştır. Gruplar arası karşılaştırmalarda $\alpha=0.05$ anlamlılık düzeyinde Kruskal-Wallis ve Mann-Whitney non-parametrik testleri kullanıldı. Araştırma bulgularına göre farklı üniversitelerde okuyan engelli öğrencilerin engel türüne göre fiziksel aktivite düzeylerinin frekans ve yüzde dağılımları incelendiğinde, görme engellilerde %32.6 'sı' hafif şiddetli , %39.3' ü orta şiddetli ve %28.1'i yüksek şiddetli fiziksel aktivite, işitme engellilerde %30.8 'i hafif şiddetli , %40.7 si orta şiddetli ve %28.6' sı yüksek şiddetli fiziksel aktivite, fiziksel engellilerde ise %34.1'i hafif şiddetli , %37 si orta şiddetli ve %29'u yüksek şiddetli fiziksel aktivite yaptıkları belirlenmiştir. Öğrencilerin takım sporlarını yapanlara da Met değerinin daha yüksek olduğu ve spor yapmama nedeni olarak ulaşım, boş zaman bulamayışı ve diğer etkenlerin neden olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuçlarla birlikte değerlendirildiğinde bu araştırmanın, engelli öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerinin artırılması için yönlendirme, motive etme ve diğer nedenler adı altında yer alabilecek psikolojik süreçlere dikkat çekmesi ve ileriki araştırmalara ışık tutması umulmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Engelli, fiziksel aktivite düzeyi, üniversite öğrencisi

THE INVESTIGATION OF PHYSICAL ACTIVITY LEVELS OF DISABLED UNIVERSITY STUDENTS

ABSTRACT: The aim of this study was to investigate physical activity levels of disabled students who were studying at different universities in 2012-2013 education years according to some variables. Totally 318 disabled student who were studying at 19 different universities were participated in this study. IPAQ short form used to determine (FA) physical activity levels of students. Kruskal-Wallis and Mann-Whitney non-parametric tests were used with alpha set at $\alpha=0.05$ for comparisons between the groups. According to study findings, when we examined the frequency and percentage distribution of disabled students' physical activity levels who are studying at different universities, it is determined that %32.6 of visually impaired students were attending low intensity physical activity while %39.3 of them were attending middle intensity physical activity and %28.1 of them were attending high intensity physical activity. For hearing impaired students, it is determined that %30.8 of them were attending low intensity physical activity while %40.7 of them were attending middle intensity physical activity and %28.6 of them were attending high intensity physical activity. For physically disabled students, it is determined that %34.1of them were attending low intensity physical activity while %37 of them were attending middle intensity physical activity and %29 of them were attending high intensity physical activity. It is observed that students who prefer to participate in team sports has higher Met values than other students and transportation, lack of free time and other issues are determined as reason for not to participate in exercises. Considering with these results, we hoped that this research may guide and motivate disabled students to participate in more physical activity, may take attention to psychological processes which could be defined as other reasons and may light to way for further studies.

Keywords: Disabled, Physical Activity Level, University Student.

1.Giriş

Çağımızda teknolojinin ilerlemesiyle birlikte yaşam koşulları insanları daha az hareket eder duruma getirmektedir. Bilgi teknolojilerinin de artmasıyla birlikte fizik gücünden çok beyin gücüne dayanan işlerin artması insanların hareket alanlarını

azaltmaktadır (Montoye, 2000). Oysa fiziksel aktivite sayesinde insanlar; vücudu hastalıklara karşı korunması, şişmanlığın önlenmesi, yaşlanma ve yaşlanmanın getirdiği organik gerilemenin yavaşlatılması, solunum ve dolaşım sistemlerinin korunması, sinirsel gerginliklerin azaltılması, koroner damar hastalıklarının getirdikleri ölüm olaylarını önleyici ve koruyucu etkinin artırılmasının yanında, sosyal kaynaşmanın sağlanıp yalnızlıktan kurtulmada da etkili olduğu bilinmektedir. Egzersizi günlük yaşamın vazgeçilmez bir parçası haline getirmek kişinin sahip olduğu yaşam kalitesindeki artışın sağlanması gerekir. Bu yönüyle fiziksel aktivite sadece sağlıklı bireyler için değil özellikle engelli bireyler için hayati bir öneme sahip olmaktadır (Ataman, 2009). Fiziksel aktivite engelli bireyi hayatı boyunca mücadele ettiği sorunlarla ve stresle başa çıkmada yardımcı olacaktır. Çocukluk çağından itibaren düzenli aktivite alışkanlığı kazanmış engelli bireyler yetişkin bireyler oldukları zaman, düzenli fiziksel aktivite yapma alışkanlıklarını kazanmış, her yönden sağlıklı bireyler olmalarına da zemin hazırlanmış olacaktır (Olsen, 2005).

Günümüzde bireylerin fiziksel aktivite seviyesini ölçmek halk sağlığı açısından gittikçe daha fazla önem taşımaktadır. Bu nedenle, fiziksel aktivite düzeyinin doğru ve güvenilir yöntemlerle ölçülmesi önem kazanmış ve ölçüm için doğrudan ve dolaylı yöntemler geliştirilmiştir (Karadağ, 2008). Bu çalışmada Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi kısa formu (IPAQ) kullanılarak üniversitelerdeki engelli öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerinin cinsiyet, yaş gibi demografik özelliklerinin yanı sıra engel türü, spor aktivitesine katılma durumları, spor aktivitesine katıldığı spor branşına göre, spor aktivitesine katılmama nedenine göre, spor alanı fiziki koşullarının uygunluğuna göre ve sigara alkol kullanımlarına göre incelenmesi amaçlanmıştır.

2.Yöntem

Araştırmada Tarama modeli kullanılmıştır. Tarama modeli geniş grupları kapsayan, evrenden seçilmiş bir örneklem grup üzerinde yapılan (Petrella vd., 2007), mevcut olan durumu (olay, kişi, nesne) kendi şartları içinde olduğu gibi tanımlanmayı amaçlayan araştırma modelidir (Şanlı, 2008).

Araştırmaya katılan öğrencilerin kişisel bilgileri ile sosyo-ekonomik düzeylerini belirlemek amacıyla araştırmacı tarafından geliştirilen ve uzman görüşü alınarak düzenlenmiş anket formu uygulanmıştır. Araştırmaya katılan öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerini belirlemek amacı ile de araştırmamızda IPAQ – kısa formunu uygulanmıştır. Anket 4 ayrı bölüm ve toplam 7 sorudan oluşmaktadır. 1998-1999, 6 kıtada bulunan toplam 12 ülke ve 14 araştırma merkezinde IPAQ test – yeniden test yöntemiyle güvenilirlik ve geçerlilik çalışmaları yapılmıştır. Bu çalışmalar neticesinde IPAQ fiziksel aktiviteyi belirlemek için güvenilir ve geçerli bir yöntem olduğu açıklanmıştır (Ataman, 2009).

Araştırmamızda Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi (Kısa Formu) (FA) ile ilgili sorular içermektedir. Ankette son haftada kaç gün ve her bir gün için ne kadar süre ile a) Ağır fiziksel aktiviteler (AFA), b) Orta yoğunlukta fiziksel aktiviteler (OFA), c) Yürüyüş yapıldığını belirlenmektedir. Son soruda ise günlük olarak hareket etmeden (oturarak, yatarak) harcanan zaman belirlenmektedir. Fiziksel aktivite düzeyini belirlemek için MET yöntemi uygulanmıştır. 1 MET=3,5 ml/kg/dk. İstirahat halinde iken her kişi bir kg başına bir dakikada 3,5 ml oksijen tüketmektedir. IPAQ'ta, AFA = 8,0 MET, OFA = 4,0 MET, Y(Yürüyerek geçirdiği süre)=3,3 MET olarak harcılandığını kabul edilmektedir. Her bir kişinin haftada kaç gün ve ne kadar süre ile AFA, OFA ve Y yaptığını tespit ederek bu üç farklı fiziksel aktiviteden harcanan toplam MET miktarı hesaplanmaktadır.

Verilerin normal dağılım uygunluğu Shapiro-Wilk testiyle incelendi normal dağılım göstermemesi nedeni ile parametrik olmayan istatistiksel testlerle analiz yapıldı. Gruplar arası karşılaştırmalarda Kruskal-Wallis ve Mann-Whitney testi kullanıldı. Nanparametrik istatistiksel testler kullanılması nedeni ile Betimleyici değerler medyan (minimum-maksimum) olarak verildi. Anlamlılık düzeyi olarak alfa = 0.05 ve 0.01 alındı.

3.Bulgular

Tablo 1. Üniversitelerde Okuyan Engelli Öğrencilerin Cinsiyete Ve Üniversitelere Göre Frekans Ve Yüzde Dağılımları

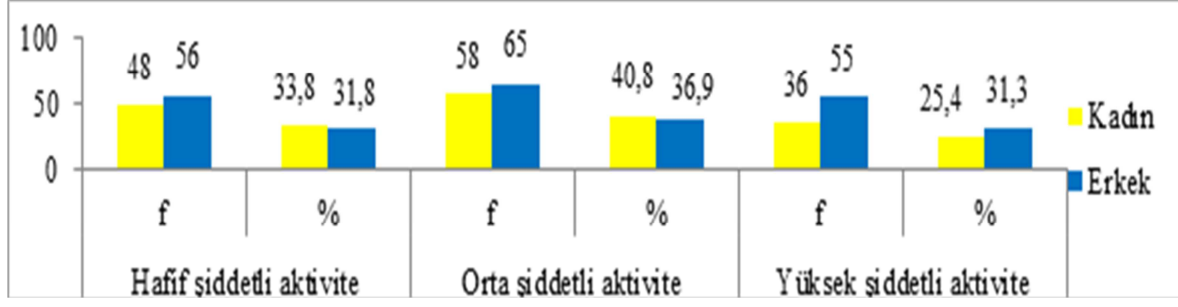
Cinsiyet	f	%		f	%
Kadın	142	43.1	Erkek	176	55.3
Üniversiteler					
Uludağ Üniversitesi	104	32.7	Koç Üniversitesi	1	.3
Dumlupınar Üniversitesi	13	4.1	Mimar Sinan Üniversitesi	1	.3
Marmara Üniversitesi	4	1.3	19 Mayıs Üniversitesi	21	6.6
Mustafa Kemal Üniversitesi	9	2.8	İstanbul Kültür Üniversitesi	2	.6
Çukurova Üniversitesi	11	3.5	İstanbul Üniversitesi	2	.6
Sakarya Üniversitesi	7	2.2	Anadolu Üniversitesi	11	3.5
Fırat Üniversitesi	8	2.5	Mersin Üniversitesi	59	18.6
Osmangazi Üniversitesi	8	2.5	Gazi Üniversitesi	35	11
Ankara Üniversitesi	8	2.5	Akdeniz Üniversitesi	10	3.1
Hacettepe Üniversitesi	4	1.3			

Tablo 1 incelendiğinde araştırmaya katılan üniversitede eğitim gören engelli öğrencilerinin büyük çoğunluğu en yüksek değerle %32,7'sinin Uludağ Üniversitesinde eğitim gördüğü belirtilmiştir.

Tablo 2. Üniversitelerde okuyan engelli öğrencilerin ağırlık, boy, yaş, engel türü, aylık gelir düzeyi ve okudukları sınıflara göre frekans ve % dağılımları.

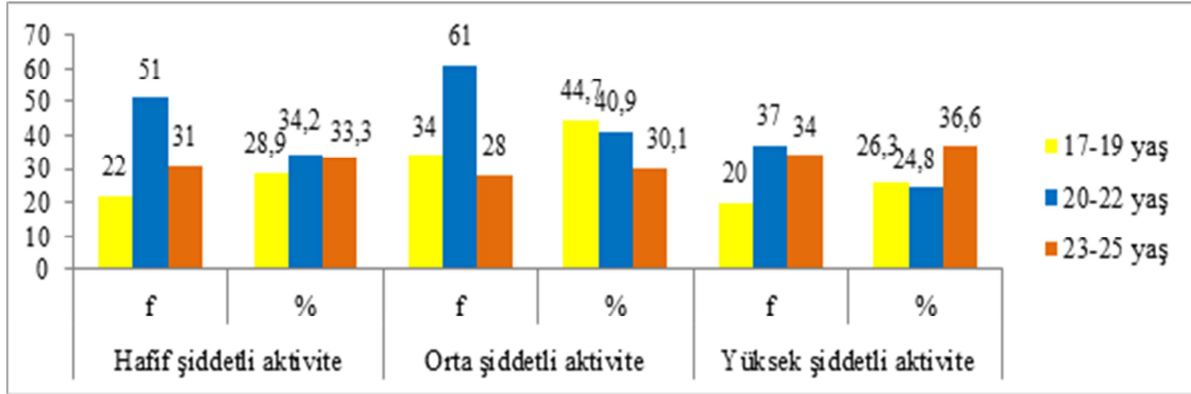
Değişkenler		Dağılımları		Değişkenler		Dağılımları	
		f	%			f	%
Yaş (yıl)	17-19 yaş	76	24	Aylık gelir düzeyi (tl)	Hiç geliri yok	102	32
	20-22 yaş	148	47		0-300 tl	75	24
	23-25 yaş	94	29		300-600 tl	64	20
Engel Türü	Görme Engelli	89	28	Okudukları Sınıf	600-900 tl	38	12
	İşitme Engelli	91	29		1. Sınıf	88	27.7
	Fiziksel Engelli	137	43		3. Sınıf	56	17.6
				4. Sınıf	50	15.7	

Araştırmaya katılan ve üniversitede eğitim gören engelli öğrencilerin yaşları %24'ü 17-19 yaş Aralığında, %47'si 20-22 yaş aralığında ve %29'u 23-25 yaş aralığında oldukları izlenmektedir.



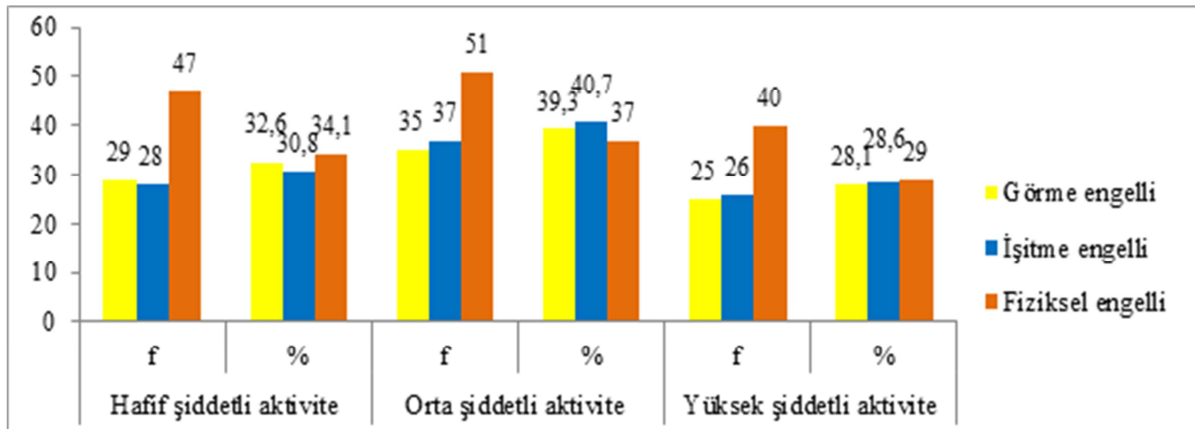
Grafik 1. Araştırmaya Katılan Engelli Öğrencilerin Cinsiyete Göre Fiziksel Aktivite Düzeylerinin Frekans ve Yüzde Dağılımları

Araştırmaya katılan engelli öğrencilerin cinsiyete göre fiziksel aktivite düzeylerinin frekans ve yüzde dağılımları incelendiğinde engelli kadın öğrencilerin % 31,3 'ü yüksek şiddetli fiziksel aktivite yaptıkları belirlenmiştir.



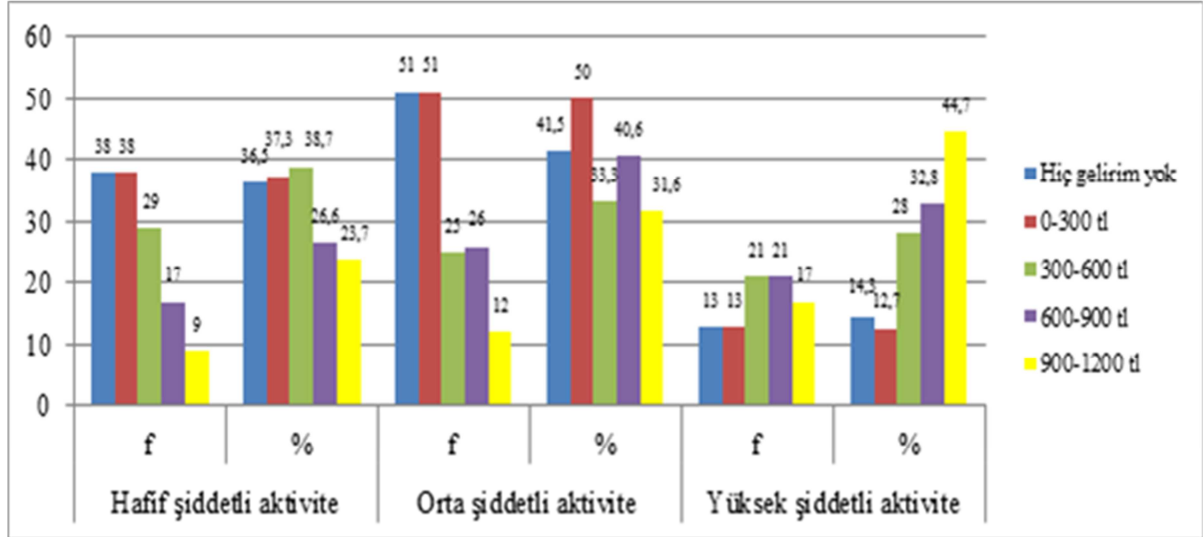
Grafik 2. Araştırmaya Katılan Engelli Öğrencilerin Yaşa Göre Fiziksel Aktivite Düzeylerinin Frekans ve Yüzde Dağılımları

Araştırmaya katılan engelli öğrencilerin yaşa göre fiziksel aktivite düzeylerinin frekans ve yüzde dağılımları incelendiğinde, 17-19 yaş grubundaki engelli öğrencilerin %31,3'ü yüksek şiddetli fiziksel aktivite yaparken, 20-22 yaş grubunda %24,8'i de yüksek şiddetli fiziksel aktivite ve 23-25 yaş grubunda ise %36,6'sı yüksek şiddetli fiziksel aktivite yaptıkları tespit edilmiştir.



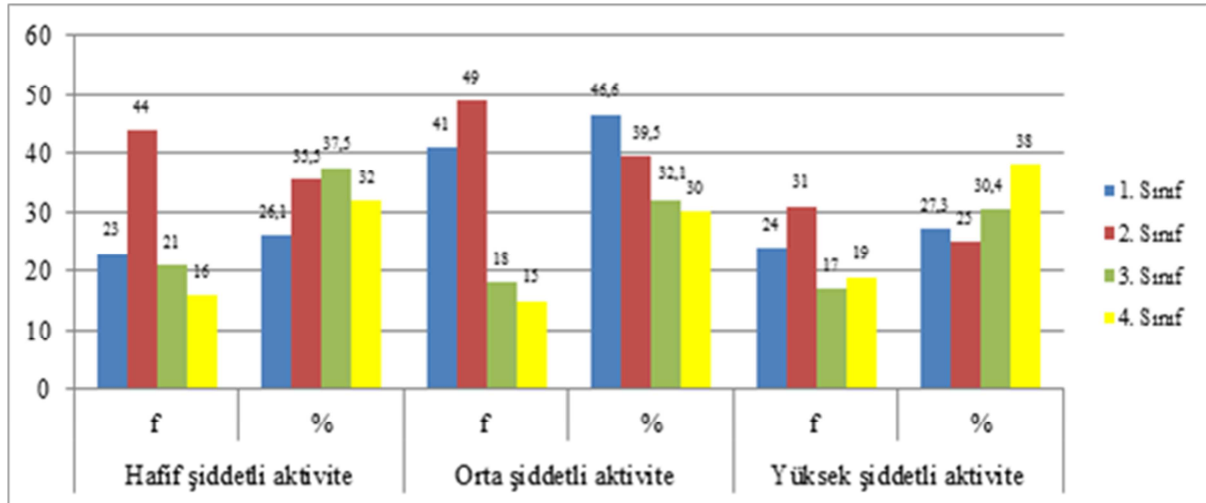
Grafik 3. Araştırmaya Katılan Engelli Öğrencilerin Engel Türüne Göre Fiziksel Aktivite Düzeylerinin Frekans ve Yüzde Dağılımları

Araştırmaya katılan engelli öğrencilerin engel türüne göre fiziksel aktivite düzeylerinin frekans ve yüzde dağılımları incelendiğinde, görme engellilerde %28.1'i yüksek şiddetli fiziksel aktivite, işitme engellilerde %28.6' sını yüksek şiddetli fiziksel aktivite, fiziksel engellilerde ise %29'u yüksek şiddetli fiziksel aktivite yaptıkları belirlenmiştir.



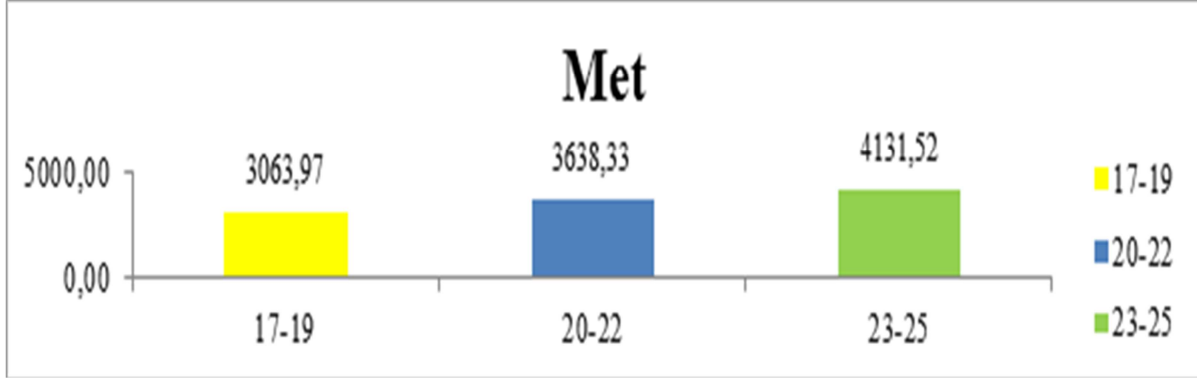
Grafik 4. Araştırmaya Katılan Engelli Öğrencilerin Aylık Gelire Göre Fiziksel Aktivite Düzeylerinin Frekans ve Yüzde Dağılımları

Araştırmaya katılan engelli öğrencilerin aylık gelire göre fiziksel aktivite düzeylerinin frekans ve yüzde dağılımları incelendiğinde, hiç gelirim yok diyenlerin %14.3'ü yüksek şiddetli aktivite yaptıkları görülmüştür.



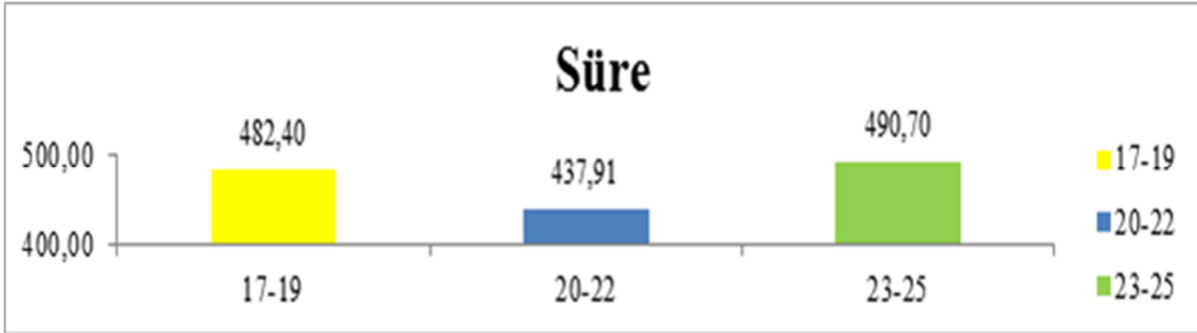
Grafik 5. Araştırmaya Katılan Engelli Öğrencilerin Sınıflara Göre Fiziksel Aktivite Düzeylerinin Frekans ve Yüzde Dağılımları

Araştırmaya katılan engelli öğrencilerin sınıflara göre fiziksel aktivite düzeylerinin frekans ve yüzde dağılımları incelendiğinde, 1. sınıf öğrencilerin % 25'i yüksek şiddetli aktivite yaptıkları, 3. sınıf öğrencilerin % 30.4'ü yüksek şiddetli aktivite yaptıkları, 4. sınıf öğrencilerinin % 38'i yüksek şiddetli aktivite yaptıkları tespit edilmiştir.



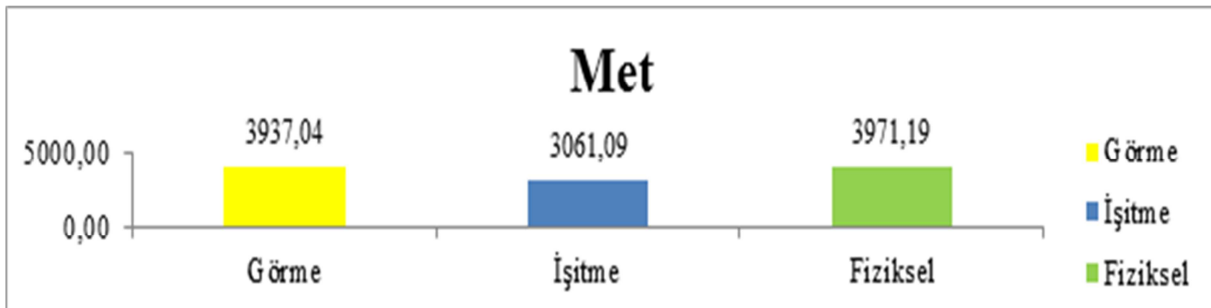
Grafik 6. Yaşa Göre Öğrencilerin Met Puanları

Engelli öğrencilerin yaşa bağlı olarak MET ve oturma süresi testi puanları arasında önemli bir fark olup olmadığını araştırmak için $\alpha=0.05$ önemlilik düzeyinde Kruskal-Wallis Testi uygulandı. Test sonuçları yaşlara göre MET testi puanlarının önemli ölçüde anlamlı olduğunu gösterdi ($p=0,040$; $p<0,05$). Daha sonra yapılan ikili karşılaştırma test sonuçlarına göre 23-25 yaş engelli öğrencilerde MET puanı (4131.52 ± 5542.42) anlamlı bir şekilde 20-22 yaş grubundan (3638.33 ± 5309.38) daha fazla olduğu görüldü.



Grafik 7. Yaşa Göre Öğrencilerin Oturma Süresi Puanları

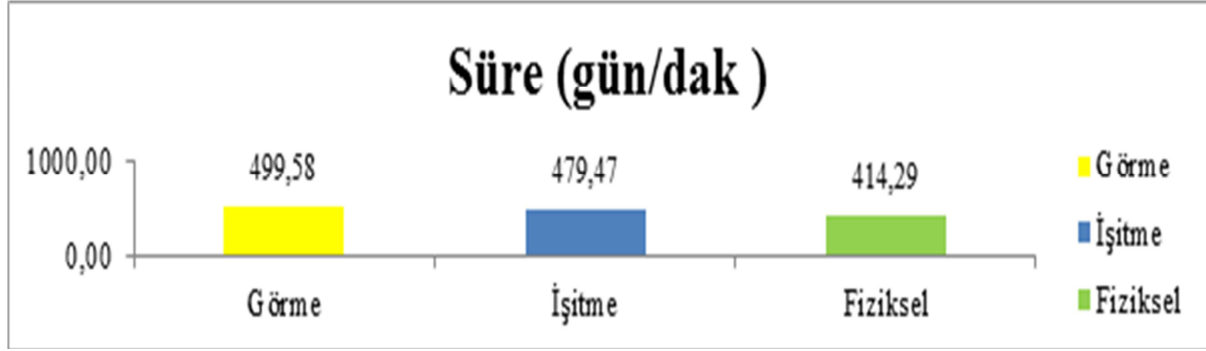
Kruskal-Wallis Testi sonuçlarına göre yaş ve oturma süresi arasındaki test puan farkı anlamlı bulunmadı ($p=0,285$; $p>0,05$). İstatistiki yönden yaşa göre oturma test puan farkı anlamlı olmasa bile 23-25 yaş oturma test puanı (490.70 ± 214.62) ve 17-19 yaş oturma test puanı (482.40 ± 338.73), 20-22 yaş oturma test puanından (437.91 ± 266.15) daha fazla olduğu görüldü.



Grafik 8. Engel Türüne Göre Öğrencilerin Met Puanları

Engelli öğrencilerin engel türüne bağlı olarak MET ve oturma süresi testi puanları arasında önemli bir fark olup olmadığını araştırmak için $\alpha=0.05$ önemlilik düzeyinde Kruskal-Wallis Testi uygulandı. Test sonuçları engel türüne göre MET testi puanlarının önemli ölçüde anlamlı olmadığını gösterdi ($p=0,651$; $p>0,05$). İstatistiki yönden MET testi puan farkı anlamlı olmasa

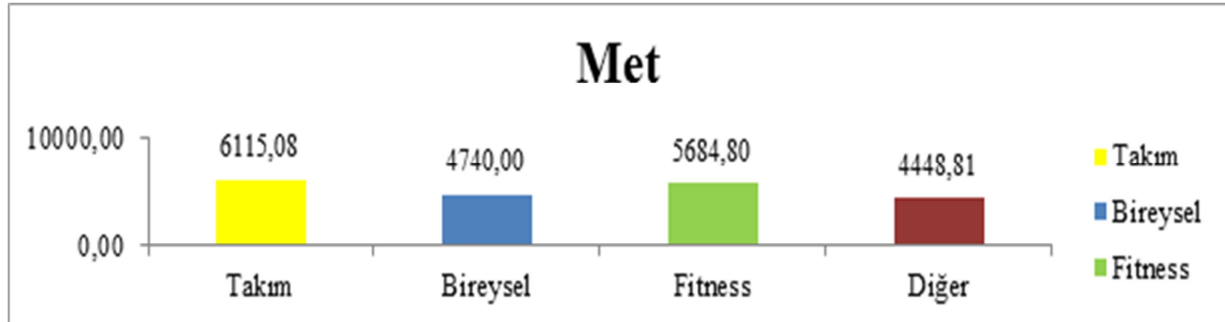
bile fiziksel engelli (3971.19 ± 4775.28) ve görme engelli (3937.04 ± 6523.83) MET test puanı işitme engelli öğrenci MET testi puanından (3061.09 ± 2985.68) daha fazla olduğu görüldü.



Grafik 9. Engel Türüne Göre Öğrencilerin Oturma Süresi Puanları

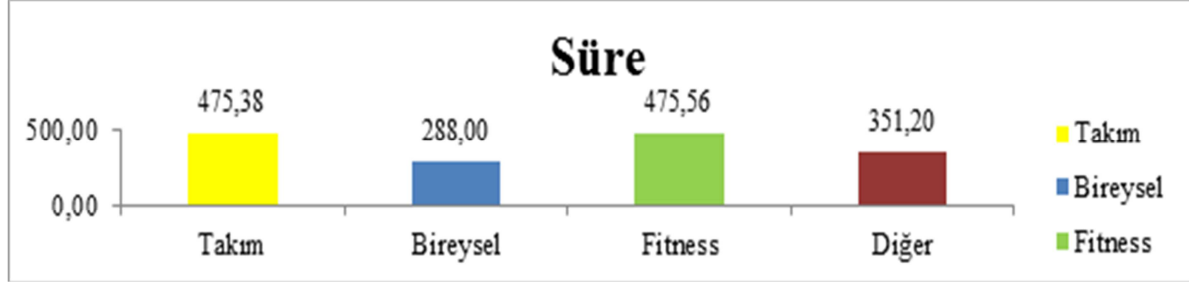
Kruskal-Wallis testi sonuçlarına göre engel türü ile oturma süresi testi arasındaki puan farkı anlamlı bulundu ($p=0,024$; $p<0,05$). Daha sonra yapılan ikili karşılaştırma test sonuçlarına göre görme engelli oturma süresi testi puanı anlamlı bir şekilde (499.58 ± 225.31 dk.) fiziksel engelli oturma süresi testi puanından (414.29 ± 301.9 dk.) daha fazla bulundu. Yine işitme engelli oturma süresi testi puanı anlamlı bir şekilde (479.47 ± 259.62 dk.) fiziksel engelli oturma süresi testi puanından (414.29 ± 301.9 dk.) daha fazla bulundu.

Engelli öğrencilerin spor aktivitesine katılma durumlarına bağlı olarak MET ve oturma süresi testi puanları arasında önemli bir fark olup olmadığını araştırmak için $\alpha=0,01$, önemlilik düzeyinde Mann-Witney testi uygulandı. Test sonuçları spor aktivitesine katılma durumlarına göre engelli öğrencilerin MET testi puanlarının önemli ölçüde anlamlı olduğu bulundu ($p=0,000$; $p<0,01$). Daha sonra yapılan ikili karşılaştırma test sonuçlarına göre görme engelli oturma süresi testi puanı anlamlı bir şekilde (499.58 ± 225.31 dk.) fiziksel engelli oturma süresi testi puanından (414.29 ± 301.9 dk.) daha fazla bulundu. Yine işitme engelli oturma süresi testi puanı anlamlı bir şekilde (479.47 ± 259.62 dk.) fiziksel engelli oturma süresi testi puanından (414.29 ± 301.9 dk.) daha fazla bulundu.



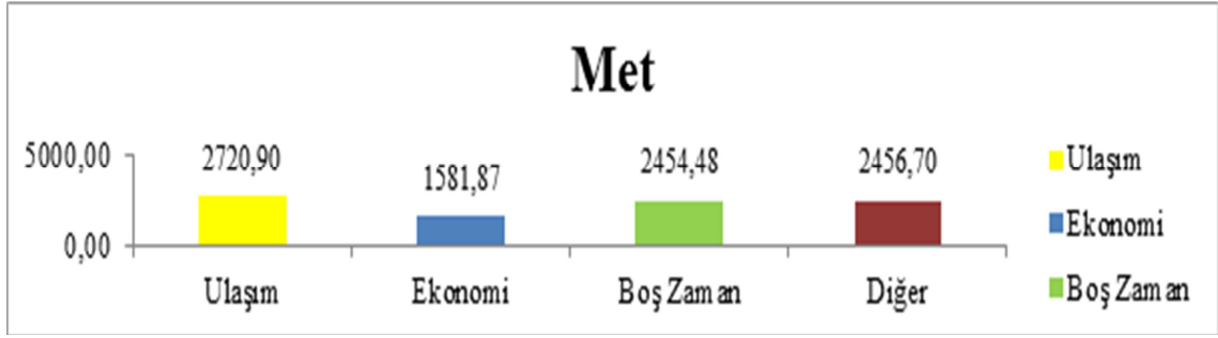
Grafik 10. Spor Aktivitesine Katıldığı Spor Branşına Göre Öğrencilerin Met Puanları

Engelli öğrencilerin spor aktivitesine katıldığı spor branşına bağlı olarak MET ve oturma süresi testi puanları arasında önemli bir fark olup olmadığını araştırmak için $\alpha=0,05$ önemlilik düzeyinde Kruskal-Wallis Testi uygulandı. Test sonuçları spor aktivitesine katıldığı spor branşı MET testi puanlarının önemli ölçüde anlamlı olduğunu gösterdi ($p=0,043$; $p<0,05$). Daha sonra yapılan ikili karşılaştırma test sonuçlarına göre takım sporları MET testi puanı anlamlı bir şekilde (6115.08 ± 4669.79 dk.) bireysel sporlar MET testi puanından (4740 ± 5442.03 dk.) daha fazla bulundu. Yine takım sporları MET testi puanı anlamlı bir şekilde (6115.08 ± 4669.79 dk.) fitness testi puanından (5684.80 ± 8077.83 dk.) daha fazla bulundu.



Grafik 11. Spor Aktivitesine Katıldığı Spor Branşına Göre Öğrencilerin Oturma Süresi Puanları

Kruskal-Wallis testi sonuçlarına göre spor aktivitesine katıldığı spor branşı ile oturma süresi testi arasındaki puan farkı anlamlı bulunmadı ($p=0,138$; $p>0,05$). İstatistiki yönden spor aktivitesine katıldığı spor branşına göre oturma test puan farkı anlamlı olmasa bile takım sporu oturma test puanı (475.38 ± 223.77 dk.) ve fitness oturma test puanı (475.56 ± 189.41 dk.), bireysel sporlar oturma test puanından (5442.03 ± 135.05 dk.) daha fazla olduğu görüldü.



Grafik 12. Spor Aktivitesine Katılmama Nedenine Göre Öğrencilerin Met Puanları

Engelli öğrencilerin spor aktivitesine katılmama nedenine bağlı olarak MET ve oturma süresi testi puanları arasında önemli bir fark olup olmadığını araştırmak için $\alpha=0.05$ önemlilik düzeyinde Kruskal-Wallis Testi uygulandı. Test sonuçları katılmama nedeni MET testi puanlarının önemli ölçüde anlamlı olduğunu gösterdi ($p=0,013$; $p<0,05$). Daha sonra yapılan ikili karşılaştırma test sonuçlarına göre ulaşım güçlüğü MET testi puanı anlamlı bir şekilde (2720.90 ± 638.29) boş zaman olmayışı MET test puanından (2454.48 ± 1999.53) daha fazla bulundu. Yine ulaşım güçlüğü MET testi puanı anlamlı bir şekilde (2720.90 ± 638.29) diğer etkenler MET testi puanından (2456.70 ± 2478.29) daha fazla bulundu.



Grafik 13. Spor Aktivitesine Katılmama Nedenine Göre Öğrencilerin Oturma Süresi Puanları

Kruskal-Wallis testi sonuçlarına göre spor aktivitesine katılmama nedeni ile oturma süresi testi arasındaki puan farkı anlamlı bulundu ($p=0,032$; $p<0,05$). Daha sonra yapılan ikili karşılaştırma test sonuçlarına göre ulaşım güçlüğü oturma süresi testi puanı anlamlı bir şekilde (600 ± 373.49) diğer etkenler oturma süresi testi puanından (513.33 ± 417.97) daha fazla bulundu. Yine boş

zaman olmayışı oturma süresi testi puanı anlamlı bir şekilde (500 ± 275.78) diğer etkenler oturma süresi testi puanından (513.33 ± 417.97).

Engelli öğrencilerin spor alanı fiziki koşullarının uygunluğuna bağlı olarak MET ve oturma süresi testi puanları arasında önemli bir fark olup olmadığını araştırmak için $\alpha=0.05$, önemlilik düzeyinde Mann-Witney testi uygulandı. Test sonuçları spor alanı fiziki koşullarının uygunluğuna göre engelli öğrencilerin MET testi puanlarının önemli ölçüde anlamlı olmadığını buldu ($p=0,844$; $p>0.05$). İstatistiki yönden spor alanı fiziki koşullarının uygunluğuna göre MET test puan farkı anlamlı olmasa bile hayır cevabı veren engelli öğrencilerin MET test puanı (3397.19 ± 551.65) evet cevabı veren engelli öğrencilerin test puanından (3702.18 ± 4942.19) daha fazla olduğu görüldü.

4.Tartışma ve Sonuç

Araştırmaya katılan engelli öğrencilerin test sonuçlarına göre; Cinsiyete göre engelli kadın öğrencilerin %33.8 i hafif şiddette, %40.8' i, orta şiddette ve %25.4 'ü ise yüksek şiddette aktivite yapmış olduğunu gösterdi. Erkeklerin fiziksel aktivite düzeylerinde ise %31.8 hafif şiddette aktivite düzeyi ile benzer iken, %36.9'u orta şiddette, %31.3 'ü yüksek şiddet aktivite düzeyi ile daha fazla fiziksel aktivite yapmış olduğunu gösterdi. Savcı ve arkadaşları (2006) üniversite öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeyleri ile ilgili yaptıkları çalışmalarında erkek öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerinin kadın öğrencilerden daha yüksek olduğunu saptamıştır. Ayrıca Fişne (2009) yılında üniversite öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeyleri ile ilgili yaptığı çalışmada erkek öğrencilerin kadın öğrencilere göre daha fazla aktivite yaptığını tespit etmiştir.

Araştırmaya katılan engelli öğrencilerin test sonuçlarına göre; 17-19 yaş grubundaki engelli öğrencilerin hafif düzeyde fiziksel aktivite yapma oranları %44.7 ile yüksek olurken, 20-22 yaş grubunda ise %40.9'u orta şiddette fiziksel aktivite düşük oranında olduğu, 23-25 yaş grubunda ise fiziksel aktivite düzeyinin %36.6 ile yüksek şiddette aktivite olduğunu gösterdi. Avrupa Birliği Araştırma Grubu, UFAA'yı 16 üye ülkede, her ülkeden dört farklı yaş grubunda yaklaşık bin kişide uygulamışlardır. Bütün yaş gruplarındaki olguların %57'sinin şiddetli fiziksel aktivite, %41'inin orta düzeyde şiddetli fiziksel aktivite, %18'inin yürüme aktivitesi yapmadığı belirlenmiştir. Çalışmamızın sonuçları göz önüne alındığında, şiddetli ve orta düzeyde şiddetli fiziksel aktivitelerin öğrenciler tarafından çok az yapılmakta olduğu dikkat çekmektedir (Deniz, 2001).

Araştırmaya katılan engelli öğrencilerin test sonuçlarına göre; Engel türüne göre ise görme engellilerde, işitme engellilerde ve fiziksel engellilerde yüksek şiddette ve orta şiddet fiziksel aktivite oranları benzerlik taşırken, fiziksel engelli öğrencilerin diğer engel guruplarına oranla daha fazla fiziksel aktivite yaptıklarını söyleyebiliriz. Bunun nedeni olarak görme engelli ve işitme engelli öğrencilerin spora yönlendirilmeleri konusunda sıkıntı çektikleri ve başka insanlara bağımlı olmaları nedeni ile daha az fiziksel aktivite yaptıklarını söyleyebiliriz.

Araştırmaya katılan engelli öğrencilerin test sonuçlarına göre; Görme engellilerin ve işitme engellilerin fiziksel engelliler göre daha fazla oturma süresine sahip olmaları bu araştırmanın dikkate alınması gereken bir diğer bulgusu niteliğindedir. Bu anlamda engel türü ile oturma nedeni arasındaki ilişkinin söz konusu engelli öğrencilerin oturma süresi nedeniyle yaşam kalitesini bozabilecek ve ileride ortaya çıkabilecek hastalıklara maruz kalmamalarına neden olabileceği düşünülebilir.

Araştırmaya katılan engelli öğrencilerin test sonuçlarına göre; Aylık gelirleri ile fiziksel aktivite düzeyleri incelendiğinde Öğrencilerin aylık gelir düzeyleri arttıkça fiziksel aktiviteye katılma düzeylerinin şiddeti de buna paralel olarak artış gösterdiğini söyleyebiliriz. Kara (2006) Sporun yaygınlaştırılmasında sosyo-ekonomik faktörlerin araştırılmasını amaçlamıştır. Anket sonuçlarından katılımcıların ekonomik durumlarının daha iyi olması halinde ilgilendikleri spor branşlarında değişiklikler olduğu bulunmuştur.

Araştırmaya katılan engelli öğrencilerin test sonuçlarına göre; Okudukları sınıflara göre fiziksel aktivite düzeyleri incelendiğinde 2 ve 3 sınıfların hafif şiddetli aktivite yaptıkları 1 sınıfların orta şiddetli fiziksel aktivite yaparken 4 sınıfların ise yüksek şiddetli

aktivite yaptıkları bulunmuştur. Buna göre üniversitelerde okuyan öğrencilerin 2 ve 3 sınıflardaki derslerinin yoğunluğundan fiziksel aktiviteye zaman ayıramadıklarını söyleyebiliriz. Pfeiffer ve arkadaşları spora katılan kızların gelecekte etkin fiziksel aktivite ve hafifletilmiş fiziksel aktivite ile meşgul olma ihtimalini incelemişler ve sekizinci, dokuzuncu ve on ikinci sınıflarda spora katılan genç kızların on ikinci sınıfta daha fazla aktif olduklarını tespit etmişler (Özçelik, 1982).

Engelli öğrencilerin cinsiyetlerine göre MET ve oturma süresi testinden aldıkları puanların anlamlı olmadığını gösterdi. Fakat erkek öğrencilerin kadın öğrencilere oranla biraz daha fazla fiziksel aktivite yaptıkları belirlenmiştir. Bu da bize kadın öğrencilerin fiziksel aktivitelere fazla ilgi göstermediklerini söyleyebiliriz. Fogelman vd., (2004) fiziksel aktivitenin yoğunluğu ve tipinin sosyo-ekonomik ve sağlık faktörleriyle ilişkisini incelemişler ve erkeklerin kadınlardan daha yüksek spor indeksine sahip olduklarını tespit etmişlerdir.

Yaş değişkeni incelendiğinde MET testinden aldıkları puanların anlamlı olduğunu gösterdi. Öğrencilerin yaşları büyüdükçe fiziksel aktiviteye daha fazla ilgi gösterdiklerini söyleyebiliriz. Bu da bize yaşla beraber insanların spor aktivitelere daha fazla ilgi duydukları ve yaşlanmayla beraber sağlık sorunlarının daha fazla ortaya çıkması nedeni ile spor aktivitelere ilgilerinin arttığı düşünülebilir. Oturma süresi testinden aldıkları puanların ise anlamlı olmadığını gösterdi. Benzer biçimde engel türüne göre öğrencilerin MET testinden aldıkları puanların anlamlı olmadığını gösterdi. Engel gruplarına baktığımızda görme engelli, işitme engelli ve fiziksel engelliler arasında fark çıkmamasına rağmen fiziksel engelli öğrencilerin görme ve işitme engelli öğrencilere göre daha fazla fiziksel aktivite yaptıkları tespit edilmiştir. Bunun nedeni olarak görme engelli öğrencilerin başka birilerine bağımlı olarak yaşaması nedeni ile fiziksel aktivitelere gidemedikleri ayrıca başka kişiler tarafından yönlendirilmedikleri düşünülebilir. İşitme engelli öğrenciler ise sözlü iletişim kuramadıkları ve görme engelli öğrenciler gibi yönlendirilmedikleri için fiziksel aktivite düzeyleri düşük olduğu söylenebilir. Fiziksel engelli öğrencilerin iletişim kurma ve bağımsız hareket etmeleri nedeni ile daha fazla fiziksel aktivite yaptıkları söylenebilir.

Test sonuçlarına göre araştırmaya katılan engelli öğrencilerin spor aktivitesine katıldığı spor branşına göre MET ve oturma süre testinden aldıkları puanlar arasında yapılan Kruskal-Wallis analizi test sonuçlarına göre MET testinde anlamlı bir farklılık olduğu oturma süre testinden aldıkları puanlar arasında ise anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir. MET sonuçlarının spor aktivitesi yaptığı spor branşının takım sporu olduğu belirlenmiştir. Aslan (1996) Yüzüncü Yıl Üniversitesine yeni kayıt olan öğrencilerin spor branşlarına yönelmelerinde etkili olan faktörleri incelemiş araştırmanın sonucunda öğrencilerin sırasıyla futbol, basketbol ve voleybol branşlarına ilgi gösterdiklerini tespit etmiştir. Tammelin vd., (2003a,b) gençlerin spora katılımı ile yetişkinlikte fiziksel aktivite arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmasında erkeklerde toplu oyunlar, yoğun dayanıklılık sporları, atletizm ve dövüş sporlarına ilgi gösterdikleri kadınlarda ise koşu, oryantiring, atletizm, bisiklet, cimmastik ve ata binme gibi spor aktivitelere ilgi duyduklarını belirlemiştir. Engelli bireylerin yaşam kalitesini geliştirmede, sosyal paylaşımını ilerletmede, toplum tarafından kabul görmesini sağlamada ve bireylerle iletişim kurma yolu olarak takım sporunu daha fazla oranda seçmiş olmaları düşünülmektedir. Bu nedenle engelli öğrencilerin fiziksel aktiviteyi yaşamın vazgeçilmez bir parçası olarak görmek istedikleri içinde oturma süresi testi sonuçları anlamlı bulunmadığı bu veriyi destekler nitelikte olduğu düşünülmektedir.

Test sonuçlarına göre araştırmaya katılan engelli öğrencilerin spor aktivitesine katılmama nedenine göre MET ve oturma süresi testinden aldıkları puanlar arasında yapılan Mann-Whitney analizi test sonuçlarına göre anlamlı olduğunu gösterdi. Araştırmaya katılan engelli öğrencilerin MET ve oturma süresi değişkenlerinde fiziksel aktivite yapmama nedeni olarak ileri sürdükleri ulaşım güçlüğü ve boş zaman bulamama durumunun anlamlı olmasının yanı sıra diğer etkenler olarak belirttikleri isteksizlik ve yönlendirilmeme hususlarının da dikkate alınması önemli görülmektedir. Hamlin, Ross (2005) Yeni Zelandalı gençler için fiziksel aktiviteye katılım trendleri incelenmiş, Motorlu araçların çoğalmasıyla kalabalık yolların ve trafiğin arttığını, çocuklar için güvenli alanların azaldığını ve bunun çocukların fiziksel aktiviteye katılımları için bir engel teşkil ettiğini belirtmiştir.

Test sonuçlarına göre araştırmaya katılan engelli öğrencilerin spor alanı fiziki koşullarının uygunluğuna göre MET ve oturma süresi testinden aldıkları puanlar arasında yapılan Mann-Whitney analizi test sonuçlarına göre anlamlı olmadığı tespit edilmiştir.

Engelli öğrencilerin fiziksel aktivite yetersizliğinin önemli düzeyde olduğunu ancak engelli öğrencilerin üniversitelerde var olan tesisleri kullanmaları yönüyle kendileri için uygun ve ulaşılabilir olarak algıladıkları sorusu önem kazanmaktadır. Üniversitelerin Destek Engelliler Birimleri engelli öğrencileri kampüste yer alan spor alanlarına yönlendirmeleri ve bu salonlarda fiziksel aktivite yapmaları konusunda bir çalışma başlatmalarını ve spor tesislerinin engelli öğrencilerin kullanımı açısından iyileştirmeler yapıldığını düşünmekteyiz.

Test sonuçlarına göre araştırmaya katılan engelli öğrencilerin sigara ve alkol kullanımlarına göre MET ve oturma süresi testinden aldıkları puanlar arasında yapılan Mann-Whitney analizi test sonuçlarına göre anlamlı olmadığı tespit edilmiştir. Sonuçlara baktığımızda engelli öğrencilerin sigara ve alkölü çok fazla kullanmadığı belirlenmiştir (Deniz, 2001). Yetişkinlerde fiziksel aktivite düzeyi ile sosyo ekonomik durum arasındaki ilişkinin araştırılması ile ilgili yaptığı yüksek lisans tezinde sigara ve alkol kullanımının fiziksel aktiviteyi etkilediğini tespit etmiş (Dutoğlu, 1967). Yapılan bu çalışmadaki sonuçlar bulgularımızla paralellik göstermemektedir.

İnsan doğuştan veya sonradan herhangi bir nedenle bedensel, zihinsel, ruhsal, duyuşsal ve sosyal yeteneklerini çeşitli derecelerde kaybetmiş olabilir. Bu durumda olan üniversite öğrencileri toplumsal yaşama uyum sağlama ve günlük gereksinimlerini karşılama güçlükleri olan bireylerdir. Korunma, bakım, rehabilitasyon, danışmanlık ve destek hizmetlerine ihtiyaç duyan gençlerinin yaşamlarının kaliteli devam ettirilmesine olanak sağlamada yöneticilere önemli görevler düşmektedir. Bu bireylerin kendi engel türüne göre fiziksel aktivitelere katılmaları yaşam kalitelerinde olumlu etkiler oluşturacaktır. Başta üniversiteler olmak üzere tüm kurumlarda, fiziki koşulların elverişli hale dönüşmesine, engelli öğrencilerin fiziksel aktiviteye yönlendirilmelerine, engel gruplarına uygun fiziksel aktivitelerin belirlenerek özel çalıştırıcılar ile eğitim ve imkânlar sağlanmasına günümüzde daha çok ihtiyaç vardır.

Kaynaklar

ASLAN, H. (1996). “Yüzüncü Yıl Üniversitesine Yeni Kayıt Olan Öğrencilerin Çeşitli Spor Dallarına Eğilimleri Ve Sosyal Yapıları Arasındaki İlişkiler”, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

ATAMAN, A. (2009). “Özel Gereksinimli Çocuklar ve Özel Eğitime Giriş Kitabı, Geliştirilmiş 7. Baskı”, Gündüz Eğitim ve Yayıncılık, Ankara, 55-59.

DENİZ, M. (2001). “Yetişkinlerde Fiziksel Aktivite Düzeyi İle Sosyoekonomik Durum Arasındaki İlişkinin Araştırılması”, Yüksek Lisans Tezi Uludağ Üniversitesi Sağlık Bilimler Enstitüsü.

DUTOĞLU, D. (1967). “Zekâ Ve Geri Zekâlık Nedir”. Ankara Ayyıldız Matbaa.

FİŞNE, M. (2009). “Fiziksel Aktivitelere Katılım Düzeyinin Üniversite Öğrencilerinin Akademik Başarıları, İletişim Becerileri ve Yaşam Tatminleri Üzerine Etkilerinin İncelenmesi”, Yüksek Lisans Tezi Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Spor Yöneticiliği Ana Bilim Dalı.

FOGELMAN, Y., BLOCH, B., KAHAN, E.. (2004). “Assessment Of Participation in Physical Activities And Relationship to Socioeconomic And Health Factors”, Patient Education And Counseling, 53, 95-99.

HAMLIN, M.J., ROSS, J.J. (2005). “Barriers to Physical Activity in Young New Zealanders”, Youth Studies Australia, 24 (1), 31-37.

KARA, D. (2006). “Sporun Topluma Yaygınlaştırılmasında Sosyo-Ekonomik Faktörlerin Araştırılması (Niğde İli Örneği)”, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Niğde Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

KARADAĞ, Ö. (2008). “Ankara’da Bulunan Yetiştirme Yurtlarında Yaşayan Adölesanlarda Sosyodemografik Özelliklerin ve Fiziksel Aktivite Düzeylerinin Ruhsal Belirtiler ve Yaşam Kalitesi Açısından Değerlendirilmesi”, Yüksek Lisans Tezi Hacettepe Üniversitesi Halk Sağlığı Programı.

MONTOYE, H. J. (2000). “Intraduction: Evaluation of Some Measurements of Physical Activity and Energy Expenditure”, Medicine Science and Sports Exercise, 439-440.

OLSEN, R. V. (2005). “Summary Guidelines For School Design To Include Children With Disabilities”, www.Edlawcenter.Org/Elcpublic/Publications /PDF/LRFP _ Disabilities.Pdf.

ÖZÇELİK, İ. (1982). “Engelli Çocuklar Sorunu”, Çağdaş Eğitim Dergisi, 9(90), 21-23.

PETRELLA, J. R., LATTANZIO, J. P., NELSON, G. M. (1997). “Effect Of Age And Activity On Knee Joint Proprioception”, American Journal of Physical Medical Rehabilitation, 76.

SAVCI, S. (2006). “Üniversite Öğrencilerinin Fiziksel Aktivite Düzeyleri”, Turk soc Cardio/ 34(3): 166-172.

TAMMELIN, T., NAYHA, S., HILLS, A.P., JARVELIN, M.R. (2003a). “Adolescent Participation In Sports And Adult Physical Activity”, American Journal Of Preventive Medicine, 24 (1), 22-28.

TAMMELIN, T., NAYHA, S., LAITENEN, J., RINTAMAKI, H., JARVELIN, M.R. (2003b). ”Physical Activity And Social Status in Adolescence As Predictors Of Physical Inactivity in Adulthood”, American Journal of Preventive Medicine, 37, 375-381.