

BEDEN EĞİTİMİ DERSLERİNDE MOTİVASYON: TUTUM VE MOTİVASYONEL STRATEJİLERİN TAHMİN EDİCİ ETKİSİ

Eren YETİM¹, Yusuf DEMİR¹, Gökçe ERTURAN İLKER¹

Pamukkale Üniversitesi, Spor Bilimleri ve Teknolojisi Yüksekokulu, Denizli.

Geliş Tarihi: 02.07.2014

Kabul Tarihi: 13.11.2014

Özet: Çalışmanın amacı lise öğrencilerinde beden eğitimi dersine ilişkin motivasyonel düzenlemelerin, motivasyonel stratejiler ve tutum düzeyi üzerinde tahmin edici bir etkisi olup olmadığını incelemektir. Toplam 335 lise öğrencisi (179 kız, 156 erkek) çalışmaya gönüllü olarak katılmıştır. Çalışmada, Öğrenmeye İlişkin Motivasyonel Stratejiler Ölçeği, Beden Eğitimi ve Spora İlişkin Tutum Ölçeği ve Beden Eğitiminde Durumsal Güdülenme Ölçeği kullanılmıştır. Sonuçlar, beden eğitimi derslerinde öğrencilerin derse içsel motive olmalarının en büyük tahmin edicisinin öz-düzenleme olduğunu; özdeşimle düzenlemenin, dışsal düzenlemenin ve motivasyonsuzluk durumunun en güçlü yordayıcısının derse ilişkin tutum olduğunu ortaya koymuştur. Bununla birlikte sonuçlar, bilişsel beceriler, beden eğitimi dersine ilişkin motivasyon tipi ve tutum arasındaki ilişkiyi ortaya koymuştur.

Anahtar Kelimeler: Beden eğitimi, motivasyon, öz-düzenleme, tutum

MOTIVATION IN PHYSICAL EDUCATION: THE PREDICTIVE EFFECT OF ATTITUDE AND MOTIVATIONAL STRATEGIES

Abstract: The aim of this study was to analyze the predictive effect of motivational regulations in physical education on motivational strategies and attitude level. Totally 335 high school students (179 girls, 156 boys) attended voluntarily to the study. Motivated Strategies for Learning Questionnaire, Attitudes toward Physical Education and Sport, and Situational Motivation Scale were used. The results showed that self-regulation was the strongest predictor of intrinsic motivation for physical education and attitudes toward physical education was the strongest predictor for identified regulation, extrinsic motivation and amotivation. Besides, results confirmed the relationship between cognitive strategies, motivational regulation for physical education, and attitudes.

Key Words: Physical education, Motivation, self-regulation, attitude.

GİRİŞ

Öğrenmenin istendik bir süreç olması, motivasyonun öğrenme sürecindeki önemini artırmaktadır (1). Bilişsel, duyuşsal ya da psikomotor açıdan, öğrenci ancak kendi isteğiyle bir hedef doğrultusunda harekete geçerse, o eyleme aktif katılım sağlar ve öğrenme gerçekleşmiş olur (2). Çağdaş motivasyon kuramlarından biri, Öz-Belirleme Kuramıdır (Self-Determination Theory; 3). Kuramın amacı, bireylerin, grupların, toplumların gelişimini sağlayan koşulları belirlemek, bütünlüğe

ve iyi olma sürecinde etkin olan faktörleri net bir biçimde tanımlamaktır (4). Bu kuram insanı, gelişmek için doğuştan eğilimler taşıyan aktif organizmalar olarak görmektedir (5) ve motivasyonu bireyin kişilik gelişimini destekleyen ve doğuştan gelen bir güç olarak ele almaktadır. Bireyin davranışlarına neden olan durumlar bireyin durumu içselleştirmesine bağlıdır ve çevreden etkilenir (3). Öz-Belirleme Kuramının alt kuramlarından biri Bilişsel Değerlendirme Kuramıdır (Cognitive Evaluation Theory; 6), bu alt kuram içsel ve dışsal

motivasyon arasında devam eden bir diziden bahseder.

Bilişsel Değerlendirme Kuramı motivasyonu, oluşma sebeplerine bağlı olarak üçe ayırır; içsel motivasyon, dışsal motivasyon ve motivasyonsuzluk. İnsanları doğuştan harekete geçiren güçler içsel motivasyonu oluşturmaktadır (3). Bireyin söz konusu eyleme yönelmesinin nedeni eylemin bizzat kendisinden elde edeceği haz, tatmin, başarı, ilgi, zevk, eğlence, heyecan ve mutluluktur (2,7). Hassandra, Goudas ve Chroni (2002) içsel motivasyonun öğrencilerin beden eğitimi dersinde sosyal faktörlerini olumlu yönde etkilediğini ortaya koymuşlardır. Dışsal motivasyonda ise birey içsel motivasyonun tersine suçluluk duygusuna katılmamak ya da ödül almak için davranış gerçekleştirmektedir (8). Öz-belirleme kuramına göre, dışsal motive davranışların biçimleri dörde ayrılmıştır. Dışsal düzenleme (External Regulation); ödül kazanmak ya da cezadan kaçınmak gibi dışsal faktörler sebebiyle aktiviteye katılımı içermektedir. İçe yansıtılmış düzenleme (Introjected Regulation), öz değer gibi bireyin içinde olan istekler tarafından kontrol edilen davranışlardır (9). Bu düzenleme suçluluk ve utançtan kaçınma hali gibi iç baskılardan dolayı ortaya çıkan davranışları kapsar. Davranışın temelinde “yapıyoruz, çünkü yapmazsak utanacağız.” gibi nedenler yatmaktadır. Bir diğer dışsal motivasyon biçimi olan Özdeşimle düzenleme (Identified Regulation) bireyin kendini aktivitenin önemiyle özleştirdiği için davranış seçmesidir (9). Bu düzenlemede davranışın nedeni, bireyin yapması gerektiğini düşündüğü için değil, kendine belirlemiş olduğu hedefe ulaşmak için yapması gerekliliğidir (8). Çünkü birey, özerk bir karara varır ve amaca yönelik çalışmalarını kendi iradesi doğrultusunda düzenler. Son olarak bütünleştirilmiş düzenleme (Integrated Regulation) ise bireyin, aktiviteye kendi değerleri ve yaşam biçimi ile örtüşmesi sebebiyle katılmasıdır ve dışsal motivasyonun, içsel motivasyona en yakın tipidir. Öz-belirleme kuramına göre, motivasyonun içsel ve dışsal biçimleri dışında bir başka boyutu ise motivasyonsuzluktur. Kendisine herhangi bir yarar sağlayacağına inanmayan birey eylemde bulunmaz ve böylece bireyin motivasyonsuzluğu ortaya çıkar (8). Motivasyonsuzluk yaşayan kişiler yetersizlik duygusu ve kontrol eksikliği yaşamaktadırlar (10).

Bireyin öğrenme sürecini düzenleyen öz-düzenleme stratejileri ve bu stratejilerin kullanımı-

nı sağlayan motivasyonel inançlar, motivasyonel stratejileri oluşturur (11). Öz-düzenleme stratejileri, öğrencilerin, kendi öğrenme hedeflerini belirledikleri, bilişlerini, motivasyonlarını ve davranışlarını düzenledikleri ve denetledikleri aktif ve yapıcı süreç olarak tanımlanır (12; 13). Motivasyonel inançlar ise bireyin kendi öğrenme yeteneğini, yeterlilik yargısını, akademik değere değer vermesini kapsayan, birbiri ile ilişki içinde olan inançlardır (14). Öğrencilerin ders ortamında çaba göstermeleri ve istekli olmaları motivasyonel inançların bir işlevidir (12). Bireyin biliş kalitesini etkileyen pek çok motivasyonel inanç vardır. Bunlardan bazıları, öz-yeterlik, içsel değer ve sınav kaygısıdır. Sosyal öğrenme kuramının temel kavramlarından biri olan öz-yeterlik, bireyin neyi yapmaya yeterli olduğunu bilmesidir (15). Başka bir deyişle, bireyin becerilerini ve bu becerileri kullanarak yapabileceklerine ilişkin yargılarının sonucudur.

Araştırmalar, biliş ve motivasyon arasındaki bağı (Örn: 16), daha özelden de bireyin aktiviteye özgü olarak içselleştirdiği motivasyon tipi ile motivasyonel stratejiler arasındaki bağı ortaya koymaktadır (Örn. 17; 18). Pintrich ve De Groot (1990), yedinci ve sekizinci sınıf öğrencileriyle yaptıkları çalışmada, öz-düzenlemenin akademik motivasyonu olumlu yönde etkilediğini belirlemişlerdir. Pintrich, Roeser ve De Groot (1994) yedinci sınıf öğrencilerinde motivasyonel inançlar ile öz-düzenleyici öğrenme arasındaki ilişkiyi ortaya koymuşlardır. Benzer şekilde Mohammed, Chowdhury ve Shahabuddin (2007) öz-yeterlik düzeyi yüksek olan Bangladeşli öğrencilerin motivasyonları ile akademik performansları arasında olumlu ilişki olduğunu belirtmişlerdir. Shores ve Shannon (2007), beşinci ve altıncı sınıf öğrencilerinde sınav kaygısı ve motivasyonun matematik ders başarısını etkilediğini ve bu değişkenler arasında ilişki olduğunu belirlemişlerdir.

Motivasyonun bilişsel çıktıların yanı sıra duyuşsal bazı değişkenler üzerine de etkileri araştırılmış, farklı öğrenme ortamlarında o öğrenme ortamına ilişkin tutum ile ilişkili bulunmuştur. Onen ve Ulusoy (2012), lise öğrencileri ile yapmış oldukları çalışmada kimyaya ilişkin olumlu tutuma sahip olan öğrencilerin akademik motivasyon düzeylerinin de yüksek olduğunu belirlemişlerdir. Akademik ortamların yanı sıra beden eğitimi ve spor ortamlarında da benzer çalışmalar yapılmıştır. Wilson, Rodgers, Blanchard ve Gessell (2003)

yetişkin bireyler ile yaptıkları çalışmada özdeşimle düzenleme ve içsel motivasyonun, egzersize ilişkin tutumun anlamlı açıklayıcılarından olduğunu tespit etmişler, 12 haftalık egzersiz programı sonunda bireylerin özdeşimle düzenleme ve içsel motivasyon düzeylerinin arttığını belirlemişlerdir. Geri (2013), Kırgız üniversite öğrencilerinden beden eğitimi ve spor dersi alan öğrenciler ile yaptığı çalışmada, öğrencilerin beden eğitimi ve spor dersine ilişkin tutum düzeylerinin, içsel ve dışsal motivasyonlar ile pozitif yönde ve orta düzeyde; motivasyonsuzluk durumu ile pozitif yönde ve zayıf düzeyde ilişkili olduğunu belirlemiştir. Akandere, Özyalvaç ve Duman (2010) ise lise düzeyindeki beden eğitimi dersine ilişkin olumlu tutuma sahip olan öğrencilerin akademik başarı motivasyonlarında artış olduğunu belirlemişlerdir.

Araştırmalar, öğrencilerin belirli bir öğrenme ortamına ilişkin sahip oldukları motivasyonun ilişkili olduğu bilişsel ve duyuşsal değişkenleri ortaya koymaktadır. Ancak lise öğrencilerinin beden eğitimi dersine ilişkin motivasyonlarını ve bu farklı motivasyon tiplerinin ilişkili olduğu değişkenleri belirlemeye yönelik çalışmaya rastlanmamıştır. Buradan hareketle bu çalışma, lise öğrencilerinde beden eğitimi dersine ilişkin motivasyonel düzenlemelerin, motivasyonel stratejiler ve tutum düzeyi üzerinde tahmin edici bir etkisi olup olmadığını incelemek amacıyla gerçekleştirilmiştir.

YÖNTEM

Araştırma Grubu

Çalışmaya, Denizli’de yer alan dört farklı liseden toplam 335 öğrenci (179 kız, 156 erkek) gönüllü olarak katılmıştır. Veri toplanan okullar Merkez İlçe’de, orta düzey sosyo-ekonomik düzeye sahip bir çevrede bulunan devlet okullarıdır. Katılımcıların sınıf düzeyi ve cinsiyete göre dağılımı Tablo 1’de verilmiştir.

Tablo 1. Katılımcıların sınıf düzeyi ve cinsiyete göre dağılımı

	Sınıf Düzeyi				Toplam
	1	2	3	4	
Kız	67	55	31	26	179
Erkek	46	35	34	41	156
Toplam	113	90	65	67	335

Veri Toplama Araçları

Çalışmada kullanılan ölçme araçları daha önce benzer örneklem gruplarında (örn. Türk lise öğrencileri, üniversite öğrencileri vb.) geçerlik ve güvenirlik çalışmaları yapılmış ölçeklerdir. Çalışmada, Öğrenmeye İlişkin Motivasyonel Stratejiler Ölçeği, Beden Eğitimi ve Spora İlişkin Tutum Ölçeği ve Beden Eğitiminde Durumsal Güdülenme Ölçeği kullanılmıştır.

Öğrenmeye İlişkin Motivasyonel Stratejiler Ölçeği: Ölçek Pintrich ve De Groot (1990) tarafından geliştirilmiş ve Üredi (2005) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır, 44 madde ve öz-düzenleme, bilişsel strateji kullanımı, öz-yeterlik, içsel değer, sınav kaygısı şeklinde beş alt ölçekten oluşmaktadır. Öğrencilerin beden eğitimi dersindeki öz-düzenleme stratejileri ve motivasyonel inançlarını ölçmek amacı ile kullanılmıştır. Her madde öğrenciler tarafından “Bana hiç uymuyor” ile “Bana tamamen uyuyor” ifadeleri arasında, 1 ve 7 arasında işaretlenecektir.

Beden Eğitimi ve Spora İlişkin Tutum Ölçeği: Beden Eğitimi ve Spora İlişkin Tutum Ölçeği II, Demirhan ve Altay (2001) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek, 12 olumlu, 12 olumsuz olmak üzere 24 maddeden oluşmaktadır. Ölçek, "Tamamıyla katılıyorum, katılıyorum, kararsızım, katılmıyorum, tamamıyla katılmıyorum" ifadelerinden oluşmaktadır. Ölçeğin olumlu maddeleri; "Tamamıyla katılıyorum" ifadesinden başlayarak 5, 4, 3, 2, 1 şeklinde, olumsuz maddeleri ise "Tamamıyla katılmıyorum" ifadesinden başlayarak 5, 4, 3, 2, 1 şeklinde puanlanmıştır.

Beden Eğitiminde Durumsal Güdülenme Ölçeği: Ölçek, Guay, Vallerand ve Blanchard (2000) tarafından geliştirilmiştir. Durumsal Güdülenme Ölçeği yargıların 7 değerlendirme basamağına göre yapıldığı (1= Bütünüyle uygun değil – 7= Bütünüyle uygun), 16 maddeden oluşmakta ve dört alt ölçeği içermektedir. Bu alt ölçekler içsel motivasyon (Örn; “Bu dersi yaparken kendimi iyi hissettiğim için”), özdeşimle düzenleme (Örn; “Bu dersin benim için önemli olduğuna inandığım için.”), dışsal düzenleme (Örn; “Bu dersi yapmak zorunda olduğumu hissettiğim için.”) ve güdülenme (Örn; “Bu dersi yapıyorum, fakat bu derse devam etmenin iyi bir şey olduğundan emin değilim”)’dir. Ölçeğin spor ve fiziksel aktivite ortamları için Türkçe uyarlaması Kazak Çetinkalp (2010) tarafından gerçekleştirilmiştir.

Verilerin Toplanması

İl Milli Eğitim Müdürlüğü'nden ve Üniversite Etik Komisyonundan gerekli izinler alındıktan sonra lise öğrencilerine ölçek paketi beden eğitimi ders ortamında uygulanmıştır. Uygulama öncesinde öğrencilere; çalışmaya katılımın gönüllü olduğu, yanıtlamak istemedikleri soruları boş bırakabilecekleri, anlamadıkları soru ya da yönerge olduğunda el kaldırarak yardım isteyebilecekleri açıklanmıştır. Öğrenciler ölçek paketini yaklaşık 20 dakikada doldurmuşlardır.

Verilerin Analizi

Veri seti, boş veriler ve uç değerler açısından incelenmiş, uç değerler veri setinden silinmiştir. Katılımcıların ölçeklerden aldıkları puanların tutarlılığı, Cronbach alpha değerleri hesaplanarak incelenmiştir. Çalışmada yer alan tüm değişkenler arasındaki ilişki Pearson korelasyon analizi ile incelenmiştir.

Çalışmanın temel hipotezini test etmek; lise öğrencilerinde beden eğitimi dersine ilişkin motivasyonel düzenlemelerin, motivasyonel stratejileri ve tutumu yordayıp yordamadığını tespit etmek için verilere çoklu regresyon analizi uygulanmıştır. Analiz öncesinde dağılımın normalliği ve çoklu regresyon analizinin varsayımlarının sağlanıp sağlanmadığı (Doğrusallık, çoklu doğrusallık ve eş varyanslılık) kontrol edilmiş ve tüm varsayımların sağlandığı görülmüştür.

BULGULAR

Lise öğrencilerinde beden eğitimi dersine ilişkin motivasyonel düzenlemelerin, motivasyonel

stratejiler ve tutum düzeyi üzerinde tahmin edici bir etkisi olup olmadığını incelemek amacıyla yapılan çalışmada öncelikle veriler betimsel olarak incelenmiştir. Tablo 2'de çalışmada yer alan verilere ilişkin tanımlayıcı değerler görülmektedir.

Tablo 2'ye bakıldığında çalışma değişkenlerinin iç tutarlık düzeylerinin .70 kabul edilen eşik değerinin üzerinde olduğu (19) ve her bir değişken için dağılımın normal dağıldığı (Skewness değerleri .88 ile -.76, kurtosis değerleri -.01 ile -.76 arasında) görülmektedir.

Tablo 3'e bakıldığında öz-düzenleme, bilişsel strateji kullanımı ve öz-yeterlik değişkenlerinin, Öğrenmeye İlişkin Motivasyonel Stratejiler Ölçeği'nin diğer alt ölçekleri, tutum ve özdeşimle düzenleme ile pozitif, dışsal düzenleme ve motivasyonsuzluk ile negatif yönde bir ilişki içinde olduğu görülmektedir. Sınav kaygısı, içsel motivasyon, özdeşimle düzenleme ve tutum ile negatif, diğer tüm değişkenlerle pozitif yönde ilişkili bulunmuştur. İçsel değer ise benzer şekilde dışsal düzenleme ve motivasyonsuzluk ile negatif yönde bir ilişki içindedir. Tutum; sınav kaygısı, dışsal düzenleme ve motivasyonsuzluk ile negatif yönde ilişkili, diğer tüm değişkenlerle pozitif yönde ilişkilidir. Motivasyonsuzluk ve dışsal düzenleme, sınav kaygısı dışındaki tüm değişkenlerle negatif ilişkili iken, özdeşimle düzenleme sınav kaygısı, dışsal düzenleme ve motivasyonsuzluk dışındaki tüm değişkenlerle pozitif ilişkilidir.

Beden eğitimi derslerinde motivasyonun farklı yordayıcılarının belirlenmesi amacıyla her bir motivasyon tipi için ayrı çoklu regresyon analizi yapılmıştır. Tablo 4'de çoklu regresyon analizi sonuçları görülmektedir.

Tablo 2. Çalışma verilerine ilişkin tanımlayıcı değerler

	M	Ss	Skewness	Kurtosis	α
Öz-düzenleme	4.30	.96	-.209	-.666	.78
Bilişsel strateji kullanımı	4.77	1.23	-.548	-.708	.89
Öz-yeterlik	4.96	1.41	-.827	-.273	.88
İçsel değer	4.68	1.35	-.581	-.590	.79
Sınav kaygısı	3.47	1.52	.187	-.770	.92
İçsel düzenleme	5.11	1.57	-.751	-.316	.86
Özdeşimle düzenleme	5.15	1.63	-.761	-.301	.77
Dışsal düzenleme	3.39	1.75	.462	-.767	.86
Motivasyonsuzluk	2.49	1.47	.885	-.016	.88
Tutum	3.95	.71	-.622	-.137	.91

Tablo 3. Çalışma değişkenlerine ilişkin korelasyon analizi

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1. Öz-düzenleme	-									
2. Bilişsel strateji kullanımı	0.777**	-								
3. Öz-yeterlik	0.449**	0.596**	-							
4. İçsel değer	0.569**	0.704**	0.779**	-						
5. Sınav kaygısı	0.109*	0.127*	-0.087	0.053	-					
6. İçsel motivasyon	0.160**	0.237**	0.384**	0.444**	-0.059	-				
7. Özdeşimle düzenleme	0.217**	0.277**	0.378**	0.491**	-0.060	0.824**	-			
8. Dışsal düzenleme	-0.131*	-0.134*	0.266**	-0.281**	0.124*	-0.439**	-0.474**	-		
9. Motivasyonsuzluk	0.143**	-0.175**	0.232**	-0.292**	0.194**	-0.476**	-0.569**	0.561**	-	
10. Tutum	0.195**	0.207**	0.352**	0.428**	-0.170**	0.663**	0.707**	-0.561**	-0.636**	-

N =335, * p < 0.05. **p < 0.01

Tablo 4. Çoklu Regresyon Analizi

Bağımlı Değişken	Yordayıcı Değişkenler	β	SE	B	t	p	F	p	ΔR^2
İçsel Motivasyon	Öz-düzenleme	.586	.469	1.302	12.893	.000	50.811	.000*	.472
	Bilişsel Stra. Kulla.	-.120	.101	-.196	-1.888	.060			
	Öz-yeterlik	.035	.104	.044	.466	.642			
	İçsel Değer	.083	.096	.093	1.267	.206			
	Sınav Kaygısı	.169	.073	.198	2.207	.028			
	Tutum	.047	.090	.049	1.129	.260			
Özdeşimle Düzenleme	Öz-düzenleme	-.067	.454	-.113	-1.126	.261	65.982	.000*	.539
	Bilişsel Stra. Kulla.	.027	.101	.035	.380	.704			
	Öz-yeterlik	-.033	.092	-.038	-.532	.595			
	İçsel Değer	.270	.071	.326	3.761	.000			
	Sınav Kaygısı	.031	.087	.033	.793	.428			
	Tutum	.616	.042	1.417	14.505	.000			
Dışsal Düzenleme	Öz-düzenleme	-.024	.595	-.044	-.330	.742	25.955	.000*	.310
	Bilişsel Stra. Kulla.	.049	.132	.069	.574	.567			
	Öz-yeterlik	-.094	.121	-.117	-1.257	.210			
	İçsel Değer	-.003	.093	-.004	-.035	.972			
	Sınav Kaygısı	.023	.114	.026	.472	.637			
	Tutum	-.528	.055	-1.302	-10.171	.000			
Motivasyon-suzluk	Öz-düzenleme	.036	.465	.055	.535	.593	39.179	.000*	.407
	Bilişsel Stra. Kulla.	-.107	.103	-.128	-1.349	.178			
	Öz-yeterlik	.063	.095	.066	.913	.362			
	İçsel Değer	-.030	.073	-.032	-.363	.717			
	Sınav Kaygısı	.107	.089	.104	2.409	.017			
	Tutum	-.612	.043	-1.273	-12.712	.000			

Beden eğitimi derslerinde öz-düzenleme, bilişsel strateji kullanımı, öz-yeterlik, içsel değer, sınav kaygısı ve tutum değişkenleri, içsel motivasyonu %47, özdeşimle düzenlemeyi %53, dışsal düzenlemeyi %31 ve motivasyonsuzluk düzeyini %40 açıklamaktadır. Beden eğitimi derslerinde öğrencilerin derse içsel motive olmalarının en büyük tahmin edicisi, öz-düzenleme; tek negatif yordayıcısı ise bilişsel strateji kullanımıdır. Özdeşimle düzenlemeyi, öz-düzenleme ve öz-yeterlik negatif yönde tahmin ederken tutum en güçlü yordayıcıdır. Dışsal düzenlemenin öz-düzenleme, öz-yeterlik, içsel değer ve tutum negatif yönde tahmin ederken ve tutum en güçlü yordayıcıdır. Benzer şekilde motivasyonsuzluğun, bilişsel strateji kullanımı, içsel değer ve tutum negatif tahmin edicileri, tutum ise en güçlü tahmin edicisi olarak bulunmuştur.

TARTIŞMA

Bu çalışma, lise öğrencilerinde beden eğitimi dersine ilişkin motivasyonel düzenlemelerin, motivasyonel stratejiler ve tutum düzeyi üzerinde tahmin edici bir etkisi olup olmadığını incelemek amacıyla gerçekleştirilmiştir. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre öğrencilerin beden eğitimi dersine ilişkin olumlu tutum geliştirmeleri, öz-yeterlik düzeylerinin ve bilişsel becerilerinin yüksek olması, motivasyonun, istedik biçimleri olan içsel motivasyon ve özdeşimle düzenlemeyi büyük oranda açıklamaktadır. Ancak aksine, beden eğitimi dersine ilişkin olumsuz tutuma sahip olan, öz-yeterlik ve bilişsel becerileri düşük olan ve sınav kaygısı yüksek olan öğrencilerin motivasyonun istenmedik biçimi olan dışsal düzenleme ile derse motive oldukları ya da motivasyonsuzluk haline sahip oldukları görülmektedir. Bu sonuçlar, beden eğitimi derslerinde öğretmenin, öğrencilerin derse severek katılmalarının (içsel motivasyon) ve dersin sağlıklı yaşam konusundaki önemini anlayarak katılmalarının (özdeşimle düzenleme) önemini ortaya koymaktadır. Öğrencilerin derse ilişkin olumlu tutuma sahip olma, düşük sınav kaygısı, yüksek öz-yeterlik ve bilişsel beceriler gibi olumlu çıktılarının bu motivasyon tiplerini açıklıyor olması, beden eğitimi öğretmenlerine önemli ipuçları sağlamaktadır.

Lise düzeyinde beden eğitimi öğretmenlerinin öğrencilerin derste eğlenecekleri etkinlikler

düzenlemeleri, onların derse severek katılmalarını sağlayacağından, içsel motivasyonu güçlendirir. Derse ilişkin içsel motivasyon geliştiren öğrencilerin öz-düzenleme becerileri de yüksek bulunmuştur. Benzer şekilde öğrencilerin özdeşimle düzenleme düzeyleri içsel değer ve derse ilişkin tutum düzeyleri tarafından yordanmaktadır. İçsel motivasyon ve özdeşimle düzenlemenin motivasyonun istedik tipleri olduğu düşünüldüğünde, bu olumlu çıktılarını sağlamaları literatürle uyumludur (20, 21). Bununla birlikte dışsal düzenleme; öz-düzenleme, öz-yeterlik, içsel değer ve tutum tarafından negatif yönde tahmin edilmektedir. Farklı kültürlerde ve ortamlarda, farklı yaş düzeylerinde yapılan araştırmalar (16, 17, 18, 22, 23, 24, 25), çalışma sonuçları ile paralel olarak bireylerin o ortama ilişkin motivasyonel algısı ile bilişsel becerileri arasındaki ilişkiyi ortaya koymaktadır.

Lise düzeyinde öğrencilerin derste öz-yeterlik düzeylerini arttırıcı biçimde, beceri düzeyleri ne olursa olsun başarıyı tatmalarını sağlayacak şekilde etkinlikler düzenlemek, öz-düzenleme becerilerini kullanmalarını sağlayacak şekilde bilişsel uyumsuzluk yaratacak sorular sormak ve derse ilişkin olumlu tutum geliştirmelerini sağlamak, onların dışsal motivasyon düzeylerini azaltmaktadır. Beden eğitimi derslerine ilişkin motivasyonsuzluk düzeyi yüksek olan öğrencilerin, beden eğitimi dersine severek katılmaları, devamında da fiziksel aktiviteye ilişkin olumlu bir tutum geliştirmeleri düşünülemez. Bu bağlamda öğrencilerin bilişsel stratejiler oluşturmalarını ve derse ilişkin olumlu tutum geliştirmelerini sağlayacak öğretim yöntemlerinin kullanılması öğrencilerin beden eğitimi derslerine katılma sebeplerini sorgulamalarını sağlayabilir.

Araştırma, bilişsel beceriler, tutum ve motivasyon arasındaki karşılıklı ilişkiyi ortaya koyması bakımından önemlidir. Özellikle öğrencilerin birbirleri karşısında fiziksel performans sergiledikleri ve fiziksel rekabetin üst düzeye çıktığı beden eğitimi derslerinde bu ilişkinin ilk kez ortaya konulmuş olması, çalışma sonuçlarının önemini arttırmaktadır. Bundan sonra yapılacak olan çalışmalarda verinin, özel ve devlet okullarında öğrenim gören öğrencilerden toplanarak karşılaştırma yapılması özel okulların öğrenci motivasyonu konusundaki durumunu ortaya koyacaktır. Benzer şekilde araştırma grubunun tek bir ilde yer alan dört okulda eğitim gören 335 öğrenciden toplanmış

olması bir sınırlılık olarak düşünülebilir. Araştırma sonuçlarının genellenabilirliğini tehlikeye düşüren bu durum, daha geniş bir araştırma grubundan veri toplanması yolu ile engellenebilir.

KAYNAKÇA

1. Stipek, D. Is child-centered early childhood education really better?, in: S. Reifel (Ed.), *Advances in early education and day care: Perspectives on developmentally appropriate practice*, Vol. 5, JAI Press, Greenwich, CT, pp. 29–52, 1993.
2. Rigby, C.S., Deci, E.L., Patrick, B.C., ve Ryan, R.M. “Beyond the intrinsic – extrinsic dichotomy, self – determination in motivation and learning”. *Motivation and Emotion*, 16 (3), pp. 165 – 185, 1992.
3. Deci, E. L., Ryan, R. M. *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York: Plenum. 1985.
4. Ryan, R. M., Deci, E. L. “Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being.” *American Psychologist*, 55, pp. 68-78, 2000.
5. Deci, E.L., Eghrari, H., Patrick, B.C., Leone, D.R. “Facilitating internalization: The self-determination theory perspective.” *Journal of Personality*, 62(1), pp. 119–142, 1994.
6. Frederick, C., M., Ryan, R.M. “Self-determination in sport: A review using cognitive evaluation theory.” *International Journal of Sport Psychology*, 26, pp. 5- 23, 1995.
7. Ingledew, D.K., Markland, D., Sheppard, K.E.. “Personality and self-determination of exercise behaviour.” *Personality and Individual Differences*, 36, pp. 1921–1932, 2004.
8. Boiché, J., Sarrazin, P. “Motivation autodéterminée, perceptions de conflit et d’instrumentalité et assiduité envers la pratique d’une activité physique: une étude prospective sur six mois.” *Psychologie Française*, 52, pp. 417- 430, 2007.
9. Deci, E.L., Ryan, R.M., Williams, G.C. “Need satisfaction and the self- regulation of learning.” *Learning and Individual Differences*, 8 (3), pp. 165-183, 1996.
10. Pelletier, L.G, Fortier, M.S., Vallerand, R. J., Tuson, D.M., Briere, N.M., Blais, M.R. “Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and amotivation in sports: The Sport Motivation Scale.” *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 17, pp. 35-53, 1995.
11. Üredi, I., Üredi, L. “İlköğretim 8. Sınıf Öğrencilerinin Öz-düzenleme Stratejileri ve Motivasyonel İnançlarının Matematik Başarısını Yordama Gücü.” *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(2), pp. 250-260, 2005.
12. Pintrich, R. R. The role of goal orientation in self-regulated learning. In Boekaerts, M., Pintrich, P. R., ve Zeidner, M. (Eds.), *Handbook of Self-regulation*, (pp. 451-501), San Diego, CA: Academic Press, 2000.
13. Risemberg, R., Zimmerman, B. J. “Self-Regulated Learning In Gifted Students.” *Roeper Review*, 15(1), pp. 98-101, 1992.
14. Zimmerman, B. J. *Attaining Self-Regulation: A Social Cognitive Perspective*. Boekaerts, M., Pintrich, P. R., Zeidner, M. (Ed.) *Handbook of Self-Regulation*, s. 13-39. San Diego: Academic Press, 2000.
15. Bandura, A. *Self-Referent Thought: The Development of Self Efficacy*. In J. Flavell ve L.D. Ross (Eds.), *Cognitive Social Development: Frontiers and Possible Futures*. New York: Cambridge University Press. 1980.
16. Rozendaal, J.S., Minnaert, A., Boekaerts M. “Motivation and self-regulated learning in secondary vocational education: information-processing type and gender differences.” *Learning and Individual Differences*, 13, pp. 273-289, 2003.
17. Lin, Y.G., McKeachie, W. J. *College Student Intrinsic and/or Extrinsic Motivation and Learning*. *Annual Conference of the American Psychological Association*, 1999.
18. Bergin, S., Reilly, R. The influence of motivation and comfort-level on learning to program. In P. Romero, J. Good, E. Acosta Chaparro & S. Bryant (Eds). *Proc.* 293 – 304, 2005.
19. Nunnally, J.C., Bernstein, I.H. *Psychometric Theory* (3rd ed). New York: McGraw-Hill, 1994.
20. Geri, S. “Kırgızistan’daki üniversite öğrencilerinin beden eğitimi ve spor servis dersine tutumları ile akademik motivasyonlarının incelenmesi.” *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 2(8), pp. 32-35, 2013.
21. Wilson, P. M., Rogers, W. T., Rodgers, W. M., Wild, T. C. “The Psychological Need Satisfaction in Exercise Scale.” *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 28, pp. 231–251, 2006.
22. Pintrich, P. R., De Groot, E. “Motivational and self regulated learning components of classroom academic performance.” *Journal of Educational Psychology*, 82(1), pp. 33-40, 1990.
23. Pintrich, P.R. Roeser, R., De Groot, E. “Classroom and individual differences in early adolescents’ motivation and self-regulated learning.” *Journal of Early Adolescence*, 14, 139–161, 1994.
24. Chowdhury, M. S., Shahabuddin, A. M. “Self-efficacy, motivation and their relationship to academic performance of Bangladesh College Students.” *College Quarterly*, 10(1), pp. 1-9. 2007.

25. Shores, M. L., Shannon, D. M. "The Effects of Self-Regulation, Motivation, Anxiety, and Attributions on Mathematics Achievement for Fifth and Sixth Grade Students." *School Science and Mathematics*, 107(6), pp. 225–236, 2007.
26. Cihangir Çankaya, Z. "Özerklik desteği, temel psikolojik ihtiyaçların doyumu ve öznel iyi olma: Öz – belirleme kuramı." *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4 (31), 55, pp. 23-31, 2009.
27. Deci, E. L., Ryan, R.M. A motivational approach to self: integration in personality. Nebraska symposium on motivation. *Perspectives on Motivation*, edited by R. Dienstbier. (sf 237-288). Lincoln, NE: University of Nebraska Press., 1991.
28. Demirhan, G., Altay, F. "Lise birinci sınıf öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersine ilişkin tutumları ölçeği II." *Spor Bilimleri Dergisi*, 12(2), pp. 9-20, 2001.
29. Fairchild, A.J., Horst, S.J., Finney, S.J., Baron, K.E. "Evaluating existing and new validity evidence for the academic motivation scale." *Contemporary Educational Psychology*, 30, pp. 331- 358, 2005.
30. Guay, F., Vallerand, R. J., Blanchard, C. M. "On the assessment of situational intrinsic and extrinsic motivation: The Situational Motivation Scale (SIMS)." *Motivation and Emotion*, 24, pp. 175-213, 2000.
31. İlhan, T. Üniversite Öğrencilerinin Benlik Uyum Modeli: yaşam amaçları, temel psikolojik ihtiyaçlar ve öznel iyi oluş. Yayınlanmamış doktora tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara, 2009
32. Kazak Çetinkalp, F. Z. "Durumsal Güdülenme Ölçeği (Situational Motivation Scale SIMS)'nin Türkçe versiyonunun psikometrik özellikleri (Psychometric properties of the Turkish version of The Situational Motivation Scale – SIMS)". *Türkiye Klinikleri Spor Bilimleri Dergisi*, 2 (2), pp. 86-94, 2010.
33. Üredi, I. Algılanan anne baba tutumlarının ilköğretim 8. sınıf öğrencilerinin öz-düzenleme stratejileri ve motivasyonel inançları üzerindeki etkisi. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Yıldız Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2005.