

Geliş Tarihi (Received): 02.02.2019
Kabul Tarihi (Accepted): 22.07.2019
SPORMETRE, 2019,17(3), 100-118
DOI: 10.33689/spormetre.521319

ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN FİZİKSEL AKTİVİTE EGZERSİZ DEĞİŞİM DAVRANIŞLARI VE BEDEN EĞİTİMİ DERSİNE YATKINLIKLARININ İNCELENMESİ*

Sarmad Saadallah Ali AL-ZANDEE¹, Hüseyin ÜNLÜ²
^{1,2}Aksaray Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Aksaray

Öz: Araştırmanın amacı, ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktivite egzersiz değişim davranışlarının ve beden eğitimi dersine yönelik yatkınlıklarının belirlenmesidir. Genel tarama modelinde gerçekleştirilen araştırmanın örneklemini 608'i kız ve 582'si erkek olmak üzere toplam 1190 ortaokul öğrenci oluşturmuştur. Araştırmada veri toplama aracı olarak; “Kişisel Bilgiler Formu, Fiziksel Aktivite Egzersiz Değişim Basamakları Anketi ve Beden Eğitimi Dersine Yatkınlık Ölçeği” kullanılmıştır. Araştırmada ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktivite egzersiz değişim basamaklarının üst basamaklarında yer aldıkları ve fiziksel aktivite düzeylerinin yüksek olduğu görülmüştür. Cinsiyet, öğrenim görülen sınıf ve okul başarısı değişkenleri açısından ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktivite egzersiz değişim basamaklarının farklılaştığı görülmüştür. Ayrıca araştırmada ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi dersine yatkınlıklarının orta düzeyde olduğu görülmüştür. Ortaokul öğrencilerinin cinsiyeti ve öğrenim gördükleri sınıf değişkenleri açısından beden eğitimi dersine yatkınlıklarının anlamlı bir şekilde farklılık gösterdiği görülürken okul başarısı değişkeni açısından anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır. Bununla birlikte ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktivite egzersiz değişim davranışları ile beden eğitimi dersine yönelik algıladıkları yetenek ve beden eğitimi dersine verdikleri değer arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanırken, beden eğitimi dersine yatkınlıkları arasında anlamlı bir ilişki görülmemiştir.

Anahtar Kelimeler: Yatkınlık, fiziksel aktivite, beden eğitimi dersinden hoşlanma, yetenek.

EXAMINATION OF THE PHYSICAL ACTIVITY EXERCISE BEHAVIOR CHANGE AND PHYSICAL EDUCATION PREDISPOSITION OF THE SECONDARY SCHOOL STUDENTS

Abstract: The purpose of the study is to determine secondary school students' physical activity exercise stages of change behaviours and levels of predisposition to physical education. Using screening model and the sample of the study comprises of 608 females and 582 males and in total 1190 secondary students. “Personal Information Form, Physical Activity Exercise Stages of Change Questionnaire, and Physical Education Predisposition Scale” were used for collecting research data. In the study it was observed that the secondary school students were at the higher stages of physical activity exercise stages of change and have a high level of physical activity. It was found out that secondary school students' physical activity exercise stages of change differ in terms of variables such as gender, class level and school success. Also, their predisposition to physical education course is at the medium level. While there was a significant difference in the predisposition of secondary school students to physical education course in terms of gender and class variables, there was no significant difference in terms of school achievement variable. Further more while there was a significant relationship between physical activity exercise change behavior of secondary school students and perceived ability and given value to the physical education lesson, however there was no significant relationship between physical education predisposition.

Key Words: Predisposition, physical activity, physical education enjoyment, ability.

* Bu araştırma, birinci yazarın yüksek lisans tezinden üretilmiştir.

GİRİŞ

Günümüzde fiziksel aktivite yetersizliği en temel sağlık problemlerinden birisi olarak gösterilmektedir (Blair, 2009). Çocukların ileriki yaşamlarını sağlıklı bir şekilde devam ettirebilmeleri ve toplumun sağlıklı bir üyesi olabilmeleri için günde en az 60 dakika orta dereceden şiddetliye doğru fiziksel aktiviteye katılımları önerilmektedir (CDC, 2013; THSK, 2014). Düzenli yapılan fiziksel aktivitenin çocukların fiziksel uygunluk ve mental seviyelerini yükselttiği, akademik başarılarına katkı sağladığı ve sağlıkla ilişkili birçok problemi engellediği veya iyileştirdiği belirtilmiştir (Kriemler ve ark., 2011).

Çocukluk döneminde sunulan fiziksel aktivitenin; çocukluk sağlığındaki doğrudan gelişmeler, yetişkinlik dönemine biyolojik aktarım etkisi ve yetişkinliğe yaşamsal bir davranış tarzının aktarılması olmak üzere üç temel etkisinden söz edilmektedir (Ridgers, Stratton ve Fairclough, 2005). Yetişkinlikteki sağlık ile çocukluktaki fiziksel aktivite arasında olumlu yönde kuvvetli bir ilişki bulunmaktadır. Bu alışkanlığın yetişkin yaşamına transfer edilmesi, aktif ve sağlıklı bir birey olma bakımından son derece önemli görülmüştür (Kjønniksen, Fjørtoft ve Wold, 2009). Ancak yapılan araştırmalarda çocukların ve gençlerin yeterli düzeyde fiziksel aktiviteye katılmadığı belirtilmiştir (Cvejic ve Ostojic, 2018; Hardy, King, Espinel, Cosgrove ve Bauman, 2016). Çocuklarda sedanter yaşamla ilişkili olarak obezite oranının arttığı ve uzun vadede sağlık durumlarını olumsuz olarak etkilediği belirtilmiştir (CDC, 2013; WHO, 2011).

Çocukların fiziksel aktivite düzeylerinde meydana gelen azalma ve obezite oranındaki artış göz önünde bulundurulduğunda acilen bu konu için önlemler alınması gerekmektedir (WHO, 2011). Bu sebepten dolayı çocukluk çağından yetişkinliğe kadar devam edecek düzenli fiziksel aktivite kalıpları oluşturma çabasında gençler arasında fiziksel aktiviteyi teşvik edecek faktörlerin belirlenmesi önemlidir (Gammon, 2016). Bu bağlamda bireylerin genel sağlık durumlarını ve fiziksel aktivite davranışlarını açıklamak için farklı modellerden bahsedilmiştir (Spencer, Adams, Malone, Roy ve Yost, 2006).

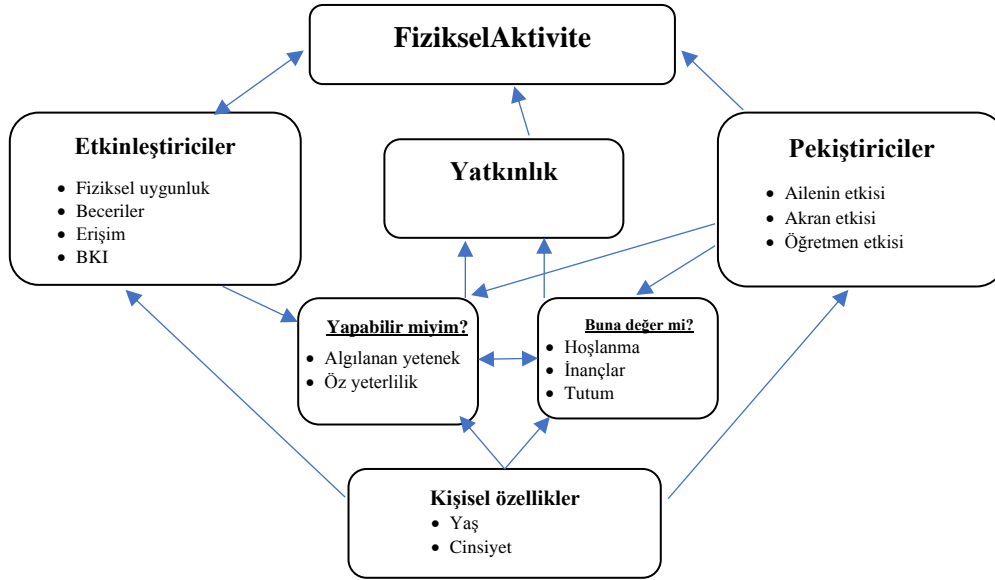
Son yıllarda bireylerin davranışlarını değiştirmeye yönelik bir dizi aşamalardan oluşan, egzersiz davranışlarının belirlenmesi ve açıklanmasında sıklıkla Kuramlarıüstü Model (Transtheoretical model), kullanılmaktadır (Marcus, Selby, Niaura ve Rossi, 1992). Transteoretik modele göre, insanlar, istenmeyen davranışları ortadan kaldırmaya ve istenen bir davranışı benimsemeye çalıştıkları için hareket ederler (Prochaska, DiClemente ve Norcross, 1992). Model değişim için farklı aşamalarda bulunan bireyleri tanılamak ve her bir birey için uygun olan girişimleri planlamak ve uygulamak için tasarlanmıştır. Model bireyin davranış değişimine hazırlığını değerlendirir, pozitif davranışı kazanmasına ve devam ettirmesine yardım eder (Koyun, 2013).

Çocukların ve gençlerin fiziksel aktive ve egzersiz davranışı kazanmalarında okullar ve okullarda da beden eğitimi dersleri büyük önem taşımaktadır (Steele, 2011). Haftanın önemli bir kısmını okulda geçiren çocukların ve gençlerin beden eğitimi dersi programları vasıtasıyla fiziksel etkinliğe katılımları artacaktır (Glickman, Parker, Sim, Cook ve Miller, 2012). Beden eğitimi dersleri vasıtasıyla; sağlıkla ilgili fiziksel uygunluğa, sağlıklı vücut kompozisyonuna, esnekliğe, aerobik kapasiteye, kas kuvvetine ve dayanıklılığa sahip olmaları bunun yanında beceri ile ilgili özellikleri; hız, çeviklik, reaksiyon zamanı, denge, koordinasyon ve temel hareket becerilerinin gelişmesi sağlanmaktadır (Glickman ve ark., 2012).

Çocukların egzersiz durumlarının tanılanması ve egzersiz davranışı kazandırmaya yönelik programlarda beden eğitimi dersleri anahtar konumdadır. Çocuklarda fiziksel aktiviteye katılımları ve egzersiz davranışı kazanmaları için beden eğitimi derslerinin önemli olduğu ve öğrencilerin beden eğitimi dersine katılımlarının sağlanması ve artırılması gerektiği

anlaşmıştır.

Çocukların okullarda beden eğitimi derslerine ve fiziksel aktiviteye katılımlarını etkileyen birçok faktörden söz edilmektedir (Chow, McKenzie ve Louie, 2015). Bu faktörler; öğrencinin yaş ve cinsiyeti gibi ‘kişisel özellikler’; aile, akran ve öğretmen etkisi gibi ‘pekiştirici faktörler’; fiziksel uygunluk, boy-kilo oranı gibi ‘etkinleştirici faktörler’ olarak ortaya çıkmaktadır. Bir diğer faktörün ise; yetenek, öz-yeterlik, hoşlanma, inançlar ve tutumları da içine alan ‘yatkinlık’ faktörü olduğu belirtilmiştir (Belton, Brien, Meegan, Woods ve Issarte, 2014; Hilland, Stratton, Vinson ve Fairclough, 2009). Welk (1999) bu değişkenlerin uygulamasını kolaylaştırmak çocukların ve gençlerin fiziksel aktiviteye katılımlarını sağlamak ve sağlıklarını geliştirebilmek amacıyla Green ve Kreuter (1991)’in sağlık planlama modeline dayanan Gençlerde Fiziksel Aktivite Geliştirme Modeli adında bir model öne sürmüştür. (Şekil 1). Bu modele göre yatkinlık faktörü gencin fiziksel aktiviteye katılma olasılığını arttırmaktadır (Rowe, Raedeke, Wiersma ve Mahar, 2007). Bu modelden; öğrencilerin beden eğitimi dersine yönelik tutumları ve yeterlikleri; öğrencilerin beden eğitimi dersine yatkinlıkları olarak ifade edildiği anlaşılmaktadır.



Şekil 1. Gençlerde Fiziksel Aktivite Geliştirme Modeli (Wellk, 1999).

Beden eğitimi dersine yatkin olan öğrencilerin okul dışında da fiziksel aktiviteye katılmaya meyilli oldukları belirtilmiştir (Belton ve ark., 2014; Hilland ve ark., 2009).

Bu bakımdan çocukların okullarda beden eğitimi dersine yönelik tutumları ve beden eğitimi dersindeki yeterlikleri bir başka ifade ile beden eğitimi dersine yatkinlıkları önemli görülmektedir.

Beden eğitimi derslerinde çocukların ve gençlerin daha aktif olabilmesini sağlayabilmek ve uygun stratejileri hayata geçirebilmek için hedef kitlenin fiziksel aktivite davranışlarıyla ilgili temel bir bilgiye sahip olması gereklidir (Sert ve Temel, 2014). Ayrıca sağlıklı yaşam biçimi davranışları içinde önemli bir yeri olan egzersiz düzeyinin belirlenmesi, egzersiz alışkanlığı kazandırma programlarının da temelini teşkil etmektedir (Gürbüz, 2012). Bu bakımdan çocuklarda ve gençlerde fiziksel aktivite egzersiz davranışları değişiminin ve beden eğitimi dersine yatkinlıklarının belirlenmesinin önemli olduğu düşünülmektedir.

Ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktivite egzersiz davranışları değişimi (Cengiz, Hünük ve İnce,

2014; Cengiz, İnce ve Çiçek, 2009; Çeker, Çekin ve Ziyagil, 2013) ve beden eğitimi dersine yönelik yetkinliklerini (Erbaş ve Ünlü, 2016; Erbaş, Ünlü ve Kalemoglu-Varol, 2015; Hilland ve ark., 2009) belirleyemeye yönelik sınırlı da olsa çalışmalara rastlanmakla beraber ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktivite egzersiz değişim davranışlarını ve beden eğitimi dersine yönelik yetkinliklerini belirleyemeye yönelik bir çalışmaya rastlanmamıştır. Buradan hareketle bu araştırmada ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktivite egzersiz davranışları değişimi ve beden eğitimi dersine yetkinlikleri belirlenerek; fiziksel aktivite egzersiz değişim davranışları ile beden eğitimi dersine yetkinlikleri arasındaki ilişki ortaya konulacaktır.

YÖNTEM

Araştırmanın bu bölümünde araştırmanın modeli, örnekleme, veri toplama araçları ve verilerin analizi bölümlerine yer verilmiştir.

Araştırma Modeli

Araştırma, ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktivite egzersiz davranışları değişimi ve beden eğitimi dersine yönelik yetkinliklerini tespit etmek amacıyla tarama modelinde gerçekleştirilmiştir. Tarama modelleri, geçmişte ya da halen var olan bir durumu var olduğu şekliyle betimlemeyi amaçlayan araştırma yaklaşımlarıdır (Karasar, 2011). Bu yöntemle ortaokulda okuyan öğrencilerin fiziksel aktivite egzersiz davranışları değişimi ve beden eğitimi dersine yetkinlikleri belirlenmiştir. Ayrıca cinsiyet, sınıf, aile gelir durumu, okul başarı durumu ve okul yönetiminin beden eğitimi dersi ve sportif etkinliklere karşı tutumu değişkenleri açısından öğrencilerin fiziksel aktivite egzersiz davranışları değişimi ve beden eğitimi dersine yetkinlikleri ele alınmıştır.

Evren-Örneklem

Araştırmanın evreni 2015-2016 eğitim öğretim yılında Aksaray ili merkezinde yer alan ortaokullarda öğrenim gören toplam 12655 öğrenciden oluşmuştur. Araştırma toplam n=1190 ortaokul öğrencisi üzerinden yürütülmüştür. Bu evrenden örnekleme yoluna gidilerek araştırmanın örnekleme araştırmaya katılan ve cevapları değerlendirilmeye alınan 608 (% 51.1)'i kız ve 582 (% 48.9)'si erkek olmak üzere toplam 1190 ortaokul öğrenciden oluşmuştur. Araştırmaya dâhil edilecek öğrencilerin gönüllü katılımları esas alınmıştır. Araştırma için gerekli izin Aksaray İl Milli Eğitim Müdürlüğünden alınmıştır. Ayrıca araştırmanın etik kurul onayı Aksaray Üniversitesi İnsan Araştırmaları Etik Kurulundan alınmıştır. Gerekli izin ve etik kurul onayı alındıktan sonra araştırmaya gönüllü olarak katılan öğrenciler üzerinde araştırma gerçekleştirilmiştir.

Veri Toplama Araçları

Araştırma verilerinin toplanmasında “Kişisel Bilgiler Formu”, “Fiziksel Aktivite Egzersiz Davranışı Değişim Basamakları Anketi” ve “Beden Eğitimi Dersi Yetkinlik Ölçeği” kullanılmıştır.

Kişisel Bilgiler Formu: Araştırmacı tarafından literatüre dayanarak kişisel bilgiler formunda; araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin sosyo-demografik özellikleri belirlenmeye çalışılmıştır. Kişisel bilgiler formu bireyin sosyo-demografik özellikleri sorgulayan sorulardan oluşmaktadır.

Fiziksel Aktivite Egzersiz Davranışı Değişim Basamakları Anketi (EDDBA): Fiziksel Aktivite Egzersiz Davranışı Değişim Basamakları Anketi (EDDBA) ilk olarak Marcus, Selby, Niaura ve Rossi (1992) tarafından egzersiz davranışı basamaklarını belirlemek amacı ile geliştirilmiştir. Anket daha sonra Haas ve Nigg (2009) tarafından çocuklar için uyarlanmıştır. Ölçeğin ortaokul öğrencileri için Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması Cengiz, Hünük ve İnce (2014) tarafından yapılmıştır. Katılımcıların egzersiz yapma niyetleri ve alışkanlıkları doğrultusunda maddelere verdikleri yanıtlar beş ayrı egzersiz davranışı basamağında; ‘eğilim öncesi, eğilim, hazırlık, hareket ve devamlılık’ değerlendirilmiştir.

Beden Eğitimi Dersi Yatkinlik Ölçeği (BEYÖ): Öğrencilerin, beden eğitimine yönelik tutum ve öz-yeterliklerini saptamada, Hilland ve ark. (2009) tarafından geliştirilen, Ünlü, Erbaş ve Kalemoglu-Varol (2015) tarafından Türkçeye uyarlanan ve geçerlik-güvenirlik çalışması yapılan ‘Beden Eğitimi Dersi Yatkinlik Ölçeği’ kullanılmıştır. 11 maddeden oluşan ölçek, 2 faktörlü bir yapıya sahiptir. Ölçek faktörleri ‘beden eğitimi dersine verilen değer’ (6 madde) ve ‘beden eğitimi dersine yönelik algılanan yetenek’ (5 madde) şeklindedir. Ölçek 5’li Likert tipinde tasarlanmıştır. Likert seçenekleri “hiç katılmıyorum (1)”, “katılmıyorum (2)”, “kararsızım (3)”, “katılıyorum (4)” ve “tamamen katılıyorum (5)” şeklinde sıralanmış ve puanlama da buna göre yapılmaktadır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 11 ve en yüksek puan ise 55’tir. Ölçeğin ‘beden eğitimi dersine verilen değer’ alt boyutundan alınabilecek en düşük puan 6 ve en yüksek puan 30 iken, ‘beden eğitimi dersine yönelik algılanan yetenek’ alt boyutundan en düşük 5, en yüksek 25 puan alınabilir. Ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlılığı .71 olarak belirtilmiştir. Bu araştırma için ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik çalışması yeniden yapılmıştır. Buna göre ölçeğin iki faktörlü yapısını koruduğu görülmüştür. Ayrıca ölçeğin iç tutarlılık kat sayısı ise .75 olarak hesaplanmıştır.

Verilerin Analizi

Araştırmada verilerin analizinde SPSS paket programından yararlanılmıştır. Verilerin analizinde öncelikle tanımlayıcı istatistiklerden frekans, yüzde, aritmetik ortalama ve standart sapmadan yararlanılmıştır. Fiziksel aktivite egzersiz davranışı değişim basamakları anketi ile cinsiyet, öğrenim görülen sınıf ve okul başarı değişkenleri ile ilgili karşılaştırmalarda Ki-Kare (χ^2) analizi kullanılmıştır. Beden eğitimi dersine yatkinlik ölçeği ile cinsiyet değişkeni açısından yapılan karşılaştırmada bağımsız guruplar için t testi kullanılırken, öğrenim görülen sınıf ve okul başarısı değişkeni açısından yapılan karşılaştırmalarda ise tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır. Bunun yanında araştırmada fiziksel aktivite egzersiz değişim davranışı ile beden eğitimi dersine yatkinlik arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla da pearson korelasyon kat sayısı tekniği kullanılmıştır.

BULGULAR

Araştırma örnekleminde yer alan öğrencilerin fiziksel aktivite egzersiz davranışları değişim düzeyleri ve beden eğitimi dersine yatkınlıkları konusunda elde edilen bulgulara ilişkin yorumlara yer verilmiştir.

Tablo 1. Fiziksel aktivite egzersiz davranışı değişimi

Fiziksel Aktivite Egzersiz Değişim Davranışları	F	%	Basamak
1. Düzenli fiziksel etkinliğe katılmıyorum ve önümüzdeki 6 ay içinde de katılmayı planlamıyorum	239	20.1	Eğilim Öncesi
2. Düzenli fiziksel etkinliğe katılmıyorum fakat önümüzdeki 6 ay içinde katılmayı planlıyorum	212	17.8	Eğilim
3. Düzenli fiziksel etkinliğe katılmıyorum fakat gelecek 30 günde planlıyorum	128	10.8	Hazırlık
4. Düzenli fiziksel etkinliğe katılıyorum fakat son 6 aydan az bir süredir yapıyorum.	336	28.2	Hareket
5. Düzenli fiziksel etkinliğe katılıyorum fakat son 6 aydan uzun bir süredir yapıyorum.	275	23.1	Devamlılık
Toplam	1190	100	

Tablo 1'e göre; araştırma örneklemindeki öğrencilerin % 20.1 (239)'inin 'eğilim öncesi' basamağında, % 17.8 (212)'inin 'eğilim' basamağında, % 10.8 (128)'inin 'hazırlık' basamağında % 28.2 (336)'sinin 'hareket' basamağında ve % 23.1 (275)'inin 'devamlılık' basamağında olduğu görülmüştür.

Tablo 2. Cinsiyet değişkeni açısından fiziksel aktivite egzersiz davranışları değişimlerinin karşılaştırması (ki kare)

Egzersiz Davranışları Değişim Basamağı	Cinsiyet		Toplam	sd	χ^2	p
	Kız	Erkek				
Eğilim Öncesi	118 (49.4%)	121(50.6%)	239(100%)			
Eğilim	86 (40.6)	126 (59.4%)	212(100%)	4	18.889 ^a	.001
Hazırlık	76 (59.4%)	52(40.6%)	128(100%)	4		
Hareket	168(50.0%)	168(50.0%)	336(100%)	1		
Devam	160(58.2%)	115(41.8%)	275(100%)			
Toplam	608(51.1%)	582(48.9%)	1190(100%)			

Tablo 2'de araştırma örnekleminde yer alan öğrencilerin cinsiyet değişkeni açısından fiziksel aktivite egzersiz davranışları değişimleri karşılaştırılmış, eğilim öncesi ve eğilim basamaklarında erkek öğrenciler lehine anlamlı bir farklılığa rastlanırken hazırlık ve devam basamaklarında ise kız öğrenciler lehine anlamlı bir farklılığa rastlanmıştır ($\chi^2 = 18.889$; $p < 0.05$).

Tablo 3. Sınıf değişkeni açısından fiziksel aktivite egzersiz davranışları değişimlerinin karşılaştırması (Ki kare)

Egzersiz Davranışları Değişim Basamağı	Sınıf				Toplam	sd	χ^2	p
	5. Sınıf	6. Sınıf	7. Sınıf	8. Sınıf				
Eğilim Öncesi	42 (17.6%)	51 (21.3%)	67 (28.0%)	79 (33.1%)	239 (100%)			
Eğilim	54 (25.5%)	31 (14.6%)	59 (27.8%)	68 (32.1%)	212 (100%)	12		
Hazırlık	22 (17.2%)	35 (27.3%)	30 (23.4%)	41 (32.0%)	128 (100%)	12	46.757 ^a	.000
Hareket	114 (33.9%)	82 (24.4%)	70 (20.8%)	70 (20.8%)	336 (100%)	1		
Devam	76 (27.6%)	70 (25.5%)	71 (25.8%)	58 (21.1%)	275 (100%)			
Toplam	308 (25.9%)	269 (22.6%)	297 (25.0%)	316 (26.6%)	1190 (100%)			

Tablo 3’de araştırma örnekleminde yer alan öğrencilerin öğrenim gördükleri sınıf değişkeni açısından fiziksel aktivite egzersiz davranışları değişimi karşılaştırılmış ve anlamlı bir farklılığa rastlanmıştır ($\chi^2 = 46.757$; $p < 0.05$). Buna göre göre 5. sınıfta öğrenim gören öğrencilerin hareket ve devamlılık basamağında, 6. sınıfta öğrenim gören öğrencilerin hazırlık ve devamlılık basamağında, 7. sınıfta ve 8. sınıfta öğrenim gören öğrencilerin ise eğilim öncesi ve eğilim basamağında yoğunlaştığı saptanmıştır.

Tablo 4. Okul başarı durumu değişkeni açısından fiziksel aktivite egzersiz davranışları değişimlerinin karşılaştırması (ki kare)

Egzersiz Davranışları Değişim Basamağı	Okul Başarı Durumu			Toplam	sd	χ^2	p
	Düşük	Orta	Yüksek				
Eğilim Öncesi	16 (6.7%)	153 (64.0%)	70 (29.3%)	239 (100%)			
Eğilim	5 (2.4%)	120 (56.6%)	87 (41.0%)	212 (100%)	8		
Hazırlık	4 (3.1%)	74 (57.8%)	50 (39.1%)	128 (100%)	8	31.467 ^a	.000
Hareket	6 (1.8%)	170 (50.6%)	160 (47.6%)	336 (100%)	1		
Devam	5 (1.8%)	147 (53.5%)	123 (44.7%)	275 (100%)			
Toplam	36 (3.0%)	664 (55.8%)	490 (41.2%)	1190 (100%)			

Tablo 4’de araştırma örnekleminde yer alan öğrencilerin okul başarıları değişkeni açısından fiziksel aktivite egzersiz davranışları değişimi karşılaştırılmış ve anlamlı bir farklılığa rastlanmıştır ($\chi^2 = 31.467$; $p < 0.05$). Okul başarıları düşük ve orta düzeyde olan öğrencilerin eğilim öncesi ve okul başarıları yüksek olan öğrencilerin ise hareket basamağında yoğunlaştığı görülmüştür.

Tablo 5. Araştırma örnekleminde yer alan öğrencilerin beden eğitimi dersine yatkınlıkları

Beden Eğitimi Dersine Yatkınlık	N	M	Ss
Beden eğitimi dersine yönelik algılanan yetenek	1190	19.98	2.678
Beden eğitimi dersine verilen değer	1190	12.53	2.601
Beden eğitimi dersine yatkınlık	1190	32.51	3.069

Tablo 5’de araştırma örnekleminde yer alan ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi dersi yatkınlık ölçeğinin genelinden ve alt boyutlarından elde edilen sonuçlar gösterilmiştir. Buna göre beden eğitimi dersine yönelik algılanan yetenek alt boyutundan ($M = 19.98 \pm 2.678$), beden eğitimi dersine verilen değer alt boyutundan ($M = 12.53 \pm 2.601$) ve genelinden ise ($M = 32.51 \pm 3.069$)’lik bir puan elde ettiği belirlenmiştir.

Tablo 6. Cinsiyet değişkeni açısından beden eğitimi dersine yatkınlıklarının karşılaştırılması (t Testi)

Beden eğitimi dersine yatkınlık	Cinsiyet	N	M	Ss	t	sd	p
Beden eğitimi dersine yönelik algılanan yetenek	Kız	608	20.25	2.738	3.542	1188	.000
	Erkek	582	19.70	2.588			
Beden eğitimi dersine verilen değer	Kız	608	12.39	2.526	-1.899	1188	.058
	Erkek	582	12.68	2.688			
Beden eğitimi dersine yatkınlık	Kız	608	32.63	3.147	1.463	1188	.144
	Erkek	582	32.37	2.982			

Tablo 6’da cinsiyet değişkeni açıdan araştırma örneklemindeki ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi dersine yatkınlık düzeyleri karşılaştırılmıştır. Elde edilen sonuçlara göre cinsiyet değişkeni açısından beden eğitimi dersine yatkınlık ölçeğinin genelinden ve beden eğitimi dersine verilen değer alt boyutundan elde edilen puanlar açısından anlamlı bir farklılığa rastlanmazken beden eğitimi dersine yönelik algılanan yetenek boyutunda ise kız öğrenciler lehine anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ($p < 0.05$).

Tablo 7. Sınıf değişkeni açısından beden eğitimi dersine yatkınlıklarının karşılaştırılması (tek yönlü varyans analizi)

Değişkenler	Sınıf	N	M	Ss	sd	F	p	Tukey
Beden eğitimi dersine yönelik algılanan yetenek	5. Sınıf	308	20.15	2.988	3	2.928	.033	$6 > 8$
	6. Sınıf	269	20.25	2.410				
	7. Sınıf	297	19.81	2.552				
	8. Sınıf	316	19.67	2.667				
	Toplam	1190	19.98	2.678				
Beden eğitimi dersine verilen değer	5. Sınıf	308	12.00	2.561	3	12.279	.000	$5 < 7.8$ $6 < 8$
	6. Sınıf	269	12.23	2.445				
	7. Sınıf	297	12.64	2.423				
	8. Sınıf	316	13.18	2.817				
	Toplam	1190	12.52	2.601				
Beden eğitimi dersine yatkınlık	5. Sınıf	308	32.16	3.442	3	2.603	.051	
	6. Sınıf	269	32.49	3.108				
	7. Sınıf	297	32.54	2.626				
	8. Sınıf	316	32.83	3.013				
	Toplam	1190	32.51	3.069				

Tablo 7’de öğrenim görülen sınıf değişkeni açıdan araştırma örneklemindeki ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi dersine yatkınlıkları düzeyleri karşılaştırılmıştır. Buna göre öğrenim görülen sınıf değişkeni açısından beden eğitimi dersi yatkınlık ölçeğinin genelinden elde edilen puanlar açısından anlamlı bir farklılığa rastlanmazken; beden eğitimi dersine yönelik algılanan yetenek boyutunda 6. sınıfta öğrenim gören öğrenciler lehine ve beden eğitimi dersine verilen değer alt boyutunda ise 7. ve 8. sınıflarda öğrenim gören öğrenciler lehine anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ($p < 0.05$).

Tablo 8. Okul başarısı değişkeni açısından beden eğitimi dersi yatkınlık düzeyi (tek yönlü varyans analizi)

Okul Başarısı		N	M	S.s	sd	f	p	Tukey
Beden eğitimi dersine yönelik algılanan yetenek	Düşük	36	19.14	3.091	2	6.218	.002	Düşük < Yüksek Orta < Yüksek
	Orta	664	19.81	2.712	1187			
	Yüksek	490	20.28	2.570	1189			
	Toplam	1190	19.98	2.678				
Beden eğitimi dersine verilen değer	Düşük	36	13.50	2.923	2	19.874	.000	Düşük > Yüksek Orta > Yüksek
	Orta	664	12.88	2.531	1187			
	Yüksek	490	11.99	2.593	1189			
	Toplam	1190	12.52	2.601				
Beden eğitimi dersine yatkınlık	Düşük	36	32.63	4.107	2	2.785	.062	
	Orta	664	32.69	3.036	1187			
	Yüksek	490	32.26	3.015	1189			
	Toplam	1190	32.51	3.069				

Tablo 8’de okul başarısı değişkeni açıdan araştırma örneklemindeki ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi dersine yatkınlıkları düzeyleri karşılaştırılmıştır. Okul başarı durumu değişkenine göre beden eğitimi dersi yatkınlık ölçeğinin genelinden elde edilen puanlar açısından anlamlı bir farklılığa rastlanmazken; beden eğitimi dersine yönelik algılanan yetenek boyutunda okul başarı durumu yüksek olan öğrenciler lehine ve beden eğitimi dersine verilen değer alt boyutunda ise okul başarı durumu düşük ve orta düzeyde olan öğrenciler lehine anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ($p < 0.05$).

Tablo 9. Fiziksel aktivite egzersiz davranışları değişimi ve beden eğitimi dersine yatkınlık arasındaki ilişki (pearson korelasyon)

Fiziksel aktivite egzersiz davranışları değişimi	Beden eğitimi dersine yönelik algılanan yetenek	Beden eğitimi dersine verilen değer	Beden eğitimi dersine yatkınlık
R	.192**	-.171**	.022
p	.000	.000	.450
Toplam	1190	1190	1190

Tablo 9’da araştırma örneklemindeki ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktivite egzersiz davranışları değişimi ile beden eğitimi dersine yatkınlıkları düzeyleri arasındaki ilişki gösterilmiştir. Buna göre araştırma örneklemindeki ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktivite egzersiz davranışları değişimi ile “beden eğitimi dersine yönelik algılanan yetenek” boyutu arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişkiye rastlanırken “beden eğitimi dersine verilen değer” boyut arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişkiye rastlanmıştır. Fiziksel aktivite egzersiz davranışları değişimi ile beden eğitimi dersine yatkınlık ölçeğinin geneli arasında ise anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır.

TARTIŞMA

Ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktivite egzersiz davranışları değişimleri ve beden eğitimi dersine yatkınlıklarını tespit etmek amacıyla gerçekleştirilen araştırmanın bu bölümünde araştırma problemlerine dayalı olarak tartışma gerçekleştirilmiştir.

Araştırmada ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktivite egzersiz davranışları değişimi incelendiğinde sırasıyla hareket, devamlılık, eğilim öncesi, eğilim ve hazırlık basamaklarında

oldukları tespit edilmiştir. Cengiz, Hünük ve İnce (2014)'nin yapmış olduğu araştırmada da öğrencilerin önemli bir bölümünün hazırlık ve hareket basamağında yer aldığı görülmüştür. Ancak yapılan araştırmalarda çocukların ve gençlerin yeterli düzeyde fiziksel aktiviteye katılmadığı belirtilmiştir (Hardy ve ark., 2016; Cvejic ve Ostojic, 2018). Hareket basamağı altı aydan daha kısa süredir düzenli egzersiz yapılan basamak iken; devamlılık basamağı altı aydan daha uzun süredir düzenli egzersiz yapılan aşamadır (Prochaska ve ark., 1992; Ay ve Temel, 2008; Cengiz, Hünük ve İnce, 2014). Araştırmadan elde edilen sonuçtan hareketle araştırma örnekleminde yer alan öğrencilerin fiziksel aktivite egzersiz davranışları değişimlerinin üst basamaklarda yer aldığı ve fiziksel aktivite düzeylerinin yüksek olduğu söylenebilir.

Araştırma örneklemindeki ortaokul öğrencilerinin cinsiyet değişkeni açısından fiziksel aktivite egzersiz davranışları değişimleri karşılaştırılmıştır. Yapılan bu karşılaştırmada anlamlı bir farklılığa rastlanmıştır. Eğilim öncesi ve eğilim basamağında erkek öğrencilerin oranının kız öğrencilere kıyasla daha yüksek olduğu görülürken devamlılık basamağında ise kız öğrencilerin oranının erkeklere kıyasla daha yüksek olduğu görülmüştür. Hareket basamağında ise her iki gurubunda benzerlik gösterdiği belirlenmiştir. Cengiz (2007)'in yapmış olduğu araştırmada erkek öğrencilerin kadınlara göre daha yüksek basamaklarda oldukları görülmüştür. Nicaise ve Kahan (2013)'ın yaptığı çalışmada da erkeklerin fiziksel aktivite puanlarının kızlardan fazla olduğu saptanmıştır. Araştırma örnekleminde yer alan erkek öğrencilerin egzersizle ilgili olarak daha çok niyet düzeyinde oldukları görülürken kız öğrencilerin ise egzersize devam ettikleri ve kız öğrencilerin erkek öğrencilerden daha aktif olduğu söylenebilir. Araştırmadan elde edilen bu sonuçta araştırma örneklemindeki kız öğrencilerin oranının erkek öğrencilerden fazla olmasının yattığı düşünülmektedir.

Araştırmada ortaokul öğrencilerinin öğrenim gördükleri sınıf değişkeni açısından fiziksel aktivite egzersiz davranışları değişiminde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Elde edilen sonuçlara göre 5. sınıfta öğrenim gören öğrencilerin daha çok hareket ve devamlılık basamaklarında yer aldıkları görülürken, 6. sınıfta öğrenim gören öğrencilerin hazırlık ve devamlılık basamağında, 7. sınıfta ve 8. sınıfta öğrenim gören öğrencilerin eğilim öncesi ve eğilim basamağında yoğunlaştığı saptanmıştır. Bu sonuçtan hareketle araştırma örneklemindeki öğrencilerin sınıf düzeyi arttıkça fiziksel aktivite egzersiz davranışları değişimlerinin alt sıralarında konumlandığı ve fiziksel aktivite düzeylerinin azaldığı söylenebilir.

Son yıllarda çocuklarda fiziksel aktivite düzeyi televizyon/video izleme ve bilgisayar kullanma gibi sedanter davranış alışkanlıklarının artışı nedeniyle giderek azalmaktadır (Meydanlıoğlu, 2015). Türkiye Beslenme ve Sağlık Araştırması 2010 verilerine göre; 6-8 yaş çocukların %65,8'i, 9-11 yaş çocukların %52,7'si, 12-14 yaş ergenlerin %56,2'si ve 15-18 yaş ergenlerin %57,8'i hiç fiziksel aktivite yapmamaktadır. Her gün fiziksel aktivite yapanların oranı ise sırasıyla %22,2, %26,9, %26,2 ve %14,6 olup yaşla birlikte azalmaktadır (TC Sağlık Bakanlığı 2014). Bu sonuçların araştırma sonuçlarıyla örtüştüğü söylenebilir.

Araştırmadan elde edilen bu sonuçla ilgili olarak ortaokul dönemi çocuklarının artan ders yükleri ve beraberinde sınav hazırlıklarının yoğunlaşması; onların fiziksel aktivite egzersiz davranışları değişim basamağının alt guruplarında konumlanmasına neden olduğu düşünülmektedir.

Okul başarısı değişkeni ile fiziksel aktivite egzersiz davranışları değişim basamağı arasında yapılan karşılaştırmada istatistiksel olarak anlamlı farklılığa rastlanmıştır. Okul başarısı düşük ve orta düzeyde olan öğrencilerin eğilim öncesi ve okul başarısı yüksek olan öğrencilerin ise hareket basamağında yoğunlaştığı görülmüştür. Bu sonuca göre okul başarısı düşük ve orta

düzeyde olan öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerinin düşük olduğu; okul başarısı yüksek olan öğrencilerin ise fiziksel aktivite düzeylerinin yüksek olduğu söylenebilir.

Araştırmadan elde edilen bu sonuca paralel olarak Bluehardt ve Shephard (1995) fiziksel aktivite ile akademik başarı arasında pozitif bir ilişkiyi söz etmiştir. Bu sonucun araştırmadan elde edilen sonucu desteklediği görülmüştür. Ancak Pehlivan (2013) ise okullar arası spor yarışmalarına katılan ve daha sonra sporu bırakan öğrencilerin sporu bırakma sebepleri arasında en önemli nedenler biri olarak akademik başarıyı etkilemesini göstermiştir. Araştırmadan elde edilen sonuçta araştırma örnekleminde yer alan öğrencilerin genel olarak akademik başarılarının orta ve yüksek düzeyde yoğunlaşmasının etkili olduğu düşünülmektedir.

Araştırmadan elde edilen bir başka sonuç ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi dersine yatkınlıkları konusunda olmuştur. Araştırmada ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi dersine yatkınlık düzeylerinin beden eğitimi dersine yönelik algılanan yetenek alt boyutunda yüksek olduğu, beden eğitimi dersine verilen değer alt boyutunda düşük olduğu ve beden eğitimi dersi yatkınlık düzeylerinin ise genel olarak orta düzeyde olduğu saptanmıştır.

İlkokul öğrencilerinin genel olarak beden eğitimi müfredatında yer alan aktivitelerinden hoşlandıkları; öğrencilerin beden eğitimi dersinden hoşlanmalarının da fiziksel aktiviteye katılımlarında önemli olduğunu vurgulamıştır (Belton ve ark., 2014; Welk, 1999). Öğrencilerin beden eğitimi dersinden hoşlanmalarının beden eğitimi dersine olan yatkınlıklarıyla da ilgili olduğu düşünülmektedir. Beden eğitimi dersine yatkınlığı etkileyen faktörler; bilişsel tutum, duygusal tutum, öz-yeterlik, hoşlanma ve yetkinlik olarak belirtilmektedir (Belton ve ark., 2014; Hilland ve ark., 2009). Araştırmada ortaokul öğrencilerin beden eğitimi dersine yönelik algılanan yetenek konusunda yeteneklerinin yüksek olduğu görülmüştür. Benzer bir araştırmada Keskin (2015) de ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi dersine yönelik yeterliklerinin yüksek olduğunu belirtmiştir. Bu sonucun araştırmadan elde edilen sonucu destekler nitelikte olduğu görülmüştür.

Araştırmada ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi dersine verdikleri değer düşük düzeyde olduğu görülmüştür. Beden eğitimi dersine verilen değer daha çok beden eğitimi dersine yönelik bilişsel tutum, duygusal tutum ve beden eğitimi dersinden hoşlanmayla ilgili olduğu düşünülmektedir (Belton ve ark., 2014; Hilland ve ark., 2009). Öğrencilerin beden eğitimi dersine yönelik tutumlarını konu edinen çalışmalara bakıldığında; Aydoğan (2017) beşinci sınıf öğrencileri üzerinde yapmış olduğu çalışmada öğrencilerin beden eğitimi dersine yönelik tutumlarının olumlu olduğunu belirtmiştir. Ünlü (2012)'nin de ortaöğretim öğrencileri üzerinde yapmış olduğu çalışmada orta öğretim öğrencilerinin beden eğitimi dersine yönelik tutumlarının olumlu olduğu görülmüştür. Öğrencilerin beden eğitimi dersine yönelik tutumlarını konu edinen farklı araştırmalarda da beden eğitimi dersine yönelik tutumların olumlu olduğu görülmüştür (Chatterjee, 2013; Ünlü, Karahan, Aydos ve Öner, 2011). Bu sonuçların araştırmadan elde edilen sonuçla örtüşmediği söylenbilir.

Araştırmada ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi dersine yatkınlık düzeylerinin ise orta düzeyde olduğu görülmüştür. Araştırmadan elde edilen bu sonuçtan hareketle araştırma örneklemindeki ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi dersine yatkın oldukları söylenebilir. Konu ile ilgili Erbaş ve Ünlü (2016) ve Erbaş, Ünlü ve Kalemoglu-Varol (2016)'un yapmış oldukları çalışmalarda da ortaokul ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi dersine yatkınlıklarının yüksek olduğu anlaşılmıştır. Öğrencilerin beden eğitimi dersine yatkınlıklarının fiziksel aktiviteye katılımlarının artmasına katkı sağlayacağı (Belton ve ark., 2014; Welk, 1999) ve okul dışında da fiziksel aktiviteye katılımlarının önünü açacağı belirtilmiştir (Hilland ve ark., 2009).

Araştırmadan elde edilen bu sonuçtan hareketle araştırma örneklemindeki öğrencilerin beden eğitimi dersine yönelik öz-yeterlik ve yetenek bağlamında kendilerini yeterli buldukları ancak bilişsel tutum, duyuşsal tutum ve beden eğitimi dersinden hoşlanma bağlamında ise tutumlarının ve hoşlanma düzeylerinin düşük olduğu görülmüştür. Bu sonucunda beden eğitimi dersine yakınlık düzeyinin orta düzeyde olmasını etkilediği düşünülmüştür.

Araştırmadan elde edilen bir başka sonuç ise cinsiyet değişkeni açısından araştırma örnekleminde yer alan ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi dersine yakınlık ölçeğinin genelinden ve alt boyutların elde ettikleri ortalamalar konusunda olmuştur. Buna göre beden eğitimi dersine yönelik algılanan yetenek boyutunda anlamlı farklılığa rastlanırken beden eğitimi dersine verilen değer ve beden eğitimi dersine yakınlık ölçeğinin genelinde anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır.

Araştırmada ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi dersine yönelik algıladıkları yetenek boyutundaki farklılığın kız öğrenciler lehine olduğu görülmüştür. Bir başka ifade ile araştırma örneklemindeki kız öğrencilerin erkek öğrencilere kıyasla kendilerini daha yetenekli algıladıkları söylenebilir. Subramaniam ve Silverman (2007), beden eğitimi dersine yönelik algılanan yetenek bakımından kız ve erkeklerin birbirinden farklılık gösterdiklerini ve algılanan yetenek ve başarının cinsiyetle ilişkilendirilebileceğini belirtmiştir. Ancak konu ile ilgili farklı araştırmalarda ise erkeklerin kızlara kıyasla daha yetenekli olduğu görülmüştür (Hilland, Stratton, Vinson ve Fairclough, 2009). Klasson-Heggebo ve Anderssen, (2003) erkeklerin fiziksel yönden daha aktif olduklarını ve algılanan yetenek açısından kızlara göre düzeylerinin daha yüksek olduğunu belirtmiştir. Kızların erkeklere göre ergenlik dönemine daha önce girmesinin, fiziksel anlamda uğradıkları değişiklikler açısından kendilerini yetenek yönünden zayıf hissetmelerine neden olabileceği de belirtilmiştir (Thompson, Baxter-Jones, Mirwald ve Bailey, 2003).

Ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi dersine verdikleri değer cinsiyet değişkeni açısından ele alındığında ise anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Konu ile ilgili; Chatterjee (2013) ve Keskin (2015)'in yapmış oldukları araştırmalarda da cinsiyet değişkeni açısından beden eğitimi dersine yönelik tutumun farklılaşmadığı görülmüştür. Bu sonuçlar araştırmadan elde edilen sonucu destekler niteliktedir. Ancak Aydoğan (2017) ortaokul beşinci sınıf öğrencileri üzerinde yapmış olduğu çalışmasında kız öğrenciler lehine anlamlı farklılık tespit ettiği görülmüştür. Bunun yanında yine Fairclough, Ridgers ve Welk (2012)'in yaptığı araştırmada da cinsiyet değişkeni açısından anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin genel olarak beden eğitimi dersine verilen değer boyutundaki ortalamalarının düşük olmasının bu sonucu etkilediği düşünülmüştür.

Araştırmada ayrıca kız ve erkek öğrencilerin beden eğitimi dersine yakınlıklarının genel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Kirk (2009) ve Singerland, Oomen ve Borghouts (2011) kız ve erkek öğrencilerin beden eğitimi dersi müfredatını farklı şekillerde algıladıklarını ve beden eğitimi dersi müfredatının beden eğitimi dersine yakınlık konusunda belirleyici bir faktör olduğunu belirtmişlerdir. Araştırmadan elde edilen bu sonuçtan hareketle araştırma örneklemindeki öğrencilerin beden eğitimi derslerinde yarışmacı ve mücadeleci öğrenme etkinliklerine daha az yer verildiği ve bununla kız ve erkek öğrencilerin beden eğitimi dersine yakınlıklarında farklılık olmamasında etkili olduğu düşünülmüştür.

Araştırmada ortaokul öğrencilerinin öğrenim gördükleri sınıf değişkeninin beden eğitimi dersine yönelik algılanan yetenek ve beden eğitimi dersine verilen değer boyutunda anlamlı

farklılığa neden olurken beden eğitimi yatkınlık ölçeğinin genelinde anlamlı bir farklılığa neden olmamıştır. Ortaokul öğrencilerinin öğrenim gördükleri sınıf değişkenine göre beden eğitimi dersine yönelik algıladıkları yetenek düzeylerinin anlamlı bir şekilde farklılaştığı; 6. sınıf öğrencilerinin beden eğitimi dersine yönelik algılanan yetenek puanlarının 5, 7 ve 8. sınıf öğrencilerine göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Araştırmadan elde edilen bu sonuca paralel olarak Keskin (2015); Erbaş ve Ünlü (2016) ve Erbaş, Ünlü ve Kalemoglu – Varol (2016)'un ortaokulda öğrenim gören öğrenciler üzerinde yapmış oldukları çalışmalarında öğrencilerin öğrenim gördükleri sınıf düzeyine göre beden eğitimi dersine yönelik algıladıkları yetenek boyutunda anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Ortaokul öğrencilerinin ergenlik dönemine girmeleri ile birlikte vücut bölümleri ve sistemlerinde meydana gelen fiziksel değişim ve gelişim onların motorik özelliklerinde de değişimi beraberinde getirmektedir. Bu durumun öğrencilerin beden eğitimi dersindeki yeteneklerini etkilediği düşünülmüştür.

Araştırmadan elde edilen bir başka sonuçta ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi dersine verdikleri değerlerin öğrenim gördükleri sınıf değişkeni açısından anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmüştür. Ortaokul öğrencilerinin öğrenim gördükleri sınıf değişkenine göre beden eğitimi dersine verdikleri değer açısından en yüksek puanın 8. sınıflara ve sırasıyla 7. sınıf, 6. sınıf ve 5. sınıflara ait olduğu görülmüştür. Araştırmadan elde edilen bu sonucun Ghofrani ve Golsanamlou, (2012) yapmış olduğu araştırmanın sonuçları ile örtüştüğü görülmüştür. Ancak Subramaniam ve Silverman (2007), Ünlü (2012)'nin yapmış olduğu araştırmalarda ise sınıf değişkeni açısından anlamlı bir farklılık görülmemiştir.

Sınıf değişkeni açısından ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi dersin yatkınlık ölçeğinin genelinden elde ettikleri puanlar açısından anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Bir başka ifade ile öğrencilerin öğrenim gördükleri sınıf düzeyinin beden eğitimi dersine yatkınlıklarını etkilemediği ileri sürülebilir. Ancak Luke ve Cope (1994) sınıf düzeyinin artması ile yatkınlık düzeyinin azalması durumunu, tamamıyla müfredat içeriklerinin tekrarına ve ergenlikte yaşanan fiziksel ve psikolojik değişimlere bağlamıştır.

Beden eğitimi dersine verilen değer boyutunda ve her ne kadar anlamlı bir farklılık tespit edilmese de beden eğitimi dersine yatkınlık düzeylerinin sınıf düzeyi arttıkça arttığı görülmüştür. Öğrencilerin beden eğitimi dersi dışında da aktif olma durumları, ebeveynlerinin beden eğitimi ve spora bakış açıları ve beden eğitimi öğretmeninin dersi işleyiş tarzının, bu sonuca etki ettiği düşünülebilir.

Araştırmada okul başarısı değişkeni açısından ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi dersine yatkınlıkları karşılaştırılmıştır. Beden eğitimi dersi yatkınlık ölçeğinin; beden eğitimi dersine yönelik algılanan yetenek ve beden eğitimi dersine verilen değer boyutlarında anlamlı bir farklılığa rastlanırken ölçeğin genelinden elde edilen puanlar açısından anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır.

Okul başarısı yüksek olan öğrencilerin beden eğitimi dersine yönelik algıladıkları yeteneklerinin, okul başarıları orta ve düşük seviye olan öğrenciler göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Balanlı ve Ünlü (2016) spor yapan öğrencilerin akademik öz-yeterliklerinin arttığını; ayrıca spor yapan bireylerin kendilerine olan güvenlerinin ve inançlarının da daha fazla olduğunu bu nedenle kazandıkları öz-yeterlik inancının akademik konularda da etkili olabileceğini belirtmiştir. Bu sonuç bazı araştırmalarla paralellik göstermektedir. Benzer araştırmalarda da; Trudeau ve Shephard (2008) ve Yalçın ve Balcı (2013) spora katılım ile akademik başarı arasında anlamlı bir ilişki olduğunu ve spora katılımın akademik başarıyı olumlu yönde etkilediğini belirtmiştir.

Okul başarısı değişkenine göre beden eğitimi dersine verilen değer boyutu karşılaştırıldığında akademik başarısı düşük olan öğrencilere beden eğitimi dersine verdikleri değerler daha yüksek olduğu görülmüştür. Taşgın ve Tekin (2009)' in yaptığı benzer bir çalışmada, ortaöğretimdeki öğrencilerin beden eğitimi dersine yönelik tutum ve görüşleri ile akademik başarıları arasında negatif yönde bir ilişki görülmüştür. Yanık ve Çamlıyer (2015) yaptıkları çalışmada benzer sonuçları bulmuş ve genelde akademik başarısı düşük olan bireylerin kendilerini başka bir alanda gösterme çabası içinde olduklarını belirtmiştir. Bu durum akademik yönden başarısız olan öğrencilerin kendilerini okula bağlı hissetmek için beden eğitimi dersini bir araç olarak görme eğiliminde oldukları şeklinde açıklanabilir.

Okul başarısı seviyelerine göre beden eğitimi dersi yatkınlık düzeyleri karşılaştırıldığında ise anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır. Spora katılımın ortaöğretim öğrencilerinin akademik başarılarına etkisinin araştırıldığı Balanlı ve Ünlü (2016) tarafından yapılan çalışmada da akademik başarı ile spora katılım arasında anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır. Konu ile ilgili yapılan benzer çalışmalar da spor katılım ile akademik başarı arasında bir ilişkinin olmadığı belirtilmiştir (Asiabi, 2012; Sahebi, 2014). Bu sonuçların çalışmadan elde edilen sonucu destekler nitelikte olduğu söylenebilir.

Araştırmada okul başarısı ile beden eğitimi yatkınlık düzeyi arasında anlamlı bir farklılık olmaması; araştırma örneklemindeki ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi dersi yatkınlık düzeyleri ve okul başarısı düzeylerinin her ikisinin de orta düzeyde olmasının etkili olduğu düşünülmüştür.

Araştırmadan elde edilen bir başka sonuç ise araştırma örneklemindeki ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktivite egzersiz davranışları değişim basamağı ile beden eğitimi dersine yatkınlıkları konusunda olmuştur. Fiziksel aktivite egzersiz davranışları değişimi ile beden eğitimi dersine yatkınlık ölçeğinin “beden eğitimi dersine yönelik algılanan yetenek” boyutunda pozitif yönlü anlamlı bir ilişkiye rastlanırken “beden eğitimi dersine verilen değer” boyutunda negatif yönlü anlamlı bir ilişkiye rastlanmıştır. Fiziksel aktivite egzersiz davranışı değişimi ile beden eğitimi dersine yatkınlık ölçeğinin geneli arasındaki ise anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır. Bu sonuçtan hareketle fiziksel aktiviteye katılan öğrencilerin kendilerini yetenekli algıladıkları, ancak beden eğitimi dersine daha az değer verdikleri; fiziksel aktiviteye katılım ile beden eğitimi dersine yatkınlık arasında ise anlamlı bir ilişkinin olmadığı söylenebilir.

Öğrencilerin fiziksel aktivite egzersiz davranışları değişimleri incelendiğinde hareket ve devamlılık alt boyutlarındaki öğrenci yüzdelerinin daha yüksek olduğu ve bu nedenle egzersiz yapma oranının yüksek olması ile beden eğitimi dersine yönelik algılanan yetenek arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki söz edilebilir. Nitekim Trudeau ve Shephard (2008), fiziksel yönden aktif olan bireylerin beden eğitimi dersine yönelik bakış açılarının da pozitif yönde olduğunu belirtmiştir. Egzersiz yapan bireylerin, sahip oldukları yetenekleri ortaya çıkarmada daha başarılı oldukları ve mevcut yeteneklerini daha fazla geliştirebildikleri görülmüştür (Cengiz, İnce ve Çiçek 2009). Callaghan ve ark. (2002)'nin yaptıkları çalışmalarda, hazırlık, hareket ve devamlılık basamaklarında olan bireylerin, egzersiz davranış basamağının alt aşamalarında olan yani inaktif gruptaki (eğilim öncesi ve eğilim basamakları) bireylere göre egzersiz öz-yeterliliklerinin daha yüksek olduğunu belirtmiştir.

Fiziksel aktivite egzersiz davranışları değişimi ile beden eğitimi dersine verilen değer alt boyutunda ise negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu sonucu ile ilgili olarak öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerinde meydana gelen artışın beden eğitimi dersine yönelik tutumlarının

azalmasına neden olduğu ileri sürülebilir. Öğrencilerin beden eğitimi dersine yönelik olumlu tutumlarının fiziksel aktiviteye de katılıma yönelik olumlu tutum geliştirmelerine olanak sağlayacağı belirtilirken beden eğitimi dersine yönelik olumsuz tutum geliştirmelerinin ise fiziksel aktiviteye yönelik olumsuz tutum oluşturmalarına neden olduğu belirtilmiştir (Silverman ve Scrabis, 2004).

Araştırmadan elde edilen sonucun okullarda işlenen beden eğitimi dersinden, dersin içeriğinden ve diğer faktörlerden kaynaklandığı düşünülmüştür. Nitekim yapılan farklı araştırmalarda; beden eğitimi dersinin işleniş şekli, işlendiği yer, öğretmen – öğrenci ilişkileri ve beden eğitimi ders müfredatı gibi durumların öğrencinin beden eğitimi dersine bakış açısını etkilediği belirtilmiştir (Çiçek, Koçak ve Kirazcı, 2002).

Fiziksel aktivite egzersiz davranışları ile beden eğitimi dersine yakınlık arasında ise anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır. Araştırmada ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi dersine verdikleri değer orta düzeyde olması fiziksel aktivite egzersiz değişim davranışı ile beden eğitimi dersine yakınlıkları arasında anlamlı bir ilişkinin olmamasında etkili olduğu düşünülmüştür.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırmada sonuç olarak ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktivite egzersiz değişim davranışlarının üst basamaklarında yer aldığı, fiziksel aktiviteye katıldığı ve devam ettiği görülmüştür. Ayrıca araştırmada ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi dersine yakınlık düzeylerinin ise genel olarak orta düzeyde olduğu saptanmıştır. Ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktivite egzersiz değişim davranışları ile beden eğitimi dersine yönelik algıladıkları yetenek ve beden eğitimi dersine verdikleri değer arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanırken, beden eğitimi dersine yakınlıkları arasında anlamlı bir ilişki görülmemiştir.

Ortaokul dönemi çocukların birçok konuda tutum oluşturmaları açısından önemli bir dönem olarak görülmektedir. Bu açıdan öğrencilerin fiziksel aktiviteye katılımları ve gelecekte de fiziksel aktiviteye devam etmelerinde beden eğitimi derslerinde yaşayacakları olumlu deneyimler etkili olacaktır. Beden eğitimi öğretim programlarının öğrencilerin ilgi ve ihtiyaçları dikkate alınarak planlanması; beden eğitimi derslerinde seçilen öğrenme etkinliklerinin yarışma ve rekabet duygusunu öne çıkarmaktan ziyade öğrencilerin zevk, estetik ve heyecan duygularını ön plana çıkarması, derslerde öğrencilerin yüksek katılım gösterecekleri öğrenme etkinliklerine yer verilmesi öğrencilerin fiziksel aktiviteye yönelik olumlu tutum oluşturmalarına katkı sağlayacaktır.

Konu ile ilgili olarak ileriki araştırmalarda öğrencilerin beden eğitimi derslerine yönelik yakınlıklarının, algıladıkları yeteneklerin ve verdikleri değer arttırılmasına ya da nasıl arttırılacağına dair araştırmaların yapılması önerilmektedir. Ayrıca beden eğitimi dersi müfredatının ve beden eğitimi dersindeki öğretim etkinliklerinin öğrencilerin fiziksel aktiviteye katılımlarına ve beden eğitimi dersine yönelik yakınlıklarına bir etkisinin olup olmadığı da ileri araştırmalarda ele alınabilir.

KAYNAKLAR

Asiabi, R. S. (2012). *Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinde Fiziksel Aktivite Alışkanlıkları ve Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışlarının Akademik Başarı ile İlişkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Ay, S., Temel, A. B. (2008). The trans theoretical model of behavioral change to exercise in applying to adult Turkish people. *Gait & Posture*, 28, 118.

Aydoğan, H. (2017). The Analysis of the 5th Grade Students' Attitudes and Self-Efficacy for Physical Education Course in Terms of Demographic Characteristics. *Journal of Education and Training Studies*, 5(1), 141-151.

Balanlı, O. F. (2017). *Spora Katılımın Ortaöğretim Öğrencilerinin Akademik Başarılarına ve Öz-Yeterliklerine Etkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Aksaray Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü, Aksaray.

Belton, S., O'Brien, W., Meegan, S., Woods, C., Issartel, J. (2014). Youth-Physical Activity Towards Health: evidence and background to the development of the Y-PATH physical activity intervention for adolescents. *BMC Public Health*, 14(1), 122.

Blair, S. N. (2009). Physical inactivity: the biggest public health problem of the 21st century. *British journal of sports medicine*, 43(1), 1-2.

Bluehardt, M. H., Shephard, R. J. (1995). Using an extracurricular physical activity program to enhance social skills. *Journal of Learning Disabilities*, 28(3), 160-169.

Callaghan, P., Eves, F. F., Norman, P., Chang, A. M., Lung, C. Y. (2002). Applying the transtheoretical model of change to exercise in young Chinese people. *British journal of health psychology*, 7 (3), 267-282.

CDC, (2013). (Centers for Disease Control and Prevention, & Centers for Disease Control and Prevention.). Winnable Battles Final Report. 11 Eylül 2017 tarihinde <https://www.cdc.gov/winnablebattles/report/docs/winnable-battles-final-report.pdf> sayfasından erişilmiştir.

Çeker, A., Çekin, R., Ziyagil, M. A. (2013). Farklı Yaş Gruplarındaki Kadın ve Erkeklerin Düzenli Fiziksel Aktiviteye Katılım Davranışının Değişim Basamakları. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 8 (1), 11-20.

Cengiz, C. (2007). *Physical Activity and Exercise Stages of Change Levels of Middle East Technical University Students*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Orta Doğu Teknik Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, Ankara.

Cengiz, C., Hünük, D., İnce, M. L. (2014). Fiziksel Aktivite Egzersiz Davranışı Değişim Basamakları Anketinin Türk Ortaokul Öğrencilerinde Psikometrik Değerleri ve İlk Bulgular. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 8 (1), 131-139.

Cengiz, C., İnce, M. L., Çiçek, Ş. (2009). Exercise stages of change in Turkish university students by sex, residence, and department. *Perceptual and motor skills*, 108 (2), 411-421.

Chatterjee, S. (2013). Attitudes toward physical education of school going adolescents in West Bengal. *International Journal of Innovative Research in Science, Engineering and Technology*, 2(11), 6068-6073.

Chow, B. C., McKenzie, T. L., Louie, L. (2015). Children's physical activity and associated variables during preschool physical education. *Advances in Physical Education*, 5(1), 39-49.

Çiçek, Ş., Koçak, S., Kirazcı, S. (2002). Beden Eğitimi Derslerinde Çeşitli Öğretmen ve Öğrenci Davranışlarının Öğrencilerin Derse Katılımındaki Önemi ve Sergilenme Sıklığı. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 7(4), 3-14.

Cvejic, D., Ostojić, S. (2018). Effects of the fitt program on physical activity and health-related fitness in primary school age children. *Facta Universitatis, Series: Physical Education and Sport*, 15(3), 437-451.

Erbaş, M. K., Ünlü, H. (2016). The Relationship between the Levels of Physical Education Predisposition and Motor Skills of Adolescent Female Students. *Turkish Online Journal of Educational Technology (INTE 2016)*, 1091-1908.

Erbaş, M. K., Ünlü, H., Kalemoglu-Varol, Y. (2016). Ortaokul Öğrencilerinin Beden Eğitimi Dersine Yatkinlik Düzeylerinin İncelenmesi. Ejer Congress 2016 Conference Proceedings (pp.14-15) Ankara: Anı Yayıncılık.

Erbaş, M. K., Ünlü, H., Kalemoglu-Varol, Y. (2015). Turkish Conformation of the Physical Education

- Predisposition Scale: A Validity and Reliability Study. *Journal of Educational Sciences Research*, 5(1), 115-126.
- Fairclough, S. J., Ridgers, N. D., Welk, G. (2012). Correlates of children's moderate and vigorous physical activity during weekdays and weekends. *Journal of Physical Activity and Health*, 9(1), 129-137.
- Gammon, C. (2016). *Mediators and Moderators of the Relationship Between Family Variables and Child Physical Activity*. Yayınlanmamış doktora tezi, Michigan State Üniversitesi.
- Ghofrani, M., Golsanamlou, M. (2012). Students' Perception of Physical Education Courses and Its Relationship with Their Participation in Sport Activities. *Sport Scientific & Practical Aspects*, 9 (1), 21-31.
- Glickman, D., Parker, L., Sim, L. J., Cook, H. D., Miller, E. A. (2012). *Accelerating progress in obesity prevention: Solving the weight of the nation*. Washington, DC: The National Academies Press.
- Green, L. W., Kreuter, M. W. (1991). Health promotion planning: an educational and environmental approach. In *Health promotion planning: an educational and environmental approach*. Mountain View, CA: Mayfield Publishing.
- Gürbüz, A. (2012). Determining The Attitude Of Secondary School Students Towards Physical Education And Sport Lesson (Muğla Sample). *Pamukkale Journal of Sport Sciences*, 3(2), 78-89.
- Haas, S., Nigg, C. R. (2009). Construct validation of the stages of change with strenuous, moderate, and mild physical activity and sedentary behaviour among children. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 12 (5), 586-591.
- Hardy, L.L., King, L., Espinel, P., Cosgrove, C., Bauman, A. (2016). NSW Schools Physical Activity and Nutrition Survey (SPANS) 2010: Full Report 2011. Sydney: NSW Ministry of Health Google Scholar.
- Hilland, T. A., Stratton, G., Vinson, D., Fairclough, S. (2009). The physical education predisposition scale: Preliminary development and validation. *Journal of Sports Sciences*, 27 (14), 1555-1563.
- Karasar, N. (2011). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Keskin, N. (2015). Ortaokul Öğrencilerinin Beden Eğitimi Dersine Yönelik Tutum ve Öz-Yeterlikleri. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Trabzon.
- Kirk, D. (2009). *Physical education futures*. London and Newyork; Routledge, Taylor & Francis Group.
- Kjønniksen, L., Fjørtoft, I., Wold, B. (2009). Attitude to physical education and participation in organized youth sports during adolescence related to physical activity in young adulthood: A 10-year longitudinal study. *European physical education review*, 15(2), 139-154.
- Klasson-Heggebø, L., Anderssen, S. A. (2003). Gender and age differences in relation to the recommendations of physical activity among Norwegian children and youth. *Scandinavian Journal of medicine & science in sports*, 13 (5), 293-298.
- Koyun A. (2013). *Yetişkin kadınlara değişim aşamaları modeli ile yapılan eğitimin sigarayı bırakma davranışı üzerine etkisi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Kriemler, S., Meyer, U., Martin, E., Van Sluijs, E. M., Andersen, L. B., Martin, B. W. (2011). Effect of school-based interventions on physical activity and fitness in children and adolescents: a review of reviews and systematic update. *British Journal of Sports Medicine*, 45 (11), 923-930.
- Luke, M. D., Cope, L. D. (1994). Student attitudes toward teacher behavior and program content in school physical education. *Physical Educator*, 51(2), 57-66.
- Marcus, B. H., Selby, V. C., Niaura, R. S., Rossi, J. S. (1992). Self-Efficacy and the Stages of Exercise Behavior Change. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 63, 60-66.

- Meydanlıoğlu, A. (2015). Çocuklarda Fiziksel Aktivitenin Biyopsikososyal Yararları. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 7 (2), 125-135.
- Nicaise, V., Kahan, D. (2013). Psychological changes among Muslim students participating in a faith-based school physical activity program. *Research quarterly for exercise and sport*, 84(4), 522-529.
- Pehlivan, Z. (2013). Okullararası Spor Yarışmalarına Katılanların Spor Bırakma ve Devam Etme Nedenleri. *Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 24 (3), 209-225.
- Prochaska, J. O., DiClemente, C. C., Norcross, J. C. (1992). In search of how people change: Applications to addictive behaviors. *American psychologist*, 47(9), 1102-1114.
- Ridgers, N. D., Stratton, G., Fairclough, S. J. (2005). Assessing physical activity during recess using accelerometry. *Preventive medicine*, 41(1), 102-107.
- Rowe, D. A., Raedeke, T. D., Wiersma, L. D., Mahar, M. T. (2007). Investigating the youth physical activity promotion model: internal structure and external validity evidence for a potential measurement model. *Pediatric Exercise Science*, 19(4), 420-435.
- Sahebi, A. (2014). *Üniversite Öğrencilerinin Fiziksel Aktivite Düzeyleri ile Akademik Başarıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Sert, Z. E., Temel, A. B. (2014). İlköğretim öğrencileri için fiziksel aktivite soru formunun Türk toplumuna uyarlanması: geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergisi*, 7(2), 109-114.
- Silverman, S., Scrabis, K. A. (2004). A review of research on instructional theory in physical education 2002-2003. *International Journal of Physical Education*, 41(1), 4-12.
- Singerland, M., Oomen, J. & Borghouts, L. (2011). Physical activity levels during Dutch primary and secondary school physical education. *European Journal of Sport Science*, 11(4), 249-257.
- Spencer, L., Adams, T. B., Malone, S., Roy, L., Yost, E. (2006). Applying the transtheoretical model to exercise: a systematic and comprehensive review of the literature. *Health promotion practice*, 7(4), 428-443.
- Steele, M. M. (2011). Health and fitness: An issue for high school teachers and students. *The Clearing House: A Journal of Educational Strategies, Issues and Ideas*, 84(2), 72-74.
- Subramaniam, P. R., Silverman, S. (2007). Middle school students' attitudes toward physical education. *Teaching and teacher education*, 23(5), 602-611.
- T. C. Sağlık Bakanlığı (2014). Türkiye Beslenme ve Sağlık Araştırması 2010: Beslenme Durumu ve Alışkanlıklarının Değerlendirilmesi Sonuç Raporu. Ankara, Sağlık Bakanlığı Sağlık Araştırmaları Genel Müdürlüğü. 27 Aralık 2017 tarihinde http://www.sagem.gov.tr/TBSA_Beslenme_Yayini.pdf sayfasından erişilmiştir.
- Taşgım, Ö., Tekin, M. (2009). Çeşitli değişkenlere göre ilköğretim ve orta öğretim kurumlarında öğrenim gören öğrencilerin beden eğitimi ve spor dersine ilişkin tutum ve görüşleri. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 17(2), 457-466.
- Thompson, A., Baxter-Jones, A. D., Mirwald, R. L., Bailey, D. A. (2003). Comparison of physical activity in male and female children: does maturation matter? *Medicine and science in sports and exercise*, 35(10), 1684-1690.
- THSK, (2014). (Sağlık Bakanlığı Türkiye Halk Sağlığı Kurumu, 2014). *Çocuk ve ergenlerde fiziksel aktivite. Türkiye Fiziksel Aktivite Rehberi*. Ankara: Kuban Matbaacılık.
- Trudeau, F., Shephard, R. J. (2008). Physical education, school physical activity, school sports and academic performance. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 5, 10.
- Ünlü, H. (2012). Attitudes towards physical education course among foreign national students receiving education in Turkey. *Energy Education Science and Technology Part B-Social and Educational Studies*, 4(1), 205-211.

Ünlü, H., Karahan, M., Aydos, L., Öner, M. (2011). A comparative study: the attitudes of Turkish and foreign male students to the physical education lesson. *Croatian Journal of Education*, 13(1), 169-187.

Welk, G. J. (1999). The youth physical activity promotion model: a conceptual bridge between theory and practice. *Quest*, 51 (1), 5-23.

WHO (World Health Organization), (2011). *Global status report on noncommunicable diseases 2010*. Geneva: World Health Organization.

Yalçın, U., Balcı, V. (2013). 7-14 Yaş Arası Çocuklarda Spora Katılımdan Sonra Okul Başarılarında, Fiziksel ve Sosyal Davranışlarında Oluşan Değişimlerin İncelenmesi. *SPORTMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 11 (1), 27-33.

Yanık, M., Çamlıyer, H. (2015). Ortaöğretim 9. sınıf öğrencilerinin beden eğitimi ve spora ilişkin tutumları ile okula yabancılaşma düzeyleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi. *Spor, Egzersiz ve Antrenman Bilimi*, 1 (1), 9-19.