



Obezite Farkındalık Durumu, Beslenme Bilgi Puanı ve Fiziksel Aktivite Düzeyinin Bazı Değişkenler Bakımından Karşılaştırılması

Emin SÜEL¹, Gürkan YILMAZ², İrfan Güray YÜKSEL³, Emrah ŞENGÜR⁴

Özet

Amaç: Çalışmanın amacı, Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin obezite farkındalık durumları, beslenme bilgi puanları ve fiziksel aktivite düzeylerinin bazı değişkenler bakımından karşılaştırılmasıdır.

Materyal ve Metot: Çalışmaya Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören toplam 430 öğrenci katılmıştır. Öğrencilerin obezite farkındalık durumlarının belirlenmesinde Obezite Farkındalık Ölçeği, Beslenme bilgi puanlarının belirlenmesinde Yetişkinler İçin Beslenme Bilgi Düzeyi Ölçeği, fiziksel aktivite düzeylerinin belirlenmesinde ise Fiziksel Aktivite Ölçeği-2 kullanılmıştır. Verilerin analizinde ikili grubun karşılaştırılmasında Independent t testi, grupların karşılaştırılmasında ise One-Way ANOVA testi kullanılmıştır.

Bulgular: Öğrencilerin Obezite farkındalık puanı, beslenme bilgi puanı ve fiziksel aktivite puan ortalamalarının cinsiyet, yaş, sınıf ve bölüm değişkenine göre karşılaştırılmasında fark saptanmamıştır.

Sonuç: Sonuç olarak, öğrencilerin obezite farkındalıklarının yüksek düzeyde olduğu, temel beslenme bilgi puanlarının ortalama düzeyde olduğu ve fiziksel aktivite düzeylerinin ise yeterli aktivite düzeyinde olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler

Obezite Farkındalığı,
Beslenme,
Fiziksel Aktivite.

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 29.09.2022

Kabul Tarihi: 15.12.2022

Online Yayın Tarihi: 15.12.2022

DOI: 10.18826/useeabd.1182008

Comparison of Obesity Awareness Status, Nutrition Knowledge Score and Physical Activity Level in terms of Some Variables

Abstract

Aim: The aim of the study is to compare the obesity awareness status, nutritional knowledge scores and physical activity levels of the students studying at the Faculty of Sport Sciences in terms of some variables.

Methods: A total of 430 students studying at the Faculty of Sport Sciences participated in the study. The Obesity Awareness Scale was used to determine the obesity awareness status of the students, the Nutrition Knowledge Level Scale for Adults was used to determine the nutritional knowledge scores, and the Physical Activity Scale-2 was used to determine the physical activity levels. Independent t test was used to compare the paired groups, and the One-Way ANOVA test was used to compare the groups.

Results: No difference was found in the comparison of students' obesity awareness score, nutrition knowledge score and physical activity mean scores according to gender, age, class and department variables.

Conclusion: As a result, it was determined that the students' obesity awareness was at a high level, their basic nutritional knowledge scores were at an average level, and their physical activity levels were at an adequate activity level.

Keywords

Obesity Awareness,
Nutrition,
Physical Activity.

Article Info

Received: 29.12.2022

Accepted: 15.12.2022

Online Published: 15.12.2022

DOI:10.18826/useeabd.1182008

GİRİŞ

Sağlıklı bir toplum oluşturmanın ve yaşamın devam ettirilebilmesi için fiziksel aktivite ve beslenme temel gereksinimlerdendir (Erdoğan, 2021). Fiziksel aktivite, vücudun enerji harcaması gerektiren herhangi bir hareketi olarak tanımlanmaktadır. Bu, hareketsiz oturmak veya uzanmak dışında gün boyunca yaptığımız tüm hareketleri içermektedir (Bulguroğlu, Bulguroğlu & Özasan, 2021). Beslenme, sağlığın korunması, büyümenin ve gelişmenin sağlanması ve hastalıklardan korunmak amacıyla gerekli olan makro ve mikro besin öğelerini yeterli ve dengeli bir biçimde tüketilmesidir (Özenoğlu vd., 2021). Fiziksel hareketliliği azaltmak ve sağlıklı beslenme anlayışına yönelmek kronik hastalıkların erken dönemlerde meydana gelmesine, vücut direncinin düşmesine ve ergenlik ile vücut ekstremiteilerinin ideal düzeye gelmesinin gecikmesine sebep olmaktadır (Dost & Esin, 2021). Bu nedenledir ki düzenli

¹ Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, eminsuel@ohu.edu.tr, ORCID: 0000-0001-7783-8029

² Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, gyilmaz@ohu.edu.tr, ORCID: 0000-0001-6432-1143

³ Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, gyuksel@ohu.edu.tr, ORCID: 0000-0002-1547-0377

⁴ Sorumlu Yazar: Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, emrah sengur51@gmail.com, ORCID: 0000-0001-5092-2300

uygulanan fiziksel aktivite ve sağlıklı bir beslenme anlayışına sahip olmak güçlü bir bağışıklık sisteminin oluşmasında ve kronik hastalıklardan korunmayı sağlamada oldukça önemlidir (Samar, 2022; Küçükçankurtaran & Özdoğan, 2021). Fiziksel aktivite ve beslenme koşullarını yerine getirmeme ve günümüz koşullarında gelişen teknoloji neticesinde insanlar hareketsiz bir yaşam sürdürmekte ve bunun neticesinde de olumsuz sağlık problemleri ile karşılaşmaktadırlar (Oktay, Gökçe & Özer, 2021). Bu tür sağlık problemlerinin en başında ise obezite sorunu gelmektedir (Albayrak- Yaman & Ünal, 2021). Obezite, vücuda alınan toplam enerji miktarının vücutta harcanan enerjiden yüksek olması durumunda belli bir süre sonunda harcanamayan enerjinin yağ olarak depolanması neticesinde ortaya çıkan kardiyovasküler hastalıklar ve diyabet gibi kronik hastalıkları tetikleyen oldukça önem verilmesi gereken bir sağlık sorunudur (Arslan, Taşkaya & Kavalcı, 2020). Yanlış beslenme alışkanlıkları, yaş, cinsiyet, çevresel faktörler ve genetik etmenler gibi faktörler obezite oluşumuna sebep olmaktadır (Yılmaz, Şengür & Turasan, 2022). Bu sağlık problemi toplumun bütün kesimlerini etkilemekle birlikte üniversite dönemindeki öğrenciler üzerinde de olumsuz anlamda etkiye sahip olmaya başladığı söylenebilir (Aydın vd., 2020). Üniversite dönemindeki öğrenciler yeni bir döneme başlama, aileden uzaklaşma neticesinde düzensiz bir beslenme dönemine girmekte, fizyolojik ve psikolojik olarak gelişim dönemlerini henüz tamamlayamamalarından ötürü, ekonomik anlamda zorlanmaları, öğün atlama sıklıklarının artması, makro öğeleri yeterli ve dengeli düzeyde tüketmemeleri, vitamin ve mineral kullanımına özen göstermemeleri, ölçsüz yeme davranışı ve şişmanlık korkusunun yeme davranışlarında bozukluğa sebep olması ile kötü bir beslenme süreci geçirebilmekte, fiziksel aktiviteye katılımlarını azaltmakta ve bunun neticesinde obezite sorunu ile karşı karşıya kalmaktadırlar (Akın vd., 2022; Yılmaz vd., 2022; Süel, Şengür ve Turasan, 2021; Türkiye Beslenme Rehberi (TÜBER), 2015). Bu dönemde öğrencilerin obezite sorunu yaşamamaları için yeterli ve dengeli bir beslenme anlayışına sahip olmaları ve günlük gerekli düzeyde fiziksel aktivitelere katılım sağlamaları bu tür rahatsızlıkların ortaya çıkmasını engellemede oldukça önemlidir (Yıldırım, Şimşek & Kartal, 2022). Tüm bu sebepler doğrultusunda çalışmanın amacı, Spor Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim gören öğrencilerin obezite farkındalık durumları, beslenme bilgi puanları ve fiziksel aktivite düzeylerinin belirlenmesi ve bazı değişkenler bakımından karşılaştırılmasıdır.

MATERYAL VE YÖNTEM

Araştırma Modeli

Çalışmada tarama modeli kullanılmıştır. Tarama modeli, çok sayıda oluşan bir evrende, evren hakkında genel bir yargıya varmak amacıyla evrenin tümü ya da ondan alınacak bir grup, örnek ya da örneklem üzerinde yapılan tarama düzenlemeleridir (Karasar, 2022). Dünyayı etkisi altına alan Covid 19 ve benzeri hastalıkların gündelik hayata olumsuz etkilerinin olduğu bilinmektedir. Yapılan bu taramasında Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin obezite farkındalık durumları, beslenme bilgi düzeyi ve fiziksel aktivite düzeylerinin belirlenmesinde ve bazı değişkenler bakımından karşılaştırılmasında katkısı olacağı düşünülmektedir.

Evren ve Örneklem

Çalışmanın evrenini Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören öğrenciler oluştururken örneklemi ise Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören toplam 430 öğrenci oluşturmuştur. Çalışmada örneklem, basit tesadüfi (random) örnekleme ile seçimi yapılmıştır. Basit tesadüfi örneklemede evren içinden rastgele birimler listelenir ve seçilir (Kılıç, 2013).

Veri Toplama Araçları

Obezite Farkındalık Ölçeği: Öğrencilerin obezite farkındalık durumlarının belirlenmesinde Allen (2011) tarafından geliştirilen, Kafkas ve Özen (2014) tarafından Türkçe'ye uyarlanan Obezite Farkındalık Ölçeği kullanılmıştır. Ölçeğin Cronbach alfa güvenirlik katsayısını $\alpha=0,87$ olarak bulmuşlardır. Anket dördümlük likert tipinde olup 1 ile 4 arasında puan alınmaktadır. Ölçek alt boyutları; a) obezite farkındalığı (9 madde), obezite ve risk faktörleri hakkındaki bilgileri (Çocukluk döneminde obezite okuluma toplumuma ve ülkemde artıyor), b) beslenme alt boyutu (6 madde), kişinin beslenme alışkanlıklarını ve alınan besinlerin sağlığa etkisini (Her öğünde aşırı yemek önemli bir obezite olma nedenidir), c) fiziksel aktivite alt boyutu (5 madde), fiziksel aktivitenin sağlığa ve vücut ağırlığına etkisini (Sağlıklı olmak için her gün en az 60 dakika çeşitli egzersizler yapmak önemlidir) ölçmeyi

amaçlayan 20 madde ve 3 alt boyuttan oluşmaktadır. Bu çalışma için iç tutarlık katsayısı $\alpha=0,889$ şeklindedir.

Yetişkinler İçin Beslenme Bilgi Düzeyi Ölçeği: Öğrencilerin beslenme bilgi düzeylerinin belirlenmesinde Batmaz (2018) tarafından geliştirilmiş ve geçerlik-güvenirlik çalışması yapılmış Yetişkinler İçin Beslenme Bilgi Düzeyi Ölçeği (YETBİD) kullanılmıştır. Ölçeğin Cronbach alfa güvenirlik katsayısını $\alpha=0,72$ olarak bulmuşlardır. Anket beşli likert türünde olup 20 sorudan oluşmaktadır. Doğru önermelere kesinlikle katılıyorum cevabını verenler 4 puan, katılıyorum cevabını verenler 3 puan, ne katılıyorum ne katılmıyorum cevabını verenler 2 puan, katılmıyorum cevabını verenler 1 puan, kesinlikle katılmıyorum cevabını verenler 0 puan almışlardır. Yanlış önermelere kesinlikle katılıyorum cevabını verenler 0 puan, katılıyorum cevabını verenler 1 puan, ne katılıyorum ne katılmıyorum diyenler 2 puan, katılmıyorum diyenler 3 puan, kesinlikle katılmıyorum diyenler 4 puan almışlardır. Anketten alınabilecek en yüksek puan 80'dir. Öğrencilerin beslenme bilgi düzeyi ölçeği <45 kötü, 45-55 orta, 56-65 iyi ve >65 çok iyi olarak değerlendirilmiştir. Bu çalışma için iç tutarlık katsayısı $\alpha=0,693$ şeklindedir.

Fiziksel Aktivite Ölçeği: Çalışmada öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerinin belirlenmesinde Pedersen vd., (2018) tarafından geliştirilen, Gür (2021) tarafından Türkçe geçerlilik ve güvenilirliği yapılan Fiziksel Aktivite Ölçeği-2 (FAÖ-2) kullanılmıştır. Ölçeğin Cronbach alfa güvenirlik katsayısını $\alpha=0,92$ olarak bulmuşlardır. Ölçeğin formu 7 maddeden oluşmaktadır. Ölçek aracılığı ile bireyin oturma, yürüme, orta ve yüksek şiddetli fiziksel aktiviteleri için harcadığı süreler belirlenmeye çalışılır. Ölçekten elde edilen süre ve gün değerleri her bir madde için belirlenmiş MET değeri ile çarpılarak toplam fiziksel aktivite süresine eklenir MET (Metabolic Equivalent of Task) yapılan fiziksel aktivitenin enerji değerini ifade eder. MET değeri, belirlenmiş bir fiziksel aktivitenin enerji tüketimi değerini verir. 1 MET=1 kcal/kg/saatte harcanan metabolik hız değeridir (Günay, Tamer, Cicioğlu & Şıktar, 2019). MET değerleri, oturma: 1.5 MET, yürüme: 3.3 MET, orta şiddetli fiziksel aktivite: 4.0 MET, şiddetli fiziksel aktivite: 8.0 MET şeklinde hesaplanır. Ölçekte sorulan her maddenin metabolik eşdeğer (MET) karşılığı kullanılarak kişinin günlük ve haftalık fiziksel aktivite düzeyi tahmin edilebilmektedir. Üç farklı alt boyut sınıflandırması bulunmaktadır (Düşük aktivite <600 MET-dk/hafta, Yeterli aktivite 600-3000 MET - dk/hafta, Çok iyi aktivite >3000 MET- dk/hafta). Bu çalışma için iç tutarlık katsayısı $\alpha=0,749$ şeklindedir.

Veri Analizi

Verileri analiz etmek için SPSS 26 programı kullanılmıştır. Verilerin normallik dağılımlarının n sayısının 50 olması sebebiyle Kolmogorov Smirnov testi (Obezite $p<0,78$, Beslenme $p<0,56$, Fiziksel aktivite $p<0,74$) ile belirlenmiştir (Karagöz, 2018; Büyüköztürk, Akgün, Demirel, Karadeniz & Çakmak, 2015). İkili grubun puan ortalamalarının karşılaştırılmasında Independent t testi, ikiden fazla grup ortalamalarının karşılaştırılmasında One-Way ANOVA testi kullanılmıştır.

BULGULAR

Tablo 1. Öğrencilerin Yüzde Frekans Analizi

Kategorik Gruplar	n	%
Erkek	244	56,7
Kadın	186	43,3
17-19 yaş	41	9,5
20-22 yaş	259	60,2
23-25 yaş	120	27,9
26 yaş ve üzeri	10	2,3
1. Sınıf	42	9,8
2. Sınıf	101	23,5
3. Sınıf	95	22,1
4. Sınıf	192	44,7
Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	151	35,1
Antrenörlük Eğitimi	162	37,7
Spor Yöneticiliği	117	27,2
Toplam	430	100,0

Tablo 1 incelendiğinde çalışmaya katılan öğrencilerin %56,7'nin erkek, %43,3'nün kadın olduğu belirlenmiştir. Yaş grupları incelendiğinde %9,5'nin 17-19 yaş, %60,2'nin 20-22 yaş, %27,9'unun 23-25 yaş, %2,3'nünde 26 yaş ve üzeri olduğu belirlenmiştir. Sınıf grupları incelendiğinde %9,8'nin 1.sınıf, %23,5'nin 2.sınıf, %22,1'nin 3.sınıf, 44,7'sinin 4.sınıf olduğu belirlenmiştir. Bölüm grupları incelendiğinde %35,1'inin beden eğitimi ve spor öğretmenliği, %37,7'sinin antrenörlük eğitimi, %27,2'sinin spor yöneticiliği olduğu belirlenmiştir.

Tablo 2. Öğrencilerin Cinsiyet Değişkenine Göre Obezite Farkındalığı, Beslenme Bilgi Puanı ve Fiziksel Aktivite Puanlarının Karşılaştırılması

Değişken	Cinsiyet	n	\bar{X}	Ss	t	p
Obezite Farkındalık Puanı	Erkek	244	69,49	9,63	-0,116	0,908
	Kadın	186	69,59	8,84		
Beslenme Bilgi Puanı	Erkek	244	48,34	7,38	-0,577	0,564
	Kadın	186	48,76	7,68		
Fiziksel Aktivite Puanı	Erkek	244	2092,73	1234,50	0,003	0,997
	Kadın	186	2092,30	1312,46		

$p < .05$, Independent t testi

Tablo 1 incelendiğinde cinsiyet değişkenine göre obezite farkındalığı, beslenme bilgi puanı ve fiziksel aktivite puan ortalamalarının karşılaştırmasında fark saptanmamıştır.

Tablo 2. Öğrencilerin Yaş Değişkenine Göre Obezite Farkındalığı, Beslenme Bilgi Puanı ve Fiziksel Aktivite Puanlarının Karşılaştırılması

Değişken	Yaş	n	\bar{X}	Ss	F	p
Obezite Farkındalık Puanı	17-19	41	69,53	8,29	1,830	0,141
	20-22	259	68,82	9,45		
	23-25	120	70,74	9,27		
	26 ve üzeri	10	73,60	7,60		
Beslenme Bilgi Puanı	17-19	41	48,93	8,02	1,949	0,121
	20-22	259	47,84	7,137		
	23-25	120	49,80	8,032		
	26 ve üzeri	10	48,52	7,125		
Fiziksel Aktivite Puanı	17-19	41	1732,80	592,6	1,288	0,278
	20-22	259	2116,35	1229,8		
	23-25	120	2169,09	1513,81		
	26 ve üzeri	10	2032,44	803,84		

$p < .05$, One Way ANOVA

Tablo 2 incelendiğinde yaş değişkenine göre obezite farkındalığı, beslenme bilgi puanı ve fiziksel aktivite puan ortalamalarının karşılaştırmasında fark saptanmamıştır.

Tablo 3. Öğrencilerin Sınıf Değişkenine Göre Obezite Farkındalığı, Beslenme Bilgi Puanı ve Fiziksel Aktivite Puanlarının Karşılaştırılması

Değişken	Sınıf	n	\bar{X}	Ss	F	p
Obezite Farkındalık Puanı	1 Sınıf	42	67,83	9,13	2,305	0,076
	2 Sınıf	101	71,16	6,78		
	3 Sınıf	95	68,11	10,63		
	4 Sınıf	192	69,75	9,65		
Beslenme Bilgi Puanı	1 Sınıf	42	48,24	6,503	2,269	0,080
	2 Sınıf	101	49,79	7,449		
	3 Sınıf	95	47,03	7,166		
	4 Sınıf	192	48,65	7,823		
Fiziksel Aktivite Puanı	1 Sınıf	42	1856,77	742,052	1,628	0,182
	2 Sınıf	101	1983,91	956,085		
	3 Sınıf	95	2304,79	1429,776		
	4 Sınıf	192	2096,25	1401,295		

$p < .05$, One-Way ANOVA

Tablo 3 incelendiğinde sınıf değişkenine göre obezite farkındalığı, beslenme bilgi puanı ve fiziksel aktivite puan ortalamalarının karşılaştırmasında fark saptanmamıştır.

Tablo 4. Öğrencilerin Bölüm Değişkenine Göre Obezite Farkındalığı, Beslenme Bilgi Puanı ve Fiziksel Aktivite Puanlarının Karşılaştırılması

Değişken	Bölüm	n	\bar{X}	Ss	F	p
Obezite Farkındalık Puanı	1	151	69,66	8,29	0,575	0,563
	2	162	69,96	9,95		
	3	117	68,77	9,59		
Beslenme Bilgi Puanı	1	151	48,55	7,564	0,451	0,637
	2	162	48,86	7,670		
	3	117	48,00	7,236		
Fiziksel Aktivite Puanı	1	151	1949,22	1067,71	2,576	0,077
	2	162	2264,38	1501,95		
	3	117	2039,59	1124,17		

p<0,05, One-Way ANOVA 1: Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, 2 Antrenörlük Eğitimi, 3: Spor Yöneticiliği

Tablo 4 incelendiğinde bölüm değişkenine göre obezite farkındalığı, beslenme bilgi puanı ve fiziksel aktivite puan ortalamalarının karşılaştırılmasında fark saptanmamıştır.

TARTIŞMA

Bu çalışma, Spor Bilimleri Fakültesinde okuyan öğrencilerin cinsiyet, bölüm sınıf ve yaş değişkenleri açısından obezite farkındalıkları, beslenme bilgi puanlarının ve fiziksel aktivite durumlarının bazı değişkenler bakımından karşılaştırılması amacıyla yapılmıştır.

Yapılan çalışmada cinsiyet değişkenine göre obezite farkındalık durumlarının toplam puan ortalaması karşılaştırılmasında fark olmamasına rağmen kadın öğrencilerin obezite farkındalıklarının erkek öğrencilerden yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu durumun oluşmasında kadınların kilo kontrolünde erkeklere göre daha önem vermesinden kaynaklandığı düşünülmektedir. Yaş değişkenine göre obezite farkındalık durumlarının toplam puan ortalaması karşılaştırılmasında fark saptanmamıştır. Sınıf değişkenine göre obezite farkındalık durumlarının toplam puan ortalaması karşılaştırılmasında fark olmamasına rağmen. 2. Sınıf öğrencilerinin obezite farkındalıklarının yüksek düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Bu durumun oluşmasında covid 19 döneminde uzaktan eğitim ile dersleri işlemelerinin etkisi olduğu düşünülmektedir. Bölüm değişkenine göre obezite farkındalık durumlarının toplam puan ortalaması karşılaştırılmasında fark olmamasına rağmen antrenörlük eğitimi bölümünün obezite farkındalıklarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu durumun oluşmasında bölüm içerisinde daha fazla beslenme ve uygulamaya yönelik derslerin olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Akın vd., (2022) yaptığı çalışmada cinsiyet, sınıf ve bölüm değişkenlerine göre obezite farkındalık durumlarının toplam puan ortalaması karşılaştırılmasında fark saptamamışlardır. Yıldırım, Şimşek ve Kartal (2022) yapmış oldukları çalışmalarında cinsiyet değişkenine göre Obezite farkındalık ölçeği toplam puan değerleri karşılaştırıldığında fark tespit etmemişlerdir. Bu sonuca rağmen kadın öğrencilerin farkındalık düzeyi erkek öğrencilere göre daha yüksek olduğunu belirtmişlerdir. Terzi, Şahin-Kaya, Terzi ve Ege-Gündüz, (2021) sağlık alanında eğitim gören üniversite öğrencilerinin obezite farkındalık düzeyleri arttıkça, obeziteye karşı ön yargıların azaldığı ve katılımcıların obeziteye karşı mevcut ön yargılı tutumlarının farkında olmadıklarını belirtmişlerdir. Özkan, Adıbelli, İlaslan ve Taylan (2020) yapmış oldukları çalışmalarında cinsiyet değişkenine göre Obezite farkındalık ölçeği toplam puan değerleri karşılaştırıldığında fark tespit etmemişlerdir. Karagöz (2020) yapmış olduğu çalışmada cinsiyet değişkenine göre OFÖ toplam puan karşılaştırılmasında fark tespit etmemiştir. Yüksel (2019) yapmış olduğu çalışmada cinsiyet değişkenine göre OFÖ toplam puan karşılaştırılmasında anlamlı düzeyde farkın olduğunu farkın kadınlar lehine olduğunu tespit etmiştir. Bu durumun oluşmasında kadın öğrencilerin obeziteye karşı bilinçlerinin daha yüksek düzeyde olmasından kaynaklandığını belirtmiştir. Koyucu (2022) yapmış olduğu çalışmada sınıf ve yaş değişkenine göre OFÖ toplam puan değerleri karşılaştırıldığında fark tespit etmemiştir. Bu sonucu sınıf düzey ilerledikçe hasta ve çalışanlara tanık olmanın farkındalık düzeylerini arttıracığı düşünülse de öğrenciler arasında seviye farkının olmadığı şeklinde yorumlamıştır. Yüksel (2019) yapmış olduğu çalışmada yaş değişkenine göre OFÖ toplam puan karşılaştırılmasında fark tespit etmemiştir. Alasmari vd. (2017) üniversite öğrencilerinde obezite farkındalığını değerlendirmek için yaptıkları çalışmada, cinsiyet, ekonomik durum, yemek alışkanlıkları, aktivite seviyeleri, sigara kullanımları, alkol kullanımları ile farkındalık puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmamıştır. Özkan vd., (2020) Üniversite öğrencileri, sağlıklı

diyet ve sedanter alışkanlıklar gibi riskli davranışların önlenmesi konusunda desteklenmeli ve obezite hakkında farkındalığı artıracak eğitimler düzenli olarak planlanmasını önermektedirler. Literatürde yapılan çalışmalar incelendiğinde obezite farkındalık durumlarının cinsiyet, sınıf, bölüm ve yaş değişkenine göre karşılaştırmasında fark saptanmamış olup bulgularımızı destekler niteliktedir.

Yapılan çalışmada cinsiyet değişkenine göre beslenme bilgi puan ortalamasının karşılaştırmasında fark olmamasına rağmen kadın öğrencilerin beslenme bilgi puanlarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu durumu oluşmasında kadın öğrencilerin beğenilme ve fit görünme duygusunun daha fazla olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Sınıf değişkenine göre beslenme bilgi puan ortalamasının karşılaştırmasında fark olmamasına rağmen 2. Sınıf öğrencilerinin beslenme bilgi puanlarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu durumun oluşmasında covid 19 döneminde eğitim almaları ve beslenme ile ilgili araştırmaya yönelmelerinden kaynaklandığı düşünülmektedir. Yaş değişkenine göre beslenme bilgi puan ortalamasının karşılaştırmasında fark saptanmamıştır. Bölüm değişkenine göre beslenme bilgi puan ortalamasının karşılaştırmasında fark olmamasına rağmen Antrenörlük bölümü öğrencilerinin beslenme bilgi puanlarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu durumun oluşmasında antrenörlük eğitimi bölümünde öğrenim gören öğrencilerin hem beslenme dersi görmeleri hem de ders dışı beslenme ile ilgili etkinliklere antrenör olarak katılmalarından kaynaklandığı düşünülmektedir. Atasoy ve Güngör (2022) yapmış oldukları çalışmalarında cinsiyet değişkenine göre yetişkinler için beslenme bilgi düzeyi ölçeği beslenme bilgi puanlarının karşılaştırmasında anlamlı fark olduğunu farkın kadın öğrenciler lehine olduğunu tespit etmişlerdir. Bu durumun oluşmasında kadın öğrencilerin erkek öğrencilere göre sağlıklı beslenme ve kilo kontrolü konularında daha istekli olduğundan kaynaklandığını belirtmişlerdir. Kayalı-Karakuş (2022) yapmış olduğu çalışmasında cinsiyet değişkenine göre beslenme bilgi puanlarının karşılaştırmasında fark tespit etmemiştir. Ülker (2021) yapmış olduğu çalışmasında cinsiyet değişkenine göre beslenme bilgi puanlarının karşılaştırmasında fark tespit etmemiştir. Albayrak ve Ünal (2021) yapmış oldukları çalışmalarında cinsiyet değişkenine göre beslenme bilgi puanlarının karşılaştırmasında fark olmadığını, sınıf değişkenine göre beslenme bilgi puanlarının karşılaştırmasında ise anlamlı fark olduğunu farkın son sınıflarda okuyan öğrenciler lehine olduğunu belirtmişlerdir. Bu durumun oluşmasında fakülteye göre değişen derslerin ve uygulanan stajların etkisi olduğunu belirtmişlerdir. Şahin ve Taşkıran (2020) yapmış oldukları çalışmalarında cinsiyet değişkenine göre beslenme bilgi puanlarının karşılaştırmasında anlamlı fark olduğunu farkın kadın sporcular lehine olduğunu tespit etmişlerdir. Bu durumun oluşmasında kadın sporcuların gıda tüketimine dikkat etmeleri ve vücut ağırlıklarını kontrol etmeye özen göstermelerinden kaynaklandığı belirtmişlerdir. Andrews, Wojcik, Boyd ve Bowers (2017) Sporcu beslenme bilgi düzeyinin cinsiyet, sınıf, branş gibi değişkenlere göre incelendiği çalışmada, sporcu beslenmesi bilgi düzeyi ve cinsiyet arasında önemli bir farklılık olmadığı belirtmişlerdir. Pehlivan (2020) yapmış olduğu çalışmasında öğrencilerin yaş ve cinsiyet değişkenine göre beslenme bilgi puanlarının karşılaştırmasında fark tespit etmemiştir. Bu durumun oluşmasını öğrencilerin yaşlarının ve eğitimi düzeylerinin birbirine yakın olmasından kaynaklandığını belirtmiştir. Sınıf değişkenine göre beslenme bilgi puanlarının karşılaştırmasında fark tespit etmemiştir. Bu durumun oluşmasını öğrencilerin eğitim hayatlarına ek olarak normal yaşamlarında da beslenmeye olan ilgilerinin yüksek olmasından kaynaklandığını belirtmiştir. Literatürde yapılan çalışmalar incelendiğinde beslenme bilgi puanlarının cinsiyet, sınıf, bölüm ve yaş değişkenine göre karşılaştırmasında fark saptanmamış olup bulgularımızı destekler niteliktedir. Buna ek olarak belirtilen değişkenler bakımından anlamlı fark bulunan çalışmalar mevcuttur.

Yapılan çalışmada cinsiyet değişkenine göre fiziksel aktivite (FA) toplam puan ortalamasının karşılaştırmasında fark olmamasına rağmen erkek öğrencilerin FA puanlarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu durumun oluşmasında erkek öğrencilerin uygulamalı branşlara ders dışında daha fazla katılmalarından kaynaklandığı düşünülmektedir. Sınıf değişkenine göre fiziksel toplam puan ortalamasının karşılaştırmasında fark olmamasına rağmen 3. Sınıf öğrencilerin FA puanlarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu durumun oluşmasında 3. Sınıf öğrencilerinin uygulama derslerinin fazla olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Yaş değişkenine göre fiziksel aktivite toplam puan ortalamasının karşılaştırmasında fark saptanmamıştır. Bölüm değişkenine göre fiziksel aktivite toplam puan ortalamasının karşılaştırmasında fark olmamasına rağmen antrenörlük eğitimi bölümü ortalamasının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu durumun oluşmasında antrenörlük eğitimi bölümünde daha fazla uygulama dersi olmasından ve ders dışı etkinliklere daha fazla katılmalarından kaynaklandığı düşünülmektedir. Şahbaz-Pirinççi, Cihan ve Ün, (2020) yapmış oldukları çalışmalarında

cinsiyet değişkenine göre fiziksel aktivite (FA) toplam puan karşılaştırmasında fark tespit etmemişlerdir. Elmas, Yüceant, Ünlü ve Bahadır, (2021) yapmış oldukları çalışmalarında cinsiyet değişkenine göre FA toplam puan karşılaştırmasında fark tespit etmemişlerdir. Bu durumun oluşmasını kadın ve erkek öğrencilerin aynı çevrede bulunmaları, yaşam şartlarının benzer olması ve fiziksel aktivitelere katılımlarının benzer olmasından kaynaklandığını belirtmişlerdir. Korkut Gençalp (2020) yapmış olduğu çalışmada cinsiyet değişkenine göre FA toplam puan karşılaştırmasında fark tespit edilmemiştir. Maugeri vd., (2020) kişilerin salgın döneminde fiziksel aktivite yapma durumlarında azalma olduğu ve bunun sonucu olarak da bireylerin psikolojik olarak olumsuz etkilendiğini belirtmişlerdir. López-Bueno vd. (2020) Pandemi döneminde uygulanan kısıtlamaların bireylerin fiziksel aktivite yapma durumlarında önemli ölçüde azalma görüldüğünü, karantina süreçlerinin bireylerin düzenli olarak fiziksel aktivite yapma alışkanlıklarını olumsuz yönde etkilediği belirtmişlerdir. Türkeri, Öztürk ve Büyüktaş, (2019) yapmış oldukları çalışmalarında cinsiyet değişkenine göre FA toplam puan karşılaştırmasında erkek öğrencilerin FA puanlarının daha yüksek olduğunu tespit etmişlerdir. Kartal ve Balcı (2018) yapmış oldukları çalışmalarında cinsiyet değişkenine göre FA toplam puan karşılaştırmasında anlamlı fark olduğunu farkın erkek öğrenciler lehine olduğunu tespit etmişlerdir. Bu durumun oluşmasını erkek öğrencilerin fiziksel olarak iyi görünme istekleri, sosyalleşmek için spor salonlarını tercih etmeleri ve daha aktif bir yaşam sürmelerinden kaynaklandığını belirtmişlerdir. Elmas vd., (2021) yapmış oldukları çalışmalarında sınıf değişkenine göre FA toplam puan karşılaştırmasında fark tespit etmemişlerdir. Bu durumun oluşmasını öğrencilerin benzer fiziksel aktivite alışkanlıklarını sahip olmalarından kaynaklandığı düşünülmektedir. Korkut (2020) yapmış olduğu çalışmada sınıf değişkenine göre FA toplam puan karşılaştırmasında fark tespit etmemiştir. Kartal ve Balcı (2018) yapmış oldukları çalışmalarında bölüm değişkenine göre FA toplam puan karşılaştırmasında fark olmadığını Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencilerinin FA puanlarının daha yüksek olduğunu tespit etmişlerdir. Bu durumun oluşmasını BESYO öğrencilerinin ders içeriğinden kaynaklandığını belirtmişlerdir. Yaraşır (2018) yapmış olduğu çalışmada yaş değişkenine göre FA toplam puan karşılaştırmasında fark tespit etmemiştir. Bu durumun oluşmasında, öğrencilerin yaşlarının birbirlerine yakın olması ve genç erişkinlik döneminde olmalarından kaynaklandığını belirtmiştir. Literatürde yapılan çalışmalar incelendiğinde fiziksel aktivite düzeylerinin cinsiyet, sınıf, bölüm ve yaş değişkenine göre karşılaştırmasında fark saptanmamış olup bulgularımızı destekler niteliktedir. Buna ek olarak belirtilen değişkenler bakımından anlamlı fark bulunan çalışmalar mevcuttur.

SONUÇ ve ÖNERİLER

Sonuç olarak Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin hem teorik hem de uygulama dersleri olarak beslenme, uzmanlık, seçmeli uygulama gibi dersi almalarının, obezite farkındalıklarının yüksek farkındalık düzeyinde olmasına, beslenme bilgi puanlarının orta düzeyde olmasına ve fiziksel aktivite düzeylerinin yeterli aktivite düzeyinde olmasına katkı sağladığı düşünülmektedir. Ülkemizde ve Dünya genelinde 2 seneyi aşkın süredir devam eden koronavirüs vb. hastalıklara karşı bağışıklık sisteminin korunması, yaşam kalitesinin artırılması gibi gündelik yaşamı etkileyecek durumların korunması ve geliştirilmesi amacıyla öğrencilerin obezite farkındalıkları, beslenme bilgi puanları ve fiziksel aktivite düzeylerini korumaya yönelik olarak konferans, bildiri vb. gerekli bilgilendirmelerin yapılmasının önemli olduğu düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

- Akın, S., Akyüz, E. Y., Bülbül, E., Tekce, K., Türk, S., Kaplanoğlu, F. N., & Demir, Y. (2022). Bir devlet üniversitesi'nde okumakta olan sağlık bilimleri öğrencilerinde obezite görülme sıklığı ve obezite farkındalık düzeyi ile yeme alışkanlıkları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Sağlık ve Toplum*, 32(1) 92-102.
- Alasmari, H.D., Al-Shehri, A.D., Aljuaid, T.A, Alzaidi, B.A., & Alswat, K.A. (2017). Relationship between body mass index and obesity awareness in school students. *Journal of Clinical Medicine Research*, 9, 520-524.

- Albayrak, Y., Z., & Ünal, E. (2021). Bolu il merkezinde gençlik ve spor bakanlığına bağlı yurtlarda kalan üniversite öğrencilerinin beslenme bilgi düzeyinin ve obezite/fazla kiloluluk sıklığının değerlendirilmesi. *ESTÜDAM Halk Sağlığı Dergisi*, 296-309.
- Allen, A. (2011). *Effects of educational intervention on children's knowledge of obesity risk factors*. Phd Thesis, Carroll College.
- Andrews, A., Wojcik, J.R., Boyd, J.M., & Bowers, C.J. (2016). Sports nutrition knowledge among mid-major division I university student-athletes. *Journal of Nutrition and Metabolism*. 3172460, 1-5.
- Arslan, M., Taşkaya, C., & Kavalcı, B. (2020). Üniversite öğrencilerinde fiziksel aktivite, obezite ve uyku kalitesi arasındaki ilişki. *Sağlık Profesyonelleri Araştırma Dergisi*, 2(1), 16-22.
- Atasoy, S., & Güngör, A. E. (2022). Üniversite öğrencilerinin beslenme bilgi düzeyi ve obezite durumunun değerlendirilmesi. *Turkish Journal of Family Medicine and Primary Care*, 16(2), 340-344.
- Aydın, T., Erçelik, Z.E., Gönen, B., Yılmaz, D., & Günşen, U. (2020). Üniversite öğrencilerinin obezite ön yargılarının belirlenmesi. *Balıkesir Sağlık Bilimleri Dergisi*, 9(2), 67-74.
- Batmaz, H. (2018). *Yetişkinler için beslenme bilgi düzeyi ölçeği geliştirilmesi ve geçerlik-güvenirlilik çalışması*. (Yayınlanmamış Yüksek Tezi). Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Bulguroğlu, H. İ., Bulguroğlu, M., & Özasan, A. (2021). Covid-19 pandemi sürecinde üniversite öğrencilerinin fiziksel aktivite, yaşam kalitesi ve depresyon seviyelerinin incelenmesi. *Acıbadem Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 12(2), 306-311.
- Büyüköztürk, Ş., Akgün, Ö. E., Demirel, F., Karadeniz, Ş., & Çakmak, E. K. (2015). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. (32. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Dost, A. & Esin, M.N. (2021). Üniversite öğrencilerinde sağlıklı beslenme ve fiziksel aktivite davranışları geliştirme programlarının etkisi: Sistematik Derleme. *GÖBEKLİTEPE International Journal of Health Sciences*, 4 (6), 189-200.
- Elmas, L., Yüceant, M., Ünlü, H. & Bahadır, Z. (2021). Üniversite öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeyleri ile psikolojik iyi oluş durumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Sportive*, 4(1), 1-17.
- Erdoğan, R. (2021). Pandemi döneminde beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin beslenme alışkanlıkları ve fiziksel aktivite düzeylerinin belirlenmesi. *OPUS International Journal of Society Researches, Pandemi Special Issue*, 3276-3295. DOI: 10.26466/opus.862585
- Gür, F. (2021). Fiziksel aktivite ölçeği-2'nin Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 12(3), 252-263.
- Günay, M., Tamer, K., Cicioğlu, H.İ. & Şıktar, E. (2019). *Spor fizyolojisi ve performans ölçüm testleri*. (5. Baskı). Ankara: Gazi Kitabevi.
- Kafkas, M.E., & Özen, G. (2014). Obezite farkındalık ölçeği'nin (OFÖ) türkçeye uyarlanması: bir geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 1(2), 1-15.
- Karagöz, H. (2020). *Ondokuz mayıs üniversitesi tıp fakültesindeki dönem 2 tıp öğrencilerinin aile ve sosyal çevresindeki obezite, beden kitle indeksi ve obezite farkındalığı arasındaki ilişki*. (Tıpta Uzmanlık Tezi). Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Samsun.
- Karagöz, Y. (2018). *Spss ve amos uygulamalı: nicel-nitel-karma bilimsel araştırma yöntemleri ve yayın etiği*. Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Karasar, N. (2022). *Bilimsel araştırma yöntemi; kavramlar ilkeler teknikler*. (37. Baskı), Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Kartal, M., & Balcı, E. (2018). Harran Üniversitesi öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeyleri ve ilişkin faktörler. *Sağlık Akademisyenleri Dergisi*, 5(4), 301-310. DOI: 10.5455/sad.13-1536565480
- Kayalı, K. E. (2022). *Beden eğitimi öğretmenlerinin beslenme alışkanlıkları ve bilgi düzeylerinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hitit Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Çorum.
- Kılıç, S. (2013), Örnekleme yöntemleri, *Journal of Mood Disorders*, 3(1), 44-46.

- Korkut, G. D. (2020). COVID-19 salgını döneminde ilk ve acil yardım öğrencilerinin beslenme alışkanlıkları ve fiziksel aktivite durumlarının değerlendirilmesi. *Paramedik ve Acil Sağlık Hizmetleri Dergisi*, 1(1), 1-15.
- Koyucu, R. G. (2022). Ebelik öğrencilerinin obezite farkındalığı ve ilişkili faktörler: kesitsel çevrim içi anket çalışması. *Sağlık ve Toplum*, 32(1), 103-110.
- Küçükçankurtaran, S., & Özdoğan, Y. (2021). Koronavirüs hastalığı'nın yetişkinlerin beslenme ve fiziksel aktivite durumuna etkisi; COVID-19 ve beslenme. *Düzce Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 11(3), 318-324.
- López-Bueno, R., Calatayud, J., Andersen, L. L., Balsalobre-Fernández, C., Casaña, J., Casajús, J. A., & López-Sánchez, G. F. (2020). Immediate impact of the COVID-19 confinement on physical activity levels in Spanish adults. *Sustainability*, 12(14), 5708.
- Maugeri, G., Castrogiovanni, P., Battaglia, G., Pippi, R., D'Agata, V., Palma, A., & Musumeci, G. (2020). The impact of physical activity on psychological health during Covid-19 pandemic in Italy. *Heliyon*, 6(6), e04315 <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2020.e04315>
- Oktay, B., Gökçe, A., & Özer, A. (2021). İnönü üniversitesi beden eğitimi ve spor öğretmenliği öğrencilerinin fiziksel aktivite durumları, beslenme bilgi ve davranış düzeyleri. *Aksaray Üniversitesi Tıp Bilimleri Dergisi*, 2(2), 9-12.
- Özenoğlu, A., Gün, B., Karadeniz, B., Koç, F., Bilgin, V., Bembeyaz, Z., & Saha, B.S. (2021). Yetişkinlerde beslenme okuryazarlığın sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumlar ve beden kütle indeksi ile ilişkisi. *Life Sciences*, 16 (1), 1-18.
- Özkan, İ., Adıbelli, D., İlaslan, E., & Taylan, S. (2020). Üniversite öğrencilerinin obezite farkındalıkları ile beden kitle indeksleri arasındaki ilişki. *Acıbadem Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, (1), 120-126.
- Pedersen, E. S. L., Mortensen, L. H., Brage, S., Bjerregaard, A. L., & Aadahl, M. (2018). Criterion validity of the Physical Activity Scale (PAS2) in Danish adults. *Scandinavian Journal of Public Health*, 46(7), 726-734. <https://doi.org/10.1177/1403494817738470>
- Pehlivan, P. (2020). *Veteriner fakültesi öğrencilerinin beslenme bilgi düzeylerinin belirlenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Samsun.
- Samar, E. (2022). Artvin Çoruh Üniversitesi personelinin pandemi sürecinde fiziksel aktivite ve beslenme alışkanlıklarının belirlenmesi. *The Online Journal of Recreation and Sports*, 11 (1), 19-29.
- Süel, E., Şengür, E., & Turasan, İ. (2021). Covid-19 salgını döneminde spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin yeme tutumu durumlarının incelenmesi. *International Journal of Sport Exercise and Training Sciences-IJSETS*, 7(4), 148-154. DOI: 10.18826/useeabd.1016716
- Şahbaz, Pirinççi, C., Cihan, E., & Ün, Yıldırım, N. (2020). Üniversite öğrencilerinde fiziksel aktivite düzeyinin yaşam kalitesi, kronik hastalık varlığı, sigara kullanımı ve akademik başarıyla olan ilişkisi. *KTO Karatay Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 1(1), 15-23.
- Şahin, M.A., & Taşkiran, A. (2020). Yelken sporcularının beslenme bilgisi ve alışkanlıklarının incelenmesi. *Sağlık ve Spor Bilimleri Dergisi*, 47-54.
- T.C. Sağlık Bakanlığı, Türkiye Beslenme Rehberi (TÜBER) 2015. Yayın No: 1031, Ankara.
- Terzi, D., Şahin- Kaya, A., Terzi, B., & Ege- Gündüz, K. (2021). Sağlık bilimleri bölümlerinde eğitime devam eden öğrencilerin obezite farkındalık ve ön yargı düzeylerinin değerlendirilmesi: Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi örneği. *Türkiye Klinikleri Journal of Health Sciences*, 6(4), 703-712.
- Türkeri, C., Öztürk, B., & Büyüктаş, B. (2019). Çukurova üniversitesinde okuyan kadın ve erkek öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerinin incelenmesi. *Ulusal Spor Bilimleri Dergisi*, 3 (2), 79-88. DOI: 10.30769/usbd.642774
- Ülker, H. (2021). *Pamukkale üniversitesi öğrencilerinin beslenme bilgi düzeylerinin değerlendirilmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Pamukkale Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Denizli.
- Yaraşır, E. (2018). Fırat üniversitesi sağlık hizmetleri meslek yüksekokulu öğrencilerinde internet bağımlılığı ve fiziksel aktivite düzeylerinin belirlenmesi. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Fırat Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Elazığ.

- Yıldırım, M., Şimşek, B., & Kartal, A. (2022). Lise öğrencilerinin obezite farkındalık düzeylerinin incelenmesi. *Journal Of Social, Humanities and Administrative Sciences*, 8(51), 603-611.
- Yılmaz, G., Şengür, E., & Turasan, İ. (2022). Covid 19 döneminde üniversite öğrencilerinin sağlıklı beslenme tutum puanlarının incelenmesi. *Ulusal Spor Bilimleri Dergisi*, 6(1), 1-10.
- Yılmaz, M., Ağartıoğlu, Kundakçı, G., Uyanık, G., Ongan, D., Yıldırım, Sarı, H., Akay, N., Algül, E., & Yıldırım, A. (2022). İlkokul öğrencilerinde obezite, fiziksel aktivite ve özetkililik-yeterlilik düzeylerinin incelenmesi. *Ahi Evran Medical Journal*, 6(2), 174-183. DOI: 10.46332/aemj.841750
- Yüksel, E. (2019). *Adölesanların fiziksel aktivite, obezite farkındalık ve beslenme davranışlarının değerlendirilmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Uşak Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Uşak.

KAYNAK GÖSTERME

- XXXXX, X., XXXXX, X. & XXXXX, X. (202X). Obezite farkındalık durumu, beslenme bilgi puanı ve fiziksel aktivite düzeyinin bazı değişkenler bakımından karşılaştırılması. *Uluslararası Spor, Egzersiz ve Antrenman bilimi Dergisi - USEABD*, 8(4), 214-223. DOI: 10.18826/useabd.1182008