



Araştırma Makalesi

Künye: Çetinkaya, V. & Kamuk, Y.U. (2020). İnternet bağımlılığı ile fiziksel uygunluk düzeyleri ve problem çözme becerisi arasındaki ilişkinin incelenmesi, Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 22(4).

İNTERNET BAĞIMLILIĞI İLE FİZİKSEL UYGUNLUK DÜZEYLERİ VE PROBLEM ÇÖZME BECERİSİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ*

Volkan ÇETİNKAYA¹, Yetkin Utku KAMUK²

ÖZ

Bu çalışmanın amacı, ortaokul ve lise öğrencilerinin fiziksel uygunluk düzeyleri ile internet bağımlılığı ve problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin değerlendirilmesidir. Çalışmaya, Nevşehir Özel Doğa Koleji'nde öğrenim görmekte olan öğrencilerden, katılıma gönüllü olan 197 öğrenci (98 erkek ve 99 kız) iştirak etmiştir. Deneklerin fiziksel uygunluk düzeyleri EUROFIT test bataryası ile, internet kullanım düzeyleri Balta ve Horzum (2008) tarafından geliştirilen İnternet Bağımlılığı Ölçeği ile, problem çözme becerileri ise travers uygulaması ile ölçülmüştür. Çalışmanın yapılabilmesi için gerekli Etik Kurul izni Hitit Üniversitesi Girişimsel Olmayan Araştırmalar Etik Kurulu'ndan ve kurum izni Doğa Koleji'nden yazılı olarak alınmıştır. Gruplar arasındaki farkların incelenmesi için bağımsız örneklem *t* testi ile Fischer's Exact testi, değişkenler arasındaki ilişkilerin incelenmesi için ise Pearson korelasyon katsayısı kullanılmıştır. Elde edilen verilerin istatistiksel olarak analiz edilmesi sonucunda, internet bağımlılığı puanlarının cinsiyete ve okul düzeyine göre anlamlı farklılık göstermediği görülmüştür. Deneklerin travers testi süreleri ile fiziksel uygunluk unsurları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunamamış, buna karşın erkek deneklerin problem çözme becerilerinin, kızların problem çözme becerilerinden daha iyi olduğu bulunmuştur. Erkek deneklerin internet bağımlılığı puanları ile travers testi süresi arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki yokken, kızlarda negatif yönlü ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkinin var olduğu saptanmıştır. Elde edilen bulgular ışığında, deneklerin internet bağımlılığı puanlarının fiziksel uygunluk düzeylerine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farka neden olmadığı, kız öğrencilerin internet bağımlılığı puanlarının artmasına bağlı olarak, travers sürelerinde azalma gerçekleştiği bulunmuştur. Bu sonucun, erkek ve kız öğrencilerin internet bağımlılığı puanlarının benzer olmasına karşın, farklı odak noktalarına sahip olmaları nedeniyle ortaya çıkmış olabileceği değerlendirilmektedir. Bu çalışmanın daha fazla katılımcı ile tekrar edilmesinin, bu çalışmadan elde edilen bulguların test edilmesi ve literatüre katkı sağlama açısından faydalı olacağı değerlendirilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Fiziksel Aktivite, İnternet Kullanımı, Egzersiz, Problem Çözme.

INVESTIGATION OF THE RELATIONS BETWEEN INTERNET ADDICTION AND PHYSICAL FITNESS LEVELS AND PROBLEM SOLVING SKILLS

ABSTRACT

The aim of this study was to evaluate the relationships among the physical fitness levels of secondary and high school students and internet addiction and problem solving skills. 197 students (98 boys and 99 girls) aged between 11-17 years who were studying at Nevşehir Private Doga College participated voluntarily. The physical

¹ Hitit Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Çorum.
0000-0002-9667-9825

Atabesbd,2020;22(4)

² Hitit Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Çorum.
0000-0001-5976-7503

* Bu makale, Dr. Öğr. Üyesi Yetkin Utku KAMUK danışmanlığında Volkan ÇETİNKAYA tarafından hazırlanmış olan "İnternet Bağımlılığı İle Fiziksel Uygunluk Düzeyleri ve Problem Çözme Becerisi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" başlıklı Yüksek Lisans Tezinden üretilmiştir.

fitness levels of the subjects were measured by the EUROFIT test battery, the internet usage levels were measured by a questionnaire developed by Balta and Horzum (2008) and the problem solving skills were measured on a traverse course setup. Prior to the study, the permission of the Ethics Committee was obtained from the Hitit University Non-Interventional Researches Ethics Committee and written permission was obtained from Doğa College Management and the Voluntary Consent Form from the participants' legal guardians. Independent samples *t*-test, Fischer's Exact test and Pearson's correlation coefficient (*r*) were used to analyze data. According to the results, the subjects' internet addiction level was found to be as "average internet users". Male subjects were found to be advantageous to their female counterparts in problem solving skills. There was no correlation between physical fitness components and internet addiction but there was a negative and low level relationship between internet addiction and problem solving skills. Internet addiction scores did not differ by gender and there was no difference between internet addiction scores by educational level (secondary school vs. high school). As a result, it was concluded that there was no relationship between the physical fitness levels of the subjects and internet addiction levels of the subjects but the problem solving ability was negatively affected as the level of internet addiction increased. The reason to this was thought to be the difference between the focus points of the subjects. It is recommended to conduct similar researches on other groups to test the findings of this study.

Keywords: Physical Activity, Internet Usage, Exercise, Problem Solving.

GİRİŞ

Fiziksel uygunluk, günümüzde üzerinde en çok çalışma yapılan konulardan bir tanesidir. Fiziksel uygunluk kavramının ortaya atıldığı günden bu yana pek çok tanımlama yapılmakla birlikte, Türkçe literatürde çeşitli tanımlara rastlanmaktadır. Spor bilimleri literatüründe sıkça kullanılan terimlerden biri olan fiziksel uygunluk (physical fitness), yaygın şekilde bilinen ve kullanılan kondisyon sözcüğünün benzeri bir kavram olup, temelde fiziksel aktivite olarak tanımlanan hareket ve eylemleri en iyi şekilde icra edebilmek için gerekli olan fiziksel kapasite düzeyini ifade etmektedir (Caspersen vd. 1985). Bir başka tanıma göre ise fiziksel uygunluk, günlük yaşamın devam ettirilebilmesi için gereken fiziksel hareketleri zorlanmadan yapabilme yeteneğidir (Bilim, Çetinkaya ve Dayı, 2016).

Fiziksel uygunluk teriminin, kişinin olabileceği maksimum çabuk, kuvvetli ve dayanıklı olduğu hal olarak da tanımlanabildiği görülmektedir (Ortega vd. 2008). Ayrıca fiziksel uygunluğun sadece eylem ve hareketlerle değil de sıhhat durumu ile açıklanması da mümkündür. Nitekim bazı araştırmacılar fiziksel uygunluğu, kişinin sağlığına etkileyecek rahatsızlık ve problemlerden uzak olma durumu, yani sağlıklı olma durumu olarak tanımlanmaktadır (Proper vd. 2003).

Fiziksel uygunluk düzeyinin korunması veya yükseltilmesindeki amaç, sağlık sorunlarının en aza indirilmesi ve günlük yaşam kalitesinin yükseltilmesi ya da korunmasıdır. Fiziksel uygunluğun korunması amacıyla yapılan fiziksel aktiviteler ve egzersizler, kişilerin sağlıklı bir hayat yaşamaları açısından büyük önem taşır (Karacan ve Çolakoğlu, 2003). Düzenli olarak fiziksel aktivite yapan kişilerin daha az sağlık problemi yaşadıkları ve daha enerjik oldukları, psikolojik ve bedensel olarak kendilerini daha iyi hissettikleri bilinmektedir (Ferkel, 2011). Fiziksel aktivite düzeyi, kişinin fiziksel uygunluk düzeyinin en büyük belirleyicilerinden biridir. Özellikle düzenli egzersiz ve antrenmanların yapılma sıklığının, yoğunluğunun ve

yapılan egzersiz türünün fiziksel uygunluğa önemli derecede etki ettiği bilinmektedir (Ara vd. 2006).

İnsanların sedanter yaşam tarzını seçmeleri neticesinde organizmalarının pek çok fonksiyonunda gerilemeler ortaya çıkmakta ve sağlık problemleri artmaktadır. Bu problemlerin engellenmesi ya da geciktirilmesi, sağlıklı bir yaşam sürdürülebilmesi için düzenli egzersiz ve fiziksel aktivitenin önemli bir etken olduğu bilinmektedir. Ancak günümüzdeki teknolojik gelişmeler çocukluk çağından itibaren fiziksel inaktiviteye yönelerek bireylerin fiziksel aktivite düzeylerinde azalmaya yol açmaktadır (Şanlı ve Güzel, 2009).

Teknolojik gelişime paralel olarak artan internet kullanımı, günümüzde oldukça yaygındır. Önceleri yalnızca masaüstü bilgisayarlar ile erişim sağlanabilen internet, taşınabilir bilgisayarların kullanıma sunulmasıyla daha kolay ulaşılabilir hale gelmiştir. 1970'lerin başında ABD'de askeri amaçlı bir proje olarak ortaya çıkan internet, 1972 yılında kamuoyuna duyurulmuş ve o günden beri artan bir hızla büyümeye devam etmektedir (Güçdemir, 2003). Cep telefonlarının da insan hayatına girmesiyle beraber internet kullanım miktarının artışında ivmelenme gerçekleşmiştir. 2017 yılında Uluslararası Telekomünikasyon Birliği (International Telecommunications Union-ITU) tarafından yayınlanan Bilgi ve İletişim Teknolojileri Raporu'nda, dünyada gençlerin (15-24 yaş aralığında bulunan bireyler) %70'inin internete bağlı olduğu, bu oranın gelişmiş ülkelerde %94'e kadar çıktığı, gelişmekte olan ülkelerde ise %67 dolayında bulunduğu bildirilmiştir. Aynı raporda, cinsiyetlere göre internet kullanıcıları sayıları değerlendirildiğinde, dünya genelinde kadın internet kullanıcılarının sayısının erkek kullanıcıların sayısından yaklaşık %12 daha az olduğu belirtilmektedir (ITU, 2017).

Modern çağın evrilen gereci olarak görülen internet, insanlar arasında çok yaygın bir şekilde kullanılmakta ancak çok az insan gerçek internet bağımlısı olarak tanımlanmaktadır. İnternet üzerinden yapılan aramalar, Youtube gibi video sitelerinden video izlemek ya da sosyal medya hesaplarına sahip olmak ve bunları kontrol etmek internet bağımlılığı olarak tanımlanmamaktadır. İnternet bağımlılığının göstergeleri; online oyunların sürekli olarak oynanması, sosyal ağlarda ve bloglarda aşırı miktarda zaman harcanması, online alışveriş sitelerinde çok fazla zaman harcanması ve kontrolsüz alışveriş gibi internet kullanımlarının bağımlılığa eğilim olarak betimlenmektedir (Gregory, 2019).

Günümüzde elektronik oyunlar, çocuklar ve ergenler için çok popüler bir boş zaman geçirme aracı olmuştur (Paspastergiou, 2009). Bloom, çocuklar arasındaki öğrenme farklılıklarından kaynaklanan ve geliştirilmesi gerektiğini düşündüğü "düşünme" ve "problem çözme" becerilerinin çocuklar için daha fazla geliştirilmesi gerektiğini vurgulamıştır (Güneri Yöyen, Azaklı, Üney, Demirci ve Merdan, 2017).

Problem çözme; bilişsel, duyuşsal ve devinişsel becerilere ihtiyaç duyan, basit olmayan bir süreci ifade etmektedir (Korkut, 2002). Kişi bir problemi çözerken, amaca ulaşabilmek üzere araçların geliştirilmesi ve ortaya çıkan engellerin aşılabilmesi görevlerini yerine getirmektedir (Çam ve Tümkaya, 2008). Günümüzde bilgiye sahip olmaktan ziyade, bilgiye ulaşma ve bu bilgiyi kullanarak problem çözebilme becerisi önem kazanmıştır (Şahin, 2004). Bugün dijital platformlarda problem çözme becerisiyle ilgili aktiviteler sıkça gerçekleştirilirken, tek başına bu faaliyetlerin gerçek dünyada problem çözmeye katkısının olup olmadığı çok fazla incelenen bir konu değildir. Yapılan literatür taramasında, internet kullanımı ve gerçek yaşamda karşılaşılan problemlerin çözüm düzeyine etkisi konusunda yapılmış olan bir araştırmaya rastlanılmamıştır.

İnternet kullanım süresindeki artışın, bireyleri sedanter yaşam tarzına zorladığı ve bunun sonucu olarak da fiziksel uygunluk düzeylerinin kötüleştiği bilinmektedir (Hazar, Tekkurşun Demir, Namlı ve Türkeli, 2017; Aydın Avcı, Altın, Öz ve Çelik Eren, 2016). Problem çözme becerisinin desteklenmesi amacıyla, okullar da dahil olmak üzere pek çok eğitim ortamında internet üzerinden erişim sağlanan uygulamalar kullanılmakta ve bu yolla öğrencilere problem çözme becerisi kazandırılmaya çalışılmaktadır (Mertoğlu ve Öztuna, 2004). Ancak, internet bağımlılığının problem çözme becerisini olumsuz yönde etkilediği daha önce gösterilmiştir. Şahin, Ebili ve Uluyol (2017) tarafından yapılan bir çalışmada, internet bağımlılığı ile problem çözme becerileri arasında zıt yönlü korelasyon olduğu bildirilmiştir.

Yukarıda verilen bilgiler ışığında, günümüz çocuklarının ve gençlerinin problem çözme, teknoloji kullanımı ve fiziksel uygunlukları arasında bir dengenin kurulması gerektiği değerlendirilmektedir. Gerçekleştirilmiş olan bu çalışmanın amacı, ortaokul ve lise öğrencilerinin fiziksel uygunluk düzeyleri ile internet bağımlılığı ve problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

YÖNTEM

Araştırma Grubu

Araştırmanın yapılabilmesi için Hitit Üniversitesi Girişimsel Olmayan Araştırmalar Etik Kurulu'ndan gerekli izin alınmıştır (26/10/2018; Karar No:2018-190). Bu araştırmanın katılımcılarını, 2018-2019 eğitim-öğretim yılında Nevşehir Doğa Koleji'nde ortaokul ve lise düzeyinde öğrenim gören öğrenciler ($N=203$) oluşturmaktadır. Araştırmanın yapılabilmesi için tam sayım yöntemi kullanılması planlanmış ancak çalışmaya, sağlık sorunu olan ya da katılıma istekli olmayan öğrenciler ($N=6$) iştirak etmemiştir. Buna göre Nevşehir Doğa Koleji'nin ortaokul ve lisesinde öğrenim gören ve çalışmaya gönüllü olarak katılan ve aileleri tarafından

çalışmaya katılımlarına izin verilen 10-17 yaş arası toplam 197 öğrenci (98 erkek ve 99 kız) örneklem grubunu oluşturmuştur.

Veri Toplama Araçları

Çalışmanın yapılabilmesi için, Balta ve Horzum (2008) tarafından geliştirilmiş olan İnternet Bağımlılığı Ölçeği, fiziksel uygunluk düzeylerinin ölçülebilmesi için EUROFIT testi ve problem çözme becerisini değerlendirmek üzere ise, araştırmacılar tarafından tasarlanmış olan travers testi uygulanmıştır.

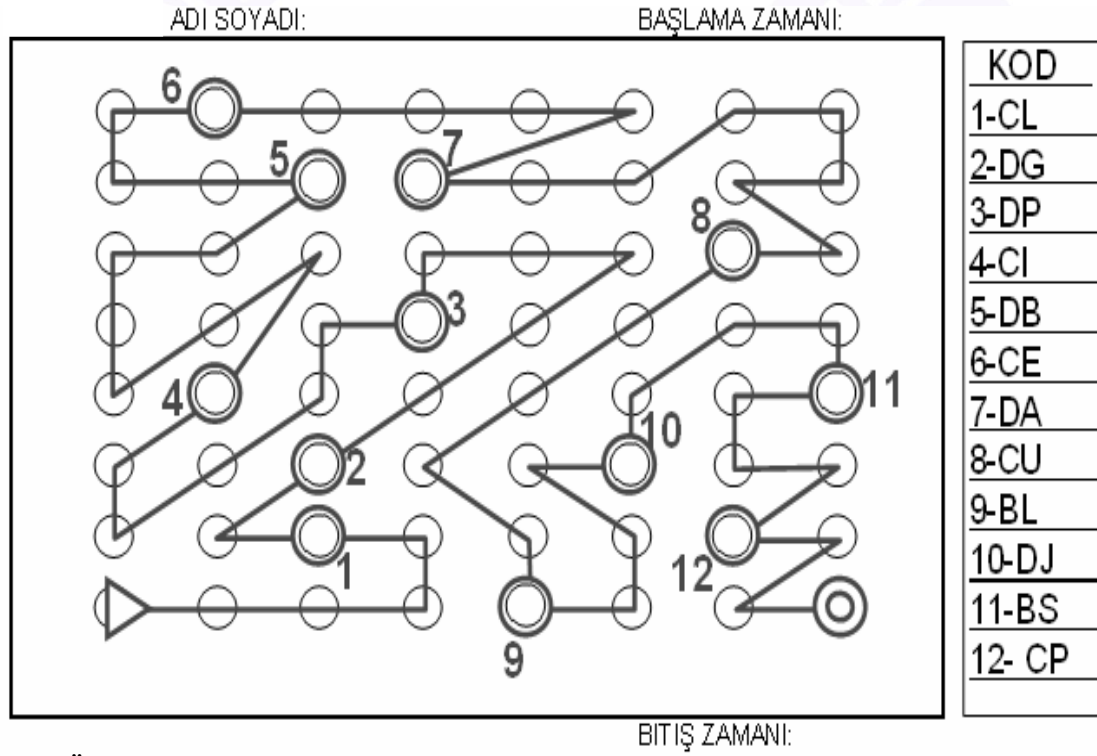
İnternet Bağımlılığı Ölçeği: Balta ve Horzum'un (2008) geliştirdiği "İnternet Bağımlılığı Ölçeği" 19 maddeden oluşan beşli likert tipinde bir ölçektir. Ölçekten alınacak en düşük puan 19, en yüksek puan da 95'tir. 19-48 puan arası "ortalama internet kullanıcısı", 49-78 puan arası "ara sıra problemlili internet kullanımına sahip" ve 79 ve üzeri puana sahip olanlar ise "sık sık problemlili internet kullanımına sahip" olarak nitelendirilmektedir. Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısının 0,90 olduğu bulunmuştur (Balta ve Horzum, 2008).

EUROFIT Testi: EUROFIT testi birbirinden farklı fiziksel uygunluk bileşenlerini ölçen testlerden oluşan bir bataryadır. Avrupa Konseyi tarafından tasarlanan bu batarya 1988 yılından beri Avrupa'daki birçok ülkede okul yaşındaki çocuklar üzerinde uygulanmaktadır. Testler yaklaşık 35-40 dk içerisinde ve basit ekipmanlar kullanılarak gerçekleştirilebilmektedir. EUROFIT, aşağıda verilen (Tablo 1) test maddelerini içermektedir ve her bir testin protokolü standart hale getirilmiştir (Şipal, 1989).

Tablo 1. EUROFIT Testi ve Değerlendirdiği Boyutlar

Boyut	Etken	EUROFIT Testi
Kalp ve solunum dayanıklılığı	Kalp ve solunum dayanıklılığı	Mekik dayanıklılık koşusu Ergometrik bisiklet testi
Kuvvet	Durgun kuvvet Patlayıcı kuvvet	El dinamometresi Durarak uzun atlama
Kas dayanıklılığı	Fonksiyonel kuvvet Gövde kuvveti	Bükülü kol ile asılma Mekik çekme
Hız	Koşu Üye hareket hızı	5x 10 m mekik ko şusu Disklere dokunma
Esneklik	Esneklik	Otur-eriş testi
Denge	Genel denge	Flamingo denge testi
Antropometrik ölçümler		Boy uzunluğu (cm) Vücut ağırlığı (kg) Skinfold ölçümleri

Travers Testi: Problem çözme becerilerinin ölçülmesi maksadıyla katılımcılara travers testi uygulanmıştır. Travers testi için, basketbol sahasında, her bir koninin kendisine yatay ve dikeyde en yakın olan koni ile mesafesi 2 m olacak şekilde 7 yatay ve 7 dikey sıra oluşturularak her bir koninin tepe noktasına, kolaylıkla görülebilir şekilde şifre yazılmıştır. Deneklerin görevi, araştırmacılar tarafından daha önceden hazırlanmış olan rotanın en kısa sürede takip edilerek, koni üzerindeki şifrelerin takip kartına işlenmesidir (Şekil 1). Uygulama, hazırlanmış olan parkurun her seferinde 90 derece döndürülmesiyle üretilmiş olan 4 benzer rota kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Deneklere, bu dört eş parkurdan herhangi bir tanesi rastgele olarak verilmiştir. Test süresi, başlama zamanı ile bitiş zamanı arasındaki fark hesaplanarak saniye cinsinden belirlenmiştir.



Şekil 1: Örnek Travers Parkuru

Verilerin Analizi

Elde edilen verilerin analizi SPSS 22.0 paket programı kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Verilere ait betimleyici istatistikler, frekans ve yüzde tabloları oluşturulmuştur. Kolmogorov-Smirnov testi kullanılarak verilerin normal dağılıma uygunluğu test edilmiş ve normal dağılım gösterdikleri görüldüğünden ($p>0,05$), sürekli verilere sahip olan gruplar arası karşılaştırmaların yapılabilmesi için bağımsız örneklem t testi, kategorik değişkenler arasındaki farkların incelenmesi için Fischer's Exact testi ve sürekli değişkenler arasındaki ilişkilerin incelenmesi için Pearson korelasyon katsayısı kullanılmıştır.

BULGULAR

Bu bölümde, çalışmaya katılan deneklerin sağlıkla ilişkili fiziksel uygunlukları, internet kullanım ve problem çözme seviyelerinin incelenmesi için yapılan ölçümlerin sonuçları sunulmuştur. Öğrencilerin fiziksel uygunluk düzeyi, internet kullanım ve problem çözme düzeyleri bu parametreler arasındaki farklar ve ilişkiler aşağıdaki bölümde tablolar halinde verilmiştir.

Tablo 2. Katılımcılara Ait Tanımlayıcı İstatistikler

Değişkenler	Cinsiyet							
	Erkek (n=98)				Kız (n=99)			
	En küçük	En büyük	Ortalama	SD	En küçük	En büyük	Ortalama	SD
Yaş (yıl)	10	17	12,7	2,18	10	17	13,0	2,19
Boy Uzunluğu (cm)	135,0	186,0	156,84	11,29	130,0	170,0	156,40	8,01
Vücut Ağırlığı (kg)	24,0	106,0	53,30	18,46	28,0	106,0	56,69	17,21
Beden Kütle İndeksi (kg.m ⁻²)	11,41	42,46	21,25	5,80	12,17	42,46	22,98	6,14
Kardeş Sayısı (adet)	1	5	2,4	0,85	1	5	2,4	0,80
Ailenin Aylık Geliri (TL)	4500	50000	10443,8	7508,72	4500	90000	9612,1	8966,31
İnternetle Tanışma Yaşı (yıl)	2	15	6,8	2,65	2	12	7,3	2,16
İnternet Kullanma Yaşı (yıl)	1	14	5,9	2,60	2	12	5,7	2,47

Tablo 2 incelendiğinde, araştırmaya katılan kız katılımcıların yaşlarının $13,0 \pm 2,19$ yıl, boy uzunluklarının $156,40 \pm 8,01$ cm. vücut ağırlıklarının $56,69 \pm 17,21$ kg ve BKİ değerlerinin $22,98 \pm 6,14$ kg.m⁻² olduğu görülmektedir. Kızların kardeş sayısı $2,4 \pm 0,80$. ailelerinin aylık gelirleri $9612,1 \pm 8966,31$ TL, internetle tanışma yaşları $7,3 \pm 2,16$ yıl, internet kullanma yaşları ise $5,7 \pm 2,47$ yıl olarak tespit edilmiştir.

Erkek deneklerin yaşları $12,7 \pm 2,18$ yıl, boy uzunlukları $156,84 \pm 11,29$ cm, vücut ağırlıkları $53,30 \pm 18,46$ kg ve BKİ değerleri $21,25 \pm 5,80$ kg.m⁻² olarak bulunmuştur. Erkeklerin kardeş sayısı $2,4 \pm 0,85$, ailelerinin aylık geliri $10443,8 \pm 7508,72$ TL, internetle tanışma yaşları $6,8 \pm 2,65$ yıl ve internet kullanma yaşları $5,9 \pm 2,60$ yıl olarak tespit edilmiştir (Tablo 2).

Tablo 3'te gösterildiği üzere, erkek deneklerin %90,8'i ($n=89$), kız deneklerin %90,9'u ($n=90$) kendilerine ait bir odaya sahiptirler. Erkek deneklerin %63,3'ünün ($n=62$) kendine ait bir bilgisayarı varken, kız deneklerin sadece %52,5'i ($n=52$) kendilerine ait bir bilgisayara sahip olduklarını belirtmişlerdir.

Her iki cinsiyet için, mevcut bilgisayarlarının internete bağlı olma oranı %95'in üzerinde bulunmuştur (erkekler için %95,2; kızlar için %98,1). Kendisine ait tableti olan erkek denek

sayısı 57 (%58,2) iken bu sayı kız deneklerde 60 (%60,6) olarak tespit edilmiştir. Tabletlerin internete bağlı olma oranı tüm denekler için %91'in üzerinde bulunmuştur.

Tablo 3. İnternet Kullanımı ve Kişisel Bilgilere Ait Frekans Tablosu

Cep telefonuna sahip olma durumları incelendiğinde, hem erkek hem de kız deneklerin cep telefonuna sahip olanların sayısının, bilgisayar ve tablete sahip olanların sayısından fazla olduğu saptanmıştır [erkekler $n=82$ (%83.7); kızlar $n=77$ (%77.8)]. Genel olarak, kendine ait, internete bağlanan herhangi bir cihaza sahip olma oranlarına bakıldığında deneklerin tamamına yakınının (1 erkek ve 2 kız hariç olmak üzere) en az bir adet, internete bağlanan bir cihaza sahip oldukları görülmüştür.

Araştırmaya katılan erkek deneklerin %83,7'si ($n=82$) ile kız deneklerin %78,8'i ($n=78$)

İnternet Kullanımına İlişkin İfadeler		Erkek ($n=98$)		Kız ($n=99$)	
		<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Kendisine ait odası var mı?	<i>Evet</i>	89	90,8	90	90,9
	<i>Hayır</i>	9	9,2	9	9,1
Kendine ait bilgisayarını var mı?	<i>Evet</i>	62	63,3	52	52,5
	<i>Hayır</i>	36	36,7	47	47,5
Bilgisayarını varsa, internete bağlı mı?	<i>Evet</i>	59	95,2	51	98,1
	<i>Hayır</i>	3	4,8	1	1,9
Kendine ait tableti var mı?	<i>Evet</i>	57	58,2	60	60,6
	<i>Hayır</i>	41	41,8	39	39,4
Tableti varsa internete bağlı mı?	<i>Evet</i>	52	91,2	56	93,3
	<i>Hayır</i>	5	8,8	4	6,7
Kendisine ait cep telefonu var mı?	<i>Evet</i>	82	83,7	77	77,8
	<i>Hayır</i>	16	16,3	22	22,2
Cep telefonu varsa internete bağlı mı?	<i>Evet</i>	78	95,1	73	94,8
	<i>Hayır</i>	4	4,9	4	5,2
Anlık mesajlaşma uygulaması kullanıyor mu?	<i>Evet</i>	82	83,7	78	78,8
	<i>Hayır</i>	16	16,3	21	21,2
Evinde WIFI var mı?	<i>Evet</i>	92	93,9	94	94,9
	<i>Hayır</i>	6	6,1	5	5,1
Evinde Smart TV var mı?	<i>Evet</i>	75	76,5	72	72,7
	<i>Hayır</i>	23	23,5	27	27,3
Evinde online TV platformu var mı?	<i>Evet</i>	60	61,2	57	57,6
	<i>Hayır</i>	38	38,8	42	42,4
E-posta adresi var mı?	<i>Evet</i>	82	83,7	76	76,8
	<i>Hayır</i>	16	16,3	23	23,2
İnternete bağlanabilen oyun konsolu var mı?	<i>Evet</i>	48	49,0	20	20,2
	<i>Hayır</i>	50	51,0	79	79,8
Ailenin arabası var mı?	<i>Evet</i>	91	92,9	91	91,9
	<i>Hayır</i>	7	7,1	8	8,1
Ev ailesine mi ait?	<i>Evet</i>	79	80,6	77	77,8
	<i>Hayır</i>	19	19,4	22	22,2
En az bir adet sosyal medya hesabı var mı?	<i>Evet</i>	80	81,6	75	75,8
	<i>Hayır</i>	18	18,4	24	24,2

anlık mesajlaşma uygulaması kullandıklarını beyan etmişlerdir. Sosyal medyada hesabı olan deneklerin oranı ise her iki denek grubu için %75'in üzerinde olarak tespit edilmiştir (erkekler %81,6 kızlar %75,8). Deneklerin evlerinde WiFi olma durumu incelendiğinde, erkeklerin %93,9'unun, kızların ise %94,9'unun evinde kablosuz internet imkanı olduğu belirlenmiştir. Evlerinde Smart TV bulunan erkek deneklerin sayısı 75 (%76,5) iken kızlarda bu sayı 72 (%72,7)' dir. Elektronik posta hesabı sahip olan erkek denek sayısı 82 (%83,7) ve kız denek sayısı ise 76 (%76,8) olarak tespit edilmiştir. Ailesine ait evi olan denek oranı %75'in

üzerindedir (erkeklerde %80,6 kızlarda %77,8), Ailesinin arabaya sahip olma durumları incelendiğinde, erkek deneklerin %92,9'unun ($n=91$) kızların ise %91,9'unun ($n=91$) ailesinin en az bir araca sahip olduğu belirlenmiştir (Tablo 3).

Tablo 4. Ebeveynlerin Meslek Gruplarına Göre Dağılımı

Ebeveyn Meslekleri	Erkek		Kız		Genel		
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	
Anne Mesleği	Ev Hanımı	54	55,1	46	46,5	100	50,8
	Memur	22	22,4	37	37,4	59	29,9
	Serbest Meslek	22	22,4	16	16,2	38	19,3
Baba Mesleği	Çiftçi	5	5,1	2	2	7	3,6
	Serbest Meslek	65	66,3	64	64,6	129	65,5
	İşçi	4	4,1	5	5,1	9	4,6
	Memur	24	24,5	28	28,3	52	26,4

Tablo 4'te ebeveynlerin meslek gruplarına göre dağılımı verilmiştir. Buna göre, erkek öğrencilerin ($n=98$) annelerinin 54'ünün (%55,1) ev hanımı, 22'sinin memur (%22,4) ve 22'sinin de (%22,4) serbest meslek sahibi olduğu bulunmuştur. Kız deneklerin ($n=99$) annelerinin meslek dağılımları ise, 46 ev hanımı (%46,5), 37 memur (%37,4) ve 16 serbest meslek sahibi (%16,2) şeklindedir. Erkek deneklerin babalarının meslek gruplarına göre dağılımına bakıldığında, 5'inin çiftçi (%5,1), 65'inin serbest meslek sahibi (%66,3), 4'ünün işçi (%4,1) ve 24'ünün memur (%24,5) olduğu görülmüştür. Kız öğrencilerin babalarının meslek gruplarına göre dağılımı incelendiğinde, 2'sinin çiftçi (%2,64), 64'ünün serbest meslek sahibi (%64,6), 5'inin işçi (%5,1) ve 28'inin ise memur (%28,3) olduğu görülmektedir.

Tablo 5 incelendiğinde, erkek öğrencilerin 65'inin (%66,3), kız öğrencilerin 55'inin (%55,6) ortalama internet kullanıcısı olduğu, ortalama internet kullanıcısı olan deneklerin genel toplamının 120 (%60,9) olduğu bulunmuştur. Ara sıra problemlili internet kullanımına sahip deneklerin dağılımına bakıldığında, erkek deneklerin 33'ünün (%33,7), kız deneklerin 44'ünün (%44,4) ve genel olarak tüm deneklerin ($n=197$) 77'sinin (%39,1) ara sıra problemlili internet kullanıcısı kategorisinde oldukları belirlenmiştir.

Tablo 5. Deneklerin İnternet Bağımlılığı Düzeyleri

İnternet Bağımlılık Düzeyi	Erkek		Kız		Genel	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Ortalama internet kullanıcısı	65	66,3%	55	55,6%	120	60,9%
Ara sıra problemlili internet kullanımına sahip	33	33,7%	44	44,4%	77	39,1%

Tablo 6'da deneklerin fiziksel performans testlerinden elde ettikleri değerlere ilişkin istatistiksel bilgiler verilmiştir. Durarak uzun atlama testinden elde edilen performanslar

değerlendirildiğinde, erkeklerin $128,51 \pm 25,74$ cm., kızların $116,11 \pm 20,37$ cm ortalama performanslara sahip oldukları bulunmuştur. Deneklerin 10x5 m koşu ortalamalarına bakıldığında, erkeklerin $20,59 \pm 2,49$ s. kızların ise $22,33 \pm 6,19$ s değerlerine sahip olduğu belirlenmiştir. Mekik testi ortalamalarına göre, erkekler $16,74 \pm 4,81$ tekrar, kızlar ise $15,12 \pm 3,2$ tekrar yapmışlardır. Erkek deneklerin pençe kuvveti ortalaması $24,96 \pm 8,62$ kg iken kızların $21,57 \pm 6,40$ kg'dır. Rölatif pençe kuvvetleri değerlendirildiğinde, erkeklerin ortalama rölatif pençe kuvveti değerinin $0,49 \pm 0,16$, kızların ise $0,40 \pm 0,14$ olduğu görülmüştür.

Tablo 6. Deneklerin Fiziksel Performans Testlerinden Elde Ettikleri Değerler

Fiziksel Performans Testleri	Erkek (n=98)				Kız (n=99)				Genel (n=197)	
	En düşük	En yüksek	Ort.	SD	En düşük	En yüksek	Ort.	SD	Ort.	SD
Durarak Uzun Atlama (cm)	80,00	200,00	128,51	25,74	70,00	180,00	116,11	20,37	122,28	23,96
10x5 m Koşu (s.)	16,00	32,00	20,59	2,49	15,00	80,00	22,33	6,19	21,47	4,79
Mekik (tekrar)	2,00	29,00	16,74	4,81	3,00	25,00	15,12	3,92	15,93	4,45
Pençe Kuvveti (kg)	12,00	48,00	24,96	8,62	10,00	38,00	21,57	6,40	23,25	7,76
Relatif Pençe Kuvveti (kg/kg)	0,24	1,24	0,49	0,16	0,19	0,90	0,40	0,14	0,45	0,16
Esneklik (cm)	13,00	45,00	30,77	7,01	18,00	48,00	33,00	7,02	31,89	7,09
Mekik Koşusu (tur)	31,00	102,00	64,39	17,19	28,00	82,00	53,71	12,79	59,02	16,03
Flamingo denge Testi (s.)	15,00	70,00	48,78	11,88	15,00	71,00	46,49	11,96	47,63	11,95
Barfikste Asılı Kalma (s.)	3,00	40,00	7,80	5,69	3,00	9,00	4,75	1,49	6,26	4,42
Disklere Dokunma (s.)	26,00	60,00	44,27	7,69	22,00	60,00	44,52	8,48	44,39	8,08
Travers Süresi (s.)	48,00	157,00	91,70	25,46	65,00	148,00	99,45	21,78	95,60	23,94

Esneklik testinden elde edilen ortalamalar incelendiğinde, erkeklerin $30,77 \pm 7,01$ cm performansa sahip olduğu, kızların esneklik değerleri ortalamasının ise $33,00 \pm 7,02$ cm düzeyinde olduğu tespit edilmiştir. Mekik koşusu testi sonuçlarına göre, erkeklerin ortalama değerlerinin $64,39 \pm 17,19$ tur ve kızların ise $53,71 \pm 12,79$ tur olduğu görülmüştür. Flamingo denge testi performansı ortalamalarına bakıldığında, erkeklerin $48,78 \pm 11,88$ s ve kızların $46,49 \pm 11,96$ s değerlerine sahip olduğu belirlenmiştir. Barfikste asılı kalma testi sonuçlarına göre erkeklerin performans ortalaması $7,80 \pm 5,69$ s, kızların performans ortalaması ise $4,75 \pm 1,49$ saniyedir. Disklere dokunma testi sonuçlarına göre, erkek deneklerin ortalama performansı $44,27 \pm 7,69$ s, kızların ise $44,52 \pm 8,48$ s olarak görülmüştür. Travers testinden elde edilen sonuçlara göre, erkek deneklerin travers testi performansı ortalaması $91,70 \pm 25,46$ s ve kız deneklerin $99,45 \pm 21,78$ saniyedir (Tablo 6).

Tablo 7. İnternet Bağımlılığı Puanlarının Normallik Testi (Kolmogorov-Smirnov)

İstatistikler	İnternet Bağımlılığı Puanı
N	197

Normal Parametreler	Ortalama	43,8426
	SD	11,62161
Uç Farklılıklar	Mutlak	0,063
	Pozitif	0,063
	Negatif	-0,036
Test İstatistiği		0,063
<i>p</i>		0,055

İnternet bağımlılığı puanlarının normal dağılıma uygunluğu, Kolmogorov- Smirnov ile istatistiksel olarak test edilmiş ve sonuçlar Tablo 7'de verilmiştir. Yapılan istatistiksel analiz sonucuna göre, internet bağımlılığı puanlarının normal dağılım sergilediği ($p>0,05$) sonucuna ulaşılmıştır (Tablo 7).

Tablo 8. Cinsiyetlere Göre İnternet Bağımlılığı Puanları Arasındaki Farkın Bağımsız Örneklem *t* Testi ile İncelenmesi

Cinsiyet	<i>n</i>	Ortalama	SD	<i>t</i>	<i>df</i>	<i>p</i>
Erkek	98	43,17	11,67	-0,803	195	0,423
Kız	99	44,51	11,59			

Tablo 8'de, internet bağımlılığı puanlarının cinsiyet değişkenine göre farklılık gösterip göstermediği, bağımsız örneklem *t* testi kullanılarak istatistiksel olarak incelenmiştir. Elde edilen sonuçlara göre, kız ve erkek deneklerin internet bağımlılığı düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmadığı [$t(195)=-0,803$; $p=0,423$] görülmüştür. İstatistiksel olarak anlamlı olmamakla beraber kız deneklerin internet bağımlılığı puanlarının (44,51) erkek deneklerin internet bağımlılığı puanlarından (43,17) yüksek olduğu bulunmuştur.

Tablo 9'da, okul düzeylerine göre deneklerin internet bağımlılık düzeyleri arasında fark olup olmadığı bağımsız örneklem *t* testi kullanılarak incelenmiştir. Elde edilen sonuçlara göre, ortaokul ve lise düzeylerinde öğrenim gören deneklerin internet bağımlılığı puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmadığı [$t(195)=-1,603$; $p=0,110$] görülmüştür.

Tablo 9. Okul Düzeyine Göre İnternet Bağımlılığı Puanları Arasındaki Farkın Bağımsız Örneklem *t* Testi ile İncelenmesi

Okul Düzeyi	<i>n</i>	Ortalama	SD	<i>t</i>	<i>df</i>	<i>p</i>
Ortaokul	120	42,78	11,93	-1,603	195	0,110
Lise	77	45,49	10,99			

Yapılan travers testi sonuçları cinsiyetler açısından karşılaştırılmış ve sonuçlar Tablo 10'da verilmiştir. Buna göre, kız ve erkek deneklerin travers test performansları arasında

istatistiksel olarak anlamlı düzeyde fark olduğu [$t(195)=-2,297$; $p= 0,023$] tespit edilmiştir. Buna göre, erkek deneklerin travers testi performans süreleri ($91,70\pm 25,46$ s), kız deneklerin travers testi performans sürelerinden ($99,45\pm 21,78$ s) daha iyidir (Tablo 10).

Tablo 10. Cinsiyet Değişkenine Göre Travers Testi Performansları Arasındaki Farkın Bağımsız Örneklem t Testi ile İncelenmesi

Cinsiyet	n	Ortalama	SD	t	df	p
Erkek	98	91,70	25,46	-2,297	195	0,023
Kız	99	99,45	21,78			

Cinsiyetlere göre internet bağımlılık düzeyleri arasında fark olup olmadığı Fischer's Exact testi kullanılarak incelenmiş ve sonuçlar Tablo.11'de verilmiştir. Buna göre, internet bağımlılığı düzeylerinin kız ve erkek denekler arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde olmadığı ($p>0,05$) tespit edilmiştir (Tablo 1).

Tablo 11. Cinsiyet Değişkenine Göre İnternet Bağımlılığı Puanları Arasındaki Farkın Fischer's Exact Test ile İncelenmesi

	Ortalama İnternet Kullanıcısı	Ara Sıra Problemlili İnternet Kullanıcısı	Toplam	Fischer's Exact Test (p)
Erkek	65	33	98	0,145
Kız	55	44	99	
Toplam	120	77	197	

İnternet bağımlılığı puanı ile diğer değişkenler arasındaki korelasyonun Pearson Korelasyon katsayısı (r) kullanılarak incelenmesi sonucunda, yalnızca travers süresi ile internet bağımlılığı puanı arasında negatif yönde düşük düzeyde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkinin bulunduğu ($r=-0,168$; $p=0,018$) tespit edilmiştir. Diğer değişkenler ile internet bağımlılığı puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 12. İnternet Bağımlılığı Puanı İle Fiziksel Uygunluk Unsurları ve Problem Çözme Yeteneği Arasındaki İlişkinin Pearson Korelasyon Katsayısı İle İncelenmesi

	Durarak Uzun Atlama (cm)	10x5 m Koşu (s)	Mekik (tekrar)	Pençe Kuvveti (kg)	Relatif Pençe Kuvvet (kg/kg)	Esnelik (cm)	Mekik Koşusu (tur)	Flamingo denge Testi (s)	Barfikste Asılı Kalma (s)	Disklere Dokunma (s)	Travers Süresi (s)
İnternet Bağımlılığı Puanı	r -0,005	-0,118	0,065	0,110	0,007	0,003	-0,039	-0,009	-0,057	0,033	-0,168
	p 0,944	0,098	0,364	0,124	0,924	0,969	0,585	0,904	0,426	0,645	0,018

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışmada elde edilen verilerin analizi sonucunda ulaşılan bilgiler ışığında, kız ve erkek deneklerin internet bağımlılığı düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmadığı görülmüştür. Ülkemizde internet kullanımının genç popülasyon arasında oldukça yüksek düzeyde olduğu daha önce yapılan çalışmalarda gösterilmiştir. Türk gençlerinin internet kullanımı konusunda yapılan bir çalışmada, 3975 ortaokul ve lise öğrencisine internette geçirdikleri süre sorulmuş ve katılımcıların %7,6'sı haftada 12 saatten fazla süre ile internette zaman geçirdiklerini belirtmişlerdir (Yolga-Tahiroğlu, Çelik, Uzel, Özcan ve Avcı, 2008).

Gökçearslan ve Günbatar (2012) tarafından 172 lise öğrencisi üzerinde yapılan araştırmada, katılımcıların %2,33'ünün internet bağımlısı olarak tespit edildiği, %17,45'inin ise risk grubunda yer alan internet kullanıcısı olduğu bildirilmiştir. Lise öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerinin incelendiği çalışmada, 961 öğrenciden %1,6'sının internet bağımlısı olduğu, %37,6'sının ise "olası bağımlı risk altında" kategorisi içerisinde yer aldığı tespit edilmiştir (Can, Demir ve Yirci, 2018). İnternet kullanım sıklığının incelendiği çalışmada, ortaokul öğrencilerinin büyük bir çoğunluğunun interneti sıklıkla kullandığı ve yaş büyüdükçe internette daha fazla zaman geçirdikleri bildirilmiştir (Orhan ve Akkoyunlu, 2004). İnternet kullanımına ilişkin olarak yapılan bir diğer araştırmada, 355 katılımcının %97,7'sinin internete bağlandığı ve %39,7'sinin günde 4 saat ve üzerinde internette vakit geçirdiği, katılımcıların tamamının sosyal medyayla ilgilendiği ve %86,2'sinin internete bağlanmak için kablosuz ağlardan faydalandığı tespit edilmiştir (Topal, Şahin ve Topal, 2018). Yaptıkları çalışmada Yüksel ve Yılmaz (2016), erkeklerin kızlardan daha fazla internet kullanımına sahip olduğunu bulmuş ve bunun nedeninin toplumsal cinsiyet eşitsizliği nedeniyle, erkeklerin daha özgür şekilde internet üzerinde zaman harcayabilme imkanına sahip olmaları, kızların ise sosyal sorumluluklarının (ev işleri, aile içerisinde hizmet etme vb.) daha fazla olması nedeniyle erkekler kadar özgür şekilde kendilerine zaman ayıramamış olmalarından kaynaklanabileceğini değerlendirmişlerdir.

Lisede öğrenim görmekte olan 2853 öğrenci üzerinde yapılan araştırmada, internet bağımlılığı düzeyleri çeşitli değişkenlere göre incelenmiş ve katılımcıların %16'sının yüksek düzeyde internet bağımlısı olduğu bulunmuştur. Ayrıca, erkeklerin internet bağımlılığı puanları kızlardan daha yüksek, interneti oyun ve sohbet amaçlı kullananların bağımlılık puanlarının ödev-araştırma, sörf amaçlı kullananların bağımlılık puanlarından daha yüksek olduğu bulunmuştur (Yılmaz, Şahin, Haseski ve Erol, 2014). Can, Demir, ve Yirci (2018) ise yapmış oldukları çalışmada cinsiyet değişkenine göre internet bağımlılığı düzeyleri puanlarında anlamlı fark bulunmadığını göstermişlerdir.

Bireylerin teknoloji kullanımı ile problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmada Mertoğlu ve Öztuna (2004), teknoloji kullanımı ile problem çözme becerisi arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir ilişkinin olmadığını göstermişlerdir. Bu çalışmada, erkek öğrencilerin internet kullanımı ile problem çözme becerileri arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir ilişki bulunmadığı ancak kız öğrencilerin internet bağımlılığı ile problem çözme becerileri arasında zayıf düzeyde negatif yönlü bir ilişki bulunduğu saptanmıştır. Mertoğlu ve Öztuna'nın bulguları, bu çalışmadan elde edilen bulgular ile erkek denekler açısından paralellik gösterirken, kız denekler açısından farklılık göstermektedir. Yüksel (2016) ise yapmış olduğu çalışmasının sonucunda internet bağımlılığı düzeyinin yüksek olması durumunda problem çözme becerilerinin düştüğünün değerlendirmektedir. Farklı sonuçlara ulaşılmış olmasının sebebinin gruplar arası farklılıklardan kaynaklanabileceği düşünülmektedir. Bununla beraber, erkeklerin ve kızların interneti kullanım amaçlarının farklı olabileceği ve bunun da sonuçları etkilemiş olabileceği de değerlendirilmektedir. Problem çözme davranışı duruma ve zamana göre değişmektedir. Her bireye göre problemi algılama durumu değişiklik göstereceğinden, problemi çözme davranışları da buna bağlı olarak değişmektedir (Çam ve Tümkaya, 2007).

Lise düzeyindeki öğrencilerin yer aldığı bir çalışmada, öğrencilerin internet bağımlılık düzeyleri ile problem çözme becerileri arasındaki ilişki incelenmiştir. Elde edilen sonuçlara göre, katılımcıların internet bağımlılık düzeylerindeki artışa paralel olarak problem çözme becerilerinde de artış gerçekleştiği belirlenmiştir (Yüksel ve Yılmaz, 2016). Yüksel ve Yılmaz'ın (2016) elde ettiği sonuç, bu çalışmadan elde edilen kız öğrencilerin internet bağımlılık düzeyleri arttıkça problem çözme becerilerinin de arttığı bulgusuyla uyum göstermektedir.

Mevcut çalışmadan elde edilen sonuçlara göre, erkek deneklerin problem çözme becerilerinin kız öğrencilerden daha iyi olduğu bulunmuştur. Çelikkaleli ve Gündüz (2010), ergenlerde problem çözme becerilerine yönelik yaptıkları çalışmada farklı ortaokul ve liselerde öğrenim görmekte olan ergenlerin cinsiyete göre problem çözme becerilerinde erkekler lehine istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğunu bulmuştur. Benzer şekilde, Koray ve Azar (2008) ile Korkut (2002) yaptıkları çalışmalarda ortaokul ve lise öğrencilerinin problem çözme becerilerini incelemiş ve erkek deneklerin kız deneklerden daha iyi problem çözme performanslarına sahip olduklarını ortaya koymuşlardır. Görücü ve Cantav (2017), beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin problem çözme becerilerini inceledikleri çalışmalarında, erkek deneklerin problem çözme becerilerini kızların problem çözme becerilerinden daha yüksek bulmuşlardır. Bununla birlikte, elde edilen bulguyu desteklemeyen

çalışmalar da mevcuttur. Cenkseven ve Akar Vural (2006) tarafından gerçekleştirilen araştırmanın sonuçlarına göre, kızların problem çözme becerileri erkeklerin problem çözme becerilerinden daha yüksek bulmuştur. Özbal, Balıbey, Meral ve Alıç (2019), Özdayı (2019) ve Uğur (2017) ise cinsiyet faktörünün problem çözme becerisi üzerinde etkili olmadığını göstermişlerdir. Çelikkaleli ve Gündüz (2010) cinsiyetin problem çözme üzerindeki etkileri konusunda kesin bir mutabakata varılmadığı belirtmektedirler.

Bu çalışmada, ortaokul ve lise öğrencilerinin internet bağımlılık düzeyleri ile fiziksel uygunluk düzeyleri ve problem çözme becerileri arasındaki ilişki incelenmiştir. Elde edilen verilerin istatistiksel olarak incelenmesi neticesinde, erkek katılımcıların esneklik testi hariç olmak üzere, fiziksel uygunluk testlerinin tümünde kız katılımcılardan daha iyi performans gösterdikleri görülmüştür. Bunun nedeninin, cinsiyet farkından ortaya çıktığı değerlendirilmiştir.

İnternet bağımlılığı düzeyleri incelendiğinde, deneklerin internet bağımlılığı düzeylerinin "ortalama internet kullanıcısı" seviyesinde olduğu; fiziksel uygunluk bileşenleri ile internet bağımlılığı arasında korelasyon olmadığı ancak internet bağımlılık seviyesi ile problem çözme becerisi arasında kız denekler için negatif yönlü ve düşük seviyede bir ilişki olduğu görülmüştür. İnternet bağımlılığı puanlarının cinsiyete göre farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Öğrenim düzeyi açısından da (ortaokul, lise) internet bağımlılığı puanları arasında fark olmadığı görülmüştür.

Elde edilen bulgular ışığında, erkeklerin problem çözme becerilerinin kızlardan daha yüksek olduğu, kızların internet kullanım düzeyi arttıkça problem çözme becerilerinde de artış gerçekleştiği bulunmuştur. Bunun, kızların ve erkeklerin internet kullanım amaçlarındaki farklılıklardan kaynaklanmış olabileceği, bununla birlikte toplumun cinsiyetlere yüklediği rollerin de sonuçlar üzerinde etkili olmuş olabileceği değerlendirilmektedir.

Bu çalışma, daha fazla deneğin katılımının sağlanmasıyla gerçekleştirilebilir. Çalışma kapsamına, farklı yaş gruplarından ve farklı öğretim kademelerinden bireyler de dâhil edilebilir. İnternet bağımlılığının uzun süreli etkilerinin belirlenmesi amacıyla boylamsal çalışma desenleri tasarlanabilir. İnternet kullanım amaçlarının ne olduğu bilgisi de araştırma kapsamına dâhil edilebilir. Travers testinin, problem çözme becerisini yordama gücünün test edileceği çalışma desenleri oluşturulabilir.

KAYNAKLAR

1. Avcı, İ.A., Altın, A., Öz, Ö., Eren, Ç. E. (2016). Lise öğrencilerinde internet bağımlılığı ile obezite ve fiziksel yakınma sıklığı arasındaki ilişki. Türkiye Klinikleri J. Public Health Nurs-Special Topics, 2016 ; 2 (1): 34-40

2. **Balta, Ö., Horzum, M.** (2008). İnternet bağımlılığı testi. *Eğitim Bilimleri ve Uygulama* 13, 87-102.
3. **Bilim, A. S., Çetinkaya, C. ve Dayı, A.** (2016). 12-17 yaş arası spor yapan ve spor yapmayan öğrencilerin fiziksel uygunluklarının incelenmesi. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 7(2), 53-60. doi:10.17155/spd.74209.
4. **Can, Ö., Demir, C., Yirci, R.** (2018) Lise Öğrencilerinin İnternet Bağımlılık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Uluslararası Hakemli Sosyal Bilimler E-Dergisi* 66, 145-159.
5. **Caspersen, C.J., Pereira, M.A., Curran, K.M.** (2000). Changes in Physical Activity Patterns in the United States, by sex and cross-sectional age. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 32(9), 1601-1609.
6. **Cenkseven, F., Akar Vural, R.** (2006). Ergenlerin düşünme gereksinimi ve cinsiyetlerine göre problem çözme becerilerinin karşılaştırılması. *Eurasian Journal of Educational Research*, 25, 1-2.
7. **Çam, S., Tümkaya, S.** (2007). Kişilerarası problem çözme envanterinin (KPÇE) geliştirilmesi: geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(28), 95-111.
8. **Ferkel, R.** (2011). Relations among physical fitness knowledge, physical fitness, and physical activity (Doktora tezi). Texas Tech University. Texas
9. **Gökçearsan, Ş. Günbatır, M.S.** (2012). Ortaöğretim öğrencilerinde internet bağımlılığı. *Eğitim Teknolojisi Kuram ve Uygulama* Cilt :2 Sayı:2 Yıl:2012
10. **Görücü, A. ve Cantav, E.** (2017). A comparison of students in physical education and Sports College and the students in other departments in terms of problem solving skills. *Journal of Education and Training Studies*, 5(5), 36-45
11. **Gregory, C.** (2019). İnternet addiction disorder.E.adresi: <https://www.psycom.net/iadcriteria.html>
12. **Güçdemir, Y.** (2003). Bilgisayar ağları internetin gelişimi ve bilgi kirlenmesi. *İstanbul Üniversitesi İletişim Fakültesi Dergisi*, 17, 371-378.
13. **Güneri Yöyen, E., Azaklı, A., Üney, R., Demirci, O.O. Merdan, E.** (2017). Ergenlerin kişilik özelliklerinin problem çözme becerisi üzerine etkisi. *Doğu Anadolu Sosyal Bilimlerde Eğilimler Dergisi*, 1(1), 75-93.
14. **Hazar, Z., Demir, T.G., Namlı, S., Türkeli A.** (2017). Ortaokul öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı ve fiziksel aktivite düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi* Cilt 11, Sayı 3, 2017.
15. **Karacan, S., Çolakoğlu, F. F.** (2003). Sedanter orta yaş bayanlar ile genç bayanlarda aerobik egzersizin vücut kompozisyonu ve kan lipidlerine etkisi. *Spor metre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 1(2), 83-88.
16. **Koray, Ö., Azar, A.** (2008). Ortaöğretim öğrencilerinin problem çözme ve mantıksal düşünme becerilerinin cinsiyet ve seçilen alan açısından incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 16 (1), 125-136.
17. **Korkut, F.** (2002). Lise öğrencilerinin problem çözme becerileri. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22, 177-184.
18. **Mertoğlu, H., Öztuna, A.** (2004). Bireylerin teknoloji kullanımı problem çözme yetenekleri ile ilişkili midir? *The Turkish Online Journal of Educational Technology*, 3(1), 83-92.
19. **Orhan, F., Akkoyunlu, B.** (2004). İlköğretim öğrencilerinin internet kullanımları üzerine bir çalışma. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 26, 107-116.
20. **Ortega, F.B., Ruiz, J.R., Castillo, M.J., Sjörström, M.** (2008). Physical fitness in childhood and adolescence: a powerful marker of health. *International Journal of Obesity*, 32, 1-11. doi:10.1038/sj.ijo.0803774.
21. **Özbal, A.F., Balıbey, K., Meral, A., Alıç, S.** (2019). Examining the attitudes and problem solving skills of physical education and sports students. *Universal Journal of Educational Research*, 7(3), 820-823
22. **Özdayı, N.** (2019). An analysis on problem solving skills of students studying in Balıkesir University school of physical education and sports. *Asian Journal of Education and Training*, 5(1), 287-291. doi: 10.20448/journal.522.2019.51.287.291
23. **Paspastergiou, M.** (2009). Exploring the potential of computer and video games for health and physical education: a literature review. *Computers and Education*, 53, 603622. doi: 10.1016/j.compedu.2009.04.001.
24. **Proper, K.I., Koning, M., Van der Beek, A.J., Hildebrandt, V.H., Bosscher, R.J., Van Mechelen, W.M.** (2003). The Effectiveness of Worksite Physical Activity Programs on Physical Activity, Physical Fitness, and Health. *Clinical Journal of Sport Medicine*. 13 (2), 106-117.

25. **Saygın, Ö., Polat, Y., Karacabey, K.** (2005). Çocuklarda hareket eğitiminin fiziksel uygunluk özelliklerine etkisi. *Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 19(3), 205-212.
26. **Şahin, Ç.** (2004). Problem çözme becerisinin temel felsefesi. *Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi*, Yıl: 2004 Sayı: 10
27. **Şahin, Ç.** (2004). Öğretmen adaylarında problem çözme eğilimi ve internet bağımlılığı ilişkisinin incelenmesi. *Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, Cilt: 19, Sayı: 1 Haziran 2017, 1-21
28. **Şanlı, E., Güzel, N. A.** (2008). Öğretmenlerde fiziksel aktivite düzeyi-yaş, cinsiyet ve beden kitle indeksi ilişkisi. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 14(3), 23-32.
29. **Topal, B., Şahin, H., Topal, B.** (2018). İnternet bağımlılığı üzerine Sakarya ilinde bir araştırma. *Sosyal Bilimler Metinleri*, 2, 118-136
30. **Uğur, O. A.** (2017). Üniversiteler arası spor müsabakalarına katılan öğrencilerin bazı demografik değişkenler açısından problem çözme becerileri ve karar verme stilleri. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 10(51),1363,1372.doi:10.17719/jisr.2017.1864
31. **Yılmaz, E., Şahin, Y.L., Haseski, H.İ., Erol, O.** (2014). Lise Öğrencilerinin İnternet Bağımlılık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi, *Balıkesir İli Örneği. Eğitim Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 4 (1),
32. **Yolga Tahiroğlu, A., Çelik, G.G., Uzel, M., Özcan, N., Avcı, A.** (2008). Internet use among Turkish adolescents. *Cyberpsychology and Behavior*, 11(5), 537-543.
33. **Yüksel, M. ve Yılmaz, E.** (2016). Lise öğrencilerinin internet bağımlılık düzeyleri ile problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Elementary Education Online*, 15(3), 1031-1042. doi:10.17051/ieo.2016. 49379.