

TÜRKİYE'DEKİ ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ALIŞKANLIKLARI*

*Ok. Rüstem ORHAN** & Doç. Dr. Oğuzhan YONCALIK****

Öz

Bu çalışmada, Türkiye'deki ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersine ilgileri, sportif faaliyetleri izleme, faaliyetlere katılma ve spor yapma alışkanlıklarının incelenip ortaya çıkartılması amaçlanmıştır. Araştırmanın evrenini 2014-2015 eğitim-öğretim yılında resmi ortaokullarda 5., 6., 7. ve 8. sınıflarda öğrenim gören tüm ortaokul öğrencileri oluşturmaktadır. Evrenin tamamına ulaşma imkanı olmadığından amaçlı örneklem türlerinden tabakalı örnekleme yöntemi kullanılarak, T.C. Gençlik ve Spor Bakanlığı (GSB) tarafından desteklenen "Mobil Gençlik Merkezi - Genç Gönüllüler Hareketi" projesine dahil olan Karadeniz Bölgesi'nden 11 il, Akdeniz Bölgesi'nden 5 il, Doğu Anadolu Bölgesi'nden 4 il, Güneydoğu Anadolu Bölgesi'nden 1 il, İç Anadolu Bölgesi'nden 2 il, Ege Bölgesi'nden 6 il, Marmara Bölgesi'nden ise 4 ilden öğrenci seçme yoluyla örnekleme gidilmiştir. Bu araştırmaya gönüllü olarak 1500 ortaokul öğrencisi katılmıştır. Bu çalışmadaki genel ve alt amaçların incelenip ortaya çıkartılması için araştırmacı tarafından geliştirilen anket kullanılmıştır. Araştırma sonucunda elde edilen veriler, araştırmanın amaçları doğrultusunda SPSS ve Nvivo programlarında analiz edilmiştir. Araştırma kapsamına giren ortaokul öğrencilerinin kişisel göstergelerinin değerlendirilmesinde yüzde dağılımları esas alınmıştır. Yapılan analizler sonucu ortaokul öğrencilerinin %88'sinin Beden Eğitimi ve Spor dersini sevdiği ve %46,7'sinin haftada sadece 1-2 gün spor yaptığı tespit edilmiştir. Elde edilen bulgulardan, ortaokul öğrencilerinin spor yapma alışkanlığı kazanmadığı ve spor kültürlerinin gelişmediği gözlemlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: alışkanlık, beden eğitimi ve spor, spor yapma, spor kültür, ortaokul.

A Study on the Physical Education and Sporting Habits of the Secondary School Students in Turkey

Abstract

This study aims to discover the sporting habits of the secondary school students in Turkey, and their interest in physical education and sport courses, as well as their interest and participation in sporting activities. The population of the study comprises the whole official secondary school students studying in 5th, 6th, 7th and 8th grades in the 2014-2015 academic year. The study utilizes the stratified sampling method, which is a type of purposive sampling, because of the impossibility to reach the entire population. The sampling was conducted in 11 provinces in the Black Sea Region, 5 provinces in the Mediterranean Region, 4 provinces in the Eastern Anatolia, 1 province in the Southeastern Anatolia, 2 provinces in the Central Anatolia, 6 provinces in the Aegean Region, and 4 provinces in the Marmara Region, all covered by a Project titled "The Mobile Youth Center-Young Volunteers" supported by the Turkish Ministry of Youth and Sports. The number of the secondary school students participating in the study on voluntary basis was 1500 in total. A questionnaire developed by the researcher was used to investigate and display the general and sub-objectives of the study. The data obtained from the survey were analyzed using SPSS and Nvivo. The evaluation of the individual indicators of the students in the study was done on the basis of percentage distribution. According to the results, 88% of the students like Physical Education and Sports courses though only 46,7% of them perform sporting activities 1 or two days in a week, and the study also reveals that 64,5 % of the students are not aware of the events and activities of the Ministry of Youth and Sports, and it has been indicated that the 70,6 % of students do not have indoor sports hall in their schools. Findings of the study suggest that secondary school students in Turkey do not gain a sporting habit and a sporting culture.

Keywords: habit, physical education and sport, sport, sporting culture, secondary school.

* Bu makale Kırıkkale Üniversitesinde yapılan "Türkiye'deki Ortaokul Öğrencilerinin Beden Eğitimi ve Spor Alışkanlıkları Üzerine Bir Araştırma" adlı doktora tezinden üretilmiştir.

** Kırıkkale Üniversitesi

*** Kırıkkale Üniversitesi

Giriş

Günümüz dünyasında teknolojinin hızla ilerlemesi çocukların ve gençlerin hareketsiz bir yaşam sürdürmelerine neden olmaktadır. TV seyretme, bilgisayar oyunları, sosyal iletişim ağları, internet ve cep telefonu kullanımı yaygınlaşmakta, çocukların bahçede, parkta ve doğada hareket etmelerinin ve spor yapmalarının önüne geçmektedir. Bunların yanında iyi bir okula veya üniversiteye yerleşmek için öğrencilerin ilkökul çağından itibaren sınavlara hazırlanmaları, enerjilerini bu yönde kullanmaları da onları spordan uzaklaştırmaktadır. Çarpık kentleşme, oyun ve spor alanlarının yetersizliği, teknolojik aletlerin çok fazla kullanımı ve sınavlara hazırlık gibi etkenler çocukların spor alışkanlığı kazanmalarına engel olmakla birlikte sağlıksız, obez, asabi ve asosyal bir neslin yetişmesine neden olmaktadır. Oysa ilkökul ve ortaokul çağındaki çocuklar ve gençler en hareketli ve enerji dolu zamanlarında bulunmaktadırlar. Bu çocukların ve gençlerin enerjilerini olumlu yönde harcamaları için uygun faaliyet ve etkinliklere yönlendirilmeleri gerekmektedir. Bu faaliyetlerin başında da zihinsel, fiziksel ve sosyal yönden gelişmelerine katkı sağlayacak, bilgi, beceri ve yeteneklerini artıracak olan beden eğitimi ve spor gelmektedir. Günümüzde, modern eğitim anlayışı, eğitim ve öğretim faaliyetlerinde okul içi ve okul dışı zihni gelişimin yanında bedensel ve ruhsal gelişmeleri de gerekli görmektedir (Keten, 1993).

Modern eğitim anlayışında eğitim bir bütün olarak ele alınmakta ve bireylerin hayat boyu kendilerini geliştirmeleri, erken yaşlarda gelecek yaşantılarını etkileyecek olumlu alışkanlıklar edinmeleri ve birçok alana ilgi göstermeleri hedeflenmektedir. Bu alanlardan bir tanesi de kişilerin fiziksel, ruhsal ve sosyal gelişimine katkı sağlayan beden eğitimi ve spordur (Seidentop, Mand ve Taggard, 1986).

Beden eğitimi, kişinin fiziksel hareketlere katılmak sureti ile davranışlarında katıtlı olarak beden eğitiminin amaçlarına uygun (bedensel, duygusal, sosyal ve zihinsel) değişme meydana getirme sürecidir. Beden eğitiminde, eğitimin diğer alanlarından farklı olarak “hareket öğrenme ve hareket yoluyla öğrenme” esas alınmaktadır. Bir başka deyişle, beden eğitimi “fiziksel hareketler yoluyla insanın eğitilmesidir” (Tamer ve Pulur, 2001).

Beden eğitimi, Milli Eğitimin temel ilkelerine uygun olarak kişinin beden, ruhen ve fikren gelişimine katkı sağlamaktır (Demirci, 2008; Aracı, 2006). Beden Eğitimi ve Spor kişilerin fiziksel ve zihinsel eğitiminin birlikte yürütüldüğü genel eğitimin ayrılmaz bir parçasıdır. Spor toplumu bir araya getiren yönü itibarıyla de önem taşımaktadır. Spor eğitimi, bireylerin hem fiziki hem de psikolojik gelişmelerini sağlamak, onları sosyal yaşama hazır ve yaratıcı kılmak amacına dönüktür (Erkal, Güven ve Ayan, 1998).

Beden eğitimi ve spor, çocukların koşu, yüzme, atlama, tırmanma gibi daha birçok etkinlik ile fiziksel kapasitelerini geliştirmelerine yardımcı olduğu gibi zihinsel, duygusal ve sosyal gelişmelerine de katkı sağlamaktadır. Beden eğitimi ve spor dersi

ile okulda edinilen bilgi, beceri ve alışkanlıklar ile kişilerin hayat boyu sağlıklı ve zinde bir yaşam sürdürmelerinin temelleri atılmaktadır. Ülkeye elit sporcu kazandırmanın da ilk aşaması okullarda gerçekleştirildiği gibi çocukların ve gençlerin spor yaparak enerjilerini sağlıklı bir şekilde kullanmaları sağlanmaktadır. T.C. Milli Eğitim Bakanlığı (MEB), Ortaokul Beden Eğitimi ve Spor dersi programının amacını öğrencilerin, yaşamları boyunca kullanacakları hareket becerileri, aktif ve sağlıklı yaşam becerileri, kavramları ve stratejileri ile birlikte öz yönetim becerileri, sosyal beceriler ve düşünme becerilerini de geliştirerek bir sonraki eğitim düzeyine hazırlanmak olarak belirtmiştir (MEB, 2013a).

Beden Eğitimi ve Spor dersinden verim alabilmek ve öğrencilere spor yapma alışkanlığı kazandırılabilmesi için dersin uygun araç-gereç ve ortamlarda yürütülmesi gerekmektedir. Her bir okulda veya birkaç okulun ortak kullanabileceği açık ve kapalı spor salonları bulunmalı ve dersler sportif araç ve gereçlerle yürütülmelidir. Beden eğitimi ve spor öğretmenleri de dersin öğrencilere vereceği çok yönlü katkının bilincinde olmalı, spora karşı farkındalık oluşturmalı ve öğrencilere erken yaşlarda spor alışkanlığı kazandırmaya çalışmalıdırlar.

Beden Eğitimi ve Spor

Eğitim, insanın hayata gözlerini açması ile birlikte başlayıp sona ermesine kadar devam eden bir süreçtir. Avrupa Birliği Bologna Süreci kapsamında 2007-2013 faaliyet dönemine “Hayat Boyu Öğrenme (Lifelong Learning)” başlığını vererek eğitimin sadece okul dönemi için geçerli olmadığını, insanın yaşamı boyunca sürdürdüğüne dikkat çekmiştir. Eğitim, formal (yani amaçlı, kasıtlı ve kontrollü) ve informal (yani aile arkadaş, sosyal çevreden kontrolsüz bir şekilde gerçekleşsin) olarak insanlar için yaşamın zorunlu, kaçınılmaz bir parçasıdır. Doğayla uyum içinde yaşayan ve ilkel olarak tanımlanan insanların da günümüzde modern denilen insanın da eğitime ve eğitime gereksinimi vardır. Başlangıçtaki eğitime-eğitilme amacı ve gereksinimi ile günümüz uygar insanın eğitilme amaç ve gereksinimleri birbirinden oldukça farklılık göstermektedir (Almış ve Yılmaz, 2012).

İnsanoğlu dünyaya ayak bastığından beri hareket eden ve hareket halinde olan bir canlıdır. İlk çağlarda yaşamını sürdürmek için avlanan, ziraat ile uğraşan, daha verimli ve güvenli topraklar bulabilmek için hareket halinde olan insanoğlu bu faaliyetleri gerçekleştirmek için yürümek, koşmak, atlamak, yüzmek vb. bedensel faaliyetleri yapmak zorunda kalıyordu. İlk çağlarda geçimini ve güvenliğini sağlamak için bilinçsizce yapılan bedensel faaliyetler daha sonraki çağlarda belirli kurallar çerçevesinde yürütülen, sosyal, kültürel, bilimsel, ekonomik ve endüstriyel boyut kazanan, ulusal ve uluslararası sportif müsabakalar gerçekleştirilen küresel bir olgu haline gelmiştir.

Beden Eğitimi insan vücudunun eğitimidir ve bu eğitim anlayışında bedensel hareketlerin kendi özünde bir değeri olmayıp araçsal bir değeri vardır (Strohmeyer, 1983). Beden Eğitimi hareket etmeyi öğretmek ve hareket yoluyla öğrenmek; (Ta-

mer, 1987) bireyin fiziksel, toplumsal, ruhsal bütünlüğünü zedelemeyen, toplumsal olarak yararlı gelişimini sağlamakla birlikte, mutlu ve güçlü olma, karakter, kişilik ve kültürlenme eğitimi demektir (Kale ve Erşen, 2003).

Öztürk (1982) Beden Eğitimi etkinliklerini her bireyin kendi fiziksel sağlık ve yeterliliği ölçüsünde katılacağı, kendini ifade edeceği etkinlikler olduğunu, vücudun yapı ve fonksiyonunu geliştirebilmeyi eklem ve kasların kontrollü ve dengeli bir biçimde didaktik olarak gelişmelerini sağlamayı, okul çağı sonrası iş ve rekreatif faaliyetlerin süresi içinde harcanan fiziki gücü, en ekonomik tarzda kullanmayı, dolayısıyla organların kontrolünü metotlu bir şekilde hareket ettirmesini öğreten faaliyet sistemi olarak tanımlamıştır.

Spor ise çok çeşitli amaç ve araçlarla yapılan, önceden belirlenmiş ve benimsenmiş kurallara farklı derecelerde olsa da uymayı gerektiren, performans artırıcı bedensel aktiviteler (Gezgin ve Amman, 1993); sporcu olarak bir ya da daha fazla insanın zaman alan ve yer olarak belirlenmiş bir çevrede bir hareketin gözlenebilen değişikliklerde ve seriler halinde bir amaç doğrultusunda gösterilmesini içeren organize insan davranışlar (Mathey, 1969); bireyi, organik, psikolojik sağlığını geliştiren sosyal davranışları düzenleyen zihinsel ve motorik olarak belirli bir düzeye getiren, biyolojik, pedagojik ve sosyal bir olgu (Özcanoğlu, 1993); yenme, üstünlük kurma gibi, insanın bilinçaltı arzularının tatminini amaç edinen, belirli kurallar içerisinde yapılan, rekabete dayalı sosyalleştirici, bütünleştirici, fiziksel, zihinsel ve psikolojik etkinliklerin bütünü (Şahin, 2002); birey açısından spor ise, toplumsal hayattaki yaşam kalitesine katkıda bulunabilen, bireye statü kazandırabilen bir oluşum (Pooley, 1984) olarak tanımlanmaktadır.

Beden Eğitimi ve Spor arasındaki fark; Beden Eğitimi, bireyin beden ve ruh sağlığının gelişmesi için yapılan hareketler bütünüdür. Spor ise, bireyin beden ve ruh sağlığının gelişmesi yanında, belli kurallara göre rekabet ölçüleri içinde mücadele etme, heyecan duyma, yarışma ve üstün gelme amacını içerir (Aracı, 1999).

Beden Eğitimi ve Sporun Önemi

Ulusların geleceği, yetişmiş ve yetişmekte olan gençlerin fiziksel ve ruhsal olgunluğuna bağlıdır. Uygarlık bireye verilen önem ve bu önemle bağlantılı olarak ona verilen eğitime bağlıdır. Eğitimden beklenen fertlerin gizli güçlerini ve kabiliyetlerini ortaya çıkararak en üst düzeyde gelişmesine yardım etmektir. Fertleri fiziksel, zihinsel, duygusal ve toplumsal yönleriyle bir bütün olarak yetiştirmek modern eğitimin temel ilkelerindendir (Gökmen, 1988).

Devletin sosyal, kültürel ve ekonomik yönden kalkınmasının temel unsuru sahip olduğu sağlıklı insan gücüne bağlıdır. Sağlıklı bir toplum yetiştirmenin yolu ise, gelişmiş ülkelerin beden eğitimi ve spor çalışmalarına yaklaşımlarını, eğitim bütünlüğü içerisinde milyonlarca çocuğu bünyesinde barındıran ilk ve orta okullarda uygulamaktan geçecektir. Okullarda öğrenim gören milyonlarca öğrencinin beden eğitimi

ve spor etkinlikleri yoluyla, zihinsel, duygusal, fiziksel gelişimleri en üst düzeyde sağlanarak, üretken, sosyalleşmiş ve nitelikli bir toplum için eğitilmeleri günümüz eğitim anlayışının vazgeçilmez ilkelerinden biridir. Özellikle en hareketli dönemini yaşayan ve bitmek tükenmek bilmeyen enerji ile dolu ilk ve ortaokul çocuklarının, boş zamanlarını faydalı bir şekilde geçirecek, enerjilerini olumlu yönde harcayacak, stresini atacak, sosyalleşmelerini sağlayarak okul kurallarına uyumlarını kolaylaştıracak, kötü alışkanlıklardan korunmalarını sağlayarak, bilgi, beceri ve yeteneklerini arttıracak en önemli faaliyetlerin başında okul içinde ve dışında katılabilecekleri sportif etkinlikler gelmektedir (Akgün ve İnan, 2010).

Spor, modern toplumların sosyal bütünleşmesinin sağlanmasında aktif bir rol oynamaktadır. Modern dünya spora büyük önem vermekte, erken yaşlardan itibaren çocuklara beden eğitimi ve spor programları uygulanmaktadır. Hızla gelişen teknoloji, insanın doğal yapısına uymayan yaşam biçimi ile birlikte iş ve sosyal çevreden gelen baskılar, stresler çeşitli hastalıkların oluşumuna zemin hazırlamıştır. Spor, günümüzde bireylerin karşısına çıkan bu önemli tehlikeye karşı dinamik, stresten uzak bir ortam oluşturarak insan fizyolojisine en uygun yaşam biçimiyle de toplumda önemli bir rol üstlenmektedir (Resmi Gazete, 2013).

Alışkanlık

Alışkanlıklar ve buna bağlı olarak gerçekleşen tutumlar insanların hayatında sürekli var olan, yaşantısında etkili ve belirleyici rolü bulunan, kişiliğini oluşturan davranışlardır. Alışkanlıklar insanların fiziksel, duygusal, zihinsel ve toplumsal davranışlarına yön vermekte, şahsiyetini oluşturmaktadır. Alışkanlıkların insan davranışları ile doğrudan ilişkisi bulunduğundan birçok disiplinin ilgi alanına girmekte, eğitim biliminin de önemli bir parçası haline gelmektedir. Alışkanlıklar insanın dünyaya gelmesi ile birlikte kendisine verilen bir özellik değil, öğrenme ile sonradan edinilmiş, kazanılmış davranışlardır. Alışkanlık kazanma bu yönü ile eğitimin önemli konusudur ve bir öğrenme biçimidir. Eğitim ile iyi alışkanlıkların edinilmesi ve kötü alışkanlıklardan da uzak durulması hedeflenmektedir. Merak etme, okuma ve öğrenme isteğini bireylere alışkanlık haline getirmek eğitimin temel konuları ve hedefleri arasında yer almalıdır.

Araştırmacılar, günlük olarak yaptığımız hareketlerin yaklaşık yüzde kırkının alışkanlıklardan meydana geldiğini tespit etmişler ve sebebini şu şekilde açıklamışlar: Alışlagelmiş işleri yaptığımızda beynimiz enerji tasarrufunda bulunmaktadır. Beynimiz vücut ağırlığımızın sadece yüzde ikisini oluşturmakta, ancak enerjimizin yüzde yirmisini kullanmaktadır. Beynin dinlenebildiği ve böylece enerji tasarrufu yapabildiği anlar en iyi zamanlardır. Bir hareketin/davranışın alışlagelmiş bir şekilde yerine getirildiğinde neden enerji tasarrufu yaptığı açıktır: Bu şekilde bir davranış sergilediğinde irade gücüne ihtiyaç duyulmamaktadır. Uygulamaya dönük planlı efor tamamen ortadan kalkmaktadır. Bilinçaltı otomatik olarak işi devralmaktadır (Grünstäudl, 2013).

Alışkanlık birçok disiplini ilgilendirdiğinden tanımı içeriksel olarak benzer de olsa farklı farklı açıklanmıştır. 1. **Eğitimbilim:** 1. Bir edim ya da etki karşısında bir canlının gösterdiği değişmez tutum. 2. Bir şeyin sık sık yinelenmesi sonunda oluşan huy ve alışkı. 2. **Felsefe:** İç ve dış etkilere bağlı olarak hep aynı biçimde davranma. 3. **İnsanbilim:** Bir şeyi eskiden beri görüldüğü, eski kuşaklardan öğrenildiği biçimiyle yapma tutumu. 4. **İşletme:** Aynı markanın sıkça satın alınmasıyla oluşan tüketici davranışı. 5. **Ruhbilim:** Düzenli ve sürekli olarak kendini gösteren, öğrenilerek edinilmiş yalın davranışlar (TÜBA, 2013).

TDK (2006) ise alışkanlığı “İç ve dış etkilerle hep aynı biçimde gerçekleşmesi sonucu beliren şartlanmış davranış” olarak tanımlamaktadır. Güney (1998) alışkanlığı “canlı bir varlığın tekrarlanan bir etkiyle edindiği tutum veya öğrenme sonucu otomatik olarak yapılan davranışlar” olarak açıklamaktadır.

Beyin, bir faaliyetin uygulanması esnasında veya sonrasında insanların kendilerini iyi hissetmeleri halinde bu durumu bir alışkanlık haline getirebilmektedir. Hedeflere adım adım yaklaşılmasını sağlayan olumlu bir davranış söz konusu ise bunun alışkanlık haline gelmesi daha kolay gerçekleşmektedir. Bunun yanında hedeflere ulaşılmasına katkı sağlamayan hatta bundan alıkoyan faaliyetler de insanların hoşuna gidebilmektedir. Bunun sebebi ise faaliyetin kısa süreliğine iyi gelmiş olabileceğidir. Örneğin spor ayakkabılarını giyip koşmaya çıkmak yerine kanepenin üzerinde uzanıp kalmak insanların daha çok hoşuna gitmektedir. Olumlu ya da olumsuz alışkanlıkların edinilmesi ile ilgili olarak fark etmeksizin beyin üç aşamada çalışmaktadır:

1. Beyni sürekli olarak herhangi bir alışkanlığımızı harekete geçirebilecek *uyarıcıların tetiklenmesini* aramaktadır. Uyarıcıların tetiklenmesi beynimize hangi alışkanlığımızın harekete geçmesi gerektiğini bildirmektedir. Bu durum beynimizin otomatik moda geçmesini sağlamaktadır.
2. Uyarıcıların tetiklenmesinden sonraki aşamada bedensel, zihinsel veya duygusal doğamızda bulunabilecek bir *rutini* gerçekleştirmek gelmektedir.
3. Finali, gelecekte bu somut döngüyü hatırlamaya değer olup olmadığına karar vermede beynimize yardımcı olacak *ödüllenme* ile tamamlanmaktadır.

Ödül yeterince büyük ise üç aşamalı döngü gittikçe daha çok otomatikleşmektedir. Uyarıcıların tetiklenmesi ve ödül güçlü bir öne alma ve talep etme hissi oluşana kadar birbiriyle sıkı bir şekilde bütünleşmektedir. Finalde ise yeni bir alışkanlık meydana gelmektedir. (Grünstäudl, 2013a).

Ortaokul 5.-8. Sınıflar Beden Eğitimi ve Spor Dersi Öğretim Programında Alışkanlık İle İlgili Konular

MEB (2013) Ortaokul 5.-8. Sınıflar Beden Eğitimi ve Spor Dersi Öğretim Programı incelendiğinde öğrencilerin spor yapma alışkanlığı kazanmaları ile ilgili konulara önem verdiği görülmektedir. Bu doğrultuda ortaokul beden eğitimi ve spor dersinden öncelikli olarak beklentinin ortaokul öğrencilerinin hareket yetkinliklerini

geliştirmede, aktif ve sağlıklı yaşam alışkanlıkları edinmede yol gösterici ve destekleyici olduğu vurgulanmıştır. Programın amacına bakıldığında öğrencilerin, yaşamları boyunca kullanacakları hareket becerileri, aktif ve sağlıklı yaşam becerileri, kavramları ve stratejileri ile birlikte öz yönetim becerileri, sosyal becerileri ve düşünme becerilerini de geliştirerek bir sonraki eğitim düzeyine hazırlanmaları hedeflendiği görülmektedir. Ayrıca ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi ve spora katılımı ile fiziksel, duygusal, sosyal ve zihinsel özelliklerini geliştirmede önemli bir rolü olduğu, aynı zamanda öğrencilerin, beden eğitimi ve spor yolu ile öz-yönetim, sosyal ve düşünme becerilerini de geliştirebilecekleri belirtilmiştir.

Ortaokul öğretim programı çıktıları incelendiğinde alışkanlık kazanma ile ilgili iki madde karşımıza çıkmaktadır.

Program çıktıları 4. maddesi “Sağlıklı yaşamla ilgili fiziksel etkinlik ve spor kavramlarını ve ilkelerini açıklar” başlığı altında; Düzenli ve uygun şekilde yapılan fiziksel etkinlikler ve sporun, bireyin zindeliğine (*sağlığın fiziksel, duygusal, sosyal, zihinsel vb. boyutları*) olumlu etkilerinin olduğu belirtilmiştir. Ayrıca öğrencilerin fiziksel etkinliklere/spora katılımdan en yüksek yararı sağlamaları için sağlıkla ilgili fiziksel uygunluk, bilinçli tüketim, sağlığın korunmasında dikkat edilmesi gereken unsurlar ve katılımda kişisel, toplumsal, çevresel etkileri anlamaları gerekliliğinden, düzenli fiziksel etkinliklere ve sporlara katılımı etkileyen kişisel (*ilgi, tutum, motivasyon, bilgi vb.*), toplumsal ve çevresel (*spora verilen değer, sağlanan sosyal destek, fiziksel etkinlik ve spor imkânları vb.*) unsurlar da öğrencilerin çalışmaları gereken kavramlar arasında olduğundan bahsedilmiştir.

Program çıktısı 5. maddesinde “Sağlıklı olmak ve sağlığını geliştirmek için fiziksel etkinliklere ve sporlara düzenli olarak katılır” ifadesi yer almaktadır. Burada ise; Beden Eğitimi ve Spor Dersi olarak ortaokuldan mezun olan öğrencilerden, haftanın her günü en az bir saat fiziksel etkinliklere katılma alışkanlığı geliştirmeleri beklendiği, bu bir saatlik etkinliğin ise en az 20 dakikasının kalp atım hızında ve nefes alıp verme sıklığında artış sağlayan orta ve yüksek şiddette etkinliklerden oluşması, öğrencilerin sağlıkla ilgili fiziksel uygunluklarının gelişimini destekleyeceği belirtilmiştir.

Yöntem

Betimsel nitelikte olan bu çalışmada ortaokul öğrencilerinin sporla ilgili alışkanlıklarının incelenmesi amacıyla tarama modeli kullanılmıştır. Tarama modelleri, geçmişte ya da hâlen var olan bir durumu olduğu şekliyle betimlemeyi amaçlayan araştırma yaklaşımıdır. Tarama modelinde araştırmaya konu olan olay, birey ya da nesne, kendi koşulları içinde ve olduğu gibi tanımlanmaya çalışılır (Karasar, 2003).

Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini 2014-2015 eğitim-öğretim yılında resmi ortaokullarda 5., 6., 7. ve 8. sınıflarda öğrenim gören tüm ortaokul öğrencileri oluşturmaktadır. Evrenin tamamına ulaşma imkanı olmadığından amaçlı örneklem türlerinden tabakalı örnekleme yöntemi kullanılarak, mobil gençlik merkezi-genç gönüllüler hareketi projesine dahil olan Karadeniz bölgesinden 11 il, Akdeniz bölgesinden 5 il, Doğu Anadolu bölgesinden 4 il, Güneydoğu Anadolu bölgesinden 1 il, İç Anadolu bölgesinden 2 il, Ege bölgesinden 6 il, Marmara Bölgesinden ise 4 ilden öğrenci seçme yoluyla örnekleme gidilmiştir.

Veri Toplanması ve Analizi

Araştırmada veri toplama aracı olarak araştırmacının kendisi tarafından geliştirilen “Ortaokul Öğrencilerinin Sporla İlgili Alışkanlıklarının İncelenmesi” anketi kullanılmıştır. Araştırmacı tarafından toplamda 1500 anketin uygulanması sağlanmıştır. Toplanan veriler kontrol edilerek eksik ya da hatalı olan 214 anket değerlendirme dışında tutulmuştur. Bu aşamadan sonra geçerliliği kabul edilmiş olan 1286 anketten elde edilen veriler SPSS paket programına girilerek bilgisayar ortamına aktarılmış ve bu program aracılığıyla çözümlenmiştir. Araştırmada elde edilen verilerinin değerlendirilmesinde demografik verilere ilişkin yüzde ve frekans dağılımları verilmiştir. Daha sonra ortaokul öğrencilerinin sporla ilgili alışkanlıklarını ortaya koymak amacıyla frekans ve yüzde olmak üzere betimsel istatistikler yapılmıştır.

Bulgular

1. Ortaokul Öğrencilerinin Demografik Bilgilerine İlişkin Bulgular

Tablo 1

Ortaokul öğrencilerinin bölgelere ilişkin dağılımları (n = 1286)

<i>Bölgeler</i>	<i>N</i>	<i>%</i>
<i>İç Anadolu Bölgesi</i>	33	2,6
<i>Ege Bölgesi</i>	191	14,9
<i>Doğu Anadolu Bölgesi</i>	205	15,9
<i>Güneydoğu Anadolu Bölgesi</i>	52	4
<i>Marmara Bölgesi</i>	214	16,6
<i>Akdeniz Bölgesi</i>	217	16,9
<i>Karadeniz Bölgesi</i>	374	29,1
Toplam	1286	100

Öğrencilerin bölgelere göre yüzdelik dağılımlarına bakıldığında öğrencilerin %2,6'sının İç Anadolu Bölgesi'nden, %14,9'unun Ege Bölgesi'nden, %15,9'unun Doğu Anadolu Bölgesi'nden, %4'ünün Güneydoğu Anadolu Bölgesi'nden, %16,6'sının Marmara Bölgesi'nden, %16,9'unun Akdeniz Bölgesi'nden, %29,1'inin ise Karadeniz Bölgesi'nden olduğu görülmektedir. En çok Akdeniz ve Marmara Bölgesi'nden, en az ise İç Anadolu ve Güneydoğu Anadolu Bölgesi'nden öğrenci olduğu görülmektedir.

Tablo 2
Ortaokul Öğrencilerin İllere Göre Dağılımı

Bölge Adı	Şehirler	N	%	Bölge Adı	Şehirler	n	%
İç Anadolu Bölgesi	Sivas	24	1,9	G. Doğu Anadolu Bölgesi	Adıyaman	52	4
	Kırıkkale	9	0,7		Toplam	52	4
	Toplam	33	2,6				
Ege Bölgesi	Aydın	26	2	Doğu Anadolu Bölgesi	Erzincan	60	4,7
	Denizli	44	3,4		Erzurum	94	7,3
	İzmir	27	2,1		Malatya	51	4
	Manisa	94	7,3		Toplam	205	15,9
	Toplam	191	14,9				
Marmara Bölgesi	Balıkesir	63	4,9	Karadeniz Bölgesi	Amasya	52	4
	Bursa	41	3,2		Artvin	50	3,9
	Sakarya	21	1,6		Giresun	31	2,4
	Yalova	89	6,9		Ordu	25	1,9
	Toplam	214	16,6		Rize	35	2,7
Akdeniz Bölgesi				Çorum	48	3,7	
	Antalya	40	3,1	Tokat	63	4,9	
	Mersin	64	5	Düzce	29	2,3	
	K. Maraş	57	4,4	Trabzon	41	3,3	
	Osmaniye	56	4,4	Toplam	374	29,1	
Toplam	217	16,9					

Tablo 2 incelendiğinde araştırmaya ülke genelinde 27 ilden 1286 öğrencinin katıldığı görülmektedir.

Tablo 3

Ortaokul Öğrencilerinin Cinsiyetlerine Göre Dağılımı

<i>Cinsiyet</i>	<i>N</i>	<i>%</i>
Kız	454	35,3
Erkek	832	64,7
Toplam	1286	100

Tablo 3 incelendiğinde araştırma kapsamında toplamda 1286 öğrenci bulunduğu görülmektedir. Öğrencilerin cinsiyet dağılımlarının yüzdelik oranları dikkate alındığında %35,3'ünün kız öğrenci olduğu, %64,7'sinin ise erkek olduğu görülmektedir. Kız ve erkek öğrenci dağılımlarına bakıldığında erkek öğrencilerin katılımının daha fazla olduğu görülmektedir.

Tablo 4

Ortaokul Öğrencilerinin Anne ve Babalarının Eğitim Düzeylerine Göre Dağılımı

	<i>N</i>	<i>%</i>	
<i>Anne</i>	Okuma-yazması yok	93	7,2
	İlkokul	449	34,9
	Ortaokul	331	25,7
	Lise	273	21,2
	Üniversite	140	10,9
	Toplam	1286	100
<i>Baba</i>	Okuma-yazması yok	44	3,4
	İlkokul	322	25,0
	Ortaokul	324	25,2
	Lise	392	30,5
	Üniversite	204	15,9
	Toplam	1286	100

Öğrencilerin annelerinin eğitim düzeylerine göre yüzdelik dağılımlarına bakıldığında %7,2'sinin okumasının ve yazmasının olmadığı, %34,9'unun ilkokul mezunu olduğu, %25,7'sinin ortaokul, %21,2'sinin lise, %10,9'unun üniversite mezunu olduğu görülmektedir. Öğrencilerin babalarının eğitim düzeylerine göre yüzdelik dağılımlarına bakıldığında %3,4'ünün okumasının ve yazmasının olmadığı, %25'inin ilkokul mezunu olduğu, %25,2'sinin ortaokul, %30,5'inin lise, %15,9'unun üniversite mezunu olduğu görülmektedir.

Tablo 5
Ortaokul Öğrencilerin Ailelerinin Aylık Gelir Düzeyi

Gelir Düzeyi (TL)	n	%
500-1000	407	31,6
1001-1500	440	34,2
1501-2000	183	14,2
2001-2500	110	8,6
2501 ve üzeri	146	11,4
Toplam	1286	100

Aylık gelir düzeylerine göre yüzdelik dağılımlarına bakıldığında öğrenci ailelerinin %31,6'sının gelir düzeyinin 500-1000 TL arasında, %34,2'sinin 1001-1500 TL arasında, %14,2'sinin 1501-2000 TL arasında, %8,6'sının 2001-2500 TL arasında ve %11,4'ünün ise 2501 ve üzerinde olduğu görülmektedir.

2. Ortaokul Öğrencilerinin Beden Eğitimi ve Spor Bilgilerine İlişkin Bulgular

Tablo 6

Ortaokul Öğrencilerinin Beden Eğitimi Dersine İlişkin Dağılımı

Değişkenler	Seçenekler	n	%
Okulunuzda Beden Eğitimi dersleri yapılıyor mu?	Evet	1232	95,8
	Hayır	54	4,2
	Toplam	1286	100
Beden Eğitimi dersine hangi öğretmeniniz giriyor?	Beden Eğitimi Öğrt.	1035	84,0
	Branş Öğrt.	197	16,0
	Toplam	1232	100
Beden Eğitimi dersini seviyor musunuz?	Hiç Sevmiyorum	27	2,1
	Biraz Seviyorum	127	9,9
	Çok Seviyorum	1132	88,0
	Toplam	1286	100

Tablo 6 incelendiğinde ortaokul öğrencilerinden “Okulunuzda Beden Eğitimi dersleri yapılıyor mu?” sorusuna evet yönünde görüş bildirenlerin sayısının 1232, hayır yönünde görüş bildirenlerin sayısının ise 54 olduğu görülmektedir. 54 öğrencinin “Beden eğitimi dersi yapılmıyor” şeklinde görüş bildirmeleri, buldukları okullarda beden eğitimi öğretmeni olmamasından kaynaklanabilir. Beden Eğitimi ve Spor dersini ilgili alan öğretmeni tarafından yürütüldüğünü belirten öğrenci oranı %84, başka branş öğretmenler tarafından yürütüldüğünü belirten öğrenci oranı ise %16’dır. Beden Eğitimi ve Spor dersinin öğrenciler tarafından sevildiği tablo 6’da görülmektedir. Öğrencilerin %88’i dersi çok sevdiğini, %2,1’in ise hiç sevmediğini belirtmiştir.

Tablo 7

Ortaokul Öğrencilerinin Spor Yapma Durumlarına İlişkin Dağılımı

Değişkenler	Seçenekler	n	%
Spor Yapma Durumu	Evet	1123	87,3
	Hayır	163	12,7
	Toplam	1286	100

Tablo 7'de ortaokul öğrencilerinden spor yapanların sayısı 1123, spor yapmayanların sayısı ise 163 olduğu görülmektedir. Söz konusu öğrencilerin % 87,3'ünün spor yaptığını ifade etmesi, buldukları yaş grubunu da dikkate alarak spor yapmanın önemini kavradıkları ya da spor yapma konusunda doğru şekilde yönlendirildiklerini gösterir nitelikte olduğu söylenebilir.

Tablo 8

Ortaokul Öğrencilerinin Spor Yapma Sıklıklarına İlişkin Dağılımı

<i>Değişkenler</i>	<i>Seçenekler</i>	<i>n</i>	<i>%</i>	
Spor Yapma Sıklığı	Haftada 1-2 gün	601	46,7	
	Haftada 3 ve daha fazla gün	318	24,7	
	Ayda 1-2 gün	39	3	
	Tatillerde	112	8,7	
	Boş zamanımda	216	16,8	
	Toplam		1286	100

Tablo 8 incelendiğinde ortaokul öğrencilerinin spor yapma sıklığının sırasıyla; haftada 1-2 gün (%46,7), haftada 3 ve daha fazla gün (%24,7), boş zamanımda (%16,8), tatillerde (%8,7), ayda 1-2 gün (%3) olduğu görülmektedir.

Tablo 9

Ortaokul Öğrencilerinin Spor Yapmaya Ayırdıkları Zamanın Yeterliliğine İlişkin Dağılımı

<i>Değişkenler</i>	<i>Seçenekler</i>	<i>n</i>	<i>%</i>
Spor Yapmaya Yeterli Zaman Ayırma	Evet	1023	79,5
	Hayır	263	20,5
	Toplam		1286

Tablo 9'a bakıldığında "Spor yapmaya yeterli zaman ayırıyor musunuz?" şeklinde yöneltilen soruya ortaokul öğrencilerinden evet yönünde görüş bildirenlerin sayısı 1023, hayır yönünde görüş bildirenlerin 263 olduğu görülmektedir.

Tablo 10

Ortaokul Öğrencilerinin Yaptıkları Spor Dallarına İlişkin Dağılımı

	<i>Seçenekler</i>	<i>n</i>	<i>%</i>
Spor Dalları	Futbol	792	61,5
	Bisiklet	575	44,7
	Basketbol	450	34,9
	Voleybol	427	33,2
	Yüzme	383	29,7
	Koşu	343	26,6
	Yürüyüş	327	25,4
	Masa Tenisi	184	14,3
	Tenis	174	13,5
	Hentbol	119	9,3
	Dağcılık	117	9,1
	Kayak	109	8,5
	Karate, Judo vb	106	8,3
	Kampçılık	84	6,5
	Kürek/Yelken	27	2,1
Diğer	76	6,0	

Tablo 10'da "Hangi spor türünü yapıyorsunuz? (Birden fazla seçenek işaretleyebilirsiniz)" şeklinde yöneltilen soruda öğrencilere on beş adet seçeneği işaretleme imkanı tanınmıştır. Tablo 10'da ortaokul öğrencilerinin yaptıkları spor dallarının, futbol (%61,5), bisiklet (%44,7), basketbol (%34,9), voleybol (%33,2), yüzme (%29,7), koşu (%26,6), yürüyüş (%25,4), masa tenisi (%14,3), tenis (%13,5), hentbol (%9,3), dağcılık (%9,1), kayak (%8,5), karate, judo vb (%8,3), kampçılık (%6,5), diğer (%6), kürek/yelken (%2,1) olduğu görülmektedir. Öğrencilerin sırasıyla en çok futbol, bisiklet, basketbol, voleybol sporlarını yaptıklarını ifade ettikleri görülürken, en az ise sırasıyla kampçılık, karate, judo, kürek/yelken ve diğer şeklinde ifade ettikleri spor dalları yönünde görüş bildirdikleri görülmüştür. Öğrenciler arasında en çok yapılan spor dalının futbol olması, bu spor dalının ülkemizde çok sevilmesinden ve popüler olmasından kaynaklandığı söylenebilir. Öğrenciler arasında en az yapılan spor dalının kürek/yelken olması ise, bu spor dalının yapılabilme imkanının doğa şartlarından dolayı sınırlı olmasından kaynaklandığı söylenebilir.

Tablo 11

Öğrencilerin Sporun Akademik Başarıya Olan Etkisine İlişkin Dağılımı

<i>Değişkenler</i>	<i>Seçenekler</i>	<i>n</i>	<i>%</i>
Sporun Akademik Başarıya Etkisi	Olumlu	953	74,1
	Olumsuz	84	6,5
	Hem Olumlu Hem Olumsuz	249	19,4
	Toplam	1286	100

Tablo 11 incelendiğinde ortaokul öğrencilerine yöneltilen “*Sporun ders, sınav vb. (akademik) başarıya etkisinin ne yönde olduğunu düşünüyorsunuz?*” sorusunu 953 öğrencinin “Olumlu yönde etkiler”, 84 öğrencinin “Olumsuz yönde etkiler” ve 249 öğrencinin “Hem olumlu hem olumsuz yönde etkiler” yönünde yanıtladığı görülmektedir.

Tablo 12

Ortaokul Öğrencilerinin İmkanları Olması Durumunda Tercih Edecekleri Spor Dalları

	<i>Seçenekler</i>	<i>n</i>	<i>%</i>
Spor Dalları	Futbol	492	38,2
	Yüzme	384	29,8
	Kayak	264	20,5
	Kampçılık	239	18,5
	Basketbol	219	17,0
	Dağcılık	210	16,3
	Voleybol	195	15,1
	Karate, Judo vb	194	15,0
	Kürek/Yelken	138	14,9
	Bisiklet	175	13,6
	Tenis	163	12,6
	Hentbol	153	11,8
	Koşu	145	11,2
	Masa Tenisi	105	8,1
	Yürüyüş	92	7,1
Diğer	39	3,0	

Tablo 12’de “İmkânınız olsa hangi spor türünü yapmak isterdiniz? (Birden fazla seçenek işaretleyebilirsiniz)” şeklinde yöneltilen soruda öğrencilere on beş adet seçeneği işaretleme imkanı tanınmıştır. Tablo 12’ye göre ortaokul öğrencilerinin imkanları olması durumunda tercih edecekleri spor dallarının; futbol (%38,2), yüzme (%29,8), kayak (%20,5), kumpçılık (%18,5), basketbol (%17,0), dağcılık (%16,3), voleybol (%15,1), karate, judo vb. (%15), kürek/yelken (%14,9), bisiklet (%13,6), tenis (%12,6), hentbol (%11,8), koşu (%11,2), masa tenisi (%8,1), yürüyüş (%7,1), diğeri (%3) olduğu görülmektedir. Ortaokul öğrencileri gerekli imkanlar sunulursa en çok sırasıyla; futbol, yüzme, kayak ile en az sırasıyla; masa tenisi, yürüyüş ve diğeri şeklinde ifade ettikleri spor dallarını yapmayı istediklerini belirtmişlerdir. Öğrencilerin futbolun ve yüzmenin yanında en çok kayak sporunu tercih etmeleri, bu spor dalını yapabilmek için özel doğa şartlarının ve uygun coğrafyanın olması gerekliliğinden kaynaklanabilir.

Tablo 13
Ortaokul Öğrencilerinin Ailelerinde Spor Yapan Bireylere İlişkin Dağılımları

Değişkenler	Seçenekler	n	%
Ailede Spor Yapan Birey	Evet	763	59,3
	Hayır	523	40,7
	Toplam	1286	100

Ortaokul öğrencilerinden 763 kişi ailelerinde spor yapan bireyin olduğunu, 523 kişi ailelerinde spor yapan bireyin olmadığını ifade ettikleri tablo 13’de görülmektedir. Ailedeki bireylerin spor yapma durumlarına oransal açıdan bakıldığında (evet %59,3, hayır %40,7) oranların birbirine yakın olduğu söylenebilir.

Tablo 14
Ortaokul Öğrencilerinin Ailelerinin Spor Yapmalarını Destekleme Durumlarına İlişkin Dağılımı

Değişkenler	Seçenekler	n	%
Ailelerin öğrencilerin spor yapmalarını desteklemeleri	Evet	1126	87,6
	Kısmen	91	7,1
	Hayır	69	5,4
	Toplam	1286	100

Tablo 14'de de görüldüğü gibi, ortaokul öğrencilerinden 1126 kişi (%87,6) ailelerinin spor yapmalarını desteklediği, 69 kişi (%5,4) ailelerinin spor yapmalarını desteklemediği, 91 kişi (%7,1) ise ailelerinin spor yapmalarını kısmen desteklediği yönünde görüş bildirmişlerdir. Bu bulgulara göre görüş bildiren öğrencilerin çoğunluğunun ailesinin spor yapmalarını desteklediği söylenebilir.

Tablo 15

Ortaokul Öğrencilerinin Sporla İlgili Konuları Takip Etme Araçlarına İlişkin Dağılımı

<i>Değişkenler</i>	<i>Seçenekler</i>	<i>n</i>	<i>%</i>
Sporla İlgili Konuları Takip Etme Araçları	Televizyon	966	75,1
	İnternet	654	50,8
	Gazete	305	23,7
	Dergi	192	14,9
	Kitap	114	8,8
	Radyo	80	6,2
	Diğer	28	2,1

Tablo 15'de "Spor ile ilgili konuları nereden takip edersiniz? (Birden fazla seçenek işaretleyebilirsiniz)" şeklinde yöneltilen soruda öğrencilere yedi adet seçeneği işaretleme imkanı tanınmıştır. Tablo 15 incelendiğinde ortaokul öğrencilerinin sporla ilgili konularını takip ettikleri araçların; televizyon (%75,1), internet (%50,8), gazete (%23,7), dergi (%14,9), kitap (%8,8), radyo (%6,2), diğer (%2,1) olduğu görülmektedir. Bu bulgularla birlikte öğrencilerin spor ile ilgili konularını, günümüz teknolojik iletişim araçlarının kullanım oranına paralel olacak şekilde ilgili teknolojik araçlar aracılığıyla takip ettikleri söylenebilir. Ayrıca öğrenciler spor ile ilgili konuları arkadaşlarından (%1,6) ve çevreden (%0,5) takip ettiklerini soruda yer alan diğer kısmında belirtmişlerdir.

Tartışma ve Sonuç

Araştırmaya Türkiye'nin yedi ayrı coğrafi bölgesinden 1286 ortaokul öğrencisi katılmıştır. 1286 ortaokul öğrencisinden %35,3'ünün kız olduğu, %64,7'sinin erkek olduğu, öğrencilerin yaşlarına göre yüzdelik dağılımlarına bakıldığında ise %4,5'inin 10 yaşında, %29,5'inin 11 yaşında, %25,2'sinin 12 yaşında, %21,8'inin 13 yaşında ve %19'unun ise 14 yaşında olduğu belirlenmiştir. Araştırmada en çok 11 yaşında olan öğrenciler yer alırken en az 10 yaşında olan öğrenciler yer almıştır. Öğrencilerin

annelerinin eğitim düzeylerine göre yüzdeler dağılımlarına bakıldığında %7,2'sinin okumasının ve yazmasının olmadığı, %34,9'unun ilkökul mezunu olduğu, %25,7'sinin ortaokul, %21,2'sinin lise, %10,9'unun üniversite mezunu olduğu görülmüştür. Öğrencilerin babalarının eğitim düzeylerine göre yüzdeler dağılımlarına bakıldığında ise %3,4'ünün okumasının ve yazmasının olmadığı, %25'inin ilkökul mezunu olduğu, %25,2'sinin ortaokul, %30,5'inin lise, %15,9'unun üniversite mezunu olduğu görülmüştür. Öğrencilerin aylık gelir düzeylerine göre yüzdeler dağılımlarına bakıldığında ailelerin %31,6'sının gelir düzeyinin 500-1000 TL arasında, %34,2'sinin 1001-1500 TL arasında, %14,2'sinin 1501-2000 TL arasında, %8,6'sının 2001-2500 TL arasında ve %11,4'ünün ise 2501 ve üzerinde olduğu belirlenmiştir.

Araştırmadan elde edilen bulgular doğrultusunda; ortaokul öğrencilerinden “Okulunuzda Beden Eğitimi dersleri yapılıyor mu?” sorusuna evet yönünde görüş bildirenlerin sayısının 1232, hayır yönünde görüş bildirenlerin sayısının ise 54 olduğu görülmüştür. 54 öğrencinin “Beden eğitimi dersi yapılmıyor” şeklinde görüş bildirmeleri ile buldukları okullarda beden eğitimi öğretmeni olmaması sonucu elde edilmiştir. Ayrıca “Beden eğitimi derslerine beden eğitimi öğretmeni giriyor” yönünde görüş bildiren öğrenci sayısının 1035, “Beden eğitimi derslerine başka branş öğretmeni giriyor” yönünde görüş bildirenlerin sayısının ise 197 öğrenci olduğu tespit edilmiştir. Bu bulguya dayanarak 197 öğrencinin beden eğitimi ve spor dersi beden eğitimi öğretmeni tarafından değil, diğer branş öğretmenleri tarafından yürütüldüğü sonucuna ulaşılmıştır.

Ortaokul öğrencilerine yöneltilen “Beden Eğitimi dersini seviyor musunuz?” sorusuna verilen yanıtlar incelendiğinde, 1132 öğrencinin “Çok seviyorum” yönünde görüş bildirdiği, 127 öğrencinin “Biraz seviyorum” yönünde görüş bildirdiği, 27 öğrencinin ise “Hiç sevmiyorum” yönünde görüş bildirdiği görülmüştür. Elde edilen bu bulguyla birlikte beden eğitimi derslerinin öğrenciler tarafından genel olarak çok sevildiği sonucu elde edilmekle birlikte; oran olarak düşük olmasına rağmen “Beden eğitimi dersini sevmiyorum” görüşünü dile getiren öğrencilerin fiziksel olarak beden eğitimi dersinde aktif olamamaları, geri planda kalmaları, yorulmaları ve bu derste başarılı olamamaları beden eğitimi dersini sevmemelerinin nedeni olduğu tespit edilen bir diğer sonuç olmuştur. Çetin (2007) “Orta Öğretim Öğrencilerinin Beden Eğitimi ve Spora İlişkin Tutumlarının Karşılaştırılması” isimli araştırma sonuçlarına göre de öğrencilerin beden eğitimine yönelik tutumlarının pozitif olduğu gözlenmiştir. Ortaöğretim öğrencilerinin beden eğitimi ve spora yönelik genel olarak tutumları olumlu düzeyde olduğu ortaya çıkmıştır.

Ortaokul öğrencilerinden spor yapanların sayısının 1123, spor yapmayanların sayısının 163 olduğu görülmüştür. Söz konusu öğrencilerin %87,3'ünün spor yaptığını ifade etmesi, buldukları yaş grubunu da dikkate alarak spor yapmanın önemini kavradıkları ya da spor yapma konusunda doğru şekilde yönlendirildiklerini gösterir nitelikte olduğu sonucunu doğurmuştur. Öztürk'ün (2000) yılında “Orta Öğretim

Öğrencilerinin Sportif Beklenti ve Alışkanlıkları (Bilecik ili Uygulaması)” adlı çalışmasında deneklerin spora ilgi düzeylerinin %85,6 olduğu tespit etmiştir. Bu sonuç ile doktora tez araştırmamdaki sonuç ile örtüşmektedir.

Ortaokul öğrencilerinin spor yapma sıklığının sırasıyla; haftada 1-2 gün, haftada 3 ve daha fazla gün, boş zamanımda, tatillerde ve ayda 1-2 gün olduğu görülmüştür. Öğrencilerin en çok haftada 1-2 gün spor yaptıklarını belirtmeleri düzenli olarak spor yapmadıkları, spor yapma alışkanlığı kazanmadıkları olarak değerlendirilmelidir. Dünya Sağlık Örgütü sağlıklı bir yaşam için yetişkinlerde haftanın 5 günü en az 30 dakika orta şiddette fiziksel aktivite yapılmasını önermektedir. 5-17 yaş grubu için ise kardiyovasküler hastalıklar, diyabet, obezitenin önlenmesi, sağlıklı bir kas-iskelet sistemi gelişimi, anksiyete ve depresyon riskinin azaltılmasında günde en az 60 dakika orta şiddette fiziksel aktivite yapılması gerektiği belirtilmektedir. Orta şiddette fiziksel aktivite, solunum ve kalp atım sayısının normalden daha fazla olduğu, kasların zorlanmaya başladığı, orta dereceli efor gerektiren aktivitelerdir. Bu aktivitelerin şiddetini; kişinin yanındaki ile konuşabildiği ancak şarkı söyleyemediği bir şiddet olarak da tanımlayabiliriz. Buna saatte yaklaşık 5 km veya 30 dk. da 2.5 km. canlı yürüyüş yapmak örnek olarak gösterilebilir (Sağlık Bakanlığı).

“Spor yapmaya yeterli zaman ayırıyor musunuz?” şeklinde yöneltilen soruya ortaokul öğrencilerinden evet yönünde görüş bildirenlerin sayısı 1023, hayır yönünde görüş bildirenlerin 263 olduğu tespit edilmiştir. Söz konusu öğrencilerden % 20,5'inin spor yapmaya yeterli vakit ayıramadıklarını dile getirmeleri, bu öğrencilerin derslerine daha çok zaman ayırdıkları, ailevi nedenlerden dolayı okul dışı zamanlarda çalıştıkları ya da başka sorumlulukları olduğu sonucunu ortaya çıkarmıştır. Sözen ve Doğan'ın (2010) yaptıkları bir çalışmada öğrencilerin %65,2'sinin okul dışında herhangi bir spor aktivitesine katıldıklarını belirtmişler.

Ortaokul öğrencileri arasında spor yapma oranı yüksek iken bu öğrencilerden sadece %24'ünün haftada 3 ve daha fazla gün spor yapmaları, spor yapma alışkanlığının düşük olduğunun bir göstergesidir. Ülkemizin spor alanında başarılı olamaması, şehir ve okullardaki spor tesisi ile araç-gereç sayıları, sınavlara hazırlık ve en önemlisi ülkedeki spor kültürü göz önünde tutulduğunda buna yakın bir sonucun çıkacağı bu çalışmaya başlanmadan önce varsayılmaktaydı. Özdağ ve arkadaşlarının (2008) lise 2. sınıf öğrencileriyle yaptıkları bir araştırmada, liselerde uygulanan beden eğitimi dersleriyle öğrencilerde kazandırılması istenen en önemli davranışın, öğrencilerin orta öğretim sonrası yaşantılarında düzenli spor yapma alışkanlığı olmaktadır. Araştırmada kız öğrencilerin %81.5'i ve erkek öğrencilerin %64'ü düzgün spor yapma alışkanlığı kazanma konusunda beklentilerinin olduğu, ancak kız öğrencilerin %36.8'i ve erkek öğrencilerin %37.5'i bu beklentinin hiç gerçekleşmediğini belirtmişlerdir. Bu araştırma öğrencilerin büyük bir oranının lisede spor yapma alışkanlığı edinemediklerini göstermektedir.

Konu ile ilgili hazırlanan araştırmalar incelendiğinde de ülke genelinde spor yapma alışkanlığının yaygın olmadığı görülmektedir. Sporcu sayıları ve spor yapanlara bakıldığında Türkiye'nin bazı Avrupa ülkeleriyle arasında kısa zamanda kapanmayacak farkların olduğu tespit edilmiştir. Türkiye'de genel olarak 115 kişiden birinin spor yaptığı buna karşı Almanya'da ve Lüksemburg'da her dört kişiden birinin spor yaptığı veya uğraştığını bilinmektedir. Çoğu Avrupa Ülkesinde nüfusunun yarıya yakını spor yaparken, Türkiye'nin sadece binde altısının lisanslı spor yaptığı anlaşılmaktadır. Bu oranlardan anlaşılacağı üzere spora gerekli ilgi ve alakanın gösterilmediği anlaşılmaktadır (Karahüseyinoğlu ve ark., 2005).

Ortaokul öğrencilerinin yaptıkları spor dallarının, futbol, bisiklet, basketbol, voleybol, yüzme, koşu, yürüyüş, masa tenisi, tenis, hentbol, dağcılık, kayak, karate, judo vb., kampçılık, kürek/yelken olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin sırasıyla en çok futbol, bisiklet, basketbol, voleybol sporlarını yaptıklarını ifade ettikleri görülürken, en az ise sırasıyla kampçılık, karate, judo vb., diğer şeklinde ifade ettikleri spor dalları ve kürek/yelken sporlarını yaptıklarını yönünde görüş bildirdikleri görülmüştür. Adıgüzel (2010) yaptığı çalışmada da benzer sonuçlar tespit edilmiştir. Araştırmada öğrencilerin ilgi duydukları spor branşları incelendiğinde sırasıyla en çok futbol, basketbol, yüzme ve voleybol'un sevildiği görülmüştür. Öğrenciler arasında en çok yapılan spor dalının futbol olması, bu spor dalının ülkemizde çok sevilmesinden ve popüler olmasından kaynaklanmaktadır. Kaplan ve Akkaya (2014) yaptıkları çalışmada, Türkiye'de spor yerine futbol, spor kültürü yerine de futbol kültürü demenin daha doğru olacağı, sporun futbola, futbolun da Beşiktaş, Fenerbahçe ve Galatasaray'a indirildiği, bu durumun kültürel anlamda bir çeşitlilik ve zenginlik yaratmayacağını ifade etmişler. Öğrenciler arasında en az yapılan spor dalının kürek/yelken olması ise, bu spor dalının yapılabilme imkanının doğa şartlarından dolayı sınırlı olmasından kaynaklandığı sonucunu doğurmuştur. Ayrıca ortaokul öğrencileri hangi spor türünü yaptıklarına dair yöneltilen soruda yer verilmeyen badminton, güreş, tekvando, boks, sörf, jimnastik, okçuluk, kayak, paten, kickboks, ip atlama, motokros, sokak dövüşü, ağırlık ve satranç spor dallarını yaptıklarını ifade etmişlerdir.

Ortaokul öğrencilerinin imkanları olması durumunda tercih edecekleri spor dallarının; kayak, futbol, yüzme, dağcılık, kampçılık, bisiklet, basketbol, voleybol, karate, judo vb., kürek/yelken, tenis, hentbol, koşu, masa tenisi ve yürüyüş olduğu görülmektedir. Ortaokul öğrencileri gerekli imkanlar sunulursa en çok sırasıyla; kayak, futbol, yüzme ile en az sırasıyla; masa tenisi, yüzme ve diğer şeklinde ifade ettikleri spor dallarını yapmayı istediklerini belirtmişlerdir. Öğrencilerin en çok kayak sporu tercih etmeleri, bu spor dalını yapabilmek için özel doğa şartlarının ve uygun coğrafyanın olması gerekliliğinden kaynaklanabilir. Ayrıca ortaokul öğrencileri imkanları olması durumunda soruda yer verilmeyen ralli, paten, güreş, badminton, boks, kayak, sokak dövüşü ve tırmanma sporlarını yapacaklarını ifade etmişlerdir.

Ortaokul öğrencilerinden 763 kişi ailelerinde spor yapan bireyin olduğunu, 523 kişi ailelerinde spor yapan bireyin olmadığını ifade ettikleri görülmüştür. Ailedeki bireylerin spor yapma durumlarına oransal açıdan bakıldığında oranların birbirine yakın olduğu tespit edilmiştir. Ortaokul öğrencilerinin aile bireylerinin futbol, yürüyüş, koşu, voleybol, basketbol, yüzme, tenis, bisiklet, atletizm, fitness, hentbol, ağırlık kaldırma, tekvando, kayak, güreş, halter, karate ve dağcılık sporlarını yaptıklarını belirttikleri görülmüştür.

Ortaokul öğrencilerinden 1126 kişi ailelerinin spor yapmalarını desteklediği, 69 kişi ailelerinin spor yapmalarını desteklemediği, 91 kişi ise ailelerinin spor yapmalarını kısmen desteklediği yönünde görüş bildirmişlerdir. Ortaokul öğrencilerinin spor yapma oranı (%87,3) ile ailelerinin spor yapmalarına destek verme oranı (%87,6) arasından anlamlı bir ilişki söz etmek mümkündür. Bu bulgulara göre görüş bildiren öğrencilerin çoğunluğunun ailesinin spor yapmalarını desteklediği sonucuna ulaşılmıştır. Adıgüzel'in (2010) yaptığı çalışmada da benzer sonuçlar çıkmıştır. Çalışmada öğrencilerin ailelerinin spor yapmalarını destekleme durumlarına ilişkin dağılımlarında 638 (%12) aile spor yapılmasını desteklemeyen, 461 (%88) aile spor yapılmasını desteklemektedir.

Ortaokul öğrencilerinin sporla ilgili konularını takip ettikleri araçların; televizyon, internet, gazete, dergi, kitap, radyo olduğu görülmüştür. Bu bulgularla birlikte öğrencilerin spor ile ilgili konularını, günümüz teknolojik iletişim araçlarının kullanım oranına paralel olacak şekilde ilgili teknolojik araçlar aracılığıyla takip ettikleri söylenebilir. Ayrıca öğrenciler spor ile ilgili konuları arkadaşlardan ve çevreden takip ettiklerini soruda yer alan diğer kısmında belirtmişlerdir. Eflatun (M.Ö. 427-341) eğitimi, "beden ve ruha yetenekli olduğu güzelliği vermek" olarak tanımlamaktadır. Beden eğitimi ve sporun nihai hedefi de bireylere düzenli spor yapma alışkanlığı kazandırarak beden ve ruhen sağlıklı bir toplum yetiştirmektir. Bu hedefi gerçekleştirmek için en uygun zemin okul, araç ise eğitimidir. Eğitimin günümüzde yaygın olarak kabul gören tanımı olan "bireyin davranışlarında kendi yaşantısı yoluyla kasıtlı olarak istendik davranış değişikliği meydana getirme sürecidir" (Ertürk, 1993) ifadesi ile de uyum göstermektedir. Alışkanlık kazanma ve kazandırma davranışsal bir süreçtir, öğrencilere de okul hayatları içerisinde spor yapma alışkanlığı kazandırılmalıdır.

Bu alışkanlığı kazandırmak için diğer paydaşların yanında öncelikle MEB'e, okul yönetimine ve öğretmenlere sorumluluk düşmektedir. MEB, Ortaokul 5.-8. Sınıflar Beden Eğitimi ve Spor Dersi Öğretim Programında (2013) bu konuya eğilerek programın amaçları arasında spor yapma alışkanlığına şu şekilde vurgu yapmıştır: "Ortaokul Beden Eğitimi ve Spor Dersi Öğretim Programında "aktif ve sağlıklı yaşam" öğrenme alanı, öğrencilerin düzenli fiziksel etkinlik ve spor yapma alışkanlıklarını geliştirmelerine ve bu alışkanlıkları geliştirmede kişisel, toplumsal ve çevresel nedenleri anlamalarına odaklıdır". MEB Ortaokul Beden Eğitimi ve Spor Dersi

Programının Temel İlkeleri arasında “Aktif ve sağlıklı yaşam alışkanlığı kazandırır” ifadesine yer vermiş, programın çıktılarında da ortaokul mezunlarında “Sağlıklı olmak ve sağlığını geliştirmek için fiziksel etkinliklere ve sporlara düzenli olarak katılır” beklentisini belirtmiştir.

MEB ortaokul 5.-8. sınıflar Beden Eğitimi ve Spor Dersi Öğretim Programında alışkanlık ile ilgili sınıflara göre kazanımlara “Aktif ve Sağlıklı Yaşam Öğrenme Alanı” içersinde yer vermiştir. 8. sınıf kazanımlarında “Fiziksel etkinliklere katılımı alışkanlık haline getirir” ifadesi bulunmaktadır. Etkinlik örneklerinde ise “haftada bir gün beden eğitimi ve spor dersine katılmanın aktif ve sağlıklı yaşam için yeterli olmadığı, bunu desteklemek için haftada en az iki kez ve daha fazla orta ve yüksek şiddette fiziksel etkinlik yapmalarının gerekçeleri açıklanmalıdır. Bu alışkanlığın oluşturulması için öğrencilere okul içi çeşitli imkânlar yaratılmalı veya öğrencilerin isteyerek katılacakları okul dışındaki ortamlara yönlendirmeler yapılmalıdır” şeklinde belirtilmiştir.

MEB, Ortaokul 5.-8. Sınıflar Beden Eğitimi ve Spor Dersi Öğretim Programında (2013) öğrencilerin spor yapma alışkanlığı kazanmalarına yer vererek konunun ne kadar önemli olduğunu belirtmiştir. Öğrencilerin spor yapma alışkanlığı kazanabilmelerinde başarı sağlamak için teorik bilginin yanında pratik uygulamalar için alt yapı, tesis ve araç-gereçlerin de hazır olması gerekiyor. Dersler açık spor tesisleri ve spor salonlarında yapılmalıdır. İdare, beden eğitimi ve spor dersi için gerekli malzemeleri tedarik etmelidir.

Okullarda spor günleri veya haftası düzenlenerek bir hafta boyunca öğrencilere birçok spor türü yaptırıp, tanıtılmalıdır. Böylece öğrenciler hem yeteneklerine göre spor dallarına yönlendirilebilir, hem de yetenekli öğrenciler keşfedilerek ülke sporuna kazandırılabilir. Bu konuda ilde bulunan üniversitelerin spor fakülteleri ve ilgili bölüm öğretim elemanlarından destek alınmalıdır. Ayrıca ilde faaliyet gösteren Gençlik ve Spor İl Müdürlükleri ve özel spor müteşebbislerinden de yararlanılarak imkanlarının öğrencilere ve velilere aktarılması sağlanmalıdır. Spor günlerinde başarılı milli sporcular davet edilip öğrencilerin sportif etkinliklere daha sık ve düzenli katılmaları teşvik edilmelidir.

Kaynakça

- Adıgüzel, R. (2010). İlköğretim Okulları II. Kademe Öğrencilerinin Spora Bakış Açılarının ve Spor Alışkanlıklarının Değerlendirilmesi. Yüksek Lisans Tezi. Erciyes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Akgün, İ.B., İnan, M. (2010). İlköğretim Okulları Seçmeli Spor Etkinlikleri Dersi Öğretim Programına İlişkin Öğretmen Görüşlerinin İncelenmesi. 9. Ulusal Sınıf Öğretmenliği Eğitim Sempozyumu, 20-22 Mayıs, Elazığ. TÜBİTAK, 406-411.
- Almış, S., Yılmaz, M.T. (2012). İnsanın Toplumsal Doğası ve Toplumsalın Sürdürülebilirliği Açısından Eğitim. Eğitim Bilim Toplum, 9 (33), 28-40.
- Aracı, H. (1999). Okullarda Beden Eğitimi: Öğretmenler ve Öğrenciler İçin. Bağırhan Yayınevi, Ankara.
- Aracı, H. (2006). Öğretmenler ve Öğrenciler İçin Okullarda Beden Eğitimi. Geliştirilmiş 6. Baskı, Nobel Yayın Dağıtım, Ankara.
- Çetin, M. (2007). Orta Öğretim Öğrencilerinin Beden Eğitimi ne Spora İlişkin Tutumlarının Karşılaştırılması. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Demirci, A. (2008). İlköğretimde Beden Eğitimi Etkinlikleri 1-2-3. Sınıflar Yeni Öğretim Programı. Nobel Yayın Dağıtım, Ankara.
- Erkal, M.E., Güven, Ö., Ayan, D. (1998). Sosyolojik Açından Spor. Genişletilmiş 3. Baskı. Der Yayınları, İstanbul.
- Ertürk, S. (1993). Eğitimde Program Geliştirme. 7. Baskı. Meteksan, Ankara.
- Gezgin, M.F., Amman, T. (1993). Temel Eğitimde Yararlılık Açısından Spor Olgusu. Eğitim Kurumlarında Beden Eğitimi ve Spor II. Ulusal Sempozyumu, Manisa, 234-237.
- Gökmen, H. (1988). Gençlerin Gelişiminde Beden Eğitiminin Rolü (Fiziksel Psikolojik ve Sosyal Gelişme). Orta öğretim Kurumlarında Beden Eğitimi ve Sorunları. Türk Eğitim Derneği VI. Toplantısı, 5-6 Mayıs 1988, T. E. D. Yayınları, Şafak Matbaacılık, S. 59-68.
- Grünstäudl, M. (2013). Neue Gewohnheiten entwickeln – wie geht das? Erişim: [http://1001erfolgsgeheimnisse.com/2013/09/12/neue-gewohnheiten-entwickeln/], Erişim tarihi: 25.06.2015.
- Güney, S. (1998). Davranış Bilimleri ve Yönetim Psikolojisi Terimler Sözlüğü. Ocak Yayınları, Ankara.
- Kale, R., Erşen, E. (2003). Beden Eğitimi ve Spor Bilimlerine Giriş. Nobel Yayın Dağıtım, Ankara.
- Karahüseyinoğlu, M.F., Ramazanoğlu, F., Nacar, E., Savucu, Y. (2005). Türkiye'nin Spordaki Konununun Bazı Avrupa Ülkeleri İle Karşılaştırılması. Doğu Anadolu Bölgesi Araştırmaları, 2008, 75-82.
- Karasar, N. (2003). Bilimsel Araştırma Yöntemleri. Nobel Yayın Dağıtım, Ankara.
- Kaplan, Y., Akkaya, C. (2014). Spor Kültürü ve Türkiye'de Spor. International Journal of Science Culture and Sport (IntJSCS), 2(6), 114-119.

- Keten, M. (1993). Türkiye’de Spor, Atatürk Kültür Merkezi Başkanlığı Yayınları, Ankara.
- Mathey, E. (1996). This Thing Colled Sport. Y. Health Physical, 2(40), 38, England.
- M.E.B. (2013). Beden Eğitimi ve Spor Dersi Öğretim Programı (Ortaokul 5-8. Sınıflar), Ankara.
- Özcanoglu, A.B. (1993). Ortaöğretimde Okul Spor Faaliyetlerine Katılımın Öğrencilerin Akademik Başarıları Üzerine Etkileri. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Özdağ, S., Kürkçü, R., Pepe, K. (2008). Farklı Cinsiyetteki Lise 2. Sınıf Öğrencilerinin Beden Eğitimi Dersinden Beklentileri ve Beklentilerinin Gerçekleştirme Düzeyleri. Erişim:[<http://efd.mehmetakif.edu.tr/arsiv/haziran2008/dosyalar/81-97.pdf>], Erişim tarihi: 29.12.2015.
- Öztürk, H. (2000). Ortaöğretim Öğrencilerinin Sportif Beklenti ve Alışkanlıkları, (Bilecik Uygulaması). Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Öztürk, Ü. (1982). Orta Dereceli Okullarda Beden Eğitimi. Güven Matbaası, İstanbul.
- Pooley, Y. (1984). Physical Education and Sport and Quality of Life. Journal of Physical Education, 47.
- Siedentop, D., Mand, C., Taggard, A. (1986). Physical Education Teaching and Curriculum Strategies for Grades 5-12. Mountain View: Mayfield Publishing Company.
- Sözen, H., Doğan, E. (2010). Seviye Belirleme Sınavının İlköğretim Öğrencilerinin Spor Yapma Alışkanlığı Üzerine Etkisi. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 5 (10), 135-141.
- Strohmeier, H. (1983). Leibeserziehung und Schulsport. Bundesverlag Österreichischer.
- Şahin, H.M. (2002). Beden Eğitimi ve Sporda Temel Kavramlar Sözlüğü. Gaziantep Spor Kulübü, Spor Eğitim Yayınları, Nobel Yayın Dağıtım, Ankara.
- Tamer, K.,(1987). Beden Eğitimi ve Oyun Öğretimi. Anadolu Üniversitesi Açık Öğretim Fakültesi Yayınları, Eskişehir.
- Tamer, K., Pulur, A. (2001). Beden Eğitimi ve Sporda Öğretim Yöntemleri. Kozan Ofset Yayıncılık, Ankara.
- T.C. Resmi Gazete. (2013). Ulusal Gençlik ve Spor Politikası Belgesi. 27 Ocak 2013. Sayı: 28541. Başbakanlık Basımevi, Ankara.
- T.C. Sağlık Bakanlığı., Haftada 5 Gün Günde En Az 30 Dk. Yürüyüş. Erişim: [<http://saglik.gov.tr/SGGM/belge/1-16406/haftada-5-gun-gunde-en-az-30-dk-yuruyus.html>], Erişim tarihi: 15.12.2015.
- TDK (2006). Türkçe Sözlük. Türk Dil Kurumu Yayınları, Ankara.
- Tüba (2013). Alışkanlık. Erişim: [tubaterim.gov.tr], Erişim tarihi: 14.06.2015.