



SPORMETRE
The Journal of Physical Education and Sport Sciences
Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi



DOI: 10.33689/spormetre.1098577

Geliş Tarihi (Received): 04.04.2022

Kabul Tarihi (Accepted): 31.10.2022

Online Yayın Tarihi (Published): 31.12.2022

ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN BEDEN EĞİTİMİ DERSİNE YÖNELİK SINAV KAYGILARININ İNCELENMESİ*

Dilem Çiy^{1†}, Erhan Devrilmez², Mert Bilgiç³, Fatih Dervent⁴

¹Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, KARAMAN

²Karamanoğlu Mehmetbet Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, KARAMAN

³Akdeniz Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, ANTALYA

⁴Marmara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İSTANBUL

Öz: Bu çalışmanın amacı, ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersindeki sınav kaygısı düzeylerinin incelenmesidir. Bu çalışmada yöntemsel model olarak tarama modeli kullanılmıştır. Çalışmaya Türkiye'nin farklı coğrafi bölgelerindeki 6 ilinden (İstanbul, Ankara, Hatay, Kütahya, Mersin ve Karaman) toplam 813 (444 kız, 369 erkek) ortaokul öğrencisi katılmıştır. Veri toplama araçları olarak 'Kişisel Bilgi Formu' ve 'Beden Eğitimi Dersi Sınav Kaygı Envanteri' kullanılmıştır. Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistik ve bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkenler üzerine ilişkisini incelemek amacıyla MANOVA analizi tercih edilmiştir. Elde edilen bulgulara göre, sınıf ve cinsiyet değişkenlerinin etkileşim içinde olarak beden eğitiminde sınav kaygısı alt boyutları ile istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir. Ayrıca ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi sınav kaygılarının orta düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Sınıf değişkenine bakıldığında 7. sınıf öğrencilerinin beden eğitimi sınav kaygı düzeylerinin diğer sınıflara göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Cinsiyet değişkenini incelendiğinde ise, kız öğrencilerin beden eğitimi sınav kaygı düzeylerinin erkek öğrencilerin beden eğitimi sınav kaygı düzeylerinden daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Beden eğitimi, sınav kaygısı, ortaokul öğrencileri

THE EXAMINATION OF MIDDLE SCHOOL STUDENTS' EXAM ANXIETY LEVEL FOR PHYSICAL EDUCATION LESSON

Abstract: Purpose of this study was to examine middle school students' exam anxiety level for physical education lesson. Survey method was used for examining the research questions of the study. There were totally 813 (444 girls, 369 boys) students from 6 different cities (Istanbul, Ankara, Hatay, Kütahya, Mersin, Karaman) which were from different geographical regions in Turkey were voluntarily accepted to attend this study. Data collection tools were "Personal Information Form" and "Revised Test Anxiety and Regulatory dimension of anxiety in Physical Education scale (RTAR-PE)" were used. MANOVA statistics method was utilized for examining effects of dependent variables on independent variables. Results indicated that gender and class were in interaction and both of them affected sub-domains of scale. The middle school students' exam anxiety level for physical education was determined as moderate level. Seventh grade students' exam anxiety for physical education level was higher than other classes in terms of class variable. In gender variable, girls' exam anxiety for physical education was higher than boys.

Key Words: Physical education, exam anxiety, middle school students

*Bu çalışma yüksek lisans tezinden üretilmiştir.

†Sorumlu Yazar: Dilem Çiy, E-mail: dilem.ciy@hotmail.com

GİRİŞ

İnsan gündelik yaşamında sınav, yarışma, mülakat, ameliyat gibi çeşitli durumlar ile karşılaşabilmektedir. Bu karşılaşılan durumlar bireylerde endişe ve korku oluşturabilir. Kişilerin bu duyguları hissetmeleri, uyku düzenlerini bozmaya, yaşamını zorlaştırmaya ve normal hayat rutinini aksatmaya başladığında kaygı ortaya çıkabilir (Özgür, 2018). Kaygı genel olarak bireyin karşılaştığı rahatsız edici bir durum sonrası ortaya çıkan tedirginlik olarak tanımlanabilir (Cüceloğlu, 1994; Yavuzer, 2004). Kaygı, korku kavramı ile karıştırılmakta ve bazen bu iki kavram birbiri yerine kullanılmaktadır. İki kavramı ayırt eden özellik ortamda tedirgin eden bir nesnenin varlığının olup olmamasıdır (Budak, 2000). Korkunun nedeni belirli bir nesneyken, kaygıda belirli bir neşe yoktur ve kişi kendini bir şeyden kokuyormuş gibi rahatsız hisseder (Dağ, 1999).

Alanyazında kaygı, sürekli kaygı ve durumluk kaygı olmak üzere iki türde ele alınmaktadır. Durumluk kaygı, bireyin kendisini tehlikede hissettiği durumlarda stresle birlikte kaygı seviyesinde yükseliş olması ve stresin geçmesiyle kaygı hissinin ortadan kalkması durumudur (Öner ve Le Compte, 1983). Sürekli kaygı ise bireyin bir durumdan veya bir olaydan bağımsız olarak sürekli tekrarlayan kaygı durumudur. Sürekli kaygıda birey, huzursuzluk ve her zaman olumsuz bir olay olacak gibi hisseder (Coşkun ve Akkas, 2009). Belirli düzeyde kaygı öğrenciyi başarıya ulaştıran bir dinamiktir. Diğer taraftan sürekli kaygı durumunda ise öğrencinin performansı düşebilir ve öğrencide motivasyon kaybı oluşabilir. Bu durum öğrencinin çalışma verimliliğini engelleyip başarı düzeyini olumsuz etkileyebilir (Kennerley, 2014; Morgan, 1981; Trifoni ve Shahini, 2011).

Beden eğitimi ve spor derslerinde öğrencilerin fiziksel uygunlukları kadar psikolojik anlamda da hazır olmaları gerekmektedir. Öğrenci psikolojisini etkileyen sebeplerden biride kaygıdır. Kaygı öğrencinin dikkat ve koordinasyonunu, uyum yeteneğini, motivasyonunu ve özgüvenini etkileyerek öğrencinin karar verme durumunu da olumsuz etkileyebilir (Kennerley, 2014; Morgan, 1981; Trifoni ve Shahini, 2011). Öğrenciler eğitim aldıkları süreleri içerisinde sürekli sınavlarla, farklı ölçme ve değerlendirme öğeleriyle karşılaşmaktadırlar. Sınavlar, uygulanan eğitim-öğretim programı boyutunda öğrencilerin akademik yeterliliklerini gösteriyor olsa da öğrenciler için kaygı, endişe uyandırıcı ve tehdit edici olabilir (Putwain ve ark., 2010). Beden eğitimi ve spor dersi bakımından da durum diğer branşlardan farklı değildir (Danthony ve ark., 2020).

Sınavların ve diğer değerlendirme süreçlerinin korku hissettirmesi sınav kaygısına neden olabilmektedir (Spielberger ve Vagg, 1995). Sınav kaygısı, değerlendirmenin neden olduğu bir kaygı türü olarak düşünülebilir (Zeidner ve Matthews, 2005). Sınav kaygısı alanyazını temelde bilişsel beceriler üzerine yoğunlaşmıştır (örn. sınav kaygısının standart hale getirilmiş bilişsel testlerdeki akademik başarı üzerindeki etkisi). Çok sayıda çalışmada da yüksek düzeyde sınav kaygısıyla başarı arasındaki olumsuz yönde bir ilişki ortaya konulmuştur (Chapell ve ark., 2005; Zeidner, 1998; Putwain ve ark., 2010). Türkiye’de sınav kaygısı üzerine yapılan çalışmalara bakıldığında Gençdoğan (2006) lisede öğrenim gören öğrencilerin %66’sının yüksek düzeyde sınav kaygısı hissettiğini saptarken, benzer başka bir çalışmada Gündoğdu (1994) öğrencilerin %69’unun yüksek sınav kaygısı yaşadığını ortaya koymuştur.

Öğrenme sürecinin sonunda bir başarı elde etmek veya bir sınıf atlamak için uygulanan sınavlar öğrencilerde genel olarak kaygı ve endişe unsurları oluşturabilir. Burada etkili olan etkenlerden bazıları değer bağlamındaki tehditler, başarısızlık korkusu başka kişilerden gelebilecek olumsuz yorumlar ve aile baskısıdır (Putwain ve ark., 2010; Zeidner, 2007). Beden eğitimi dersi

sınavlarında da öğrenciler benzeri tehdit oluşturabilecek etkenlerle karşılaşmaktadırlar. Ancak beden eğitimi ve spor dersine özgü sınavlar diğer derslerde yapılan sınavlardan farklı özellik taşır. Örneğin, diğer derslerin (matematik, fizik veya tarih vs.) sınavlarında öğrencilerin performansı o anda öğretmen veya diğer öğrenciler tarafından izlenmezken beden eğitimi dersi sınavında sınav performansının doğrudan öğretmenin ve öğrencilerin önünde gerçekleşip sonuçlanır. Bu durum diğer derslerde pek yaşanmayan ama beden eğitimi sınavlarında ortaya çıkan sınav kaygısı faktörlerinden biridir (Barkoukis ve ark., 2012). Özellikle olumsuz beden imajına sahip ergenlerde (Siegel ve ark., 1999), beden eğitimi sınavlarında ekstra sınav kaygısı oluşturabilmektedir. Örneğin, Danthony ve arkadaşları (2019) beden eğitimi ve spor dersinde bir hareketin sınıfta arkadaşları karşısında gösterilmesi sınav kaygısına neden olmaz iken aynı hareketin öğrenme sürecinin sonunda bir not almak amacıyla arkadaşları karşısında sergilenmesinin sınav kaygısına neden olabileceğini belirtmişlerdir. Ayrıca, beden eğitimi derslerinden sınavda başarı gösterememek veya düşük puan almak beden eğitiminin fiziksel yeterlikle ilişkisi göz önüne bulundurulduğunda diğer bir kaygı etkeni olarak ortaya çıkabilir. Fiziksel açıdan aktif olmanın sosyal yönden pozitif bir olgu olması da düşünüldüğünde beden eğitiminin özelinde sınav kaygısı çalışmaları oldukça değerli ve gereklidir. Genel eğitimde sınav kaygısı çalışmaları yeterli düzeyde olsa da beden eğitimi dersi sınav kaygısı çalışmaları beklenenden az olduğu görülmektedir (Danthony ve ark., 2019; 2020).

Sınav kaygısı ile ilgili alanyazındaki çalışmalarda bilişsel boyutta endişe ve duyuşsal-fizyolojik boyutta duyuşsallık olmak üzere iki kavrama odaklanmaktadır (Benson ve El-Zahhar, 1994; Liebert ve Morris, 1967). Çalışmalarda iki kavrama yönelik ölçme araçları kullanılmıştır (Spielberger, 1980). Yakın zamanda bu endişe ve duyuşsallık boyutlarına yeni ek bir faktör (algılanan kontrol) daha sınav kaygısı ölçen araçlara eklenmiştir. Buradaki amaç ise kaygının düzenleyici rolünün ortaya koyulup bununla başa çıkma kapasitesi ve baskı altında hedef doğrultusunda devam edebilme becerisini değerlendirebilmektir (Cheng ve ark., 2009; Cheng ve Hardy, 2016). Cheng ve arkadaşları (2009) algılanan kontrol boyutunu spor alanında kaygı-performans ilişkisini daha iyi anlayabilmek adına ortaya atmıştır. Spesifik olarak, algılanan kontrol eğitim alanında bir öğrencinin sınavlardan iyi not alma ve başarısızlıktan kaçınma noktasında sahip olduğu kesinlik derecesi olarak tanımlanabilir (Martin, 2007). Beden eğitimi sınav kaygısı alan yazında ise algılanan kontrol algılanan yetkinlik, Beden eğitimi dersine ilgi ve hedef koymada ustalık yaklaşımı ile pozitif ilişkilidir (Danthony ve ark., 2019). Özetle, sınav kaygısı düşünüldüğünde algılanan kontrol olumlu bir bileşenken diğer dört unsur negatif bileşenler şeklinde ifade edilebilir. Dolayısıyla, öğrencinin bilişsel veya fizyolojik olarak kaygılı olduğu tespit edilmesine rağmen yüksek başarı göstermesi noktasında algılanan kontrolün yüksek olması durumu açıklayan unsur olarak görülebilir.

Alanyazında yer alan sınav kaygısı ölçme araçları (örn. Benson ve El-Zahhar, 1994; Spielberger, 1980) dersin kendi doğasına bakılmaksızın genel anlamda sınav kaygısını değerlendirmek amacıyla kullanılmaktadır. Beden eğitimi derslerindeki kaygı ise birçok çalışmada ele alınmış olsa da beden eğitimi dersi sınav kaygısını özel olarak inceleyen nadir çalışmalardan biri Danthony, Mascaret ve Cury (2020) tarafından lise öğrencileri üzerine gerçekleştirilmiştir. Çalışmada katılımcıların yaş, cinsiyet ve atletik yetenekleri açısından beden eğitimi dersi sınav kaygıları incelenmiştir. Çalışmaya 526 öğrenci katılmış olup elde edilen veriler sonucunda, kızların erkeklere göre kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğunu görülmüştür. Ancak öğretmenlerin, öğrencilerin özelliklerini daha iyi tanımlarının öğrencilerin kaygı düzeylerini düşürdüğü ortaya konmuştur. Fiziksel olarak aktif olmanın sosyal anlamda da pozitif bir algı oluşturduğu göz önünde bulundurulduğunda; beden eğitimi ve spor dersi özelinde sınav kaygısını inceleyen çalışmaların olması gerektiği düşünülmektedir. Bu çalışmanın önemi, genel eğitim alanyazında geniş boyutta sınav kaygısı çalışmaları

bulunmasına rağmen beden eğitimi alanyazında yeterli çalışma olmamasıdır. Çalışmanın amacı, ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi dersindeki sınav kaygısı düzeylerinin incelenmesidir.

YÖNTEM

Araştırma Tasarımı

Araştırmada ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi dersindeki sınav kaygı düzeylerini belirlemek için betimsel tarama yöntemi kullanılmıştır. Betimsel tarama yöntemi, geçmişte yaşanan veya günümüzde devam eden bir durumu, kişilerin görüşlerini, düşüncelerini, inançlarını ve tutumlarını incelenmek istendiğinde örneklem üstünde var olan bu durumu olduğu gibi betimlemeyi amaçlayan yaklaşımdır (Aypay, 2015; Karasar, 2005; Karasar, 2017).

Araştırma Örnekleme

Bu araştırmada basit seçkisiz örnekleme yöntemlerinden tabakalı örnekleme tekniği kullanılmıştır. Tabakalı örnekleme sınırları belirlenmiş bir evren ve evrenin alt birimleri mevcuttur. Bu örnekleme tekniğinde önemli olan alt birim gruplarından yola çıkarak evrene ulaşma çabası gösterilir (Yıldırım ve Şimşek, 2005).

Türkiye'nin farklı coğrafi bölgelerinde ve çalışmaya katılmayı kabul eden altı ilinden (İstanbul, Ankara, Hatay, Kütahya, Mersin, Karaman) yaş ortalamaları 12.39 ± 1.24 (yaş aralığı 10-15 yaş) 813 ortaokul öğrencisi katılmıştır. Katılımcıların 444'ü kız, 369'i erkek öğrencidir. Katılımcıların 182'si 5. sınıf, 193'ü 6. sınıf, 157'si 7. sınıf, 281'i 8. sınıf olarak belirlenmiştir. Çalışmaya katılan ortaokul öğrencilerinin 195'i okul takımında bir spor branşında yer alırken 618'i okul takımlarında yer almadığını belirtmişlerdir. Öğrencilerin 232'si okul dışında bir kulüpte yer alırken, 581 öğrenci herhangi bir kulüpte yer almadığını ifade etmiştir.

Veri Toplama Araçları

Kişisel bilgi formu: Çalışmada bulunan katılımcıların cinsiyetleri, yaşları, sınıfları, herhangi bir branşta okul takımı veya bir spor kulübünde yer alma değişkenleri açısından incelemek için araştırmacılar tarafından oluşturulmuştur.

Beden eğitimi dersi sınav kaygısı envanteri: Öğrencilerin beden eğitimi dersine yönelik sınav kaygısını belirlemek için Danthony, Mascaret ve Cury (2019) tarafından geliştirilmiş bir ölçektir. Envanterin Türk kültürüne uyarlama çalışması Devrilmez, Çiy, Bilgiç ve Derwent (2021) tarafından yapılmıştır. Envanterin orijinal formu 19 maddeden oluşmakta ve kararlar 4 değerlendirme basamağına (1-Hiçbir zaman 2-Nadiren 3-Genellikle 4-Her zaman) göre yapılmaktadır. Envanter endişe (örn: *Başarısız olmaktan korkarım*, 4 madde), kendi kendine odaklanma (örn: *Başka öğrencilerin, sergilediğim performans ile alay edeceğinin farkındayım*, 3 madde), bedensel belirtiler (örn: *Beden eğitimi sınavı sırasında, beden eğitimi derslerine göre daha çok titrerim*, 4 madde), fiziksel gerginlik (örn: *Beden eğitimi sınavı sırasında kendimi beden eğitimi derslerine göre daha fazla huzursuz hissederim*, 4 madde) ve algılanan kontrol (örn: *Kendimi yüksek bir not almak için hazır hissederim*, 4 madde) olmak üzere 5 alt boyuttan oluşmaktadır. Envanterin puanlaması alt boyutları oluşturan maddelerin toplanması ile gerçekleştirilmektedir. Ölçeğin geçerlik çalışması için uygulanan açımlayıcı faktör analizi bulgularına göre 19 maddeli ve beş alt boyutlu yapı toplam varyansın % 67.18'ini açıklamıştır. Doğrulayıcı faktör analizi ise belirlenen yapıyı onaylamıştır. Güvenirlik analizleri için Cronbach Alfa katsayısı ve test-tekrar test değerleri kontrol edilmiştir. Cronbach Alfa katsayısı .81 ve test-tekrar test değeri ise .88 ile yeterli bulunmuştur.

Veri Toplama Süreci

Araştırmanın gerçekleştirilmesi için, Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Etik Kurulu'ndan 13.07.2020 tarih ve E-95728670-044 karar numaralı 'Etik Kurul İzni' alınmıştır.

Çalışmada daha fazla örneklem grubuna ulaşılması amacıyla envanterin soruları çevrim içi bir veri toplama yöntemi olan Google Formlar'a aktarılmıştır. Öğrencilerin envanteri doldurması için öğretmenler ile daha önce iletişime geçilip veli izin belgelerinin imzalanması sağlanmıştır. Daha sonra beden eğitimi öğretmenlerine öğrencilere ulaştırılması için çevrim içi araçlardan envanter linki gönderilmiştir. Öğretmenler bu linki öğrencilerine çevrim içi paylaşmış ve envanteri doldurmaları için gerekli açıklamalarda bulunmuştur. Öğrenciler anlamadığı noktaları öğretmenlerine sormuştur. Öğretmenler soruları derleyerek araştırmacıdan geri dönüt alıp öğrencileri bilgilendirmiştir. Öğrencilere envanteri doldurmaları için 15 dakika süre verilmiştir. Veri toplama süreci 30 gün sürmüştür.

Veri Analizi

Çalışmadan elde edilen verilerin analizinde tanımlayıcı istatistik analizinden ortalama ve standart sapma, bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkenlerin üzerine ilişkisini incelemek amacıyla MANOVA tercih edilmiştir. MANOVA çok yönlü varyans analizidir. Analiz, bir veya birden fazla bağımlı ve bağımsız değişkenler arasındaki etkileşim kontrol etmek ve grup değişkenleri arasında karşılaştırma yapılarak farklılıkların ortaya çıkarılmasını amaçlamaktadır (Tabachnick ve Fidell, 2012).

Analiz yapılmadan önce MANOVA varsayımları kontrol edilmiştir. Bu varsayımlar normallik, bağımsız gözlem, bağımsız değişkenlerin kovaryansmatriksinin homojenliğidir. İlk varsayım normal dağılım varsayımıdır. Normal dağılım tekli ve çoklu normallik olarak değerlendirilmektedir. Tekli normallik için basıklık ve çarpıklık ve histogramlar kontrol edilmiştir. Tekli normal dağılım için basıklık-çarpıklık değerlerinin +2.0 ile -2.0 aralığında olması beklenmektedir (Tabachnick ve Fidell, 2012). Elde edilen bulgular tekli normalliğin sağlandığını göstermektedir (bkz. Tablo 1). Tekli normallik kontrolü sonrası çoklu normallik için Mardia değeri kontrol edilmiştir. Çoklu normalliğin sağlanması için değer anlamlı çıkmaması gerekmektedir. Bulgular Mardia değerinin (Mardia's=.89, $p>.05$) anlamlı olmadığını göstermektedir (Mardia, 1970).

Tablo 1. Beden Eğitimi ve Spor Dersi Sınav Kaygısı Alt Boyutları Basıklık ve Çarpıklık Değerleri

	Endişe	Kendi kendine odaklanma	Bedensel belirtiler	Fiziksel gerginlik	Algılanan kontrol
Basıklık	.52	.98	1.08	1.40	-1.53
Basıklık Ss	.09	.09	.09	.09	.09
Çarpıklık	-.38	.18	.48	1.19	1.67
Çarpıklık Ss	.17	.17	.17	.17	.17

İkinci varsayım ise bağımsız değişkenlerin kovaryansmatriksinin homojenliğidir. Bu varsayım için Box's M ve Levene's testleri kontrol edilmiştir. Box's M test değeri .67 ile anlamlı değildir. Her alt boyutun Levene's test değerleri incelendiğinde endişe (Levene's= .16), kendi kendine odaklanma (Levene's= .07), bedensel belirtiler (Levene's= .11), fiziksel gerginlik (Levene's= .09) ve algılanan kontrol (Levene's= .06) değerlerinin anlamlı olmadığı ve kovaryans matriksinin homojenliği varsayımının sağlandığı görülmektedir.

Çalışma süresince bağımsız gözlem sağlandığı görülmüştür. Son varsayımın kontrolü ile birlikte bu çalışma için MANOVA analizinin yapılması ve istatistik kontrollerinde Wilks' Lambda değerlerinin kontrol edilmesi uygun bulunmuştur.

BULGULAR

Çalışmanın bu bölümünde elde edilen verilerin tanımlayıcı istatistik ve MANOVA bulguları yer almaktadır.

Tablo 2. Cinsiyet ve Sınıf Değişkenine Göre Beden Eğitimi Dersi Sınav Kaygısı Tablosu

			<i>Endişe</i>	<i>Kendi Kendine Odaklanma</i>	<i>Bedensel Belirtiler</i>	<i>Fiziksel Gerginlik</i>	<i>Algılanan Kontrol</i>
5. Sınıf	Erkek	\bar{X}^2	1.82	1.87	1.76	1.54	3.55
		Ss	.71	.87	.74	.83	.77
5. Sınıf	Kız	\bar{X}^2	2.03	1.86	1.61	1.53	3.34
		Ss	.76	.81	.57	.71	.82
6. Sınıf	Erkek	\bar{X}^2	1.93	1.93	1.74	1.56	3.48
		Ss	.65	.65	.72	.69	.80
6. Sınıf	Kız	\bar{X}^2	2.01	2.01	1.84	1.67	3.56
		Ss	.71	.71	.87	.82	.66
7. Sınıf	Erkek	\bar{X}^2	1.91	1.91	1.58	1.50	3.51
		Ss	.62	.62	.64	.64	.68
7. Sınıf	Kız	\bar{X}^2	2.24	2.24	2.02	2.02	3.20
		Ss	.75	.75	.87	.89	.87
8. Sınıf	Erkek	\bar{X}^2	1.98	1.98	1.52	1.47	3.59
		Ss	.76	.76	.67	.71	.61
8. Sınıf	Kız	\bar{X}^2	2.16	1.85	1.66	1.74	3.38
		Ss	.76	.86	.71	.85	.76

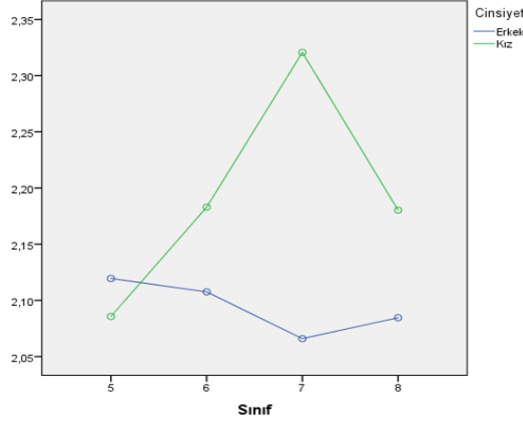
Tablo 2’de 5. Sınıf öğrencileri sınav kaygısı envanterinin endişe ve fiziksel gerginlik alt boyutlarında en düşük ortalamaya sahip olduğu görülmektedir. 6. Sınıf öğrencilerin algılanan kontrol alt boyutunda en yüksek, kendi kendine odaklanma alt boyutunda en düşük ortalamaya sahiptir. 7. Sınıf öğrencileri ise endişe, kendi kendine odaklanma, bedensel belirtiler ve fiziksel gerginlik alt boyutlarında en yüksek ortalamaya sahip olup algılanan kontrol alt boyutunda en düşük ortalamaya sahip olduğu belirlenmiştir. 8. Sınıf öğrencilerinde bedensel belirtiler alt boyutunda en düşük ortalamaya ve endişe alt boyutunda en yüksek ortalamaya sahip olduğu belirlenmiştir.

Tablo 3. Sınıf ve Cinsiyet Etkileşim Tablosu

Effect		F	Hipotez sd	Hata sd	p	η^2
Cinsiyet	Pillai'sTrace	5.03 ^b	5.00	800.00	.00	.03
	Wilks' Lambda	5.03 ^b	5.00	800.00	.00	.03
	Hotelling'sTrace	5.03 ^b	5.00	800.00	.00	.03
	Roy'sLargestRoot	5.03 ^b	5.00	800.00	.00	.03
Sınıf	Pillai'sTrace	2.90	15.00	2406.00	.00	.02
	Wilks' Lambda	2.90	15.00	2208.85	.00	.02
	Hotelling'sTrace	2.90	15.00	2396.00	.00	.0
	Roy'sLargestRoot	5.54 ^c	5.00	802.00	.00	.03
Cinsiyet * Sınıf	Pillai'sTrace	1.67	15.00	2406.00	.05	.01
	Wilks' Lambda	1.67	15.00	2208.85	.05	.01
	Hotelling'sTrace	1.67	15.00	2396.00	.05	.01
	Roy'sLargestRoot	3.45 ^c	5.00	802.00	.00	.02

Grafik 1 de bağımsız değişkenlerin etkileşim (interaction) grafiği görülmektedir. Grafikte cinsiyet ve sınıf değişkenlerinin etkileşim içinde olduğu görülmektedir. MANOVA analizinde bağımsız değişkenlerin etkileşim içinde olması çalışmada yer alan bağımsız değişkenlerin aynı anda bağımlı değişkenleri etkilediğini gösterir (Tabachnick ve Fidell, 2012). Ayrıca tablo 3 incelendiğinde çalışmanın bağımsız değişkenleri olan cinsiyet ve sınıf değişkenlerinin etkileşim (interaction) içinde olduğu istatistiksel olarak da belirlenmiştir ($F_{(15, 2208.85)} = 1.67$, $\eta^2 = .10$, $p < .05$).

Grafik 1. Cinsiyet ve sınıf değişkenlerinin etkileşimi grafiği



Bağımsız değişkenler olan cinsiyetin ve sınıfın etkileşimi belirlendikten sonra ana etkiler tablosu incelenmiştir.

Tablo 4. Cinsiyet ve Sınıf Değişkenleri Ana Etkiler Tablosu

	Bağımlı Değişkenler	sd	\bar{X}^2	F	p	η^2
Cinsiyet	Endişe	1	7.97	15.12	.00	.02
	Kendi kendine odaklanma	1	1.14	1.66	.20	.00
	Bedensel belirtiler	1	3.51	6.58	.01	.01
	Fiziksel gerginlik	1	9.33	15.25	.00	.02
	Algılanan kontrol	1	4.92	8.79	.00	.01
Sınıf	Endişe	3	1.06	2.01	.11	.01
	Kendi kendine odaklanma	3	.99	1.44	.23	.01
	Bedensel belirtiler	3	2.19	4.12	.01	.02
	Fiziksel gerginlik	3	1.48	2.41	.07	.01
	Algılanan kontrol	3	.86	1.54	.20	.01
Hata	Endişe	804	.53			
	Kendi kendine odaklanma	804	.69			
	Bedensel belirtiler	804	.54			
	Fiziksel gerginlik	804	.61			
	Algılanan kontrol	804	.56			
Toplam	Endişe	812				
	Kendi kendine odaklanma	812				
	Bedensel belirtiler	812				
	Fiziksel gerginlik	812				
	Algılanan kontrol	812				

Tablo 4 incelendiğinde cinsiyet değişkeninin beden eğitimi dersi sınav kaygısı alt boyutlarından endişe ($F_{(1,804)} = 15.12$, $\eta^2 = .02$, $p < .05$), bedensel belirtiler ($F_{(1,804)} = 6.58$, $\eta^2 = .01$, $p < .05$), fiziksel gerginlik ($F_{(1,804)} = 15.25$, $\eta^2 = .02$, $p < .05$) ve algılanan kontrol ($F_{(1,804)} = 8.79$, $\eta^2 = .01$, $p < .05$) arasında istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edilmiştir. Bulgulara göre kız öğrencilerin beden eğitimi dersi sınav kaygısı alt boyutlarından endişe, bedensel belirtiler ve fiziksel gerginlik

düzeylerinin erkeklere göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu belirlenmiştir. Beden eğitimi dersi sınav kaygısı algılanan kontrol alt boyutunda ise erkek öğrencilerin kız öğrencilerden anlamlı düzeyde yüksek olduğu gözlemlenmiştir.

Bağımsız değişkenlerden sınıf değişkeni ile envanterin bedensel belirtiler alt boyutu arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki görülmüştür. MANOVA analizinde takip testi kontrolleri için p anlamlılık değeri bağımsız değişken sayısına bölünür ve anlamlılık kontrolü yeni değerle kontrol edilir ($p = .05 / 2 = .025$). Bonferonni takip testi incelendiğinde beden eğitimi dersi sınav kaygısı bedensel belirtiler alt boyutunda 6.sınıf ve 7.sınıfta öğrenim gören öğrencilerin 8.sınıfta öğrenim gören öğrencilerine göre istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde yüksek oldukları görülmüştür.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Çalışmanın bu bölümünde araştırma sorularıyla ilgili elde edilen veriler alan yazındaki çalışmalar ile tartışılmıştır.

Araştırma verilerine göre, cinsiyet değişkeninin beden eğitimi dersi sınav kaygısı alt boyutlarından endişe, fiziksel gerginlik, algılanan kontrol ve bedensel belirtiler arasında istatistiksel açıdan anlamlı fark bulunmuştur. Elde edilen bulgulara göre kız öğrencilerin beden eğitimi dersi sınav kaygı seviyesinin erkek öğrencilerden daha yüksek olduğu görülmektedir. Elde edilen verilere göre, beden eğitimi dersi sınav kaygısı bedensel belirtiler alt boyutunda 6. sınıf ve 7. sınıf öğrencilerinin 8. sınıf öğrencilerinden istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek oldukları görülmüştür. Ölçeğin alt boyutları değerleri incelendiğinde ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi sınav kaygısının orta düzeyin biraz altında olduğu belirlenmiştir. Bulgulara göre, endişe alt boyutu ortalama değere sahipken fiziksel gerginlik, kendi kendine odaklanma ve bedensel belirtiler alt boyutları orta düzeyin biraz altında bulunmuştur. Ölçeğin pozitif alt boyutu olan algılanan kontrol ortalaması oldukça yüksek bulunmuştur. Alan yazın çalışmalarında algılanan kontrol ne kadar yüksekse sınav kaygısı o kadar düşük olduğu belirlenmiştir (Putwain ve Symes, 2012). Bulgulara göre öğrencilerin pozitif alt boyut olan algılanan kontrollerinin yükselmesi kendilerinin sınava yönelik kaygı düzeylerini düşürdüğü düşünülmektedir.

Alan yazını incelediğimizde beden eğitimi ve sınav kaygısını araştıran az sayıda çalışma görülmektedir (Danthony, Mascaret ve Cury., 2019; 2020). Danthony, Mascaret ve Cury (2019) beden eğitiminde sınav kaygısını, farklı teoriler, cinsiyet ve yaş değişkenleri arasındaki ilişkileri incelemişlerdir. Çalışmada beden eğitimi dersindeki sınav kaygı envanterinin alt boyutlarında kız öğrencilerin dört olumsuz alt boyutta (endişe, kendi kendine odaklanma, bedensel belirtiler, fiziksel gerginlik) erkek öğrencilerden daha yüksek ve olumlu bileşenden (algılanan kontrol) daha düşük puan aldıkları görülmüştür. Bu bulgular, kızların erkek öğrencilere göre kaygı düzeyinin daha yüksek olduğunu göstermektedir. Alan yazında çalışmamızla farklılık gösteren araştırmalar mevcuttur. Örneğin, Mollaoğulları ve Uluç (2019) spor yapan veya yapmayan ortaokul öğrencilerinin farklı değişkenler açısından sınav kaygı durumlarını incelemiştir. Sınav kaygısı alt boyutları ile genel ortalama puanları arasında cinsiyet değişkenine göre anlamlı olarak farklılaşmadığını tespit etmiştir. Çalışmamızla farklı bulguların olmasının nedenleri olarak farklı ölçme araçlarının kullanılması ve farklı örneklem gruplarının araştırmalarda yer alması gösterilebilir.

Alan yazında sınav kaygısının farklı değişkenler açısından incelendiği ve bu değişkenlerin beden eğitimi ve spor ile ilişkilendirildiği çalışmalar görülmektedir. Çalışmalardaki bulgular

bizim bulgularımızla paralellik göstermektedir. Lakot (2019), 8.sınıf öğrencilerin fiziksel aktivite seviyeleri ile sınav kaygısı ve beden eğitimi dersine yönelik eğilimleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Öğrencilerin genel sınav kaygı ortalamalarının düşük olduğunu ve endişelenecek bir durum olmadığını belirtmiştir. Ayrıca erkek öğrencilerin kız öğrencilerden daha düşük sınav kaygısı yaşadıkları, beden eğitimi dersine daha eğilimli oldukları ve daha yüksek fiziksel aktivite düzeyine sahip oldukları belirtilmiştir. İnan ve arkadaşları (2018) ergen öğrencilerin sosyal görünüş kaygılarının beden eğitimi dersindeki sürekli kaygıları üzerindeki etkisini belirlemek için yaptığı çalışma sonucunda, ortaokul ve lise öğrencilerinin hem sosyal görünüş kaygılarının hem de beden eğitimi dersine yönelik sürekli kaygılarının orta seviyede olduğunu tespit etmiştir. Mollaoğulları ve Uluç (2019) spor yapan veya yapmayan ortaokul öğrencilerinin farklı değişkenler açısından sınav kaygı durumlarını inceledikleri çalışmada, öğrencilerin sınav kaygısı ölçeğinin alt boyutları olan duyuşsallık ve kuruntu ile ölçeğin genel puan ortalamasının sınıf değişkenine açısından anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını saptanmıştır. Şeker (2014) güreş sporcularının depresyon, kaygı ve stres seviyelerini incelediği çalışmada, kaygı seviyelerine baktığında ortaokul öğrencileri ile üniversite öğrencileri arasında ve lise okuyan öğrenciler ile üniversite okuyan öğrenciler arasında anlamlı fark bulmuştur. Alan yazında ortaokul sınıflarında sınav kaygısına odaklanan ve bizim çalışmamızla benzer bulgulara sahip çalışma sayısı yeterli değildir. Alan yazındaki bulgular ile çalışmamız bulgularının farklılık nedenleri olarak; a) Farklı ölçme araçlarının (Beden eğitimi sınav kaygısı vs. sınav kaygısı, vb.) kullanılması ve b) Farklı örneklem grupları ve sayısı, gösterilebilir.

Çalışmamız ile benzer olmasa da genel eğitimde sınav kaygısını inceleyen çalışmalarda alan yazında görülmektedir. Malhotra (2015), lise öğrencilerinin sınav kaygısı düzeyini değerlendirmek ve cinsiyet, yerellik ve çeşitli etkileşimlerin lise öğrencilerinin sınav kaygısı düzeyine etkisini incelediği çalışma sonunda, lise öğrencilerinin çoğunluğunun orta seviyede sınav kaygısına sahip olduğunu ve kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha yüksek sınav kaygı düzeyine sahip olduğunu görmüştür. Kutlu (2001), ergenlerin üniversite sınavına ilişkin kaygılarını incelediği çalışma sonucunda, lise öğrencilerinin kaygı seviyelerinin yüzdelik dağılımları birbirine yakın olmasına rağmen sınavda çok düşük kaygı duyduklarını veya kaygı duymadıklarını ifade etmiştir. Koç (2013) Kamu Personel Seçme Sınavına girecek olan öğretmen adaylarının öğrenme stilleri ve sınav kaygısı arasındaki ilişkiyi incelediği çalışma sonucunda adayların sınav kaygı ortalamalarının düşük kaygı düzeyini belirttiği sonucuna varmıştır. Başka bir çalışmada Bozdam (2008), öğretmen adaylarının mesleki kaygı seviyelerini farklı değişkenler açısından incelemiştir. Elde ettiği veriler sonucunda adayların orta seviyede kaygı düzeyine sahip olduklarını belirlemiştir. Coşaner ve Silman (2012) ortaokul öğrencilerinin sınav kaygısı seviyelerinin sosyo-demografik değişkenler açısından incelenmesi amacıyla yapılan çalışma sonunda, cinsiyete göre yapılan karşılaştırmalarda kız öğrencilerinin kaygı düzeyleri erkek öğrencilerden yüksek çıkmıştır. Lise öğrencilerinin sınav kaygı düzeylerini etkileyen değişiklikleri inceleyen Arslan ve Aksekioglu (2017), elde ettikleri bulgularda cinsiyetlere göre anlamlı farklar olduğunu; kız öğrencilerin, erkek öğrencilere göre daha yüksek kaygı hissettiklerini belirtmişlerdir. Başka bir araştırma ise, ortaokul 7. ve 8. sınıfta öğrenim gören öğrencilerin benlik saygısı ve sınav kaygısının arasındaki ilişkiye ve bazı değişkenlerin benlik saygısı ve sınav kaygısı puanlarında farklılık oluşturup oluşturmadığına bakıp sonucunda, kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre sınav kaygısının yüksek olduğunu tespit etmiştir (Çakmak ve ark., 2017). Genel eğitimde ve beden eğitiminde yapılan çalışmalarda ortaokul öğrencilerinin sınav kaygı düzeyinin orta seviyede olduğu ve kız öğrencilerin, erkek öğrencilere göre daha yüksek kaygı yaşadıkları ve çalışmamız bulgularıyla paralellik gösterdiği belirlenmiştir. Elde edilen bulgular çalışmamızla benzerlik göstermektedir. Benzerin nedenleri olarak, a) aynı yaş grubu katılımcıların olması, ve b) katılımcıların sınav kaygılarının her ders özelinde benzer olması gösterilebilir.

Çalışmamızda yer alan sınıf değişkeni ile sınav kaygısını inceleyen çalışmalar alan yazında mevcuttur. Çakmak ve arkadaşları (2017) ortaokul 7. ve 8. sınıfta öğrenim gören öğrencilerin benlik saygısı ve sınav kaygısının ve bazı değişkenlerin benlik saygısı ve sınav kaygısı puanlarında farklılık oluşturup olmadığını incelemiş, 8.sınıf öğrencilerinin sınav kaygısı puan ortalamalarının, 7.sınıfa devam eden öğrencilerden daha yüksek olduğunu belirlemişlerdir. Bir diğer çalışmada spor yapıyor olan veya yapmıyor olan ortaokul öğrencilerinin farklı değişkenler açısından sınav kaygı durumlarını incelemiştir Çalışmada yer alan öğrencilerin sınav kaygısı ölçeği alt boyutlarından duyusallık ve kuruntu ile ölçek genel puan ortalamasının sınıf değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı belirtilmiştir(Mollaoğulları ve Uluç, 2019). Beden eğitimi sınav kaygısını araştıran ve sınıf değişkeni açısından farklılığı tespit eden çalışma olmasa da ortaokul öğrencilerinin sınav kaygısını sınıf değişkeni açısından inceleyen çalışmalar çalışmamız bulguları ile farklılık göstermektedir. Farklılığın nedenleri çalışmalarda kullanılan ölçeklerin özelliklerinden kaynaklandığı düşünülmektedir.

Çalışmada öğrencilerin beden eğitimi sınav kaygısı ortalamasının biraz altında bulunmasını ülkemizdeki beden eğitimi derslerinde öğrencilerin genellikle beden eğitimi dersi sınavından yüksek not alacağını düşünmesi ile ilişkili olduğu söylenebilir. Öğrenciler beden eğitimi dersi sınavından düşük not alabileceklerini düşündüklerinde sınav kaygısı yaşayabilirler.

Sonuç olarak, sınıf ve cinsiyet değişkeninin sınav kaygısı üzerinde etkili olduğu belirlenmiştir. Cinsiyet değişkenini incelediğimizde kız öğrencilerin beden eğitimi dersi sınav kaygı düzeyinin erkek öğrencilerden daha yüksek olduğunu göstermektedir. Sınıf değişkenine baktığımızda ise 7. Sınıfta öğrenim gören öğrencilerin, 5.-6. ve 8.sınıfta öğrenim gören öğrencilere göre sınav kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Çalışmadan elde edilen verilere göre ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi sınav kaygısının orta seviyenin biraz üstünde olduğu tespit edilmiştir.

Sınırlılıklar

Çalışmamız ortaokul (5-6-7- 8. sınıf) öğrencileri ve çalışma örneklemini 813 ortaokul öğrencisi ile sınırlıdır.

Öneriler

Ortaokul öğrencilerin beden eğitimi dersi sınav kaygı düzeyleri orta seviyenin altında çıkmıştır. Öğrencilerin kaygı düzeyleri okul yönetimi ve ailelerle görüşülerek alt seviyelere düşürülebilir. Cinsiyet değişkeninde kız öğrencilerin erkek öğrencilerden daha yüksek kaygı düzeyleri olduğu görülmektedir. Özellikle ergenlik döneminde olan kız öğrencilerin duygu durumları dikkate alınarak öğretmenler sınav düzenlemesi yaparak bu kaygı düzeyini düşürebilir. Çalışmamızda 7. sınıf öğrencilerin diğer sınıflara göre daha kaygılı oldukları belirlenmiştir. Bu yaş grubu öğrencilerin duygusal ve fiziksel olarak daha rahat olabilmeleri için yeni sınav düzenlemeleri yapılabilir.

KAYNAKLAR

- Arslan, Ü., Aksekioglu, B. (2017). Investigating high school students' test anxiety levels interms of variousv ariables Lise öğrencilerinin sınav kaygı düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Journal of Human Sciences*. 14(4). 4884-4897.
- Aypay, A. (Ed.). (2015). *Araştırma Yöntemleri: Desen ve Analiz*, Ankara: Anı Yayıncılık.
- Barkoukis, V., Rodafinos, A., Koidou, E., Tsorbatzoudis, H. (2012). Development of a scale measuring trait anxiety in physical education. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 16(4): 237-253.
- Benson, J., El-Zahhar, N. (1994). Further refinement and validation of the Revised Test Anxiety Scale with cross-validation. *Structural Equation Modelling*, 1(3), 203-221.
- Bozdam, A. (2008). *Öğretmen adaylarının mesleki kaygı düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi* (Doctoral dissertation. Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü).
- Chapell, M.S., Blanding, Z. B., Silverstein, M. E., Takahashi, M., Newman, B., Gubi, A., McCann, N. (2005). Test anxiety and academic performance in under graduate and graduate students. *Journal of Educational Psychology*, 97(2), 268-274.
- Cheng, W. N. K., Hardy, L. (2016). Three-dimensional model of performance anxiety: Tests of the adaptive potential of there gulatory dimension of anxiety. *Psychology of Sport and Exercise*, 22, 255-263.
- Cheng, W. N. K., Hardy, L., Markland, D. (2009). Toward a three-dimensional conceptualization of performance anxiety: Rationale and initial measurement development. *Psychology of Sport and Exercise*, 10, 271-278.
- Coşaner, S., Silman, F. (2012). Ortaokul öğrencilerinin sınav kaygı düzeylerinin sosyo-demografik değişkenlere göre incelenmesi. *Turkish International Journal of Special Educationand Guidance & Counselling(TIJSEG)* ISSN: 1300-7432. 1(2).
- Coşkun, Y., Akkaş, G. (2009). Engelli çocuğu olan annelerin sürekli kaygı düzeyleri ile sosyal destek algıları arasındaki ilişki. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*.
- Cüceloğlu, D. (1994). *İçimizdeki Çocuk; Yaşamımıza Yön Veren Güçlü Varlık*. Remzi Kitabevi. İstanbul. s.58.
- Çakmak, A., Şahin, H., Demirbaş, E. A. (2017). 7. ve 8. sınıf ortaokul öğrencilerinin sınav kaygısı ve benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *E-Kafkas Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 4(2), 1-9.
- Danthony, S., Mascret, N., Cury, F. (2019). Development and validation of a scale assessing test anxiety in physical education. *Journal of Teaching in Physical Education*, 38(4), 357-366.
- Danthony, S., Mascret, N., Cury, F. (2020). Test anxiety in physical education: The predictive role of gender, age, and implicit theories of athleticability. *European Physical Education Review*,26(1), 128-143.
- Devrilmez, E., Çiy, D., Bilgiç, M., Dervent, F. (2021). Beden eğitimi ve spor dersi sınav kaygısı ölçeğinin türkçe geçerlik ve güvenilirliği / Turkish Validityand Reliability of Physical Education and Sport Course Exam Anxiety Scale. *Beden Eğitimi ve Spor Araştırmaları Dergisi*, 13 (1) , 1-13.
- Gençdoğan, B. (2006). Lise öğrencilerinin sınav kaygısı ile boyun eğicilik düzeyleri ve sosyal destek algısı arasındaki ilişkiler. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 7(1), 153-164.
- Gündoğdu, H. M. (1994). The relationship between helpless explanatory style, test anxiety and academic achievement among sixth grade basic education students. Yayınlanmamış Master tezi. Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Gürbüz, S., Şahin, F. (2016). *Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri (Felsefe-Yöntem-Analiz)*(3. Baskı, Seçkin Yayıncılık, Ankara).

- İnan, M., İnan, S. A., Varol, Y. K., Çolakoğlu, F. F., Çolakoğlu, T. (2018). Ergenleri sosyal görünüş kaygılarının beden eğitimi dersine yönelik sürekli kaygı düzeyleri üzerindeki etkisi. *Journal of Physical Education & Sports Science/Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*. 12(3).
- Karasar, N. (2005). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. 15. Baskı. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Karasar, N. (2017). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. (32. Baskı). Ankara: Nobel Yayınları.
- Kennerley, H. (2014). *Over coming Anxiety: A self-help guide using cognitive behavioural techniques*. Hachette UK.
- Koç, İ. Y. (2014). *KPSS'ye hazırlanan öğretmen adaylarının öğrenme stilleri ile sınav kaygıları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi. Yeditepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul).
- Kutlu, Ö. (2001). Ergenlerin üniversite sınavına ilişkin kaygıları. *Eğitim ve Bilim*. 26(121).
- Lakot, H. (2019). *8. sınıf öğrencilerinin sınav kaygısı ile fiziksel aktivite düzeyleri ve beden eğitimine ilişkin yakınlıklarının incelenmesi* (Doctoral dissertation. Lisansüstü Eğitim Enstitüsü (Beden Eğitimi ve Spor)).
- Liebert, R. M., Morris, L. W. (1967). Cognitive and emotional components of test anxiety: A distinction and some initial data. *Psychological reports*, 20(3), 975-978.
- Malhotra, T. (2015). Exam anxiety among senior secondary school students. *Scholarly Research Journal for Interdisciplinary Studies*. 17(3). 3089-3098.
- Mardia, K. V. (1970). Measures of multivariate skewness and kurtosis with applications. *Biometrika*. 57(3). 519-530.
- Martin, A. J. (2007). Examining a multi-dimensional model of student motivation and engagement using a construct validation approach. *British Journal of Educational Psychology*, 77(2), 412-440.
- Mollaoğulları, H., Uluç, S. (2019). Spor yapan ve spor yapmayan ortaokul öğrencilerinin sınav kaygı durumlarının incelenmesi. *Spor Eğitim Dergisi*. 3(3). 78-87.
- Morgan, W. P. (1981). Psychological benefits of physical activity. *Exercise in health and disease*, 299-314.
- Öner, N., Le Compte, A. (1983). *Durumluk-Sürekli Kaygı El Kitabı* İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yayınları.
- Özgür, T. (2018). *Futbol okullarında eğitim alan gençlerin lisanslı futbolcu olabilmeleriyle ilgili kaygı düzeylerinin belirlenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Putwain, D.W., Woods, K., Symes, W. (2010). Personal and situational predictors of test anxiety of students in post compulsory education. *British Journal of Educational Psychology*, 80, 137-160.
- Sarason, I. G. (1961). Test anxiety and the intellectual performance of college students. *Journal of Educational Psychology*, 52(4), 201.
- Siegel, J. M., Yancey, A. K., Aneshensel, C. S., Schuler, R. (1999). Body image, perceived pubertal timing, and adolescent mental health. *Journal of Adolescent Health*, 25, 155-165.
- Spielberger, C. D. (1980). *Test anxiety inventory: Preliminary Professional manual*, Palo Alto, CA: Consulting Psychologist Press.
- Şeker, M. (2014). *Güreş Eğitim Merkezlerindeki Güreşçilerin Depresyon, Kaygı Ve Stres Düzeylerinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Muğla Sıtkı Kocaman Üniversitesi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Tabachnick, B. G., Fidell, L. S. (2012). Chapter 13 principal components and factor analysis. *Using multivariate statistics*. London: Pearson.

Trifoni, A., Shahini, M. (2011). How does exam anxiety affect the performance of university students. *Mediterranean Journal of Social Sciences*, 2(2), 93-100.

Woldeab, D., Brothen, T. (2019). 21st Century assessment: Online proctoring, test anxiety, and student performance. *International Journal of E- Learning & Distance Education*.

Yavuzer, H. (2004). *Ana- Baba ve Çocuk*. Remzi Kitapevi. İstanbul.

Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2005). *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Seçkin Yayıncılık

Zeidner, M. (1998). Test anxiety: The state of the art. *New York: Plenum Press*

Zeidner, M. (2007). Test anxiety in educational contexts: Concepts, findings, and future directions. In *Emotion in education* (pp.165-184). *Academic Press*.

Zeidner, M., Matthews, G. (2005). Evaluation anxiety. *Handbook of competence and motivation*, 141-163.