

## Orta Okul Öğrencilerinin Düzenli Sportif Aktivite ve Okul Başarı Puanlarının Karşılaştırılması\*

Ömer Faruk KELEŞ\*\*

Ufuk ALPKAYA\*\*\*

### Öz

Bu çalışmanın amacı 5. ve 6. sınıf öğrencilerinin düzenli sportif aktiviteye katılımlarının okul başarı puanlarına etkisinin incelenmesidir.

Bu araştırmaya, İstanbul - Üsküdar ilçesinde yaşları 11-12 arasında olan toplam 140 erkek orta okul öğrencisi katılmıştır. Bu öğrencilerin 70 tanesi en az 3 yıldır düzenli olarak spor yapan öğrenciler ve diğer 70 tanesi herhangi bir spor programına katılmayan öğrencilerdir.

Tüm öğrencilerin 2015 - 2016 eğitim öğretim yılı güz dönemi ders başarı puanları alınmıştır. İstatistiksel analiz için bağımsız t test kullanılarak öğrencilerin sportif aktivite yapma durumlarına göre ders başarı puanları karşılaştırılmıştır.

Sonuçlara göre; düzenli olarak bir sportif aktiviteye katılan öğrencilerin tüm derslerdeki başarı puanlarının ortalaması, sportif aktiviteye katılmayanlardan daha yüksek bulunmuştur ( $p < 0.05$ ). Matematik, Türkçe, sosyal bilgiler, beden eğitimi, resim ve müzik dersi puanlarına tek tek bakıldığında yine düzenli sportif aktiviteye katılanların ders başarı notları sportif aktiviteye katılmayan gruptan daha yüksek bulunmuştur ( $p < 0.05$ ). Ancak Fen dersi başarı notunda iki grup arasında anlamlı bir farka rastlanmamıştır ( $p > 0.05$ ).

**Anahtar kelimeler:** Başarı puanı, sportif aktivite

## The Comparison of Regular Sportive Activity and Academic Performance of Secondary School Students

### Abstract

The purpose of this study was to investigate the relation of academic performance (grade point) to participation in any regular sports activity in 5th and 6th grade students.

A total of 140 male school children aged between 11 - 12 from a secondary school in Uskudar - Istanbul participated in this study. 70 of the students have been active in sports activity, and 70 of them haven't been involved in any sports activity for almost last 3 years.

---

\* 14. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresinde bildiri olarak sunulmuştur.

\*\* Marmara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, omer560faruk@hotmail.com

\*\*\* Doç.Dr., Marmara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, ualpkaya@marmara.edu.tr

All students' class grades were collected for the fall semester of the school year 2015 – 2016. For the statistical analysis; independent t – test was used to assess the difference between academic performance and sports activity..

According to the results, the group of the participants in the sporting activity have had higher grade points than the other group in total classes of grade point ( $p<0.05$ ). Additionally, the grade points in Maths, Turkish, social science, physical education, painting and music classes were higher for the activite group than non –active group ( $p<0.05$ ). However, there was no significance between the science class grade points of the two groups ( $p>0.05$ ).

**Keywords:** Grade point, sports activity

## GİRİŞ

Eğitimde başarı denildiğinde genellikle, okulda okutulan derslerde geliştirilen ve öğretmenlerce takdir edilen notlarla, test puanlarıyla ya da her ikisi ile belirlenen beceriler veya kazanılan bilgilerin ifadesi olan “akademik başarı” kastedilmektedir (Carter ve Good 1973).

Spor, her ülkede ve dönemde önemli bulunmuş ve içinde gerçekleştiği toplumun sosyal yapısına ve siyasal yönetimlerine bağlı olarak biçimlenmiştir. Spor faaliyetlerinin temel amacı; insanların fiziki, sosyal, psikolojik, kültürel ve zihinsel gelişmelerine katkıda bulunmaktadır (Coe et al. 2006).

Çocukların okul başarısı ile ilgili endişe duyan veya sistemli çalışma ve disiplinle ilgili desteğin faydalı olacağı düşünülen çocuklara uzmanlarında ilk önerisi spor eğitimidir (Fox ve ark., 2010). Enerjisini atan, sosyal bir gruba ait olan çocuğun mutluluğu, çevresinin desteği ve kazandığı başarı onu motive eder. Sağlığı, direnci, görüntüsü ve becerileri arkadaşları içinde de saygı uyandırır. Spor yapan çocuk onaylanır, destek görür ve sevilir. Tüm bu pozitif katkılar çocuğun ders başarısını da pozitif yönde etkiler (Yalçın, Balcı 2013).

Sosyal bir etkinlik olan sportif aktivitelere katılımda bireyin psikolojik ve toplumsal gelişimini olumlu yönde etkiler. Sporcularla sporcu olmayanların kişilik özelliklerinin farklı olduğu bildiren çalışmalar mevcuttur (Weinberg and Gould, 2007). Bunun yanında sportif aktivitelere katılım bilişsel fonksiyonları arttırarak akademik başarıyı etkilemektedir (Kwak ve ark. 2009, Akander ve ark. 2010; Caterino 1999; Keays 1995). Ancak etkilemediği yönünde (Daley, A. J., Ryan. 2000) yada tersi yönünde de çalışmalar görülmektedir (Tremblay ve ark. 2000; Raspberry 2011).

## YÖNTEM

Bu çalışma İstanbul ili Üsküdar ilçesinde ortaokulda öğrenim gören spor yapan ve yapmayan öğrenciler üzerinde yapılmıştır. Ortaokul 5 ve 6 . sınıfta öğrenim gören ve yaşları 11-12 arası olan erkek öğrenciler rastlantı örneklem yöntemi kullanılarak rastgele seçilmiştir. Seçilen bu 140

erkek öğrencinin 70'i spor yaparken, 70'i ise spor yapmamaktadır. Spor yapan öğrenciler 3 yıldır ve haftada en az 3 gün düzenli sportif antrenman (futbol) yapan sporculardır. Spor yapmayan 70 öğrenci ise okul sonrası sportif etkinlik de bulunmayan kişilerdir.

Denek grubumuzun okul ders başarı notlarını belirlemek amacı ile öğrencilerin birinci dönem karne bilgileri okul yönetiminden alınarak elde edilmiştir. Her öğrencinin 2015/2016 güz döneminde almış olduğu tüm derslerin başarı notları tek tek kaydedilip değerlendirmeye alınmıştır. Elde edilen karne ders başarı puanları öğrencilerin spor yapma durumlarına göre karşılaştırılmıştır.

Tüm veriler SPSS 18 programı ile spor yapan ve yapmayan öğrenciler olarak karşılaştırılmıştır. Bağımsız t test yöntemi ile karşılaştırma yapılarak yorumlama düzeyi 0.05 olarak belirlenmiştir.

## BULGULAR

Araştırmaya alınan Üsküdar İlçesi'ne bağlı devlet okulunda öğrenim gören 140 erkek öğrencinin spor yapma ve spor yapmama durumuna göre okul başarı puanlarının karşılaştırılması amacıyla yaptığım araştırmada, öğrencilerin okul karne başarıları incelenmiş, öğrencilerin tüm dersleri grup halinde ve tek ders olarak başarı puanları karşılaştırılarak tablolar halinde sunulmuştur.

**Tablo 1.** Spor yapan ve yapmayan öğrencilerin tüm ders başarı puanlarının karşılaştırılması.

TÜM DERSLER	N	x	ss	t	p
Spor yapan	70	86,78	6,57	5,33	,000
Spor yapmayan	70	80,72	6,86		

Spor yapan öğrencilerin Spor yapan öğrencilerin tüm derslerinin toplam başarı puanları ortalaması 86.78 puan iken, spor yapmayan öğrencilerin tüm derslerinin toplam başarı puanları ortalaması ise 80.72 puandır. Yapılan istatistiksel karşılaştırma sonucunda spor yapan öğrencilerin tüm ders başarı puanlarının daha yüksek olduğu sonucuna varılmış ve ( $p < 0,05$ ) anlamlı bir farkın olduğu bulunmuştur.

**Tablo 2.** Spor yapan ve spor yapmayan öğrencilerin derslerine göre başarı puanlarının karşılaştırılması.

ÖZELLİK		N	X	SS	t	p
TÜRKÇE	Spor Yapan	70	85,37	11,53	2,81	0,006
	Spor Yapmayan	70	79,26	14,01		
MATEMATİK	Spor Yapan	70	80,15	12,99	2,35	0,02
	Spor Yapmayan	70	74,39	15,86		
FEN BİLGİSİ	Spor Yapan	70	81,33	11,14	-0,55	0,577
	Spor Yapmayan	70	82,43	12,17		
SOSYAL BİLGİLER	Spor Yapan	70	86,52	11,14	2,65	0,009
	Spor Yapmayan	70	81,69	10,33		
BEDEN EĞİTİMİ	Spor Yapan	70	95,49	6,08	9,48	,000
	Spor Yapmayan	70	81,74	10,5		
RESİM	Spor Yapan	70	89,38	11,39	2,57	0,011
	Spor Yapmayan	70	84,4	11,48		
MÜZİK	Spor Yapan	70	89,26	10	4,31	,000
	Spor Yapmayan	70	81,16	12,11		

Spor yapan öğrencilerin Türkçe, Matematik, Sosyal Bilgiler, Beden Eğitimi, Resim ve Müzik derslerinin başarı puanları ortalaması, spor yapmayan öğrencilerin başarı puanları ortalamasından daha yüksek olduğu bulunmuştur ( $p < 0,05$ ). Farklı olarak, spor yapmayan öğrencilerin Fen Bilgisi dersinin başarı puanlarının ortalaması spor yapan öğrencilerden daha yüksek olmasına rağmen anlamlı bulunmamıştır ( $P > 0,05$ ).

## TARTIŞMA VE SONUÇ

Araştırmadaki öğrencinin spor yapma ve spor yapmama durumuna göre ders başarı puanlarının karşılaştırılmasında; Türkçe, Matematik, Sosyal Bilgiler, Beden Eğitimi, Resim ve Müzik derslerinin spor yapan grupta daha yüksek olduğu ( $p < 0,05$ ), Fen Bilgisi dersinde ise ortalamalar spor yapmayanların lehine olmasına karşın istatistiksel olarak anlamlı değildir ( $P > 0,05$ ). Sonuçlara göre, Spor yapma durumunun okul başarısında önemli olduğu görülmektedir.

Genel olarak bakıldığında okul sporlarına katılanların, katılmayanlara göre sosyalleşme, dışa dönüklük, sorumluluk, genel davranış gelişimi, ve akademik başarı düzeylerinin daha yüksek olduğu devamsızlarının daha az olduğu (Öcal ve Koçak 2010), Spor yapan insanların

yapmayanlara göre fiziksel, ruhsal, psikolojik, olarak daha üstün oldukları (Aksoy, 1999), düzenli sportif faaliyete katılan bireylerin fiziksel gelişiminin yanında psikolojik, sosyal, kültürel ve davranışsal gelişiminde etkili olduğu (Tremblay 2000), sporun insanlara çok yönlü kazanımlar sağladığı, yalnız bedensel faaliyetler bütünü değil aynı zamanda ruhsal ve zihinsel gelişim sağladığı (Donnelly ve Lambourne 2011).. Bu gelişimlerin sağlanması bireylerin düşünme yeteneklerini ve karar verebilme yeteneklerini de geliştirdiği (Saygılı ve ark. 2015), çocukların sportif faaliyete katılımı sonrasında daha düzenli ve tertipli ders çalıştıkları, okula gitme isteklerinin arttığı (Yalçın ve Balcı 2013), dışa dönüklük ve açıklık kişilik özellikleri düzenli spor yapmayan öğrencilere göre daha iyi olduğu (Saygılı,ve ark. 2015).gibi bir çok araştırma sonucu bulunmaktadır.

Bir spor branşıyla uğraşan veya düzenli fiziksel aktivite yapanların ders başarı puanlarına bakıldığında (Fox ve ark. 2010, Donnelly ve Lambourne 2011; Saygılı,ve ark. 2015; Öcal ve Koçak 2010; Akandere ve Özyalvaç 2010) spor yapmayan veya düzenli fiziksel aktivite yapmayanlara göre başarı puanlarının daha yüksek olduğu bildirilmiştir. Bu çalışmalar bizim yapmış olduğumuz çalışmayla paralellik izlemektedir.

Farklı görüş olarak; Bazı çalışmalarda (Trudeau ve Shephard 2008; Coe, ve ark. 2006; Rasberry ve ark.2011), yoğun sportif antrenman sadece beden eğitimi dersine girmenin veya düzenli fiziksel aktivitenin okul başarı puanlarını olumlu ya da olumsuz etkilemediğini bildirmişlerdir.

Akandere ve Özyalvaç (2010) beden eğitimi dersine ilgisi ve tutumu fazla olan öğrencilerin akademik başarı motivasyonlarında artış olduğu bildirmektedirler. Düzenli yapılan fiziksel aktivitenin serebral kan akışının artışıyla kognitif gelişimi etkileyeceği düşünülerek uyarılmayı arttırdığı, sinir hormon dengesini geliştirdiği, beslenme alışkanlığını düzenlediği, sinirsel iletimini arttırdığı bildirilmektedir (Shephard 1996)

Sonuçlara göre spor yapan gurubumuzun düzenli olarak hafta da 3 gün ve günde 2 saat kulüp düzeyinde spor branşı ile uğraşmaları ders başarılarına olumsuz bir etki yapmadığı, tersine ders başarılarını arttırdığı görülmektedir. Dolayısıyla spora ayrılan zaman ders çalışma zamanından çalınmamış hatta belki de öğrencilerin günün programını daha verimli kullandıkları düşünülebilir. Ancak derse ayrılan sürede burada farklı bir bakış açısı olabilir, çalışmamızda okul dışı ders ve ödevlere ayrılan süre öğrencilerde incelenmemiştir.

## KAYNAKLAR

- Aksoy,C.** (1999)“Beden Eğitimi ve Sporun Eğitime Etkisi”İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Yüksek Lisans tezi. ( 21-49).
- Akandere M., Özyalvaç N.T.,** (2010) Duman S: Orta Öğretim Öğrencilerinin Beden Eğitimi Dersine Yönelik Tutumları ile Akademik Başarı Motivasyonlarının İncelenmesi ( Konya Anadolu Lisesi Örneği) Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi. 24.
- Carter V, Good E.** (1973 ) Dictionary of Education. 4nd ed, New York, McGraw Hill Book Company
- Caterino M. C., and E. D. Polak.** (1999). Effects of two types of activity on the performance of second-third-, and fourth-grade students on a test of concentration. *Percept. Mot. Skills* 89:245–248,
- Coe P.D., Pivarnik J.M., Womack J.C., Reeves M.W.,Malina R.M.:** (2006). Effect of Physical Education and Activity Levels on Academic Achievement in Children. *Official Journal of the American College of Sports Medicine* 1515 – 1519.
- Donnelly J. E., Lambourne K.:** (2011). Classroom-Based Physical Activity, Cognition, and Academic Achievement. *Preventive Medicine* 52 S36–S42.
- Daley, A. J., Ryan J.** Academic performance and participation in physical activity by secondary school adolescents. *Percept. Mot. Skills* 91:531–534, 2000
- Fox C. K, Anderson D.B., Melaniewall,D.N.:** (2010) Physical Activity and Sports Team Participation: Associations With Academic Outcomes in Middle School and High School Students. *Journal of School Health* • January, Vol. 80, No. 1 • © 2010, American School Health Association
- Keays J. J., and K. R. Allison.** The effects of regular moderate to vigorous physical activity on student outcomes: a review. *Can.. Public Health* 86:62–66,.
- Kwak L, Kremers SP, Bergman P, Ruiz JR, Rizzo NS, Sjostrom M.** (2009). Association between physicalactivity, fitnessandacademicachievement. *Journal of pediatrics*, 155:914-918.
- Öcal K., Koçak M.S.:** (2010). Okul Sporlarının Orta Öğretim Öğrencilerinin Akademik Başarı ve Davranış Gelişimine Etkisi *Mediterranean Journal of Educational Research*, Issue 7, 86-94.
- Raspberry C.N., Lee S. M., Robin L., Laris B.A., Russell L.A.,Coyle K.K., Nihiser A.J.:** (2011) The Association Between School-Based Physical Activity, Including Physical Education, and Academic Performance: A Systematic Review of the Literature. *Preventive Medicine* 52 S10–S20.
- Saygılı G., Atay E., Eraslan M., Hekim M.:** (2015). Düzenli Olarak Spor Yapan ve Yapmayan Öğrencilerin Kişilik Özellikleri ile Akademik Başarıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Cilt:23 No:1 Kastamonu Eğitim Dergisi* 161-170.
- Shephard R. J.:** (1996) Habitual Physical Activity and Academic Performance 1996: *Nutrition Reviews*, Vol. 54, No. 4 (II)S32 – 36.
- Tremblay, M. S., Inman J. W., Willms J.D.**( 2000). The relationship between physical ctivity, self-esteem, and academic achievement in 12-year-old children. *Pediatric Exercise Science* 12:312–323.
- Trudeau F., Shephard R.J.:** (2008) Physical education, school physical activity, school sports and academic performance. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 5:10.
- Yalçın U., Balcı V.:** (2013). 7-14 Yaş arası Çocuklarda Spora Katılımdan Sonra Okul Başarılarında, Fiziksel ve Sosyal Davranışlarında Oluşan Değişimlerin İncelenmesi, *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, XI (1) 27-33.
- Weinberg, S. R.,Gould, D.** (2007). *Foundation of SportandExercisePsychology*, Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.s40.