



Ortaokul Öğrencilerinin Beden Eğitimi ve Spor Dersi Mutluluk Düzeyleri ile Akademik Başarıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Kezban GÜLŞEN¹, Belgin GÖKYÜREK² İlyas OKAN³

¹ Şehit Yakup Çınar O.O. Ankara, Türkiye

<https://orcid.org/0000-0002-4279-5732>

²Gazi Üniversitesi, Ankara, Türkiye

<https://orcid.org/0000-0002-9627-9485>

³Gazi Üniversitesi, Ankara, Türkiye

<https://orcid.org/0000-0003-3130-4333>

Email: kezban-gulsen@hotmail.com, inanb@gazi.edu.tr, ookan@gazi.edu.tr

Türü: Araştırma Makalesi (Alındı: 10.05.2023 - Kabul: 05.06.2023)

Öz

Bu araştırmanın amacı, ortaokul 5 ve 6. sınıfta öğrenim gören öğrencilerin beden eğitimi ve spor dersi mutluluk düzeyleri ile akademik başarıları arasındaki ilişkiyi incelemektir. Araştırma grubunun %56,7'sini (n=136) erkek, %43,3'sini (n=104) kız öğrenci olmak üzere toplamda 240 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Beden Eğitimi Dersi Mutluluk Düzeyi ölçeği kullanılmış ve akademik başarı notları e okul sisteminden alınmıştır. Araştırmada nicel araştırma yöntemlerinden ilişkiyel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın sonuçlarına göre beden eğitimi dersi mutluluk düzeyleri ve akademik başarıları arasında düşük düzeyde pozitif yönlü ilişki bulunmuştur ($r=,088$). Erkek öğrencilerin beden eğitimi dersi mutluluk puanları kız öğrencilere göre daha yüksek çıkmış fakat aralarında anlamlı bir farklılık görülmemiştir ($p>,05$). Ayrıca sınıf değişkenine göre beden eğitimi dersi mutluluk puanları 5. sınıf öğrencilerinin daha yüksek çıkmasına rağmen aralarında anlamlı bir farklılık görülmemiştir ($p>,05$).

Anahtar kelimeler: Beden eğitimi; mutluluk düzeyi; akademik başarı; öğrenci



ABSTRACT

This research aims to investigate the relationship between the happiness levels and academic achievements of students in 5th and 6th grades in middle school during their physical education classes. The research group consisted of a total of 240 students, with 56.7% (n=136) male and 43.3% (n=104) female students. The Physical Education Class Happiness Level Scale was used as the data collection tool in the study, and academic achievement grades were obtained from the e-school system. The correlational survey model, which is one of the quantitative research methods, was used in the study. According to the results of the research, there was a low level of positive correlation between physical education class happiness levels and academic achievements ($r=0.088$). The physical education class happiness scores of male students were higher than those of female students, but no significant difference was observed between them ($p>0.05$). Additionally, the physical education class happiness scores according to class variable were found to be higher for 5th grade students, but no significant difference was observed ($p>0.05$).

Keywords: Physical education; happiness level; academic achievement.; student



Giriş

Bedenin bir bütün olarak eğitilmesi için amaçlanan beden eğitimi dersi, genel eğitimin önemli bir parçasıdır. Eğitimin, diğer disiplinlerden farklı olarak beden eğitiminde, "hareket öğrenme ve hareket yoluyla öğrenme" başlığı dikkate alınmaktadır. Başka bir ifade ile anlatılırsa beden eğitimi, insanın fiziki hareketler aracılığıyla eğitilmesidir (Tamer ve Pulur, 2001). Ayrıca, beden eğitimi ve spor dersinin, öğrencilerin fiziksel ve psikomotor gelişim düzeylerini üst seviyelere çıkarmak olduğu söylenebilir (Arı vd. 2021). Bu sebeple beden eğitimi dersi, fiziki hareketler yoluyla öğrencilerin psikolojik ve fiziksel gelişimi, derse yönelik tutumları ve sosyalleşebilmeleri için yardımcı bir görev olarak görülmekle beraber aynı eğlenerek bir takım becerilerin öğrenilmesini kolaylaştıran aktif bir yaşam tarzıdır şeklinde tanımlanabilir (Kangalgil, Hünük, ve Demirhan, 2006). Oldervik ve Lagestad (2021)'de, beden eğitimi dersinde çocukların, yeterlilik ve mutluluk duygularının artırılabilceğini ileri sürmüşlerdir.

Mutluluk algısı, yaşanan ortam ve kişilere göre değişmekte olup, insanların hissettiği ve paylaştığı genel bir duygu olarak tanımlanan bir durumdur (Özgün vd. 2017; Moussa ve Ali, 2022). Kringelbach ve Berridge (2010)'da, mutluluğun tanımlanmasında ve ölçülmesinde zorluk yaratan kendine özgü bir doğası olduğunu vurgulamışlardır. Mutluluk kavramı, bireyler ve araştırmacılar arasında farklılık gösteren çeşitli anlamlara sahiptir. Bazı araştırmalar, mutluluk algısını yansıtan birkaç kavramın olduğunu ortaya koymuşlardır (Oishi vd. 2013; Veenhoven, 2012). Kamvar vd. (2009)'da mutluluğu tanımlayan sabit bir terim olmadığını, çünkü bireyler arasında farklı algılandığını, bireylerin yaşına göre değiştiğini ve mutluluğun anlamına bakıldığında yaşa bağlı bir farklılık olduğunu öne sürmüşler, egzersizin kişinin ruh hali ve mutluluk düzeyi üzerindeki olumlu etkisi olduğu belirtmiştir. Carr (2004)'te, kısa vadede egzersizin, olumlu duygu durumlarını tetiklediğini ve uzun vadede düzenli egzersizin ise daha fazla mutluluğa yol açtığını vurgulamıştır. Psikolojik olarak, bir öğrenme ortamında mutluluk ile fiziksel tepki arasında bir bağlantı vardır. Fizyolojik olarak ise, hareket etmeyi öğrenmek, yeteneklerimizin duyusal keşfi ve yaşam boyu hareket etmek için bedensel gereksinim yoluyla mutluluk uyandırmaktadır (Stevens ve Culpan, 2021). Yapılan bir araştırmada, mutluluk ile egzersiz arasında anlamlı bir ilişki olduğu bildirilmiştir (Farahani vd. 2011). Beden eğitimi dersinin öğrenciler tarafından sevildiği ve eğlenceli bir ders olarak tanımlandığı araştırmalarda görülmektedir. Geleceğimizin temel yapı taşları olan çocuklarımızın psikolojik, sosyal ve akademik gelişimlerinin ön koşullarından biri de okulda kendilerini güvende ve mutlu hissetmeleridir. Okulların, oyun ve sosyalleşme, rekreasyon alanlarının yeterliliği okula aidiyet ve mutluluğu etkileyen en etkili faktörlerdir. Okul ortamında mutlu olan öğrencilerin sosyal hayatlarında ve akademik hayatlarında da başarılı oldukları yapılan araştırmalarda tespit edilmiştir (Ilkım vd. 2023). Ayrıca, bazı araştırmalarda akademik başarı ile öğrencilerin mutluluğu arasında ilişki olduğu görülmektedir.

Çeşitli bileşenleri içeren geniş bir terim olan akademik başarı, okul mutluluğunu etkileyen değişkenlerden birisidir (Yıldırım ve Turaç, 2020). 'Okul içi ve dışında başarı, eğitim amaçlı etkinliklere katılım, memnuniyet, istenen bilgi, beceri ve yeterliliklerin kazanılması, sabır ve eğitim çıktıklarına ulaşma' olarak tanımlanmıştır (Kuh vd. 2006). Araştırma bulguları, birçok faktörün akademik başarıyı etkileyebileceğini ortaya koymuştur. Certel vd. (2015)'te yapmış oldukları araştırmada akademik başarıları düşük olan öğrencilerin mutluluk düzeylerinin de düşük olduğunu bildirmişlerdir. Akademik başarı, eğitimsel ve psikolojik açıdan dikkat edilen konulardan biridir. Araştırma bulguları, akademik başarının sadece bilgi yapılarından



etkilenmediğini, aynı zamanda inançlar, tutumlar ve değerler gibi motive edici faktörlerle de ilişkili olduğunu göstermiştir (Tabbodi vd. 2015).

Literatür incelendiğinde öğrencilerin mutluluk düzeyleri ile akademik başarının araştırıldığı çeşitli çalışmalar bulunmaktadır (Yıldırım ve Turaç, 2020; Coe vd. 2006). Bu çalışmada ise ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersi mutluluk düzeyleri ile akademik başarıları arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır ve öğrencilerin mutluluk düzeyleri ve akademik başarıları arasında ilişki var mı?, öğrencilerin mutluluk düzeyleri ve akademik başarıları arasında cinsiyet ve sınıf değişkeni faktörlerinden etkilemekte midir? sorularına cevap aranmıştır.

Materyal ve Metod

Bu araştırma da ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersi mutluluk düzeyleri ile akademik başarıları arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmaktadır. Araştırmada nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Tarama modeli belirli bir zamanda evrenden bilgi toplanmasıyla oluşur (Creswell, 2019). İlişkisel tarama modeli iki veya daha çok değişkenin kendi arasında değişimin varlığını veya derecesini belirleyen araştırma modelidir (Karasar, 2019).

Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu 2022-2023 eğitim öğretim yılı Millî Eğitim Bakanlığı'na bağlı Ankara ili Sincan ilçesi Şehit Yakup Çınar ortaokulunda 5. Sınıfta 100 ve 6. Sınıfta sınıflarda öğrenim gören 140 toplamda 240 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmanın çalışma grubu seçkisiz olmayan örnekleme yöntemlerinden uygun örnekleme yöntemidir. Uygun örnekleme para, zaman, işgücü açısından sınırlılıklar nedeniyle kolay uygulama yapılacak birimlerden seçilmesidir (Büyüköztürk, 2014). Araştırmaya katılımda gönüllülük esas alınmıştır.

Veri Toplama Aracı

Beden eğitimi ve spor dersi mutluluk düzeylerini belirlemek için Uğraş ve Serbes (2019) tarafından geliştirilen Beden Eğitimi Dersi Mutluluk Düzeyi Ölçeği (BEDMDÖ) kullanılmıştır. Ölçek 9 madde ve tek boyuttan oluşmaktadır. Ölçek maddeleri, tamamen katılıyorum (5), katılıyorum (4), orta düzeyde katılıyorum (3), katılmıyorum (2), kesinlikle katılmıyorum (1) şeklinde puanlandırılmıştır. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 45 ve en düşük puan 9 dur. Beden Eğitimi Dersi Mutluluk Düzeyi Ölçeği (BEDMDÖ) doğrulayıcı faktör analizi değerleri şu şekilde verilmiştir [χ^2/sd (2.690), GFI (.944), CFI (.938), AGFI (.904), NFI (.907), RMSEA (.079)]. Madde faktör yüklerinin ise .45 ile .73 arasında değiştiği gözlemlenmiştir. Ölçme aracının cronbach alpha değeri ,88 olduğu görülmüştür. Cronbach alfa katsayısı ölçeğin genel güvenilirliğini değerlendirir ve ölçekte yer alan maddenin türdeş yapı oluşturup oluşturmadıklarını sorgular ve 1'e yaklaştıkça güvenilirlik artar (Özdamar, 2011). Bu anlamda ölçeğin güvenilir olduğu ifade edilebilir.



Verilerin Toplanması

Veriler tarafımda araştırma grubunun beden eğitimi dersinde sınıfta gönüllülük esasına uygun şekilde anketler doldurularak toplanmıştır. Anketler doldurulmadan önce öğrencilere bu çalışmanın önemi hakkında bilgi verilmiş ve anlamadıkları sorular olursa açıklamalar yapılmıştır.

Verilerin Analizi

Araştırmanın veri analizinde, SPSS 25.0 programı kullanılmıştır. Araştırma grubunun verilerinin normal dağılıma sahip olup olmadığına (skewness ve kurtosis değerleri) kullanılarak bakılmıştır. Tabachnick ve Fidell (2013)' e göre Çarpıklık ve basıklık (skewness ve kurtosis) değerleri -1,5 ile +1,5 arasında olmasının araştırma verilerinin normal dağılıma işaret ettiğini vurgulamış ve araştırmamızda bu nedenle analizlerde parametrik testlerden yararlanılmıştır. SPSS 25.0 programı aracılığı ile bağımsız örneklem için t testi korelasyon katsayısı için ise pearson korelasyon yapılmıştır. İstatistiksel işlemlerde anlamlılık düzeyi 0,05 olarak alınmıştır.

Kişisel Bilgi Formu

Kişisel bilgi formu öğrencilerin Cinsiyet, sınıf seviyesi, not ortalaması, yaş ile ilgili sorulardan oluşmaktadır. Öğrencilerin not ortalamaları e okul sisteminden alınmış olup tablo 1' de yüzde değerleriyle

Tablo 1 Katılımcılara Ait Demografik Bilgiler

		Frekans	Yüzde
Cinsiyet	Kadın	104	43,3
	Erkek	136	56,7
Sınıf seviyesi	5. sınıf	100	41,7
	6. sınıf	140	58,3
	44,99 ve altı	13	5,4
Akademik başarı	Geçer	18	7,5
	Orta	46	19,2
	İyi	84	35,0
Yaş	Pekiyi	79	32,9
	Öğrencilerin aritmetik not ortalaması (yüz üzerinden)		75,29
	10 yaş	56	23,3
Yaş	11 yaş	131	54,6
	12 yaş ve üstü	53	22,1
Toplam		240	% 100



Tablo 1’ de araştırma grubuna ait frekans ve yüzde değerleri verilmiştir. Akademik başarı notları M.E.B. sistemine göre frekans dağılımları verilmiş olup ayrıca katılımcıların aritmetik ortalama değerleri de ayrıca tabloda gösterilmiştir.

Bulgular

Tablo 2 Mutluluk düzeyi ve öğrenci not ortalaması korelasyon değerleri

Değişkenler	n	M	SD	1	2
1-B. E. Mutluluk düzeyi	240	4,37	,712	1	
2- Öğrenci not ortalaması	240	75,29	16,37		,088

Tablo 2’ e göre beden eğitimi ve öğrencilerin akademik başarı arasında pozitif yönlü çok zayıf ilişki bulunmuştur ($r=0,088$).

Tablo 3 Cinsiyet değişkeni açısından beden eğitimi dersi mutluluk düzeyleri t test

Alt boyut	Değişken	N	M	Ss	f	t	df	p
Cinsiyet	Kadın	104	4,3106	,700	,027	-1,132	238	,259
	Erkek	136	4,4156	,721				

Tablo 3’ e göre cinsiyet değişkeni açısından beden eğitimi dersi mutluluk düzeyleri t test sonuçlarına göre anlamlı bir farklılık bulunamamıştır ($p>0,05$). Fakat öğrencilerin mutluluk düzeyleri oldukça yüksek bulunmuş ve ayrıca ortalamalar incelendiğinde erkek öğrencilerin mutluluk ortalamaları kız öğrencilerden daha yüksek çıkmıştır.

Tablo 4 Sınıf değişkeni açısından beden eğitimi dersi mutluluk düzeyleri t test

Alt boyut	Değişken	N	M	Ss	f	t	df	p
Sınıf düzeyi	5. sınıf	100	4,43	,675	2,368	1,100	238	,272
	6. sınıf	140	4,32	,737				



Tablo 4' e göre sınıf değişkeni açısından beden eğitimi dersi mutluluk düzeyleri t test sonuçlarına göre 5 ve 6. Sınıflarda anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$). Araştırmaya katılan öğrencilerin mutluluk düzeyleri oldukça yüksek bulunmuş ve ayrıca ortalamalar incelendiğinde 5. Sınıf öğrencilerin mutluluk ortalamaları 6. Sınıf öğrencilerden daha yüksek bulunmuştur.

Tartışma ve Sonuç

Çalışmanın sonuçları incelendiğinde araştırma grubunun beden eğitimi dersi mutluluk düzeyleri ile akademik başarı arasında pozitif yönlü çok zayıf ilişki bulunmuştur ($r=0,088$). Yerli ve yabancı literatür incelendiğinde çalışmamızı destekleyen ve karşıt çalışmalara rastlanmıştır. Singh vd. (2012) sporcu olmayan öğrenciler veya okul ortamında beden eğitimi dersine katılan öğrencilerin araştırma sonuçlarına göre spora katılım ve akademik performans arasındaki ilişki açısından anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Diğer bir çalışmada ortaokul öğrencilerinde beden eğitimi dersinin ve fiziksel aktivitenin akademik başarıya etkisini belirlemek amacıyla 214 altıncı sınıf öğrencisi ile yaptığı çalışmasında; şiddetli aktivite yapan öğrencilerin notları, şiddetli aktivite yapmayan öğrencilere göre önemli ölçüde yüksek bulunmuş, fakat orta derecede fiziksel aktivite notları etkilemediği görülmüştür. Standartlaştırılmış test puanları, beden eğitimi dersi kaydı veya fiziksel aktivite seviyeleri ile anlamlı bir şekilde ilişkili olmadığı görülmüştür (Coe vd., 2006). RAHİMİ (2012) üniversite öğrencilerin fiziksel aktivite alışkanlıkları ve sağlıklı yaşam biçimi davranışları ile akademik başarıları arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Çalışmaya katılan öğrencilerin akademik başarılarında fiziksel olarak aktif Toplam fiziksel aktivite değerleri ile not ortalamaları arasında da herhangi bir ilişki bulunmamıştır. Carlson vd. (2008) beden eğitiminde harcanan zaman ile akademik başarı arasındaki ilişkiyi anaokulundan beşinci sınıfa kadar olan toplam 5316 öğrenci üzerinde yapılan boylamsal çalışması incelendiğinde, beden eğitiminde harcanan zaman (haftada dakika) sınıf öğretmenlerinden toplayıp ve haftada (70-300 dakika) beden eğitimi alan kızlarda matematik ve okumadaki akademik başarı puanlarında küçük bir artış gözlemlenmiştir. Ayrıca daha yüksek miktarlarda beden eğitimi dersi alan, erkekler arasında akademik başarı ile olumlu veya olumsuz bir şekilde ilişkili bulunmamışlardır. Ahamed vd. (2007) 15 dakikalık sınıf bazlı aktivitelerin, erkek ve kız grupları arasında akademik performanslarında anlamlı fark bulunmamıştır. Stevens vd. (2008) her iki cinsiyette anaokulu öğrencilerinin matematik ve okuma başarısı üzerinde yaptığı çalışmasında beden eğitimi dersine katılan erkek öğrencilerde matematik başarısı üzerinde olumsuz bir etkiye sahip olduğunu bulunmuştur, fakat düzenli fiziksel aktiviteye katılım her iki cinsiyette de matematik ve okuma başarısı üzerinde olumlu bir etkiye görülmüştür. Miller vd. (2005) lise çağında, spora katılım ile akademik başarı arasındaki bağlantıları büyük ölçüde olumlu bulmuştur. Bu durumu sporcu öğrencilerin daha yüksek not almalarının, daha güçlü içsel motivasyondan kaynaklandığı söylenebilir. Gönener, Öztürka, ve Yılmaz (2017) spor bilimleri fakültesi öğrenim gören 182 öğrenci üzerinde yaptığı mental (psikolojik) iyi olma düzeyinin mutluluk düzeyi üzerine etkisinin incelenmesi adlı çalışmasında mutluluk puanları ortalamalarıyla akademik başarı değişkeni arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır. Donnelly vd. (2009) çalışmasında haftada en az 75 dakika fiziksel aktivite okulların vücut kitle indeksinde önemli ölçüde azalma olduğunu ve günlük fiziksel aktivite yapan çocukların akademik başarı puanlarında olumlu yönde önemli ölçüde değişiklikler olduğu bulunmuştur. Silliker ve Quirk (1997) lise öğrencilerinin ders dışı aktivite katılımının akademik performansını artırıp artırmadığını incelemiş ve sonuç olarak fiziksel aktivitenin akademik performansa zarar vermediğini ve artırabileceğini, ayrıca erkek sporcuların,



akademik performanslarında sezon içi az da olsa gelişmeler gösterdiğini bulmuşlardır. Sıral (2020) akademik Başarı Alt Boyutu ile Beden Eğitimi ve Spora İlişkin Tutum arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur. Aberg vd. (2009) Fiziksel egzersizin eğitim başarılarını, bilişsel performansı arttırmak için önemli bir araç olabileceğini katkısı olduğunu söylemiştir. Coe vd. (2006) ortaokul öğrencilerinde beden eğitimi dersinin ve fiziksel aktivitenin akademik başarıya etkisini belirlemek amacıyla 214 altıncı sınıf öğrencisi ile yaptığı çalışmada; şiddetli aktivite yapan öğrencilerin notları, şiddetli aktivite yapmayan öğrencilere göre önemli ölçüde yüksek bulunmuştur. McNaughten ve Gabbard (1993) çalışmada ilköğretim öğrencileri ile 15 dakikalık fiziksel aktivite sonra ve bir ders bittiğinde konsantrasyon test puanları karşılaştırmış, dördüncü sınıf öğrencileri fiziksel aktivite tamamladıktan sonra önemli ölçüde daha iyi konsantrasyon puanları sergilemiş, fiziksel aktivitenin test sonuçları üzerinde ikinci ve üçüncü sınıf öğrenciler arasında herhangi bir etkisi olmamıştır. Videon (2002) ve Eitle ve Eitle (2002), spora katılım ile akademik başarı arasındaki ilişkinin karmaşık olabileceğini söylemişlerdir. Beden eğitimi dersi bunun kültürel olduğunu gösteren önceki araştırmaların olduğu, öğrencinin okula getirdiği kültürel kaynakların yanı sıra öğrencinin oynadığı belirli spor veya spor branşına bağlı olarak değişebileceğini ve bu konuda ekonomik durumda ayrıca ve haftada ne kadar aktif olduğunun etkili olabileceğini söylemiştir.

Cinsiyet değişkeni ve beden eğitimi dersi mutluluk düzeyleri sonuçlarına göre anlamlı bir farklılık bulunamamıştır ($p>0,05$). Fakat öğrencilerin mutluluk düzeyleri oldukça yüksek bulunmuş ve ayrıca ortalamalar incelendiğinde erkek öğrencilerin mutluluk ortalamaları kız öğrencilerden daha yüksek çıkmıştır. Beden eğitimi dersinde genellikle çocuklar aktif olarak katıldığı ve eğlendikleri için mutluluk düzeyleri oldukça yüksek çıkmış olabilir. Erkek ve kızlar açısından bakıldığında erkeklerin beden eğitimi dersinde daha fazla eğlendiği söylenebilir. Erkuş (2003) tutumu bilişsel, davranışsal ve duyuşsal olarak ayırıldığını söylemiş, kişilerin yaşantılardan dolayı bir eyleme hazırlanması veya diğer eğilimlerinin bir karışımı olarak tanımlanmıştır. Eşkil, Akbulut, Eşkil, ve İlhan (2022) tutumlar öğrencilerin davranışlarını etkileyip duygularında olumlu veya olumsuz yönelimler sağlayabilmektedir, bu durum öğrencinin derse severek ve isteyerek katılımını arttırabilir yada aksi yönde derse yönelik mutsuzluk yaratıp derse katılımını azaltabilir. Yapılan araştırmalar incelendiğinde araştırmamızı destekleyen veya karşıt çalışmalara rastlanmıştır. Mahadea ve Ramroop (2015) çalışmada erkeklerin kadınlardan daha mutlu olduğu bulunmuştur. Aybek, İmamoğlu, ve Taşmektepligil (2011) erkek öğrencilerin beden eğitimi dersine motive olma oranını bayan öğrencilerden daha yüksek bulunmuştur. Akın ve Şentürk (2012) bireylerin mutluluk düzeylerini incelediği çalışmada genel olarak bireylerin mutluluk düzeylerinin erkeklerin kadınlara oranla daha mutlu olduğu ve mutluluk puanlarının daha yüksek çıktığı görülmüştür. Taşğın ve Tekin (2009) çalışmada erkek öğrencilerin beden eğitimi dersine karşı tutum puanları kız öğrencilere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. USLU ve Özlü (2022) ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersine yönelik tutumları ve mutluluk düzeylerine ilişkin yaptığı çalışmada erkek öğrenciler kız öğrencilere göre beden eğitimi ve spor dersine yönelik tutum puanlarının ve mutluluk düzeylerinin daha yüksek olduğunu bulunmuştur. Koca ve Demirhan (2004) Kız ve erkek lise öğrencileri arasında beden eğitimine yönelik tutum puanları arasında anlamlı bir fark bulunmuş ve erkeklerin tutum puanları kızlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Arabacı (2009) çalışmada Erkekler kızlara göre beden eğitimi dersi için daha olumlu tutumlar sergilediğini ve erkek öğrencilerin tutum puanları kızlardan daha yüksek olduğunu söylemiştir. (Arabacı, 2009)



Bu sonuçlara bakıldığında erkek öğrencilerin derste daha mutlu oldukları ve bu mutluluğun kaynağının derste daha aktif olmalarından kaynaklı olduğu savunulabilir. Çolak (2018) tarafından yapılan çalışmada kadınların mutluluk ölçeğinden aldığı puanlar erkeklerden daha yüksek çıkmıştır. Mahon, Yarcheski, ve Yarcheski (2005) 7 ve 8. sınıftaki öğrenciler üzerinde yaptığı çalışmasında mutluluk ve cinsiyet değişkeninde erkekler ve kızlar arasında anlamlı bir fark olmadığını bulmuştur. Yine aynı şekilde Gönener, Öztürka, ve Yılmaz (2017) araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin mutluluk puanları ortalamaları ile cinsiyet değişkeni arasında istatistiksel açıdan anlamlı fark bulamadığı görülmüştür.

Sınıf değişkeni ve beden eğitimi dersi mutluluk düzeyleri sonuçlarına göre 5 ve 6. Sınıflarda anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$). Araştırmaya katılan öğrencilerin mutluluk düzeyleri oldukça yüksek bulunmuş ve ayrıca ortalamalar incelendiğinde 5. Sınıf öğrencilerin mutluluk ortalamaları 6. Sınıf öğrencilerden daha yüksek bulunmuştur. Litaratürde araştırmamızı destekleyen çalışmalar bulunmaktadır. Taşgın ve Tekin (2009) çalışmasında 7 ve 8. sınıflarda öğrenim gören öğrencilerin beden eğitimi dersi hakkındaki tutum görüşleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Gönener, Öztürka, ve Yılmaz (2017) Mutluluk puanları ortalamalarıyla sınıf değişkeni arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır. USLU ve Özlü (2022) çalışmasında alt sınıflarda beden eğitimi dersine karşı tutumlarının ve mutluluk puanlarının daha yüksek olduğu gözlenmiştir. Arabacı (2009) öğrencilerin beden eğitime karşı tutumlarını araştırmış ve ortaokul öğrencileri lise öğrencilerine göre beden eğitimi dersine daha fazla olumlu tutum geliştirdikleri sonucuna ulaşmıştır. Bu bulgular bizim araştırmamızı desteklemektedir. Sonuç olarak bakıldığında beden eğitimi dersi mutluluk düzeyleri ile akademik başarı arasında pozitif yönlü çok zayıf ilişki bulunmuş ve sınıf ve cinsiyet değişkenlerinde anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Ayrıca araştırmanın örneklem grubu, sınıf düzeyleri ve yaş sınırları arttırılıp farklı çalışmalar yapılabilir.



Kaynakça

- Aberg, M. A. I., Pedersen, N. L., Torén, K., Svartengren, M., Bäckstrand, B., Johnsson, T., Cooper-Kuhn, C. M., Aberg, N. D., Nilsson, M., & Kuhn, H. G. (2009). Cardiovascular fitness is associated with cognition in young adulthood. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 106(49), 20906–20911. <https://doi.org/10.1073/pnas.0905307106>
- Ahamed, Y., Macdonald, H., Reed, K., Naylor, P.-J., Liu-Ambrose, T., & McKay, H. (2007). School-based physical activity does not compromise children's academic performance. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 39(2), 371–376. <https://doi.org/10.1249/01.mss.0000241654.45500.8e>
- Akın, H. B., & Şentürk, E. (2012). Bireylerin mutluluk düzeylerinin ordinal lojistik regresyon analizi ile incelenmesi-analysing levels of happiness of individuals with ordinal logistic analysis. *Öneri Dergisi*, 10(37).
- Arabacı, R. (2009). Attitudes toward physical education and class preferences of Turkish secondary and high school students. *İlköğretim Online (Elektronik)*, 8(1), 2–8.
- Arı, Y. , Canlı, U. & Mat, P. (2021). Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Yeterlikleri: Mesleki Niteliklerin Değerlendirilmesi . *Kilis 7 Aralık Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 4 (2) , 55-64 . Retrieved from <https://dergipark.org.tr/tr/pub/besbid/issue/59429/794861>
- Aybek, A., İmamoğlu, O., & Taşmektepligil, M. Y. (2011). Öğrencilerin beden eğitimi dersine ve ders dışı etkinliklere yönelik tutumlarının değerlendirilmesi. *Journal of Sports and Performance Researches*, 2(2), 51–59.
- Büyüköztürk, Ş. (2014). *Bilimsel araştırma yöntemleri (Geliştirilmiş 2. baskı)*. PEGEM Akademi.
- Carlson, S. A., Fulton, J. E., Lee, S. M., Maynard, L. M., Brown, D. R., Kohl, H. W., & Dietz, W. H. (2008). Physical education and academic achievement in elementary school: Data from the early childhood longitudinal study. *American Journal of Public Health*, 98(4), 721–727. <https://doi.org/10.2105/AJPH.2007.117176>
- Carr, A. (2004) *Positive Psychology: The Science of Happiness and Human Strengths*. New York: Brunner-Routledge.
- Certel, Z. Bahadır, Z., Saracaloğlu, A. S. ve Varol, S. R. (2015). Lise öğrencilerinin özyeterlikleri ile öznel iyi oluş düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 4(2), 307-318. http://www.jret.org/FileUpload/ks281142/File/32.zehra_certel.pdf
- Coe, D. P., Pivarnik, J. M., Womack, C. J., Reeves, M. J., & Malina, R. M. (2006). Effect of physical education and activity levels on academic achievement in children. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 38(8), 1515–1519. <https://doi.org/10.1249/01.mss.0000227537.13175.1b>



Creswell, J. W. (2019). Eğitim araştırmaları: nicel ve nitel araştırmanın planlanması, yürütülmesi ve değerlendirilmesi.

Çolak, E. (2018). Sosyal fayda projelerinde gönüllü çalışan üniversite öğrencilerinde mutluluk ve psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeylerinin değerlendirilmesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Donnelly, J. E., Greene, J. L., Gibson, C. A., Smith, B. K., Washburn, R. A., Sullivan, D. K., DuBose, K., Mayo, M. S., Schmelzle, K. H., Ryan, J. J., Jacobsen, D. J., & Williams, S. L. (2009). Physical Activity Across the Curriculum (PAAC): A randomized controlled trial to promote physical activity and diminish overweight and obesity in elementary school children. *Preventive Medicine*, 49(4), 336–341. <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2009.07.022>

Eitle, T. M., & Eitle, D. J. (2002). Race, Cultural Capital, and the Educational Effects of Participation in Sports. *Sociology of Education*, 75(2), 123. <https://doi.org/10.2307/3090288>

Erkuş, A. (2003). Psikometri Üzerine Yazılar.

Eşkil, R., Akbulut, M. K., Eşkil, K. G., & İlhan, E. L. (2022). Beden Eğitimi ve Diğer Branş Öğretmenlerinin Kaynaştırma-Bütünleřtirme Eğitime Yönelik Duygu, Tutum Ve Kaygılarının İncelenmesi. *Aksaray University Journal of Sport and Health Researches*, 3(1), 13–30.

Farahani, M. J., Saiah, A., Heidary, A., Nabilu, M., & Eskandaripour, S. (2011). The Relationship Between Happiness Dimensions And Athletic Performance In The Male High School Students In Ijrood (Zanjan-Iran). *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 15, 382-383.

Gönener, A., Öztürka, A., & Yılmaz, O. (2017). Kocaeli üniversitesi spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin mental(psikolojik) iyi olma düzeylerinin mutluluk düzeylerine etkisi. *Sportif Bakış: Spor Ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 4(1), 44–55.

İlkım, M., Saręın, K., Güleřce, M., & Sonbahar, U. (2023). Evaluation of the Level of Happiness against Class from Student's Perspective: An Example of Physical Education Lesson. *European Journal of Molecular & Clinical Medicine*, 10(1), 2023.

Kamvar, S., Mogilner, C., & Aaker, J. (2009). The meaning(s) of happiness. Stanford University, Graduate School of Business, Research Papers

Kangalgil, M., Hünük, D., ve Demirhan, G. (2006). İlköğretim, Lise ve Üniversite Öğrencilerinin Beden Eğitimi ve Spora İlişkin Tutumlarının Karşılaştırılması. *Spor Bilimleri Dergisi*, 17 (2), 48-57.

Karasar, N. (2019). Bilimsel araştırma yöntemi: Kavramlar, ilkeler, teknikler (34. basım). Nobel. Nobel.

Koca, C., & Demirhan, G. (2004). An examination of high school students' attitudes toward physical education with regard to sex and sport participation. *Perceptual and Motor Skills*, 98(3 Pt 1), 754–758. <https://doi.org/10.2466/pms.98.3.754-758>



Kringelbach, M. L., & Berridge, K. C. (2010). The neuroscience of happiness and pleasure. *Social Research*, 77(2), 659–678.

Kuh, G. D., Kinzie, J., Buckley, J. A., Bridges, B. K., & Hayek, J. C. (2006). What matters to student success: A review of the literature. Commissioned report for the National Symposium on Postsecondary Student Success: Spearheading a Dialog on Student Success. National Postsecondary Education Cooperative.

Mahadea, D., & Ramroop, S. (2015). Influences on happiness and subjective well-being of entrepreneurs and labour: KwaZulu-Natal case study. *South African Journal of Economic and Management Sciences*, 18(2), 245–259. <https://doi.org/10.17159/2222-3436/2015/v18n2a8>

Mahon, N. E., Yarcheski, A., & Yarcheski, T. J. (2005). Happiness as related to gender and health in early adolescents. *Clinical Nursing Research*, 14(2), 175–190. <https://doi.org/10.1177/1054773804271936>

McNaughten, D., & Gabbard, C. (1993). Physical exertion and immediate mental performance of sixth-grade children. *Perceptual and Motor Skills*, 77(3 Pt 2), 1155–1159. <https://doi.org/10.2466/pms.1993.77.3f.1155>

Miller, K. E., Melnick, M. J., Barnes, G. M., Farrell, M. P., & Sabo, D. (2005). Untangling the Links among Athletic Involvement, Gender, Race, and Adolescent Academic Outcomes. *Sociology of Sport Journal*, 22(2), 178–193. <https://doi.org/10.1123/ssj.22.2.178>

Moussa, N. M., & Ali, W. F. (2022). Exploring the relationship between students' academic success and happiness levels in the higher education settings during the lockdown period of COVID-19. *Psychological Reports*, 125(2), 986-1010.

Oishi, S., Graham, J., Kesebir, S., & Galinha, I. C. (2013). Concepts of happiness across time and cultures. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 39(5) 559–577. <https://doi.org/10.1177/0146167213480042>

Oldervik, S., & Lagestad, P. (2021). Importance of providing additional choices in relation to Pupils' happiness, mastery, well-being, contentment, and level of physical activity in physical education. *Frontiers in Sports and Active Living*, 3, 599953

Özdamar, K. (2011). Paket programlar ile istatistiksel veri analizi: MINITAB 15.0 - SPSS 17.0 (8.baskı). Kaan Kitabevi: Vol. 1.

Özgün, A., Yaşartürk, F., Ayhan, B., & Bozkuş, T. (2017). hentbolcuların spora özgü başarı motivasyonu ve mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası Kültürel ve Sosyal Araştırmalar Dergisi (UKSAD)*, 3 (Special Issue 2), 83-94.

RAHİMİ, A. S. (2012). Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinde fiziksel aktivite alışkanlıkları ve sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının akademik başarı ile ilişkisi [Yüksek lisans tezi]. Ankara Üniversitesi, Ankara.

Sıral, C. (2020). Orta okul öğrencilerinin beden eğitimi ve spora ilişkin tutumları ile akademik başarı arasındaki ilişkinin incelenmesi [Yüksek lisans tezi]. İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul.



Silliker, S. A., & Quirk, J. T. (1997). The Effect of Extracurricular Activity Participation on the Academic Performance of Male and Female High School Students., 44(4).

Singh, A., Uijtdewilligen, L., Twisk, J. W. R., van Mechelen, W., & Chinapaw, M. J. M. (2012). Physical activity and performance at school: A systematic review of the literature including a methodological quality assessment. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine*, 166(1), 49–57. <https://doi.org/10.1001/archpediatrics.2011.716>

Stevens, T., To, Y. M., Stevenson, S. J., Lochbaum, M. R., & Lochbaum, M. (2008). The Importance of Physical Activity and Physical Education in the Prediction of Academic Achievement. *Journal of Sport Behavior*.

Stevens, S. R., & Culpan, I. (2021). The joy of movement: the non-participant in physical education curriculum design. *Curriculum studies in health and physical education*, 12(1), 80-93.

Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics* (6th ed.). Pearson Education.

Tabbodi, M., Rahgozar, H., & Makki Abadi, M. M. (2015). The relationship between happiness and academic achievements. *European Online Journal of Natural and Social Sciences: Proceedings*, 4(1 (s)), pp-241.

Tamer, K. ve Pular, A. (2001). *Beden eğitimi ve sporda öğretim yöntemleri*. Ankara: Kozan Ofset.

Taşgın, Ö., & Tekin, M. (2009). Çeşitli değişkenlere göre ilköğretim ve orta öğretim kurumlarında öğrenim gören öğrencilerin beden eğitimi ve spor dersine ilişkin tutum ve görüşleri. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 17(2), 457–466.

Uğraş, S., & Serbes, Ş. (2019). Beden Eğitimi Dersi Mutluluk Düzeyi Ölçeği Geçerlik ve Güvenilirlik Çalışması. *Journal of Global Sport and Education Research*, 11(2).

USLU, E., & Özlü, K. (2022). Secondary School Students' Physical Education and Sports Lesson Investigation of Happiness Levels in Physical Education Lesson and Their Attitudes Towards Children. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*. Advance online publication. <https://doi.org/10.31680/gaunjss.1149236>

Veenhoven R. (2012) Happiness: Also Known as “Life Satisfaction” and “Subjective Well-Being”. In: Land K., Michalos A., Sirgy M. (eds) *Handbook of Social Indicators and Quality of Life Research*, 63–77. Springer, Dordrecht. https://doi.org/10.1007/978-94-007-2421-1_3

Videon, T. M. (2002). Who Plays and Who Benefits: Gender, Interscholastic Athletics, and Academic Outcomes. *Sociological Perspectives*, 45(4), 415–444. <https://doi.org/10.1525/sop.2002.45.4.415>

Yıldırım, V. Y., & Turaç, M. (2020). Ortaokul Öğrencilerinin İlk Hafta Mutluluk Düzeyleri İle Akademik Başarıları Arasındaki İlişki. *Elektronik Eğitim*