

Eser Geçmişi: 12 Aralık 2017 / 27Aralık 2017

ATATÜRK ÜNİVERSİTESİ ÖĞRENCİLERİNİN SPORA KARŞI TUTUMLARI İLE YAŞAM KALİTELERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

*Investigation Of The Relationship Between The Attitudes To The Sport And Their
Quality Of Life In Ataturk University Students*

Levent ÖNAL

Atatürk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Hasan Hüseyin YILMAZ

Atatürk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Murat KALDIRIMCI

Atatürk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Fatih AĞDUMAN

Atatürk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

ÖZET

Bu çalışmada Atatürk Üniversitesinde öğrenim gören lisans öğrencilerinin spora karşı tutumları ile yaşam kaliteleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmada üç bölümden oluşan anket tekniği kullanılmıştır. Birinci bölümde katılımcılara demografik özelliklerinin sorulduğu sorular; ikinci bölümde Dünya Sağlık Örgütü tarafından geliştirilen; Eser, Fidaner, Fidaner, Eser, Elbi ve Göker (1999) tarafından Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılan “Yaşam Kalitesi Ölçeği – Kısa Formu” (WHOQOL-BREF), üçüncü bölümde ise Koçak (2014) tarafından geliştirilen ve geçerlik-güvenirlik çalışması yine Koçak tarafından yapılan Spora Yönelik Tutum ölçekleri kullanılmıştır. Anketler 2016-2017 eğitim-öğretim yılında Atatürk Üniversitesinde öğrenim gören 141 erkek, 259 kadın olmak üzere toplam 400 lisans öğrencisine uygulanmıştır. Yapılan analizler sonucunda katılımcıların spora karşı tutumları ile yaşam kaliteleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Araştırmanın sonucunda katılımcıların spora yönelik tutumların ile yaşam kaliteleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu, ayrıca spora yönelik tutumları yüksek olan bireylerin yaşam kalitelerinin de yüksek olduğu tespit edilmiştir ($p<0.01$).

Anahtar Kelimeler: Tutum, Spor, Yaşam Kalitesi

ABSTRACT

The aim of this study is to examine the relationship between quality of life and attitudes to sport of the students studying at Atatürk University. A three-part questionnaire was used in the study. In the first part, the demographic characteristics of the participants were used. In the second part “WHOQOL-BREF” Scale was used developed by World Health Organization and has been made reliability and validity by Eser, Fidaner, Fidaner, Eser, Elbi ve Göker (1999) in Turkish. In the third part “Attitudes Towards Sport” was used which is developed and has been made reliability and validity by Koçak (2014) in Turkish. The questionnaires were applied to a total of 400 undergraduate students, 141 males and 259 females attending Atatürk University in the 2016-2017 academic year. As a result of the analysis, it is found that there was a significant relationship between Attitudes Towards Sport scale and WHOQOL-BREF Scale. As a result of the research, it is determined that there is a significant positive relationship between quality of life and attitude towards sport of the participants and also it was found that higher point attitude toward sport shows higher quality of life ($p<0.01$).

Keywords: Attitude, Sport, Life's Quality

GİRİŞ

Teknoloji, çalışma saatlerindeki azalma ve değişiklikler günümüzde sporun önemini oldukça artırdığı ve kişilerin tutumunu da o yönde etkilediği görülmektedir. Spor zihinsel ve fiziksel gelişime katkıda bulunan, rekreasyon aktiviteleri ile birlikte çeşitli yarışmaları da içeren fiziksel aktivitelerin tüm biçimleri olarak tanımlanmaktadır. Spor, toplumun büyük kesiminde rekreatif amaçlı veya profesyonel olarak gerçekleştirilen etkinlikler arasında yer almaktadır (United Nations, 2003; Koçak 2014). Kişiler tarafından bilinçli ve sistemli olarak gerçekleştirilen spor etkinlikleri, yaş fark etmeksizin yaşam boyunca sağlıklı, başarılı, mutlu ve mental açıdan yüksek seviyelerde olmasında büyük rol oynamaktadır (Yalçınkaya, Saracoğlu ve Varol, 1993). Yaşamlarını herhangi bir fiziksel aktiviteye veya sportif etkinliklere katılmadan sürdüren bireylerin daha hareketli bir yaşam sürdürmeleri için teşvik edilmeleri gerekmektedir. Çocuklar için küçük yaşta oynanan oyunların önemi ne kadar büyük ise ilerleyen yaşlarda sportif etkinliklere dönüştürülerek yaşamın içerisinde aktif halde tutulması bütün ebeveynlerin ve öğretmenlerin önemli bir görevi olarak düşünülmelidir. Küçük yaşlarda fiziksel aktivite ve sporun bireyin yaşamına adaptasyonunun sağlanması bireyin spora karşı tutumuna önemli derecede etki edebileceği gibi; tutumların yapılacak aktivitelerde dolaylı veya direkt olarak yaşamın kalitesine de etki edebileceği düşünülebilir. Çok boyutlu olan yaşam kalitesi kavramı bir bütünlük arz eder. Bu kavram içinde yer alan en önemli faktörlerden birisi sağlıktır. Ancak sağlık durumu kadar ekonomik durum, aile-arkadaş ilişkileri, iş imkânları veya hayat tarzını oluşturmaktaki özerklik, eğitim fırsatları, yaşanılan yer ve çevre yaşam kalitesi üzerinde etkili olmaktadır (Tüzün ve Eker 2003; Tekkanat, 2008).

Dünya Sağlık Örgütü yaşam kalitesini (quality of life), “hedefleri, beklentileri, standartları, ilgileri ile bağlantılı olarak, kişilerin yaşadıkları kültür ve değer yargılarının bütünü içinde durumlarını algılama biçimi” olarak tanımlar. Yaşamın kaliteli bir şekilde sürdürülmesi ve yaşam boyunca oluşabilecek sağlık risklerinin çeşitli yöntemlerle en aza indirilmesi için temel etkenler fiziksel aktiviteler, spor ve beslenme olarak nitelendirilmektedir (Zorba, 2008; Vural, Eler ve

Atalay Güzel, 2010).

Bu çalışma üniversite öğrencilerinin spora karşı tutumları ile yaşam kaliteleri arasındaki ilişkiyi inceleyerek; sporun, bilimsel yöntemlerle sağlık üzerine olumlu etkileri de düşünüldüğünde, bireylerin kaliteli bir yaşam sürdürme de etkinliğini ortaya çıkarmaktır.

MATERYAL METOT

Araştırmanın Yöntem ve Modeli

Araştırmanın amacına uygun olarak verilerin toplanması ve çözümlenmesi için Tarama modeli kullanılmıştır. Çalışmada nicel araştırma yöntemi tercih edilmiş ve veri toplama yöntemi olarak anket tekniği kullanılmıştır.

Araştırma grubu

Çalışmanın evrenini 2016-2017 eğitim öğretim yılında Atatürk Üniversitesinde öğrenim gören öğrenciler oluşturmaktadır. Çalışmada rastgele örneklem yöntemi kullanılmıştır. 259'u kadın 141'i erkek olmak üzere toplam 400 öğrenci çalışmanın örneklem grubunu oluşturmaktadır. Anketler kampüs içerisinde park-bahçelerde oturanlar, fakülte kantinlerinde ve izinler alınarak ders saatlerinde hocalar yardımı ile açıklamalar yapılarak anketlerin doldurulması sağlanmıştır. Bir anketin ortalama doldurma süresi 5-6 dakikadır. Eksik ve hatalı olduğu tespit edilen 15 anket çıkarılmıştır.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada, “Kişisel Bilgi Formu”, “Dünya Sağlık Örgütü Yaşam Kalitesi” ve “Spora Yönelik Tutum” ölçekleri veri toplama aracı olarak kullanılmıştır.

Kişisel Bilgi Formu

Araştırmaya konu olan örneklem grubu hakkında bilgi toplamak amacıyla araştırmada inceleme konusu olan yaş, cinsiyet, yaşadığı yer, aylık gelir ve fakülte gibi bağımsız değişkenler ile ilgili sorulardan oluşturmaktadır.

Dünya Sağlık Örgütü Yaşam Kalitesi Ölçeği (WHOQOL-Bref)

1995 yılında ölçeğin ilk dokümanları sağlanmış ve Dünya Sağlık Örgütü'nün öngördüğü yöntem izlenerek; Eser, Eser, Fidaner, Fidaner, Yalçın, Elbi, Göker (1999) tarafından Türkçe geçerlik ve güvenilirliği yapılmıştır. Ölçeğin iç tutarlılığı için hesaplanan “Cronbach alfa” değerleri, bedensel alanda .83, ruhsal alanda .66, sosyal alanda .53, çevre alanında .73 ve ulusal çevre alanında .73 bulunmuştur (Eser ve ark. 1999). Türkçe geçerlilik çalışmaları sırasında bir ulusal sorunun eklenmesiyle toplam 27 sorudan oluşmaktadır. İlk soru algılanan yaşam kalitesi, ikinci soru algılanan sağlık durumunu ölçmeye yönelik olup, 1-5 puan arasında değerlendirilmiştir. İlk iki soru dışındaki sorular kullanılarak beş alan puanı hesaplanmıştır. Ölçek, ilk iki soru dışında “Psikolojik Sağlık”, “Fiziksel Sağlık”, “Sosyal İlişkiler” ve “Çevre Alanı” olmak üzere dört faktörden oluşmaktadır.

Spora Yönelik Tutum Ölçeği

Koçak 2014 tarafından geliştirilen Spora Yönelik Tutum ölçeği 22 madde ve 3 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçekteki maddeler tam katılıyorum “5 puan (4.20-5.00)”, katılıyorum “4 puan (3.40-4.19)”, orta düzeyde katılıyorum “3 puan (2.60-3.39)”, az katılıyorum “2 puan (1.80-2.59)”, hiç katılmıyorum “1 puan (1.00-1.79)” olacak şekilde puanlandırılmıştır. Bu puanlama şekli ile deneme ölçeğinden alınabilecek en yüksek puan 110; en düşük puan ise, 22 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin alt boyutları “Psiko-sosyal Gelişme” (.86), “Fiziksel Gelişme” (.77) ve “Zihinsel Gelişme” (.76) dır. Geliştirilen ölçeğin toplam iç tutarlılık kat sayısı .89 olarak bulunmuştur. Ölçekten alınan puanların ortalama değerlerine göre değerlendirilmesinde; 1-Yüksek Tutum (3.34-5.00), 2-Orta Düzeyde Tutum (1.67-3.33), 3- Düşük Tutum (0.00-1.66) olarak değerlendirilmiştir(Koçak, 2014).

İstatistik Analizi

Araştırma kapsamında yapılan istatistiksel analizler, SPSS V.22 istatistik paket programı aracılığıyla gerçekleştirilmiştir. Verilerin parametrik testlerin ön şartlarını sağlayıp sağlamadığına Skewness ve Kurtosis (verilerin normal dağılım durumu) değerleri ve Levene (varyansların eşitliği) testleri yapılmış ve verilerin normal dağılım gösterdiği görülmüştür. Ölçeklerin güvenilirliklerini belirlemek için ise Cronbach Alpha katsayısı hesaplanmıştır. Yapılan analizlere göre Yaşam Kalitesi Ölçeği güvenilirliği .88, Spora Yönelik Tutum Ölçeği'nin güvenilirliği ise 0.92 olarak bulunmuştur. Verilerin değerlendirilmesinde istatistiki yöntem olarak; betimsel istatistik, t testi, anova ve pearson korelasyon testleri kullanılmıştır. Yapılan analizlerin istatistiksel anlamlılık düzeyi $p < 0.05$ (*) ve $p < 0.01$ (**) olarak alınmıştır.

BULGULAR

Tablo. 1 Katılımcıların Demografik Özellikleri

Cinsiyet	n	%
Kadın	259	64.8
Erkek	141	35.2
Yaşadığı yerleşim birimi		
Köy	37	9.2
İlçe	94	23.5
Şehir	269	67.3
Yaş		
18-22	321	80.2
23-27	67	16.8
28+	12	3.0
Aylık Gelir		
1400 TL altı	268	67.0
1401 – 2200 TL	62	15.5
2201 ve üzeri	70	17.5
Fakülte		
Mühendislik	50	12.4
İktisat	74	18.4
MYO	19	4.7
Turizm	7	1.7
Güzel Sanatlar	8	1.9
Hukuk	15	3.8
Fen-Edebiyat	99	24.8
İlahiyat	13	3.3
Tıp-Sağlık	29	7.3
Eğitim Fakültesi	37	9.3
Spor Bilimleri	23	5.8
Veterinerlik	5	1.3
Mimarlık	6	1.5
Ziraat	9	2.3
İletişim	6	1.5
Toplam	400	100.0

Tablo 1.'e bakıldığında katılımcıların cinsiyet dağılımları incelendiğinde; %64.8'inin kadın, %35.2'sinin erkek, yaşadığı yerleşim birimi olarak %9.2'sinin köylerde, %23.5'inin ilçelerde ve %67.3'ünün şehir merkezlerinde yaşadıkları tespit edilmiştir. Katılımcıların %80.2'sinin 18-22 yaş aralığında, %16.8'inin 23-27 aralığında ve %3'ünün 28 yaş ve üzerinde olduğu gözlemlenmektedir. Ayrıca örneklem grubunun %67'si 1400 TL ve altında gelire sahipken, %15.5'i 1401 TL-2200 TL arasında, %17.5'i ise 2201 TL ve üzerinde aylık gelire sahip olduğu görülmektedir. Katılımcıların %24.8'ini Fen-Edebiyat Fakültesi öğrencileri oluştururken; bu durum, fakülteye dâhil olan bölümlerin fazla olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Tablo 2. Yaşam Kalitesi ve Spora Yönelik Tutum Toplam Puanlarının ve Alt Boyut Puanlarının Cinsiyet Değişkeni Açısından İncelenmesi.

	Cinsiyet	N	X	ss	t	p	
YAŞAM KALİTESİ	BEDENSEL ALAN	Kadın	259	14,24	2,41	-1,38	,168
		Erkek	141	14,59	2,44		
	RUHSAL ALAN	Kadın	259	13,44	2,57	-1,94	,053*
		Erkek	141	13,97	2,60		
	SOSYAL ALAN	Kadın	259	13,61	3,33	-3,22	,001*
		Erkek	141	14,75	3,45		
	EVRENSEL ALAN	Kadın	259	13,43	2,20	-3,71	,001*
		Erkek	141	14,35	2,63		
TOPLAM	Kadın	259	3,31	,48	-4,15	,000*	
	Erkek	141	3,53	,54			
SPORA YÖNELİK TUTUM	PSİKOSOSYAL GELİŞME	Kadın	259	47,21	8,08	-2,14	,032*
		Erkek	141	49,09	8,93		
	FİZİKSEL GELİŞME	Kadın	259	24,25	3,91	-1,02	,307
		Erkek	141	25,17	4,07		
	ZİHİNSEL GELİŞME	Kadın	259	14,44	3,63	-3,33	,001*
		Erkek	141	15,73	3,87		
	TOPLAM	Kadın	259	3,92	,61	-2,47	,014*
		Erkek	141	4,09	,66		

$p < 0,05^*$

Tablo 2.'de Yaşam kalitesi ve spora yönelik tutum toplam puanları ve alt boyut puanları cinsiyet değişkenine göre değerlendirilmiştir.

Cinsiyet değişkenine göre Yaşam Kalitesi toplam puanında anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Araştırmamıza katılan erkeklerin kadınlara göre yaşam kalitesi toplam puanlarının daha iyi olduğu ortaya çıkmıştır. Yaşam kalitesi alt boyutları cinsiyet değişkenine göre değerlendirildiğinde Ruhsal Alan, Sosyal Alan ve Evrensel Alan alt boyutlarında anlamlı farklılık ortaya çıkarken, Bedensel Alan alt boyutunda anlamlı bir farklılık bulunamamıştır.

Cinsiyet değişkenine göre Spora Yönelik Tutum toplam puanında anlamlı ilişki saptanmıştır. Yapılan araştırmada erkeklerin kadınlara göre spora yönelik tutum toplam puanlarının daha iyi olduğu ortaya çıkmıştır. Spora Yönelik Tutum ölçeği alt boyut puanları cinsiyet değişkenine göre incelendiğinde; Psikososyal Gelişme ve Zihinsel Gelişme alt boyutlarında anlamlı farklılık gözlemlenirken, Fiziksel Gelişme alt boyutunda anlamlı bir farklılık saptanmamıştır.

Tablo 3. Yaşam Kalitesi Ve Spora Yönelik Tutum Arasındaki İlişki.

		1	2	\bar{x}
1	Spora Yönelik Tutum	r p N	,265** ,000 400	3,98±0,63
2	Yaşam Kalitesi	r p N	,265** ,000 400	3,39±0,51

Tablo 3.'de yaşam kalitesi ve Spora yönelik tutum toplam puanları, standart sapmaları ve iki değişken arasındaki korelasyon gösterilmektedir. Spora Yönelik toplam puan 3,98±0,63 iken; Yaşam kalitesi toplam puanı 3,39±0,51 olarak bulunmuştur. Yaşam kalitesi ve Spora yönelik tutum arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Araştırmamızın amacı Atatürk Üniversitesi öğrencilerinin yaşam kalitesi ve spora yönelik tutumları arasındaki ilişkiyi ortaya koymaktır. Çalışmamıza 259 (%64,8) kadın, 141 (%35,2) erkek olmak üzere toplam 400 birey katılmıştır. Araştırmaya katılan bireylerin yaşam kalitesi ve spora yönelik tutum toplam puanları ve alt boyut puanları cinsiyet açısından incelendiğinde anlamlı farklılıklar saptanmıştır. Cinsiyet açısından yaşam kalitesi toplam puanı ve alt boyutları incelendiğinde bedensel alan alt boyutunda anlamlı bir farklılık ortaya çıkmazken; ruhsal alan, sosyal alan ve evrensel alan alt boyutlarında erkeklerin lehine anlamlı farklılıklar ortaya çıkmıştır. Yaşam kalitesi toplam puanı cinsiyet açısından incelendiğinde kadınların 3,31±0,48 ol olarak; erkeklerin 3,53±0,54 olarak bulunmuştur ve erkekler lehine anlamlı bir farklılık ortaya çıkmıştır. Oktay, Atasoylu, Önde, Dereboy ve Beşer (2012) yaptıkları çalışmalarında toplumda yaşam kalitesi düzeyinin yükseltilmesinde kadınların ruhsal bozukluk belirtilerinin fark edilmesi ve sosyal destek sağlanması kadınlarda yaşam kalitesinde artışa etki edebilecek etmenler olarak ifade etmişlerdir. Vural ve ark. tarafından masa başı işlerde çalışan bireyler üzerinde yapılan bir çalışmada yaşam kalitesi puanlarının erkeklerde kadınlara göre daha yüksek olduğu belirtilmiştir. Çakıroğlu (2007) yaptığı çalışmada farklı toplumlarda yaşam kalitesine etki eden sosyo-demografik özelliklerden eğitim durumunun yaşam kalitesine çok fazla etki etmediğini Türk toplumunda cinsiyetin yaşam kalitesiyle olan ilişkisinde kadınların erkeklere oranla daha fazla mutlu olduklarını belirtmiştir. Tekkanat (2008) öğretmenlik bölümünde okuyan öğrenciler üzerine yaptığı çalışmada erkeklerin yaşam kalitesi puanlarının kadınların puanından yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Başka bir çalışmada Acree ve ark. (2006) yaşlı bireyler üzerinde yaptıkları çalışmada yine erkeklerin kadınlara göre yaşam kalitesi puanlarının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Bu farklılıkların örneklem grubundan ve çevresel faktörlerin her bölgede değişiklik göstermesinden kaynaklandığı düşünülebilir. Ercan (2010) yaptığı tez çalışmada bireylerin yaşları ilerledikçe yaşam kalitelerinde de düşüş olduğunu tespit etmiştir.

Diğer taraftan spora yönelik tutum toplam puanı ve alt boyut puanları cinsiyet değişkeni açısından incelendiğinde anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Fiziksel gelişme alt boyutunda anlamlı bir farklılık saptanmazken; psikososyal gelişme ve zihinsel gelişme alt boyutlarında anlamlı farklılıklar ortaya çıkmıştır. Kadınların 3,92±0,61 olarak; erkeklerin 4,09±0,66 olarak bulunmuştur.

Spora yönelik tutum puanlarında erkekler lehine anlamlı farklılık ortaya çıkmıştır. Blacklock ve ark. fiziksel aktivite yapan bireyler üzerinde yaptıkları çalışmada çalışmamızın sonuçlarına benzer sonuçlar elde etmişlerdir (Blacklock ve ark., 2007).

Spora yönelik tutum ile ilgili literatür tarandığında, üniversite öğrencilerinin spora yönelik tutumlarını belirlemek amacıyla Koçak (2014) tarafından yapılan araştırma da erkeklerin kadınlara göre daha yüksek tutuma sahip oldukları ortaya çıkmıştır (Koçak F., 2014). Milanović ve ark. Zagreb Üniversitesi öğrencilerinin fiziksel aktiviteye karşı tutumlarını belirlemek için yaptıkları araştırmalarında erkeklerin kadınlara göre daha yüksek tutum puanına sahip olduklarını belirtmişlerdir (Milanović Z. ve ark. 2013). Singh ve Devi (2013) yaptıkları araştırmalarında öğrencilerin spora ve oyuna olumlu tutum sergilediklerini ve erkeklerin kadınlara oranla spora ve oyuna daha yüksek düzeyde tutum sergilediklerini ortaya koymuştur (Singh RKC, Devi KS., 2013). Tomik ve ark. (2012) Polonyada 2704 öğrenci üzerinde yaptıkları araştırmalarında erkek öğrencilerin kız öğrencilere oranla beden eğitimi ve spora yüksek tutum sergilediklerini belirtmişlerdir. Kangalgil ve ark. (2006) tarafından lise öğrencileri üzerinde yapılan bir çalışmada da benzer sonuçlar elde edilmiştir. Diğer yandan bazı çalışmalarda kadınların erkeklere oranla daha yüksek tutum sergiledikleri belirtilmiştir (Kangalgil M. ve ark. 2006). Sonuç olarak yapılan birçok çalışma incelendiğinde spora yönelik tutum puanlarının erkekler lehine daha yüksek bulunduğu söylenilebilir ve bu bulgular yapılan bu çalışmadaki spora yönelik tutum sonuçlarını destekler niteliktedir.

Çalışmamızın ana amacı olan Yaşam kalitesi ve Spora yönelik tutum arasındaki ilişkiye bakıldığında, elde edilen veriler neticesinde yaşam kalitesi ve spora yönelik tutum arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Bireylerin spora karşı bilişsel, duyuşsal ve davranışsal olarak bakış açıları, mevcut yaşantılarını kaliteli ve tatminkâr bir şekilde sürdürmeleri açısından önemli olduğu söylenebilir.

KAYNAKÇA

Acree L.S., Longfors J., Fjeldstad A., Fjeldstad C., Schank B., Nickel K.J., et al. "Physical activity is related to quality of life in older adults. Health and Quality of Life Outcomes" 4:37, 2006.

Blacklock, R.E. Rhodes, R.E. Brown, S.G. "Relationship between regular walking, physical activity, and health-related quality of life" Journal of Physical Activity and Health. 4: 138-152. 2007.

Çakıroğlu, A. (2007). "Relationship between quality of life and happiness in Turkey" Yüksek Lisans Tezi. Orta Doğu Teknik Üniversitesi. Ankara. 2007.

Eser, E. Eser, S. Y. Fidaner, H. Fidaner, C. Yalçın, S. Elbi, H. Göker, E. "Yaşam kalitesinin ölçülmesi. WHOQOL-100 ve WHOQOL-BREF" Psikiyatri Psikoloji Psikofarmakoloji Dergisi. (3P). 7(Ek 2). 5-13. 1999.

Ercan, N. "Huzurevinde Yaşayan Yaşlıların Yaşam Kalitesi Ve Yaşam Kalitesini Etkileyen

Faktörler” Halk Sağlığı Hemşireliği Programı. Yüksek Lisans Tezi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Hacettepe Üniversitesi. Ankara. 2010.

Kangalgil M, Hünük D, Demirhan, G. “İlköğretim, lise ve üniversite öğrencilerinin beden eğitimi ve spora ilişkin tutumlarının karşılaştırılması” Spor Bilimleri Dergisi. 17 (2). 48-57. 2006.

Koçak, F. “Üniversite öğrencilerinin spora yönelik tutumları: bir ölçek geliştirme çalışması.” Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi. 12 (1). s59-69. 2014.

Milanović Z, Sporiš G, Trajković, N, Vračan D, Andrijašević, M, Pantelić, S, Baić M. “Attitudes Towards Exercise and the Physical Exercise Habits of University of Zagreb Students” Journal Annales Kinesiologiae. 4(1), 57-70. 2013.

Okyay, P. Atasoylu, G. Önde, M. Dereboy, Ç. Beşer, E. “Kadınlarda yaşam kalitesi anksiyete ve depresyon belirtilerinin varlığında nasıl etkileniyor Kesitsel bir alan çalışması” *Türk Psikiyatri Dergisi*. 23(3). 178-188. 2012.

Singh RKC, Devi KS. “Attitude of higher secondary level student towards games and sports” International Journal of Physical Education, Fitness and Sports. 2(4). 80-85. 2013.

Tekkanat, Ç. “Öğretmenlik Bölümünde Okuyan Öğrencilerde Yaşam Kalitesi Ve Fiziksel Aktivite Düzeyleri” Pamukkale Üniversitesi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Yüksek Lisans Tezi. Denizli. 2008.

Tomik R, Olex-Zarychta D, Mynarski W. ”Social values of sport participation and their significance for youth attitudes towards physical education and sport” Studies in Physical Culture and Tourism. 19 (2). 99-104. 2012.

Tüzün, H. E. Eker, L. “Sağlık Değerlendirme Ölçütleri ve Yaşam Kalitesi Sağlık ve Toplum” Sağlık ve Toplum. 13:2. 2003.

United Nations. “Inter-Agency Task Force on Sport for Development and Peace, Sport for Development and Peace: Towards Achieving the Millennium Development Goals” Geneva, <http://www.un.org/themes/sport/task.htm> (09.10.2017)

Vural, Ö. Eler, S. Atalay Güzel, N. “Masa Başlı Çalışanlarda Fiziksel Aktivite Düzeyi ve Yaşam Kalitesi İlişkisi”. Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi. VIII(2). s69-75. 2010.

Yalçınkaya, M. Saracaloğlu, A. Varol, R. “Üniversite öğrencilerinin spora ilişkin görüşleri ve beklentileri” Spor Bilimleri Dergisi. 4. (2). s12-26. 1993.

Zorba, E. “Yaşam Kalitesi ve Fiziksel Aktivite” 10th. International Sports Sciences Congress. Bolu. s82–85. 2008.