



ÇOCUK VE ERGENLERİN OKUL DIŞI ZAMANLARDA SPOR AKTİVİTELERİNE KATILIMI*

Asil Ali ÖZDOĞRU¹

ÖZET

Okul dışı zaman, aile ve okula ek olarak çocuk ve ergen gelişiminin temel bağlamlarından birini oluşturur. Okul dışı zamanlardaki spor aktiviteleri, çocukların fiziksel, bilişsel ve sosyoduygusal gelişimlerine olumlu katkılar sunabilmektedir. Bu çalışmada spora katılımın çocuk ve ergenlerin gelişimlerine etkileri, Türkiye’de öğrencilerin okul dışı zamanlarda spora katılım düzeyleri ve katılımı etkileyen faktörler alanyazın incelemesi yoluyla gözden geçirilmiştir. Yapılan araştırmalarda çocuk ve ergenlerin spor aktivitelerine katılımının, normal fiziksel gelişimin sağlıklı şekilde sürdürebilmesi açısından gerekli olduğu ve diğer gelişim alan ve dönemlerinin de katılımdan olumlu şekilde etkilendiği belirlenmiştir. Hem yerel hem de uluslararası çalışmalarda, Türkiye’deki öğrencilerin diğer ülkelerdeki yaşlılarına kıyasla daha az oranda spora katıldığı saptanmıştır. Türkiye’deki öğrencilerle yapılan çalışmalarda yaş, cinsiyet ve sosyoekonomik düzey gibi bireysel değişkenler, motivasyon ve beklentiler gibi psikolojik özellikler ile fiziki altyapı ve sosyal olanaklar gibi çevresel faktörlerin katılımı etkileyebildiği görülmüştür. Genel olarak çocuk ve ergenlerin okul dışı zamanlarda spor aktivitelerine katılmalarında, kişisel tercih, bağlılık ve kalıtsal gelişimsel kapasite gibi bireysel etkenler ile fırsat, deneyimler ve sosyal iklim gibi çevresel etkenlerin belirleyici rol oynadığı belirtilmektedir. Sonuç olarak, spor aktivitelerine katılımı ve devamlılığı sağlamak amacıyla gençlerin ihtiyaçlarına cevap verebilen programlar yaratılması, spor yapmaya yönelten motivasyonların belirlenmesi ile bilimsel ve uygulamaya dönük çalışmalar yapılması faydalı olacaktır.

Anahtar Kelimeler: Çocuk ve ergen gelişimi, okul dışı zaman, spor aktivitelerine katılım

CHILDREN AND ADOLESCENT’S OUT-OF-SCHOOL TIME PARTICIPATION IN SPORTS

ABSTRACT

In addition to family and school, out-of-school time constitutes one of the fundamental contexts of child and adolescent development. Sport activities during out-of-school times can provide positive influences on children’s physical, cognitive, and socioemotional development. In this study, the effects of sport participation on child and adolescent development, levels of participation in sports by students in Turkey, and the factors that affect participation were examined through a review of the literature. Research shows that children and adolescents’ participation in sport activities is necessary for their normal healthy physical development and that other areas and periods of development are positively influenced by participation in sports. It has been noted by both national and international studies that students in Turkey participate in sports at lower levels than their peers in other countries. According to studies conducted in Turkey, individual variables such as age, gender, and socioeconomic status, psychological variables such as motivation and expectations, and environmental factors such as physical infrastructure and social facilities can affect participation. In general, individual factors such as personal choice, commitment, and innate developmental capacity as well as environmental factors such as opportunities, experiences, and social climate play a decisive role in children and adolescents’ out-of-school time participation in sports activities. In conclusion, in order to ensure participation and persistence in sport activities, it will be useful to develop programs that can meet the needs of youth, identify motivations for engagement in sport, and conduct scientific and applied studies.

Keywords: Child and adolescent development, out-of-school time, participation in sport activities

¹ Üsküdar Üniversitesi, Psikoloji (İng.) Bölümü. Üsküdar, İstanbul, Türkiye. E-posta: asil.ozdogru@uskudar.edu.tr

* Bu çalışmanın önceki bir sürümü 2014 yılında Paris’te düzenlenen 28. Uluslararası Uygulamalı Psikoloji Kongresi’nde sözel bildiri olarak sunulmuştur

“Spor faaliyetlerine katılmak bir insan hakkıdır. Her birey herhangi bir ayrımcılığa maruz kalmaksızın, Olimpiyat ruhu içerisinde spor yapma imkânına sahip olmalıdır. Bunu yapmak için dostluk, dayanışma ve fair-play anlayışının hâkim olması gerekmektedir.” (Olimpiyat İlkeleri)

GİRİŞ

Çocuk ve ergen gelişiminde okul dışı zaman önemli bir yer tutmaktadır. Okul dışı zaman, okul ve aile dışında çocuk gelişiminin temel bağlamlarından birini oluşturur. Öğrencilerin okul öncesi ve sonrasında zamanlarını nasıl kullandıkları gelişimlerine olumlu ya da olumsuz etkilerde bulunabilir. Gözetimsiz ve plansız zaman kullanımı yararsız ve riskli davranış, alışkanlık ve tutumlara yol açabilirken, organize aktiviteler öğrencilerin öğrenme ve gelişimlerini pozitif yönde etkileyebilmektedir [1].

Spor aktiviteleri, okul dışı zamanda öğrencilerin katılabilecekleri başlıca aktiviteler arasında yer alır. Okul dışı zamanda yapılan spor faaliyetleri içerik ve biçim açısından büyük farklar göstermektedir. Bireysel ve takım halinde yapılan spor branşlarının yanı sıra fiziksel oyunlar da bu kapsamda değerlendirilebilmektedir. İlk ve orta öğretimdeki öğrencilerin yaş aralığı ve eğilimleri de göz önüne alındığında bu alandaki çeşitlilik daha da belirginleşmektedir. Okul dışı spor aktiviteleri kapsamında ise fiziksel oyunlardan ve müfredata dâhil okul sporlarından ziyade fiziksel aktivite içeren organize spor faaliyetleri üzerinde durulmaktadır.

Bu çalışmada okul dışı zaman kavramı bağlamında Türkiye’deki okul çağındaki çocuk ve ergenlerin spora katılımı ele alınmaktadır. Türkçe alanyazında sıklıkla karşılaşılmayan okul dışı zaman kavramı açıklandıktan sonra bilimsel araştırmalar ışığında sporun çocuk ve ergen gelişimi üzerindeki etkileri değerlendirilmektir. Sonrasında Türkiye’deki öğrencilerin spora katılım oran ve düzeyleri alandaki geniş katımlı çalışmalar kapsamında incelenerek katılımı arttırmaya yönelik öneriler sunulmaktadır.

Okul Dışı Zaman

Okul çağındaki çocuklar günün üçte ikisini okul dışında geçirmektedirler. Hafta sonları, tatil günleri ile kış ve yaz tatilleri de göz önüne alındığında bu oran daha da artmaktadır. Öğrencilerin hayatlarının önemli bir kısmını teşkil eden okul dışı zaman, çeşitli gelişim ve öğrenme olanakları sunması açısından büyük önem arz etmektedir. Boş zaman ve serbest zaman olarak da adlandırılan okul dışı zamanın önemi araştırmacı ve uygulamacılar tarafından son dönemlerde giderek daha çok vurgulanmaktadır.

Bronfenbrenner'in [2] Ekolojik Sistemler Kuramının ve Lerner'in [3] Pozitif Gençlik Gelişimi Yaklaşımının bir sonucu olarak ortaya çıkan okul dışı zaman kavramı, psikoloji ve eğitim alanlarında giderek daha çok çalışılan bir konu haline gelmektedir. Öğrenme ve gelişim sadece aile ve okulda gerçekleşmediği gibi okul dışı zamanlarda çocukların katıldığı aktiviteler, etkinlikler ve etkileşimler tamamlayıcı öğrenme ve pozitif gelişim olanakları sağlamaktadır [4,5]. Okul dışı zaman aktiviteleri arasında genel olarak serbest zaman aktiviteleri ve yapılandırılmış aktiviteler yer almaktadır [1]. Serbest zaman aktiviteleri çocukların tek başlarına, aileleriyle ya da arkadaşlarıyla oynadıkları oyun ve diğer deneyimleri içerir. Yapılandırılmış aktiviteler ise sınavlara hazırlık ve yabancı dil eğitimi gibi akademik veya sportif, sanatsal ve diğer sosyal aktiviteler olarak değerlendirilebilmektedir.

Okul dışı zaman aktivitelerin yapılandırılmış ve organize olması olumlu çıktılarının yakalanabilmesi açısından oldukça önemlidir. Örneğin, Amerika Birleşik Devletleri'ndeki devlet destekli okul sonrası programları, katılan öğrenciler için akademik iyileştirme ve davranışsal düzenleme olanakları sunmaktadır [6,7]. Türkiye'de okullarda uygulanan çocuk kulüpleri, yerel yönetimlerce sürdürülen bilgi evleri [8] ve bakanlıklara bağlı gençlik merkezleri de bu kapsamda değerlendirilebilir. Bu tarz aktivite ve programlar ekonomik ve sosyal sınıf olarak dezavantajlı gruptaki öğrencilerin akranlarıyla olan başarı farklarını azaltmalarına da yardımcı olmaktadır [9]. Okul dışı aktiviteler ve müfredat dışı etkinlikler, uluslararası karşılaştırmalı eğitim araştırmalarında çoğunlukla ilk sıralarda yer alan Finlandiya gibi ülkelerdeki öğrencilerin başarısına etki eden başlıca faktörler arasında da sayılmaktadır [10].

Çocuk ve gençlerin okul dışı zamanlarında katılacakları aktivitelerin seçiminde kişisel faktörler, sosyal faktörler ve fırsat faktörleri etkili olabilmektedir [11]. Kişisel faktörler arasında çocukların bireysel ilgi, istek ve tutumları, kişilikleri ile önceki fikir ve deneyimleri sayılabilir. Sosyal faktörler arasında da aile, arkadaş grupları ve kültür düşünülebilir. Fırsat faktörleri olarak da fiziksel kaynak ve imkânlar ile organize eğitim ve programların varlığı ve erişilebilirliği sıralanabilir. Gelişmiş ülkelerde çocukların sıklıkla tercih ettiği ve yönlendirildiği yapılandırılmış organize spor aktiviteleri bireysel ve sosyal gelişimlerinde önemli bir yer tutmaktadır.

Spor Yapmanın Gelişimsel Çıktıları

Düzenli spor yapmanın çocuk ve gençlerin gelişimi üzerinde çok çeşitli etki ve faydaları vardır. Her ne kadar aşırı düzeyde ve düzensiz yapılan sportif faaliyetler sakatlanma

ve diğer olumsuz sonuçlara yol açsa da düzenli ve organize spor aktivitelerinin öğrencilerin fiziksel, bilişsel ve sosyoduygusal gelişimlerinde olumlu etkileri olduğu bilinmektedir.

Alandaki çalışmalar spor yapmanın sadece fiziksel değil aynı zamanda bilişsel faydalarını da ortaya koymaktadır. Örneğin, düzenli spor aktivitelerine katılımın öğrencilerin konsantrasyon, bellek ve sınıf içi davranışlarına olumlu katkı yaptığı, dolayısıyla akademik başarı oranlarını yükselttiği bulunmuştur [12]. Okula gitmeden önce veya gün içerisinde yapılan aerobik fiziksel aktivitelerin hem normal çocuklarda hem de Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu olan çocuklarda kontrol gruplarındaki çocuklara kıyasla dikkat, duygu durum, davranış yönetimi ve akademik beceri alanlarında olumlu etkilerde bulunduğu görülmüştür [13-15]. Ergenlerin ailelerinin desteğiyle spor aktivitelerine katılımları ile İngilizce ve Matematik derslerindeki başarıları arasında pozitif ilişki görülmüştür [16]. Altı ila on sekiz yaş arası 2000'den fazla çocukla yapılan deneysel bir çalışmada da kalp ve solunum kapasitesi ile motor becerilerin matematik, dil ve genel başarı puanlarıyla ilişkili olduğu fakat kas gücünün akademik başarıyla ilişkili olmadığı ortaya konmuştur [17].

Spor yapmanın, gençlerin eğitim ve iş hayatlarına olumlu katkılarda bulunduğu da sıklıkla görülmektedir. Organize sportif aktivitelere katılan çocuk ve gençlerde katılmayan gençlere göre okulu sevme, akademik ve mesleki destek alımı, akademik performans, tamamlanan yükseköğrenim yılı oranlarında artış görülmektedir [18]. Bunun yanında spor yapan gençlerin 24 yaşında özerklik ve gelecek imkânı sağlayan meslek sahibi oldukları görülmüştür [19]. Bir araştırmada lisede spor takımlarında yer alan gençlerin yaşamlarının ileriki yıllarında daha üst düzey liderlik ve statülü kariyer sahibi oldukları görülmüştür [20]. Aynı araştırmadaki bu sonuçlar sanatsal, toplumsal hizmet ve okul etkinliklerine katılan gençlerde ise sportif aktivitelere katılan gençlerde olduğu gibi yüksek çıkmamıştır.

Spor aktivitelerine katılım bireyleri zengin sosyoduygusal süreçlere maruz bırakmaktadır. Çocuk ve ergenlerin sosyoduygusal gelişimi de spor faaliyetlerindeki çeşitli duygusal uyarımlar ve sosyal deneyimler aracılığıyla olumlu yönde etkilenebilir. Spor, bireyde hem haz ve aynı zamanda da stres yaratabilen bir aktivitedir ve bu duygulanımlar da kişilerarası, durumsal ve diğer kaynaklardan etkilenmektedir [21]. Örneğin bir spor dalında iyi olduğunu düşünen bir sporcu, çevresi tarafından bu hüneriyle bilinmenin getirdiği olumlu algılar aracılığıyla spordan zevk alabilmektedir. Bu yöndeki bir araştırmada da ABD'deki çocuk ve ergenlerin futbol oynamasında ve devamlılığında eğlencenin önemli olduğunu ve

eğlencenin de genelde sanıldığıının aksine kazanmaktan değil daha çok oyunda iyi olma, çok çalışma ve olumlu antrenörlükten kaynaklandığı ortaya koyulmuştur [22].

Spor yapan çocuk ve gençlerin spor yapmayanlara göre daha olumlu benlik değerlendirmelerine sahip oldukları birçok çalışmada belirlenmiştir [23]. İlkokul çağında yüzme ve jimnastik sporu yapan öğrencilerin spor yapmayanlara göre daha yüksek içe yönelik kontrol odağı puanları aldıkları görülmüştür [24]. Örneğin spora katılım ve benlik saygısı ilişkisini değerlendirmek amacıyla 9-13 yaş arası profesyonel yüzme sporu ile uğraşan ve herhangi bir spor ile uğraşmayan çocuklarla yapılan bir çalışmanın bulgularına göre yüzücülerin benlik saygısı spor yapmayan çocuklara göre daha yüksektir [25].

Aktif spor katılımının kişiye toplumsal ve bireysel katkıları olduğu ve gençlerde şiddeti kontrol etmeye katkı sağladığı belirtilmektedir [26]. Ekonomik ve sosyokültürel düzeyleri benzer olmasına rağmen aktif spor katılımı olan çocukların, olmayan çocuklara göre daha olumlu sosyal davranışlara sahip oldukları bulunmuştur [27]. Çocuk ve ergenlere fiziksel aktivite yoluyla bireysel ve sosyal sorumluluk öğretimi de gerçekleştirilebilmektedir [28].

Sportif aktivitelere katılan çocuk ve gençlerde katılmayan gençlere göre daha düşük oranda riskli davranışlar gözlenmektedir. Düzenli spor aktivitelerine katılan ergenlerde, katılmayanlara göre daha düşük düzeyde sigara kullanımı alışkanlığı olduğu belirtilmiştir [29]. Spor yapmanın ergen kızlar arasında riskli cinsel davranış ve ergen gebeliğinde koruyucu etkisi olduğu görülmüştür. Örneğin, 13-16 yaş arası ergenlerle yapılan bir çalışmada, spor aktivitelerine katılımın kızlarda azalan cinsel birliktelik ve dolayısıyla azalan hamilelik oranlarıyla ilişkili olduğu bulunmuştur [30]. Ayrıca spor aktivitelerine katılan gençlerin, katılmayanlara göre daha düşük düzeyde suç unsuru içeren davranışlar sergiledikleri belirlenmiştir [31].

Spora aktif katılım bireysel ve takım halinde hedef belirleyebilme, baskı altında performans gerçekleştirebilme, zorluklarla baş edebilme, başarı ve başarısızlığın üstesinden gelebilme, özgüven artışı, karar verme stratejilerinin gelişmesi, iletişim becerilerinin gelişmesi gibi birçok gelişimsel faydayı içermektedir [32]. Bunun yanında yapılandırılmış okul dışı spor faaliyetlerine katılan gençlerin daha yüksek düzeyde yaşam memnuniyetine sahip oldukları belirlenmiştir [33]. Wankel [34], spor katılımı olan gençlerin pozitif gruplar arası ilişkiler, toplumsal entegrasyon ve sosyal hareketlilik deneyimleme şansları olduğunu belirtmiştir. Türkiye’de yapılan bir çalışmada ise kulüp ve merkezlerde aralarında spor aktivitelerinin de bulunduğu etkinliklere katılan gençlerin bu etkinliklere katıldıktan sonra,

katılmadan önceki döneme göre kendilerini daha aktif, girişken, güvenli ve daha az kaygılı, düşüncelerini daha rahat ifade edebilen, sorumluluk alma becerileri gelişmiş olarak tanımladıkları belirtilmiştir [35].

Türkiye’de Çocukların Spora Katılımı

Türkiye’de toplumun spora kayda değer bir ilgisi varken spora aktif katılımı çok yüksek değildir. Türkiye’de nüfusun genel olarak spora katılımı diğer ülkelerden daha düşüktür. Avrupa Komisyonu 2014 verilerine göre Türkiye, 15 yaş üstü nüfusun iş harici fiziksel aktivite yapma oranları açısından 29 Avrupa ülkesi arasında Güney Kıbrıs’ın ardından fiziksel aktivitenin en az yapıldığı 2. ülke olmuştur [36]. Türkiye İstatistik Kurumu 2014-2015 Zaman Kullanım Araştırmasına göre Türkiye’de bireylerin günlük olarak spor ve doğa sporlarına ayırdıkları ortalama süre yaş ilerledikçe düşmektedir [37]. Spora ayrılan süre 10-14 yaş grubunda 0,48 saat, 15-24 yaş grubunda 0,22 saat ve diğer yaş gruplarında da en yüksek 0,17 saat olarak bulunmuştur. Aktif Yaşam Derneği’nin [38,39] araştırmalarında da toplumun %75’inin yeterli fiziksel aktivite seviyesine sahip olmadığı görülmüştür. Çocuk ve gençlerin aktivite düzeyleri hem diğer yaş gruplarına hem de diğer ülkelere kıyasla oldukça düşüktür. Aynı araştırmalarda en hareketsiz yaş grubunu oluşturan 15–19 yaş aralığındaki gençlerin %63’ünün hareketsiz olduğu bulunmuştur. Yedi-on iki yaş grubundaki öğrencilerin günlük ortalama adım sayısı ABD ve İsveç gibi ülkelerin gerisinde ve uluslararası ortalamanın altında bulunmuştur. İlköğretim öğrencilerinin hafta sonları daha az hareketli oldukları ve en sık yaptıkları aktivitelerin televizyon izleme ve bilgisayar kullanma olduğu bulunmuştur.

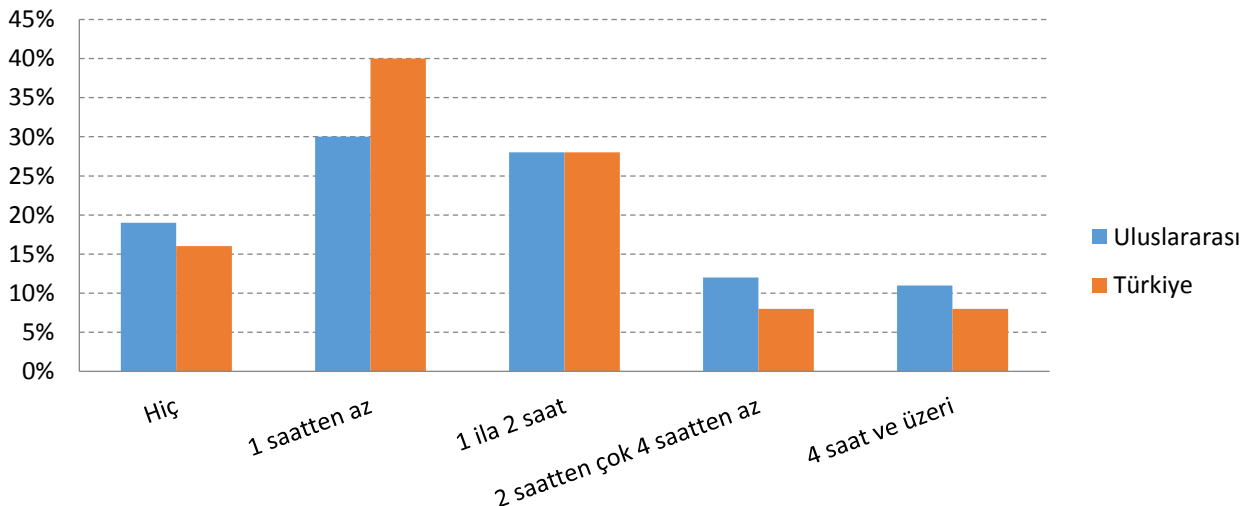
Diğer ülkelerdeki çocuk ve gençlerin spora katılımı değerlendirildiğinde, ABD’de her yıl yaklaşık 40 milyon çocuğun organize spor aktivitelerine katıldıkları belirlenmiştir [40]. İki bin on iki yılı ulusal istatistiklerine göre Avustralya’da 5-14 yaş arası çocukların %60’ı okul dışı zamanlarda organize spor aktivitelerine katılmaktadır [41]. Endüstriyel gelişimini tamamlamış ülkelerdeki okula devam eden çocukların spora katılımı karşılaştırıldığında da Amerika (30-60 dk.) ve Avrupalı (20-80 dk.) öğrencilerin Doğu Asyalı (0-20 dk.) öğrencileri geride bıraktıkları görülmüştür [42]. Dört ülkeden ilköğretim dördüncü sınıf öğrencilerinin hafta sonu aktivitelerinin karşılaştırıldığı bir çalışmada Amerikalı öğrenciler ortalama 29 dakika ile spora en fazla zaman harcayan grup olurken, onları sırasıyla Türkiye (10 dk.), Bulgaristan (9 dk.) ve Tayvan (5 dk.) takip etmiştir [43].

Radyo ve Televizyon Üst Kurulu’nun yayınladığı ve Türkiye çapında 6-18 yaş arası 4.306 öğrencinin katıldığı bir araştırmada öğrencilerin toplam %40’ı her zaman ve sıklıkla

okul dışındaki zamanlarda spor yaptığını belirtirken, %32'si ara sıra, %16'sı nadiren spor yaptığını ve %12'si hiçbir zaman spor yapmadığını bildirmiştir [44]. Aynı araştırmada kızların erkeklere göre, ilkokul öğrencilerinin ortaokul ve lise öğrencilerine göre, düşük gelir gruplarından öğrencilerin de yüksek gruptakilere göre spor yapmaya daha az zaman ayırdıkları bulunmuştur. Benzer bir şekilde, İstanbul'da aileleri alt ve orta sosyoekonomik gruptan olan çocukların yüksek gruba göre yeterli düzeyde sosyal, sportif ve sanatsal etkinliklere katılmadığı görülmüştür [45].

Uluslararası Matematik ve Fen Eğilimleri Araştırması (TIMMS) [46] verilerinin kullanılarak yapıldığı bir çalışmada Türkiye'den 2.093 kız ve 2.405 erkek 8. sınıf öğrencisinin okul dışında zaman ayırdığı aktiviteler belirlenmiştir [47]. Çalışma bulgularında spor yapmak; ödev yapma, televizyon izleme ve arkadaşlarla vakit geçirmeden sonra dördüncü sırada yer almıştır. Aynı araştırmada erkeklerin kızlara göre okul dışı zamanda daha fazla süreyi spora ayırdıkları belirlenmiştir. Elli dokuz ülkenin yer aldığı TIMMS 2007 verileri² kullanılarak bu çalışma için yapılan ikincil analizde de Türkiye'deki gençlerin uluslararası ortalamalardan belirli katılım düzeylerinde daha düşük olduğu görülmüştür. Aşağıdaki şekilde de gösterildiğı gibi "Normal bir okul gününde okuldan önce veya sonra spor yapmaya ne kadar zaman harcarsınız?" sorusuna 1 saatten az diyenlerin oranı Türkiye'de uluslararası ortalamanın üzerindeyken 2 ila 4 saat arası ve 4 saat üzeri seçeneklerinde ortalamanın altındadır.

Şekil 1. Türkiye'de ve uluslararası ortalamalarda 8. sınıf öğrencilerinin okul dışında spora zaman ayırma oranları [46].



Uluslararası Öğrenci Değerlendirme Programı (PISA) 2015 araştırmasında aralarında Türkiye'nin de bulunduğı 72 ülkede 15 yaş grubu öğrencilerin matematik, fen ve okuma

² TIMMS araştırmalarında spora katılım ölçümleri 2007'den sonra yer almamıştır.

becerileri başarısının yanı sıra okullarda sunulan müfredat dışı aktiviteler de ölçülmüştür [48]. Okullarında spor takımı ve spor aktiviteleri bulunan öğrenci yüzdeleri açısından Türkiye (%96,5) her ne kadar uluslararası ortalamanın (%92,7) üzerinde olsa da bu oranın, üç alandaki eğitim başarısı açısından ilk üçte yer alan altı ülkenin ortalamasının (Estonya, Hong Kong, Japonya, Kanada, Makao ve Singapur: %99,3) altında kaldığı görülmüştür. Bu durum da akademik başarıyla okullarda sunulan spor olanakları arasında bir ilişki olabileceğini göstermektedir.

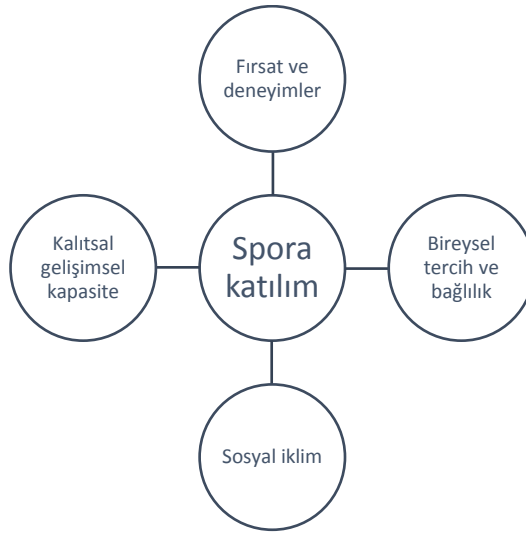
Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı'nın [49] Türkiye genelinde 12-18 yaş arası ergenlerle yaptırdığı *Türkiye Ergen Profili 2013 Araştırması*'na göre ergenler için spor yapma müzik dinlemeden sonra en sık yapılan ikinci aktivitedir. Hâlbuki katılımcıların en büyük çoğunluğu (%26,1) hiçbir zaman spor yapmadıklarını belirtmiştir. Bu oran erkeklerde %17,2 iken kızlarda %35,4'tür. Aynı oranlar, 2008 yılı *Ergen Profili Araştırması*'nda erkeklerde %8,4 iken kızlarda %23,9 olarak bulunmuştur [50].

Gençlik ve Spor Bakanlığı 2012 yılında Siyaset, Ekonomi ve Toplum Araştırmaları Vakfı ile iş birliği içinde 15-29 yaş arası gençlerin boş zaman aktivitelerini belirlemek amacıyla Türkiye genelinde bir çalışma yapmıştır [51]. Bu çalışmanın bulgularına göre gençlerin en çok sırasıyla televizyon izleme (%56,8), kitap, dergi veya gazete okuma (%40,8), sosyal medyayı kullanma (%37,2), spor yapma (%26,9), tiyatro, sinema veya konsere gitme (%15,6), dışarda arkadaşlarla vakit geçirme (%13,4) aktivitelerine zaman ayırdıkları belirlenmiştir. Gençlerin spor etkinlikleri değerlendirildiğinde ise %41'i hayatında hiçbir spor etkinliğinde yer almamış, kadınların %9'u, erkeklerin ise %18'i yalnızca günde bir saatlik orta-ileri düzey fiziksel aktivitede bulduklarını belirtmişlerdir.

Katılımı Etkileyen Faktörler

Çocuk ve ergenlerin okul dışı zamanlarında spor aktivitelerine katılmalarında bireysel ve çevresel etkenler belirleyici rol oynamaktadır. Aşağıdaki modelde de sunulduğu gibi bireysel etkenler arasında kişisel tercih ve bağlılığa ek olarak kalıtsal gelişimsel kapasite yer almaktadır [52]. Çevresel etkenler arasında ise fırsat ve deneyimler ile sosyal iklim sayılabilir.

Şekil 2. Çocuk ve ergenlerin spora katılmalarında gelişimsel etkiler [52].



Çocuk ve ergenlerin spor aktivitelerine katılımında kalıtsal gelişimsel kapasiteleri önemli yer tutar. Fiziksel hareketliliğe ve gelişime yatkın kalıtsal özelliklere sahip çocukların spora katılımı, devamlılığı ve başarısı daha fazla olabilir. Bireylerin genetik özellikleri dayanıklılık kapasitelerini, kas performanslarını, egzersize ve yaralanmalara duyarlılıklarını belirleyebilmektedir [53]. Ulucan ve arkadaşlarının Türkiye'deki çalışmaları da bazı genetik polimorfizmlerin ortaokul öğrencilerinin koşu performansında [54], lise öğrencilerinin basketbol eğiliminde [55] ve milli rüzgâr sörfçülerinin dayanıklılığında [56] etkili olabileceğini ortaya koymuştur. Her ne kadar kalıtsal gelişim özellikleri çocukların ve gençlerin spora katılım ve performanslarında etkili olsa da epigenetik sistemler görüşünün de işaret ettiği psikolojik ve çevresel etkenler bu süreçlerde oldukça önemli rol oynamaktadır.

Spor aktivitelerine katılımda bireylerin tercih ve bağlılıklarını etkileyen motivasyon önemli bir faktördür. Katılım motivasyonu kavramı spor araştırmaları alanyazınında sıklıkla çalışılan bir konudur. Spora katılım motivasyonunun da beceri gelişimi, takım ruhu, eğlence, başarı, fiziksel uygunluk, yarışma, aktif olma ve arkadaşlık alt boyutlarından oluştuğu belirlenmiştir [57]. İki yüz yetmiş lise öğrencisi ile yapılan bir araştırmada spora katılma motivasyonunun dışsal güdülerden ziyade takım ruhu, beceri gelişimi ve aktif olma faktörlerinden etkilendiği görülmüştür [58]. Bu faktörlerin öğrencilerin cinsiyeti ve yaşı ile spor branşı ve spora başlama süresine göre de farklılık gösterdiği saptanmıştır. Bunun yanında ilköğretim okul takımlarında erkek öğrencilerin spora katılım güdülerinin araştırıldığı bir diğerk çalışmada, beceri gelişimi ve yarışma faktörleri öğrencilerin motivasyonlarını

arttıran faktörler olarak belirlenirken fiziksel uygunluk, başarı ve eğlence faktörleri ise daha az önemli etkenler olarak belirlenmiştir [59].

Fırsat ve deneyimler ile sosyal iklimin oluşturduğu çevresel etmenler çocuk ve ergenlerin spor aktivitelerine katılımlarında önemli bir pay sahibidir. Çocukların farklı spor dallarını deneyimleyebilecekleri alt yapı ve tesis imkânlarının yanı sıra bu davranışı kolaylaştıracak sosyal beklenti ve teşvikler katılımı yakından etkilemektedir. İlköğretim öğrencilerinin spor yapmalarında okul ve aile faktörünü inceleyen bir çalışmada, ailenin sosyoekonomik düzeyinin, ailede başka sporcu birey olmasının ve ailenin spora ilgisinin çocuğun spor yapmasını teşvik edici faktörler olduğu belirlenmiştir [60].

Türkiye’de gençlerin spor aktivitelerine katılımlarını etkileyen faktörler olarak yaş, cinsiyet, sosyoekonomik düzey, maliyet (bilet, giriş ücretleri, yol giderleri, donanım, eğitim masrafları), ders çalışma baskısı veya uzun süre ders çalışma zorunluluğu, kültürel beklentiler veya sınırlılıklar (özellikle kızlar için), tesisler ve hizmetlerin sınırlı olması ya da yeterince yaygın olarak sağlanamaması tespit edilmiştir [47,61,62]. *Türkiye Ergen Profili 2013 Araştırması*’nda da ergenlerin spor yapma sıklığı cinsiyetin yanı sıra yaş, ikamet yeri ve sosyoekonomik düzeye göre de farklılıklar göstermektedir. Erkekler kızlara, 15 yaş altı ergenler 15 yaş üstünelilere, kenttekiler kırdakilere ve yüksek sosyoekonomik düzeydekiler düşüktekilere kıyasla daha sık spor yapmaktadır. Ergenlerin kamu kurumlarından beklentileri arasında en sık cevabı da yeni spor ve oyun alanlarının açılması oluşturmaktadır.

Türkiye’de spora katılımında cinsiyet eşitsizliği son zamanlarda daha çok araştırılmaktadır. Yaprak ve Amman [63] spor yapan kadınların karşılaştıkları sorunlara ilişkin çalışmalarında, spor yapan kadınların okullarda kız ve erkeklerin spora katılım fırsatlarının eşit olmadığına yönelik yargıda bulduklarını belirlemişlerdir. Bu fırsat eşitsizliğine ilişkin sebepler, ders içi ve dışındaki uygulamalardaki farklılıklar, okullardaki spora ilişkin politika, bölgenin ve çevrenin sosyokültürel ve ekonomik düzeyi, bilinç düzeyi, kızların eğitim ve spora katılımlarını azaltan geleneksel roller ve dini inançlar olarak sıralanmıştır.

Bunun yanında öğrencilerin eğitim öğretim müfredatının yoğunluğu nedeniyle okul içi ve dışı sportif aktivitelere fazla zaman ayıramadıkları okulda veya dışarda spor merkezleri olsa bile müfredat sebebiyle katılımın düşük olduğu belirlenmiştir. Okul dışı zamanlarda ek ders ve akademik takviye kurslarının diğer aktivitelere göre öğrencilerin hayatında daha çok yer aldığı bilinmektedir [64]. Öğrenciler yoğun bir sınav sistemine dayanan eğitim sistemi sebebiyle sıklıkla dersane, etüt merkezi, özel ders alımı gibi eğitim aktivitelerine katılma

mecburiyetinde bırakıldıklarını ve spor yapmak için yeterli zamanı bulamadıklarını belirtmişlerdir [65].

SONUÇ VE ÖNERİLER

Spor faaliyetlerine katılma bir insan hakkı olduğu gibi katılan çocuk ve ergenlerin sadece fiziksel gelişimlerine değil ayrıca bilişsel ve sosyoduygusal gelişimlerine de önemli katkılar sunmaktadır. Öğrencilerin okul dışı zamanlarında spor aktivitelerine yönelmeleri okullardaki eğitim programlarıyla hedeflenen öğrenme ve gelişim çıktılarına da katkıda bulunmaktadır. Türkiye'deki çocuk ve ergenlerin spor aktivitelerine katılımı gelişmiş ülkelere kıyasla yeterli düzeyde değildir. Toplumun tüm kesimleri tarafından katılımın önündeki engel ve sorunlar iyileştirilerek öğrencilerimizin hem okul içi hem de okul dışı zamanlarında spor aktivitelerine katılımları arttırılmalıdır.

Bu problemleri ortadan kaldırmak ve gençlerin spor aktivitelerine katılımını ve devamlılığını sağlamak amacıyla yapılabilecek düzenlemelerde gençlerin ihtiyaçlarına cevap verebilen programlar yaratılması, spor yapmaya yönelten motivasyonların belirlenmesi ve bu motivasyonların arttırılması için bilimsel ve uygulamaya dönük çalışmalar yapılması faydalı olacaktır. Okullardaki beden eğitimi öğretmenleri ve rehberlik birimleri birlikte çalışarak öğrencilerin bireysel yetenek ve ilgileri doğrultusunda yönlendirme sağlayabilir. Serbest zaman eğitimi yoluyla çocuk ve gençlerin temel konularda bilgi edinmeleri, kişiliklerinin geliştirilmesi ve mesleki ve toplumsal yaşam durumlarına hazırlanmaları sağlanabilir.

Okullardaki beden eğitimi derslerinin süre ve kalitesinin arttırılarak daha programlı ve yapılandırılmış bir hale getirilmesiyle öğrencileri düzenli spor yapmaya yöneltecek programların oluşturulması çocukların okul dışı zamanlarda da spora katılımlarını arttıracaktır. Katılım oranlarında geride bulunan kız öğrenciler, belirli yaş grupları, düşük sosyoekonomik gruptaki öğrencilere yönelik okul içi ve dışı programlar geliştirilmelidir. Bunun yanında okul dışı zamanda organize spor faaliyetlerine katılan öğrencilere burs ve ödül uygulamalarının genişletilmesi ve yaygınlaştırılması katılım motivasyonunu arttıracak bir faktör olabilir.

Türkiye'de çocukların okul dışı zamanlarını geçirebilecekleri merkezlerin önemli bir kısmını dersane ve kafeler oluşturmaktadır. Özellikle ebeveynleri çalışan çocukların zamanlarının çoğunu geçirdikleri kurs ve dersanelerde yoğun ders programları bulunmaktadır. Spor kulüpleri dışında çocukların spor yapmalarına olanak sağlayacak yeterince merkez bulunmamaktadır. Mevcut merkezlerin programlarının önemli kısmına

spor faaliyetleri ve fiziksel aktivite koymaları çocukların hem fiziksel hem de akademik gelişimine önemli fayda sağlayacaktır. Yerel yönetim, bakanlık ve sivil toplum kuruluşlarının yürüttüğü sportif aktivite imkânına sahip çocuk kulübü, gençlik merkezi, bilgi evi, yaz kampı ve benzeri programlar desteklenip geliştirilebilir.

Çocuk ve gençlere yönelik organize spor aktivite ve programlarında uygulanabilecek bir dizi iyileştirme adımları da katılımı ve devamlılığı sağlayabilir. Bu adımlar arasında gelişimsel olarak uygun etkinlik ve ödüllerin kullanılması, destekleyici çocuk-yetişkin (ebeveyn veya antrenör) ilişkilerinin kurulması ve uygun ortam özelliklerinin sağlanması sayılabilir [66]. Yine bu adımlar arasında, gençlere liderlik olanakları sağlanması, personelin programa katılmayan gençler hakkında bilgili olması, personel ve gençler arasında topluluk ruhu oluşturulması, programların toplum-merkezli olması, düzenli personel toplantıları düzenlenmesi, personelin yansıra gençlerin de yeni katılımcıların bulunmasında çalışması, ailelerin ilgi ve desteğinin sağlanması ve kurumsal ilişkilerin kullanılması da sıralanabilir [67].

Eğitimcilerin ve ailelerin de sporun yararları konusunda eğitilerek bilinçlendirilmesi faydalı olacaktır. Ebeveynlere çocukların okul dışı spor faaliyetlerine katılmalarının önemi veli toplantıları ve seminerlerde vurgulanmalıdır. Ebeveynlerdeki muhtemel “çocuğum spor yaparsa derslerini aksatır ve başarısız olur” algısının değiştirilmesi için çalışmalar yapılmalıdır. Aileler, sporun çocukların fiziksel, bilişsel ve duygusal gelişimine yönelik etkileri konusunda öğretmenler, psikologlar ve diğer uzmanlar tarafından bilgilendirilmelidir. Profesyonel yardım alarak spora başlayan çocukların, okul içinde ve okul dışında yapılan spor faaliyetine katılan çocuklara göre spor devamlılığının daha uzun olduğu görülmüştür [68]. Bu doğrultuda profesyonel spor kulüplerinin yaygınlaştırılması ve spor yapmanın yalnızca bir okul faaliyeti olarak görülmemesi gençlerin uzun süreli spora katılımını sağlayabilir.

Öğretmenlerin ve okul yönetiminin öğrencilerinin tercih ve motivasyonları üzerindeki etkisi büyüktür. Öğretmen ve idarecilerin sahip oldukları eğitim ve hayat felsefeleri çocukların akademik yaşantısının yanında sosyal yaşantılarına da önemli derecede yol gösterir. Eğitici ve idari kadronun sporun gerekliliğini gerçekten benimsemiş olmaları, kendilerinin de bir şekilde sporun içinde olmaları, çocuklara spor yapmanın bir zorunluluk değil yaşam tarzı olduğunu benimsetmeleri çocukların spor alışkanlıkları kazanmalarını etkileyebilir. Eğitici ve idari kadrolara yeterli spor bilincinin aşılması gelecek nesillerin spor alt yapılarının oluşması için büyük önem arz etmektedir.

Kamu kurumları ve sivil toplum kuruluşları bu alanda daha çok yatırım, yönlendirme ve iş birliği yapabilir. Çalışma, Sosyal Hizmetler ve Aile Bakanlığı, Gençlik ve Spor Bakanlığı, Milli Eğitim Bakanlığı ve Sağlık Bakanlığı ve gibi ilgili bakanlık, kamu kurum ve kuruluşları gerek altyapı ve tesis yatırımları aracılığıyla gerekse araştırma ve uygulama projeleri aracılığıyla çocuk ve gençleri spora yönlendirebilir. Spor, çocuklar ve gençlik alanlarında faaliyet gösteren dernek, vakıf ve benzeri sivil toplum kuruluşları da desteklenmeli ve güçlendirilmelidir. Merkezi ve yerel yönetimler ile bu konularda çalışan sivil toplum kuruluşları ve akademisyenler arasındaki eşgüdüm ve koordinasyon arttırılmalıdır.

Özetle, sporun çocuk ve ergen gelişimi üzerindeki olumlu etkilerinden faydalanabilmek için katılım oran ve düzeyleri arttırılmalıdır. Bu doğrultuda öğrencilerin bireysel gelişim özellikleri ve seviyeleri ile uyumlu, yeterli fiziksel koşullar ve destekleyici sosyal iklim oluşturulmalıdır. Katılımın önündeki engelleri kaldırma ve katılımı arttırma yolunda toplumun tüm katman ve grupları planlı ve ortaklaşa hareket etmelidir.

TEŞEKKÜR: Çalışmaya katkılarından dolayı Prof. Dr. Sırrı AKBABA, Arş. Gör. Hazal AYAS, Nursena BALATEKİN ve Kübra Nur ÇÖMLEKÇİ'ye teşekkür ederim.

KAYNAKLAR

1. Mahoney JL, Larson RW, Eccles JS. (Eds.) Organized activities as contexts of development: Extracurricular activities, after-school and community programs. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum, 2005.
2. Bronfenbrenner U. The ecology of human development: Experiments by nature and design. Cambridge, MA: Harvard University Press, 1979.
3. Lerner RM. Foreword: Promoting positive youth development through community and after school programs. In J. L. Mahoney, R. W. Larson, & J. Eccles (Eds.). Organized activities as contexts of development: Extracurricular activities, after-school and community programs (sf. ix-xii). Mahwah, NJ: Erlbaum, 2005.
4. Bevan B, Bell P, Stevens R, Razfar A. (Ed.) LOST opportunities: Learning in out-of-school time. Netherlands: Springer, 2013.
5. Sefton-Green J. Learning at not-school: A review of study, theory, and advocacy for education in non-formal settings. Boston: MIT, Press, 2013. https://mitpress.mit.edu/sites/default/files/titles/free_download/9780262518246_Learning_at_NotSchool.pdf adresinden edinilmiştir.
6. Lauer PA, Akiba M, Wilkerson SB, Apthorp HS, Snow D, Martin-Glenn ML. Out-of-school-time programs: A meta-analysis of effects for at-risk students. Review of Educational Research, 2006; 76(2): 275-313. doi:10.3102/00346543076002275
7. Özdoğru AA, Hartley J. After-school programs. In J. Ainsworth (Ed.), Sociology of education: An A-to-Z guide. Thousand Oaks, CA: Sage Publications, 2013; 1: 23-26. doi:10.4135/9781452276151.n12
8. Henden Şolt B. Yerel yönetimlerin eğitime katkı hizmetleri: Bilgi evleri projesi-Zeytinburnu Belediyesi örneği. 1. Avrasya Eğitim Araştırmaları Kongresi'nde sunulmuştur. İstanbul, Türkiye, 2014, Nisan.
9. Posner JK, Vandell DL. After-school activities and the development of low-income urban children: A longitudinal study. Developmental Psychology, 1999; 35(3): 868-879. doi:10.1037/0012-1649.35.3.868
10. Bakioğlu A, Yıldız A. Finlandiya'nın PISA başarısına etki eden faktörler bağlamında Türkiye'nin durumu. Eğitim Bilimleri Dergisi, 2013; 38: 37-53.
11. Güçlü M. Gençlik döneminde boş zaman faaliyetlerinin yeri ve önemi. Gençlik Araştırmaları Dergisi, 2013; 1(1): 158-169.

12. Trudeau F, Shephard R. Physical education, school physical activity, school sports and academic performance. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 2008; 5(10): 1-12. doi:10.1186/1479-5868-5-10
13. Hoza B, Smith AL, Shoulberg EK, Linnea KS, Dorsch TE, Blazo JA, et al. A randomized trial examining the effects of aerobic physical activity on Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder symptoms in young children. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 2015; 43(4): 655-667. doi:10.1007/s10802-014-9929-y
14. Katz DL, Cushman D, Reynolds J, Njike V, Treu JA, Walker J, et al. Putting physical activity where it fits in the school day: Preliminary results of the ABC (Activity Bursts in the Classroom) for Fitness Program. *Preventing Chronic Disease*, 2010; 7(4): 82.
15. Pontifex MB, Saliba BJ, Raine LB, Picchietti DL, Hillman CH. Exercise improves behavioral, neurocognitive, and scholastic performance in children with attention-deficit/hyperactivity disorder. *Journal of Pediatrics*, 2013; 162(3): 543-551. doi:10.1016/j.jpeds.2012.08.036
16. Nelson MC, Gordon-Larsen P. Physical activity and sedentary behavior patterns are associated with selected adolescent health risk behaviors. *Pediatrics*, 2006; 117: 1281-1290. doi:10.1542/peds.2005-1692
17. Esteban-Cornejo I, Tejero-González CM, Martinez-Gomez D, del-Campo J, González-Galo A, Padilla-Moledo C, Sallis JF, Veiga OL, UP & DOWN Study Group. Independent and combined influence of the components of physical fitness on academic performance in youth. *The Journal of Pediatrics*, 2014; 165(2): 306-312. doi:10.1016/j.jpeds.2014.04.044
18. Hawkins R, Mulkey LM. Athletic investment and academic resilience in a national sample of African American females and males in the middle grades. *Education and Urban Society*, 2005; 38: 62-88. doi:10.1177/0013124505280025
19. Scanlan TK, Babkes ML, Scanlan LA. Participation in sport: A developmental glimpse at emotion. In J. L. Mahoney, R. W. Larson, ve J. S. Eccles (Eds.), *Organized activities as contexts of development: Extracurricular activities, after-school and community programs*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum, 2005: 275-310.
20. Kniffin KM, Wansink B, Shimizu M. Sports at work: Anticipated and persistent correlates of participation in high school athletics. *Journal of Leadership & Organizational Studies*, 2015; 22(2): 217-230. doi:10.1177/1548051814538099
21. Holt NL. (Ed.) *Positive youth development through sport*. Oxon: Routledge, 2008.
22. Visek AJ, Achrati SM, Manning H, McDonnell K, Harris BS, Dipietro L. The Fun Integration Theory: Towards sustaining children and adolescents sport participation. *Journal of Physical Activity & Health*, 2015; 12(3): 424-433. doi:10.1123/jpah.2013-0180
23. Kırımoğlu H, Çokluk G, Yıldırım Y. Evaluation of self-esteem of the children and adolescents in terms of participation in sports. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2013; 7(3): 248-259.
24. İkizler C, Karagözoğlu C. İlkokul çağında spor yapmanın kontrol odağına etkisi. *Eğitim Bilimleri Dergisi*, 1995; 7: 169-177.
25. Karakaya I, Çoşkun A, Ağaoğlu B. Yüzücülerin depresyon, benlik saygısı ve kaygı düzeylerinin değerlendirilmesi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 2006; 7: 162-166.
26. Bulgu N. Spora katılımda toplumsal fayda: Kazakistan Ahmet Yesevi Üniversitesi Öğrencileri örneği. *Hacettepe Üniversitesi Türkiyat Araştırmaları Dergisi*, 2013, 18: 25-45.
27. Devecioğlu S, Sarıkaya M. Sporcu öğrencilerin sosyo-ekonomik değişkenler ışığında profillerinin belirlenmesi. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 2006; 16(2): 301-314.
28. Hellison D. *Teaching personal and social responsibility through physical activity* (3rd ed.). Champaign, IL: Human Kinetics, 2011.
29. Aaron DJ, Dearwater SR, Anderson RD, Olsen T, Kriska AM, Laport RE. Physical activity and the initiation of high risk health behaviors in adolescents. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 1995; 27: 1639-1645. doi:10.1249/00005768-199512000-00010
30. Sabo DF, Miller KE, Farrell MP, Melnick MJ, Barnes GM. High school athletic participation, sexual behavior and adolescent pregnancy: A regional study. *Journal of Adolescent Health*, 1999; 25(3): 207-216. doi:10.1016/S1054-139X(99)00070-1
31. Yaman M, Arslan S. Çocuk ve gençlik suçlarının önlenmesinde rekreatif sporlar. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 2009; 6(1): 445-459.
32. Zaichkowsky L. *Sports psychology: A primer for educators*. *The Journal of Education*, 2007; 187(1): 1-8. doi:10.1177/002205740718700102

33. Gilman R. The relationship between life satisfaction, social interest, and frequency of extracurricular activities among adolescents students. *Journal of Youth and Adolescence*, 2001; 20: 749-767. doi:10.1023/A:1012285729701
34. Wankel LM, Mummery WK. The psychological and social benefits of sport and physical activity. *Journal of Leisure Research*, 1990; 22: 167-182. doi:10.1080/00222216.1990.11969823
35. Büküşoğlu N, Bayturan AF. Serbest zaman etkinliklerinin gençlerin psiko-sosyal durumlarına ilişkin algısı üzerindeki rolü. *Ege Tıp Dergisi*, 2005; 44(3): 173-177.
36. Eurostat. Performing (non-work-related) physical activities by sex, age and educational attainment level. http://ec.europa.eu/eurostat/product?code=hlth_ehis_pe3e&mode=view adresinden edinilmiştir, 2014.
37. Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK). Zaman Kullanımı İstatistikleri. http://www.tuik.gov.tr/VeriBilgi.do?alt_id=1009 adresinden edinilmiştir, 2015.
38. Aktif Yaşam Derneği. Türkiye toplumunun fiziksel aktivite düzeyi araştırması. <http://www.aktifyasam.org.tr/projeler/turkiye-toplumunun-fiziksel-aktivite-duzeyi-arastirmasi> adresinden edinilmiştir, 2010.
39. Aktif Yaşam Derneği. İlköğretim öğrencileri fiziksel aktivite araştırması. <http://www.aktifyasam.org.tr/projeler/ilkogretim-ogrencilerinde-fiziksel-aktivite-arastirmasi> adresinden edinilmiştir, 2012.
40. Ewing ME, Seefeldt V. Patterns of participation in American agency-sponsored youth sports. In F. L. Smoll ve R. E. Smith (Ed.), *Children and youth in sport: A biopsychological perspective*. Dubuque, IO: Kental/Hunt, 2002: 39-60.
41. Australian Bureau of Statistics. Sports and physical recreation: A statistical overview, Australia,2012.<http://www.abs.gov.au/ausstats/abs@.nsf/Products/76DF25542EE96D12CA257AD900E2685?opendocument> adresinden edinilmiştir, 2012.
42. Larson RW. How U.S. children and adolescents spend time: What it does (and doesn't) tell us about their development *Current Directions in Psychological Science*, 2001, 10(5): 160-164. doi:10.1111/1467-8721.00139
43. Özdoğru AA. Children's weekend activities in four countries: Context for personal and social development. University at Albany, SUNY Doctoral Dissertation, 2010.
44. Radyo ve Televizyon Üst Kurulu (RTÜK). Türkiye'de çocukların medya kullanma alışkanlıkları araştırması" http://www.rtuk.org.tr/sayfalar/IcerikGoster.aspx?icerik_id=a26fd746-042d-439b-958d-f797b7c1cd4e adresinden edinilmiştir, 2013.
45. İlden Koçkar A. İstanbul'da çocukların kültürel, sanatsal ve bilimsel etkinliklere ulaşımı raporu. Türkiye'de Çocuk Üniversiteleri Sempozyumu'nda sunulmuştur. İstanbul, Türkiye, 2013, Kasım.
46. Uluslararası Matematik ve Fen Eğilimleri Araştırması (TIMSS). International Data Explorer. National Center for Education Statistics. <http://nces.ed.gov/timss/idetimss/> adresinden erişilmiştir, 2007.
47. Akyüz G. Öğrencilerin okul dışı etkinliklere ayırdığı süreler ve matematik başarısı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 2013; 12(46): 112-130.
48. OECD. PISA 2015 Results (Volume II): Policies and Practices for Successful Schools. Paris: OECD, 2016.
49. Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı. Türkiye ergen profili araştırması 2013. http://ailetoplum.aile.gov.tr/data/5550ae00369dc51954e43500/tepa2013_teksf.pdf adresinden edinilmiştir, 2014.
50. Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü. Türkiye'de ergen profili 2008. http://ailetoplum.aile.gov.tr/data/54293ea2369dc32358ee2b25/turkiyede_ergen_profilu_2008.pdf adresinden edinilmiştir, 2014.
51. Gür BS, Dalmiş İ, Kırmızıdağ N, Çelik Z, Boz N. Türkiye'nin gençlik profile. Ankara:SETA. http://www.gsb.gov.tr/content/files/turkiyenin_genclik_profilu_web.pdf adresinden edinilmiştir. (2012)
52. Wiese-Bjornstal DM, LaVoi NM, Omlı J. Child and adolescent development and sport participation. In B. Brewer (Ed.), *Sport psychology*. Oxford, UK: Blackwell, 2009: 97-112.
53. Lippi G, Longo UG, Maffulli N. Genetics and sports. *British Medical Bulletin*, 2009; 93(1): 27-47. doi:10.1093/bmb/ldp007
54. Ulucan K, Yalcin S, Akbas B, Uyumaz F, Konuk M. Analysis of solute carrier family 6 member 4 gene promoter polymorphism in young Turkish basketball players. *The Journal of Neurobehavioral Sciences*, 2014; 1(2): 37-40. doi:10.5455/JNBS.1403730925

55. Ulucan K, Bayyurt GM, Konuk M, Güney Aİ. Effect of alpha-actinin-3 gene on trained and untrained Turkish middle-school children's sprinting performance: A pilot study. *Biological Rhythm Research*, 2014; 45(4), 509-514. doi:10.1080/09291016.2013.867628
56. Ulucan K, Göle S. ACE I/D Polymorphism determination in Turkish elite wind-surfers. *Sport Science Review*, 2014; 23(1-2): 79-84. doi:10.2478/ssr-2014-0005
57. Oyar BZ, Aşçı FH, Çelebi M, Mülazımoğlu Ö. Spora Katılım Güdüsü Ölçeği'nin geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Spor Bilimleri Dergisi*, 2001; 12(2): 21-32.
58. Şirin EF, Çaplayan HS, Çetin MÇ. Spor yapan lise öğrencilerinin spora katılım motivasyonlarına etki eden faktörlerin belirlenmesi. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2008; 2(2): 98-108.
59. Arslan Y, Altay F. İlköğretim okul takımlarındaki erkek öğrencilerin spora katılım güdülerinin incelenmesi. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2009; 4(2): 59-66.
60. Kotan Ç, Hergüner G, Yaman Ç. İlköğretim okullarında okuyan sporcu öğrencilerin spor yapmalarında okul ve aile faktörünün etkisi. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2009; 3(1): 49-58.
61. Goral M. Social attitudes of Turkish students towards participation in physical education and sport. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 2010; 38(9): 1243-1258. doi:10.2224/sbp.2010.38.9.1243
62. Karaca A. Regular sport participation of high school students with regard to gender, age and parents' education: The case of Türkiye. *World Applied Sciences Journal*, 2011; 15(3): 443-448.
63. Yaprak P, Amman MT. Sporda kadınlar ve sorunları. *Türkiye Kick Boks Federasyonu Spor Bilimleri Dergisi*, 2009; 2(1): 39-48.
64. Özgün-Koca SA, Şen Aİ. 3. Uluslararası Matematik ve Fen Bilgisi Çalışması-Tekrar sonuçlarının Türkiye için değerlendirilmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2002; 23: 145-154.
65. Akgül S, Göráli M, Demirel M, Üstün Ü. İlköğretim öğrencilerinin okul içi ve okullar arası sportif etkinliklere katılma nedenlerinin çeşitli değişkenler açısından araştırılması. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 2012; 32(1): 13-21.
66. Fraser-Thomas JL, Côté J, Deakin J. Youth sport programs: An avenue to foster positive youth development. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 2005; 10(1): 19-40. doi:10.1080/1740898042000334890
67. Deschenes SN, Arbreton A, Little PM, Herrera C, Baldwin Grossman J, Weiss HB, et al. Engaging older youth: Program and city-level strategies to support sustained participation in out-of-school time. *Harvard Family Research Project*. <http://www.hfrp.org/content/download/3627/102254/file/EngagingOlderYouth-042710.pdf> adresinden edinilmiştir, 2010.
68. Lindquist CH, Reynolds KD, Goren MI. Sociocultural determinants of ophysical activity among children. *Preventive Medicine*, 1999; 29: 305-312. doi:10.1006/pmed.1999.0546