

## Bir Spor Dalı ile İlgilenen ve İlgilenmeyen Lise Öğrencilerinin Zaman Yönetimi Anlayışlarının İncelenmesi

Ümit Doğan ÜSTÜN<sup>1</sup>

### Özet

#### **Yayın Bilgisi**

Gönderi Tarihi: 11.10.2018  
Kabul Tarihi: 20.10.2018  
Online Yayın Tarihi:  
20.10.2018

#### **Anahtar Kelimeler**

Zaman Yönetimi,  
Akademik Başarı,  
Spor

Bu çalışmanın amacı; düzenli olarak bir spor dalı ile ilgilenen ve ilgilenmeyen lise öğrencilerinin zaman yönetimi anlayışlarının incelenerek bu durumun katılımcıların akademik/genel not ortalaması ile ilişkisini ortaya koymaktır. Çalışmaya Hatay Mustafa Kemal Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu 2018-19 özel yetenek sınavına giren 140 öğrenci katılmıştır. Çalışmada veri toplama aracı olarak zaman yönetimi envanteri Türkçe formu kullanılmıştır. Ölçek öz bildirim ölçeği olmakla birlikte 27 madde ve 3 faktörlü bir yapıyı desteklemektedir. Çalışmada elde edilen veriler SPSS 16 paket program kullanılarak çözümlenmiştir. Verilerin analizinde bağımsız örneklem t testi, tek yönlü varyans analizi ve Perason Korelasyon testleri kullanılmıştır. Sonuç olarak katılımcıların zaman yönetimi anlayışlarının bir spor dalı ile ilgilenme, günlük antrenman süresi ve haftalık antrenman yapılan gün sayısına göre anlamlı şekilde farklılaştığı tespit edilmiştir. Fakat katılımcıların akademik/genel ortalamaları ve zaman yönetimi anlayışlarında herhangi bir ilişki tespit edilmemiştir.

## An Investigation on Time Management Understandings of High School Students Who Engage or don't Engage in Sports

### Abstract

#### **Article Info**

Received: 11.10.2018  
Accepted: 20.10.2018  
Online Published:  
20.10.2018

#### **Keywords**

Time Management,  
Academic Success,  
Sports

The purpose of this study was to investigate high school students' time management understandings who are engaging in sports or not. 140 high school students, who attended Hatay Mustafa Kemal University School of Physical education and Sports Special Ability Exam, participated in the study. To collect data Turkish version of Time Management Scale was used. The Turkish version is a self report scale consisted of 27 items and three factors. The data analyzed by using SPSS 16 package program for windows. To analyze data independent samples t test, one-way ANOVA and Perason Correlations tests were used. As a result, it was found that the time management understandings of the participants significantly changed according to engaging in a sport, daily training duration and weekly training days. However, no significant correlations were found between the participants' time management understandings and GPA.

<sup>1</sup>Hatay Mustafa Kemal Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Hatay/Türkiye

### Giriş

İçinde bulunduğumuz bilgi toplumunda, hayat her geçen gün hızlanmaktadır. İnsanlar kişisel yaşamlarında olduğu gibi çalışma ve eğitim yaşamlarında da pek çok işi başarılı bir şekilde gerçekleştirmek için zaman ile yarış halindedirler (Karaoğlu, 2015). Zaman; satın alınamayan, biriktirilemeyen, yenilenemeyen, depolanamayan, durdurulamayan ve hiçbir şekilde yeri doldurulamayan tek kaynaktır (Fidan, 2011). Zamanın bu tanımından hareketle kaybedilen zamanın asla geri getirilemeyeceğini söylemek mümkündür. Bu özellikler zamanın ve zamanı doğru kullanmanın önemini vurgulamaktadır. Zamanı etkili ve verimli kullanabilmenin en önemli basamağının, zamanı iyi bir şekilde yönetmek olduğu hemen herkes tarafından bilinen bir gerçektir. İnsanların sahip oldukları zamanı nasıl daha etkili ve verimli kullanabileceklerine yönelik gereksinimleri, “zaman yönetimi” kavramını oluşturmuştur (Sabuncuoğlu & Tüz, 2003). Zaman yönetimi, başlangıcı ve bitişi belirlenmiş ya da tanımlanmış bir zaman dilimi içerisinde,

yapılması gereken iş ve eylemleri gerçekleştirmek için tüm kaynakların etkin ve verimli kullanılmasıdır (Ardahan, 2003). Zaman yönetimi, amaçlara ulaşmak, yapılan işleri denetlemek, kişinin kendi motivasyonunu yükseltmek açısından önemli görülen bir kişisel performansı geliştirme tekniğidir (Gürbüz & Aydın, 2012). Modern insan başarılı olmanın bir yolunun da verimli zaman kullanımından geçtiğini bilmektedir (Erkan, 2001). Balcı'ya (1990) göre, zamanı etkin kullanabilme hem kaygıyı azaltır, hem de başarıyı artırır. Etkin bir zaman yönetimi için ise önceden planlama, iyi bir organizasyon, zaman çetelesi tutmak ve rutin bir çalışma düzeni belirlemekten geçmektedir (Kaufman, 2004).

Eğitimde başarı; derslerde geliştirilen ve öğretmenlerce takdir edilen notlarla, test puanlarıyla ya da her ikisi ile belirlenen beceriler veya kazanılan bilgilerin ifadesi olan "Akademik Başarı" dır (Koç, 1981). Öğrencinin akademik başarısı ya da başarısızlığı öğrencinin kendisi, ailesi ve içinde yaşadığı toplum bakımından da oldukça önemlidir (Yıldırım, 2000). Akademik başarının en önemli etkenlerinden birisinin zamanın etkin kullanımı olduğu bilinen bir gerçektir. Öğrenciler günlük yaşamlarında zamanlarını birçok farklı amaçla kullanmaktadır. Aktif olarak bir spor dalı ile ilgilenen öğrenciler, zamanlarının bir bölümünü antrenmana ayırmak zorundadır. Aktif spor yoğun emek ve süre isteyen bir durumdur. Bu durum, aktif olarak bir spor dalı ile ilgilenen ve aynı zamanda akademik başarıya ulaşmak isteyen öğrenciler için zaman yönetiminin önemini daha da arttırmaktadır.

Türkiye'de zorunlu eğitimin son kademesi liselerdir. Bu dönem sonunda öğrencilerin girecekleri üniversiteye giriş sınavı ile gelecekteki hayatları önemli düzeyde etkilenmektedir. Bu sebeple öğrencilerin akademik başarıları hem öğrenciler hem de veliler açısından önemli bir endişe kaynağıdır. Zamanı etkin kullanma hiç şüphesiz ki başarının başlıca etkenlerinden biridir. Aktif spor yapan öğrenciler bu zorlu süreçteki zamanlarının bir bölümünü antrenmana ayırmaları için zamanın etkin kullanımı daha da önemli hale gelmektedir. Bu sebeple, bir spor dalı ile ilgilenen ve ilgilenmeyen yani spor yapan ve yapmayan öğrencilerinin zaman yönetim anlayışlarının ve bu anlayışın akademik başarıya olan etkisinin belirlenmesinin eğitimin tüm paydaşları için yararlı olacağı düşünülmektedir.

Bu bilgiler ışığında çalışmada düzenli olarak bir spor dalı ile ilgilenen ve ilgilenmeyen lise öğrencilerinin zaman yönetim anlayışlarının incelenerek bu durumun akademik başarıya etkisini incelemektir. Bu amaç doğrultusunda daha ayrıntılı sonuçlar ortaya koymak için aşağıda yer alan çalışma sorularına cevaplar aranacaktır.

- 1- Katılımcıların bir spor dalı ile ilgilenme veya ilgilenmeme durumlarına göre zaman yönetimi anlayışlarında anlamlı bir farklılık var mıdır?
- 2- Bir spor dalı ile ilgilenen lise öğrencilerinin günlük antrenman süresine göre zaman yönetimi anlayışlarında anlamlı bir farklılık var mıdır?
- 3- Bir spor dalı ile ilgilenen lise öğrencilerinin haftalık antrenman sayısına göre zaman yönetim anlayışlarında anlamlı bir farklılık var mıdır?
- 4- Katılımcıların akademik başarıları ve zaman yönetim anlayışlarında anlamlı bir ilişki var mıdır?

## Materyal ve Yöntem

### *Çalışma Deseni*

Çalışma nicel araştırma yöntemlerinden tarama modeline göre desenlenmiştir. Tarama modeli, bir grubun belirli özelliklerini belirlemek için verilerin toplanmasını amaçlayan çalışmalardır. (Büyüköztürk ve arkadaşları, 2008) Bu çalışmada, veri toplama aracı ile öğrencilerin zaman yönetimini algılarının belirlenmesi planlanmaktadır.

### *Çalışma Grubu*

Çalışmaya Hatay Mustafa Kemal Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu özel yetenek sınavına başvuran ve sınavda başarılı olarak öğrenim hakkı kazanan ve yüksekokul bünyesindeki bölümlere yerleşen 140 öğrenci katılmıştır. Çalışmada katılımcılar basit tesadüfi örneklem yöntemine göre seçilmiş ve katılımda gönüllülük esas alınmıştır. Katılımcılardan bilgilendirilmiş gönüllü onam formu alınmıştır.

### Veri Toplama Araçları

Verilerin toplanmasında Zaman Yönetimi Edvanteri ve kişisel bilgi formu kullanılacaktır. Zaman yönetimi edvanteri Britton ve Tesser (1991) tarafından geliştirilmiş, Türkiye’ye uyarılma çalışması Alay ve Kocak (2002) tarafından yapılmıştır. Britton ve Tesser’in hazırladığı 35 maddeden oluşurken Türkçe’ye uyarılmasında 8 madde çıkarılmış ve ölçek 27 maddeden oluşmuştur. Envanter, “zaman planlaması”, “zaman tutumları” ve “zaman harcattırıcılar” olmak üzere üç alt bölümden oluşmaktadır. Zaman planlaması alt boyutunda ölçek maddelerinden bir tanesi (16. madde) tersine puanlanmak üzere toplam 16 madde bulunmaktadır. Zaman tutumları bölümünde 4 soru düz, 3 soru (2, 6 ve 7. Maddeler) tersine puanlanmak üzere toplam 7 soru vardır. Zaman harcattırıcılar bölümünde ise 4 soru bulunmaktadır ve soruların hepsi tersine puanlanmıştır. Zaman yönetimi envanteri 5’li Likert yöntemi kullanılarak hazırlanmış bir ölçektir. Cevaplar “Her Zaman”, “Sık Sık”, “Bazen”, “Nadiren” ve “Hiç” olarak ifadelendirilmiştir. Puanlamada 1 en düşük ve 5 en yüksek puan olarak alınmıştır. Ölçekten yüksek puan elde eden öğrencilerin zaman yönetiminde daha iyi oldukları düşünülmektedir. Araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formunda ise; katılımcıların yaşı, cinsiyeti, haftalık antrenman sayısı, günlük antrenman süresi ve genel not ortalamalarına ait bilgiler yer almaktadır.

### Verilerin Analizi

Elde edilen verilerin çözümlenmesinde Windows için SPSS 16 paket program kullanılmıştır. Veri analizinde ilk olarak veri toplama aracında yer alan bütün maddeler için Cronbach’ s Alpha iç tutarlık katsayısı hesaplanmıştır (.79, N=27). Daha sonra verilerin dağılımları histogram grafikleri çizilerek belirlenmiş ve çalışma sorularına cevap bulmak amacıyla ikili karşılaştırmalarda bağımsız örneklem t testi ikiden fazla karşılaştırmalarda ise tek yönlü varyans analizi testleri kullanılmıştır. Ayrıca katılımcıların akademik/genel not ortalamaları ile zaman yönetimi anlayışları arasındaki ilişkiyi belirleyebilmek için Pearson Korelasyon testi kullanılmıştır. Çalışmada istatistiksel güven aralığı %95 olarak belirlenmiştir.

## Bulgular

**Tablo 1.** Katılımcıların Kişisel Bilgilerinin Dağılımı

Değişken		N	%
<i>Cinsiyet</i>	Kadın	48	34.3
	Erkek	92	65.7
	Toplam	140	100.0
<i>Düzenli olarak bir spor dalı ile ilgileniyor musunuz?</i>	Evet	117	83.6
	Hayır	23	16.4
	Toplam	140	100.0
<i>İlgilendiğiniz spor dalı</i>	Düzenli olarak herhangi bir spor dalıyla ilgilenmiyorum	23	16.4
	Futbol	52	37.1
	Vücut geliştirme	19	13.6
	Boks	4	2.9
	Voleybol	9	6.4
	Atletizm	12	8.6
	Bocce	1	0.7
	Karate	1	0.7
	Basketbol	7	5.0
	Güreş	2	1.4
	Cimnastik	2	1.4
	Yüzme	4	2.9
	Judo	2	1.4
	Tekvando	2	1.4
	Toplam	140	100.0

Tablo 1 de katılımcıların kişisel bilgilerinin dağılımları yer almaktadır. Analiz sonuçlarına göre katılımcıların %65.7' si erkek, %83.6' sı düzenli olarak bir spor dalı ile ilgilenmektedir. Ayrıca katılımcıların %37.1' i futbol branşı ile ilgilenirken, %15' i haftada 6 gün antrenman yapmaktadır.

**Tablo 2.** Katılımcıların herhangi bir spor dalı ile ilgilenme/ilgilenmeme durumlarına göre zaman yönetimi anlayışları

Zaman Yönetimi Alt Boyutları	Spor dalı ile ilgilenme durumu	N	Ortalama	Standart sapma	t	p
Zaman planlama	Evet	117	2.276	.508	-1.273	.213
	Hayır	23	2.451	.616		
Zaman tutum	Evet	117	2.354	.449	-2.857	.007
	Hayır	23	2.596	.354		
Zaman harcattırıcılar	Evet	117	2.205	.655	-.788	.437
	Hayır	23	2.347	.817		

Yapılan bağımsız örneklem t testi sonuçlarına göre düzenli olarak bir spor dalı ilgilenen ve ilgilenmeyen katılımcıların zaman yönetimi anlayışlarında zaman tutumları alt boyutunda anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ( $p < .01$ ). İlgili alt boyuttan bir spor dalı ile ilgilenmeyen öğrenciler daha yüksek puanlar almışlardır.

**Tablo 3.** Herhangi bir spor dalı ile ilgilenen katılımcıların günlük antrenman süresine göre zaman yönetimi anlayışları

Zaman Yönetimi Alt Boyutları	Sıra no	Günlük antrenman süresi	N	Ortalama	Standart sapma	F	P	Fark Tukey
Zaman planlaması	1	1 saat	11	2.545	.639	2.606	.055	
	2	2 saat	76	2.276	.466			
	3	3 saat	25	2.255	.554			
	4	4 saat	5	1.800	.273			
		Toplam	117	2.276	.508			
Zaman tutumları	1	1 saat	11	2.493	.357	5.800	.001	1-4*
	2	2 saat	76	2.411	.419			2-4*
	3	3 saat	25	2.257	.486			3-4*
	4	4 saat	5	1.657	.216			
		Toplam	117	2.354	.449			
Zaman harcattırıcılar	1	1 saat	11	2.545	.835	2.544	.060	
	2	2 saat	76	2.236	.649			
	3	3 saat	25	2.060	.555			
	4	4 saat	5	1.700	.410			
		Toplam	117	2.205	.655			

\*  $p < .05$ , df (5-116)

Yapılan tek yönlü varyans analizi test sonuçlarına göre herhangi bir spor dalı ile ilgilenen katılımcıların zaman yönetimi anlayışlarında günlük antrenman süresine göre zaman tutumları alt boyutunda anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Yapılan ikinci aşama Tukey çoklu karşılaştırma test sonuçları tabloda yer almaktadır.

**Tablo 4.** Bir spor dalı ile ilgilenen katılımcıların haftalık antrenman sayısına göre zaman yönetimi anlayışları

Zaman Yönetimi Alt Boyutları	Sıra no	Haftada kaç gün antrenman yapıyorsunuz?	N	Ortalama	Standart sapma	F	p	Fark Tukey
Zaman planlaması	1	2 gün	9	2.791	.171	3.343	.008	2-6*
	2	3 gün	30	2.306	.443			
	3	4 gün	30	2.281	.558			
	4	5 gün	17	2.327	.657			
	5	6 gün	21	2.026	.431			
	6	7 gün	10	2.150	.226			
		Toplam		117	2.276			
Zaman tutumları	1	2 gün	9	2.555	.353	.662	.653	
	2	3 gün	30	2.338	.403			
	3	4 gün	30	2.328	.461			
	4	5 gün	17	2.445	.465			
	5	6 gün	21	2.285	.442			
	6	7 gün	10	2.285	.624			
		Toplam		117	2.354			
Zaman harcattırıcılar	1	2 gün	9	2.666	.586	1.656	.151	
	2	3 gün	30	2.091	.617			
	3	4 gün	30	2.291	.666			
	4	5 gün	17	2.294	.416			
	5	6 gün	21	2.071	.519			
	6	7 gün	10	2.000	1.130			
		Toplam		117	2.205			

\* p&lt;.05, df (5-116)

Düzenli olarak bir spor dalı ile ilgilenen lise öğrencilerinin haftada kaç gün antrenman yaptıklarına göre zaman yönetimi anlayışlarındaki farklılıkların belirlenmesi için yapılan tek yönlü varyans analizi test sonuçlarına göre zaman planlaması alt boyutunda anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Yapılan ikinci aşama Tukey test sonuçları tabloda yer almaktadır.

**Tablo 5.** Katılımcıların akademik başarıları ve zaman yönetim anlayışları arasındaki ilişki

		Zaman planlaması	Zaman tutumu	Zaman harcattırıcılar
Akademik/Genel not ortalaması	R	-.088	.069	.149
	P	.303	.418	.079
	N	140	140	140

Yapılan Pearson Korelasyon analizi sonuçlarına göre, düzenli olarak bir spor dalı ile ilgilenen veya ilgilenmeyen lise öğrencilerinin akademik/genel ortalamaları ile zaman yönetimi anlayışları arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir.

## Tartışma

Bu çalışmanın amacı; düzenli olarak bir spor dalı ilgilenen ve ilgilenmeyen lise öğrencilerini zaman yönetimi anlayışlarının incelenerek, bu durumun katılımcıların akademik/genel not ortalaması ile ilişkisini ortaya koymaktır. Analiz sonuçları incelendiğinde herhangi bir spor dalı ile ilgilenmeyen katılımcıların zaman tutumları diğer öğrencilere göre daha iyidir denilebilir (tablo 2). Düzenli egzersizin ve sporun bireylere kazandırdıkları göz önünde bulundurulduğunda bu durumun ileride yapılacak çalışmalarla derinlemesine incelenmesinde fayda olacağı kanaatine varılmıştır.

Çalışma bulgularına göre katılımcıların zaman yönetimi anlayışlarının günlük antrenman süresine göre zaman tutumları alt boyutunda farklılaştığı anlaşılmaktadır (tablo 3). Tukey testi sonuçlarına göre ise günlük ortalama 4 saat antrenman yapan öğrencilerin zaman tutumlarının diğerlerine oranla daha düşük

olduğu söylenebilir (tablo 3). Bu durumun aynı anda lise öğrenimine devam eden ve antrenman için ortalama 4 saat ayıran öğrencilerin zamanlarını yönetme konusunda diğerlerine oranla daha fazla zorlanmalarından kaynaklanıyor olabileceği düşünülmektedir.

Çalışma bulguları incelendiğinde katılımcıların haftalık antrenman yaptıkları gün sayısına göre zaman yönetimi anlayışlarının zaman planlaması alt boyutunda farklılaştığı görülmektedir (tablo 4). Bu farklılık ise haftada 3 gün ile haftanın her günü antrenman yapanlar arasındadır (tablo 4). Araştırmacılar zaman planlaması alt boyutunu, bireyin önceliklerine göre plan ve program yapmaları şeklinde ifade etmişlerdir (Üstün ve arkadaşları, 2016). Bu durumda haftanın her günü antrenman yapan katılımcıların öncelikli olarak antrenman için plan yaptığı ve dolayısıyla diğer alanları yeteri kadar planlayamadığı düşünülmektedir.

Analiz sonuçlarına göre ayrıca katılımcıların akademik/genel not ortalamaları ile zaman yönetimi anlayışları arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır (tablo 5). Literatür incelendiğinde zaman yönetiminin akademik başarı ile ilişkisini araştıran çalışmalar mevcuttur. Örneğin Macan ve arkadaşları (1990) öğrencilerin zaman yönetimi anlayışları ile akademik başarıları arasında bir korelasyon tespit etmişken; Nonis ve arkadaşları (1998) herhangi bir korelasyon tespit edememişlerdir. Gümüşgül (2018) ise çalışmasında 4' lük sistemde genel not ortalaması 2.00-2.50 arası olan üniversite öğrencilerinin zaman yönetimi anlayışlarının zaman planlaması alt boyutunda en yüksek olduğunu ifade etmiştir.

## Sonuç ve Öneriler

Sonuç olarak mevcut çalışma lise öğrencilerinin zaman yönetimi anlayışlarının herhangi bir spor dalı ile ilgilenme, günlük antrena süresi, haftalık antrenman yapılan gün sayısına göre anlamlı şekilde farklılaştığını göstermiştir. Buna rağmen öğrencilerin zaman yönetimi anlayışları ile akademik başarının bir göstergesi olarak akademik/genel not ortalamaları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

Zaman yönetimi eğitim gibi akademik bir alanda oldukça önemlidir debilebilir. Çalışmalar zamanını iyi yönetemeyen ve geç kalma gibi durumlara sahip öğrencilerin genel anlamda akademik başarıya ulaşmada zorluk yaşadıklarını ortaya koymuştur (Fritzsche ve arkadaşları 2003; Jackson ve arkadaşları 2003). Dolayısıyla zaman yönetiminin eğitim ile ilişkisinin incelenmesinde fayda olduğu düşünülmektedir.

Ayrıca mevcut çalışma planlanırken Ulakbim TR Dizin Sosyal Bilgiler veri tabanında 2000-2018 yılları arasında yapılan çalışmalarda zaman yönetimi başlığı aratılmış ve 28 çalışmaya rastlanmıştır. Bu çalışmalar genelde farklı bilim alanlarında yapılmış olsa da zaman yönetimi ve akademik başarı üzerindeki etkisini inceleyen çalışmalar mevcuttur (örn: Durmaz, Hüseyinli & Güçlü, 2016; Gayef, Tapan & Sur, 2017; Kibar, Fidan & Yıldırım, 2014; Tektaş & Tektaş, 2010). Fakat bahsi geçen çalışmaların hiçbiri zaman yönetimi ve spor ilişkisini odak noktası olarak almamışlardır. Dolayısıyla mevcut çalışmanın ileride yapılacak çalışmalarda farklı bakış açıları kazandırması düşünülmektedir.

## Kaynaklar

- Alay, S., & Koçak, S. (2003). Üniversite Öğrencilerinin Zaman Yönetimleri ve Akademik Başarıları Arasındaki İlişki.
- Ardahan, F. (2003). Küçük ve Orta Boy İşletme Yöneticileri İçin Zaman Yönetimi. Akdeniz Üniversitesi Yayını, 59.
- Balcı, A. (1990). Zaman Yönetimi. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi, 23.
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E., Akgün, Ö., Karadeniz, Ş. & Demirel, F. (2008). Bilimsel Araştırma Yöntemleri. Pegem Akademi, Ankara.
- Durmaz, M., Hüseyinli, T., & Güçlü, C. (2016). Zaman Yönetimi Becerileri İle Akademik Başarı Arasındaki İlişki. İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi, 5(7), 2291-2303.
- Erkan, S. (2001). Okul Psikolojik Danışma ve Rehberlik Programlarının Hazırlanması. Nobel, Ankara.

- Fidan, Y. (2011). Özel Sektör Ve Kamu Yöneticilerinin Zaman Yönetimi Davranışlarının Karşılaştırılması. Adıyaman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 6.
- Fritzsche, B., Rapp, B. & Hickson, K. (2003). Individual Differences in Academic Procrastination Tendency and Writing Success. *Personality & Individual Differences*, 35, 1549–1550.
- Gayef, A., Tapan, B., & Sur, H. (2017). Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu Öğrencilerinin Zaman Yönetimi Becerileri ile Akademik Başarıları Arasındaki İlişki. *Hacettepe Sağlık İdaresi Dergisi*, 20 (2), 247-258.
- Gumusgul, O. (2018). Comparison of Time Management Perception of Students Studying at Department of Physical Education and Sports Teaching and Program in Primary School Education. *Asian Journal of Education and Training*, 4(3), 224-227.
- Gürbüz, M., & Aydın, A. (2012). Zaman Kavramı ve Yönetimi. *Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 2.
- Jackson, T., Weiss, K., Lundquist, J. & Hooper, D. (2003). The Impact of Hope, Procrastination, and Social Activity on Academic Performance of Midwestern College Students. *Education*, 124, 310–320.
- Karaoğlu, B. (2015). Erciyes Üniversitesi Beden Eğitimi Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin Zaman Yönetimi Davranışlarının Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Erciyes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kayseri.
- Kaufman, J. 2004. The Last Word on Lateness. *Good Housekeeping*, 238, 41–43.
- Kibar, B., Fidan, Y., & Yıldırım, C. (2014). Öğrencilerin Zaman Yönetimi Becerileri İle Akademik Başarıları Arasındaki İlişki: Karabük Üniversitesi. *Business and Management Studies: An International Journal*, 2 (2), 136-153.
- Koç, N. (1981). Liselerde Öğrencilerin Akademik Başarılarının Değerlendirilmesi Uygulamalarının Etkililiğine İlişkin Bir Araştırma.
- Macan, T. H., Shahani, C., Dipboye, R. L., & Phillips, A. P. (1990). College Students' Time Management: Correlations with Academic Performance and Stress. *Journal of Educational Psychology*, 82(4), 760.
- Nonis, S. A., Hudson, G. I., Logan, L. B., & Ford, C. W. (1998). Influence of Perceived Control Over Time on College Students' Stress and Stress-Related Outcomes. *Research in Higher Education*, 39(5), 587-605.
- Sabuncuoğlu, Z., & Tüz, M. (2003). Örgütsel Psikoloji. Alfa Yayınları, Bursa.
- Tektaş, M., Tektaş, N. (2010). Meslek Yüksekokulu Öğrencilerinin Zaman Yönetimi ve Akademik Başarıları Arasındaki İlişki. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (23), 221-229.
- Üstün, Ü.D., Ersoy, A., & Berk A. (2017). An Investigation on Time Management and Communication Skills of Physical Education and Sport Students. *Sp. Soc. Int. J. Ph. Ed. Special Issue*, 20-24.
- Yıldırım, İ. (2000). Akademik Başarının Yordayıcısı Olarak Yalnızlık, Sınav Kaygısı ve Sosyal Destek. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18.

## Makale Alıntısı

Üstün, Ü.D. (2018). Bir Spor Dalı ile İlgilenen ve İlgilenmeyen Lise Öğrencilerinin Zaman Yönetimi Anlayışlarının İncelenmesi, [ An Investigation on Time Management Understandings of High School Students Who Engage or don't Engage in Sports ], *Spor Eğitim Dergisi*, Özel Sayı 1, 14-21.



Bu eser Creative Commons Atıf-GayriTicari 4.0 Uluslararası Lisansı ile lisanslanmıştır.