

**GAZİ BEDEN EĞİTİMİ
VE SPOR BİLİMLERİ
DERGİSİ**

Cilt
Sayı
Ocak



**XIII
1
2008**

**GAZİ JOURNAL OF
PHYSICAL EDUCATION
AND SPORTS SCIENCES**

Volume
Issue
January

İÇİNDEKİLER

**SPORDA PSİKO-SOSYAL
ALANLAR**

Zihinsel Engelli Çocukların
Fiziksel Aktivite Düzeylerinin
İncelenmesi

3 - 12

Dilara ÖZER
Özlem ETKER
Funda BARAN
Sibel NALBANT
C. Ece TOP

Çocukluk ve Ergenlikteki
Fiziksel Aktivite Deneyimleri İle
Yetişkinlikteki Fiziksel Aktivite Düzeyleri
Arasındaki İlişki

13 - 32

Uğur Altay MEMİŞ
İbrahim YILDIRAN

**HAREKET VE ANTRENMAN
BİLİMLERİ**

Üniversite Erkek Hentbol Takımında
Oynayan Hentbolcuların Oynadıkları
Pozisyonlara Göre Reaksiyon
Zamanlarının Karşılaştırılması

33 - 38

Hürmüz KOÇ
Kadir GÖKDEMİR

**BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR
ÖĞRETİMİ**

Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi
Beden Eğitimi ve Spor Bölümü
Özel Yetenek Sınav Verilerinin
Cinsiyet ve Alanlarına Göre Karşılaştırılması

39 - 50

Şenay KOPARAN
Füsun ÖZTÜRK

CONTENTS

**PSYCHO - SOCIAL AREAS IN
SPORT**

Investigation of Participating Status
Children With Intellectual Disabled to
Physical Activity

The Relationship Between Childhood
and Adolescence Physical Activity
Experiences and Adult
Physical Activity Level

**MOVEMENT AND TRAINING
SCIENCE**

Comparision of Reaction
Time of the University Male
Handball Players in
Terms of Their Position

**TEACING OF PHYSICAL EDUCATION
AND SPORTS**

A Comparision of Social Private Aptitude
Test of Uludağ University of Physical
Education and Sport Department's
According to Gender and Domain

Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi (Gazi BESBD), XIII (2008), 1

ZİHİNSEL ENGELLİ ÇOCUKLARIN FİZİKSEL AKTİVİTEYE KATILIM DURUMLARININ İNCELENMESİ

Dilara ÖZER *
Özlem ETKER *
Funda BARAN *
Sibel NALBANT *
C. Ece TOP *

ÖZET

Bu araştırma, ailelerinden alınan bilgiler doğrultusunda zihinsel engelli çocukların fiziksel aktivite düzeylerini yaş ve cinsiyet özelliklerine göre incelemek amacıyla yapılmıştır. Araştırmaya 32 kız, 45 erkek olmak üzere toplam 77 zihinsel engelli çocuk ailesi katılmıştır. Çalışmada "Çocuklar için Fiziksel Aktivite Formu" ve demografik özellikleri belirlemeye yönelik araştırmacı tarafından geliştirilen bir anket formu uygulanmıştır. Araştırma sonuçlarına göre, gerek çocukların gerekse ailelerin fiziksel aktiviteye katılım düzeylerinin düşük, ailelerin çocuklarının fiziksel aktiviteye katılım tutum puanlarının yüksek olduğu bulunmuştur ($p < .05$). Kız çocuklarının spor kulüplerine katılım oranlarının ve ailelerinin tutum puanlarının erkek çocukları ile karşılaştırıldığında istatistiksel olarak daha yüksek olduğu gözlenmiştir. Her iki cinsiyet grubunda da yaş açısından fiziksel aktivite durumlarında istatistiksel olarak önemli bir farklılık bulunmamıştır ($p > .05$). Çocukların fiziksel aktivite olanaklarının artırılması ile ilgili olarak okullara, ailelere ve diğer kurumlara yönelik önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar Kelimeler : Zihinsel engelli çocuk, Fiziksel aktiviteye katılım, anababa

Geliş tarihi: 13.06.2007; Yayına kabul tarihi: 09.01.2008

* Akdeniz Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu

INVESTIGATION OF PARTICIPATING STATUS CHILDREN WITH INTELLECTUAL DISABLED TO PHYSICAL ACTIVITY

ABSTRACT

The aim of this study was to investigate physical activity level of children with intellectual disabilities with regard to age and gender characteristics via data collecting by interviewing their parents. Participants were parents of 32 girls and 45 boys with intellectual disabilities. In this study parents completed "The NICHD Study of Early Child Care and Youth Development Parent Interview Of Child Physical Activity" and a questionnaire about demographics information developed by researchers. According to the results of this study, physical activity levels of both children and parents were low, parents' attitude scores toward their children's physical activity was high ($p < .05$). Compared to participating percentage of girls to sport clubs were higher than boys. Also, girls' parents got higher attitude scores than boys' parents. Independent t tests revealed that there was no significant difference in terms of age in both gender groups ($p < .05$). Researchers suggested to parents, schools and other foundations relating to increasing the physical activity level of children with intellectual disabilities.

Key words: Children with intellectual disabilities, Participating in physical activity, Parents

GİRİŞ

Zeka engeli, Dünya Sağlık Örgütü tarafından "zihinsel fonksiyonların normalin altında olması, iletişim, öz bakım, ev yaşamı, sosyal beceriler, akademik fonksiyonlar, kendini yönlendirme, sağlık ve güvenlik, serbest zamanlar, iş gibi öğrenme ve sosyal uyum sağlayıcı davranışların iki ya da daha fazlasında sınırlılığa sahip olma durumunun görülmesi" olarak tanımlanmıştır. Ağır düzeydeki gerilikten en hafif geriliğe kadar pek çok kişi bu tanım içinde yer almaktadır⁽¹⁾.

Zihinsel engelli çocukların engelsiz akranları ile aralarında bilişsel, duyuşsal ve motor gelişim özellikleri açısından ciddi farklılıklar olduğu, diğer alanlarda olduğu gibi fiziksel aktivitelere katılım ve fiziksel uygunluk düzeyi yönünden de yetersizlikler gösterdikleri bazı araştırmacılar tarafından ortaya konmuştur^(2,3,4).

Zihinsel özürlü bireylerin çoğunun (çocuk, yetişkin, adölesan) düzenli olarak bir fiziksel aktiviteye katılmadıkları, böylece düşük kalp-solunum uygunluğuna sahip oldukları⁽²⁾, hareketsiz yaşamlarından dolayı kalp hastalıkları, obezite, yüksek kolesterol gibi hareketsizlikle ilişkili risk faktörleri ile karşı karşıya oldukları belirtilmektedir⁽³⁾. Oysa, kardiyovasküler uygunluk, boş zaman aktiviteleri ve yaşam kalitesi için gereklidir. Zihinsel engelli bireylerin iş olanaklarının, daha çok bedenlerini ve ellerini kullanabilmelerine bağlı olduğu dikkate alındığında fiziksel uygunluk unsurlarının gelişimini desteklemek kaçınılmaz görünmektedir.

Yapılan çalışmalar fiziksel aktivitelere düzenli katılımın fiziksel uygunluğu geliştirdiği ve risk faktörlerini azalttığı yönündedir^(5,6). Frey ve arkadaşları (1999) aktif olan zihinsel özürlü bireylerle sedanter yaşayan bireyleri karşılaştırdıkları çalışmalarında, aktif olan grubun kardiyovasküler uygunluklarının yüksek olduğunu, yaşam şeklinin (aktif veya sedanter) genel popülasyonda olduğu gibi zihinsel özürlü bireylerin de kardiyovasküler uygunluk düzeyleri üzerinde etkili olduğunu

belirtmişlerdir⁽⁷⁾. Draheim ve ark. (2003) haftada beş ya da daha fazla şiddetli orta dereceli fiziksel aktiviteye katılan zihinsel engelli yetişkinlerin haftada beşten az fiziksel aktiviteye katılan zihinsel engelli yetişkinlerden daha az kalp-solunum hastalıkları risk faktörlerine sahip olduklarını rapor etmişlerdir⁽⁶⁾. Balic ve ark. (2000), Özel Olimpiyatlara katılan Down Sendromlu yetişkinlerin, fiziksel olarak aktif olmayan Down Sendromlu yetişkinlerden daha kuvvetli ve aerobik olarak fit olduklarını rapor etmişlerdir. Kontrollü laboratuvar çalışmalarında egzersiz programlarını takiben zihinsel engelli yetişkinlerin aerobik uygunluklarının arttığı ve total beden yağlarının azaldığı saptanmıştır⁽⁸⁾.

Zihinsel özürli çocukların dikkat süreleri kısa ve öğrenme yetenekleri oldukça azdır. Fiziksel uygunluk programları, çocukların mental düzeylerinde herhangi bir değişiklik yapmamakla birlikte fiziksel uygunluk düzeylerini geliştirmekte, dikkat ve öğrenme yeteneklerini, psikolojik alt sistemleri olumlu yönde etkilemekte ve toplumla entegrasyonunda önemli yer tutan uyum sağlayıcı davranışların gelişmesine katkıda bulunmaktadır⁽⁹⁾.

Bu araştırmanın amacı, ailelerden alınan bilgiler doğrultusunda zihinsel engelli çocukların fiziksel aktivite düzeylerini yaş ve cinsiyet özelliklerine göre incelemektir.

YÖNTEM

Katılımcılar

Araştırma, ilköğretim okullarının özel eğitim sınıflarına ve Akdeniz Üniversitesi Özel Sporcular Spor Eğitim Programına devam eden 32 kız (12.66±2.97 yıl), 45 erkek (13.90±3.67 yıl) olmak üzere toplam 77 zihinsel engelli çocuğun anne ve babaları üzerinde gerçekleştirilmiştir.

Araştırmaya katılan çocuklarının minimum ve maksimum yaş değerleri kız çocukları için 8.50-19 yıl, erkek çocukları için 8-23.28 yıldır. Kız ve erkek çocukları için Fiziksel Aktivite Formlarından elde edilen puanlar, yaşlara göre iki grup halinde istatistiksel değerlendirmeye tabi tutulmuştur. Kız çocuklarında birinci yaş grubu ortalaması 10.61 ± 1.23 yıl, n=20, ikinci yaş grubu ortalaması 16.09±1.50 yıl, n=12 dir. Erkek çocuklarında birinci yaş grubu ortalaması 11.06±1.66 yıl, n=25, ikinci yaş grubu ortalaması 17.42±2.13 yıl, n=20 dir.

Ailelerine Fiziksel Aktivite Formu uygulanan çocukların % 68.8'i mental retardasyon, %15.6'sı Down Sendrom, % 6.5'i otizm, % 9.1'i bedensel engelin eşlik ettiği zihinsel engel tanısı konan çocuklardan oluşmaktadır.

Veri Toplama aracı

Veri toplama aracı olarak zihinsel engelli çocuğu olan aileler üzerinde " Fiziksel Aktivite Formu" (FAF)⁽¹⁰⁾ ve demografik özelliklerini belirlemeye yönelik araştırmacı tarafından geliştirilen bir anket formu uygulanmıştır.

Bu formun amacı çocukların fiziksel aktiviteleri ile ilgili olarak ailesel destek hakkında veri toplayabilmektir. Dört bölüm ve 13 maddelik bir anketten oluşmaktadır. İlk bölüm çocuğun fiziksel aktivitesi ile ilgili olarak ailesel destekle ilgili, ikinci bölüm ailenin fiziksel aktiviteye yönelik tutumu, üçüncü bölüm çocuğun fiziksel aktiviteye katılımı, dördüncü bölüm ailenin fiziksel aktiviteye kişisel katılımı ile ilgili soruları içermektedir. Fiziksel Aktivite Formu ekte sunulmuştur.

Veri Toplama Aracının Uygulanması

Fiziksel aktivite anketi ve demografik özellikleri belirlemeye yönelik anket formu örneklem olarak seçilen ilköğretim okullarında uygulanmıştır. Anket formları anne babalarla karşılıklı görüşme yöntemi kullanılarak uygulanmıştır. Anket formu, başındaki açıklamalar prosedürde açıklandığı gibi yüz yüze okunarak araştırmacılar tarafından uygulanmıştır. Annelerin tam yanıtları kaydedilmiştir ve yanıtlara geribildirim verilmesinden kaçınılmıştır.

Verilerin Çözümlemesi

Verilerin çözümlemesinde, Excel programı kullanılarak aritmetik ortalama, standart sapma hesaplanmış, sayı ve yüzdeleri alınmıştır. Bağımsız gruplarda t-testi ve Khi-Kare analizi yapılmıştır.

BULGULAR

Araştırmaya katılan çocukların aileleri ile ilgili demografik bilgiler Çizelge 1' de sunulmuştur.

Çizelge 1. Araştırmaya Katılan Zihinsel Engelli Çocukların Ailelerinin Demografik Özellikleri

ÖZELLİKLER	ANNE		BABA	
	N	%	N	%
SAĞ ÖLÜ	77	100.0	74	96.1
	-	0	3	3.9
	Toplam	77	77	100.0
EĞİTİM DURUMU	Okur-yazar olmayan	9	3	4.0
	İlkokul	44	37	50.0
	Orta öğretim	13	24	32.4
	Yüksek Öğretim	11	10	13.5
	Toplam	77	74	100.0
MESLEK	Çalışmıyor	64	-	0
	İşçi	4	19	25.3
	Emekli	1	11	14.7
	Memur	7	14	18.7
	Serbest	1	29	38.7
	Bilinmeyen	-	2	2.7
	Toplam	77	75	100.0

Araştırmaya katılan tüm çocukların annelerinin yaş ortalamaları 40.4 ± 6.2 yıl, babaların yaş ortalamaları 44.7 ± 7.0 yıl olarak bulunmuştur. Annelerin % 57.1'i, babaların % 50.0'ı ilkokul mezunu, annelerin % 83.1'i ev hanımı, babaların ise % 38.0'ı serbest meslek sahibi, %25.3'ü işçidir.

Çizelge 2. Zihinsel Engelli Çocukların Fiziksel Aktivite Puanlarının Cinsiyete Göre İncelenmesi

BÖLÜM	FİZİKSEL AKTİVİTE (FA)	KIZ X±SS	ERKEK X±SS	p
1	Çocuğu FA katılımı için destekleme	2,88±1,85	2,96±1,66	0,84
	Çocukla birlikte FA ye katılma	1,16±1,56	1,53±1,90	0,37
	Çocuğun FA için ulaşımını sağlama	1,56±1,34	2,36±1,49	0,02*
2	Toplam puan	5.59±3.54	6.84±4.08	0.17
	Çocuk FA katılmaktan hoşlanır	4.50± 0.87	4.64± 0.60	0.40
	Her gün FA katılımı önemlidir.	4.41± 0.74	4.18± 0.90	0.25
	Her gün BE ne katılması önemlidir.	4.56± 0.56	4.36± 0.76	0.20
	Çocuğu FA için desteklemek önemlidir.	4.53± 0.66	4.44± 0.68	0.58
	Aile FA katılmaktan hoşlanır.	3.81± 1.01	3.62± 1.16	0.46
	Toplam puan	21.81±2,31	21.24±2.90	0.18
3	Haftalık beden eğitimi ders günü	1.00±0.50	1.07±0.61	0.62
4	Anne ve babanın FA katılma sıklığı	1.63±2.26	1.58±2.35	0.93

*p<0.05

Tüm çocukların fiziksel aktiviteleri sadece cinsiyet faktörüne göre incelendiğinde ailelerin tutumu ve çocuğun fiziksel aktiviteye katılabilmesi için ulaşımını sağlama yönünden istatistiksel olarak anlamlı farklılık elde edilmiştir (p<0.05). Erkek çocuk aileleri çocuklarının fiziksel aktiviteye katılabilmesi için ulaşımını sağlama yönünden (2.36 ± 1.49) kız çocuk ailelerinden (1.56 ± 1.34) daha yüksek puan almışlardır.

Çizelge 3. Anne Babanın Çocuğu Fiziksel Aktiviteye Yönlendirme ve Çocuklarının Fiziksel Aktiviteye Katılmalarına Yönelik Tutumlarının Yaş ve Cinsiyet Özelliklerine Göre İncelenmesi

		KIZ X±SS	ERKEK X±SS	p
FA' ye	1. yaş grubu	5.80±3.78	8±4.64	0.14
YÖNLENDİRME	2. yaş grubu	5.25±3.09	5.75±2.90	0.68
FA'ye YÖNELİK	1. yaş grubu	22.15±2.50	22.09±2.45	0.76
TUTUM	2. yaş grubu	21.25±1.83	20.40±3.18	0.36

Anne ve babaların çocuklarını fiziksel aktiviteye yönlendirmeleri ve çocuklarının fiziksel aktiviteye katılmalarına yönelik tutumları açısından yaş ve cinsiyet grupları arasında istatistiksel olarak önemli bir farklılık bulunmamıştır ($p>0.05$). İki yaş grubu arasında, anne ve babaların çocuklarını fiziksel aktiviteye yönlendirmeleri açısından kızlarda $p=0.67$, erkeklerde $p=0.10$, çocuklarının fiziksel aktiviteye katılmalarına yönelik tutumları açısından kızlarda ($p=0,27$), erkeklerde $p=0.09$ olarak bulunmuştur.

Çizelge 4. Araştırmaya Katılan Zihinsel Engelli Çocukların Yaş Gruplarına Göre Spor Kulüplerine Katılma Durumlarının İncelenmesi

SPOR KULÜPLERİ	1. YAŞ		2. YAŞ		TOPLAM	
	N	%	N	%	N	%
Katılan	17	53.1	26	57.8	43	5.8
Katılmayan	15	46.9	19	42.2	34	44.1
TOPLAM	32	100.0	45	100.0	77	100.0

Yapılan istatistik analiz sonucu $X^2=0.164$, $p=0.685$ olarak bulunmuştur. Bu sonuçlarda yaş gruplarına göre spor kulüplerine katılma durumu istatistiksel olarak önemsiz bulunmuştur ($p>0.05$).

Çizelge 5. Araştırmaya Katılan Zihinsel Engelli Çocukların Cinsiyetlerine Göre Spor Kulüplerine Katılma Durumlarının İncelenmesi

	KIZ		ERKEK		TOPLAM	
	N	%	N	%	N	%
Katılan	24	75.0	26	57.8	43	55.8
Katılmayan	8	25.0	19	42.2	34	44.1
TOPLAM	32	100.0	45	100.0	77	100.0

Yapılan istatistik analiz sonucu $X^2=8.148$, $p=0.004$ olarak bulunmuştur. Bu sonuçlara göre cinsiyet gruplarına göre spor kulüplerine katılma durumu istatistiksel olarak önemli bulunmuştur ($p<0.05$).

TARTIŞMA

Bu araştırma, zihinsel engelli çocukların fiziksel aktivitelere katılım düzeylerini incelemek amacıyla yapılmıştır. Veriler yaş ve cinsiyet değişkenleri temel alınarak istatistiksel analize tabi tutulmuştur.

Araştırmaya katılan ailelerin eğitim düzeylerinin düşük ve daha çok işçi ve serbest meslek sahibi oldukları görülmektedir. Ailelerin gelir durumları ile ilgili bir bilgi alınmamakla birlikte, eğitim ve meslek durumları dikkate alındığında genel olarak düşük sosyo-ekonomik düzeye sahip oldukları söylenebilir.

Aile formunun birinci bölümü tipik bir hafta boyunca çocuğun fiziksel aktiviteye katılım düzeyi ile ilgili 3 maddeden oluşmaktadır. Tipik bir hafta boyunca ailenin çocuğu fiziksel aktiviteye katılması için destekleme, çocukla birlikte fiziksel aktiviteye katılma ve çocuğu tesise getirip götürme sıklıkları ile ilgili maddeleri içermektedir. Bu bölümden alınabilecek en yüksek puan 21 olmasına rağmen ailelerin verdiği bilgiler doğrultusunda kız çocukları için 5.59 ± 3.54 , erkek çocukları için 6.84 ± 4.08 puan elde edilmiştir. Bu puanlar zihinsel engelli çocukların fiziksel aktiviteye katılmalarının oldukça düşük olduğunu göstermektedir. Düşük katılım ailelerin ekonomik olanaksızlıklarından, bu çocuklara özgü fiziksel aktivite programlarının yetersiz olmasından ya da ailenin çocuklarını fiziksel aktivite programlarına nasıl yönlendireceğini bilememesinden kaynaklanabilir. Bu saptamanın yurtdışı çalışmalarla benzerlik gösterdiği söylenebilir. Faison-Hodge ve Poretta (2004), engelli çocukların, özellikle de zihinsel engelli çocukların, engelsiz akranlarıyla karşılaştırıldıklarında fiziksel aktivite tesislerinden daha az yararlanma, düşük motivasyon, sedanter bir yaşam ve düşük fiziksel aktivite yeteneğine sahip olduklarını belirtmektedirler⁽¹¹⁾. Zihinsel engelli öğrencilerin motor becerilerindeki yetersizlik ve hareketsiz yaşamlarından dolayı daha fazla risk altında oldukları bilinen bir gerçektir. Sağlıkla ilgili bu kaygılar eğitimcilerin ve yetkililerin en çok önem verdikleri konu olmasına rağmen, ülkemizde olduğu gibi diğer ülkelerde de halen birçok okul ve bölge engelli öğrencilerin hareketsiz yaşamlarını engelleme konusunda harekete geçmemiştir.

Fiziksel aktiviteye katılım açısından bu bölümde yaşa ve cinsiyete göre toplam puanda önemli bir farklılık bulunmamakla birlikte erkek aileleri (erkek, 2.36 ± 1.49 ; kızlar, 1.56 ± 1.34) çocuklarının fiziksel aktiviteye ulaşmalarını sağlama maddesinden daha yüksek puan almışlardır. Ailenin çocuğun ulaşımını sağlamasını, daha ilgili ve koruyucu olmaları, çocuğun engel düzeyinin ağır olması, yaşın küçük olması gibi faktörler etkileyebilir. Hafif derecede zihinsel engelli çocuklar daha çok bağımsızlık kazanabilmekte böylece ulaşmaları için anne ve babaya gereksinim duymamaktadırlar.

Çocukların fiziksel aktiviteye katılım düzeyleri oldukça düşük olmasına rağmen, ailelerin çocuklarının fiziksel aktiviteye katılmalarına ilişkin tutumları oldukça yüksek bulunmuştur. Beş ayrı maddeden oluşan bu bölümden alınabilecek en yüksek puan (25) ile karşılaştırıldığında her

iki grup ailenin de çocukların fiziksel aktivitesine önem verdikleri açıkça görülmektedir. Yaş değişkeni gözetilmeksizin cinsiyet faktörüne göre veriler analiz edildiğinde, ailelerin çocuğun fiziksel aktivitesine yönelik tutumlarında madde düzeyinde önemli bir farklılık gözlenmemiştir.

Genel olarak fiziksel aktivite formundan elde edilen fiziksel aktiviteye yönelik tutum puanının yüksek, katılım düzeyinin düşük olması zihinsel engelli çocukların yararlanmaları için tesis, program ve öğretmen açısından yetersizlikleri düşündürmektedir. Belediyelerin, okulların ve Gençlik Spor İl Müdürlüklerinin zihinsel engelli çocuklara yönelik spor programları bulunmadığından bir ölçüde bu olanaklardan yararlanmak ekonomik bir gücü gerektirmektedir.

Fiziksel aktivite aile formunun üçüncü bölümü iki maddeden oluşmaktadır. İlk madde haftalık okuldaki beden eğitimi sıklığı ile ilgilidir. Ülkemizde tüm ilköğretim okullarında beden eğitimi ders saati aynıdır. Bazı ülkelerde olduğu gibi çeşitli bölgelere göre değişiklik göstermemektedir. Tüm çocuklar için beden eğitimi ders saati okullarda aynı olmasına rağmen (haftada bir gün, günde iki saat), bu araştırma bulgularına göre kız ve erkek çocuklarına ait ortalama değerler farklı bulunmuştur. Bu farklı sıklıkların, bazı çocukların ilköğretim okuluna gitmemesinden kaynaklanabileceği düşünülmektedir. Beden eğitimi dersi zihinsel engelli çocukların en çok sevdikleri ve en başarılı oldukları bir ders olmasına rağmen halen programda beklenen değişikliğe gidilmemiştir. Bu çocukların akademik becerilerden ziyade fiziksel becerilere dayalı mesleklere yönlendirilmeleri de göz önüne alındığında beden kontrollerini ve hareket becerilerini geliştirmeyi hedefleyen bu derslerin önemi ortaya çıkmaktadır.

Bu bölümün ikinci maddesi çocukların bir önceki yıl bir spor kulübüne katılıp katılmadıkları ile ilgilidir. Spor kulüplerine katılmalarında yaş değil ama cinsiyet önemli bir faktör gibi görünmektedir. Kız çocuklarının spor kulübüne katılma oranları yüksek bulunmuştur (kızlar, %75.0; erkekler, %57.8). Bu spor kulübü ve Antalya'da tek olan zihinsel engelli çocuklara hizmet veren "Özel Sporcular Spor Eğitim Programı"dır. Türkiye'de eğitim alanında yaşanan eşitsizlikler hâlen geçerliliğini koruyan önemli bir sorundur. Bu eşitsizliklerin başında ise toplumsal cinsiyete dayalı eşitsizlik gelmektedir. Toplumumuzda karar verme mekanizmalarında, girişimcilikte, siyasette ve istihdamda, kısaca yaşamın her alanında görülen, kadınlar aleyhine tabloyu eğitimde de görmek mümkündür. Toplumsal Cinsiyet kavramı, kadın ve erkek arasındaki eşitsizliklerin biyolojik farklılıklardan öte toplumsal yapıda kurulmuş olduğunu ifade eder⁽¹²⁾. Çalışmamızda erkek ve kız çocukları karşılaştırıldığında, kız çocuklarının spor kulüplerine aileler tarafından daha fazla yönlendirilmesi ailelerin geleneksel eğilimleri aştıklarını, spor gereksinimi konusunda farkındalıklarının arttığını düşündürmektedir. Toplumumuzda, kız çocuklarının spor etkinliklerine katılım konusunda dezavantajlı olduğu bilinmektedir. Ailelerin ilgi ve desteği ile, bu dezavantajın, araştırmaya dahil olan bu özel grup içindeki kız çocukları için geçerli olmadığı söylenebilir.

Dördüncü ve son bölüm ailelerin tipik bir hafta boyunca fiziksel aktiviteye katılım sıklıkları ile ilgilidir. Bu bölümden alınabilecek en yüksek puan 7'dir. Çocukların fiziksel aktiviteye katılım puanlarına (kızlar, 2.88 ± 1.85 ; erkekler, 2.96 ± 1.66) benzer olarak ailelerin de fiziksel aktivite puanları (kız anababaları, 1.63 ± 2.26 ; erkek anababaları, 1.58 ± 2.35) düşüktür. Sadece çocukların değil ailelerin de spor yapma alışkanlığının olmadığı, böylece hem çocuklarına olumlu model teşkil edemedikleri hem de sağlıklarının risk altında oldukları düşünülmektedir.

Bu sonuçlar, ailelerin çocuklarının fiziksel aktiviteye katılmalarına önem verdiklerini ancak fiziksel aktivitelerden yeterli derecede yararlandıramadıklarını ortaya koymaktadır. Zihinsel engelli çocukların fiziksel aktiviteye katılım düzeylerinin yükseltilmesinde, Milli Eğitim Bakanlığına, Gençlik Spor Genel Müdürlüğüne ve yerel yönetimlere büyük görevler düşmektedir. Özel eğitim sınıflarının beden eğitimi derslerinin beden eğitimi öğretmenleri tarafından yürütülmesi ve okul dışı beden eğitimi etkinliklerinin düzenlenmesi, özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerine beden eğitimi öğretmeni çalıştırma zorunluluğunun getirilmesinin zihinsel engelli çocukların fiziksel aktiviteye katılım düzeylerini artırmada büyük katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

KAYNAKLAR

1. KREBS, P. L. (1995). Mental Retardation. Adapted Physical Education And Sport (Ed: J. P. Winnick). Human Kinetics Books Champaigne, Illinois.
2. FERNHALL, B. (1993). Physical Fitness and Exercise Training of Individuals With Mental Retardation. Medicine and Science in Sport and Science, 25, 442-450.
3. PITETTI, K. H., & CAMPBELL, K. D. (1991). Mentally Retarded Individuals: A population at Risk? Medicine and Science in Sports and Exercise, 23(5), 586-593.
4. CARTER, G., & JANCAR, J. (1983). Mortality in the Mentally Handicapped: A 50 Year Survey at the Stoke Park Group of Hospitals (1930-180). Journal of Mental Deficiency Research, 27, 143-156.
5. PITETTI, K. H., & TAN, D. M. (1990). Cardiorespiratory Responses of Mentally Retarded Adults to Air-brake Ergometry and Treadmill. Exercise Archives of Physical Medicine and Rehabilitation, 71, 318-321.
6. DRAHEIM, C. C., WILLIAMS, D. P., & MCCUBBIN, J. A. (2003). Cardiovascular Disease Risk Factor Differences Between Special Olympians and Non-Special Olympians. Adapted Physical Activity Quarterly. Vol.20, Issue 2, 118-133.
7. FREY, G. C., MCCUBBIN, J. A., HANNIGAN-DOWNS, S., KASSER, S. L., SKAGGS, S. O. (1999). Physical Fitness of Trained Runners With and Without Mild Mental Retardation. Adapted Physical Activity Quarterly. 16, 126-137.
8. BALIĆ, M. G., MATEOS, E. C., BLASCO, C. G., & FERNHALL, B. (2000). Physical Fitness Levels of Physically Active and Sedentary Adults With Down Syndrome. Adapted Physical Activity Quarterly, 17, 310-321.
9. www.ozida.gov.tr. ÜN YILDIRIM, N., & YILMAZ, İ. (2004). Mental Retardasyon ve Fiziksel Uygunluk. Özveri. T.C. Başbakanlık Özürlüler İdaresi Başkanlığı Hakemli-Sürelî Yayın. Cilt 1, Sayı 1.
10. <http://secc.rti.org/display.cfm?t=f&i=FPA06X5>
11. FAISON-HODGE PORRETTA, D. (2004). Physical Activity Levels of Students With Mental Retardation and Students Without Disabilities. Adapted Physical Activity Quarterly 21(2), 139-152.
12. http://www.kizlaricinestim.net/upload/sivil_izleme_grubu_raporlari_2005.pdf

ÇOCUKLAR İÇİN FİZİKSEL AKTİVİTE FORMU

EK

Ad-Soyad :

Tarih:

Çocuğa Yakınlık derecesi :

Uygulanma Şekli: (Anne babaya yüksek sesle okuyunuz.)Sizden; çocuğunuzun fiziksel aktiviteleri, sizin çocuğunuzun aktivitelerine katılımınız, çocuğunuzun fiziksel aktiviteleri ile ilgili görüşleriniz ve hatta sizin fiziksel aktiviteleriniz ile ilgili bazı sorulara cevap vermenizi isteyeceğim. Lütfen her bir soru için bir tane cevap işaretleyiniz.

Tüm sorular için, lütfen şu tanımları göz önünde bulundurun.

Orta derecede fiziksel aktivite: Normal yürüyüş hızınızdaki aktiviteler

Sıradan Hafta:Yıl boyunca çok sık tekrar eden, bir çok haftayı temsil eden benzer aktivitelerin yapıldığı hafta.

BÖLÜM 1	0	1	2	3	4	5	6	7
1.1 Tipik bir hafta süresince, haftada kaç gün çocuğunuzu fiziksel aktiviteye spor yapmaya teşvik edersiniz?								
1.2 Tipik bir hafta süresince, haftada kaç gün siz (veya evinizdeki bir başka yetişkin) çocuğunuzla birlikte fiziksel aktiviteye katılırsınız.								
1.3 Tipik bir hafta süresince, haftada kaç gün siz veya ailenin başka bir üyesi çocuğunuzun fiziksel olarak aktif olabileceği, spor yapabileceği yerlere getirip götürürsünüz?								

BÖLÜM 2

Aşağıdaki ifadelere ne derecede katılıyorsunuz?	Kesinlikle katılmıyorum	Katılmıyorum	Fikrim yok	Katılıyorum	Kesinlikle katılıyorum
2.1 Çocuğum fiziksel aktivitelere katılmaktan, spor yapmaktan hoşlanır.					
2.2 Benim için, çocuğumun hemen hemen her gün en az yarım saat yüksek performans gerektirmeyen (Yavaş koşu, hızlı yürüyüş, vb) egzersizleri yapması önemlidir.					
2.3 Çocuğumun okulda hemen hemen her gün kaliteli bir beden eğitimi dersine katılması benim için önemlidir.					
2.4 Çocuğumu düzenli olarak fiziksel anlamda aktif olmaya teşvik etmek benim için önemlidir					
2.5 Kendim fiziksel aktivitelere katılmaktan spor yapmaktan hoşlanırım.					

BÖLÜM 3

	0	1	2	3	4	5	6	7
3.1 Çocuğunuz genellikle haftada kaç gün okulda beden eğitimi derslerine katılır?								
3.2 Geçtiğimiz yıl süresince, çocuğunuz yaşatlarının yer aldığı bir spor takımı veya kulübüne katıldı mı? (okul veya okul dışı takımlar)								

Cevabınız EVET ise; çocuğunuz aşağıdaki branşların hangisine katıldı? (Branşları lütfen daire içine alınız.);

Masa tenisi	Judo/Karate	Tenis	Futbol	Voleybol
Kayak	Basketbol	Yüzme	Atletizm	Kaykay
Dans	Paten	Bahçede oynanan sporlar	Başka (Lütfen belirtiniz)	

BÖLÜM 4

	0	1	2	3	4	5	6	7
4.1 Sıradan bir hafta süresince, haftada kaç gün en az 30 dakikanızı bir spor aktivitesi veya egzersiz için ayırırsınız?								

ÇOCUKLUK VE ERGENLİKTEKİ FİZİKSEL AKTİVİTE DENEYİMLERİ İLE YETİŞKİNLİKTEKİ FİZİKSEL AKTİVİTE DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

Uğur Altay MEMİŞ *

İbrahim YILDIRAN **

ÖZET

Bu çalışmanın amacı çocukluk ve ergenlikteki fiziksel aktivite deneyimleri ile yetişkinlikteki fiziksel aktivite düzeyi arasındaki ilişkinin belirlenmesidir. Araştırmaya 2005-2006 yıllarında üniversitelerin Ankara il merkezinde görev yapmakta olan tesadüfi örneklem yoluyla seçilen 752 öğretim elemanı katılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak "Çocukluk ve Ergenlik Fiziksel Aktivite Biçimleri Anketi" ile "Cooper Anketi", verilerin çözümlenmesinde ise t testi, pearson korelasyon katsayısı ve çoklu regresyon analizi kullanılmıştır. Bulgulara göre, erkekler ile bayanların yetişkinlikteki fiziksel aktivite (YFA) düzeyleri arasında manidar farklılık vardır ($p<0,05$). Erkekler ilköğretim yılları dışında beden eğitimi derslerine bayarlardan daha fazla katılmakta ve ergenlik çağından itibaren kız öğrencilerin beden eğitimi derslerine katılım ve tutumları azalmaktadır. Ergenlik yıllarından itibaren erkekler ile bayanlar arasında dışarıda yapılan fiziksel aktivitelere katılım puanları arasında erkekler lehine manidar farklılıklar gözlenmiştir ($p<0,05$). Üniversite yıllarındaki fiziksel aktivitelere katılım puanları ile lise ve üniversitedeki fiziksel aktivitelere katılımdan hoşlanma puanları, yetişkinlikteki fiziksel aktivite düzeyinin yordayıcısıdır. Sonuç olarak, ergenlikten itibaren özellikle beden eğitimi derslerinde bayanların katılımlarını artıracak ve de tutumlarını olumlu yönde geliştirecek etkinlikler düzenlenmelidir. Okullarda yapılan sportif faaliyetlere ve spor branşlarındaki kurslara katılanların bu aktivitelere karşı tutumları çok olumlu olduğundan öğrenciler, aileler ve öğretmenler tarafından okul içi ve dışı spor ve kurs aktivitelere teşvik edilmelidir. Erkek ve bayan öğretim elemanlarının sağlıklı yaşam tarzından kurtulmaları için fiziksel aktivite alışkanlığını benimsemeleri ve buna zaman ayırmaları gerekmektedir. Ayrıca, öğrencilerin lise ve üniversitelerde fiziksel aktivitelere katılımları ve bu yönde olumlu tutumlar geliştirmeleri, yetişkinliklerinde fiziksel olarak aktif bireyler olmaları açısından son derece önemlidir.

Anahtar Kelimeler: Gelişim Dönemleri, Fiziksel Aktivite Düzeyi, Öğretim Elemanı.

Geliş tarihi: 19.10.2007; Yayına kabul tarihi: 17.01.2008

* Zonguldak Karaelmas Üniversitesi Ereğli Eğitim Fakültesi, ZONGULDAK

** Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, ANKARA

THE RELATIONSHIP BETWEEN CHILDHOOD AND ADOLESCENCE PHYSICAL ACTIVITY EXPERIENCES AND ADULT PHYSICAL ACTIVITY LEVEL

ABSTRACT

The aim of this research was to find out the relationship between childhood and adolescence physical activity experiences and adult physical activity level. Randomly selected 752 academicians, working in universities in Ankara city centre during 2005-2006, participated in the research. "Childhood and Adolescent Physical Activity Patterns Questionnaire" and "Aerobics Center Longitudinal Study Physical Activity Questionnaire" were used for data collection. T Test, Pearson Correlation Coefficient and multiple regression analysis were used statistically. According to the results, there was a significant difference between adult physical activity level of men and women ($p<0,05$). Boys participated in physical education classes more than girls except for elementary school years and during and after adolescence girls' participation and attitude toward physical education classes decreased. From the adolescence years it was seen that there were significant differences between girls' and boys' participation in informal physical activities outside ($p<0,05$). Boys' participation level was higher. Physical activity participation level in university years and both high school and university years' enjoyment level were predictors of adult physical activity level. Consequently, from the beginning of adolescence, activities should be organized for increasing girls' participation in especially physical education classes and their attitudes towards these classes. As the level of attitudes of participants in both organized sports activities and sport specific courses were very high, students should be encouraged to these activities by their teachers and parents. Both male and female academicians should take physical activity up as a habit to get rid of unhealthy life style. Besides, to become a physically active adult it is very important for students' participation in physical activities during university years and their positive attitudes towards these activities in both high school and university years should be provided as much as possible.

Key Words: Developmental Levels, Physical Activity Level, Academician.

GİRİŞ

Sağlıklı yaşamın en önemli unsurlarından biri de fiziksel aktivitedir. Fakat gelişen teknoloji ile birlikte insanlar, ev ve işyerlerinde eskiye oranla daha fazla oturarak vakit geçirmeye başlamış, bu da sedanter bir yaşam tarzının benimsenmesine sebep olmuştur⁽²⁰⁾. Sedanter yaşam, uzun dönemde vücuttaki yağ artışı hızlandıracağından, bu kişilerin aşırı kilolu ve obez olma riski taşıdıkları ve buna bağlı olarak diyabet, yüksek tansiyon, yüksek kolesterol ve astım gibi hastalıkların da ortaya çıkabileceği bilinmektedir⁽⁶⁾. Türkiye'de 2002 yılında 3181 kişi (1314 erkek, 1867 kadın) şeker hastalığından, 2373 kişi (993 erkek, 1380 kadın) hipertansiyondan ve 52403 kişi de (27455 erkek, 24948 kadın) kalp hastalıklarından (kronik romatizmal kalp hastalığı hariç) ölmüştür⁽²⁸⁾. Yetişkinlikte ortaya çıkan, kaynağında sedanter yaşamın da etken olduğu bu rahatsızlıkların yeni nesiller için engellenebilmenin en iyi yollarından biri, çocukluk yıllarında fiziksel aktivite alışkanlığı kazandırmaktır^(11,21). Yapılan araştırma sonuçları çocukluk ve ergenlik yıllarında yapılan yüksek düzeyde fiziksel aktivite ile yetişkinlikteki aktivite düzeyi arasında olumlu bir ilişki olduğunu ortaya koymaktadır^(26,27,30,31). Fiziksel aktivite alışkanlığı nasıl sonraki yıllara taşıyorsa, sedanter yaşam tarzı da çocuklukta benimsendiğinde, yetişkinlikte de kendini göstermektedir. Bundan dolayı, düzenli fiziksel aktivite biçimleri gösteremeyen çocukların, yetişkinliklerinde de sedanter bireyler olma riski taşıyacakları bir gerçektir⁽¹⁹⁾.

Düşük fiziksel aktiviteye bağlı olarak ortaya çıkan kalp-damar hastalıklarının risk faktörleri ve sedanter yaşam tarzı, özellikle çocukluk çağında başlamaktadır⁽⁴¹⁾. Çocuklarda obezite, kan basıncının artmasına ve gelecekte ortaya çıkabilecek kalp ve damar hastalıklarına sebep olmakta, yetişkinlikte hastalıklarla dolu bir yaşamı ve erken yaşta ölümü de beraberinde getirmektedir. Bu yüzden sağlıklı bir nesil yetiştirmek için, çocukluk çağında bireylere fiziksel aktivitelere katılım ve bu katılımlara olumlu bir tutum kazandırmak çok önemlidir⁽³⁵⁾.

Sedanter davranış biçimi sergileyen çocuklar da ilerleyen yıllarda bu alışkanlıklarını devam ettirmektedir⁽³³⁾. Örneğin, Pate ve arkadaşları ABD'de yaptıkları çalışmalarında, ilköğretim 5. sınıf öğrencilerinin yüksek bir oranının düşük düzeyde fiziksel aktivite yaptığını ve bu davranış biçimini 7. sınıfta da sürdürdüğünü, tespit etmişlerdir⁽²¹⁾. Fiziksel aktivitenin eksikliği ise çocuklar arasında obezite riskini artırmaktadır⁽¹¹⁾.

ABD'de Ulusal Beden Eğitimi ve Spor Birliği'nin (National Association for Sport and Physical Education) 6-12 yaş arası çocuklar için yayınladığı önerilerde, çocukların yaşlarına uygun olarak günlük en az 60 dak. ve tercihen hergün, orta veya yüksek şiddette fiziksel aktivitelere katılmaları, hergün 15'er dakikalık periyotlarla ve dinlenme aralıklarıyla fiziksel aktivite yapmaları, yaşlarına uygun olarak düzenlenmiş farklı aktivitelere (tek tip değil) katılmaları, iki saatten fazla süren sedanter davranış biçimlerinden (TV, video izleme ve bilgisayar oyunları oynama ve internette sörf yapma gibi) kaçınmaları gerektiği belirtilmektedir⁽¹⁹⁾.

Çocukların özellikle ergenlik çağında okul saatleri içinde, okul dışındaki vakitlerinden daha aktif oldukları gözlenmiştir⁽²⁵⁾. Bu sonuç, ergenlik düzeyi çocuklarının fiziksel aktivite düzeylerini artırmak için en uygun ortamın okul olduğunu göstermektedir. Bu yüzden okullarda yapılan sportif faaliyetlerin ergenlerin aktif kalmasında önemi büyüktür⁽⁹⁾.

Karaca'nın Türkiye'de yetişkinlere uyguladığı bir çalışmada, katılımcıların genel olarak sedanter bir yaşam tarzı sürdürdüğü görülmüştür⁽¹⁰⁾. USDHHS raporuna göre de ABD'de yetişkinlerin %23'ü büyük kas gruplarını içeren 20 dakikalık ve haftada üç gün süren yüksek şiddette fiziksel aktivite yapmaktayken, sadece %15'i haftada en az beş gün 30 dak. ve üzeri fiziksel aktivite yapmaktadır. %40'lık bir oran ise düzenli fiziksel aktivite yapmamaktadır⁽³³⁾. Benzer bir araştırmaya göre de, Kanada'da yetişkinler arasında sedanter yaşam tarzı oldukça yaygındır⁽⁵⁾.

Hareketsiz yaşam tarzının geniş kitlelerce benimsenmesi Birleşik Devletler İnsan ve Sağlık Hizmetleri Bölümü'nü harekete geçirmiş ve Sağlıklı İnsanlar 2010 (U.S. Department of Health and Human Services: Healthy People 2010) adlı talimatnamelerinde: boş zamanlarında fiziksel aktivite yapmayan yetişkinlerin oranını %20 azaltmayı, tercihen hergün, düzenli, orta şiddette fiziksel aktiviteleri günlük en az 30 dak. yapan yetişkinlerin oranını artırmayı ve haftada en az 3 gün, en az 20 dak. yüksek şiddette fiziksel aktivite yapan bireylerin sayısını artırmayı hedeflemişlerdir⁽³³⁾. Belirlenen tüm bu hedefler pek çok ülke tarafından da benimsenmiş ve sağlık politikası olarak yürürlüğe konulmuştur.

Düzenli yapılan orta şiddette fiziksel aktivite, ileri yaşlarda bile kemik yoğunluğunu artırmakta ve iskelet kaslarının gelişimini sağlamaktadır⁽⁷⁾. Fiziksel olarak aktif bir yaşam tarzını benimseyen bireyler, yaşlandıklarında bile sedanter yaşam sürmüş akranlarına oranla 15 yaş daha genç biri gibi fiziksel hareketleri rahatlıkla yapabilirler. 90'lı yaşlarda bile bir fiziksel aktivite programına başlamanın sağlık açısından faydaları olduğu ortaya çıkmıştır⁽²²⁾. Fiziksel faydalarının yanında fiziksel aktivite yaşlılarda psikolojik olarak kendini iyi hissetmeyi sağlar⁽¹⁸⁾, yaşlılarda düzenli yapılan fiziksel aktiviteler ile kaygının giderildiği, sosyal ilişkilerin arttığı, kendine güvenin tekrar kazanıldığı, depresyonun azaldığı ve zihinsel fonksiyonların kaybedilmeyip tam tersine, akranlara oranla daha iyi çalıştığı gözlenmiştir^(16,22).

Fiziksel aktivitelerin bahsedilen tüm gelişim dönemlerindeki faydalarının yanında bireylerin fiziksel aktivite düzeylerine yönelik yapılan araştırmalar eğitim düzeyi arttıkça, hem yetişkinlikte^(2,3) hem de yaşlılıkta fiziksel aktivitelere katılımın da arttığını göstermektedir⁽¹³⁾. Sonuç olarak bu çalışmanın amacı eğitim düzeyi en yüksek grubu temsil eden öğretim elemanlarının çocukluk ve ergenlikteki fiziksel aktivite deneyimleri ile yetişkinlikteki fiziksel aktivite düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

YÖNTEM

Araştırmanın Modeli

Çocukluk ve ergenlikteki fiziksel aktivite deneyimleri ile yetişkinlikteki fiziksel aktivite düzeyi arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılmış bu çalışma var olan bir durumu yansıtacağından tarama modelindedir. Bu araştırma modeli ile deneklerin geçmiş yaşantı deneyimlerine ve var olan özelliklerine yönelik değiştirme yapmaksızın veriler toplanmış ve mevcut durum saptaması yapmaya çalışılmıştır.

Evren ve Örneklem

Bu araştırmanın evrenini 2005-2006 yılında Ankara ilinde faaliyet gösteren üniversitelerin merkezdeki fakültelerinde görev yapan öğretim elemanları oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemine tesadüfi yolla seçilen, 367'si erkek (%48,8), 385'i bayan (%51,2) olmak üzere toplam 752 öğretim elemanı oluşturmaktadır.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada iki farklı ölçme aracı kullanılmıştır. Bu araçlardan ilki Massie'nin geliştirdiği⁽¹⁷⁾ dört eğitim düzeyindeki (ilkokul, ortaokul, lise ve üniversite) fiziksel aktivitelere katılım ve katılımdan hoşlanma ile birlikte çeşitli psiko-sosyal faktörleri içeren "Çocukluk ve Ergenlik Fiziksel Aktivite Biçimleri Anketi" (Childhood and Adolescent Physical Activity Patterns Questionnaire), ikinci anket ise Blair'in oluşturduğu⁽¹⁵⁾ yine Massie'nin geliştirdiği⁽¹⁷⁾, katılımcıların son üç aydır düzenli olarak yaptıkları fiziksel aktivite düzeyini ölçmeye yarayan ve psikososyal faktörleri içeren "Cooper Anketi" (Aerobics Center Longitudinal Study Physical Activity Questionnaire) dir.

Çocukluk ve Ergenlik Fiziksel Aktivite Biçimleri Anketi

Ölçek bireylerin geçmiş eğitim yıllarındaki fiziksel aktivitelere katılım ve bu katılımlardan hoşlanma düzeylerini belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek içinde ilkokul, ortaokul, lise ve üniversite yıllarında beden eğitimi dersine, bir spor branşında kursa, organize spor faaliyetlerine ve dışarıda yapılan fiziksel aktivitelere katılım ve katılımdan hoşlanma düzeyleri ile psiko-sosyal faktörleri içeren maddeler bulunmaktadır.

Ölçeğin güvenilirliği ve geçerliği: Öncelikle ölçme aracı İngilizce'den Türkçe'ye çevrilmiş, alanlarında uzman öğretim elemanlarının görüşleri ile yapılan çeviri tekrar değerlendirilmiştir. 60 kişilik ön uygulama sonucunda maddelerin güvenilirlik katsayısı $\alpha=.95$, faktör analizi sonucunda da açıklanan varyans %34 bulunmuştur.

Cooper Anketi

Ölçek son üç aydır düzenli olarak yapılan fiziksel aktiviteler ile bu aktivitelere katılım sıklığı ve şiddetini belirlemek amacıyla hazırlanmıştır. Anket Türkçe'ye çevrildikten sonra kapsam geçerliği için uzman görüşünden faydalanılmıştır. Ölçekte yer alan aktivitelere belirtilen ifadeler ile bireylerin haftalık ortalama kalori harcamaları bulunabilmektedir. Bu sayede bireylerin aktiflik düzeyleri belirlenebilir. Örneğin:

Araştırma grubunda haftada neredeyse hiçbir fiziksel aktivitede bulunmayan ve haftalık kalori harcamaları $<50 \text{ kcal.hft}^{-1}$ olan katılımcılar sedanter; $50-800 \text{ kcal.hft}^{-1}$ olanlar düşük düzeyde aktif; $801-1600 \text{ kcal.hft}^{-1}$ harcayanlar orta düzeyde aktif ve haftada $>1600 \text{ kcal.hft}^{-1}$ enerji harcayanlar ise yüksek düzeyde aktif grup olarak belirlenmiştir (Australian National Cancer Prevention Policy 2004-06, 2004).

Verilerin Analizi

Anketlerden elde edilen verilerin çözümlenmesinde yorumlarda kullanılmak üzere görüşlere ilişkin ortalama değerler (X) verilmiştir. Cinsiyetler arasında çocukluk ve ergenlikteki fiziksel aktivitelere katılım ve hoşlanma puanları, yetişkinlikteki fiziksel aktivite düzeyi ve yine tüm gelişim dönemlerindeki psiko-sosyal faktörleri içeren maddeler arasındaki farklılığın belirlenmesinde t testinden yararlanılmış, fiziksel aktivitelere toplam katılım ve katılımdan hoşlanma ile yetişkinlikteki fiziksel aktivite (YFA) düzeyi arasındaki ilişkiye Pearson Korelasyon Katsayısından faydalanılarak bakılmıştır. YFA düzeyinin toplam katılım ve hoşlanma puanları ile tahmin edilebilmesine ilişkin çoklu regresyon analizi yapılmıştır.

BULGULAR

Çocukluk ve ergenlikte fiziksel aktivitelere katılım ve katılımdan hoşlanma puanlarının cinsiyete ve YFA düzeylerine göre dağılımları, YFA düzeyinin toplam katılım ve toplam hoşlanma puanları ile tahminine ilişkin çoklu regresyon analizleri, çocukluk, ergenlikte ve yetişkinlikteki psikososyal faktörlerin cinsiyete göre dağılımı ve t testi sonuçları tablolar halinde gösterilmiştir.

Tablo 1. Çocukluk ve Ergenlikte Fiziksel Aktivitelere Katılım Puanlarının Cinsiyete Göre Dağılımı ve t testi Sonuçları

1. Beden eğitimi derslerine katıldım.		N	\bar{X}^*	S	t	P
İlkokul	Erkek	367	4,67	,82	-1,155	,248
	Bayan	385	4,73	,72		
	Toplam	752	4,70	,77		
Ortaokul	Erkek	367	4,69	,76	,645	,519
	Bayan	385	4,65	,83		
	Toplam	752	4,67	,79		
Lise	Erkek	367	4,58	,91	2,458	,014
	Bayan	385	4,41	1,06		
	Toplam	752	4,49	,99		
Üniversite	Erkek	367	2,45	1,67	2,237	,026
	Bayan	385	2,18	1,61		
	Toplam	752	2,32	1,64		
3. Organize edilmiş spor faaliyetlerine (okullar veya sınıflar arası turnuvalar, ligler) katıldım.		N	\bar{X}^*	S	t	P
İlkokul	Erkek	367	2,27	1,64	2,046	,041
	Bayan	385	2,04	1,49		
	Toplam	752	2,15	1,56		
Ortaokul	Erkek	367	2,40	1,63	1,882	,060
	Bayan	385	2,19	1,52		
	Toplam	752	2,29	1,57		
Lise	Erkek	367	2,42	1,60	2,789	,005
	Bayan	385	2,11	1,47		
	Toplam	752	2,26	1,54		
Üniversite	Erkek	367	1,99	1,45	4,998	,000
	Bayan	385	1,51	1,13		
	Toplam	752	1,74	1,31		
5. Bir spor branşında (tenis, dans, yüzme vb.) kursa katıldım.		N	\bar{X}^*	S	t	P
İlkokul	Erkek	367	1,77	1,39	-3,876	,000
	Bayan	385	2,19	1,58		
	Toplam	752	1,98	1,50		
Ortaokul	Erkek	367	2,00	1,50	-1,922	,055
	Bayan	385	2,22	1,57		
	Toplam	752	2,12	1,54		
Lise	Erkek	367	2,04	1,50	-,766	,444
	Bayan	385	2,12	1,51		
	Toplam	752	2,08	1,50		
Üniversite	Erkek	367	1,87	1,42	-2,267	,024
	Bayan	385	2,10	1,42		
	Toplam	752	1,99	1,42		
7. Dışarıda yapılan fiziksel aktivitelere (ip atlama, bisiklet, voleybol, futbol vb.) katıldım.		N	\bar{X}^*	S	t	P
İlkokul	Erkek	367	4,29	1,14	-,559	,577
	Bayan	385	4,33	1,14		
	Toplam	752	4,31	1,14		
Ortaokul	Erkek	367	4,24	1,16	2,773	,006
	Bayan	385	3,99	1,30		
	Toplam	752	4,11	1,24		
Lise	Erkek	367	3,99	1,27	5,378	,000
	Bayan	385	3,44	1,49		
	Toplam	752	3,71	1,41		
Üniversite	Erkek	367	3,26	1,52	5,198	,000
	Bayan	385	2,67	1,57		
	Toplam	752	2,96	1,57		

*Hiçbir zaman (1,00-1,79), Nadiren (1,80-2,59), Bazen (2,60 - 3,39), Sıklıkla (3,40-4,20), Her zaman (4,21-5,00)

Her iki cinsiyette de ilkokul, ortaokul ve lisede beden eğitimi derslerine yüksek düzeyde bir katılım olduğu, ancak üniversite yıllarında katılımın en alt seviyeye indiği görülmektedir. Örneğin, öğretim elemanlarının genelinde ilkokul yıllarında beden eğitimi derslerine katılım düzeyleri ($\bar{X}=4,70$) "her zaman" iken, üniversitede katılım düzeyi ($\bar{X}=2,32$) "nadiren" olarak belirmektedir. Tablo detaylı incelendiğinde, ilkokul yılları hariç tüm eğitim yıllarında, erkeklerin beden eğitimi derslerine bayanlara oranla daha fazla katıldıkları, özellikle lise [$t_{(750)}=2,46$] ve üniversite [$t_{(750)}=2,24$] yıllarında aralarında manidar bir farklılık olduğu dikkati çekmektedir ($p<.05$). Genel olarak ilkokuldan üniversite yıllarına kadar organize edilmiş spor faaliyetlerine öğretim elemanlarının "nadiren" katıldıkları, üniversitede ise "hiçbir zaman" katılmadıkları görülmektedir. Bu düzeyde kendi aralarında değerlendirildiğinde erkeklerin lise ($\bar{X}=2,42$), bayanların ($\bar{X}=2,19$) ise ortaokul yıllarında organize edilmiş spor faaliyetlerine daha fazla katıldıkları anlaşılmaktadır. Bayan öğretim elemanlarının özellikle üniversite yıllarında organize spor etkinliklerine katılımlarının "hiçbir zaman" düzeyinde olması da dikkat çekicidir. Katılım düzeyi düşük olsa da, erkeklerin tüm eğitim yıllarında organize edilmiş spor faaliyetlerine bayarlardan daha fazla katıldıkları ve aralarındaki farkın ilkokul [$t_{(750)}=2,05$], lise [$t_{(750)}=2,79$] ve üniversitede [$t_{(750)}=5,00$] manidar olduğu görülmektedir ($p<.05$). Öğretim elemanlarının çocukluk ve ergenlikte "nadiren" bir spor branşında kursa katıldıkları anlaşılan Tablo 1'de, bayanların ortaokul yıllarında ($\bar{X}=2,22$), erkeklerin ise lisede ($\bar{X}=2,04$) bir spor branşında kursa katılım ortalamalarının daha yüksek olduğu görülmektedir. Tüm eğitim kademelerinde bayanların, erkeklere oranla bir spor branşında kursa katılım düzeylerinin daha yüksek olduğu göze çarpmaktadır. Özellikle ilkokul [$t_{(750)}=-3,88$] ve üniversite [$t_{(750)}=-2,27$] yıllarında aralarında manidar farklılıklar belirmektedir ($p<.05$). Dışarıda (rekreatif) yapılan fiziksel aktivitelere katılımın çocukluk yıllarında "her zaman" düzeyinde iken ($\bar{X}=4,31$), ortaokul ve lise aşamalarında "sıklıkla" ve daha sonra, üniversitede ($\bar{X}=2,96$) "bazen" düzeyine gerilediği gözlenmektedir (Tablo 1). Erkeklerin çocukluk ve ergenlik yıllarının tamamında dışarıda yapılan aktivitelere bayanlara oranla daha fazla katıldığı görülürken, ortaokul [$t_{(750)}=2,77$], lise [$t_{(750)}=5,38$] ve üniversitede [$t_{(750)}=5,20$] erkekler ile bayanların katılım değerleri arasında manidar bir fark olduğu anlaşılmaktadır ($p<.05$).

Tablo 2. Çocukluk ve Ergenlikte Fiziksel Aktivitelere Katılımdan Hoşlanma Puanlarının Cinsiyete Göre Dağılımı ve t testi Sonuçları

2. Beden eğitimi derslerine katılmaktan hoşlandım.		N	\bar{X}^*	S	t	P
İlkokul	Erkek	361	4,48	1,00	2,390	,017
	Bayan	382	4,29	1,17		
	Toplam	743	4,39	1,09		
Ortaokul	Erkek	363	4,36	1,10	3,140	,002
	Bayan	376	4,09	1,22		
	Toplam	739	4,22	1,18		
Lise	Erkek	357	4,28	1,14	4,783	,000
	Bayan	373	3,83	1,37		
	Toplam	730	4,05	1,28		
Üniversite	Erkek	187	3,92	1,36	1,145	,253
	Bayan	159	3,75	1,39		
	Toplam	346	3,85	1,38		
4. Organize edilmiş spor faaliyetlerine (okullar veya sınıflar arası turnuvalar, ligler) katılmaktan hoşlandım.		N	\bar{X}^*	S	t	P
İlkokul	Erkek	161	4,32	1,13	1,206	,229
	Bayan	151	4,17	1,08		
	Toplam	312	4,24	1,11		
Ortaokul	Erkek	182	4,40	,92	2,378	,018
	Bayan	172	4,13	1,14		
	Toplam	354	4,27	1,04		
Lise	Erkek	190	4,32	1,03	2,675	,008
	Bayan	163	4,00	1,19		
	Toplam	353	4,17	1,11		
Üniversite	Erkek	142	4,25	1,03	1,676	,095
	Bayan	81	4,00	1,17		
	Toplam	223	4,16	1,09		
6. Bir spor branşında (tenis, dans, yüzme gibi) kursa katılmaktan hoşlandım.		N	\bar{X}^*	S	t	P
İlkokul	Erkek	99	4,30	1,03	,702	,484
	Bayan	157	4,20	1,14		
	Toplam	256	4,24	1,10		
Ortaokul	Erkek	134	4,19	1,07	-,010	,992
	Bayan	165	4,19	1,12		
	Toplam	299	4,19	1,09		
Lise	Erkek	138	4,19	1,00	,270	,787
	Bayan	161	4,16	1,10		
	Toplam	299	4,17	1,06		
Üniversite	Erkek	117	4,11	1,16	,583	,561
	Bayan	172	4,03	1,19		
	Toplam	289	4,06	1,17		
8. Dışarıda yapılan fiziksel aktivitelere (ip atlama, bisiklet, voleybol, futbol gibi) katılmaktan hoşlandım.		N	\bar{X}^*	S	t	P
İlkokul	Erkek	346	4,59	,77	-1,280	,201
	Bayan	359	4,66	,69		
	Toplam	705	4,63	,73		
Ortaokul	Erkek	344	4,58	,76	,705	,481
	Bayan	349	4,54	,83		
	Toplam	693	4,56	,79		
Lise	Erkek	341	4,40	,94	,870	,384
	Bayan	324	4,33	1,00		
	Toplam	665	4,37	,97		
Üniversite	Erkek	298	4,19	1,07	,353	,724
	Bayan	251	4,16	1,09		
	Toplam	549	4,17	1,07		

*Hiçbir zaman (1,00-1,79), Nadiren (1,80-2,59), Bazen (2,60 - 3,39), Sıklıkla (3,40-4,20), Her zaman (4,21-5,00)

Araştırma grubunu oluşturan öğretim elemanlarının çocukluk ve ergenlik yıllarındaki beden eğitimi derslerine katılımlarından hoşlanma düzeyleri incelendiğinde, tüm öğretim elemanlarının beden eğitimi derslerinden en çok ilkökul yıllarında hoşlandıkları, daha sonra yetişkinliklerine kadar hoşlanma düzeylerinin azaldığı görülmektedir. Cinsiyetler bazında değerlendirildiğinde, erkek öğretim elemanlarının ilkökul, ortaokul ve lise çağlarında beden eğitimi derslerine katılmadan "her zaman" hoşlandıkları ortaya çıkarken, bayanların sadece ilkökul yıllarında beden eğitimi derslerine katılmadan bu düzeyde hoşlandıkları anlaşılmaktadır. Beden eğitimi derslerine katılmadan hoşlanma düzeyleri bakımından ilkökul [$t_{(741)}=2,39$], ortaokul [$t_{(737)}=3,14$] ve lise [$t_{(728)}=4,78$] dönemlerinde erkek ve bayan öğretim elemanları arasında manidar farklılıklar vardır ($p<.05$). Araştırma grubunun organize edilmiş spor faaliyetlerine katılmadan hoşlanma düzeylerinin, ilkökoldan ($\bar{X}=4,24$) üniversite yıllarına doğru bir miktar azaldığı ($\bar{X}=4,16$) Tablo 2'den anlaşılmaktadır. Erkeklerin eğitim aşamalarının tamamında bayanlara oranla organize edilmiş spor faaliyetlerine daha olumlu tutumlar sergiledikleri ve aralarındaki farkın, ortaokul [$t_{(352)}=2,38$] ve lise [$t_{(351)}=2,68$] dönemlerinde manidar olduğu görülmektedir ($p<.05$). Bir spor branşında kursa katılmadan öğretim elemanlarının ilkökulda "her zaman" diğer eğitim yıllarında ise "sıklıkla" hoşlandığı anlaşılan tabloda, katılmadan hoşlanma puanları arasında manidar bir farklılık göze çarpmamaktadır ($p>.05$). Katılım puanları ile karşılaştırıldığında, hoşlanma puanlarının her eğitim yılı için daha yüksek düzeylerde olduğu görülmektedir. "nadiren" de olsa bir spor branşında kurs alan tüm öğretim elemanlarının bu kurslardan "sıklıkla" hoşlandıkları dikkati çekmektedir. Dışarıda yapılan fiziksel aktivitelere katılmadan hoşlanmanın genel olarak en yüksek olduğu dönem ilkökul ($\bar{X}=4,63$) iken üniversite yıllarının sonuna doğru ($\bar{X}=4,17$) bir azalma olduğu, buna rağmen tutumun üst düzeylerde seyrettiği tablodan izlenebilmektedir. Öğretim elemanlarının cinsiyetleri arasında çocukluk ve ergenlikte dışarıda yapılan fiziksel aktivitelere katılmadan hoşlanma düzeyleri arasında manidar bir farklılık bulunamamıştır ($p<.05$). Tablo 2'de fiziksel aktivitelere katılmadan hoşlanma düzeyinin en yüksek olduğu aktivitenin dışarıda yapılan fiziksel aktiviteler olduğu görülmektedir.

Tablo 1 ile 2 karşılaştırıldığında ise, tüm öğretim elemanlarının dışarıda yapılan fiziksel aktivitelere katılmadan hoşlanma düzeylerinin çocukluktan ergenliğin sonuna kadar katılım puanlarına oranla daha yüksek olduğu ve genel olarak ilkökul, ortaokul ve lisede en çok katılımın beden eğitimi dersinde (ilkokul $\bar{X}=4,70$; ortaokul $\bar{X}=4,67$; lise $\bar{X}=4,49$), en çok katılmadan hoşlanmanın ise dışarıda yapılan fiziksel aktivitelerde (ilkokul $\bar{X}=4,63$; ortaokul $\bar{X}=4,56$; lise $\bar{X}=4,37$) yaşandığı, üniversitede ise hem en üst düzeyde katılımın ($\bar{X}=2,96$) hem de en olumlu tutumun ($\bar{X}=4,17$) dışarıda yapılan fiziksel aktivitelerde olduğu görülmüştür. Bulgular, cinsiyetler arasında da benzer bir eğilimin olduğunu göstermektedir.

Tablo 3. Cinsiyete Göre YFA Düzeyi Arasındaki Farklılıklar

Cinsiyet	N	\bar{X}^*	S	t	P
Erkek	367	2,20	1,11	3,023	,003
Bayan	385	1,97	,95		

*Sedanter (1,00-1,99), Düşük Düzeyde Aktif (2,00-2,99), Orta Düzeyde Aktif (3,00-3,99), Yüksek Düzeyde Aktif (4,00-5,00)

Tablo 3'e göre erkeklerin YFA düzeyleri ($\bar{X}=2,20$), bayanlara oranla ($\bar{X}=1,97$) daha yüksektir. Bayanların YFA düzeyi "sedanter" iken, erkeklerin "düşük düzeyde aktif" olduğu görülmektedir. Erkek ve bayan öğretim elemanları arasında YFA düzeyleri açısından manidar bir farklılık vardır [$t_{(750)}=3,02$; $p<0,05$].

Tablo 4 . Çocukluk ve Ergenlikte Fiziksel Aktivitelere Toplam Katılım ve Toplam Hoşlanma Puanları ile YFA Düzeyi Arasındaki İlişki

	ILKKATPUAN	ORTKATPUAN	LISKATPUAN	ÜNKATPUAN	YFA DÜZEYİ
ILKKATPUAN		.79	.61	.42	.16
ORTKATPUAN			.80	.49	.19
LISKATPUAN				.60	.21
ÜNKATPUAN					.24
	ILKHOŞPUAN	ORTHOŞPUAN	LISHOŞPUAN	ÜNHOŞPUAN	YFA DÜZEYİ
ILKHOŞPUAN		.82	.68	.45	.17
ORTHOŞPUAN			.84	.49	.17
LISHOŞPUAN				.59	.21
ÜNHOŞPUAN					.21

(ILKKATPUAN: ilkokul toplam katılım puanı, ORTKATPUAN: Ortaokul toplam katılım puanı, LISKATPUAN: Lise toplam katılım puanı, ÜNKATPUAN: Üniversite toplam katılım puanı, YFA DÜZEYİ: Yetişkinlikteki fiziksel aktivite düzeyi, ILKHOŞPUAN: ilkokul toplam hoşlanma puanı, ORTHOŞPUAN: Ortaokul toplam hoşlanma puanı, LISHOŞPUAN: Lise toplam hoşlanma puanı, ÜNHOŞPUAN: Üniversite toplam hoşlanma puanı, YFA DÜZEYİ: Yetişkinlikteki fiziksel aktivite düzeyi)

Bulgular genel olarak değerlendirildiğinde, ilkokul ile ortaokul (.79) ve lise (.61) toplam fiziksel aktivitelere katılım puanları arasında yüksek bir ilişki, ilkokul ile üniversite katılım puanları arasında (.42) orta, ilkokul toplam katılım puanları ve YFA düzeyi arasında ise (.16) düşük düzeyde bir ilişki olduğu söylenebilir. Ortaokul fiziksel aktivitelere toplam katılım puanları ile lise toplam katılım puanları arasındaki ilişki (.80) yüksek iken, üniversite ile (.49) orta, YFA düzeyi ile (.19) düşük düzeyde bir ilişki olduğu görülmüştür. Genel olarak tablo incelendiğinde, ilkokulda fiziksel aktivitelere katılanların ortaokulda da yüksek oranda katıldıkları, lisede bu katılımın biraz azalsa da yüksek düzeyde olduğu ancak üniversitede fiziksel aktivitelere katılımın düştüğü ve yetişkinlikteki fiziksel aktivite düzeyinin ilkokuldaki katılımı ile arasında çok düşük bir ilişkinin olduğu anlaşılmaktadır.

Toplam hoşlanma puanları incelendiğinde, ilkokulda fiziksel aktivitelere katılmadan hoşlanma ile ortaokul (.82) ve lise (.68) arasında yüksek, üniversite ile (.45) orta, yetişkinlik (.17) ile de düşük bir ilişki olduğu görülmektedir. Genel olarak, ilkokulda fiziksel aktivitelere katılmadan hoşlananların, tutumlarının ortaokul ve lisede de yüksek olduğu, üniversite de tutumun azaldığı ve yetişkinlikteki fiziksel aktivite düzeyi ile ilkokuldaki fiziksel aktivitelere katılmadan hoşlanma arasındaki ilişkinin çok düşük olduğu belirlenmiştir.

Tablo 5. YFA Düzeyinin Toplam Katılım Puanları ile Tahminine İlişkin Çoklu Regresyon Analizi

Değişken	B	Standart Hata	β	T	p	İkili r	Kısmi r
Sabit	1,243	,158	-	7,882	,000	-	-
İlkokul toplam katılım puanı	,007	,018	,022	,368	,713	,159	,013
Ortaokul toplam katılım puanı	,013	,023	,042	,544	,586	,186	,020
Lise toplam katılım puanı	,015	,018	,054	,827	,409	,205	,030
Üniversite toplam katılım puanı	,044	,011	,174	3,898	,000	,235	,141
R=0,251		R²=0,063					
F_(4,747)=12,560		p=0,00					

Tablo 5 ayrıntılı incelendiğinde; ilk, orta ve lise toplam katılım puanları ile YFA düzeyi arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır (R=0,251, R²=0,063). Tüm dönemlerdeki toplam puan, yetişkinlikteki fiziksel aktivitenin % 0,6'sını açıklamaktadır.

Standartlaştırılmış regresyon katsayısına göre (β), tahmin etmeye yardımcı olan değişkenlerin yetişkinlikteki fiziksel aktivite düzeyine etki önemine göre; üniversite, lise, ortaokul ve ilkokul olarak sıralanma yapılabilmektedir. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t testi sonuçları incelendiğinde ise, üniversite toplam katılım puanlarının YFA düzeyinde önemli (anlamlı) bir belirleyici olduğu görülmektedir. İlk, ortaokul ve lise katılım puanları önemli bir etkiye sahip değildir. Bulgulara göre, üniversitede fiziksel aktivitelere katılım düzeyi, YFA düzeyinin tahmin edilmesinde belirleyicidir.

Tablo 6. YFA Düzeyinin Toplam Hoşlanma Puanları ile Tahminine İlişkin Çoklu Regresyon Analizi

Değişken	B	Standart Hata	β	T	p	İkili r	Kısmi r
Sabit	1,450	,128	-	11,332	,000	-	-
İlkokul toplam hoşlanma puanı	,024	,016	,101	1,532	,126	,183	,061
Ortaokul toplam hoşlanma puanı	-,022	,020	-,095	-1,060	,290	,179	-,042
Lise toplam hoşlanma puanı	,035	,016	,162	2,171	,030	,218	,086
Üniversite toplam hoşlanma puanı	,025	,010	,118	2,450	,015	,212	,097
R= 0,248		R²=0,062					
F_(4,632)= 10,386		p=0,00					

İlk ve ortaokul toplam hoşlanma puanları ile YFA düzeyi arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır (R=0,248, R²=0,062). Tüm dönemlerdeki toplam puan, yetişkinlikteki fiziksel aktivitenin % 0,6'sını açıklamaktadır (Tablo 6).

Standartlaştırılmış regresyon katsayısına göre (β); YFA düzeyi üniversite, lise, ortaokul ve ilkokul şeklinde sıralanarak güçlü tahmin edilebilmektedir. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t testi sonuçları incelendiğinde ise, üniversite ve lise toplam hoşlanma puanlarının YFA düzeyinde önemli (anlamlı) bir belirleyici olduğu görülmektedir. Sonuç olarak, lise ve üniversitedeki fiziksel aktivitelere katılımdan hoşlanma düzeyine bakılarak YFA düzeyi tahmin edilebilir.

Tablo 7. Çocukluk ve Ergenlikte Psiko-Sosyal Faktörlerin Cinsiyete Göre Dağılımı ve t testi Sonuçları

9. Yaşıtlarımla karşılaştığımda*		Cinsiyet	N	\bar{X}^*	S	t	P
Çocukluk ve Ergenlik	İlkokul	Erkek	367	3,60	1,08	,661	,509
		Bayan	385	3,55	1,05		
		Toplam	752	3,58	1,06		
	Ortaokul	Erkek	367	3,65	1,03	1,628	,104
		Bayan	385	3,52	1,05		
		Toplam	752	3,59	1,04		
	Lise	Erkek	367	3,53	1,08	1,422	,156
		Bayan	385	3,41	1,09		
		Toplam	752	3,47	1,09		
	Üniversite	Erkek	367	3,26	1,15	,424	,672
		Bayan	385	3,23	1,15		
		Toplam	752	3,25	1,15		
10. Fiziksel aktivitelere karşı genel tutumum**		Cinsiyet	N	\bar{X}^*	S	t	P
Çocukluk ve Ergenlik	İlkokul	Erkek	367	4,28	,79	2,240	,025
		Bayan	385	4,14	,97		
		Toplam	752	4,21	,89		
	Ortaokul	Erkek	367	4,26	,83	3,269	,001
		Bayan	385	4,04	1,04		
		Toplam	752	4,15	,95		
	Lise	Erkek	367	4,17	,92	3,908	,000
		Bayan	385	3,89	1,07		
		Toplam	752	4,03	1,01		
	Üniversite	Erkek	367	3,89	1,11	1,357	,175
		Bayan	385	3,78	1,14		
		Toplam	752	3,83	1,13		
11. Fiziksel aktivitelerde genel becerim*		Cinsiyet	N	\bar{X}^*	S	t	P
Çocukluk ve Ergenlik	İlkokul	Erkek	367	3,68	,85	,176	,861
		Bayan	385	3,67	,89		
		Toplam	752	3,68	,87		
	Ortaokul	Erkek	367	3,72	,82	,738	,461
		Bayan	385	3,68	,91		
		Toplam	752	3,70	,89		
	Lise	Erkek	367	3,69	,87	2,111	,035
		Bayan	385	3,55	,89		
		Toplam	752	3,62	,88		
	Üniversite	Erkek	367	3,47	,97	1,213	,226
		Bayan	385	3,39	,99		
		Toplam	752	3,43	,98		

* Çok az aktiftim (1,00-1,79), Az aktiftim (1,80-2,59), Eşit düzeyde aktiftim (2,60-3,39), Daha aktiftim (3,40-4,20), Çok fazla aktiftim (4,21-5,00) ** Hiç sevmezdim (1,00-1,79), Sevmezdim (1,80-2,59), Ne sever ne sevmezdim (2,60-3,39), Severdim (3,40-4,20), Çok sevdim (4,21-5,00) *** Çok sınırlıydı (1,00-1,79), Sınırlıydı (1,80-2,59), Vasattı (2,60-3,39), Ortalamanın üzerindeydi (3,40-4,20), Mükemmeldi (4,21-5,00)

Tablo 7 incelendiğinde, öğretim elemanlarının genel olarak ilkökul, ortaokul ve lise kademelerinde kendilerini "yaşlılarından daha aktif", üniversitede ise "eşit düzeyde aktif" olarak algıladıkları görülmektedir. Araştırma grubunun çocukluk ve ergenlik yıllarında kendilerini yaşlıları ile karşılaştırma durumları incelendiğinde, cinsiyetler arasında manidar bir farklılık bulunamamıştır. Tabloda erkeklerin ortaokul yıllarını ($\bar{X}=3,65$) tüm çocukluk ve ergenlik dönemlerinin en aktif yılları olarak ifade ettikleri görülürken, bayanların kendi yaşantılarında en aktif yıllarını ilkökul ($\bar{X}=3,55$) olarak algıladıkları gözlenmiştir. Öğretim elemanları genel olarak çocukluk ve ergenliklerindeki fiziksel aktivitelere olan tutumlarını ilkökulda "çok severdim", ortaokul, lise ve üniversitede de "severdim" şeklinde belirtmişlerdir. Erkeklerin ve bayanların tüm geçmiş eğitim yıllarındaki fiziksel aktivitelere olan tutumları aynı aralığa denk gelse de, ilkökul [$t_{(750)}=2,24$], ortaokul [$t_{(750)}=3,27$] ve lise [$t_{(750)}=3,91$] yıllarındaki tutum puanları arasında manidar bir farklılık görülmektedir ($p<.05$). Araştırma grubunun genel olarak tüm eğitim yıllarında fiziksel aktivitelerdeki genel becerilerini "ortalamanın üzerinde" olarak algıladıkları Tablo 7'den anlaşılmaktadır. Öğretim elemanları arasında lise yılları hariç genel becerilerini algılamaları arasında manidar bir farklılık belirmemektedir. Erkek ($\bar{X}=3,72$) ve bayanların ($\bar{X}=3,68$) genel becerilerinin en üst düzeyde buldukları yıllar olarak ortaokul dönemlerini ifade ettikleri anlaşılan tablodan, erkeklerin tüm eğitim yıllarında kendi becerilerini "ortalamanın üzerinde", bayanların ise ilkökul, ortaokul ve lisede "ortalamanın üzerinde", üniversitede ise "vasat" olarak buldukları gözlenmektedir.

Tablo 8. Yetişkinlikteki Psiko-Sosyal Faktörlerin Cinsiyete Göre Dağılımı ve t testi Sonuçları

Psiko-sosyal Faktörler	Cinsiyet	N	\bar{X}^*	S	t	P
Yaşlılarımla karşılaştırdığımda*	Erkek	367	3,18	1,04	-,907	,365
	Bayan	385	3,25	1,05		
	Toplam	752	3,22	1,05		
Fiziksel aktivitelere karşı genel tutumum**	Erkek	367	3,95	,86	1,665	,096
	Bayan	385	3,84	,93		
	Toplam	752	3,89	,90		
Fiziksel aktivitelerde genel becerim***	Erkek	367	3,57	,78	1,629	,104
	Bayan	385	3,48	,84		
	Toplam	752	3,53	,82		

Yaşlılarımla Karşılaştırdığımda*: Çok az aktifim (1,00-1,79), Az aktifim (1,80-2,59), Eşit düzeyde aktifim (2,60-3,39), Daha aktifim (3,40-4,20), Çok fazla aktifim (4,21-5,00), Fiziksel aktivitelere karşı genel tutumum**: Hiç sevmem (1,00-1,79), Sevmem (1,80-2,59), Ne severim ne sevmem (2,60-3,39), Severim (3,40-4,20), Çok severim (4,21-5,00), Fiziksel aktivitelerde genel becerim***: Çok sınırlı (1,00-1,79), Sınırlı (1,80-2,59), Vasat (2,60-3,39), Ortalamanın üzerinde (3,40-4,20), Mükemmel (4,21-5,00)

Genel olarak, öğretim elemanlarının yetişkinliklerinde kendilerini yaşlılarıyla "eşit derecede aktif" buldukları, fiziksel aktiviteleri "sevindikleri" ve fiziksel aktivitelerdeki genel becerilerini ise "ortalamanın üzerinde" algıladıkları anlaşılmaktadır. Cinsiyete göre yetişkinlikteki psiko-sosyal faktörler arasında manidar bir farklılık olmadığı gözlenmektedir (Tablo 8).

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bulgulara göre genel olarak ilkokul, ortaokul ve lise yıllarında beden eğitimi derslerine katılımın "her zaman" düzeyinde iken üniversitede "nadiren" olması, beden eğitimi derslerinin üniversite yıllarında zorunlu olmaktan çıkıp, seçmeli ve her bölümde programda yer almayan bir ders haline gelmesinden kaynaklanabilir. Üniversitelerde beden eğitimine yönelik derslerin, diğer bölümlerde okuyan öğrenciler tarafından seçmeli ders olarak pek tercih edilmediği bulgulara dayanarak söylenebilir. Bayanların ergenlik yıllarından itibaren beden eğitimi derslerine katılımlarının azaldığını, özellikle lise ve üniversite yıllarındaki manidar farklılıklar bulunmasından dolayı söylemek mümkündür (Tablo 1). Sallis ve arkadaşları bu çalışmaya paralel olarak, araştırmalarında ergenlikte beden eğitimi dersine kızların katılımının erkeklere oranla daha az olduğunu belirtmişlerdir⁽²⁴⁾. Liselerden itibaren beden eğitimi derslerine kız öğrencilerin katılımlarını artıracak tedbirlerin alınması gerektiği bulgulardan ortaya çıkmaktadır. Genel olarak ilkokuldan üniversite yıllarına kadar organize edilmiş spor faaliyetlerine öğretim elemanlarının "nadiren" katıldıkları, üniversitede ise "hiçbir zaman" katılmadıkları görülmektedir. Erkeklerin tüm eğitim yıllarında bayanlara oranla organize edilmiş spor faaliyetlerine daha çok katıldığı gözlenmiş, bunun yanı sıra ilkokul, lise ve üniversite yıllarında aralarında manidar farklılıklar ortaya çıkmıştır (Tablo 1). Bayan öğretim elemanlarının özellikle üniversite yıllarında organize spor etkinliklerine katılımlarının "hiçbir zaman" düzeyinde olması da dikkat çekmektedir. Çocukluk ve ergenlikte organize edilmiş sporlara katılım ile okul sporlarında yüksek dereceler almak, yetişkinlikteki fiziksel aktivitelere katılımın en önemli belirleyicilerindendir^(4,14,29). Aarnio'ya göre de organize sporlara, toplu oyunlara ve kuvvet sporlarına katılanlar fiziksel aktivite alışkanlıklarını diğer branşlara göre daha fazla sürdürmektedir⁽¹⁾. Bu durumda, kız öğrencilerin tıpkı beden eğitimi dersi gibi, organize edilmiş spor faaliyetlerine de katılımlarını sağlamak gerektiği Tablo 1'den anlaşılmaktadır. Organize edilmiş spor faaliyetlerine genel olarak yetenekli öğrencilerin seçilmesi ve içinde rekabete dayalı bir ortam barındırması, katılımın her eğitim yılı göz önüne alındığında düşük düzeylerde olmasının açıklayıcısı olabilir. İlköğretim çağlarında sportif faaliyetlere katılım, yetişkinlikte de serbest zamanları fiziksel aktivite ile değerlendirmenin belirleyicisi olabilir. Öğretim elemanlarının "nadiren" katılım gösterdikleri bir diğer fiziksel aktivite biçimi de bir spor branşında kurs olarak göze çarpmaktadır. Bulgulara göre, "nadiren" de olsa bayanların tüm eğitim kademelerinde erkeklere kıyasla bir spor branşında daha fazla kursa katıldıkları, ilkokul ve üniversitede ise aralarında manidar farklılıklar olduğu görülmektedir (Tablo 1). Bu çalışmanın aksine Tudor-Locke ve arkadaşları 14-16 yaş arası Filipinli gençler ile yaptıkları araştırmalarında erkeklerin kızlara oranla okul dışında egzersiz ve spor aktivitelerine daha fazla zaman harcadıklarını görmüşlerdir⁽³²⁾. Yine Rowe ve arkadaşları çalışmalarında, lise öğrencisi erkeklerin, kızlardan iki kat fazla okul dışı sportif aktivitelere katıldıklarını belirlemişlerdir⁽²³⁾. Spor branşlarında kursa katılımın çocukluk ve ergenlik yıllarında düşük olması, ailelerin ve beden eğitimi öğretmenlerinin öğrencileri yönlendirme eksikliğinden kaynaklanıyor olabilir. Buna ek olarak, çevrede öğrencinin ilgisine ve becerisine hitap eden bir spor branşına yönelik kurs olmaması da katılımın düşük olmasını

açıklayabilir. Araştırma grubu, dışarıda (rekreatif) yapılan fiziksel aktivitelere ilkökul yıllarında "her zaman", ortaokul ve lisede "sıklıkla", üniversitede ise "bazen" katıldıklarını ifade etmişlerdir. Erkeklerin çocukluk ve ergenliğin tamamında bayanlara oranla dışarıda yapılan fiziksel aktivitelere daha çok katıldıkları gözlenirken, ortaokul, lise ve üniversitede aralarında manidar farklılıklar ortaya çıkmıştır (Tablo 1). Bulgular incelendiğinde, bayanların ergenlikten itibaren erkeklere oranla dışarıda yapılan fiziksel aktivitelere katılımlarının azalması, ilgi alanlarının farklı yönlere kaymasından, daha çok sosyal aktiviteleri tercih etmelerinden ve gelişim döneminin verdiği utangaçlıktan kaynaklanabilir.

Tüm öğretim elemanlarının beden eğitimi derslerinden en çok hoşlandıkları dönem Tablo 2'ye göre ilkökuldür, daha sonra yetişkinliklerine kadar hoşlanma düzeylerinde bir azalma görülmektedir. İlkokul yıllarında erkeklerin beden eğitimi dersinden daha fazla hoşlandıkları, yine ortaokul ve lisede de daha olumlu tutumlar sergiledikleri aralarında manidar farklılıklar bulunmasından da anlaşılmaktadır. Üniversite yıllarında erkeklerin tutumları bayanlarla aynı düzeye inmiştir. Erkek ($\bar{X}=4,48$) ve bayan ($\bar{X}=4,29$) öğretim elemanlarının ilkökul yıllarında beden eğitimi dersine katılımdan hoşlanma düzeyleri aynı aralığa denk gelse de erkeklerin bayanlara kıyasla derslerden daha fazla hoşlandıkları, yine ortaokul ve lisede de daha olumlu tutumlar sergiledikleri gözlenmiştir. Sallis ve arkadaşlarının ergenler arasında kız öğrencilerin beden eğitimi dersini erkeklere oranla daha az sevdiklerini ifade etmeleri⁽²⁴⁾, bu çalışmayla benzerlik göstermektedir. Yine Koca ve Aşçı'nın Türkiye'deki çalışmalarında da, lise 1. sınıfta erkeklerin beden eğitimi derslerine kızlara oranla daha olumlu tutumları olduğu ifade edilmiştir⁽¹²⁾. Bu çalışmaların tam aksine Vilhjalmsson ve Kristjansdottir'in araştırmasında da kızların 6, 8 ve 10. sınıflarda zorunlu beden eğitimi derslerinden erkeklere kıyasla daha memnun oldukları gözlenmiştir⁽³⁴⁾. Genel olarak bakıldığında, bayanların ergenlik yıllarına giriş ve devamında beden eğitimi derslerine hem katılımlarının hem de tutumlarının azalması derslerin işleniş tarzından, öğretmen özelliklerinden ya da programdaki eksikliklerden kaynaklanabilir. Digelidis ve arkadaşlarına göre beden eğitimi öğretmenleri, öğrencilerin egzersize olan tutumlarını olumlu şekilde etkileyecek ortamları doğru öğretim stratejilerini uygulayarak yaratabilirler⁽⁸⁾. Bunların yanı sıra, beden eğitimi derslerinde kızların ergenlik dönemlerindeki psikolojik, sosyal ve psikomotor değişikliklerinin göz ardı edilme olasılığı da derslere katılımın az olmasının bir açıklaması olabilir. Tablo 1 ve 2'deki bulgulara göre, kız öğrencilerin beden eğitimi derslerine hem katılımlarını hem de tutumlarını artıracak önlemler alınması gerekmektedir. Organize edilmiş spor faaliyetlerine katılımdan hoşlanma puanlarının, öğretim elemanlarının ilkökul ($\bar{X}=4,24$) ve ortaokulda ($\bar{X}=4,27$) "her zaman", lise ($\bar{X}=4,17$) ve üniversitede ($\bar{X}=4,16$) ise "sıklıkla" düzeyinde olduğu gözlenmiştir. Erkeklerin eğitim yıllarının tamamında bayanlara oranla organize edilmiş spor faaliyetlerine daha olumlu tutumları görülmüş ve ortaokul ile lise yıllarında aralarında manidar farklılıklar bulunmuştur (Tablo 2). Yine de genel olarak ilkökul, ortaokul ve lise dönemlerinde organize edilmiş spor faaliyetlerine "nadiren" düzeyinde bir katılım olsa da, katılımdan hoşlanmanın tüm eğitim kademelerinde daha yüksek düzeylerde olduğu görülmektedir. Bunun sebebi olarak, organize fiziksel aktivitelere rekabeti

seven ve becerikli öğrencilerin katılmaları ve yeteneklerini göstermek için uygun ortamlarda mücadele etmeleri gösterilebilir. Bir spor branşında kursa katılmadan, öğretim elemanlarının ilkökulda "her zaman" diğer eğitim yıllarında ise "sıklıkla" hoşlandıkları görülmektedir. Çocukluk ve ergenlikte "nadiren" bir spor branşında kursa katılan öğretim elemanlarının, bu kurslara daha olumlu tutumlar sergiledikleri ortaya çıkmaktadır. Bulgulara göre, öğrencilerin eğitim yılları süresinde bir spor branşında kursa yönlendirilmeleri, fiziksel aktivitelere karşı olumlu tutumlar geliştirmeleri açısından son derece önemlidir. Dışarıda (rekreatif) yapılan fiziksel aktivitelere katılmadan hoşlanmanın genel olarak en yüksek olduğu dönem ilkökul ($\bar{X}=4,63$) iken üniversite yıllarının sonuna doğru ($\bar{X}=4,17$) bir azalma olduğu, buna rağmen tutumun üst düzeylerde seyrettiği görülmektedir. Bunun yanı sıra, fiziksel aktivitelere katılmadan hoşlanma düzeyinin en yüksek olduğu aktivitelerin dışarıda (rekreatif) yapılanlar olduğu da anlaşılmaktadır (Tablo 2). Araştırma grubunun tüm geçmiş eğitim yılları boyunca en çok hoşlandıkları fiziksel aktivitelerin dışarıda yapılanlar olması, okullarda öğrencilerin tutumlarını geliştirecek fiziksel aktivitelere yer verilemediğinin ya da varolan aktivitelerin öğrencilerin tutumlarını geliştiremediğinin bir göstergesidir. Ayrıca, katılım puanlarında erkekler ile kızlar arasında farklar olsa da, hoşlanma puanlarında fark olmaması dışarıda akranlarla yapılan fiziksel aktivitelerin cinsiyet farkı olmaksızın sevildiğinin bir işaretidir. Dışarıdaki (rekreatif) aktiviteler, çocuk ve ergenlerin kendi seçtikleri arkadaş grubu ile yapıldığından, çocuk ve gençlerin fiziksel aktivitelere tutumları da olumlu olmaktadır.

Tablo 1 ve 2'de açık olarak beliren, öğretim elemanlarının çocukluk ve ergenlikten üniversite yıllarına kadar fiziksel aktivitelere en çok beden eğitimi derslerinde katıldıklarıdır. Üniversite yıllarında ise beden eğitiminin zorunlu olmaması ile, gençlerin kendi tercihlerine bırakıldığında dışarıda (rekreatif) yapılan fiziksel aktivitelere katılmayı seçtikleri gözlenmektedir. Ancak, çocukluktan ergenliğin sonuna kadar tüm bireylerin en çok dışarıda (rekreatif) yapılan fiziksel aktivitelere katılmaktan hoşlandıkları net bir biçimde anlaşılmaktadır. Beden eğitimi derslerine katılım düzeyinin üniversite hariç yüksek olmasına rağmen hoşlanma düzeyinin özellikle ortaokuldan sonraki yıllarda azalması, derslerde tutumu geliştirici aktivitelerin yapılmamasından, genel olarak programdan ya da öğretmenlerden kaynaklanan sorunlardan olabilir. Araştırma grubunun tüm eğitim yıllarına genel olarak bakıldığında, organize edilmiş spor faaliyetleri ve bir spor branşında kursa katılma düzeyinin düşük olması, ancak hoşlanma puanlarının katılma oranla yüksek çıkması da ailelerin veya öğretmenlerin, öğrencileri spor kurslarına, spor kulüplerine veya okul takımlarına katılmalarına destek vermediğinin bir göstergesidir.

Bayanların YFA düzeyi "sedanter" iken, erkeklerin "düşük düzeyde aktif" olduğu görülmektedir. Buna göre, erkeklerin YFA düzeyleri ($\bar{X}=2,20$) düşük de olsa, bayanlara oranla ($\bar{X}=1,97$) daha yüksektir (Tablo 3). Bruce'un Kanada'lı yetişkinlere yaptığı çalışmada da, erkeklerin ortalama enerji harcama düzeyinin bayanlara göre daha fazla bulunması⁽⁶⁾ da bu araştırma ile paraleldir. Erkeklerin fiziksel aktivite düzeyi bayanlara oranla yüksek olsa bile şunu da ilave etmek gerekir ki bu düzey tüm dünyada sağlıklı birey olmak için tavsiye edilen "orta düzeyde aktiflik" sınırının altındadır⁽²⁾ ve hareketsizlikten kaynaklanan her türlü rahatsızlığa zemin hazırlamaktadır.

İlkokul ile ortaokul (.79) ve lise (.61) toplam fiziksel aktivitelere katılım puanları arasında yüksek bir ilişki, üniversite ile (.42) orta, YFA düzeyi ile (.16) ise düşük düzeyde bir ilişki olduğu bulgulara görülmektedir. Ortaokul toplam fiziksel aktivitelere katılım puanları ilişkisinin lise ile (.80) yüksek iken, üniversitede (.49) orta, yetişkinlikte ise (.19) düşük düzeyde olduğu görülmüştür. Genel olarak tablo incelendiğinde, ilkokulda fiziksel aktivitelere katılımın ortaokuldaki katılım ile ilişkisi yüksek, lisede biraz azalsa da yine yüksek düzeyde olduğu, ancak üniversitede ilişkinin azaldığı ve YFA düzeyinin ilkokuldaki katılımı arasında çok düşük bir ilişkinin olduğu gözlenmiştir. İlkokulda fiziksel aktivitelere katılmaktan hoşlananların, tutumlarının ortaokul ve lisede de yüksek olduğu, üniversite de tutumun azaldığı ve YFA düzeyi ile ilkokuldaki fiziksel aktivitelere katılmadan hoşlanma arasındaki ilişkinin çok düşük olduğu belirlenmiştir (Tablo 4).

Tablo 5 ve 6'daki bulgulara göre üniversitede fiziksel aktivitelere toplam katılım puanları, YFA düzeyinde önemli bir yordayıcıdır. Üniversite ve lise toplam hoşlanma puanlarının da YFA düzeyinde önemli bir yordayıcı olduğu tespit edilmiştir. Massie ise ilkokuldaki toplam katılımın, YFA düzeyinin yordayıcısı olduğunu iddia etmektedir⁽¹⁷⁾. Sonuç olarak bu çalışmaya göre, üniversitede fiziksel aktivitelere toplam katılım ve hem lise hem de üniversitede fiziksel aktivitelere katılmadan toplam hoşlanma puanları YFA düzeyinin tahmin edilmesinde belirleyicidir.

Tablo 7'deki psikososyal faktörler değerlendirildiğinde, erkeklerin ortaokul yıllarını ($\bar{X}=3,65$) tüm çocukluk ve ergenlik dönemlerinin en aktif yılları olarak ifade etmeleri dikkate değer iken, bayanlar en aktif yıllarını ilkokul ($\bar{X}=3,55$) olarak belirtmişlerdir. Hem erkek hem de bayan öğretim elemanlarının sadece üniversite yıllarında kendilerini "yaşlılarla eşit derecede aktif", önceki yıllarda ise "daha aktif" hissettikleri görülmektedir. Halbuki, Tablo 1'de lise ve üniversite yıllarındaki fiziksel aktivitelere katılımı erkeklerin lehine manidar farklılıklar ortaya çıkmıştır. Öğretim elemanları genel olarak fiziksel aktivitelere olan tutumlarını ilkokulda "çok severdim", ortaokul, lise ve üniversitede de "severdim" şeklinde belirtmişlerdir. Erkeklerin tüm eğitim yıllarındaki fiziksel aktivitelere olan tutumları ise bayanlara oranla daha yüksek görünmektedir. Ayrıca ilkokul, ortaokul ve lise tutum puanları arasında manidar farklılıklar belirlemektedir. Erkek ($\bar{X}=3,72$) ve bayanların ($\bar{X}=3,68$) kendi becerilerinin en üst düzeyde buldukları yıllar olarak ortaokul dönemlerini algıladıkları anlaşılmaktadır. Bulgulara bakıldığında, erkeklerin tüm çocukluk ve ergenlik yıllarında kendi becerilerini "ortalamanın üzerinde", bayanların ise ilkokul, ortaokul ve lisede "ortalamanın üzerinde", üniversitede ise "vasat" olarak algıladıkları gözlenmektedir.

Bulgulara göre öğretim elemanları yetişkinliklerinde kendilerini yaşlılarıyla "eşit derecede aktif" bulduklarını, fiziksel aktiviteleri "sevindiklerini" ve fiziksel aktivitelerdeki genel becerilerini ise "ortalamanın üzerinde" algıladıklarını ifade etmişlerdir (Tablo 8).

Sonuç olarak bu çalışma ergenlik çağından itibaren kız öğrencilerin beden eğitimi derslerine katılım ve tutumlarının azaldığını, organize spor faaliyetlerine ve bir spor branşında kursa katılımın genel olarak "nadiren" boyutunda kaldığını, çocukluk ve ergenlik yıllarında en çok sevilen fiziksel

aktivite deneyiminin dışarda yapılanlar olduğunu ortaya koymuştur. Bu yüzden ilköğretim ikinci kademedeki beden eğitimi derslerinde kızların hem katılımlarını artıracak hem de tutumlarını olumlu yönde geliştirecek önlemler alınmalıdır. Okullarda yapılan sportif faaliyetlere ve spor branşlarındaki kurslara katılanların bu aktivitelere karşı olumlu tutumları göz önünde bulundurularak öğrencilerin, aileler ve öğretmenler tarafından okul içi ve okul dışı spor kurs ve çalışmalarına teşvik edilmesi gerekmektedir. Çocukluk ve ergenlikte katılmaktan en çok hoşlanılan aktivite dışarda yapılanlar olması dolayısıyla, çocuk ve gençlere yönelik serbest zamanlarını değerlendirilebilecek güvenli ve amaca uygun ortamlar oluşturulması da fiziksel aktivitelerin topluma yaygınlaştırılması açısından son derece önemlidir. Çalışmada ayrıca hem erkek hem de bayan öğretim elemanlarının sağlıklı bir yaşam tarzından kurtulmaları için fiziksel aktivite alışkanlığını benimsemeleri ve buna zaman ayırmaları gerektiği de anlaşılmıştır. Bu araştırmaya göre üniversitedeki fiziksel aktivitelere toplam katılım düzeyi ve hem lise hem de üniversitede fiziksel aktivitelere katılımdan toplam hoşlanma düzeyleri YFA düzeyinin belirleyicisidir. Bundan dolayı üniversitelerde gençlerin mümkün olduğunca fiziksel aktivitelere katılımları, ayrıca lise ve üniversitelerde de bu katılımlara olumlu tutumlar geliştirmeleri sağlanmalıdır.

KAYNAKLAR

1. AARNIO, M. (2003). Leisure-Time Physical Activity in Late Adolescence, A Cohort Study of Stability, Correlates and Familial Aggregation in Twin Boys and Girls, *Journal of Sports Science and Medicine*, 2 (suppl-2), 1-41.
2. AUSTRALIAN NATIONAL CANCER PREVENTION POLICY 2004-06 (2004). Preventible Risk Factors: Physical Activity, The Cancer Council Australia, Canberra.
3. BERTRAI, S.; PREZIOSI, P.; MERMEN, L.; GALAN, P.; HERCBERG, S. and OPPERT, J.M. (2004). Sociodemographic and Geographic Correlates of Meeting Current Recommendations for Physical Activity in Middle-Aged French Adults: the Supplementation en Vitamines et Mineraux Antioxydant, *American Journal of Public Health*, 94(9), 1560-1566.
4. BEUNEN, G. P.; LEFEVRE, J.; PHILIPPAERTS, R. M.; DELVAUX, K.; THOMIS, M. and et all. (2004). Adolescent Correlates of Adult Physical Activity: A 26-Year Follow-Up, *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 36(11), 1930-1936.
5. BRUCE, M. J. (2002). Physical Activity, Physical Fitness and Health: Leisure-Time Physical Activity Trends in Canada from 1981 to 1998 and the Prospective Prediction of Health Status from Health Related Physical Fitness, The Degree of Master of Science, York University, Toronto, Ontario, (Proquest Online Veri Tabanı, 11/05/2005).
6. CENTERS for DISEASE CONTROL and PREVENTION (2005). Physical Activity and the Health of Young People, U.S. Department of Health and Human Services, Atlanta, GA.
7. CRESPO, C. J.; PALMIERI, M. R. G.; PERDOMO, R. P. and et all. (2002). The Relationship of Physical Activity and Body Weight with All-Cause Mortality: Results from the Puerto Rico Heart Health Program, *Annul Epidemiology*, 12(8), 543-552.
8. DIGELIDIS, N; PAPAIOANNOU, A; LAPARIDIS, K and CHRISTODOULIDIS, T. (2003). A One Year Intervention in 7th Grade Physical Education Classes Aiming to Change Motivational Climate and Attitudes Towards Exercise, *Psychology of Sport and Exercise*, 4, 195-210.

9. HINDAWI, O. S. (2003). The Influence of Early Physical Activity: Sampling in ADHD Males and Physical Education Teaching Majors, The Degree of Doctor of Philosophy, Iowa State University, (Proquest Online Veri Tabanı UMI No: 3085915, 11/05/2005).
10. KARACA, A. (2000). Ankara İlinde Çalışan Bireylerin Bedensel Etkinlik Düzeyleri, Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 5(3), 11-20.
11. KELDER, S. H.; PERRY, C. L.; KLEPP, K. I. and LYTLE, L. L. (1994). Longitudinal Tracking of Adolescent Smoking, Physical Activity, and Food Choice Behaviors, American Journal of Public Health, 84, 1121-1126.
12. KOCA, C. ve AŞÇI, H. (2004). Atletik Yeterlik Düzeyi ve Cinsiyetin Beden Eğitime Yönelik Tutum Üzerine Etkisi, Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 9(1), 15-24.
13. KOLT, G. S.; DRIVER, R. P. and GILES, L. C. (2004). Why Older Australians Participate in Exercise and Sport, Journal of Aging and Physical Activity, 11, 185-198.
14. KRAUT, A.; MELAMED, S.; GOFER, D. and FROOM, P. (2003). Effect of School Age Sports on Leisure Time Physical Activity in Adults: The CORDIS Study, Medicine and Science in Sports and Exercise, 35(12), 2038-2042.
15. KRISKA, A.M. (1997). A Collection of Physical Activity Questionnaires for Health-Related Research, Medicine and Science in Sports and Exercise, 29(6), Suppl.,10-14.
16. LOLAND, N. W. (2004). Exercise, Health and Aging, Journal of Aging and Physical Activity, 11, 170-184.
17. MASSIE, J. E. (2002). The Relationship Between Childhood and Adolescent Physical Activity Experiences and Adult Physical Activity Levels, The Degree Doctor of Philosophy, Southern Illinois University, Carbondale.
18. McAULEY E; BLISSMER B; MARQUEZ, D. X; JEROME, G. J; KRAMER, A. F and KATULA, J. (2000). Social Relations, Physical Activity, and Well-Being in Older Adults, Preventive Medicine, 31, 608-617.
19. NATIONAL ASSOCIATION for SPORT and PHYSICAL EDUCATION (2003). Guidelines for Appropriate Physical Activity for Elementary School Children 2003 Update: The Comprehensive Report, Reston VA: NASPE Publications.
20. NORMAN, G. R. C. (1999). Stage of Change, Leisure Time Physical Activities, and Fitness Level in Adolescents, The Degree of Doctor of Philosophy, Northwest Missouri State University, (Proquest Online Veri Tabanı UMI No: 9932763, 11/05/2005).
21. PATE, R. R.; TROST, S. G.; DOWDE, M.; OTT, A. E.; WARD, D. S.; SAUNDERS, R. and FELTON, G. (1999). Tracking of Physical Activity, Physical Inactivity, and Health Related Physical Fitness in Rural Youth, Pediatric Exercise Science, 11, 364-376.
22. RIKLI, R. E. (2005). Movement and Mobility Influence on Successful Aging: Addressing the Issue of Low Physical Activity, QUEST, 57, 46-66.
23. ROWE, P.; VAN DER M. H.; SCHULDHEISZ, J. and FOX, S. (2004). Measuring Students' Physical Activity Levels: Validating SOFIT for Use with High-School Students, Journal of Teaching in Physical Education, 23, 235-251.
24. SALLIS, J. F.; ZAKARAN, J. M.; HOVELL, M. F. and HOFTSTETTER, R. (1996). Ethnic, Socioeconomic, and Sex Differences in Physical Activity Among Adolescents, Journal of Clinical Epidemiology, 49(2), 125-134.
25. ŞAHİN, Z. (2002). Ergenlerde Fiziksel Aktivite Düzeyinin Değerlendirilmesi, Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
26. TAMMELIN, T; LAITINEN, J. and NAYHA, S. (2004). Change in the Level of Physical Activity from Adolescence into Adulthood and Obesity at the Age of 31 Years, International Journal of Obesity, 28, 775-782.
27. TAYLOR, W. C.; BLAIR, S. N.; CUMMINGS, S. S.; WUN, C. C. and MALINA, R. M. (1999). Childhood and Adolescent Physical Activity Patterns and Adult Physical Activity, Medicine and Science in Sports and Exercise, 31(1), 118-123.

28. T.C. BAŞBAKANLIK DEVLET İSTATİSTİK ENSTİTÜSÜ (2004). Ölüm İstatistikleri: İl ve İlçe Merkezlerinde 2002, Ankara: Devlet İstatistik Enstitüsü Matbaası.
29. TELAMA R.; YANG, X.; LAAKSO, L. and VIIKARI, J. (1997). Physical Activity in Childhood and Adolescence as Predictor of Physical Activity in Young Adulthood, *American Journal of Preventive Medicine*, 13, 317-323.
30. TELAMA, R.; YANG, X.; VIIKARI, J.; VALIMAKI, I.; WANNE, O. and RAITAKARI, O. (2005). Physical Activity from Childhood to Adulthood: A 21-Year Tracking Study, *American Journal of Preventive Medicine*, 28(3), 267-273.
31. THOMPSON, A. M. (2001). Physical Activity from Childhood and Adolescence to Adulthood – A Longitudinal Analysis, The Degree of Doctor of Philosophy, The College of Kinesiology University of Saskatchewan, (Proquest Online Veri Tabanı UMI No: 63931, 11/05/2005).
32. TUDOR-LOCKE, C.; AINSWORTH, B. E.; ADAIR, L. S. and POPKIN, B. M. (2003a). Physical Activity in Filipino Youth: The Cebu Longitudinal Health and Nutrition Survey, *International Journal of Obesity*, 27, 181-190.
33. USDHHS: U.S. DEPARTMENT of HEALTH and HUMAN SERVICES (2000). *Healthy People 2010* (2nd ed.), Washington D.C: US Government Printing Office.
34. VILHJALMSSON, R. and KRISTJANSDDOTTIR, G. (2003). Gender Differences in Physical Activity in Older Children and Adolescents: The Central Role of Organized Sport, *Social Science and Medicine*, 56, 363-374.
35. WANG, Y. (2004). Diet, Physical Activity, Childhood Obesity and Risk of Cardiovascular Disease, *International Congress Series*, 1262, 176-179.

ÜNİVERSİTE ERKEK HENTBOL TAKIMINDA OYNAYAN HENTBOLCULARIN OYNADIKLARI POZİSYONLARA GÖRE REAKSİYON ZAMANLARININ KARŞILAŞTIRILMASI

Hürmüz KOÇ *
Kadir GÖKDEMİR **

ÖZET

Bu araştırma, hentbol takımında oyun kurucu, kanat, pivot ve kaleci gibi farklı pozisyonlarda (mevkilerde) oynayan hentbolcuların reaksiyon zamanlarını karşılaştırmak amacı ile yapıldı. Araştırmaya, yaşları 19-24 arasında değişen ve antrenman yaşı beş ve üstünde olan üniversite hentbol takımında, orta, sağ ve sol oyun kurucu, sağ ve sol kanat, pivot ve kaleci olarak oynayan toplam 84 hentbolcu katıldı. Araştırmaya katılan hentbolcuların reaksiyon zamanları Nelson Reaksiyon Zaman Ölçeği kullanılarak ölçüldü. Hentbolcuların oynadıkları pozisyonlarına göre reaksiyon zamanlarındaki farklılıkların belirlenmesi için aritmetik ortalama ve standart sapma hesaplandı. Oyuncuların oynadıkları pozisyonlara göre farklılıkların belirlenmesinde ise ANOVA testi uygulandı. Araştırma sonucuna göre kalecilerin ve diğer oyuncuların reaksiyon zamanları arasında farkın olduğu tespit edildi. Bu fark istatistiksel yönden kaleci ile sağ kanat ve sol oyun kurucu arasında $p < 0,01$ seviyesinde, sol kanat ve sağ oyun kurucu arasında ise $p < 0,05$ seviyesinde anlamlı olduğu bulundu.

Anahtar kelimeler: Reaksiyon zamanı, Hentbol oyuncuları,

Geliş tarihi: 20.01.2006; Yayına kabul tarihi: 07.04.2008

* Erciyes Üniversitesi B.E.S.Y.O., KAYSERİ

** Gazi Üniversitesi B.E.S.Y.O., ANKARA

COMPARISON OF REACTION TIME OF THE UNIVERSITY MALE HANDBALL PLAYERS IN TERMS OF THEIR POSITION

ABSTRACT

At this study it was aimed to determine the differences between positions of play maker, wingers, pivot and goal keeper's reaction times. There was university students who were played in university games, age between 19-24 and training aged 5 and more handball players involved in this study. There were 84 handball players who were play maker (middle, right and left), wing players (left and right), pivot players and goal keepers. Nelson reaction time scale was used to measure reaction times of handball players. To investigate the differences between reactions times of positions one-way variance analyze (Anova) was done. At the result of the study, it was determined that there were differences between goalkeepers reaction time and others. This difference, statistically was found at 0,01 level between goalkeeper and left and right play maker, 0,05 level between left and right playmaker.

Key Words: Reaction time, Handball players.

GİRİŞ

Spor dünyasında varılmak istenen hedef başarılı olmaktır. Tüm sporcuların amacı katıldıkları yarışmadan galip gelmek veya birinci olmaktır. Çok ağır antrenmanların, özveriyle bıkmadan yapılan çalışmaların karşılığında sporcu hızlı, kuvvetli, dayanıklı ve mükemmel bir tekniğe sahip olmak ve başarıyı yakalamak ister. Bu nedenle sporcunun fiziksel, fizyolojik ve psikolojik özelliklerinin katıldığı spor branşına uygun olması gerekmektedir. Sporcu eğer bu unsurlara sahip ise bunların iyi organize edilmesi sonucunda başarı elde edilebilir. Bazen bir sayı farkla şampiyonluğa ulaşıldığı yada bir sayı ile şampiyonlukların kaçınıldığı göz önüne alındığında oyuncuların oyuna iyi konsantre olması gerekmektedir. Özellikle hentbol oyununda sonucun belirlenmesinde etkili olan kalecinin iyi konsantre olması reaksiyon zamanını olumlu etkileyerek takımın başarılı olmasını sağlar. Hentbolde çok önemli olan reaksiyon zamanının antrenmanlarla geliştirildiğine dair bulgular mevcuttur^(1,4,12,15).

Sporda başarıya ulaşmadaki etkenlerden en önemlisi reaksiyon zamanıdır. Özellikle yetenek seçimi taramalarında belirleyici kriterlerin başında gelmektedir⁽²⁾. Reaksiyon zamanının farklı literatürlerden tanımlarına bakıldığında, kişiye bir uyarının uygulanması ile kişinin bu uyarıya istemli olarak verdiği cevap arasında geçen süre^(6,7), bir kişinin uyarana karşı ilk kassal tepkisi⁽³⁾ veya uyarının başlama zamanı ile tepkinin başladığı zaman aralığında geçen süre olarak tanımlanmaktadır⁽¹⁶⁾.

Hentbol oyunu süratli bir topla oynanması göz önüne alındığında hentbolde performansı belirleyen unsurların başında sürat ve buna bağlı olarak da reaksiyon zamanının kısalığı gelmektedir. Özellikle hücum ve savunmada topa yapılan teknik hareketler reaksiyon zamanının iyi olmasıyla doğru orantılıdır^(13,15). Hentbolde oyuncular oynadıkları pozisyonlara göre orta oyun kurucu, sağ oyun kurucu, sol oyun kurucu, sağ kanat, sol kanat, pivot ve kaleci olmak üzere toplam yedi oyuncuyla oynanmaktadır⁽¹³⁾. Hentbol oyunu çabuk ve doğru oynama gerekliliği göz önüne alındığında hücum ve savunmada kuvvet, sürat, dayanıklılık, hareketlilik, ve beceri gibi temel motorik özelliklerin yanında reaksiyon süresinin gerekliliğini ortaya çıkarmaktadır^(13,15). Mükemmel bir tekniğe ve taktiğe sahip olan hentbol takımlarında ancak temel motorik özellikleri sistematik

bir biçimde geliştirdiği ve uyguladığı takdirde başarı elde edilebilir⁽¹⁰⁾. Sporcunun en önemli motorik özelliklerinden birisi olan reaksiyon sürati, antrenman bilimi açısından başarıyı etkileyen en önemli faktördür⁽¹²⁾.

Araştırma, oyun kurucu, kanat, pivot ve kaleci gibi farklı pozisyonlarda oynayan hentbolcuların reaksiyon zamanlarının karşılaştırılması amacı ile yapıldı.

MATERYAL VE METOT

Araştırmaya Gazi Osman Paşa, Erciyes, Fırat, Gaziantep, Muğla ve Yüzüncü Yıl Üniversitesi hentbol takımlarında oynayan yaşları 19-24 arasında değişen erkek hentbolcular gönüllü olarak katıldı. Çalışmaya kaleci, pivot, orta oyun kurucu, sağ oyun kurucu, sol oyun kurucu, sağ kanat ve sol kanat mevkilerine (pozisyon) ait toplam 84 sporcu katıldı. Araştırmaya antrenman yaşı beş ve üstünde olan hentbolcular alındı.

Sporcuların reaksiyon zamanını ölçmek için Nelson Reaksiyon Zaman Ölçeği (cetvel) testi uygulandı. Ölçümler sessiz ve yeterli ışık olan bir ortamda yapıldı. Ölçüm alınmadan önce denek test hakkında bilgilendirildi. Ölçümler ayakta ve vücudun dengesi her iki bacakta olacak şekilde yapıldı. Nelson Reaksiyon Zaman Ölçeği ile deneğin dominant olan elinden beş defa ölçüm alınarak en iyi derece kaydedildi. Ölçüm sırasında sporcuların konsantrasyonu cetvelin orta noktasında yoğunlaştıktan sonra sporcuya hiçbir işaret vermeden cetvel bırakıldı. İşaret ve baş parmakları arasından tutulan cetvelin üst noktasındaki değer okunarak kaydedildi ve aşağıdaki formülde yerine konarak hentbolcuların reaksiyon zamanları hesaplandı⁽¹⁶⁾.

$$\text{Zaman} = \sqrt{2 \times \text{Cetvelin Düştüğü Mesafe} / \text{Yer Çekimine Bağlı Hız}}$$

$$\text{Zaman} = \sqrt{2 \times \text{Mesafe(cm)} / 980 \text{ cm}}$$

Sporcuların reaksiyon zamanları arasında ki farkın belirlenmesi için bilgisayar ortamında SPSS Paket Programı kullanılarak aritmetik ortalamaları ve standart sapmaları hesaplandı, oyuncuların oynadıkları pozisyonlara göre farkın belirlenmesinde ise ANOVA farkın tespit etmek için post hoc testlerinden tukey testi uygulandı. Oyuncular arasındaki farkların istatistiksel yönden 0.05 seviyesinde anlamlı olup olmadığına bakıldı.

BULGULAR

Hentbol oyununda, oyun kurucu, kanat, pivot ve kaleci gibi farklı pozisyonlarda oynayan oyuncuların reaksiyon zamanlarının karşılaştırmak amacı ile yapılan bu çalışmada elde edilen bulgular tablolar halinde verildi.

Tablo 1. Farklı Pozisyonlardaki Hentbolcuların Reaksiyon Zamanları.

Oyuncular	X±Sd	X _{Min} - X _{Max}
Kaleci (n=12)	0,19±0,017	0,17 - 0,23
Pivot (n=12)	0,21±0,030	0,18 - 0,26
Sağ Kanat (n=12)	0,24±0,038	0,19 - 0,30
Sol Kanat (n=12)	0,24±0,037	0,18 - 0,30
Sağ Oyun Kurucu (n=12)	0,23±0,035	0,19 - 0,29
Sol Oyun Kurucu (n=12)	0,24±0,025	0,19 - 0,28
Orta Oyun Kurucu (n=12)	0,21±0,030	0,18 - 0,25

Tablo 1 incelendiğinde hentbolcuların oynadıkları mevkilerine göre en kısa reaksiyon zamanının kalecilere ait olduğu (0,19), en uzun reaksiyon zamanının ise sağ kanat, sol kanat ve sol oyun kuruculara ait olduğu (0,24), yine tabloya bakıldığında reaksiyon zamanlarının en küçük değer kalecilerde (0,17), en büyük değer ise kanat oyuncularında (0.30) olduğu görülmektedir.

Tablo 2. Hentbolcuların Oynadıkları Pozisyonlara Göre Reaksiyon Zamanlarının Karşılaştırılması

Oyuncular		Aritmetik Ortalama	Aritmetik Ortalama Farkı	P
Kaleci	Pivot	0,21	-0,016	0,853
	Sağ Kanat	0,24	-0,048	0,006**
	Solkanat	0,24	-0,046	0,009**
	Sağ O.K.	0,23	-0,042	0,024*
	Sol O.K.	0,24	-0,050	0,003**
	Orta O.K.	0,21	-0,023	0,546
Pivot	Kaleci	0,19	0,016	0,853
	Sağ Kanat	0,24	-0,031	0,190
	Sol Kanat	0,24	-0,030	0,245
	Sağ O.K.	0,23	-0,025	0,421
	Sol O.K.	0,24	-0,034	0,126
	Orta O.K.	0,21	-0,006	0,999
Sağ Kanat	Kaleci	0,19	0,048	0,006**
	Pivot	0,21	0,031	0,190
	Sol Kanat	0,24	0,002	1,000
	Sağ O.K.	0,23	0,006	0,999
	Sol O.K.	0,24	-0,003	1,000
	Orta O.K.	0,21	0,025	0,461
Sol Kanat	Kaleci	0,19	0,046	0,009**
	Pivot	0,21	0,030	0,245
	Sağ Kanat	0,24	-0,002	1,000
	Sağ O.K.	0,23	0,004	1,000
	Sol O.K.	0,24	-0,004	1,000
	Orta O.K.	0,21	0,023	0,546
Sağ Oyun Kurucu	Kaleci	0,19	0,042	0,024*
	Pivot	0,21	0,025	0,421
	Sağ Kanat	0,24	-0,006	0,999
	Sol Kanat	0,24	-0,004	1,000
	Sol O.K.	0,24	-0,008	0,995
	Orta O.K.	0,23	0,019	0,752
Sol Oyun Kurucu	Kaleci	0,19	0,050	0,003**
	Pivot	0,21	0,034	0,126
	Sağ Kanat	0,24	0,003	1,000
	Sol Kanat	0,24	0,004	1,000
	Sağ O.K.	0,23	0,008	0,995
	Orta O.K.	0,21	0,027	0,344
Orta Oyun Kurucu	Kaleci	0,19	0,023	0,546
	Pivot	0,21	0,006	0,999
	Sağ Kanat	0,24	-0,025	0,461
	Sol Kanat	0,24	-0,023	0,546
	Sağ O.K.	0,23	-0,019	0,752
	Sol O.K.	0,24	-0,027	0,344

*P<0.05

**p<0.01

Tablo 2 incelendiğinde, hentbolcuların oynadıkları pozisyonlara (mevkilerine) göre reaksiyon zamanlarının farklı olduğu görülmektedir. Bu fark istatistiksel yönden kaleci ile sağ kanat, sol kanat ve sol oyun kurucu arasında 0,01 seviyesinde ve sağ oyun kurucu arasında ise 0,05 seviyesinde anlamlı olduğu bulundu. Diğer mevkilerde oynayan oyuncuların reaksiyon zamanları karşılaştırıldığında farkların anlamsız olduğu tespit edildi ($p>0.05$).

TARTIŞMA VE SONUÇ

Oyun kurucular, kanat oyuncuları, pivot ve kaleci gibi farklı pozisyonlarda oynayan hentbolcuların reaksiyon zamanlarının karşılaştırılması ve pozisyonlara göre farklılıkların belirlenmesi amacıyla yapılan bu araştırma sonucunda, farklı pozisyonlarda oynayan hentbolcuların reaksiyon zamanları da farklı olduğu görüldü. Elde edilen değerler literatür bilgileriyle mukayese edildiğinde; Şahin, kaleci ve farklı pozisyonlarda oynayan saha oyuncularının reaksiyon zamanlarının karşılaştırılması ile ilgili yapmış olduğu çalışmada, farklı pozisyonlarda oynayan hentbolcuların farklı reaksiyon zamanlarına sahip olduklarını⁽¹⁴⁾, Sinem ve arkadaşlarının bayan hentbolcular üzerinde yapmış oldukları çalışmada da, farklı pozisyonlarda oynayan oyuncuların reaksiyon zamanlarında farkları olduğu ve bu farklarında anlamlı olduğunu tespit etmişlerdir⁽⁶⁾. Bu elde edilen sonuç bizim bulgularımızla paralellik göstermektedir. More ve arkadaşları yapmış olduğu, araştırma sonucunda iyi sporcuların diğerlerine göre reaksiyon hızının kısa olduğunu fakat farkın performans düzeyleriyle direkt bağlantılı olmadığını⁽¹¹⁾ belirtmiştir. Bu görüş bizim elde ettiğimiz sonuçlar ile benzerlik göstermemektedir. Fox ve arkadaşlarının performansı yüksek sporcuların reaksiyon zamanlarının daha iyi olduğunu belirten⁽⁵⁾ açıklamaları ise bizim bulgularımızı desteklemektedir. Karakuş ve arkadaşlarının yapmış oldukları araştırma sonucundaki başarı ile reaksiyon zamanının doğru orantılı olduğunu belirtmişlerdir⁽⁹⁾.

Sonuç olarak sporcunun en önemli motorik özelliklerinden biri olan reaksiyon sürati hentbolda başarıyı belirleyen en önemli kriterlerden birisidir. Hentbolcuların reaksiyon zamanları pozisyonlara göre değerlendirildiğinde, kalecilerin reaksiyon zamanları, sol oyun kurucu, sağ kanat, sol kanat ve sağ oyun kurucunun reaksiyon zamanından farklı olduğu görülmektedir. Bu sonucun kalecilerin her antrenmanda reaksiyon zamanını geliştirici çalışmalar yaptıklarından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Bu araştırma sonucunda elde edilen bulgular norm çalışmasına katkı sağlayacağı ve daha fazla hentbolcu üzerinde yapılarak ülkemizdeki hentbolculara ait reaksiyon zamanları ortalama değerleri tespit edilebileceği, bu tür araştırmalar antrenöre sporcunun oynadığı pozisyonlara göre tanınmasına katkı sağlayarak, antrenör sporcusuna teknik taktik becerilerinin yanı sıra reaksiyon zamanlarını geliştirici çalışmalarının yapılmasına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

KAYNAKLAR

- 1- Antonell, F. Lavarda, S. Maignaggi, S.: Effects of a New Sedative on Reaction Time and Attention of a Group of Athletes. *Med Pricosom*, 19 (2): 189-196, 1974.
- 2- Bayar, P. Kuruç, Z.: Reaksiyon Zamanı ve El Göz Koordinasyonu Ölçer İki Aracın Türkiye Normlarının Saptanmasına Yönelik Ön Çalışma, Spor Bilimleri II.Ulusal Kongresi Bildirileri (20-22 Kasım1992, Hacettepe Üniversitesi, Ankara), Spor Bilimleri ve Teknolojisi Yay. No. 3, s. 136 - 143. Onlar Ajans, Ankara, 1992.
- 3- Bompa, T.O.: Antrenman Kuramı ve Yöntemi, (Çevirenler Keskin, İ. Tüner, A. B.),Bağırğan Yayınevi, Ankara, 1998.
- 4- Çolakoğlu, H.: Sürat Antrenmanlarının Akustik Optik ve Reaksiyon Zamanlarına Etkisi. Ege Üniversitesi Sağ. Bil. Enst. Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Y. Lisans tezi. İzmir, 1981.
- 5- Fox, E. L. Bowers, R.W. Fos, L.M. :Beden Eğitimi ve Sporun Fizyolojik Temelleri. (Çeviri; M. Cerit), Bağırğan Yayınevi Ankara, 1999.
- 6- Guckstein, M. Walter, S.: Brain Mechanisma in Reaction Time. *Brain Res.* 40: 1-9, 1972.
- 7- Guyton, A. C.: Structure and Function of the Nervous System. W. B. Saunder Company, 1972.
- 8- Hasdemir, S. Gündüz, N. Müniroğlu, S.: Bayan Hentbolcuların Görsel ve İşitsel Reaksiyon Zaman Farklarının İncelenmesi, *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi.* 1 (1), s. 49 – 52, 2003.
- 9- Karakuş, S. Küçük, V. Koç, H.: Balkan Şampiyonasına Katılan Badmintoncuların Reaksiyon Zamanları, *Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 1 (2): 11-17, 1996.
- 10- Koç, H.: 14-16 Yaş Grubu Hentbolcu ve Beden Eğitimi Dersi Alan Öğrencilerin Bazı Fiziksel ve Fizyolojik Parametrelerinin Eurofit Test Bataryasında Değerlendirilmesi. *Gazi Üniversitesi Sağ. Bil. Enst. Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Y. Lisans tezi.* Ankara, 1996.
- 11- More, A. Komi, P.V. Gregor, R.J. : Biomechanics of Sprint Running Department of Biology of Physical Activity, Universty of Jyväskylä, Finland, 1992.
- 12- Sevim, Y.: Antrenman Bilgisi, Nobel Yayın Dağıtım, Ankara, 2002.
- 13- Sevim, Y.: Hentbolda Teknik Taktik, Nobel Yayın Dağıtım, Ankara, 2002.
- 14- Şahin, R.: Erkek Hentbolda Kalecilerle Saha Oyuncularının Reaksiyon Zamanlarının Karşılaştırılması. *Gazi Üniversitesi Sağ. Bil. Enst. Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Y. Lisans Tezi.* Ankara, 1985.
- 15- Taşkiran, Y.: Hentbolda Performans, Bağırğan Yayınevi, Ankara, 1997.
- 16- Tamer, K.: Sporda Fiziksel Fizyolojik Performansın Ölçülmesi ve Değerlendirilmesi, Bağırğan Yayınevi, Ankara, 2000.

ULUDAĞ ÜNİVERSİTESİ EĞİTİM FAKÜLTESİ BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR BÖLÜMÜ ÖZEL YETENEK SINAV VERİLERİNİN CİNSİYET VE ALANLARINA GÖRE KARŞILAŞTIRILMASI

Şenay KOPARAN *
Fusun ÖZTÜRK *

ÖZET

Bu araştırmanın amacı Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü özel yetenek sınav verilerinin cinsiyet ve alanlarına göre karşılaştırılmasıdır.

Araştırmanın evrenini ön kayıt yaptıran adaylar 80 kız 305 erkek olmak üzere toplam 385 kişi örneklemini ise ikinci aşamaya katılmaya hak kazanan adaylar 80 kız ve 175 erkek olmak üzere 255 kişi oluşturmaktadır.

Elde edilen veriler SPSS 10.0 istatistik programında değerlendirilirken, grup sayısı iki olan normal dağılım gösteren değişkenler için gruplar arasındaki farklılık bağımsız örneklem t testi uygulanmıştır. Anlamlılık düzeyi $\alpha=0.05$ olarak kabul edildi.

AOÖB puanı ve sporcu özgeçmiş puanlarında bayanlar lehine istatistiksel düzeyde anlamlı bir fark bulunurken ($p<0.000$, $p<0.05$), dikey sıçrama, 30 m sürat ve dayanıklılık testi değerlerinde ise erkekler lehine istatistiksel düzeyde anlamlı bir fark bulunmuştur ($p<0.000$).

Farklı alandan adayların AOÖB puanı spor alanından gelen adaylara göre istatistiksel düzeyde anlamlı bir fark bulunurken ($p<0.000$), spor alanlı adayların sporcu özgeçmiş puanının farklı alandan adayların puanına göre istatistiksel düzeyde anlamlı farklılık gösterdiği belirlenmiştir ($p<0.000$).

Anahtar Kelimeler: özel yetenek sınavı, alan, cinsiyet

Geliş tarihi: 16.03.2007; Yayına kabul tarihi: 09.01.2008

* Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü

A COMPARASION OF SOCIAL PRIVATE APTITUDE TEST OF ULUDAG UNIVERSTY OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORT DEPARTMENT'S ACCORDING TO GENDER AND DOMAIN

ABSTRACT

The aim of this research is to compare the data of private aptitude test at Uludag Universty of physical education and sport department with to sex and domain.

80 female and 305 male student who preliminary registration constituted the population (total 385 students) from these students 80 female and 175 male studuents who deserve to participated the second phase constituted the sample (total 2255 students) of the study.

While the data was analyzed at statistiykal package programs of SPSS 10.0 the independent sample t test was for the variables for have two groups ad show normal distribution in order to the test difference between groups. As the signifiante level .05 was acceptable.

It was found that there is a significant difference at secondary scheme achivement scares at sports sportive back-ground in gavour of female stude on the other hand at vertical jumping , 30 m speed and shuttle run test values, there is a signifiante difference in favour of male students ($p<0.000$, $p<0.05$). There is signifiante difference between the participate different domains and sports domain students in female of secondary school achivement scare and sportive back-ground score ($p<0.000$).

Key Words: *private aptitude test, gender and domain*

GİRİŞ

Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü, Eğitim Fakültesi bünyesinde öğretim kurumlarına Atatürk İlke ve Devrimleri ve Türk Milli Eğitiminin amaçları doğrultusunda beden eğitimi öğretmeni, çeşitli kurum ve kuruluşlara spor uzmanı, spor koordinatörü ve antrenör yetiştirmek üzere eğitim öğretim faaliyetlerini sürdürmektedir.

Beden eğitimi ve spor bölümü 1982 yılında 40 öğrenci ile eğitim-öğretim hayatına başlamıştır. Halen lisans düzeyinde 225, yüksek lisansta 6, doktora düzeyinde 1 öğrencinin yanı sıra, 5 öğretim üyesi ve 14 öğretim yardımcısı ile öğretimine Görükle Kampüsündeki bina ve tesislerinde devam etmektedir.

Ülkemizde, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği bölümlerinde her yıl ön kayıt ve özel yetenek sınavları ile öğrenci alınmaktadır. Öğrenci Seçme Yerleştirme Merkezi (ÖSYM) yüksek öğretim programları ve kontenjan kılavuzunda belirtilen esaslara bağlı kalmak şartıyla her bölüm, başvuru yapan adaylar arasından en iyi olanları seçmek üzere kendi özel yetenek sınav şeklini belirleyebilmektedir.

Tüm üniversitelerde, her yıl yapılan özel yetenek sınavlarında hangi seçim şeklinin daha doğru olduğu konusunda fikir birliğine varılmış değildir. Ancak sınav şeklinin tespitinde üniversitelerin sahip olduğu olanaklar (elektronik, donanım, tesis ve öğretim elemanı) sınav şeklini belirlemede ve başarılı seçimler yapmakta katkı sağlamaktadır⁽⁴⁾.

Özel yetenek sınavlarına başvurabilmek için; adayların 2006 ÖSS'ye girmiş olmaları, Liseler, Meslek Liseleri, Öğretmen Liseleri ve Güzel Sanatlar Liselerinin spor alan/kol/bölmelerinden mezun olan adaylar ve milli sporcuların ise 2006-ÖSS puan türlerinin en az birinden 160.000 ve daha yüksek ÖSS puanı alması koşuluyla başvurabilmektedirler. Yukarıda sözü edilen spor alan/kol/bölmü dışında mezun olan adayların ise 2006-ÖSS puan türlerinin en az birinden 185.000 ve daha yüksek ÖSS puanı almaları gerekmektedir.

Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü 2006 yılı özel yetenek sınavı iki aşamadan oluşmaktadır. Birinci aşamada 30 metre sürat, ve sporcu özgeçmiş değeri değerlendirilirken, ikinci aşamada ise dikey sıçrama ve dayanıklılık testleri bulunmaktadır. Birinci aşamada en yüksek puan alan adaylardan, kontenjan sayısının 5 (beş) katı kadarı ikinci aşamaya alınmıştır. İkinci aşamaya kalan adayların bu aşamada katılacakları dikey sıçrama ve dayanıklılık testleri sonrası puanları 2006 ÖSYM Yüksek Öğretim Programları ve Kontenjan Kılavuzuna uygun olarak hesaplanarak, kesin kayıta hak kazanan adaylar ilan edilmiştir⁽¹²⁾.

Bu araştırmanın amacı Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü özel yetenek sınav verilerinin cinsiyet ve alanlarına göre karşılaştırılmasıdır.

GEREÇ YÖNTEM

Araştırmanın evrenini ön kayıt yaptıran adaylar, 80 kız 305 erkek olmak üzere toplam 385 kişi örneklemini ise ikinci aşamaya katılmaya hak kazanan adaylar, 80 kız ve 175 erkek olmak üzere 255 kişi oluşturmaktadır. Özel yetenek sınav içeriği aşağıda açıklanmıştır;

I. AŞAMA

a-) 30m Sürat Testi

30 metrelik bir parkurda başlangıç ve bitiş çizgileri arasındaki mesafeyi kat etme süresini ölçmeyi kapsar. Ölçüm elektronik kronometre ile yapılır.

Uyulması Gereken Kurallar :

- 30 metre sürat koşusunun çıkışı ayakta yapılır.
- Mekanik arızadan kaynaklanan durumlarda komisyon kararıyla bir hak daha verilir.
- Yukarıda belirtilen durumların dışında her öğrencinin iki koşu hakkı vardır.En iyi derecesi değerlendirilmeye alınır.

Erkek adaylar için en yüksek değer 4.80 sn. bayan adaylar için ise 5.30 saniyedir. Adaylar bu değerlerden sonra puan almaya başlayarak ve en iyi değere ulaşan aday öğrenciye göre sıralama gerçekleştirilir. Bu testin sınavdaki ağırlığı % 25 oranındadır.

b) Sporcu Özgeçmiş

Sporcu Özgeçmişindeki koşullara uyduğunu belgeleyen adaylar ilgili puanı alırlar. Belgeler sınav komisyonunca incelenerek geçerliliği kabul edilir. Sporcu Özgeçmiş puanının sınavdaki ağırlığı % 25 oranındadır.

SPORCU ÖZGEÇMİŞ PUANI VE İSTENEN BELGELER

Sıra	ÖZELLİK	İSTENİLEN BELGELER	PUAN
1	Derece yapan milli sporcular	Başbakanlık Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü'nden alınan, Dünya, Avrupa ve Balkan Şampiyonaları, Olimpiyat ve Akdeniz Oyunları, İslam Ülkeleri Dayanışma Spor Oyunları, ISF Dünya Okullar Spor Oyunları, FISU Dünya Üniversiteler Spor Oyunları, Yaş Grupları Dünya Oyunları, Avrupa Oyunları, Avrupa Gençlik Olimpiyat Günleri, Dünya ve Avrupa Kupaları ile en az 10 ülkenin katıldığı uluslararası yarışmalarda 1., 2. veya 3.'lük derecelerinden herhangi birinin alındığına dair "Milli Sporcu Belgesi"nin aslı ve fotokopisi	100
2	Milli sporcular	Başbakanlık Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü'nden alınan, Dünya, Avrupa ve Balkan şampiyonaları, Olimpiyat ve Akdeniz Oyunları, İslam Ülkeleri Dayanışma Spor Oyunları, ISF Dünya Okullar Spor Oyunları, FISU Dünya Üniversiteler Spor Oyunları, Yaş Grupları Dünya Oyunları, Avrupa Oyunları, Avrupa Gençlik Olimpiyat Günleri, Dünya ve Avrupa Kupaları ile en az 10 ülkenin katıldığı uluslararası yarışmalara katılmış olmak. İlgili Federasyon ve Gençlik Spor Genel Müdürlüğü, Genel müdür yada Genel Müdür Yardımcısı onaylı "Milli Sporcu Belgesi"nin aslı ve fotokopisi	90
3	İlgili federasyonun en üst liginde veya Büyüklükler Türkiye Şampiyonasında ilk üç dereceyi elde etmek	İlgili federasyon ve Gençlik Spor Genel Müdürlüğü onaylı yarışma sonuç belgesi ve müsabaka cetveli	80
4	İlgili federasyonun en üst liginde yer almak, Büyüklükler Türkiye Şampiyonasına takım halinde katılmak veya bu şampiyonada bireysel olarak ilk sekizde yer almak	İlgili federasyon ve Gençlik Spor Genel Müdürlüğü onaylı belge ve müsabaka cetveli	70
5	İlgili federasyonun ikinci sıradaki liginde veya Gençler Türkiye Şampiyonasında ilk üç dereceyi elde etmek	İlgili federasyon ve Gençlik Spor Genel Müdürlüğü onaylı yarışma sonuç belgesi ve müsabaka cetveli	60
6	İlgili federasyonun ikinci sıradaki liginde müsabakalara katılmış olmak, Türkiye Şampiyonasında takım halinde katılmak veya bu şampiyonada bireysel olarak ilk sekizde yer almak	İlgili federasyon ve Gençlik Spor Genel Müdürlüğü onaylı yarışma sonuç belgesi ve müsabaka cetveli	50
7	İlgili federasyonun üçüncü sıradaki liginde veya Yıldızlar Türkiye Şampiyonasında ilk üç dereceyi elde etmek	İlgili federasyon ve Gençlik Spor Genel Müdürlüğü onaylı yarışma sonuç belgesi ve müsabaka cetveli	40
8	İlgili federasyonun üçüncü sıradaki liginde veya Yıldızlar Türkiye Şampiyonasına takım halinde katılmak veya bu şampiyonada bireysel olarak ilk sekizde yer almak	İlgili federasyon ve Gençlik Spor Genel Müdürlüğü onaylı yarışma sonuç belgesi ve müsabaka cetveli	30
9	İlk Öğretim II. Kademe ve Orta Öğretim Kurumları arasında yapılan Türkiye Şampiyonalarında ilk üç dereceyi elde etmek.	Milli Eğitim Bakanlığı onaylı yarışma sonuç belgesi ve müsabaka cetveli	20
10	Lisans	1 Haziran 2004'ten önceki bir tarihte düzenlenmiş olma koşulu ile lisans belgesi ve resmi iki maça katıldığına dair Gençlik spor il müdürlüğü veya İl Milli Eğit. Müd. onaylı müsabaka cetveli	10

II. AŞAMA

c-) Dayanıklılık testi

Aday test süresince 20 m.'lik bir parkurun bir ucundan diğer ucuna doğru sürekli koşar. Test sırasında adayın koşu temposu bir teyp bandının verdiği sinyaller ile sağlanır. Adayın, başlangıç hızı 8 km. / saat olan ve her dakikada artan teyp sinyallerine uyması gerekir. Bu, adayın 20 m'lik parkurun bitiş çizgisine ulaşması ile teypten duyduğu sinyalin eş zamanlı olması anlamına gelir. Aday, sinyal sesi geldiğinde belirtilen emniyet alanına girmiş olmalıdır. Sinyal sesinin duyulduğu anda emniyet alanına giremeyen aday, görevli tarafından uyarılır.

Aday birinci uyarı sonrası temposunu artırarak sinyalden önce emniyet alanına girdiğinde birinci uyarısı iptal edilir. Üst üste 3 uyarı alan aday testi tamamlamış kabul edilir ve 2. uyarıdaki mekik sayısı geçerli sayılır. Sinyalle eş zamanlı olarak emniyet alanına girmeyi başaran ve her iki ayağıyla bitiş çizgisi dışına çıkan aday herhangi bir uyarı almadan, dayanıklılık kapasitesinin elverdiği ölçüde kendisi testi bırakana kadar testi sürdürür.

Adayın sinyalden önce en az bir ayağının havadan ya da yerden emniyet alanına girmiş olması gerekir. Sinyal çaldığı sırada emniyet alanına girmeden dönerek devam etmek isteyen ve ya emniyet alanının dışına her iki ayağı ile çıkmadan devam etmek isteyen aday uyarılır, uyarıya rağmen hatasını düzeltmeyen aday testi tamamlamış kabul edilir ve doğru olarak yaptığı en son mekik sayısı geçerli sayılır. Testin değerlendirilmesi adayın 20"şer metrelik mekiklerden kaç tane yaptığına göre değerlendirilir. Adayın mekik sayısı giriş kartına görevliler tarafından yazılarak imzalanır. Erkek adaylar için en düşük değer olarak 80, bayan adaylar için ise 50'dir. Adaylar bu değerlerden sonra puan almaya başlayarak ve en iyi değere ulaşan aday öğrenciye göre sıralama gerçekleştirilir. Bu testin sınavdaki ağırlığı % 30 oranındadır.

d-) Dikey Sıçrama Testi

Bu testte adayın dikey sıçrama yüksekliği beline takılan bir kemer ve elektronik bir cihaz yardımı ile ölçülür. Hatasız olarak yapılan iki sıçrama sonucunda en iyi derece puanlamaya alınır. Erkek adaylar için en düşük değer olarak 25 cm bayan adaylar için ise 15 cm'dir. Adaylar bu değerlerden sonra puan almaya başlayarak ve en iyi değere ulaşan aday öğrenciye göre sıralama gerçekleştirilir. Dikey sıçrama testinin sınavdaki ağırlığı % 20 oranındadır.

Özel yetenek sınav sonuçlarının başarı puanlarının içerisinde yer alışı 2006 ÖSYM Yüksek Öğretim Programları ve Kontenjan Kılavuzuna uygun olarak aşağıdaki gibi gerçekleştirilmiştir⁽¹³⁾ Yerleştirmeye esas olan puan;

ÖYSP Standart puanı (ÖYSP-SP),

Ağırlıklı orta öğretim başarı puanı, (AOBP) (üç puan türünden en yüksek)

2006-ÖSS puanı (ÖSS-P) (dört puan türünden en yüksek) puanlarının belli ağırlıklarla toplanmasından elde edilmiştir.

Özel yetenek sınavı puanının (ÖYSP) ağırlıklandırmaya girebilmesi için bu puanların standart puanlara çevrilmesi gerekir. ÖYSP'lerin standart puana çevrilmesi için önce ÖYSP dağılımının ortalaması ve standart sapması hesaplanmıştır. Bu hesaplamada aşağıdaki formül kullanılmıştır.

$$\text{Ortalama} = \frac{\text{ÖYSP'lerin Toplamı}}{\text{Aday Sayısı}}$$
$$\text{Standart Sapma} = \sqrt{\frac{\text{ÖYSP'lerin karelerinin toplamı} - \frac{\text{ÖYSP'lerin toplamının karesi}}{\text{Aday sayısı}}}{\text{Aday sayısı} - 1}}$$
$$\text{ÖYSP Standart Puanı (ÖYSP-SP)} = 10 \times \left[\frac{\text{Adayın ÖYSP Puanı} - \text{ÖYSP puan dağılımının ort.}}{\text{ÖYSP Puan dağılımının standart sapması}} \right] + 50$$

Bu durumda her adayın bir ÖYSP standart puanı (ÖYSP-SP) olacaktır. ÖYSP-SP dağılımının ortalaması 50 standart sapması 10'dur.

Yerleştirmeye esas olacak puan (yerleştirme puanı= YP) aşağıdaki formül kullanılarak hesaplanmıştır.

Aday aynı alandan geliyorsa (Örneğin Beden Eğitimi ve Spor öğretmenliği programı için aday lisesinin spor alanından geliyorsa)

$$YP = (1 \times \text{ÖYSP-SP}) + (0,52 \times \text{AOBP}) + (0,36 \times \text{ÖSS-P})$$

Aday diğer alandan geliyorsa (Örneğin Beden Eğitimi ve Spor öğretmenliği programı için aday lisesinin sosyal bilimler alanından geliyorsa)

$$YP = (1 \times \text{ÖYSP-SP}) + (0,16 \times \text{AOBP}) + (0,47 \times \text{ÖSS-P})$$

Adaylar YP puanlarına göre en yüksek puandan başlamak üzere sıraya konulmuş ve kontenjan sayısı kadar aday sınavı kazanmıştır.

2006-ÖSYS'de, ÖSS puanı veya özel yetenek sınavı sonucu ile örgün yüksek öğretim programına yerleştirilmiş adayların ağırlıklı ortaöğretim başarı puanları ile ilgili katsayıları yarıya düşürülmüştür. Bu kural Açık Öğretimin kontenjanlı programları için de uygulanmıştır. Sınavsız geçiş ile meslek yüksek okulları veya Açık Öğretim Programlarına 2006-ÖSYS'de yerleştirilen adaya bu kriterler uygulanmamıştır.

Elde edilen veriler SPSS 10.0 istatistik programında değerlendirilirken, grup sayısı iki olan normal dağılım gösteren değişkenler için gruplar arasındaki farklılık bağımsız örneklem t testi uygulanmıştır. Anlamlılık düzeyi $\alpha=0.05$ olarak kabul edilmiştir.

BULGULAR

Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü 2006 yılı özel yetenek sınavlarına ön kayıt yaptıran ve II. Aşamaya katılmaya hak kazanan 80 kız ve 175 erkek adayların sınav verileri ile ilgili bulgular aşağıdaki tablolar da gösterilmiştir.

Tablo-1. II. Aşamaya Katılmaya Hak Kazanan Adayların Genel Sınav Verileri.

Sınav Verileri	n	En Küçük	En Büyük	Ort \pm S.S
ÖSS	255	161.8	257.3	207.1 \pm 17.8
AOÖBP	255	56.8	96.2	80.6 \pm 6.3
Sporcu Özgeçmiş Puanı	255	0	100	18.6 \pm 27.2
Dikey Sıçrama-1	237	24	71	45.3 \pm 8.8
Dikey Sıçrama-2	237	26	88	45.5 \pm 9.2
30 m Sürat -1	249	4.00	6.9	4.56 \pm .424
30 m Sürat-2	248	4.00	6.7	4.52 \pm .426
Dayanıklılık Testi	237	24	175	83.2 \pm 21.7

Tablo 1 ' de II. aşamaya katılmaya hak kazanan öğrencilerin ÖSS puan ortalama değeri 207.1 \pm 17.8, AOÖB puanı ortalama değeri 80.6 \pm 6.3, sporcu özgeçmiş puanı ortalama değeri 18.6 \pm 27.2, dikey sıçrama-1 ortalama değeri 45.3 \pm 8.8, dikey sıçrama-2 ortalama değeri 45.5 \pm 9.2, 30 m sürat -1 ortalama değeri 4.56 \pm .424, 30 m sürat -2 ortalama değeri 4.52 \pm .426 ve dayanıklılık testi ortalama değeri 83.2 \pm 21.7 olarak belirlenmiştir.

Tablo- 2. II. Aşamaya Katılmaya Hak Kazanan Bayan Adayların Sınav Verileri.

Sınav Verileri	n	Minimum	Maximum	Ort \pm S.S
ÖSS	80	165.06	242.01	206. 2 \pm 18.3
AOÖBP	80	65.7	96.2	82.8 \pm 6
SÖP	80	0	100	24.3 \pm 31.2
Dikey Sıçrama-1	71	24	55	36,3 \pm 6.9
Dikey Sıçrama-2	71	26	53	36 \pm 5.9
30 m Sürat-1	76	4.37	6.95	5.06 \pm .391
30 m Sürat-2	76	4.49	6.77	5.03 \pm .391
Dayanıklılık Testi	70	24	88	62.02 \pm 15.2

Tablo 2 'de II. aşamaya katılmaya hak kazanan bayan öğrencilerin ÖSS puan ortalama değeri 206. 2 \pm 18.3, AOÖB puanı ortalama değeri 82.8 \pm 6, sporcu özgeçmiş puanı ortalama değeri 24.3 \pm 31.2, dikey sıçrama-1 ortalama değeri 36,3 \pm 6.9, dikey sıçrama-2 ortalama değeri 36 \pm 5.9, 30 m sürat -1 ortalama değeri 5.06 \pm .391, 30 m sürat -2 ortalama değeri 5.03 \pm .391 ve dayanıklılık testi ortalama değeri 62.02 \pm 15.2 olarak belirlenmiştir.

Tablo- 3. II. Aşamaya Katılmaya Hak Kazanan Erkek Adayların Sınav Verileri.

Sınav Verileri	n	Minimum	Maximum	Ort ± S.S
ÖSS	175	161.8	257.3	207.6 ± 17.6
AOÖBP	175	56.8	95.8	79.7 ± 6.3
SÖP	175	0	100	16 ± 24.8
Dikey Sıçrama-1	166	38	71	49.24 ± 6,53
Dikey Sıçrama-2	166	35,00	88	49.62 ± 7.07
30 m Sürat-1	173	3,89	4.85	4.341 ± .185
30 m Sürat-2	172	3,90	4.68	4.292 ± .160
Dayanıklılık Testi	167	40	175	92.1 ± 17.4

Tablo 3 'de II. aşamaya katılmaya hak kazanan erkek öğrencilerin ÖSS puan ortalama değeri 207.6 ± 17.6, AOÖB puanı ortalama değeri 79.7 ± 6.3, sporcu özgeçmiş puanı ortalama değeri 16 ± 24.8, dikey sıçrama-1 ortalama değeri 49.24 ± 6,53, dikey sıçrama-2 ortalama değeri 49.62 ± 7.07, 30 m sürat -1 ortalama değeri 4.341 ± .185, 30 m sürat -2 ortalama değeri 4.292 ± .160 ve dayanıklılık testi ortalama değeri 92.1 ± 17.4 olarak belirlenmiştir.

Tablo-4. II. Aşamaya Katılan Adayların Sınav Verilerinin Cinsiyete Göre Karşılaştırılması.

Sınav Verileri	Erkek (n=175) Ort ± S.S	Bayan (n=80) Ort ± S.S	p
ÖSS Puanı	207.6 ± 17.6	206.2 ± 18.3	0.564
AOÖB Puanı	79.7 ± 6.2	82.8 ± 6.1	0.000
Spor Özgeçmiş Puanı	16 ± 24.8	24.3 ± 31.2	0.022
Dikey Sıçrama-1	(n = 166) 49.2 ± 6.5	(n = 71) 36.3 ± 6.9	0.000
Dikey Sıçrama-2	49.6 ± 7.1	36. ± 5.9	0.000
30 m Sürat-1	(n = 173) 4.34 ± .18	(n = 76) 5.06 ± .39	0.000
30 m Sürat-2	(n = 172) 4.29 ± .16	(n = 76) 5.03 ± .39	0.000
Dayanıklılık Testi	(n =166) 91.6 ± 16.2	(n = 71) 63.6 ± 20.2	0.000

Tablo 4' de II. aşamaya katılan adayların sınav verilerinin cinsiyete göre yapılan karşılaştırmasında; AOÖB puanı ve sporcu özgeçmiş puanlarında bayanlar lehine istatistiksel düzeyde anlamlı bir fark bulunurken ($p < 0.000$, $p < 0.05$), dikey sıçrama-1, dikey sıçrama-2, 30 m sürat-1, 30 m sürat-2 ve dayanıklılık testi değerlerinde ise erkekler lehine istatistiksel düzeyde anlamlı bir fark bulunmuştur ($p < 0.000$).

Tablo -5. II. Aşamaya Katılan Adayların Sınav Verilerinin Alanlarına Göre Karşılaştırılması.

Sınav Verileri	Aynı (n=69) Ort ± S.S	Farklı (n=186) Ort ± S.S	p
ÖSS Puanı	193.5 ± 17.4	212.2 ± 15.1	0.000
AOÖB Puanı	81.6 ± 4.8	80.3 ± 6.7	0.079
Spor Özgeçmiş Puanı	37.3 ± 36.2	11.6 ± 18	0.000
Dikey Sıçrama-1	(n = 66)	(n = 171)	0.624
	45.8 ± 10.1	45.2 ± 8.3	
Dikey Sıçrama-2	46.6 ± 10.05	45.1 ± 8.8	0.271
	30 m Sürat-1	(n = 181)	0.477
30m Sürat-2	(n = 68)	(n = 181)	0.726
	4.52 ± .425	4.57 ± .424	
Dayanıklılık Testi	(n = 67)	(n = 181)	0.726
	4.50 ± .434	4.52 ± .425	
Dayanıklılık Testi	(n = 66)	(n = 171)	0.967
	83.3 ± 23.2	83.2 ± 21.1	

Tablo 5' de II. aşamaya katılan adayların sınav verilerinin alanlarına göre yapılan karşılaştırmasında; farklı alana sahip adayların AOÖB puanı aynı alana sahip adaylara göre istatistiksel düzeyde anlamlı bir fark bulunurken ($p < 0.000$), aynı alana sahip adayların ise sporcu özgeçmiş puanı farklı alana sahip adayların puanına göre istatistiksel düzeyde anlamlı farklılık olduğu belirlenmiştir ($p < 0.000$).

TARTIŞMA VE SONUÇ

Araştırmanın evrenini ön kayıt yaptıran adaylar 80 kız 305 erkek olmak üzere toplam 385 kişi örneklemini ise ikinci aşamaya katılmaya hak kazanan adaylar 80 kız ve 175 erkek olmak üzere 255 kişi oluşturmuştur.

II. aşamaya katılmaya hak kazanan öğrencilerin ÖSS puan ortalama değeri 207.1 ± 17.8 , AOÖB puanı ortalama değeri 80.6 ± 6.3 , sporcu özgeçmiş puanı ortalama değeri 18.6 ± 27.2 , dikey sıçrama-1 ortalama değeri 45.3 ± 8.8 , dikey sıçrama-2 ortalama değeri 45.5 ± 9.2 , 30 m sürat -1 ortalama değeri $4.56 \pm .424$, 30 m sürat -2 ortalama değeri $4.52 \pm .426$ ve dayanıklılık testi ortalama değeri 83.2 ± 21.7 olarak belirlenmiştir (Tablo-1)

Benzer bir çalışmada ortalamalar 30 m sürat-1; 4.33 sn, 30 m sürat-2; 4.31 sn, dikey sıçrama -1; 54.97 cm, dikey sıçrama-2; 55.53 cm olarak tespit edilmiştir⁽⁴⁾. Öztürk ve İncenin yapmış olduğu bir çalışmada da kesin kayıt hakkı elde eden adayların ÖSS eşit ağırlık puan ortalamaları 114.6, Toker' in çalışmasında ise 110 olarak bulunmuştur^(5, 11).

II. aşamaya katılmaya hak kazanan bayan öğrencilerin ÖSS puan ortalama değeri 206.2 ± 18.3 , AOÖB puanı ortalama değeri 82.8 ± 6 , sporcu özgeçmiş puanı ortalama değeri 24.3

± 31.2 , dikey sıçrama-1 ortalama değeri $36,3 \pm 6.9$, dikey sıçrama-2 ortalama değeri 36 ± 5.9 , 30 m sürat -1 ortalama değeri $5.06 \pm .391$, 30 m sürat -2 ortalama değeri $5.03 \pm .391$ ve dayanıklılık testi ortalama değeri 62.02 ± 15.2 olarak belirlenmiştir (Tablo-2).

II. aşamaya katılmaya hak kazanan erkek adayların ÖSS puan ortalama değeri 207.6 ± 17.6 , AOÖB puanı ortalama değeri 79.7 ± 6.3 , sporcu özgeçmiş puanı ortalama değeri 16 ± 24.8 , dikey sıçrama-1 ortalama değeri $49.24 \pm 6,53$, dikey sıçrama-2 ortalama değeri 49.62 ± 7.07 , 30 m sürat -1 ortalama değeri $4.341 \pm .185$, 30 m sürat -2 ortalama değeri $4.292 \pm .160$ ve dayanıklılık testi ortalama değeri 92.1 ± 17.4 olarak belirlenmiştir (Tablo-3).

İnce ve arkadaşlarının araştırmasında erkeklerin ortalama değerleri 30 m sürat-1; 4.07 sn, 30 m sürat-2; 4.06 sn, dikey sıçrama -1; 59.45 cm, dikey sıçrama-2; 60.20 cm, kızların ortalama değerleri ise 30 m sürat-1; 4.76 sn, 30 m sürat-2; 4.72 sn, dikey sıçrama -1; 44.88 cm, dikey sıçrama-2; 45.01 cm olarak tespit edilmiştir (1). Peker ve Yarcın'ın araştırmasında özel yetenek sınavlarını kazanan öğrencilerin ÖSS ve eşit ağırlık puan ortalamaları bayanlarda 128.450, erkeklerde 129.484 olarak bulunmuştur⁽⁶⁾. Başka bir çalışmada ise müzik bölümü özel yetenek sınavlarına katılan adayların ÖSS puanları ortalaması erkeklerde 227 bayanlarda 224 olarak saptanmıştır⁽¹⁰⁾.

II. aşamaya katılan adayların sınav verilerinin cinsiyete göre yapılan karşılaştırmasında; AOÖB puanı ve sporcu özgeçmiş puanlarında bayanlar lehine istatistiksel düzeyde anlamlı bir fark bulunurken ($p < 0.000$, $p < 0.05$), dikey sıçrama-1, dikey sıçrama-2, 30 m sürat-1, 30 m sürat-2 ve dayanıklılık testi değerlerinde ise erkekler lehine istatistiksel düzeyde anlamlı bir fark bulunmuştur ($p < 0.000$). ÖSS puanları arasında anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır (Tablo-4).

Ayyıldız ve Ziyagil' in araştırma sonuçları da bayanlar ve erkekler arasında dayanıklılık, sürat ve koordinasyon açısından anlamlı farklılıkların olduklarını göstermektedir⁽¹⁾. Motorsal test sonuçlarının erkekler lehine olması beklenen bir durumdur. Bu gerçekten hareketle bayanlar ve erkekler kendi arasında değerlendirilerek sıralamaya sokulmaktadır.

AOÖB puanının bayanların lehine olmasını, lise öğretimi sırasında bayanların ödev ve sınavlarına erkeklerden daha ilgili olması şeklinde yorumlamak mümkündür. Sporcu özgeçmiş puanlarının yine bayanların lehine olması ise erkeklerde daha fazla spor yapan kişi olması nedeniyle üst liglerde ve milli takımlarda daha zor yer bulabilmeleri şeklinde açıklanabilir.

II. aşamaya katılan adayların sınav verilerinin alanlarına göre yapılan karşılaştırmasında; farklı alandan adayların AOÖB puanı spor alanından gelen adaylara göre istatistiksel düzeyde anlamlı bir fark bulunurken ($p < 0.000$), spor alanlı adayların sporcu özgeçmiş puanının ise farklı alandan adayların puanına göre istatistiksel düzeyde anlamlı farklılık gösterdiği belirlenmiştir (Tablo- 5, $p < 0.000$).

Alandan gelen adayların sporcu özgeçmiş puanlarının yüksek olması, spor alanını seçen öğrencilerin genellikle lisanslı olarak spor yapan öğrenciler olduğunu göstermektedir.

Oysa Korkmaz ve arkadaşları araştırmasında alan çıkışlı olup bölüme kayıt yaptıran öğrencilerin lise yıllarında alanlarını çok bilinçli seçmedikleri, kredi toplamak amacıyla kendilerine okul idaresince seçmeli dersler verildiği ve bu derslerin kredi dağılımı sonucu tesadüfen spor alanı çıkışlı olduklarını yorumlamışlardır⁽³⁾. Yine Pepe ve arkadaşları araştırmalarında özel yetenek sınavlarında genelde ÖSS merkezi yerleştirme ile bir yere giremeyen ve düz lise mezunları öğrencilerden oluşan, sporculuk özgeçmiş başarıları az olan orta öğretimde yeterli beden eğitimi ve spor dersi almayan öğrencilerin olduğunu saptamışlardır⁽⁹⁾. Diğer yandan Durmazın araştırmasında OÖBP ve ÖSS puanları, alan dışından gelenlerde istatistiksel olarak yüksek bulunmuştur⁽²⁾ ve bu araştırma sonuçlarını destekler niteliktedir.

Peker' in 2003 yılında yaptığı bir araştırmada ÖSS ' den alınan puanların son iki yıldır diğer yıllara göre anlamlı şekilde yükseldiği ve ÖSS' den alınan puanlarla öğrencilerin bölümdeki başarıları arasında pozitif korelasyon katsayısı bulunduğu görülmüştür⁽⁷⁾. Peker' in başka bir araştırmasında ise lise bitirme derecesi yükseldikçe akademik başarı düzeyinin anlamlı şekilde yükseldiği, kızların genel akademik not ortalamalarının erkeklere göre anlamlı şekilde yüksek olduğu ve lisede spor alanını bitirenlerin bölümde ki akademik başarılarının diğer alanları bitirenlere göre anlamlı şekilde daha düşük olduğu bulunmuştur⁽⁸⁾.

Her yıl yapılan özel yetenek sınavlarının bilimsel olarak incelenmesi yapılan sınav şeklinin amaca uygunluğunun kontrolü açısından önemlidir. Bu tür araştırmalar özel yetenek sınavları ile girilebilen bölümlere yönelen adayların tanımlamasını ve öğrenci olmaya hak kazananların özelliklerinin belirlenmesini de sağlamaktadır.

Ayrıca yeni öğrencilerin mevcut özelliklerinin bilinmesi yürütülen eğitim öğretimin planlanması ve değerlendirilmesi yönünden öğretim elemanlarına yardımcı olabileceği için araştırma sonuçlarının dikkate alınması önerilmektedir.

KAYNAKLAR

1. AYYILDIZ Ş., ZİYAGİL MA. (1998). Dicle Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Bölümü Özel Yetenek Sınavında Erkek Ve Bayan Adayların Yapısal Özellikleri Ve Başarılı Arasındaki İlişki, 5. Spor Bilimleri Kongresi Bildiri Özet Kitabı, 5-7 Kasım, Ankara s:221.
2. DURMAZ B. (2000). 2000-2001 Eğitim Öğretim Yılı Ege Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu Giriş Sınavlarının Yeni Sistem Açısından Analizi. VI. International Sport Sciences Congress. 3-5 November, s: 243, Ankara –Türkiye.
3. HAŞIL KORKMAZ, N EDİZ., ÖZTÜRK, F. (2000). Effect Of Special Skills And Requirment Rules İn The University Admition At The Uludağ University And Physical Education And Sport Department, VI. International Sport Sciences Congress. 3-5 November, Ankara -Türkiye.
4. İNCE G, ZÜLKADİROĞLU Z, BUDAK D.B. (2004). Çukurova Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu Özel Yetenek Sınavında Adayrın I ve II. Hak Sonuçlarının Karşılaştırılması. Ankara Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu Spormetre Dergisi, 2, (1): s: 5-10.
5. ÖZTÜRK,F., İNCE,G. (1993). Ç.Ü. Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi Ve Spor Bölümünün 1992 Yılı Özel Yetenek Sınav Sonuçlarının Analizi, Spor Bilimleri Dergisi Cilt 4, Sayı 3 Ankara, Eylül s: 13-24,
6. PEKER R., YARCI F. (1999). U.Ü Eğitim Fakültesinin Özel Yetenek Sınavlarıyla Öğrenci Alan Bölümlerinde Bu Sınavların Seçiciliği Üzerine Bir Araştırma. U.Ü. Eğitim Fakültesi Dergisi, XII, (1), s: 203-210.
7. PEKER R. (2003). U.Ü Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü öğrencilerinin ÖSS ve Özel Yetenek Sınavı Puanlarına Göre Genel Akademik Başarıları, U.Ü Eğitim Fakültesi Dergisi, XVII, (1), s:173-184.
8. PEKER R. (2003). U.Ü Eğitim Fakültesinin Beden Eğitimi ve Spor Bölümü Öğrencilerinin Genel Akademik Başarısının Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi Eğitim Fakültesi Dergisi, XVII, (1), s:161-171.
9. PEPE K, AYDOS L, MAMAK H. (2000). Nitelikli Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmeni Adayının Seçimi Açısından Özel Yetenek Sınavlarının Değerlendirilmesi. VI . International Sport Sciences Congress. 3-5 November, s: 189. Ankara–Türkiye.
10. SUNGURTEKİN M. (2006). U.Ü. Eğitim Fakültesi Güzel Sanatlar Eğitimi Bölümü Müzik Eğitimi Anabilim Dalı 2004-2005 Yetenek Sınavının Genel Değerlendirilmesi, U.Ü. Eğitim Fakültesi Dergisi, XIX, (2), s:399-414.
11. TOKER F. (1999). 1997 Yılı U.Ü. Eğitim Fakültesi Yetenek Bölümlerini Kazanan Öğrencilerin ÖSS Puanlarının Analizi, Academia Disket Dergi Sayı :1.
12. U.Ü. Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü Özel Yetenek Sınav kılavuzu, (2006) U.Ü. Basımevi, Bursa, ss.3-10,
13. Öğrenci Seçme ve Yerleştirme Sistemi (ÖSYS) Yüksek Öğretim Programları ve Kontenjanları Kılavuzu (2006). Öğrenci Seçme ve Yerleştirme Merkezi, Ankara s:12-13.