

Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu Düzeyi

Tuğba MUTLU BOZKURT^{1*} 

Kemal TAMER² 

¹Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA

²İstanbul Aydın Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İSTANBUL

DOI: 10.31680/gaunjss.759018

Orijinal Makale / Original Article

Geliş Tarihi / Received: 27.06.2020

Kabul Tarihi / Accepted: 01.09.2020

Yayın Tarihi / Published: 14.09.2020

Öz

Bu araştırmada ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu düzeylerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya Bitlis Toki Ortaokulu'nda 5., 6., 7., ve 8. sınıfta eğitimine devam eden 104'ü kadın, 95'i erkek olmak üzere toplam 199 öğrenci gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmada Kişisel Bilgi Formu ile Demir ve Cicioğlu (2018) tarafından geliştirilen Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu Ölçeği (FAKMÖ) kullanılmıştır. Verilerin analizinde, frekans, aritmetik ortalama, standart sapma; Mann Whitney, Kruskal Wallis ve Spearman Korelasyon testi kullanılmıştır. Araştırmada elde edilen bulgular ışığında, yaş değişkeni ile fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu arasında Çevresel Nedenler alt boyutu arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı farklılık saptanmıştır. Cinsiyete göre erkek öğrencilerin kadın öğrencilerden Bireysel Nedenler puanlarının anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür. Araştırmanın sonucunda ortaokul öğrencilerinin yaşı arttıkça fiziksel aktiviteye katılım motivasyonunun arttığı, erkeklerin kadınlara kıyasla bireysel nedenler puanlarının anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Beden eğitimi ve spor, fiziksel aktivite, motivasyon, fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu.

Motivation Level of Participation in Physical Activity

Abstract

The aim of this study was to investigate the secondary school students' motivation levels for participating in physical activity. A total of 199 students (104 female, 95 male) attending the 5th, 6th, 7th and 8th grades in Bitlis Toki Secondary School participated in the study voluntarily. Personal Information Form and Physical Activity Participation Motivation Scale (PAPMS) developed by Demir and Cicioğlu (2018) were used in the study. In the analysis of the data, frequency, arithmetic mean, standard deviation; Mann Whitney, Kruskal Wallis and Spearman Correlation test were used. In the light of the findings obtained in the study, there was a positively low level of significant difference between the age variable and the motivation for participating in physical activity. According to gender, it was seen that the male students had significantly higher scores of Individual Reasons than female students. As a result of the research, it was found that the higher the age of the secondary school students, the higher the motivation for participating in the physical activity, and that males had significantly higher scores of individual reasons than females.

Keywords: Physical education and sport, physical activity, motivation, motivation for participating in physical activity.

* Sorumlu Yazar: Tuğba Mutlu BOZKURT

E-mail: tmutlubozkurt@gmail.com

Giriş

Günümüzde, bireylerin sağlıklı kalabilmelerinde rolü büyük olan fiziksel aktiviteye katılımın gittikçe azalmasının nedeni çoğu zaman yoğun çalışma şartlarının kişilerde mental yorgunluk hissettirmesi, modern ulaşım araçlarının tercih edilmesi ve azalan günlük adım sayısı ile birlikte iletişim araçlarının sık kullanılarak gerekli noktalara ulaşılması, sınavlara yoğun bir şekilde hazırlanan çocukların ve gençlerin gelecek kaygısı ile fiziksel aktiviteye çok fazla vakit ayıramamaları ve dijital oyun oynamak için fiziksel hareketler içeren, geçmişten günümüze taşınmış geleneksel oyunlardan uzaklaşması olarak ifade edilebilir (Demir ve Hazar, 2018; Tekkurşun Demir ve Mutlu Bozkurt, 2019).

Fiziksel aktivite; egzersiz, ısınma gibi kavramlarla geçmişte çoğunlukla birbirinin yerine kullanılmaktaydı. Ancak son zamanlarda fiziksel olarak yapılan aktivite sonucu oluşan egzersiz, fiziksel aktivitenin bir alt kategorisi olarak tanımlanmaktadır. Fiziksel aktivite; bireyin hareket eylemi ile fiziksel, duygusal, zihinsel, sosyal ve motorsal gelişimini destekleyen, enerji seyrini dengede tutan ve sağlıklı bir yaşam tarzı için hayatımızda önemli bir yere sahiptir (Tekkurşun Demir ve Cicioğlu, 2019). Ayrıca bedensel olarak sağlıklı olmanın temeli olarak tüm fizyolojik kapasiteyi geliştirmek ve fiziksel görüntüyü olabildiğince korumak olarak ifade edilen fiziksel aktivite (Akpınar Dellal ve Günak, 2009; Çakır ve Şenel, 2017), araştırmaların özelliklerine göre farklı kategorilerde (statik, dinamik veya aerobik, anaerobik) meydana gelmektedir (Zorba ve Saygın, 2017).

Dış görünüş olarak ifade edilebilen vücut görüntüsü, fizik, boy ve kilonun orantılı olması, fiziksel özelliklerinden memnun olma, stresle baş edebilme gibi değişkenler bireyi motivasyonel olarak pozitif yönde etkiler. Kişinin motivasyonel olarak pozitif yönde duygu durumuna sahip olmasında fiziksel aktiviteden uzaklaşmama ve fiziksel aktiviteye katılımın etkili olduğu söylenebilir (İlhan, 2010). Motivasyon, kişinin hedeflerine, amaçlarına yönelik fiili olarak eyleme geçme, eyleme geçmesi ile amacını, hedefini hayata geçirmek noktasında içsel olarak bireyi harekete geçiren enerjidir. Öte yandan kişinin istek veya gereksinimleri nedeniyle amacına ulaşmasını sağlayan motivasyon aynı zamanda, hedefe vardıktan sonra duygusal olarak iyi oluşu halini olumlu yönde etkileyecektir (Bozkurt ve Tamer, 2020; Namlı ve Demir, 2020; Tekkurşun, İlhan, Esentürk ve Kan, 2018; Demir ve Cicioğlu, 2018). Literatürde spora katılım motivasyonu ile ilgili çeşitli araştırmalara rastlansa da (Demir ve İlhan, 2020; Bozkurt, Demir ve Dursun, 2019; Demir ve İlhan, 2019;

Tekkurşun, İlhan, Esentürk ve Kan, 2018; Polat ve Yalçın, 2014; İlhan ve Gencer, 2013; Gömleksiz ve Serhatlıoğlu, 2013; İlhan, 2009; Aşçı, Oyar, Çelebi ve Mülazımoğlu, 2001) fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu olarak yapılan çalışmalar (Çakır, 2019; Demir ve Cicioğlu, 2018) ise sayıca azdır. Buna göre mevcut araştırmalar ışığında ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktiviteye katılım motivasyon düzeylerinin ortaya konması ve literatürde benzer araştırmaların yer almaması açısından önemlidir. Tüm bu bilgiler doğrultusunda araştırmada Bitlis Toki Ortaokulunda 2018-2019 eğitim-öğretim yılında öğrenim gören öğrencilerinin fiziksel aktiviteye katılım motivasyon düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem

Araştırmanın Modeli

Araştırmada geçmişten günümüze halen devam etmekte olan bir olgu ya da olayı olduğu gibi resmetmeyi hedefleyen ve çalışmaya konu olan durum için, kişinin ya da nesnenin, var olduğu gibi betimlenmeye çalışıldığı nicel arama modellerinden tarama modeli kullanılmıştır (Karasar, 2014).

Evren ve Örneklem

Araştırmanın çalışma grubunu 2018-2019 eğitim öğretim yılında Bitlis Toki Ortaokulunda öğrenim gören öğrenciler oluşturmuştur. Araştırmaya 5.sınıftan 41 (18 kadın, 23 erkek), 6.sınıftan 38 (19 kadın, 19 erkek), 7.sınıftan 81(45kadın, 36 erkek), 8.sınıftan 39 (22 kadın, 17 erkek) öğrenci olmak üzere 199 (104 kadın, 95 erkek) öğrenci katılmıştır.

Verilerin Toplanma Aracı

Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu Ölçeği (FAKMÖ): 16 maddeden ve 3 alt boyuttan oluşan ölçek Tekkurşun Demir ve Cicioğlu (2018) tarafından geliştirilmiştir. Birinci boyut Bireysel Nedenler (madde 6, 5, 4, 3, 2, 1), ikinci boyut Çevresel Nedenler (madde 7, 8, 9, 10, 11, 12), üçüncü boyut ise Nedensizlik (madde 13, 14, 15, 16.) olarak adlandırılmıştır. Tekkurşun Demir ve Cicioğlu (2018) ölçeğe ilişkin Cronbach Alfa puanlarını bireysel nedenler alt boyutu için ,89, çevresel nedenler için ,86 ve Nedensizlik alt boyutunu ,82 olarak bulmuştur. Bu çalışma kapsamında ise, katılımcılardan toplanan veriler doğrultusunda Cronbach Alfa puanları sırasıyla ,83; ,81; ,78 olarak tespit edilmiştir.

Tablo 1. Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu Ölçeği Değerlendirme Çizelgesi

Seçenekler	Puanlar	Puan Aralığı	Ölçek Değerlendirme
Kesinlikle Katılıyorum	5	65-80	Çok yüksek
Katılıyorum	4	49-64	Yüksek
Kararsızım	3	33-48	Orta
Katılmıyorum	2	17-32	Düşük
Kesinlikle Katılmıyorum	1	1-16	Çok düşük

Tablo 1’de görüldüğü üzere ölçekten elde edilebilecek yüksek puan 80 iken en düşük puan 16’dır. Katılımcıların fiziksel aktiviteye katılım motivasyonlarının pozitif yönde olduğunu ölçekten aldıkları puanın yüksekliği belirlemektedir. Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu Ölçeği’nden aldıkları puanlar 65-80 çok yüksek, 49-64 yüksek, 33-48 orta, 17-32 düşük, 1- 16 çok düşük anlamına gelmektedir. Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu Ölçeği’nin ters maddeleri; 16.,15.,14.,13.,9.,3. maddeleridir (Tekkurşun Demir ve Cicioğlu, 2018).

Verilerin analizi

Araştırmada elde edilen verilerin analizinde SPSS 23.0 istatistik paket programı tercih edilmiştir. Elde edilen verilere, çarpıklık ve basıklık testleri yapıldığında bağımsız değişkenlerin normal dağılmadığı (-1 ile + 1) tespit edildiği için, verilerin analizinde nonparametrik testler kullanılmıştır (Hair ve ark., 2013; Büyüköztürk, 2014). Bu bağlamda verilerin analizinde “Kruskal-Wallis Testi için “Ki-Kare”, Mann-Whitney U Testi için “Z” dağılımı istatistiği ve Spearman Korelasyon analizi yapılmıştır. Kruskal-Wallis testi sonuçlarının anlamlı çıkması durumunda gruplar arası farklılıkları belirlemede Mann-Whitney U testi kullanılmıştır. Veri analizinde frekans ve yüzde değerlerinden de faydalanılmıştır. Yapılan tüm istatistiksel işlemler sonucu güven düzeyi ,05 olarak kabul edilmiştir.

Tablo 2. Ölçeğe İlişkin Basıklık ve Çarpıklık Katsayıları

Alt Boyut	Çarpıklık	Basıklık
Bireysel Nedenler	1,977	1,588
Çevresel Nedenler	1,603	2,404
Nedensizlik	,836	1,208

Bulgular

Tablo 3. Katılımcıların Yaş Değişkenine Göre Korelasyon Sonuçları

Değişken	Bireysel Nedenler	Çevresel Nedenler	Nedensizlik
Yaş	,057	,159*	-,107

*p<0,05

Tablo 3’de görüldüğü üzere katılımcıların yaş değişkeni ile Çevresel Nedenler (r=,159; p<0,05) alt boyutları arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı farklılık saptanmıştır.

Tablo 4. Katılımcıların Cinsiyetine Göre Mann-Whitney U Testi Sonuçları

Ölçek		N	Sıra ortalaması	Sıra toplamı	Mann Whitney U	Z	p	
FAKMÖ	Bireysel Nedenler	Kadın	104	91,65	9532,00	4072,000	-	,03*
		Erkek	95	109,14	10368,00			
	Çevresel Nedenler	Kadın	104	91,81	9548,50	4088,500	-	,04*
		Erkek	95	108,01	10152,50			
	Nedensizlik	Kadın	104	103,82	10797,50	4542,500	-	,43
		Erkek	95	95,82	9102,50			

*p<0,05

Tablo 4’te katılımcıların fiziksel aktiviteye katılım motivasyonunun katılımcıların cinsiyetlerine göre incelendiği Mann-Whitney U Testi sonuçları yer almaktadır. Yapılan analiz sonucunda, kadınlara oranla, erkeklerin Bireysel Nedenler puan ortalamalarının, anlamlı düzeyde yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Z=-2,146; p=,03<,05). Erkeklerin Çevresel nedenler puan ortalamalarının, kadınların puanlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Z=-1,990; p=,04<,05).

Tablo 5. Sınıf Düzeyine Göre Kruskal-Wallis Testi Sonuçları

	Eğitim durumu	N	Sıra Ortalaması	χ^2	p	Anlamlı Fark	
FAKMÖ	Bireysel Nedenler	8.sınıf	39	100,06	3,653	,30	-
		7.sınıf	81	98,66			
		6.sınıf	38	114,01			
		5.sınıf	41	89,60			
	Çevresel Nedenler	8.sınıf	39	107,58	6,527	,08	-
		7.sınıf	81	106,90			
		6.sınıf	38	94,80			
		5.sınıf	41	87,12			
	Nedensizlik	8.sınıf	39	99,61	2,662	,44	-
		7.sınıf	81	104,40			
		6.sınıf	38	104,26			
		5.sınıf	41	81,11			

*p<0,05

Tablo 5'te katılımcıların sınıf düzeyi ile fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu düzeyi Kuruskal Wallis Testi ile analiz edilmiştir. Bu bağlamda yapılan analiz sonucunda katılımcıların sınıf düzeyleri ile FAKMÖ alt boyutları arasında anlamlı farklılık tespit edilmemiştir ($p>0,05$).

Tablo 6. Okul takımına Göre Mann-Whitney U Testi Sonuçları

Ölçek		N	Sıra ortalaması	Sıra toplamı	Mann Whitney U	Z	p		
FAKMÖ	Bireysel Nedenler	Evet	35	67,49	2362,00	1732,000	-	3,688	,00*
		Hayır	164	106,94	17538,00				
	Çevresel Nedenler	Evet	35	103,53	3623,50	2711,500	-	,459	,64
		Hayır	164	98,63	16077,50				
	Nedensizlik	Evet	35	101,81	3563,50	2806,500	-	,206	,83
		Hayır	164	99,61	16336,50				

* $p<0,05$

Tablo 6'da katılımcıların fiziksel aktiviteye katılım motivasyonunun okul takımında oynama durumuna göre incelendiği Mann-Whitney U Testi sonuçları yer almaktadır. Yapılan analiz sonucunda, okul takımında oynamayanların Bireysel Nedenler puan ortalamalarının, okul takımında oynayanların puanlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu belirlenmiştir ($Z=-3,688$; $p=,04<,05$).

Tablo 7. Anne eğitim durumuna Göre Kruskal-Wallis Testi Sonuçları

		Eğitim durumu	N	Sıra Ortalaması	χ^2	p	Anlamlı Fark				
FAKMÖ	Bireysel Nedenler	Okuryazar değil	8	113,06	5,833	,21	-				
		İlkokul	71	89,24							
		Orta	57	100,39							
		Lise	51	106,66							
		Üniversite	12	124,79							
		Okuryazar değil	8	144,31							
	Çevresel Nedenler	İlkokul	71	92,42	8,542	,74	-				
		Orta	56	102,96							
		Lise	51	93,39							
		Üniversite	12	121,33							
		Nedensizlik	Okuryazar değil	8				99,50	1,679	,19	-
			İlkokul	71				100,76			
Orta	57		106,66								
Lise	51		93,43								
Üniversite	12		92,13								

* $p<0,05$

Tablo 7'de katılımcıların anne eğitim durumuna göre fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu düzeyi Kuruskal Wallis Testi ile analiz edilmiştir. Bu bağlamda yapılan

analiz sonucunda katılımcıların anne eğitim durumları ile FAKMÖ alt boyutları arasında anlamlı farklılık saptanmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 8. Baba eğitim durumuna Göre Kruskal-Wallis Testi Sonuçları

		Eğitim durumu	N	Sıra Ortalaması	x ²	p	Anlamlı Fark
FAKMÖ	Bireysel Nedenler	Okuryazar değil (1)	3	49,00	7,264	,12	-
		İlkokul (2)	35	88,97			
		Orta (3)	45	107,82			
		Lise (4)	81	95,88			
		Üniversite (5)	35	114,89			
	Çevresel Nedenler	Okuryazar değil (1)	3	143,17	10,766	,02*	5*1-3-2-4
		İlkokul (2)	35	90,33			
		Orta (3)	44	105,99			
		Lise (4)	81	89,10			
		Üniversite (5)	35	120,83			
	Nedensizlik	Okuryazar değil (1)	3	25,33	7,139	,12	-
		İlkokul (2)	35	111,43			
		Orta (3)	45	104,49			
		Lise (4)	81	96,93			
		Üniversite (5)	35	96,30			

* $p<0,05$

Tablo 8’de katılımcıların baba eğitim durumu ile fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu düzeyi Kruskal Wallis Testi ile analiz edilmiştir. Katılımcıların lehine anlamlı farklılık gösteren gruplar * ile ifade edilmiştir. Bu bağlamda üniversite mezunu babaya sahip katılımcıların Çevresel Nedenler puan ortalamalarının okuryazar olmayan, ilkokul, ortaokul, lise mezunu babaya sahip katılımcıların puan ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır (Ki-Kare=7,139; $p<0,05$).

Tartışma ve Sonuç

Araştırmada ortaokulda öğrenim gören öğrencilerinin fiziksel aktiviteye katılım motivasyonları düzeylerinin ortaya konmasının amaçlandığı bu araştırmaya 5., 6., 7.,ve 8.sınıfta eğitimine devam eden 104’ü kadın, 95’i erkek olmak üzere toplam 199 öğrenci katılmıştır.

Araştırmanın birinci bulgusunda ortaokul öğrencilerinin yaşları ile fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu alt boyutlarından çevresel nedenler alt boyutunda pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı farklılık saptanmıştır. Bu bağlamda katılımcıların yaşları arttıkça ödül, arkadaş çevresi, alkışlanma, popüler olma gibi dışsal nedenlerle fiziksel aktiviteye katılımının arttığı söylenebilir. Literatür de araştırmayı

destekleyecek yaş grubunun mevcut olmaması ile birlikte Çeker ve ark. (2013) kadınlarda da erkeklerde de yaşa bağlı olarak düzenli fiziksel aktiviteye katılımın azalmakta olduğu sonucuna ulaşılırken, sadece 50-59 yaş grubunda kadınların erkeklerden daha aktif olduğunu belirtmiştir. Ayrıca Avustralya'da 4.404 yetişkin katılımcı ile yürütülen araştırmada fiziksel aktiviteye katılım yaş ile birlikte azalırken, eğitim seviyesiyle birlikte artmakta olduğu saptanmıştır (Booth, Owen, Bauman, Gore, 1997).

Araştırmanın ikinci bulgusunda erkek öğrencilerin kadınlara göre bireysel nedenler puanlarının anlamlı düzeyde yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu bağlamda erkek öğrencilerin kadın öğrencilere göre daha çok mutlulukla, huzurla, keyif alarak fiziksel aktiviteye katılım gösterdikleri söylenebilir. Literatürde araştırma sonucuna benzer olarak Kudaş, Ülkar, Erdoğan ve Çırçı (2005), erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre fiziksel aktivite düzeylerinin, fiziksel aktivite düzeylerinden anlamlı düzeyde yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Araştırma bulgularından farklı sonuçlara ulaşan araştırmalarında da kadın ve erkek öğrencilerinin benzer fiziksel aktivite düzeyine sahip olduğunu saptanmış ve kadın ve erkeklerin fiziksel aktiviteye katılım motivasyon puanları arasında anlamlı farklılık tespit edilmemiştir (Çakır, 2019; Demir ve Cicioğlu, 2019; Hazar, Demir, Namlı ve Türkeli, 2017).

Araştırmada üçüncü bulgusunda katılımcıların sınıf düzeyi ile fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu düzeyi arasında anlamlı farklılık saptanmıştır. Buna neden olarak araştırmaya katılan katılımcıların benzer fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu kaynaklarına sahip olduğu, fiziksel aktiviteye katılırken benzer duygular beslediği söylenebilir. Çünkü sosyal çevre, toplumsal özellikler, sosyo-ekonomik düzey ve bireysel farklılıklar gibi değişkenler fiziksel aktivite alışkanlıkları etkileyen önemli faktörler olarak gösterilmektedir (Paffenbarger, Blair, Lee ve Hyde 1993). Yapılan bir çalışmada araştırma bulgumuzdan farklı olarak ortaokul 8. sınıf öğrencilerinin fiziksel aktiviteden hoşlanma düzeylerinin 7, 6 ve 5. sınıflardan anlamlı düzeyde düşük olduğu saptanmıştır ve sınıf düzeyinin artmasıyla birlikte fiziksel aktiviteden hoşlanmama durumunun artacağı sonucuna ulaşılmıştır (Melih, ve ark., 2017). Buna neden olarak 8. ve 12. sınıf gibi sınava hazırlanan öğrencilerin içsel motivasyonlarının düşük olması gösterilir (Çakır, 2019). Bu bağlamda fiziksel aktiviteye katılımda başarmanın verdiği mutluluk hissini ile öğrenmeye duyulan arzunun artmasının nedeninin içsel motivasyon (bireysel nedenler) olduğu ifade edilmektedir (Reeve, 2004; Deci ve Ryan, 1985).

Araştırmanın diğer bulgusunda katılımcıların fiziksel aktiviteye katılım motivasyonunun okul takımında oynama durumuna göre anlamlı farklılık gösterdiği sonucuna varılmıştır. Okul takımında oynamayanların Bireysel Nedenler puan ortalamalarının, okul takımında oynayanların puanlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır. Bu bağlamda okul takımında oynamayan katılımcıların fiziksel aktiviteye katılırken okul takımında oynayanlara göre daha fazla huzur ve mutlu olduğu ve içsel motivasyon kaynaklarından beslendiği söylenebilir. Okul takımlarında oynayan çocukların yenilgi durumunda sorumluluğun paylaşılması gibi ihtimaller, fiziksel aktiviteye katılım motivasyonunu düşürürken; bireysel olarak fiziksel aktiviteye katılım sağlayan çocuğun sorumluluk paylaşımının olmaması, okul takımında oluşacak herhangi bir olumsuz sosyal dayanışma ile meydana gelecek gruplaşmadan uzak kalması, bireysel nedenler olarak fiziksel aktiviteye katılım motivasyonunu yükselttiği söylenebilir. Murcia ve ark. (2007)'de yürüttüğü çalışmada fiziksel aktiviteden hoşlanma ile spor yapma sıklığı arasında anlamlı farklılık olduğu sonucuna ulaşmış ve sportif aktiviteden hoşlanma ile spor yapma sıklığı arasında pozitif yönde etki olduğu, yani spor yapma sıklığı arttıkça daha çok fiziksel aktiviteye katılımın da arttığı tespit etmiştir.

Araştırmada katılımcıların anne eğitim durumuna göre fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu düzeyi arasında anlamlı farklılık saptanmamıştır. Bu bağlamda araştırmaya katılan farklı eğitim durumları olan annelere sahip katılımcıların benzer fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu kaynaklarına sahip olduğu, fiziksel aktiviteye katılırken benzer duygular beslediği söylenebilir.

Araştırmanın son bulgusunda katılımcıların baba eğitim durumu ile fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu düzeyi arasında anlamlı farklılık saptanmıştır. Üniversite mezunu babaya sahip katılımcıların Çevresel Nedenler puan ortalamalarının okuryazar olmayan, ilkokul, ortaokul, lise mezunu babaya sahip katılımcıların puan ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. Buna göre eğitim durumu arttıkça babaların çocuklarını fiziksel aktiviteye yönlendirdikleri, çocuklarının hareketli olmaları için yönlendirmede buldukları söylenebilir.

Araştırma sonucunda ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktiviteye katılım motivasyonlarının Demir ve Cicioğlu (2018)'in belirttiği puan aralıklarına göre düşük düzeyde olduğu saptanmıştır. Yürütülen bir çalışmada yaş aralıkları 10 ile 18 arasında değişen yaş gruplarındaki öğrencilere neden spor yaptıkları ya da neden

spor yapmaktan vazgeçtikleri gibi sorular yöneltilmiştir. Yapılan bu araştırmaya göre eğlenmek spor yapmanın asıl amacı olarak ifade edilmiş, eğlence yoksunluğu sporu bırakmak için ise birincil bir neden olarak belirtilmiştir (Seefeldt, Ewing ve Walk, 1992). Elde edilen bulgular ile aynı doğrultuda diğer bir çalışmada da bireylerin spor yapmakta ki temel motivasyon kaynağının başında eğlenmek geldiği sonucuna ulaşılmıştır (Barber, Sukhi ve White, 1999; Stillwell ve Willgoose, 1997; Kaya, Cicioğlu ve Demir, 2018). Bottenburg'un (2011) bildirdiği (Avrupa Birliği ülkeleri İspanya'nın % 28, İtalya'nın % 35, Fransa'nın % 39, İngiltere'nin % 41 Almanya'nın % 53 ve Hollanda'nın % 56 olan) sportif aktivitelere ve fiziksel aktivitelere katılım oranları Türkiye'den daha yüksek olduğu belirtilse de, Çeker ve ark. (2013) tarafından yürütülen çalışmada belirlenen % 30.69'luk oran sadece Amasya il merkezini gösterirken aradaki farkın zamanla azaldığını ortaya çıkarmaktadır. Yapılan diğer bir çalışmada ise Reigal, Videra ve Gil (2014) fiziksel olarak aktif olan öğrenci gruplarının daha yüksek tutum düzeyine sahip olduğu tespit edilmiştir.

Elde edilen sonuçlardan yola çıkılarak Türkiye'nin fiziksel aktiviteye katılım oranlarının belirlenebilmesi için Amasya il dışında kalan illerde de benzer araştırmaların yapılmasına ihtiyaç olduğu ve fiziksel aktiviteye katılıma motive etmek için yeni yaklaşımlara ihtiyaç duyulduğu öneri olarak sunulabilir.

Kaynaklar

- Akpınar Dellal, N. ve Günak, D. (2009). Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi'nde İkinci Yabancı Dil Olarak Almanca Öğrenen Öğrencilerin Öğrenme Motivasyonları. *Dil Dergisi*, 143, 20-41.
- Aşçı, H., Oyar, Z.B., Çelebi, M. ve Mülazımoğlu, Ö. (2001). Spora Katılım Güdüsü Ölçeğinin Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması, *Spor Bilimleri Dergisi Hacettepe 1. of Spor Sciences*, 12 (2), 21 – 32.
- Barber, H., Sukhi, H.ve White, S. A. (1999). The Influence of Parent-Coaches on Participant Motivation and Competitive Anxiety in Youth Sport Participants. *Journal of Sport Behavior*, 22(2), 162-181.
- Büyükoztürk, Ş. (2014). Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı. Ankara: Pegem Akademi.
- Booth, M.L., Owen, N., Bauman A., Gore C.J. (1997) Physical activity preferences, preferred sources of assistance and perceived barriers to increased activity among physically inactive Australians. *Pre Med.* 26:131-137.

- Bottenburg, M. (2011) Sport participation in the EU: trends and differences, p. 19.
- Bozkurt, T.M ve Tamer, K. (2020). Dijital Oyun Oynama Motivasyonu ile Beden Kitle İndeksi İlişkisi. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 5(2), 105-120.
- Bozkurt, TM., Demir, GT., ve Dursun, M. (2019). Bedensel, İşitme Ve Görme Engelli Sporcuların Spora Katılım Motivasyonlarının İncelenmesi Examination Of Motivations Of Physically, Hearing And Visually Impaired Athletes. *The Journal*, 12(67).
- Çakır, E. (2019). Lise Öğrencilerinin Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonları ile Vücut Kitle İndeksi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 21(1-A), 30-39.
- Çakır, E. ve Şenel, Ö. (2017). Effect of cold water immersion on performance. *European Journal of Physical Education and Sport Science*. 3 (12) 419-428.
- Çeker, A., Çekin, R., ve Ziyagil, M. A. (2013). Farklı Yaş Gruplarındaki Kadın ve Erkeklerin Düzenli Fiziksel Aktiviteye Katılım Davranışının Değişim Basamakları. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 8(1), 11-20.
- Deci, E. L. ve Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic Motivation and Selfdetermination in Human Behavior*. New York: Plenum Press.
- Demir, G. T., ve İlhan, E. L. (2020). Engelli Sporcularda Spora Katılım Motivasyonu. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi*, 1-21.
- Demir, G. T. ve Bozkurt, T. M. (2019). Dijital Oyun Oynama Tutumu Ölçeği (Dootö): Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması, *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 6(1), 1-18
- Demir, G. T., ve Cicioğlu, H. İ. (2018). Motivation Scale For Participation In Physical Activity (MSPPA): A study of validity and reliability Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu Ölçeği (FAKMÖ): Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Journal of Human Sciences*, 15(4), 2479-2492.
- Demir, G. T.ve Hazar, Z. (2018). Dijital Oyun Oynama Motivasyonu Ölçeği (Doomö): Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması1. *Journal Of Physical Education & Sports Science/Beden Egitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi*, 12(2).
- Demir, T. G. ve İlhan, E. L. (2019). Spora Katılım Motivasyonu: Görme Engelli Sporcular Üzerine Bir Araştırma, *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 4(1), 157-170.

- Gömleksiz, M. N. ve Serhatlıoğlu, B. (2013). Okul Öncesi Öğretmenlerinin Öz-Yeterlik İnançlarına İlişkin Görüşleri. *Electronic Turkish Studies* 8.7.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., Anderson, R. E., & Tatham, R. L. (2013). *Multivariate Data Analysis: Pearson Education Limited*.
- Hazar, Z., Demir, G. T., Namlı, S. ve Türkeli, A. (2017). Ortaokul Öğrencilerinin Dijital Oyun Bağımlılığı ve Fiziksel Aktivite Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 11(3), 320-332.
- İlhan, E. L. (2009). Voleybolda Servis Becerisi Öğretimine Motivasyonel Bir Yaklaşım, *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3(3), 196-203.
- İlhan, E. L. (2010). Hareketsiz Yaşamlar Kültürü ve Beraberinde Getirdikleri, Milli Prodüktivite Merkezi Verimlilik Dergisi, 10(3), 195-210.
- İlhan, E. L. ve Gencer, E. (2013). Liselerarası Badminton Müsabakalarına Katılan Sporcu-Öğrencilerin Spora Katılım Motivasyonlarının Belirlenmesi. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 18(4), 1-6.
- Kaya, Ö., Cicioğlu, H. İ.ve Demir, G. T. (2018). The Attitudes of University Students Towards Sports: Attitude and Metaphorical Perception. *European Journal Of Physical Education And Sport Science*, 5(1), 115-133.
- Meliha, U., Yurdadön, Ü., İmamoğlu, O., Musa, Ç., Çavuşoğlu, G., ve Taşmektepligil, M. Y. (2017). Ortaokul Öğrencilerinin Sportif Etkinliklere Katılma ve Fiziksel Aktiviteden Hoşlanma Durumlarının Belirlenmesi. *İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 4(1), 38-52.
- Murcia, J.A.M., Blanco, M.D.S., Galindo, C.M., Villodre, N.A., Coll, D.G.C. (2007). Effects of the gender, the age and the practice frequency in the motivation and the enjoyment of the physical exercise. *Fitness & Performance Journal*, 6(3), 140-146.
- Namlı, S. ve Demir, G. T. (2020). The Relationship between Attitudes towards Digital Gaming and Sports. *Turkish Online Journal of Educational Technology-TOJET*, 19(1), 40-52.
- Paffenbarger R.S., Blair S.N., Lee, I.M. ve Hyde, R.T. (1993). Measurement of physical activity to assess health effects free-living populations. *Med Sci Sports Exerc*, 25, 60-70.
- Polat, E. ve Yalçın, H. B. (2014). Spor Seyircileri İçin Dışsal Günü Ölçeği ve Spor Seyircileri İçin İçsel Günü Ölçeği Geçerlik ve Güvenilirlik Çalışması.

International Journal of Human Sciences, 11(1), 105-127. doi: 10.14687/ijhs.v11i1.2693.

Reigal R.E., Videra, A., ve Gil, J. (2014). Physical exercise, general self-efficacy and life satisfaction in adolescence. *International Journal of Medicine and Science of Physical Activity and Sport*, 15(55), 561-575.

Seefeldt, V., Ewing, M. ve Walk, S. E. (1992). *An Overview of Youth Sports*. Washington:DC.

Stilwell, J. L. ve Willgoose, C. E. (1997). *The Physical Education Curriculum*. Boston:Allyn and Bacon.

Tekkurşun Demir, G. ve Cicioğlu, H.İ. (2019). Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu İle Dijital Oyun Oynama Motivasyonu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*,

Tekkurşun, D. G., İlhan, E. L., Esentürk, O. K. ve Kan, A. (2018). Engelli Bireylerde Spora Katılım Motivasyonu Ölçeği (ESKMÖ): Geçerlik Ve Güvenirlik Çalışması. *Spormetre*, 16(1), 95-106.

Zorba, E. ve Saygın, Ö. (2017). *Fiziksel Aktivite ve Fiziksel Uygunluk*. (4. Baskı). Ankara: Perspektif.