



T.C.
NİĞDE ÖMER HALİSDEMİR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI

SURİYELİ SIĞINMACI ÇOCUKLAR İLE TÜRK ÇOCUKLARIN
FİZİKSEL AKTİVİTEYE KATILIM MOTİVASYONUNUN
ARAŞTIRILMASI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Hazırlayan
Ayşe TOPLU ÖZCAN

Niğde
Eylül, 2021

T.C.
NİĞDE ÖMER HALİSDEMİR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI

SURİYELİ SIĞINMACI ÇOCUKLAR İLE TÜRK ÇOCUKLARIN
FİZİKSEL AKTİVİTEYE KATILIM MOTİVASYONUNUN
ARAŞTIRILMASI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Hazırlayan
Ayşe TOPLU ÖZCAN

Danışman : Dr. Öğr. Üyesi Zehra GÖZEL
Üye : Prof. Dr. Tarık SEVİNDİ
Üye : Doç. Dr. Gürkan YILMAZ

Niğde
Eylül, 2021

YEMİN METNİ

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “Suriyeli Sığınmacı Çocuklar İle Türk Çocukların Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonunun Araştırılması” Başlıklı bu çalışmanın, bilimsel ve akademik kurallar çerçevesinde tez yazım kılavuzuna uygun olarak tarafımdan yazıldığını, yararlandığım eserlerin tamamının kaynaklarda gösterildiği ve çalışmanın içinde kullandıkları her yerde bunlara atıf yapıldığını belirtir ve bunu onurumla doğrularım 24/09/2021

Ayşe TOPLU ÖZCAN

ÖNSÖZ

Son yıllarda Türkiye göçmenlere ve özellikle Suriyelileri kabul etmekte ve açık kapı politikası uygulamaktadır. Bu kabul sonrası sığınmacıların temel ihtiyaçlarını gidermesi ile ilgili çalışmalar yapılmış ve daha sonra yerel yönetimlerce insani şartlarda yaşamlarının devamını sağlamak üzere eğitim, spor ve sosyalleşmeye yönelik önlemler alınmıştır. Suriyeli sığınmacı çocuklar ile Türk çocuklarının fiziksel aktivite düzeylerinin karşılaştırılması amaçlanmıştır.

Tez çalışmasının her aşamasında, gerek fikirleri gerekse yönlendirme ve destekleriyle çalışmama yön veren, günün her anında her türlü soruma sabırla cevap veren, danışman hocam Sayın Dr. Öğr. Üyesi Zehra GÖZEL'e, lisans öğrenimimden bu yana gerekli moral ve desteği esirgemeyen kıymetli hocam Öğr. Gör Mehmet EMİROĞLU'na ve değerli arkadaşım Doktora öğrencisi Nihal BAKIR'a sonsuz teşekkür ediyorum. Araştırmama gönüllü olarak katılmayı kabul edip, katkıda bulunan değerli öğrencilere ve anket çalışmamı arapça tercüme eden ve sınıflarda benimle birlikte tercümanlık yapan Mahmut LATTUF'a teşekkür ederim.

Ayrıca, tez çalışmam boyunca manevi desteğini benden esirgemeyen ve hep yanımda olan sevgili eşim Dr. Öğr. Üyesi Mikail ÖZCAN'a sevgilerimi sunuyorum.

Hayatımın her anında bana destek olan, üzerimde emekleri olan sevgili aileme de sonsuz sevgi ve şükranlarımı sunarım.

Ayşe TOPLU ÖZCAN

Eylül, 2021

ÖZET
YÜKSEK LİSANS TEZİ

**SURİYELİ SİĞINMACI ÇOCUKLAR İLE TÜRK ÇOCUKLARIN FİZİKSEL
AKTİVİTEYE KATILIM MOTİVASYONUNUN ARAŞTIRILMASI**

TOPLU ÖZCAN, Ayşe
Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı
Tez Danışmanı: Dr.Öğr. Üyesi Zehra GÖZEL
Eylül 2021, 53 sayfa

Bu çalışmanın amacı, 11-13 yaş ve üzeri yaş grubu Suriyeli sığınmacı çocuklar ile Türk çocuklarının fiziksel aktiviteye katılım motivasyon düzeylerinin yaş, cinsiyet ve uyruk değişkenlerine göre incelenmesidir.

Araştırmaya 2020-2021 Eğitim ve Öğretim Yılı'nda Kahramanmaraş ilinde 11-13 yaş ve üzeri Ortaokul öğrenciler arasından rastgele olarak seçilen 570 erkek ve 545 kadın olmak üzere toplam 1115 öğrenci katılmıştır. Bu ankete katılanların 655'i Türk öğrenci ve 460'ı Suriyeli öğrenciden oluşmaktadır.

Araştırmada, veri toplama aracı olarak Tekkurşun Demir ve Cicioğlu (2018) tarafından geliştirilen 3 boyutlu, toplam 16 maddeden Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu Ölçeği (FAKMÖ) kullanılmıştır. Anketler online ve yüzyüze olarak uygulanmıştır.

Verilerin analizinde SPSS paket programı kullanılmıştır. Standart sapma, aritmetik ortalama, bağımsız örneklem için t testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA), Post-Hoc testlerinden (Tukey HSD) yararlanılmıştır. Araştırmada anlamlılık düzeyi $p<0,05$ dir.

Araştırma grubunu oluşturan Türk ve Suriyeli öğrencilerin cinsiyet durumuna göre fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu (t: 3,44; df: 1113; p: 0,01; $p<0,05$), bireysel nedenler (t: 3,44; df: 1098,08; p: 0,01 $p<0,05$) ve nedensizlik (t: -2,08; df: 1112; p: 0,037; $p<0,05$) düzeyleri istatistiksel olarak anlamlı tespit edilmiştir. Öğrencilerin uyruk durumuna göre fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu (t: -3,739; df: 1096,58; p: 0,01; $p<0,05$), bireysel nedenler (t: -4,626; df: 1110,74; p: 0,01 $p<0,05$), çevresel nedenler (t: -9,825; df: 1112,97; p: 0,01 $p<0,05$) ve nedensizlik (t: 2,942; df: 1110,55; p: 0,03; $p<0,05$) düzeyleri istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermiştir.

Sonuç olarak; cinsiyete göre fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu, bireysel nedenler ve nedensizlik düzeylerini etkilerken, çevresel nedenler düzeylerini etkilememektedir. Ayrıca Türk çocuğu veya Suriyeli çocuğu olmak; fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu, her üç alt boyuttada Suriyeli çocuklar lehine istatistik olarak anlamlı bulunmuştur. Yaş değişkenine göre ise yaş küçüldükçe fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu artmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Spor, Suriyeli Sığınmacı, Fiziksel aktivite, Motivasyon



ABSTRACT
MASTER THESIS

**INVESTIGATION OF THE MOTIVATION OF PARTICIPATION IN PHYSICAL
ACTIVITY OF SYRIAN REFUGEE CHILDREN AND TURKISH CHILDREN**

TOPLU ÖZCAN, Ayşe
Physical Education and Sports Department
Supervisor: Assistant. Professor Zehra GÖZEL
September 2021, 53 pages.

The aim of this study is to examine the motivation levels of Syrian refugee children aged 11-13 and above and Turkish children to participate in physical activity according to age, gender and nationality variables.

In the 2020-2021 academic year, a total of 1115 students, 570 male and 545 female, randomly selected from secondary school students aged 11-13 and above in Kahramanmaraş province participated in the research. Of the participants in this survey, 655 are Turkish students and 460 are Syrian students.

In the study, the 3-dimensional Motivation Scale for Participation in Physical Activity (FAKMÖ), which consists of 16 items in total, developed by Tekkurşun Demir and Cicioğlu (2018) was used as a data collection tool. Questionnaires were administered online and face-to-face.

SPSS package program was used in the analysis of the data. Standard deviation, arithmetic mean, t test for independent samples, one-way analysis of variance (ANOVA), Post-Hoc tests (Tukey HSD) were used. The level of significance in the study was $p<0.05$.

The motivation to participate in physical activity according to the gender status of Turkish and Syrian students constituting the research group ($t: 3.44$; $df: 1113$; $p: 0.01$; $p<0.05$), individual reasons ($t: 3.44$; $df: 1098$) .08; $p: 0.01$ $p<0.05$) and causeless ($t: -2.08$; $df: 1112$; $p: 0.037$; $p<0.05$) levels were found to be statistically significant. Students' motivation to participate in physical activity according to their nationality ($t: -3.739$; $df: 1096.58$; $p: 0.01$; $p<0.05$), individual reasons ($t: -4.626$; $df: 1110.74$; $p: 0.01$ $p<0.05$), environmental causes ($t: -9.825$; $df: 1112.97$; $p: 0.01$ $p<0.05$) and no reason ($t: 2.942$; $df: 1110.55$; $p: 0.03$; $p<0.05$) levels showed a statistically significant difference.

As a result; While the motivation to participate in physical activity by gender affects the levels of individual reasons and causelessness, environmental reasons do not affect the levels. Also, being a Turkish or Syrian child; motivation to participate in physical activity was found to be statistically significant in favor of Syrian children in all three sub-dimensions. According to the age variable, the motivation to participate in physical activity increases as the age decreases.

Key Words: Sport, Syrian Refugee, Physical activity, Motivation



İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ	iii
ÖZET	iv
ABSTRACT	vi
İÇİNDEKİLER	viii
TABLolar LİSTESİ	x
KISALTMALAR LİSTESİ.....	xi
EKLER LİSTESİ.....	xii
BÖLÜM - I	1
1.GİRİŞ	1
1.1. Problem Durumu.....	1
1.2. Çalışmanın Amacı.....	1
1.3. Çalışmanın Önemi	1
1.4. Çalışmanın Sınırlılıkları.....	2
1.5. Çalışmanın Varsayımları	3
1.6. Tanımlar.....	3
BÖLÜM - II.....	5
2. GENEL BİLGİLER.....	5
2.1. Göç İle İlgili Temel Kavramlar	5
2.2. Fiziksel Aktivite.....	7
2.3. Fiziksel Aktivite Olarak Kabul Edilen Aktiviteler	10
2.4. Fiziksel Aktivite ve Motivasyon İlişkisi.....	11
2.5. Fiziksel Aktivitenin Sağlık Üzerine Etkileri.....	11
2.6. Fiziksel Aktiviteyi Değerlendirme Yöntemleri	13
2.7. Fiziksel Aktiviteyi Etkileyen Faktörler.....	14
2.8. Ruhsal ve Sağlığımız Üzerine Etkileri.....	14
2.9. Bedensel Sağlığımız Üzerine Etkileri.....	15
2.10. Gelecekteki Yaşantımız Üzerine Etkileri.....	15
2.11. Kas İskelet Sistemi Üzerindeki Etkileri.....	16
2.12. Diğer Vücut Sistemleri Üzerindeki Etkileri.....	16
2.13. Çocuklarda Fiziksel Aktivite	17

2.14. Çocuklar Fiziksel Olarak Ne Kadar Aktif	19
2.15. Çocuklar İçin Fiziksel Aktivite Önerileri	19
2.16. Motivasyonun Tanımı ve Önemi	20
BÖLÜM - III	21
3. MATERYAL VE METOT	21
3.1. Araştırmanın Modeli	21
3.2. Araştırmanın Hipotezleri	21
3.3. Araştırma Evreni ve Örneklem	22
3.4. Veri Toplama Araçları	22
3.4.1. Kişisel Bilgi Formu.....	22
3.4.2. Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu Ölçeği (FAKMÖ).....	23
3.5. Verilerin Analizi	23
BÖLÜM - IV.....	25
4. BULGULAR.....	25
4.1. Güvenirlilik Analizi	25
4.2. Öğrencilerin Demografik Özelliklerine Yönelik Bulgular	26
4.3. Araştırma Değişkenlerine Yönelik Bulgular	28
4.4. Öğrencilerin Demografik Özellikleri ile Araştırma Değişkenleri Arasındaki İlişkilere Yönelik Bulgular.....	33
BÖLÜM - V	37
5. TARTIŞMA VE SONUÇ	37
5.1. Öneriler	38
KAYNAKÇA.....	40
EKLER 1	50
EKLER 2	52

TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 4.1. FAKMÖ ve alt boyutlarına ait güvenilirlik analizi bulguları	26
Tablo 4.2. Öğrencilerin yaş durumu dağılımı	26
Tablo 4.3. Öğrencilerin cinsiyet durumu dağılımı	28
Tablo 4.4. Öğrencilerin uyruk durumu dağılımı	28
Tablo 4.5. Fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu ölçeği ifadelerine ilişkin betimsel analizi sonuçları	28
Tablo 4.6. Türk öğrencilerin fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu ölçeği ifadelerine ilişkin betimsel analizi sonuçları.....	29
Tablo 4.7. Suriyeli öğrencilerin fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu ölçeği ifadelerine ilişkin betimsel analizi sonuçları.....	31
Tablo 4.8. Araştırma değişkenlerine ilişkin betimsel analizi sonuçları	33
Tablo 4.9. Öğrencilerin yaşı ile değişkenler arasındaki ilişkiye yönelik sonuçlar.....	33
Tablo 4.10. Öğrencilerin cinsiyet ile değişkenleri arasındaki ilişkiye yönelik sonuçlar.....	34
Tablo 4.11. Öğrencilerin uyruk ile değişkenleri arasındaki ilişkiye yönelik sonuçlar.....	35

KISALTMALAR LİSTESİ

WHO	Dünya Sağlık Örgütünün
THSK	Sağlık Bakanlığı Türkiye Halk Sağlığı Kurumu
FAKMÖ	Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu Ölçeği
CDC	Centers for Disease Control and Prevention
BMMY	Birleşmiş Milletler Mülteciler Yüksek Komiserliği
BM	Birleşmiş Milletlerin
DSÖ	Dünya Sağlık Örgütü
Meb	Milli Eğitim Bakanlığı
HHS	U.S. Department of Health and Human Services
CDC	Centers for Disease Control and Prevention
SS	Standart sapma
N	Sayısı
%	Yüzde

EKLER LİSTESİ

EK:1: Anket Formu	50
EK:2: Çeviri Anket Formu	52



BÖLÜM - I

1. GİRİŞ

1.1. Problem Durumu

Suriyeli Sığınmacı çocuklar ile Türk çocukların fiziksel aktiviteye katılım motivasyonunun yaş, cinsiyet ve uyruk açısından karşılaştırılması.

1.2. Çalışmanın Amacı

Bu çalışmanın amacı Suriyeli sığınmacı çocuklar ile Türk çocuklarının fiziksel aktivite düzeylerinin karşılaştırılmasıdır. Son yıllarda Türkiye göçmenlere ve özellikle Suriyelileri kabul etmekte ve açık kapı politikası uygulamaktadır. Bu kabul sonrası sığınmacıların temel ihtiyaçlarını gidermesi ile ilgili çalışmalar yapılmış ve daha sonra yerel yönetimlerce insani şartlarda yaşamlarının devamını sağlamak üzere eğitim, spor ve sosyalleşmeye yönelik önlemler alınmıştır.

Sağlıklı yaşam için fiziksel aktivite en önemli unsurlarından biridir. İnsanlar gelişen teknoloji ile birlikte işyeri ve evlerinde eskiye göre daha çok oturarak vakit geçirmeye başlamıştır.

1.3. Çalışmanın Önemi

Günlük yaşantıda fiziksel aktivitenin alışkanlık haline getirilip, yaşam boyu sürdürülmesi, öncelikle birey, sonra da toplum sağlığı açısından çok önemlidir.

Türkiye Suriyeli sığınmacı bakımından en çok bulunduran önemli bir ülkedir. Özellikle sığınmacı çocukların fiziksel aktivite düzeyleri nasıl etkilendikleri bilinmesi çok önem arz etmektedir.

Göç olgusundan daha çok çocukların etkilendiği bilinmektedir. Suriyeli sığınmacılara sunulan hizmetlerden sporun sosyaleşme yönüyle her yaştan insanların göç olgusundan olumsuz psikolojik etkiyi azaltabilecek ve daha sağlıklı bir insan olmasına katkı sağlayacaktır.

Sığınmacıların yaşam alanlarına örnek olarak çadır kentler, kamplar, konteyner kentler, özel misafirhaneler ve geçici barınma merkezleri verilebilir. Sığınmacıların bu yeni yaşam alanlarında kamu kurum ve kuruluşları, yerel yönetim, sivil toplum kuruluşları ve Kızılay yolu ile sağlık, güvenlik, eğitim, psiko-sosyal tercümanlık, destek, sosyal aktivite, mesleki kurslar gibi insani ihtiyaçlar giderilmiştir (Koyuncu, 2014).

Çocuk için oyun oynamak öğrenme ve yaşam tarzıdır. Çocuklar oyun ile eğlenirken aynı zamanda zihinsel, fiziksel ve yeteneklerini, hayal gücü ve yaratıcılıkları gelişir, yeteneklerini test eder, yetişkinlerle veya diğer çocuklar ile iletişim kurarak sosyalleşirler (Küçük, 2017).

Dünya Sağlık Örgütüne göre günde enaz 60 dakika 5-17 yaş aralığında insanların fiziksel aktivitede bulunmaları gerektiğini belirtmiştir. Birleşmiş Milletler Çocuk Hakları Sözleşmesinde “çocuklara rekreasyonel faaliyetlere katılma ve oyun oynama hakkı verilmiştir (Küçük, 2017).

Çocuklara için oyun imkânları ile iletişim kabiliyeti yüksek ve sosyal zeka, motor becerileri gelişmiş, stres bozukluğu gibi durumlardan daha az etkilenmiş, toplumla kaynaşmış ve sosyo-etnik, farklılıklara karşı farkındalığı gelişmiş bir topluluk yaratılmasına olanak sağlanmış olacaktır (Bozkurt ve Tamer, 2020).

Gençlik merkezlerinde mültecilere verilen hizmetlerden çok memnun oldukları ve gençlik merkezlerinin sportif, sosyal ve kültürel faaliyetlerinin Suriyeli sığınmacılara yarar sağlamaktadır (Özsarı vd., 2017).

1.4. Çalışmanın Sınırlılıkları

Araştırma grubu Çalışmaya Kahramanmaraş ili Dulkadiroğlu ve 12 Şubat ilçelerinde Dumlupınar Şehit Haşim Yenigül ortaokulu, Barınma Merkezi imam hatip ortaokulu, Gazi ortaokulu, Ökkaş Gümüşler Ortaokulu ve Kahramanmaraş ortaokullarında eğitim öğretim gören 11-13 yaş öğrencileri ile sınırlıdır.

Araştırmada elde edilen bulgular, çalışma grubunda yer alan çocukların araştırmada kullanılan ölçeklerin içindeki sorulara verecekleri cevaplar ile sınırlıdır.

1.5. Çalışmanın Varsayımları

Araştırmanın örneklemini oluşturan öğrencilerin araştırma değişkenlerini ölçmek amacıyla belirlenen anket maddelerine doğru ve samimi bir biçimde yanıt verdikleri varsayılmaktadır.

1.6. Tanımlar

Göç: Bir yerden başka bir yere yapılan, bireysel dinamiklerden etkilenen, politik ve sosyo-kültürel olarak uzun, orta ve kısa süreli olabilen bu hareket, sürekli hedefi güden yerleşim veya geriye dönüş planlı bir yer değiştirme hareketidir (Yalçın, 2004).

Göçmen: Son zamanlarda sıklıkla ekonomik sebeplerden kaynaklı olmak üzere mülteci tanımında bulunan sebeplerin dışında ülkesini gönüllü olarak terk eden ve başka bir ülkeye, yetkililerin bilgisi dahilinde veya izinli yerleşen kişiler denir (Akıncı vd., 2015).

Mülteci: Milliyeti, ırkı, dini, siyasi düşünceleri nedeniyle ya da belli bir sosyal gruba mensubiyeti zulüm göreceği konusunda haklı bir korku taşıyan ve bu yüzden ülkesinden ayrılan ve korkusu nedeniyle geri dönmek istemeyen ya da dönemeyen kişidir (UNCHR, 2017).

İltica: Yaşadığı ülkeden ayrılarak bir başka ülkeden sığınma talebinde bulunmaktır.

Sığınmacı: Mülteci kavramında yer alan sebeplerden dolayı ülkesini terk eden ve henüz sığınma talebi, kaçtığı ülkenin yetkilileri tarafından soruşturma safhasında olan kişilere denilmektedir (Sandal vd., 2016).

Fiziksel Aktivite: İskelet kasları vasıtası ile vücudun hareketi sonucunda enerji tüketimidir (Sirard ve Pate, 2001).

Fiziksel Uygunluk: Hareketlerin doğru olarak yapılmasını ve fiziksel dayanıklılıkla ilgili olarak vücudun mevcut kondisyon durumunu ifade eder (Zorba, 1999).

Spor: Kişinin kendi kendisini veya rakibini aşmasını amaçlayan, rekabet içeren, belirli kurallarla sınırlanan, takım yada bireysel olarak yapılan kurallarla yönetilen fiziksel aktivitelerdir (Akyol vd., 2008).

Egzersiz: Planlı, yapılandırılmış, tekrarlayıcı fiziksel uygunluğun bir veya birkaç unsurunu geliştirmeyi amaçlayan sürekli aktivitelerdir (Özer, 2006).



BÖLÜM - II

2. GENEL BİLGİLER

2.1. Göç İle İlgili Temel Kavramlar

Göç insanlık tarihi kadar eski bir kavramdır. İnsanların bulundukları alandan başka bir alana beşeri ya da doğal ana faktörler altında siyasal, savaş, kültürel, ekonomik ve sosyal nedeniyle, zorunluluk ya da gönüllülük çerçevesinde kitlesel veya bireysel yer değiştirmesi şeklinde tanımlanabilir (Sandal vd., 2016)

Daha kapsamlı bir göç tanımı; bir yerden başka bir yere yapılan, bireysel, politik ve sosyo-kültürel dinamiklerden etkilenen, uzun orta ve kısa vadeli olabilen bu eylemin, sürekli yerleşim hedefi ya da geriye dönüş planlı güden bir yer değiştirme hareketidir (Yalçın, 2004).

Bireysel göç; Kişilerin sosyal, siyasi, kültürel, ekonomik, dinî vb. nedenlere dayanarak aileleriyle birlikte ya da bireysel aldıkları göç etme kararıdır. Belli bir bölgede yaşayan toplumların veya insanların çeşitli sebeplerle yer değiştirmesine ‘toplu göç’ denmektedir. Belirli bir zamanda çok sayıda kişinin, bulunduğu ülke dışına düzensiz gruplar halinde hareket etmesine Kitlesel göç denilmektedir. Kişinin göç ederken başkasının etkisi altında kalmadan gerçekleştirdiği göçe isteğe bağlı göçler olarak adlandırılmaktadır. Bu tip göçler yakın zamanımıza kadar süregelen göçlerin büyük kısmını kapsamaktadır. Zorunlu göç; doğal afetler, savaşlar ve siyasal baskılar gibi etkenler sebebiyle kişiyi göç etmeye zorlayan ve isteği dışında gerçekleşen göç hareketini ifade edilmektedir (Tümertekin ve Özgüç, 2004).

Mülteciler diğer göçmenlerden farklı olarak ekonomik ve başka türlü kazançlar elde etmekten ziyade, şiddet, zulüm yada ölüm korkusuyla kendi ülkesinden göç eden insanlardır. Mülteci; mültecilerin hukuki durumuna dair Cenevre Sözleşmesine (28 Temmuz 1951) ve Mültecilerin Hukuki Statüsüne Dair Protokole (1967) göre din, ırk, ulusal kimliği ya da siyasal düşünce sosyal konum nedeniyle kendi ülkesinde zulme uğrayacağından haklı sebeplerle korktuğu için ülkesini terk eden, zaruret sebebiyle geçici oturmak üzere başka bir devletten sığınma talebinde bulunan ve bu talebi kabul edilen ve uluslararası anlaşmalarla korunan kişilere denir. Ancak Türkiye bu sözleşme ve protokolü

coğrafi sınır şartıyla onaylamıştır. Başka bir ifade ile Türkiye Avrupa Konseyi üyesi olmayan ülkelerden gelenleri yukarıdaki koşulları sağlasa bile mülteci olarak kabul etmemektedir (Cengiz, 2011). Bundan dolayı Türkiye BM fonlarından faydalanamamaktadır. Bu bağlamda Türkiye Suriye’den gelen insanlar fiili olarak mülteci pozisyonunda olmalarına rağmen mülteci statüsünü vermemektedir. Birleşmiş Milletlerin (BM) Türkiye’deki kamplara müdahale etme, kampları yönetme, kamplarda etkin olmaktadır. Bu yüzden Türkiye’nin kamplarda olup bitenin dışında olma endişesi olmuş olabilir (Çiçekli, 2009; Castles ve Miller, 2008).

Mülteci kavramında yer alan nedenlerden dolayı ülkesini terk eden ve henüz sığınma talebi, kaçtığı ülkenin yetkilileri tarafından soruşturma safhasında olan kişilere sığınmacı denilmektedir. Uluslararası mülteci hukukuna göre sığınmacı statüsü geçici olup şartlar oluştuğunda mülteci statüsüne dönüşür. Sığınmacılar Türkiye’de bulundukları süre içinde devletin gözetimi ve koruma altında bulunurlar. Ülkeyi terk etme nedenlerindeki farklılık, mülteci ve göçmen olgusundaki temel farklılığı oluşturmaktadır. Göçmenler çoğunlukla ekonomik nedenler yüzünden, kendi istekleri ile ülkelerinden ayrılmış ve kendi ülkelerinin korumasından faydalanabilen kişilerdir. Ancak mülteciler ülkelerini terk etmek zorunda kalmış ve kendi ülkelerinin korunmasından faydalanamayan kişilerdir (Adelman, 2010; Atayun, 2002; BMMY, 2001; Koçdemir, 1999; Petersen, 1975).

Sığınma ve iltica olgularının, bir zorunlu göç türü olan yerinden edilme olgusundan da ayırt edilmesi gerekir. Kişiler, zorunlu göç sonucu ulusal sınırlar içerisinde yaşamaya devam ederse yerinden edilmiş kişi, uluslararası sınırları geçerse mülteci olarak tanımlanır (Boyd, 1999).

İltica alanında kullanılan sığınmacı ve mülteci terimleri anlamsal olarak incelendiğinde bu kavramların yanlış kullanıldıkları görülmektedir. Arapça kökenli bir sözcük olan “mülteci”, Türkçede “sığınmacı” anlamındadır. Yine Arapça kökenli olan “iltica”nın Türkçe karşılığı ise “sığınma”dır. Osmanlıca Türkçe karmasında yanlış bir birleştirme yapılarak Arapça kökenli bir kelimeye Türkçe kökenli bir ek getirilmiş ve “ilticacı” terimi oluşturulmuştur ki bu anlamsal olarak “sığınmacı”nın karşılığıdır. Yani Arapça olan “mülteci” ile Türkçe olan “sığınmacı” terimlerinin aslında aynı anlamda olduğu görülmektedir. Ancak 1951 Cenevre Sözleşmesi Türkçeye çevrildiğinde, İngilizce’de farklı iki kavram olan “refugee” yerine “mülteci”, “asylum seeker” yerine

“sığınmacı” terimlerinin kullanılmıştır. Aslında farklı olan bu iki terimin Türkçede aynı anlama gelen iki kelime ile tanımlanmasına neden olmuştur (Tomanbay, 2004). Ancak böylesine çeşitli şekillerde tanımlanabilen bu kavramlar, uluslararası hukukta ortak bir tanımlı içermekte ve Mültecilerin Hukuki Statüsüne Dair Birleşmiş Milletler Sözleşmesi’nin (1951 Cenevre Sözleşmesi) 1. Maddesi ile tanımlanmaktadır. Mültecilerin Hukuki Statüsüne Dair Protokol (1967)’ün kabulü ile tanımdaki “Ocak 1951’den önce meydana gelen” ibaresi kaldırılarak mülteciliğin tanımlı genişletilmiştir (Marshall, 2011).

Türkiye, Mültecilerin Hukuki Durumuna İlişkin Cenevre Sözleşmesi’ne (1951) taraf ülkelerden biridir. Ek Protokol’e (1967) “coğrafi sınırlama” ile taraf olmuştur. Türkiye, Suriyeli “misafirlerini” Ekim 2011’den itibaren, İçişleri Bakanlığı Yönetmeliği’nin 10. maddesi gereğince geçici koruma rejimine aldığını ilan etmiştir. Bu rejim asgari uluslararası standartlarla uyumlu olup, geri dönmeye zorlamama, açık kapı politikası, bireysel diğer temel hizmetlerin sunulması ve kamplarda barınma gibi statü belirlemenin yapılmaması, ve ilkeleri içermektedir (Öner-Ihlamur, 2014).

Türkiye “açık kapı politikası” izleme çerçevesinde, pasaportu bulunmayanlar dâhil, kabul ettiği tüm Suriyeli sığınmacılara “geçici koruma” sağlamıştır. Bu geçici koruma, uluslararası kuruluşlar tarafından uluslararası insani yükümlülöklere ve hukuka uygun olarak değerlendirilmektedir (Kap, 2014).

2.2. Fiziksel Aktivite

Fiziksel aktivite; günlük yaşam içerisinde eklemlerin ve kasların kullanımıyla enerji tüketimi ile gerçekleşen, solunum hızını artıran ve kalp ve farklı şiddetlerde yorgunlukla sonuçlanmaktadır (Bek, 2008).

Daha geniş tanımda ise, zihinsel ve fiziksel sağlığı geliştirmek ve korumak, sosyal ilişkiler kurmak, hoşça vakit geçirmek ve eğlenmek ya da yarışmalarda mücadele ederek kazanmak amacıyla plansız veya organize olarak yapılan fiziksel aktivitelerdir (Karahüseyinoğlu, 2015).

Fiziksel aktivite, vücut hareketlerinde enerji kullanarak anlatmak için kullanılan uluslararası bir terimdir. Spor, oyun, egzersiz, ev işi, bahçe işleri vb. fiziksel aktivite

tipleridir. Osteoporoz, tip 2 diyabet, çocukluk obezitesi, hipokinetik, depresyon, adölesan hamilelik, alkol/ilaçlar/sigara, hipertansiyon hastalıkları düzenli fiziksel aktivitedir. Bu hastalıklardan dolayı ölüm oranlarını düşürdüğü ve sağlıklı bir yaşam kalitesi sunmaktadır (Baltacı vd., 2008).

Fiziksel aktivite, çalışmaların özelliklerine göre dinamik, statik, anaerobik, aerobik, gibi çeşitlenerek ortaya konabilir (Davies vd., 1995).

Fiziksel aktivite; kişinin hareket eylemi ile duygusal, fiziksel, zihinsel, sosyal ve motorsal gelişimini destekleyen, sağlıklı bir yaşam ve enerji seyrini dengede tutan için önemli bir yer tutmaktadır (Tekkurşun Demir ve Cicioğlu, 2019).

Fiziksel aktivite toplumlar günümüzde modernleştikçe azalmaktadır. Çocukların gelişim sürecinde normal gelişmeyi ve büyüme devam ettirmek için, fiziksel aktivite dikkate alınması gereken önemli bir faktördür (Kudaş vd., 2005). Tüm dünyada, çocuklar önerilen fiziksel aktiviteden çok daha azını gerçekleştirmektedirler (CDC, 2010). Fiziksel aktivite tüm gençler için normal büyüme ve gelişmenin ayrılmaz bir parçasıdır. Ayrıca kişinin psikolojik, mental ve bedensel gelişiminde önemli bir role sahiptir (Hills vd., 2007).

Çocukların daha etkin olabilmesini sağlayan uygun stratejilerin hayata geçirilebilmesi için hedef kitlenin fiziksel aktivite davranış kalıbıyla ilgili temel bir bilgiye sahip olmak gereklidir. Fiziksel aktiviteyi değerlendirmek için kullanılabilecek pekçok yöntem vardır. Bu yöntemleri tespit ederken, grubun özelliği ve büyüklüğü, maliyet ve zaman açısından ekonomik olması, geçerliliği ve güvenilirliği göz önünde tutulmalıdır (Kudaş vd., 2005).

Fiziksel aktivite insanların ruhsal ve fiziksel sağlıkları üzerine olumlu etkiler sağlayan; hem hastalıkların tedavisinde, hem de hastalıklardan korunmada yararlı olan sağlıkla doğrusal bir ilişkisi vardır (Balboa-Castillo vd., 2011; Warburton vd., 2006). Fiziksel aktivite yetersizliği günümüzde en temel sağlık sorunlarından birisi olarak gösterilmektedir (Blair, 2009). Fiziksel aktivite insanlarda çoğunlukla sağlıklı olmak için en etkili yol olarak tanımlanmaktadır. İnsan bedeni üzerinde kardiyovasküler gelişimden, kan basıncının düşürülmesinden, kassal dayanıklılığa, kilo kaybına, yaşlılığa bağlı

rahatsızlıkların önlenmesine, hastalıklara karşı bağışıklık kazanmak gibi birçok yararı bulunmaktadır (Bek, 2008; Batoulia ve Saba, 2017).

Çocukların düzenli fiziksel aktivite yapmasıyla fiziksel uygunluk ve zihinsel seviyelerini yükselttiği, sağlıkla ilişkili birçok problemi engellediği veya iyileştirdiği ve akademik başarılarına katkı sağladığı belirtilmiştir (Kriemler vd., 2011).

Çocukluk döneminde bireylerin düzenli bir fiziksel alışkanlığına sahip olması, sadece içinde bulunduğu dönemde değil aynı zamanda ileriki yaşlarda da fiziksel ve ruhsal açıdan sağlıklı bir birey olmasında hayati önem taşımaktadır. Bu nedenle birçok uzman konunun önemine binaen bireyin fiziksel aktivitelere katılma, motivasyon ve fiziksel aktiviteyi bir alışkanlık haline getirmesi gibi konularda çeşitli çalışmalar yaparak spor psikologlarının üzerinde titizlikle durdukları konular haline gelmesini sağlamıştır (Yüksel ve Bayar, 2015).

Çocukluktaki fiziksel aktivite ile yetişkinlikteki sağlık arasında pozitif yönde güçlü bir ilişki bulunmaktadır. Bu alışkanlığın yetişkin yaşamına transfer edilmesi, sağlıklı ve aktif bir kişi olma bakımından son derece önemli görülmüştür (Kjønniksen vd., 2009).

Fiziksel aktivite, iskelet kasları ile yapılan ve nabzın yükselmesine ve enerji harcamasına neden olan hareketler (dans, ev işleri, bahçe işleri vb.) bütünü iken; egzersiz, planlı olarak fiziksel sağlığı korumak ve geliştirmek üzerine yapılan periyodik fiziksel aktivitelerdir (Yıldırım, 2017). Koşma, yürüme, yüzme, sıçrama, kol-bacak hareketleri, çömelme-kalkma, bisiklete binme, baş ve gövde hareketleri gibi temel vücut hareketlerinin tümünü ya da bir kısmını içeren çeşitli spor dalları, egzersiz, oyun, dans ve gün içerisindeki aktiviteler fiziksel aktivite olarak kabul edilebilir (İpek, 2018: 2)

Toplum ortamında üretken ve yaratıcı kişilerin özellikleri incelendiğinde, yaşam düzeyleri ve fiziksel aktivitesi etkili olduğu, sağlıklı ve düzenli spor yapma alışkanlıkları olan kişiler olduğu görülmektedir (Yorulmaz, 2005). Fiziksel aktiviteye toplumsal olarak katılan bireylerin liderlik, tolerans, arkadaşlık, doğruyu, iyiyi, oto kontrollü olmayı, güzeli öğrenmeyi geliştirirken, insanlara ve kurallara saygılı olmayı da öğretir. Sağlıklı ve düzenli bir hayatı yaşama alışkanlık, sorunlara pozitif bakma, planlı ve programlı çalışmayı günlük faaliyetlere istekli başlamayı sağlar. Toplumsal bilincin gelişmesini

sağlarken, birlikte olma, beraber iş yapma ve kişilerin toplumda kendisini ifade etmesine olanak verir (Aydanarış, 2008).

Fiziksel aktivite terimi ile egzersiz ve spor terimleri aynı anlama geldiği düşünölebilir. Fakat fiziksel aktivite, spor ve egzersiz ile eş anlamlı değildir. Egzersiz ve spor fiziksel aktivitenin alt kategorisidir (Duche vd., 2015; Budde vd., 2016; Sancassiani, vd., 2018).

Fiziksel aktivite ve fiziksel uygunluk terimleri de genellikle karışırılır. Her ne kadar yakından ilişkili olsalar da eş anlamlı olarak bu terimlerde ele alınmamalıdır. Fiziksel aktivite, enerji tüketimi gerektiren iskelet kası tarafından üretilen herhangi bir vücut hareketini ifade eder. Egzersiz, fiziksel aktivitenin bir alt kümesidir. Egzersiz, fiziksel uygunluğun bileşenlerini geliştirmek veya sürdürmek için tasarlanmış herhangi bir planlı, yapılandırılmış ve sistematik fiziksel aktivite olarak tanımlanır. Fiziksel uygunluk, bedensel işlevlerin (ve iskelet-kas, kardiyovasküler, hema- dolaşım, endokrin-metabolik ve psiko-nörolojik) bütünleşmesini sağlayan fiziksel aktivite ve egzersiz yapma kapasitesinin bir ölçüsü olarak yorumlanabilir (Martínez-Vizcaíno ve Sánchez-López, 2008).

Çocuklarda ve yetişkinlerde fiziksel aktivite, hareketsiz yaşam ve obeziteye bağılı olarak görölen sorunlarla önemle ilgilenmeyi sağlayan herhangi bir stratejinin olmazsa olmazlarından biridir. Aktif yaşam, bireylerin sosyal bağılılık ve toplumun refahına katkı sağlamakta aynı zamanda fiziksel ve zihinsel sağılığını geliştirmektedir. Fiziksel aktivite olanakları, insanların çalıştıkları yerlerde ve yaşadıkları mahallelerde, eğitim ve sağık kuruluşlarında, kısacası her yerdedir (Edwards ve Thouros, 2006).

2.3. Fiziksel Aktivite Olarak Kabul Edilen Aktiviteler

Çocukların okula yürüyerek gitmesi, asansör yerine merdivenleri kullanmak, parkta yürüyüş yapmak, otobüsten iki durak önce inerek yürümek fiziksel aktivite olarak değerlendirilmektedir (Akyol vd. 2008).

Kişinin kendi başına veya grup halinde yaptığı fiziksel aktiviteler genel olarak aktivitelerin yapıldığı ortama göre sınıflandırılır. Bunlarboş zaman veya rekreasyonel

faaliyetleri, spor veya egzersizi, ulaşım faaliyetini ve mesleki aktiviteyi içerebilir (Caspersen vd., 1985: Ryan, 2018).

Yürümek, kalkmak, koşmak, sıçramak, çömelmek, bisiklete binmek, yüzmek, baş ve gövde hareketleri ve kol ve bacak hareketleri gibi temel vücut hareketlerinin bir bölümünü veya hepsini kapsıyan çeşitli spor dalları, dans, egzersiz, oyun ve gün içerisindeki aktiviteler de fiziksel aktivite olduğu kabul görülmektedir (Bek ve Tedavi, 2012).

2.4. Fiziksel Aktivite ve Motivasyon İlişkisi

Fiziksel aktivitelere katılmak için gençlik güdülerini anlamak, birçok araştırmacı ve uygulayıcı için ilgi konusu olmuştur. Çok sayıda çalışma; spor, yaş, cinsiyet ve kültür arasında gençlik güdülerinde farklılıklar olup olmadığı sorusunu inceleyerek çocukların veya ergenlerin belirli fiziksel aktivitelere katılma motivasyonlarında çevresel etkilere maruz kaldıklarını göstermektedir (Yan ve McCullagh, 2004).

Fiziksel aktivite eksikliği ile birlikte dünya çapında sağlık kaygıları göz önüne alındığında, gençlik sporunda katılım motivasyonunun araştırılması önemli olarak kabul edilmekte ve son yirmi yıldır popüler hale gelmiştir. Önceki çalışmalar, çocuklarda ve ergenlerde eğlence, zindelik, beceri geliştirme ve yeterlilik gibi spor ve fiziksel aktiviteye katılım için birçok güdünün varlığını göstermiştir. Spor ortamlarında katılım motivasyonunu anlamak için Harter'in (1978, 1981) Yetkinlik Motivasyonu Teorisi ve Nicholls'in (1989) Başarı Hedefi Teorisi gibi farklı teorik yaklaşımlar önerilmiştir (Sit ve Lindner, 2006).

2.5. Fiziksel Aktivitenin Sağlık Üzerine Etkileri

İnsanların modernleşme ile yaşam koşulları, teknoloji ve kolaylıklar, günlük hareketlerini daha az aktif hale getirmektedir. Bu değişiklikler, fiziksel aktivite seviyesi giderek azaltmakta ve sonuç olarak farklı sağlık sorunları ortaya çıkabileceğinden, insanların sağlık durumunu etkiler. Sağlığın korunması açısından fiziksel aktivitenin önemi artar. Bireyin genel sağlığı için yapılan düzenli fiziksel aktivitenin toplum düzeyinde de olumlu bir etkisi vardır. Koruyucu sağlık hizmetleri tedavi maliyetlerinden daha ucuzdur ve fiziksel aktivite sağlık üzerinde yüksek etkiye sahip düşük maliyetlidir.

Bu nedenle düzenli fiziksel aktivite yapan bireyler, toplumun genel sağığı düzeyinde olumlu sonuçlara yol açar. Özellikle çalışan insanlar için, aşırı iş yükü nedeniyle zaman eksikliği, fiziksel aktiviteye katılıma neden olan en önemli faktör olduğu dabelirilmektedir (Bulut, 2013).

Fiziksel aktivite kalp ve diğer hastalıklarının tedavisinde ve önlenmesinde önemli bir sağıık aracı olarak kullanılmaktadır. Aynı zamanda psikolojik rahatsızlıklarında tedavisinde kullanıldığı görölmektedir (Şenışık, 2016).

Fiziksel aktivite sağııklı bir toplum için önem arz etmektedir (Rowlands vd., 1997). Fiziksel aktivitenin sağıık için önemini iyi derecede anlaşılamaması ve giderek daha hareketsiz bir yaşam tarzının kabul görmesi, toplumda kalp-damar hastalıkları, hipertansiyon, obezite, osteoporoz, diyabet gibi kronik hastalıkların görölme sıklığını arttıran önemli nedenlerden biri hâline gelmiştir (T.C. Meb, 2012).

Fiziksel aktivitenin yapılması, sadece çocuklar için değil, her yaşta birey için gereklidir. Fiziksel aktivitenin faydaları dikkate alındığında, daha sağııklı toplum ve daha sağııklı bireyler için, bireylerin en uygun düzeyde fiziksel aktiviteye teşvik edilmeleri gerekmektedir (Yüksel 2001). Ayrıca gelecek nesillerin normal bir şekilde büyüme ve gelişme sağıılaması açısından üzerinde durulması gereken bir konudur (Raitakari vd., 1994).

Sağııklı yaşam tarzının çocukluktan yetişkinliğe gelişmesine yardım etmektedir (Gavarry vd., 1998).

Düzenli fiziksel aktivite, toplumsal olarak sağııklı olmakta, kronik hastalıkları önlemede etkilidir ve her yaştaki bireyler de sosyal, fiziksel, psikolojik, zihinsel yararlar sağıılamaktadır. Fiziksel aktiviteyi hayatımız boyunca düzenli olarak yapmak birçok hastalığı hem önlemede hem de iyileştirmede çok büyük etkilere sahiptir. Fiziksel aktivite yapmanın sağıık ile olan ilişkisi daha çok obezite, diyabet, kanser ve koroner kalp hastalıkları, gibi hastalıklarda ön plana çıkmaktadır ve bu hastalık risklerini çeşitli mekanizmalarla azaltmaktadır (Akyol vd., 2008). Kalp damar hastalıkları, yüksek tansiyon, kandaki lipit yüksekliği, böbrek rahatsızlıkları, yağ seviyesinin fazlalığı, kardiorespiratuar dayanıklılığın azlığı, esnekliğin yetersiz olması ve kassal kuvvet gibi

birçok hastalıkların görülmesi fiziksel aktivite alışkanlığının kazanılmasında çok önemlidir (Şanlı, 2008; WHO, 2006; Kodama vd., 2013).

Fiziksel aktiviteyi bireyin psikolojik, fizyolojik ve davranışsal değişkenlerini içeren birçok etmenin etkilediği görülmüştür (Pate vd., 2000). Fiziksel Uygunluk, Uluslararası Fiziksel Aktivite ve Sağlık Konseyine göre, “Sağlık; fiziksel, psikolojik ve sosyal yönleri olan bir insani durum” olarak tanımlamış ve her özelliğin bir negatif ve de pozitif yönünün olduğu belirtilmiştir. Pozitif yön, sağlık olayları ile başa çıkabilmek ve yaşamdan zevk alma; negatif yön ise morbidite ve erken ölümle ilgilidir (HHS ve CDC, 1996).

Birçok alışkanlık gibi sağlık alışkanlıkları da küçük yaşlarda kazanılır ve geliştirilir (Baranowski vd., 1992).

Fiziksel inaktivite, dünya genelinde bulaşıcı olmayan hastalıkların artmasından sorumlu değiştirilebilir bir risk faktörüdür. Fiziksel inaktivitenin neden olduğu 1,9 milyon ölüm ve 19 milyon erken ölümden dolayı kaybedilen potansiyel yaşam yılı olduğu hesaplanmıştır (Albawardi vd., 2016).

Fiziksel aktivite yapabilmek gerekliliği günümüzde yapılan birçok araştırma ile sağlık için zorunlu bir etmen olarak görülmeye başlanmıştır. Bireyin duygusal, bedensel ve ruhsal sağlıklarının gelişmesinde iyileşmesinde fiziksel aktivitenin çok önemli bir yeri vardır. O yüzden fiziksel aktivite gerekliliği kaliteli sağlık açısından oldukça önemlidir (Çiçek, 2010).

2.6. Fiziksel Aktiviteyi Değerlendirme Yöntemleri

Fiziksel aktivite düzeylerinin belirlenmesinde deneysel ölçümlerin pahalı olmasının yanında çok zaman gerektirmesinden ötürü, araştırmalarda uygulaması kolay ve pratik olan çok sayıda denegin katıldığı anketler ile yapılan ölçümler tercih edilmektedir (Sayın, 2014).

Fiziksel aktivite değerlendirmek için kullanılan ölçüm yöntemleri; Kriter yöntemler doğrudan gözlem, deneyimli gözlemciler tarafından motor aktivitelerin doğrudan gözlenmesidir. Yoğun iş gücü ve Uzun zaman gerektirir. Bireyseldir ve çocuklarda en çok uygulanan yöntemdir (Can vd., 2014).

Fiziksel aktiviteyi değerlendirmek için birçok yöntem vardır. Her yöntemin kendine göre avantajları ve dezavantajları bulunmaktadır. Uygulanacak yöntem belirlenirken, grubun özelliği ve büyüklüğü, maliyet ve zaman bakımından ekonomik olması, güvenilirliği ve geçerliliği göz önünde bulundurulmalıdır (Kudaş vd., 2005).

Fiziksel aktivite düzeyinin güvenilir ve doğru yöntemlerle ölçülmesi için dolaylı ve doğrudan yöntemler geliştirilmiştir. Dolaylı lm yöntemleri; besin kayıtları, indirekt kalorimetre, fizyolojik ölçümler ve fiziksel aktivite anketleridir. Doğrudan lm yöntemleri ise oda kalorimetrisi, gözlem, akselerasyon vektörleri, çift katmanlı su tekniği, günlük tutma ve hareket algılayıcıları yöntemidir. (Kowalski vd., 2004; Baş Aslan vd., 2007; Loprinzi ve Cardinal, 2011; Atkin vd., 2012).

2.7. Fiziksel Aktiviteyi Etkileyen Faktörler

Fiziksel aktivite sınıflandırması ne olursa olsun biyolojik, fiziksel, psikolojik, demografik, sosyal vre gibi birçok faktörden etkilenebilir. Biyolojik faktörler; yaş, cinsiyet, kalıtım, demografik faktörler; medeni durum, eğitim durumu, ekonomik durum, aile yapısı, psikolojik faktörler; bilgi birikimi, ruh durumundaki değişiklikler, kişilik, zgven, motivasyon, sosyal faktörler; bir gruba uyum, aile, akran veya arkadaş sosyal desteği, kültürel faktörler; yaşanılan vre, aile yapısı, fiziksel faktörler; çocukluk, ergenlik veya yetişkinlik dönemi, beslenme biçimleri ve beslenme alışkanlıkları, alkol, sigara kullanımı, vresel faktörler; etrafta bulunan hizmetlerden yararlanma, mevsim, güvenlik, aktivite alanları, ulaşım vb. şeklinde sıralanabilir (Tekkanat, 2008).

2.8. Ruhsal ve Sağlığımız zerine Etkileri

Birçok insan günlük uğraşları arasındaki birçok eylemi fiziksel aktivite olarak düşünerek hareketsizliği bir yaşam biçimi olarak benimsemiştir. Bunun sonucu olarak kişiler hayatlarını herhangi bir egzersiz yapmadan sürdürme ve başka işlevsel kabiliyetlerini azaltma yoluna gitmektedir. Böylelikle birçok sağlık sorunu ortaya çıkarak kişinin başta fiziksel sonra da ruhsal problemlerle karşı karşıya kalmasına yol açmaktadır (Eroğlu, 2019).

İyi ruh hali sağlık ve fiziksel aktivite ilişkisi daha çok kanser, diyabet, obezite ve koroner kalp hastalıkları gibi hastalıklar görülmektedir. Fiziksel aktivitenin depresyonu

azaltılabileceği, olumlu duygular ve kendini iyi hissetme hali; kendi vücut görüntüsü olumlu düşünme, kişinin kendisiyle gurur duyması ve kendine fiziksel değeri verme gibi özelliklerde iyi yönde ilerleme gerçekleşmektedir. Bunun yanı sıra fiziksel aktivitenin strese direnci geliştirdiği, stresi azalttığı, uyku problemi bulunanlarda veya bulunmayanlarda uykunun süresi ve kalitesinin de pozitif yönde etkilemektedir (Akyol vd., 2008).

2.9. Bedensel Sağlığımız Üzerine Etkileri

Fiziksel aktivitelerin beden sağlığı üzerine etkileri; kas kuvvetinin korunması ve artması, vücut dengesinin sağlanması ve dayanıklılığın artması, eklem hareketliliğinin sağlanması ve sürdürülmesi, refleks ve reaksiyon zamanlarının gelişmesi, kemik mineral yoğunluğının korunması, osteoporoz riskinin önlenmesi, vücuttaki oksijen hareketliliğinin sağlanması ve sürdürülmesi, kalpte pompalanan kan miktarının artması, kalp ritminin düzenlenmesi, kan basıncının düşmesi, damar yapısının güçlenmesi kolesterol seviyesinin dengelenmesi, solunum kapasitesinin artması, şeker hastalığı ve kan şekeri kontrolünün sağlanması, vücudun mineral ve su dengesinin sağlanması, metabolizmanın hızlanması ve kilo kontrolünün sağlanması, kadınlarda menopozun olumsuz etkilerinin hafiflemesi, beyinde meydana gelebilecek hastalık riskinin azalması, kilo kontrolünün sağlanmasıdır (Bek ve Tedavi, 2012).

2.10. Gelecekteki Yaşantımız Üzerine Etkileri

1. Sağlıklı yaşlanmayı beraberinde getirerek bağımsız ve aktif yaşlı bireyler yaratır,
2. Olası ani ve sistemik hastalıklar nedeniyle ölüm riskini azaltır,
3. Kanser gelişim riskini azaltır ve kansere karşı koruma sağlar,
4. Aktif yaşayan bireylerde vücudun oksijen kullanma yeteneği arttığı için vücut direnci artar ve enfeksiyonlara karşı koruma gelişir,
5. Kas iskelet sistemini güçlü tutarak yaşlılıkta sık görülen düşmeler ve düşmelere bağlı kırık riskini azaltılır,
6. Depresyon, anksiyete ile başa çıkma gücünü artırır, bireylerin yaşamdan keyif almasını sağlar,
7. Yaşlılık ve ileri yaşlılık dönemlerinde insanları etkisi altına alan atıl kalma, işe yaramama duygularından kurtulma konusunda yardımcı olur (Bek, 2008).

2.11. Kas İskelet Sistemi Üzerindeki Etkileri

- Kas kuvvetinin korunması ve arttırılması,
- Kas tonusunun korunması ve düzenlenmesi
- Vücut segmentlerini hareket ettiren aksi grup kaslar arasındaki dengenin sağlanması
- Kas - eklem kontrolünü arttırarak stabilitenin sağlanması,
- Eklem hareketliliğinin korunması ve arttırılması,
- Kas ve eklemlerin esnekliğinin korunması ve arttırılması,
- Hareket alışkanlığının ve fiziksel aktivite toleransının artması,
- Fiziksel aktivite içerisinde yapılan hareketlerin daha fazla tekrar sayılarında yapılabilecek oranda gelişmesi,
- Reflekslerin ve reaksiyon zamanının gelişmesi,
- Vücut düzgünlüğünün ve postürün korunması,
- Vücut farkındalığının geliştirilmesi,
- Denge ve düzeltme reaksiyonlarının gelişmesi,
- Yorgunluğun azaltılması,
- Kas kasılması ve aktivitenin etkisiyle kemik mineral yoğunluğunun korunması ve osteoporozun önlenmesi,
- Kas dokusunca kullanılan enerji ve oksijen miktarının artması,
- Olası yaralanma, sakatlık ve kazalara karşı bedensel korunma geliştirmesidir (Urlu, 2014).

2.12. Diğer Vücut Sistemleri Üzerindeki Etkileri

- Kalbin dakikadaki atım sayısı azalır,
- Kalbin boşluklarında genişleme meydana gelir ve bir atımda pompalanan kan miktarında artış olur,
- Kalbin ritmi düzenlenir,
- Damarların kan akışına olan direnci azalır ve kan basıncı düşer,
- Damar yapısının elastikiyetini artırır,
- Yüksek kan kolesterol ve trigliserid düzeyini etkileyerek damar hastalıkları riskini azaltır,
- Kalbi güçlendirerek kalbe olan kan akışını arttırır ve kalp krizi geçirme riskini azaltır. Ayrıca geçirilmiş kalp krizleriyle başa çıkma oranını artırır (Urlu, 2014).

2.13. Çocuklarda Fiziksel Aktivite

Günümüz toplumunda çocuklar, sadece geçmiş nesillerin çocuklarından daha az formda olmalarına rağmen aktif fakat hareketsiz bir yaşam tarzına öncülük etmektedir. Bu hareketsizlik modeli yetişkinlikte devam ettiği takdirde gelecek nesiller kronik hastalıklar için daha yüksek risk altında olacaktır (Weinberg vd., 2000).

Fiziksel aktivite her çocuğun erken gelişimi için temeldir ve çocuğun sağlığının birçok yönünü etkiler (King vd., 2003). Fiziksel aktivite, çocukluk dönemi boyunca normal gelişme ve büyümeyi sürdürme, dikkate alınması gereken önemli bir etmendir. Fiziksel aktivitenin motor gelişim, büyüme ve sağlık ile olan ilişkisi, bu konu üzerindeki araştırmaların yapılmasına neden olmuştur (Baranowski vd., 1992). Çocuklar, büyüme ve sinir sistemi gelişmesine bağlı normal gelişim gösterirken, bununla birlikte hareket becerilerini de kazanırlar. Motor becerilerini kazanmaları bazı parametrelerin etkisi altında olup; beslenme, cinsiyet, gelenekler ve kültür, ırk, olgunlaşma hızı, kalıtım, vücut ölçülerinin sosyo-ekonomik yapı, hormonal düzey, ailenin çocuk yetiştirme becerileri gibi faktörler beceri ve hareket gelişimini etkilemektedir (Akgün, 1997).

Çocukluk dönemindeki fiziksel aktivitenin sağlığa olumlu etkileri bulunmaktadır. Fiziksel olarak aktif olan çocuklarda kemik gelişiminin arttığı, kilo kontrolünün sağlandığı, psikolojik ve kan basıncının düştüğü saptanmıştır. Bunlara ek olarak, çocukluk dönemindeki fiziksel aktivitenin etkileri, yetişkin döneme sağlığı biyolojik olarak etkileyecek şekilde aktarılır (Kudaş vd., 2005).

Çocukluk döneminde yüksek fiziksel hareketsizlik düzeyleri uluslararası sorun halini almış ve fiziksel aktivite yetersizliği birden fazla çocuk hastalığının, doğrudan veya dolaylı bir nedeni olduğuna inanılmaktadır. Bunlar hipertansiyon, kolesterol, ruh sağlığı ve kardiyovasküler hastalıklar olabilmektedir. Düzenli fiziksel aktivite, çocuklar için kas-iskelet sağlığı ve yağlanma üzerinde yararlı etkiler de dahil olmak üzere bir dizi sağlık yararıyla ilişkilidir. Çocukluk ve ergenlik döneminde düzenli fiziksel aktiviteye katılımın yetişkinlikte fiziksel aktivite düzeylerini de olumlu etkilediği bildirilmiştir. Çocukların genel fiziksel aktivite seviyelerine katkıda bulunan çeşitli aktivite alanları vardır. Aktif seyahat, planlanmış veya yapılandırılmış spor, oyun, ev ve boş zaman faaliyetleri alanlarıdır (Payne vd., 2013).

Fiziksel aktivite düzenli olarak yapıldığında, çocukların ve gençlerin sağlıklı gelişmesinde ve büyümesinde, sosyalleşmede, istenmeyen kötü alışkanlıklardan kurtulmada, yetişkinlerin çeşitli hastalıkların tedavisinde veya bu kronik hastalıklardan korunmasında veya tedavinin desteklenmesinde, yaşlıların hayat boyunca yaşam kalitesinin artırılmasında önemli farklar yaratabilmektedir (Bek, 2008). Fiziksel aktivite yapan çocuklarda, fizyolojik olarak düşük kan basıncı, anatomik olarak kemik kuvvetinde artış, biyokimyasal açıdan HDL kolesterol düzeyinde artış, psikolojik olarak özgüvende artış ve fiziksel açıdan kuvvet, esneklik, dayanıklılık gibi birçok parametreye etki etmektedir (Doğu vd., 1994). Ayrıca kondisyon ile kardiovasküler risk faktörleri ve hipertansiyon arasındaki ilişki yetişkinlerde olduğu gibi çocuklarda da benzerlikler göstermektedir (Bar-Or 2002; Coşan ve Demir 2000; Durant vd., 1992; Mengütay 1997).

Okul çağındaki çocukların ve gençlerin fiziksel, psikolojik, sosyal ve bilişsel sağlığı için hayati bir önem taşıyan fiziksel aktivite (Janssen ve Leblanc 2010). Çocuklarda okul çağından ergenliğe kadar geçen süre bir büyüme ve değişim evresidir. Vücutları büyür, değişir ve bilişsel kapasiteleri artar. Orta çocukluk döneminde fiziksel gelişim istikrarlı bir şekilde devam eder ve çocuklar daha hızlı gelişir. Bu dönemde büyüme ince ve kaba motor becerilerini de geliştirir ve vücutları geliştikçe daha fazla güç ve kas kontrolüne sahip olurlar (Kail ve Cavanaugh, 2016).

Fiziksel aktiviteye katılım, çocuklar ve gençler için benlik saygısı gelişimini desteklemektedir. Ayrıca akranlar, antrenörler ve ebeveynlerle ilişkiler gibi psikolojik ve sosyal sonuçları olumlu yönde etkileme potansiyeline sahiptir (Bangsbo vd., 2016).

Fiziksel uygunluk çocuklar için, vücuta karşı olumlu bir davranış, fiziksel görünüm farkındalığı ve daha sonra spor ve egzersiz yapmayı devam ettirme bakımından çok önemli bir motivasyon kaynağıdır. (Riddoch ve Boreham, 1995).

Düzenli yapılan fiziksel aktiviteler, immune sistemini güçlendirir, kardiovasküler hastalıklar, kalp rahatsızlıkları, obezite ve tip 2 diyabet gibi hastalıkları önlemeye yardımcı olur (Stampfer vd., 2000; Hu vd., 2001).

Fiziksel aktiviteyi yeterince yapmamak günümüzde en temel sağlık sorunlarından birisi olarak gösterilmektedir (Blair, 2009).

Ortaöğretim seviyesindeki gençler üzerinde, düzenli yapılan fiziksel aktivitenin ve egzersizlerin gençleri pek çok hastalıklardan koruduğu, depresif, anksiyete bozukluğu ve aşırı kilolu olan gençler için düzenlenmiş ve içeriğinde beslenme, duygu geliştirme, egzersiz ve düşünme eğitimi olan bir programla çalışması sonucunda gençlerin fiziksel ve zihinsel sorunlarında azalmalar olduğu görülmüştür (Dehghan vd., 2005; Penedo ve Dahn, 2005; Melnyk vd., 2009).

2.14. Çocuklar Fiziksel Olarak Ne Kadar Aktif

Fiziksel olarak yeterince aktif olmak çocuklar için çok önemlidir. Çocukların fiziksel olarak aktif olmalarının teşvik edilmesiyle, mevcut sağlığı korumak ve oluşabilecek kronik hastalıkların önlenmesi mümkün olabilmektedir (Dessing vd., 2014).

Fiziksel aktiviteler serbest zamanlarda aktif olarak katılmayı seçme oranının yüksek olması, bu aktivitelerin toplumsal ve bireysel özelliklerinden kaynaklanmaktadır. Serbest zamanlarda fiziksel aktivite yapmak, kolay sağlanabileceği gibi, kişilerin zevk ve isteklerine yanıt verebilecek birden fazla çeşitliliği de içermektedir (Ramazanoğlu, 2004).

2.15. Çocuklar İçin Fiziksel Aktivite Önerileri

Çocukluk döneminden itibaren düzenli aktivite alışkanlığı kazandırmak ve bireylerin günlük fiziksel aktivite miktarını arttırarak kişisel sağlığımızın korunmasında ve karşılaşılabilecek sağlık sorunlarının azaltılmasında olabildiğince önemlidir (Bek, 2008). Bu nedenden dolayı çocukluk döneminden yetişkinliğe kadar devam edecek düzenli fiziksel aktivite çeşitleri oluşturma çabasında fiziksel aktiviteyi gençler arasında özendirici etmenlerin belirlenmesi önemlidir (Gammon, 2016). Düzenli olarak yapılan fiziksel aktivitelerin çocuklar, gençler ve yetişkinlerin sağlığına kısa ve uzun vadede olumlu etkiler yaptığı desteklenmiştir (Taşer, 2004).

Fiziksel aktiviteler ve oyunlar sürecinde aile bireyleri farklı roller alabilirler. Çocuklarınızı fiziksel aktivitelere karşı cesaretlendirin. Yürüyüşe çıkmak isterse zaman da uygunsa izin verin. Fiziksel aktivite her insanın fiziksel sağlığını desteklenmesine katkıda bulunur. Birlikte oyun oynamak ve fiziksel aktivite yapmak aileyi bir araya getirir. Böylelikle çocuk nasıl oynayacağını, sıra almayı, kurallara uymayı öğrenir vdaşlık kurmayı ve adalet duygusunu kazanır (Cheatum ve Hammond, 2000).

Çocukların gelecekteki hayatlarını sağlıklı bir şekilde sürdürebilmeleri ve toplumun sağlıklı bir bireyi olabilmeleri için günde en az 60 dakika orta dereceden şiddetliye doğru fiziksel aktivite yapmaları önerilmektedir (CDC, 2013; THSK, 2014).

2.16. Motivasyonun Tanımı ve Önemi

Motivasyon; Yaşam şansı, bireyin ekonomik mallara, kültürel olarak tanımlanmış başarıya ve değerli sonuçlara erişme olasılığını ifade eder. Böyle değerli bir sonuç uzun ve sağlıklı bir yaşam anlamına da gelmektedir. Bununla birlikte, sağlıklı bir yaşam şansı toplum içinde eşit olarak dağılmamıştır. Bunun yerine, bireyin yaşam şansı, ebeveynlerinin gelir ve eğitim düzeyi, aile sağlığı geçmişi, bireyin doğduğu ve büyüdüğü toplum, ırk/etnik köken, cinsiyet ve yetenekler ile engellilik durumu gibi birçok faktöre bağlı kılınmıştır. Başka bir deyişle, bireyin yaşam şansı, o kişinin uyguladığı ve elde ettiği durumların ve rollerin benzersiz bir sonucudur (Shores vd., 2010).

Motivasyonu etkileyen etmenler nelerdir? Bir öğrencinin motivasyonu pek çok faktörden etkilenir bunları şu şekilde gruplandırabiliriz; öğrencinin özgeçmişi, (ailesi, arkadaşları, ilgi alanları vb.) içinde yaşadığı toplum, (değerler, kanunlar, kültür vb.) okul, (ders saatleri, mevzuat vb.) sınıf (öğretmen, eğitim faaliyetleri, değerlendirme etkinlikleri, mükâfatlar, sınıf ortam ve yaptırımlar vb.) (Budak, 2015).

Motivasyon yaşam boyu öğrenmeyi en etkili unsurlardan biridir. Bireyler, yaşam boyunca karşılaştıkları engelleri aşmak ve öğrenme sürecini sürdürebilmek için motive olmaya ve motivasyonlarını yüksek tutmaya ihtiyaç duyarlar. Özellikle okulların öğrencilerini motive edecek şekilde düzenlenmesi önemlidir. Motivasyon, etkinlik merkezli, hedef merkezli ve öğrenme merkezli olarak üç şekilde sağlanabilir. Birincisi, öğrencinin hedefe odaklanması, ikincisi etkinliklere katılma isteği, üçüncüsü ise bilgiye ulaşma isteği şeklindedir (Günüç vd., 2012).

BÖLÜM - III

3. MATERYAL VE METOT

3.1. Araştırmanın Modeli

Araştırmada nicel araştırma yöntemiyle veri toplama teknikleri arasında önemli tekniklerden biri olan anket tekniğinden yararlanılmıştır. Türk okullarında okuyan Suriyeli sığınmacı çocuklar ile türk çocuklarının fiziksel aktiviteye katılım motivasyon düzeyleri bazı değişkenlere göre karşılaştırılarak ölçmek için Kişisel Bilgi Formu ve Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu Ölçeği kullanmıştır. Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu Ölçeği anket sonuç verileri istatistik programı ile değerlendirilmiştir.

Çalışmaya Kahramanmaraş ili Dulkadiroğlu ve 12 Şubat ilçelerinde Dumlupınar Şehit Haşim Yenigül ortaokulu, Barınma Merkezi imam hatip ortaokulu, Gazi ortaokulu, Ökkaş Gümüşler Ortaokulu ve Kahramanmaraş ortaokullarında eğitim öğretim gören 11-13 yaş ve üzeri toplam 1115 çocuk (erkek= 570 kadın= 545) katılmıştır. Çocukların fiziksel aktivite seviyeleri Ortaokul öğrencileri için fiziksel aktivite soru formu tespit edilmiştir.

Öğrencilerin; kişisel bilgi formunda yaşı, cinsiyeti, uyruğu gibi hususlar belirlenmiştir.

3.2. Araştırmanın Hipotezleri

H1: Öğrencilerin fiziksel aktiviteye katılım düzeyi, yaşa göre farklılık göstermektedir.

✓ H1a: Öğrencilerin bireysel nedenler düzeyi, yaşa göre farklılık göstermektedir.

✓ H1b: Öğrencilerin çevresel nedenler düzeyi, yaşa göre farklılık göstermektedir.

✓ H1c: Öğrencilerin nedensizlik düzeyi, yaşa göre farklılık göstermektedir.

H2: Öğrencilerin fiziksel aktiviteye katılım düzeyi, cinsiyete göre farklılık göstermektedir.

✓ H2a: Öğrencilerin bireysel nedenler düzeyi, cinsiyete göre farklılık göstermektedir.

✓ H2b: Öğrencilerin çevresel nedenler düzeyi, cinsiyete göre farklılık göstermektedir.

✓ H2c: Öğrencilerin nedensizlik düzeyi, cinsiyete göre farklılık göstermektedir.

H3: Öğrencilerin fiziksel aktiviteye katılım düzeyi, Uyuğu göre farklılık göstermektedir.

- ✓ H3a: Öğrencilerin bireysel nedenler düzeyi, Uyuğu göre farklılık göstermektedir.
- ✓ H3b: Öğrencilerin çevresel nedenler düzeyi, Uyuğu göre farklılık göstermektedir.
- ✓ H3c: Öğrencilerin nedensizlik düzeyi, Uyuğu göre farklılık göstermektedir.

3.3. Araştırma Evreni ve Örneklem

Araştırmanın örneklemini; evren içerisinde rasgele seçilen, 2020-2021 Eğitim ve Öğretim Yılı'nda Kahramanmaraş ili Dulkadiroğlu ve 12 Şubat ilçelerinde yer olan "Dumlupınar Şehit Haşim Yenigül ortaokulu", "Barınma Merkezi imam hatip ortaokulu", "Gazi ortaokulu", "Ökkaş Gümüşler Ortaokulu" ve "Kahramanmaraş ortaokullarında" eğitim ve öğrenim gören ortaöğretim öğrencileri arasından toplam 1115 öğrencilerin oluşturmaktadır.

Araştırmaya katılanların cinsiyet dağılımına bakıldığında; 545'i kadın ve 570'i erkek olmak üzere toplam 1115 kişi olduğu görülmektedir. Yaş dağılımına bakıldığında ise 99 kişi 11 yaşında, 272 kişi 12 yaşında, 744 kişi 13 yaş ve üzeri, yaşındadır. Öğrencilerin uyruğu dikkate alındığında; 460 kişi Suriyeli öğrencisi, 655 kişi Türk öğrencisinden oluşmaktadır.

3.4. Veri Toplama Araçları

Araştırmaya katılan öğrencilerin motivasyon özelliklerine ilişkin betimleyici verileri elde etmek amacıyla anket bilgi toplama yolu kullanılmıştır. Anketlere veri toplanırken kişisel bilgi formu ve fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu ölçeği (FAKMÖ) olmak üzere iki veri toplama aracından yararlanılmıştır (Tekkurşun Demir ve Cicioğlu 2018) (EK 1). Anket formunu Suriyeli öğrencilerin daha iyi anlaması için Arapça tercüme yapıldı ve sınıflarda Arapça bilen tercüman kullanıldı (EK 2).

3.4.1. Kişisel Bilgi Formu

Türk ve Suriyeli öğrenciler hakkında demografik bilgileri elde etmek amacıyla kişisel bilgi formu hazırlanmıştır. Bu form, ankete gönüllü olarak katılan okul öğrencilerine uygulanmaktadır. Formda okul öğrencilerin; yaşı, cinsiyeti ve uyruğu gibi

demografik bilgileri içeren toplam 3 soru bulunmaktadır. Kişisel Bilgi Formu, EK 1’de sunulmaktadır.

3.4.2. Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu Ölçeği (FAKMÖ)

Tekkurşun Demir ve Cicioğlu (2018) tarafından geliştirilen Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu Ölçeği (FAKMÖ) 3 boyutlu, toplam 16 maddeden oluşmaktadır (EK 3). Ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktiviteye katılım motivasyonlarının çeşitli değişkenlere göre incelenmesinde FAKMÖ kullanılmıştır. Çevresel Nedenler, Bireysel Nedenler ve Nedensizlik olmak üzere 3 alt boyutta meydana gelmektedir. Bireysel nedenler boyutunda 6 madde bulunmaktadır. Bunlar sırasıyla; 1, 2, 3, 4, 5 ve 6 numaralı maddelerdir. Çevresel nedenler boyutunda 6 madde bulunmaktadır. Bunlar sırasıyla; 7, 8, 9, 10, 11 ve 12 numaralı madde bulunmaktadır. Nedensizlik boyutunda 4 madde bulunmaktadır. Bunlar sırasıyla; 13, 14, 15 ve 16 numaralı madde bulunmaktadır. 3, 9, 13, 14, 15 ve 16 numaralı maddeler ters maddelerdir. Ölçekten elde edilecek en yüksek puan 80, en düşük puan 16’dır. Fiziksel aktiviteye katılım motivasyonda ölçekten öğrencilerin yüksek puan almaları olumlu olduğu anlamına gelmektedir. Öğrencilerin aldıkları puanlar 65-80 çok yüksek, 49- 64 yüksek, 33-48 orta, 17-32 düşük, 1-16 çok düşük fiziksel aktiviteye katılım motivasyonuna sahip olduklarını ifade etmektedir Her bir madde beşli Likert tarzında düzenlenmiş olup ve maddeler rastgele sıralanmıştır. Öğrencilerin kendilerini her bir madde için 5- Kesinlikle katılıyorum, 4- Katılıyorum, 3- Kararsızım, 2- Katılmıyorum, 1- Kesinlikle katılmıyorum aralığında değerlendirmeleri istenmiştir. Alt boyut puanları alt boyutlardaki maddelerin toplamalarının alınmasıyla hesaplanmaktadır (Tekkurşun Demir ve Cicioğlu, 2018).

3.5. Verilerin Analizi

Anket sonucunda elde edilen veriler tanımlayıcı istatistikler yardımıyla belirlenmiştir. Tüm istatistiksel analizler SPSS (IBM SPSS Statistics 23.0) programı ile yapılmıştır. Analizlerde tanımlayıcı istatistikler ortalama, frekans (n), standart sapma, yüzde (%), minimum ve maksimum değerler belirtilmiştir. Ölçeklerin normal dağılım varsayımına uyup uymadığı basıklık ve çarpıklık katsayılarına bakarak belirlenmiştir. Ayrıca normal dağılım gösteren değişkenlerin iki grup karşılaştırmalarında bağımsız örneklem t testi kullanılırken üç ve üzeri grupların karşılaştırmalarında tek yönlü varyans analizi olarak One-way ANOVA testi ve farklılığa neden olan grubun tespitinde Post-Hoc

testlerinden Tukey HSD testi kullanılmıştır. İstatistiksel anlamlılık $p<0,05$ düzeyinde değerlendirilmiştir.



BÖLÜM - IV

4. BULGULAR

4.1. Güvenirlilik Analizi

Tekkurşun Demir ve Cicioğlu (2018) tarafından öğrencilerin fiziksel aktiviteye katılım motivasyonunu ölçmek için geliştirilen Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu Ölçeği, 16 likert tipi ifadeden ve 3 alt boyuttan oluşmaktadır. Ayrıca 3, 9, 13, 14, 15 ve 16 nolu maddeler ters ifadelerdir. Tekkurşun Demir ve Cicioğlu (2018) tarafından belirlenen 3 alt boyut değerlendirildiğinde;

Bireysel nedenler; kişinin kendi arzuları, isteği, keyif alacağını düşündüğü durumlar doğrultusunda harekete geçmesini sağlayan nedenlerdir.

Çevresel nedenler; kişinin çevresel faktörlerden etkilenmesi ile yapacağı aktiviteyi için harekete geçmesini sağlayan nedenlerdir.

Nedensizlik; kişinin yapacağı bir aktivitedeki belirsiz duygu halidir.

Cronbach Alpha katsayısının değerlendirme kriterleri aşağıdaki gibidir (Özdamar, 1999);

Güvenilir değil: $0,00 < \text{Katsayı} < 0,40$

Düşük güvenilir: $0,40 < \text{Katsayı} < 0,60$

Oldukça güvenilir: $0,60 < \text{Katsayı} < 0,80$

Yüksek derecede güvenilir: $0,80 < \text{Katsayı} < 1,00$

Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu Ölçeğine verilen cevapların toplam Cronbach's Alpha 0,850, Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu Ölçeği alt boyutlarından bireysel nedenlere verilen cevapların Cronbach's Alpha 0,791, çevresel nedenlere verilen cevapların Cronbach's Alpha 0,722 ve nedensizliğe verilen cevapların Cronbach's Alpha 0,619 olarak belirlenmiştir (Tablo 4.1).

Tablo 4.1. FAKMÖ ve alt boyutlarına ait güvenilirlik analizi bulguları

Ölçekler	Cronbach's Alpha	Sayısı (N)
Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu Ölçeği	0,850	16
Bireysel Nedenler	0,791	6
Çevresel Nedenler	0,722	6
Nedensizlik	0,619	4

4.2. Öğrencilerin Demografik Özelliklerine Yönelik Bulgular

Öğrencilerin yaş durumu dağılım verileri tablo 4.2’de sunulmuştur.

Tablo 4.2. Öğrencilerin yaş durumu dağılımı

Öğrenciler	Yaş	Sayısı (N)	Yüzde (%)	Ortalama	Standart sapma (SS)
Toplam	11	99	8,9	12,57	0,649
	12	272	24,4		
	13 ve üzeri	744	66,7		
	Toplam	1115	100		
Türk	11	60	5,4	12,58	0,653
	12	115	13,9		
	13 ve üzeri	440	39,5		
	Toplam	655	100		
Suriyeli	11	39	3,5	12,57	0,643
	12	117	10,5		
	13 ve üzeri	304	27,3		
	Toplam	460	100		

Araştırmaya katılan öğrencilerin yaş durumu dağılımı toplamı incelendiğinde; öğrencilerin % 8,9’u 11 yaşında, % 24,4’ünün 12 yaşında, % 66,7’sinin 13 ve üzeri yaşında olduğu belirlenmiştir (Tablo 4.2).

Araştırmaya katılan Türk öğrencilerin yaş durumu dağılımı incelendiğinde; öğrencilerin % 5,4'u 11 yaşında, % 13,9'ünün 12 yaşında, % 39,9'sinin 13 ve üzeri yaşında olduğu belirlenmiştir (Tablo 4.2).

Araştırmaya katılan Suriyeli öğrencilerin yaş durumu dağılımı incelendiğinde; öğrencilerin % 3,5'u 11 yaşında, % 10,5'ünün 12 yaşında, % 27,3'sinin 13 ve üzeri yaşında olduğu belirlenmiştir (Tablo 4.2).

Öğrencilerin cinsiyet durumu dağılım verileri tablo 4.3 sunulmuştur.

Tablo 4.3. Öğrencilerin cinsiyet durumu dağılımı

Öğrenciler	Cinsiyet	Sayısı (N)	Yüzde (%)
Toplam	Kadın	545	48,9
	Erkek	570	51,1
	Toplam	1115	100
Türk	Kadın	218	33,3
	Erkek	437	66,7
	Toplam	655	100
Suriyeli	Kadın	242	52,6
	Erkek	218	47,4
	Toplam	460	100

Araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyet değişkenine göre toplam dağılımı incelendiğinde; öğrencilerin % 51,1'ünün erkek ve % 48,9'sinin kadın olduğu belirlenmiştir (Tablo 4.3).

Araştırmaya katılan Türk öğrencilerin cinsiyet durumu dağılımı incelendiğinde; öğrencilerin % 66,7'ünün erkek ve % 33,3'sinin kadın olduğu belirlenmiştir (Tablo 4.3).

Araştırmaya katılan Suriyeli öğrencilerin cinsiyet durumu dağılımı incelendiğinde; öğrencilerin % 47,4'ünün erkek ve % 52,6'sinin kadın olduğu belirlenmiştir (Tablo 4.3).

Öğrencilerin hakkındaki uyruk durumu dağılım verileri tablo haline getirilip analiz edilerek Tablo 4.4'te sunulmuştur.

Tablo 4.4. Öğrencilerin uyruk durumu dağılımı

Uyruk	Sayısı (N)	Yüzde (%)
Türk	655	58,7
Suriyeli	460	41,3
Toplam	1115	100

Araştırmaya katılan öğrencilerin uyruk durumu dağılımı incelendiğinde; öğrencilerin % 58,7’ünün Türk ve % 41,3’ünün Suriyeli olduğu belirlenmiştir (Tablo 4.4).

4.3. Araştırma Değişkenlerine Yönelik Bulgular

Araştırmada; “FAKMÖ” ve alt boyutlarından “Bireysel Nedenler”, “Çevresel Nedenler” ve “Nedensizlik” araştırmanın değişkenlerini oluşturmaktadır. Araştırmanın bu kısmında, araştırma değişkenlerine ilişkin tanımlayıcı istatistikler verilmiş olup araştırma değişkenleri ile öğrencilerin sosyo-demografik özellikleri arasındaki farklılaşma incelenmiştir (Tablo 4.5; 4.6; 4.7).

Tablo 4.5. Fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu ölçeği ifadelerine ilişkin betimsel analizi sonuçları

Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu Ölçeği	N	Min.	Maks.	Ort.	SS	Çarpıklık	Basıklık
Kendimi iyi hissettirir	1115	1	5	4,00	1,040	-1,400	1,785
Derslere daha kolay motive olmamı sağlar	1115	1	5	3,71	1,070	-0,754	0,015
Beni huzursuz eder	1115	1	5	3,79	1,142	-0,878	-0,059
Beni çok eğlendirir	1115	1	5	3,98	1,062	-1,216	1,117
Kendime olan güveni artırır	1115	1	5	3,91	1,074	-1,145	0,899
Olumsuz düşüncelerden uzaklaştırır	1115	1	5	3,70	1,145	-0,849	-0,037
Okulda adımın tanınmasını sağlar	1115	1	5	3,52	1,211	-0,584	-0,595

Okuldaki idareciler ve öğretmenlerle ilişkilerimi iyileştirir	1115	1	5	3,68	1,117	-0,708	-0,189
Derslerdeki akademik başarıyı düşürür	1115	1	5	3,46	1,242	-0,491	-0,796
Arkadaşlarıma yeteneklerimi ispatlamamı sağlar	1115	1	5	3,74	1,146	-0,822	-0,086
Okuldaki spor malzemelerini kullanmak için bir fırsattır	1115	1	5	3,55	1,227	-0,625	-0,635
Öğretmenlerimin hakkımdaki olumsuz düşüncelerini yok etme olanağı verir	1115	1	5	3,50	1,186	-0,579	-0,529
Bilmiyorum, boşa zaman harcamak gibi geliyor	1115	1	5	3,71	1,200	-0,813	-0,209
Benim için avantaj sağlar mı bilmiyorum	1115	1	5	3,12	1,117	-0,157	-0,560
Önemlimi, bir türlü anlam veremiyorum	1115	1	5	2,67	1,155	0,373	-0,649
Emin değilim, aslında çok da umrum da değil	1115	1	5	3,66	1,205	-0,764	-0,301

* N: Sayısı, SS: Standart sapma

Öğrencilerin Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu Ölçeğine vermiş olduğu cevaplar incelendiğinde;

- Öğrencilerin “Önemli mi, bir türlü anlam veremiyorum?” maddesine verdiği cevapların ortalaması $267 \pm 1,155$ ile en düşük ortalama puandır. Bununla birlikte söz konusu maddede ters kodlama yapıldığı için; fiziksel aktivite öğrenciler önemli olduğu değerlendirmişlerdir.

• Öğrencilerin “Kendimi iyi hissettirir.” maddesine verdiği cevapların ortalaması $4,00 \pm 1,040$ ile en yüksek ortalama puandır. Bununla birlikte söz konusu maddede ters kodlama yapıldığı için; fiziksel aktivite öğrencilerin derslerindeki akademik başarıyı düşürmediğini değerlendirmişlerdir.

• Bütün maddelere en düşük 1 puan ve en yüksek 5 puan verdikleri görülmektedir.

Tablo 4.6. Türk öğrencilerin fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu ölçeği ifadelerine ilişkin betimsel analizi sonuçları

Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu Ölçeği	N	Min.	Maks.	Ort.	SS	Çarpıklık	Basıklık
Kendimi iyi hissettirir	655	1	5	3,91	1,14	-1,222	0,877
Derslere daha kolay motive olmamı sağlar	655	1	5	3,51	1,12	-0,475	-0,436
Beni huzursuz eder	655	1	5	4,27	0,68	-0,408	-0,862
Beni çok eğlendirir	655	1	5	3,95	1,11	-1,129	0,699
Kendime olan güveni artırır	655	1	5	3,81	1,18	-0,983	0,202
Olumsuz düşüncelerden uzaklaştırır	655	1	5	3,61	1,21	-0,709	-0,418
Okulda adımın tanınmasını sağlar	655	1	5	3,25	1,31	-0,261	-1,051
Okuldaki idareciler ve öğretmenlerle ilişkilerimi iyileştirir	655	1	5	3,50	1,18	-0,479	-0,587
Derslerdeki akademik başarıyı düşürür	655	1	5	4,16	0,74	-0,273	-1,138
Arkadaşıma yeteneklerimi ispatlamamı sağlar	655	1	5	3,59	1,23	-0,594	-0,617
Okuldaki spor malzemelerini kullanmak için bir fırsattır	655	1	5	3,28	1,32	-0,291	-1,117
Öğretmenlerimin hakkımdaki olumsuz düşüncelerini yok etme olanağı verir	655	1	5	3,34	1,22	-0,390	-0,743

Bilmiyorum, boşa zaman harcamak gibi geliyor	655	1	5	4,29	0,73	-0,520	-0,993
Benim için avantaj sağlar mı bilmiyorum	655	1	5	3,81	0,80	0,356	-1,373
Önemlimi, bir türlü anlam veremiyorum	655	1	5	3,94	0,77	0,097	-1,311
Emin değilim, aslında çok da umrum da değil	655	1	5	4,27	0,74	-0,487	-1,065

* N: Sayısı, SS: Standart sapma

Türk öğrencilerin Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu Ölçeğine vermiş olduğu cevaplar incelendiğinde;

- Öğrencilerin “Okulda adımın tanınmasını sağlar?” maddesine verdiği cevapların ortalaması $3,25 \pm 1,131$ ile en düşük ortalama puandır.
- Öğrencilerin “Bilmiyorum, boşa zaman harcamak gibi geliyor.” maddesine verdiği cevapların ortalaması $4,29 \pm 0,73$ ile en yüksek ortalama puandır. Bununla birlikte söz konusu maddede ters kodlama yapıldığı için; fiziksel aktivite Türk öğrencilerin boşa zaman harcamak olmadığı olarak değerlendirmişlerdir.
- Bütün maddelere en düşük 1 puan ve en yüksek 5 puan verdikleri görülmektedir.

Tablo 4.7. Suriyeli öğrencilerin fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu ölçeği ifadelerine ilişkin betimsel analizi sonuçları

Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu Ölçeği	N	Min.	Maks.	Ort.	SS	Çarpıklık	Basıklık
Kendimi iyi hissettirir	460	1	5	4,11	0,85	-1,594	3,646
Derslere daha kolay motive olmamı sağlar	460	1	5	3,99	0,92	-1,216	1,571
Beni huzursuz eder	460	1	5	4,16	0,59	-0,073	-0,346
Beni çok eğlendirir	460	1	5	4,00	0,97	-1,361	1,906
Kendime olan güveni artırır	460	1	5	4,08	0,87	-1,252	2,049

Olumsuz düşüncelerden uzaklaştırır	460	1	5	3,81	1,02	-1,044	0,703
Okulda adımın tanınmasını sağlar	460	1	5	3,88	0,92	-0,920	0,688
Okuldaki idareciler ve öğretmenlerle ilişkilerimi iyileştirir	460	1	5	3,93	0,95	-1,024	0,835
Derslerdeki akademik başarıyı düşürür	460	1	5	4,07	0,62	-0,050	-0,424
Arkadaşlarıma yeteneklerimi ispatlamamı sağlar	460	1	5	3,94	0,97	-1,160	1,255
Okuldaki spor malzemelerini kullanmak için bir fırsattır	460	1	5	3,92	0,95	-1,040	0,903
Öğretmenlerimin hakkımdaki olumsuz düşüncelerini yok etme olanağı verir	460	1	5	3,71	1,08	-0,863	0,043
Bilmiyorum, boşa zaman harcamak gibi geliyor	460	1	5	4,06	0,64	-0,066	-0,608
Benim için avantaj sağlar mı bilmiyorum	460	1	5	3,88	0,65	0,123	-0,662
Önemlimi, bir türlü anlam veremiyorum	460	1	5	3,99	0,62	0,003	-0,407
Emin değilim, aslında çok da umrum da değil	460	1	5	4,04	0,62	-0,031	-0,417

* N: Sayısı, SS: Standart sapma

Suriyeli öğrencilerin Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu Ölçeğine vermiş olduğu cevaplar incelendiğinde;

- Öğrencilerin “Öğretmenlerimin hakkımdaki olumsuz düşüncelerini yok etme olanağı verir” maddesine verdiği cevapların ortalaması $3,71 \pm 1,08$ ile en düşük ortalama puandır.

• Öğrencilerin “Beni huzursuz eder” maddesine verdiği cevapların ortalaması $4,16 \pm 0,59$ ile en yüksek ortalama puandır. Bununla birlikte söz konusu maddede ters kodlama yapıldığı için; fiziksel aktivite öğrencileri huzursuz olmadığı değerlendirilmiştir.

• Bütün maddelere en düşük 1 puan ve en yüksek 5 puan verdikleri görülmektedir.

4.4. Öğrencilerin Demografik Özellikleri ile Araştırma Değişkenleri Arasındaki İlişkilere Yönelik Bulgular

Çalışmanın bu bölümünde araştırma grubunu oluşturan öğrencilerin demografik özellikleri ile araştırma değişkenleri düzeyleri arasındaki farklılaşmalar irdelenmiştir (Tablo 4.8; 4.9; 4.10; 4.11).

Tablo 4.8. Araştırma değişkenlerine ilişkin betimsel analizi sonuçları

Değişkenler	N	Min.	Maks.	Ort.	SS	Çarpıklık	Basıklık
Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu	1115	1,44	5,00	3,60	0,537	-0,679	1,205
Bireysel Nedenler	1115	1,33	5,00	3,92	0,700	-0,902	0,970
Çevresel Nedenler	1115	1,33	5,00	3,68	0,719	-0,437	0,042
Nedensizlik	1115	3,00	5,00	4,04	0,490	0,269	-0,285

Araştırmaya katılan öğrencilerin, fiziksel aktiviteye katılım motivasyonuna verdiği cevapların ortalaması $3,60 \pm 0,537$, minimum puanı 1,44 ve maksimum puanı 5,00 olarak tespit edilmiştir. Ayrıca fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu alt boyutlarından bireysel nedenlere verdiği cevapların ortalaması $3,92 \pm 0,700$, minimum puanı 1,33 ve maksimum puanı 5,00, çevresel nedenlere verdiği cevapların ortalaması $3,68 \pm 0,719$, minimum puanı 1,33 ve maksimum puanı 5,00 ve nedensizliğe verdiği cevapların ortalaması $4,04 \pm 0,490$, minimum puanı 3,00 ve maksimum puanı 5,00 olarak tespit edilmiştir (Tablo 4.8).

Tablo 4.9. Öğrencilerin yaşı ile değişkenler arasındaki ilişkiye yönelik sonuçlar

Değişkenler	Yaş	N	Ortalama	SS	F	p	Anlamlı Farklılaşma
Fiziksel Aktiviteye	11	99	3,60	0,61	1,752	0,174	—

Katılım Motivasyonu	12	272	3,65	0,49			
	13 ve üzeri	744	3,58	0,54			
Bireysel Nedenler	11	99	3,85	0,78	1,635	0,196	–
	12	272	3,98	0,61			
	13 ve üzeri	744	3,90	0,71			
Çevresel Nedenler	11	99	3,75	0,72	2,673	0,07*	–
	12	272	3,75	0,66			
	13 ve üzeri	744	3,65	0,73			
Nedensizlik	11	99	4,05	0,47	0,062	0,94	–
	12	272	4,03	0,43			
	13 ve üzeri	744	4,04	0,51			

*p<0,05

Gerçekleştirilen analiz sonuçlarına göre; araştırma grubunu oluşturan öğrencilerin yaşına göre FAKM, bireysel nedenler, nedensizlik ve çevresel nedenler düzeyleri istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmamıştır (Sırasıyla; $F=1,752$, $p=0,174$; $F=1,635$, $p=0,196$; $F=2,673$, $p=0,07$; $F=0,062$, $p=0,94$). Analizden elde edilen bilgiler neticesinde öğrencilerin yaşı; araştırma grubunu oluşturan öğrencilerin FAKM, bireysel nedenler, nedensizlik ve çevresel nedenler düzeylerini etkilememektedir (Tablo 4.9).

Tablo 4.10. Öğrencilerin cinsiyet ile değişkenleri arasındaki ilişkiye yönelik sonuçlar

Değişkenler	Cinsiyet	N	Ortalama	SS	T Testi		
					t	df	p
Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu	Kadın	545	3,66	0,484	3,44	1113	0,01*
	Erkek	570	3,55	0,579			
Bireysel Nedenler	Kadın	545	3,99	0,637	3,44	1098,08	0,01*
	Erkek	570	3,85	0,749			
Çevresel Nedenler	Kadın	545	3,69	0,716	0,457	1113	0,648

	Erkek	570	3,67	0,722			
Nedensizlik	Kadın	545	4,01	0,472	-2,08	1112	0,037*
	Erkek	570	4,07	0,506			

*p<0,05

Gerçekleştirilen analiz sonuçlarına göre; araştırma grubunu oluşturan öğrencilerin cinsiyet durumuna göre fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu (t: 3,44; df: 1113; p: 0,01; p<0,05), bireysel nedenler (t: 3,44; df: 1098,08; p: 0,01 p<0,05) ve nedensizlik (t: -2,08; df: 1112; p: 0,037; p<0,05) düzeyleri istatistiksel olarak önemli farklılık göstermiştir. kadın öğrencilerin (Ort.: 3,66) fiziksel aktiviteye katılım motivasyon düzeyi erkek öğrencilerin (Ort.: 3,55) fiziksel aktiviteye katılım motivasyon düzeyinden daha yüksek olduğu saptanmıştır. Bireysel nedenler düzeyinde de kadın öğrencilerin (Ort.: 3,95) erkek öğrencilere (Ort.: 3,85) göre daha fazla bireysel nedenlere bağlı oldukları gözükmemektedir. Erkek öğrencilerin (Ort.: 4,07) Nedensizlik düzeyi kadın öğrencilerin (Ort.: 4,01) bireysel nedenler düzeyinden daha yüksek olduğu analiz edilmiştir. Bununla birlikte araştırma grubunu oluşturan öğrencilerin cinsiyet durumuna göre çevresel nedenler (t: 0,457; df: 1113; p: 0,648; p>0,05) düzeyleri istatistiksel olarak anlamlı farklılaşmamaktadır. Analizden elde edilen bilgiler neticesinde kadın veya erkek olmak; FAKM, nedensizlik ve bireysel nedenler düzeylerini etkilerken öğrencilerin çevresel nedenler düzeylerini etkilememektedir (Tablo 4.10).

Tablo 4.11. Öğrencilerin uyruk ile değişkenleri arasındaki ilişkiye yönelik sonuçlar

Değişkenler	Uyruk	N	Ortalama	SS	T Testi		
					t	df	p
Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu	Türk	655	3,56	0,620	-3,739	1096,58	0,01*
	Suriye	460	3,67	0,383			
Bireysel Nedenler	Türk	655	3,847	0,790	-4,626	1110,74	0,01*
	Suriye	460	4,030	0,529			
Çevresel Nedenler	Türk	655	3,524	0,780	-9,825	1112,97	0,01*
	Suriye	460	3,91	0,545			
Nedensizlik	Türk	655	4,079	0,556	2,942	1110,55	0,03*
	Suriye	460	3,997	0,372			

*p<0,05

Gerçekleştirilen analiz sonuçlarına göre; araştırma grubunu oluşturan öğrencilerin uyruk durumuna göre fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu (t: -3,739; df: 1096,58; p: 0,01; p<0,05), bireysel nedenler (t: -4,626; df: 1110,74; p: 0,01 p<0,05), çevresel nedenler (t: -9,825; df: 1112,97; p: 0,01 p<0,05) ve nedensizlik (t: 2,942; df: 1110,55; p: 0,03; p<0,05) düzeyleri istatistiksel olarak önemli farklılık göstermiştir. Suriyeli öğrencilerin (Ort.: 3,67) fiziksel aktiviteye katılım motivasyon düzeyi Türk öğrencilerin (Ort.: 3,56) fiziksel aktiviteye katılım motivasyon düzeyinden daha yüksek olduğu saptanmıştır. Bireysel nedenler düzeyinde de Suriyeli öğrencilerin (Ort.: 4,030) Türk öğrencilere (Ort.: 3,847) göre daha fazla bireysel nedenlere bağlı oldukları gözükmemektedir. Suriyeli öğrencilerin (Ort.: 3,91) bireysel nedenler düzeyi Türk öğrencilerin (Ort.: 3,524) bireysel nedenler düzeyinden daha yüksek olduğu analiz edilmiştir. Nedensizlik düzeyinde de Türk öğrencilerin (Ort.: 4,079) Suriyeli öğrencilere (Ort.: 3,997) göre daha fazla nedensizlik nedenlere bağlı oldukları gözükmemektedir (Tablo 4.11).

BÖLÜM - V

5. TARTIŞMA VE SONUÇ

Çalışmamız Kahramanmaraş ilinde 2020-2021 eğitim-öğretim yılında öğrenim gören Suriyeli sığınmacı (460) ve Türk öğrenciler (655) olmak üzere toplamda 1115 öğrenci katılmıştır. Araştırmada kullanılan Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu Ölçeği (FAKMÖ) öğrencilerin yaş, cinsiyet ve uyruk değişkenlerine göre karşılaştırılmıştır.

Araştırmamızda öğrencilerin yaş değişkeni ile Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu incelendiğinde çevresel nedenler alt boyutunda pozitif yönde bir anlamlı farklılık saptanmıştır. Bu bağlamda öğrencilerin yaşları küçüldükçe alkışlanma, popüler olma, arkadaş çevresi tarafından kabul görme gibi dışsal nedenlerle fiziksel aktiviteye katılımın arttığı söylenebilir. Diğer çalışmalar incelendiğinde bu yaş gurubunu destekleyen bir araştırma bulunmamakla birlikte Çeker vd. (2013) her iki cinsiyettede düzenli fiziksel aktiviteye katılım azalmakta erkek ve kadın arasında farklılaşmaktadır. Erkekler kadınlara göre daha aktiftir. Booth vd., (1997)'nin yapmış oldukları çalışmalarında 4.404 yetişkin katılımcı (Avustralya) ile yürütülen araştırmada fiziksel aktiviteye katılım yaş ile birlikte azalma olduğu saptanmıştır. Ayrıca eğitim seviyesi arttıkça yükseldiği saptanmıştır. Bu çalışmadaki bulgular daha önce yapılan çalışmalarla paralellik göstermektedir.

Çalışmamızda Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyon düzeylerine ait toplam puan ortalamaları incelendiğinde, kadın öğrencilerin lehine, bir farkın olduğu istatistiksel olarak anlamlı görülmektedir. Martínez-Gómez vd., (2009); Vatansever vd., (2015); Salgın (2020); Bozdağ (2019); Aydemir (2019); Keskin (2019) yaptığı araştırmada Fiziksel aktivite düzeylerinde cinsiyetler arasında anlamlı fark bulunduğunu, farkın erkekler lehine olduğunu belirtmiştir. Bu bulgular bizim araştırma sonuçlarının aksine bulgulara ulaşılmıştır. Bunun temel nedeni olarak, öğrencilerin Covid-19 pandemi döneminde yaşam alanlarının ve günlük yaşam aktivitelerinin benzer olması gösterilebilir. Bulgu vd., (2007) araştırmalarına katılan kadınların hemen hepsinin fiziksel aktiviteye katılım nedenleri kendilerine zaman ayırma isteğidir. Araştırmamızda kadınların erkeklere oranla fiziksel aktiviteye katılım motivasyonunun yüksek çıkması

toplumumuzda kadınların küçük yaşlardan itibaren ev işlerine yardımcı olmaları ve erkekler kadar rahat dışarı çıkamamaları fiziksel aktiviteye katılım isteğinin ortaya çıkmasında etken olabilir.

Araştırma grubunu oluşturan öğrencilerin uyruk durumuna göre fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu, bireysel nedenler, çevresel nedenler ve nedensizlik düzeyleri istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermiştir. Suriyeli öğrencilerin (Ort.: 3,67) fiziksel aktiviteye katılım motivasyon düzeyi Türk öğrencilerin (Ort.: 3,56) fiziksel aktiviteye katılım motivasyon düzeyinden daha yüksek olduğu saptanmıştır. Daha önce bu konuyla ilgili araştırmaya rastlanılmamıştır. Türkiye’de yerel yönetimlerin fiziksel aktiviteye katılım ilgisinin artması, Türkiye’deki spor medyası ve mültecilere sağlanan toplumsal desteğin Suriyeli çocukların fiziksel aktivite katılım deneyimlerini olumlu yönde etkilemesi düşünülebilir.

Fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu alt boyutunda nedensizlik erkek öğrencilerin (Ort.: 4,07) puan ortalamaları kadın öğrencilerden (Ort.: 4,01) istatistiki olarak anlamlı olduğu görülmüştür. Buna sebep olarak erkek öğrencilerin fiziksel aktivite ile ilgili yeterli bilgiye, isteğe ve heyecan sahip olmamalarından kaynaklanıyor olabilir.

Sonuç olarak; kadın veya erkek olmak fiziksel aktiviteye katılım motivasyonuna göre kadınların kendini iyi hissetmesi, kendine güveninin artması ve olumsuz düşüncelerden uzaklaşması gibi bireysel nedenler ve nedensizlik alt boyutunda bu fiziksel aktiviteye neden katılacağını bilemediği unsurlarda kadınlar erkeklere göre daha yüksek çıkmıştır. Bunun yanı sıra okul ortamı, başkalarının kendi hakkındaki düşünceleri gibi Çevresel nedenlerde anlamlı farklılık bulunmamaktadır. Ayrıca Türk veya Suriyeli olmak; fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu, bireysel nedenler, çevresel nedenler ve nedensizlik düzeylerini düzeylerini etkilemektedir. Öğrencilerin uyuşuna göre değerlendirdiğimizde fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur. Yaşa göre değerlendirdiğimizde ise yaş küçüldükçe fiziksel aktiviteye katılım motivasyonunun arttığı belirlenmiştir.

5.1. Öneriler

- Daha sonraki yapılacak çalışmalarda Suriyeli sığınmacı çocukların kaç yıldır türkiyede yaşadıklarının bilinmesi daha kapsamlı bilgi edinilmesini sağlayabilir.

- Öğrencinin fiziksel aktivite yapma alışkanlığı kazanması konusunda veliler bilgilendirilmeli ve bilinçlendirilmelidir.
- Okullar, çocukların ilk ve düzenli fiziksel aktiviteye katıldığı yer olması nedeniyle okullarda verilen beden eğitimi ve spor derslerin önemi daha çok vurgulanmalıdır.
- Çocuk ve gençlerin düzenli fiziksel aktiviteye katılmalarında uygun motivasyon araçları kullanılmalı, bu motivasyon unsurlarının neler olduğu belirlenmeli ve bu uygun araçlar etkin bir şekilde hayata geçirilmelidir.
- Ebeveynlere, çocuklarının ileriki yaşamlarında fiziksel ve ruhsal açıdan sağlıklı ve sosyal açıdan kendine güvenen ve özgüveni tam bireyler olmasında düzenli egzersiz yapmanın önemi etkili bir şekilde anlatılmalıdır.
- Sağlık açısından ve sosyal açıdan fiziksel aktivitenin bireylere kazandırdığı olumlu sonuçlar düşünüldüğünde her yaşta fiziksel aktiviteye katılım oranının arttırılması amaçlanmalıdır.
- Önce çocukların, sonra gençlerin ve sonuç olarak bütün toplumun fiziksel aktivite düzeyinin arttırılması için toplumu oluşturan tüm bireylerin bilinçlendirilmesi gerekmektedir. Bu konuda devletin sporla ilgili kurumlarına, okullara ve ailelere büyük sorumluluklar düşmektedir.

KAYNAKÇA

- Adelman, H. (2010). Emma Haddad, the refugee in international society: Between Sovereigns. *Journal of International Migration and Integration*, 11(4), 467- 472.
- Akgün, H.S. (1997). *Sosyo-Ekonomik yönden farklı iki ilkokul öğrencilerinin fizik büyüme durumları ve etkileyen bazı faktörlerin araştırılması*. Yüksek Lisans Tezi, H.Ü. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Akıncı, B., Nergiz, A., Gedik, E. (2015). Uyum süreci üzerine bir değerlendirme: Göç ve toplumsal kabul. *Göç araştırmaları dergisi*, 1(2): 58-83.
- Akyol, A., Bilgiç, P., Ersoy, G. (2008). *Fiziksel aktivite, beslenme ve sağlıklı yaşam*. Ankara.
- Albawardi, N.M., Jradi, H., Al-Hazaa, M.A. (2016). Levels and correlates of physical activity, inactivity and body mass index among Saudi women working in office jobs in Riyadh city. *BMC Women's Health*. 16(1):33-44.
- Arslan, C., Koz, M., Gür, E., Mendeş, B. (2003). Üniversite öğretim üyelerinin fiziksel aktivite düzeyleri ve sağlık sorunları arasındaki ilişkinin araştırılması. *F.Ü. Sağlık Bilimleri Dergisi*, 17(4), 249-258.
- Aslan, Z., Çoban, G., Çokal, Z. (2014). Turizm öğrencilerinin staj deneyiminde algıladıkları motivasyonunherzberg kuramına göre değerlendirilmesi: nevşehir hacı bektaş veli üniversitesi turizm fakültesi örneği. *Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 33, 164-188.
- Atayun, Y. (2002). *Mülteciler sorununa sosyolojik bir yaklaşım: Van örneği*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Yüzüncüyıl Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Atkin, A.J., Gorely, T., Clemes, S.A., Yates, T., Edwardson, C., Brage, S., Salmon, J., Marshall, S.J., Biddle, S.J. (2012). Methods of measurement in epidemiology: Sedentary Behaviour, *International Journal of Epidemiology* 41:1460–1471.
- Aydanarış, S. A, (2008). *Ankara ilinde yaşayan 18 yaş üzerindeki bireylerin fiziksel aktivite ve egzersiz yaklaşımının belirlenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Balboa-Castillo, T., Leon-Munoz, L.M., Graciani, A., Rodriguez-Artalejo, F., Guallar-Castillon, P. (2011). Longitudinal association of physical activity and sedentary behavior during leisure time with health-related quality of life in community-dwelling older adults. *Health and Quality of Life Outcomes*, 9: 47.

- Baltacı, G. (2008). *Çocuk ve Spor*. T.C. Sağlık Bakanlığı Temel Sağlık Hizmetleri Genel Müdürlüğü. Sağlık Bakanlığı yayınları No: 730.
- Baltacı, G., Ersoy, G., Karaağaoğlu, N., Derman, O., Kanbur, N. (2008). Ergenlerde sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam. Erişim: 01.02.2013.http://www.diyabet.gov.tr/content/files/yayinlar/kitaplar/fiziksel_aktivite_bilgi_serisi/E3.pdf.
- Bangsbo, J., Krstrup, P., Duda, J., Hillman, C., Anderson, L.B., Weiss, M., Williams, C.A., Lintunen, T., Green, K., Hansen, P.R., Naylor, P.J., Ericsson Nielsen, G., Froberg, K., Bugge, A., Jensen, J.L., Schipperijn, J., Dagkas, S., Agergaard, S., Seelen, J., Qstergaars, C., Skovgaard, T., Busch, H., Elbe, A.M. (2016). The Copenhagen Consensus Conference 2016: children, youth, and physicalactivity in schools and during leisure time. *British Journal of Sports Medicine*, 50:1177–1178.
- Baranowski, T., Bouchard, C., Bricker, T., Heath, G., Strong, W.B., Truman, B., and Washington, R., (1992). Assessment, Prevalance and Cardiovascular Benefits of Physical Activity and Fitnessin Youth. *Medicine Science and Sports Exercise*, (24) 6: 237–247.
- Bar-or, O. (2002). JuvenilObezite Fiziksel Aktivite ve Yaşam Tarzı Değişiklikleri, Önleme ve Tedavi için Köşe Taşları, *Spor ve Tıp*, 10, 3: 24-27.
- Baş Aslan, U., Livanelioğlu, A., Aslan, Ş. (2007). Fiziksel aktivite düzeyinin üniversite öğrencilerinde iki farklı yöntemle değerlendirilmesi. *Fizyoterapi Rehabilitasyon*, 18 (1):11-19
- Başak, C. (2011). *Mülteciler, Sığınmacılar ve Yasa Dışı Göçmenler*, Ankara: Son Söz Gazetecilik Matbaacılık, Ankara.
- Batoulia, S.A.H., Saba, V. (2017). At least eighty percent of brain grey matter is modifiableby physicalactivity: A reviewstudy. *Behavioural Brain Research*, 332 : 204–217.
- Bek, N. (2008). *Fiziksel aktivite ve sağlığımız* (1.Basım). Ankara: Sağlık Bakanlığı Yayınları, 7- 8.
- Bek, N., (2012). *Fiziksel aktivite ve sağlığımız*. Sağlık Bakanlığı Yayın, 730. Beslenme ve Fiziksel Aktiviteler Daire Başkanlığı, Yayın No: 730.
- Blair, S.N. (2009). Physical inactivity: the biggest public health problem of the 21st century. *British journal of sportsmedicine*, 43(1), 1-2.

- BMMY, (2001). *Mültecilerin korunması uluslararası mülteci hukuku rehberi, parlamenterler için el kitabı*. Birleşmiş Milletler Mülteciler Yüksek Komiserliği [BMMY] Cenevre.
- 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.
- Boyd, M. (1999). Gender, refugee status and permanent settlement. *Gender Issues*, 17, 5-25.
- Bozkurt, T.M., Tamer, K. (2020). Dijital Oyun Oynama Motivasyonu ile Beden Kitle İndeksi İlişkisi. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 5(2), 105-120.
- Budde, H., Schwarzc, R., Velasques, B., Ribeiro, P., Holzweg, M., Machado, S., Wegner, M. (2016). Egzersiz, fiziksel aktivite ve eğitim arasında ayrım yapma ihtiyacı. *Structure*, 7, 20.
- Bulgu, N., Kocaaritan, C., Aşçı H., 2007. Gündelik yaşam, kadın ve fiziksel aktivite. *Hacettepe Spor Bilimleri Dergisi*. 18 (4), 167-181.
- Bulut, S. (2013). Sağlıkta sosyal bir belirleyici; fiziksel aktivite. *Turkish Bulletin of Hygiene&ExperimentalBiology/Türk Hijyen ve Deneysel Biyoloji*, 70(4).
- Caspersen, C.J., Powell, K.E., Christenson, G.M. (1985). Physicalactivity, exercise, and physicalfitness: definitions and distinctions for health-related research. *Publichealthrep*, 100 (2):126-31.
- Castles, S., Miller, M.J. (2008). *Göçler Çağı: Modern Dünyada Uluslararası Göç Hareketleri*, İstanbul Üniv. Yay. No:195, İstanbul.
- CDC (CentersforDisease Control and Prevention), (2010). The Association Between School Based Physical Activity, Including Physical Education, and Academic Performance. Atlanta, U.S. Department of Healthand Human Services.
- CDC, (2013). (CentersforDisease Control and Prevention, &CentersforDisease Control and Prevention.). WinnableBattles Final Report. 11 Eylül 2017 tarihinde <https://www.cdc.gov/winnablebattles/report/docs/winnable-battles-final-report.pdf> sayfasından erişilmiştir.
- Cheatum, B.A., Hammond, A.A. (2000). *Physical Activities For Improving Children's Learning And a Behaivour*. A Guide to Sensory Motor Development, Human Kinetics.
- Coşan, F., Demir, A. (2000). *Türkiye'de Çocukların Spora Yönlendirilmesinde Uygulama Modeli (Olimpiyatlar İçin Sporcu Kaynağı) Türk Çocuklarının Fiziki Uygunluk*

- Normları (Spor Yapmayan 8-14 Yaş Grubu İstanbul Uygulaması). İstanbul Olimpiyat Oyunları Hazırlık ve Düzenleme Kurulu Eğitim Yay. No.1 Mart Matbaacılık, İstanbul,*
- Çeker, A., Çekin, R., 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.
- Çiçek, G. (2010). *Sedanter Bayanların Dokuz Haftalık Koş -Yürü Ve Aerobik-Step Egzersizlerinin Fiziksel-Fizyolojik Parametreler Üzerine Etkilerinin Karşılaştırılması*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Malatya.
- Çiçekli, B. (2009). *Uluslararası Hukukta Mülteciler ve Sığınmacılar*. Seçkin Yayıncılık, Ankara.
- Davies, P.S., Gregory, J., White, A. (1995). Physical activity and body fatness in preschool children. *Obes Relation Metabolism Disord*, 19(1), 6-10.
- Dehghan, M., Akhtar-Danesh, N., Merchant, A.T. (2005). Child hood obesity, prevalence and prevention. *Nutrition Journal*, 4, 24-32.
- Demir, S.A., Coşan, F. (2002). *Olimpiyatlar İçin Sporcu Kaynağı Projesi, Türkiye’de Çocukların Spora Yönlendirilmesinde Uygulama Modeli, Temel Spor Eğitimi*. (1.Baskı) İstanbul Olimpiyat Oyunları Hazırlık ve Düzenleme Kurulu, Eğitim Yayınları No:2.
- Dessing, D., De Vries, S.I., Graham, J.M.A., Pierik, F.H. (2014). Active transport between home and school assessed with GPS: a cross-sectional study among Dutch elementary school children. *BMC Public Health* 14:227.
- Doğu, G., Zorba, E., Ziyagil, M.A., Aşçı, H., Aşçı, A. (1994). Elit Türk Güreşçilerinin Vücut Yağ Oranının Hesaplanması. *Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 6, 2, 3-14.
- Duché, P., Rochette, E., Merlin, E. (2016). Reply to the Letter to the Editor: The need for differentiating between exercise, physical activity, and training. *Budde et al Autoimmun Rev*,15(3): 289-90.
- Durant, R.H., Baranowski, T., Davis, H., Thompson, W.O., Pahl, J., Greaves, K.A., Rhodes, T. (1992). Reliability and Variability of Heart Rate monitoring in 3-, 4- or 5-yr-old children. *Med Sci Sports Exerc* 2: 265-271.
- Edwards, P., Tsouros, A. (2006). *Kentsel Çevrede Fiziksel Aktivite ve Aktif Yaşamın Desteklenmesi*, Bilimsel Kanıtlar, Dünya Sağlık Örgütü

- Eroğlu, İ. (2019). *Türk ve Yabancı Uyruklu Ortaokul Öğrencilerinin Fiziksel Aktivite ve Fiziksel Uygunluk Düzeylerinin Belirlenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Aksaray Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü. Aksaray.
- Gammon, C. (2016). *Mediators and Moderators of the Relationship Between Family Variables and Child Physical Activity*. Yayınlanmamış doktora tezi, Michigan State Üniversitesi.
- Gavarry, O., Bernard, T., Giacomoni, M., Seymat, M., Euzat, J.P., Falgairette, G. (1998). Continuous Heart, Rate Monitoring Over One Week in Teenagers Aged 11-16 Years. *European Journal of Applied Physiology Occupational Physiology*, 77 (1-2); 125,
- Günüç, S., Odabaşı, F.H., Kuzu, A. (2012). Yaşam Boyu Öğrenmeyi Etkileyen Faktörler. *Gaziantep Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 11(2):309-325.
- HHS., CDC U.S. Department of Health And Human Services, Centers for Disease Control And Prevention (1996). *National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion, Physical activity and health: a report of the Surgeon General*, Atlanta, GA.
- Hills, A.P., King, N.A., Byrne, N.M. (Eds.). (2007). *Children, obesity and exercise: prevention, treatment and management of childhood and adolescent obesity*. Routledge.
- Hu, F., Manson, J., Stampfer, M., Graham, C. (2001). Diet, lifestyle, and the risk of type 2 diabetes mellitus in women. *The New England Journal of Medicine*, 345 (11), 790-797.
- İpek, C., (2018). *Genç Yetişkinlerde Fiziksel Aktivite Düzeyi Ve Vücut Kompozisyonu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Janssen, I, Leblanc AG. (2010). Systematic review of the health benefits of physical activity and fitness in school-aged children and youth. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 7: 40.
- Kail, R. V., Cavanaugh, J. C. (2016). *Essentials of human development: A life-span view*. Cengage Learning.
- Kap, D. (2014). Suriyeli Mülteciler: Türkiye'nin müstakbel vatandaşları. *Akademik Perspektif Dergisi*, 30-35.
- Karahüseyinoğlu, M.F. (2015). *Spor sosyolojisi*. İçinde Demir, E. (Ed.), Spor bilimlerine giriş (ss. 209-252). Ankara: Nobel.

- King, G., Lawm, M., King, S., Rosenbaum, P., Kertoy, M.K., Young, N.L. (2003). A conceptual model of the factor saffecting there creation and leisure participation of children with disabilities. *Physical&occupational therapy in pediatrics*, 23(1), 63-90.
- Kjønniksen, L., Fjørtoft, I., Wold, B. (2009). Attitude to physical education and participation in organized you thsports during adolescence related to physical activity in youngadulthood: A 10-year longitudinal study. *European physical education review*, 15(2), 139-154.
- Koçdemir, K. (1999). Yeni bin yılın derdi göç ve iltica. *Türk İdare Dergisi*, 423: 85-108.
- Kodama, S., Tanaka, S., Heianza, Y., Fujihara, K., Horikawa, C., Shimano, H., Saito, K., Yamada, N., Ohashi, Y., Sone H. (2013). Association between physical activity and risk of all-cause mortality and cardiovascular disease in patients with diabetes: a meta-analysis. *Diabetes care*, 36(2): 471-479.
- Kowalski, K., Crocker, P., Donen, R., (2004). The physical activity question naire for older children (PAQ-C) andadolescents (PAQ-A) manual, http://www.dapa-toolkit.mrc.ac.uk/documents/en/PAQ/PAQ_manual.pdf, Erişim: 20 Haziran 2012.
- Koyuncu, A. (2014). *Kentin Yeni Misafirleri Suriyeliler*. Çizgi Yayınları. İstanbul.
- Kriemler, S., Meyer, U., Martin, E., Van Sluijs, E.M., Andersen, L.B., Martin, B.W. (2011). Effect of school- basedinterventions on physicalactivityandfitness in childrenandadolescents: a review of reviewsandsystematicupdate. *British Journal of Sports Medicine*, 45 (11), 923-930.
- Kudaş, D., Ülkar, D., Erdogan, D., Esraçırçı, D. (2005). Ankara ili 11-12 yaş grubu çocukların fiziksel aktivite ve bazı beslenme alışkanlıkları. *Spor Bilimleri Dergisi*, 16 (1) , 19-29.
- Küçük, E. (2017). *Göçmen Çocuklar İçin Bir Şehir*. Akt: Bozkurt, M. Sığınmacı Çocukların Kentlerdeki Yaşam ve Oyun Hakkı. (Kolb&Kolb, 2010, Ginsburg 2007, NPFA 2000).s: 114.
- Loprinzi, P.D., Cardinal, B.J. (2011). Measuring children's physical activity and sedentary behaviors. *Exerc Sci Fit*, 9, 1: 15-23.
- Machado, S., Preti, A. (2018). *Physicalactivity, exercise and sport programs as effective therapeutictools in psychosocial rehabilitation*. Clinical practice and epidemiology in mental health: CP & EMH, 14, 6.
- Marshall, L.W. (2011). Toward a newdefinition of 'refugee': Is the 1951 conventionout of date? *European Journal of Trauma and Emergency Surgery*, 37 (1), 61-66.

- Martínez-Gómez, D., Martínez-De-Haro, V., Del-Campo, J., Zapatera, B., Welk, G.J., Villagra, A., Marcos, A., Veiga, O.L. (2009) Validity of four questionnaires to assess physical activity in Spanish adolescents. *Gaceta Sanitaria*, 23, 512–517.
- Martínez-Vizcaíno, V., Sánchez-López, M. (2008). Relationship between physical activity and physical fitness in children and adolescents. *Revista española de cardiología*, 61(2), 108-111.
- Melnyk, B.M., Jacobson, D., Kelly, S., O’haver, J., Small, L., Mays, M.Z. (2009). Improving the mental health, healthy lifestyle choices, and physical health of Hispanic adolescents: a randomized controlled pilot study. *Journal Of School Health*, 9, 575-584.
- Mengütay, S. (1997). *Okul Öncesi ve İlkokullarda Hareket Gelişimi ve Spor*. Türkiye Jimnastik Federasyonu Eğitim Komitesi Yayınları, Yayın no:1, İstanbul,
- Namli, S., Demir, G.T. (2020). The Relationship between Attitudes towards Digital Gaming and Sports. *Turkish Online Journal of Educational Technology-TOJET*, 19(1), 40-52.
- Öner-Ihlamur, S.G. (2014). Türkiye’nin Suriyeli mültecilere yönelik politikası. *Ortadoğu Analiz Dergisi*, 6(61), 44.
- Özer, K. (2006). *Fiziksel Uygunluk*. (2. Baskı), s:10-11, Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Özsarı, A., Fişekçioğlu, B., Altın, M. (2017). Gençlik Merkezi Faaliyetlerine Katılan Suriyeli Mültecilerin Algıladıkları Hizmet Kalitesi Üzerine Bir Araştırma. *Spor Bilimleri Dergisi*, 2(1): 31-44.
- Pate, R.R., Trost, S.G., Freedson, P.S., Sallis, J.F., Taylor, W.C. (2000). Using objective physical activity measures with youth: How many days of monitoring are needed? *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 32, 2: 426–431
- Payne, S., Townsend, N., Foster, C. (2013). The physical activity profile of active children in England. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 10(1), 136.
- Penedo, F.J., Dahn, J.R. (2005). Exercise and well-being: A review of mental and physical health benefits associated with physical activity. *Current Opinion in Psychiatry*, 18, 189-193.
- Petersen, W. (1975). *Population (3rd ed.)*. New York: Macmillan.
- Raitakari, O.T., Portkks, K.V.K., Taimela, S., Telama, R., Rasanen, L., Viikari, T.S.A. (1994). Effects of persistent physical activity and inactivity on coronary risk

- factors in children and young adults. The Cardiovascular Risk in Young Finns Study. *American Journal of Epidemiology*, 140, 3: 195–205.
- Ramazanoğlu, F., Altıngül, O., Özer, A. (2004). Sportif Açıdan Rekreasyon Etkinliklerinin Değerlendirilmesi. *Doğu Anadolu Bölgesi Araştırmaları Dergisi*; 176.
- Riddoch, C.J., Boreham, C.A.G. (1995). The health- related physical activity of children. *Sports Medicine*, 19 (2), 86-102.
- Rowlands, A.V., Eston, R.G., Ingledew, D.K. (1997). Measurement of physical activity in children with particular reference to the use of heart rate and pedometry. *Sports Medicine*, 24: 258–272
- Ryan, Á. (2018). *Multimorbidity: the impact of physical activity and physical function on risk and outcomes*. [PhD Thesis]. Dublin: Royal College of Surgeons in Ireland.
- Sandal, E.K., Hançerkıran, M., Tıraş, M. (2016). Türkiye’deki Suriyeli mülteciler ve Gaziantep ilindeki yansımaları. *Gaziantep University Journal of Social Sciences*, 15(2), 461-483.
- Sayın, N. (2014). *15-17 Yaş Grubu Gençlerin Fiziksel Aktivite Düzeyleri ile Fiziksel Uygunlukları Arasındaki İlişki* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Shores, K.A., Moore, J.B., Yin, Z. (2010). An examination of triple jeopardy in rural youth physical activity participation. *The Journal of Rural Health*, 26(4), 352-360.
- Sirard, J.R., Pate, R.R. (2001). Physical Activity Assessment in Children and Adolescent. *Sports Medicine*, 31(6), 439-454.
- Sit, C.H., Lindner, K.J. (2006). Situational state balances and participation motivation in youthsport: A reversal theory perspective. *British Journal of Educational Psychology*, 76(2), 369-384.
- Stampfer, M.J, Hu, F.B., Manson, J.E., Rimm, E.B., Willett, W.C. (2000). Primary Prevention of Coronary Heart Disease in Women through Diet and Lifestyle. *New England Journal of Medicine*, 343 (1), 16-22.
- Şanlı, E. (2008). *Öğretmenlerde Fiziksel Aktivite Düzeyi-Yaş, Cinsiyet ve Beden Kitle İndeksi İlişkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara,
- Şenışık, S. (2016). Fiziksel Aktivite ve Mental Sağlık ilişkisi: Fiziksel Aktivitenin Psikolojik Etkileri-Biyokimyasal, Fizyolojik ve Psikososyal Mekanizmalar. *Türkiye Klinikleri Sports Medicine-Special Topics*, 2(2), 1-7.

- T.C. Milli Eğitim Bakanlığı, (2012) *Hasta ve Yaşlı Hizmetleri, Günlük Aktivite ve Egzersiz*.723H00003, Ankara,.
- Taşer, H. (2004). Fiziksel uygunluk eğitimi. Atatürk Üniversitesi, *Beden eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 6, 3:48 – 56.
- Tekkanat, Ç. (2008). *Öğretmenlik bölümünde okuyan öğrencilerde yaşam kalitesi ve fiziksel aktivite düzeyleri*. Pamukkale Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 89 sayfa, Denizli.
- Tekkurşun Demir, G., 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.
- Tekkurşun Demir, G., Cicioğlu, H.İ. (2019). Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu İle Dijital Oyun Oynama Motivasyonu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 17, 3: 23 - 34,
- 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.
- THSK, (2014). (Sağlık Bakanlığı Türkiye Halk Sağlığı Kurumu, 2014). *Çocuk ve ergenlerde fiziksel aktivite. Türkiye Fiziksel Aktivite Rehberi*. Ankara: Kuban Matbaacılık.
- Tomanbay, İ. (2004). Sığınma ve göçmen alanında kavram sorunu. *Umuda Doğru Sığınmacı ve Göçmenlerle Dayanışma Derneği Dergisi*, 4 (13): 5-7.
- Tümertekin, E., Özgüç, N. (2004). *Beşeri Coğrafya: İnsan Kültür Mekân*. Çankaya Kitabevi, İstanbul.
- UNCHR. (2017). www.unhcr.org/turkey/home.php?page=29. Erişim tarihi 09.05.2017
- Urlu Y., (2014). *10-12 yaş grubu çocukların fiziksel aktivite düzeylerinin araştırılması (Antalya ili örneği)*. Balıkesir Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi
- Viau, R. (2015). *Okulda motivasyon okulda güdüleme ve güdülenmeyi öğrenme*. (Y. Budak. Çev.) Ankara: Anıyayınvi.
- Warburton, D.E., Nicol, C.W., Bredin, S.S. (2006). Health benefits of physical activity: theevidence. *CMAJ: Canadian Medical Association journal = journal de l'Association medicale canadienne* Mar 14; 174(6): 801-809.

- Weinberg, R., Tenenbaum, G., McKenzie, A., Jackson, S., Anshel, M., Grove, R. ve Fogarty, G. (2000). Motivation for youth participation in sport and physical activity: relationships to culture, self-reported activity levels, and gender. *International Journal of Sport Psychology*, 31: 321-346.
- WHO A “Move for Health Day” each year [web site]. Geneva, World Health Organization, (2006). (<http://www.who.int/moveforhealth/about/en>, accessed 21 August 2006).
- Yalçın, C. (2004), *Göç Sosyolojisi*. Anı Yayıncılık, Ankara.
- Yıldırım, İ.Y. (2017). Egzersiz Bağımlılığı, Yeme Tutum ve Davranışları İlişkisi. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 12(1): 43-54.
- Yorulmaz, H. (2005). *Trakya Üniversitesi Kırkpınar Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulunda Okuyan Öğrencilerin Bazı Fiziksel ve Biyomotorik Özelliklerinin Karşılaştırılması*. Trakya Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi.
- Yüksel, E. (2001). *Çalışan Kadınların Fiziksel Aktivite Düzeylerini Etkileyen Faktörlerin İncelenmesi*, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Yüksel, H.S., Bayar, P. (2015). Ortaokul ve lise öğrencilerinin spora katılım güdülerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi (Konya ili örneği). *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13(2), 121-128.
- Zorba, E., İkizler, H.C., Tekin, A., Miçoğullar, O., Zorba, E. (2006). *Herkes İçin Spor*. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- Zorba E., (1999). *Herkes İçin Spor ve Fiziksel Uygunluk*. 1. Baskı. Ankara: Gençlik Basımevi;

EKLER 1

Suriyeli Sığınmacı Çocuklar İle Türk Çocuklarının Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonunun Araştırılması

Sevgili Öğrenciler;

Bu çalışmanın amacı; Suriyeli Sığınmacı Çocuklar ile Türk Çocuklarının Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonunun Araştırılmasıdır. Fiziksel Aktivite günlük yaşam içerisinde kas ve eklemlerimizi kullanarak enerji tüketimi ile gerçekleşen, kalp ve solunum hızını arttıran ve farklı şiddetlerde yorgunlukla sonuçlanan aktiviteler olarak tanımlanabilir. Bu çalışmaya katılmak gönüllülük esasına dayanmaktadır. Yanıtlarınız ile bu bilimsel çalışmaya katkı sağladığınız için teşekkür ederim. Ayşe TOPLU ÖZCAN

Kişisel Bilgileriniz:

Yaş:

- ☐ 11 yaş
- ☐ 12 yaş
- ☐ 13 yaş

Cinsiyet:

- ☐ Kadın
- ☐ Erkek

Uyruğu:

- ☐ T.C.
- ☐ Suriye

Fiziksel Aktiviteye Katılmak		Kesinlikle katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Kesinlikle katılıyorum
1	Kendimi iyi hissettirir	1	2	3	4	5
2	Derslere daha kolay motive olmamı sağlar	1	2	3	4	5
3	Beni huzursuz eder	1	2	3	4	5
4	Beni çok eğlendirir	1	2	3	4	5
5	Kendime olan güveni artırır	1	2	3	4	5
6	Olumsuz düşüncelerden uzaklaştırır	1	2	3	4	5
7	Okulda adımın tanınmasını sağlar	1	2	3	4	5
8	Okuldaki idareciler ve öğretmenlerle ilişkilerimi iyileştirir	1	2	3	4	5
9	Derslerdeki akademik başarıyı düşürür	1	2	3	4	5
10	Arkadaşıma yeteneklerimi ispatlamamı sağlar	1	2	3	4	5
11	Okuldaki spor malzemelerini kullanmak için bir fırsattır	1	2	3	4	5
12	Öğretmenlerimin hakkımdaki olumsuz düşüncelerini yok etme olanağı verir	1	2	3	4	5
13	Bilmiyorum, boşa zaman harcamak gibi geliyor	1	2	3	4	5
14	Benim için avantaj sağlar mı bilmiyorum	1	2	3	4	5
15	Önemlimi, bir türlü anlam veremiyorum	1	2	3	4	5
16	Emin değilim, aslında çok da umrum da değil	1	2	3	4	5

İtalik olarak gösterilen 3., 9., 13., 14., 15., 16. maddeler ters maddelerdir.

1, 2, 3, 4, 5, 6 maddeler Bireysel Nedenler,

7, 8, 9, 10, 11, 12 maddeler Çevresel Nedenler,

13, 14, 15, 16 maddeler ise Nedensizlik boyutunu oluşturmaktadır.

EKLER 2

Sığınmacı Çocuklar İle Türk Çocuklarının Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonunun Araştırılması

Sevgili Öğrenciler;

Bu çalışmanın amacı; Sığınmacı Çocuklar ile Türk Çocuklarının Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonunun Araştırılmasıdır. Fiziksel Aktivite günlük yaşam içerisinde kas ve eklemlerimizi kullanarak enerji tüketimi ile gerçekleşen, kalp ve solunum hızını arttıran ve farklı şiddetlerde yorgunlukla sonuçlanan aktiviteler olarak tanımlanabilir. Bu çalışmaya katılmak gönüllülük esasına dayanmaktadır. Yanıtlarınız ile bu bilimsel çalışmaya katkı sağladığınız için teşekkür ederim. Ayşe TOPLU ÖZCAN

Kişisel Bilgileriniz:

Yaş:

العمر

☐ 11 yaş

☐ 12 yaş

☐ 13 yaş

Cinsiyet:

الجنس

☐ Kız

بنت
صبی

☐ Erkek

عربی

Uyruğu:

☐ T.C.

ترکیه

☐ Suriye

سوريا

Fiziksel Aktiviteye Katılmak المشاركة في النشاط البدني		كيسينليكة كاتلميوروم أنا لا أوافق بشدة	كاتلميوروم أنا لا أوافق	كاراسيزوم أنا حائر	كاتلميوروم أنا موافق	كيسينليكة كاتلميوروم أنا موافق بشدة
1	Kendimi iyi hissettirir يجعلني أحسرتحسن	1	2	3	4	5
2	Derslere daha kolay motive olmamı sağlar يجعلني أكثر تحفيزاً للدراس	1	2	3	4	5
3	Beni huzursuz eder يجعلني غير مرتاح	1	2	3	4	5
4	Beni çok eğlendirir أنا مستمتع جداً	1	2	3	4	5
5	Kendime olan güveni artırır يزيد الثقة بالنفس	1	2	3	4	5
6	Olumsuz düşüncelerden uzaklaştırır يصرف عنك الأفكار السلبية	1	2	3	4	5
7	Okulda adımın tanınmasını sağlar يقدم اعترافاً بأسمى في المدرسة	1	2	3	4	5
8	Okuldaki idareciler ve öğretmenlerle ilişkilerimi iyileştirir حسن علاقات مع الإداريين والمعلمين	1	2	3	4	5
9	Derslerdeki akademik başarıma düşürür يقلل الأداء الأكاديمي في الدروس	1	2	3	4	5
10	Arkadaşlarıma yeteneklerimi ispatlamamı sağlar يسمح لي بإثبات مواهبتي لأصدقائي	1	2	3	4	5
11	Okuldaki spor malzemelerini kullanmak için bir fırsattır فرصة لاستخدام المعدات الرياضية المدرسية	1	2	3	4	5
12	Öğretmenlerimin hakkımdaki olumsuz düşüncelerini yok etme olanağı verir يسمح للمساترين بتبديد الأفكار السلبية عني	1	2	3	4	5
13	Bilmiyorum, boşa zaman harcamak gibi geliyor لا أعلم يبدو الأمر وكأنه هدر للوقت	1	2	3	4	5
14	Benim için avantaj sağlar mı bilmiyorum لا أعرف ما إذا كانت ستكون ميزة بالنسبة لي	1	2	3	4	5
15	Önemli mi, bir türlü anlam veremiyorum هل هو مهم، أنا فقط لا أستطيع أن أفهم	1	2	3	4	5
16	Emin değilim, aslında çok da umrumda değil لست متأكدًا، في الواقع أنا غير مهتم	1	2	3	4	5

