

## **İstanbul Sultangazi İlçesindeki Ortaokul Öğrencilerinin Beden Eğitimi Dersi Mutluluk Düzeyi**

*Happiness Level of Secondary School Students in Physical Education Course in Istanbul Sultangazi District*

### **ÖZET**

Yapılan araştırmada; ortaokul öğrencilerinin farklı değişkenlere göre beden eğitimi dersindeki mutluluk düzeylerinin incelenmesi amaçlanmaktadır. Araştırma örneklemini, İstanbul'un Sultangazi ilçesinde bulunan ortaokullarda 2023-2024 eğitim ve öğretim yılında öğrenim görmekte olan 300 (141 erkek ve 159 kadın) öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmada, Uğraş ve Serbes tarafından 2019 yılında geliştirilmiş olan "Beden Eğitimi Dersi Mutluluk Düzeyi Ölçeği" (BEDMDÖ) kullanılmıştır. Ölçeğin cronbach alpha güvenirlik katsayısı .857 olarak görüldüğü için ölçek güvenilir olarak değerlendirilebilir. Sonuçlara bakarak yapılan yorumlara göre BEDMDÖ'nün öğrencilerin beden eğitimi derslerinde sahip oldukları mutluluk düzeylerini betimlemede geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu söylenebilir. Araştırmada veri analizinde, demografik bilgilere ulaşabilmek amacıyla frekans (n), yüzde (%), aritmetik ortalama (X) ve standart sapma (Ss) betimsel istatistik yöntemlerinden faydalanılmıştır. İkili karşılaştırmalar için t testi, ikiden fazla olan karşılaştırmalar için ise tek yönlü Anova testi kullanılmıştır. Araştırmaya gönüllü olarak katılan öğrencilerin beden eğitimi dersindeki mutluluk düzeyleri cinsiyet ve spor yapma durumu değişkenlerine göre gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark görülmektedir ( $p<0.05$ ). Sonuç olarak, erkek öğrencilerin kız öğrencilere nazaran beden eğitimi dersinde daha mutlu olduğu ve düzenli spor yapan öğrencilerin yapmayanlara göre beden eğitimi dersindeki mutluluk düzeylerinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Beden eğitimi, Öğrenci, Spor, Mutluluk.

### **ABSTRACT**

In this research it is aimed to examine the happiness levels of secondary school students in physical education class according to different variables. The research sample consists of 300 students (141 males and 159 females) studying in secondary schools in the Sultangazi district of Istanbul in the 2023-2024 academic year. In the research, the "Physical Education Lesson Happiness Level Scale" (BEDMSÖ), developed by Uğraş and Serbes in 2019, was used. Since the Cronbach alpha reliability coefficient of the scale is seen as .857, the scale can be considered reliable. According to the comments made by looking at the results, it can be said that BEDMSÖ is a valid and reliable measurement tool in describing the happiness levels of students in physical education classes. In the data analysis of the study, frequency (n), percentage (%), arithmetic mean (X) and standard deviation (Ss) descriptive statistics methods were used in order to access demographic information. The t test was used for pairwise comparisons, and the one-way ANOVA test was used for more than two comparisons. There is a statistically significant difference between the happiness levels of the students who participated in the research voluntarily in the physical education lesson and the groups according to the variables of gender and sports status ( $p<0.05$ ). As a result, it has been determined that male students are happier in physical education class than female students, and students who do sports regularly have higher levels of happiness in physical education class than those who do not.

**Keywords:** Physical education, Student, Sports, Happiness.

### **GİRİŞ**

Çocukluk dönemi hızla ilerleyen bir gelişim dönemini kapsayan aşamadır. Bu nedenle de önemli bir anlam taşır. Bilişsel, fiziksel, toplumsal ve duygusal boyutları kapsayan bu kişisel büyümede bu süre zarfında büyük bir temel atıldığı anlamına gelir. Bu kritik dönemde, aileler, okullar ve çevre, önemli motor becerilerin gelişimine yardımcı olmak için çocukların sporla tanışması açısından hayati öneme sahip faktörlerdir. Spor, antik çağlardan günümüze kadar var olagelmiş ve insan davranışlarını etkileyen, bireylerin zihinsel ve fiziksel refahı için bir koruma görevi gören hareketliliği teşvik eden bir etkinliktir (Doğan, 2005).

**Merthan Er<sup>1</sup>**  
**Recep Kürkçü<sup>2</sup>**

### How to Cite This Article

Er, M. & Kürkçü, R. (2024).  
"İstanbul Sultangazi İlçesindeki Ortaokul Öğrencilerinin Beden Eğitimi Dersi Mutluluk Düzeyi"  
International Social Sciences Studies Journal, (e-ISSN:2587-1587) Vol:10, Issue:5; pp:732-741.  
DOI:  
<https://doi.org/10.5281/zenodo.11371685>

Arrival: 22 March 2024  
Published: 28 May 2024

Social Sciences Studies Journal is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.

1 Yüksek Lisans Öğrencisi, Amasya Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Amasya, Türkiye. ORCID: 0009-0007-5796-7879.

2 Prof. Dr., Amasya Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, Amasya, Türkiye. ORCID: 00000003-2508-5701.

Beden eğitimi, öğrencilerin spor deneyimlerinin olumlu yönlerinden yararlanmalarına olanak tanır. Doğru planlanmış bir beden eğitimi dersi ile spor ve fiziksel aktivite bir sosyal araç olarak işlevi görür ve bireyin psikomotor, zihinsel ve soyut alanlarda başarılarını artırır (Carpenter, 2010). Mosston ve Asworth (2004), beden eğitiminin öğrencilerin hayatındaki kritik rolünü vurgulamıştır. Beden eğitimi ve spor, öğrencileri etik ve sosyal zorluklara karşı hazırlıklı kılar, sorumluluk duygusu verir, adil oyun fikrini teşvik eder, rekabetçi sporlarda yol gösterir, stres yönetimine yardımcı olur, sosyal anlamda teşvik eder, temel yaşam değerlerini aşar, öğrenci refahını artırır ve bireylerin dik duruşlu vatandaşlar ve saygın toplum üyeleri olmaları için gereken nitelikleri geliştirmeye katkıda bulunur. Diğer bir deyişle bireylerin ve toplumların gelişimi için eğitim hedeflerini ilerletmede merkezi bir konuma sahiptir (Wuest ve Bucher 1999; Drewe, 2000; Laker, 2001; Hergüner, Arslan ve Dündar, 2002; Hellison, 2003; Bailey, 2006; Pringle, 2010; Uğraş ve Serbes, 2019).

Beden eğitimi aynı zamanda fiziksel egzersizler aracılığıyla destekleyici eğitim sisteminin ek bir ögesi olarak da hizmet eder (Darst ve Pangrazi, 2009). Ayrıca, öğrencilerin fiziksel aktiviteler konusunda bilgilenmeleri ve fiziksel aktiviteye katılımlarına olanak tanıyan tek derstir (Kohl ve Cook, 2013). Düzenli bir şekilde yapılan fiziksel aktiviteler aynı zamanda genel sağlık üzerinde olumlu etkilere yol açar (Sallis ve Patrick, 1994; McKenzie, Marshall, Sallis ve Conway, 2000; Strong ve diğ., 2005; Fairclough, Hilland, Stratton ve Ridgers, 2012). Ayrıca, fiziksel eğitimin bir tür ahlaki rehberlik olarak işlev gördüğü vurgulanmaktadır (Honeybourne, Hill ve Moors, 2004) ve sosyal ilişkilerde ilerlemenin fiziksel eğitim ve spor aracılığıyla gerçekleşebileceği savunulmaktadır (Laker, 2000; Davidson ve Moran-Miller, 2005).

Konu ile alakalı araştırmalar göz önüne alındığında mutluluk kavramına dair çeşitli anlayışların olduğu ortaya çıkmaktadır. Mutluluk, zihinsel ve bilişsel bir zemin üstünde değerlendirilmektedir. Bilişsel yönüyle, mutlu olmak ve hayatın anlamı çeşitli kıstaslar temel alınarak değerlendirilirken duygusal anlamda, gerçekler ve değerler arasında bir denge üzerinden tanımlanır (Diener ve diğ., 2003). Layaerd (2005), mutluluğu hayatın tadını çıkarmaktan kaynaklanan mükemmellik duygusu olarak tanımlamaktadır. Tabbodi ve Rahgozarand (2015), hayatın anlamının kavranması, kişiler arası ilişkiler, kişisel gelişim, doğayı ve çevreyi önemseme ve özverili düşüncelerin mutluluğa katkı sağladığını belirtmektedir. Selim (2008), mutluluğu insanlık tarihi boyunca gerçekleştirilen hedefler olarak tasvir etmektedir. Tabbodi ve Rahgozarand Abadi (2015), mutluluğu, bireysel ilerleme, hayatın anlamını anlama, empati yapabilme ve doğadan gelen mutluluk olarak tanımlamıştır. Marar (2004), gündelik hayattaki deneyimler üzerinden mutluluk kavramını tanımlamada ve açıklamada karşılaşılan zorluğu vurgulamaktadır. Veenhoven (2012), yüksek yaşam standartlarını ve iç huzuru mutluluğun göstergeleri olarak değerlendirmektedir.

Mutluluk optimizm, etik ve sosyo-kültürel değerleri içerir (Wojcik, Hovasapian, Graham, Motyl ve Ditto, 2015). Bu kavramın kişisel anlamda gelişmesi, kişiden kişiye değişen çeşitli istek, hedef ve ihtiyaçlara ulaşılmasını gerektirir (Kangal, 2013). Güçlü, sağlıklı, iyi korunmuş bir fizik ve zihne sahip beden mutluluğun temelidir. Düzenli olarak fiziksel aktivitelere katılan insanlar artmış moral, başarı hissi ve zindelik deneyimine erişirler ve mutluluğa diğerlerine göre daha kolayca erişebilirler (Yamaner, 2002).

Akademik anlamda mutluluk yaşayabilen çocukların sosyal alanlarda da başarılı olma olasılığı yüksektir (Bird ve Markle, 2012). Bireylerin fiziksel ve zihinsel anlamda gelişimine sporun önemli katkısı yaygın olarak kabul edilmektedir (Uzun Dönmez ve İmamoğlu, 2020). Bireylerin fiziksel, zihinsel ve duygusal ilerlemelerini sağlamaları ve başarıya ulaşmaları için fiziksel aktivitelere düzenli katılımları şarttır (Delextrat, Warner, Graham ve Neupert, 2016). Bu konuda da beden eğitimi bu amaç doğrultusunda önemli bir rol oynar. Bu araştırma, bu bilgiler göz önünde bulundurularak ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi derslerindeki mutluluk düzeylerini değerlendirmeyi amaçlamaktadır.

## YÖNTEM

Yöntem kısmında, araştırmanın modeli, çalışma grubu, veri toplama araçları, verilerin analizi ele alınmıştır.

### Araştırmanın Modeli

Bu araştırma, ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi ve spor derslerindeki mutluluk düzeylerini belirlemek amacıyla yapılmıştır. Bu amaçla yapılan araştırmada tarama modelinde betimsel bir araştırmadır. Tarama modelleri, geçmişte veya şu anda var olan bir durumu olduğu gibi tanımlamaya veya o durumu kendi koşulları içinde ve olduğu gibi betimlemek amacıyla kullanılır (Karasar, 1998; Balcı, 2005).

### Çalışma Grubu

Çalışmaya 2023-2024 eğitim öğretim yılında İstanbul Sultangazi İlçesinde bulunan ortaokullarda öğrenim gören tesadüfi yöntem ile seçilmiş 300 öğrenci katılmıştır.

**Tablo 1:** Katılımcıların Demografik Özelliklerine Ait Tanımlayıcı İstatistikler

Demografik Değişkenler	Kategoriler	f	%
Cinsiyet	Erkek	141	47,0
	Kadın	159	53,0
	Toplam	300	100,0
Sınıf	5. sınıf Öğrenciler	54	18,0
	6. sınıf Öğrenciler	108	36,0
	7. sınıf Öğrenciler	34	11,3
	8. sınıf Öğrenciler	104	34,7
	Toplam	300	100,0
Kardeş Sayısı	Tek Çocuk	31	10,3
	İki Kardeş	132	44,0
	Üç Kardeş	82	27,3
	Dört ve Üzeri Kardeş	55	18,3
	Toplam	300	100,0
Anne Eğitim Durumu	Okuryazar Olmayan Anne	15	5,0
	İlkokul Mezunu Anne	108	36,0
	Ortaokul Mezunu Anne	66	22,0
	Lise Mezunu Anne	81	27,0
	Üniversite Mezunu Anne	25	8,3
	Lisansüstü Mezunu Anne	5	1,7
	Toplam	300	100,0
Baba Eğitim Durumu	Okuryazar Olmayan Baba	6	2,0
	İlkokul Mezunu Baba	86	28,7
	Ortaokul Mezunu Baba	80	26,7
	Lise Mezunu Baba	95	31,7
	Üniversite Mezunu Baba	30	10,0
	Lisansüstü Mezunu Baba	3	1,0
	Toplam	300	100,0
Anne Meslek Durumu	Ev Hanımı	197	65,7
	Memur	7	2,3
	İşçi	51	17,0
	Emekli	5	1,7
	Diğer	40	13,3
	Toplam	300	100,0
Baba meslek Durumu	Çiftçi	3	1,0
	Memur	12	4,0
	İşçi	106	35,3
	Emekli	29	9,7
	Diğer	150	50,0
	Toplam	300	100,0
Spor yapma durumu	Spor yapıyor	244	81,3
	Spor yapmıyor	56	18,7
	Toplam	300	100,0
Branş	Bireysel Sporlar	125	41,7
	Takım Sporları	175	58,3
	Toplam	300	100,0
İlgi Alanları	Kitap-Dergi Okumak	59	19,7
	Sinema	27	9,0
	Tiyatro	12	4,0
	Müzik	85	28,3
	Diğer	117	39,0
	Toplam	300	100,0
Kitap Okuma Sıklığı	Sıklıkla	138	46,0
	Nadiren	152	50,7
	Hiç	10	3,3
	Toplam	300	100,0

Tablo 1’de görüldüğü üzere araştırma grubunun %47’sini (n=141) erkek öğrenciler oluştururken %53’ünü (n=159) kız öğrenciler oluşturmuş, toplamda 300 öğrenci araştırmaya dahil olmuştur. Araştırmada 5. sınıf öğrencileri araştırma grubunun %18’ini (n=54), 6. sınıflar %36’sını (n=108), 7. sınıflar %11,3’ünü (n=34) ve 8. sınıflar %31,1’ini (n=130) oluşturmaktadır. Araştırma grubunda kardeş sayısına bakıldığında ise tek çocuk olan öğrenci grubun %10,3’ünü (n=31), iki kardeş olanlar grubun %44’ünü (n=132), üç kardeş olan öğrenciler grubun %27,3’ünü (n=82), dört kardeş ve üzeri kardeşe sahip olan öğrenciler ise grubun %18,3’ünü (n=55) oluşturmaktadır. Anne eğitim durumunda okuryazar olmayanların grubun %5,0’ini (n=15), ilkokul mezunu olanlar ise grubun %36’sını (n=108), ortaokul mezunu olanlar %22’sini (n=66), lise mezunu olan anneler grubun %27’sini (n=81), üniversite mezunu olanlar %8,3’ünü (n=25), lisansüstü mezunu olanlar ise grubun %1,7’sini (n=5) oluşturmaktadır. Baba eğitim durumu incelendiğinde okuryazar olmayanların grubun %2,0’sini (n=6), ilkokul

mezunu olanlar ise grubun %28,7'sini (n=86), ortaokul mezunu olanlar %26,7'sini (n=80), lise mezunu olanlar grubun %31,7'sini (n=95), üniversite mezunu olanlar %10'unu (n=30), lisansüstü mezunu olanlar ise grubun %1'ini (n=3) oluşturmaktadır. Araştırmaya katılan öğrencilerin annelerinin meslekleri incelendiği zaman ev hanımı olanlar grubu %65,7'sini (n=197), memur olanlar %2,3'ünü (n=7), işçi olanlar ise %17'sini (n=51), emekli olanlar grubun %1,7'sini (n=5), diğer meslek grupları ise grubun %13,3'ünü (n=40) oluşturmaktadır. Öğrencilerin babalarının mesleklerine bakıldığında ise grubun %1'ini çiftçi (n=3), %4'ünü memur (n=12), %35,3'ünü işçi (n=106), %9,7'sini emekli (n=29), %50'sini (n=150) diğer meslek grupları oluşturmaktadır. Katılım gösteren öğrencilerin spor yapma veya yapmama durumunda %81,3'ünü spor yapanlar (n=244), %18,7'sini (n=56) spor yapmayanlar oluşturmaktadır. Öğrencilerin branşlarına bakıldığında ise bireysel spor yapanlar %41,7'sini (n=125), takım sporu yapanlar %58,3'ünü (n=175), spor yapmayanlar ise %12'sini (n=36) oluşturduğu görülmüştür. Öğrencilerin ilgi alanlarında kitap – dergi okumak katılan öğrencilerin %19,7'sini (n=59), ilgi alanları sinema olanlar %9'unu (n=27), tiyatro olanlar %4'ünü (n=12), müzik ilgi alanına sahip öğrenciler %28,3'ünü (n=85), diğer ilgi alanlarına sahip öğrenciler ise grubun %39'unu (n=117) oluşturmaktadır. Araştırmada öğrencilerin kitap okuma sıklığı incelendiğinde ise sıklıkla okuyanlar grubun %46'sını (n=138), nadiren kitap okuyanlar %50,7'sini (n=152), hiç kitap okumayanlar ise grubun %3,3'ünü (n=10) oluşturduğu gözlemlenmiştir.

### Veri Toplama Araçları

Beden eğitimi ve spor dersi mutluluk düzeyini ölçmek amacıyla Uğraş ve Serbes'in (2019) yaptığı "Beden Eğitimi Dersi Mutluluk Düzeyi Ölçeği" (BEDMDÖ) kullanılmıştır. Ölçek tek boyutludur ve 9 maddeden oluşmaktadır. Ölçek maddeleri, tamamen katılıyorum (5), katılıyorum (4), orta düzeyde katılıyorum (3), katılmıyorum (2), kesinlikle katılmıyorum (1) şeklinde puanlandırılmıştır. Ölçeğin Cronbach Alpha değeri'nin .857 olarak görülmesinden dolayı ölçek güvenilir olarak değerlendirilebilir. Sonuç olarak BEDMDÖ'nün öğrencilerin beden eğitimi derslerinde mutluluk düzeylerini betimlemede geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu söylenebilir.

### Verilerin Analizi

Verilerin normalliğinin test edilebilmesi için çarpıklık ve basıklık değerleri değerlendirilmiştir. Tablo 2'de görüleceği gibi çarpıklık ve basıklık değeri +1.5 ile -1.5 değerleri arasında kaldığı için parametrik testler kullanılmasında karar kılınmıştır (Tabachnick ve Fidell,2007). İkili karşılaştırmalar için ise Independent Sample t testi kullanılmıştır. İki'den fazla karşılaştırma yapılan grup sayıları için One Way Anova testi kullanılmıştır. Anlamlılık düzeyi 0,05 olarak alınmıştır.

### BULGULAR

**Tablo 2:** Araştırmaya Katılan Ortaokul Öğrencilerinin Aritmetik Ortalama, Standart Sapma, Çarpıklık ve Basıklık Değerleri

Ölçme Aracı	n	Ort.	Ss	Skewness (Çarpıklık)	Kurtosis (Basıklık)
BEDMDÖ	300	4,1133	,88343	-1,210	1,220

Tablo 2 incelendiğinde araştırmaya katılım gösteren ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi dersindeki sahip oldukları mutluluk düzeyleri ( $\bar{X} = 4,1133$ ) olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

**Tablo 3:** Ortaokul Öğrencilerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Beden Eğitimi ve Spor Dersi Mutluluk Düzeyleri T Testi Sonuçları

Ölçme aracı	Cinsiyet	n	Ort.	Ss	t	Sd	p
BEDMDÖ	Erkek	141	<b>4,3160</b>	,84152	3,826	298	0,000*
	Kadın	159	3,9336	,88334			

\*p<0,01

Tablo 3' te yapılan analizler incelendiğinde, öğrencilerin cinsiyeti ile beden eğitimi mutluluk düzeyleri ( $t(298)= 3,826$ ;  $p<0,01$ ) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmektedir. Ortaya çıkan fark erkek öğrencilerin lehinedir.

**Tablo 4:** Ortaokul Öğrencilerinin Spor Durumu Değişkenine Göre Beden Eğitimi ve Spor Dersi Mutluluk Düzeyleri T Testi Sonuçları

Ölçme aracı	Spor Durumu	n	Ort.	Ss	t	Sd	p
BEDMDÖ	Spor Yapanlar	244	<b>4,2359</b>	,79794	5,232	298	0,000*
	Spor Yapmayanlar	56	3,5794	1,03577			

\*p<0,01

Tablo 4' te yapılan analizler incelendiğinde, öğrencilerin spor yapma-yapmama durumu ile beden eğitimi mutluluk düzeyleri ( $t(298)= 5,232$ ;  $p<0,01$ ) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmektedir. Ortaya çıkan fark spor yapan öğrencilerin lehinedir.

**Tablo 5:** Ortaokul Öğrencilerinin Branş Değişkenine Göre Beden Eğitimi ve Spor Dersi Mutluluk Düzeyleri Independent Sample T Testi Sonuçları

Ölçme aracı	Branş	n	Ort.	Ss	t	Sd	p
BEDMDÖ	Bireysel Sporlar	125	<b>4,1182</b>	,81951		298	,936*
	Takım Sporları	175	4,1098	,92871			

\*p&gt;0,05

Tablo 5' te yapılan analizler incelendiğinde, öğrencilerin branş durumu ile beden eğitimi mutluluk düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir (p>0,05).

**Tablo 6:** Ortaokul Öğrencilerinin Sınıf Düzeyi Değişkenine Göre Beden Eğitimi ve Spor Dersi Mutluluk Düzeyleri Tek Yönlü Anova Sonuçları

Ölçekler	Sınıf zeyi	n	Ort.	Ss	Varyans kaynağı	Kareler Toplamı	S	Kareler ort.	F	p
BEDMDÖ	5. Sınıf	54	4,3066	,84460	Gruplar arası	9,448	3	3,149	4,163	,007
	6. Sınıf	180	4,1183	,84460						
	7. Sınıf	34	4,4150	,64517	Gruplar içi	223,908	6	2	,756	
	8. Sınıf	104	3,9092	1,03119						
	Toplam	300	4,1133	,88343	Toplam	233,357	9	2		

Tablo 6'da ortaokul öğrencilerinin sınıf düzeyi değişkenine ait ANOVA testi sonuçları verilmektedir. Sınıf düzeyi değişkenine göre, gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gözlemlenmemiştir (p>0,05).

**Tablo 7:** Ortaokul Öğrencilerinin Kardeş Sayısı Değişkenine Göre Beden Eğitimi ve Spor Dersi Mutluluk Düzeyleri Tek Yönlü Anova Sonuçları

Ölçekler	Kardeş Sayısı	n	Ort.	Ss	Varyans kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler ort.	F	p
BEDMDÖ	Tek Çocuk	31	4,1111	,84620	Gruplar arası	2,092	3	,697		,445
	İki Kardeş	132	4,0253	,91795						
	Üç Kardeş	82	4,1802	,85918	Gruplar içi	231,264	296	,781		
	Dört ve Üzeri	55	4,2263	,85639						
Toplam	300	4,1133	,88343	Toplam	233,357	299				

Tablo 7'de araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin kardeş sayısı değişkenine ait One-Way ANOVA testi sonuçları verilmiştir. Kardeş sayısı açısından gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma görülmemiştir (p>0,05).

**Tablo 8:** Ortaokul Öğrencilerinin Annelerinin Eğitim Durumu Değişkenine Göre Beden Eğitimi ve Spor Dersi Mutluluk Düzeyleri Tek Yönlü Anova Sonuçları

Ölçekler	Anne Eğitim Durumu	n	Ort.	Ss	Varyans kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler ort.	F	p
BEDMDÖ	Okuryazar Anne	15	3,6815	1,17579	Gruplar arası	5,931	5	1,186	1,533	,179
	İlkokul Mezunu Anne	10	4,0597	,90119						
	Ortaokul Mezunu Anne	8	4,2458	,85346	Gruplar içi	227,426	294	,774		
	Lise Mezunu Anne	66	4,2154	,86180						
	Üniversite Mezunu Anne	81	3,9333	,69240	25	4,0667	,85201			
	Lisansüstü Anne	5								
	Toplam	300	4,1133	,88343	Toplam	233,357	299			

Tablo 8'de araştırmada yer alan ortaokul öğrencilerinin annelerinin eğitim durumu değişkenine ait One-Way ANOVA testi sonuçlarına göre; Anne eğitim durumu açısından gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmadığı tespit edilmiştir (p>0,05).



**Tablo 9:** Ortaokul Öğrencilerinin Babalarının Eğitim Durumu Değişkenine Göre Beden Eğitimi ve Spor Dersi Mutluluk Düzeyleri Tek Yönlü Anova Sonuçları

Ölçekler	Baba Durumu	Eğitim	n	Ort.	Ss	Varyans kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler ort.	F	p
BEDMDÖ	Okuryazar Baba	Olmayan	6	4,2222	,75686	Gruplar arası	4,601	5	,920	1,183	,318
	İlkokul Mezun	Baba	86	4,0736	,96829	Gruplar içi	228,756	294	,778		
	Ortaokul Mezun	Baba	80	4,1014	,90633						
	Lise Mezun	Baba	95	4,0994	,86530						
	Üniversite Mezun	Baba	30	4,3704	,61091						
	Lisansüstü Mezun	Baba	3	3,2222	,22222						
	Toplam		300	4,1133	,88343	Toplam	233,357	299			

Tablo incelendiğinde babaları farklı eğitim seviyesindeki öğrencilerin beden eğitim dersindeki mutluluk düzeyleri arasında One-Way ANOVA testi sonuçlarına göre istatistiksel olarak anlamlı fark olmadığı yorumlanabilir ( $p>0,05$ ).

**Tablo 10:** Ortaokul Öğrencilerinin Annelerinin Meslek Durumu Değişkenine Göre Beden Eğitimi ve Spor Dersi Mutluluk Düzeyleri Tek Yönlü Anova Sonuçları

Ölçekler	Anne Durumu	Meslek	n	Ort.	Ss	Varyans kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler ort.	F	p
BEDMDÖ	Ev Hanımı		197	4,1230	,92278	Gruplar arası	2,085	4	,521	,665	,617
	Memur		7	3,7143	1,05186						
	İşçi		51	4,0784	,86189	Gruplar içi	231,271	295	,784		
	Emekli		5	4,5333	,52938						
	Diğer		40	4,1278	,70657						
	Toplam		300	4,1133	,88343	Toplam	233,357	299			

Tablo 10'da yapılan Anova testi sonucuna göre, ortaokul öğrencilerinin annelerinin meslek durumu değişkenine göre öğrencilerin beden eğitimi dersi mutluluk düzeyleri, üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı ve gruplar arasında istatistiksel olarak da farklılık olmadığı tespit edilmiştir ( $p>0,05$ ).

**Tablo 11:** Ortaokul Öğrencilerinin Babalarının Meslek Durumu Değişkenine Göre Beden Eğitimi ve Spor Dersi Mutluluk Düzeyleri Tek Yönlü Anova Sonuçları

Ölçekler	Baba Durumu	Meslek	n	Ort.	Ss	Varyans kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler ort.	F	p
BEDMDÖ	Çiftçi		3	3,4815	2,16690	Gruplar arası	4,530	4	1,133	1,460	,214
	Memur		12	4,1389	,77144						
	İşçi		106	4,2463	,79283	Gruplar içi	228,826	295	,776		
	Emekli		29	4,1724	,87165						
	Diğer		150	4,0185	,91818						
	Toplam		300	4,1133	,88343	Toplam	233,357	299			

Tablo 11 incelendiğinde, yapılan Anova testi sonucuna göre, öğrencilerin babalarının mesleği ile beden eğitimi ve spor dersine dair mutluluk düzeyleri arasında sayısal olarak anlamsal açıdan bir farklılık tespit edilmemiştir ( $p>0,05$ ).

**Tablo 12:** Ortaokul Öğrencilerinin İlgi Alanları Durumu Değişkenine Göre Beden Eğitimi ve Spor Dersi Mutluluk Düzeyleri Tek Yönlü Anova Sonuçları

Ölçekler	İlgi Alanları	n	Ort.	Ss	Varyans kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler ort.	F	p
BEDMDÖ	Kitap-Dergi Okumak	59	3,9492	,95744	Gruplar arası	4,368	4	1,092	1,407	,232
	Sinema	27	4,1646	,78590						
	Tiyatro	12	4,2778	,87039	Gruplar içi	228,988	295	,776		
	Müzik	85	4,2667	,83310						
	Diğer	117	4,0560	,89600						
	Toplam	300	4,1133	,88343	Toplam	233,357	299			

Tablo 12'de öğrencilerin ilgi alanlarına göre mutluluk düzeyleri arasındaki farkı belirlemek için yapılan Anova testi sonucunda ilgi alanları değişkenine göre anlamlı bir farklılık elde edilmemiştir.

**Tablo 13:** Ortaokul Öğrencilerinin Kitap Okuma Sıklığı Durumu Değişkenine Göre Beden Eğitimi ve Spor Dersi Mutluluk Düzeyleri Tek Yönlü Anova Sonuçları

Ölçekler	Kitap Sıklığı	Okuma	n	Ort.	Ss	Varyans kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler ort.	F	p
BEDMDÖ	Sıklıkla		138	4,0089	,89576	Gruplar arası	3,305	2	1,652	2,133	,120
	Nadiren		152	4,1879	,87276						
	Hiç		10	4,4222	,75323	Gruplar içi	230,052	297	,775		
Toplam			300	4,1133	,88343	Toplam	233,357	299			

Tablo 13'teki verilere bakıldığında öğrencilerin beden eğitimi dersine karşı mutluluk düzeyleri ile ortaokul öğrencilerinin kitap okuma sıklığı bakımından Anova testi sonucunda anlamlı farklılık bulunamamıştır.

## TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Yapılan araştırmada, ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersi mutluluk düzeylerinin yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. Bu bulgu, Uğraş ve Güllü 'nün (2020) yaptığı çalışmayla da örtüşmektedir ki aynı araştırmada da ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi mutluluğu yüksek ( $x=4,16$ ) olarak belirlenmiştir. Barney (2003), Chatterjee (2013), Colquitt ve ark. (2012) ve Keskin (2015) gibi araştırmacılar da ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersine karşı olumlu bir tutuma sahip olduğunu belirtmiştir.

Cinsiyete göre bakıldığında ise erkek öğrencilerin beden eğitimi ve spor dersindeki mutluluk düzeyleri kız öğrencilere göre daha yüksektir. Aybek, İmamoğlu ve Taşmektepligil (2011) de benzer bir bulguya ulaşmıştır. Onların araştırmasına göre erkek öğrencilerin beden eğitimi ve spor dersine karşı motivasyonu %80,9 iken, kız öğrencilerde bu oran %65,1'dir.

Erkek öğrencilerin beden eğitimi ve spor dersinde daha fazla mutlu olmaları muhtemelen fiziksel aktivitelere daha fazla katılım göstermelerinden kaynaklandığı yapılan çalışmalardan anlaşılmaktadır. Gürbüz ve Tank (2006), Bağır ve Geri (2006) ve Kangalgil, Hünük ve Demirhan (2004) gibi araştırmacılar da erkeklerin kadınlardan daha fazla spor yaptığını belirtmektedirler. Demirhan ve Koca (2004), Güllü (2007) ve Taşğın ve Tekin (2009) gibi araştırmacılar da erkek öğrencilerin beden eğitimi ve spora karşı tutumlarının kız öğrencilerden daha yüksek olduğunu tespit etmiştir.

Mevcut literatürde, çalışmamızın bulgularıyla farklılık gösteren bazı araştırmalar da mevcuttur. Sumngern ve ark. (2010) tarafından farklı bölgelerde yaşayan yaşlılar üzerinde yapılan çalışmada, mutluluk algısında kadınların lehine anlamlı bir fark bulunmuştur. Çolak (2018) ve Şirin ve Ulaş (2015) tarafından yapılan çalışmalarda da kadınların mutluluk ve öznel iyi oluş düzeylerinin erkeklerden daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. Buna karşın, Mahon ve ark. (2005) yaptıkları çalışmada mutlulukta cinsiyet farklılığı gözlemlenmemiştir.

Uğurlu ve Şakar (2015) tarafından yapılan çalışmada spor yapan öğrencilerin mutluluk puanlarının spor yapmayan öğrencilere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Buna karşın, bazı araştırmalar cinsiyete göre farklı sonuçlar ortaya koymaktadır. Örneğin, Lök ve Bademli (2017) tarafından yapılan çalışmada düzenli fiziksel aktivite ile depresyon arasında negatif bir ilişki gözlemlenirken, Keleş ve Alpkaya (2016) tarafından yapılan çalışmada spor yapan öğrencilerin ders başarısının spor yapmayan öğrencilere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Bingöl ve Alpkaya (2016) tarafından yapılan çalışmada ise spor yapan öğrencilerin öz saygı düzeylerinin daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır.

Bu çalışmamızda sonuç olarak, ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi dersi ve mutluluk düzeyi ilişkisi araştırılmıştır. Bulgular, mutluluk düzeyinin genel olarak ortalamanın üzerinde olduğunu göstermiştir. Ancak bazı farklılıklar ortaya çıkmıştır. Mutluluk düzeyi bakımından erkeklerin kızlara kıyasla beden eğitimi dersine daha olumlu baktığı görülmüştür. Ayrıca spor yapan öğrencilerin spor yapmayanlara göre beden eğitimi ve spor dersindeki mutluluk düzeyleri daha yüksek olduğu belirtilmiştir. Ancak öğrencinin katıldığı spor branşı, beden eğitimi dersinin mutluluk düzeyini etkilemediği tespit edilmiştir.

Bu sonuçlara dayanarak çalışmada çeşitli öneriler sunulmaktadır. Her yaşta öğrencinin ilgisini canlı tutabilmek için beden eğitimi dersleri, farklı yaş grupları dikkate alınarak, onların ilgilerini çekecek çeşitli aktiviteler içerecek şekilde tasarlanmalıdır. Mutluluk düzeyi konusundaki cinsiyet eşitsizliğine çözüm bulmak için sınıflar, özellikle kız çocuklarına hitap eden etkinlikler ve içeriklerle zenginleştirilmeli ve onların beden eğitimi dersindeki mutluluk seviyelerini erkek çocuklarına eşit hale getirmeyi amaçlamalıdır.

Okullar, daha kapsayıcı okul sporları etkinlikleri düzenlemek için aile-öğretmen birlikleri ve yerel yönetimlerle birlikte çalışarak bu çabayı daha da destekleyebilirler. Bu, daha geniş çeşitlilikte faaliyetler sunmayı ve ekipman, ulaşım ve katılımı ilgili bilgi gibi konularda destek sağlamayı içerebilir.

Mutluluk iyi işleyen bir toplumla bağlantılı olduğundan, öğrenci mutluluğu üzerindeki olumlu etkileri göz önüne alındığında, beden eğitimi programlarına öncelik verilmeli ve desteklenmelidir. Beden eğitimi dersinde eğitimciler, organize sporlara katılmayan öğrencilerin güven artırıcı aktiviteler ve farklı fiziksel aktiviteleri keşfetmelerini ve teşvik yoluyla daha fazla katılımı sağlamanın yollarını bulmalıdır.

Son olarak çalışma, beden eğitimi dersinden keyif almanın, okula ait olma duygusunun artması, yaşamdan daha fazla tatmin olunması, daha güçlü sosyal bağlantılar, akademik performansın artması ve özgüvenin artması dahil olmak üzere bir dizi olumlu etkiye yol açabileceğini öne sürmektedir. Bu potansiyel faydaları daha ayrıntılı olarak keşfetmek için ise daha fazla araştırmaya ihtiyaç vardır.

## KAYNAKÇA

- Alparslan, S. (2008). Ortaöğretim Öğrencilerinin Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Sergilediği Öğretim Davranışlarına İlişkin Algıları ve Öğrencilerin Bu Derse Karşı Geliştirdikleri Tutumları. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Bailey, R. (2006). Physical Education and Sport in Schools: A Review of Benefits and Outcomes. *Journal of School Health*, 76(8), 397–401.
- Balci, A. (2005). Sosyal Bilimlerde Araştırma, Ankara: Pegem A yayıncılık.
- Bird, J. M. ve Markle, R. S. (2012). Subjective Well-being in School Environments: Promoting Positive Youth Development Through Evidence-based Assessment and Intervention. *American Journal of Orthopsychiatry*, 61-66.
- Darst, P. W. ve Pangrazi, R. P. (2009). *Dynamics Physical Education for Secondary School Students* (6.bs.). San Francisco: Pearson Education.
- Delextrat, A. A., Warner, S., Graham, S. ve Neupert, E. (2016). An 8-week Exercise Intervention Based on Zumba Improves Aerobic Fitness and Psychological Well-Being In Healthy Women. *Journal of Physical Activity and Health*, 131-139.
- Demirel, Ö. ve Kaya, Z. (2007). Eğitim İle İlgili Temel Kavramlar. Ankara: Pegem.
- Diener, E., Oishi, S. ve Lucas, R. E. (2003). Personality, Culture, and Subjective Well-Being: Emotional and Cognitive Evaluations of Life. *Annual Review Of Psychology*, 54, 403–425.
- Doğan, O. (2005). *Spor Psikolojisi*. Nobel Kitabevi. Adana.
- Drewe, S. B. (2000). The Logical Connection Between Moral Education and Physical Education. *Journal of Curriculum Studies*, 32(4), 561–573.
- Erkan, S. E. ve Tamer, K. (2009). Doğu Anadolu bölgesi ilköğretim ve ortaöğretim okullarında beden eğitimi dersi için gereken tesis araç-gereç durumları ile öğrencilerin beden eğitimi dersine ilişkin tutumları arasındaki ilişkiler. *Journal of Physical Education and Sport Sciences*, 11(3).
- Fairclough, S., Hilland, T., Stratton, G. ve Ridgers, N. (2012). Am I Able? Is It Worth It? Adolescent Girls' Motivational Predispositions to School Physical Education: Associations With Health-Enhancing Physical Activity. *European Physical Education Review*, 18(2), 147–158. doi:10.1177/1356336x12440025
- Güllü, M. (2007). Ortaöğretim Öğrencilerinin Beden Eğitimi Dersine İlişkin Tutumlarının Araştırılması. Doktora Tezi. Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Harmandar, H. (2004). Beden Eğitimi ve Spor 'da Özel Öğretim Yöntemleri. Ankara: Nobel Yayın.
- Hellison, D. (2003). *Teaching Responsibility Through Physical Activity* (2. Bs.) Champaign, IL: Human Kinetics.
- Hergüner, G., Arslan, S. ve Dündar, H. (2002). Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü Öğrencilerinin Okul Deneyimi Dersini Algılama Düzeyleri, *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(11): 44-58.
- Kangal, A. (2013). Mutluluk üzerine kavramsal bir değerlendirme ve Türk hane halkı için bazı sonuçlar. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 12, 214-233.
- Karasar, N. (1998). Bilimsel Araştırma Yöntemi. (8.bs.). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Kuru, E. (2000). Beden Eğitimi ve Sporda Program Geliştirme. Ankara: Gazi.
- Laker, A. (2001). *Developing Personal, Social And Moral Education Through Physical Education*. New York: Routledge Falmer.



- Layaerd, R. (2005). *Happiness: Lessons from a new science*. Penguin Books/Penguin Group (USA).
- Lök, N. ve Bademli, K. (2017). Yetişkin Bireylerde Fiziksel Aktivite ve Depresyon Arasındaki İlişkinin Belirlenmesi. *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 14(40):101-110.
- Marar, Z. (2004). *Mutluluk paradoksu*. İstanbul: Kitap Yayınevi.
- McKenzie, T. L., Marshall, S. J., Sallis, J. F. ve Conway, T. L. (2000). Leisure-time Physical Activity in School Environments: An Observational Study Using SOPLAY. *Preventive Medicine*, 30(1), 70–77. doi:10.1006/pmed.1999.0591
- Mosston, M. ve Asworth, S. (2004). *Beden Eğitimi Öğretimi*. (E. Tüzemen, çev.). Ankara: Bağırğan.
- Özyalvaç, N. T. (2010). Ortaöğretim Öğrencilerinin Beden Eğitimi Dersine Yönelik Tutumları İle Akademik Başarı Motivasyonlarının İncelenmesi (Konya Anadolu Lisesi Örneği). (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Konya.
- Pehlivan, Z., Dönmez, B., ve Yaşat, H. (2005). Sınıf Öğretmenlerinin Beden Eğitimi Dersine Yönelik Görüşleri. *Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 10(3), 51-62.
- Pringle, R. (2010). Finding Pleasure in Physical Education: A Critical Examination of the Educative Value of Positive Movement Affects. *Quest*, 62, 119-134.
- Sallis, J. F. ve Patrick, K. (1994). Physical Activity Guidelines For Adolescents: Consensus Statement. *Pediatric Exercise Science*, 6(4), 302–314. doi:10.1123/pes.6.4.302.
- Strong, W. B., Malina, R. M., Blimkie, C. J. R., Daniels, S. R., Dishman, R. K., Gutin, B., ... Trudeau, F. (2005). Evidence Based Physical Activity for School-age Youth. *The Journal of Pediatrics*, 146(6), 732–737. doi:10.1016/j.jpeds.2005.01.055
- Sumngern, C., Azeredo, Z., Subgranon, R., Sungvorawongphana, N. ve Matos, E. (2010). Happiness Among the Elderly in Communities: A Study in Senior Clubs of Chonburi Province, Thailand. *Japan Journal of Nursing Science*, 7(1), 47–54. doi:10.1111/j.1742-7924.2010.00139.
- Şirin, A ve Ulaş, E. (2015). Ortaokul Öğrencilerinin Öznel İyi Oluş Düzeyleri Ve Karakter Eğitimi Uygulamaları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 13 (30), 279-307.
- Tabachnick, B. G. ve Fidell, L. S. (2007). *Using Multivariate Statistics (5.bs.)*. Boston: Allyan and Bacon.
- Tabbodi, M., Rahgozarand, H. ve Abadi, M. M. M. (2015). The relationship between happiness and academic achievements. *European Online Journal of Natural and Social Sciences*, 4(1), 241-246.
- Tamer, K. (1987). *Beden Eğitimi ve Oyun Öğretimi*, Anadolu Üniversitesi Açık Öğretim Fakültesi Yayınları, Ankara.
- Tamer, K. (1995). *Sporla Fiziksel-Fizyolojik Performansın Ölçülmesi ve Değerlendirilmesi*, Türkerler Kitapevi, Ankara.
- Taşgın, Ö. ve Tekin, M. (2009). Çeşitli Değişkenlere Göre İlköğretim ve Orta Öğretim Kurumlarında Öğrenim Gören Öğrencilerin Beden Eğitimi ve Spor Dersine İlişkin Tutum ve Görüşleri, *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 17(2), 457-466.
- Uğraş, S. ve Güllü, M. (2020). Ortaokulda Öğrenim Gören Öğrencilerin Beden Eğitimi Dersindeki Mutluluk Düzeyleri ile Yaşam Doyumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi: Yapısal Eşitlik Modeli. *Journal of History School*, 44, 583-599.
- Uğraş, S. ve Serbes, Ş. (2019). Beden Eğitimi Dersi Mutluluk Düzeyi Ölçeği Geçerlik ve Güvenilirlik Çalışması. *Journal of Global Sport and Education Research*, 2(2), 1-10).
- Uğurlu, M. F. ve Şakar, M. (2015). Spor Yapan ve Spor Yapmayan Üniversite Öğrencilerinin Duygusal Zekâ ve Mutluluk Düzeylerinin Karşılaştırılması. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 3(17): 461-469.
- Uzun Dönmez, M. ve İmamoğlu, O. (2020). Comparison of Attention Levels in Primary School Students in Terms of Gender and Physical Activity. *Asian Journal of Education and Training*, 6(2), 256-260.
- Veenhoven, R. (2012), "Happiness, Also Known as 'Life Satisfaction' and 'Subjective Well-being'", içinde: *Handbook of Social Indicators and Quality of Life Research*, Springer, 63-77.

Wojcik, S., Hovasapian, A., Graham, J., Motyl, M., Ditto, P. (2015). Conservatives report, but liberals display, greater happiness. *Science*, 347, 1243-1246.

Wuest, A. D. ve Bucher, C. A. (1999). *Foundations of Physical Education and Sport*, McGraw- Hill, Boston.

Yamaner, F. (2002). Beden eğitimi ve spora giriş. *Emek Matbaacılık ve Reklamcılık*, 10.