

Lisanslı Olarak Okul Sporlarına Katılan ve Katılmayan Ortaöğretim Öğrencilerinin Öz Güven ve Öz Yeterlilik Özelliklerinin İncelenmesi

*Muhammed Umut UÇAŞ 

**Betül BAYAZIT 

ORJİNAL ARAŞTIRMA

Özet

Çalışmanın amacı, ortaöğretimde öğrenim gören, lisanslı olarak okul sporlarına katılım sağlayan ve sağlamayan öğrencilerin öz güven ve öz yeterlilik düzeylerini bazı değişkenlere (cinsiyet, yaş, sınıf düzeyi, öğrenim gördüğü okul türü, lisanslı olma durumu, lisans türü) göre incelemektir. Araştırmanın evrenini, Van ilinin Edremit ilçesinde ortaöğretim kurumlarında öğrenim gören öğrenciler, örneklemini ise 5 farklı ortaöğretim kurumunda öğrenim gören ve lisanslı olarak okul sporlarına katılan ve katılmayan 14-18 yaş aralığında, 125 kız ile 145 erkek olmak üzere toplam 523 (270 lisanslı, 253 lisanssız) öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmada, gelişigüzel örnekleme yöntemlerinden olan basit rastgele örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Araştırmaya katılım gönüllülük esasına dayanmaktadır. Katılımcılara ve velilerine yazılı ve sözlü olarak çalışma hakkında bilgi verilmiş olup gönüllü onam formu imzalatılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından öğrencilerin yaşı, cinsiyeti, sınıf düzeyi, lisanslı olma durumu, öğrenim gördüğü okul türü, lisanslı olma yılı gibi bilgilerin belirlenmesi amacıyla hazırlanan kişisel bilgi formu, Akın (2007) tarafından geliştirilen Öz Güven Ölçeği ile Sherer ve ark. (1982) tarafından geliştirilen Türkçeye uyarlanması, geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Gözüm ve Aksayan tarafından (1999) yapılan Öz Yeterlilik Ölçeği uygulanmıştır. Ölçeklerin kullanımı için araştırmacılar tarafından ölçek sahibinden e-mail aracılığıyla izin alınmıştır. Yapılan çalışmada örneklem grubu için yapılan ölçeklere ait güvenilirlik analizi sonucunda öz güven ölçeği iç tutarlılık katsayısı 0,92; öz yeterlilik ölçeği iç tutarlılık katsayısı 0,83 olarak bulunmuştur. Araştırmanın veri analizleri için SPSS 22.0 paket programı kullanılmıştır. Bu bağlamda; araştırmaya katılan öğrencilerin demografik bilgileri için tanımlayıcı istatistikler, öz güven ve öz yeterlilik düzeyleri arasındaki ilişkinin analizi için pearson korelasyon analizi, öz güven ve öz yeterlilik arasındaki hem genel hem de cinsiyet değişkenine göre farkın belirlenmesi için t testi, öz güven ve öz yeterlilik düzeylerinin lisanslı olma yılları, lisans türü ve öğrenim gördükleri okul türüne göre farkların analizi için tek yönlü varyans (anova) analizi ve çoklu karşılaştırma (post-hoc) testi kullanılmıştır. Yapılan analizler sonucunda anlamlılık düzeyi $p<0,05$ olarak belirlenmiştir. Araştırmanın sonucunda; lisanslı olarak okul sporlarına katılım sağlayan öğrencilerin öz güven ve öz yeterlilik düzeylerinin, lisanssız olan öğrencilere göre anlamlı seviyede daha yüksek olduğu bulunmuştur. Ortaöğretim öğrencileri için hareket alanlarının artması, hareketsiz yaşama neden olan unsurların ortadan kaldırılması, çocukların düzenli olarak fiziksel aktivitelere hem aileleri hem de öğretmenleri tarafından yönlendirilmelerinin sağlanması bireylerin öz güven ve öz yeterlilik düzeylerinin artmasında önemli bir değer yaratacağı düşünülmektedir.

Anahtar kelimeler: Okul sporları, Öz güven, Öz yeterlilik, Ortaöğretim.

* Kocaeli Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Kocaeli-Türkiye. E-posta: umut.ucas.21@gmail.com

** Prof. Dr., Kocaeli Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Kocaeli, Türkiye. E-posta: betul.bayazit@kocaeli.edu.tr

Examination Of Self-Esteem and Self-Efficacy Characteristics Of Secondary School Students Participating and Not Participating In Licensed School Sports

Abstract

The aim of the study is to examine the self-confidence and self-efficacy levels of students studying in secondary education who participate in school sports with a license and who do not, according to some variables (gender, age, class level, type of school, status of being licensed, type of license). The universe of the study consists of students studying in secondary education institutions in Edremit district of Van province, and the sample consists of a total of 523 students (270 licensed, 253 unlicensed) between the ages of 14-18, studying in 5 different secondary education institutions and participating in school sports with a license and who do not participate. In the study, simple random sampling method, which is one of the random sampling methods, was used. Participation in the study is based on volunteering. Participants and their parents were informed about the study verbally and in writing, and a voluntary consent form was signed. In the study, the personal information form prepared by the researchers to determine information such as the students' age, gender, grade level, license status, type of school they attend, and license year, the Self-Confidence Scale developed by Akın (2007) and the Self-Sufficiency Scale developed by Sherer et al. (1982), whose Turkish adaptation, validity and reliability study were conducted by Gözümlü and Aksayan (1999), were used as data collection tools. Permission was obtained from the scale owner by the researchers via e-mail for the use of the scales. As a result of the reliability analysis of the scales conducted for the sample group in the study, the internal consistency coefficient of the self-confidence scale was found to be 0.92; the internal consistency coefficient of the self-efficacy scale was found to be 0.83. SPSS 22.0 package program was used for the data analysis of the research. In this context; descriptive statistics were used for the demographic information of the students participating in the research, Pearson correlation analysis was used for the analysis of the relationship between self-confidence and self-efficacy levels, t-test was used to determine the difference between self-confidence and self-efficacy according to both general and gender variables, one-way variance (anova) analysis and multiple comparison (post-hoc) test were used for the analysis of the differences in self-confidence and self-efficacy levels according to the years they were licensed, type of license and the type of school they attended. As a result of the analysis, the significance level was determined as $p < 0.05$. As a result of the research; It was found that the self-confidence and self-sufficiency levels of students who participate in school sports with a license are significantly higher than those who do not have a license. It is thought that increasing the movement areas for secondary school students, eliminating the elements that cause a sedentary life, and ensuring that children are regularly directed to physical activities by both their families and their instructors will create significant value in increasing the self-confidence and self-sufficiency levels of individuals.

Keywords: School sports, Self-esteem, Self-efficacy, Secondary education

Giriş

Çocukluk döneminde oyun etkinliklerine katılan çocukların ileriki yaşlarda daha sağlıklı, daha sosyal ve bilinçli bir birey olabileceği belirtilmektedir (Ishee, 2003). Ortaöğretim döneminde çocuklara uygulanan sistematik ve yaşa uygun oyun çalışmalarının hareket becerisini, oyun kültürünü ve başarıyı arttırdığı da vurgulanmaktadır (Ward ve ark.,1999). Çocuklar üzerinde yapılan bir araştırmada düzenli-sistemli uygulanan fiziksel aktivite programının çocuklarda hem davranış problemlerini azalttığı hem de sosyal iletişimi geliştirdiği ortaya çıkmıştır (Alp ve Çamlıyer, 2016). Çocukların hareket içerikli oyunlara, fiziksel uygunluk, beceri ve öz güven gelişimi sağlama, düzenli ve sağlıklı fiziksel aktivite içerisinde bulunma, hedefleri kurma tecrübesi, öz disiplin ve doğru iletişim kurma becerisi için ihtiyaç duyduğu ifade edilmektedir (Baltacı, 2008).

Okullar, yerel yönetimler dışında, çocukları ve gençleri düzenli fiziksel aktivitelere yönlendiren önemli kurumlardır (Öcal ve Koçak, 2010). Beden eğitimi ve spor dersleriyle beraber okul sporları etkinlikleri, öğrencilerin yalnızca fiziksel gelişimlerine değil, aynı zamanda olumsuz sosyal davranışları engellemelerine (Harrison ve Narayan, 2003), duygusal iyiliklerine ve hayat boyu sportif alışkanlıklar edinmelerine yardımcı olmaktadır (Bucher ve Deborah, 1987). Okul sporları, hem rekabeti içinde barındırırken hem de eğitimsel bir özelliğe sahip olan beden eğitimi derslerini bir araya getirmektedir. Aktif olarak okul sporlarına katılan öğrenciler, özgüvenlerini artırmakta, kendilerini düzenleme yeteneklerini geliştirmekte, akademik başarılarını yükseltmekte ve böylece disiplin sorunlarıyla daha az karşılaşmaktadırlar.

Türkiye Okul Sporları Federasyonu, okullarda sporun gelişmesini ve ülke geneline yayılmasını sağlamak için kurulmuştur. Federasyonun kuruluşundan bu yana, yapılan spor branşı faaliyetlerinde bir artış yaşanmıştır. Örneğin, 2021-2022 eğitim öğretim yılında 76 farklı spor branşı üzerinden faaliyetler düzenlenmiştir. Bu faaliyetler pandemi nedeniyle 2020-2021 eğitim öğretim yılında gerçekleştirilememiştir. Okul sporları, sadece bedensel gelişimi teşvik etmekle kalmamakta, aynı zamanda öğrencilerin moralini yükseltmekte, toplu duyguları ve davranışları ortaya çıkarmakta ve milli değerleri benimsetmekte olup bu etkinlikler, fiziksel, zihinsel ve ruhsal açıdan sağlıklı bireylerin yetişmesine katkı sağlamaktadır. Okul sporları, genç bireylerin toplumun bir parçası olmalarına ve mutlu, üretken bireyler haline gelmelerine yardımcı olmakta ayrıca, bireylerin ulusal kültürlerini tanıtmada ve ülkelerinin adını duyurmada da önemli bir role sahip olmaktadır (İnal, 2003).

Okulda yapılan spor etkinlikleri, öğrencilere kuralları anlama, özgüven gelişimi, kötü alışkanlıklardan kaçınma ve sosyalleşme gibi değerleri kazandırırken aynı zamanda bu değerleri benimsemelerine de yardımcı olmaktadır. Araştırmalar, okul sporlarının öğrencilerin fiziksel gelişimine de katkı sağladığını göstermektedir. Yapılan egzersizler öğrencilerin esnekliğini

arttırırken dayanıklılıklarını, oksijen kapasitelerini, dolaşım ve bağışıklık sistemlerini de güçlendirmektedir (Akgöl ve ark., 2012).

Öz güven, bir kişinin kendine olan inancı, değerlendirmesi ve bu inançların yaşamına etki etme biçimi olarak özetlenebilir. Öz güvenin yüksek veya düşük olması, bireyin hayatında önemli etkiler yaratabilmektedir. Kendine güvenen, başarıya odaklanmış, sorumluluk sahibi ve etkili ilişkiler kurabilen kişiler genellikle yüksek özgüvene sahip olabilmektedir. Öz güven, bireyin iç dünyasını etkileyen bir kavramdır. Kendini değerli görmek, yeteneklerine güvenmek ve hatalarının farkında olmak özgüven ile ilişkilendirilebilir. Bireyin hayatında önemli bir etkisi olan özgüven, kişinin nasıl kararlar aldığını, problemleri nasıl çözdüğünü ve ilişki kurma şeklini nasıl belirlediğini ortaya koymaktadır. Yüksek öz güvene sahip bireyler, genellikle olumlu özelliklere sahiptirler ve kendilerine güvenirlir. Bu durum, başarılı olma eğiliminde olmalarına, sorumluluk almalarına ve ilişkilerde başarılı olmalarına katkı sağlamaktadır. Ancak, düşük özgüvene sahip bireylerde ise başarısızlık korkusu, karar verme güçlüğü, aşırı hırs ve başkalarının onayına gereğinden fazla ihtiyaç gibi özellikler görülebilmektedir (Eldeleklioğlu, 2004). Öz güven, içsel ve dışsal güven olmak üzere iki ana kavrama ayrılır. İçsel güven, bireyin kendi benliğini sevmesi, memnun olması, içsel uyumu ve kimlikle bütünleşmesiyle ilgili iken dışsal güven ise bireyin diğerleriyle olan ilişkilerinde sergilediği kendine güvenen ve kendinden memnun tutumlardır (Akagündüz, 2006).

Bandura (1977), öz yeterliliği, kişinin gelecekte karşılaşabileceği durumları yönetme yeteneği ve bu durumları başarıyla sonuçlandırma inancı olarak tanımlamıştır (Kuzgun, 2017). Öz yeterlilik, kişinin belirli performans göstergelerine ulaşabilme yeteneği hakkındaki kendi değerlendirmesini içermektedir. Azar (2010) ise öz yeterliliği, kişinin yeteneklerine ve bu yeteneklerini kullanarak başarıya ulaşabileceği inancına dayalı olarak tanımlamaktadır. Genel öz yeterlilik ise bireyin genel yaşam koşullarıyla başa çıkabilme inancını ifade etmektedir (Kalaycı Kırlioğlu, 2019). Öz yeterlilik, kişinin duygusal tepkilerini zor durumlarda kontrol altında tutabilme kabiliyetini ifade etmekte olup (Schunk, 1991) bu kavram kişinin kendini gerçekleştirme için içsel bir kaynak olarak tanımlanabilir (Avcı ve Erol, 2016). Aynı zamanda, öz yeterlilik, durumlarla başa çıkma ve değişimi sağlama yeteneğine olan inancı da içermektedir (Markman ve ark., 2002). Bu algı, deneyimler, gözlemler ve başkalarının geri bildirimleriyle gelişebilmektedir (Karademir, 2012). Bireylerin sahip oldukları yeteneklerden ziyade bu yeteneklere ve kapasitelere olan inançları, davranışlarını etkilemekte (Bandura, 1986) iyi ve başarılı performans göstermek için kişilerin öz yeterlilik inançlarının yüksek düzeyde olması gerektiği düşünülmektedir (Kiremit, 2006).

Bu bağlamda, yapılan çalışmada lisanslı olarak okul sporlarına katılan ve katılmayan ortaöğretim öğrencilerinin öz güven ve öz yeterlilik özelliklerinin cinsiyet, yaş, sınıf düzeyi,

öğrenim gördüğü okul türü, lisanslı olma durumu ve lisans türü değişkenlerine göre incelenmesi amaçlanmıştır.

Gereç ve Yöntem

Araştırmanın Modeli

Araştırma, nicel araştırma yöntemi kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Araştırmada ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır.

Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini, Van ilinin Edremit ilçesinde ortaöğretim kurumlarında öğrenim gören öğrenciler, örneklemini ise 5 farklı ortaöğretim kurumunda öğrenim gören ve lisanslı olarak okul sporlarına katılan ve katılmayan 14-18 yaş aralığında, 125 kız ile 145 erkek olmak üzere toplam 523 (270 lisanslı, 253 lisanssız) öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmada, gelişigüzel örnekleme yöntemlerinden olan basit rastgele örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Araştırmaya katılım gönüllülük esasına dayanmaktadır. Katılımcılara ve velilerine yazılı ve sözlü olarak çalışma hakkında bilgi verilmiş olup gönüllü onam formu imzalatılmıştır.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada kullanılan kişisel bilgi formu araştırmacılar tarafından hazırlanmış olup; öğrencilerin yaşı, cinsiyeti, sınıf düzeyi, lisanslı olma durumu, öğrenim gördüğü okul türü, lisanslı olma yılı gibi bilgilerin belirlenmesi amacıyla oluşturulmuştur ve uygulanmıştır.

Araştırmada katılımcılara uygulanan Öz Güven Ölçeği, Akın (2007) tarafından kişilerin öz güven seviyelerini belirlemek için geliştirilmiştir. Ölçekteki maddeler için 5'li likert tipi derecelendirme ölçeği kullanılmış olup, maddelerin geçerlilik ve güvenilirlik analizleri yapılmıştır. Ölçek kullanımı için araştırmacılar tarafından ölçek sahibinden e-mail aracılığıyla izin alınmıştır. Yapılan çalışmada; örneklem grubu için öz güven ölçeğinin tamamında iç tutarlılık katsayısı 0.83, iç öz güven alt boyutu 0.83, dış öz güven alt boyutu ise 0.85 olarak bulunmuştur. Ayrıca, çalışmada ölçeğin bütünü için yapılan test-tekrar test güvenilirlik katsayıları 0.94 olarak tespit edilmiş olup, ayrıca iç öz güven alt boyutu için 0.97 ve dış öz güven alt boyutu için ise 0.87 olarak bulunmuştur. Ölçekteki toplam madde korelasyonları ise 0.30 ile 0.72 arasında değişiklik gösterdiği görülmüştür. Ölçekten elde edilen toplam puan arttıkça özgüven düzeyi artmaktadır (Akın, 2007). Ölçekteki toplam madde sayısı 33 olup kişilerin ölçekten alabilecekleri maksimum puan 165, minimum puan ise 33'tür. Ölçekte negatif madde bulunmamaktadır ve ölçekten alınan toplam puan kişilerin öz güven düzeylerini göstermektedir. Ölçekten alınan puan madde sayısına bölününce katılımcının öz güven seviyesini 5 puan üzerinden değerlendirme imkânı vermektedir. Böylelikle 5 üzerinden 3.5

puan ve üzeri; yüksek öz güven düzeyini, 2.5 - 3.5 arası orta öz güven düzeyini, 2.5 puan aşağısı ise düşük öz güven düzeyini ifade etmektedir (Akın, 2007).

Araştırmada katılımcılara uygulanan Öz Yeterlilik Ölçeği, Sherer ve ark. tarafından 1982 yılında bireylerin öz yeterlilik düzeylerini belirlemek amacıyla oluşturulmuş olup ölçeğin Türkçeye uyarlanması, geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Gözüm ve Aksayan tarafından 1999 yılında yapılmıştır. Ölçek 5 dereceli değerlendirmeye dönüştürülmüş olup, katılımcılardan tüm maddeler için 1 ile 5 arasında kendini tanımlama düzeyi için işaretleme yapmaları istenmiştir. Böylelikle ölçekten minimum 23 maksimum 115 puan alınabilmektedir. Ölçek kullanımı için araştırmacılar tarafından ölçek sahibinden e-mail aracılığıyla izin alınmıştır. Ölçekten elde edilen toplam puandaki artış, kişilerin öz yeterlilik algılarının iyi düzeyde olduğu anlamını taşımaktadır. Kişinin öz yeterliliğini algılayıp yargıda bulunabilmesi adına ergen ve yetişkinlere uygulanmaktadır. Ölçeğin test-tekrar test güvenilirlik katsayısı 0.92, iç tutarlılık katsayısı is 0.81 olarak bulunmuştur. Yapılan çalışmada örneklem grubu için yapılan ölçeklere ait güvenilirlik analizi sonucunda öz güven ölçeği iç tutarlılık katsayısı 0,92; öz yeterlilik ölçeği iç tutarlılık katsayısı 0,83 olarak bulunmuştur.

Verilerin Analizi

Araştırmanın veri analizleri için SPSS 22.0 paket programı kullanılmıştır. Bu bağlamda; araştırmaya katılan öğrencilerin demografik bilgileri için tanımlayıcı istatistikler, öz güven ve öz yeterlilik düzeyleri arasındaki ilişkinin analizi için pearson korelasyon analizi, öz güven ve öz yeterlilik arasındaki hem genel hem de cinsiyet değişkenine göre farkın belirlenmesi için t testi, öz güven ve öz yeterlilik düzeylerinin lisanslı olma yılları, lisans türü ve öğrenim gördükleri okul türüne göre farkların analizi için tek yönlü varyans (anova) analizi ve çoklu karşılaştırma (post-hoc) testi kullanılmıştır. Yapılan analizler sonucunda anlamlılık düzeyi $p < 0,05$ olarak belirlenmiştir.

Verilerin normal dağılım gösterip göstermediği skewness ve kurtosis (çarpıklık ve basıklık) değerlerinin incelenmesi aracılığıyla tespit edilmiştir. Sosyal bilimler alanında yapılan çalışmalarda bu değerlerin $\pm 1,50$ aralığında olmaları normal dağılıma uygunluk için yeterli görülmektedir (Tabachnick ve Fidell, 2013). Bu bilgiler ışığında araştırma verilerinin çarpıklık ve basıklık değerlerinin tamamının $\pm 1,50$ aralığında olduğu tespit edilmiş ve yapılan analizlerde parametrik testler kullanılmıştır.

Araştırmanın Etiği

Mevcut araştırma süresince “Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi” çerçevesinde hareket edilmiştir. Araştırmanın etik onayı Kocaeli Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulu’ndan 535180 sayılı proje numarası ve 18/01/2024 tarihinde alınmıştır.

Bulgular

Tablo 1. Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Demografik Bilgileri

		Lisanslı (n=270)		Lisanssız (n = 253)		Toplam (n = 523)	
		n	%	n	%	n	%
Yaş	14	38	14,1	59	23,3	97	18,5
	15	51	18,9	80	31,6	131	25
	16	83	30,7	55	21,7	138	26,4
	17	83	30,7	44	17,4	127	24,3
	18	15	5,6	15	5,9	30	5,7
Cinsiyet	Kız	125	46,3	165	65,2	290	55,4
	Erkek	145	53,7	88	34,8	233	44,6
Sınıf Düzeyi	9	32	11,9	54	21,3	86	16,4
	10	53	19,6	76	30	129	24,7
	11	90	33,3	81	32	171	32,7
	12	95	35,2	42	16,6	137	26,2
Okul Türü	Anadolu	167	61,9	167	66	334	63,9
	Meslek	57	21,1	58	22,9	115	22
	Fen	46	17	28	11,1	74	14,1

Tablo 1.'de araştırmaya katılan ortaöğretim öğrencilerinin tanımlayıcı istatistik bilgilerine yer verilmiştir. Bu sonuçlara göre; lisanslı öğrencilerin yaşlarına bakıldığında 38'inin (%14,1) 14, 51'inin (%18,9) 15, 83'ünün (%30,7) 16, 83'ünün (%30,7) 17 ve 15'inin (%5,6) 18 yaşında; lisanssız öğrencilerin ise 59'unun (%23,3) 14, 80'inin (31,6) 15, 55'inin (%21,7) 16, 44'ünün (%17,4) 17 ve 15'inin (%5,9) 18 yaşında olduğu görülmektedir. Lisanslı öğrencilerin cinsiyetlerine bakıldığında 125'inin (%46,3) kız, 145'inin (%53,7) erkek; lisanssız öğrencilerin ise 165'inin (%65,2) kız, 88'inin (%34,8) erkek olduğu görülmektedir. Lisanslı öğrencilerin öğrenim gördüğü sınıf düzeylerine bakıldığında 32'sinin (%11,9) 9.sınıf, 53'ünün (%19,6) 10.sınıf, 90'ının (%33,3) 11.sınıf ve 95'inin (%35,2) 12.sınıf; lisanssız öğrencilerin ise 54'ünün (%21,3) 9.sınıf, 76'sının (%30) 10.sınıf, 81'inin (%32) 11.sınıf ve 42'sinin (%16,6) 12.sınıf düzeyinde öğrenim gördüğü görülmektedir. Lisanslı öğrencilerin öğrenim gördüğü okul türlerine bakıldığında 167'sinin (%61,9) anadolu lisesinde, 57'sinin (%21,1) meslek lisesinde ve 46'sının (%17) fen lisesinde; lisanssız öğrencilerin ise 167'sinin (%66) anadolu lisesinde, 58'inin (%22,9) meslek lisesinde ve 28'inin (%11,1) fen lisesinde öğrenim gördüğü görülmektedir.

Tablo 2. Lisanslı Olarak Okul Sporlarına Katılan Ortaöğretim Öğrencilerinin Lisans Yılı ve Lisans Türlerine İlişkin Bilgileri

		n	%
Lisans Yılı	1	82	30,4
	2	97	35,9
	3	53	19,6
	4	38	14,1
Lisans Türü	Bireysel	43	15,9
	Takım	184	68,1
	Bireysel-Takım	43	15,9

Tablo 2.'de lisanslı öğrencilerin lisans yılı ve lisans türlerine ait bilgilere yer verilmiştir. Buna göre; lisanslı öğrencilerin lisanslı olma durumu yıllarına bakıldığında 82'sinin (%30,4) 1 yıl, 97'sinin (%35,9) 2 yıl, 53'ünün (%19,6) 3 yıl ve 38'inin (%14,1) ise 4 yıldır okul sporlarında lisanslı olduğu görülmektedir. Lisanslı öğrencilerin lisans türlerine bakıldığında 43'ünün (%15,9) bireysel, 184'ünün (%68,1) takım ve 43'ünün (%15,9) ise hem bireysel hem de takım sporlarına katılım sağladığı görülmektedir.

Tablo 3. Okul Sporlarına Katılan ve Katılmayan Ortaöğretim Öğrencilerinin Öz Güven ve Öz Yeterlilik Düzeyleri Arasındaki Fark Analizi (T test)

	Lisans Durumu	n	$\bar{x}$	Ss	t	p
İç Öz Güven	Var	270	4,189	0,549	9,839	0,00
	Yok	253	3,660	0,669		
Dış Öz Güven	Var	270	4,157	0,573	9,972	0,00
	Yok	253	3,604	0,686		
Toplam Öz Güven	Var	270	4,174	0,524	10,596	0,00
	Yok	253	3,633	0,633		
Öz Yeterlilik	Var	270	3,914	0,551	7,672	0,00
	Yok	253	3,535	0,576		

*p<0.05

Tablo 3.'te araştırmaya katılan ortaöğretim öğrencilerinin; öz güven alt boyutları, toplam öz güven ve öz yeterlilik düzeyleri ortalamalarının, lisanslı olma durumu değişkenine göre gruplar arası anlamlı farklılıklar gösterip göstermediğini tespit etmek amacıyla yapılan bağımsız örneklem t-testi sonuçları verilmiştir. Gruplar arasındaki fark; iç öz güven, dış öz güven, toplam öz güven ve öz yeterlilik değişkenlerinin tamamında istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur (p<0,05). Buna göre; grup ortalamalarına bakıldığında, lisanslı olarak okul sporlarına katılım sağlayan öğrencilerin öz güven ve öz yeterlilik düzeylerinin, lisanslı olmayan öğrencilere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Tablo 4. Okul Sporlarına Katılan ve Katılmayan Ortaöğretim Öğrencilerinin Öz Güven ve Öz Yeterlilik Düzeylerine İlişkin Pearson Korelasyon Analizi

		Lisanslı			Lisanssız		
		n	r	p	n	r	p
İç Öz Güven	Öz Yeterlilik	270	,493**	0,000	253	,477**	0,000

Dış Öz Güven	Öz Yeterlilik	270	,454**	0,000	253	,443**	0,000
Toplam Öz Güven	Öz Yeterlilik	270	,507**	0,000	253	,492**	0,000

*p<0.05

Tablo 4.'te araştırmaya katılan öğrencilerin öz güven ve öz yeterlilik ilişkisine dair pearson korelasyon analizi sonuçları verilmiştir. Lisanslı öğrencilerde; iç öz güven ile öz yeterlilik arasında %49,3 düzeyinde pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r=0,493$; $p<0,05$). Buna göre iç öz güven puanı arttıkça öz yeterlilik puanı da artmaktadır. Dış öz güven ile öz yeterlilik arasında %45,4 düzeyinde pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r=0,454$; $p<0,05$). Buna göre dış öz güven puanı arttıkça öz yeterlilik puanı da artmaktadır. Toplam öz güven ile öz yeterlilik arasında %50,7 düzeyinde pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r=0,507$; $p<0,05$). Buna göre toplam öz güven puanı arttıkça öz yeterlilik puanı da artmaktadır. Lisanslı olmayan öğrencilerde; iç öz güven ile öz yeterlilik arasında %47,7 düzeyinde pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r=0,477$; $p<0,05$). Buna göre iç öz güven puanı arttıkça öz yeterlilik puanı da artmaktadır. Dış öz güven ile öz yeterlilik arasında %44,3 düzeyinde pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r=0,443$; $p<0,05$). Buna göre dış öz güven puanı arttıkça öz yeterlilik puanı da artmaktadır. Toplam öz güven ile öz yeterlilik arasında %49,2 düzeyinde pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r=0,492$; $p<0,05$). Buna göre toplam öz güven puanı arttıkça öz yeterlilik puanı da artmaktadır.

Tablo 5. Okul Sporlarına Katılan ve Katılmayan Erkek Ortaöğretim Öğrencilerinin Öz güven ve Öz Yeterlilik Düzeyleri Arasındaki Fark Analizi (T test)

	Lisans Durumu	n	$\bar{x}$	Ss	t	p
İç Öz Güven	Var	145	4,273	0,505	8,298	0,00
	Yok	88	3,639	0,653		
Dış Öz Güven	Var	145	4,226	0,525	8,829	0,00
	Yok	88	3,549	0,591		
Toplam Öz Güven	Var	145	4,250	0,481	8,88900	0,00
	Yok	88	3,595	0,580		
Öz Yeterlilik	Var	145	3,898	0,568	6,52700	0,00
	Yok	88	3,379	0,600		

*p<0.05

Tablo 5.'te araştırmaya katılan erkek ortaöğretim öğrencilerinin; öz güven alt boyutları, toplam öz güven ve öz yeterlilik düzeyleri ortalamalarının, lisanslı olma değişkenine göre gruplar arası anlamlı farklılıklar gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan t-testi sonuçları verilmiştir. Gruplar arasındaki fark; iç-öz güven, dış-öz güven, toplam öz güven ve öz yeterlilik değişkenlerinin tamamında istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($p<0,05$). Buna göre; grup ortalamalarına bakıldığında, lisanslı olarak okul sporlarına katılım sağlayan erkek öğrencilerin öz güven ve öz yeterlilik düzeylerinin, lisanslı olmayan erkek öğrencilere göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 6. Okul Sporlarına Katılan ve Katılmayan Ortaöğretim Kız Öğrencilerinin Öz Güven ve Öz Yeterlilik Düzeyleri Arasındaki Fark Analizi (T Test)

	Lisans Durumu	n	$\bar{x}$	Ss	t	p
İç Öz Güven	Var	125	4,091	0,583	5,649	0,00
	Yok	165	3,672	0,679		
Dış Öz Güven	Var	125	4,078	0,617	5,604	0,00
	Yok	165	3,633	0,732		
Toplam Öz Güven	Var	125	4,085	0,558	6,022	0,00
	Yok	165	3,653	0,661		
Öz Yeterlilik	Var	125	3,932	0,533	4,798	0,00
	Yok	164	3,626	0,539		

*p<0.05

Tablo 6.'da araştırmaya katılan kız ortaöğretim öğrencilerinin; öz güven alt boyutları, toplam öz güven ve öz yeterlilik düzeyleri ortalamalarının, lisanslı olma değişkenine göre gruplar arası anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan t-testi sonuçları verilmiştir. Gruplar arasındaki fark; iç-öz güven, dış-öz güven, toplam öz güven ve öz yeterlilik değişkenlerinin tamamında istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($p<0,05$). Buna göre; grup ortalamalarına bakıldığında, lisanslı olarak okul sporlarına katılım sağlayan kız öğrencilerin öz güven ve öz yeterlilik düzeylerinin, lisanslı olmayan kız öğrencilere göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 7. Lisanslı Olarak Okul Sporlarına Katılan Ortaöğretim Öğrencilerinin Cinsiyete Göre Öz Güven ve Öz Yeterlilik Düzeyleri arasındaki Fark Analizi (T Test)

	Cinsiyet	n	$\bar{x}$	Ss	t	p
İç Öz Güven	Kız	145	4,273	0,505	2,748	0,006
	Erkek	125	4,091	0,583		
Dış Öz Güven	Kız	145	4,226	0,525	2,098	0,037
	Erkek	125	4,078	0,617		
Toplam Öz Güven	Kız	145	4,250	0,481	2,612	0,010
	Erkek	125	4,085	0,558		
Öz Yeterlilik	Kız	145	3,898	0,568	-0,496	0,620
	Erkek	125	3,932	0,533		

*p<0.05

Tablo 7.'de lisanslı olarak okul sporlarına katılan ortaöğretim öğrencilerinin; öz güven alt boyutları, toplam öz güven ve öz yeterlilik düzeyleri ortalamalarının, cinsiyet değişkenine göre gruplar arası anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan t-testi sonuçları verilmiştir. Gruplar arasındaki fark; iç-öz güven, dış-öz güven ve toplam öz güven değişkenlerinde istatistiksel açıdan anlamlı bulunurken ($p<0,05$), öz yeterlilik değişkeni açısından ise anlamsız olduğu bulunmuştur ($p> 0,05$). Buna göre; grup ortalamalarına bakıldığında, lisanslı olarak okul sporlarına katılım sağlayan kız öğrencilerin öz güven düzeyleri, erkek öğrencilere göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Öz yeterlilik açısından ise gruplar arası anlamlı bir fark tespit edilememiştir.

Tablo 8. Okul Sporlarına Katılmayan Ortaöğretim Öğrencilerinin Cinsiyete Göre Öz Güven ve Öz Yeterlilik Düzeyleri Arasındaki Fark Analizi (T Test)

	Cinsiyet	n	$\bar{x}$	Ss	t	p
İç Öz Güven	Erkek	88	3,639	0,653	-0,365	0,715
	Kız	165	3,672	0,679		
Dış Öz Güven	Erkek	88	3,549	0,591	-0,996	0,200
	Kız	165	3,633	0,732		
Toplam Öz Güven	Erkek	88	3,595	0,580	-0,689	0,474
	Kız	165	3,653	0,661		
Öz Yeterlilik	Erkek	88	3,379	0,600	-3,334	0,001
	Kız	164	3,626	0,539		

*p<0.05

Tablo 8.'de lisanslı olmayan ortaöğretim öğrencilerinin; öz güven alt boyutları, toplam öz güven ve öz yeterlilik düzeyleri ortalamalarının, cinsiyet değişkenine göre gruplar arası anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan t-testi sonuçları verilmiştir. Gruplar arasındaki fark; iç-öz güven, dış-öz güven ve toplam öz güven değişkenlerinde istatistiksel açıdan anlamsız bulunurken ($p>0,05$), öz yeterlilik değişkeni açısından ise anlamlı olduğu bulunmuştur ($p<0,05$). Buna göre; grup ortalamalarına bakıldığında, lisanslı olmayan kız öğrencilerin öz yeterlilik düzeyleri, erkek öğrencilere göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Öz güven açısından ise gruplar arası anlamlı bir fark tespit edilememiştir.

Tablo 9. Lisanslı Olarak Okul Sporlarına Katılan Ortaöğretim Öğrencilerinin Lisanslı Olma Yıllarına Göre Öz Güven ve Öz Yeterlilik Düzeyleri Arasındaki Fark Analizi (Anova)

	Lisans Yılı	n	$\bar{x}$	Ss	f	p
İç Öz Güven	1	82	4,065	0,564	2,748	0,043
	2	97	4,295	0,568		
	3	53	4,215	0,525		
	4	38	4,151	0,449		
Dış Öz Güven	1	82	4,025	0,634	3,218	0,023
	2	97	4,287	0,536		
	3	53	4,140	0,561		
	4	38	4,138	0,489		
Toplam Öz Güven	1	82	4,045	0,562	3,383	0,019
	2	97	4,291	0,522		
	3	53	4,179	0,488		
	4	38	4,145	0,436		
Öz Yeterlilik	1	82	3,8097	0,574	4,491	0,004
	2	97	4,071	0,480		
	3	53	3,803	0,591		
	4	38	3,892	0,544		

*p<0.05

Tablo 9.'da lisanslı öğrencilerin öz güven alt boyutları, toplam öz güven ve öz yeterlilik düzeylerinin, lisanslı olma yılı değişkenine göre gruplar arası anlamlı farklılıklar gösterip göstermediğini tespit etmek için yapılan anova testi sonuçları verilmiştir. Lisanslı olma yılına göre gruplar arasındaki fark; iç-öz güven, dış-öz güven, toplam öz güven ve öz yeterlilik değişkenlerinin tamamında istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($p<0,05$). Farkın hangi lisanslı olma süresi grupları arasında olduğunu görmek için tukey çoklu karşılaştırma (post-hoc) testi uygulanmıştır.

Tablo 10. Lisanslı Öğrencilerin Lisanslı Olma Yıllarına Göre Öz Güven ve Öz Yeterlilik Düzeyleri Farklarının Detaylı Olarak İncelenmesi (Tukey)

	Spor Yapma Süresi (A)	Spor Yapma Süresi (B)	Ortalamalar Arası Fark (A-B)	p
İç Öz Güven	1 yıl	2 yıl	-,230*	0,027
		3 yıl	-0,150	0,401
		4 yıl	-0,086	0,850
Dış Öz Güven	1 yıl	2 yıl	-,262*	0,012
		3 yıl	-0,115	0,657
		4 yıl	-0,113	0,740
Toplam Öz Güven	1 yıl	2 yıl	-,245*	0,009
		3 yıl	-0,133	0,464
		4 yıl	-0,099	0,762
Öz Yeterlilik	1 yıl	2 yıl	-,261*	0,008
		3 yıl	0,005	1,000
		4 yıl	-0,082	0,864

* $p<0.05$

Tablo 10.'da lisanslı öğrencilerin lisanslı olma yıllarına göre öz güven ve öz yeterlilik düzeyleri arasındaki farkların detayları verilmiştir. Tukey analizi sonucunda yalnızca lisanslı olma süresi 1 yıl ve 2 yıl olan öğrenci grupları arasında anlamlı farklılıklar olduğu tespit edilmiştir. Bu iki grup arasındaki fark; iç öz güven, dış öz güven, toplam öz güven ve öz yeterlilik değişkenlerinin tamamında istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($p<0,05$). Diğer lisanslı olma yılı grupları arasında anlamlı farklılıklar gözlemlenememiştir. Ortalama farklarına bakıldığında 2, 3 ve 4 yıldır lisanslı olan öğrencilerin öz güven düzeyleri 1 yıldır lisanslı olan öğrencilere göre daha yüksek olduğu, 2 ve 3 yıldır lisanslı olan öğrencilerin öz yeterlilik düzeyleri 1 yıldır lisanslı olan öğrencilere göre daha yüksek olduğu görülmüştür.

Tablo 11. Lisanslı Olarak Okul Sporlarına Katılan Ortaöğretim Öğrencilerinin Öğrenim Gördüğü Okul Türüne Göre Öz Güven ve Öz Yeterlilik Düzeyleri Arasındaki Fark Analizi (Anova)

	Okul Türü	n	$\bar{x}$	Ss	F	p
İç Öz Güven	Anadolu	167	4,161	0,501	6,844	0,001
	Meslek	57	4,403	0,662		
	Fen	46	4,026	0,492		
Dış Öz Güven	Anadolu	167	4,128	0,527	4,995	0,007
	Meslek	57	4,354	0,678		
	Fen	46	4,021	0,547		
Toplam Öz Güven	Anadolu	167	4,145	0,47	6,782	0,001
	Meslek	57	4,379	0,64		
	Fen	46	4,024	0,487		

Öz Yeterlilik	Anadolu	167	3,865	0,564	6,250	0,002
	Meslek	57	4,136	0,475		
	Fen	46	3,814	0,532		

*p<0.05

Tablo 11.'de lisanslı sporcuların öz güven alt boyutları, toplam öz güven ve öz yeterlilik düzeylerinin, öğrenim gördüğü okul türü değişkenine göre gruplar arası anlamlı farklılıklar gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan anova testi sonuçları verilmiştir.Öğrenim görülen okul türüne göre gruplar arasındaki fark; iç-öz güven, dış-öz güven, toplam öz güven ve öz yeterlilik değişkenlerinin tamamında istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($p<0,05$).Farkın hangi okul türü grupları arasında olduğunu görmek için tukey çoklu karşılaştırma (post-hoc) testi uygulanmıştır. Bu testin sonucunda farklılaşmanın meslek lisesi grubundan kaynaklandığı düşünülebilir.

Tablo 12. Lisanslı Öğrencilerin Öğrenim Gördükleri Okul Türüne Göre Öz Güven ve Öz Yeterlilik Düzeyleri Farklarının Detaylı Olarak İncelenmesi (Tukey)

	Okul Türü (A)	Okul Türü (B)	Ortalamalar Arası Fark (A-B)	p
İç Öz Güven	Meslek Lisesi	Anadolu Lisesi	,242*	0,010
		Fen Lisesi	,376*	0,001
Dış Öz Güven	Meslek Lisesi	Anadolu Lisesi	,225*	0,026
		Fen Lisesi	,332*	0,009
Toplam Öz Güven	Meslek Lisesi	Anadolu Lisesi	,234*	0,009
		Fen Lisesi	,355*	0,002
Öz Yeterlilik	Meslek Lisesi	Anadolu Lisesi	,270*	0,004
		Fen Lisesi	,321*	0,008

*p<0.05

Tablo 12.'de lisanslı öğrencilerin öğrenim gördüğü okul türlerine göre öz güven ve öz yeterlilik düzeyleri arasındaki farkların detayları verilmiştir. Meslek lisesi ile anadolu lisesi ve fen lisesi grupları arasındaki fark; iç öz güven, dış öz güven, toplam öz güven ve öz yeterlilik değişkenlerinin tamamında istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($p<0,05$). Anadolu lisesi ve fen lisesinde öğrenim gören öğrencilerin ortalamaları arasında ise anlamlı farklılıklar tespit edilmemiştir. Ortalama farklarına bakıldığında meslek lisesinde öğrenim gören lisanslı öğrencilerin öz güven ve öz yeterlilik düzeylerinin anadolu ve fen lisesinde öğrenim gören lisanslı öğrencilere göre daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir.

Tablo 13. Okul Sporlarına Katılmayan Ortaöğretim Öğrencilerinin Öğrenim Gördüğü Okul Türüne Göre Öz Güven ve Öz Yeterlilik Düzeyleri Arasındaki Fark Analizi (Anova)

	Okul Türü	n	$\bar{x}$	Ss	f	p
İç Öz Güven	Anadolu	167	3,658	0,649	,009	,991
	Meslek	58	3,660	0,726		
	Fen	28	3,676	0,687		
Dış Öz Güven	Anadolu	167	3,599	0,687	1,649	,194
	Meslek	58	3,706	0,697		
	Fen	28	3,421	0,637		

Toplam Öz Güven	Anadolu	167	3,629	0,620	,403	,669
	Meslek	58	3,682	0,678		
	Fen	28	3,553	0,628		
Öz Yeterlilik	Anadolu	166	3,514	0,585	1,270	,283
	Meslek	58	3,538	0,545		
	Fen	28	3,700	0,541		

*p<0.05

Tablo 13.'de lisanslı olmayan öğrencilerin öz güven alt boyutları, toplam öz güven ve öz yeterlilik düzeylerinin, öğrenin gördüğü okul türü değişkenine göre gruplar arası anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan anova testi sonuçları verilmiştir. Öğrenim görülen okul türü değişkenine göre gruplar arasındaki farkın; iç-öz güven, dış-öz güven, toplam öz güven ve öz yeterlilik değişkenlerinin tamamında istatistiksel açıdan anlamlı olmadığı görülmüştür ($p>0,05$).

Tablo 14. Lisanslı Olarak Okul Sporlarına Katılan Ortaöğretim Öğrencilerinin Lisans Türlerine Göre Öz Güven ve Öz Yeterlilik Düzeyleri Arasındaki Fark Analizi (Anova)

	Lisans Türü	n	$\bar{x}$	Ss	f	p
İç Öz Güven	Bireysel	43	4,214	0,468	0,291	,748
	Takım	184	4,196	0,572		
	Bireysel-Takım	43	4,132	0,531		
Dış Öz Güven	Bireysel	43	4,061	0,595	3,505	,051
	Takım	184	4,219	0,545		
	Bireysel-Takım	43	3,992	0,635		
Toplam Öz Güven	Bireysel	43	4,14	0,49	1,405	,247
	Takım	184	4,207	0,524		
	Bireysel-Takım	43	4,064	0,549		
Öz Yeterlilik	Bireysel	43	3,985	0,507	0,431	,650
	Takım	184	3,899	0,57		
	Bireysel-Takım	43	3,905	0,518		

*p<0.05

Tablo 14.'de lisanslı öğrencilerin iç öz güven alt boyutları, toplam öz güven ve öz yeterlilik düzeylerinin, lisans türü değişkenine göre gruplar arası anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan anova testi sonuçları verilmiştir. Lisans türü değişkenine göre gruplar arasındaki farkın; iç öz güven, dış öz güven, toplam öz güven ve öz yeterlilik değişkenlerinin tamamında istatistiksel açıdan anlamsız olduğu bulunmuştur ($p>0,05$).

Tartışma ve Sonuç, Öneriler

Bu araştırmada, lisanslı olarak okul sporlarına katılan ve katılmayan ortaöğretim öğrencilerinin öz güven ve öz yeterlilik düzeyleri tespit edilerek bu düzeyler arasındaki karşılaştırmalar ele alınmıştır. Araştırmanın sonucunda; lisanslı olarak okul sporlarına katılım

sağlayan öğrencilerin öz güven ve öz yeterlilik düzeylerinin, lisanssız olan öğrencilere göre anlamlı seviyede daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Alan yazındaki farklı araştırmalara bakıldığında lisanslı öğrencilerin lisanssız öğrencilere göre daha yüksek öz güven ve öz yeterlilik düzeylerine sahip olduklarının bulunduğu görülmektedir. Yapılan bir çalışmada, spor yapan ve yapmayan 185 lise öğrencisinin öz güven düzeyleri analiz edilmiş olup elde edilen bulgular, takım sporlarını tercih eden öğrencilerin iç özgüven düzeylerinin istatistiksel olarak olumlu yönde anlamlı olduğunu, bu grup öğrencilerin spor yapmayan öğrencilere göre daha yüksek bir iç öz güvene sahip olduğu belirlenmiştir (Ekinci ve ark., 2014). Başka bir çalışmada ise ortaöğretim seviyesindeki sporcu ve sedanter 179 öğrencinin öz güven düzeyleri karşılaştırılmış olup spor yapan bireylerin yapmayanlara göre hem iç hem dış öz güven düzeylerinin daha yüksek olduğunu bulunmuştur (Özbek ve ark., 2017). Bu çalışmaların sonucu, yapılan çalışma ile benzerlik göstermektedir. Okul sporlarına katılan öğrencilerin başarı algısı, katılım motivasyonu ve öz yeterlilik düzeylerinin incelendiği bir araştırmada, öz yeterlilik düzeylerinin hem erkek hem de kız öğrenciler için anlamlı farklılıklar gösterdiği sonucuna ulaşılmış olup okul sporları çalışmalarının arttıkça öğrencilerin öz yeterlilik düzeyinin de arttığı belirtilmiştir (Bozkurt, 2014). Spor yapmanın ergenlerin benlik saygısı ve öz yeterliliklerine etkisi konulu bir çalışmada spor yapan ergenlerin spor yapmayan ergenlere göre anlamlı düzeyde daha yüksek genel öz yeterlilik ve benlik saygısı düzeylerine sahip oldukları tespit edilmiştir (Yürük, 2015).

Yapılan araştırmada; lisanslı öğrencilerde cinsiyet değişkenine göre yapılan karşılaştırmalarda kız öğrencilerin öz güven düzeylerinin erkek öğrencilere göre daha yüksek olduğu bulunmuş olup bu farkın istatistiksel açıdan anlamlı olduğu tespit edilirken, öz yeterlilik düzeylerinde anlamlı farklılıklara rastlanmamıştır. Lisanssız öğrencilerde ise cinsiyet değişkenine göre yapılan karşılaştırmalarda öz güven açısından anlamlı farklılıklar bulunmuşken kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha yüksek düzeyde öz yeterlilik algısına sahip olduğu ortaya çıkmıştır. Ayrıca; lisanslı öğrencilerin lisanslı olma yaşına göre yapılan karşılaştırmalarda hem öz güven hem de öz yeterlilik açısından anlamlı farklılıklar olduğu görülmüş ve bu farklılaşmanın sebebinin 1 yıllık lisanslı olan öğrencilerden kaynaklandığı tespit edilmiştir. 2 yıldır lisanslı olan öğrencilerin, 1 yıldır lisanslı olan öğrencilere göre öz güven ve öz yeterlilik düzeyleri açısından anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür. Lisanslı öğrencilerin öğrenim gördükleri okul türüne göre yapılan karşılaştırmalarda ise hem öz güven hem de öz yeterlilik açısından anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Bu farklılaşmanın kaynağının meslek lisesinde öğrenim gören öğrencilerden kaynaklandığı bulunmuştur. Meslek lisesinde öğrenim gören öğrencilerin anadolu ve fen lisesinde öğrenim gören öğrencilerden daha yüksek öz güven ve öz yeterlilik düzeylerine sahip oldukları ortaya çıkmıştır. Lisanssız öğrencilerin öğrenim gördükleri okul türüne göre yapılan

karşılaştırmalarda ise hem öz güven hem de öz yeterlilik açısından anlamlı farklılıklar bulunmamıştır. Lisanslı olarak okul sporlarına katılan öğrencilerin öz güven ve öz yeterlilik düzeyleri, lisanssız öğrencilere göre daha yüksek bulunmuştur. Bu nedenle okul sporlarına katılımın öğrencilerin hem öz güven hem de öz yeterlilik düzeyleri üzerinde olumlu bir etkisi olduğu söylenebilir.

Lisanslı öğrencilerin lisans türlerine göre yapılan karşılaştırmalarda da hem öz güven hem de öz yeterlilik açısından anlamlı farklılıklar tespit edilmemiştir. Salar ve arkadaşları (2012) tarafından yapılan bir çalışmada, bireysel ve takım sporlarıyla uğraşan sporcuların duygu durumları çeşitli değişkenler açısından incelenmiş olup hem takım sporlarıyla uğraşan hem de bireysel spor türlerinden birini seçen ergen sporcuların kendilerine güven düzeylerinin benzer olduğunu ortaya koymuştur. Yapılan bir başka çalışmada ise liseli seviyedeki sporcu ve sedanter 179 öğrencinin özgüven düzeyleri karşılaştırılmış olup spor yapan bireylerin yapmayanlara göre hem iç hem de dış özgüven düzeylerinin daha yüksek olduğu bulunmuştur (Özbek, ve ark., 2017). Arslan, ve arkadaşları (2015) lise öğrencilerinde yaptığı çalışmada sınıf düzeyinin artmasıyla iç özgüven düzeyinin arttığı, ancak dış özgüven düzeyinin sınıf düzeyinden etkilenmediği sonucuna ulaşılmıştır. Sun'un (2015) lise öğrencilerinin özgüven düzeylerine sporun etkisi konulu tez çalışmasında, lisanslı olan sporcuların lisanslı olmayanlara göre özgüven alt boyutları ve toplam özgüven ölçeği açısından pozitif yönde anlamlı bir fark olduğu bulunmuştur.

Ortaöğretim öğrencileri için hareket alanlarının artması, hareketsiz yaşama neden olan unsurların ortadan kaldırılması, çocukların düzenli olarak fiziksel aktivitelere hem aileleri hem de öğretmenleri tarafından yönlendirilmelerinin sağlanması bireylerin öz güven ve öz yeterlilik düzeylerinin artmasına, yaşamı anlama ve değerlendirme süreçlerinden en iyi şekilde yararlanmasına destek olabilecek uygulamaların planlı ve verimli şekilde gerçekleştirilmesinin hem kendisine hem de çevresine değer katacağı düşünülmektedir.

Etik Kurul İzin Bilgileri

Etik değerlendirme kurulu: Kocaeli Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulu

Etik değerlendirme belgesinin tarihi: 18.01.2024

Etik değerlendirme belgesinin sayı numarası: 535180

Araştırmacıların Katkı Oranları Beyanı

Araştırma Fikri: MUU, BB; Araştırma Tasarımı: MUU, BB; Veri Toplama: MUU; Veri Analizi:

MUU, BB; Kaynak Taraması: MUU, BB; Makale Yazımı: MUU, BB; Eleştirel İnceleme: BB

Çalışma Dizaynı: MUU (%50), BB (%50)

Veri Toplama: MUU (%100)

İstatistiksel Analiz: MUU (%60), BB (%40)

Makalenin Hazırlanması: MUU (%40), BB (%60)

Çatışma Beyanı

Çalışma kapsamında herhangi bir kişisel ve finansal çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Kaynakça

- Akagündüz, N. (2006). İnsan yaşamında öz güven kavramı. İstanbul: Ümraniye Rehberlik ve Araştırma Merkezi Müdürlüğü Yayınları (1).
- Akgül, S., Göral, M., Demirel, M., ve Üstün, Ü. D. (2012). İlköğretim öğrencilerinin okul içi ve okullar arası sportif etkinliklere katılma nedenlerinin çeşitli değişkenler açısından araştırılması. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 32(1), 13-22.
- Akın, A. (2007). Öz-güven ölçeğinin geliştirilmesi ve psikometrik özellikleri. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7(2), 165-175.
- Alp, H., ve Çamlıyer, H. (2016). Otistik çocuklarda görülen davranış problemlerinin düzeltilmesiyle hareket eğitimi ve fiziksel aktivitelerin ilişkisi. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 5(2), 252-264.
- Arslan, A., Doğanay, H., Kırık, A. M., ve Çetinkaya, A. (2015) Lise öğrencilerinde spor yapma ve öz güven ilişkisi. *International Refereed Academic Journal of Sports, Health & Medical Sciences*, 17, 130-149. <https://doi.org/10.17363/SSTB.20151714050>
- Avcı, T. D., ve Erol, M. (2016). Eyleme geçiren bir katalizör “öz yeterlik algısı”: Üniversite öğrencileri üzerine bir inceleme. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 31(4), 711-723. doi: 10.16986/HUJE.2015014223
- Azar, A. (2010). Ortaöğretim fen bilimleri ve matematik öğretmen adaylarının özyeterlilik inançları. *Zonguldak Karaelmas Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(12), 235-252.
- Baltacı, G. (2008). Çocuk ve spor. Sağlık Bakanlığı Yayın No: 730. (1. Basım). Ankara: Klasmat Matbaacılık.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*. 34 (2): 191-215.
- Bandura, A. (1986). Social foundations of thought and action: A social cognitive theory. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Bozkurt, Ş. (2014). Okul sporlarına katılan öğrencilerin katılım motivasyonu, başarı algısı ve özyeterliliklerinin incelenmesi. (Yüksek lisans tezi). Akdeniz Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Antalya.
- Bucher, A., ve Deborah, A. (1987). Foundation of physical education and sport times. New York: Mirror/Mosby College Publishing.
- Ekinci, N. E., Özdilek, Ç., Deryahanoğlu, G., ve Üstün, Ü. D. (2014). Spor yapan lise öğrencilerinin öz güven düzeylerinin incelenmesi. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 1(1), 36-42.
- Eldeleklioğlu, J. (2008). Yalnızlığın belirleyicileri olarak: cinsiyet, duygusal ilişki, internet kullanımı algılanan sosyal destek ve sosyal beceri. *Eurasian Journal of Educational Research*, 33, 127-140.
- Gözüm, S., ve Aksayan, S. (1999). Öz-etkililik-yeterlilik ölçeğinin türkçe formunun güvenilirlik ve geçerliliği. *Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 2(1), 21-34.
- Harrison, P. A., ve Narayan, G. (2003). Differences in behavior, psychological factors, and environmental factors associated with participation in school sports and other activities in adolescence. *Journal of School Health*, 73(3), 113-120.
- Ishee, J. H. (2003). Participation in extra curricular physical activity in middle schools. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 74(4), 10.
- İnal, A. (2003). Beden eğitimi ve spor bilimi. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Kalaycı-Kırlıoğlu, H. İ. (2019). Sosyal hizmet uygulamasında mesleki uygunluk, genel öz yeterlilik ve mesleki doyum ilişkisi. (Doktora tezi). Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Karademir T, (2012). Öğretmenlerin öğrenme nesnesi öz yeterlilik algılarının farklı değişkenler açısından incelenmesi. (Yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Kiremit, H. (2006). Fen bilgisi öğretmenliği öğrencilerinin biyoloji ile ilgili özyeterlilik inançlarının karşılaştırılması. (Yayınlanmamış doktora tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Kuzgun, Y. (2017). Meslek gelişimi ve danışmanlığı. Ankara: Nobel Yayınevi.
- Markman, G. D., Balkin, D. B., ve Baron R. A. (2002). Inventors and new venture formation: The effects of general self-efficacy and regretful thinking. *Entrepreneurship Theory and Practice*, 27(2), 149-165.

- Öcal, K., ve Koçak, M. S. (2010). Okul sporlarının ortaöğretim öğrencilerinin akademik başarı ve davranış gelişimine etkisi. *Mediterranean Journal of Educational Research*, 7(1), 86-94.
- Özbek, S., Taşbilek-Yoncalık, M., ve Alıncak, F. (2017). Sporcu ve sedanter lise öğrencilerinin özgüven düzeylerinin karşılaştırılması (Kırşehir ili örneği). *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 2(3), 46-56.
- Salar, B., Hekim, M., ve Tokgöz, M. (2012). 15-18 yaş grubu takım ve ferdi spor yapan bireylerin duygusal durumlarının karşılaştırılması. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (6), 123-135. <https://doi.org/10.20875/sb.47129>
- Schunk, D. H. (1991). Self-efficacy and academic motivation. *Educational Psychologist*, 26(1), 207-231.
- Sherer, M., Maddux, J. E., Mercandante, B., Prentice-Dunn, S., Jacobs, B. ve Rogers, R. (1982). The self-efficacy scale: Construction and validation. *Psychological Reports*, 51, 663-671.
- Sun, E. (2015). Sporun lise öğrencilerinin öz güven düzeylerine etkisi. (Yüksek Lisans Tezi) Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Kahramanmaraş.
- Tabachnick, B. G., ve Fidell, L. S. (2013). Using multivariate statistics (6th ed.). Boston, MA: Pearson.
- Ward, P., Barrett, T. M., Evans, S. A., Douthett, P., Nguyen, P. T. ve Johnson, M. K. (1999). Curriculum effects in eighth-grade lacrosse. *J Teach PhysEduc*, 18, 428-443.
- Yürük, E. (2015). Spor yapmanın ergenlerin benlik saygısı ve öz yeterliliklerine etkisi. (Yüksek Lisans Tezi). Mersin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Mersin.