

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ MERKEZ KAMPÜSÜNDE ÖĞRENİM GÖREN ÖĞRENCİLERİN SPOR YAPMA EĞİLİMLERİ VE BEKLENTİLERİ

Doç.Dr.Gülgün ERSOY * / Dyt. Neşe OSKAY **

Hacettepe Üniversitesi Merkez Kampüsünde okuyan öğrencilerin spor yapma eğilimleri ve beklentilerini belirlemeyi amaçlayan bu araştırma 727 öğrenci üzerinde gerçekleştirilmiştir. Araştırma bulguları insan sağlığını yakından ilgilendiren bilim dallarında öğrenim gören üniversiteli gençlerin sporun yararları konusunda bilinçli olduklarını ancak derslerin yoğunluğu, teşvik, zaman, tesis ve malzeme yetersizliği gibi nedenlerle spor yapamadıklarını ortaya koymuştur.

Anahtar sözcükler: Genç, spor

Key words: Adolescents, sportive activities

GİRİŞ

Modern yaşamın getirdiği teknolojik kolaylıklar, sağladığı olanaklar ve durmadan değişen yaşam koşulları içinde, sporun kişi ve toplum sağlığı açısından önemi her geçen gün daha iyi anlaşılmaktadır (1).Gençlerin ise boş zamanlarını değerlendirmelerinin yanısıra beden sağlıklarını korumak,güven duygularını güçlendirmek,işbirliği ve yardımlaşma gibi beceriler kazanmalarında sportif faaliyetlerin yardımcı olduğu görüşü savunulmaktadır (2).

* Hacettepe Üniversitesi Beslenme ve Diyetetik Bölümü Öğretim Üyesi

** Diyetisyen

Bu araştırma, sporla sağlık bilimleri arasındaki işbirliğinin önemi nedeniyle Hacettepe Üniversitesi (HÜ) merkez kampüsünde öğrenim gören öğrencilerin spor yapma eğilimleri, beklentileri ve sorunlarını ortaya koymak, konu ile ilgili önerilerde bulunmak amacıyla planlanıp yürütülmüştür.

ARAŞTIRMA YÖNTEMİ ve ARAÇLAR

Araştırma ,1994-1995 ders yılı içerisinde H.Ü.Merkez Kampüsündeki rastgele örneklem yöntemiyle seçilen Eczacılık Fakültesi (Ecza), Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Yüksekokulu (FTR) ile Sağlık Teknolojisi Yüksekokullarında (STYO) okuyan toplam 727 öğrenci üzerinde yapılmıştır.(Tablo 1). Araştırmanın merkez kampüsünde okuyan öğrenciler üzerinde yapıma nedeni insan sağlığına yönelik eğitim veren bölümlerde okuyan öğrencilerin spor yapmaya daha olumlu ve bilinçli yaklaşabilecekleri düşüncesidir. Veriler araştırmanın yapıldığı günlerde derse devam eden öğrencilere önceden hazırlanan anket formu verilerek toplanmıştır.

Tablo 1:Öğrencilerin Fakülte,Yüksekokul Cinsiyet ve Sınıflara Göre Dağılımı

Sınıflar	ECZA		FTR		STYO		Toplam
	Erkek	Kız	Erkek	Kız	Erkek	Kız	
I.sınıf	17	42	25	44	4	64	196
II.sınıf	25	47	28	40	1	65	206
III.sınıf	23	45	18	44	4	64	198
IV.sınıf	19	28	15	24	4	37	127
Toplam	84	162	86	152	13	230	727

BULGULAR ve TARTIŞMA

Öğrencilerin spor yapma durumları Tablo 2 de verilmiştir. Tablo 2'de görüldüğü gibi araştırma kapsamına alınan öğrencilerin sadece 119'unun (%16.4) spor yaptığı,471'inin (%64.8)hiç spor yapmadığı, 137'sinin (%18.8) ise izleyici olarak sporla ilgilendiği saptanmıştır. Her üç bölümde okuyan

öğrenciler arasında spor yapanların oranları ise birbirine yakın bulunmuştur (%15.9, %16.8,%16.5). STYO da okuyan erkek öğrenci sayısının az olması nedeniyle spor yapanların çoğunu kız öğrenciler, diğer iki bölümde ise spor yapanların çoğunu erkek öğrenciler oluşturmuştur. Üniversite öğrencileri üzerinde yapılan diğer çalışmalarda benzer sonuçlar bulunmuştur(3-5).

Tablo 2: Öğrencilerin Spor Yapma Durumları

Spor Yapma Durumu	ECZA			FTR			STYO				
	Erkek	Kız	Toplam	Erkek	Kız	Toplam	Erkek	Kız	Toplam	Toplam	
Spor Yapan	S	29	10	39	29	11	40	4	36	40	119
	%	34.5	6.2	15.9	33.7	7.2	16.8	30.8	15.7	16.5	16.4
Spor Yapmayan	S	47	107	154	44	113	157	9	151	160	471
	%	56.0	66.0	62.6	51.2	74.4	66.0	69.2	65.6	65.8	64.8
Sporla İlgilenen Olarak İlgilenen	S	8	45	53	13	28	41	-	43	43	137
	%	9.5	27.8	21.5	15.1	18.4	17.2	-	18.7	17.7	18.8
TOPLAM	S	84	162	246	86	152	238	13	230	243	727
	%	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

Modern teknoloji, hızlı kentleşme ve değişen yaşam şeklinin getirdiği bunalım ve baskıları azaltmak, bunların kişiler üzerinde oluşturacağı olumsuz fiziki ve moral bozukluklarını hafifletmek, sağlıklı bir toplum yaratmak için beden eğitimi ve spor faaliyetlerini, örgütlü bir toplum olan öğrenciler için vazgeçilmez bir alışkanlık haline getirmek, gelişme ve kalkınmanın yapı taşlarıdır(6). Ülkemizde gençlere bilinçli ve yeterli bir şekilde boş zaman etkinlikleri eğitimi verilememiştir. Bu nedenle spor yapma gibi etkinliklere katılım gençler arasında çok azdır. Spor yapanların çoğunu erkeklerin oluşturması ülkemizde özellikle erkeklere hitap eden spor dallarının gelişmiş olması ve koşulların onlar için elverişli olması ile açıklanabilir(7). Boş zaman

etkinliği olarak spora ilgi daha çok pasif (izleyici olarak) bir ilgi niteliğindedir. Bu durum spor yapmayı zorlamasız ve özendirici bir uygulama olarak gençliğe sunamamaktan kaynaklanmaktadır(8).

Spor yapan öğrencilerin %33.6'sının lisansı bulunmaktadır. Erkek öğrencilerin %72.0, kız öğrencilerin %80.0 gibi büyük çoğunluğunun takım sporları olan futbol, basketbol, hentbol, tenis, su topu ve voleybol gibi spor branşlarını tercih ettikleri görülmüştür. Spor yapmanın yararları ile ilgili olarak öğrencilerin görüşleri Tablo 3'de verilmiştir.

Tablo-3: Öğrencilerin Spor Yapmanın Yararları Konusundaki Görüşleri

Spor yapmanın yararları	Sayı	%
Sağlık için gerekli	576	42.0
Stresten uzaklaştırır	310	22.6
Boş zamanları değerlendirir	201	14.7
Sosyal gelişimi sağlar	283	20.7
Toplam	1370	100.0

Tablo 3'de görüldüğü gibi öğrencilerin büyük çoğunluğu (%42.0) spor yapmanın kişiye bedenlen, ruhen sağlıklı bir yapı kazandırdığını bunun yanısıra sporun kişisel sorunlar ve stresten uzaklaştırdığını kişinin sosyal yönünü geliştirdiğini ve boş zamanlarını değerlendirmenin en iyi yolu olduğunu vurgulamışlardır.

Günümüzde spor ve insan yaşamı birbirinden ayrılmaz bir bütün haline gelmiştir. Bu nedenle hangi yaşta olursa olsun bilimsel temellere dayalı bilinçli ve sistemli yapılan spor insanın tüm yaşamı boyunca sağlıklı, başarılı, mutlu olmasında ve moral gücünün yüksek tutulmasında önemli bir rol oynamaktadır (9).

Öğrencilerin boş zaman etkinlikleri, öğrencilere göre ailelerinin spor yapmalarına ilişkin tutumları, spor yapmama nedenleri ile spor yapmaya teşvik için üniversite yönetiminden beklentileri Tablo 4'de gösterilmiştir.

Tablo 4: Öğrencilerin Boş Zaman Etkinlikleri, Öğrencilere Göre Ailelerinin Spor Yapmalarına İlişkin Tutumları, Öğrencilerin Spor Yapmama Nedenleri ve Spor Yapmaya Teşvik İçin Üniversite Yönetiminden Beklentileri

DEĞİŞKEN	SAYI	%
Boş Zaman Etkinlikleri		
Sanatsal uğraşı	196	15.7
Sportif uğraş	119	9.5
Kitap okuma	401	32.2
Ders çalışma	203	16.3
TV izleme	265	21.3
Diğer (ev işi, sohbet, yolculuk)	63	5.0
TOPLAM	1247	100.0
Öğrencilere Göre Ailelerinin Spor Yapmalarına İlişkin Tutumları		
Karışmaz	447	61.5
Destekler	260	35.7
Engeller	15	2.1
Bilmiyor	5	0.7
TOPLAM	727	100.0
Spor Yapmama Nedenleri		
Dersler yoğun	381	52.4
Tesis-malzeme yetersiz	309	42.5
Sağlık problemi var	37	5.1
TOPLAM	727	100.0
Spor Yapmaya Teşvik İçin Üniversite Yönetiminden Beklentileri		
Düzenli organizasyonlar yapılmalı, tesislerde		
spor yapma olanakları sağlanmalı	350	34.0
Tesis ve malzeme sağlanmalı	241	23.4
Boş zaman sağlanmalı	236	23.0
Spor faaliyetleri daha etkin duyurulmalı	119	11.6
Beden eğitimi ve spor dersleri zorunlu olmalı	82	8.0
TOPLAM	1028	100.0

Tablo 4’de görüldüğü gibi, öğrenciler boş zamanlarında kişiyi fiziksel olarak pasif kılan faaliyetlerden olan kitap okuma, TV izleme ve ders çalışmayı tercih ettiklerini belirtmişlerdir. Araştırmalar spor etkinliklerinin boş zamanları değerlendirmede önemli bir yer tuttuğunu ortaya koymaktadır. Avrupa Konseyince hazırlanan bir raporda da herkesin özellikle Üniversite öğrencilerinin boş zamanlarının %70’ini spora ayırmaları önerilmiştir (10). Yüksek öğrenim gençliğinin olumlu davranışlar kazanmalarında spor etkinlikleri önemli yer aldığı için, bu etkinliklerin düzenli bir organizasyonla yaygın bir biçimde sunulması uygun bulunmaktadır. Ancak spor tesisleri yönünden zengin üniversitelerde bile öğrencilerin çeşitli nedenlerle tam bir düzen içinde yapılandırılmadığı görülmektedir (4). Gerçekten de ülkemizde boş zamanı olumlu etkinliklerle değerlendiren gençlerimizin sayıca artması, bu konudaki olanakların fazlalaştırılması ile mümkündür.

Öğrencilerin çoğu (%61.5) ailelerinin spor yapmalarına karışmadığını, %35.7’si spor yapmasını desteklediğini belirtmişlerdir. Sadece %2.1 ailenin derslerine engel oluyor düşüncesiyle çocuklarının spor yapmasına engel olması olumlu bir bulgudur. Tezcan (11) ailenin düşünce ve değer yargılarının gencin boş zamanlarını değerlendirme etkinliklerini etkilediğini belirtmektedir. Yapılan bir çalışmada da sporla ilgilenen bireylerin bulunduğu ailelerde gençlerin spor yapmasının desteklediği bulunmuştur. Öğrencilerin spor yapmasına karışmayan ve spor yapmayı zaman kaybı olarak yorumlayıp engelleyen ailelerde ise, spora hiç kimsenin ilgi duymadığı görülmektedir (4).

Öğrencilerin %15.4’ü üniversite spor tesislerinden yararlandığını %31.7’si kısmen, %52.9 gibi çoğunluğu ise yararlanamadıklarını belirtmişlerdir. Yararlanamama nedeni olarak %45.0’ı zamanlarının sınırlı, derslerinin yoğun olduğunu, %18.0’i tesislerin tanıtımının yetersiz olduğunu söylemişlerdir.

Öğrencilerin sanata ya da spora olan eğilimlerini belirlemek amacıyla seçmeli ders olarak verilen güzel sanatlar ile beden eğitimi ve spor derslerinden hangisini seçtiği sorulduğunda % 31.9’ u beden eğitimi ve spor, % 12.8’ i güzel sanatlar derslerini seçtiklerini belirtmişlerdir. Seçmeli ders alanların genellikle üniversiteye başladıkları ilk ve ikinci sömestrede bu dersleri ders programına kodladıkları belirlenmiştir. Öğrencilerin sporun sağlıklı yaşam için önemini bilmeleri, insan sağlığını ilgilendiren bilim dallarında öğrenim görmeleri nedeniyle tercih ettikleri seçmeli ders beden eğitim ve spordur denilebilir. Ayrıca seçmeli derslerin üniversitenin ilk yıllarında programa kaydedilmesinin nedeni giderek artan ders yoğunluğu ve yüküdür. Zaten

öğrenciler spor yapmama nedeni olarak birinci sırada derslerinin yoğun olduğunu vurgulamışlardır (Tablo-4). Ders programlarının en uygun biçimde düzenlenerek öğrencilere boş zaman bırakılması ve üniversitedeki spor etkinliklerinin boş zamanları değerlendirme olgusu olarak dikkate alınması gerekmektedir.

Öğrenciler spor yapmaya teşvik etmek için Üniversite yönetiminden beklentilerini Tablo S4’de görüldüğü gibi sıralamışlardır. Üniversitedeki spor etkinlikleri ve programların daha etkili ve verimli olarak düzenlenebil-mesinde üniversite öğrencilerinin görüş ve beklentilerinin bilinmesi gerekmektedir. Ancak bu görüş ve beklentiler iyi bir organizasyona ışık tutabilir.

Öğrencilerin %34.0’ü düzenli organizasyonlar yapılarak spor tesislerinden yararlanma imkanları, % 23.4’ü tesis, araç ve gereçlerin sağlanması gerektiğini belirtmişlerdir. Gerçekten de gençlerin büyük çoğunluğunun sporun önemine inanmasına rağmen spor yapanların oranının az olması (%16.4) spor yapmanın zorlamasız ve özendirici bir uygulama olarak gençliğe sunulmamasından kaynaklanabilir. Bunun yanısıra gençlere gerekli ortamın sağlanamaması, araç,gereç, organizasyon eksikliği gibi faktörlerin yanısıra spor konusunda toplumumuzda köklü bir bilinçlenme bulunmaması bu durumu etkileyen etmenler arasındadır. DPT tarafından yapılan bir araştırmaya göre üniversite gençlerinin yalnızca %2.5’i sporla uğraşmaktadır. Ege Üniversitesinde ise bu oranın %10’a yükselmesinin özendirici koşulların daha çok olmasından kaynaklanabileceği belirtilmiştir(2). Mevcut tesislerden azami ölçüde yararlanmak çok amaçlı olarak kullanmak ve gençlere sürekli açık tutmak, spora olan ilgiyi artıracığı gibi öğrencilerin beklentilerine de cevap vermiş olacaktır.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırma verileri öğrencilerin sporun sağlık için yararlı olduğu konusunda bilinçli olduklarını, en çok derslerinin yoğunluğu, zaman, tesis ve malzeme yetersizliği gibi nedenlerle spor yapamadıklarını göstermektedir. Oysaki düzenli organizasyonlar, tesislerde spor yapma olanak-larının artırılması gibi teşvik edici ortamlar sağlanırsa öğrencilerin boş zamanlarının büyük çoğunluğunu spor etkinliklerine ayıracakları söyle-nebilir. Modern tıp bilimleri sporla insan yaşamı kapasitesinin artacağını vurgulamaktadır. Böylece araştırma kapsamına giren öğrenciler almış oldukları eğitime uygun davranışlar göstermeleri konusunda teşvik edilmelidirler.

Araştırma verileri ışığında belirlenen diğer öneriler şunlardır;

-Ders programları uygun biçimde düzenlenmeli, öğrencilere boş zaman ayrılmalıdır.

-Daha fazla sayıda öğrencinin beden eğitimi ve spor faaliyetlerine katılımını sağlamak için her yıl yapılan üniversite spor şenliklerinde öğrencilerin beklentileri doğrultusunda özendirici düzenlemeler yapılmalıdır.

-Mevcut tesis ve malzemeler daha etkin biçimde kullanılabilir duruma getirilmeli, ayrıca yeni tesis ve malzeme imkanları sağlanmalıdır.

- Yükseköğrenim kurumları tarafından spor etkinlikleri ile ilgili program ve düzenlemelerin daha etkin bir biçimde yapılması ve öğrencilerin görüş ve beklentilerinin alınması yararlı olacaktır.

ABSTRACT

THE INTEREST AND EXPECTATIONS OF THE HACETTEPE UNIVERSITY STUDENTS TO SPORTIVE ACTIVITIES

Ersoy G., Oskay N.

The purpose of this study was to determine the interest and expectations of the university students to sportive activities. The study was conducted on 727 students studying health related sciences. The data have indicated that students believe the benefit of sportive activities, however they are not involved in any sportive activities due to the intensive curriculum, lack of spare time and the inefficiency of the establishments and the equipments.

KAYNAKLAR

1. Kalyon TA. Spor Hekimliği. Sporcu Sağlığı ve Spor Sakatlıkları. GATA Basımevi. Ankara,1990.
2. Anon. Beden Eğitimi ve Spor, DPT Yayını, Ankara, 1984.
3. Kaçar M. Yıldırım A. Balkır N. Bursa Üniversitesi öğrencilerinin sporla ilişkileri. Spor Hekimliği Dergisi 4:131, 1980.

4. Yalçınkaya M. Saracaloğlu AS. Varol SR. Üniversite öğrencilerinin spora ilişkin görüşleri ve beklentileri. Spor Bilimleri Dergisi, 4:12,1993.
5. Birer S. Ersoy G. Metropolitan bir kentte spor yapan üniversiteli kız öğrencilerin spor ve beslenme konusundaki bilgi tutum ve davranışları. Spor Hekimliği Dergisi. 23:39, 1988.
6. Spor Şurası 1990, T.C. Başbakanlık Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü, Ankara, 1990.
7. Gökmen H. Akalın A. Koyuncu N. Saydar Z. Yükseköğretim Öğrencilerinin Serbest Zaman Etkinlikleri, Kendilerini Gerçekleştirme Düzeyleri, MESB Yayını, Ankara, 1985.
8. Tolon B. Bulut I. Dağdaş C. Nirun N (Ed): 12-24 Yaş Gençlerinin Sosyo Ekonomik Sorunları, G.Ü. Basın Yayın Y.O. Matbaası, Ankara, 1986.
9. Şipal C. Spor Kalp Sağlık, T.C. Milli Eğitim Gençlik ve Spor Bakanlığı Beden Terbiyesi ve Spor Genel Müdürlüğü, Ankara, 1987.
10. Anon. Üniversite, Akademi ve Yüksek Okulların Spor Sorunları, Gençlik ve Spor Bakanlığı Yayınları, No:23, Ankara, 1974.
11. Tezcan M. Sosyolojik Açından Boş Zamanların Değerlendirilmesi, A.Ü. Eğitim Fakültesi Yayını: No:16, Ankara, 1982.