

Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinde Özgüven, Algılanan Sınav Kaygısı ve Akademik Başarı

Aybüke ŞAHSUVAR

Hatay Mustafa Kemal Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü

<https://orcid.org/0000-0002-7688-0978>

Neslişah AKTAŞ ÜSTÜN

Hatay Mustafa Kemal Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

<https://orcid.org/0000-0003-0745-8527>

Özet

Mevcut araştırma Hatay Mustafa Kemal Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencilerinde özgüven, algılanan sınav kaygısı ve akademik başarının çeşitli değişkenler açısından incelenerek kavramlar arasındaki ilişkileri ortaya koyma için yapılmıştır. Çalışma nicel araştırma tekniklerinden nedensel ve ilişkisel tarama modellerinde desenlenmiş ve çalışmaya basit tesadüfi örnekleme yöntemine göre seçilmiş 198 denek katılmıştır. Çalışmada veriler, kişisel bilgi formunun yanı sıra "Öz Güven Ölçeği" ve "West-Side Sınav Kaygısı Ölçeği" ile toplanmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde Windows için SPSS 23 paket program kullanılmıştır. Veri analizinde veri toplama aracı için iç tutarlık katsayıları hesaplanmış ve ortalama, standart sapma, basıklık ve çarpıklık değerleri incelenmiştir. Çalışmada hipotez testleri olarak 95% güven aralığında bağımsız örneklem t testi, tek yönlü varyans analizi testi ve Pearson Korelasyon analizi kullanılmıştır. Sonuç olarak, mevcut araştırma Hatay Mustafa Kemal Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencilerinin özgüvenlerinde cinsiyet, bölüm, lisanslı olarak spor yapma ve tercih edilen spor dalı bakımından anlamlı bir farklılık olmadığını buna karşılık not ortalaması arttıkça dış öz güvenin de arttığını göstermiştir. Ayrıca katılımcıların sınav kaygılarında cinsiyet, lisanslı olarak spor yapma ve tercih edilen spor dalı bakımından anlamlı bir farklılık yokken; öğretmenlik bölümü öğrencileri daha düşük sınav kaygısına sahiptir. Son olarak, öz güven ve not ortalaması artarken sınav kaygısı düşmektedir.

Anahtar Kelimeler: Spor, özgüven, sınav, sınav kaygısı, akademik başarı

Self-Confidence, Perceived Exam Anxiety and Academic Success in Physical Education and Sports School Students

Abstract

The present study aimed to analyze self-confidence, perceived exam anxiety and academic success of Hatay Mustafa Kemal University School of Physical Education and Sports students according to personal features and reveal the relationships between the variables. The study was designed according to cross-sectional quantitative model and 198 subjects selected according to the simple random sampling method participated in the study. The data were collected with the "Self-Confidence Scale" and the "West-Side Exam Anxiety Scale" as well as the personal information form. SPSS 23 package program for Windows was used to evaluate the data. In the data analysis, the internal consistency coefficients for the data collection tools were calculated and the mean, standard deviation, kurtosis, and skewness values were examined. In the study, independent samples t-test, one-way analysis of variance test and Pearson Correlation analysis were used as hypothesis tests at 95% confidence interval. As a result, the present study showed that there was no significant difference in the self-confidence of Hatay Mustafa Kemal University School of Physical Education and Sports students in terms of gender, department, licensed sports, and preferred sports branch, whereas external self-confidence increased as the grade point average increased. Besides, there was no significant difference in the perceived exam anxiety of the participants in terms of gender, licensed sports, and the preferred sports branch; on the other hand, physical education teaching department students had lower test anxiety. Last, while self-confidence and grade point average increased, test anxiety decreased.

Key Words: Sports, self-confidence, exam, exam anxiety, academic success

SUMMARY

Introduction & Aim: Today, sports have become an integral part of our lives and the idea that it only contributes to people physically has become unacceptable. It has been accepted by everyone that the social, physiological and psychological benefits of sports should be evaluated as a whole (Yarimkaya et al., 2014). While carrying the success in sports to the top, it is not enough to be physically good and strong, the psychological aspects of the athletes are also important besides their physical strength and should be taken care of as much as their physical aspects (Civan et al., 2010). Self-confidence is very important for sports. In situations such as the instinct of success, struggling with difficulties, and turning negative thoughts into positive ones, which are the focus of physical education and sports, a person should be self-confident and should not lose his belief that he will succeed. This situation is directly related to the self-confidence of the person (Woodman & Hardy, 2003). It has been determined that sportsmen with high self-confidence are more effective in thinking positive ideas and coping with their anxiety compared to other sportsmen (Jones and Swain 1995 as cited in Yıldırım, 2013).

Anxiety is an emotional state that is highly likely to occur in our daily lives and affects everyone. When it is at the optimal level, it has the effect of motivating the individual and making it easier to start a job. Students can be anxious in many environments. One of the anxiety situations they feel in school environments is the anxiety they experience during exam moments. While controllable test anxiety increases academic success, excessive anxiety causes a decrease in success (Çakır, 2015). This anxiety problem is minimized with sports. Because as people who do sports continue to do sports, they experience mental relief and the problems that may occur are eliminated. The benefits of sports for people are accepted by everyone. However, the thought that the time students use for sports is considered unimportant and that it will negatively affect their success in their classes has been a matter of debate for many years. However, the positive aspects of sports on academic success are seen in many studies. According to these studies, the academic success of the students who take part in sports activities is higher. For example, Mücevher et al. (2016) concluded in their research that the academic achievement of students who are amateur or professional athletes is higher. According to a more recent study, the academic success of students who are engaged in one or more sports branches is higher than those who do not engage in any sports (Burns et al., 2020). It can be said that this situation is similar in sports faculty students. So, the present study aimed to examine the self-confidence, perceived test anxiety and academic success of Hatay Mustafa Kemal University Physical Education and Sports School students in terms of individual variables and to reveal the relationship between them.

Material & Method: The present study was designed according to descriptive survey and relational survey models. The descriptive survey model was preferred in examining the individual differences between the self-confidence and test anxiety of the participants, and the relational survey model was preferred in the analysis of the relationship between the dependent variables. 198 subjects selected according to the simple random sampling method participated in the study. The data were collected with the "Self-Confidence Scale" and the "West-Side Exam Anxiety Scale" as well as the personal information form. SPSS 23 package program for Windows was used to evaluate the data. In the data analysis, first, the internal consistency coefficients for the data collection tools were calculated and the mean, standard deviation, kurtosis, and skewness values were examined. In the study, independent samples t-test, one-way analysis of variance test and Pearson Correlation analysis were used as hypothesis tests at 95% confidence interval.

Results: As a result, the present study showed that there was no significant difference in the self-confidence of Hatay Mustafa Kemal University School of Physical Education and Sports students in terms of gender, department, licensed sports, and preferred sports branch, whereas external self-confidence increased as the grade point average increased. Besides, there was no significant difference in the perceived exam anxiety of the participants in terms of gender, licensed sports, and the preferred sports branch; on the other hand, physical education teaching department students had lower test anxiety. Last, while self-confidence and grade point average increased, test anxiety decreased.

1. GİRİŞ

Çağımızda spor, yaşamımızın ayrılmaz bir parçası durumuna gelmiştir ve insanlara sadece bedensel açıdan katkı sağladığı fikri kabul edilemez olmuştur. Sporun insanlara toplumsal, fizyolojik ve psikolojik yönden yararlarının bir bütün olarak değerlendirilmesi gerekliliği herkesçe kabul görmüştür (Yarımkaya ve ark., 2014). Sporda başarıyı en yukarıya taşıırken yalnızca fiziksel olarak iyi ve güçlü olmak yeterli değil, sporcuların fiziksel güçlerinin yanında psikolojik yönleri de önemli bir yer almaktadır ve bedensel yönleri kadar ilgilenilmelidir (Civan ve ark., 2010). Sporla pek çok sorun ortadan kalkmaktadır, örnek verecek olursak; yapılan çalışmalar özgüvenin spor yapan kişinin performansını en fazla etkileyen bilişsel faktör olduğunu ortaya koymaktadır. Özgüven spor için çok fazla önem teşkil etmektedir. Beden eğitimi ve sporun odağında olan başarıma içgüdü, zorluklarla mücadele etme negatif düşünceleri olumluya dönüştürebilme gibi durumlarda kişi kendine güvenmeli ve başaracağına olan inancını yitirmemelidir. Bu durum da kişinin doğrudan özgüveniyle ilişkilidir (Woodman ve Hardy, 2003). Özgüveni yüksek olan sportmenlerin, öteki sportmenlere kıyasla olumlu fikirler düşünebilmede ve kaygılarıyla başa çıkmada daha etkili olduklarına saptanmıştır (Jones ve Swain 1995 akt. Yıldırım, 2013).

Kaygı günlük yaşamımızda karşımıza çıkma ihtimali oldukça yüksek olan ve herkesi etkileyen bir duygu durumudur. Optimal seviyede olduğunda bireyi güdüleyerek bir işe başlamasını kolaylaştırma etkisine sahiptir. Öğrenciler pek çok ortamda kaygılı olabilmektedir. Okul ortamlarında hissettikleri kaygı durumlarından birisi de sınav anlarında yaşadıkları kaygıdır. Kontrol edilebilir düzeydeki sınav kaygısı akademik başarıyı artırırken, fazla kaygı başarı üzerinde düşüşe sebep olmaktadır (Çakır, 2015). Spor ile bu kaygı sorunu minimize edilmektedir. Çünkü spor yapan insanlar spora devam ettikçe mental yönden rahatlama yaşar ve oluşabilecek sorunlar ortadan kalkar. Sporun insanlara olan yararları herkesçe kabul edilmektedir. Ancak öğrencilerin spor için kullandıkları zamanın önemsiz görüldüğü ve derslerindeki başarılarını olumsuz yönde etkileyeceği düşünceleri de uzun yıllardır tartışma konusu olmuştur. Bu düşüncelerden dolayı aileler, çocuklarını spora yönlendirme konusunda tereddüt yaşamaktadır (Çalık, 2007). Hâlbuki sporun akademik başarı üzerindeki olumlu yanları yapılan pek çok çalışmada görülmektedir. Bu çalışmalara göre sportif etkinliklerde yer alan öğrencilerin akademik başarıları daha yüksektir. Örneğin Mücevher ve ark. (2016) araştırmalarında amatör veya profesyonel olarak sporcu olan öğrencilerin akademik başarılarının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Yapılan daha güncel bir araştırmaya göre de bir veya birkaç spor dalı ile uğraşan öğrencilerin akademik başarıları hiçbir spor ile uğraşmayanlara göre daha yüksektir (Burns ve ark., 2020). Bu durum sporcu öğrencilerde de benzerdir denilebilir. Bu çalışmada; BESYO öğrencilerinin özgüvenleri, sınav kaygıları ve akademik başarıları arasındaki ilişkilerin açığa çıkarılması açısından ve bireylerin spor için harcanan zamanın öğrencilerin akademik başarısını olumsuz etkileyeceği düşüncesini en aza indirmek bakımından önemlidir.

1.2. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı Hatay Mustafa Kemal Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencilerinin öz güven, algılanan sınav kaygısı ve akademik başarılarının bireysel değişkenler açısından incelenerek aralarındaki ilişkinin ortaya konulmasıdır.

2. MATERYAL VE METOT

Araştırma Deseni

Mevcut araştırma nicel araştırma tekniklerinden betimsel tarama ve ilişkisel tarama modellerine göre tasarlanmıştır. Katılımcıların öz-güven ve sınav kaygıları arasındaki bireysel farklılıkların incelenmesinde betimsel tarama modeli, bağımlı değişkenler arasındaki ilişkinin incelenmesinde ilişkisel tarama modeli tercih edilmiştir

Evren ve Örneklem

Araştırmaya Hatay Mustafa Kemal Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda öğrenimlerine devam eden 198 üniversite öğrencisi katılmıştır. Katılımcıların %43.4' ü (N=86) "kadın", %56.6' sı (N= 112) "erkek" tir. Katılımcıların yaş ortalamaları 22.45 ± 2.97 olarak hesaplanmıştır. Katılımcılar basit tesadüfi örneklem yöntemine göre seçilmiş ve çalışmada gönüllü olarak yer almışlardır. Örneklem büyüklüğünün tespitinde Gay ve ark. (2011)' nin önermesi dikkate alınmıştır. Bu önermeye göre evren 100 kişiden oluşuyorsa tüm katılımcıların örnekleme dâhil edilmesi gerekmektedir. Buna karşılık araştırma evreni 101-500 arasında ise %50, 501-1500 arasında olması durumunda ise %20'lik bir temsil örneklem için yeterli gelmektedir.

Tablo 1. Katılımcıların kişisel bilgilerinin dağılımları

Değişken	Kategori	N	%
Bölüm	Beden eğitimi ve spor öğretmenliği	57	28.8
	Antrenörlük	43	21.7
	Yöneticilik	49	24.7
	Rekreasyon	49	24.7
	Toplam	198	100
Lisanslı olarak spor yapıyor musunuz?	Evet	93	47
	Hayır	105	53
	Toplam	198	100
İlgilendiğiniz spor dalı?	Bireysel Sporlar	35	17.7
	Takım Sporları	58	29.3
	Lisanslı olarak spor yapmayan	105	53
	Toplam	198	100

Veri Toplama Araçları

Kişisel Bilgi Formu

Kişisel bilgi formu katılımcıların yaş, cinsiyet, bölüm, genel not ortalaması, düzenli spor yapıp yapmadıkları ve yapıyorlarsa bireysel mi yoksa takım sporunu yaptıklarının belirlenmesine yönelik altı sorudan oluşmaktadır.

Öz-güven Ölçeği

Ölçek iç öz güven ve dış öz güven şeklinde iki alt boyutta toplanan 33 maddelik 5'li Likert tipinden oluşmuştur. Öz güven ölçeğinin iç tutarlılık katsayıları Akın (2007) tarafından ölçeğin bütünü için .83, iç öz güven ve dış öz güven alt boyutları için sırasıyla, .83 ve .85 olarak bulunmuştur. Ölçekte 4, 25, 32, 17, 10, 30, 12, 3, 19, 5, 21, 27, 9, 23, 1, 7 ve 15. maddeler iç öz güven alt boyutunu oluştururken, 6, 31, 20,

29, 16, 14, 22, 11, 18, 33, 2, 28, 26, 13, 8 ve 24. maddeler ise dış öz güven alt boyutunu oluşturmaktadır ve toplam varyansın % 43.6'sını açıklamaktadır (Akın, 2007).

West-Side Sınav Kaygısı Ölçeği

Ölçek Driscoll (2007) tarafından geliştirilmiş Türkçe'ye üniversite öğrencileri için Totan ve Yavuz (2009) tarafından uyarlanmıştır. Ölçek özgün formunda sınav kaygısını azaltmaya yönelik bir programın etkisini incelemede kullanılmak amacıyla geliştirilmiştir. Driscoll (2007) tek bir boyutta on madde olarak ölçeği şekillendirirken Totan ve Yavuz (2009) bir maddenin iki farklı işaret değişkeni olarak tanımlanmasının Türkçe dil bilgisi için daha uygun olacağını düşünerek ölçeği on bir madde olarak Türkçeye çevirmişlerdir. Driscoll (2007) ölçeğin kapsam geçerliğini belirlemek amacıyla çalışmalar yapmıştır. Totan ve Yavuz (2009) betimleyici faktör analizinde ölçeğin açıklanan varyansının %46,05 olduğu, faktör yüklerinin .32 ile .78 arasında olan tek boyutlu yapının var olduğu belirlenmiştir.

Veri Toplama Prosedürü

Araştırmada tüm uygulamalardan önce Hatay Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal ve Beşerî Bilimler Etik Kurulu onayı alınmıştır. Daha sonra Hatay Mustafa Kemal Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Müdürlüğü ile görüşülüp sözlü ve yazılı onay alınmıştır. Veri toplama araçları deneklere ders başlangıçlarından önce öğretim elemanlarından izin alınarak uygulanmıştır. Araştırmada katılım gönüllülük esasına dayalı şekilde gerçekleştirilmiştir.

Veri Analizi

Verilerin analizinde SPSS 23 Paket programı kullanılmıştır. Öncelikle veri toplama araçları için iç tutarlık katsayıları hesaplanmış ve basıklık ile çarpıklık değerleri incelenmiştir. Katılımcıların kişisel bilgilerinin dağılımlarının belirlenmesinde frekans ve yüzde yöntemleri kullanılmıştır. Katılımcıların öz-güven ve sınav kaygısı puanlarının hesaplanmasında tanımlayıcı istatistiksel yöntemlerden faydalanılmıştır. Katılımcıların öz-güven ve sınav kaygı düzeylerinde bireysel değişkenlerden kaynaklı farklılıkların belirlenmesinde bağımsız örneklem t testi ve tek yönlü varyans analizi testleri kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkilerin tespitinde Pearson Korelasyon testinden faydalanılmıştır. İstatistiksel testler 95% güven aralığında yapılmıştır.

3. BULGULAR

Tablo 2. Veri toplama araçları için hesaplanan iç tutarlık katsayıları ve çarpıklık ve basıklık değerleri

	İç Tutarlık	Çarpıklık	Basıklık
İç öz-güven	.92 (N=17)	-1.181	1.614
Dış öz-güven	.93 (N=16)	-1.008	0.956
Sınav Kaygısı	.91 (N=11)	-0.034	-0.474

Veri toplama araçları için hesaplanan iç tutarlık katsayıları .91 ile .93 arasında değişmektedir. Hesaplanan çarpıklık ve basıklık değerleri incelendiğinde ise verilerin normalden manidar şekilde sapmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Tablo 3. Katılımcıların öz-güven ve sınav kaygısı düzeyleri

	Min	Max	Ort.	Std. Sap.
İç öz-güven	1	5	4.00	0.72
Dış öz-güven	1	5	3.93	0.77
Sınav kaygısı	11	55	32.30	10.35

Katılımcıların öz güven ve sınav kaygı düzeyleri incelendiğinde öz güven ölçeğinin alt boyutu olan iç öz güven boyutunun ortalaması $4,00\pm 0,72$, dış öz güven boyutunun ortalaması $3,93\pm 0,77$ iken sınav kaygılarının ortalaması $32,30\pm 10,5$ olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Tablo 4. Katılımcıların cinsiyetlerine göre öz-güven düzeyleri ve sınav kaygıları

Öz-güven	Cinsiyet	N	Ort.	Std. sap	t	p
İç öz-güven	Kadın	86	3.978	0.684	-0.463	0.644
	Erkek	112	4.025	0.750		
Dış öz-güven	Kadın	86	3.94	0.726	0.069	0.945
	Erkek	112	3.936	0.806		
Sınav kaygısı	Kadın	86	33.718	10.179	1.693	0.093
	Erkek	112	31.224	10.405		

Katılımcıların cinsiyetlerine göre öz güven düzeylerinin ve sınav kaygılarının incelenmesi amacıyla yapılan bağımsız örneklem t testi sonuçlarına göre katılımcıların iç öz-güven ve dış öz-güven puanları ile sınav kaygıları arasında cinsiyetlerine göre anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir ($p>0.05$).

Tablo 5. Katılımcıların bölümlerine göre öz-güven düzeyleri ve sınav kaygıları

Öz güven	Bölüm	N	Ort.	Std. sap	F	p	Fark Tukey
İç öz-güven	Öğretmenlik	57	4.117	0.659	.804	.493	
	Antrenörlük	43	4.010	0.667			
	Yöneticilik	49	3.907	0.769			
	Rekreasyon	49	3.966	0.787			
	Toplam	198	4.005	0.721			
Dış öz-güven	Öğretmenlik	57	4.100	0.667	1.197	.312	
	Antrenörlük	43	3.855	0.792			
	Yöneticilik	49	3.867	0.795			
	Rekreasyon	49	3.899	0.830			
	Toplam	198	3.939	0.770			
Sınav Kaygısı	Öğretmenlik	57	28.496	9.007	3.849	0.010*	Öğr < Ant
	Antrenörlük	43	34.216	9.938			Öğr < Rek
	Yöneticilik	49	33.280	10.397			
	Rekreasyon	49	34.092	11.236			
	Toplam	198	32.307	10.356			

* $p<0.05$

Katılımcıların öğrenim gördükleri bölüm değişkenine göre öz-güven düzeyleri ve sınav kaygılarının incelenmesi amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi test sonuçlarına göre katılımcıların iç öz-güven ve dış-öz-güven puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ($p > 0.05$). Buna karşılık öğretmenlik bölümü öğrencilerinin antrenörlük bölümü öğrencileri ve rekreasyon bölümü öğrencilerinden anlamlı şekilde daha düşük sınav kaygısına sahip oldukları anlaşılmaktadır ($p < 0.05$).

Tablo 6. Katılımcıların lisanslı olarak spor yapma durumlarına göre öz-güven düzeyleri ve sınav kaygıları

Öz güven	Lisanslı olarak spor yapma	N	Ort.	Std. sap	t	p
İç öz-güven	Evet	93	4.067	0.703	1.144	.254
	Hayır	105	3.95	0.735		
Dış öz-güven	Evet	93	4.017	0.777	1.329	.186
	Hayır	105	3.871	0.761		
Sınav Kaygısı	Evet	93	32.965	10.478	.840	.402
	Hayır	105	31.724	10.261		

Katılımcıların lisanslı olarak spor yapıp yapmama durumlarına göre öz-güven düzeyleri ve sınav kaygılarının incelenmesi amacıyla yapılan bağımsız örneklem t testi sonuçlarına göre katılımcıların iç öz-güven ve dış öz-güven puanları ve sınav kaygıları arasında lisanslı olarak spor yapma durumlarına göre anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ($p > 0.05$).

Tablo 7. Tercih edilen spor dalına göre öz-güven düzeyleri ve sınav kaygıları

Öz-güven	Spor dalı	N	Ort.	Std. sap	t	P
İç öz-güven	Bireysel sporlar	35	4.159	0.726	.976	.333
	Takım sporları	58	4.011	0.689		
Dış öz-güven	Bireysel sporlar	35	4.101	0.780	.815	.418
	Takım sporları	58	3.965	0.777		
Sınav kaygısı	Bireysel Sporlar	35	31.735	11.354	-0.850	.399
	Takım Sporları	58	33.707	9.940		

Lisanslı olarak spor yapan katılımcıların ilgilendikleri spor dalına göre öz güven düzeyleri ve sınav kaygılarının incelenmesi amacıyla yapılan bağımsız örneklem t testi sonuçlarına göre katılımcıların iç öz-güven ve dış öz-güven puanları ve sınav kaygıları arasında tercih edilen spor dalına göre anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir ($p > 0.05$).

Tablo 8. Akademik başarı, öz güven ve sınav kaygısı arasındaki ilişki

	Not ort.	İç öz-güven	Dış öz-güven	Sınav kaygısı
Not ort.	1	0.088	.165*	-0.290**
İç öz-güven		1	.910**	-.337**
Dış öz-güven			1	-.339**
Sınav kaygısı				1

* $p < 0.05$

** $p < 0.01$

Katılımcıların akademik başarılarının değerlendirilmesinde genel not ortalamaları dikkate alınmıştır. Pearson Korelasyon test sonuçlarına göre katılımcıların genel not ortalamaları ile iç öz güven düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki tespit edilemezken, dış öz-güven ile pozitif yönlü zayıf bir korelasyon tespit edilmiştir ($p<0.05$). Akademik başarı ile sınav kaygısı arasında negatif yönlü düşük bir korelasyon vardır ($p<0.01$). Ayrıca hem iç öz-güven hem de dış öz-güven ile sınav kaygısı arasında negatif yönlü ve orta düzey korelasyonlar vardır ($p<0.01$).

4. TARTIŞMA

Bu araştırmada Hatay Mustafa Kemal Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencilerinin özgüven ve algılanan sınav kaygılarının bireysel değişkenlere göre incelenerek kavramlar arasındaki ilişkinin ortaya konulması amacıyla yapılmıştır. Çalışma bulguları incelendiğinde katılımcıların cinsiyetlerine göre öz güven düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı anlaşılmıştır. Her ne kadar erkek katılımcıların iç öz-güven puanları kadınlardan, kadın katılımcıların dış öz-güven puanları erkeklerden yüksek olsa da bu farklılıklar istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır. İlgili literatür incelendiğinde Zeyrek (2019)' in çalışmasında da orta öğretim öğrencilerinin özgüven düzeyleri ile cinsiyetleri arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir. Her iki çalışmanın bulguları bu bakımdan paralellik göstermektedir denilebilir. Acuner (2012) ise farklı dansları yapan katılımcıların özgüven ve öz yeterliklerinin karşılaştırılması konulu çalışmasında katılımcıların cinsiyetlerine göre öz güven düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar olduğunu ifade etmiştir. Buna göre kızların özgüvenleri erkeklerin özgüveninden daha yüksektir. Farklı bir araştırmada Sun (2015) sporun lise öğrencilerinin özgüven düzeylerine etkisi konulu çalışmasında öğrencilerin dış özgüven düzeyleri ile cinsiyetleri arasında anlamlı bir farklılık tespit edilemezken; iç özgüven düzeyleri ile cinsiyetleri arasında anlamlı farklılıklar tespit etmiştir. Karataş ve Öktem (2022) ise spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin öz güven düzeylerinde cinsiyet bakımından anlamlı bir farklılık tespit edilememişlerdir. Baburao Shirsath (2018) ise çalışmasında cinsiyetin üniversite öğrencilerinin öz güvenlerine etkisinin anlamlı olduğunu belirtmiştir. Yapılan çok kültürlü bir çalışmada ise Miçooğulları ve ark. (2020) cinsiyete göre üniversiteli sporcular arasında kendine güven, hedef belirleme ve kararlılık becerileri arasında anlamlı farklılık saptanmamıştır

Analiz sonuçlarına göre katılımcıların bölümlerine göre öz güven düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir ($p>0.05$). Yani öğrenim görülen bölüm katılımcıların öz güvenlerinde anlamlı bir farklılık yaratmamaktadır. Her ne kadar beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü öğrencilerinin iç özgüven ve dış özgüven puanları diğer bölüm öğrencilerinden yüksek bulursa da bu farklılıklar istatistiksel açıdan anlamlı değildir. Literatür incelendiğinde Karataş ve Öktem (2022)' in çalışmasında da spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin öğrenim gördükleri bölümlerine göre iç ve dış öz-güvenlerinde anlamlı bir farklılığın olmadığı anlaşılmaktadır. Ağbuğa ve Pepe (2020) de benzer şekilde spor bilimleri fakültesi öğrencilerin öz güvenlerinde bölümler arası farklılık tespit edilememiştir. Doğan (2022)' de çalışmasında SBF öğrencilerinin özgüvenlerinde öğrenim görülen bölüm bakımından anlamlı farklılıklar tespit edilememiştir. Buna karşılık Albayrak ve ark. (2020) Fırat Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi 1. Sınıflarda öğrenim gören antrenörlük ve spor yöneticiliği bölümü öğrencilerinin özgüven düzeylerinin anlamlı şekilde farklılık gösterdiğini belirtmişlerdir.

Katılımcıların lisanslı olarak spor yapma durumlarına göre öz güven düzeylerine bakıldığında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir farklılık olmadığı anlaşılmaktadır ($p>0.05$). Her ne kadar lisanslı olarak spor yapan katılımcıların iç özgüven ve dış özgüven puanları daha yüksek olsa da bu farklılıkların istatistiksel açıdan anlamlı olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. İlgili alan yazın incelendiğinde Zeyrek (2019)' un çalışmasında orta öğretim öğrencilerinin özgüven düzeylerinde lisanslı olarak spor yapma değişkenine göre anlamlı bir farklılığın olmadığı ortaya konulmuştur. Sun (2015)' in sporun lise öğrencilerinin özgüven düzeylerine etkisi konulu çalışmasında ise katılımcıların lisanslı sporcu olma değişkenine göre özgüven düzeylerinde lisanslı olarak spor yapan öğrencilerin lehinde anlamlı farklılıkların olduğu ortaya konulmuştur ($p<0.05$). Benzer şekilde Ekinci ve ark. (2014) de spor yapma durumuna göre lise öğrencilerinin özgüvenlerinin farklılık gösterdiğini belirtmiştir. 500 üniversite öğrencisi ile yapılan daha güncel bir çalışmada ise katılımcıların fiziksel aktivite düzeyleri ile öz güvenleri arasında pozitif ilişkiler tespit edilmiştir (Palaz, 2019).

Analiz sonuçlarına göre spor yapan katılımcıların tercih ettikleri spor dalına göre öz güven düzeylerinde anlamlı bir farklılığın olmadığı anlaşılmaktadır. Her ne kadar bireysel sporlarla ilgilenen katılımcıların iç öz-güven ve dış öz-güven puanları takım sporları ile ilgilenenlerden yüksek tespit edilse de bu farklılıklar istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır. Alan yazın incelendiğinde Sun (2015)' in çalışmasında katılımcıların özgüven düzeyleri ile yapmış oldukları spor açısından iç özgüven alt boyutunda anlamlı bir farklılık olduğu aktarılmıştır. Bu farklılık ise takım sporları ile ilgilenen bireylerin lehine bulunmuştur. Bu çalışmadan elde edilen sonuçla çalışmamız arasında zıtlıklar bulunmaktadır. Buna karşılık yapılan güncel bir çalışmada bireysel sporlar veya takım sporları ile ilgilenen SBF öğrencilerinin özgüvenlerinde herhangi bir farklılık tespit edilmemiştir (Albayrak ve ark., 2020). Bizim çalışmamızın bulgusu ile bahsi geçen çalışmanın bulgusu paralellik göstermektedir.

Analiz sonuçları katılımcıların cinsiyetlerine göre sınav kaygı düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığını göstermiştir ($p>0.05$). Her ne kadar kadın katılımcıların sınav kaygı puanları erkeklerden yüksek tespit edilse de ortaya çıkan bu farklılıklar istatistiksel açıdan anlamlı değildir. Yani cinsiyet katılımcıların sınav kaygılarında anlamlı bir farklılık yaratmamaktadır. Çakır (2015) çalışmasında bizim çalışmamızla paralel şekilde kız ve erkeklerin sınav kaygısı puanları arasında anlamlı bir farklılık olmadığını ifade etmiştir. Buna karşılık Onat Kocabıyık ve Donat Bacioğlu (2020) çalışmalarında yapılan aşamalı çoklu regresyon analizi ile sınav kaygısını yordama da saplantılı düşünme, cinsiyet ve derin düşünmenin önemli etkisi olduğu sonucuna ulaşılmışlardır. 126 üniversite öğrencisi üzerinde yapılan güncel bir çalışmada ise erkeklerin 44.9%' unun buna karşılık kadınların 27%' sinin ortalamanın üzerinde ve yükseğe yakın sınav kaygısına sahip olduğu belirtilmiştir fakat cinsiyetler arası farklılıklar istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır (Ahmad ve ark., 2018). Özdoğan (2022) ise çalışmasında Covid 19 döneminde yürütülen uzaktan eğitim döneminde kadın BESYO öğrencilerinin sınav kaygılarının erkeklerden daha yüksek olduğunu tespit etmiştir.

Katılımcıların bölümlerine göre sınav kaygı düzeylerine bakıldığında öğretmenlik bölümü öğrencilerinin antrenörlük bölümü öğrencileri ve rekreasyon bölümü öğrencilerinden anlamlı şekilde

daha düşük sınav kaygısına sahip oldukları anlaşılmaktadır. Antrenörlük, yöneticilik ve rekreasyon bölümleri arasındaki farklılıklar ise istatistiksel açıdan anlamlı değildir. Gönül ve ark., (2012) çalışmalarında BESYO öğrencilerinin uygulama sınavları öncesi ile teorik sınavlar öncesi durumluk kaygı seviyeleri arasında anlamlı bir fark bulamamışlardır. Ayrıca kaygı puanları bakımından sınıflar arasında ve bölümler arasında fark yoktur. Çalışmamızın bulgusu ile Gönül ve ark. (2012)'nin bulgusu bu bakımdan farklılık göstermektedir.

Analiz sonuçları katılımcıların lisanslı olarak spor yapma durumlarına göre sınav kaygı düzeylerinde anlamlı bir farklılığın olmadığını göstermiştir. Her ne kadar lisanslı olarak spor yapan katılımcıların sınav kaygı puanları daha yüksek tespit edilse de bu farklılık anlamlı değildir. Lisanslı olarak spor yapma Hatay Mustafa Kemal Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencilerinin sınav kaygılarında anlamlı bir farklılık yaratmamaktadır. Analiz sonuçlarına göre ayrıca lisanslı olarak spor yapan katılımcıların sınav kaygılarında ilgilendikleri spor dalına göre anlamlı bir farklılık olmadığı anlaşılmaktadır. Takım sporları ve bireysel sporlarla ilgilenen katılımcıların benzer sınav kaygısına sahip oldukları söylenebilir.

Katılımcıların akademik başarıları ile iç öz güven düzeyleri arasındaki ilişkiye bakıldığında anlamlı bir ilişki tespit edilememiştir ($p>0.05$). Buna karşılık akademik başarı ile dış öz güven arasında pozitif yönde zayıf bir ilişki vardır ($r= 0,165$; $p<0,01$). Kutlu (2001)'nin izcilik etkinliklerine katılan ve katılmayan öğrencilerin özgüven seviyelerinin karşılaştırılması adlı çalışmasında katılımcıların akademik başarıları ile özgüven düzeyleri için yapmış olduğu ANOVA testi sonuçlarında gruplar arasında $p,0,001$ düzeyinde istatistiksel olarak anlamlı farklılığa rastlanmıştır. Zeyrek (2019) yapmış olduğu çalışmasında öğrencilerin özgüvenleri ile akademik başarıları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulmuştur. Toplam özgüven, iç özgüven ve dış özgüven akademik durumu başarılı olan öğrencilerin akademik durumu orta ve başarısız olan öğrencilerin ortalamalarından daha yüksektir. Analiz sonuçlarına göre katılımcıların akademik başarıları ile sınav kaygıları arasında negatif yönde zayıf bir ($r=-0,290$) bir ilişki vardır. Yani akademik başarı arttıkça sınav kaygısı azalmaktadır. Karataş (2020) üniversite öğrencilerinde akademik başarı, sınav kaygısı, akademik erteleme davranışı ve kendini sabote etme eğilimi arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında öğrencilerin akademik başarıları ile sınav kaygıları arasında orta düzeyde negatif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğunu belirtmiştir. Sınav kaygısı ve akademik başarı arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalara bakıldığında da (Aydın, 2010; Bozkurt, 2012; Cassady ve Johnson, 2002; Kapıkıran, 2002) benzer sonuçlara ulaşılmışlardır. Katılımcıların öz güven düzeyleri ve sınav kaygıları arasındaki ilişkiye bakıldığında ise hem iç özgüven hem de dış özgüven ile sınav kaygısı arasında orta düzeyde negatif yönlü ilişkilerin olduğu anlaşılmaktadır. İç özgüven ve dış özgüvenin artması sınav kaygısını azaltmaktadır. Öner (1990) yüksek sınav kaygılı bireylerin öz kavramlarının olumsuz, özgüvenlerinin düşük olduğunu belirtmiştir (Akt. Başoğlu, 2007). Özsoy ve ark. (2016) 9. ve 10. sınıflarda özgüven ve sınav kaygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi konulu çalışmasında, katılımcıların özgüven ve sınav kaygı puanları ayrı ayrı hesaplanmıştır. Katılımcıların özgüvenleri ve sınav kaygıları arasındaki ilişkiyi görmek için korelasyon analizi uygulanmıştır. Yapılan korelasyon sonuçlarına göre öğrencilerin özgüven düzeyleri ile sınav kaygıları arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir.

5. SONUÇ

Sonuç olarak, mevcut araştırma Hatay Mustafa Kemal Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencilerinin özgüvenlerinde cinsiyet, bölüm, lisanslı olarak spor yapma ve tercih edilen spor dalı bakımından anlamlı bir farklılık olmadığını buna karşılık not ortalaması arttıkça dış öz güvenin de arttığını göstermiştir. Ayrıca katılımcıların sınav kaygılarında cinsiyet, lisanslı olarak spor yapma ve tercih edilen spor dalı bakımından anlamlı bir farklılık yokken; öğretmenlik bölümü öğrencileri daha düşük sınav kaygısına sahiptir. Son olarak, öz güven ve not ortalaması artarken sınav kaygısı düşmektedir.

6. ÖNERİLER

Mevcut araştırma nedensel ve ilişkisel tarama modelinde desenlenmiştir. Dolayısıyla ortaya çıkan sonuçlar sebep-sonuç ilişkisi içermemektedir. Bu nedenle ileride yapılacak benzer çalışmaların deneysel veya yarı deneysel şekilde tasarlanması önerilmektedir. Ayrıca nitel veya karma desen olarak da benzer çalışmaların yapılması kavramlar arasındaki farklılıkların ve ilişkilerin daha derinlemesine incelenmesine olanak sağlayacaktır. Çalışmada ortaya çıkan sonuçlar neticesinde öğretim elemanlarının öğrencilerde sınav kaygısını azaltacak yeni yöntemler geliştirmeleri önerilmektedir. Ayrıca öğrencilere sınav kaygısını yenmelerine yönelik eğitimlerin verilmesi de faydalı olacaktır.

Açıklamalar

Bu çalışma Aybüke ŞAHSUVAR' ın yüksek lisans tezinden özetlenmiştir.

Yazar Katkıları

AŞ: Çalışma Deseni, Verilerin Toplanması, Makale Yazımı NAÜ: Veri Analizi, Son Okuma

Çıkar Çatışması

Yazar(lar) çalışma ve yayımlanması konularında herhangi bir çıkar çatışması belirtmemişlerdir.

Etik Kurul İzni ile ilgili Bilgiler

Kurul Adı: Hatay Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu

Tarih: 04.02.2021

Sayı No: 07

KAYNAKÇA

- Acuner A. (2012). *Farklı dansları yapan bireylerin çeşitli değişkenlere göre özgüven ve öz-yeterliklerinin karşılaştırılması* (Yüksek Lisans Tezi). Karadeniz Teknik Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.
- Ağbuğa, F., & Pepe, K. (2020). Spor bilimleri fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin özgüven düzeylerinin cinsiyetlerine, bölümlerine ve sınıf düzeylerine göre karşılaştırılması. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 14(3). 345-353.

-
- Ahmad, N., Hussain, S., & Khan, N. F. (2018). Test anxiety: Gender and academic achievements of university students. *Journal of Postgraduate Medical Institute*, 32(3), 295-300.
- Akın, A. (2007). Öz-güven ölçeğinin geliştirilmesi ve psikometrik özellikleri. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7(2), 167-176.
- Albayrak, V., Kızılkoca, M., & Özcan, E. (2020). Spor eğitimi alan 1. sınıf öğrencilerinin özgüven düzeylerinin incelenmesi: Fırat üniversitesi örneği. *Tarih Okulu Dergisi*, 13(47), 2853-2861.
- Aydın, F. (2010). *Akademik başarının yordayıcısı olarak akademik güdülenme, öz yeterlilik ve sınav kaygısı* (Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Baburao Shirsath, R. (2018). Self-confidence among male and female college students. *Cosmos Multidisciplinary Research e-Journal*, 3(3), 37-41.
- Başoğlu, T. S. (2007). *Sınav kaygısı ile özgüven arasındaki ilişkinin erinlik döneminde incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Bozkurt, S. (2012). *İlköğretim ikinci kademe öğrencilerinde sınav kaygısı, matematik kaygısı, genel başarı ve matematik başarısı arasındaki ilişkilerin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Burns, R. D., Brusseau, T. A., Pfledderer, C. D., & Fu, Y. (2020). Sports participation correlates with academic achievement: Results from a large adolescent sample within the 2017 U.S. national youth risk behavior survey. *Perceptual and Motor Skills*, 127(2), 448-467. <https://doi.org/10.1177/0031512519900055>
- Cassady, J. C., & Johnson, R. E. (2002). Cognitive test anxiety and academic performance. *Contemporary Educational Psychology*, 27(2), 270-295.
- Civan, A., Arı, R., Görücü, A., & Özdemir, M. (2010). Bireysel ve takım sporcularının müsabaka öncesi ve sonrası durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin karşılaştırılması. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 7(1), 193-206.
- Çakır, G. (2015). *Rize ilinde ortaokul ve liselerarası yarışmalara katılan öğrencilerin sınav ve müsabaka öncesi kaygı düzeylerinin araştırılması* (Yüksek Lisans Tezi). Karadeniz Teknik Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.
- Çalık, S. U. (2007). *Ders dışı egzersizlerden atletizm modülünün örneklem okul öğrencilerinin akademik başarı ve benlik saygısına etkisi* (Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Doğan, E. (2022). Spor eğitimi alan üniversite öğrencilerinde özgüven duygu durumlarının araştırılması. *Turkish Studies*, 17(4), 905-914.
- Ekinci, N. E., Özdelek, Ç., Deryahanoğlu, G., & Üstün, Ü. D. (2014). Spor yapan lise öğrencilerinin özgüven düzeylerinin incelenmesi. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 1(1), 36-42.
- Gay, L. R., Mills, G. E., & Airasain, P. W. (2011). *Educational research competencies for analysis and application*. Columbus: Pearson Merrill Prentice Hall.

- Gönül, A., Karlı, Ü., Üzümlü, H., Özen, G., Çakır, E., Kaplandeniz, O., & Açıkgöz, K. (2012). Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin sınav kaygı düzeylerinin incelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 14(4), 19-30.
- Kapıkıran, Ş. (2002). Üniversite öğrencilerinin sınav kaygısının bazı psiko-sosyal değişkenlerle ilişkisi üzerine bir inceleme. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(11), 34-43.
- Karatas, I., & Oktem, T. (2022). Investigation of the relationships between self confidence levels and job finding anxiety of faculty of sports sciences students. *Education Quarterly Reviews*, 5(1), 291-298.
- Karataş, A. (2020). *Üniversite öğrencilerinde akademik başarı, sınav kaygısı, akademik erteleme davranışı ve kendini sabote etme eğilimi* (Yüksek Lisans Tezi). Kilis 7 Aralık Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Kilis.
- Kutlu, E. (2001). *İzcilik etkinliklerine katılan ve katılmayan öğrencilerin özgüven düzeylerinin karşılaştırılması* (Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Miçoğulları, B. O., Ekmekçi, R., & Dağaşan, Y. (2020). Üniversite sporcu öğrencilerinde kendine güven hedef belirleme ve kararlılık. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi* 14(2), 133-144.
- Mücevher, M. H., Demirgil, Z., & Erdem, R. (2016). *Sportif aktivitelerin akademik başarı üzerindeki etkisi: SDÜ İİBF öğrencileri üzerine bir araştırma*. V. Türkiye Lisansüstü Çalışmaları Kongresi-Bildiriler Kitabı 1.
- Onat Kocabıyık, O., & Donat Bacıoğlu, S. (2020). Durumluluk sınav kaygısını yordamada ruminatif tepkiler ve cinsiyetin rolü. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 28(5), 2165-2172.
- Özdoğan, A. S. (2022). *Covid-19 pandemisinin beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin sınav kaygı düzeyleri üzerindeki etkilerinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Özsoy, A., Eruslu, S., & Göymen, S. (2016). 9. ve 10. sınıflarda özgüven ve sınav kaygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Psikoloji Araştırmaları*, 3, 12-16.
- Palaz, D. (2019). *Üniversite öğrencilerinin fiziksel aktiviteye katılımları ve özgüvenleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Bozok Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yozgat.
- Sun, E. (2015). *Sporun lise öğrencilerinin özgüven düzeylerine etkisi* (Yüksek Lisans Tezi). Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kahramanmaraş.
- Totan, T., & Yavuz, Y. (2009). Westside sınav kaygısı ölçeğinin Türkçe formunun geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 9(17), 95-109.
- Woodman, T., & Hardy, L. (2003). The relative impact of cognitive anxiety and self-confidence upon sport performance: Meta-analysis. *Journal of Sport Science*, 21, 443-457.
- Yarımkaya, E., Akandere, M., & Baştuğ, G. (2014). 12-14 yaş arası ilköğretim öğrencilerinin özgüven düzeylerinin voleybolda servis atma becerisi üzerine etkisi. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 8(2), 242-250.

Yıldırım, F. (2013). *Sportif sürekli kendine güven alt ölçeğinin uyarlanması ve ortaöğretim kurumlarındaki öğrencilerde sportif sürekli kendine güvenin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Mersin Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Mersin.

Zeyrek, A. (2019). *Ortaöğretim öğrencilerindeki özgüven gelişimlerinin spor ve farklı değişkenlere göre incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Atatürk Üniversitesi Kış Sporları ve Spor Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.

Makale Geliş : 17.02.2023

Makale Kabul : 28.04.2023

Açık Erişim Politikası

Bu eser Creative Commons Atıf-GayriTicari 4.0 Uluslararası Lisansı ile lisanslanmıştır.

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/deed.tr>