

# ULUSLARARASI SPOR BİLİMLERİ DERGİSİ

HAZİRAN 2017  
CİLT: 3 SAYI:2

## JOURNAL OF INTERNATIONAL SPORT SCIENCES

JUNE 2017  
VOLUME: 3 ISSUE: 2



[www.sportresearches.com](http://www.sportresearches.com)

2017

## YAYIN KURULU

### Editör

Dr. Meriç ERASLAN - Akdeniz Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

### Yazı işleri müdürü

Okt. Mesut HEKİM - Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

### Sekreteryası

Arş. Gör. Mehmet TOKGÖZ - Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

Arş. Gör. Oğuz GÜRKAN - Bozok Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

Öğr. Gör. Servet REYHAN - Siirt Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

Özlem YİĞİT - Hekim Spor Kulübü

### Hakem Kurulu

Dr. Ahmet ŞAHİN - Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

Dr. Barbaros Serdar ERDOĞAN - Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

Dr. Demet HANÇER AYDEMİR - Süleyman Demirel Üniversitesi Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu

Dr. Elif BOZYİĞİT - Pamukkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Dr. Gizem SAYGILI - Süleyman Demirel Üniversitesi Eğitim Fakültesi

Dr. Gökhan ÇOBANOĞLU - Celal Bayar Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

Dr. Gülay GÜNAY - Karabük Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi

Dr. Gülten HERGÜNER - Sakarya Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

Dr. Gül ÖZKAYA - Akdeniz Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

Dr. Hande ŞAHİN - Kırıkkale Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi

Dr. Hayri AYDOĞAN - Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

1

Dr. Mehmet ŞAHİN - Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

Dr. Meriç ERASLAN - Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

Dr. Metin SAYIN - Celal Bayar Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

Dr. Nizami DURAN - Mustafa Kemal Üniversitesi Tayfur Ata Sökmen Tıp Fakültesi

Dr. Nurten DİNÇ - Celal Bayar Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

Dr. Semra AKAR ŞAHİNGÖZ - Gazi Üniversitesi Eğitim Fakültesi

Dr. Sırrı Cem DİNÇ - Celal Bayar Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

Dr. Tonguç VARDAR: Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

Dr. Turan IŞIK - Celal Bayar Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

Dr. Nurten DİNÇ - Celal Bayar Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

Dr. Semra AKAR ŞAHİNGÖZ - Gazi Üniversitesi Eğitim Fakültesi

Dr. Sırrı Cem DİNÇ - Celal Bayar Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

Dr. Tahir KILIÇ - Akdeniz Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

Dr. Turan IŞIK - Celal Bayar Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

**Değerli okuyucular;**

Uluslararası Spor Bilimleri Dergisi olarak dergimizin ilk sayısını çıkartmış bulunmaktayız. Bilindiği gibi ülkemizde beden eğitimi ve spor bilimleri alanında akademik çalışmalar yayınlayan birçok dergi bulunmaktadır. Spor bilimlerinin ülkemizde gelişmesi adına akademik yayıncılık yapan dergilerimizde kaliteli çalışmalar yayınlandığı görülmektedir. Ancak ülkemizde beden eğitimi ve spor bilimleri alanında akademik çalışmalar yayınlayan dergi sayısının yeterli düzeyde olmadığı bir gerçektir. Bu kapsamda Uluslararası Spor Bilimleri Dergisi olarak öncelikli amacımız ülkemizde beden eğitimi ve spor bilimleri alanında daha fazla akademik çalışmanın bilim dünyasına kazandırılmasını sağlamaktır. Bu amaçla dergimiz 2015 yılı içerisinde kurulmuş ve yayın hayatına hızlı bir giriş yapmıştır. Dergimizin ilk sayısında toplam 6 makale yer almaktadır. İlerleyen sayılarda dergimizde yayınlanacak olan makale sayısının artması beklenmektedir. Dergimiz yakın zamanlarda uluslararası indekslerde taranmak için gerekli girişimlerde bulunacak, böylece dergimizde yayınlanan makalelerin daha fazla okuyucuya ulaştırılması için gerekli çalışmalar yapılacaktır.

Meriç Eraslan  
Editör

## İÇİNDEKİLER

	<b>Sayfalar</b>
İlköğretim Öğrencilerinde Spora Katılımın Durumluk Kaygı Ve Özgüven Üzerindeki Etkilerinin İncelenmesi	<b>1-7</b>
<b>Yazar: Derya KOÇ</b>	

## TABLE OF CONTENTS

	<b>Pages</b>
Investigation Of The Effects Of Participation In Sports On State Anxiety And Self-Confidence In Primary School Students	<b>1-7</b>
<b>Author: Derya KOÇ</b>	

## İLKÖĞRETİM ÖĞRENCİLERİNDE SPORA KATILIMIN DURUMLUK KAYGI VE ÖZGÜVEN ÜZERİNDEKİ ETKİLERİNİN İNCELENMESİ

### INVESTIGATION OF THE EFFECTS OF PARTICIPATION IN SPORTS ON STATE ANXIETY AND SELF-CONFIDENCE IN PRIMARY SCHOOL STUDENTS

Derya KOÇ<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Ülkü İlkokulu, Isparta, Türkiye

email: [dervaogrt38@gmail.com](mailto:dervaogrt38@gmail.com)

#### ÖZET

Yapılan bu çalışmada ilköğretim öğrencilerinde spora katılım durumlarına göre durumluk kaygı ve özgüven düzeylerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya Isparta il merkezinde bulunan ilköğretim kurumlarında öğrenim gören 32 erkek ve 38 kadın olmak üzere toplam 70 öğrenci katılmıştır. Araştırmanın veri toplama sürecinde “Durumluluk Kaygı Envanteri” ile “Özgüven Değerlendirme Ölçeği” kullanılmıştır. Veri analiz aşamasında SPSS 22.0 programında Independent T test ve One Way ANOVA analizi kullanılmıştır. Araştırmanın sonunda öğrencilerin durumluk kaygı düzeyinin orta seviyeye yakın, özgüven düzeyleri ise orta seviyenin üzerinde olduğu tespit edilmiştir. Araştırmanın sonunda öğrencilerin özgüven ve durumluk kaygı düzeylerinin cinsiyet, öğrenim görülen sınıf ve spor yapma durumu değişkenlerine göre anlamlı farklılık göstermediği bulunmuştur.

**Anahtar kelimeler:** İlköğretim öğrencileri, spor, kaygı, özgüven

#### ABSTRACT

In this study conducted, it is aimed to examine the state anxiety and self-confidence levels of primary school students according to their participation in sports. A total of 70 students, who include 32 males and 38 females, studying primary education institutions in Isparta city centre participated in the study. In the data collection process of the study, ‘State Anxiety Inventory’ and ‘Self-Confidence Assessment Scale’ were used. In the data analysis phase, Independent T test and One-Way ANOVA analysis were used in SPSS 22.0 program. At the end of the study, it was determined that the state anxiety level of the students was close to the medium level and their self-confidence level was above the medium level. At the end of the study, it was found that the students’ self-confidence and state anxiety levels did not differ significantly according to the variables of gender, the class which is received education and the state of doing sports.

**Keywords:** Primary school students, sports, anxiety, self-confidence

#### GİRİŞ

Spor, çağdaş toplum hayatında; kültürel, politik, ekonomik ve toplumsal olarak birçok olgu ile birlikte ele alınmaktadır. Bireyin ergenlik dönemi öncesinde ve sonrasında düzenli şekilde dahil olduğu sportif faaliyetler sağlıklı bir bedensel yapının gelişimine yardımcı olurken, öte yandan ruhsal gelişime de katkıda bulunur (Yazarer ve ark., 2004). Bu bağlamda sporun ruhsal, zihinsel ve fiziksel bir olgu olduğu bilinmektedir. Spor faaliyetlerinde hareketlerin birtakım kurallar ve mücadele ruhuyla yapılması zaruridir. Bu çerçevede spor; bireylerin sağlıklı bir hayat sürmek, eğlenceli zaman geçirmek, yarışmak ve mücadele etmek için birtakım kurallar bağlamında bilinçli ve kasıtlı hareketlerin tümünü içermektedir (Ramazanoğlu ve ark., 2005).

Spor, bireylerin sosyal, duygusal ve fiziksel olarak gelişmesini sağlar. Bunun yanı sıra spor, grup faaliyetlerini, karşılıklı dayanışmanın oluşmasını ve toplum üyeliğinin kazanılmasını en kolay şekilde sağlayan sosyalleşme aracıdır. Spor, belirli fiziksel aktiviteler bütünü olmakla beraber bireylere bir sosyal ve kişisel kimlik duygusu ve grup üyeliği duygusu vermesi ile kişinin sosyal bir birey olmasına katkıda bulunan özel bir alandır. Pek çok toplumsal değer

spor sayesinde oluşurken, sürekliliğinde de yine spor katkı sağlamaktadır. Kavramsal açıdan spor dahilinde bireylerin kendilerini aktarabilecekleri bir alanın olması, böyle faaliyetlere destek olacak bir sosyalleşme süreci kapsamında bulunmaları, psikososyal açıdan gelişimlerine yardımcı olmaktadır. Sporcular sporla beraber ortaya çıkan değerlere uymayı, karşılaşmalardaki kurallara uyum sağlayarak kazanarak benlik ve kişiliğini geliştirmektedirler. Sporun yarattığı hırsı toplumda kontrol altına almayı yine spor grupları içinde edinerek toplumda uygulama imkanına sahip olmuşlardır. Spor, kişinin sosyal çevrelere dahil olmasını sağlayan bir sosyal faaliyet olması niteliği dolayısıyla bireyin sosyalleşmesinde dikkat çeken bir role sahiptir (Aksoy ve ark., 2012). Şahan'a (2007) göre spor, bireylerin psikolojik ve fizyolojik yapısını, toplumsal yönünü geliştirmek, kişiliğin ortaya çıkmasını, karakter niteliklerinin gelişimini sağlamak, yetenek, beceri ve bilgi kazandırarak topluma uyum sağlamayı kolaylaştırmak için yapılan faaliyetlerdir. Spor faaliyetleri ile kişilere bir arada etkinlik yapabilme niteliği aşılanır. Kişi mücadele hırsı, cesaret, çalışma disiplini, rekabetçi bir yapıya kavuşur. Kazanma ve kaybetmeyi kabullenmeyi, diğer insanların fikir ve görüşlerine saygılı olmayı, yardımlaşmayı, paylaşmayı öğrenir. Bir arada çalışma sonucunda kişide sosyal sorumluluk hissi ortaya çıkar. Toplum içerisinde sosyalleşme süreci sosyal sorumluluk hissini geliştirmesi neticesinde sağlanır. Bu kapsamda spor, kişilerin toplumun karşılıklı olarak bağlarının sağlıklı şekilde sürdürülmesinde bugün en önemli araçlardandır.

Literatürde yer alan bilgiler değerlendirildiği zaman spora katılımın fiziksel sağlık açısından faydalarının yanında psikolojik ve sosyal açıdan da faydaları olduğu görülmektedir. Bu noktada her yaş grubunda bireyde olduğu gibi çocuklarda da spora katılımın psikolojik ve sosyal yapıyı güçlendireceği düşünülebilir. Bilindiği gibi günümüzde ebeveynlerin çocuk yetiştirme tarzlarına, teknolojik gelişmelere ve olumsuz sosyal uyaranlara paralel olarak özgüveni düşük ve gelecek kaygısı yaşayan bir gençlik yetişmektedir. Düşük özgüven ve yüksek kaygı düzeyine sahip olan bireylerin gelecek yaşamlarında mesleki, ailevi ve sosyal anlamda birçok sorun yaşamaları muhtemel bir durumdur. Bu noktada çocukluk yıllarından itibaren özgüveni geliştirici ve kaygı düzeyini azaltıcı etkinliklere katılım önemli bir konu olarak karşımıza çıkmaktadır. Literatürde yer alan çalışmalarda spora katılımın psikolojik açıdan faydaları olduğu görülmekle beraber, özellikle çocuklarda spora katılımın özgüven ve kaygı üzerindeki etkilerine ilişkin çalışmaların sınırlı olduğu göze çarpmaktadır. Bu kapsamda yapılan bu çalışmada ilköğretim öğrencilerinde spora katılımın kaygı ve özgüven üzerindeki etkilerinin incelenmesi amaçlanmıştır.

## **MATERYAL VE METOT**

### **Araştırma Modeli**

Yapılan bu çalışmada araştırma gruplarının demografik özelliklerine göre çalışmaya konu olan özelliklerinin karşılaştırıldığı betimsel çalışma modellerinden "Tarama Modeli" kullanılmıştır. Bu kapsamda araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyet, öğrenim görülen sınıf düzeyi ve spor yapma durumlarına göre özgüven ve durumluk kaygı düzeyleri ele alınmıştır.

### **Araştırma Grubu**

Yapılan bu araştırmaya Isparta il merkezinde bulunan ilköğretim kurumlarında öğrenim gören 32 erkek ve 38 kız olmak üzere toplam 70 öğrenci katılmıştır. Araştırmaya katılan öğrencilerin demografik özelliklerine ilişkin bilgiler Tablo 1'de sunulmuştur.

**Tablo 1. Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Demografik Bilgilerine İlişkin Frekans ve Yüzdeler Dağılımları**

Değişken	Alt değişken	f	%
Cinsiyet	Erkek	32	45,7
	Kız	38	54,3
Sınıf	4.sınıf	12	17,1
	5.sınıf	25	35,7
	6.sınıf	18	25,7
	7.sınıf	15	21,4
Düzenli spor yapıyor mu?	Evet	35	50,0
	Hayır	35	50,0

Araştırmaya katılan öğrencilerin %45,7'si erkek, %54,3'ü kız öğrencidir. Katılımcıların %17,1'i 4.sınıf öğrencisi, %35,7'si 5.sınıf öğrencisi, %25,7'si 6.sınıf öğrencisi, %21,4'ü 7.sınıf öğrencisidir. Araştırmaya katılanların %50'si düzenli spor yapmaktadır.

### Verilerin Toplanması

Araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyetlerine, öğrenim gördükleri sınıf düzeylerine ve spor yapma durumlarına ilişkin bulguların belirlenmesinde kişisel bilgi formundan yararlanılmıştır. Araştırmaya katılan öğrencilerin özgüven düzeylerinin belirlenmesinde Tokinan (2008) tarafından geliştirilen “Özgüven Değerlendirme Ölçeği” kullanılmıştır. Ölçek 5'li Likert türünde bir yapıya sahiptir. Bu nedenle ölçek maddelerine verilen yanıtlar Hiçbir zaman doğru değil (1) ile her zaman doğru (5) arasında puanlanmaktadır. Ölçekte yer alan 14,16,17,18 ve 19 numaralı maddeler ters çevrilerek hesaplanmaktadır. Toplam 19 maddeden oluşan ölçeğin tüm maddeleri tek faktörde toplanmaktadır (Acuner, 2012).

Araştırmaya katılan öğrencilerin durumluk kaygı düzeylerinin belirlenmesinde “Durumluk Kaygı Envanteri” kullanılmıştır. Spielberger ve arkadaşları tarafından (1970) geliştirilmiş kısa ifadelerden oluşan bir öz değerlendirme tarzında düzenlenmiş olan envanterin Türkçe'ye uyarlaması Öner ve Le Compte (1974 –1977) tarafından yapılmıştır. Envanter, ağırlık değerleri 1 ile 4 arasında değişen 20 maddeden oluşmaktadır. Bu kapsamda ölçek 4'lü Likert türünde bir yapıya sahiptir. Ölçeğin iç tutarlılık değerleri .94 ile .96 arasında; test tekrar test güvenilirliği ise .26 ve .68 arasında değişen değerlere sahiptir (Engür, 2002).

### İstatistiksel Analiz

Elde edilen verilerin analizleri SPSS 22.0 programı kullanılmıştır. Araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyetlerine ve düzenli spor yapma durumlarına göre ölçek puanlarının karşılaştırılmasında Independent T test kullanılırken, sınıf değişkenine göre ölçek puanlarının karşılaştırılmasında One Way ANOVA analizi kullanılmıştır.

## BULGULAR

**Tablo 2. Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Durumluk Kaygı ve Özgüven Puanlarına İlişkin tanımlayıcı İstatistikler**

Ölçek	X	Ss
Durumluk kaygı	35,36	9,190
Özgüven	3,45	,519

Tablo incelendiğinde, araştırmaya katılan öğrencilerin durumluk kaygı düzeyinin orta seviyeye yakın, özgüven düzeyleri ise orta seviyenin üzerinde olduğu görülmektedir.

**Tablo 3. Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Cinsiyetlerine Göre Durumluk Kaygı ve Özgüven Düzeylerinin Karşılaştırılması**

Ölçek	Cinsiyet	N	X	Ss	t	p
Durumluk kaygı	Erkek	32	35,47	9,350	,093	,927
	Kız	38	35,26	9,179		
Özgüven	Erkek	32	3,41	,475	-,509	,613
	Kız	38	3,48	,558		

Tablo incelendiğinde, araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyetlerine göre durumluk kaygı düzeylerinin ve özgüven düzeylerinin istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmektedir ( $p>0,05$ ).

**Tablo 4. Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Sınıflarına Göre Durumluk Kaygı ve Özgüven Düzeylerinin Karşılaştırılması**

Ölçek	Sınıf	N	X	Ss	F	p
Durumluk kaygı	4.sınıf	12	31,92	6,748	1,798	,156
	5.sınıf	25	33,60	8,539		
	6.sınıf	18	37,78	9,013		
	7.sınıf	15	38,13	11,199		
Özgüven	4.sınıf	12	3,50	,791	1,142	,339
	5.sınıf	25	3,57	,406		
	6.sınıf	18	3,28	,390		
	7.sınıf	15	3,41	,549		

Tablo incelendiğinde, araştırmaya katılan öğrencilerin eğitim gördükleri sınıfa göre durumluk kaygı düzeylerinin ve özgüven düzeylerinin istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmektedir ( $p>0,05$ ).

**Tablo 5. Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Spor Yapma Durumlarına Göre Durumluk Kaygı ve Özgüven Düzeylerinin Karşılaştırılması**

Ölçek	Spor yapma durumu	N	X	Ss	t	p
Durumluk kaygı	Evet	35	33,80	9,110	-1,428	,158
	Hayır	35	36,91	9,134		
Özgüven	Evet	35	3,54	,562	1,556	,124
	Hayır	35	3,35	,460		

Tablo incelendiğinde, araştırmaya katılan öğrencilerin spor yapma durumlarına göre durumluk kaygı düzeylerinin ve özgüven düzeylerinin istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmektedir ( $p>0,05$ ).

## TARTIŞMA VE SONUÇ

Araştırmada cinsiyet değişkenine göre ele alındığı zaman öğrencilerin özgüven ve durumluk kaygı düzeylerinin anlamlı farklılık göstermediği bulunmuştur. Araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyetlerine göre durumluk kaygı düzeylerinin anlamlı farklılık göstermemesinin temelinde kız ve erkek öğrencilerde kaygıya neden olan unsurların benzerlik göstermesinin yattığı düşünülebilir. Öğrencilerin özgüven düzeylerinin cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermemesinin temelinde ise kız ve erkek öğrencilerin benzer sosyo-kültürel çevrelerde benzer ebeveyn tutumları ile yetiştirilmiş olmalarının yattığı düşünülebilir. Literatürde yer alan çalışmalarda da kaygı ve özgüven düzeyi üzerinde sosyo-kültürel çevrenin ve ebeveyn tutumlarının önemli birer belirleyici olduğu (Bilgin, 2011; Günalp, 2007;



Erkan ve ark., 2002), özgüven düzeyinin cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediği rapor edilmiştir (Can & Kaçay, 2016).

Araştırmada öğrenim görülen sınıf değişkenine göre ele alındığı zaman öğrencilerin özgüven ve durumluk kaygı düzeylerinin anlamlı farklılık göstermediği bulunmuştur. Öğrencilerin özgüven ve durumluk kaygı düzeylerinin öğrenim görülen sınıf değişkenine göre anlamlı farklılık göstermemesinin temelinde buldukları eğitim kademeleri itibariyle öğrencilerde psikolojik yapıyı olumsuz yönde etkileyen unsurların benzerlik göstermesinin yattığı düşünülebilir. Örneğin; çalışma ortaöğretim öğrencileri üzerinde yapılmış olsaydı öğrencilerde üniversite sınavına giriş kaygısı olacağı için sınıf değişkenine göre özgüven ve durumluk kaygı düzeyinin farklı olması beklenen bir durum olacaktır. Literatürde yer alan ve ilköğretim öğrencileri üzerinde gerçekleştirilen çalışmalarda da öğrencilerin öğrenim gördükleri sınıf değişkenine göre özgüven düzeylerinin anlamlı farklılık göstermediği rapor edilmiştir (Gündoğdu, 2019).

Araştırmada spor yapma değişkenine göre ele alındığı zaman öğrencilerin özgüven ve durumluk kaygı düzeylerinin anlamlı farklılık göstermediği bulunmuştur. Spora katılımın psikolojik açıdan faydalı olduğu göz önünde bulundurulduğu zaman (Salar ve ark., 2012), yapılan bu çalışmada spor yapma durumuna göre öğrencilerin durumluk kaygı ve özgüven düzeylerinin anlamlı farklılık göstermemesinin temelinde düzenli spor yapan öğrencilerin profesyonel düzeyde spor yapmamalarının yattığı düşünülebilir. Nitekim literatürde yer alan çalışmalarda elit düzeyde spora katılımın hem kaygı düzeyinin azalmasına hem de özgüven düzeyinin yükselmesine katkı sağladığı rapor edilmiştir (Akkarpat, 2014).

Sonuç olarak, ilköğretim öğrencilerinde durumluk kaygı ve özgüven düzeyi ile ilişkili faktörlerin incelendiği bu çalışmada öğrencilerin durumluk kaygı ve özgüven düzeylerinin cinsiyet, sınıf düzeyi ve spor yapma durumu değişkenlerine göre anlamlı farklılık göstermediği görülmüştür. Konuya ilişkin olarak daha geniş kapsamlı bulgulara ulaşılabilmesi için daha büyük örneklem grupları ile benzer çalışmalar yapılabilir.

## KAYNAKLAR

- Acuner, A. (2012). *Farklı dansları yapan bireylerin çeşitli değişkenlere göre özgüven ve öz – yeterliklerinin karşılaştırılması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.
- Akkarpat, İ. (2014). *Farklı yaş gruplarında basketbolda imgelemenin serbest atış performansı, özgüven ve kaygı üzerine etkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Aksoy, R., Bakış, M., & Ünveren, M. (2012). *Spor sosyolojisi*. Ankara: Millî Eğitim Bakanlığı Yayınları.
- Bilgin, O. (2011). *Ergenlerde özgüven düzeyinin bazı değişkenler açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Can, Y., & Kaçay, Z. (2016). Sporcu kimlik algısı ile cesaret ve özgüven duyguları arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Journal of Human Sciences*, 13(3), 6176-6184.
- Engür, M. (2002). *Elit sporcularda başarı motivasyonunun, durumluk kaygı düzeyleri üzerine etkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Erkan, Z., Güray, S., & Çam, S. (2002). Ergenlerin sosyal kaygı düzeylerinin ana baba tutumları ve cinsiyet açısından incelenmesi. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 10(10), 64-75.
- Günalp, A. (2007). *Farklı anne baba tutumlarının okul öncesi eğitim çağındaki çocukların özgüven (Aksaray ili örneği)*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.

- Ramazanoğlu, F., Karahüseyinoğlu, M. F., Demirel, E. T., Ramazanoğlu, M. O., & Altungül, O. (2005). Sporun toplumsal boyutlarının değerlendirilmesi. *Fırat Üniversitesi Doğu Araştırmaları Dergisi*, 3(3), 153-157.
- Salar, B., Hekim, M., & Tokgöz, M. (2012). 15-18 yaş grubu takım ve ferdi spor yapan bireylerin duygusal durumlarının karşılaştırılması. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 4(6), 123-135.
- Şahan, H. (2007). *Üniversite öğrencilerinin sosyalleşme sürecinde spor aktivitelerinin rolü*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Tokenan, B. (2008). *Yaratıcı dans etkinliklerinin motivasyon, özgüven, öz-yeterlik ve dans performansını üzerine etkileri*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Yazarer, İ., Taşmektepligil, M. Y., Ağaoğlu, Y. S., & Ağaoğlu, S. A. (2004). Yaz spor okullarında basketbol çalışmalarına katılan grupların iki aylık gelişmelerinin fiziksel yönden değerlendirilmesi. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2(4), 163-170.

### EXTENDED ABSTRACT

Sports are the activities which carried out to improve the psychological and physiological structure of individuals, their social aspect, the emergence of personality, the development of character qualities, and to facilitate adaptation to the society by providing abilities, skills and knowledge. The quality of doing activities together with sports activities is instilled in people. The person gains the ambition to struggle, courage, work discipline, and a competitive structure. He/she learns accepting winning and losing, respecting other people's ideas and opinions, cooperating and sharing. A sense of social responsibility emerges as a result of working together. The socialization process in the society is provided as a result of the development of the sense of social responsibility. Within this scope, sport is one of the most important tools today in maintaining mutual ties between people and society healthfully (Şahan, 2007). As it is known, a youth with low self-confidence and future anxiety is growing up in parallel with parents' child-rearing styles, technological developments and negative social stimuli. Individuals who have low self-confidence and high anxiety levels are possible to experience many professional, family and social problems in their future lives. At this point, participation in activities, that improve self-confidence and reduce anxiety level, since childhood emerges as an important issue. Although it is seen in the studies which are in the literature that participation in sports has psychological benefits, it is striking that there are limited studies on the effects of participation in sports on self-confidence and anxiety, especially in children. Within this scope, in the study conducted, it is aimed to examine the effects of sports participation on anxiety and self-confidence in primary school students.

A total of 70 students, who includes 32 boys and 38 girls, studying primary education institutions in Isparta city centre participated in this study conducted. The 'Self-Confidence Assessment Scale' which was developed by Tokenan (2008) was used to determine the self-confidence levels of the students participating in the study. The scale has a 5-Likert type structure. For this reason, responses to scale items are scored between never correct (1) and always correct (5). Items no 14,16,17,18 and 19 in the scale are calculated by reversing. All items of the scale consisting of 19 items are gathered under one factor (Acuner, 2012). The "State Anxiety Inventory" was used to determine the state anxiety levels of the students participating in the study. The Turkish adaptation of the inventory, which was organized in a self-assessment style consisting of short statements which were developed by Spielberger et al. (1970), was made by Öner and Le Compte (1974-1977). The inventory consists of 20 items which are changed weight values between 1 and 4. Within this scope, the scale has a 4-Likert type structure. The internal consistency values of the scale are between .94 and .96; test-retest reliability has varying values between .26 and .68 (Engür, 2002). SPSS 22.0

program was used for analysis of the data obtained. While the Independent T test was used to compare the scale scores according to the gender and regular sports activity of the students participating in the study, One Way ANOVA analysis was used to compare the scale scores according to the variable of class.

When it was handled according to the variable of gender in the study, it was found that the students' self-confidence and state anxiety levels did not differ significantly. It can be thought that the reason why the state anxiety levels of the students who participate in the study do not differ significantly according to their gender is the similarity of the factors that cause anxiety in male and female students. It can be thought that the reason why the students' self-confidence levels do not differ significantly according to gender is the fact that male and female students were raised with similar parental attitudes in similar socio-cultural environments. In studies which are in the literature, it was reported that socio-cultural environment and parental attitudes are important determinants on anxiety and self-confidence (Bilgin, 2011; Günalp, 2007; Erkan et al., 2002), and the level of self-confidence does not differ significantly by gender (Can & Kaçay, 2016).

In the study, when it was handled according to the variable of the class which is received education, it was found that the students' self-confidence and state anxiety levels did not differ significantly. It can be thought that the reason why the students' self-confidence and state anxiety levels do not differ significantly according to the variable of the class which is received education, is the similarity of the factors that negatively affect the psychological structure of the students in terms of their education levels. For instance; If the study were conducted on secondary school students, it would be expected that the level of self-confidence and state anxiety would be different according to the variable of class, since students would have anxiety about entering the university entrance exam. In the studies in the literature and conducted with primary school students, it was reported that the self-confidence levels of the students did not differ significantly according to the variable of the class which is received education (Gündoğdu, 2019).

When it was handled according to the variable of doing sports in the study, it was found that the students' self-confidence and state anxiety levels did not differ significantly. When it was considered that participation in sports is psychologically beneficial (Salar et al., 2012), it can be thought that the reason why the state anxiety and self-confidence levels of students did not differ significantly according to the state of doing sports in this study lies in the fact that students who do sports regularly do not do sports at a professional level. As a matter of fact, it has been reported in the studies which are in the literature that participation in sports at the elite level contributes to both decreasing the level of anxiety and increasing the level of self-confidence (Akkarpat, 2014). As a result, in this study, when the factors related to the state anxiety and self-confidence level in primary school students were examined, it was observed that the state anxiety and self-confidence levels of the students did not differ significantly according to the variables of gender, class level and sports status. Similar studies can be conducted with larger sample groups in order to reach more comprehensive findings regarding the subject.