



T.C

Marmara Üniversitesi

Eğitim Bilimleri Enstitüsü

Spor Eğitimi Anabilim Dalı

Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bilim Dalı

**ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN İNTERNET BAĞIMLILIĞI,
FİZİKSEL AKTİVİTE DÜZEYLERİ VE AKADEMİK BAŞARI
DURUMLARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

Arzu ÇUBUK

(Yüksek Lisans Tezi)

İstanbul-2019



T.C
Marmara Üniversitesi
Eğitim Bilimleri Enstitüsü
Spor Eğitimi Anabilim Dalı
Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bilim Dalı

**ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN İNTERNET BAĞIMLILIĞI,
FİZİKSEL AKTİVİTE DÜZEYLERİ VE AKADEMİK BAŞARI
DURUMLARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

Arzu ÇUBUK
(Yüksek Lisans Tezi)

Danışman
Doç. Dr. Ufuk ALPKAYA

İstanbul-2019

**Tüm kullanım hakları
M.Ü. Eğitim Bilimleri Enstitüsü'ne aittir.
© 2019**

ONAY

ARZU ÇUBUK tarafından hazırlanan “Ortaokul Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı, Fiziksel Aktivite ve Akademik Başarı Durumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” konulu bu çalışma, 27 Haziran 2019 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda jüri tarafından başarılı bulunmuş ve yüksek lisans tezi olarak kabul edilmiştir.

	Adı Soyadı	İmza
TEZ DANIŞMANI	Doç.Dr. Ufuk ALPKAYA	U. Alpkaya
JÜRİ ÜYESİ	Doç.Dr. Özgür DİKENT	Ö. Dikent
JÜRİ ÜYESİ	Dr. Öğr. Üyesi Nalan SUNA	N. Suna

ÖZGEÇMİŞ

EĞİTİM

Lise	General Ali Rıza Ersin Lisesi	1996
Lisans	Marmara Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu	2000
Ön Lisans	Anadolu Üniversitesi Halkla İlişkiler	2007
Yüksek Lisans	Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü	2016-...

İŞ DENEYİMİ

Görev Ünvanı	Görev Yeri	Yıl
Öğretmen	Erzurum Sabancı İlköğretim Okulu	2001
Öğretmen	Erzurum Anadolu Kız Meslek Lisesi	2001
Öğretmen	Erzurum Lisesi	2003
Öğretmen	Doğa Koleji	2007
Öğretmen	Taşdelen Koleji	2009
Öğretmen	Bitlis Adilcevaz Şehit Mehmet Ali Erçetin İlköğretim Okulu	2010
Öğretmen	İstanbul Ataköseoğlu İlköğretim Okulu	2012
Öğretmen	İstanbul Feyzullah Turgay Ciner Ortaokulu	2013-...

İLETİŞİM BİLGİLERİ

e-posta	arzucubuk1979@gmail.com
Telefon	05326904232

ÖNSÖZ

Günümüzde aileler çocuklarının çok küçük yaşlardan itibaren internette fazla zaman geçirdiklerini, buna bağlı olarak daha az hareket ettiklerini düşünmektedirler. İnternete bağımlı hale geldiklerine inanılan çocukların akademik başarılarında düştüğü kanaatinde olan aileler fiziksel aktiviteyi arttırarak çocukları internetten uzaklaştırıp akademik başarıyı yükseltmek çabasındadırlar.

Tüm bu düşüncelerden yola çıkılarak bu araştırmada ortaokul öğrencilerinin internet bağımlılığı, fiziksel aktivite düzeyleri ve akademik başarıları arasındaki ilişki incelenmiştir.

Araştırmanın konu ile ilgili kişilere gerekli mesajları ulaştıracağı ve literatüre fayda sağlayacağı düşünülmektedir.

Yüksek lisans eğitimimde yardımcı olan çok değerli danışmanım Doç. Dr. Ufuk ALPKAYA'ya şükranlarımı sunarım.

Yüksek lisansa başlamama vesile olan, başından sonunda kadar desteğini hiç esirgemeyen, iyiki var dediğim dostum Dr. Öğr. Üyesi S. Orkun PELVAN'a, çalışmamdaki yardımlarından dolayı Hüseyin AKBULUT'a teşekkür ederim.

Her zaman yanımda olan kardeşim gibi gördüğüm dostum Nurcan TUNAER 'e, hayat enerjimi aldığım, beni bu yolda destekleyen çocuklarım Öykü ve Görkem GÖKBURUN'a sonsuz teşekkürler.

Benimle gurur duyduğunu her daim hissettiren dünyanın en iyi babası Rüzgâr Salih Ömer ÇUBUK' u rahmetle anıyor, tezimi kendisine atfediyorum.

Arzu ÇUBUK

ÖZET

Bu araştırmanın amacı; ortaokul öğrencilerinin internet bağımlılığı, fiziksel aktivite düzeyleri ve akademik başarıları arasındaki ilişkiyi incelemektir.

Çalışmanın örneklemini İstanbul ili Maltepe ilçesinden 10 ortaokuldan rastlantısal yöntem ile seçilmiş 5.6.7 ve 8. sınıflarda okumakta olan 1066 Kadın, 1071 erkek, toplam 2137 öğrenci oluşturmuştur. Katılımcılara Kişisel Bilgi Formu, Çocuklar İçin Fiziksel Aktivite Ölçeği ve Young İnternet Bağımlılığı Ölçeği uygulanmıştır. Çalışmada analizler için elde edilen anlamlılık düzeyleri, 0.05 anlamlılık düzeylerinde değerlendirilmiştir. Öncelikle tanımlayıcı istatistik olarak verilerin ortalama ve standart sapma aralığı belirlenmiştir. Elde edilen verilerin frekans ve yüzde değerleri hesaplanmıştır. Değişkenlerde cinsiyetler arasındaki farkları hesaplamak için bağımsız örneklem t testi, 3 ve daha fazla grup karşılaştırmalarında Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA), farkın hangi gruptan kaynaklandığını bulmak için Tukey HSD testi, uygulanmıştır. İnternet bağımlılığı, fiziksel aktivite ve akademik başarı modellemeleri için doğrusal regresyon analizine başvurulmuştur. P değerinin 0,05'ten küçük olması durumunda fark ve ilişki anlamlı kabul edilmiştir. Değişkenler arası ilişkiyi incelemek için ise korelasyon testi uygulanmıştır.

Yapılan analizler sonucunda ortaokul öğrencilerinin internet bağımlılığı ile fiziksel aktivite düzeyleri arasındaki ilişki incelendiğinde, gruplar arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. İnternet bağımlılığı ile akademik başarıları arasında ilişki incelendiğinde, öğrencilerin akademik başarıları arasında bazı not aralıklarında anlamlı ilişki bulunmuştur ($p < 0.05$). Fiziksel aktivite düzeyleri ile akademik başarıları arasında ilişki incelendiğinde, akademik başarı düzeyleri açısından anlamlı ilişki bulunamamıştır. Yapılan ikili karşılaştırmalar sonucunda kız ve erkek öğrenciler arasında internet bağımlılığı, akademik başarı ve fiziksel aktivite arasında anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Yapılan ikili karşılaştırmalar sonucunda sınıf kademelerine göre internet bağımlılığı, akademik başarı ve fiziksel aktivite arasında anlamlı ilişki olduğu gözlemlenmiştir. Demografik özelliklerine göre ortaokul öğrencilerinin internet bağımlılığı, fiziksel aktivite düzeyleri ve akademik başarıları modellemeleri için yapılan

regresyon analizleri sonuçlarına göre bazı parametreler arasında anlamlı ilişki tespit edilmiştir.

Araştırma sonucunda; ortaokul öğrencilerinin internet bağımlılığı, fiziksel aktivite ve akademik başarı durumları değerlendirildiğinde, internet bağımlılığı ile fiziksel aktivite arasında ve fiziksel aktivite akademik başarı arasında anlamlı bir ilişki olmadığı fakat internet bağımlılığı arttıkça öğrencilerin akademik başarılarının azaldığı gözlemlenmiştir.

Anahtar kelimeler: İnternet Bağımlılığı, fiziksel aktivite, akademik başarı.

ABSTRACT

This study aims to determine the correlations between the internet addiction, academic achievements and physical activity levels of secondary school students.

The sampling of the research was formed by 2137 students (1066 female, 1071 male) in 5th, 6th, 7th and 8th grade students who were selected randomly from 10 different primary schools in Maltepe district of İstanbul. In order to obtain the demographic information of each student, the Personal Information Form, Scale of Young Internet Addiction and Scale of Physical Activity for Children were applied to the participants.

First of all, the arithmetic average and standard deviation values are determined as complementary statistic. Also, frequency and percentage have been used in data analysis. T-Test was used for the analysis of the differences between gender variables, One-Way Anova was used at comparisons of the groups above 2 and Turkey HSD test was applied to identify the group differs from the others.

Regression analysis was used for the internet addiction, academic achievements and physical activity modelings. The distinction and the correlation were accepted as positive significant when the P value is below 0.05. Correlation analysis were performed to investigate the correlation between variables.

As a result of all analysis, it was not found any significant difference between internet addiction and physical activity levels of secondary school students. When it is investigated the correlation between internet addiction and academic achievements and also when it is considered the internet addiction as dependent variable, it was found some significant difference ($p < 0.05$).

When it is investigated the correlation between the academic achievements and physical activity levels and also when it is considered the physical activity levels as a dependent variable, it was not found any significant difference ($p < 0.05$) in terms of academic achievement levels.

When it is investigated the internet addiction of the secondary students along with the difference between physical activity levels and academic achievements according to their gender and grades, it is found significant difference.

According to regression analysis results of the internet addiction, academic achievements and physical activity modelings, it was determined significant correlations between some parameters.

As a result of this study, it is determined that there is no significant correlation between internet addiction and physical activity levels, academic achievements and physical activity levels. However, when the internet addiction level of the students increases, academic achievements decreases.

Keywords: Internet addiction, Physical activity, Academic success.

İÇİNDEKİLER

ONAY	i
ÖZGEÇMİŞ.....	ii
ÖNSÖZ	iii
ÖZET	iv
ABSTRACT.....	vi
İÇİNDEKİLER	viii
TABLolar LİSTESİ	x
ŞEKİLLER LİSTESİ	xiii
KISALTMA VE SEMBOLLER	xiii
BÖLÜM I: GİRİŞ.....	1
1.1.Problem.....	1
1.2.Amaç	3
1.3.Önem.....	3
1.4.Sınırlılıklar	3
1.5.Sayıtlılar.....	3
1.6.Tanımlar	3
BÖLÜM II: ALAN YAZIN.....	5
2.1.Bağımlılık	5
2.2.İnternet Bağımlılığı.....	6
2.2.1. İnternet Bağımlılığının Etkileri	9
2.2.1.1. İnternet Bağımlılığının Fiziksel Etkileri	9
2.2.1.2. İnternet Bağımlılığının Psikososyal Etkileri	10
2.2.1.3. İnternet Bağımlılığının Bilişsel Etkileri.....	10
2.3. Fiziksel aktivite	11
2.3.1. Fiziksel aktiviteyi etkileyen faktörler	12
2.4 .Akademik başarı.....	13
2.4.1. Akademik başarıyı etkileyen faktörler.....	14
2.5. Akademik başarı ve internet kullanımı ilişkisi.....	15
2.6. Fiziksel aktivite ile akademik başarı arasındaki ilişki	16
2.7. İnternet bağımlılığı ve fiziksel aktivite ilişkisi.....	17
BÖLÜM III: YÖNTEM	19

3.1. Araştırmanın Modeli	19
3.2. Evren ve Örneklem	19
3.3. Veri Toplama Araçları	19
3.3.1. İnternet Bağımlılığı Ölçeği	19
3.3.2. Fiziksel Aktivite Ölçeği	20
3.3.3. Kişisel Bilgi Formu	21
3.4. Verilerin Toplanması	22
3.5. Verilerin Analizi.....	22
BÖLÜM IV: BULGULAR.....	24
4.1. Tanımlayıcı İstatistikler	24
4.2. İnternet Bağımlılığı, Fiziksel Aktivite Düzeyleri ve Akademik Başarı Durumları Anova İstatistiksel Analiz Sonuçları	38
4.3. İnternet Bağımlılığı, Fiziksel Aktivite Düzeyleri ve Akademik Başarı Durumları Regresyon Analizi Sonuçları	42
4.4. Cinsiyet Ve Sınıf Değişkenine Göre İnternet Bağımlılığı, Fiziksel Aktivite Düzeyleri ve Akademik Başarı Durumları Karşılaştırmaları	45
BÖLÜM V: SONUÇ.....	48
5.1. Yargı	48
5.2. Tartışma	52
5.3. Öneriler.....	66
5.3.1. Uygulamaya Yönelik Öneriler	66
5.3.2. Sonraki Araştırmalara Öneriler	67
KAYNAKÇA	68
EKLER	79

TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 1.	Beden Kitle İndeksi Değerlendirme Standartları.....	22
Tablo 4.1.1.	Araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyet yüzde dağılımı.....	24
Tablo 4.1.2.	Araştırmaya katılan öğrencilerin sınıf yüzde dağılımı.....	24
Tablo 4.1.3.	Araştırmaya katılan öğrencilerin yaş yüzde dağılımı	24
Tablo 4.1.4.	Araştırmaya katılan öğrencilerin baba eğitim durumu yüzde dağılımı	25
Tablo 4.1.5.	Araştırmaya katılan öğrencilerin anne eğitim durumu yüzde dağılımı	25
Tablo 4.1.6.	Araştırmaya katılan öğrencilerin kardeş sayısı yüzde dağılımı.....	26
Tablo 4.1.7.	Araştırmaya katılan öğrencilerin anne internet kullanım yüzde dağılımı	26
Tablo 4.1.8.	Araştırmaya katılan öğrencilerin baba internet kullanım yüzde dağılımı	26
Tablo 4.1.9.	Araştırmaya katılan öğrencilerin kardeş internet kullanım yüzde dağılımı	27
Tablo 4.1.10.	Araştırmaya katılan öğrencilerin diğer internet kullanım yüzde dağılımı	27
Tablo 4.1.11.	Araştırmaya katılan öğrencilerin ailelerinin gelir düzeyi yüzde dağılımı	27
Tablo 4.1.12.	Araştırmaya katılan öğrencilerin bilgisayarı varmı sorusuna göre yüzde dağılımı	28
Tablo 4.1.13.	Araştırmaya katılan öğrenciler internet kullanıyormu sorusuna göre yüzde dağılımı.....	28
Tablo 4.1.14.	Araştırmaya katılan öğrencilerin cep telefonundan internete bağlanma durumuna göre yüzde dağılımı.....	28
Tablo 4.1.15.	Araştırmaya katılan öğrencilerin bilgisayardan internete bağlanma durumuna göre yüzde dağılımı.....	28
Tablo 4.1.16.	Araştırmaya katılan öğrencilerin tableten internete bağlanma durumuna göre yüzde dağılımı.....	29

Tablo 4.1.17. Araştırmaya katılan öğrencilerin diğer araçlardan internete bağlanma durumuna göre yüzde dağılımı	29
Tablo 4.1.18. Araştırmaya katılan öğrenciler sosyal ağa üyemi sorusuna göre yüzde dağılımı	29
Tablo 4.1.19. Araştırmaya katılan öğrenciler evde internet kullanıyormu sorusuna göre yüzde dağılımı.....	29
Tablo 4.1.20. Araştırmaya katılan öğrenciler okulda internet kullanıyormu sorusuna göre yüzde dağılımı.....	30
Tablo 4.1.21. Araştırmaya katılan öğrenciler cafede internet kullanıyormu sorusuna göre yüzde dağılımı.....	30
Tablo 4.1.22. Araştırmaya katılan öğrenciler diğer internet araçlarını kullanıyormu sorusuna göre yüzde dağılımı	30
Tablo 4.1.23. Araştırmaya katılan öğrencilerin günde kaç saat internet kullandığına yönelik yüzde dağılımı	31
Tablo 4.1.24. Araştırmaya katılan öğrencilerin kaç yıldır internet kullandığına yönelik yüzde dağılımı	31
Tablo 4.1.25. Araştırmaya katılan öğrencilerin interneti oyun-eğlence amacıyla kullandığına yönelik yüzde dağılımı	31
Tablo 4.1.26. Araştırmaya katılan öğrencilerin interneti film, video, müzik amacıyla kullandığına yönelik yüzde dağılımı	32
Tablo 4.1.27. Araştırmaya katılan öğrencilerin interneti haber amacıyla kullandığına yönelik yüzde dağılımı	32
Tablo 4.1.28. Araştırmaya katılan öğrencilerin interneti mail, iletişim amacıyla kullandığına yönelik yüzde dağılımı	32
Tablo 4.1.29. Araştırmaya katılan öğrencilerin interneti sohbet amacıyla kullandığına yönelik yüzde dağılımı	32
Tablo 4.1.30. Araştırmaya katılan öğrencilerin interneti sosyal ağlar amacıyla kullandığına yönelik yüzde dağılımı	33
Tablo 4.1.31. Araştırmaya katılan öğrencilerin interneti araştırma, ödev amacıyla kullandığına yönelik yüzde dağılımı	33
Tablo 4.1.32. Araştırmaya katılan öğrencilerin interneti diğer amaçları için kullandığına yönelik yüzde dağılımı	33

Tablo 4.1.33. Araştırmaya katılan öğrenciler klübe gidiyormu sorusuna yönelik yüzde dağılımı	33
Tablo 4.1.34. Araştırmaya katılan öğrenciler klübe kaç gün gidiyor sorusuna yönelik yüzde dağılımı	34
Tablo 4.1.35. Araştırmaya katılan öğrencilerin lisans varmı sorusuna yönelik yüzde dağılımı	34
Tablo 4.1.36. Araştırmaya katılan öğrencilerin fiziksel aktivite yüzde dağılımı	35
Tablo 4.1.37. Araştırmaya katılan öğrencilerin internet bağımlılığı yüzde dağılımı	36
Tablo 4.1.38. Araştırmaya katılan öğrencilerin akademik başarı durumu yüzde dağılımı	37
Tablo 4.1.39. Araştırmaya katılan öğrencilerin boy, kilo, vücut kitle indeksi ortalamaları	37
Tablo 4.2.1. Fiziksel aktivite düzeyleri ile akademik başarı durumu ilişkileri	38
Tablo 4.2.2. İnternet bağımlılık düzeyleri ile akademik başarı durumu ilişkileri	39
Tablo 4.2.3. İnternet bağımlılık düzeyleri ile fiziksel aktivite düzeyleri ilişkileri	40
Tablo 4.2.4. Akademik başarı durumları ile fiziksel aktivite düzeyleri ilişkileri	41
Tablo 4.3.1. İnternet bağımlılığı regresyon analizi sonuçları	42
Tablo 4.3.2. Fiziksel aktivite düzeyleri regresyon analizi sonuçları	43
Tablo 4.3.3. Akademik başarı durumu regresyon analizi sonuçları	44
Tablo 4.4.1. Cinsiyetlere göre internet bağımlılığı, fiziksel aktivite düzeyleri ve akademik başarı durumları karşılaştıma sonuçları	45
Tablo 4.4.2. Sınıf düzeylerine göre internet bağımlılığı, fiziksel aktivite düzeyleri ve akademik başarı durumları karşılaştıma sonuçları	46

GRAFİK LİSTESİ

Grafik 4.3.1.	Araştırmaya katılan öğrencilerin fiziksel aktivite yüzde dağılımı35
Grafik 4.3.2.	Araştırmaya katılan öğrencilerin internet bağımlılığı yüzde dağılımı36
Grafik 4.3.3.	Araştırmaya katılan öğrencilerin akademik başarı yüzde dağılımı35

KISALTMA VE SEMBOLLER

BKİ	: Beden Kitle Endeksi
ÇFAÖ	: Çocuklar için Fiziksel Aktivite Ölçeği
DSM –IV	: (Diagnostict and Statistical Manuel of Mental Disorders-IV) Zihinsel Bozuklukların Tanısal ve İstatiktiksel Yönergeleri-IV
FAD	: Fiziksel Aktivite Düzeyi
MEB	: Milli Eğitim Bakanlığı
PAQ-C 4-8	: Physical Activity Questionnare for Older Children (Çocuklar için Fiziksel Aktivite Anketi 4-8. Sınıflar)
PİK	: Problemlı internet kullanımı

BÖLÜM I

GİRİŞ

Bu bölümde araştırmanın; problemi, amacı, önemi, sınırlılıkları ve sayıtları açıklanmıştır.

1.1. Problem

İnternetin icat edilmesi ile dünyada yeni nesil bir komünikasyon aracı daha ortaya çıkmıştır. İnterneti günlük işlerimizde kullanmanın yanında hayatımızın vazgeçilmezi haline getirmekteyiz. Bu gelişim ve değişimle birlikte internetin fayda ve zararları konusunda birçok tartışma ortaya çıkmıştır. İnsanların büyük çoğunluğu internetin pozitif yönlerini kullanabildikleri gibi interneti yanlış kullandıkları durumlarda kişinin yaşamında sorunlara neden olabilmektedir. Kişiler internete bağlanamadıkları zaman süreçlerinde internet yokluğuna bağlı bazı psikolojik ve fiziksel rahatsızlıklar yaşayabilmektedirler (Şahin, 2011, s.1).

Goldberg ilk defa 1996 senesinde internet bağımlılığı terimini öne sürmüştür. (Üneri, Tanıdır, 2011, s.266). Yapılan bilimsel çalışmalarda internet bağımlılığı için 12-18 yaş döneminin çok kritik bir devre olduğu belirtilmiştir (Tsai, Lin, 2003, s.649-652).

Gençlerin interneti çok fazla kullanmalarının fiziksel, sosyal ve psikolojik olarak negatif etkileneceklerine ve bu durumun akademik başarılarına etki etmesine sebep olabileceği düşünülmektedir (Cengizhan 2005, s.83).

Silah (2003, s.102-115) akademik başarıyı öğrencilerin okul hayatı boyunca bilişsel beceriler kazandırma hedefi doğrultusunda verilen derslerde sergilediği performansla hedeflenen davranışları gerçekleştirme olarak tanımlamıştır.

Ailelerin büyük kısmı evlatlarının spor faaliyetlerine katılmaları ve oyun oynamalarının ders çalışmalarını engellediği ve bunun neticesinde akademik başarılarının düştüğünü söylemektedirler. Yapılan bilimsel çalışmalar ise fiziksel, psikolojik ve sosyal gelişimin yanı sıra zihinsel olarakta oyun oynamanın ve egzersiz yapmanın çocuklarda ve gençlerde olumlu sonuçlar doğurduğu gözlemlendiği söylenebilir. Fedewa ve Ahn'ın (2011, s.521-535) bunu ispatlar nitelikte olan 1947-2009 seneleri arasında yapılmış olan 59 bilimsel çalışmayı içeren 2011 yılında yayınlanmış olan derlemeleri fiziksel aktivitenin çocuklar ve gençler üzerindeki olumlu etkilerini ortaya koymaktadır.

Fiziksel aktivite, günlük hayatımızda eklemelerimizi ve kaslarımızı kullanarak enerji tükettiğimiz, nabzımızı ve solunum sayımızı arttıran, yoğunlukları farklılık gösterebilen hareketler olarak tanımlanabilir (Baltacı, 2008, s.7). Teknolojik gelişmeler hem gençlerin hem de yetişkinlerin hareketsiz bir yaşam tarzına sahip olmalarını tetiklemektedir. Günümüz insanları merdiven çıkmak yerine asansör kullanmayı, en yakın mesafelere bile araçla gitmeyi, serbest zamanlarını bilgisayar ve televizyon karşısında geçirmeyi tercih etmektedirler. Bu durum teknolojik gelişmelerin insan hayatına kattığı yararların yanında hareketsiz yaşam tarzını da arttırdığını göstermektedir (Karademir, 2017, s.11).

Alan yazın incelendiğinde internet bağımlılığı, fiziksel aktivite ve akademik başarı kavramlarını bir arada ele alan çalışmaların yetersizliği ve ortaokul öğrencileri üzerinde az sayıda çalışıldığı görülmüştür. Buradan hareketle internet bağımlılığı, fiziksel aktivite ve akademik başarı kavramlarını bir arada ele almak ve ortaokul öğrencileri üzerinde incelemek araştırmaya değer bulunmuş ve Ortaokul öğrencilerinin internet bağımlılığı, fiziksel aktivite düzeyleri ve akademik başarıları arasında ilişki var mıdır? İfadesi bu araştırmanın problem cümlesi olarak belirlenmiştir. Bu probleme bağlı kalınarak aşağıdaki alt problemlere cevap aranmıştır:

- i. Ortaokul öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeyleri ne durumdadır?
- ii. Ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeyleri ne durumdadır?
- iii. Ortaokul öğrencilerinin akademik başarı düzeyleri ne durumdadır?
- iv. Ortaokul öğrencilerinin internet bağımlılığı ile fiziksel aktivite düzeyleri arasında ilişki var mıdır?
- v. Ortaokul öğrencilerinin internet bağımlılığı ile akademik başarıları arasında ilişki var mıdır?
- vi. Ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeyleri ile akademik başarıları arasında ilişki var mıdır?
- vii. Cinsiyetlere göre ortaokul öğrencilerinin internet bağımlılığı, fiziksel aktivite düzeyleri ve akademik başarıları arasında ilişki var mıdır?
- viii. Sınıf düzeylerine göre ortaokul öğrencilerinin internet bağımlılığı, fiziksel aktivite düzeyleri ve akademik başarıları arasında ilişki var mıdır?
- ix. Demografik özelliklerine göre ortaokul öğrencilerinin internet bağımlılığı, fiziksel aktivite düzeyleri ve akademik başarıları arasında ilişki var mıdır?

1.2. Amaç

Bu araştırmanın amacı, ortaokul öğrencilerinin internet bağımlılığı, fiziksel aktivite düzeyleri ve akademik başarıları arasındaki ilişkiyi incelemektir.

1.3. Önem

İnternet kullanımı her geçen gün artmakta ve özellikle çocuk ve ergenlerde bağımlılık düzeylerine ulaşmaktadır. İnternet karşısında geçirilen zamanın fiziksel aktiviteyi azalttığı düşünülmektedir. Öğrencilerin internet kullanımı ve fiziksel aktivite durumlarının akademik başarıyı etkileyip etkilemediğini tespit etmek ve bu alanda yapılmış olan çalışmalar ile desteklenerek yeni çalışmalara ışık tutması ve bu konuda alınacak önlemleri belirlemede yol gösterici olması nedeniyle önemlidir.

1.4. Sınırlılıklar

- i. Bu araştırma 2017–2018 eğitim ve öğretim yılında İstanbul ili Maltepe ilçesinde bulunan Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlı devlet okulları ile sınırlandırılmıştır.

1.5. Sayıtlar

- i. Çalışmaya katılan öğrencilerin ölçeklere içtenlikle cevap verecekleri varsayılmıştır.
- ii. Öğrencilerin bu çalışma için gönüllü olarak katıldıkları varsayılmıştır.
- iii. Örnek grubun evreni temsil ettiği varsayılmıştır.

1.6. Tanımlar

İnternet bağımlılığı

İnternet bağımlılığı, kişilerin sosyal hayatlarını negatif yönde etkileyerek sürekli kullanma ihtiyacı hissettirmesi, bağlanılamadığında rahatsız olma durumu yaratması ve asabiyete sebep olması şeklinde açıklanabilir (Ergin, Uzun, Bozkurt, 2013, s.135).

Fiziksel Aktivite

Fiziksel aktivite, günlük hayatımızda eklemlerimizi ve kaslarımızı kullanarak enerji tükettiğimiz, nabzımızı ve solunum sayımızı arttıran, yoğunlukları farklılık gösterebilen hareketler olarak tanımlanabilir (Baltacı, 2008, s.7).

Akademik Başarı

Akademik başarı öğrencilerin okul hayatı boyunca bilişsel beceriler kazandırma hedefi doğrultusunda, verilen derslerde sergilediği performansla, hedeflenen davranışları gerçekleştirmeleri olarak tanımlamıştır (Silah 2003, s.102-115).

BÖLÜM II

ALAN YAZIN

2.1.Bağımlılık

Şahin (2007, s.5) bağımlılığı vücudun ihtiyaçları dikkate alınmadan ve tedavi amacı güdülmeden, önlenemeyen taleplerle, çoğalan dozlarda kullanılması olarak tanımlamıştır. Amerikan Psikiyatri Birliği (APA) nın yayınlamış olduğu kısaltılmış adı “DDM-IV” olan “Ruhsal Bozuklukların Tanımsal ve Sayısal El Kitabı”nda bağımlılık madde bağımlılığı olarak değerlendirilmiştir. Kişiler maddeye bağımlı olabildikleri gibi alışveriş, yemek, spor, kumar, internet ve çeşitli bilgisayar oyunları türünde sorunlu davranış bağımlılıklarında sergileyebilirler (Arısoy,2009, s.56).

Yaşadığımız çağda kumar, internet, yemek-içme, alışveriş, seks gibi tıbbi yardıma ihtiyaç duyulan çeşitli bağımlılıklar olmakla birlikte ilk akla gelen kimyevi ve bitkisel madde bağımlılıklarıdır (Uzbay, 2009, s.5).

Birçok madde bağımlılığa yol açabilmektedir fakat bazılarının bağımlılık riski diğerlerinden daha yüksek olabilmektedir (Ögel, 2001, s.1-20). İnsanların bağımlılık denildiğinde genelde kimyasal bağımlılığı düşündükleri fakat asıl önemli olan kötü alışkanlık olarak değerlendirilip geç fark edilen davranışsal bağımlılığa dikkat edilmesi gerektiğidir (Derin, 2013, s.15).

Literatüre bakıldığında bağımlılık, alkol, uyuşturucu maddeler, kahve, tütün ürünleri gibi maddelere bağımlılık ve kişinin bir davranışı normal olmayan düzende sıklıkla gerçekleştirmesi ile psikolojik, fiziksel, toplumsal sorunlar yaşamasına sebep olan davranışsal bağımlılık olmak üzere iki türde incelendiği görülmektedir (Karaman, Kurtoğlu, 2009, s.642).

Teknolojik bağımlılıklar kumar, seks, alışveriş, yemek gibi davranışsal bağımlılıklar kapsamında olmakta ve bu tür bağımlılıklarda kişiler aktif veya pasif olabilmektedirler. Ses, görüntü vb. özelliklere sahip teknolojik araçlar bağımlılık riskini arttırabilmektedir (Bilgin, 2015, s.2).

2.2.İnternet Bağımlılığı

Günlük yaşamımızda bilgiye hızlı ve kolay ulaşmamamızı ve kişiler arası iletişimi sağlayan internet ve bilgisayar birçok kullanım alanı olması nedeni ile giderek yaygınlaşmaktadır. Bu hızlı artış bağımlılık gibi birçok sorunuda beraberinde getirmektedir (Gökçearslan, Günbatır, 2012, s.13). Doğan, Işıklar, Eroğlu (2008, s.107) ise insanları sosyal olarak yakınlaştıran bilgisayarların uzaktaki kişileri evin içine getirebildiğini fakat hane içindeki bireyleri birbirlerinden uzaklaştırdığını belirtip, bu bağımlılığın bireylerin ilişkilerini bozabileceğini belirtmektedirler. Benzer bir çalışmada ise 12-18 yaş grubu çocukların öğrenmelerini destekleme amacı ile kullanılan internet teknolojilerinin olumlu taraflarının olduğu gibi internet bağımlılığı gibi olumsuz yan etkilerinin de olabileceği belirtilmektedir (Ögel, 2012, s.47-60).

İnternetin amacına uygun kullanılırsa öğrencilerin akademik başarılarına olumlu katkılar sağlayabileceğinden söz edilmektedir (Günüç, 2009, s.36). İnternetin sağlıklı kullanımı, herhangi bir fiziksel ya da ruhsal rahatsızlık olmadan uygun zaman aralıklarında kullanılması olarak yorumlanabilir. İnternet kullanan kişilerin gerçek yaşam ve internet ortamını birbirinden ayırt edebilmesi internetin sağlıklı kullanıldığını düşündürebilir (Davis, 2001, s.187-195).

Caplan (2002, s.553-575) yaptığı çalışmada sağlıklı internet kullanımının çocuk ve gençlerde deneyimleri yönlendirme, bilgi toplama, bilgiyi sınıflandırma, okuma ve yazma gibi becerileri kullanmalarına yardımcı olduğunu, sağlıksız kullanımın ise bireylerin sosyal ve psikolojik gelişimini olumsuz etkilediğini ifade etmektedir. Cao, Sun, Wan, Hao ve Tao (2011, s.5) ise yaptıkları benzer bir çalışmada, normal internet kullanımı olan öğrencilerle problemli internet kullanımı olan öğrencileri karşılaştırmışlar ve araştırma sonucunda problemli internet kullanımı olan öğrencilerin fiziksel enerji düşüklüğü, bağışıklık sisteminde zayıflama, psikolojik uyum sorunu gibi belirtiler gösterdiklerini görmüşlerdir. Akt. Derin (2013, s.32) internet bağımlısı olan ve internet bağımlısı olmayan bireyler arasında yaptıkları karşılaştırmada internet bağımlısı olan bireylerin stres altında internete girme eğiliminde olduklarını ve internet bağımlısı olmayanlara göre yalnızlık, depresyona eğilim durumu yaşadıklarını belirlemişlerdir. İnternetin sağlıksız kullanımı sonucu fiziksel, akademik, psikolojik, mesleki konular gibi birçok alanda problem yaşanabilmektedir (Binali, 2015, s.53).

Çocuk ve gençlerin evde, okulda ya da internet cafelerde internet başında uzun süreler geçirmeleri internet bağımlılığının alt yapısını oluşturabilmektedir (Lim, Bae, Kim, 2004, s.836-837). Alanyazında “internet addiction” olarak adlandırılan internet bağımlılığı kavramı, farklı araştırmacılar tarafından farklı şekillerde ifade edilmiştir. İnternet bağımlılığı kavramları arasında “patolojik internet kullanımı” (Young, 2004, s.105-111), “problemlı internet kullanımı” (Cao, Sun, Wan, Hao ve Tao, 2011, s.1) “internet bağımlılığı” (Nalwa, Anand, 2003, s.653-656), “patolojik internet kullanımı” (Gönül, 2002, s.105), “problemlı internet kullanımı” (Köroğlu, Öztürk, Tellioglu, Genç, Mırsal, Beyazyürek, 2006, s.151), “internet bağımlılığı” (Gökçearsan, Günbatar, 2012, s.13) bulunmaktadır. Bu kadar farklı isimler kullanılmasının sebebi problemlı internet kullanımının duyuşsal, davranışsal ve bilişsel özelliklerinden biri ile yaklaşılmışından kaynaklanmaktadır (Davis, 2001, s.187-195). Ceyhan, Ceyhan, Gürcan (2007, s.412) aşırı ve problemlı internet kullanımı içerisinde ele alınan bu kavramların temelde benzer olarak kullanıldıklarını belirtmektedirler. Kavramlar arasındaki farklılık sorunun interneti kullanım süresinden mi interneti kullanım sebebinden mi kaynaklandığı konusundaki görüş ayrılıklarıdır. Bu şekilde düşünüldüğünde internet kullanımının sorun olup olmaması interneti kullanım sebebine göre değişmektedir. Problemlı internet kullanımı kişinin hayatında internet kullanımından dolayı psikolojik, sosyal, akademik hayat, iş hayatı ile ilgili sorunlarla karşılaşmasını ifade eder. Bu tanıma göre internet kullanımının sorun olup olmaması işlevselliği bozup bozmamasına göre değişmektedir. Aşırı internet kullanımı kişilerin normal veya planladığından daha uzun zaman internette vakit geçirmesidir. Bu tanıma göre de internet kullanımının sorun olup olmaması süre açısından kullanıcı tarafından farklılık gösterip göstermemesine göre değişmektedir. İş için planlanandan daha fazla süre internet kullanan kişiler, bağımlı olmayacakları gibi daha az süre internet kullansalar dahi internet bağımlısı olabilirler. Burada sorun hangi kavramın kullanıldığı değil, internet kullanımının sağlıklı olup olmadığı ya da olumsuz sonuç doğurup doğurmayacağıdır (Dinç, 2010, s.72-75).

İnternet bağımlılığı ile ilgili kavramlara paralel olarak tanımlarda da farklılıklar görülmektedir. Young (2004, s.105-111) internet bağımlılığını interneti aşırı kullanma isteğinin engellenememesi, internete bağlanmadan geçirilen zamanın önemsizleşmesi, internete bağlanılamadığında sinirli olma ve saldırganlaşma, bireyin iş, sosyal ve aile hayatının bozulmaya başlaması olarak tanımlamıştır. Davis (2001, s.187-195) ise

internet bağımlılığını bireyin internet kullanırken kendini kontrol edemeyip buna bağlı olarak psikolojik, sosyal hayat ve akademik hayatında sorunlar yaşaması olarak tanımlamıştır. Ceyhan (2008, s.109-116) internet bağımlılığını genellikle zaman kavramını yitirecek ve görevlerini aksatacak kadar aşırı internet kullanımı, öfke, gerginlik, yalan söyleme, sosyal olarak geri çekilme gibi olumsuz yansımaların bir arada olması olarak açıklamıştır. Özsoy (2009, s.651), internet kullanımını sınırlayamama, sosyal ve akademik hayata verdiği zararları bilerek kullanmaya devam etme, internete ulaşamama durumlarında endişelenme gibi belirtiler gösteren bir bağımlılık türü olduğunu ve giderek ilgi çektiğini belirtmektedir. Suler (2004, s.359-362), internet bağımlılığını olması gerekenden fazla süre bilgisayar başında internete bağlı kalma sorunu olarak açıklamıştır. Akt. Günüş (2009, s.37) internet bağımlılığı terimi yerine aşırı internet kullanımı olarak tanımlamışlar, kişinin sorumluluklarını ve sosyal ilişkilerini aksatıp zamanının büyük kısmını internet kullanımıyla geçirmeleri olarak açıklamışlardır. Akt. Derin (2013, s.32) internet/bilgisayar bağımlılığı kavramını kullanmışlar ve bağımlılık ölçütlerini karşılayacak şekilde, bilgisayar ve sunduğu hizmetlerle yoğun şekilde ilgilenme şeklinde tanımlamışlardır.

Yukarıda belirtildiği gibi internet bağımlılığı ile ilgili farklı tanımlar yapılmıştır. Aynı zamanda zamanı kontrol etmede başarısız olma, internete bağlanılamadığında öfke, kızgınlık gibi olumsuz duygular hissetme ve kişinin hayatında negatif etkilerinin olması bakımından araştırmacıların aynı görüşte olduğu görülmektedir.

İnternet bağımlılığının DSM IV'te (1995) bağımsız olarak tanı ölçütleri mevcut değildir. Young (1998, s.238), en yakın olduğu düşünülen patolojik kumar oynama ölçütlerini düzenlemiş ve sekiz maddeden oluşan bir değerlendirme ölçeği oluşturmuştur. Kişi bu sekiz ölçütten beşini karşılıyor ise bağımlı olarak değerlendirilmektedir. Young (1998, s.238) internet bağımlılık tanı ölçütleri aşağıdaki gibidir:

- İnternet ile ilgili aşırı zihinsel uğraş içinde olma,
- İnternete bağlı kalma süresinde artışa ihtiyaç duyma,
- İnternet kullanımını azaltmaya yönelik başarısız girişimlerde bulunma,
- İnternet kullanımının azaltılması durumunda yoksunluk belirtilerini gösterme,
- Başlangıçta olduğundan daha uzun süre internete bağlı kalma,

- İnternetin aşırı kullanılması yüzünden ilişkiler, okul ya da işle ilgili sorunlar yaşama,
- İnternete bağlı kalabilmek için aile üyelerine ya da başkalarına yalan söyleme,
- İnternete bağlı kalındığı süre içerisinde duygu değişikliği yaşama.

İnternet bağımlılarını belirlerken internet başında geçen sürenin miktarı yeterli olmamakta, geçirilen zamanın hangi amaç için kullanıldığı önem taşımaktadır. İnterneti kullanırken doğacak olumlu ya da olumsuz durumlar, interneti kullanma sebepleri ve amaçları ile bağlantılıdır (Bayraktutan, 2005, s.44). İnternet bağımlısı bireyler, film, müzik oyun siteleri, sohbet odaları ve benzeri sitelerde daha fazla zaman harcarken, internet bağımlısı olmayan bireyler, haber, eğitim, alışveriş siteleri gibi sitelerde daha çok zaman harcamaktadırlar (Murali, George, 2007, s.25). Akt. Günüş (2009, s.23) yapmış olduğu araştırmasında, internet kullanma süresinin, oyun, sohbet, eğitim, araştırma vb. gibi amaçlar ile değişebildiğini gözlemlemiştir. İnternet bağımlısı olmayan kişiler, internet bağımlısı olan kişilere göre interneti daha çok bilgi edinme amaçlı kullanmaktadırlar (Chen, Chen, Paul, 2001, s.59-63). Yapılan başka bir araştırmada sohbet, oyun oynama gibi bağımlılığa sebep olan etkenlere erişimin engellenmesi ile kişilerin interneti bilgi ve haber amaçlı kullanmaya yöneldikleri, internette geçirdikleri zamanı azalttıkları gözlemlenmiştir (Günüş, Kayri, 2010, s.220-232).

2.2.1. İnternet Bağımlılığının Etkileri

2.2.1.1. İnternet Bağımlılığının Fiziksel Etkileri

İnternet bağımlılığı olan çocuk ve gençlerde yeme problemleri, fiziksel aktivite azlığı, iletişim sorunları vb. görülebilir. Bu tür problemler obezite ile karşı karşıya kalınmasına sebep olabilir (Zhou, Tang, Peng, 2009, s.150-153). Obezite sonucunda insülin seviyesi, kolesterol seviyesi ve tansiyonun yükselmesi gibi riskleri beraberinde getirebilmektedir (Shields, Behrman, 2000, s.4-30).

Bilgisayar başında uzun zaman kalan çocuklarda yaşanan fiziksel sorunların başında; göz hastalıkları, radyasyona maruz kalmanın etkileri, kas iskelet sisteminde bozulmalar gelmektedir. Kas yapısının tekrar eden hareketlerle baskı altına alınarak sinir sisteminde sorunlar meydana gelebilmektedir (Shields, Behrman, 2000, s.4-30). İnternet ve

bilgisayar kullanım süresi ile uykusuzluk, el bileğinde ağrı gibi sağlık problemleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuş, araştırmaya katılan bireylerin %10'unun gözlerinde sulanma şikayeti ve %1,7'sinin ellerinde uyuşma hissettikleri bulunmuştur (Aslan, 2011, s.25).

2.2.1.2. İnternet Bağımlılığının Psikososyal Etkileri

Yalnızlık, yabancılaşma, akademik performansta azalma, ev, iş hayatında olumsuzluklar problemleri internet kullanımı ile ilişkilidir (Caplan, 2002, s. 553-575). Kişiler yalnız kalmaları sebebi ile aşırı internet kullanabilecekleri gibi, aşırı internet kullanımına bağlı olarak yalnız kalabilirler. Yapılan araştırmaya göre bireylerin internet bağımlılığı seviyeleri arttıkça, yalnızlığının da arttığı düşünülmektedir (Akt. Günüş, 2009, s.23).

Yapılan araştırmalar neticesinde internet bağımlılarının %50'sinde psikiyatrik bozukluklar olduğu tespit edilmiştir. En çok rastlanan bozukluklar madde kullanımı, bipolar bozukluklar, kaygı bozukluğu, depresyon, şizofreni gibi psikotik hastalıklardır. Bu bireylerin % 38'inin alışveriş bağımlılığı, kumar bağımlılığı vb. gibi en az bir tane daha bağımlılığının olduğu gözlemlenmiştir. Bu bireylerin aynı zamanda interneti aşırı ve patolojik seviyede kullanma eğiliminde oldukları belirtilmiştir. (Odabaşıoğlu, Öztürk, Genç, Pektaş, 2007, s.46-51).

Gönül (2002, s.108), yapmış olduğu araştırmasında gençlerde dikkat eksikliği, hiperaktivite bozukluğu, sosyal kaygı, hafif depresyon, aile üyelerinde bağımlılığa yatkınlık varsa riskli internet bağımlılığının görülebileceğini tespit etmiştir. İnternet bağımlılığı ile içine kapanıklık durumu ve kaygı arasında ilişki olduğu gözlemlenmiştir (Chak, Leung, 2004, s. 559-570). Gençlerin internette fazla zaman geçirmeleri ile problemleri internet kullanımı arasında pozitif bir ilişki olduğu bulunmuştur. Ayrıca problemleri internet kullanımının gençlerin günlük aktivitelerine, kişilerle ilişkilerine negatif etkilerinin olduğu belirlenmiştir (Yang, Tung, 2007, s. 79-96).

2.2.1.3. İnternet Bağımlılığının Bilişsel Etkileri

Çocuk ve gençlerde internet kullanımının bilişsel yönden negatif etkileri olmaktadır. Fakat bilişsel gelişim üzerindeki etkiler bilgisayarın ve internetin hangi amaçla kullanıldığına bağlı olarak değişiklik gösterebilmektedir. Bilgisayar başında geçen uzun süreler neticesinde öğrencilerin bilişsel gelişimlerinin olumsuz olarak etkilenebileceği,

tembelleşebilecekleri ve yaratıcı zekâlarının gerileyebileceği gözlemlenmiştir (Çalık, Çınar, 2009, s.12-13). Bilgisayar başında uzun zaman kalan çocukların temporal aktivitesinde artış, hiperaktivite bozukluğu, duygudurum bozukluğu yaşanabilir. Yaş ortalaması 11 olan öğrencilerle yapılan bir araştırmada %14,9'unun internet bağımlılığı ve dikkat eksikliği-hiperaktivite bozukluğu sorunu yaşadıkları gözlemlenmiştir (Yoo ve diğerleri, 2004, s.492).

Öğrencilerin bilgiye hazır olarak kolayca ulaşması düşüncelerini ifade etmelerini, yaratıcılık ve problem çözme becerilerini negatif olarak etkileyebileceği düşünülmektedir (Gündoğdu, 2006, s.32).

İnternet bağımlılığı, bilgisayar oyunları ve bilgisayar ile yapılan sohbetler çocukların ders çalışmalarını sekteye uğratmakta, internetin aşırı kullanımıyla birlikte akademik başarılarını düşürebilmektedir. Ders çalışmak için kullanılacak zamanda internette oyun oynamak, başka bireylerle iletişim kurmak ve amaçsızca interneti kullanmak akademik başarıya olumsuz etki edebilmektedir (Ceyhan, Ceyhan, 2007, s.115-120).

2.3. Fiziksel aktivite

Rowland, Freedson (1994, s. 669-672) fiziksel aktiviteyi kişilerin gün içerisinde yaptıkları hareketler sonucu kas kuvveti kullanarak vücudun enerji harcaması olarak tanımlamışlardır.

Baranowski ve diğerleri (1992, s.237) ise vücut kaslarının dinlenme sürelerinin üst seviyeye alınması, buna bağlı olarak daha fazla enerji tüketilmesine sebep olan kuvvetin fiziksel aktivite olarak tanımlanabileceğini belirtmişlerdir. Bir başka tanıma göre fiziksel aktivite, enerji tüketiminin bazal metabolizma hızının üzerinde tüketilmesi ve kasların kasılması sonucu oluşan kişinin beden hareketleri olarak tanımlanabilir.

Fiziksel aktivite süre, sıklık ve şiddet olmak üzere çoğunlukla üç boyutta tanımlanabilir. İş dışındaki fiziksel aktiviteleri oyun, spor ve sağlıklı yaşam için yapılan hareketler, bisiklete binme, yürüyüş yapma, merdiven çıkma gibi aktiviteler, ev içinde yapılan işler, serbest zaman aktiviteleri, araç yıkama, bahçıvanlık işleri vb olarak üç gruba ayırabiliriz (Karaca, 1998, s.12).

Yabancı (1999, s.2) a göre bazı hastalıkların önlenmesi ve obezite ile mücadelede fiziksel aktivitenin önemli etkilerinin olduğu, FAD arttırılarak adipöz dokunun azaltılabileceği ve beraberinde kalp damar hastalıklarının önüne geçilebileceği

düşünülmektedir. Bilimsel çalışmalara göre vücut yağ oranının fiziksel aktivitenin şiddeti ve süresinden etkilendiği, ilerleyen yaşla birlikte artan vücut yağ miktarının fiziksel aktivite ile azaltılabileceğini söylenebilir.

Yapılan araştırmalarda çocukluk döneminde fiziksel aktivitesi daha fazla olan bireylerin yetişkinlik evresinde olasılıkla fiziksel aktivite seviyelerinin daha yüksek olabileceği belirtilmiştir (Telema, 1997, s. 317-323).

Vücut gelişiminin ve büyümenin sıhhatli olması, olumsuz alışkanlıklardan uzaklaşma, toplumsallaşma, hastalıklarla mücadelede, nitelikli hayat sürdürmede düzenli fiziksel aktivitenin önemli rol oynadığı düşünülmektedir (Baltacı, 2008, s.8).

Tunay (2008, s.8) a göre düzenli fiziksel aktivite ile atiklik, dayanıklılık, esneklik, güç, koordinasyon arttırılabilir, obezitenin önüne geçilebilir, zihinsel olarak daha sağlıklı bir yaşam sürdürülebilir.

2.3.1. Fiziksel aktiviteyi etkileyen faktörler

Yaşadığımız sosyal, fiziksel ve biyolojik çevre, fiziksel aktivitenin hem belirleyicisi hemde fiziksel aktiviteye katılımı kolaylaştırıcı faktör olarak önemli rol oynarken zaman eksikliği, psikolojik, fizyolojik ve davranışsal değişkenler ise fiziksel aktiviteyi olumsuz etkileyen etkenler olarak karşımıza çıkmaktadır. Obezite ve sigara alışkanlığı gibi özelliklerin de inaktif yapıya yatkınlığı arttırdığı belirlenmiştir (Kirtland ve diğerleri, 2003, s. 323-331).

Teknolojideki hızlı gelişme düzeyi, ekonomik faktörlerin gelişimi, şehirlerdeki gelişim gibi durumların kişilerin fiziksel aktiviteden uzaklaşmasına sebep olduğu, bazı çalışmalar da ise kişinin yükselen ekonomik düzey ve sosyo kültürel yapı içinde çeşitli ve daha güvenli fiziksel aktivite alanlarına kolayca ulaşabildikleri için bireyin aktif yaşama yönelmesi ile pozitif ilişkisi olduğu tespit edilmiştir. FA'ya katılımı rekreasyonel alanlara ulaşılabilirlik önemli olmakla birlikte (Cerin, Leslie, 2008, s. 2596-2609), cinsiyet, yaş, sosyo-ekonomik düzey, eğitim, çevresel (iklim, hava kirliliği, hava durumu gibi), psikolojik ve biyolojik faktörlerin de FA'ya katılımı etkilediği belirtilmektedir (Guthold, Ono, Strong, Chatterji, Morabia, 2008, s. 486-494).

Fiziksel aktiviteyi etkileyen faktörler aşağıda belirtilmiştir,

Demografik ve biyolojik faktörler: yaş, meslek, cinsiyet, genetik, kronik hastalıklar, gelir seviyesi, medeni durum, ırk, obezite vb.

Psikolojik, zihinsel ve duygusal faktörler: davranışlar, egzersiz yapmaktan hoşlanma, sağlık ve fiziksel aktivite hakkında bilgi edinme, psiolojik durum bozuklukları, inanç, stres, motivasyon vb.

Beceriler ve davranışsal nitelikler: çocukluk ve yetişkinlik dönemindeki fiziksel aktivite hikayesi, alkol kullanma alışkanlığı, beslenme davranışları, spor geçmişi, okul sporları, sigara kullanma alışkanlığı vb (Branca, Nikogosian, Lobstein, 2007, s.15).

Sosyal ve kültürel faktörler: sosyal sınıf, egzersiz modelleri, aile, arkadaş grupları fiziksel aktiviteye katılımda önemli etkenlerdir. Çalışma ortamları fiziksel aktiviteye katılımda önemli rol oynarlar. Masa başında yapılan işler fiziksel aktiviteye katılım düzeyinin azalmasına sebep olabilmektedir. Bu sebeple çalışma ortamlarında fiziksel aktivite olanaklarının sağlanması önemlidir (Branca, Nikogosian, Lobstein, 2007, s.15).

Fiziksel çevre: hava şartları, maliyet, trafik, ev ortamında bulunan spor ekipmanları, yürüme, bisiklet kullanma, spor alanlarının ulaşılabilir olması, güvenlik, spor alanlarının yüzeyi vb birçok faktör fiziksel aktiviteyi etkilemektedir (Kirtland ve diğerleri, 2003, s. 323-331).

2.4. Akademik başarı

Akt.Yıldırım, Bayrak (2019, s.125) akademik başarıyı kişilerin başarıya ulaşabilmek için hedefleri doğrultusunda kendi çabalarıyla şekillendirdikleri yol olarak tanımlamıştır.

Eğitimde başarı okulda öğrencilere verilen dersler ile geliştirilmektedir. Okulda kazanılan bilgi ve beceriler, öğretmenlerin verdikleri notlar sayesinde tespit edilerek akademik başarı ölçülebilir (Akt. Özyalvaç, 2010, s.16). Altınkurt (2008, s.130) akademik başarıyı, öğrencilerin okul hayatında eğitim-öğretim faaliyetleri ile hedeflenen davranışlara ne kadar ulaşabildiğidir şeklinde tanımlamıştır. Akademik başarı, çocuklarda ve gençlerde istendik davranışların hangi seviyede gerçekleştiğini gösteren bir ölçme aracıdır ve öğrencilerin eğitime devam etmeleri konusunda etkili olmakta olduğu düşünülmektedir. Yapıcı (2004) ise akademik başarının, kişilerin bilişsel beceri ve yeterlilik durumunu ölçmek için kullanıldığını, öğrencilerin ders durumlarının ne seviyede olduğunu gösterdiğini belirtmiştir.

Okul yaşamlarında eğitim-öğretim programlarına uygun hareket eden, notlarını yüksek tutan, disiplinli hareket edip dersleri ile ilgilenen öğrenciler akademik olarak başarılı

olabilirler. Başarılı olan öğrenciler öğretmenleri ve arkadaşları tarafından ön planda olurlar ve başarıları arttıkça kendilerini daha önemli hissederler. Akademik başarısı düşük olan öğrenciler ise sosyal olarak sorunlar yaşayabilirler ve kendilerini değersiz hissedebilirler (Yapıcı, Yapıcı, 2005).

Uzman'a (2001) göre Öğrencilerden akademik başarılarının yüksek olması beklenmektedir. Toplumun beklentisi sosyal ve bilişsel yönlerden donanımlı kişilerdir. Eğitimin amacı öğrencinin çevresine uyum sağlayabilmesi, kendini geliştirebilmesi ve yaratıcı olmalarını sağlayabilmektir (Karadağ, 2007).

Öğrencinin okulda görmüş olduğu derslerden ya da kurs, seminer gibi eğitim çalışmalarından ne kadar faydalandığı başarının göstergesidir. Öğrencilerin derslerde aldıkları notlar okullarda verilen eğitimin öğrenciler üzerinde ne derece etkili olduğunu belirleyebilmek için ölçüt olarak düşünülebilir (Özgüven, 2005).

2.4.1. Akademik başarıyı etkileyen faktörler

Öğrencilerin başarılarını etkileyen çok sayıda faktör olmakla birlikte bunların bilinmesi ve olumsuz olarak etkilenmesinin engellenmesi önem taşımaktadır. Akt. Medikoğlu (2018, s.34) okul başarısızlığını etkileyen faktörleri üç sınıf altında incelemiştir. Bunlar;

- Bireysel Faktörler: gelişimsel, psiko-sosyal ve bedensel faktörler
- Çevresel Faktörler: okul, öğretmen, arkadaş
- Ailesel Faktörler: sosyoekonomik düzey, eğitim görüşü, vb.

Öğrencilerin akademik hayatlatları süresince başarılarını etkileyen çeşitli etmenler olmaktadır. Bunlar eğitim sistemi, bireysel ve toplumsal özelliklerden, hayat koşullarından kaynaklanabilmektedir. Öğrencilerin psikomotor özellikleri, geçmiş yaşantıları, fiziksel olarak sağlıklı olmaları, konsantrasyon güçleri ilgi ve merakları, psikolojik ortamları, ekonomik ve kültürel koşullar, sosyal hayatları vb. gibi birçok etmen başarılarında etkili olabilmektedir (Atılğan, 1998, s.13).

Eğitim faaliyetleri içerisinde başarının göstergesi, olumlu davranış değişikliği olarak yorumlanabilir. Bu sebeple eğitim ve öğretim faaliyetleri planlanırken, hedeflenen davranış değişikliği belirlenip hedefe uygun amaçlar oluşturulmaktadır (Ata, 1999).

Bıkmaz (2001, s.1)'a göre eğitim, kişileri rahat ve huzurlu bir yaşam kurmaları için toplumsal hayata hazırlarken, aynı zamanda bilime dayalı düşünme yeteneğine sahip bireyler yetiştirmeyi hedefleyen planlı eğitim-öğretim etkinliklerini içermektedir.

Öğretim programları sayesinde bilimsel gelişmeler ve eğitimde oluşan yenilikler öğrencilere aktarılabilir. Öğrencilere aktarılabilir.

Son yıllarda yapılan araştırmalarda, spor faaliyetlerine katılan çocuk ve gençlerin sınıf içerisinde de daha aktif oldukları gözlemlenmiştir (Stephens, 2002, s.34-41). Spor faaliyetlerine katılım ile akademik performans arasında olumlu ilişki olduğu tespit edilmiştir (Akt. Sahebi, 2014, s.18).

Yurt dışında yapılan araştırmalarda, öğrencilerin akademik performanslarını etkileyen faktörler, kişilik, ilgi ve davranışları ile ilgili görüşlerin belirlenebilmesi için hazırlanan envanterler aracılığı ile belirlenmiştir. Akademik başarı durumları ve başarıyı etkileyen etmenler ile ilgili genellikle not ortalaması, zekâ testleri, genel yetenek testleri gibi birçok parametre üzerinde durulmuştur. Ülkemizde akademik başarı üzerine yapılan çalışmalar ise daha çok sayısal verileri yansıtmak şeklinde olmuştur. Yapılan çalışmalarda genellikle sınav giriş puanları, not ortalamaları ile akademik başarı arasındaki ilişkiler incelenmiştir (Gülmez, 1992). Çil (1995) in yaptığı araştırma gibi lise mezuniyet ortalaması ile üniversitedeki akademik performans arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalarda bulunmaktadır.

Son dönemlerde yapılmakta olan araştırmalarda, bireylerin akademik performanslarını olumlu ya da olumsuz etkileyen bilişsel olmayan etmenler, bireylerin bilişsel tutarlılıkları ile akademik performans ilişkileri, yetenek sınavlarının başarıya etkisi, fiziksel aktivite ve spor ile akademik performans ilişkisi vb. parametreler araştırılmaya başlanmıştır (Yıldırım, M.,2015, s.2).

2.5. Akademik başarı ve internet kullanımı ilişkisi

Öğrencilerin ders çalışmaya ayırmaları gereken zamanı internet başında geçirmeleri sonucunda akademik başarının azalması sorunu gündeme gelmektedir. Akademik başarının azalmasının ve internet bağımlılığının önüne geçebilmek için öncelikle başarıyı arttırmanın yolları ve başarısızlığın sebepleri üzerine eğilmek gerekmektedir (Young ve Case, 2004, s.105-111).

Cengizhan (2005, s.84) da internet başında uzun süreler geçiren çocukların ve gençlerin fizyolojik, psikolojik ve sosyal yönlerden olumsuz olarak etkilenebileceğini ve bu durumun akademik performanslarına olumsuz olarak yansıyabileceğini düşünmektedir.

Binali (2015, s.101) nin 367 lise öğrencisi ile yapmış olduğu çalışmada internet bağımlılık düzeyleri ile akademik başarı durumları arasında anlamlı bir farklılık olduğu ve öğrencilerin not ortalamaları yükseldikçe interneti kullanım sürelerinin azaldığı sonucuna ulaşılmıştır. Taçyıldız (2010, s.50) yapmış olduğu araştırmasında internet bağımlısı olmayan öğrencilerin akademik başarılarının daha yüksek olduğunu bulmuştur. Çetinkaya (2013, s.108) ilköğretim öğrencileri ile yapmış olduğu çalışmada öğrencilerin akademik başarıları ile internet bağımlılık puanları arasında anlamlı bir ilişki olduğunu tespit etmiştir. Lise öğrencileri ile yapılan başka bir çalışmada akademik başarıları yüksek olan öğrencilerin internet bağımlılık puanlarının daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Toraman, 2013, s.74). Yapılan başka araştırmalarda da benzer bulgulara rastlanmaktadır ve buna bağlı olarak internet bağımlılığının akademik başarıyı olumsuz etkilediği düşünülebilir.

2.6. Fiziksel aktivite ile akademik başarı arasındaki ilişki

Literatürde Fiziksel aktivitenin akademik başarıda etkili olduğunu gösteren çalışmalar olmakla birlikte bu aktivitelere katılımın akademik başarıyı olumsuz etkilediği yönünde çalışmalar da bulunmaktadır. (Cheung ve diğerleri 2004). Amerika’da 6-18 yaş arası 12.000 çocuk ve genç ile yapılan fiziksel aktivitenin akademik başarıyı nasıl etkilediğini inceleyen çalışmada fiziksel olarak aktif öğrencilerin akademik başarıları da yüksek bulunmuştur. (Singh, Uijtdewilligen, Twisk, Mechelen, Chinapaw , 2012, s.53). Fiziksel aktivitenin akademik başarıyı ne şekilde etkilediğini araştıran başka bir çalışmada akademik başarıda yükselme gözlemlenmiştir (Akt. Yıldırım, Bayrak, 2017, s.17).

651 sekizinci sınıf öğrencisi ile Okul sporlarına katılımın temel eğitim okullarının sekizinci sınıf öğrencilerinin akademik başarılarına ve davranışsal gelişimlerine olan etkisine yönelik yapılmış olan çalışmanın sonucunda okul sporlarına katılımın öğrencilerin akademik başarılarını olumlu etkilediği bulunmuştur (Öcal, 2006).

Okullarda beden eğitimi derslerine katılımın, fiziksel aktivite davranışlarına, sağlıkla ilgili uygunluğa ve akademik başarılarına etkisinin araştırıldığı bir çalışmada yüksek şiddetli fiziksel aktiviteler dışında fiziksel aktivitenin öğrencilerin akademik başarılarına etkisinin olmadığı fakat yüksek şiddette fiziksel aktivite yapan öğrencilerin akademik performanslarının düşük ve orta şiddette yapanlara göre daha yüksek olduğu bulunmuştur (Coe, 2003).

Fransa’da Dehegeer ve diğerkleri (1997) tarafından yapılan çalışmada Düzenli olarak spor yapan 10 yaş grubudaki bir grup çocuğun akademik başarılarının düzenli spor yapmayanlara göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Yine sportif faaliyetlere katılan ve sportif faaliyetlere katılmayan öğrencilerin akademik başarılarının karşılaştırıldığı bir araştırmada farkın anlamlı olduğu ve sportif faaliyetlere katılan öğrencilerin akademik başarılarının daha yüksek olduğu görülmüştür (Soltz, 1986, s.20-24).

Fiziksel aktivitenin akademik başarı üzerinde olumlu etkilerinin olduğunu gösteren çalışmalar olmakla birlikte aralarında anlamlı bir ilişkinin olmadığını gösteren akademik araştırmalar da bulunmaktadır. Coe (2010) Michigan’da altıncı sınıf öğrencileri ile yapmış olduğu araştırma sonucunda fiziksel aktivitelere katılan ve katılmayan öğrenciler arasında akademik başarı düzeyleri açısından anlamlı bir ilişki bulamamış olup bu araştırmaya benzer olarak Din (2006) in lise öğrencileri ile yapmış olduğu araştırmasında sportif faaliyetlere katılan ve sportif faaliyetlere katılmayan öğrencilerin akademik başarıları arasında bir ilişkiye rastlanmamıştır.

2.7. İnternet bağımlılığı ve fiziksel aktivite ilişkisi

Yoğun bir şekilde kullanılan internet kişilerin sosyal fobi yaşayarak toplumdan uzaklaşma, uykusuzluk, insan ilişkilerinde bozulma, mali sorunlar, hareketsizliğe bağlı fizyolojik sorunlar gibi çeşitli problemler yaşamalarına sebep olabilmektedir. Ayrıca internet kullanımının tahmin edilenden daha süratli şekilde yayılması ile birlikte akademik başarıda düşme, yorgunluk, sağlık sorunları gibi internetin aşırı kullanımına bağlı problemler ortaya çıkmıştır (Chou, Condron, Belland, 2005, s.363-388). Hayatı kolaylaştırdığı düşünülen internet insanların günlük işlerini ihmal edecek kadar uzun süre bilgisayar başında kalmaları gibi sorunlara da sebep olabilmektedir (Eşgi, 2014, s.807-839). Bazı internet bağımlılları haftada 40-80 saat, tek seferde 20 saat süre ile bilgisayar başında zaman geçirebilmektedirler. (Whang, Lee, Chang, 2003, s.143-150). Teknolojik gelişmeler ile birlikte kişiler alışverişlerini internet üzerinden yapmaya ve buna bağlı olarak daha hareketsiz bir yaşam tarzı sürmeye başlamışlardır. Bunların sonucunda ev dışında yapılan fiziksel aktiviteler ve harcanan enerji azalmaktadır (Bek, 2008, s.7). Kayıhan, Ersöz (2009, s.94) e göre teknolojinin gelişmesi ile kişiler sedanter bir yaşam sürmeye, televizyon ve bilgisayar karşısında uzun süreler hareketsiz kalmaya, şişmanlamaya başlamışlardır.

Bireylerin fiziksel aktivite hakkındaki bilgi eksikliği ve fiziksel aktivitenin sağlığa etkilerine öneminin yeterince anlaşılamamasının sedanter yaşam tarzının oluşması ve kronik hastalıkların fazlaşmasında etkili olduğu düşünülmektedir (Baltacı, 2008, s.3). Ögel, (2012, s.47-60) ise uzun süre internette geçirilen süre neticesinde bireylerin hareketsiz kalmalarına bağlı olarak yorgunluk, obezite, boyun ve bel ağrıları, baş ağrıları, göz hastalıkları gibi fiziksel sorunlarla karşılaşma ihtimallerinin artabileceğinden bahsetmektedir.

BÖLÜM III

YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırma ortaokul öğrencilerinin internet bağımlılıkları, fiziksel aktivite düzeyi ile akademik başarılarının ilişkisini incelemeyi amaçladığı için ilişkisel tarama modeli tercih edilmiştir. İlişkisel tarama modeli iki ve daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişim varlığını veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelidir (Akt. Aksoy, 2015, s.370).

3.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evreni 2017-2018 öğretim yılında, İstanbul Maltepe ilçesindeki MEB'e bağlı 10 ortaokulda öğrenim gören 5.6.7 ve 8. sınıflarda okumakta olan rastlantısal yöntemle belirlenen 2137 öğrenciden oluşmuştur. Çalışma grubunu oluşturan bu öğrencilerin 1066'sı kız (%49,9) ve 1071'i erkek (%50,1) öğrencidir. Katılımcıların yaşı 11-14 arasında değişmekte olup yaş ortalaması 12,458'dir.

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada kişisel bilgi formu (EK-1), öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerini belirlemek için Çocuklar İçin Fiziksel Aktivite Ölçeği (EK-2) ve Young İnternet Bağımlılığı Ölçeği (EK-3) kullanılmıştır.

3.3.1. İnternet Bağımlılığı Ölçeği

Young (1996, s.899-902) tarafından, DSM - IV'ün "Patalojik Kumar Oynama" ölçütlerinden uyarlanarak oluşturulan "Tanı Anketi" daha sonra geliştirilmiş ve 20 soruluk bir "İnternet Bağımlılık Ölçeği" oluşturulmuştur. Young'ın başını çektiği "İnternet Bağımlılık Merkezi'nin <http://www.netaddiction.com>" adresinden de ulaşılabilen bu test bir kendi kendini değerlendirme (self report) testi olup, genellikle yukarıda belirtilen internet adresine ulaşanların kendilerini değerlendirebilecekleri bir şekilde hazırlanmıştır. Likert tipi bir ölçek olan İnternet Bağımlılık Ölçeğinde katılımcıdan "Hiçbir zaman" "Nadiren" "Arada sırada" "Çoğunlukla" "Çok sık" ve

"Devamlı" seçeneklerinden birini işaretlemesi istenmektedir. Bu seçeneklere sırasıyla 0,1,2,3,4 ve 5 puan verilmektedir. 80 ve üzeri puan alanlar "İnternet bağımlısı" olarak tanımlanmaktadır. 50-79 puan arası alanlar "Sınırlı Semptom gösterenler", "50 puan ve altı " alanlar "Semptom Göstermeyenler" olarak tanımlanmıştır (Bayraktar, 2001, s.90).

Bayraktar (2001, s.90) 'ın araştırması sırasında İngilizce 'den Türkçe 'ye çevrilen ölçek, Ege Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Psikoloji bölümündeki beş öğretim görevlisi tarafından incelenmiş ve sorular anlam bütünlüğünü bozmayacak şekilde 12-17 yaş grubu ergenlerin anlayabileceği şekilde uyarlanmıştır. Çeviri testin standardize edilmiş Alpha değeri açısından güvenilirliği .91, Spearman - Brown değeri açısından da .87'dir. Bu sonuçlar testin güvenilir olduğunu düşündürmektedir (Bayraktar, 2001, s.90). Ayrıca bu çalışmada ölçeğin güvenirlik için Cronbach alpha katsayısı .91 olarak hesaplanmıştır.

3.3.2. Fiziksel Aktivite Ölçeği

Bu çalışmaya katılan öğrencilerin fiziksel aktivite düzeyleri Crocker, Bailey, Faulkner, Kowalski, ve McGrath (1997) tarafından geliştirilen ve geçerlilik güvenirlik çalışmaları yapılan Çocuklar için Fiziksel Aktivite Ölçeği'nin (Physical Activity Questionnaire for Older Children [PAQ-C 4-8]) Türkçeye uyarlanmış hali olan Çocuklar için Fiziksel Aktivite Ölçeği (ÇFAÖ) ile belirlendi. PAQ-C 4-8, Türkçeye uyarlama çalışmaları kapsamında alanında uzman 4 farklı kişi tarafından Türkçeye çevrilmiştir. Elde edilen bu 4 çeviri karşılaştırılarak orjinal ölçeğin Türkçeye en uygun hali oluşturulmuştur. Çalışmanın bu aşamasında ölçeğin orjinalinde yer alan fakat Türkiye'de yapılmayan veya yaygın olmayan aktivitelere ilişkin maddeler ölçekten çıkarılmıştır. Yine bu süreçte PAQ-C 4-8 ölçeğinin İngilizce hali Konya Selçuklu Özel Bahçeşehir İlköğretim Okulu'nda öğrenim gören 46 (n=20 kız, n=26 erkek) 8. sınıf öğrencisine uygulanmıştır. Türkçeye çevrilerek yeniden oluşturulan ölçek 15 gün sonra aynı öğrenciler tarafından doldurulmuştur. Ölçeğin İngilizce hali ve Türkçeye çevrilmiş halinden elde edilen veriler SPSS 20.0 paket programında değerlendirilerek korelasyon çalışması tamamlanmıştır. PAQ-C 4-8 ölçeğinin İngilizce hali ile Türkçeye çevrilerek yeniden oluşturan ölçek arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r=.71$). Ölçeğin güvenirlik çalışmaları kapsamında Cronbach-alpha katsayısı .76 olarak hesaplanmıştır. PAQ-C 4-8 ölçeğinin Türkçeye uyarlanması çalışmalarında oluşturulan ÇFAÖ, 4-8.

sınıflarda öğrenim görmekte olan 8–14 yaş grubu Türk çocuklarının fiziksel aktivite düzeylerinin belirlenebileceği geçerli ve güvenilir bir ölçektir. Uygulaması kolay, ucuz ve kullanışlı bir ölçek olan ÇFAÖ ile kısa bir süre içerisinde çok sayıda kişinin fiziksel aktivite düzeylerini belirleyebilmek mümkündür. ÇFAÖ, son 7 gün içerisinde yapılan aktiviteleri hatırlamaya yöneliktir. Katılımcıların genel fiziksel aktivite alışkanlıkları hakkında fikir verir. Tahmini kalori harcaması, aktivitenin sıklığı, yoğunluğu ve süresi hakkında bilgi elde edilememesi ölçeğin dezavantajları arasında sayılabilir. Sert, Z. E., & Temel, A. B. (2014, s.109-114) tarafından Türkçe uyarlaması yapılan ölçek 1-5 arasında derecelendirilmiş 9 sorudan oluşmaktadır. Çalışmaya katılanların fiziksel aktivite puanlarının hesaplanmasında soruların tamamının ortalaması alınır. ÇFAÖ’de 5 puan en yüksek fiziksel aktivite düzeyini, 1 puan ise en düşük fiziksel aktivite düzeyini göstermektedir.

3.3.3. Kişisel Bilgi Formu

Deneklerin genel bilgilerini elde etmek için, kişisel Bilgi Formu (EK-1) kullanılmıştır. Bu formda öğrencilerden cinsiyet, sınıf, yaş, boy, kilo, baba öğrenim durumu, anne öğrenim durumu, kardeş sayısı, evde kimlerin internet kullandığı, ailenin aylık gelir durumu, evde bilgisayar var mı, internet kullanıyor mu, internet kullanım süresi, hangi amaçla internet kullandığı, düzenli olarak gittiği spor klübü var mı, lisansı var mı, ders notları, not ortalaması gibi bilgiler istenmiştir.

Boy-Kilo Ölçümleri:

-Boy Uzunluğu: 0.01cm hassasiyete sahip dijital boy ölçer aletle ölçülmüştür.

-Vücut Ağırlığı: 0.1 kg hassasiyete sahip elektronik terazi ile denekler ayakkabısız olarak ölçüm yapılmıştır (Zorba, 2001, s.54).

-Beden Kitle İndeksi Ölçümü: Vücut ağırlığının boyun metre cinsinden karesine oranlanmasıyla (ağırlık/ boy²) (kg/m²) elde edilmiştir (ACSM, 2000, s.44).

Tablo 1 Beden Kitle İndeksi Değerlendirme Standartları

Yaş (Yıl)	Fazla Ağırlık Sınırı (kg/m ²)		Obezite Sınırı (kg/m ²)	
	Erkek	Kız	Erkek	Kız
11	20.6	20.7	25.1	25.4
11.5	20.9	21.2	25.6	26.1
12	21.2	21.7	26.0	26.7
12.5	21.6	22.1	26.4	27.2
13	21.9	22.6	26.8	27.8
13.5	22.3	23.0	27.2	28.2
14	22.6	23.3	27.6	28.6
14.5	23.0	23.7	28.0	28.9
15	23.3	23.9	28.3	29.1

Tablo1 de 11-15 yaş arası çocuklarda fazla ağırlık ve obezite için sınır BKİ değerleri gösterilmiştir (Cole, Marry, Katherine, William, 2000, s.4).

3.4. Verilerin Toplanması

Bu araştırmada ortaokul öğrencilerinin internet bağımlılıkları, fiziksel aktivite düzeyi ile akademik başarılarının ilişkisini tespit etmek için çocuklar için fiziksel aktivite ölçeği, young internet bağımlılığı ölçeği ve kişisel bilgi formu uygulanmıştır.

İstanbul İl Milli Eğitim Müdürlüğünden, okul müdürlerinden, beden eğitimi öğretmenlerinden ve diğer ders öğretmenlerinden gerekli izinler alınmıştır. Anket, araştırmacı tarafından ortaokullara gidilerek tek tek her öğrenciye uygulanmıştır. Anketlerin sağlıklı uygulanması açısından öğrencilere tek tek açıklamalar yapılmıştır. Çocuklarda Fiziksel aktivite anketi, internet bağımlılığı ölçeği, sınıfta uygulanmış ve daha sonra boy, beden ağırlığı ölçümleri yapılmıştır. Vücut kompozisyonu ölçümleri ders saatleri içinde yapılmıştır. Ölçümler 2018 Mayıs ayı içinde gerçekleştirilmiştir.

3.5. Verilerin Analizi

Bu araştırma sonucunda elde edilen veriler, bilgisayar ortamına aktarılarak, (SPSS, Statistical Package for the Social Sciences) 22 paket programı kullanılmıştır. Çalışmada

analizler için elde edilen anlamlılık düzeyleri, 0.05 anlamlılık düzeylerinde değerlendirilmiştir. Öncelikle tanımlayıcı istatistik olarak verilerin ortalama ve standart sapma aralığı belirlenmiştir.

Elde edilen verilerin frekans ve yüzde değerleri hesaplanmıştır. Değişkenlerde cinsiyetler arasındaki farkları hesaplamak için bağımsız örneklem t testi, 3 ve daha fazla grup karşılaştırmalarında Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA), farkın hangi gruptan kaynaklandığını bulmak için Tukey HSD testi, uygulanmıştır. İnternet bağımlılığı, fiziksel aktivite ve akademik başarı modellemeleri için doğrusal regresyon analizine başvurulmuştur. Değişkenler arası ilişkiyi incelemek için ise korelasyon testi uygulanmıştır.

BÖLÜM IV

BULGULAR

4.1. Tanımlayıcı İstatistikler

Tablo 4.1.1. Araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyet yüzde dağılımı

Gruplar	Frekans	Yüzde (%)	Geçerli Yüzde (%)	Kümülatif Yüzde (%)
Kadın	1066	49,9	49,9	49,9
Erkek	1071	50,1	50,1	100,0

Tablo 4.1.1. de görüldüğü gibi, çalışmaya katılan öğrencilerin yüzde 49,9'u kız öğrenci, yüzde 50,1'i erkek öğrencidir.

Tablo 4.1.2. Araştırmaya katılan öğrencilerin sınıf yüzde dağılımı

Gruplar	Frekans	Yüzde (%)	Geçerli Yüzde (%)	Kümülatif Yüzde (%)
5. Sınıf	549	25,7	25,7	25,7
6. Sınıf	542	25,4	25,4	51,1
7. Sınıf	553	25,9	25,9	76,9
8. Sınıf	493	23,1	23,1	100,0

Tablo 4.1.2. de görüldüğü gibi, çalışmaya katılan öğrencilerin yüzde 25,7'si 5. sınıf, yüzde 25,4'ü 6. sınıf, yüzde 25,9'u 7. sınıf, yüzde 23,1'i 8. sınıf öğrencisidir.

Tablo 4.1.3. Araştırmaya katılan öğrencilerin yaş yüzde dağılımı

Gruplar	Frekans	Yüzde (%)	Geçerli Yüzde (%)	Kümülatif Yüzde (%)
11 yaş	549	25,7	25,7	25,7
12 yaş	541	25,3	25,3	51,1
13 yaş	553	25,9	25,9	76,9
14 yaş	493	23,1	23,1	100,0

Tablo 4.1.3. te görüldüğü gibi, çalışmaya katılan öğrencilerin yüzde 25,7'si 11, yüzde 25,3'ü 12, yüzde 25,9'u 13, yüzde 23,1'i 14 yaşındadır.

Tablo 2.1.4. Araştırmaya katılan öğrencilerin baba eğitim durumu yüzde dağılımı

Gruplar	Frekans	Yüzde (%)	Geçerli Yüzde (%)	Kümülatif Yüzde (%)
Mezun değil	39	1,8	1,8	1,8
İlkokul/ortaokul	828	38,7	38,7	40,6
Lise	783	36,6	36,6	77,2
Üniversite	446	20,9	20,9	98,1
Yüksek lisans/doktora	41	1,9	1,9	100,0

Tablo 4.1.4. te görüldüğü gibi, çalışmaya katılan öğrencilerin babalarının yüzde 1,8'i hiçbir okul mezunu değil, yüzde 38,7'si ilkokul/ortaokul, yüzde 36,6'sı lise, yüzde 20,9'u üniversite, yüzde 1,9'u yüksek lisans/doktora mezunudur.

Tablo 4.1.5. Araştırmaya katılan öğrencilerin anne eğitim durumu yüzde dağılımı

Gruplar	Frekans	Yüzde (%)	Geçerli Yüzde (%)	Kümülatif Yüzde (%)
Mezun değil	84	3,9	3,9	3,9
İlkokul/ortaokul	916	42,9	42,9	46,8
Lise	719	33,6	33,6	80,4
Üniversite	368	17,2	17,2	97,7
Yüksek lisans/doktora	50	2,3	2,3	100,0

Tablo 4.1.5. te görüldüğü gibi, çalışmaya katılan öğrencilerin annelerinin yüzde 3,9'u hiçbir okul mezunu değil, yüzde 42,9'u ilkokul/ortaokul, yüzde 33,6'sı lise, yüzde 17,2'si üniversite, yüzde 2,3'ü yüksek lisans/doktora mezunudur.

Tablo 4.1.6. Araştırmaya katılan öğrencilerin kardeş sayısı yüzde dağılımı

Gruplar	Frekans	Yüzde (%)	Geçerli Yüzde (%)	Kümülatif Yüzde (%)
0 kardeş	346	16,2	16,2	16,2
1 kardeş	1111	52,0	52,0	68,2
2 kardeş	494	23,1	23,1	91,3
3 kardeş	129	6,0	6,0	97,3
4 kardeş	35	1,6	1,6	99,0
5 kardeş	7	,3	,3	99,3
6 kardeş	10	,5	,5	99,8
7 kardeş	3	,1	,1	99,9
8 kardeş	1	,0	,0	100,0
9 kardeş	1	,0	,0	100,0

Tablo 4.1.6. da görüldüğü gibi, çalışmaya katılan öğrencilerin yüzde 16,2'sinin 0, yüzde 52,0'mın 1, yüzde 23,1'inin 2, yüzde 6,0'mın 3, yüzde 1,6'sının 4, yüzde 3'ünün 5, yüzde 5'inin 6, yüzde 1'inin 7, yüzde 0'mın 8, yüzde 0'mın 9 kardeşi vardır.

Tablo 4.1.7. Araştırmaya katılan öğrencilerin anne internet kullanım yüzde dağılımı

Gruplar	Frekans	Yüzde (%)	Geçerli Yüzde (%)	Kümülatif Yüzde (%)
Kullanıyor	1823	85,3	85,3	85,3
Kullanmıyor	314	14,7	14,7	100,0

Tablo 4.1.7. de görüldüğü gibi, çalışmaya katılan öğrencilerin annelerinin yüzde 85,3'ü internet kullanıyor, yüzde 14,7'si kullanmıyor.

Tablo 4.1.8. Araştırmaya katılan öğrencilerin baba internet kullanım yüzde dağılımı

Gruplar	Frekans	Yüzde (%)	Geçerli Yüzde (%)	Kümülatif Yüzde (%)
Kullanıyor	1763	82,5	82,5	82,5
Kullanmıyor	374	17,5	17,5	100,0

Tablo 4.1.8. de görüldüğü gibi, çalışmaya katılan öğrencilerin babalarının yüzde 82,5'i internet kullanıyor, yüzde 17,5'i kullanmıyor.

Tablo 4.1.9. Araştırmaya katılan öğrencilerin kardeş internet kullanım yüzde dağılımı

Gruplar	Frekans	Yüzde (%)	Geçerli Yüzde (%)	Kümülatif Yüzde (%)
Kullanıyor	1504	70,4	70,4	70,4
Kullanmıyor	633	29,6	29,6	100,0

Tablo 4.1.9. da görüldüğü gibi, çalışmaya katılan öğrencilerin kardeşlerinin yüzde 70,4'ü internet kullanıyor, yüzde 29,6'sı kullanmıyor.

Tablo 4.1.10. Araştırmaya katılan öğrencilerin diğer internet kullanım yüzde dağılımı

Gruplar	Frekans	Yüzde (%)	Geçerli Yüzde (%)	Kümülatif Yüzde (%)
Kullanıyor	1504	70,4	70,4	70,4
Kullanmıyor	633	29,6	29,6	100,0

Tablo 4.1.10. da görüldüğü gibi, çalışmaya katılan öğrencilerin diğer akrabalarının yüzde 14,0'ı internet kullanıyor, yüzde 86,0'ı kullanmıyor.

Tablo 4.1.11. Araştırmaya katılan öğrencilerin ailelerinin gelir düzeyi yüzde dağılımı

Gruplar	Frekans	Yüzde (%)	Geçerli Yüzde (%)	Kümülatif Yüzde (%)
1.000 TL den az	114	5,3	5,3	5,3
1.000 TL-1.999 TL	395	18,5	18,5	23,8
2.000 TL-2.999 TL	506	23,7	23,7	47,5
3.000 TL-4.000 TL	657	30,7	30,7	78,2
4.000 TL den fazla	465	21,8	21,8	100,0

Tablo 4.1.11. de görüldüğü gibi, çalışmaya katılan öğrencilerin ailelerinin gelir düzeyi yüzde 5,3'ü 1000 TL'den az, yüzde 18,5'i 1.000-1.999 TL arasında, yüzde 23,7'si 2.000-2.999 TL arasında, yüzde 30,7'si 3.000-4.000 TL arasında, yüzde 21,8'i 4.000 TL'den fazladır.

Tablo 4.1.12. Araştırmaya katılan öğrencilerin bilgisayarı varmı sorusuna göre yüzde dağılımı

Gruplar	Frekans	Yüzde (%)	Geçerli Yüzde (%)	Kümülatif Yüzde (%)
Evet	1483	69,4	69,4	69,4
Hayır	654	30,6	30,6	100,0

Tablo 4.1.12. de görüldüğü gibi, çalışmaya katılan öğrencilerin yüzde 69,4'ünün bilgisayarı var, yüzde 30,6'sının yoktur.

Tablo 4.1.13. Araştırmaya katılan öğrenciler internet kullanıyormu sorusuna göre yüzde dağılımı

Gruplar	Frekans	Yüzde (%)	Geçerli Yüzde (%)	Kümülatif Yüzde (%)
Kullanıyor	2134	99,9	99,9	99,9
Kullanmıyor	3	,1	,1	100,0

Tablo 4.1.13. te görüldüğü gibi, çalışmaya katılan öğrencilerin yüzde 99,9'u internet kullanıyor, yüzde 0,1'i kullanmıyor.

Tablo 4.1.14. Araştırmaya katılan öğrencilerin cep telefonundan internete bağlanma durumuna göre yüzde dağılımı

Gruplar	Frekans	Yüzde (%)	Geçerli Yüzde (%)	Kümülatif Yüzde (%)
Kullanıyor	1786	83,6	83,6	83,6
Kullanmıyor	351	16,4	16,4	100,0

Tablo 4.1.14. te görüldüğü gibi, çalışmaya katılan öğrencilerin yüzde 83,6'sı cep telefonundan internete bağlanıyor, yüzde 16,4'ü bağlanmıyor.

Tablo 4.1.15. Araştırmaya katılan öğrencilerin bilgisayardan internete bağlanma durumuna göre yüzde dağılımı

Gruplar	Frekans	Yüzde (%)	Geçerli Yüzde (%)	Kümülatif Yüzde (%)
Kullanıyor	1786	83,6	83,6	83,6
Kullanmıyor	351	16,4	16,4	100,0

Tablo 4.1.15. te görüldüğü gibi, çalışmaya katılan öğrencilerin yüzde 83,6'sı bilgisayardan internete bağlanıyor, yüzde 16,4'ü bağlanmıyor.

Tablo 4.1.16. Araştırmaya katılan öğrencilerin tablettan internete bağlanma durumuna göre yüzde dağılımı

Gruplar	Frekans	Yüzde (%)	Geçerli Yüzde (%)	Kümülatif Yüzde (%)
Kullanıyor	799	37,4	37,4	37,4
Kullanmıyor	1338	62,6	62,6	100,0

Tablo 4.1.16. da görüldüğü gibi, çalışmaya katılan öğrencilerin yüzde 37,4'ü tablettan internete bağlanıyor, yüzde 62,6'sı bağlanmıyor.

Tablo 4.1.17. Araştırmaya katılan öğrencilerin diğer araçlardan internete bağlanma durumuna göre yüzde dağılımı

Gruplar	Frekans	Yüzde (%)	Geçerli Yüzde (%)	Kümülatif Yüzde (%)
Kullanıyor	216	10,1	10,1	10,1
Kullanmıyor	1921	89,9	89,9	100,0

Tablo 4.1.17. de görüldüğü gibi, çalışmaya katılan öğrencilerin yüzde 10,1'i diğer araçlarla internete bağlanıyor, yüzde 89,9'u bağlanmıyor.

Tablo 4.1.18. Araştırmaya katılan öğrenciler sosyal ağı üyesi sorusuna göre yüzde dağılımı

Gruplar	Frekans	Yüzde (%)	Geçerli Yüzde (%)	Kümülatif Yüzde (%)
Evet	1435	67,2	67,2	67,2
Hayır	702	32,8	32,8	100,0

Tablo 4.1.18. de görüldüğü gibi, çalışmaya katılan öğrencilerin yüzde 67,2'si sosyal ağı üye, yüzde 32,8'i üye değildir.

Tablo 4.1.19. Araştırmaya katılan öğrenciler evde internet kullanıyormu sorusuna göre yüzde dağılımı

Gruplar	Frekans	Yüzde (%)	Geçerli Yüzde (%)	Kümülatif Yüzde (%)
Evet	2026	94,8	94,8	94,8
Hayır	111	5,2	5,2	100,0

Tablo 4.1.19. da görüldüğü gibi, çalışmaya katılan öğrencilerin yüzde 94,8'i evlerinde internet kullanıyor, yüzde 5,2'si kullanmıyor.

Tablo 4.1.20. Araştırmaya katılan öğrenciler okulda internet kullanıyormu sorusuna göre yüzde dağılımı

Gruplar	Frekans	Yüzde (%)	Geçerli Yüzde (%)	Kümülatif Yüzde (%)
Evet	2026	94,8	94,8	94,8
Hayır	111	5,2	5,2	100,0

Tablo 4.1.20. de görüldüğü gibi, çalışmaya katılan öğrencilerin yüzde 9,7'si okulda internet kullanıyor, yüzde 90,3'ü kullanmıyor.

Tablo 4.1.21. Araştırmaya katılan öğrenciler cafede internet kullanıyormu sorusuna göre yüzde dağılımı

Gruplar	Frekans	Yüzde (%)	Geçerli Yüzde (%)	Kümülatif Yüzde (%)
Evet	205	9,6	9,6	9,6
Hayır	1932	90,4	90,4	100,0

Tablo 4.1.21. de görüldüğü gibi, çalışmaya katılan öğrencilerin yüzde 9,6'sı cafede internet kullanıyor, yüzde 90,4'ü kullanmıyor.

Tablo 4.1.22. Araştırmaya katılan öğrenciler diğer internet araçlarını kullanıyormu sorusuna göre yüzde dağılımı

Gruplar	Frekans	Yüzde (%)	Geçerli Yüzde (%)	Kümülatif Yüzde (%)
Evet	213	10,0	10,0	10,0
Hayır	1924	90,0	90,0	100,0

Tablo 4.1.22. de görüldüğü gibi, çalışmaya katılan öğrencilerin yüzde 10,0'ı diğer yerlerde internet kullanıyor, yüzde 90,0'ı kullanmıyor.

Tablo 4.1.23. Araştırmaya katılan öğrencilerin günde kaç saat internet kullandığına yönelik yüzde dağılımı

Gruplar	Frekans	Yüzde (%)	Geçerli Yüzde (%)	Kümülatif Yüzde (%)
1 saatten az	772	36,1	36,1	36,1
1-3 saat	973	45,5	45,5	81,7
4-6 saat	267	12,5	12,5	94,2
7-9 saat	62	2,9	2,9	97,1
9 saatten fazla	63	2,9	2,9	100,0

Tablo 4.1.23. te görüldüğü gibi, çalışmaya katılan öğrencilerin günde yüzde 36,1'i 1 saatten az, yüzde 45,5'i 1-3 saat arası, yüzde 12,5'i 4-6 saat arası, yüzde 2,9'u 7-9 saat arası, yüzde 2,9'u 9 saatten fazla internet kullanmaktadırlar.

Tablo 4.1.24. Araştırmaya katılan öğrencilerin kaç yıldır internet kullandığına yönelik yüzde dağılımı

Gruplar	Frekans	Yüzde (%)	Geçerli Yüzde (%)	Kümülatif Yüzde (%)
1 yıldan az	1111	22,3	22,3	22,3
1-3 yıl	1526	30,6	30,6	52,9
4-6 yıl	1267	25,4	25,4	78,3
6 yıldan fazla	1082	21,7	21,7	100,0

Tablo 4.1.24. te görüldüğü gibi, çalışmaya katılan öğrencilerin yüzde 22,3'ü 1 yıldan az, yüzde 30,6'sı 1-3 yıl, yüzde 25,4'lü 4-6 yıl, yüzde 21,7'si 6 yıldan fazla süredir internet kullanmaktadır.

Tablo 4.1.25. Araştırmaya katılan öğrencilerin interneti oyun-eğlence amacıyla kullandığına yönelik yüzde dağılımı

Gruplar	Frekans	Yüzde (%)	Geçerli Yüzde (%)	Kümülatif Yüzde (%)
Evet	1426	66,7	66,7	66,7
Hayır	711	33,3	33,3	100,0

Tablo 4.1.25. te görüldüğü gibi, çalışmaya katılan öğrencilerin yüzde 66,7'si interneti oyun-eğlence amacı ile kullanıyor, yüzde 33,3'ü kullanmıyor.

Tablo 4.1.26. Araştırmaya katılan öğrencilerin interneti film, video, müzik amacıyla kullandığına yönelik yüzde dağılımı

Gruplar	Frekans	Yüzde (%)	Geçerli Yüzde (%)	Kümülatif Yüzde (%)
Evet	1502	70,3	70,3	70,3
Hayır	635	29,7	29,7	100,0

Tablo 4.1.26. da görüldüğü gibi, çalışmaya katılan öğrencilerin yüzde 70,3’ü interneti film, video, müzik amacı ile kullanıyor, yüzde 29,7’si kullanmıyor.

Tablo 4.1.27. Araştırmaya katılan öğrencilerin interneti haber amacıyla kullandığına yönelik yüzde dağılımı

Gruplar	Frekans	Yüzde (%)	Geçerli Yüzde (%)	Kümülatif Yüzde (%)
Evet	331	15,5	15,5	15,5
Hayır	1806	84,5	84,5	100,0

Tablo 4.1.27. de görüldüğü gibi, çalışmaya katılan öğrencilerin yüzde 15,5’i interneti haber için kullanıyor, yüzde 84,5’i kullanmıyor.

Tablo 4.1.28. Araştırmaya katılan öğrencilerin interneti mail, iletişim amacıyla kullandığına yönelik yüzde dağılımı

Gruplar	Frekans	Yüzde (%)	Geçerli Yüzde (%)	Kümülatif Yüzde (%)
Evet	357	16,7	16,7	16,7
Hayır	1780	83,3	83,3	100,0

Tablo 4.1.28. de görüldüğü gibi, çalışmaya katılan öğrencilerin yüzde 16,7’si interneti mail, iletişim için kullanıyor, yüzde 83,3’ü kullanmıyor.

Tablo 4.1.29. Araştırmaya katılan öğrencilerin interneti sohbet amacıyla kullandığına yönelik yüzde dağılımı

Gruplar	Frekans	Yüzde (%)	Geçerli Yüzde (%)	Kümülatif Yüzde (%)
Evet	981	45,9	45,9	45,9
Hayır	1156	54,1	54,1	100,0

Tablo 4.1.29. da görüldüğü gibi, çalışmaya katılan öğrencilerin yüzde 45,9’u interneti sohbet için kullanıyor, yüzde 54,1’i kullanmıyor.

Tablo 4.1.30. Araştırmaya katılan öğrencilerin interneti sosyal ağlar amacıyla kullandığına yönelik yüzde dağılımı

Gruplar	Frekans	Yüzde (%)	Geçerli Yüzde (%)	Kümülatif Yüzde (%)
Evet	974	45,6	45,6	45,6
Hayır	1163	54,4	54,4	100,0

Tablo 4.1.30. da görüldüğü gibi, çalışmaya katılan öğrencilerin yüzde 45,6'sı interneti sosyal ağlar için kullanıyor, yüzde 54,4'ü kullanmıyor.

Tablo 4.1.31. Araştırmaya katılan öğrencilerin interneti araştırma, ödev amacıyla kullandığına yönelik yüzde dağılımı

Gruplar	Frekans	Yüzde (%)	Geçerli Yüzde (%)	Kümülatif Yüzde (%)
Evet	1677	78,5	78,5	78,5
Hayır	460	21,5	21,5	100,0

Tablo 4.1.31. de görüldüğü gibi, çalışmaya katılan öğrencilerin yüzde 78,5'i interneti araştırma, öden için kullanıyor, yüzde 21,5'si kullanmıyor.

Tablo 4.1.32. Araştırmaya katılan öğrencilerin interneti diğer amaçları için kullandığına yönelik yüzde dağılımı

Gruplar	Frekans	Yüzde (%)	Geçerli Yüzde (%)	Kümülatif Yüzde (%)
Evet	76	3,6	3,6	3,6
Hayır	2061	96,4	96,4	100,0

Tablo 4.1.32. de görüldüğü gibi, çalışmaya katılan öğrencilerin yüzde 3,6'sı interneti diğer amaçları için kullanıyor, yüzde 96,4'ü kullanmıyor.

Tablo 4.1.33. Araştırmaya katılan öğrenciler klübe gidiyormu sorusuna yönelik yüzde dağılımı

Gruplar	Frekans	Yüzde (%)	Geçerli Yüzde (%)	Kümülatif Yüzde (%)
Evet	680	31,8	31,8	31,9
Hayır	1456	68,1	68,1	100,0

Tablo 4.1.33. te görüldüğü gibi, çalışmaya katılan öğrencilerin yüzde 31,8'i klübe gidiyor, yüzde 68,1'i gitmiyor.

Tablo 4.1.34. Araştırmaya katılan öğrenciler klübe kaç gün gidiyor sorusuna yönelik yüzde dağılımı

Gruplar	Frekans	Yüzde (%)	Geçerli Yüzde (%)	Kümülatif Yüzde (%)
O gün	1456	68,1	68,1	68,1
1 gün	42	2,0	2,0	70,1
2 gün	420	19,7	19,7	89,8
3 gün	128	6,0	6,0	95,7
4 gün	51	2,4	2,4	98,1
5 gün	24	1,1	1,1	99,3
6 gün	4	,2	,2	99,4
7 gün	12	,6	,6	100,0

Tablo 4.1.34. te görüldüğü gibi, çalışmaya katılan öğrencilerin yüzde 68,1'i klübe gitmiyor, yüzde 2,0'ı 1 gün, yüzde 19,7'si 2 gün, yüzde 6,0'ı 3 gün, yüzde 2,4'ü 4 gün, yüzde 1,1'i 5 gün, yüzde 0,2'si 6 gün, yüzde 0,6'sı haftada 7 gün gidiyor.

Tablo 4.1.35. Araştırmaya katılan öğrencilerin lisans var mı sorusuna yönelik yüzde dağılımı

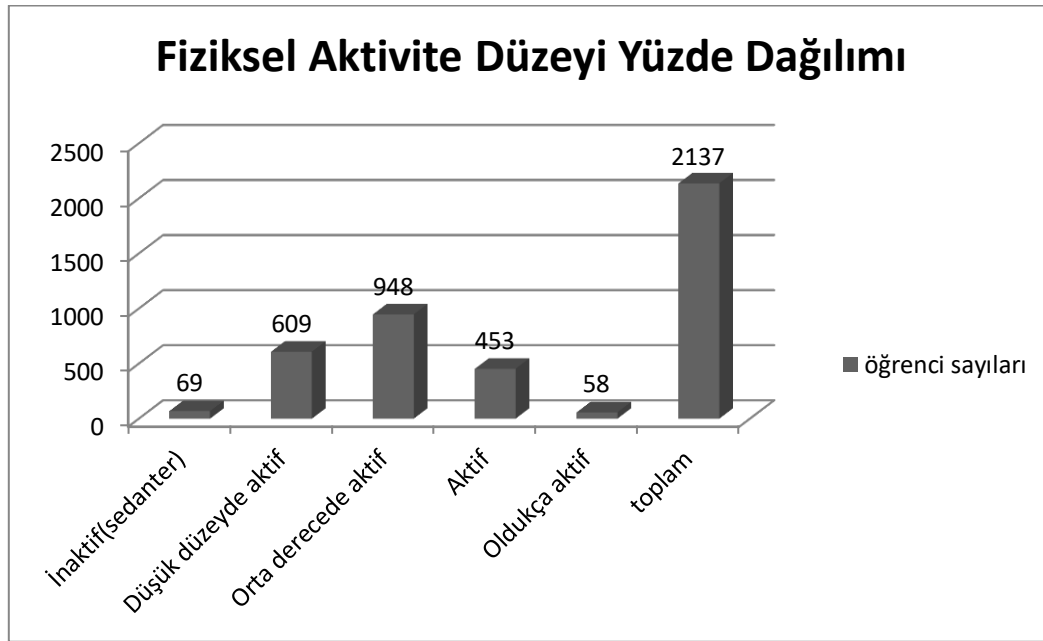
Gruplar	Frekans	Yüzde (%)	Geçerli Yüzde (%)	Kümülatif Yüzde (%)
Evet	563	26,3	26,3	26,3
Hayır	1574	73,7	73,7	100,0

Tablo 4.1.35. te görüldüğü gibi, çalışmaya katılan öğrencilerin yüzde 26,3'ünün lisansı var, yüzde 73,7'sinin yoktur.

Tablo 4.1.36. Araştırmaya katılan öğrencilerin fiziksel aktivite yüzde dağılımı

Gruplar	Frekans	Yüzde (%)	Geçerli Yüzde (%)	Kümülatif Yüzde (%)
İnaktif (sedanter)	69	3,2	3,2	3,2
Düşük düzeyde aktif	609	28,5	28,5	31,7
Orta derecede aktif	948	44,4	44,4	76,1
Aktif	453	21,2	21,2	97,3
Oldukça aktif	58	2,7	2,7	100,0

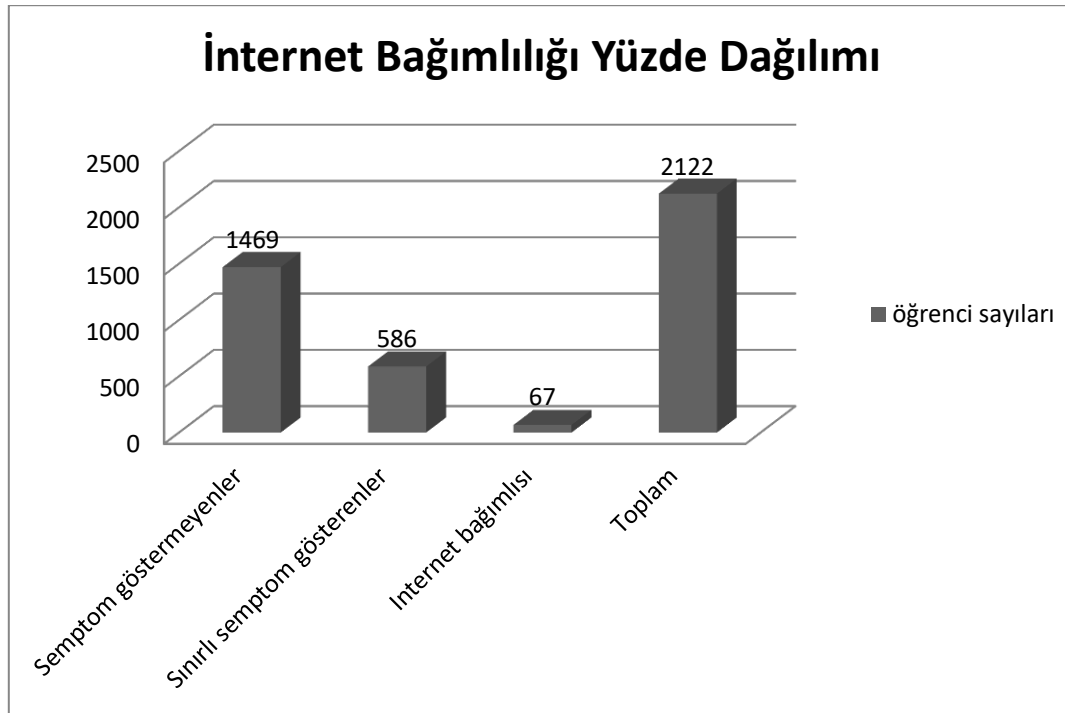
Tablo 4.1.36. da görüldüğü gibi, çalışmaya katılan öğrencilerin yüzde 3,2'si inaktif, yüzde 28,5'i düşük düzeyde aktif, yüzde 44,4'ü orta derecede aktif, yüzde 21,2'si aktif, yüzde 2,7'si oldukça aktiftir.

**Grafik 4.3.1. Araştırmaya katılan öğrencilerin fiziksel aktivite düzeyi yüzde dağılımı**

Tablo 4.1.37. Araştırmaya katılan öğrencilerin internet bağımlılığı yüzde dağılımı

Gruplar	Frekans	Yüzde (%)	Geçerli Yüzde (%)	Kümülatif Yüzde (%)
Semptom göstermeyenler	1469	98,7	69,2	69,2
Sınırlı semptom gösterenler	586	27,4	27,6	96,8
İnternet bağımlısı	67	3,1	3,2	100,0

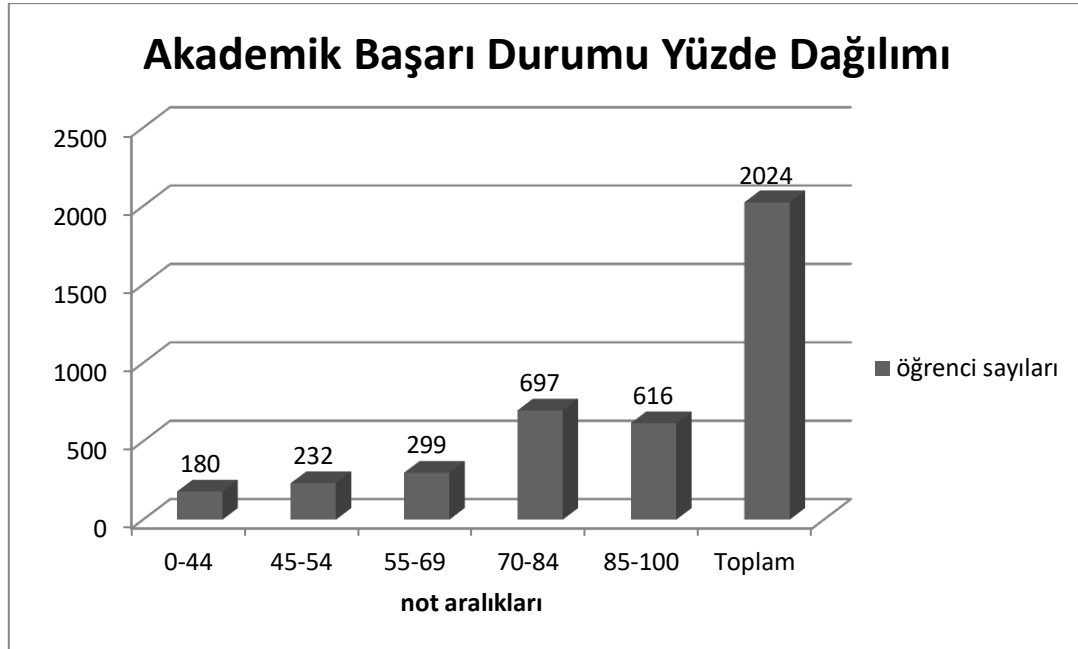
Tablo 4.1.37. de görüldüğü gibi, çalışmaya katılan öğrencilerin yüzde 68,7'si semptom göstermemiş, yüzde 27,4'ü sınırlı semptom göstermiş, yüzde 3,1'i internet bağımlısı olarak belirlenmiştir.

**Grafik 4.3.2. Araştırmaya katılan öğrencilerin internet bağımlılığı yüzde dağılımı**

Tablo 4.1.38. Araştırmaya katılan öğrencilerin akademik başarı durumu yüzde dağılımı

Gruplar	Frekans	Yüzde (%)	Geçerli Yüzde (%)	Kümülatif Yüzde (%)
0-44 not aralığı	180	8,4	8,9	8,9
45-54 not aralığı	232	10,9	11,5	20,4
55-69 not aralığı	299	14,0	14,8	35,1
70-84 not aralığı	697	32,6	34,4	69,6
85-100 not aralığı	616	28,8	30,4	100,0

Tablo 4.1.38. de görüldüğü gibi, çalışmaya katılan öğrencilerin yüzde 8,4'ü 0-44, yüzde 10,9'u 45-54, yüzde 14,0'ı 55-69, yüzde 32,6'sı 70-84, yüzde 28,8'i 85-100 not aralığındadır.

**Grafik 4.3.3. Araştırmaya katılan öğrencilerin akademik başarı durumu yüzde dağılımı****Tablo 4.1.39. Araştırmaya katılan öğrencilerin boy, kilo, vücut kitle indeksi ortalamaları**

Gruplar	En düşük	En yüksek	Ortalama	Standart sapma
Boy	115	193	153,15	10,83
Kilo	20	98	44,94	11,82
Vücut kitle indeksi	8,37	34,96	18,947	3,45

Tablo 4.1.39. da görüldüğü gibi, çalışmaya katılan öğrencilerin boyları en düşük 115 cm., en yüksek 193 cm. dir, ağırlıkları en düşük 20, en yüksek 98 kg. dır, vücut kitle indeksi en düşük 8,37, en yüksek 34,96'dır.

4.2.İnternet Bağımlılığı, Fiziksel Aktivite Düzeyleri ve Akademik Başarı Durumları Anova İstatistiksel Analiz Sonuçları

Tablo 4.2.1. Fiziksel aktivite düzeyleri ile akademik başarı durumu ilişkileri

Bağımlı Değişken	(I) Okul notu	(J) Okul notu	Ortalama Farklar (I-J)	Std. Hata	Anlamlılık Değeri	95% Güven Aralığı	
						Düşük Değer	Yüksek Değer
Fiziksel aktivite	1,00	2,00	-,013	,084	1,00	-,24	,21
		3,00	-,11	,08	,61	-,33	,10
		4,00	-,14	,07	,27	-,33	,05
		5,00	-,14	,07	,28	-,34	,05
	2,00	1,00	,013	,08	1,0	-,21	,24
		3,00	-,100	,07	,66	-,30	,10
		4,00	-,12	,06	,27	-,30	,04
		5,00	-,12	,06	,28	-,30	,05
	3,00	1,00	,11	,08	,61	-,10	,33
		2,00	,10	,07	,66	-,10	,30
		4,00	-,02	,05	,99	-,18	,13
		5,00	-,02	,06	,99	-,19	,13
	4,00	1,00	,14	,07	,27	-,05	,33
		2,00	,12	,06	,27	-,04	,30
		3,00	,02	,05	,99	-,13	,18
		5,00	-,00	,04	1,00	-,13	,12
	5,00	1,00	,14	,07	,28	-,05	,34
		2,00	,12	,06	,28	-,05	,30
		3,00	,02	,06	,99	-,13	,19
		4,00	,00	,04	1,00	-,12	,13

p >0.05, p>0.01

Tablo 4.2.1. e göre öğrencilerin fiziksel aktivite düzeyleri bağımlı değişken olarak ele alındığında, akademik başarı durumları açısından anlamlı ilişki bulunamamıştır.

Tablo 4.2.2. İnternet bağımlılık düzeyleri ile akademik başarı durumu ilişkileri

Bağımlı Değişken	(I) Okul notu	(I) Okul notu	Ortalama Farklar (I-J)	Std. Hata	Anlamlılık Değeri	95% Güven Aralığı	
						Düşük Değer	Yüksek Değer
İnternet bağımlılığı	1,00	2,00	-,01	,05	,99	-,16	,12
		3,00	-,07	,05	,61	-,20	,06
		4,00	,08	,04	,31	-,03	,20
		5,00	,17*	,04	,00	,05	,30
	2,00	1,00	,01	,05	,99	-,12	,16
		3,00	-,05	,04	,75	-,18	,07
		4,00	,10	,04	,08	-,00	,21
		5,00	,19*	,04	,00	,08	,30
	3,00	1,00	,07	,05	,61	-,06	,20
		2,00	,05	,04	,75	-,07	,18
		4,00	,15*	,03	,00	,05	,25
		5,00	,25*	,03	,00	,14	,35
	4,00	1,00	-,08	,04	,31	-,20	,03
		2,00	-,10	,04	,08	-,21	,00
		3,00	-,15*	,03	,00	-,25	-,05
		5,00	,09*	,02	,01	,01	,17
	5,00	1,00	-,17*	,04	,00	-,30	-,05
		2,00	-,19*	,04	,00	-,30	-,08
		3,00	-,25*	,03	,00	-,35	-,14
		4,00	-,09*	,02	,01	-,17	-,01

*p <0.05, p<0.01

Tablo 4.2.2. ye göre öğrencilerin internet bağımlılık düzeyleri bağımlı değişken olarak ele alındığında, akademik başarıları durumları arasında, not aralığı 0-44 ile 85-100 aralığında olan, not aralığı 45-54 ile 85-100 aralığında olan, not aralığı 55-69 ile 70-84 aralığında olan, not aralığı 55-69 ile 85-100 aralığında olan, not aralığı 70-84 ile 85-100 aralığında olan öğrenciler arasında internet bağımlılığı açısından anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Tablo 4.2.3. İnternet bağımlılık düzeyleri ile fiziksel aktivite düzeyleri ilişkileri

Bağımlı Değişken	(I) fiziksel aktivite	(J) fiziksel aktivite	Ortalama Farklar (I-J)	Std. Hata	Anlamlılık Değeri	95% Güven Aralığı	
						Düşük Değer	Yüksek Değer
İnternet bağımlılığı	1,00	2,00	,16	,06	,12	-,02	,34
		3,00	,17	,06	,06	-,00	,36
		4,00	,16	,06	,11	-,02	,35
		5,00	,00	,09	1,00	-,25	,27
	2,00	1,00	-,16	,06	,12	-,34	,02
		3,00	,01	,02	,97	-,05	,09
		4,00	,00	,03	1,00	-,08	,09
		5,00	-,15	,07	,23	-,35	,04
	3,00	1,00	-,17	,06	,06	-,36	,00
		2,00	-,01	,02	,97	-,09	,05
		4,00	-,01	,03	,99	-,09	,07
		5,00	-,16	,07	,13	-,36	,03
	4,00	1,00	-,16	,06	,11	-,35	,02
		2,00	-,00	,03	1,00	-,09	,08
		3,00	,01	,03	,99	-,07	,09
		5,00	-,15	,07	,22	-,36	,04
	5,00	1,00	-,00	,09	1,00	-,27	,25
		2,00	,15	,07	,23	-,04	,35
		3,00	,16	,07	,13	-,03	,36
		4,00	,15	,07	,22	-,04	,36

p >0.05, p>0.01

Öğrencilerin internet bağımlılık düzeyleri bağımlı değişken olarak ele alındığında, fiziksel aktivite düzeyleri açısından gruplar arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Tablo 4.2.4. Akademik başarı düzeyleri ile fiziksel aktivite düzeyleri ilişkileri

Bağımlı Değişken	(I) fiziksel aktivite	(J) fiziksel aktivite	Ortalama Farklar (I-J)		Anlamlılık Değeri	95% Güven Aralığı	
				Std. Hata		Düşük Değer	Yüksek Değer
Okul notu	1,00	2,00	,23	,16	,60	-,20	,67
		3,00	,13	,15	,91	-,29	,56
		4,00	-,04	,16	,99	-,49	,40
		5,00	,08	,22	,99	-,53	,71
	2,00	1,00	-,23	,16	,60	-,67	,20
		3,00	-,09	,06	,61	-,28	,08
		4,00	-,27*	,08	,00	-,49	-,05
		5,00	-,14	,17	,92	-,62	,34
	3,00	1,00	-,13	,15	,91	-,56	,29
		2,00	,09	,06	,61	-,08	,28
		4,00	-,18	,07	,09	-,38	,01
		5,00	-,04	,17	,99	-,52	,43
	4,00	1,00	,04	,16	,99	-,40	,49
		2,00	,27*	,08	,00	,05	,49
		3,00	,18	,07	,09	-,01	,38
		5,00	,13	,18	,94	-,35	,62
	5,00	1,00	-,08	,22	,99	-,71	,53
		2,00	,14	,17	,92	-,34	,62
		3,00	,04	,17	,99	-,43	,52
		4,00	-,13	,18	,94	-,62	,35

*p <0.05, p<0.01

Tablo 4.2.4. e göre öğrencilerin akademik başarı düzeyleri bağımlı değişken olarak ele alındığında, fiziksel aktivite düzeyleri arasında düşük düzeyde aktif olanlar ile aktif olanlar arasında akademik başarı açısından anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Akademik başarı düzeyleri açısından değerlendirildiğinde, fiziksel aktivite düzeyleri arasında diğer gruplar arasında anlamlı ilişki bulunamamıştır.

4.3. İnternet Bağımlılığı, Fiziksel Aktivite Düzeyleri ve Akademik Başarı Durumları Regresyon Analizi Sonuçları

Tablo 4.3.1. İnternet bağımlılığı regresyon analizi sonuçları

Model	Standartize edilmemiş katsayılar		Standartize edilmiş katsayılar		Anlamlılık değeri P
	B	Standart hata	Beta	t	
anne eğitim düzeyi	-1.35	.435	-.070	-3.12	.002
bilgisayar var mı	3.17	.755	.086	4.20	.000
cafede internet kullanıyormu	-3.38	1.08	-.059	-3.12	.002
kaç saat	7.13	.36	.391	19.81	.000
kaç yıldır	1.51	.32	.091	4.63	.000
oyun eğlence için	-3.29	.72	-.092	-4.57	.000
haber için	2.56	.89	.055	2.85	.004
sosyal ağlar için	-3.15	.81	-.093	-3.85	.000
araştırma ödev için	6.72	.78	.163	8.58	.000
diğer amaçlar için	-3.93	1.68	-.043	-2.34	.019
klübe gidiyormu	3.39	1.37	.094	2.46	.014

p <0.05, p<0.01

Tablo 4.3.1. de demografik özelliklerde gözönüne alınarak yapılan regresyon analizi ile ulaşılan sonuçlara göre, internet bağımlılığı modelinde anne eğitim düzeyinden alınan her puanın internet skorunda -1,35 katsayılık bir düşüşe neden olacağı görülmüştür. Bu sonuç bize anne eğitim düzeyi arttıkça internet bağımlılık düzeyinin azaldığını göstermektedir. Öğrencilere kendilerine ait bilgisayarları var mı sorusunu sordüğümüzda 3.17 katsayılık değerle kendilerine ait bilgisayarları olan öğrencilerin internet bağımlılık düzeylerinin arttığı tespit edilmiştir. İnternet cafede internet kullanım ile internet bağımlılığı ilişkisini incelediğimizde -3.38 katsayılık bir düşüş ile cafede internet kullanımı arttıkça internet bağımlılık düzeyinin azaldığını görüyoruz. İnternete bağlanma süresi ile internet bağımlılığı arasında doğru orantılı bir ilişki mevcuttur ve 7.13 katsayı ile bağlanma süresi arttıkça internet bağımlılığının da arttığı anlaşılmaktadır. Aynı şekilde öğrencilerin kaç yıldır internete bağlandığı sorulduğunda 1.51 katsayısı ile internete bağlanma yılı yükseldikçe internet bağımlılığı da yükselmektedir. Öğrencilerin internete hangi amaçlarla bağlandığı internet bağımlılığını farklı şekillerde etkilediği tespit edilmiş olup, sonuçlara göre -3.29 katsayısı ile oyun eğlence için, -3.15 katsayısı ile sosyal ağlar için, -3.93 katsayısı ile diğer amaçlar için

internet bağımlılığı ile ters orantılı olup bu amaçlar için kullanım düzeyi yükseldikçe internet bağımlılık düzeyinin azaldığı söylenebilir. Diğer yandan 2.56 katsayı ile haber için, 6.72 katsayı ile araştırma ödev için interneti kullanma durumu artıyorsa internet bağımlılığının da arttığı tespit edilmiştir. İnternet bağımlılığı modelinde öğrencilerin spor klübüne gidip gitmemesi değerlendirildiğinde alınan her puanın internet skoruna 3.39 puanlık bir yükselişe neden olacağı görülmüş olup, klübe gitme durumu arttıkça internet bağımlılığının da arttığı söylenebilir.

Tablo 4.3.2. Fiziksel aktivite regresyon analizi sonuçları

Model	Standartize edilmiş katsayılar		t	Anlamlılık değeri P	Sig. B
	Standart hata	Beta			
sınıf	-.26	.07	-.33	-3.56	.00
bilgisayar var mı	-.13	.04	-.07	-3.04	.00
bilgisayar internet kullanım	.18	.04	.10	4.42	.00
kaç saat	-.04	.02	-.05	-2.23	.02
haber için	-.13	.05	-.05	-2.57	.01
diğer amaçlar için	-.22	.09	-.04	-2.38	.01
kaç gün gidiyor	.17	.02	.27	6.38	.00

p <0.05, p<0.01

Tablo 4.3.2. de demografik özelliklerde gözönüne alınarak yapılan regresyon analizi ile ulaşılan sonuçlara göre, fiziksel aktivite modelinde, öğrencilerin sınıf düzeyleri değerlendirildiğinde -.26 katsayı ile öğrencilerin sınıf düzeyleri yükseldikçe fiziksel aktivite düzeylerinde azaldığı tespit edilmiştir. Kendilerine ait bilgisayarlarının olup olmaması ile fiziksel aktivite ilişkisini incelediğimizde -.13 katsayı ile bir düşüş ile kendilerine ait bilgisayarlarının olma durumu arttıkça fiziksel aktivite düzeyinin azaldığını görüyoruz. İnternete bilgisayar ile bağlanma ve fiziksel aktivite arasında doğru orantılı bir ilişki mevcuttur ve. 18 katsayı ile internete bilgisayardan bağlanma durumu arttıkça fiziksel aktivite düzeyinin de arttığı anlaşılmaktadır. Öğrencilerin günde kaç saat internete bağlandığı sorulduğunda alınan sonuca göre -.04 katsayısı ile internete bağlanma süresi yükseldikçe fiziksel aktivite düzeyi düşmektedir. Öğrencilerin interneti -.13 katsayısı ile haber için, -.22 katsayısı ile diğer amaçlar için kullandığı ve bu amaçlar için kullanım düzeyi yükseldikçe fiziksel aktivite düzeyinin azaldığı söylenebilir. Fiziksel aktivite modelinde öğrencilerin spor

klübüne haftada kaç gün gittikleri değerlendirildiğinde alınan her puanın fiziksel aktivite skoruna .17 puanlık bir yükselişe neden olacağı görülmüş olup, klübe gittikleri gün sayısı arttıkça fiziksel aktivitenin de arttığı söylenebilir.

Tablo 4.3.3. Akademik başarı regresyon analizi sonuçları

Model	Standartize edilmiş katsayılar		t	Anlamlılık değeri P	Sig. B
	Standart hata	Beta			
sınıf	-3.72	1.36	-.25	-2.73	.00
baba eğitim düzeyi	2.87	.45	.15	6.38	.00
anne eğitim düzeyi	1.07	.45	.05	2.35	.01
anne internet kullanım	-2.61	1.03	-.05	-2.53	.01
kardeş internet kullanım	-1.74	.76	-.04	-2.28	.02
diğer internet kullanım	2.29	.91	.05	2.52	.01
gelir düzeyi	1.28	.28	.09	4.50	.00
bilgisayar internet kullanım	-1.65	.76	-.05	-2.16	.03
cafede internet kullanıyormu	2.91	1.13	.05	2.57	.01
kaç saat	-1.59	.41	-.09	-3.87	.00
kaç yıldır	1.17	.34	.07	3.41	.00
haber için	-2.73	.94	-.06	-2.91	.00
araştırma ödev için	-4.39	.83	-.11	-5.26	.00
internet_ortalama	-.08	.02	-.09	-3.73	.00

p <0.05, p<0.01

Tablo 4.3.3. de demografik özelliklerde gözönüne alınarak yapılan regresyon analizi ile ulaşılan sonuçlara göre, akademik başarı modelinde sınıf düzeyinden alınan her puanın akademik başarı skorunda -3.72 katsayılık bir düşüşe neden olacağı görülmüştür. Bu sonuç bize sınıf düzeyi arttıkça akademik başarı düzeyinin azaldığını göstermektedir. Öğrencilerin 2.87 katsayılık bir yükselişle baba eğitim düzeyleri arttıkça akademik başarı durumlarının arttığı tespit edilmiştir. Yine aynı şekilde 1.07 katsayılık yükselişle anne eğitim düzeyi arttıkça akademik başarı düzeyinin de arttığı tespit edilmiştir. Öğrencilerin anne internet kullanımı -2.61 katsayılık, kardeş internet kullanımı -1.74 katsayılık düşüşle akademik başarıyı ters orantılı olarak etkilemektedir. Bu sonuçlara göre anne internet kullanım ve kardeş internet kullanım durumları arttıkça akademik başarı düzeyleri düşmektedir. Ailede baba, aynı hanede yaşayan diğer aile bireylerinin internet kullanımı ise 2.29 katsayılık artış göstermekte ve kullanım durumu arttıkça akademik başarı düzeyi artmaktadır olarak yorumlanmaktadır. Gelir düzeyi ile akademik başarı arasında doğru orantılı bir ilişki mevcuttur ve 1.28 katsayısı ile gelir düzeyi arttıkça akademik başarı düzeyinde arttığı anlaşılmaktadır. Öğrencilerin

internete bilgisayardan bağlanma durumu incelendiğinde -1.65 katsayılik düşüşle bilgisayardan internete bağlanma durumu arttıkça akademik başarı düzeyleri azalmaktadır şeklinde yorumlayabiliriz. İnternet cafeden internete bağlanma durumları 2.91 katsayısı ile arttıkça akademik başarı düzeyleri de artmaktadır. Öğrencilerin internete günde kaç saat bağlandıkları sorgulandığında -1.59 katsayılik bir düşüşle internete günlük bağlanma süreleri arttıkça akademik başarı düzeylerinin azaldığı görülmektedir. Aynı şekilde öğrencilerin kaç yıldır internete bağlandığı sorulduğunda 1.17 katsayısı ile internete bağlanma yılı yükseldikçe akademik başarılarıda yükselmektedir. Öğrencilerin internete hangi amaçlarla bağlandığı akademik başarıyı etkilediği tespit edilmiş olup, sonuçlara göre -2.73 katsayısı ile haber için, -4.39 katsayısı ile araştırma ödev için akademik başarı ile ters orantılı olup bu amaçlar için kullanım düzeyi yükseldikçe akademik başarı düzeyinin azaldığı söylenebilir. Akademik başarı modelinde öğrencilerin internet ortalamaları değerlendirildiğinde alınan her puanın internet skoruna -.08 puanlık bir yükselişe neden olacağı görülmüş olup, internet ortalama puanları arttıkça akademik başarının da azaldığı söylenebilir.

4.4.Cinsiyet Ve Sınıf Değişkenine Göre İnternet Bağımlılığı, Fiziksel Aktivite Düzeyleri ve Akademik Başarı Durumları Karşılaştırmaları

Tablo 4.4.1. Cinsiyetlere göre internet bağımlılığı, fiziksel aktivite düzeyleri, akademik başarı durumları karşılaştırma sonuçları

	cinsiyet	N	ortalama	Standart sapma	Standart hata	Anlamlılık değeri
İnternet bağımlılığı	kız	1066	41.81	16.25	.49	
	erkek	1071	46.70	17.24	.52	.00
Akademik başarı	kız	1066	75.72	15.01	.46	
	erkek	1071	71.64	16.90	.51	.00
Fiziksel aktivite	kız	1066	2.80	.84	.02	
	erkek	1071	3.02	.84	.02	.00

p <0.05, p<0.01

Tablo 4.4.1. e göre yapılan ikili karşılaştırmalar sonucunda kız ve erkek öğrenciler arasında internet bağımlılığı, akademik başarı ve fiziksel aktivite arasında anlamlı fark tespit edilmiştir. Erkek öğrencilerin internet bağımlılık düzeyleri 46.70 lık değerle kız öğrencilerin 41.81 lık değerine göre daha yüksektir. Kız öğrencilerin akademik başarıları 75.72 lık değerle erkek öğrencilerin 71.64 lık değerine göre daha yüksektir. Erkek öğrencilerin fiziksel aktivite düzeyleri 3.02 lik değerlerle kız öğrencilerin 2.80 lik değerine göre daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir (p < 0.05).

Tablo 4.4.2. Sınıf düzeylerine göre internet bağımlılığı, fiziksel aktivite düzeyleri ve akademik başarı durumları karşılaştırma sonuçları

Bağımlı değişken	(I) sınıf	(J) sınıf	Farkların ortalaması (I-J)	Standart hata	Anlamlılık değeri
Akademik başarı	5	6	5.94*	.95	.00
		7	8.08*	.94	.00
		8	9.76*	.97	.00
	6	5	-5.94*	.95	.00
		7	2.14	.94	.10
		8	3.81*	.97	.00
	7	5	-8.08*	.94	.00
		6	-2.14	.94	.10
		8	1.67	.97	.31
	8	5	-9.76*	.97	.00
		6	-3.81*	.97	.00
		7	-1.67	.97	.31
İnternet bağımlılığı	5	6	3.09*	1.00	.01
		7	-4.00*	1.00	.00
		8	-5.69*	1.03	.00
	6	5	-3.09*	1.00	.01
		7	-7.10*	1.00	.00
		8	-8.79*	1.03	.00
	7	5	4.00*	1.00	.00
		6	7.10*	1.00	.00
		8	-1.69	1.02	.35
	8	5	5.69*	1.03	.00
		6	8.79*	1.03	.00
		7	1.69	1.02	.35
Fiziksel aktivite	5	6	.00	.04	1.00
		7	.31*	.04	.00
		8	.67*	.05	.00
	6	5	-.00	.04	1.00
		7	.31*	.04	.00
		8	.66*	.05	.00
	7	5	-.31*	.04	.00
		6	-.31*	.04	.00
		8	.35*	.05	.00
	8	5	-.67*	.05	.00
		6	-.66*	.05	.00
		7	-.35*	.05	.00

*p <0.05, p<0.01

Tablo 4.2.2. de yapılan ikili karşılaştırmalar sınıf düzeylerine göre öğrencilerin akademik başarıları değerlendirildiğinde beşinci sınıf öğrencileri altıncı sınıf öğrencileri arasında, beşinci sınıf öğrencileri ile yedinci sınıf öğrencileri arasında, beşinci sınıf öğrencileri ile sekizinci sınıf öğrencileri arasında, altıncı sınıf öğrencileri ile sekinci sınıf öğrencileri arasında anlamlı fark olduğu tespit edilmiştir ($p < 0.05$). İnternet

bağımlılığı düzeylerine göre değerlendirildiğinde beşinci sınıf öğrencileri altıncı sınıf öğrencileri arasında, beşinci sınıf öğrencileri ile yedinci sınıf öğrencileri arasında, beşinci sınıf öğrencileri ile sekizinci sınıf öğrencileri arasında, altıncı sınıf öğrencileri ile yedinci sınıf öğrencileri arasında, altıncı sınıf öğrencileri ile sekinci sınıf öğrencileri arasında anlamlı fark bulunmuştur ($p < 0.05$). Fiziksel aktivite düzeylerine göre değerlendirildiğinde beşinci sınıf öğrencileri ile yedinci sınıf öğrencileri arasında, beşinci sınıf öğrencileri ile sekizinci sınıf öğrencileri arasında, altıncı sınıf öğrencileri ile yedinci sınıf öğrencileri arasında, altıncı sınıf öğrencileri ile sekizinci sınıf öğrencileri arasında, yedinci sınıf öğrencileri ile sekinci sınıf öğrencileri arasında anlamlı fark olduğu görülmüştür ($p < 0.05$).

BÖLÜM V

SONUÇ

Bu araştırmanın amacı, ortaokul öğrencilerinin internet bağımlılığı, fiziksel aktivite düzeyleri ve akademik başarıları arasındaki ilişkiyi incelemektir. Bu bölüm yargı, tartışma ve öneri kısımlarından oluşmaktadır. Çalışmadan elde edilen sonuçlar alan yazında bulunan kuramsal destek ile verilmektedir.

5.1. Yargı

Araştırmanın birinci alt problemi ile ilgili analizlerin sonucuna göre, ortaokul öğrencilerinin internet bağımlılık düzeyleri incelendiğinde, yüzde 68,7'si semptom göstermemiş, yüzde 27,4'ü sınırlı semptom göstermiş, yüzde 3,1'i internet bağımlısı olarak belirlenmiştir.

Araştırmanın ikinci alt problemi ile ilgili analizlerin sonucuna göre, ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeyleri incelendiğinde, yüzde 3,2'si inaktif, yüzde 28,5'i düşük düzeyde aktif, yüzde 44,4'ü orta derecede aktif, yüzde 21,2'si aktif, yüzde 2,7'si oldukça aktif olduğu görülmüştür.

Araştırmanın üçüncü alt problemi ile ilgili analizlerin sonucuna göre, ortaokul öğrencilerinin akademik başarı düzeyleri incelendiğinde, yüzde 8,4'ü 0-44, yüzde 10,9'u 45-54, yüzde 14,0'ı 55-69, yüzde 32,6'sı 70-84, yüzde 28,8'i 85-100 not aralığında olduğu tespit edilmiştir.

Araştırmanın dördüncü alt problemi ile ilgili analizlerin sonucuna göre, ortaokul öğrencilerinin internet bağımlılığı ile fiziksel aktivite düzeyleri arasındaki ilişki incelendiğinde, gruplar arasında istatistiksel olarak ilişki bulunamamıştır.

Araştırmanın beşinci alt problemi ile ilgili analizlerin sonucuna göre, öğrencilerin internet bağımlılık düzeyleri bağımlı değişken olarak ele alındığında, akademik başarıları durumları arasında, not aralığı 0-44 ile 85-100 aralığında olan, not aralığı 45-54 ile 85-100 aralığında olan, not aralığı 55-69 ile 70-84 aralığında olan, not aralığı 55-69 ile 85-100 aralığında olan, not aralığı 70-84 ile 85-100 aralığında olan öğrenciler arasında internet bağımlılığı açısından anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($p < 0.05$).

Araştırmanın altıncı alt problemi ile ilgili analizlerin sonucuna göre, ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeyleri ile akademik başarıları arasında ilişki

incelendiğinde, fiziksel aktivite düzeyleri bağımlı değişken olarak ele alındığında, akademik başarı düzeyleri açısından anlamlı ilişki bulunamamıştır.

Araştırmanın yedinci alt problemi ile ilgili analizlerin sonucuna göre, cinsiyetlere göre ortaokul öğrencilerinin internet bağımlılığı, fiziksel aktivite düzeyleri ve akademik başarıları arasında ilişki incelendiğinde, yapılan ikili karşılaştırmalar sonucunda kız ve erkek öğrenciler arasında internet bağımlılığı, akademik başarı ve fiziksel aktivite arasında istatistiksel ilişki tespit edilmiştir. Erkek öğrencilerin internet bağımlılık düzeyleri 46.70 lık değerle kız öğrencilerin 41.81 lık değerine göre daha yüksektir. Kız öğrencilerin akademik başarıları 75.72 lık değerle erkek öğrencilerin 71.64 lık değerine göre daha yüksektir. Erkek öğrencilerin fiziksel aktivite düzeyleri 3.02 lık değerlerle kız öğrencilerin 2.80 lık değerine göre daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir.

Araştırmanın sekizinci alt problemi ile ilgili analizlerin sonucuna göre, sınıf düzeylerine göre ortaokul öğrencilerinin internet bağımlılığı, fiziksel aktivite düzeyleri ve akademik başarıları arasında fark incelendiğinde, yapılan ikili karşılaştırmalar sonucunda beşinci sınıf öğrencileri ile altıncı sınıf öğrencileri arasında, beşinci sınıf öğrencileri ile yedinci sınıf öğrencileri arasında, beşinci sınıf öğrencileri ile sekizinci sınıf öğrencileri arasında, altıncı sınıf öğrencileri ile sekizinci sınıf öğrencileri arasında anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir. İnternet bağımlılığı düzeylerine göre değerlendirildiğinde beşinci sınıf öğrencileri altıncı sınıf öğrencileri arasında, beşinci sınıf öğrencileri ile yedinci sınıf öğrencileri arasında, beşinci sınıf öğrencileri ile sekizinci sınıf öğrencileri arasında, altıncı sınıf öğrencileri ile yedinci sınıf öğrencileri arasında, altıncı sınıf öğrencileri ile sekizinci sınıf öğrencileri arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Fiziksel aktivite düzeylerine göre değerlendirildiğinde beşinci sınıf öğrencileri ile yedinci sınıf öğrencileri arasında, beşinci sınıf öğrencileri ile sekizinci sınıf öğrencileri arasında, altıncı sınıf öğrencileri ile yedinci sınıf öğrencileri arasında, altıncı sınıf öğrencileri ile sekizinci sınıf öğrencileri arasında, yedinci sınıf öğrencileri ile sekizinci sınıf öğrencileri arasında anlamlı ilişki olduğu görülmüştür.

Araştırmanın dokuzuncu alt problemi ile ilgili analizlerin sonucuna göre, demografik özelliklerine göre ortaokul öğrencilerinin internet bağımlılığı, fiziksel aktivite düzeyleri ve akademik başarıları modellemeleri için yapılan regresyon analizleri sonuçlarına bakacak olursak, Tablo 4.3.1. de demografik özelliklerde gözönüne alınarak yapılan regresyon analizi ile ulaşılan sonuçlara göre, internet bağımlılığı modelinde anne eğitim

düzeyinden alınan her puanın internet skorunda -1,35 katsayılik bir düşüşe neden olacağı görülmüştür. Bu sonuç bize anne eğitim düzeyi arttıkça internet bağımlılık düzeyinin azaldığını göstermektedir. Öğrencilere kendilerine ait bilgisayarları varmı sorusunu sorduğumuzda 3.17 katsayılik değerle kendilerine ait bilgisayarları olan öğrencilerin internet bağımlılık düzeylerinin arttığı tespit edilmiştir. İnternet cafede internet kullanım ile internet bağımlılığı ilişkisini incelediğimizde -3.38 katsayılik bir düşüş ile cafede internet kullanımı arttıkça internet bağımlılık düzeyinin azaldığını görüyoruz. İnternete bağlanma süresi ile internet bağımlılığı arasında doğru orantılı bir ilişki mevcuttur ve 7.13 katsayı ile bağlanma süresi arttıkça internet bağımlılığının da arttığı anlaşılmaktadır. Aynı şekilde öğrencilerin kaç yıldır internete bağlandığı sorulduğunda 1.51 katsayısı ile internete bağlanma yılı yükseldikçe internet bağımlılığı da yükselmektedir. Öğrencilerin internete hangi amaçlarla bağlandığı internet bağımlılığını farklı şekillerde etkilediği tespit edilmiş olup, sonuçlara göre -3.29 katsayısı ile oyun eğlence için, -3.15 katsayısı ile sosyal ağlar için, -3.93 katsayısı ile diğer amaçlar için internet bağımlılığı ile ters orantılı olup bu amaçlar için kullanım düzeyi yükseldikçe internet bağımlılık düzeyinin azaldığı söylenebilir. Diğer yandan 2.56 katsayı ile haber için, 6.72 katsayı ile araştırma ödev için interneti kullanma durumu artıyorsa internet bağımlılığının da arttığı tespit edilmiştir. İnternet bağımlılığı modelinde öğrencilerin spor klübüne gidip gitmemesi değerlendirildiğinde alınan her puanın internet skoruna 3.39 puanlık bir yükselişe neden olacağı görülmüş olup, klübe gitme durumu arttıkça internet bağımlılığının da arttığı söylenebilir. Tablo 4.3.2. de demografik özelliklerde gözönüne alınarak yapılan regresyon analizi ile ulaşılan sonuçlara göre, fiziksel aktivite modelinde, öğrencilerin sınıf düzeyleri değerlendirildiğinde -.26 katsayılik değerle öğrencilerin sınıf düzeyleri yükseldikçe fiziksel aktivite düzeylerinde azaldığı tespit edilmiştir. Kendilerine ait bilgisayarlarının olup olmaması ile fiziksel aktivite ilişkisini incelediğimizde -.13 katsayılik bir düşüş ile kendilerine ait bilgisayarlarının olma durumu arttıkça fiziksel aktivite düzeyinin azaldığını görüyoruz. İnternete bilgisayar ile bağlanma ve fiziksel aktivite arasında doğru orantılı bir ilişki mevcuttur ve. 18 katsayı ile internete bilgisayardan bağlanma durumu arttıkça fiziksel aktivite düzeyinin de arttığı anlaşılmaktadır. Öğrencilerin günde kaç saat internete bağlandığı sorulduğunda alınan sonuca göre -.04 katsayısı ile internete bağlanma süresi yükseldikçe fiziksel aktivite

düzeyi düşmektedir. Öğrencilerin interneti -.13 katsayısı ile haber için, -.22 katsayısı ile diğer amaçlar için kullandığı ve bu amaçlar için kullanım düzeyi yükseldikçe fiziksel aktivite düzeyinin azaldığı söylenebilir. Fiziksel aktivite modelinde öğrencilerin spor klübüne haftada kaç gün gittikleri değerlendirildiğinde alınan her puanın fiziksel aktivite skoruna .17 puanlık bir yükselişe neden olacağı görülmüş olup, klübe gittikleri gün sayısı arttıkça fiziksel aktivitenin de arttığı söylenebilir. Tablo 4.3.3. de demografik özelliklerde gözönüne alınarak yapılan regresyon analizi ile ulaşılan sonuçlara göre, akademik başarı modelinde sınıf düzeyinden alınan her puanın akademik başarı skorunda -3.72 katsayılık bir düşüşe neden olacağı görülmüştür. Bu sonuç bize sınıf düzeyi arttıkça akademik başarı düzeyinin azaldığını göstermektedir. Öğrencilerin 2.87 katsayılık bir yükselişe baba eğitim düzeyleri arttıkça akademik başarı durumlarının arttığı tespit edilmiştir. Yine aynı şekilde 1.07 katsayılık yükselişe anne eğitim düzeyi arttıkça akademik başarı düzeyinin de arttığı tespit edilmiştir. Öğrencilerin anne internet kullanımı -2.61 katsayılık, kardeş internet kullanımı -1.74 katsayılık düşüşle akademik başarıyı ters orantılı olarak etkilemektedir. Bu sonuçlara göre anne internet kullanım ve kardeş internet kullanım durumları arttıkça akademik başarı düzeyleri düşmektedir. Ailede baba, aynı hanede yaşayan diğer aile bireylerinin internet kullanımı ise 2.29 katsayılık artış göstermekte ve kullanım durumu arttıkça akademik başarı düzeyi artmaktadır olarak yorumlanmaktadır. Gelir düzeyi ile akademik başarı arasında doğru orantılı bir ilişki mevcuttur ve 1.28 katsayısı ile gelir düzeyi arttıkça akademik başarı düzeyinde arttığı anlaşılmaktadır. Öğrencilerin internete bilgisayardan bağlanma durumu incelendiğinde -1.65 katsayılık düşüşle bilgisayardan internete bağlanma durumu arttıkça akademik başarı düzeyleri azalmaktadır şeklinde yorumlayabiliriz. İnternet cafeden internete bağlanma durumları 2.91 katsayısı ile arttıkça akademik başarı düzeyleri de artmaktadır. Öğrencilerin internete günde kaç saat bağlandıkları sorgulandığında -1.59 katsayılık bir düşüşle internete günlük bağlanma süreleri arttıkça akademik başarı düzeylerinin azaldığı görülmektedir. Aynı şekilde öğrencilerin kaç yıldır internete bağlandığı sorulduğunda 1.17 katsayısı ile internete bağlanma yılı yükseldikçe akademik başarıları da yükselmektedir. Öğrencilerin internete hangi amaçlarla bağlandığı akademik başarıyı etkilediği tespit edilmiş olup, sonuçlara göre -2.73 katsayısı ile haber için, -4.39 katsayısı ile araştırma ödev için akademik başarı ile ters orantılı olup bu amaçlar için kullanım düzeyi yükseldikçe akademik başarı

düzeyinin azaldığı söylenebilir. Akademik başarı modelinde öğrencilerin internet ortalamaları değerlendirildiğinde alınan her puanın internet skoruna -.08 puanlık bir yükselişe neden olacağı görülmüş olup, internet ortalama puanları arttıkça akademik başarının da azaldığı söylenebilir.

5.2. Tartışma

5.2.1. İnternet bağımlılığı, fiziksel aktivite, akademik başarı arasındaki ilişkinin incelenmesi

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre, Öğrencilerin fiziksel aktivite düzeyleri bağımlı değişken olarak ele alındığında, akademik başarı düzeyleri açısından anlamlı ilişki bulunamamıştır. Literatür incelendiğinde araştırmalarda çok farklı sonuçlara rastlanmaktadır. Bizim çalışmamızı destekler nitelikte çalışmalar mevcuttur. Dwyer, (1983, s.308-313) Avustralya’da yaptığı çalışmasında her gün 75 dakika fitness çalıştırdığı öğrencilerinde 14 hafta sonunda akademik performansta etkileşim gözlemlenmemiştir. Parlaktaş, (2018, s.66) araştırmasının bulgularına istinaden fiziksel aktivite düzeyinin akademik başarının önemli bir belirleyicisi olmadığını belirtmiştir. Yıldız, (2017,s.891-898) yapmış olduğu çalışmasında Spor takımlarında yer alan öğrencilerin akademik başarı değerlerinin spor takımlarında yer almayanlara göre farklılaşmadığını gözlemlenmiştir. Tanır, Yoncalık, (2014, s.24) ilköğretim 8. sınıf öğrencileri ile yaptıkları araştırmalarında fiziksel aktivite düzeyi ile akademik başarı arasında önemsenemeyecek kadar düşük bir ilişkinin olduğunu saptamışlardır. Bu çalışmaların aksine fiziksel aktivitenin akademik başarıyı arttırdığı yönünde sonuçlar elde eden çalışmalar bulunmaktadır. Ortaöğretim düzeyindeki öğrenciler ile yapılmış bir araştırmada okul sporlarına katılan öğrencilerde genel not ortalamalarının daha yüksek olduğu saptanmıştır (Öcal, Koçak, 2010,s.90). Sekizinci sınıf öğrencilerine yönelik bir çalışma yapılmış, öğrencilerin fiziksel aktivite düzeyleri ile akademik başarıları arasında pozitif ama zayıf bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Bilgin, 2017,s.31). İspanya’da yapılan bir araştırmada fiziksel aktivite ve akademik başarı arasındaki ilişki araştırılmış, düşük enerji harcaması olan öğrencilerin düşük akademik performans sergilediği, yüksek enerji tüketimi olan öğrencilerin daha yüksek akademik performans sergilediği sonucuna varılmıştır (Pellicer-Chenoll ve diğerleri, 2015, s.436-448). Almanya’da gerçekleştirilen araştırma sonucunda ergenlik döneminde yapılan fiziksel

aktivitenin okul başarısını artırdığı sonucuna ulaşılmıştır. (Suchert, Hanewinkel, Isensee, 2016, s.734-741). Başka araştırmacılar da farklı öğrenim seviyesindeki öğrencilerde fiziksel aktivitelere katılımın akademik başarıyı etkilediğini bulgulamışlardır (Singh ve diğerleri, 2012, s.49-55; Whitley, 1999, s.223-233; Linder, 1999, s.129-143; Saygılı, Atay, Eraslan, Emrah, Hekim, 2015, s.161; Öcal, Settar Koçak, 2010, s.90). Bu çalışmaların aksine fiziksel aktivitenin akademik başarıyı düşürdüğü yönünde araştırmalarda vardır. Kudláček, Frömel, Jakubec, Groffik, (2016, s.8). Çek Cumhuriyeti'nde ergenler üzerine yaptıkları çalışmalarında okul derslerinde başarılı olan öğrencilerin hafta sonu fiziksel aktivitede bulunmadıklarını belirtmişlerdir. Ünüvar, (2018, s.58) araştırmasının sonucunda düzenli fiziksel aktivite yapmayan öğrencilerin genel akademik not ortalamalarının sporcu öğrencilerden daha yüksek olduğu görülmüştür.

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre, İnternet bağımlılığı arttıkça akademik başarının azalmakta olduğu tespit edilmiştir. Öğrencilerin internet bağımlılık düzeyleri bağımlı değişken olarak ele alındığında, akademik başarıları durumları arasında, not aralığı 0-44 ile 85-100 aralığında olan, not aralığı 45-54 ile 85-100 aralığında olan, not aralığı 55-69 ile 70-84 aralığında olan, not aralığı 55-69 ile 85-100 aralığında olan, not aralığı 70-84 ile 85-100 aralığında olan öğrenciler arasında internet bağımlılığı açısından anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($p < 0.05$). Genel olarak yapılmış olan araştırmalar bizim bulgularımızı desteklemektedir. Yavuz, (2018, s.1070) araştırmasının bulgularına göre okul akademik başarı düzeyleri yüksek olan öğrencilerin akademik başarı düzeyleri düşük ve orta düzeyde olan öğrencilere göre internet bağımlılık düzeylerinin daha az olduğunu saptamıştır. Aksoy, (2015, s.365) gerçekleştirdiği araştırmasında öğrencilerin internet bağımlılık düzeyleri ile akademik başarıları arasında negatif bir bağın olduğu belirlemiştir. Atalan Ergin, (2018, s.151) in araştırma sonuçları PİK (problemlili internet kullanımı) nın akademik başarıyı yordadığını göstermiştir. PİK ve akademik başarı arasındaki ilişkileri değerlendiren araştırmaların sonucunda iki değişken arasında negatif yönlü ilişki olduğu tespit edilmiştir (Eldeleklioğlu, Vural-Baltık, 2013, s.147; Kim, Kim, Park, Kim, Choi, 2017, s.264-274; Xu ve diğerleri, 2012, s.1-10; Young, 1998, s.237-244). Demir, Rehberlik, Kutlu, (2017, s.102) internet bağımlılığı ile akademik başarı arasında ise negatif yönde ilişki saptamışlardır. Medikoğlu, (2018, s.94), Kaplan, (2016, s.74), Derin, (2013, s.91),

Toraman, (2013, s.74), Kar, (2015, s.50), Yang, Tung (2007, s.79-96) , Kılınç, Doğan (2014, s.1385-1396), Çam (2014, s.50), Taçyıldız (2010, s.59) yapmış oldukları araştırmalarında internet bağımlılık düzeyi arttıkça akademik başarı düzeyinin azaldığını tespit etmişlerdir. Farklı sonuçlar elde eden araştırmalarda bulunmaktadır. Critselis ve diğerleri (2014, s.366-382) araştırmalarında internet bağımlılığı ve akademik başarı arasında anlamlı bir ilişki olmadığını belirtmektedir. Impraim, (2012, s.45) Internet bağımlılığı seviyesi ve akademik performans arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığını bulgulamıştır.

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre, öğrencilerin internet bağımlılık düzeyleri bağımlı değişken olarak ele alındığında, fiziksel aktivite düzeyleri açısından gruplar arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. İnternet bağımlılığı ve fiziksel aktivite düzeyleri ile ilgili yapılan diğer çalışmalarda genelde negatif yönde anlamlı sonuç tespit edilmiştir. Budak, (2016, s.37) ortaokul öğrencileri ile yaptığı araştırmasında fiziksel aktivite genel toplamı ile internet kullanıyor musunuz? Soruları arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Hazar, (2016, s.131) araştırması ile dijital oyun bağımlısı olan öğrencilerin, fiziksel hareketlilik içeren oyunlara yönelmeleri sonucunda bağımlılık düzeylerinin azaldığı sonucuna ulaşmıştır. Hazar, Demir, Namlı, Türkeli, (2017, s.331) ortaokul öğrencilerine yönelik yapılan çalışmada katılımcıların dijital oyun bağımlılığı ve fiziksel aktivite düzeylerine ilişkin toplam puanları arasında negatif yönde ve anlamlı düzeyde ilişki olduğunu saptamıştır. Karademir, (2017, s.31) in ortaokul öğrencileri ile yaptığı araştırma ise öğrencilerin sosyal ağ kullanma düzeyleri arttıkça fiziksel aktivite düzeylerinin de düşük ama doğru oranda arttığını tespit etmiştir.

5.2.2. Cinsiyet ve sınıf değişkenine göre internet bağımlılığı, fiziksel aktivite ve akademik başarı durumlarının incelenmesi

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre, yapılan ikili karşılaştırmalar sonucunda kız ve erkek öğrenciler arasında internet bağımlılığı açısından anlamlı fark tespit edilmiştir. Erkek öğrencilerin internet bağımlılık düzeyleri 46.70 lık değerle kız öğrencilerin 41.81 lık değerine göre daha yüksektir ($p < 0.05$). Yapılan diğer araştırmalar incelendiğinde çalışmamızla paralellik gösterdiği gözlemlenmiştir. Şahin, (2011, s.74) cinsiyetlere göre internet bağımlılığını karşılaştırdığı araştırmasında erkek öğrencilerin oranlarının kız öğrencilere oranla daha yüksek olduğu görülmüştür. Karademir, (2017, s.31) yaptığı

araştırma sonucunda erkeklerin sosyal ağ kullanımına daha çok vakit ayırdıkları söylenilebilir. Hazar, Demir, Namli, Türkeli, (2017, s.327) araştırmalarının sonucunda erkek katılımcıların dijital oyun bağımlılığı düzeyleri cinsiyet değişkeni açısından anlamlı olarak farklılıklar göstermektedir. Morahan-Martin, Schumacher (2000, s.13-29), Horzum, Balta (2008, s.202), Karaman, Kurtoğlu (2009, s.649), Günüş (2009, s.89), İnan (2010, s.73), Gökçearslan, Günbatar, M. (2012, s.20), Taçyıldız (2010, s.59), Esen (2010, s.82), Canan (2010, s.44), Bayhan (2011, s.923), Üneri, Tanıdır (2011, s.270), Döner (2011, s.70), Batıgün, Kılıç (2011, s.1), Horzum (2011, s.65), Alaçam (2012, s.67), Tanrıverdi (2012, s.85), Doğan (2013, s.106), Kaplan, (2016, s.73), Turan, F. (2017, s.61), Çetinkaya (2013, s.105), Derin, S. (2013, s.89), Yıldız (2014, s.79), Kılınç, Doğan (2014, s.1385-1396), Gökçearslan, Durakoğlu (2014, s.419-435) yaptıkları çalışmalarda erkeklerin kadınlara göre internet bağımlılık puan ortalamalarının daha yüksek olduğunu tespit etmişlerdir. Akt. Binali (2015, s.89), Eldeleklioğlu, Batık (2013, s.141-152), yaptıkları araştırmalarda erkeklerin internet bağımlılık düzeyleri ile kadınların internet bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı bir fark olmadığını ortaya koymuştur. Impraim, (2012, s.45) erkek katılımcıların Internet bağımlılığı düzeylerinin kadın katılımcılara oranla nispeten daha yüksek olduğunu tespit etmiştir. Toraman, (2013, s.71) erkek öğrencilerin kız öğrencilere kıyasla internet bağımlılığı düzeylerinin daha yüksek olduğunu belirtmiştir. Hanımoğlu, (2019, s.472) yaptığı araştırmasında erkek öğrencilerin internet bağımlısı olma açısından risk grubunda olduklarını belirlenmiştir. Taşdemir, (2016, s.85) erkeklerin kızlara oranla internet bağımlılığı düzeylerinin daha yüksek olduğunu saptamıştır. Çelik, Çelen, Seferoğlu, (2014, s.379) yaptıkları araştırmalarında erkek öğrencilerin internet bağımlılık düzeylerinin daha fazla olduğunu görmüşlerdir.

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre, yapılan ikili karşılaştırmalar sonucunda kız ve erkek öğrencilerin fiziksel aktivite düzeyleri açısından anlamlı fark tespit edilmiştir. Erkek öğrencilerin fiziksel aktivite düzeyleri 3.02 lık değerlerle kız öğrencilerin 2.80 lık değerine göre daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir ($p < 0.05$). Literatür incelemesinde yapılan araştırmalar çıkan sonucu destekler niteliktedir. Parlaktaş, (2018, s.66) ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeylerinin düşük olduğunu, kadın öğrencilerle kıyaslandığı zaman erkek öğrencilerin daha yüksek fiziksel aktivite düzeyine sahip olduklarını saptamıştır. Baydemir, Yurdakul, Özer, (2018, s.1054) 11-13

yaş çocuklarda yaptığı araştırmasında fiziksel aktivite düzeyleri erkeklerin kızlardan yüksek bulunmuştur. Koçak, Mary, Çiçek (2002, s.147-154) yaptığı çalışmalarında 11-14 yaş aralığındaki kız ve erkek öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerinde anlamlı farklılıklar bulmuşlardır. Talema, Yang (2000, s.1617-1622) çalışmalarında erkeklerin kızlara göre daha yüksek fiziksel aktivite düzeyine sahip olduklarını belirtmişlerdir. Coşkun, Özer, (2018, s.78) araştırmalarında ortaokul düzeyinde kız öğrenciler için fiziksel aktivite puanlarının erkeklere göre daha düşük olduğunu ifade etmişlerdir. Karaaslan, Çelebioğlu, (2018, s.1359) erkek öğrencilerin fiziksel aktivite puan ortalamasının kız öğrencilerin puan ortalamasından yüksek olduğunu bulmuşlardır. Keskin, Çubuk, Alpkaya, Öztürk, (2017, s.39) ortaokul öğrencileri ile yaptıkları araştırmalarında erkek öğrencilerin puanlarının kadın öğrencilere oranla daha yüksek olduğunu tespit etmişlerdir.

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre, yapılan ikili karşılaştırmalar sonucunda kız ve erkek öğrenciler akademik başarıları açısından anlamlı fark tespit edilmiştir. Kız öğrencilerin akademik başarıları 75.72 lık değerle erkek öğrencilerin 71.64 lık değerine göre daha yüksektir ($p < 0.05$). Medikoğlu, (2018, s.76) yaptığı araştırmasında akademik başarı düzeylerinin cinsiyet değişkenine göre istatistiksel açıdan anlamlı farklılık göstermediği, bu kapsamda kız ve erkek öğrencilerin akademik başarı düzeylerinin benzerlik gösterdiği tespit edilmiştir. Literatürde ilköğretim öğrencileri üzerinde yapılan benzer çalışmalarda da akademik başarı düzeyinin cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık göstermediği bulgularına ulaşılmıştır (Bağçeci, Döş, Sarıca, 2011, s.561).

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre, İnternet bağımlılığı düzeylerine göre değerlendirildiğinde beşinci sınıf öğrencileri altıncı sınıf öğrencileri arasında, beşinci sınıf öğrencileri ile yedinci sınıf öğrencileri arasında, beşinci sınıf öğrencileri ile sekizinci sınıf öğrencileri arasında, altıncı sınıf öğrencileri ile yedinci sınıf öğrencileri arasında, altıncı sınıf öğrencileri ile sekinci sınıf öğrencileri arasında anlamlı ilişki olduğu ve sekizinci sınıf öğrencilerinin internet bağımlılığının daha yüksek olduğu bulunmuştur ($p < 0.05$). Yapılan araştırmalar çalışmamızı desteklemektedir. Karademir, (2017, s.31) çalışmasında sekizinci sınıftaki öğrencilerin diğer sınıftaki öğrencilere göre daha fazla sosyal ağ kullanımına yatkın olduklarını saptamıştır. İnan (2010, s.73) yaptığı çalışmada öğrencilerin sınıf düzeylerine göre internet bağımlılığı puan

ortalamları arasında anlamlı farklılaşma olduğunu belirlemiştir. Doğan (2013, s.107) ergenlerin sınıfına düzeylerine göre internet bağımlılık durumlarının farklılık gösterdiğini bulgulamıştır ve en yüksek bağımlılık düzeyine 8. Sınıfa devam eden ergenlerin sahip olduğunu tespit etmiştir. Çetinkaya (2013, s.109) araştırmasının sonuçlarına göre internet bağımlılığı puan ortalamalarının sınıflara göre istatistiksel olarak anlamlı derecede farklılaştığını gözlemlemiştir. Ayas, Horzum (2013, s.46-57) yaptıkları çalışmada öğrencilerin internet bağımlılığı düzeyinde öğrenim gördükleri sınıflara göre anlamlı farklılık olduğunu tespit etmişlerdir. 8. Sınıfta öğrenim gören öğrencilerin 6. ve 7. Sınıfta öğrenim gören öğrencilere göre internet bağımlılık düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmüştür. Çelik, Çelen, Seferoğlu, (2014, s.378) yaptıkları araştırma sonuçlarında 8. sınıf öğrencilerinin internet bağımlılığına ilişkin toplam puanlarının daha fazla olduğunu görmüşlerdir. Kaplan, (2016, s.74) araştırmasında 7. ve 8. sınıf öğrencilerin internet bağımlılığının 5. ve 6. sınıf öğrencilerine göre daha yüksek olduğunu saptamıştır. Hanımoğlu, (2019, s.473) ortaokul öğrencileri ile yaptığı araştırmasında daha üst sınıftaki öğrencilerin internet bağımlılığı konusunda risk grubunda olduklarını bulmuştur. Literatür incelendiğinde bizim çalışmamıza paralel olmayan sonuçların da ortaya çıktığı görülmektedir. Döner (2011, s.70) araştırmasında İnternet Bağımlılık Ölçeği'nden alınan puanların sınıf düzeyleri bakımından bir farklılaşma yaratmadığını belirlemiştir. Şahin (2011, s.74) yaptığı çalışmada internet bağımlılık düzeyinin öğrencilerin 7. Ve 8. Sınıfta olmalarına göre bir farklılaşma göstermediğini saptamıştır. Akt. Binali (2015, s.90), gerçekleştirdiği araştırmasında öğretmen adaylarının sınıf düzeyleri ile internet bağımlılık düzeyleri arasında bir ilişki bulunmadığını tespit etmiştir.

5.2.1. Demografik özelliklere göre internet bağımlılığı, fiziksel aktivite ve akademik başarı durumlarının incelenmesi

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre, öğrencilerin internet bağımlılığı modelinde anne eğitim düzeyinden alınan her puanın internet skorunda -1.35 katsayıyla bir düşüşe neden olacağı görülmüştür. Bu sonuç bize anne eğitim düzeyi arttıkça internet bağımlılık düzeyinin azaldığını göstermektedir. Çevik, Çelikkaleli (2010, s.236), ergenler üzerinde yaptıkları çalışmalarında anne eğitim durumuna göre internet bağımlılığı puan ortalamalarının farklılaştığını, annesi lise mezunu olan öğrencilerin

internet bağımlılık puan ortalamasını, annesi ilköğretim mezunu ve okuryazar olmayan öğrencilere internet bağımlılık puan ortalamasına göre yüksek bulmuşlardır. Bu çalışmaya paralel sonuç bulan Demirli, Arslan, (2018, s.60) lise öğrencileri ile yaptıkları çalışmalarında internet bağımlılığı ve anne eğitim düzeyi arasında anlamlı farklılık tespit etmiştir. Literatürde anne eğitim düzeyi ile internet bağımlılığı arasında fark olmadığı tespit edilen çalışmalarda mevcuttur. Çelik, Çelen, Seferoğlu, (2014, s.379) ortaokul öğrencileri ile yaptıkları araştırmalarında anne eğitim durumlarına göre öğrencilerin internet bağımlılık ölçeğinden aldıkları puanlar arasında anlamlı bir fark olmadığını tespit etmişlerdir. Gökçe Arslan, Günbatar, (2012, s.21) ortaöğretim öğrencilerine yönelik araştırmalarında anne eğitim düzeyi ve internet bağımlılığı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulamamışlardır. Yine ortaöğretim öğrencileri ile yapılan bir araştırma sonucunda anne eğitim düzeyi ile internet bağımlılık düzeyi arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır (Günüç, 2009, s.89). Araştırmalarda çıkan farklı sonuçların sebepleri son dönemlerde internet bağımlılığı ile ilgili çalışmaların artışına bağlı olarak eğitim düzeyi yüksek annelerin dikkatini çeken bu önemli konu çocuğunu ya da eşini internet bağımlısı olmaları endişesi ile kontrol mekanizmasına dönüşmeleri olabilir. Özellikle genç nesil eğitilmiş anneler bu konuya hem yaş hem de eğitim düzeyi olarak yatkınlık gösteriyor olabilirler. Ayrıca yapılan çalışmanın yeri ve sosyokültürel yapısı etkili olabilir. Büyük şehirlerdeki çocukların annelerinin internet bağımlılığı konusunda daha hassas olmaları farklı sonuçlar elde edilmesine sebep olabilir.

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre, öğrencilere kendilerine ait bilgisayarları varmı sorusunu sorduğumuzda 3.17 katsayıyla değerle kendilerine ait bilgisayarları olan öğrencilerin internet bağımlılık düzeylerinin arttığı tespit edilmiştir. Diğer çalışmalara baktığımızda genel olarak bizim çalışmamızı destekler niteliktedir. Bingöl Karagöz, (2017, s.46) yaşları 11-13 arasında değişen öğrencilerle yaptıkları çalışmalarında çoğunlukla kendisinin kullandığı bir bilgisayar/tablet sahibi olduğu, bu öğrencilerin internet bağımlılığı ölçek puanlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur. Kaplan, (2016, s.74) kendilerine ait cep telefonuna ve evde bilgisayara sahip olan ortaokul öğrencilerinin internet bağımlılık puanlarını yüksek bulmuştur. Öğrencilerin kendilerine ait bilgisayara sahip olanların internet bağımlılığına daha fazla eğilimli oldukları başka araştırmalarla da desteklenmektedir (Çakır, Tuncay, Horzum, 2011, s.112; İnan, 2010,

s.73; Özgün, 2011, s.44; Toraman, 2013, s.73). İnternete bağlanma açısından özgürlük sağlaması ile beklenen bir durumdur. Gökçearslan, Günbatar, (2012, s.21) ise lise öğrencileri ile yaptıkları araştırmada öğrencilerin kişisel bilgisayara sahip olmaları ile internet bağımlılık durumları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulamamışlardır. Bu sonuç yaş düzeyinin artması ile bilgisayara kolay erişim sağlanması, farklı amaçlar için bilgisayar kullanılmaya başlanması, cep telefonlarının günlük hayata girişi ile yaş grubu büyük öğrencilerde daha yaygın kullanılması, öğrencilerin daha kontrollü olması ile açıklanabilir.

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre, Cafede internet kullanım ile internet bağımlılığı ilişkisini incelediğimizde -3.38 katsayılı bir düşüş ile cafede internet kullanımı arttıkça internet bağımlılık düzeyinin azaldığını görüyoruz. Kaplan, (2016, s.74) yapmış olduğu araştırma bizim çalışmamızı destekler niteliktedir. İnternete evden bağlanan öğrencilerin cafede giren öğrencilere göre internet bağımlılıkları yüksek olduğu söylenmiştir. Derin, (2013, s.95) yaptığı araştırmada ise internete cafeden bağlanan lise öğrencilerinin genellikle evden bağlanana göre internet bağımlılıklarının arttığı bulunmuştur. Bunun sebebi büyük yaştaki öğrencilerin küçük yaştaki öğrencilere oranla daha uzun süre ailelerinden izin alıp cafelerde vakit geçirebiliyor olmalarından kaynaklanabilir.

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre, İnternete bağlanma süresi ile internet bağımlılığı arasında doğru orantılı bir ilişki mevcuttur ve 7.13 katsayı ile bağlanma süresi arttıkça internet bağımlılığının da arttığı anlaşılmaktadır. Literatür incelendiğinde yapılan araştırmalar, internete bağımlısı kişilerin haftalık ya da günlük internet kullanım sürelerinin internet bağımlısı olmayan kişilere göre, önemli düzeyde fazla olduğunu, internet başında geçirilen süre arttıkça internet bağımlılığının da arttığı gözlemlenmektedir. (Chou, Hsiao, 2000, s.65-80; Frangos, Frangos, Kiohos, 2010, s.49-74; Üneri, Tanıdır, 2011, s.267; Yang, Tung, 2007, s.79-96). Hazar, Demir, Namlı, Türkeli, (2017, s.328) günlük ortalama dijital oyun oynama süresi değerlendirildiğinde dijital oyun bağımlılığı düzeyleri arasında anlamlı farklılıklar tespit etmişlerdir. Binali, (2015, s.98) İnternetin günlük ve haftalık kullanım miktarı arttıkça internet bağımlılık ölçeğinden alınan puanların da artış gösterdiğini belirtmiştir. Balta, Horzum (2008, s.202) yaptığı çalışmada haftada 8 saatten fazla internet bağlı kalan öğrencilerin haftada 8 saatten az internete bağlı kalan öğrencilere göre internet bağımlılık düzeylerin oldukça

farklı olduğunu gözlemlemiştir. Batıgün, Hasta (2010, s.217) da yaptıkları çalışmada internet bağımlısı olan bireylerin interneti daha uzun süre kullandıklarını belirlemişlerdir. Döner (2011, s.70) yaptığı çalışmada günde daha fazla zamanını internet başında geçiren kişilerin internet bağımlılık puan ortalamalarının daha yüksek olduğunu tespit etmiştir. Şahin (2011, s.77) yaptığı araştırmada internet kullanım süresi daha uzun olan öğrencilerin internet bağımlısı internet bağımlılığına daha yatkın kişiler olduğunu gözlemlemiştir. Tanrıverdi (2012, s.85) internet bağımlılığı ile internet kullanım süresi arasında yüksek ve pozitif yönde bir ilişki tespit etmiştir. Alaçam (2012, s.70) internet kullanım süresi ile internet bağımlılığı arasında pozitif bir ilişki olduğunu tespit etmiştir. Doğan (2013, s.117) haftalık ortalama internet kullanım süresinin internet bağımlılığını etkileyen etmenler arasında yer aldığını, ayrıca internet bağımlısı olma riskini arttırdığını belirtmiştir. Yıldız (2014, s.79) yaptığı çalışmasında öğrencilerin günlük internet kullanma süresinin fazla olduğunu ve bunun problemli internet kullanım riskini arttırdığını belirtmiştir. Kılınç, Doğan (2014, s.1385-1396) internette kalma süresi ile birlikte internet bağımlılık puanında arttığını tespit etmişlerdir. Demirli, Arslan, (2018, s.61) internet bağımlılığı ile günlük internet kullanım süresi arasında anlamlı şekilde farklılıklar tespit etmişlerdir. Deniz, Gürültü, (2018, s.366) yaptıkları araştırmalarında lise öğrencilerinin sosyal medya bağımlılıklarının, günlük ortalama internet kullanım süresi gibi değişkenler açısından farklılaştığını belirlenmiştir. Derin, (2013, s.94) nin araştırmasından elde ettiği bulgulara göre, öğrencilerin internet kullanım sıklığı azaldıkça, internete bağımlı olma olasılıklarının da azaldığı görülmüştür. Gökçearslan, Günbatar, (2012, s.21) günde üç saatten fazla sosyal ağı kullanan öğrencilerin istatistiksel olarak diğer gruplara göre anlamlı düzeyde daha yüksek internet bağımlılığı puanlarına sahip olduklarını belirtmişlerdir.

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre, öğrencilerin kaç yıldır internete bağlandığı sorulduğunda 1.51 katsayısı ile internete bağlanma yılı yükseldikçe internet bağımlılığının da yükseldiği tespit edilmiştir. Kaplan, (2016, s.74) ın ortaokul öğrencileri ile yapmış olduğu araştırma bizim çalışmamızı destekler niteliktedir ve öğrencilerin internete girme süreleri (yıl ve günlük giriş saati) artıkça internet bağımlılık puanları da artmaktadır. Lise öğrencileri ile Günüş, (2009, s.90) ve Deniz, Gürültü,

(2018, s.365) tarafından yapılan araştırmalarda internet bağımlılığının kullanım yılı ile pozitif yönde farklılaştığı belirlenmiştir.

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre, öğrencilerin internete hangi amaçlarla bağlandığı internet bağımlılığını farklı şekillerde etkilediği tespit edilmiş olup -3.29 katsayısı ile oyun eğlence için, -3.15 katsayısı ile sosyal ağlar için, -3.93 katsayısı ile diğer amaçlar için internet bağımlılığı ile ters orantılı olup bu amaçlar için kullanım düzeyi yükseldikçe internet bağımlılık düzeyinin azaldığı söylenebilir. Diğer yandan 2.56 katsayı ile haber için, 6.72 katsayı ile araştırma ödev için interneti kullanma durumu artıyorsa internet bağımlılığının da arttığı tespit edilmiştir. Binali, (2015, s.99) çalışmasında benzer sonuçlar elde etmiştir. İnternet bağımlılık ölçeği puan ortalaması ile interneti ödev ve araştırma amaçlı kullanım arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif yönde ilişki bulunmuştur. İnterneti ödev ve araştırma amaçlı kullanım arttıkça internet bağımlılık ölçeği puanları da artış göstermektedir. İnternet bağımlılık ölçeği puan ortalaması ile interneti film, oyun ve sohbet amaçlı kullanım arasında istatistiksel olarak anlamlı negatif yönde ilişki bulunmuştur. İnterneti film, oyun ve sohbet amaçlı kullanım arttıkça internet bağımlılık ölçeği puanları azalmaktadır. İnan (2010, s.73) yaptığı araştırmada interneti oyun oynamak ve chat yapmak için kullanan bireylerin internet bağımlılığına daha yatkın olduklarını bulmuştur. Ak, Tokur Kesgin, Çağlar, (2018, s.507) ortaokul öğrencileri ile yaptıkları araştırmalarında, çocukların bilgisayarı en çok ödev ve araştırma yapmak için kullandıklarını tespit etmişlerdir. Bazı araştırmalarda, eğlence ve iletişim amacıyla interneti kullanan kişilerin eğitim amacıyla kullananlara göre daha fazla internet bağımlısı olduğunu göstermektedir (Berber-Çelik, Odacı, 2011, s.438; Morahan-Martin, Schumacher, 2000, s.13-29; Yang, Tung, 2007, s.79-96). Bingöl Karagöz, (2017, s.46) ün 11-13 yaşlarındaki öğrenciler ile yaptığı araştırmada İnternet kullanım amacı çoğunlukla ders çalışmak ve bilgi edinmek olan grubun internet bağımlılığı düzeylerinin internet kullanım amacı çoğunlukla video, film izlemek ve müzik dinlemek olan grubun internet bağımlılığı düzeylerine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde düşük olduğu tespit edilmiştir. Kaplan, (2016, s.74) İnterneti ödev hazırlamak amacıyla kullanan öğrencilerin internet bağımlılık puanları düşük olduğunu belirlemiştir. Araştırmalarda çıkan sonuçların farklılık göstermesinin sebebi teknolojinin gelişimiyle birlikte okullarda daha çok kullanılmaya başlanması, çocukların ders çalışmak için internet ortamındaki kaynaklardan faydalanması,

öğretmenlerin ödevleri internet yoluyla öğrencilere iletmesi, okulların proje odaklı çalışmaları ve projeleri öğrenciler ile teknolojiyi kullanarak yürütmeleri öğrencileri daha fazla araştırma ödev amacı ile internet kullanımına yönlendiriyor olabilir.

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre, İnternet bağımlılığı modelinde öğrencilerin spor klübüne gidip gitmemesi değerlendirildiğinde alınan her puanın internet skoruna 3.39 puanlık bir yükselişe neden olacağı görülmüş olup, klübe gitme durumu arttıkça internet bağımlılığının da arttığı söylenebilir. Literatürde üniversite öğrencileri ile yapılan bir çalışmada Ergin, Uzun, Bozkurt, (2013, s.141) benzer sonuçlara rastlanmakla birlikte sonuç şaşırtıcıdır, çünkü normalde düzenli spor yapanlarda internet bağımlılığının düşük olması beklenir. Araştıma yapılan grupta küçük yaşlardan itibaren bilgisayar, tv, cep telefonu gibi teknolojik araçlar kullanmış olmaları, küçük yaşlardan itibaren kazanılan alışkanlıkların bu sonuçlara sebep olabileceği düşünülebilir.

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre, öğrencilerin sınıf düzeyleri değerlendirildiğinde -.26 katsayılık değerle öğrencilerin sınıf düzeyleri yükseldikçe fiziksel aktivite düzeylerinin azaldığı tespit edilmiştir. Fiziksel aktivite düzeylerine göre değerlendirildiğinde beşinci sınıf öğrencileri ile yedinci sınıf öğrencileri arasında, beşinci sınıf öğrencileri ile sekizinci sınıf öğrencileri arasında, altıncı sınıf öğrencileri ile yedinci sınıf öğrencileri arasında, altıncı sınıf öğrencileri ile sekizinci sınıf öğrencileri arasında, yedinci sınıf öğrencileri ile sekinci sınıf öğrencileri arasında anlamlı ilişki olduğu görülmüştür ($p < 0.05$). Telama, Yang (2000, s.1617-1622) nın yapmış olduğu bir çalışmada özellikle 12 yaşından sonra çocukların fiziksel aktivite düzeylerinde azalma meydana geldiği ortaya konulmuştur. Bu çalışma bizim araştırmamızın sonucunu desteklemektedir. Gün (2016, s.89) 7 ve 8. Sınıf öğrencileri arasında yapmış olduğu araştırmada fiziksel aktivite düzeyi ile sınıf düzeyi arasında anlamlı ilişki bulamamıştır. Bizim çalışmamızdaki öğrencilerin sınava hazırlandıkları için fiziksel aktivite seviyelerinin düştüğü düşünülebilir.

Araştırmadan elde edilen demografik özellikler ve fiziksel aktivite ile ilgili bulgulara göre, öğrencilerin kendilerine ait bilgisayarlarının olup olmaması ile fiziksel aktivite ilişkisini incelediğimizde -.13 katsayılık bir düşüş ile kendilerine ait bilgisayarlarının olma durumu arttıkça fiziksel aktivite düzeyinin azaldığını görüyoruz. İnternete bilgisayar ile bağlanma ve fiziksel aktivite arasında doğru orantılı bir ilişki mevcuttur ve .18 katsayı ile internete bilgisayardan bağlanma durumu arttıkça fiziksel aktivite

düzeyinin de arttığı anlaşılmaktadır. Öğrencilerin günde kaç saat internete bağlandığı sorulduğunda -.04 katsayısı ile internete bağlanma süresi yükseldikçe fiziksel aktivite düzeyi düşmektedir. Öğrencilerin internete hangi amaçlarla bağlandığı -.13 katsayısı ile haber için, -.22 katsayısı ile diğer amaçlar için sonucu çıkmakta ve fiziksel aktivite ile ters orantılı olup bu amaçlar için kullanım düzeyi yükseldikçe fiziksel aktivite düzeyinin azaldığı söylenebilmektedir. Fiziksel aktivite modelinde öğrencilerin spor klübüne haftada kaç gün gittikleri değerlendirildiğinde alınan her puanın fiziksel aktivite skoruna .17 puanlık bir yükselişe neden olacağı görülmüş olup, klübe gittikleri gün sayısı arttıkça fiziksel aktivitenin de arttığı söylenebilir. Bu sonucun beklenen bir durum olduğu söylenebilir. Literatürde fiziksel aktivite ve internet bağımlılığı ile ilgili çalışmalar az olmakla birlikte demografik özelliklerinde araştırıldığı çalışmaya rastlanmamıştır. Kendi bilgisayarına sahip olan çocukların daha özgür interneti kullanabilecekleri için hareketsiz kalmalarından dolayı fiziksel aktivite düzeylerinin azalacağı düşünülebilir. Öğrencilerin cep telefonu, tablet ya da diğer teknolojik araçlara oranla bilgisayar ile internete bağlandıklarında fiziksel aktivite düzeylerinin daha yüksek olması tablet, cep telefonu, psp gibi teknolojik araçların daha çok kullanma isteği uyandırması ile açıklanabilir. İnterneti kullanım amacı ve fiziksel aktivite ile ilgili sonucu değerlendirdiğimizde haber ve diğer amaçlarla ters orantılı anlamlı ilişki çıkması bize çocukların ilgi alanlarının fiziksel aktivite de etkili olduğunu gösterebilir.

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre, sınıf düzeyinden alınan her puanın akademik başarı skorunda -3.72 katsayılık bir düşüşe neden olacağı görülmüştür. Bu sonuç bize sınıf düzeyi arttıkça akademik başarı düzeyinin azaldığını göstermektedir. Yapılan ikili karşılaştırmalar sınıf düzeylerine göre öğrencilerin akademik başarıları değerlendirildiğinde beşinci sınıf öğrencileri altıncı sınıf öğrencileri arasında, beşinci sınıf öğrencileri ile yedinci sınıf öğrencileri arasında, beşinci sınıf öğrencileri ile sekizinci sınıf öğrencileri arasında, altıncı sınıf öğrencileri ile sekinci sınıf öğrencileri arasında anlamlı fark olduğu tespit edilmiştir ($p < 0.05$).

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre, öğrencilerin 2.87 katsayılık bir yükselişle baba eğitim düzeyleri arttıkça akademik başarı durumlarının arttığı tespit edilmiştir. Yine aynı şekilde 1.07 kaatsayılık yükselişle anne eğitim düzeyi arttıkça akademik başarı düzeyinin de arttığı tespit edilmiştir. Medikoğlu, (2018, s.78) yaptığı çalışmasında öğrencilerin akademik başarı düzeylerinin anne ve baba eğitim

düzeylerine göre anlamlı farklılık gösterdiğini tespit etmiştir. Başka bir araştırmada elde edilen sonuçlara göre, anne ve baba eğitim düzeyi yüksek olan çocukların akademik başarı düzeylerinin anne ve baba eğitim düzeyi düşük olan öğrencilerden anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulunmuştur (Böyük, Tanık, Saraçoğlu, 2011, s.28; Gelbal, 2008, s.12; Sağıroğlu, 2015, s.39). Akt. Medikoğlu (2018, s.78) tarafından yapılan çalışmada ise ilköğretim öğrencilerinin akademik başarı düzeylerinin belirlenmesinde SBS puan aralıkları baz alınmış, anne ve baba eğitim düzeyi ile öğrencilerin SBS puan aralıkları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Bu sonuçların ortaya çıkması anne-babaların eğitim düzeyleri arttıkça çocuklarının eğitimlerine daha fazla önem vermeleri ve çocuklarını başarılı olmaya yönlendirmeleri şeklinde açıklanabilir.

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre, öğrencilerin anne internet kullanımı -2.61 katsayı, kardeş internet kullanımı -1.74 katsayı düşüşle akademik başarıyı ters orantılı olarak etkilemektedir. Bu sonuçlara göre anne internet kullanım ve kardeş internet kullanım durumları arttıkça akademik başarı düzeyleri düşmektedir. Ailede baba, aynı hanede yaşayan diğer aile bireylerinin internet kullanımı ise 2.29 katsayı artış göstermekte ve kullanım durumu arttıkça akademik başarı düzeyi artmaktadır olarak yorumlanmaktadır. Literatürde bu durumu destekler çalışmaya rastlanmamakla birlikte anne ve kardeş ile ev ortamında daha fazla zaman geçiriliyor olması ve zamanın önemli kısmını internet kullanımı ile geçirmeleri öğrenci ile daha az ilgilenilmesi sonucu akademik başarıyı olumsuz etkilediği düşünülebilir.

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre, Gelir düzeyi ile akademik başarı arasında doğru orantılı bir ilişki mevcuttur ve 1.28 katsayısı ile gelir düzeyi arttıkça akademik başarı düzeyinde arttığı anlaşılmaktadır. Doğan, (2016, s.182) araştırmasında statünün akademik başarıya etkisinin olmadığını gözlemlemiştir. Araştırma sonuçlarının farklı çıkmasının sebebi araştırma yapılan grunum gelir düzeyleri arasındaki farklılıklar, yaşanan bölgedeki sosyo kültürel farklılıklardan kaynaklanıyor olabilir.

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre, Öğrencilerin internete bilgisayardan bağlanma durumu incelendiğinde -1.65 katsayı düşüşle bilgisayardan internete bağlanma durumu arttıkça akademik başarı düzeyleri azalmaktadır şeklinde yorumlayabiliriz.

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre, öğrencilerin internete bağlanma durumlarına göre cafeden internete bağlanma durumları 2.91 katsayısı ile arttıkça akademik başarı

düzeyleri de artmaktadır. Medikoğlu (2018, s.77) ilkokul 4. Sınıf öğrencileri ile yapmış olduğu araştırmasında ise öğrencilerin internete evden, okuldan ya da internet cafeden bağlanma durumlarına göre öğrencilerin akademik başarı düzeylerinin anlamlı farklılık göstermediğini tespit etmiştir. Sonucun farklı çıkmasının sebebi öğrencilerin yaşlarının daha küçük olması ile internet kullanım yerlerinin oranının, internet kullanma amaçlarının, internette girdikleri site ve uygulamaların farklılık göstermesi olarak düşünülebilir.

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre, Öğrencilerin internete günde kaç saat bağlandıkları sorgulandığında -1.59 katsayılık bir düşüşle internete günlük bağlanma süreleri arttıkça akademik başarı düzeylerinin azaldığı görülmektedir. Öğrencilerin kaç yıldır internete bağlandığı sorulduğunda 1.17 katsayısı ile internete bağlanma yılı yükseldikçe akademik başarıları da yükselmektedir. Lenhart, Rainie, Lewis, (2001, s.35) yaptıkları araştırmalarında bizi destekler niteliktedir ve internet kullanım süresinin akademik başarıyı negatif şekilde yordadığını belirtmişlerdir. Aynı şekilde Yavuz, (2018, s.1070) okul akademik başarı düzeylerine göre haftalık internet kullanım süreleri arasında anlamlı farklılıklar bulmuştur. Akademik başarı düzeyi yüksek olanların orta ve düşük olanlara göre haftalık internet kullanım sürelerinin daha düşük olduğu görülmüştür. Medikoğlu, (2018, s.78) ise öğrencilerin akademik başarı düzeylerinin haftalık internete bağlama süresi değişkenine göre anlamlı farklılık göstermediği, haftalık internete bağlanma süresi 1-5 saat, 6-10 saat, 11-20 saat, 21-25 saat, 25 saat ve üzeri olan öğrencilerin akademik başarı düzeylerinin benzerlik gösterdiğini tespit etmiştir. Bu sonucun ortaya çıkmasının sebebi araştırma yapılan gruptaki öğrencilerin ders çalışma, ödev için siste ve uygulamaları daha fazla kullanıyor olmalarından kaynaklanabilir. Bizim çalışmamızda öğrencilerin daha uzun yıl internet kullanıyor olmalarının akademik başarıyı olumlu etkiliyor oluşu ise interneti ders, araştırma gibi konularda daha fazla kullanmaya yönelmeleri etkilemiş olabilir.

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre, Öğrencilerin internete hangi amaçlarla bağlandığı akademik başarıyı etkilediği tespit edilmiş olup, -2.73 katsayısı ile haber için, -4.39 katsayısı ile araştırma ödev için akademik başarı ile ters orantılı olup bu amaçlar için kullanım düzeyi yükseldikçe akademik başarı düzeyinin azaldığı söylenebilir. Binali, (2015, s.96) lise öğrencileri ile yaptığı araştırmasında öğrencilerin interneti ödev ve araştırma amaçlı kullanımı ile akademik başarı arasında istatistiksel

olarak anlamlı bir ilişki bulmuş, ödev ve araştırma amaçlı kullanım arttıkça not ortalamasının arttığını belirlemiştir. (Kubey, Lavin, Barrows, 2001, s.366-382) internetin eğlence amaçlı kullanımının düşük akademik performans ile ilişkili olduğunu tespit etmişlerdir. Yüksel, Baytemir (2010, s.13) tarafından yapılan araştırmada ilköğrencilerinde akademik başarı düzeyleri ile interneti eğlence amaçlı kullanma durumları arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığı rapor edilmiştir.

5.3. Öneriler

Bu çalışmadan elde edilen veriler sonucunda aşağıdaki önerilerde bulunulmuştur.

5.3.1. Uygulamaya Yönelik Öneriler

1. Anne eğitim düzeyi arttıkça internet bağımlılığının azaldığı gözönünde bulundurularak anneler için internet hakkında daha çok bilgi sahibi olmalarını sağlayacak seminer, kurs düzenlenebilir.
2. Evde çocukların kolay ulaşabilecekleri bilgisayarlarının olmasının internet bağımlılığını arttırdığı düşünüldüğünde ailelerin ve çocukların bilgisayarı daha kontrollü ve amacına uygun şekilde kullanmaları konusunda bilinçlendirilmeleri ekstra eğitimlerle sağlanabilir.
3. İnternette geçirilen sürenin olumsuz etkilerinin önüne geçmek için öğrenciler daha fazla fiziksel aktivite yapmaya yönlendirilebilirler.
4. Erkek öğrencilerin kız öğrencilere oranla daha fazla internet bağımlılığı riski taşımaları nedeni ile ilgilerini farklı yönlere çekecek çalışmalar yapılabilir.
5. Okul ders saatleri dışında öğrencilere fiziksel aktivite alanları ve olanaklarından yararlanabilme fırsatı sağlanabilir.
6. Özellikle sekizinci sınıfa okuyan öğrencilerin sınav stresini azaltmak ve daha fazla fiziksel aktivitede bulunmalarını sağlamak için okullarda katılımlarını sağlayacak fiziksel etkinlikler düzenlenebilir.
7. Dijital oyunlara meraklı çocukların ilgilerini çekip fiziksel aktivite düzeylerini arttırabilmek için teknoloji desteği ile hareketli sportif oyunlara kolay ulaşma imkanı sağlanabilir.

5.3.2. Sonraki Araştırmalara Öneriler

1. Yapılan bu çalışma farklı bölgelerde il ve ilçelerde yaşayan ortaokul öğrencilerine uygulanabilir.
2. Yapılan bu çalışma farklı yaş gruplarında da uygulanabilir.
3. Teknolojinin hızla gelişiyor ve okullarda daha fazla kullanılıyor olması sebebi ile bu konularda çalışmaların yapılması birbirini tetikleyen sebepleri daha iyi anlamamıza ve gerekli önlemleri alabilmemize katkı saylayacağı düşünölmektedir.

KAYNAKÇA

- Ak, B., Tokur Kesgin, M., Çağlar, S. (2018). Ortaokul öğrencilerinde bilgisayar bağımlılığının fiziksel sağlık sorunlarına etkisinin incelenmesi, *ERPA International Congresses on Education 2018 Book Of Proceedings*, s.503.
- Aksoy, V. (2015). İnternet bağımlılığı ve sosyal ağ kullanım düzeylerinin fen lisesi öğrencilerinin demografik özelliklerine göre değişimi ve akademik başarılarına etkisi, *The Journal of Academic Social Science*, s. 365-383.
- Alaçam, H. (2012). Denizli bölgesi üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığının görülme sıklığı ve yetişkin dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu ile ilişkisi, *Pamukkale Üniversitesi Tıp Fakültesi*, s.67.
- Altınkurt, Y. (2008). Öğrenci devamsızlıklarının nedenleri ve devamsızlığın akademik başarıya olan etkisi, *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, s.129-142.
- American College of Sports Medicine, USA (2000). ACSM'S Guidelines for Graded Exercise Test in Prescription, *Williams & Wilkins.January Edition Journal*, Lippincott, s.40-45.
- Arısoy, Ö. (2009). İnternet bağımlılığı ve tedavisi/internet addiction and its treatment. *Psikiyatride Guncel Yaklasimler*, s.55.
- Aslan, S.(2011). Akademisyenlerde İnternet Bağımlılık Düzeyleri Ve Buna Bağlı Oluşabilecek Sağlık Sorunları Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi, *İnönü Üniversitesi, Malatya*, s.25.
- Atalan E. D. (2018). *Ergenlerde Bağlanma, Ana-Baba Aracılığı Ve Dürtüselliğin Problemlı İnternet Kullanımı İle Akademik Başarıya Etkisi*, Ankara Üniversitesi, Yayınlanmamış Doktora Tezi, s.151.
- Atılğan, M. (1998). Üniversite öğrencilerinin ders çalışma alışkanlıkları ile akademik başarılarının karşılaştırılması, *Unpublished master's thesis, Gaziantep Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü*, Gaziantep, s.13.
- Bağçeci, B., Döş, B., & Sarıca, R. (2011). İlköğretim öğrencilerinin üstbilişsel farkındalık düzeyleri ile akademik başarıları arasındaki ilişkinin incelenmesi/An analysis of metacognitive awareness levels and academic achievement of primary school students, *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, s.16.
- Baltacı, G., Düzgün, İ. ve Tedavi, F. (2008). Adolesan ve Egzersiz, *Sağlık Bakanlığı Yayın*, s.730.
- Balta, Ö. Ç., ve Horzum, M. B. (2008). Web Tabanlı Öğretim Ortamındaki Öğrencilerin İnternet Bağımlılığını Etkileyen Faktörler, *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, s.187-205.

- Baranowski, T., Bouchard, C., Bar-Or, D., Bricker, T. I., Heath, G., Kimm, S. Y., & Truman, B. E. (1992). Assessment, prevalence, and cardiovascular benefits of physical activity and fitness in youth. *Med Sci Sports Exerc*, s.237-247.
- Batıgün, A. D., ve Hasta, D. (2010). İnternet bağımlılığı: Yalnızlık ve kişilerarası ilişki tarzları açısından bir değerlendirme. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, s.213-219.
- Batıgün, A. D., ve Kılıç, N. (2011). İnternet bağımlılığı ile kişilik özellikleri, sosyal destek, psikolojik belirtiler ve bazı sosyo-demografik değişkenler arasındaki ilişkiler. *Türk Psikoloji Dergisi*, s.67.
- Baydemir, B., Yurdakul, H. Ö., & Özer, K. (2018). Physical activity level in elementary education second level children, physical self description and self-esteem, İlköğretim II. kademe çocuklarda fiziksel aktivite düzeyi, kendini fiziksel tanımlama ve benlik saygısı, *Journal of Human Sciences*, s.1049-1057.
- Bayhan, V. (2011). Lise öğrencilerinde internet kullanma alışkanlığı ve internet bağımlılığı (Malatya Örneği), *13. Akademik Bilişim Konferansı Bildirileri, İnönü Üniversitesi, Malatya*, s. 917-924.
- Bayraktar, F. (2001). İnternet kullanımının ergen gelişimindeki gelişimi, *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. İzmir, s.90.
- Bayraktutan, F. (2005). Aile içi ilişkiler açısından internet kullanımı, *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sosyal Yapı – Sosyal Değişim Bilim Dalı, İstanbul, s.44.
- Bek, N. (2008). Fiziksel aktivite ve sağlığımız, *Ankara, Klasmat Matbaacılık*.
- Berber-Çelik, Ç., ve Odacı, H. (2011). Kendilik algısı ve benlik saygısının problemli internet kullanımı üzerindeki yordayıcı rolü, *In 5th International Computer & Instructional Technologies Symposium*, s.22-24.
- Bıkmaz, F. H. (2001). İlköğretim 4. ve 5. sınıf öğrencilerinin fen bilgisi dersindeki başarılarını etkileyen faktörler. *Yayınlanmamış Doktora Tezi*. Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara, s.1.
- Bilgin, E. (2017). Ortaokul Öğrencilerinin Fiziksel Uygunlukları ve Akademik Başarıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Hacettepe Üniversitesi, Ankara, s.2.
- Bilgin, H. C. (2015). Ortaokul öğrencilerinin bilgisayar oyun bağımlılık düzeyleri ile iletişim becerileri arasındaki ilişki. *Uzmanlık Tezi*. Pamukkale Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Denizli.
- Binali, R. (2015). Lise öğrencilerinin kişilik özellikleri ile internet bağımlılığı ve akademik başarı durumu arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Üsküdar Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, s.53.
- Bingöl Karagöz, D. (2017). İnternet Bağımlılığı Ve Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Yaygınlığının, İlişkili Etkenlerin İncelenmesi. *Uzmanlık Tezi*, Kocaeli Üniversitesi, s.46.

- Böyük, U., Tanık, N., ve Saraçoğlu, S. (2011). İlköğretim ikinci kademe öğrencilerinin bilimsel süreç beceri düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Tübvav Bilim Dergisi*, s.20-30.
- Branca, F., Nikogosian, H., & Lobstein, T. (Eds.). (2007). *The challenge of obesity in the WHO European Region and the strategies for response: summary*. World Health Organization, s.15.
- Budak, C. (2016). Ortaokul Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı, Obezite Prevelansı Ve Fiziksel Aktivite Katılım Düzeylerinin İncelenmesi. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi. Sağlık Bilimleri Üniversitesi, s.37.
- Canan, F. (2010). Üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı, disosiyatif belirtiler ve sosyodemografik özellikler arasındaki ilişki. *Tıpta Uzmanlık Tezi*, Düzce Üniversitesi Tıp Fakültesi, Düzce, s.44.
- Caplan, S. E. (2002). Problematic Internet use and psychosocial well-being: development of a theory-based cognitive-behavioral measurement instrument. *Computers in human behavior*, s.553-575.
- Cao, H., Sun, Y., Wan, Y., Hao, J., & Tao, F. (2011). Problematic Internet use in Chinese adolescents and its relation to psychosomatic symptoms and life satisfaction. *BMC public health*, s.802.
- Cengizhan, C. (2005). Öğrencilerin bilgisayar ve internet kullanımında yeni bir boyut: bağımlılık. *VIII. Ulusal PDR Kongresi*, Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Cerin, E. ve Leslie, E. (2008). Sosyo-ekonomik durumun boş zamanlarında fiziksel aktiviteye katılmaya nasıl katkıda bulunduğu. *Sosyal bilimler ve tıp*, s.2596-2609
- Ceyhan, E. (2008). Ergen ruh sağlığı açısından bir risk faktörü: İnternet bağımlılığı. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, s.109–116.
- Ceyhan, E., & Ceyhan, A. A. (2007). An Investigation of Problematic Internet Usage Behaviors on Turkish University Students. . *7th International Educational Technology Conference. Proceedings Of IETC2007, North Cyprus: Near East University*, s.115-120.
- Ceyhan, E., Ceyhan, A. A., ve Gürcan, A. (2007). The validity and reliability of the Problematic Internet Usage Scale. *Kuram Ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, s.411.
- Chak, K., & Leung, L. (2004). Shyness and locus of control as predictors of internet addiction and internet use. *CyberPsychology & Behavior*, s.559-570.
- Chen, K., Chen, I. ve Paul, H. (2001). Explaining Online Behavioral Differences: An Internet Dependency Perspective. *The Journal of Computer Information Systems*, s.59-63.
- Chou, C., Condrón, L., & Belland, J. C. (2005). A review of the research on Internet addiction. *Educational Psychology Review*, s.363-388.

- Chou, C., & Hsiao, M. C. (2000). Internet addiction, usage, gratification, and pleasure experience: the Taiwan college students' case. *Computers & Education*, s.65-80.
- Cole, T. J., & Bellizzi, M. C. Katherine M. Flegal und William H. Dietz (2000). Establishing a standard definition for child overweight and obesity worldwide: international survey. *British Medical Journal*, s.320
- Coşkun, A., & Özer, M. K. (2018). Comparison of physical activity levels of middle school and high school students. *European Journal Of Physical Education And Sport Science*, s.78.
- Critselis, E., Janikian, M., Paleomilitou, N., Oikonomou, D., Kassinopoulos, M., Kormas, G. ve Tsitsika, A. (2014). *Internet use and collegiate academic performance decrements: Early findings. Journal of Communication*, s.366–382.
- Çakır, Ö., Tuncay, A. Y, ve Horzum, M. B. (2011). Üniversite öğrencilerinin internet ve oyun bağımlılıklarının çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, s. 95-118.
- Çalık, D., & Çınar, Ö. P. (2009). Geçmişten günümüze bilgi yaklaşımları bilgi toplumu ve internet. *XIV. Türkiye'de İnternet Konferansı*, s.12-13.
- Çam, H. (2014). Adölesanlarda internet bağımlılığı prevalansı ile psikopatolojik semptomlar ve obezite arasındaki ilişkinin incelenmesi, *Doktora Tezi. Cumhuriyet Üniversitesi, Sivas*, s.50.
- Çelik, A., Çelen, F. K., & Seferoğlu, S. S. (2014). Ortaokul Öğrencilerinin İnternet Bağımlılık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Akademik Bilişim '14 - XVI. Akademik Bilişim Konferansı Bildirileri*, Mersin Üniversitesi, s.378.
- Çetinkaya, M. (2013). İlköğretim öğrencilerinde internet bağımlılığının incelenmesi *Yayınlanmamış Doktora tezi*, DEÜ Eğitim Bilimleri Enstitüsü, s.105.
- Çevik, U. P.. ve Çelikkaleli, Ö. (2010). Ergenlerin Arkadaş Bağlılığı Ve internet Bağımlılığının Cinsiyet Ebeveyn Tutumu Ve Anne baba Eğitim Düzeylerine Göre incelenmesi. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, s. 225-240.
- Çil, B. (1995). *Ticaret ve Turizm Eğitim Fakültesi'nde akademik başarıyı etkileyen kimi etkenler*. Milli Eğitim Bakanlığı.
- Davis, RA (2001). Patolojik İnternet kullanımının bilişsel-davranışçı bir modeli. *İnsan davranışındaki bilgisayarlar* , s.187-195.
- Demir, A. G. Y., Rehberlik, F. Ü. E. F., & Kutlu, M.(2017). İnternet Bağımlılığı, Akademik Erteleme Ve Akademik Başarı Arasındaki İlişkiler. *The Journal of Academic Social Science Studies International Journal of Social Science* Doi number:<http://dx.doi.org/10.9761/JASSS7296> Number: 61 , s.91-105.
- Demirli, C., & Arslan, G. (2018). Ergenlerin internet bağımlılığı düzeylerinin incelenmesi. *İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, s.49-64

- Deniz, L., & Gürültü, E. (2018). Lise öğrencilerinin sosyal medya bağımlılıkları. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, s.355-367.
- Derin, S. (2013). Lise öğrencilerinde internet bağımlılığı ve öznel iyi oluş. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, s.15.
- Dinç, M. (2010). *İnternet bağımlılığı*. Ferfır Eğitim ve Yayıncılık, s.72-75.
- Doğan, A. (2013). İnternet bağımlılığı yaygınlığı. *Yayınlanmamış Doktora Tezi*. DEÜ Eğitim Bilimleri Enstitüsü, s.107.
- Doğan, H., Işıklar, A., ve Eroğlu, S. E. (2008). Ergenlerin problemli internet kullanımının bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi*, s.106-124.
- Döner, C. (2011). İlköğretim öğrencilerinde internet bağımlılığının farklı değişkenlere göre incelenmesi. *Yayınlanmamış yüksek Lisans tezi*. Ankara Üniversitesi. Eğitim Bilimleri enstitüsü, s.70.
- Dwyer T, Coonan We, Leitch Dr, Hetzel Bs, Baghurst Ra.(1983). An investigation of the effects of daily physical activity on the health of primary school students in South Australia. *Int J Epidemiol*. s.308-313.
- Eldeleklioğlu, J., & Vural, M. (2013). Predictive Effects Of Academic Achievement, İnternet Use Duration, Loneliness And Shyness On İnternet Addiction. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, s.141-152.
- Ergin, A., Uzun, S. U., & Bozkurt, A. İ. (2013). Tıp fakültesi öğrencilerinde internet bağımlılığı sıklığı ve etkileyen etmenler. *Pamukkale Tıp Dergisi*, s.134-142.
- Esen, E. (2010). Ergenlerde internet bağımlılığını yordayan psiko-sosyal değişkenlerin incelenmesi. *Doktora Tezi*. DEÜ Eğitim Bilimleri Enstitüsü, s.82.
- Eşgi, N. (2014). Aile-Çocuk İnternet Bağımlılık Ölçeği'nin Türkçeye Uyarlanması: Geçerlik ve Güvenirlilik Çalışması. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, s.807-839.
- Fedewa, A. L., & Ahn, S. (2011). The effects of physical activity and physical fitness on children's achievement and cognitive outcomes: a meta-analysis. *Research quarterly for exercise and sport*, s.521-535.
- Frangos, C. C., Fragkos, K. C., & Kiohos, A. (2010). Internet addiction among Greek university students: Demographic associations with the phenomenon, using the Greek version of Young's Internet Addiction Test. *International Journal of Economic Sciences and Applied Research*, s.49-74.
- Gelbal, S. (2010). Sekizinci sınıf öğrencilerinin sosyoekonomik özelliklerinin Türkçe başarıları üzerinde etkisi. *Eğitim ve Bilim*, s.150.
- Gökçearsan, Ş. ve Durakoğlu, A. (2014). Ortaokul öğrencilerinin bilgisayar oyunu bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi, *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, s.419 – 435.
- Gökçearsan, Ş., & Günbatar, M. S. (2012). Ortaöğretim öğrencilerinde internet bağımlılığı. *Eğitim Teknolojisi Kuram ve Uygulama*, s.10-24.

- Gönül, AS (2002). İnternet kullanımı. *Gelen Yeni Symposium*, s. 105-110).
- Guthold, R., Ono, T., Strong, K. L., Chatterji, S., & Morabia, A. (2008). Worldwide variability in physical inactivity: a 51-country survey. *American journal of preventive medicine*, s.486-494.
- Gülmez, Y. (1992). *Yüksek öğretimde öğrenci başarısını etkileyen etmenler*. Gaziantep Üniversitesi.
- Gün, F. (2016). Ortaokul 7 ve 8. sınıf öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeyleri, vücut kompozisyonu, fiziksel benlik algısı ve akademik başarıları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*, Bartın Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, s.89.
- Gündoğdu, D. (2006). Ortaokul Öğrencilerinin İnternet Kullanım Düzeyleri ve Amaçları (Elazığ İli Örneği). *Yüksek lisans Tezi*. Fırat Üniversitesi, Elazığ, s.32.
- Günüç, S. (2009). İnternet bağımlılık ölçeğinin geliştirilmesi ve bazı demografik değişkenler ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, s.100.
- Günüç, S. ve Kayri, M. (2010). Türkiye’de internet bağımlılık profili ve internet bağımlılık ölçeğinin geliştirilmesi: geçerlik güvenirlik çalışması, *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, s.220 – 232.
- Hanımoğlu, E. (2019). Lojistik Regresyon Analizi ile İlköğretim İkinci Kademe Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ve Sosyal Beceri Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, s.467-474.
- Hazar, Z. (2016). Fiziksel Hareketlilik İçeren Oyunların 11-14 Yaş Grubu Ortaokul Öğrencilerinin Dijital Oyun Bağımlılığına Etkisi. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Gazi Üniversitesi, Ankara, s.131.
- Hazar, Z., Demir, G. T., Namlı, S., & Türkeli, A. (2017). Ortaokul Öğrencilerinin Dijital Oyun Bağımlılığı Ve Fiziksel Aktivite Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi*, s.331.
- Horzum, M. B. (2011). İlköğretim öğrencilerinin bilgisayar oyunu bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, s.159.
- Impram, S. (2012). İnternet Bağımlılığı, Facebook Kullanımı Ve Akademik Performans Arasındaki İlişki. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Fatih Üniversitesi, İstanbul, s.45.
- İnan, A. (2010). İlköğretim II. kademe ve ortaöğretim öğrencilerinde internet bağımlılığı. *Yayınlanmamış yüksek lisans tezi*. Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Jang, J., Park, H. J., Kim, S. W., Kim, H., Park, J. Y., Na, S. J., ... & Kim, S. W. (2017). 3D printed complex tissue construct using stem cell-laden decellularized extracellular matrix bioinks for cardiac repair. *Biomaterials*, s.264-274.
- Kaplan, N. (2016). Ortaokul öğrencilerinde internet bağımlılık düzeylerinin sağlık üzerine etkilerinin incelenmesi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü. *Yüksek Lisans Tezleri*. İzmir Katip Çelebi Üniversitesi, s.74.

- Kar, B. (2015). Ortaöğretim kurumlarında okuyan öğrencilerin interneti oyun ve sosyal ağ amaçlı kullanmaları ile akademik başarılarının arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. İstanbul Aydın Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, s.50.
- Karaaslan, M. M. ve Çelebioğlu, A. (2018). Determination of healthy lifestyle behaviors of high school students. Lise öğrencilerinin sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının belirlenmesi. *Journal of Human Sciences*, s.355-1361.
- Karademir, M. (2017). Sosyal ağların kullanımının ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeylerine etkisinin incelenmesi. *Yüksek Lisans tezi*. Bartın Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, s.11.
- Karaman, M. K., & Kurtoğlu, M. (2009). Öğretmen adaylarının internet bağımlılığı hakkındaki görüşleri. *Akademik Bilişim*, s.641-650.
- Kayıhan, G., & Ersöz, G. (2009). Hipertansiyon ve egzersiz. *Spormetre beden eğitimi ve spor bilimleri dergisi*, s. 93-101.
- Keskin, K., Çubuk, A., Alpkaya, U., & Öztürk, Y. 12–14 Yaş Çocukların Fiziksel Aktivite Düzeyleri ile Beslenme Davranışları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *İstanbul Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, s.34-43.
- Kılınç, M., & Doğan, A. (2014). Ortaokul 7. ve 8. Sınıf Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı ile Biliş Üstü Farkındalıklarının Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Turkish Studies-International Periodical for the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic*, s.1385-1396.
- Kirtland, K. A., Porter, D. E., Addy, C. L., Neet, M. J., Williams, J. E., Sharpe, P. A., ... & Ainsworth, B. E. (2003). Environmental measures of physical activity supports: perception versus reality. *American journal of preventive medicine*, s.323-331.
- Koçak, S., Mary B, H. Çiçek, S. (2002). Physical Activity Level, Sport Participation and Parental Education Level in Turkish Junior School Students, *Pediatr Exerc., Sci.*, s.147-154.
- Köroğlu, G., Öztürk, Ö., Tellioğlu, N., Genç, Y., Mırsal, H., ve Beyazyürek, M. (2006). Problemlili İnternet Kullanımıyla Başvuran İki Uçlu Bir Hasta Nedeniyle Psikiyatrik Ek Tanı Tartışması: Olgu Sunumu. *Journal Of Dependence*, s.150-154.
- Kudláček, M., Frömel, K., Jakubec, L., & Groffik, D. (2016). Compensation for adolescents' school mental load by physical activity on weekend days. *International journal of environmental research and public health*, s.308.
- Kubey, R. W., Lavin, M. J., & Barrows, J. R. (2001). Internet use and collegiate academic performance decrements: Early findings. *Journal of communication*, s.366-382.
- Lenhart, A., Rainie, L., & Lewis, O. (2001). Teenage life online: The rise of the instant-message generation and the Internet's impact on friendships and family relationships. *Pew Internet & American Life Project*, s.35.

- Lindner, K. J. (1999). Sport participation and perceived academic performance of school children and youth. *Pediatric Exercise Science*, s.129-143.
- Lim, J. S., Bae, Y. K., & Kim, S. S. (2004). A learning system for internet addiction prevention. *In IEEE International Conference on Advanced Learning Technologies. Proceedings.* s.836-837.
- Medikoğlu, O. (2018). İlkokul 4. Sınıf Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Düzeylerinin Belirlenmesi Ve Akademik Başarıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Yayımlanmamış yüksek lisans tezi.* Necmettin Erbakan Üniversitesi, Konya, s.34.
- Morahan-Martin, J., & Schumacher, P. (2000). Incidence and correlates of pathological Internet use among college students. *Computers in human behavior*, s.13-29.
- Murali, V., & George, S. (2007). Lost online: an overview of internet addiction. *Advances in Psychiatric Treatment*, s.24-30.
- Nalwa, K., & Anand, A. P. (2003). Internet addiction in students: A cause of concern. *Cyberpsychology & behavior*, s. 653-656.
- Odabaşıoğlu, G., Öztürk, Ö., Genç, Y., & Pektaş, Ö. (2007). On olguluk bir seri ile internet bağımlılığı klinik görünümleri. *Bağımlılık Dergisi*, s.46-51.
- Öcal, K., & Settar Koçak, M. (2010). Okul sporlarının orta öğretim öğrencilerinin akademik başarı ve davranış gelişimine etkisi. *Akdeniz Eğitim Araştırmaları Dergisi*, s.89-94.
- Ögel, K. (2001). İnsan, yaşam ve bağımlılık tartışmalar ve gerekçeler. *İstanbul: IQ Kültür Sanat Yayıncılık*, s.1-20.
- Ögel, K. (2012). *İnternet bağımlılığı: İnternetin psikolojisini anlamak ve bağımlılıkla başa çıkmak.* İş Bankası Kültür Yayınları, s.47-60.
- Özgün, F. (2011). İnternet bağımlısı olan ve olmayan ergenlerde mizaç özellikleri ve psikiyatrik semptomların karşılaştırılması. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Atatürk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, s.44.
- Özsoy, T. (2009). Fastfood'dan facebook'a: İnternet bağımlılığı. *Akademik Bilişim*, 11-13.
- Özyalvaç, N. T. (2010). Ortaöğretim öğrencilerinin beden eğitimi dersine yönelik tutumları ile akademik başarı motivasyonlarının incelenmesi. Doktora tezi. Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, s.16.
- Parlaktaş, Y. (2018). Ortaokul 8. Sınıf Öğrencilerinde Fiziksel Aktivite Düzeyi İle Akademik Başarı Arasındaki İlişki (Kırıkkale İli Örneği). *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi.* Kırıkkale Üniversitesi, s.66.
- Pellicer-Chenoll, M., Garcia-Massó, X., Morales, J., Serra-Añó, P., Solana-Tramunt, M., González, L. M., & Toca-Herrera, J. L. (2015). Physical activity, physical fitness and academic achievement in adolescents: a self-organizing maps approach. *Health education research*, s.436-448.
- Rowland, T. W., & Freedson, P. S. (1994). Physical activity, fitness, and health in children: a close look. *Pediatrics*, s.669-672.

- Sahebi, A. (2014). Üniversite Öğrencilerinin Fiziksel Aktivite Düzeyleri İle Akademik Başarıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, *Gazi Üniversitesi, Ankara*, s.18.
- Saygılı, G., Emrah, A. T. A. Y., Eraslan, M., & Hekim, M. (2015). Düzenli Olarak Spor Yapan Ve Yapmayan Öğrencilerin Kişilik Özellikleri İle Akademik Başarıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, s.161-170.
- Sert, Z. E., & Temel, A. B. (2014). İlköğretim öğrencileri için fiziksel aktivite soru formunun Türk toplumuna uyarlanması: geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergisi*, s.109-114.
- Shields, M.K. & Behrman, R.E. (2000). Children and Computer Technology: Analysis and Recommendations. *Future of Children*, s.4-30.
- Silah, M. (2003). Üniversite öğrencilerinin akademik başarılarını etkileyen çeşitli nedenler arasında süreksiz durumluk kaygının yeri ve önemi. *Eğitim Araştırmaları Dergisi*, s.102-115.
- Singh, A., Uijtewilligen, L., Twisk, J. W., Van Mechelen, W., & Chinapaw, M. J. (2012). Physical activity and performance at school: a systematic review of the literature including a methodological quality assessment. *Archives of pediatrics & adolescent medicine*, s.49-55.
- Soltz, DF (1986). Atletizm ve Akademik Başarı: İlişki Nedir? *NASSP Bülteni* , s.20-24.
- Suchert, V., Hanewinkel, R., & Isensee, B. (2016). Longitudinal relationships of fitness, physical activity, and weight status with academic achievement in adolescents. *Journal of School Health*, s.734-741.
- Suler, J. (2004). Bilgisayar ve siber “bağımlılık”. *Uluslararası Uygulamalı Psikanalitik Araştırmalar Dergisi*, s.359-362.
- Stephens, L. J., & Schaben, L. A. (2002). The effect of interscholastic sports participation on academic achievement of middle level school students. *Nassp Bulletin*, s.34-41.
- Şahin, M. (2007). Madde bağımlılığı konusunda Türkiye’de yapılmış olan lisansüstü tezler üzerine bir değerlendirme. *Tezsiz Yüksek Lisans Dönem Projesi*, Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimler Enstitüsü, Ankara, s.5.
- Şahin, M. (2011). İlköğretim okulu öğrencilerindeki internet bağımlılığı. *Yeditepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Yönetimi ve Denetimi Anabilim Dalı. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul*, s.1.
- Taçoğlu, Ö. (2010). Lise öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerinin bazı değişkenlere göre yordanması. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Ege Üniversitesi, İzmir, s.50.
- Tanır, H., ve Yoncalık, O. (2014). The Relationship Between Elementary School Eighth Grade Students'physical Activity Level And Various Anthropometric Characteristics With Their Academic Achievement. *Journal Of Physical Education & Sports Science/Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi*, s.24.

- Tanriverdi, S. (2012). Ortaöğretim öğrencilerinde internet bağımlılığı ile algılanan sosyal destek arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Van Yüüncü Yıl Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Van.*
- Taşdemir, N. Ö. (2016). Gençlerde Algılanan Sosyal Destek ve Yalnızlık Duygusunun İnternet Kullanımına Etkisinin İncelenmesi, *Yüksek Lisans Tezi: İstanbul, Haliç Üniversitesi* s.85.
- Telama, RISTO ve Yang, X. (2000). Finlandiya'da gençlikten genç yetişkinliğe fiziksel aktivitenin azalması. *Spor ve Egzersizde Tıp ve Bilim* , s.1617-1622.
- Telama, R., Yang, X., Laakso, L., & Viikari, J. (1997). Physical activity in childhood and adolescence as predictor of physical activity in young adulthood. *American journal of preventive medicine*, s.317-323.
- Toraman, M. (2013). İnternet bağımlılığı ve sosyal ağ kullanım düzeylerinin ortaöğretim öğrencilerinin akademik başarıları ile ilişkisinin incelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi. Fırat Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, s.74.*
- Tsai, C. C., & Lin, S. S. (2003). Internet addiction of adolescents in Taiwan: An interview study. *CyberPsychology & Behavior*, s.649-652.
- Tunay, V. B., & Tedavi, F. (2008). Yetişkinlerde Fiziksel Aktivite. *Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Bölümü, Ankara*, s.3-8.
- Turan, F. (2017). Ergenlerde İnternet Bağımlılığının Anne Baba Tutumları Açısından İncelenmesi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Üsküdar Üniversitesi, İstanbul*, s.61.
- Uzbay, İ. T. (2009). Madde bağımlılığının tarihçesi, tanımı, genel bilgiler ve bağımlılık yapan maddeler. *Türk Eczacıları Birliği Meslek İçi Sürekli Eğitim Dergisi*, s.5-15.
- Üneri, Ö. Ş., & Tanıdır, C. (2011). Bir grup lise öğrencisinde internet bağımlılığı değerlendirmesi: Kesitsel bir çalışma. *Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, s.266.
- Ünüvar, İ. (2018). Do students who engage in regular physical activity perform better in school? Implications for instruction. *Doctoral dissertation, Bilkent University*, s.58.
- Whang, L. S. M., Lee, S., & Chang, G. (2003). Internet over-users' psychological profiles: a behavior sampling analysis on internet addiction. *Cyberpsychology & behavior*, s.143-150.
- Whitley, R. L. (1999). Those'dumb jocks' are at it again: A comparison of the educational performances of athletes and nonathletes in North Carolina high schools from 1993 through 1996. *The High School Journal*, s.223-233.
- Xu, J., Shen, L. X., Yan, C. H., Hu, H., Yang, F., Wang, L., ... & Ouyang, F. X. (2012). Personal characteristics related to the risk of adolescent internet addiction: a survey in Shanghai, China. *BMC public health*, s.1106.
- Yang, S. C., & Tung, C. J. (2007). Comparison of Internet addicts and non-addicts in Taiwanese high school. *Computers in Human Behavior*, s.79-96.

- Yapıcı, Ş., & Yapıcı, M. (2004). Öğretmen adaylarının Okul Deneyimi I dersine ilişkin görüşleri. *İlköğretim Online*, s.3
- Yapıcı, Ş., & Yapıcı, M. (2005). Gelişim ve öğrenme psikolojisi. *Anı Yayıncılık*, Ankara.
- Yavuz, O.(2018). Ergenlik Döneminde İnternet Bağımlılığının Okul Başarısı Üzerinde Etkileri. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, s.1056-1080.
- Yıldırım, M., & Bayrak, C. (2019) Üniversite Öğrencilerinin Spora Dayalı Fiziksel Aktivitelere Katılımları ve Yaşam Kalitelerinin Akademik Başarı ve Sosyalleşme Üzerine Etkisi (Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Örneği). *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, s.123-144.
- Yıldız, M. E. (2017). Ortaokul Öğrencilerinde Akademik Başarı İle Fiziksel Aktivite İlişkisi. *Journal Of Social And Humanities Sciences Research*. s.891-898
- Yıldız, Ü. (2014). Üniversite öğrencilerinde obezite oluşumunda internet bağımlılığının etkisinin saptanması. *Uzmanlık Tezi*, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir, s.79.
- Yoo, H. J., Cho, S. C., Ha, J., Yune, S. K., Kim, S. J., Hwang, J., ... & Lyoo, I. K. (2004). Attention deficit hyperactivity symptoms and internet addiction. *Psychiatry and clinical neurosciences*, s.487-494.
- Young, K. S. (1996). Psychology of computer use: XL. Addictive use of the Internet: a case that breaks the stereotype. *Psychological reports*, s.899-902.
- Young, K. S. (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyberpsychology & behavior*, s.237-244.
- Young, KS, ve Case, CJ (2004). İşyerinde internetin kötüye kullanılması: risk yönetiminde yeni eğilimler. *Siber Psikoloji ve Davranış* , s.105-111.
- Yüksel, G., & Baytemir, k. (2010). İlköğretim öğrencilerinin internet kullanım amaçları ile algıladıkları sosyal destek düzeylerinin incelenmesi. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, s.1-20.
- Zorba, E.(2001). *Fiziksel Uygunluk*, Muğla: Gazi, s.54.
- Zhou S-J, Tang Z-H, Peng Y.(2009). Internet-related behavior characteristics of adolescents with internet addiction. *Chin J Clin Psychol*. S.150-153.

EKLER

EK 1: İnternet Bağımlılığı Ölçeği

EK 2: Fiziksel Aktivite Ölçeği

EK 3: Kişisel Bilgi Formu

EK 4: İnternet Bağımlılık Ölçeği kullanım izni

EK 5: Fiziksel Aktivite Ölçeği kullanım izni

EK 6: Milli Eğitim Bakanlığı Anket Uygulama İzni

EK 1: İnternet Bağımlılığı Ölçeği

Aşağıdaki sorularda, size en uygun düşen şıkkı İşaretleyiniz:	Hiçbir zaman	Nadiren	Ara sıra	Çoğunlukla	Çok sık	Devamlı
1. Ne sıklıkla planladığınızdan daha fazla süre internette kalıyorsunuz?	0	1	2	3	4	5
2. Ne sıklıkla internette kalmak için günlük ev işlerini ihmal edersiniz?	0	1	2	3	4	5
3. Ne sıklıkla arkadaşlarınızla birlikte olmak yerine interneti tercih edersiniz?	0	1	2	3	4	5
4. Ne sıklıkla internet kullanan kişilerle yeni ilişkiler kurarsınız?	0	1	2	3	4	5
5. Ne sıklıkla bir işe başlamadan önce e-postanızı (e-mail) denetlersiniz?	0	1	2	3	4	5
6. Ne sıklıkla okula devamınız internetten dolayı olumsuz etkilenir?	0	1	2	3	4	5
7. Herhangi biri internette ne yaptığınızı sorduğunda ne sıklıkla kendinizi Savunur ve ne yaptığınızı gizlersiniz?	0	1	2	3	4	5
8. Çevrenizdekiler ne sıklıkla internette harcadığınız zamanın Fazlalığından şikâyet eder?	0	1	2	3	4	5
9. Ne sıklıkla okuldaki ders notlarınız ve ödevleriniz internette kalma Sürenizden olumsuz yönde etkilenir?	0	1	2	3	4	5
10. Hayatınız hakkında sizi rahatsız eden düşünceleri dağıtmak için ne sıklıkla internette girersiniz?	0	1	2	3	4	5
11. Ne sıklıkla internete girmek için sabırsızlanırsınız?	0	1	2	3	4	5
12. Ne sıklıkla internetsiz hayatın, sıkıcı, boş ve eğlencesiz olacağını Düşünürsünüz?	0	1	2	3	4	5
13. Biri sizi internetteyken rahatsız ettiğinde ne sıklıkla kinci konuşur, bağırır veya kızgın davranışlar gösterirsiniz?	0	1	2	3	4	5
14. Gece geç saatlerde internet kullanmaktan ötürü ne sıklıkla uykunuz Kaçar?	0	1	2	3	4	5
15. İnternette olmadığınız zamanlarda ne sıklıkla interneti düşünür veya İnternete girmeyi hayal edersiniz?	0	1	2	3	4	5
16. Kendinizi ne sıklıkla internetteyken "yalnızca birkaç dakika daha" Derken bulursunuz?	0	1	2	3	4	5
17. Ne sıklıkla İnternette harcadığınız zamanın miktarını azaltmaya çalışır ve başarısız olursunuz?	0	1	2	3	4	5
18. İnternette kaldığınız süreyi ne sıklıkla saklamaya çalışırsınız?	0	1	2	3	4	5
19. Ne sıklıkla başkalarıyla dışarı çıkmak yerine internette daha fazla zaman geçirmeyi yeğlersiniz?	0	1	2	3	4	5
20. Ne sıklıkla internette olmadığınızda kendinizi çökmüş, aksi veya sinirli Hissedip, internete girince rahatlırsınız?	0	1	2	3	4	5

EK 2: Fiziksel Aktivite Ölçeği

FİZİKSEL AKTİVİTE SORU FORMU

Haftanın son yedi gününde yaptığınız fiziksel aktivite düzeyinizi belirlemek istiyoruz. Bu aktiviteler; sizi terleten, bacaklarınızı yoran dans, spor ya da sık nefes almanızı sağlayan ip atlama, koşma, tırmanma, yakalamaca gibi oyunlardır.

Bu bir sınav değildir.

Hiçbir soru için doğru ya da yanlış cevap yoktur. Lütfen son bir hafta içinde fiziksel aktivite olarak neler yaptığınız düşünün ve tüm soruları cevaplayın.

- 1. Son yedi gün içinde aşağıda belirtilen aktivitelerden herhangi birini yaptın mı? Eğer cevabın evet ise kaç kere yaptın? (her aktiviteyi ayrı ayrı okuyarak ilgili durumu işaretler misin?).**

	Hiç yapmadım	1-2 kere	3-4 kere	5-6 kere	7 kere ve üstü
Sek sek gibi sıçrama oyunları/ip atlamak					
Paten yapmak					
Elin sende, yakan top gibi hareketli oyunlar oynamak					
Kovalamaca oyunları oynamak					
Egzersiz amaçlı yürüyüş yapmak					
Bisiklete binmek					
Koşmak					
Dans etmek					
Yüzmek					
Futbol oynamak					
Halk oyunları oynamak					
Tenis, masa tenisi oynamak					
Kay kay yapmak					
Voleybol oynamak					
Basketbol oynamak					
Tekvando, karate, judo gibi sporlar yapmak					
Skootera binmek					
Jimnastik yapmak					
Evcil hayvan ile oynamak ya da yürüyüş yapmak					
Zıp zıp(trambolin) sıçramak					
Diğer sporlar, oyunlar ya da aktiviteler					

- 2. Son bir hafta içinde beden eğitimi dersine katılma düzeyin nedir?**

- () Beden eğitimi dersimiz yapılmadı/katılamadım
 () Beden eğitimi dersine çok az katıldım
 () Beden eğitimi dersine bazen(ara sıra) biraz katıldım
 () Beden eğitimi dersinin büyük bir kısmına katıldım
 () Beden eğitimi dersinin tamamına katıldım

- 3. Son bir hafta içinde teneffüslerde en fazla yaptığın aktivite nedir?**
- () oturdum, konuştum, kitap okudum, ev ödevimi yaptım
 () ayakta durdum, bahçede dolaştım
 () çok az koştum, çok az oynadım
 () oldukça fazla koştum, oldukça fazla oynadım
 () çok koştum, tüm teneffüs boyunca aralıksız oynadım
- 4. Son bir hafta içinde öğle yemeği saatinde yemek yemenin yanı sıra ne yaptın?**
- () oturdum, konuştum, kitap okudum, ev ödevimi yaptım
 () ayakta durdum, bahçede dolaştım
 () çok az koştum, çok az oynadım
 () oldukça fazla koştum, oldukça fazla oynadım
 () çok koştum, tüm öğle saati boyunca aralıksız oynadım
- 5. Son bir haftada okuldan çıktıktan sonra fiziksel olarak aktif olduğun spor, dans ya da oyun gibi faaliyetleri kaç kere yaptın?**
- () geçen hafta hiç yapmadım
 () geçen hafta bir-iki kere yaptım
 () geçen hafta üç kere yaptım
 () geçen hafta dört kere yaptım
 () geçen hafta beş kere yaptım
- 6. Son yedi günde (geçen hafta) akşam saatlerinde spor, dans ya da oyun oynama gibi faaliyetleri kaç kere yaptın?**
- () geçen hafta hiç yapmadım
 () geçen hafta bir kere yaptım
 () geçen hafta iki veya üç kere yaptım
 () geçen hafta dört veya beş kere yaptım
 () geçen hafta altı veya daha fazla yaptım
- 7. Geçen hafta sonu spor, dans ya da oyun oynama gibi faaliyetleri kaç kere yaptın?**
- () geçen hafta hiç yapmadım
 () geçen hafta bir-iki kere yaptım
 () geçen hafta üç veya dört kere yaptım
 () geçen hafta beş veya altı kere yaptım
 () geçen hafta yedi veya daha fazla yaptım
- 8. Son yedi günde boş zamanlarında yaptığın fiziksel aktiviteler açısından hangi ifade seni en iyi açıklıyor?**
- () son yedi günde fiziksel aktivite hiç yapmadım
 () son yedi günde fiziksel aktivite bir kere yaptım
 () son yedi günde fiziksel aktivite iki veya üç kere yaptım
 () son yedi günde fiziksel aktivite dört veya beş kere yaptım
 () son yedi günde fiziksel aktivite altı veya daha fazla yaptım

9. Geçen hafta her gün spor, oyunlar, dans ve diğer fiziksel aktiviteleri ne sıklıkla yaptın? Haftanın yedi günü için işaretleyerek belirtin.

	Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen(arasıra)	Çoğunlukla	Her zaman
Pazartesi					
Salı					
Çarşamba					
Perşembe					
Cuma					
Cumartesi					
Pazar					

10. Geçen hafta hiç hastalandın mı? Ya da fiziksel aktivite yapmanı engelleyen bir durum oldu mu?

() evet

() hayır

Eğer yanıtın evet ise egzersiz yapmanı engelleyen durum neydi?.....

EK 3: Kişisel Bilgi Formu

Sevgili Öğrenci,

Size sunulan bu formdaki soruları dikkatlice okuyarak, sizin için en uygun yanıtı veriniz. Bu çalışma araştırma amaçlı kullanılacak, herhangi bir kişi veya kurumla paylaşılmayacaktır. 9,13,15,18. Soruları birden fazla işaretleyebilirsiniz. Katkılarınız için teşekkür ederim.

Arzu ÇUBUK

Cinsiyetiniz	☐ Kız	☐ Erkek
Sınıfınız	☐ 5. Sınıf	☐ 6. Sınıf ☐ 7. Sınıf ☐ 8. Sınıf
Yaşınız.....		
Babanızın öğrenim durumu	☐ Hiçbir okul mezunu değil ☐ İlkokul/Ortaokul mezunu ☐ Lise mezunu ☐ Üniversite mezunu ☐ Yüksek lisans/Doktora	
Annenizin öğrenim durumu	☐ Hiçbir okul mezunu değil ☐ İlkokul/Ortaokul mezunu ☐ Lise mezunu ☐ Üniversite mezunu ☐ Yüksek lisans/Doktora	
Kaç kardeşiniz var?(sizin dışınızda)		
Evde kimler internet kullanıyor?	☐ Anne ☐ Baba ☐ Kardeş ☐ Diğer.....	
Ailenizin aylık gelir durumu hangi aralıktadır?	☐ 1.000 TL den az ☐ 1.000 TL - 1.999 TL arasında ☐ 2.000 TL - 2.999 TL arasında ☐ 3.000 TL - 4.000 TL arasında ☐ 4.000 TL den fazla	
Evinizde bilgisayar var mı?	☐ Evet	☐ Hayır
İnternet kullanıyor musunuz?	☐ Evet	☐ Hayır
İnternete hangi araçla bağlıyorsunuz?	☐ cep telefonu ☐ bilgisayar ☐ tablet ☐ diğer	
Herhangi bir sosyal ağ sitesine (facebook, instagram, twitter , v.b.) üye misiniz?	☐ Evet ☐ Hayır	
İnterneti nerelerde kullanıyorsunuz?	☐ Evde ☐ Okulda ☐ İnternet cafede ☐ Diğer.....	
İnterneti günlük kaç saat kullanıyorsunuz?	☐ 1 saatten az ☐ 1-3 saat ☐ 4-6 saat ☐ 7-9 saat ☐ 9 saatten fazla	
Ne kadar süredir İnternet kullanıyorsunuz?	☐ 1 yıldan az ☐ 1-3 yıl ☐ 4-6 yıl ☐ 6 yıldan fazla	
İnterneti hangi amaçla kullanıyorsunuz?	☐ Oyun-Eğlence ☐ Film, video ve müzik ☐ Haber ☐ Mail- İletişim ☐ Sohbet ☐ Sosyal ağlar(facebook, twitter, v.b.) ☐ Araştırma-Ödev ☐ Diğer.....	
Düzenli olarak gittiğiniz bir spor ve ya okul spor kulübü var mı?	☐ Evet	☐ Hayır
Cevabınız evet ise haftada kaç gün gidiyorsunuz?		
Sporcu lisansınız var mı?	☐ Evet	☐ Hayır
Boyunuz:	kilonuz:	

EK 4: İnternet Bağımlılık Ölçeği kullanım izni


arzu çubuk <arzugokburun79@gmail.com>
 30 Mayıs Per 09:40
 



Alıcı: fatih.bayraktar ▾

Merhaba Sayın Fatih Hocam,

ismim Arzu Çubuk, Marmara Üniversitesinde Spor Eğitimi bölümünde tezli yüksek lisans öğrencisiyim.

"Ortaokul öğrencilerinin internet bağımlılığı, fiziksel aktivite düzeyleri ve akademik başarı durumları arasındaki ilişkinin incelenmesi" başlığı altında bir tez çalışması yapmak istiyorum. Bunun için uyarılama çalışmalarını yaptığınız İnternet Bağımlılık Ölçeği'ni kullanmak için izninizi rica ediyorum. Saygılarımla...




Fatih Bayraktar
30 Mayıs Per 13:28
 



Alıcı: ben ▾

Merhaba Arzu,

Çalışmada uyarlamasını yaptığım İnternet Bağımlılık Ölçeği'ni gönül rahatlığıyla kullanabilirsin. Başarılar dilerim.

Doç. Dr. Fatih Bayraktar
 Doğu Akdeniz Üniversitesi
 Fen-Edebiyat Fakültesi
 Psikoloji Bölümü
 Mağusa / Kuzey Kıbrıs

From: arzu çubuk <arzugokburun79@gmail.com>
 Sent: Thursday, May 30, 2019 9:40 AM

EK 5: Fiziksel Aktivite Ölçeği kullanım izni

ölçek kullanım izni

Gelen Kutusu x

30 May 2019 09:55

☆ ↶ ⋮



arzu çubuk <arzugokburun79@gmail.com>
Alıcı: zuhal.emlek.sert ▼

Merhaba Sayın Zuhale Hocam,
İsmim Arzu Çubuk, Marmara Üniversitesinde Spor Eğitimi bölümünde tezli yüksek lisans öğrencisiyim.
"Ortaokul öğrencilerinin internet bağımlılığı, fiziksel aktivite düzeyleri ve akademik başarı durumları arasındaki ilişkinin incelenmesi" başlığı altında bir tez çalışması yapmak istiyorum. Bunun için uyarlama çalışmalarını yaptığınız ilköğretim Öğrencileri için Fiziksel Aktivite Soru Formu'nu kullanmak için izninizi rica ediyorum.
Saygılarımla...

...



zuhal emlek sert
Alıcı: ben ▼

31 May 2019 09:42

☆ ↶ ⋮

Merhaba Arzu,

Ekte anket, değerlendirmesi ve makaleyi gönderdim.

İyi çalışmalar dilerim.

EK 6: Milli Eğitim Bakanlığı Anket Uygulama İzni



T.C.
İSTANBUL VALİLİĞİ
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

Sayı : 59090411-44-E.8895315

04.05.2018

Konu: Anket Araştırma İzni

MARMARA ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜNE
(Öğrenci İşleri Daire Başkanlığı)

İlgi: a) 05.04.2018 tarih ve 1800102439 sayılı yazınız.
b) Valilik Makamının 30.04.2018 tarih ve 8510129 sayılı oluru.

Üniversiteniz Eğitim Bilimleri Enstitüsü Yüksek Lisans Öğrencisi Arzu ÇUBUK'un "Ortaokul Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı, Fiziksel Aktivite Düzeyleri ve Akademik Başarı Durumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" konulu araştırma çalışması hakkındaki ilgi (a) yazınız ilgi (b) valilik onayı ile uygun görülmüştür.

Bilgilerinizi ve araştırmacının söz konusu talebi; bilimsel amaç dışında kullanmaması, uygulama sırasında bir örneği müdürlüğümüzde muhafaza edilen mühürlü ve imzalı veri toplama araçlarının kurumlarımıza araştırmacı tarafından ulaştırılarak uygulanması, katılımcıların gönüllülük esasına göre seçilmesi, araştırma sonuç raporunun müdürlüğümüzden izin alınmadan kamuoyuyla paylaşılması koşuluyla, gerekli duyurunun araştırmacı tarafından yapılması, okul idarecilerinin denetim, gözetim ve sorumluluğunda, eğitim-öğretimi aksatmayacak şekilde ilgi (b) Valilik Onayı doğrultusunda uygulanması ve işlem bittikten sonra 2 (iki) hafta içinde sonuçtan Müdürlüğümüz Strateji Geliştirme Bölümüne rapor halinde bilgi verilmesini arz ederim.

M. Nurettin ARAS
Müdür a.
Müdür Yardımcısı

EK:1- Valilik Onayı
2- Ölçekler

İl Millî Eğitim Müdürlüğü Binbirdirek M. İmran Öktem Cad.
No:1 Eski Adliye Binası Sultanahmet Fatih/İstanbul
E-Posta: sgb34@meb.gov.tr

A. BALTA VHKİ
Tel: (0 212) 455 04 00-239
Faks: (0 212)455 06 52

Bu evrak güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır. <https://evraksorgu.meb.gov.tr> adresinden 09df-f88d-34f4-a9f8-7d83 kodu ile teyit edilebilir.