



## Sivil Toplum Kuruluşlarında Rol Alan Bireylerin Uluslararası Sportif Aktiviteye Katılım Düzeyinin İncelenmesi

“Investigation of the Participation Level of Individuals Playing a Role in Non-Governmental Organizations in International Sports Activity”

Deniz AKYÜREK<sup>1</sup> & Mehmet ACET<sup>2</sup> & Özlem EKİZOĞLU<sup>3</sup>

### ARAŞTIRMA MAKALESİ

#### Tarihçe

Yayın Geliş Tarihi: 12 Ekim 2022  
Kabul Tarihi: 12 Aralık 2022  
Online Yayın Tarihi: 31 Aralık 2022

DOI: <http://dx.doi.org/10.29228/anatoliar.34>

#### Yazarlarla İletişim

1- (Sorumlu Yazar) Kütahya Dumlupınar Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor, Kütahya, Türkiye  
[dakyurek3@gmail.com](mailto:dakyurek3@gmail.com)  
<https://orcid.org/0000-0001-9398-1079>  
2- Kütahya Dumlupınar Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor, Kütahya, Türkiye  
[mehmet.acet@dpu.edu.tr](mailto:mehmet.acet@dpu.edu.tr)  
<https://orcid.org/0000-0003-3601-1601>  
3- Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Erzincan, Türkiye  
[ozlem.ekizoglu@erzincan.edu.tr](mailto:ozlem.ekizoglu@erzincan.edu.tr)  
<https://orcid.org/0000-0002-5705-7134>

#### Yazar Katkıları

Tüm yazarlar çalışmanın konseptine ve tasarımına katkıda bulundu.

#### Finansman

Bu çalışma herhangi bir kurum/kuruluştan maddi destek almadı.

#### Çıkar Çatışması

Yazarlar çıkar çatışması olmadığını beyan ediyorlar.

#### Şeffaflık

Yazarlar, çalışmada hiçbir hayati özelliğin ihmal edilmediğini, dürüst, doğru ve şeffaf bir anlatım ile raporlaştırıldığını ve herhangi bir tutarsızlık olmadığını beyan etmişlerdir.

#### Etik

Bu çalışmada bilimsel etik kriterlerine uyulmuştur.

#### Referans Gösterimi

Akyürek, D., Acet, M. & Ekizoğlu, Ö. (2022). Investigation of the Level of Participation in International Sports Activities According to Some Variables of Individuals Taking a Role in Non-Governmental Organizations, *Anatolia Sport Research*, 3(3): 28-42.

Copyright © 2022 by Anatolia Sport Research

### ÖZET

**Amaç:** Bu çalışma, sivil toplum kuruluşlarında rol alan bireylerin sportif aktiviteye katılım düzeyinin bazı değişkenlere göre incelenmesi amacıyla yapılmıştır.

**Materyal ve Metod:** Araştırmaya, Bartın ilinde sivil toplum kuruluşlarında çalışan ve gönüllü olan 94'ü erkek ve 140'ü kadın olmak üzere toplam 234 kişi katılmıştır. Sağlam ve ark., (2010) tarafından geliştirilen “Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi” kullanılmıştır. Şiddetli fiziksel aktivite, orta şiddetli fiziksel aktivite, yürüme ve genel fiziksel aktivite şeklinde 4 alt boyuttan oluşmaktadır. Araştırmada Katılımcıların cinsiyet, medeni durum, eğitim, ekonomik düzeylerini ve bütün ürünleri kullanım durumlarına göre uluslararası sportif aktiviteye katılım düzeyleri incelenmiştir. Veriler normal dağılım göstermediğinden Man Whitney-U testi ve Kruskal- Wallis testi kullanılmıştır.

**Bulgular:** Fiziksel aktivite düzeyleri incelendiğinde kişilerin %53,8'i (N=126) in aktif, %42,3'ü (N=99) minimum aktif ve %3,8'i (N=9) çok aktif düzeyde fiziksel aktiviteye sahiptir. Katılımcıların cinsiyetine, medeni durumuna, eğitim durumuna ve bütün kullanım durumuna göre fiziksel aktivite düzeylerinde farklılık görülmemektedir. Uluslararası sportif aktivite düzeylerinin ise ekonomik gelire göre farklılaştığı tespit edilmiştir.

**Sonuç:** Sivil toplum kuruluşlarında görev alan bireylerin toplumu temsil ettiği varsayımından yola çıkılırsa sağlıklı yaşamlarıyla örnek davranış oluşturmaları beklenir. Fakat sportif aktivitelerde inaktif oldukları ve çoğunluğunun bütün kullanan bireylerden oluştuğu söylenebilir.

**Anahtar Kelimeler:** Uluslararası Sportif Aktivite, Sivil Toplum Kuruluşları.

### ABSTRACT

**Aim:** This study was carried out to examine the level of participation in sports activities of individuals involved in non-governmental organizations according to some variables.

**Material and Method:** A total of 234 volunteers, 94 men and 140 women, who work in non-governmental organizations in the province of Bartın, participated in the research. The “International Physical Activity Questionnaire” developed by Sağlam et al., (2010) was used. It consists of 4 sub-dimensions as vigorous physical activity, moderate physical activity, walking and general physical activity. In the study, the participation levels of the participants in international sports activities were examined according to gender, marital status, education, economic levels and tobacco products use. Since the data did not show normal distribution, Man Whitney-U test and Kruskal-Wallis test were used.

**Results:** As a result, when physical activity levels are examined, 53.8% (N=126) of the individuals are active, 42.3% (N=99) are minimally active, and 3.8% (N=9) are very active. has physical activity. There is no difference in physical activity levels according to the gender, marital status, education level and tobacco use of the participants. It has been determined that international sportive activity levels differ according to economic income.

**Conclusion:** Based on the assumption that individuals working in non-governmental organizations represent the society, they are expected to set an exemplary behavior with their healthy lives. However, it can be said that they are inactive in sportive activities and most of them are tobacco users.

**Keywords:** International Sportive Activity, Non-Governmental Organizations.

## GİRİŞ

Toplumbilimciler, kendi seçimimizin bir sonucu olmayarak bulunduğumuz akrabalık gibi birincil ilişkiler ile kendi isteğimiz ve seçimimizle katıldığımız bir derneğe üye olmak gibi ikincil ilişkiler arasında ayırım görmektedirler. Bahsi geçen ikincil gruplar gönüllü kuruluşlar olarak da ifade edilmektedir (Çaha, 2003). Sivil toplum en net tanımıyla devlet alanının dışarısında kalmış toplum kesimini ifade eden bir terimdir. Tanımı geliştirmek gerektiğinde, herhangi bir merkezi kontrolü olmayan ve herhangi bir hiyerarşik sisteme tabii tutulmayan toplumsal ilişkiler ağı olarak da ifade edilebilmektedir (Erözden, 2001). Zaman içerisinde sivil toplum kavramı, bireyler ve grupların devletten kaynaklanmayan ve devlet tarafından yönetilmeyen her türlü toplumsal faaliyeti için kolektif bir tanım haline gelmiştir. Dünya literatürü, sivil toplum kavramına çeşitli tanımlama yapmaktadır. Aydınlik çağına kadar sivil toplum kelimesi belli bir hukuk düzeni olan siyasi örgütler olarak tanımlanmaktaydı. İlk olarak Adam Ferguson'un 1967'de yayınlamış olduğu çalışmasında sivil toplum kavramına yer verildi (Haşlak ve Güleler, 2010). Aslında sivil toplum, devlet bünyesinde barınan ancak devletle özdeş olmayan hatta ona karşı koyabilecek bir tür insan ilişkileri yumağıdır. Toplumsal koşulların gelişmesi ile birlikte anlam olarak çeşitlenmiş ve içerdiği öğeler farklılaşmaya başlamıştır. Bu gelişmeler doğrultusunda sivil toplumun tanımını yapmak çok daha doğru olacaktır (Avcı, 2000). Türkiye'de sporun yaygınlaşması ve gelişmesi adına spor alanında da sivil toplum kuruluşu rolünü üstlenen kulüpler mevcuttur. Ancak gelişmiş ülkelerde spor yapanların, spor merkezlerine gidenlerin sayısına bakıldığında ise Türkiye'de spor yapan kişilerin sayısının ortalamasının altında olduğu bilinmektedir. Bu sebeple devlet spor politikasını oluştururken belli hedefler belirlemiştir. Milli sporcu sayısını arttırmak, spor yapan insan sayısını arttırmak veya spora teşvik eden ortamların oluşumunu sağlamak örnek olarak sayılabilir. Devletin, spor kulüplerin veya devlete bağlı kuruluşların, insanlara kolaylıkla ulaşabilecekleri spor alanı sunması spora olan talebi arttırmaktadır. Yoğun çalışma koşulları insanların sağlıklı yaşam kalitelerini olumsuz etkilemektedir. Bu gibi durumlar sporun hayattaki önemini artırmış ve insanları spor yapmaya ihtiyaç duyar hale getirmiştir (Sunay, 2000).

Bu anlamda sporun yaygınlaşması için her ne kadar yeni politika geliştirilirse geliştirilsin gelişmekte olan pek çok ülke için küçük yaşlardan itibaren spor sevgisinin aşılmadığı ve bu konuda bilinçlendirilmenin yeterli olmadığı görülmektedir. Özellikle sivil toplum kuruluşlarının bünyesinde çalışan kişileri spora aktif katılımı, toplumun geri kalanını harekete geçirebilmesi adına oldukça önemli bulunmaktadır.

### Spor ve Sporun Önemi

Spor kelime anlamı olarak Latince "disportare, desport" biçiminde ifade edilmekte ve "dağıtmak, birbirinden ayırmak, eğlence, neşe" anlamına gelmektedir. Sonrasında 17.yüzyıla kadar evrilerek "sport" biçimini almış olduğu çeşitli araştırmalarca desteklenmektedir (Atasoy ve Kuter, 2005). İnsanlık tarih boyunca ölüm kalım mücadelesi vermiştir ve bu mücadelelerin barışçı bir benzeri olarak spor ortaya çıkmıştır. Tarihsel süreçlerde başlangıçta spor, savunma ve saldırıya yönelik olmuş ancak zamanla evrilerek bireysel sporlara dönüşmeye başlamıştır. spor tarihsel süreci içerisinde zamanla bireysel spor ve takım sporu olarak ikiye ayrılmış ve sonrasında da insanın üstün gelme ve en iyi olma arzusunun bir sonucu olarak yarışlar ve müsabakalar düzenlenmeye başlamıştır. Bu bakımdan aslında spor kişilerin en iyi olma çabasıyla giriştikleri bir tür disiplin olarak da değerlendirilebilmektedir (İnal, 2003). Spor çok yönlü bir kavramdır bu sebeple de sporun tanımı yapılırken pek çok kavramla karşılaşılmaktadır. Bu çeşitliliğin ana sebebi sporun kapsama alanının geniş olması, içerisinde birçok branşı barındırıyor olması ve her birinin yapılaş şekillerinin farklı olmasıdır (Amman, 2000). Sporun birkaç tanımı şu şekildedir;

✓ Spor, tek başına veya toplu olarak yapılan, kendine özgü kuralları olan, genelde yarışmaya dayanan bedensel ve zihinsel yeteneklerinin gelişimini sağlayan, eğitici ve eğlendirici uğraşlardır (Açıkada, 1990).

✓ Spor, bireyin tabii çevresini beşerî çevre haline getirirken elde ettiği yetenekleri geliştiren, belirli kurallar altında araçlı veya araçsız, bireysel ya da toplu olarak boş zaman faaliyeti kapsamı içinde veya profesyonelce melekleştirerek yaptığı, sosyalleştirmesi topluma bütünleştirici, ruh ve fiziki geliştiren rekabetçi, dayanışmacı ve kültürel bir olgudur (Amman, 2000).

✓ Spor, bireyin fizyolojik ve psikolojik yönden sağlığını geliştiren, sosyal davranışlarını düzenleyen, zihinsel ve motorik belirli bir düzeye getiren biyolojik, pedagojik ve sosyal bir olgudur. Diğer bir ifadeyle spor, bireyin fikir, ruh ve beden gelişmesini ve bu öğeler arasında koordinasyonu ve sosyalleşmeyi sağlayan bir olgudur (Yetim, 2015).

Yıldıran ve Yetim'e göre beden eğitimi ve spor yetişmekte olan nesillerin temel kaynağı olan insanın fiziksel, zihinsel, sosyal ve duygusal gelişimini amaç edinen ve genel eğitimin tamamlayıcısı ve ayrılmaz bir parçası olarak görünen bilinçli ve planlı faaliyetlerdir (Yıldıran,1996). Psikologlara göre spor; bireylerin topluma uyum sağlamalarını kolaylaştıran, aynı zamanda ruhen ve beden sağlığı bir gelişim göstermelerine de yardımcı olan bir faaliyettir (Kara, 1Tüm tanımlar analiz edildiğinde; spor, haz unsuru önde gelmekle birlikte farklı amaçlar, değerler ve yaptırımlar tarafından yönlendirilen, az ya da performans ilkesine dayalı, bilinçli olarak zorlukların oluşturulmasını ve bunların asılmasını hedefleyen bedensel faaliyetlerdir (Amman, 2000). Hareket etmemenin insan üzerinde pek çok olumsuz etkisi bulunmaktadır ve bu bilgi çok eski zamanlardan beri bilinmektedir. İnsan biyolojik yapısı gereği sürekli olarak hareket etme gereksinimi duymaktadır (Erkal, 1992). İnsanın fizyolojik gereksinimlerini rahat sürdürebilmesi ve kendini psikolojik açıdan iyi hissedebilmesi için spor yapma ihtiyacı duymaktadır ve bu ihtiyacında yerine getirilmesi gerekmektedir. Bu bağlamda spor koruyucu hakemliğin bir aracı olmakta ve yaşam sağlığını geliştirip hastalıklara karşı dirençli olabilmesine de yardımcı olmaktadır.

Spor, kişinin sosyalleşmesini sağlayan, kültür düzeyine olumlu etki eden, grup bilincini geliştiren ve kişinin özgüveninin artmasına yol açan bir rol üstlenmektedir (Erkal, 1992). Sağlık için spor yapılmasının temel amacı ise hareketsizlik yüzünden ortaya çıkabilecek fiziki bozuklukların önüne geçebilmek ve buna bağlı olacakta beden sağlığının korunmasını sağlayıp fizyolojik kapasiteyi yükselterek sağlığını uzun yıllar muhafaza edebilmektir. Günümüzde pek çok insan arkadaş edinmek, eğlenmek, çalışma verimini arttırmak, sağlığını korumak ve sosyal çevre edinebilmek için spor yapmaktadır. İnsanları spora yönlendiren ikincil sebepler ise kişilerin boş vakitlerinin olması, rekabetçi yaşamı sevmeleri ve çeşitli hastalıklar sonucu spor yapma gereksinimlerinin artmış olmasıdır (İnal, 2003). İnsan fizyolojisi itibari ile kusursuzdur denilebilir. Merkezi sinir sistemi kişinin yaşam dinamizmini kontrol eder. Kalp ise yaşam boyunca düzenli bir şekilde vücuda kan pompalar. Sürekli olarak egzersiz ve spor yapıldığında ise boşaltım, solunum, sindirim ve kas sistemlerinin sağlıklı bir düzeyde kalabilmesi sağlanır. Kişi uzun süre hareketsiz kaldığında bedensel olarak hareket yeteneğinde kayıplar yaşamaya başlar ve bunun sonucunda çeşitli sağlık problemleri ortaya çıkar (Erkal, 1998). Günümüzde yapılan araştırmalarında ışığında sporun insan sağlığı için önemi her geçen gün artmaktadır. Egzersiz çeşitli vücut fonksiyonlarının en uygun şekilde işleyebilmesine katkı sağlamaktadır. Dayanıklılığa ilişkin yapılan uzun mesafe koşusu, bisiklet sürme, yüzme gibi sporları yapanlarda koroner arter hastalığının ve hipertansiyonun daha az görüldüğüne rastlanmıştır (Akgün, 1989). Özellikle beden eğitimi ve spor faaliyetleri, kişinin sağlıklı yaşam sürdürebilmesi, dinamik bir hayata kavuşması, yorgunluğu ve stresini azaltması gerekçeleriyle önemli bulunmaktadır. Kişinin toplum içerisinde uyumlu bir yaşam sürdürebilmesi, ikili ilişkilerin de iyileştirilebilmesi, ruhsal ve bedensel sağlığı için spor yapması gerekmektedir.

Bu noktada beden eğitimi de bireyin sosyalleşmesine katkı sağlarken kişilik gelişiminde de olumlu etkilere yol açmaktadır. Spor sayesinde karşılıklı saygı ve sevgi bağları da kuvvetlenmektedir. Kişi bu süreç boyunca zararlı alışkanlıklarından arınmaktadır. İş hayatında yaşanan stresin olumsuz etkilerini ortadan kaldırılması için bir araç olarak da görev alır. Nihayetinde de kişinin sosyalleşmesine önemli bir katkı sağlar (İnal, 2003). Kişinin çok yönlü gelişimine bakıldığında sporun etkisi büyüktür. Spor yapmak yalnız bedensel iyileşme süreci olarak değil aynı zamanda sosyalleşebilme ve toplumsal uyumu yakalayabilme süreci olarak da görülmektedir. Sporun fiziksel ve ruhsal katkılarının yanı sıra toplumsal yaşam ve çalışma hayatına katkısı da birçok bilim tarafından kabul edilmektedir (Erkal, 1992).

Spor yapmanın ve fiziksel aktivitelerin önemi günümüzde toplumun her kesimi tarafından bilinmektedir. İnsan sağlık başta olmak üzere pek çok sebeple spor yapmaktadır. Sporla ilgilenen kişilerin temel amacı beden ve ruh sağlığını koruyarak özgüvenlerini arttırmak ve üz düzey performans sergileyebilmektir (Bilge, 2000). Kişiyi spor yapmaya iten ana nedenlerin araştırılması bir takım zorlukları içinde barındırmaktadır. Bu kişinin hangi gereksinimle spora başvurduğu sorusunun cevabı içinde geçerlidir. Burada kişinin gereksiniminin ne olduğu önemli bir belirleyicidir. Bu soruya cevap bulabilmek için pek çok araştırma yapılmış, bu araştırmaların sonucunda bazen benzer nedenlerle bazen de çok farklı nedenlerle kişilerin spora başvurduğu görülmüştür.

Kişiyi spor yapmaya iten bazı etmenler aşağıda sıralanmıştır (İnal, 2003):

- ✓ Sağlıklı olmak ve sağlığını koruyabilmek,
- ✓ Sosyal ilişkiler kurma gereksinimi,
- ✓ Eğlence,
- ✓ Kendini gerçekleştirme arzusu,
- ✓ Yeni deneyimler edinerek arkadaş kazanma ihtiyacı,
- ✓ Maddi kazanç sağlama,
- ✓ Özgüvenini artırma,
- ✓ Kilo verme, daha zayıf bir insan olma hayali,
- ✓ Mutlu olma,
- ✓ Stres yaşantısını azaltarak hastalıklara karşı direnç kazanma,
- ✓ Gençliğini koruma ve daha güzel bir insan olmak şeklinde sıralanmaktadır.

### **Sivil Toplum Kavramı**

Sivil toplum kavramı son yıllarda popülerleşmiş ve özellikle sosyolojinin odağına yerleşmiştir. Temel bir ifadeyle sivil toplum, bireylerin kendi istekleriyle oluşturmuş oldukları ortam yaşam alanları demektir (Çaha, 2006). Kelime kökeni olarak “sivil” kavramı, Latince “civis” sözcüğünden türemiştir ve kelime “yurttaş, kenttaş” anlamına gelmektedir. “sivil toplum” kavramı da Fransızcadaki “societe civile” den türemiştir (Güneş, 2004). Bütün kullanımlara bakıldığında ise sivil, yurttaş veya vatandaş anlamında kullanılmaktadır. Buradan yola çıkarak sivil toplum da yurttaşların toplu anlamına gelmektedir (Ercan, 2002).

Sivil toplum söz konusu olduğunda iki kriter bulunmaktadır. Bu iki kriterden birincisi devletin dışında olmaktadır, ikincisi ise kendi içerisinde demokratik bir işleyişe sahip olmasıdır. Genel bir ifade ile sivil bir yönetimi olarak tanımlanan sivil toplum, bir bakıma da yurttaşlık düzenidir (Talas, 2011). Sivil toplumla ilgili olan yaklaşımları üç grup halinde incelemek mümkündür. Bunlardan ilki Larry

Diamon'a aittir ve bu görüşe göre sivil toplum, vatandaşın kendi iradesiyle birlikte tesis edilmiş olan bir düzendir. İkinci yaklaşım Ernest Gellner'e aittir ve bu yaklaşıma göre sivil toplum, geniş bir alanı içerisinde barındıran bir anlayıştır. Bu anlayışa göre sivil toplum, insan ve devlet arasındaki boşluğu dolduran bir yapı olarak değerlendirilir. Örnek olarak da sendikalar, siyasal partiler, gruplar, dernekler, dini örgütler verilebilir. Üçüncü yaklaşım ise sol liberal kesimden John Keane'ye aittir. Devlet dışı işleyen ve devlet kurumları üzerinde baskı ve denetim uygulayarak dönüştüren bir örgüttür (Çulhaoğlu, 2001). Sarıbay, sivil toplum gruplandırmasını, Alman, İtalyan ve Fransız tip olarak üçe ayırmıştır. Alman tipi Hegel ve Marks'ın yaklaşımına göre, İtalyan tipi Gramsci ve Fransız tipi de Tocqueville'nin yaklaşımına dayandırılmıştır (Sarıbay, 2000). Aslında bu ayrımın izahı, devlete karşı olan, devlete dahil olan ve hem devlete dahil olmayan hem de devlete dahil olmayan şeklindedir. Aslında sivil toplum kavramındaki bu çeşitlilik bir bakıma gelenekselleşmiş ve meselenin bakış açısında göre tanımlaması ve faaliyet alanlarında değişiklikler olmuştur. Liberal-neo liberal, marksisit-neo Marksist ve muhafazakâr-neo muhafazakâr olup olmamakla ilgili bağlantılı olarak sivil toplum yerini belirlemiştir (Sarıbay, 2000). Ancak Çulhaoğlu'nun görüşüne göre sivil toplum devletle iç içedir ve bu kurumları devlet yönlendirmektedir (Çulhaoğlu, 2001).

Küreselleşme çağında pek çok politika oluşturan aktörlerin başında sivil toplum kuruluşları gelmektedir. Özellikle toplumu yönlendirme konusunda önemli ve etkili bir rol üstlenmektedir. Bu sebeple de hem kavramsal hem de tarihsel açıdan sentezlenmiş çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Sivil yönetimi olan kurum ve örgütlere sivil toplum kuruluşları veya kısaca STK denmektedir. toplumda yaygınlaşıp önemi artarken farklı toplumsal sorunlara dikkat çekmektedir. STK'lar da gönüllülük esastır ve amaç topluma hizmet ederken siyaseti etkilemeye çalışan resmi olmayan örgütlerdir. STK'ların etki boyutları değişmektedir ve bu bağlamda etkisi ulusal, bölgesel, küresel ya da yerel olabilmektedir (Talas, 2011).

Sivil Toplum Kuruluşların işlevleri aşağı da sıralanmaktadır (Güneş, 2004):

- ✓ Kamuoyu oluşturarak bireyin taleplerinin duyulmasına yardımcı olmak,
- ✓ Piyasadaki metalaşmaya karşı olarak ve egemen piyasa değerlerine de karşı bir şekilde dengeleyici bir unsur haline gelmek,
- ✓ İçerisindeki katılımcılar çoğulcu bir kültürle beslenerek yönetim deneyimi olan bireylerin yetkin hale gelmelerini sağlamak,
- ✓ Projeler geliştirip onlara kaynak bularak sonrasında hayata geçirilmesini sağlamak koşuluyla hükümet politikalarıyla uyumlu olarak eğitim ve sosyal refahla ilgili sorumluluklar alabilmek.

STK'lar devlet dışarısında kalan organizasyonlar olarak da ifade edilmektedir. STK'lara baktığımızda üç çeşit karşımıza gelmektedir. Bunlar, yerel, bölgesel ve ulusaldır. Bulunulan ülkeye bağlı olarak da geri kalmış olan "Güneyli" ve zengin olan "Kuzeyli" olarak politika tayin edicileri olarak işlevlerini sürdürmektedir (Lewis, 2001). Gelişmiş ve geride kalmış ülkeler olarak iki çeşit STK vardır. STK'ların varlığı aktivitelerine bağlıdır. STK'nın aktivitesi olmadığında kendine bir zemin bulması ve buna bağlı olarak da yaşaması mümkün değildir. Bu aktiviteler ise, halkın sağlığı, sosyal problemler, çevre olayları, ekonomik değişkenler, eğitim ile ilerleme ve gelişim çalışmaları olarak gruplandırmak mümkündür.

Doğum kontrolleri, hijyen, atıklardan arınmak, suyun kullanımı, eşy gibi çeşitli etkinlikleri vardır. Sağlığa ilişkin krizlerdeki etkinliklere örnek olarak HIV-AIDS eğitimi, bağışlılıktan kurtarma seminerleri örnek olarak verilebilir. Ortak sosyal sorunlara yönelik gerçekleştirilecek faaliyetlere örnek olarak evden kaçan kız çocukları, çocukların eğitim görmemesi, erken yaşlılıkta evlilikleri önlemeye yönelik olabilir. Çevresel bağlamda enerji tüketimine yönelik bilinçlendirme, çevreyi temiz tutma ve

ağaçlandırmayı arttırmaya yönelik olabilir. Ekonomik boyutta mikro teşebbüslerle makro borçlanmalar, bilgisayar ve teknik eğitimler, tekstile yönelik beceri eğitimleri verilebilir. Toplumsal gelişimle ilgili aktiviteler, okum inşası, alt yapı inşası, çeşitli kültür merkezlerinin kurulması, tarımsal uzmanlığı geliştirilmesi şeklinde olabilmektedir. Kadın sorunlarına yönelik, cinsel tacize maruz kalmış kadınlarla bireysel ya da grup terapi çalışmaları, yardım ve ihbar hatları, yasal olarak düzenleme çalışmaları gerçekleştirilebilir (Mostashari, 2005).

Yukarıdaki aktivite örneklerine bakıldığında sivil toplum kuruluşları hem pek çok sorunun çözümü için çalışmakta ve yakından müdahaleler gerçekleştirmektedirler. Aslında gelişmiş ülkeler için sivil toplum kuruluşları toplumda yaşanan siyasi ve sosyal sorunların bir sonucudur. Tüm çağdaş toplumlarda sivil toplum kuruluşları mevcuttur ve önemleri her geçen gün artmaktadır (Güneş, 2004). Bir bakıma bir toplumda sivil toplum kuruluşlarının mevcudiyeti çağdaşlığında göstergesi olmaktadır. İleri düzeyde sanayileşmiş olan ve gelişmiş toplumlarda mevcut olan STK'ların var olabilmesi için demokrasinin egemen olması esastır. Demokrasi ne kadar egemen olursa STK'ların kurum ve kuruluşlar üzerindeki etkisi de artmaktadır.

Gelişmiş toplumdaki sivil toplum kuruluşlarının daha etkin olmasının bir başka sebebi de sivil toplum kuruluşlarının daha çok şehirleşmiş alanlarda meydana geliyor olmasıdır. Bunun dışında insanları birey olmayı başarıp başaramaması da sivil inisiyatifin oluşması için gereklidir (Keyman, 2004). Batılı toplumlar için birey olmak eski zamanlardaki aristokratlar sınıfına karşı verilmiş olan mücadelenin bir sonucu olarak sivil inisiyatif gruplarının faaliyetleriyle tanımlanmaktadır. Ancak aristokratlar gibi bir sınıflandırmaya sahip olmayan ülkelerde ise daha çok devletin modernleşme çabası içerisindeki bir projesi olarak STK'lar meydana gelmektedir (Atar, 1997). Gelişmiş toplumlar içerisinde güçlü sivil toplum kuruluşlarını barındırmaktadır. Sivil toplum kuruluşlarının toplumdaki öneminin anlaşılması içinse uluslararası platformlarda STK'ların karar aldırması ya da bir kararı kaldırtması olaylarına bakılması yeterlidir. STK'lar kamuoyu vasıtası ile geniş bir seçmen kitlesini etkilemekte veya yönlendirmektedir. Bu bakımdan ekonomik, siyasal tercihlerin belirlenmesinde önemli bir rol üstlenir. Uluslararası antlaşmalarda belirleyici bir rol üstlenmektedirler. Hatta bazı konularda istenirse kamuoyunu yanlış yöne sürükleme gibi etkileri ve imkanları da oluşabilmektedir (Rugman, 2000). STK'ların en önemli özelliği vatandaşı bilinçlendirmesi ve bu bilincin gelişmesine katkı sağlamasıdır. Bu sebeple devletler STK'ların gelişmelerini desteklemekte ve bu bilinçlendirme çalışmaları için çeşitli altyapılar oluşturmaktadırlar.

### **Sivil Toplum Örgütü Olarak Spor Kulüpleri**

Toplum içerisinde niteliklerine göre ayrılmış olan işyeri, okul, spor kulübü, dernek veya sendika gibi sivil toplum örgütü olan gruplar vardır. Bu gruplar kişilerin aynı amaçlarla bir araya gelmesi sonucu oluşmaktadır (Nirun, 1989). Öncelikle spor ilişkide olduğu sosyal kurum, olgu ve olay bakımından önemli bir konuma sahiptir. Spor, sosyal boyut içerisinde; ekonomi, sosyal güvenlik, kültür, uluslararası ilişkiler, sosyalleşme, kalkınma gibi sosyal kurum ve olguları göstermektedir. Bu sebeple de aslında spor, toplumsal hayat ve sosyal hayatla yakından ilişkili bulunmaktadır. Spor hayatın pek çok yönüyle bütünleşmiş bir olguyu ifade etmektedir (Yetim, 2000). Sporun son derece toplumsal hayatta sosyal rolünün ön plana çıkmasında, toplumla bütünleşmesinde ve esnek bir yapıya sahip olmasında spor kulüplerinin işlevi sivil toplum örgütleri kadar büyük önem arz etmektedir.

Avrupa da spor önemli sosyal ilişkileri ifade etmektedir. Aynı zamanda sporun ulusal olarak ve bölgesel nitelikte de temsil etme imkânı da bulunmaktadır. Hem sporcuları hem de bu sporu destekleyenlerin birleşip bütünleşmesine yol açmaktadır. Aynı zamanda spor kültürün bir simgesi haline de gelmiştir. Avrupa Birliği vatandaşları için nüfusun yarısından fazlası bir spor kulübüne mensup olmakta ve bu sayede spor faaliyetlerini gerçekleştirmektedir.

Spor AB içerisinde, özellikle nüfusun sosyal yapısı, toplum sağlığı, herkes için spor, spor ve çevre, eğitim ve spor ilişkisi konularının öncelikle çalınma balıkları olduğu görülmektedir. Avrupa da spor önemli sosyal ilişkilere işaret etmektedir. Spor ulusal ve bölgesel kimliği temsil etmekte, güçlendirmektedir. Oyuncuları ve sporcuları birleştirir. Seyircilere ülkeleri ile özdeşleşme olanağı verir. Spor sosyal stabiliteye katkıda bulunur ve kültür ve kimliğe ilişkin simgedir. Spor ya ve köken içermeden AB vatandaşları arasındaki en önemli noktadır. Vatandaşlarının yarısından fazlası, 700.000 spor kulübüne bağılı olarak düzenli şekilde spor yapmaktadır (Balcı, 2003). Kulüpleri tüm bu özelliklerin geliştirilmesinde bir STÖ olarak kültür, eğitim, sosyal politikalar, toplum sağlığı balıkları altında görev ve sorumluluğu olan kurullardır. AB Spor kulüpleri toplum içerisinde önemli bir yere sahip olmuştur. Örneğin, Portekiz de 70.000 Antrenörün 40.000 spor kurulu ve komite üyesi Avusturya da Nüfusun% 39 bir spor kulübü veya federasyon üyesi olduğu, 1.850.000 kişi 10.000 spor kulübüne üye olup nüfusun % 36'sını oluşturmaktadır. Lüksemburg'da 1.100 spor kulübünün 120.000 üyesi bulunmaktadır. Bu da nüfusun % 30' nu oluşturmaktadır. Belçika'da 17.000 kulüp ve 1.400.000 üyesi vardır. Hollanda'da 4 milyon kişi kulüplere üye olduğu vurgulanmaktadır (Balcı, 2003). Günümüze bakıldığında hızla ilerleyen teknoloji ve sağlık alanındaki gelişmeler yaşamın uzamasına yol açmıştır. Bu sebeple de kişilerin spor yapmaya karşı duydukları ihtiyaç artış göstermiştir. Yani spora ihtiyaç duyan kişilerin spor faaliyetlerini gerçekleştirebilmesi formal olarak spor kulüpleri aracılığı ile olmaktadır. Artık pek çok ülkede ve ülkemizde spor politikaları oluşturulup gerçekleştirilmeye çalışılmaktadır (Sunay, 2000). Bugün birçok ülkenin spor politikasında olduğu gibi, ülkemizin spor politikasında da sporun topluma yaygınlaştırılması ilk sırayı tekil ederken, spor alanında gelimi ülkeler bu politikalarını büyük ölçüde gerçekleştirebilmişlerdir. Almanya'da her dört kişiden biri spor kulüplerine üye iken (21 milyon kişi), 12 milyon kişi de spor kulüpleri dışında spor yapmaktadır ve bu ülkede spor örgütlerinin başarı kriteri, sporu tüm nüfusa yaygınlaştırmaktır (Çamlıyer, 1999).

Sivil toplum kuruluşu hizmeti vermekte olan bazı spor kuruluşları;

- ✓ Amatör Spor Kulüpleri Federasyonu,
- ✓ Türkiye Futbol Antrenörleri Derneği,
- ✓ Faal Futbol Hakemleri ve Gözlemcileri Derneğidir.

### **Spor Kulüplerinin Sivil Toplum Örgütü Olarak Fonksiyonları**

Spor kulüplerinin önemi gün geçtikçe artmaktadır. Bu bakımdan sivil toplum kuruluşları ile spor kulüplerinin ortak özellikleri aşağıda ifade edilmiştir (Devecioğlu ve Çoban, 2002):

- ✓ İki kurum da kâr amacı gütmemekte ve gönüllü olarak çalışmalar yürütmektedir.
- ✓ Bürokrasinin olmadığı esnek bir yapıları vardır.
- ✓ Karar ve uygulamada katılım esaslı bir yaklaşım benimsemektedirler.
- ✓ Kapsam, örgütleniş, etkinlik alanı, finansman ve denetimleri farklıdır
- ✓ Hem yerel olarak hem ulusal olarak hem de uluslararası olarak örgütlenebilmektedirler.
- ✓ Bünyelerinde çalışan kişiler çalışmalarını gönüllü olarak veya ücret karşılığında yapabilirler.
- ✓ Ekonomisini ve finansmanını bağış, aidat ya da üretilen malların satışından elde ederler.
- ✓ Hem üyelerine hem de mali anlamda destek olan kimselere veyaz gruplara hesap vermekle yükümlüdürler.
- ✓ Faaliyetleri; kamuoyu oluşturmak, eğitim, örgütlenme, araştırma, tanıtım, danışmanlıktır.

- ✓ Geniş kapsamlı kuruluşlardır, devletin yasa ve yönetmeliklerine uygun şekilde hareket edilir.
- ✓ Toplumsal ve ekonomik kalkınmanın iyileştirilmesi için sürekli olarak çalışma içerisindeyler.
- ✓ Gündemdeki insan problemlerine etkin modeller geliştirirler sürekli bir sermayeleri yoktur ve kendi içinde bir disipline sahiptirler.
- ✓ Özel sektör ve gönüllü kişiler ile birlikte kamunun üstlenmediği rolleri üstlenerek yönetilen kitlenin yani toplumun fertlerinin hak ve menfaatleri korunur ve bunun sonucunda da yönetimi etkileme gücü oluşur.
- ✓ Devletten daha hızlı servis verme, esnek olma ve maliyetlerde tasarruf sağlama olanağına sahiptir.
- ✓ Farklı sosyal amaç güden yarattığı çoğulculuk, zenginlik, eğitim, sağlık, kültür ve yeni kuşaklara birtakım değerlerin ve alışkanlıkların kazandırılması değişimle beraber gelişiminde rol oynarlar.
- ✓ Çalışmakta olan bireylerin hiçbiri zorla çalıştırılmamaktadırlar ve burada çalışmakta olan kişiler maddi kazanç temin etmekten çok sosyal ve psikolojik doyum sağlama belirli bir hedefi ya da gayeyi gerçekleştirirler.

## **MATERYAL VE METOD**

### **Araştırmanın Modeli**

Tarama modeli, geçmişten beri var olan bir durumu betimlemeyi amaçlayan yaklaşımdır (Karasar, 2012). Kullanılan model, belirlenen evrenden seçilmiş olan örneklem üzerinde nicel betimlemeyi sağlamak için yapılan genel tarama modellerinden “ilişkisel tarama modeli” kullanılmıştır. İlişkisel tarama modeli, iki veya daha fazla değişkenin arasında beraber değişim varlığını veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelidir. İlişkisel tarama modeli, korelasyon ve karşılaştırma araştırmaları yapmamızı sağlar (Karasar, 2004).

### **Evren ve Örneklem**

Sivil toplum kuruluşlarında çalışan gönüllü ve çalışanlar evrenimizi oluştururken; Bartın ve Amasra illerinde yaşayan sivil toplum kuruluşlarında çalışan ve aktif gönüllü olan 234 kişi örneklemimizi oluşturmaktadır.

### **Araştırmanın Sınırlılıkları ve Varsayımları**

Bartın ve Amasra ilinde yaşayan sivil toplum kuruluşlarındaki resmi ve gönüllü görevlilerle sınırlandırılmıştır. Katılımcıların soruları doğru anladığı, güvenilir cevaplar verdiği ve araştırmamızda kullanılan materyallerin ve metotların geçerli ve güvenilir olduğu varsayılmaktadır.

### **Araştırmanın Hipotezleri**

- ✓ Bartın ilinde yaşayan sivil toplum kuruluşlarında rol alan bireylerin sportif aktivite düzeylerinde cinsiyete göre fark vardır.
- ✓ Bartın ilinde yaşayan sivil toplum kuruluşlarında rol alan bireylerin sportif aktivite düzeylerinde medeni duruma göre fark vardır.
- ✓ Bartın ilinde yaşayan sivil toplum kuruluşlarında rol alan bireylerin sportif aktivite düzeylerinde eğitim düzeyine göre fark vardır.



- ✓ Bartın ilinde yaşayan sivil toplum kuruluşlarında rol alan bireylerin sportif aktivite düzeylerinde ekonomik düzeye göre fark vardır.
- ✓ Bartın ilinde yaşayan sivil toplum kuruluşlarında rol alan bireylerin sportif aktivite düzeylerinde tütün kullanımına göre fark vardır.

### **Verilerin Toplanması**

Anketler çevrimiçi toplanmış ve katılımında gönüllülük esas alınmıştır. Çalışmaya Bartın ilinde sivil toplum kuruluşlarında çalışan ve gönüllü olan 94'ü erkek ve 140'ı kadın olmak üzere toplam 234 kişi katılmıştır.

### **Veri Toplama Aracı**

Demografik sorularda; cinsiyet, medeni durum, öğrenim durumu, ekonomik durum, tütün mamulü kullanma durumu sorulmuştur.

Sağlam ve arkadaşları (2010) tarafından geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapılan “Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi” kullanılmıştır.

- ✓ Şiddetli Fiziksel Aktivite,
- ✓ Orta Şiddetli Fiziksel Aktivite,
- ✓ Yürüme
- ✓ Genel Fiziksel Aktivite şeklinde 4 alt boyuttan oluşmaktadır.

Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi Kısa Formu (UFAA-Kısa Form): Fiziksel aktivite düzeyini değerlendirmek için Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi Kısa Formu kullanılmıştır. Dr. Michael Booth tarafından geliştirilmiş, 15 ila 69 yaş aralığındaki bireylerin fiziksel aktivite düzeyini, sedanter yaşam tarzlarını belirlemek amacıyla kullanılan bir testtir. Anketin kısa formu yedi sorudan oluşmaktadır. Fiziksel aktivitelerin, geçirilen son bir haftada tek seferde en az 10 dakika yapılmış olması referans alınmaktadır. Şiddetli fiziksel aktivite süresi, orta dereceli fiziksel aktivite süresi, yürüme ve bir günlük ortalama oturma süreleri sorgulamaktadır. Fakat hesaplamalara oturma süreleri dahil edilmemektedir (97). Anket skoru, bazal metabolik hıza karşılık gelen Metabolic Equivalent of Task (MET- dk/hafta, 1 ME=3.5ml/kg/dk)'a çevrilerek fiziksel aktivite puanı hesaplanmaktadır. Her bir aktivite için ayrı ayrı hesaplama yapılmaktadır. Yürüme MET dk/hafta puanı [3,3 x yürüme dakikası x yürünen gün sayısı], orta şiddetli aktivite MET dk/hafta puanı [4,0 x aktivite dakikası x 26 aktivitenin yapıldığı gün sayısı], şiddetli aktivite MET dk/hafta puanı [8,0 x aktivite dakikası x aktivitenin yapıldığı gün sayısı] olarak hesaplanmaktadır. Elde edilen bütün sonuçlar toplanmakta ve elde edilen sonuç ile fiziksel aktivite düzeyi belirlenmektedir. Haftada 600 MET'ten daha az fiziksel aktivitesi olan bireyler “inaktif”, haftada 600 ile 3000 MET aralığında olan bireyler “minimum aktif”, haftada 3000 MET'ten daha fazla fiziksel aktivitesi olan bireyler “çok aktif” olarak sınıflandırılmaktadır. 2010 yılında Türkçe'ye uyarlanarak, Sağlam ve ark. (2010) tarafından geçerlilik-güvenilirlik çalışması yapılmıştır.

### **Verilerin Değerlendirilmesi ve Analizi**

Tüm veriler bilgisayarda SPSS (statistical package for social sciences) for Windows 22 programına kaydedilerek analiz edilmiştir. Verilerin analizinde ilk olarak hangi testlerin (parametrik/nonparametrik testler) uygulanacağına karar vermek için karşılanması gereken varsayımlar test edilmiştir. Dağılımın normalliğine karar vermek için Kolmogorov-Smirnov, normal dağılımın diğer varsayımları olan basıklık ve çarpıklık değerleri ve histogram grafiğinden yararlanılmıştır. Bağımsız iki grup karşılaştırmasında Man Whitney-U testi ilişkisiz iki ya da daha fazla grupların karşılaştırılmasında

Kruskal Wallis-H testi, farkın kaynağının belirlenmesi için post hoc testlerinden Bonferroni testi kullanılmıştır. Elde edilen değerlerin anlamlı olup olmadığının yorumlanmasında 0.05 anlamlılık düzeyi ölçüt olarak kullanılmıştır.

## BULGULAR

Çalışma kapsamındaki bireylerin Sosyo-Demografik özelliklerine yönelik bulgular ve Uluslararası fiziksel aktivite düzeyleri frekans analizi ile değerlendirilerek yüzde frekans olarak nitelendirilmiştir.

**Tablo 1. Katılımcıların Kişisel Özellikleri**

Değişken	Grup	f	%
Cinsiyet	Kadın	140	59.8
	Erkek	94	40.2
Medeni Durum	Evli	108	46.2
	Bekar	126	53.8
Eğitim Düzeyi	Lise	14	6.0
	Önlisans	128	54.7
	Lisans	92	39.3
Ekonomik Düzey	Düşük	19	8.1
	Orta	151	64.5
	Yüksek	64	27.4
Tütün Maddesi Kullanma Durumu	Kullanıyor	151	64.5
	Kullanmıyor	83	35.5
Fiziksel Aktivite Durumu	İnaktif	126	53.8
	Minimum aktif	99	42.3
	Çok aktif	9	3.8
<b>Toplam</b>		<b>234</b>	<b>100</b>

Çalışma kapsamındaki kişilerin %59,8'i (n:140) kadın %53,8'i (n:126) bekar, %54,7'si (n:128) ön lisans mezunu %64,5'i (n:151) orta düzey ekonomiye sahip ve %64,5'i (n:151) tütün ürünü kullanmaktadır. Fiziksel aktivite düzeyleri incelendiğinde kişilerin %53,8'i (n:126) in aktif %42,3'ü (n:99) minimum aktif (n:99) ve %3,8'i (n:9) çok aktif düzeyde fiziksel aktiviteye sahiptir.

**Tablo 2. Ölçek ve Alt Boyut Puanlarının Normalliğinin İncelenmesi**

	Kolmogorov-Smirnov			Shapiro-Wilk			Çarpıklık	Basıklık
	İstatistik	sd	p	İstatistik	sd	p		
Şiddetli Fiziksel Aktivite	0.41	234	0.00	0.57	234	0.00	2.40	5.86
Orta Şiddetli Fiziksel Aktivite	0.45	234	0.00	0.50	234	0.00	3.08	12.16
Yürüme	0.16	234	0.00	0.86	234	0.00	1.41	3.62
Genel Fiziksel Aktivite	0.19	234	0.00	0.82	234	0.00	1.65	3.60

Kolmogorov-Smirnov testlerinden elde edilen anlamlılık düzeyi 0,05'ten küçük ve çarpıklık basıklık katsayıları  $\pm 2,0$  aralığından oldukça yüksek olup uç değerlerin fazla olması sebebi ile verilerin normal dağılımdan uzaklaştığı görülmektedir. Bu sebeple istatistik analizler parametrik olmayan testler ile gerçekleştirilmiştir. Şiddetli fiziksel aktivite Met puan değerleri ortalama 282,2 minimum 0 maksimum 2880'dir. Orta şiddetli fiziksel aktivite Met puan değerleri ortalama 110,8 minimum 0 maksimum 1800'dür. Yürüme Met puan değerleri ortalama 510,4 minimum 0 maksimum 2772'dir. Genel fiziksel aktivite Met puan değerleri ortalama 903,4 minimum 0 maksimum 5706'dır.

**Tabla 3. Uluslararası Fiziksel Aktivite Skorlarına İlişkin Özet İstatistikler**

	X	Ss	Medyan	Minimum	Maksimum
Şiddetli Fiziksel Aktivite (MET-dk/Hafta)	282.2	571.5	0.0	0.0	2880
Orta Şiddetli Fiziksel Aktivite (MET-dk/Hafta)	110.8	255.0	0.0	0.0	1800
Yürüme (MET-dk/Hafta)	510.4	506.2	462.0	0.0	2772
Genel Fiziksel Aktivite (MET-dk/Hafta)	903.4	1036.6	495.0	0.0	5706

Şiddetli fiziksel aktivite Met puan değerleri ortalama 282,2 minimum 0 maksimum 2880'dir. Orta şiddetli fiziksel aktivite Met puan değerleri ortalama 110,8 minimum 0 maksimum 1800'dür. Yürüme Met puan değerleri ortalama 510,4 minimum 0 maksimum 2772'dir. Genel fiziksel aktivite Met puan değerleri ortalama 903,4 minimum 0 maksimum 5706'dır.

**Tablo 4.** Genel Fiziksel Aktivite Met Puanlarının Cinsiyete Göre Farklılığı

	Erkek Ortanca (Min.-Maks.)	Kadın Ortanca (Min.-Maks.)	z	p
Şiddetli Fiziksel Aktivite (MET-dk/Hafta)	0.0 (0.0-2880.0)	0.0 (0.0-2880)	-0.10	0.92
Orta Şiddetli Fiziksel Aktivite (MET-dk/Hafta)	0.0 (0.0-1800.0)	0.0 (0.0-1440)	-0.36	0.72
Yürüme (MET-dk/Hafta)	412.5 (412.5-2772.0)	478.5 (478.5-2772)	-0.72	0.47
Genel Fiziksel Aktivite (MET-dk/Hafta)	495.0 (495.0-4692.0)	594.0 (594.0-5706)	-0.33	0.74

Genel fiziksel aktivite Met puanları ile şiddetli, orta şiddetli ve yürüme Met puanları kişilerin cinsiyetine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir ( $p>.05$ ).

**Tablo 5.** Genel Fiziksel Aktivite Met Puanlarının Medeni Duruma Göre Farklılığı

	Bekar Ortanca (Min.-Maks.)	Evli Ortanca (Min.-Maks.)	z	p
Şiddetli Fiziksel Aktivite (MET-dk/Hafta)	0.0 (0.0-2880.0)	0.0 (0.0-2880)	-1.17	0.24
Orta Şiddetli Fiziksel Aktivite (MET-dk/Hafta)	0.0 (0.0-1800.0)	0.0 (0.0-1080)	-0.90	0.37
Yürüme (MET-dk/Hafta)	437.3 (437.3-2772.0)	478.5 (478.5-2772)	-0.45	0.66
Genel Fiziksel Aktivite (MET-dk/Hafta)	495.0 (495.0-5706.0)	511.5 (511.5-5652)	-0.71	0.48

Genel fiziksel aktivite Met puanları ile şiddetli, orta şiddetli ve yürüme Met puanları kişilerin medeni duruma göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir ( $p>.05$ ).

**Tablo 6.** Genel Fiziksel Aktivite Met Puanlarının Eğitim Durumuna Göre Farklılığı

	Lise ve Altı Ortanca (Min.-Maks.)	Ön Lisans Ortanca (Min.-Maks.)	Lisans ve üstü Ortanca (Min.-Maks.)	X <sup>2</sup> <sub>KW</sub>	p
Şiddetli Fiziksel Aktivite (MET-dk/Hafta)	0.0 (0.0-2880)	0.0 (0.0-2880)	360.0 (0.0-1200.0)	2.07	0.35
Orta Şiddetli Fiziksel Aktivite (MET-dk/Hafta)	0.0 (0.0-480)	0.0 (0.0-1800)	0.0 (0.0-480.0)	0.68	0.71
Yürüme (MET-dk/Hafta)	544.5 (0.0-2772)	478.5 (0.0-1980)	1039.5 (0.0-1386.0)	0.39	0.82
Genel Fiziksel Aktivite (MET-dk/Hafta)	544.5 (0.0-5652)	495.0 (0.0-3577)	1519.5 (0.0-2586.0)	0.12	0.94

Genel fiziksel aktivite Met puanları ile şiddetli, orta şiddetli ve yürüme Met puanları kişilerin eğitim düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir ( $p>.05$ ).

**Tablo 7.** Uluslararası Fiziksel Aktivite Skorlarının Ekonomik Durumuna Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular

	Düşük <sup>a</sup> Ortanca (Min.- Maks.)	Orta <sup>b</sup> Ortanca (Min.- Maks.)	Yüksek <sup>c</sup> Ortanca (Min.- Maks.)	X <sup>2</sup> <sub>KW</sub>	p	Fark
Şiddetli Fiziksel Aktivite (MET-dk/Hafta)	0.0 (0.0-0.0)	0.0 (0.0-2880)	0.0 (0.0-2880.0)	11.95	0.01	a<c
Orta Şiddetli Fiziksel Aktivite (MET-dk/Hafta)	0.0 (0.0-0.0)	0.0 (0.0-1080)	0.0 (0.0-1800.0)	7.04	0.03	a<c
Yürüme (MET-dk/Hafta)	495.0 (0.0-1386.0)	462.0 (0.0-2772)	404.3 (0.0-2772.0)	0.64	0.73	

<b>Genel Fiziksel Aktivite (MET-dk/Hafta)</b>	495.0 (0.0-1386.0)	495.0 (0.0-4692)	813.0 (0.0-5706.0)	4.19	0.12
---	--------------------	------------------	--------------------	------	------

Genel fiziksel aktivite Met puanları yürüme Met puanları kişilerin ekonomik düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir ( $p>0,05$ )

Şiddetli fiziksel aktivite Met puanları kişilerin ekonomik düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı bir fak göstermektedir [ $X^2_{(2)}=11,95$   $p<0,05$ ]. Farkın hangi düzeyler arasında olduğunu anlamak için yapılan Bonferroni çoklu karşılaştırma testine göre düşük ekonomik düzeye sahip kişilerin şiddetli fiziksel aktivite Met değerleri yüksek gelirli kişilere göre daha düşüktür. Orta şiddetli fiziksel aktivite Met puanları kişilerin ekonomik düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı bir fak göstermektedir [ $X^2_{(2)}=7,04$   $p<0,05$ ]. Farkın hangi düzeyler arasında olduğunu anlamak için yapılan Bonferroni çoklu karşılaştırma testine göre düşük ekonomik düzeye sahip kişilerin orta şiddetli fiziksel aktivite Met değerleri yüksek gelirli kişilere göre daha düşüktür.

**Tablo 8. Genel Fiziksel Aktivite Met Puanlarının Tütün Ürünü Kullanımına Göre Farklılığı**

	<b>Evet Ortanca (Min.-Maks.)</b>	<b>Hayır Ortanca (Min.-Maks.)</b>	<b>z</b>	<b>p</b>
<b>Şiddetli Fiziksel Aktivite (MET-dk/Hafta)</b>	0.0 (0.0-2880.0)	0.0 (0.0-2160)	-0.32	0.75
<b>Orta Şiddetli Fiziksel Aktivite (MET-dk/Hafta)</b>	0.0 (0.0-1800.0)	0.0 (0.0-720)	-0.96	0.34
<b>Yürüme (MET-dk/Hafta)</b>	495.0 (495.0-2772.0)	396.0 (396.0-2772)	-0.24	0.81
<b>Genel Fiziksel Aktivite (MET-dk/Hafta)</b>	594.0 (594.0-5706.0)	495.0 (495.0-4212)	-0.23	0.82

Genel fiziksel aktivite Met puanları ile şiddetli, orta şiddetli ve yürüme Met puanları kişilerin tütün ürünleri kullanma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir ( $p>.05$ ).

## TARTIŞMA VE SONUÇ

Bulgularımıza göre katılımcıların fiziksel aktivite puanlarının cinsiyet, medeni durum, eğitim durumu ve tütün ürünü kullanım durumuna göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmektedir. Fakat katılımcıların ekonomik gelir düzeylerine göre fiziksel aktivite puanlarında anlamlı düzeyde farklılıklara rastlanmıştır. Düşük ekonomik düzeye sahip kişilerin şiddetli ve orta şiddetli fiziksel aktivite Met değerleri, yüksek gelirli kişilere göre daha düşük olduğu tespit edilmiştir.

Cinsiyete göre farklılık bulamayıp çalışmamızı desteklemektedir (Şanlı ve Güzel, 2009; Kayapınar, 2012). Fakat erkeklerin egemenliğini sürdürdüğü dünyada kadınların iş yükünün ve uğradığı cinsiyet eşitsizliğinin yarattığı zorluklarla mücadele etmesi cinsiyetler arasında fiziksel aktivite farklılığına yol açması gerektiğini düşünmekteyiz. Düşüncemizi destekleyen bir çok çalışma mevcuttur (Güner, 2015; Miller ve Brown, 2005; Şahin ve Kocabulut, 2014). Karaca, (2008) erkeklerin şiddetli spor aktivite ortalamasının kadınlara oranla daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Tavzar, vd. (2016) de çalışmasında cinsiyete göre fiziksel fonksiyonun, genel sağlığın, enerjinin, sosyal fonksiyonun, rol güçlüğüne ve yaşa göre vitalite/enerjinin ve mental sağlık fonksiyonlarının anlamlı düzeyde farklılaştığını bulmuştur. Ayrıca başka bir çalışmada cinsiyet değişkeni ile spora ilgi duyma, sporla yaşama ve aktif spor yapma düzeyi arasında istatistikî olarak anlamlı farklılıklara rastlanmıştır (Varol, Varol ve Türkmen, 2017).

Gelir düzeyine göre fiziksel aktivitelerde anlamlı düzeyde farklılıklara rastlanmıştır. Gelir düzeyi yüksek olan kişilere fiziksel aktiviteye katılım oranlarının fazla olmasının nedeni olarak özel spor kulüplerinin, crossfit sahaları/salonlarının, macera parkurlarının, özel rekreasyon alanlarının ücretlerinden kaynaklı olduğu söylenebilir. Gelir seviyesi konforlu ve spor yapma inkanı sunmaktadır.

Düşük gelirli kişilerin ise kaynakları kısıtlı spor alanlarını veya ücretsiz yararlanabileceği spor alanlarını tercih etmek zorunda olmasından kaynaklandığını düşünmekteyiz. Bu durumda düşük gelirli spora yakınlaştırmayabilir. Pehlivan, Ada ve Öztaş (2017) çalışmasında sağlıklı yaşam ile medeni durumun, eğitimin ve ekonomik gelirin farklılığını araştırmış ve anlamlı farklılığa rastlamayarak çalışma sonucumuzu desteklemektedir. medeni duruma göre fiziksel aktive düzeyinde anlamlı farklılık bulunamamıştır. Evli insanların sorumlulukları bekar insanlara göre fazladır. Bu durumda kişiler serbest zaman elde edememekte veya spor aktivite sürelerini en aza indirmek zorunda kalabileceğini düşünmekteyiz. Ancak Kılıç (2017) ağırlıklı yaşam üzerine yapılan bir çalışmada medeni duruma ve eğitim durumuna göre farklılıklar tespit edilmiştir. Evlililerin sağlıklı yaşam puanlarının daha yüksek olduğunu ve eğitim seviyesi arttıkça sağlıklı yaşam puanının da arttığını bulgularıyla tam tersi sonuç elde etmiştir.

Sporun yaygınlaşması ve rol model olunması için sivil toplum kuruluşları bünyesinde olan çalışanların ulaşılabilir medya aracılığıyla katılım düzeylerini kuruluş içerisinde bulunan herkes göstermeleri bir etkileşim yaratacak ve özendirici bir rol üstlenilmesini sağlayacaktır. Sosyal medya platformları sayesinde bu kişilerin çeşitli etkinlikler düzenlemesi kuruluş gönüllüsü olan bireyleri spora davet etmelerine yol açacaktır. Pek çok dernek, sendika, kulüp toplum içerisinde sivil toplum örgütü işlevi görmektedir. Devletten bağımsız olan ancak devletin bir parçası olan bu örgütler sayesinde toplumsal çevre düzenlenmekte, aynı özellikleri ve amaçlara sahip bireyler bir araya gelerek fikir ve taleplerini rahatlıkla bildirmektedirler. Özellikle son yıllarda sivil toplum kuruluşları ülkenin gündemine yön veren ve bu gündemi belirleyen bir rol üstlenmekte, sivil toplum kuruluşlarına olan katılım her geçen gün artmaktadır. Bu bakımdan pek çok spor derneği de spor faaliyetlerini özendirmek, öğretmek ve bilinçlendirmek amacıyla sivil toplum kuruluşu rolü üstlenmektedir.

## Öneriler

- ✓ Sivil toplum içerisinde bulunan bireylerin sportif aktiviteye katılımı ve bu katılıma bağlı olarak sağlıklı yaşamaları desteklenmelidir. Çünkü birey toplumun temel yapı taşıdır bireyin sağlıklı bir yaşantı sürdürmesi toplumun sağlıklı bir yaşantı sürdürmesine yol açacaktır. Öyledir ki sağlıklı bir toplum sağlık sisteminde harcanan tedavi masraflarını hafifletecek ulusun, ülkenin geleceğine etki edecektir. Bu nedenlerden dolayı kuruluşlar bünyesinde barındırdığı bireyleri bu konuda teşvik etmeli onlara yol gösterici olmalı hatta düzenli olarak katılabilecekleri sportif etkinliklere davet etmelidir.
- ✓ Kuruluşlar tütün kullanımı ve etkileriyle ilgili paydaş kurumlardan (Yeşilay, Sağlık Bakanlığı, vb.) destek alarak bünyesinde ki bireylere konferans/panel düzenlemelidir.
- ✓ Bireyler sportif aktiviteye katılım sağlamak için araştırmacı olmalı ve belediyeler, üniversiteler, bakanlıklar, spor kulüpleri, federasyonlar vb. kuruluşların tesislerinden kendi ekonomik düzeylerine uygun nasıl yararlanabilecekleri ile alakalı bilgi edinmeli ve aktiviteye başlamak için yol haritası çizmelilerdir.

## KAYNAKLAR

- Açıkada, C., & Ergen, E. (1990). *Bilim ve spor*. Ankara: Büro Tek Ofset Matbaacılık, (Spor Şurası 1990) Sporda Eğitim ve Öğretim Komisyonu Raporu, Ankara (8-10).
- Akgün, N. (1982). *Egzersiz fizyolojisi*. İzmir: Ege Üniversitesi Matbaası.
- Akgün, N. (1989). *Egzersiz fizyolojisi* (3. Baskı). Ankara.
- Amman, M. T. (2000). *Spor sosyolojisi*. (Ed.: İkizler, C.) Sporda Sosyal Bilimler. İstanbul: Alfa Yayınları
- Atasoy, B., & Kuter, F. Ö. (2005). Küreselleşme ve spor. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18(1), 11-22.
- Avcı, G. (2000). *Türkiye de sivil toplum arayışları*. İstanbul: Demokrasi Kitaplığı.
- Balcı, V. (2003). Avrupa birliği ve spor. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 8(2), 53-66.

- Bilge, M. (2000). Türk bayan hentbol milli takımı oyuncularının somatotip profilleri ve yabancı ülke sporcuları ile karşılaştırılması. *Spor Araştırmaları Dergisi*, 4(1).
- Çaha, Ö. (2003). *Aşkın devletten sivil topluma*. Gendaş A.Ş. Yayınları. İstanbul.
- Çaha, Ö. (2006). *Bir kez daha sivil toplum*. <http://www.siviltoplum.com.tr> (Son erişim tarihi: 15.06.2006).
- Çulhaoğlu, M. (2001). *Devlet, Sivil Toplum ve Demokratikleşme, Sivil Toplum: Devletin Büyümesi*. YGS Yayınları. İstanbul.
- Devecioğlu, S., & Çoban, B. (2005). Spor kulüplerinin sivil toplum örgütü olarak toplumsal işlevi. *Siyaset ve Toplum Dergisi*, 3, 181-191.
- Ercan, H. (2002). Türkiye’de sivil toplum tartışmaları üzerine. *Cumhuriyet Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 26(1), 69-79.
- Erkal, N. (1992). *Sosyolojik açıdan spor.*, İstanbul: Kutsun Matbaa ve Reklamcılık Merkezi.
- Erkal, N. (1998). *Yaşam boyu spor*. Ankara.
- Erözden, O. (2001). *STK’lar ve hukuki çerçevede yenilik talepleri üzerine notlar, merhaba sivil toplum*. Der: Taciser Ula, Ankara: Helsinki Yurttaşlar Derneği Yayınları.
- Güner, B. (2015). The evaluation of the problems related to the women’s not being able to participate in recreation activities. *Journal of International Sport Sciences*, 1(1), 22-29.
- Güneş, İ. (2004). Sivil toplum kuruluşları. *Son Baskı Sanal Dergi*, 1(5), 10-20.
- Haşlak, İ., & Gülener, S. (2010). *Sosyal ve siyasal düşüncede sivil toplum tartışmaları ve toplulukçu düşüncede topluluk, birey ve devlet anlayışı*. III. Uluslararası STK’lar Kongresi, 3-9.
- İnal, A. N. (2003). *Beden eğitimi ve spor bilimi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Karaca, A. (2008). Yetişkin bireylerde orta ve yüksek şiddetli fiziksel aktivitenin cinsiyete göre incelenmesi. *Spor Bilimleri Dergisi*, 19(1), 54-62.
- Karasar, N. (2004). *Bilimsel araştırma yöntemi* (13. Baskı). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Karasar, N. (2012). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel Yayınları.
- Keyman, F. (2004a). “*Sivil toplum, sivil toplum kuruluşları ve türkiye*” sivil toplum ve demokrasi konferans Yazıları no 4, İstanbul Bilgi Üniversitesi, [http://stk.bilgi.edu.tr/docs/keyman\\_std\\_4.pdf](http://stk.bilgi.edu.tr/docs/keyman_std_4.pdf) (son erişim tarihi 15.03.2005).
- Keyman, F. (2004b). “*Türkiye’de ve Avrupa’da sivil toplum*” sivil toplum ve demokrasi konferans yazıları no 3, İstanbul Bilgi Üniversitesi, [http://stk.bilgi.edu.tr/docs/keyman\\_std\\_3.pdf](http://stk.bilgi.edu.tr/docs/keyman_std_3.pdf) (son erişim tarihi 15.03.2005).
- Kılıç, L. (2017). *Beden eğitimi öğretmenlerinin sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının bazı değişkenlere göre değerlendirilmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Lewis, D. (2001). *The management of non-governmental development organizations: An introduction*. Routledge Taylor & Francis Group, UK.
- Mostashard, A. (2005). An Introduction to Non-Governmental Organizations (NGO) Management. Iranian Studies Group, <http://web.mit.edu/isg/NGOManagement.pdf> (son erişim tarihi 16. 05. 2009).
- Miller, Y. D., & Brown, W. J. (2005). Determinants of active leisure for women with young children an “ethic of care” prevails. *Leisure Sciences*, 27(5), 405-420.
- Pehlivan, Z., Ada, E. N., & Öztaş, G. (2017). Ev kadınlarının sosyal görünüş kaygıları ve sağlıklı yaşam biçimi davranışları. *Spor Bilimleri Dergisi*, 28(1), 11-23.
- Sağlam, M., Arıkan, H., Savcı, S., Inal-Ince, D., Bosnak-Guclu, M., Karabulut, E., et al. (2010). International physical activity questionnaire: reliability and validity of the Turkish version. *Percept Mot Skills*, 111(1), 278-284
- Sarıbay, A. Y. (1998). *Türkiye’de demokrasi ve sivil toplum, küreselleşme-sivil toplum ve islâm*. Ankara: Vadi Yayınları.
- Sarıbay, A. Y. (2000). *Global bir bakışla politik sosyoloji*. İstanbul: Alfa Yayınları.
- Sunay, H. (2000). Türkiye’de sporun yaygınlaştırılması. *Milli Eğitim Dergisi*, 147.
- Şahin, İ., & Kocabulut, Ö. (2014). Sportif rekreasyon aktivitelerine düzenli katılımı engelleyen faktörlerin incelenmesi: Akdeniz üniversitesi turizm fakültesi öğrencileri üzerine bir araştırma. *Journal of Recreation and Tourism Research (JRTR)*, 1(2), 46-67.
- Şanlı, E., & Güzel, N. A. (2009). Öğretmenlerde fiziksel aktivite düzeyi-yaş, cinsiyet ve beden kitle indeksi ilişkisi. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 14(3), 23-32.
- Talas, M. (2011). Sivil Toplum Kuruluşları Ve Türkiye Perspektifi. *Türklük Bilimi Araştırmaları*, (29), 387-401.

- Tavazar, H., Erkaya, E., Yavaş, Ö., Zerengök, D., Güzel, P., & Özbey, S. (2016). Lise eğitimi alan genç erişkinlerin fiziksel aktivite ve yaşam kalitesi arasındaki farklılıklarının incelenmesi (Manisa ili örneği). *International Journal of Sport Culture and Science*, 2(Special Issue 1), 496-510.
- Varol, R., Varol, S., & Türkmen, M. (2017). Bartın üniversitesinde öğrenim gören öğrencilerin spora yönelik tutumlarının belirlenmesi. *Uluslararası Kültürel ve Sosyal Araştırmalar Dergisi (UKSAD)*, 3(2), 316-329.
- Yetim, A. (2015). *Sosyoloji ve spor*. Berikan Yayınları. Ankara:
- Yıldıran, İ., & Yetim, A. (1996). Ortaöğretimde beden eğitimi derslerinin öncelikli amaçları üzerine bir araştırma. *G.Ü. Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, (1), 3-37.