

# ULUSLARARASI SOSYAL ARAŞTIRMALAR DERGİSİ THE JOURNAL OF INTERNATIONAL SOCIAL RESEARCH

Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi / The Journal of International Social Research  
Cilt: 13 Sayı: 71 Haziran 2020 & Volume: 13 Issue: 71 June 2020  
www.sosyalarastirmalar.com Issn: 1307-9581

## FİZİKSEL AKTİVİTEYE KATILIM İLE DİJİTAL OYUN OYNAMA ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ: MOTİVASYON BOYUTU

### EXAMINING THE RELATIONSHIP BETWEEN PARTICIPATION IN PHYSICAL ACTIVITY AND PLAYING DIGITAL GAMES: MOTIVATION DIMENSION

Yasir ÇINAR\*  
Yunus Emre YARAYAN\*\*  
Ekrem Levent İLHAN\*\*\*  
Yasin ÜNVANLI\*\*\*\*

#### Özet

Teknolojinin hızla geliştiği günümüz dünyasında dijital oyunlara duyulan yoğun ilgi, insanların fiziksel aktiviteye karşı duyarsız olma ve yeterince zaman ayırmama sorununu ortaya çıkarmıştır. Bu durum üzerine mevcut araştırmada, lise öğrencilerinin fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu ile dijital oyun oynama motivasyonu arasındaki ilişkinin ortaya konması amaçlanmıştır. Araştırmada, geçmişte ya da hali hazırda var olan bir durumun var olduğu gibi betimlemeyi hedefleyen nicel araştırma modellerinden tarama deseni uygulanmıştır. Araştırmaya 2018-2019 eğitim öğretim yılında Batman ilinde bir lisede 9., 10., 11. ve 12. sınıfta öğrenim gören 211 öğrenci katılmıştır. Demir ve Hazar (2018) tarafından geliştirilen "Dijital Oyun Oynama Motivasyonu Ölçeği (DOOMÖ)" ile Demir ve Cicioğlu (2018) tarafından geliştirilen "Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu Ölçeği (FAKMÖ)" kullanılmıştır. Verilerin analizinde; Pearson Moment Korelasyon testi, Mann-Whitney U Testi ve Kruskal Wallis Testinden yararlanılmıştır. Araştırmada DOOMÖ ve FAKMÖ toplam puanları incelendiğinde, DOOMÖ ve FAKMÖ arasında negatif yönde yüksek düzeyde anlamlı sonuçlar verdiği tespit edilmiştir. Katılımcıların yaşları ile dijital oyun oynama motivasyonu arasında negatif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur. Erkeklerin kızlara göre dijital oyun oynama motivasyonu ile fiziksel aktiviteye katılım motivasyonunun anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların sporcu olma durumuna göre DOOMÖ ve FAKMÖ toplam puanları arasında anlamlı farklılık saptanırken sınıf düzeyine göre anlamlı bir farklılık saptanmamıştır. Katılımcılardan fiziksel aktiviteye katılım motivasyonunda günlük 120 dakika ve üstü sürede fiziksel aktiviteye katılanların lehine anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Araştırmada, lise öğrencilerinin dijital oyun oynama motivasyonlarının orta düzeyde, fiziksel aktiviteye katılım motivasyonlarının yüksek düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların fiziksel aktiviteye katılım motivasyonları arttıkça dijital oyun oynamaya yönelik talebinin, heves duygusunun ve serbest zamanını dijital oyunlar aracılığı ile doldurma eğiliminin azalması bu çalışmadan elde edilen sonuçlardır.

**Anahtar Kelimeler:** Fiziksel Aktivite, Dijital Oyun, Motivasyon, Lise Öğrencileri.

#### Abstract

The rapid development of technology in recent years, has increased interest in digital game playing. Therefore, it raised the problem of people being insensible to physical activity and not taking enough time for it. In this context, this research made to determine the motivations drive high school students playing digital games or participating physical activities as well. In this research, the scan pattern was used out of quantitative research models. 211 students attending the 9th, 10th, 11th and 12th grades in a high school in Batman province in 2018-2019 academic year participated in the study. The "Digital Game Playing Motivation Scale (DGPMS)" developed by Demir and Hazar (2018) and the "Motivation Scale for Participation in Physical Activity (MSPPA)" developed by Demir and Cicioğlu (2018) were used in the study. In the analysis of the data; Pearson Moment Correlation test, Mann-Whitney U Test and Kruskal Wallis Test were used. When the total scores of DGPMS and MSPPA were examined, it was found that they gave a high level of meaningful results in negative way between DGPMS and MSPPA. Negative and low level meaningful relationship was found between participants' ages and motivation to play digital games. It was found that motivation to play digital games and



motivation to participate in physical activity for boys was significantly higher compared to girls. According to the participants' status of being athletes, a significant difference was found between the total scores of DGPMS and MSPPA, but no significant difference was found according to the grade level. It was determined that there was a significant difference in the motivation of participating in physical activity between participants in favor of those who participated in physical activity for 120 minutes and more daily. In the study, it was determined that the motivation of high school students to play digital games was moderate and their motivation to participate in physical activity was high. As the motivation of participants to participate in physical activity increases, the decrease in their demand for digital game, their enthusiasm and tendency to fill their free time through digital games are the results obtained from this study.

**Keywords:** Physical Activity, Digital Games, Motivation, High School.

## 1.GİRİŞ

İnsanların doğumdan ölüme kadar geçirmiş oldukları zaman içerisinde sahip oldukları yaşam kalitesi önem arz etmektedir. Yaşam kalitesini artırmak ve sağlıklı olmak için fiziksel aktiviteye yeterli zaman ayrılmalıdır. Fiziksel aktivite günlük yaşamımızda kas ve eklemlerin hareket ettirilmesiyle enerji tüketerek meydana gelen, kalp ve solunum hızının farklı şiddetlerde yorgunluğuyla sonuçlanan çeşitli aktiviteler olarak tanımlanabilir (Bek, 2008). Düzenli olarak yapılan fiziksel aktivitenin bireyin beden, ruh ve sosyal sağlığı ve gelecekteki yaşantıları üzerine olumlu etkisinin olduğu bilinmektedir. Kas kuvvetinin korunması ve artırılması, kendini iyi hissetme ve mutluluk duygusu oluşturması, sağlıklı yaşlanmayla beraber bağımsız ve aktif birer yaşlı bireyler olmasını sağlar (Bek, 2008).

Günümüzde insan ilişkileri, ihtiyaçlar, sosyal ortam ve eğlence anlayışı hızlı değişiklikler gösterebilmektedir. İnsanlar farklı sosyal ortamlarda bulunma, stresten uzak durma, değişen çevre şartlarına uyum sağlama, ruh ve beden sağlığını koruyup, geliştirerek kişisel gelişimlerine faydalı olabilecek aktiviteleri yerine getirmek çabası içerisindeyler (Albayrak, 2012). Bu faaliyetler içerisinde fiziksel aktivite önemli yer tutmaktadır. İnsanların fiziksel aktiviteye yönelmesinde; kilo kontrolü, yaşam kalitesini artırma, öz güven sahibi olma, karşı cinsin ilgisini çekme, sosyalleşerek farklı arkadaşlar edinme isteği, daha fit bir görüntüye sahip olma ve mutlu olma arzusunun etkili olduğu söylenebilir (Zorba ve Saygın, 2017).

Günümüzde daha durağan bir hayat tarzı benimsemiş yetişkin ve yaşlı bireylerde fiziksel aktivite yetersizliği görülmektedir. İnsanların fiziksel aktiviteye katılmamalarının ya da fiziksel aktivitenin yeterince yapılmamalarının fizyolojik, psikolojik ve davranışsal birçok sebebi bulunmaktadır. Ülkemizde, çalışma hayatının insanların yaşam kalitesini ve sahip olduğu zamanını etkilemesi, insanları daha stresli hale getirmektedir (Gül ve ark., 2014). Çalışma hayatının getirmiş olduğu zaman kısıtlaması, fiziksel aktivitenin yetersiz yapılmasında en çok karşılaşılan sebeplerden sayılmaktadır (Genç, Eğri, Kurçer ve ark., 2002; Karaca ve Turnagöl, 2007; Öztürk, 2005). Tanır, (2013)'e göre fiziksel aktiviteye katılımın istenilen seviyede olmamasının sebeplerinden birisi de okullardaki beden eğitimi ve spor dersinin ders saatlerinin yetersiz olması ve bazı ebeveynlerin çocuklara baskı uygulayarak fiziksel aktivite faaliyetlerinden uzak tutmaya çalışmalarından kaynaklanmaktadır. Okul saatlerinin yoğunluğu, zihinsel yorgunluk, ulaşım araçlarının günlük yürüme mesafesini azaltmış olması, çocukların geleneksel oyunlar yerine dijital oyunları tercih etmeleri fiziksel aktiviteye katılımın önünde engel oluşturmuştur. (Demir ve Hazar, 2018; Demir ve Bozkurt, 2019).

İnsanlık tarihi kadar geçmişi olan oyun, kültür ve medeniyetlerin gelişmesinde önemli bir yeri olan olgudur (Hazar, Demir ve Dalkıran, 2017). Teknolojinin ilerlemesi ile birlikte dünyamızda yeni kavramlar ve yeni oluşumlar meydana gelmiştir. Geleneksel oyunların arka planda kalmasına neden olan dijital oyunlar dünyamıza yeni girmiş, özellikle çocukların ve gençlerin yoğun ilgisini çeken modern bir kavramdır. Tanım olarak kısaca; dijital yerli olarak isimlendirilen (Demir, Hazar, 2018) bilgisayar destekli, metin ya da görsellik üzerine kurulmuş, bilgisayar, cep telefonu ya da oyun konsolu gibi elektronik platformlarda bir veya daha

\*Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Öğrencisi.

\*\*Arş. Gör., Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi.

\*\*\*Prof. Dr., Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi.

\*\*\*\*Hitit Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Öğrencisi.



fazla kişinin bireysel ya da online olarak başkaları ile ortaklaşa kullanmasına olanak sağlayan bir eğlence ve serbest zaman faaliyeti yazılımıdır (Frasca, 2001). Türkiye’de 30 milyona yakın insan bilgisayar, telefon ve televizyon aracılığıyla dijital oyun oynamaktadır (GİM, 2019). Dijital oyunlar çekici görselleri ve senaryoları ile çocukların ve gençlerin dünyasında önemli yer edinmiş ve serbest zaman boşluğunu dolduran önemli bir faaliyet olarak görülmeye başlanmıştır. Hazar ve ark., (2017)’na göre çocukların boş vakitlerinde yapılması gereken etkinlikler listesinde dijital oyun oynama en başta yer almakta ve insanların dijital oyunlara zaman ayırma nedenleri arasında kafa dağıtma arzusu, sosyal çevreden kendini soyutlama, oyunda seviye atlama arzusu ile birlikte kolay elde edilen başarı duygusudur. Doğu, (2006) ise yapmış olduğu çalışmada dijital oyunlara duyulan ilginin nedenlerini açıklarken insanların reel hayatta sahip olamayacakları başarıya sanal dünyada ulaşma arzusunu ifade etmektedir. Yapılan bir araştırmada bazı annelerin çocuklarına dijital oyun sunumlarının açıklaması olarak çocuklarının keyifli vakit geçirmesi, eğlenmesi ve bununla birlikte kendi işlerine yeterli vakit ayırmak olduğu görülmüştür (Genç, 2014). Bunun yanı sıra insanları dijital oyun oynamaya sevk eden nedenlerden biri de motivasyon olarak görülmektedir.

Motivasyon Latince kelime anlamı “hareket etmek” anlamına gelen “movere” kelimesinden türemiştir (Adair, 2003). “Motivasyon” kelimesi, psikolojide “içten gelen itici güçlerle belli bir amaca doğru yönelen davranışlar” olarak tanımlanır (Keser, 2006). Motivasyon, önceden belirlenen bir amaca ulaşmak için insanların kendi istek ve yönelimleri ile hareket etme sürecidir. Motivasyon, bir işi istek ve arzuyla yaptığımız sırada, o işe dair içimizde var olan duygulardır (Bentley, 2000). Demir ve Cicioğlu, (2018)’na göre motivasyon, kişiyi amaçları ve hedefleri doğrultusunda harekete geçiren, kişiyi amacına ve hedefine ulaşması için yönlendiren güçtür. Motivasyon içsel, dışsal ve motivasyonsuzluk olmak üzere üç başlıkta incelenir. İçsel motivasyon, bir şeyden zevk alındığı veya sıra dışı bulunması ile ilgilidir. Dışsal motivasyon ise bir şeyi ortaya çıkacak sonuçları için yapmayı kapsar. Motivasyonsuzluk ise hareketsiz durağan bir halde olup harekete geçme isteğinin olmaması halidir (Deci ve Ryan, 2000). Literatürde Türkiye’de motivasyon üzerine yapılan çalışmalar incelendiğinde, eğitimde motivasyon (Akbaba, 2006), spora katılım motivasyonu (İlhan, Gencer 2013; Şirin, Hamamioğlu, 2007), spor müsabakalarını izleyen kişilerin motivasyonlarının (Giray, Girişken, 2015) ve engellilerde spora katılım motivasyon düzeylerinin (Tekkurşun, İlhan, Esentürk ve Kan, 2018) olduğu görülmektedir. Ancak Dijital oyun oynama motivasyonuna yönelik çalışmaların yetersiz olması bu çalışmayı anlamlı kılmaktadır.

Bu nedenle kişiyi fiziksel aktiviteye ve dijital oyuna katılmaya yönelten motivasyon seviyesinin tespit edilmesi gerekli görülmüştür. Kişinin fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu ile önünde engel olarak duran dijital oyun motivasyonu arasındaki ilişkinin ortaya çıkartılması gereklidir. Bu bağlamda araştırmada lise öğrencilerinin fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu ile dijital oyuna katılım motivasyonu arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır.

## 2.YÖNTEM

### 2.1.Araştırmanın Modeli

Araştırmada, nicel araştırma modellerinden tarama deseni kullanılmıştır. Nicel araştırma, olgu ve olayları nesnelleştirerek gözlemlenebilir, ölçülebilir ve sayısal olarak ifade edebilmek için kullanılan bir araştırma türüdür (Arslan, 2012). Tarama modeli, geçmişte ya da günümüzde var olan bir durumu olduğu gibi betimlemeyi hedefleyen araştırma modelidir. Araştırmanın konusu olan, kişi ya da nesne, kendi koşulları içinde ve olduğu gibi ifade edilmeye çalışılır. Onları, herhangi bir şekilde değiştirme veya etkileme çabası içine girilmez (Karasar, 2017).

### 2.2.Çalışma Grubu

Araştırmayı 2018-2019 eğitim öğretim yılında Batman ilinde öğrenim gören 9., 10., 11. ve 12. sınıftaki lise öğrencileri oluşturmaktadır. Çalışmaya katılan çalışma grubuna ilişkin veriler Tablo 1’de aktarılmıştır.

Tablo 1. Katılımcıların cinsiyet ve sınıf düzeylerine ilişkin bilgiler

		Sınıf					
		9. Sınıf	10. Sınıf	11. Sınıf	12. Sınıf	Toplam	%
Cinsiyet	Kız	36	18	34	41	129	% 61,1
	Erkek	28	24	8	22	82	% 38,9
Toplam		64	42	42	63	211	% 100,0
%		% 30,3	% 19,9	% 19,9	% 29,9	% 100,0	

Tablo 1’de çalışmaya katılan öğrencilerin cinsiyet ve sınıflarına ait bilgilere yer verilmiştir. Buna göre araştırmaya 9.sınıftan 64 (36 kız, 28 erkek); 10.sınıftan 42 (8 kız, 24 erkek); 11.sınıftan 42 (34 kız, 8 erkek);



12.sınıftan 63 (41 kız, 22 erkek) olmak üzere toplam 211 (129 kız, 82 erkek) öğrenci araştırmaya katılmıştır. Buna göre katılımcıların % 61,1'i kız, % 38,9'u erkek öğrencilerden oluşmaktadır.

### 2.3. Veri Toplama Araçları

**Dijital Oyun Oynama Motivasyonu Ölçeği (DOOMÖ):** Demir ve Hazar (2018) tarafından geliştirilen DOOMÖ toplam 19 madde, 3 alt boyuttan oluşmaktadır. DOOMÖ'de var olan ilk 5 maddenin "Başarı ve Canlanma", 6., 7., 8., 9., 10., 11., 12., 13. ve 14. maddelerinin "Merak ve Sosyal Kabul", son 5 maddenin ise "Oyun İsteğinde Belirsizlik" alt boyutunu oluşturduğu (Demir ve Hazar, 2018) tespit edilmiştir. DOOMÖ'nün "Oyun İsteğinde Belirsizlik" alt boyutunu oluşturan maddeler ters maddelerdir. Katılımcılardan elde edilen verilere uygulanan DFA sonucunda  $\chi^2/sd=2,17$ , RMSEA=0,07, PGFI=0,72, PNFI=0,80, GFI=0,90, AGFI=0,92, IFI=0,95, NFI=0,90 ve CFI=0,95 olarak bulunmuştur. Buna göre uyum indekslerinin yeterli düzeyde olduğu görülmüştür (Alpar, 2013). Ölçeğin Cronbach Alfa değerleri Başarı ve Canlanma için ,82; Merak ve Sosyal Kabul için ,80 ve Oyun İsteğinde Belirsizlik için ,78; DOOMÖ toplam ,82'dir.

**Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu Ölçeği (FAKMÖ):** Demir ve Cicioğlu (2018)'nin geliştirdiği FAKMÖ toplam 16 madde, ve 3 alt boyuttan meydana gelmektedir. Ölçekteki 1, 2, 3, 4, 5, 6. maddeler "Bireysel Nedenler" alt boyutunu, 7, 8, 9, 10, 11, 12. maddeler "Çevresel Nedenler" alt boyutunu, 13, 14, 15, 16. maddeler ise "Nedensizlik" alt boyutunu oluşturmaktadır. Ölçeğin 3., 9., 13., 14., 15., 16. maddeleri ters kodlanmıştır. FAKMÖ'den katılımcıların aldıkları puan 16 ise çok düşük, 17-32 ise düşük, 33-48 ise orta, 49- 64 ise yüksek, 65-80 ise çok yüksek fiziksel aktiviteye katılım motivasyonuna sahip olduklarını göstermektedir. Katılımcılardan elde edilen verilere uygulanan DFA sonucunda  $\chi^2/sd=2,00$ , RMSEA=0,06, PGFI=0,95, PNFI=0,77, GFI=0,90, AGFI=0,95, IFI=0,96, NFI=0,92 ve CFI=0,96 olarak bulunmuştur. Bu bağlamda uyum indekslerinin yeterli düzeyde olduğu görülmüştür (Doğan ve Özdamar, 2017). Ölçeğin Cronbach Alfa değerleri Bireysel Nedenler için ,83; Çevresel Nedenler için ,71 ve Nedensizlik alt boyutu için ,74; FAKMÖ toplam ,85'tir.

### 2.4. Verilerin Analizi

Veriler herhangi bir analize tabi tutulmadan önce parametrik testlerin ön şartlarını sağlayıp sağlamadığı kontrol edilmiştir. Bu bağlamda Değişkenlere normallik testi ve varyansların homojenliği için "Kolmogorov-Smirnov Testi" ile "Levene Testi" kullanılmıştır. Bu testler neticesinde dağılımı  $\pm 1$  aralığında olmayan, dağılımın normal olmadığı değişkenlere non-parametrik testler uygulanmıştır (Büyüköztürk, 2014). Katılımcıların DOOMÖ ve FAKMÖ puanlarını tespit etmek için aritmetik ortalama ( $\bar{x}$ ), standart sapma (ss) değerleri hesaplanmıştır.

Ölçeğin güvenilirlik testleri yapılmış ve uygun boyut ile değerler elde edildikten sonra verilerin analizinde,

I. Öğrencilerin, kişisel özelliklerini özetlemek amacıyla, yaşı, cinsiyeti, öğrencinin sporcu olma durumu, sınıfı ve öğrencinin günlük fiziksel aktiviteye katılım süresine ilişkin değişkenlerinin frekans ve yüzde dağılımları hesaplanmıştır.

II. Katılımcıların yaş değişkeni ile DOOMÖ ve FAKMÖ toplam puanları arasındaki ilişkinin saptanabilmesi için Pearson Moment Korelasyon analizi yapılmıştır.

III. Öğrencilerin DOOMÖ ve FAKMÖ düzeylerine ilişkin puan ortalaması ( $\bar{x}$ ) ve standart sapma (ss) değerleri hesaplanmıştır.

IV. Öğrencilerinin cinsiyeti, öğrencinin sporcu olma durumu ile DOOMÖ ve FAKMÖ düzeyi arasında fark olup olmadığını saptamak üzere Mann-Whitney U Testi uygulanmıştır.

V. Katılımcıların sınıfı ve öğrencinin günlük fiziksel aktiviteye katılım süresi ile DOOMÖ ve FAKMÖ düzeyi arasında anlamlı farklılık var olma durumunu araştırmak için Kruskal-Wallis Testinden faydalanılmıştır.

Buna göre, Mann-Whitney U Testi için "Z" dağılımı istatistiği, "Kruskal-Wallis Testi için "Ki-Kare" dağılımı istatistiği dikkate alınmıştır. Yapılan istatistik testlerde güven seviyesi 0,5 olarak dikkate alınmıştır.

## 3. BULGULAR

Bu bölümde araştırmaya katılan katılımcılardan elde edilen bilgilere ilişkin analizler ve tablo yorumları yer almaktadır.



**Tablo 1. Katılımcıların DOOMÖ ve FAKMÖ Toplam Puanlarına İlişkin Bilgiler**

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
DOOMÖ Toplam	210	23,00	81,00	48,51	11,68
FAKMÖ Toplam	210	22,00	80,00	56,16	10,69

Tablo 1’de katılımcıların DOOMÖ toplam puanları incelendiğinde, dijital oyun oynama motivasyonu ortalamalarının orta düzeyde olduğu ( $\bar{x}=48,51\pm 11,68$ ) görülmektedir. FAKMÖ toplam puan ortalamaları incelendiğinde ise Demir ve Cicioğlu (2018)’na göre katılımcıların fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu puan ortalamalarının yüksek düzeyde ( $\bar{x}=56,16\pm 10,69$ ) olduğu tespit edilmiştir.

**Tablo 2. DOOMÖ ve FAKMÖ Arasındaki İlişki**

Değişken	N	DOOMÖ toplam
FAKMÖ toplam	210	-,560**

p<,05

Tablo 2’de katılımcılardan elde edilen veriler doğrultusunda DOOMÖ ile FAKMÖ arasındaki ilişki Pearson Moment Korelasyon analizi ile incelenmiştir. Bu bağlamda DOOMÖ ile FAKMÖ arasında negatif yönde yüksek seviyede anlamlı ilişki tespit edilmiştir ( $r=-,560$ ;  $p<,05$ ).

**Tablo 3. Katılımcıların DOOMÖ ve FAKMÖ Puanları ile Yaş Değişkeni Arasındaki İlişki**

Değişken	DOOMÖ toplam	FAKMÖ toplam
Yaş	-,085	-,148*

p<,05

Tablo 3’te katılımcıların yaşları ile DOOMÖ ve FAKMÖ toplam puanları arasındaki ilişki Pearson Moment Korelasyon analizi yer almaktadır. Yapılan analize göre katılımcıların yaşları ile dijital oyun oynama motivasyonu arasında negatif yönde düşük seviyede anlamlı ilişki tespit edilmiştir ( $r=-,148$ ;  $p<,05$ ).

**Tablo 4 . Cinsiyete Göre Yapılan Mann-Whitney U Testi Sonuçları**

Ölçek	Cinsiyet	N	Sıra ortalaması	Sıra toplamı	Mann Whitney U	Z	p
DOOMÖ toplam	Kadın	128	91,47	11708,50	3452,500	-4,182	,00*
	Erkek	82	127,40	10446,50			
FAKMÖ toplam	Kadın	128	92,75	11872,50	3616,500	-3,800	,00*
	Erkek	82	125,40	10282,50			

p<,05

Tablo 4’te katılımcıların cinsiyetine göre DOOMÖ ve FAKMÖ toplam puanları Mann-Whitney U Testi ile incelenmiştir. Cinsiyete göre dijital oyun oynama motivasyonu ile fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu toplam puanında anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p<,05$ ). Buna göre erkeklerin dijital oyun oynama motivasyonu toplam puanının (sıra ort.=127,40) kadınların puana (sıra ort.=91,47) göre anlamlı seviyede yüksek olduğu saptanmıştır. Fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu toplam puanında ise erkeklerin puanlarının (sıra ort.=125,40) kadınların puanlarına göre anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği saptanmıştır.

**Tablo 5. Sporcu Olma Durumuna Göre Yapılan Mann-Whitney U Testi Sonuçları**

Ölçek	Sporcu Olma Durumu	N	Sıra ortalaması	Sıra toplamı	Mann Whitney U	Z	p
DOOMÖ toplam	Evet	29	119,28	3459,00	2225,000	-1,316	,18
	Hayır	181	103,29	18696,00			





FAKMÖ toplam	Evet	29	131,00	3799,00	1885,000	-2,436	,01*
	Hayır	181	101,41	18356,00			

p<,05

Tablo 5'te katılımcıların sporcu olma durumuna göre DOOMÖ ve FAKMÖ toplam puanları Mann-Whitney U Testi ile incelenmiştir. Sporcu olma durumuna göre fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu toplam puanında anlamlı farklılık saptanmıştır (p<0,05). Buna göre sporcu olanların fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu toplam puanının (sıra ort.=131,00) sporcu olmayanlara göre (sıra ort.=101,41) anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir.

**Tablo 6. Sınıf Düzeyine Göre Kruskal-Wallis Testi Sonuçları**

	Sınıf Düzeyi	N	Sıra Ortalaması	$\chi^2$	P	Anlamlı Fark
DOOMÖ toplam	9.Sınıf	64	109,16	4,746	,19	-
	10.Sınıf	41	120,66			
	11.Sınıf	42	95,46			
	12.Sınıf	63	98,60			
FAKMÖ toplam	9.Sınıf	64	117,59	3,999	,26	-
	10.Sınıf	41	104,20			
	11.Sınıf	42	96,27			
	12.Sınıf	63	100,22			

p<,05

Tablo 6'da katılımcıların sınıf düzeyi ile DOOMÖ ve FAKMÖ toplam puanları arasında Kruskal-Wallis Testi yapılmıştır. Buna göre katılımcıların sınıf düzeyi ile DOOMÖ ve FAKMÖ toplam puanları arasında anlamlı farklılık saptanmamıştır (p>0,05).

**Tablo 7. Günlük fiziksel aktiviteye katılım Süresine Göre Kruskal-Wallis Testi Sonuçları**

	fiziksel aktiviteye katılım Süresi	N	Sıra Ortalaması	$\chi^2$	P	Anlamlı Fark
DOOMÖ toplam	30-60 dak.(1)	84	104,53	1,229	,74*	-
	61-90 dak(2)	42	101,46			
	91-120 dak(3)	46	116,05			
	120 dak ve üstü(4)	38	119,88			
FAKMÖ toplam	30-60 dak.(1)	84	98,92	11,224	,00*	4*-1
	61-90 dak(2)	42	113,18			
	91-120 dak(3)	46	112,45			
	120 dak ve üstü(4)	38	155,31			

p<,05

Tablo 7'de ortaya konulan Kruskal-Wallis Testi sonucunda katılımcıların günlük fiziksel aktiviteye katılım süresine göre FAKMÖ toplam puanında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. (p<0,05). Puan farkı lehine olan yüksek gruplar (\*) ile belirtilmiştir. Katılımcıların 120 dakika ve üstü sürede günlük fiziksel aktiviteye katılanların FAKMÖ toplam puan ortalamalarının ( $\bar{x}$ =155,31), 30-60 dakika fiziksel aktiviteye katılanların puanlarından ( $\bar{x}$ =98,92) anlamlı seviyede yüksek olduğu tespit edilmiştir.

#### 4.TARTIŞMA VE SONUÇ

Son zamanlarda dijital oyunlar ile fiziksel aktivite-spor-egzersiz ilişkisi üzerine yapılan araştırmaların artması ve güncelliğini koruması nedeniyle araştırmacıların ilgi odağı haline gelmiştir. Nitekim dijital oyunların fiziksel aktivite, egzersiz ve spordan uzaklaştırarak (Çakır, 2013; Demir ve Cicioğlu, 2019; Mustafaoğlu, Zirek, Yasacı ve Özdiñler, 2018; Namlı ve Tekkurşun-Demir, 2020), hareketsiz yaşama, beslenme bozukluklarına ve obeziteye (Bozkurt ve diğ., 2018; Calvert, Staiano ve Bond, 2013; Rizzo, Lange, Suma ve Bolas, 2011; Stettler, Signer ve Suter, 2004) neden olduğu bilinmektedir. Bu bağlamda araştırmamızın amacı, gelişme çağında olan lise öğrencilerinin fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu ile dijital oyun oynama motivasyonlarının farklı değişkenler açısından incelenmesidir.



Araştırmada FAKMÖ ve DOOMÖ arasında negatif yönde yüksek seviyede anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu bağlamda katılımcıların fiziksel aktiviteye katılım motivasyonları yükseldikçe dijital oyun oynamaya ilişkin istekleri ve dijital oyun aracılığı ile serbest zamanını doldurma arzusunun azaldığı söylenebilir. Demir ve Cicioğlu (2019)'nun yapmış olduğu araştırmada katılımcıların fiziksel aktiviteye katılım motivasyonunun dijital oyun oynama motivasyonunu olumsuz etkilediği bulguları araştırmamızı destekler niteliktedir.

Araştırmada katılımcıların yaş değişkenine göre FAKMÖ ve DOOMÖ arasında negatif yönde düşük anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Buna göre katılımcıların yaşları arttıkça dijital oyun oynamaya olan isteklerinin azaldığı söylenebilir. Buna neden olarak öğrencilerin sınava hazırlanması, fiziksel aktiviteye katılım göstererek sağlıklı yaşama sahip olma isteği, maddi gelir kaygısı nedeniyle okul sonrası iş yerlerinde çalışılması, sahip olunan yeni sorumluluklar gösterilebilir. Diğer yandan literatürde Hazar ve ark. (2017)'nin yapmış oldukları çalışmada ortaokul öğrencilerinin dijital oyun oynama seviyeleri ile yaş değişkeni arasında anlamlı ilişki olduğu saptanmıştır. Demir ve Cicioğlu (2019)'nun yapmış oldukları çalışmada ise bu araştırmanın aksine yaş değişkenlerine göre DOOMÖ arasında anlamlı ilişki saptanmamıştır.

Araştırmada katılımcıların cinsiyetlerine göre dijital oyun oynama motivasyonu ile fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu toplam puanında anlamlı farklılık bulunmuştur. Buna göre erkek katılımcıların fiziksel aktiviteye katılım motivasyon düzeyinin kadınlardan anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur. Bunun nedeni olarak ataerkil toplum yapısına sahip ülkemizde erkeklerden daha fazla kızların anneye yardım, evdeki iş bölümü, çocuk bakımı gibi görevlere zaman ayırarak fiziksel aktiviteye katılmaması gösterilebilir. Diğer bir neden olarak ebeveyn tutumu düşünülebilir. Kız çocuklarının fiziksel aktiviteye katılım göstermelerini ahlaki açıdan uygun görmeyen, 'kız çocukları zıplamaz, koşmaz, eşofman giyinmez' düşüncesine sahip ebeveynler, aynı davranışı erkek çocuklarına karşı göstermediklerinden dolayı erkeklerin kızlara oranla fiziksel aktiviteye daha fazla zaman ayırdıkları söylenebilir. Literatürde araştırma bulgularına benzer olarak erkek öğrencilerin fiziksel aktiviteye katılımının kız öğrencilere oranla yüksek düzeyde anlamlı farklılık gösterdiğini tespit eden araştırmalar yer almaktadır (Türkmen vd., 2016; Kaya vd., 2018; Kudaş vd., 2005). Benzer bir araştırmayı lisede Demir ve Cicioğlu, (2019) ve ortaokulda yapan Hazar, Demir, Namlı ve Türkeli (2017)'nin sonuçlarına göre erkek ve kadınların fiziksel aktiviteye katılım motivasyonlarının benzer çıktığı görülmüştür. Araştırma bulgularından farklı olarak Namlı ve Tekkurşun-Demir (2020)'in araştırmasında cinsiyete göre fiziksel hareketlilik içeren oyunlar, spora yönelme düzeyinde anlamlı farklılık saptanmamıştır. Araştırmada erkeklerin dijital oyun oynama motivasyonunun kadınlara göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur. Buna göre, dijital oyunların hedef kitesinin daha çok erkeklerden oluştuğu, oyun salonlarını daha çok erkeklerin tercih ettiği, oyunların özellikle erkeklerin ilgisini çeken macera, aksiyon, savaş, futbol gibi içeriklerden oluştuğu söylenebilir. Namlı ve Tekkurşun-Demir (2020) ve Binark (2009) dijital oyun camiasında erkeklerin baskın olduğunu ve oyun camiasında yer alan dergilerin erkeklerin hakim olduğu oyun dünyasını verili ve doğal bulunduğunu belirtmiştir. Yapılan başka bir araştırmada erkeklerin kızlara göre dijital oyunlarda daha başarılı ve daha istekli olduğu tespit edilmiştir (Griffiths ve Davies, 2005). Literatürde Demir ve Cicioğlu (2019) ile Namlı ve Tekkurşun-Demir (2020) araştırmasında da erkekler lehine anlamlı farklılık tespit etmiş, Hazar (2019) ise araştırmasında erkek ve kadın katılımcıların dijital oyun oynama motivasyonunun benzerlik gösterdiğini saptamıştır.

Araştırmada katılımcıların sporcu olma değişkenine göre fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu arasında anlamlı farklılık saptanmıştır. Buna göre sporcu olan katılımcıların sedanterlere göre fiziksel aktiviteye katılım motivasyonlarının yüksek olduğu tespit edilmiştir. Buna neden olarak sporcu katılımcıların sedanter katılımcılara göre fiziksel uygunluk seviyesi ve fiziksel aktivite bilincinin daha fazla olması gösterilebilir. Sporcuların, özel antrenmanlar dışında sağlıklı olmak ve formda kalmak amacıyla sedanter bireylere göre daha aktif fiziksel aktivite yaptıkları düşünülebilir. Dalkıran ve Aslan, (2015)'in sporcu ve sedanter öğrenciler üzerine yapmış olduğu araştırma sonucunda, sporcu öğrencilerin sağlık bilgisi, fiziksel aktivite bilinç düzeyinin sedanter öğrencilere oranla daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Fiziksel aktivitenin özellikleri arasında bulunan bilişsel, duyuşsal ve ruhsal etkilerinin bireylerin gelişimlerine önemli derecede etkileri bulunmaktadır (Gohla, 2010).

Araştırmanın diğer bulgusunda katılımcıların sınıf düzeyi ile DOOMÖ ve FAKMÖ toplam puanları arasında anlamlı farklılık tespit edilememiştir. Buna neden olarak öğrencilerin yaşlarının birbirine yakın olması ve zamanlarının önemli kısmını okulda geçirerek ders dışı saatlerde farklı sınıflardan arkadaşlarla birlikte olmaları sınıf düzeyleri ile DOOMÖ ve FAKMÖ arasında ilişki saptanmamasına neden olarak gösterilebilir. Literatürde Demirel, Cicioğlu ve Demir, (2019)'un yapmış oldukları araştırmada öğrencilerin sınıf seviyesi ile dijital oyun oynama motivasyonu arasında anlamlı farklılık saptanmıştır. Hazar ve ark.



(2017) ve Demir ve Cicioğlu, (2019)'nun araştırmalarında öğrencilerin sınıf düzeyi ve FAKMÖ arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir.

Araştırmanın son bulgusunda katılımcıların fiziksel aktiviteye katılım motivasyonunda günlük 120 dakika ve üstü sürede fiziksel aktiviteye katılanların lehine anlamlı farklılık saptanmıştır. Buna göre fiziksel aktiviteye katılım süresi fazla olan bireylerin, fiziksel aktiviteye katılım motivasyonlarının da yüksek olduğu söylenebilir. Genç yaşlarda yapılan fiziksel aktivitelerin alışkanlık haline gelmesi durumunda sağlık açısından faydalı olmakta ve uzun süreli etkileri bulunmaktadır (Arslan, Daşkapan ve Çakır, 2016). Nitekim günlük 120 dakika ve üzeri sürede fiziksel aktiviteye katılan bireylerin psikolojik, duyuşsal, fiziksel ve bilişsel yönden olumlu etkilenecek hareketli bir yaşam seçmelerine ve bu yönde güdülenmelerine neden olduğu düşünülebilir. Bu durumda fiziksel aktiviteye katılım gösteren bireylerin, spor, yarış, hırs ve rekabet içeren oyunlara merak ve ilgi göstererek fazla zaman ayırdıkları söylenebilir. Literatürde araştırmamızı destekleyen sonuçların bulunduğu görülmektedir (Demirel, Cicioğlu ve Demir, 2019; Namlı ve Tekkurşun-Demir, 2020). Araştırma bulgularından farklı olarak Hazar vd., (2017)'nin yapmış olduğu araştırmanın sonucuna göre fiziksel aktiviteye katılım göstermeyen bireylerin, katılım gösteren bireylere göre daha fazla oyun oynadıkları tespit edilmiştir.

Tüm bunlar ışığında katılımcıların dijital oyun oynama motivasyonunun orta düzeyde, fiziksel aktiviteye katılım motivasyonlarının ise yüksek seviyede olduğu sonucuna varılmıştır. Katılımcıların fiziksel aktiviteye katılım motivasyonları yükseldikçe dijital oyun oynama motivasyonlarının azaldığı bulunmuştur. Katılımcıların dijital oyun oynama motivasyonu ile yaş değişkeni arasında negatif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur. Erkeklerin kızlara göre dijital oyun oynama motivasyonu ile fiziksel aktiviteye katılım motivasyonunun daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. Katılımcıların sporcu olma durumuna göre DOOMÖ ve FAKMÖ toplam puanları arasında anlamlı farklılık saptanırken sınıf düzeyine göre anlamlı bir farklılık saptanmamıştır. Katılımcılardan günlük fiziksel aktiviteye katılım süresi fazla olanların dijital oyun motivasyonlarının diğerlerine oranla daha yüksek olduğu saptanmıştır. Bu bağlamda bireylerin fiziksel aktiviteye katılım motivasyonunun artması sonucunda dijital oyun oynama motivasyonu negatif yönde etkilenecek fiziksel aktivite motivasyonunun dijital oyun motivasyonuna baskın geldiği söylenebilir. Çocukların ve gençlerin fiziksel aktivitelere düzenli olarak katılması kötü alışkanlıklardan uzaklaşmalarının yanı sıra sağlıklı büyümelerine, gelişmelerine ve sosyalleşmelerine yardımcı olacaktır (Orhan, 2016).

## 6.ÖNERİLER

Tüm bu sonuçlar doğrultusunda beden eğitimi öğretmeni ve ailelerin, genç kuşaklara sağlıklı yaşam becerilerini kazandırması için fiziksel aktivite içeren oyun ve etkinliklere yönlendirme yapması önerilebilir. Ayrıca dijitalleşme çağında olduğumuz düşünülürse, dijital oyun tabanlı ve beden hareketleri içeren sportif etkinliklerin de artırılması önerilmektedir.

## KAYNAKÇA

- Adair, John (2003). *Etkili Motivasyon: İnsanlardan En İyi Verimi Nasıl Alabilirsiniz?* İstanbul: Babiali Kültür Yayıncılığı.
- Akbaba, Sırrı (2006). Eğitimde Motivasyon. *Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi*, S. 13, s. 343-361.
- Albayrak, Aslı (2012). İstanbul'daki Konaklama İşletmelerinin Rekreasyon Faaliyetlerinin Değerlendirilmesi. *Online Academic Journal of Information Technology*, C. 3 S. 8, s. 43-58.
- Alpar, Reha (2013). *Uygulamalı Çok Değişkenli İstatistiksel Yöntemler*. Ankara: Detay Yayıncılık.
- Arslan, S. Aydoğan, Daşkapan Arzu, Çakır Biriz (2016). Üniversite Öğrencilerinin Beslenme ve Fiziksel Aktivite Alışkanlıklarının Belirlenmesi. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, C. 15, S. 3, s. 171-180.
- Arslan, Metin (2012). Araştırma Yöntem ve Teknikleri. Ders Notları, Harran Üniversitesi, Birecik Meslek Yüksekokulu.
- Bek, Nilgün (2008). Fiziksel Aktivite ve Sağlığımız. Fiziksel Aktivite Bilgi Serisi, Ankara.
- Bentley, Trevor (2000). *Takımınızın Yeteneklerini Geliştirmede İnsanları Motive Etme*. İstanbul: Hayat Yayınları.
- Bınark, Mutlu (2009). Dijital Oyunlar: Sektör-İçerik ve Oyuncular. *Folklor Edebiyat Dergisi*, C. 50 S. 13 s. 11-23.
- Büyükoztürk, Şener (2014). *Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı*. Ankara: Pegem Akademi.
- Bozkurt Hasan, Özer Samet, Şahin Serkan, Sönmezgöz Ergün (2018). Internet Use Patterns and Internet Addiction in Children and Adolescents with Obesity. *Pediatric Obesity*, C. 13, s. 301-306.
- Çakır, Hüseyin (2013). Bilgisayar Oyunlarına İlişkin Ailelerin Görüşleri ve Öğrenci Üzerindeki Etkilerinin Belirlenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, C. 9, S. 2, s. 138-150.
- Dalkıran Oğuzhan, Aslan, C. Sinan (2015). Sporcu Öğrenciler ile Sedanter Öğrencilerin Sağlık-Egzersiz/Fiziksel Aktivite Bilinç Düzeylerinin Karşılaştırılması. *Uluslararası Güncel Eğitim Araştırmaları Dergisi*, C. 1, S. 1, s. 34-41.
- Ryan, R. M., Deci, E. L. (2000). Intrinsic and Extrinsic Motivations: Classic Definitions and New Directions. *Contemporary Educational Psychology*, V. 25, p. 54-67.
- Demir, G. Tekkurşun, Bozkurt, T. Mutlu (2019). Dijital Oyun Oynama Tutumu Ölçeği (DOOTÖ): Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, C.6, S. 1, s. 1-18.
- Demir, G. Tekkurşun, Cicioğlu, H. İbrahim (2019). Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu ile Dijital Oyun Oynama Motivasyonu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, C. 17, S. 3, s. 23-34.
- Demir, G. Tekkurşun, Hazar Zekihan (2018). Dijital Oyun Oynama Motivasyonu Ölçeği (DOOMÖ): Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, C. 12, S. 2, s. 128-138.





- Demir, G. Tekkurşun, Cicioğlu, H. İbrahim (2018). Motivation Scale for Participation in Physical Activity (MSPPA): A study of Validity and Reliability, Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu Ölçeği (FAKMÖ): Geçerlik ve Güvenirlilik Çalışması. *Journal of Human Sciences*, C. 15, S. 4, s. 2479-2492.
- Demir, G. Tekkurşun, İlhan, E. Levent, Esentürk, O. Kaan, Adnan Kan (2018). Engelli Bireylerde Spora Katılım Motivasyon Ölçeği (ESKMÖ): Geçerlik ve Güvenirlilik Çalışması. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, C. 16, S. 1, s. 95-106.
- Demirel, H. Gizem, Cicioğlu, H. İbrahim, Demir, G. Tekkurşun (2019). Lise Öğrencilerinin Dijital Oyun Motivasyonu Düzeylerinin İncelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, C. 21, S. 3, s. 128-137.
- Türkmen Mutlu, Abdurahimoğlu Yunus, Varol Serkan, Gökdağ Mustafa (2016). İslami ilimler fakültesi öğrencilerinin spora yönelik tutumlarının incelenmesi (Bartın Üniversitesi Örneği). *International Journal of Contemporary Educational Studies (IntJCES)*, C. 2, S. 1, s. 48-59.
- Kaya Öznur, Cicioğlu, H. İbrahim, Demir, G. Tekkurşun (2018). The Attitudes of University Students Towards Sports: Attitude and Metaphorical Perception. *European Journal of Physical Education and Sport Science*, V. 5, I. 1, p. 115-133.
- Griffiths M. D, Meredith Alex (2009). Videogame Addiction and its Treatment. *Journal of Contemp Psychother*, V. 39, p. 247-253.
- Mustafoğlu Rüstem, Zirek Enrah, Yasacı Zeynal, Özdiñler, A. Razak (2018). Dijital Teknoloji Kullanımının Çocukların Gelişimi ve Sağlığı Üzerine Olumsuz Etkileri. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, C. 5, S. 2, s. 1-21.
- Rizzo Alberto, Lange Belinda, Rosenberg, E. Suma, Bolas Mark (2011). Virtual Reality and Interactive Digital Game Technology: New Tools to Address Obesity and Diabetes. *Journal of Diabetes Science and Technology*, V. 5, I. 2, p. 256-264.
- Stettler Nicolas, Signer, T. M., Suter, P. M. (2004). Electronic Games and Environmental Factors Associated with Childhood Obesity in Switzerland. *Obesity Research*, V. 12, I. 6, p. 896-903.
- Calvert, S. L., Staiano, A. E., Bond, B. J. (2013). Electronic Gaming and the Obesity Crisis. *New Directions for Child and Adolescent Development*, V. 139, p. 51-57.
- Doğan İlky, Özdamar Kazım (2017). The Effect of Different Data Structures, Sample Sizes on Model Fit Measures. *Communications in Statistics-Simulation and Computation*, V. 46, I. 9, p. 7525-7533.
- Doğu, Burak (2006). *Popüler Kültürün Tüketim Aracı Olarak Bilgisayar Oyunlarında Sunulan Yaşam Tarzı*. Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi, İzmir.
- Frasca, Gonzalo (2001). Rethinking Agency and Immersion: Video Games as a Means of Consciousness-Raising. *SIGGRAPH. Digital Creativity*, V. 12, I. 3, p. 167-174.
- Genc, Zülfü (2014). Parents' Perceptions about the Mobile Technology Use of Preschool Aged Children. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, V. 146, p. 55-60.
- Gohla, S. (2010). Die bedeutung von sport und bewegung in der entwicklung des kindes. [daten2.verwaltungsportal.de/.../leichtathletik\\_link\\_facharbeit.doc](https://www.verwaltungsportal.de/.../leichtathletik_link_facharbeit.doc), (Erişim Tarihi: 15.02.2018).
- Griffiths, M. D., Davies, M. N. O. (2005). Videogame Addiction: Does It Exist? *Handbook of Computer Game Studies*. J. Goldstein, J. Raessens (Eds), Boston: MIT Press.
- Gül Tolga, Karaçar Ercan, Kement Üzeyir, Paslı, M. Mert, Yayla Özgür, Erol Ersan, Göker Gönül (2014). *Rekreasyona Giriş*, Ankara: Detay Yayıncılık.
- Gümüş Hüseyin, Işık Özcan, Karakullukçu Ömür, Yıldırım İrfan (2014). Ortaöğretim Kurumlarında Serbest Zaman Fiziksel Aktivite Kısıtlayıcıları. *Special Issue on the Proceedings of the 3rd ISCS Conference*, V. 2, I. 1, p. 814-825.
- Dijital Oyunlar Raporu (2019). *Güvenli İnternet Merkezi (GİM)*. Erişim Adresi: <https://www.guvenlioyna.org.tr/dosya/SSIzp.pdf> (Erişim Tarihi: 20.12.2019).
- Hazar, Zekihan (2019). An Analysis of the Relationship between Digital Game Playing Motivation and Digital Game Addiction among Children. *Asian Journal of Education and Training*, V. 5, I. 1, p. 31-38.
- Hazar Zekihan, Demir, G. Tekkurşun, Dalkıran Hasan (2017). Ortaokul Öğrencilerinin Geleneksel Oyun ve Dijital Oyun Algılarının İncelenmesi: Karşılaştırmalı Metafor Çalışması. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, C. 15, S. 4, s. 179-190.
- Hazar Zekihan, Demir, G. Tekkurşun, Namlı Sevinç, Türkeli Anıl (2017). Ortaokul Öğrencilerinin Dijital Oyun Bağımlılığı ve Fiziksel Aktivite Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, C. 11, S. 3, s. 320-332.
- Hills, A. P., King, N. A., Byrne, N. M. (Eds.) (2007). *Children, Obesity and Exercise: Prevention, Treatment and Management of Childhood and Adolescent Obesity*. London: Routledge.
- İlhan Levent, Gencer Eylem (2013). Liselerarası Badminton Müsabakalarına Katılan Sporcu-Öğrencilerin Spora Katılım Motivasyonlarının Belirlenmesi. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2013, C. 18, S. 1-4, s. 1-6.
- Karaca Aydan, Turnagöl, H. Hüsvrev (2007). Çalışan Bireylerde Üç Farklı Fiziksel Aktivite Anketinin Geçerliliği ve Güvenirliliği. *Spor Bilimleri Dergisi*, C. 18, S. 2, s. 68-84.
- Genç Metin, Eğri Mücahit, Kurçer, M. Ali, Kaya Mine, Pehlivan Erkan, Karaoğlu Leyla, Güneş Gülsen (2002). Malatya Kent Merkezindeki Banka Çalışanlarında Fizik Aktivite Sıklığı. *İnönü Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, C. 9, S. 4, s. 237-240.
- Karasar, Niyazi (2017). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri: Kavramlar, Teknikler ve İlkeler (27. Baskı)*. Ankara: Nobel Yayınevi.
- Keser, Aşkın (2006). *Çalışma Yaşamında Motivasyon*. İstanbul: Alfa Aktüel Yayınları.
- Kudaş Savaş, Ülkar Bülent, Erdogan Ali, Çırçı, Esra (2005). Ankara İli 11-12 Yaş Grubu Çocukların Fiziksel Aktivite ve Bazı Beslenme Alışkanlıkları. *Spor Bilimleri Dergisi*, C. 16, S. 1, s. 19-29.
- Orhan, Rüstem (2019). Çocuk Gelişiminde Fiziksel Aktivite ve Sporun Önemi. *Kırıkkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, C. 9, S.1, s. 157-176.
- Namlı Sevinç, Demir, G. Tekkurşun (2020). The Relationship between Attitudes towards Digital Gaming and Sports. *Turkish Online Journal of Educational Technology*, V. 19, I. 1, p. 40-52.
- Öztürk, Melda (2005). *Üniversitede Eğitim Öğretim Gören Öğrencilerde Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketinin (IPAQ) Geçerliliği ve Güvenirliliği ve Fiziksel Aktivite Düzeyinin Belirlenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Solak, M. Şahin (2012). *Ortaöğretim Öğrencilerinin Bilgisayar Oyunu Tutumları ile Yalnızlık Eğilimleri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Şirin, E. Faruk, Hamamioğlu Özgür (2007). Uzak Doğu Spor Branşlarındaki (Taekwando, Karate, Judo) Sporcu Gençlerin Spora Katılım Motivasyonlarının Belirlenmesi. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, C. 12, S. 2, s. 29-42.
- Tanır, Halil (2013). *İlköğretim 8. Sınıf Öğrencilerinde Fiziksel Aktivite Düzeyi ve Bazı Antropometrik Özelliklerin Akademik Başarı İle İlişkisi*. Doktora Tezi, Kırıkkale Üniversitesi, Kırıkkale.
- Zorba Erdal, Saygın Özcan (2017). *Fiziksel Aktivite ve Fiziksel Uygunluk (4. Baskı)*, Ankara: Perspektif.