



(ISSN: 2602-4047)

Kusan, M. & Erdem, H.E (2021). Examining the Job Performances of Physical Education and Sports Teachers Regarding the Physical Activity Levels and Individual Variables, *International Journal of Eurasian Education and Culture*, 6(14), 1806-1831.

DOI: <http://dx.doi.org/10.35826/ijoecc.413>

Article Type (Makale Türü): Research Article

---

## EXAMINING THE JOB PERFORMANCES OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS TEACHERS REGARDING THE PHYSICAL ACTIVITY LEVELS AND INDIVIDUAL VARIABLES

**Muhammet KUSAN**

Res. Assist., Ondokuz Mayıs University, Samsun, Turkey, [muhammetkusan0055@gmail.com](mailto:muhammetkusan0055@gmail.com)  
ORCID: 0000-0001-6813-859X

**Hasan Erdem MUMCU**

Ass.Dr, Tokat Gaziosmanpaşa University, Tokat, Turkey, [erdemumcu@gmail.com](mailto:erdemumcu@gmail.com)  
ORCID: 0000-0003-4325-5575

Received: 05.04.2021

Accepted: 18.08.2021

Published: 07.09.2021

### ABSTRACT

This study was conducted in order to examine the job performances of physical education and sports teachers regarding the physical activity levels and individual. The study was conducted with 255 physical education teachers (172 male, 83 female) working in public schools of the Ministry of National Education in Samsun. In the research, the International Physical Activity Assessment Questionnaire (IPAQ) and the job performance scale developed by Sigler and Pearson (2000) were used to measure the job performance of the employees. Measurements for the study were conducted by visiting teachers' schools and interviewing on a voluntary basis. It was found that there was a statistically significant difference between the mean scores of physical activity, seniority year and departments of the participants. According to this, it was found that the job performance score of the individuals with high physical activity status was significantly higher; The average job performance score of individuals with a seniority of 6-10 years is significantly higher than those with a seniority of 0-5 years; It is seen that the average job performance score of the graduates of the coaching department is significantly lower than the graduates of the department of teaching and management. When the physical activity status of the individuals participating in the study is considered as low and high individuals separately, it is seen that there is no statistically significant difference between the job performance score median in terms of gender, education, age, marital status, seniority year, working time and the departments they graduated from. As a result, it was found that 50,98% of physical education teachers were physically active and 49,02% were low.

**Keywords:** Physical activity, job performance, physical education, teacher.

## INTRODUCTION

One of the most important problems in today's education life is the job performance of teachers, which directly affects the quality of education, and how this performance status can be increased. Developments in education life both brought the competition to a global framework and increased the competition (Toprak & Bozgeyikli, 2011). Teachers are the mainstay of all schools that want to be successful in such an environment. Physical education teachers are the most important part of education life and expectations from physical education lesson and physical education teachers are increasing day by day (Balyan et al., 2012). A teacher who knows herself/himself, can understand her/his emotions, can direct herself/himself and her/his relationships, empathize in interpersonal relationships, and motivate herself/himself will be more successful in realizing these expectations. Teachers who fail to realize the expectations we mentioned will not like their jobs, will not be productive, and their performance will decline as time passes (Gumus & Isik, 2018; Toprak & Bozgeyikli, 2011).

Various negative consequences may occur because of the conditions in an individual's work environment. Even if the working conditions are very good, limited mobility can lead to musculoskeletal problems. In order to prevent this situation that causes serious work efficiency losses in employees, physical activity levels of employees should be increased (Karadal & Merdan, 2017; Oztug & Cowie, 2011). Physical activity (FA) is a concept that includes all of the movements we do during the day (such as sitting-standing, walking, cycling, etc.) to consume calories. Our life consists of activities that have different benefits to the heart, respiratory and digestive system by consuming calories as a result of the use of the musculoskeletal system (Ozemek et al., 2018; Ozemek et al., 2019; Şimşek, 2017). People can tend to do a physical activity because they are free to do any activities they want during the remaining times of business life. The purpose of people's participation in physical activity in their spare time can be psychological well-being or health. It has been proven in studies that individuals who spend their free time doing physical activity spend their normal lives more efficiently (Pronk et al., 1999; Pronk & Kottke, 2009). Regular physical activity can create significant differences in the protection of adults from many different diseases or in the treatment of these diseases, in the active aging of the elderly, in other words, in maintaining the quality of life throughout their lives (Ozemek et al., 2019; Özer et al., 2008). There is also evidence that physically active adults are more resistant to cardiovascular disease, are better resistant to type 2 diabetes and have better sleep quality. It has been reported that individuals who feel physically well and fit in their bodies focus on their jobs better, behave positively to their environment and their work efficiency has increased (Özyalvaç, 2010). The level of FA has a positive effect on fitness, workplace efficiency and reducing medical costs. (Anderson et al., 2000; Pronk et al., 1999). In addition, it shows that FA individuals have higher productivity levels than non-active individuals (Anderson et al., 2000; Jalil et al., 2015; Janwantanakul et al., 2008; Siegel et al., 2001).

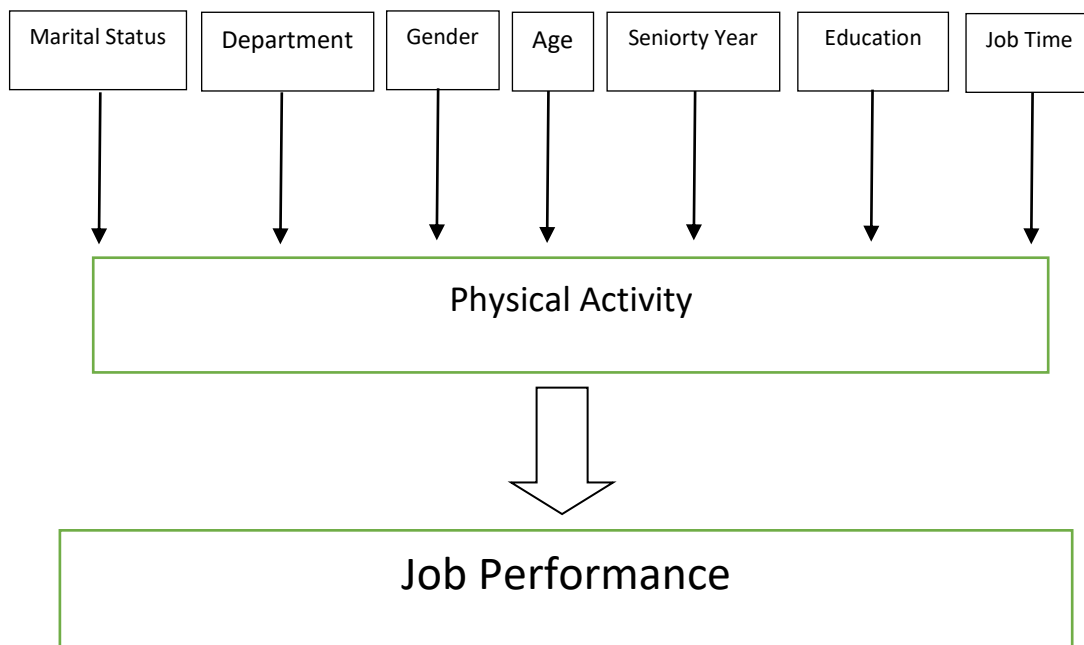
The studies conducted for determining the factors affecting the job performance are associated with many fields as can be seen in the examples of emotional intelligence and job satisfaction (Janovics & Christiansen,

2001; Gürbüz & Yüksel, 2008), stress and job performance (Fisher, 2001), organizational cynicism and job performance (Akdemir, Kirmızıgül & Zengin, 2016), and interpreted according to the demographical characteristics of the participants. When considered according to the gender differences, it is seen that the job satisfaction of the teachers is higher in female participants compared to male participants (Çankaya, 2010; Filiz, 2014). Based on the age and seniority year variables, it is seen that ones with longer years of occupational work have higher job performances (Polat, 2019). Ertürk and Aydın (2016) had determined that the teacher motivation increases with seniority and thus the job performance also increases. It can be seen that in literature, the job performances and job satisfactions of physical education teacher are examined via various variables, however no assessments have been made via associating according to their physical activity levels. In line with the information given, it is aimed in our study, in order to determine the job performances of the physical education teachers, to examine their physical activity levels associating with various individual variables.

## METHOD

### Research Model

In this research, general scanning model was used. Survey model is a research model that aims to describe a past or present situation as it is and tries to define the subject, event or object in its own conditions (Karasar, 2008). Before starting the study, ethics committee approval was obtained from the Ethics Committee for Non-invasive Researches of Hitit University (document number: 02/15 / 2019-2019-76).



**Figure 1.** Research Model

H1: There is a relation in positive direction between the physical activity levels and the job performance levels of the physical education and sports teachers.

H2: There is a significant relation between the department of graduation and the job performance levels of the physical education and sports teachers.

H3: There is a significant relation between the seniority years and the job performance levels of the physical education and sports teachers.

### **Participants**

Participants of the research consists of a total of 255 physical education teachers who participated in the study voluntarily, 172 male and 83 female, out of 590 physical education teachers working in the state schools affiliated to the Ministry of National Education in Samsun. Schools where teachers work were visited and data were collected by applying face-to-face international physical activity and job performance questionnaires.

The study group of the research consists of total of 255 physical education teachers, 172 males and 83 females, selected by the simple random sampling method among the 590 physical education teachers working in the state schools connected to the Ministry of National Education in Samsun Province who have participated to the study as volunteers. The schools where the teachers are working are visited and via applying the international physical activity and job performance questionnaires face to face, the data are collected.

### **Data Collection Tools**

In the study we conducted, international physical activity questionnaire and job performance questionnaire were used as data collection tools. The international physical activity questionnaire was created to determine the physical activity levels of individuals between the ages of 15 and 65 (Craig et al., 2003). The questionnaire consists of 4 separate sections and total of 7 questions. The questionnaire includes questions related to the physical activity performed for at least 10 minutes in the last 7 days. The questionnaire provides for the determination of for how many days in the last week and for how long in each day the physical activities are performed. The validity and reliability study of the physical activity assessment questionnaire was conducted by Karaca and Turnagöl (2007) in Hacettepe University Faculty of Sport Sciences.

The scale consisting of four expressions obtained from Sigler and Pearson (2000) 's research was used to measure the job performance felt by employees. Job Performance scale reliability was found Cronbach's Alpha = 0.91. It is accepted as reliable because the reliability coefficients of the scale are above 0.70. These statements are as "I mostly achieve my job goals", "I complete my duties on time", "I am sure that I achieve exceedingly the standards in the quality of the service I render" and "I find a solution in quickest fashion possible when a problem comes up". In Turkey, the reliability coefficient of the scale applied on the academicians by Çöl (2008) is determined as .82. In the study the responses are collected via a likert scale of 5

(1=Absolutely disagree, 5=Completely agree). In the scale the lowest obtainable score is 4 and the highest one is 20. As the score increases the level of job performance increases. As the result of the verifying factor analysis conducted, it is determined that the scale has a single factor structure (Çöl, 2008).

**Data Analysis**

The research was conducted on 255 physical education teachers working in public schools affiliated to the Ministry of National Education in Samsun. The effect of physical activity levels on job performance was investigated by applying physical activity and job performance scales to teachers. To summarize the data collected from the research, descriptive statistics were tabulated as mean ± standard deviation or median and interquartile range, depending on the distribution for continuous variables.

Categorical variables were summarized as numbers and percentages. The normality test of numerical variables was checked with the Kolmogorov Smirnov test. In comparing two independent groups, t-test was used for independent groups when numerical variables showed normal distribution and Mann Whitney U test was used when numerical variables did not show normal distribution. In comparisons of more than two independent groups, one-way analysis of variance was used when numerical variables showed normal distribution, and Kruskal Wallis H test was used when numerical variables did not show normal distribution. Differences between groups were evaluated by Dwass-Steel-Critchlow-Fligner test in non-parametric tests.

**FINDINGS**

**Table 1.** Demographic Distributions of Individuals

		n (%)
Gender	Male	172 (67,45)
	Female	83 (32,55)
Education	Bachelor's degree	225 (88,24)
	Master's Degree	30 (11,76)
Age	18-25 age	26 (10,2)
	26-33 age	104 (40,78)
	34-41 age	84 (32,94)
	42-49 age	41 (16,08)
Marital status	Single	63 (24,71)
	Married	192 (75,29)
Seniority Year	0-5 years	58 (22,75)
	6-10 years	112 (43,92)
	11-15 years	65 (25,49)
	16 years and more	20 (7,84)
Length of Time at a Job	0-5 years	135 (52,94)
	6-10 years	97 (38,04)
	11 years and more	23 (9,02)
Department	Teaching	194 (76,08)
	Coaching	41 (16,08)
	Management	20 (7,84)
Physical Activity	Low	125 (49,02)
	High	130 (50,98)

In Table 1, it was determined that the individuals consisting of 67.45% men and 32.55% women, 75.29% of them were married and 24.71% of them were single. When the educational status was examined, 88.24% were at the Bachelor's degree and 11.76% were at the Master's Degree. When the age ranges were examined, it was seen that 40.78% were between 26-33 years old, 32.94% were 34-41 years old, 16.08% were between 42-49 years old and 10.2% were between 18-25 years old. When the seniority year intervals of the individuals included in the research was examined, it was seen that 43.92% were 6-10 years, 25.49% were 11-15 years, 22.75% were 0-5 years and 7.84% were 16 years and above. Likewise, 76.08% of the individuals were in the teaching department, 16.08% were in the coaching department and 7.84% were in the management department. When we examined the length of time at a job intervals, it was concluded that 52.94% were between 0-5 years, 38.04% were between 6-10 years and 9.02% were 11 years and above. When the physical activity statuses were investigated, it was found that 50.98% of them were high and 49.02% were low.

**Table 2.** Job Performance Score Comparisons of Individuals Based on Physical Activity, Gender, Education, Age, Marital Status, Seniority Year, Length Of Time At a Job And Departments

		Job Performance		p
Physical Activity	Low (n=125)	10,02 ± 3,1	10 [8–12]	<0,001*
	High (n=130)	16,46 ± 2,44	17 [16–18]	
Gender	Male (n=172)	13,66 ± 4,34	15,5 [15–17]	0,054
	Female (n=83)	12,57 ± 3,99	12 [9–16]	
Education	Bachelor's degree (n=225)	13,14 ± 4,21	14 [9–17]	0,093
	Master's Degree (n=30)	14,53 ± 4,42	16 [11–18]	
Age	18-25 yaş (n=26)	12,08 ± 3,95	11 [9–16]	0,115
	26-33 yaş (n=104)	13,71 ± 4,21	15 [10–17]	
	34-41 yaş (n=84)	13,68 ± 4,29	16 [9–17,5]	
	42-49 yaş (n=41)	12,29 ± 4,33	12 [8–16]	
Marital status	Single (n=63)	13,08 ± 4,1	14 [9–17]	0,627
	Married (n=192)	13,38 ± 4,31	14 [10–17]	
Seniority Year	0-5 years (n=58)	12,38 ± 4,33	12 [9–16]	0,042**
	6-10 years (n=112)	14,17 ± 3,88	15 [11,5–18]	
	11-15 years (n=65)	12,98 ± 4,41	14 [9–17]	
	16 years and more (n=20)	12,2 ± 4,84	11 [8–17]	
Length of Time at a Job	0-5 years (n=135)	13,38 ± 4,28	15 [10–17]	0,824
	6-10 years (n=97)	13,33 ± 4,18	14 [9–17]	
	11 years and more (n=23)	12,78 ± 4,59	12 [9–17]	
Department	Teaching (n=194)	13,67 ± 4,15	15 [10–17]	0,005**
	Coaching (n=41)	11,17 ± 4,29	10 [8–16]	
	Management (n=20)	14,15 ± 4	15,5 [10,5–17,5]	

Descriptive statistics were given as mean ± standard deviation and median (interquartile range).

\*. p<0,05 Mann-Whitney U test was used..

\*\* . p<0,05 Kruskal-Wallis H test was used.

A statistically significant difference was found between the job performance score averages of the teachers included in the study in Table 2 in terms of physical activity status, years of seniority and departments (p <0.05

for each). According to it, the job performance score of the individuals with high physical activity status was significantly higher. The average job performance score of individuals with a seniority year of 6-10 years was significantly higher than those with a seniority year of 0-5 years. The average of the job performance of the graduates of the coaching department was significantly lower than the graduates of the teaching and management departments. When other comparisons were examined, no statistically significant difference was found between the median job performance scores of the individuals participating in the study in terms of gender, education, age, marital status and length of time at a job ( $p > 0.05$  for each

**Table 3.** Job Performance Score Comparison of Individuals with Low and High Physical Activity Status in terms of Gender, Education, Age, Marital Status, Seniority Year, Length of Time at the Job and Departments

	N	Physical Activity, Low (n=125)		p	n	Physical Activity, High (n=130)		p			
		Job Performance				Job Performance					
Gender	Male	76	9,82 ± 3,11	9 [7 – 12]	0,35	96	16,71 ± 2,26	17 [16–18]	0,14		
	Female	49	10,35 ± 3,08	10 [8 – 12]		9	34	15,76 ± 2,82		16,5 [14-18]	8
Education	Bachelor's degree	11	10,06 ± 3,08	10 [8 – 12]	0,60	11	16,36 ± 2,47	17 [16–18]	0,22		
	Master's Degree	5		5		20	17 ± 2,22	17,5 [16-18]		3	
Age	18-25 yaş	16	9,44 ± 2,1	9 [8 – 10]	0,42	10	16,3 ± 1,95	17 [16–18]	0,89		
	26-33 yaş	51	10,63 ± 3,46	10 [8 – 14]		53	16,68 ± 2,29	17 [16–18]			
	34-41 yaş	34	9,68 ± 2,97	9 [8 – 11]		1	50	16,4 ± 2,55		17 [16–18]	6
	42-49 yaş	24	9,63 ± 2,95	10 [7-11,5]		17	16,06 ± 2,95	17 [16–18]			
Marital status	Single	33	10,39 ± 3,21	10 [8 – 14]	0,50	30	16,03 ± 2,7	17 [16–18]	0,41		
	Married	92	9,89 ± 3,06	10 [8 – 12]		1	10	16,59 ± 2,36		17 [16–18]	0
Seniority Year	0-5 years	35	9,71 ± 3,14	9 [7 – 12]	0,18	23	16,43 ± 2,21	17 [16–18]	0,52		
	6-10 years	46	10,8 ± 3,1	11 [8 – 13]		66	16,52 ± 2,35	17 [16–18]			
	11-15 years	31	9,55 ± 3,02	9 [7 – 12]		0	34	16,12 ± 2,87		17 [16–18]	1
	16 years and more	13	9,23 ± 2,92	9 [7 – 11]		7	17,71 ± 1,6	18 [17–19]			
Length of Time at a Job	0-5 years	66	9,91 ± 3,1	10 [7 – 12]	0,24	69	16,7 ± 2,02	17 [16–18]	0,83		
	6-10 years	48	10,5 ± 3,21	10 [8 – 13]		9	49	16,1 ± 2,99		17 [16–18]	6
	11 years and more	11	8,64 ± 2,2	9 [7 – 10]		12	16,58 ± 2,19	17 [15,5-18]			
Department	Teaching	89	10,38 ± 3,25	10 [8 – 13]	0,11	10	16,46 ± 2,45	17 [16–18]	0,93		
	Coaching	28	8,86 ± 2,48	9 [7 – 10]		9	13	16,15 ± 2,88		17 [16–18]	8
	Management	8	10,13 ± 2,53	9 [8,5–12]		12	16,83 ± 1,99	17 [16–18]			

Descriptive statistics were given as mean ± standard deviation and median (interquartile range).

In Table 3, when the physical activity levels of the teachers participating in the study are considered separately as individuals with low and high levels, it is concluded that there is no statistically significant difference between job performance score medians in terms of gender, education, age, marital status, seniority years, length of time at the job and departments.

#### **CONCLUSION and DISCUSSION**

When the physical activity status of the physical education teachers participating in the study is examined in Table 1, it was found that 50.98% of them were at high level and 49.02% of them were at low level. In the study named "Investigation of Physical Activity Levels of Physical Education Teachers" conducted by Arabacı and Çankaya (2007) with 250 physical education teachers, they found that 41.6% of the physical education teachers are inactive, 41.6% have low physical activity and 16.8% have high physical activity level. They concluded that the level of physical activity of the teachers was low and insufficient, and inactivity was common. In a similar study, 286 teachers participated in the study of Şanlı (2009) titled "The Relationship Between Physical Activity Level, Age, Gender and Body Mass Index in Teachers". They found that 17.1% of the teachers were not active, 63.9% had a low level of physical activity, and 19% had a sufficient level of physical activity to lead a healthy life. It is seen that the study we have conducted gives different results with these two studies. The reason for this difference is that there is a lot of time difference between the years of the study and the regions where the study is conducted are different. For that reason, it can be thought that access to activities is not at the same level for both groups.

Considering the results in Table 2, it is seen that there is a statistically significant difference between the job performance score medians of the individuals participating in the study in terms of their physical activity status, seniority years and their departments. Therefore, it is seen that individuals with high physical activity status have significantly higher job performance scores, job performance score median of individuals with 6-10 years of seniority is significantly higher than individuals with 0-5 years of seniority. In the literature there are no studies examining the relation between the departments of the physical education teachers and their job performances. However in the studies conducted on the teachers based on the seniority year variable, it is shown that more the working years of the teacher higher the job performance gets (Ertürk and Aydın, 2016; Polat, 2019). Hallal (2003) found in his study that physical activity levels of single women or women living alone were lower than those who were married. In our study, no significant difference was found between the physical activity levels of married and single teachers. The reason for this may be that the group that Hallal (2003) worked on is not teachers, and the region and culture that were studied are completely different from each other. When other comparisons were examined, no statistically significant difference was found between the median job performance scores of the individuals participating in the study in terms of gender, education, age, marital status and length of time at a job ( $p > 0.05$  for each). In his study investigating the job satisfaction levels of physical education teachers in terms of different variables, Türkçapar (2012) concluded that the job satisfaction scores of the physical education teachers who participated in the study did not differ according to



gender, marital status, child status, school type, education level, service time and age. In another study, Mumcu (2014) looked at the levels of professional burnout and job satisfaction of physical education teachers according to "school type, gender, age, service year, place of duty, lesson time, marital status" variables. It was determined that there is no significant difference between teachers' professional burnout and job satisfaction levels and school type, gender and marital status.

According to the results given in Table 2, it is seen that the job performance score of the individuals who have higher physical activity status is significantly higher. In a study which was conducted by Irmak (2011), he stated that computer-assisted exercise programs of office workers do not have any effect on their job performance and quality of life. In a similar study, it is stated that physical activity programs do not have a performance-related effect on job performance, but they are a determinant indicator in proceeding work. It is seen that the study of Irmak (2011) gave different results with our study. The reason for that result can be the difference of the groups in studies and the types of measured activities which are not the same. In a study conducted on NASA employees, it was stated that participating in an exercise control program had a positive effect on endurance, concentration, job performance and decision-making abilities. According to the research conducted by Union Pacific Railrow company on its employees, the company reported that 75% of the company employees concentrate on their work better and feel more rested by exercising regularly, while 80% of the company employees believe that these exercises increase their productivity in their work (Siegel, et al., 2001). It can be said that the study of Nasa and Union Pacific Railway company on its employees is parallel with our work. Karaca (1998) investigated the physical activity levels of working individuals in his study with 475 employees between the ages of 19-53 and at the end of the study, when the work, transportation, home, sports activities and the total of these were examined, it was determined that they were active at a low level in departments other than sports activities and they were moderately active in sports activities (women: 5.0 7 MET / hour, men: 5.7 0 MET / hour). It is seen that 39.3% of the individuals participating in the study did not participate in any sports activity. In the study named "Reliability and Validity of Physical Activity Evaluation Survey" conducted by Karaca and et. al. (2000), work, transportation, home-related activities, climbing stairs and sports indexes were examined, statistically significant relationships were found at all levels according to the indexes in the correlation of energy consumption values ( $p < 0.01$ ). Similarly, in our study, it was seen that teachers with high levels of physical activity had significantly higher job performances.

In Table 2, the median of the job performance score of the coaching department graduates is seen to be at a significantly lower level compared to the teaching and management department graduates. It was found that in his study in which Öztürk (2002) tried to determine the economic, psychological, emotional and administrative satisfaction of physical education teachers in primary and secondary education institutions, the teachers do their profession gladly and achieve sufficient satisfaction while doing this job. In her study she conducted to examine the relationship between time management skills and job satisfaction of physical education teachers, Güler (2018) found that physical education teachers have high levels of time management skills and job satisfaction. In the study conducted by Soyer et al. (2009) in order to examine the professional

burnout and job satisfaction of Physical Education Teachers according to "Gender, age, marital status, having children, willingly choosing Physical Education teaching profession , starting the profession, years of service in the profession, total number of schools, current school, place of duty, professional experience, educational status" variables, they found that the burnout levels of those who did not willingly choose Physical Education Teaching were high and their job satisfaction levels were low. In our study, it can be thought that the reason for the low job performance median of the graduates of the coaching department is that they did not choose this profession voluntarily because they did not choose this profession by studying physical education teaching. It can be said that our study is similar to this study. Another factor affecting the job performance showed that there is a relation between the organizational climate and the performance perception of the employees. Therefore it can be said that the psychological tone of the organization like organizational climate and organization culture, affects the success motivation, job satisfaction and performance perceptions in a positive manner (Tutar and Altınöz, 2010). Karaca and Balcı (2011), in the study in which they aimed to compare the job satisfaction levels of physical education teachers working in primary and secondary education in private and public schools in Ankara and to emphasize the value of job satisfaction on business life, they found that the job satisfaction levels of teachers working in private schools were higher than those working in public schools. We can say that our study does not show any similarities with this study, since it only covers public schools. The reason for the lack of similarity may be that the factors affecting job performance cannot be explained only by physical activity. The positive affect of the job satisfaction on the job performance is also determined in other studies (Lopez, 1982; Ceylan and Ulutürk, 2006). It also can be said that different variables like the money earned and the region lived affects the job performance (Erdoğan et al., 2014).

## **CONCLUSION**

As a result, it was found that 50.98% of the physical activity status of the physical education teachers participating in the study was high and 49.02% was low. It has been concluded that there is a statistically significant difference between the job performance score medians of the individuals participating in the study in terms of their physical activity status, seniority years and their departments.

Therefore, it is seen that individuals with high physical activity status have significantly higher job performance scores, job performance score median of individuals with 6-10 years of seniority is significantly higher than individuals with 0-5 years of seniority, job performance score median of the graduates of the coaching department is significantly lower than the graduates of the teaching and management departments. The results of our study showed similar results with some studies in the literature.

## **RECOMMENDATIONS**

Conducting this study on a larger scale can clearly reveal the physical activity status of physical education teachers in our country. A curriculum with more active participation can be prepared to increase the physical activity levels and job performance of physical education teachers. In-service trainings can be given to increase

the job performance of physical education teachers with an advanced professional age. It can be provided to create competition environments for the training of athletes that will increase the job performance of the teachers who have graduated from the coaching department. With a program to be implemented by the Ministry of National Education, it can be encouraged to measure the BMI levels of physical education teachers annually and to keep the physical activity level at a certain level.

#### **ETHICAL TEXT**

In this article, the journal writing rules, publication principles, research and publication ethics, and journal ethical rules were followed. The responsibility belongs to the author (s) for any violations that may arise regarding the article. Before starting the study, ethics committee approval was obtained from the Ethics Committee for Non-invasive Researches of Hitit University (document number: 02/15 / 2019-2019-76).

**Author(s) Contribution Rate:** The first author contributed 60%, the second author contributed 40%. All authors undertook the writing of the research from beginning to end.

#### **REFERENCES**

- Akdemir, B., Kırmızıgül, B., & Zengin, Y. (2016). Örgütsel sinizm ile iş performansı arasındaki ilişki ve bir araştırma. *Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 6(2), 115-130.
- Anderson, D.R., Goetzel, R.Z. & Whitmer, R.W., Serxner, S. & Health Enhancement Research Organization (HERO) Research Committee. (2000). The relationship between modifiable health risks and group-level health care expenditures. *Health Promot.* 15, 45–52.
- Arabacı, R., Çankaya, C. (2007). Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Fiziksel Aktivite Düzeylerinin Araştırılması. *Eğitim Fakültesi Dergisi*, 20(1),1-15.
- Balyan, M., Balyan, K.Y., & Kiremitçi, O. (2012). Farklı sportif etkinliklerin ilköğretim 2. kademe öğrencilerinin beden eğitimi dersine yönelik tutum, sosyal beceri ve öz yeterlik düzeylerine etkileri. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 14(2), 196-201.
- Ceylan, A & Ulutürk Y. H. (2006). Relations between role uncertainty, role conflict, job satisfaction and performance. *Doğuş University Magazine*, 7 (1), 48-58.
- Craig, C.L., Marshall, A.L., Sjostrom, M., Bauman, A.E., Booth, M.L., Ainsworth, B.E., Oja, P. (2003). International physical activity questionnaire: 12-country reliability and validity. *Medicine & science in sports & exercise*, 35(8), 1381-1395.
- Çol, G. (2008). Algılanan güçlendirmenin iş gören performansı üzerine etkileri. *Doğuş Üniversitesi Dergisi*, 9(1), 35-46.
- Çankaya, İ. (2010). The effects of school security on the anxiety, motivation and job satisfaction levels of the primary school teachers (Unpublished master's thesis). Fırat University, Elazığ.
- Erdogan, N., Zekioglu, A., Dorak, F. (2014). Hentbol antrenörlerine göre, sporcuların performansını psikolojik yönden etkileyen faktörler nelerdir? Nitel çalışma. *International Journal of Science Culture and Sport*, 2(Special Issue 1), 194-207.

- Ertürk, R and Aydın, B. (2016). The Relation between the Job Motivations and Organizational Loyalty of the Teachers. *International Education Sciences Magazine*, 3(9), 147-173.
- Filiz, Z. (2014). Examination of the job satisfaction and burnout levels of the teachers. *International Management Economics and Business Magazine*, 10(23), 157-171. doi: 10.17130/ijmeh.2014.10.23.437
- Fisher, R.T. (2001). Role stress, the type a behaviour pattern, and external auditor job satisfaction and performance. *Behavioral Research in Accounting*, Vol.13 p.143.
- Guler, M. (2018). Beden eğitimi öğretmenlerinin zaman yönetimi becerileri ile iş doyumunu arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi, Kocaeli Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kocaeli.
- Gurbuz, S., & Yuksel, M. (2008). Çalışma ortamında duygusal zekâ: İş performansı, iş tatmini, örgütsel vatandaşlık davranışı ve bazı demografik özelliklerle ilişkisi.
- Gumus, H., & Isik, O. (2018). The Relationship of Physical Activity Level, Leisure Motivation and Quality of Life in Candidate Teachers. *International Journal of Progressive Education*, 14(5), 22-32.
- Hallal, P.C., Victora, C.G., Wells J.C.K., Lima R.C. (2003). Physical inactivity: prevalence and associated variables in brazilian adults. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 35(11), 1894- 1900.
- Irmak, C., Vallen, B., Robinson, S.R. (2011). The impact of product name on dieters' and nondieters' food evaluations and consumption. *Journal of consumer research*, 38(2), 390-405.
- Jalil, S.W., Achan, P., Mojolou, D.N., & Rozaimie, A. (2015). Individual characteristics and job performance: generation Y at SMEs in Malaysia. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 170,137-145.
- Janovics, J. & Christiansen, N.D. (2001). Emotional intelligence at the workplace. Paper presented at the annual meeting of the Society of Industrial and Organizational Psychology, San Diego, CA.
- Janwantanakul, P., Pensri, P., Jiamjarasrangsri, V., & Sinsongsook, T. (2008). Prevalence of self-reported musculoskeletal symptoms among office workers. *Occupational medicine*, 58(6), 436-438.
- Karaca, A, Ergen, E., Koruç, Z. (2000). Fiziksel Aktivite Değerlendirme Anketi (FADA) güvenilirlik ve geçerlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 11(1-2-3-4), 17-18.
- Karaca, A. (1998). Fiziksel aktivite değerlendirme anketi güvenilirlik ve geçerlik çalışması. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Karaca, A., Turnagöl, H. H. (2007). IPAQ anketinin geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 18(2), 68-84.
- Karaca, B., Balcı, V. (2011). İlköğretim ve ortaöğretim beden eğitimi öğretmenlerinin iş tatmini üzerine ampirik bir çalışma. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, IX(1) 33-40.
- Karadal, H., Merdan, E. (2017). İşyeri yaralanmaları üzerinde güvenlik iklimi ve güvenlik kültürünün rolü. *Uluslararası Yönetim İktisat ve İşletme Dergisi*, 13(5), 912-919.
- Karasar, N. (2008). Bilimsel araştırma yöntemi. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Lopez, E. M. (1982). A test of the self-consistency theory of the job performance- job satisfaction relationship. *Academy of Management Journal*, 25 (2), 335-348.
- Mumcu, L. (2014). Beden eğitimi öğretmenlerinin iş doyumunu ve tükenmişlik düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi. Trabzon: Trabzon Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

- Ozemek, C., Laddu, D. R., Lavie, C. J., Claeys, H., Kaminsky, L. A., Ross, R., ... & Blair, S.N. (2018). An update on the role of cardiorespiratory fitness, structured exercise and lifestyle physical activity in preventing cardiovascular disease and health risk. *Progress in cardiovascular diseases*, 61(5-6), 484-490.
- Ozemek, C., Lavie, C. J., & Rognum, Ø. (2019). Global physical activity levels-Need for intervention. *Progress in cardiovascular diseases*, 62(2), 102-107.
- Oztug, O., & Cowie, H. (2011). Coping with Musculoskeletal Pain: Implications for Office Workers. *Turkish Online Journal of Educational Technology-TOJET*, 10(1), 81-88.
- Özer, D., Baltacı, G., Tedavi, F. (2008). İş yerinde fiziksel aktivite. *Klasmat Matbaacılık*, 19-21.
- Öztürk, G. (2002). Beden eğitimi öğretmenlerinde iş doyumu. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Özyalvaç, N.T. (2010). Ortaöğretim öğrencilerinin beden eğitimi dersine yönelik tutumları ile akademik başarı motivasyonlarının incelenmesi. Yayınlanmış Doktora Tezi. Konya: Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Polat, Ş. (2019). Öğretim Doyumu ve İş Performansı İlişkinin Öğretmen Görüşlerine Göre İncelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 19(2), 641-651.
- Pronk, N.P., Tan, A.W., O'Connor, P., (1999). Obesity, fitness, willingness to communicate and health care costs. *Med. Sci. Sports Exerc.* 31,1535–1543.
- Pronk, N.P., Kottke, T. E. (2009). Physical activity promotion as a strategic corporate priority to improve worker health and business performance. *Preventive medicine*, 49(4).
- Siegel, P.Z., Qualters, J.R., Mowery, P.D., Campostrini, S., Leutzinger, C., McQueen, D.V. (2001). Subgroup-specific effects of questionnaire wording on population-based estimates of mammography prevalence. *American Journal of Public Health*, 91(5), 817.
- Soyer, F., Can Y., Kale F. (2009). Beden eğitimi öğretmenlerinin iş tatmini ve mesleki tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3(3).
- 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.
- Şimşek, F. (2017). 10-16 Yaş Grubu Otizmlilerde Çocuklarda Stretching Çalışmalarının Denge Performansı Üzerine Etkisi. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Toprak, E., Bozgeyikli, H. (2011). Öğretmen adaylarının sosyal sermaye düzeylerinin karşılaştırmalı incelenmesi (Erciyes Üniversitesi Örneği). *Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1(31), 125-147.
- Tutar, H., & Altınöz, M. (2010). The effects of organizational climate on the employee performance: A research on employees of the OSTİM manufacturing businesses. *Ankara University SBF Magazine*, 65(02), 196-218.
- Türkçapar, Ü. (2012). Beden eğitimi öğretmenlerinin farklı değişkenler üzerinden iş doyumu düzeylerinin incelenmesi. Kahramanmaraş: Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu. *Gefad / gujged* 32(2): 331-346.

## **BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLERİNİN İŞ PERFORMANSLARININ FİZİKSEL AKTİVİTE DÜZEYİ VE BİREYSEL DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ**

### **Öz**

Bu araştırma beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin iş performanslarının fiziksel aktivite düzeyi ve bireysel değişkenler açısından incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Araştırma, Samsun ilinde Millî Eğitim Bakanlığına bağlı devlet okullarında görev yapan 255 (172 erkek, 83 kadın) beden eğitimi öğretmeni ile gerçekleştirilmiştir. Araştırma'da öğretmenlerin fiziksel aktivite seviyelerini belirleyebilmek için, Uluslararası Fiziksel Aktivite Değerlendirme Anketi (IPAQ) ve İş görenlerin hissettikleri iş performansını ölçebilmek için Sigler ve Pearson (2000), tarafından geliştirilen iş performansı ölçeği kullanılmıştır. Araştırma için yapılan ölçümler öğretmenlerin okulları ziyaret edilerek gönüllülük esasına dayanacak bir şekilde yüz yüze görüşülerek yapılmıştır. Araştırmaya katılan bireylerin fiziksel aktivite durumları, kıdem yılı ve bölümleri bakımından iş performansı puan ortancaları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu belirlenmiştir. Buna göre fiziksel aktivite durumu yüksek olan bireylerin iş performansı puanı anlamlı seviyede daha yüksek olduğu; kıdem yılı 6-10 yıl olan bireylerin iş performansı puan ortancası, kıdem yılı 0-5 yıl olan bireylere göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu; antrenörlük bölümü mezunlarının iş performansı puan ortancası, öğretmenlik ve yöneticilik bölümü mezunlarına göre anlamlı düzeyde daha düşük olduğu görülmektedir. Araştırmaya katılan bireylerin fiziksel aktivite durumları, düşük ve yüksek olan bireyler olarak ayrı ayrı ele alındığında cinsiyet, eğitim, yaş, medeni durum, kıdem yılı, çalışma süresi ve mezun oldukları bölümler bakımından iş performansı puan ortancaları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olmadığı görülmektedir. Sonuç olarak beden eğitimi öğretmenlerinin %50,98'inin yüksek, %49,02'sinin ise düşük düzeyde fiziksel olarak aktif oldukları tespit edilmiştir.

**Anahtar kelimeler:** Fiziksel aktivite, iş performansı, beden eğitimi, öğretmen.

## GİRİŞ

Günümüz eğitim hayatında en önemli sorunlardan birisi eğitim kalitesini direkt olarak etkileyen öğretmenlerin iş performansları durumu ve bu performans durumunun nasıl artırılabiliridir. Eğitim hayatında meydana gelen gelişmeler rekabeti hem küresel bir çerçeveye taşımış hem de rekabeti artırmıştır (Toprak ve Bozgeyikli, 2011). Öğretmenler, böyle bir ortamda başarılı olmak isteyen tüm okulların temel dayanağı olmaktadır. Beden eğitimi öğretmenleri eğitim hayatının en önemli parçası olarak, her geçen gün beden eğitimi dersinden ve beden eğitimi öğretmenlerinden beklentiler artmaktadır (Balyan ve ark., 2012). Bu beklentileri gerçekleştirmede kendini tanıyan, duygularını anlayabilen, kendini ve ilişkilerini yönlendirebilen, kişiler arası ilişkilerinde empati kurabilen, kendini motive edebilen bir öğretmen daha başarılı olacaktır. Saydığımız beklentileri gerçekleştiremeyen öğretmenler zaman geçtikçe işlerinden hoşlanmayacaklar, verimli olamayacaklar ve performanslarında düşüşler olacaktır (Gümüş ve Işık, 2018; Toprak ve Bozgeyikli, 2011).

Bireyin çalışma ortamındaki koşulları çeşitli olumsuz sonuçlar doğurabilir. Özellikle masa başı çalışma koşulları çok iyi olsa bile sınırlı seviyede hareketlilik, kas-iskelet sistemi problemlerine yol açabilir. Çalışanlarda ciddi iş verim kayıplarına neden olan bu durumun önüne geçilmesi için çalışanların fiziksel aktivite seviyelerinin artırılması gerekmektedir (Karadal ve Merdan, 2017; Oztug ve Cowie, 2011). Fiziksel aktivite (FA), kalori harcanması amacıyla gün içerisinde yaptığımız (oturup-kalkma, yürüme, bisiklet sürme vb. gibi) hareketlerin tamamını içinde bulunduran bir kavramdır. Yaşamımız, kas ve iskelet sistemi kullanımı sonucunda kalori harcıyıp, kalp, solunum ve sindirim sistemine farklı yararları olan aktivitelerden oluşmaktadır (Ozemek ve ark., 2018; Ozemek ve ark., 2019; Şimşek, 2017). İnsanlar, iş hayatından arta kalan zamanlarda istedikleri faaliyetleri yapmakta özgür oldukları için fiziksel aktiviteye yönelebilmektedir. Boş zamanlarında fiziksel aktiviteye katılım amacı psikolojik olarak iyilik sağlamak olabileceği gibi sağlık açısından da olabilir. Bununla birlikte serbest zamanlarını fiziksel aktivite yaparak geçiren bireylerin normal yaşantılarını daha verimli geçirdikleri yapılmış çalışmalarda kanıtlanmıştır (Pronk ve ark., 1999; Pronk ve Kottke, 2009). Düzenli yapılan fiziksel aktivite yetişkinlerin farklı pek çok hastalıklardan korunmalarında veya bu hastalıkların tedavisinde, yaşlıların aktif bir yaşlılık geçirmelerinde başka bir deyişle, hayat boyunca yaşam kalitesinin korunmasında çok önemli farklılıklar yaratabilmektedir (Ozemek ve ark., 2019; Özer ve ark., 2008). Ayrıca fiziksel olarak aktif olan yetişkinlerin kardiovasküler hastalıklara karşı daha dirençli olduğu tip 2 diyabete karşı direnmesinin daha iyi olduğu ve daha iyi bir uyku kalitesi çektiğine dair kanıtlar vardır. Kendini fiziksel olarak iyi ve bedenini fit hissedenen, bireylerin işlerine daha iyi odaklandığı çevresine pozitif davrandığı ve iş verimlerinin arttığı bildirilmiştir (Özyalvaç, 2010). FA seviyesinin zinde olma, iş yeri verimliliğini artırmada ve tıbbi masrafların azaltılmasında olumlu bir katkısı olduğunu bilinmektedir (Anderson ve ark., 2000; Pronk ve ark., 1999). Bunun yanında FA seviyeleri yüksek olan bireylerin verim düzeylerinin aktif olmayanlara göre daha yüksek olduğunu göstermektedir (Anderson ve ark., 2000; Jalil ve ark., 2015; Janwantanakul ve ark., 2008; Siegel ve ark., 2001).

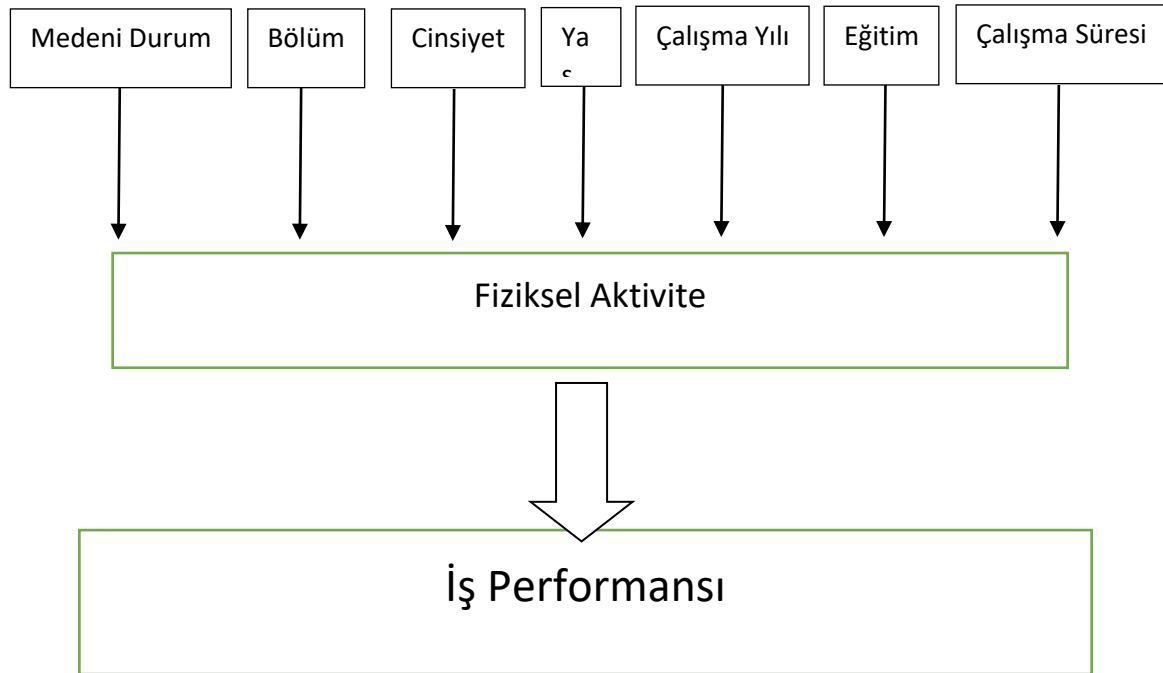
İş performansı etkileyen unsurların tespit edilmesi amacıyla yapılan çalışmalar; duygusal zekâ ve iş tatmini (Janovics & Christiansen, 2001; Gürbüz & Yüksel, 2008), stres ve iş performansı (Fisher, 2001), örgütsel sinizm

ve iş performansı (Akdemir, Kırmızıgül & Zengin, 2016) örneklerinde görüldüğü gibi pek çok alanla ilişkilendirilip, katılımcıların demografik niteliklerine göre yorumlanmıştır. Cinsiyet farklılıklarına göre bakıldığında öğretmenlerin iş doyumlarının kadın katılımcıların erkeklere oranla daha yüksek olduğu görülmüştür (Çankaya, 2010; Filiz, 2014). Yaş ve kıdem yılı değişkenlerine göre daha uzun süre mesleki çalışma yılı olanların iş performanslarının daha yüksek olduğu görülmüştür (Polat, 2019). Ertürk ve Aydın (2016) kıdem ile öğretmen motivasyonunu arttığını yani dolayısıyla iş performansını arttığını belirtmişlerdir. Literatürde beden eğitimi öğretmenlerinin iş performansları ve iş doyumları çeşitli değişkenlerle incelendiği görülmektedir. Fakat fiziksel aktivite seviyelerine göre ilişkilendirerek değerlendirme yapılmamıştır. Bu verilen bilgiler doğrultusunda çalışmamızda beden eğitimi öğretmenlerinin iş performanslarını belirlemek amacıyla, fiziksel aktivite düzeylerinin çeşitli bireysel değişkenler ile ilişkilendirerek incelenmesi amaçlanmıştır.

## YÖNTEM

### Araştırmanın Modeli

Araştırmanın modeli, nicel araştırma modelleri içerisinde yer alan ve betimsel nitelik taşıyan ilişkisel tarama modelidir. Tarama modeli, geçmişte ya da halen var olan bir durumu var olduğu şekliyle betimlenmeyi amaçlayan ve araştırmaya konu olan birey, olay ya da nesneyi kendi koşulları içerisinde olduğu gibi tanımlanmaya çalışan araştırma modelidir (Karasar, 2008). Çalışmaya başlamadan önce, Hitit Üniversitesi Girişimsel Olmayan Araştırmalar Etik Kurulundan etik kurul izni alınmıştır (belge numarası: 02/15 / 2019-2019-76).



Şekil 1. Araştırma Modeli



H1: Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin fiziksel aktivite düzeyleri ile iş performansı düzeyleri arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır.

H2: Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin mezun olduğu bölüm ile iş performansı düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H3: Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin kıdem yılı ile iş performansı düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki vardır.

### **Çalışma Grubu**

Araştırmanın çalışma grubunu Samsun ili Milli Eğitim Bakanlığına bağlı devlet okullarında çalışan 590 beden eğitimi öğretmeni içerisinden, basit tesadüfi örnekleme yöntemi ile seçilen ve çalışmaya gönüllü olarak katılan 172 erkek 83 kadın toplam 255 beden eğitimi öğretmeni oluşturmaktadır. Öğretmenlerin görev yaptıkları okullar ziyaret edilerek uluslararası fiziksel aktivite ve iş performansı anketleri yüz yüze uygulanarak veriler toplanmıştır.

### **Veri Toplama Araçları**

Yapmış olduğumuz çalışmada veri toplama aracı olarak uluslararası fiziksel aktivite anketi ve iş performansı anketi kullanılmıştır. Uluslararası fiziksel aktivite anketi 15 ve 65 yaş arasındaki bireylerin fiziksel aktivite seviyelerini belirleyebilmek için oluşturulmuştur (Craig ve ark., 2003). Anket 4 ayrı bölüm ve toplam 7 sorudan oluşmaktadır. Anket son 7 günde en az 10 dakikalık yapılan fiziksel aktivite ile ilgili sorular içermektedir. Anket ile son bir haftada kaç gün ve her bir gün için ne kadar süre ile fiziksel aktiviteler yapıldığı belirlenmektedir. Karaca ve Turnagöl (2007) tarafından Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri ve Teknolojisi Yüksekokulunda fiziksel aktivite değerlendirme anketinin geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılmıştır.

İş görenlerin hissettikleri iş performansı ölçmede, Sigler ve Pearson (2000)'ın araştırmasından elde edilen ve dört ifade den oluşan ölçek kullanılmıştır. Bu ifadeler "iş hedeflerime fazlasıyla ulaşıyorum", "görevlerimi zamanında tamamlarım", "sunduğum hizmet kalitesinde standartlara fazlasıyla ulaştığımdan eminim" ve "bir problem gündeme geldiğinde en hızlı şekilde çözüm üretirim" şeklindedir. Türkiye'de Çöl (2008) tarafından akademisyenler üzerinde uygulanan ölçeğin güvenilirlik katsayısı .82 olarak tespit edilmiştir. Araştırmada cevaplar 5'li likert ölçeği ile alınmıştır (1=Kesinlikle katılmıyorum, 5=Kesinlikle katılıyorum). Ölçekten alınabilecek en düşük puan 4 en yüksek puan ise 20 dir. Puan arttıkça iş performansı seviyesi yükselmektedir. Yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda ölçeğin tek faktörlü yapıya sahip olduğu belirlenmiştir (Çöl, 2008).

### **Verilerin analizi**

Araştırma, Samsun ilinde milli eğitim bakanlığına bağlı devlet okullarında görev yapan 255 beden eğitimi öğretmeni üzerine yapılmıştır. Öğretmenlere fiziksel aktivite ve iş performansı ölçekleri uygulanarak, fiziksel aktivite düzeylerinin iş performanslarına etkisi araştırılmıştır. Çalışmadan toplanan verilerin özetlenmesinde

tanımlayıcı istatistikler sürekli değişkenler için dağılıma bağlı olarak ortalama  $\pm$  standart sapma veya medyan ile çeyreklikler arası genişlik olarak tablo halinde verildi. Kategorik değişkenler sayı ve yüzde olarak özetlendi. Sayısal değişkenlerin normallik testi Kolmogorov Smirnov testi ile kontrol edildi. Bağımsız iki grup karşılaştırılmalarında, sayısal değişkenlerin normal dağılım gösterdiği durumlarda bağımsız gruplar için t test, sayısal değişkenlerin normal dağılım göstermediği durumlarda ise Mann Whitney U testi kullanıldı. Bağımsız ikiden fazla grup karşılaştırmalarında, sayısal değişkenlerin normal dağılım gösterdiği durumlarda tek yönlü varyans analizi, sayısal değişkenlerin normal dağılım göstermediği durumlarda ise Kruskal Wallis H testi kullanıldı. Gruplar arasındaki farklılıklar parametrik olmayan testlerde gruplar arasındaki farklılıklar Dwass-Steel-Critchlow-Fligner testi ile değerlendirilmiştir.

## BULGULAR

**Tablo 1.** Bireylerin Demografik Dağılımları

		n (%)
Cinsiyet	Erkek	172 (67,45)
	Kadın	83 (32,55)
Eğitim	Lisans	225 (88,24)
	Yüksek Lisans	30 (11,76)
Yaş	18-25 yaş	26 (10,2)
	26-33 yaş	104 (40,78)
	34-41 yaş	84 (32,94)
	42-49 yaş	41 (16,08)
Medeni Durum	Bekâr	63 (24,71)
	Evli	192 (75,29)
Kıdem Yılı	0-5 yıl	58 (22,75)
	6-10 yıl	112 (43,92)
	11-15 yıl	65 (25,49)
	16 yıl ve üzeri	20 (7,84)
Çalışma Süresi	0-5 yıl	135 (52,94)
	6-10 yıl	97 (38,04)
	11 yıl ve üzeri	23 (9,02)
Bölüm	Öğretmenlik	194 (76,08)
	Antrenörlük	41 (16,08)
	Yöneticilik	20 (7,84)
Fiziksel Aktivite	Düşük	125 (49,02)
	Yüksek	130 (50,98)

Tablo 1’de %67,45’i erkek ve %32,55’i ise kadınlardan oluşan bireylerin %75,29’u evli ve %24,71’i ise bekâr olduğu tespit edildi. Eğitim durumları incelendiğinde; %88,24’ü lisans ve %11,76’sı ise yüksek lisans düzeyinde idi. Yaş aralıklarına bakıldığında ise %40,78’i 26-33 yaş, %32,94’ü 34-41 yaş, %16,08’i 42-49 yaş ve %10,2’sinin ise 18-25 yaş arasında olduğu görüldü. Araştırmaya dâhil edilen bireylerin kıdem yılı aralıkları ise; %43,92’si 6-10 yıl, %25,49’u 11-15 yıl, %22,75’i 0-5 yıl ve %7,84’ü ise 16 yıl ve üzeri idi. Aynı şekilde bireylerin %76,08’i öğretmenlik, %16,08’i antrenörlük ve %7,84’ü yöneticilik bölümünde idi ve çalışma süresi aralıklarının ise; %52,94’ü 0-5 yıl, %38,04’ü 6-10 yıl ve %9,02’sinin ise 11 yıl ve üzeri olduğu sonucuna varıldı. Fiziksel aktivite durumları araştırıldığında %50,98’i yüksek ve %49,02’sinin ise düşük düzeyde olduğu tespit edildi.

**Tablo 2.** Bireylerin Fiziksel Aktivite, Cinsiyet, Eğitim, Yaş, Medeni Durum, Kıdem Yılı, Çalışma Süresi ve Bölümlerine Göre İş Performansı Puanı Karşılaştırmaları

			<b>İş Performansı</b>	<b>p</b>
<b>Fiziksel Aktivite</b>	Düşük (n=125)	10,02 ± 3,1	10 [8–12]	<b>&lt;0,001*</b>
	Yüksek (n=130)	16,46 ± 2,44	17 [16–18]	
<b>Cinsiyet</b>	Erkek (n=172)	13,66 ± 4,34	15,5 [15–17]	0,054
	Kadın (n=83)	12,57 ± 3,99	12 [9–16]	
<b>Eğitim</b>	Lisans (n=225)	13,14 ± 4,21	14 [9–17]	0,093
	Yüksek Lisans (n=30)	14,53 ± 4,42	16 [11–18]	
<b>Yaş</b>	18-25 yaş (n=26)	12,08 ± 3,95	11 [9–16]	0,115
	26-33 yaş (n=104)	13,71 ± 4,21	15 [10–17]	
	34-41 yaş (n=84)	13,68 ± 4,29	16 [9–17,5]	
	42-49 yaş (n=41)	12,29 ± 4,33	12 [8–16]	
<b>Medeni Durum</b>	Bekar (n=63)	13,08 ± 4,1	14 [9–17]	0,627
	Evli (n=192)	13,38 ± 4,31	14 [10–17]	
<b>Kıdem Yılı</b>	0-5 yıl (n=58)	12,38 ± 4,33	12 [9–16]	<b>0,042**</b>
	6-10 yıl (n=112)	14,17 ± 3,88	15 [11,5–18]	
	11-15 yıl (n=65)	12,98 ± 4,41	14 [9–17]	
	16 yıl ve üzeri (n=20)	12,2 ± 4,84	11 [8–17]	
<b>Çalışma Süresi</b>	0-5 yıl (n=135)	13,38 ± 4,28	15 [10–17]	0,824
	6-10 yıl (n=97)	13,33 ± 4,18	14 [9–17]	
	11 yıl ve üzeri (n=23)	12,78 ± 4,59	12 [9–17]	
<b>Bölüm</b>	Öğretmenlik (n=194)	13,67 ± 4,15	15 [10–17]	<b>0,005**</b>
	Antrenörlük (n=41)	11,17 ± 4,29	10 [8–16]	
	Yöneticilik (n=20)	14,15 ± 4	15,5 [10,5–17,5]	

Tanımlayıcı istatistikler ortalama ± standart sapma ve medyan (çeyreklikler arası genişlik) şeklinde verildi.

\*.  $p < 0,05$  Mann-Whitney U testi kullanıldı.

\*\* .  $p < 0,05$  Kruskal-Wallis H testi kullanıldı.

Tablo 2’de çalışmaya dahil olan öğretmenlerin fiziksel aktivite durumları, kıdem yılı ve bölümleri bakımından iş performansı puan ortancaları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu belirlendi (her biri için  $p < 0,05$ ). Buna göre fiziksel aktivite durumu yüksek olan bireylerin iş performansı puanı anlamlı düzeyde daha yüksekti; kıdem yılı 6-10 yıl olan bireylerin iş performansı puan ortancası, kıdem yılı 0-5 yıl olan bireylere göre anlamlı düzeyde daha yüksekti; antrenörlük bölümü mezunlarının iş performansı puan ortancası, öğretmenlik ve yöneticilik bölümü mezunlarına kıyasla anlamlı seviyede daha düşüktü. Diğer karşılaştırmalar incelendiğinde; araştırmaya katılan bireylerin cinsiyet, eğitim, yaş, medeni durum ve çalışma süreleri bakımından iş performansı puan ortancaları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunamadı (her biri için  $p > 0,05$ ).

**Tablo 3.** Fiziksel Aktivite Durumları, Düşük ve Yüksek Olan Bireylerin; Cinsiyet, Eğitim, Yaş, Medeni Durum, Kıdem Yılı, Çalışma Süresi ve Bölümleri Bakımından İş Performansı Puanı Karşılaştırmaları

		N	Fiziksel Aktivite, Düşük (n=125)		p	n	Fiziksel Aktivite, Yüksek (n=130)		p
			İş Performansı				İş Performansı		
Cinsiyet	Erkek	76	9,82 ± 3,11	9 [7 – 12]	0,359	96	16,71 ± 2,26	17 [16–18]	0,148
	Kadın	49	10,35 ± 3,08	10 [8 – 12]		34	15,76 ± 2,82	16,5 [14-18]	
Eğitim	Lisans	115	10,06 ± 3,08	10 [8 – 12]	0,605	110	16,36 ± 2,47	17 [16–18]	0,223
	Yüksek Lisans	10	9,6 ± 3,47	9 [7 – 11]		20	17 ± 2,22	17,5 [16-18]	
Yaş	18-25 yaş	16	9,44 ± 2,1	9 [8 – 10]	0,421	10	16,3 ± 1,95	17 [16–18]	0,896
	26-33 yaş	51	10,63 ± 3,46	10 [8 – 14]		53	16,68 ± 2,29	17 [16–18]	
	34-41 yaş	34	9,68 ± 2,97	9 [8 – 11]		50	16,4 ± 2,55	17 [16–18]	
	42-49 yaş	24	9,63 ± 2,95	10 [7-11,5]		17	16,06 ± 2,95	17 [16–18]	
Medeni Durum	Bekar	33	10,39 ± 3,21	10 [8 – 14]	0,501	30	16,03 ± 2,7	17 [16–18]	0,410
	Evli	92	9,89 ± 3,06	10 [8 – 12]		100	16,59 ± 2,36	17 [16–18]	
Kıdem Yılı	0-5 yıl	35	9,71 ± 3,14	9 [7 – 12]	0,180	23	16,43 ± 2,21	17 [16–18]	0,521
	6-10 yıl	46	10,8 ± 3,1	11 [8 – 13]		66	16,52 ± 2,35	17 [16–18]	
	11-15 yıl	31	9,55 ± 3,02	9 [7 – 12]		34	16,12 ± 2,87	17 [16–18]	
	16 yıl ve üzeri	13	9,23 ± 2,92	9 [7 – 11]		7	17,71 ± 1,6	18 [17–19]	
Çalışma Süresi	0-5 yıl	66	9,91 ± 3,1	10 [7 – 12]	0,249	69	16,7 ± 2,02	17 [16–18]	0,836
	6-10 yıl	48	10,5 ± 3,21	10 [8 – 13]		49	16,1 ± 2,99	17 [16–18]	
	11 yıl ve üzeri	11	8,64 ± 2,2	9 [7 – 10]		12	16,58 ± 2,19	17 [15,5-18]	
Bölüm	Öğretmenlik	89	10,38 ± 3,25	10 [8 – 13]	0,119	105	16,46 ± 2,45	17 [16–18]	0,938
	Antrenörlük	28	8,86 ± 2,48	9 [7 – 10]		13	16,15 ± 2,88	17 [16–18]	
	Yöneticilik	8	10,13 ± 2,53	9 [8,5–12]		12	16,83 ± 1,99	17 [16–18]	

Tanımlayıcı istatistikler ortalama ± standart sapma ve medyan (çeyreklikler arası genişlik) şeklinde verildi.

Tablo 3'te çalışmaya katılan öğretmenlerin fiziksel aktivite düzeyleri, düşük ve yüksek olan bireyler olarak ayrı ayrı ele alındığında cinsiyet, eğitim, yaş, medeni durum, kıdem yılı, çalışma süresi ve bölümleri bakımından iş performansı puan ortancaları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olmadığı sonucuna varıldı.

### TARTIŞMA ve SONUÇ

Tablo 1'de araştırmaya katılan beden eğitimi öğretmenlerinin fiziksel aktivite durumlarına bakıldığında %50,98'inin yüksek, %49,02'sinin ise düşük düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Arabacı ve Çankaya (2007)'nin 250 beden eğitimi öğretmeni ile yaptıkları "Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Fiziksel Aktivite Düzeylerinin Araştırılması" adlı araştırmada beden eğitimi öğretmenlerinin fiziksel aktivite düzeylerinin %41,6'sı hareketsiz, %41,6'sının düşük aktiviteye sahip ve %16,8'i yüksek aktivite düzeyine sahip olduklarını belirtmişlerdir. Öğretmenlerin fiziksel aktivite seviyesi olarak düşük ve yetersiz düzeyde olduklarını, hareketsizliğin yaygın olduğunun kanısına varmışlardır. Benzer bir çalışmada Şanlı (2009), "Öğretmenlerde Fiziksel Aktivite Düzeyi, Yaş, Cinsiyet ve Beden Kitle İndeksi İlişkisi" adlı araştırmasına 286 öğretmen katılmıştır. Öğretmenlerin %17,1'inin aktif olmadığı %63,9'unun fiziksel aktivite seviyesinin düşük düzeyde olduğu ve %19'unun fiziksel aktivite seviyesinin sağlıklı yaşamı sürdürebilmek için yeterli düzeyde olduğunu bulmuşlardır. Yapmış olduğumuz çalışmanın yapılan bu iki çalışma ile farklı sonuçlar verdiği görülmektedir. Bu farklılığın sebebi çalışma yapılan yıllar arasındaki zaman farkının çok olması ve çalışma yapılan bölgelerin farklı bölgeler olması sebebi ile aktivite yapabilme imkânlarına erişimin, her iki grup için de aynı seviyede olmadığı düşünülebilir.

Tablo 2'deki sonuçlara göre kıdem yılı bakımından iş performansı puan ortancaları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu görülmektedir. Buna göre; kıdem yılı 6-10 yıl olan bireylerin iş performansı puan ortancası, kıdem yılı 0-5 yıl olan bireylere göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmektedir. Literatürde beden eğitimi öğretmenlerinin bölüm değişkenine göre iş performansı arasında ilişkiyi inceleyen çalışma bulunmamaktadır. Fakat kıdem yılı değişkenine göre öğretmenler üzerine yapılan çalışmalarda, çalışma yılı daha fazla olan öğretmenlerin iş performanslarının daha yüksek olduğunu göstermiştir (Ertürk ve Aydın, 2016; Polat, 2019). Hallal (2003), çalışmasında bekâr veya tek başına yaşayan kadınların fiziksel aktivite seviyelerinin evli olanlara kıyasla daha düşük düzeyde olduğunu belirlenmiştir. Bizim yaptığımız çalışmada evli ve bekâr öğretmenlerin fiziksel aktivite seviyeleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Bunun sebebi Hallal (2003)'ün çalışma yaptığı grubun öğretmenler olmaması çalışma yapılan bölge ve kültürün birbirinden tamamı ile farklı olmasından kaynaklanabilir. Diğer karşılaştırmalar incelendiğinde; araştırmaya katılan bireylerin cinsiyet, eğitim, yaş, medeni durum ve çalışma süreleri bakımından iş performansı puan ortancaları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunamadı (her biri için  $p>0,05$ ). Türkçapar (2012), yapmış olduğu çalışmada beden eğitimi öğretmenlerinin farklı değişkenler açısından iş doyumunu düzeylerini araştırdığı çalışmasında çalışmaya katılan beden eğitimi öğretmenlerinin iş doyumunu puanlarının cinsiyet, medeni durum, çocuk durumu, okul türü, eğitim düzeyi, hizmet süresi ve yaş değişkenine göre farklılık göstermediği sonucuna ulaşmıştır. Yapılan başka bir çalışma da Mumcu (2014), beden eğitimi öğretmenlerinin "okul türü, cinsiyet, yaş, hizmet yılı, görev yeri, ders saati, medeni durum" değişkenlerine göre mesleki tükenmişlik ve iş doyumları düzeylerine bakmıştır. Öğretmenlerin mesleki tükenmişlik ve iş doyum düzeyleri ile okul türü, cinsiyetleri ve medeni durumları arasında anlamlı bir farklılığın olmadığını belirlemiştir.

Tablo 2'deki sonuçlara göre fiziksel aktivite durumu yüksek olan bireylerin iş performansı puanı anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmüştür. Irmak (2011)'in yaptığı çalışmada ofis çalışanlarının bilgisayar destekli egzersiz programlarının iş performansları ve yaşam kaliteleri üzerinde herhangi bir etkiye sahip olmadığını belirtmiştir. Benzer bir çalışmada fiziksel aktivite programlarının iş performansları üzerinde performans ile ilgili bir etkiye sahip olmadığını, fakat işe devam etmede belirleyici bir göstergesi olduğunu belirtilmektedir. Irmak (2011), çalışması bizim çalışmamız ile farklı sonuçlar verdiği görülmektedir. Bunun nedeni çalışma yapılan grupların farklılığı ve ölçülen aktivite tiplerinin aynı olmaması nedeniyle olduğu söylenebilir. Nasa çalışanları üzerinde yapılan bir araştırmada ise, egzersiz kontrol programına katılmanın; dayanıklılık, konsantrasyon, iş performansı ve karar verme yetilerinde olumlu yönde etkisi olduğunu belirtmiştir. Union Pacific Railrow şirketi, çalışanları üzerinde yapmış olduğu araştırmaya göre şirket çalışanlarının %75'i düzenli olarak egzersiz yaparak işlerine daha iyi konsantre olduklarını ve daha dinlenmiş hissettiklerini, %80'inin ise bu egzersizlerin işlerindeki üretkenliklerini arttırdığına inandıklarını bildirmişlerdir (Siegel, ve ark., 2001). Nasa ve Union Pacific Railway şirketinin çalışanları üzerinde yapmış olduğu çalışmaların bizim çalışmamız ile paralellik gösterdiği söylenebilir. Karaca (1998), 19-53 yaşları arasında 475 çalışan ile yapmış olduğu araştırmada çalışan bireylerin bedensel etkinlik seviyelerini araştırmış ve araştırmanın sonunda, çalışan bireylerin iş, ulaşım, ev, spor etkinlikleri ve bunların toplamı incelendiğinde spor etkinlikleri dışındaki bölümlerde düşük düzeyde aktif oldukları, spor

etkinliklerinde ise ortalama düzeyde aktif olduklarını (bayanlar: 5,0 7 MET/saat, erkekler: 5,7 0 MET/saat) belirlemiştir. Çalışmaya katılan bireylerin %39,3'ünün herhangi bir spor etkinliğinde bulunmadığı görülmektedir. Yine Karaca ve ark. (2000)'nin yapmış olduğu "Fiziksel Aktivite Değerlendirme Anketi Güvenirlik ve Geçerlik" isimli çalışmada ise iş, ulaşım, ev ile ilgili aktiviteler, merdiven çıkma ve spor indeksleri incelenmiş, enerji tüketimi değerlerinin korelasyonunda indekslere göre her seviyede istatistiksel anlamlı ilişkiler bulunmuştur ( $p<0.01$ ). Yapmış olduğumuz çalışmada benzer şekilde fiziksel aktivite düzeyi yüksek olan öğretmenlerin iş performanslarının da anlamlı düzeyde yüksek çıktığı görülmüştür.

Tablo 2'de antrenörlük bölümü mezunlarının iş performansı puan ortancası, öğretmenlik ve yöneticilik bölümü mezunlarına göre anlamlı düzeyde daha düşük olduğu görülmektedir. Öztürk (2002), yaptığı çalışmada ilk ve ortaöğretim kurumların da ki beden eğitimi öğretmenlerinin yaptıkları işten ekonomik, psikolojik, duygusal ve yönetsel olarak duydukları hoşnutluğu belirlemeye çalıştığı araştırmasında; araştırmada yer alan öğretmenlerin mesleklerini severek yaptıkları ve bu işi yaparken yeterli doyuma ulaşmakta olduğunu tespit etmiştir. Güler (2018), beden eğitimi öğretmenlerinin zaman yönetimi becerileri ile iş doyumunu arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapmış olduğu çalışmasında; beden eğitimi öğretmenlerin yüksek seviyede zaman yönetimi becerilerine ve iş doyumuna sahip olduklarını tespit etmiştir. Soyer ve ark. (2009) beden eğitimi öğretmenlerinin "cinsiyet, yaş, medeni durum, çocuk sahibi olma, beden eğitimi öğretmenliğini isteyerek seçme, mesleğe giriş, meslekteki hizmet yılı, toplam görev yapılan okul sayısı, şu an görev yaptığı okul, görev yeri, mesleki deneyimi, eğitim durumu" değişkenlerine göre mesleki tükenmişlik ve iş doyumları incelemek amacıyla yaptıkları çalışmada; beden eğitimi öğretmenliğini isteyerek seçmeyenlerin tükenmişlik düzeylerinin yüksek, iş doyum düzeylerinin ise düşük olduğunu tespit etmişlerdir. Bizim çalışmamızda antrenörlük bölümü mezunlarının iş performans ortancalarının düşük olmasının bu mesleği beden eğitimi öğretmenliği okuyarak seçmemeleri sebebiyle bu mesleği gönüllü olarak tercih etmedikleri düşünülebilir. Yapmış olduğumuz çalışma bu çalışma ile benzerlik gösterdiği söylenebilir. İş performansını etkileyen diğer unsur ise örgüt iklimi ile iş görenlerin performans algıları arasında bir ilişkinin olduğu göstermiştir. Bu nedenle örgüt iklimi ve örgüt kültürü gibi örgütün psikolojik havasının, çalışanların başarı güdüsü, iş tatmini ve performans algılarını olumlu yönde etkilediği söylenebilir (Tutar ve Altınöz, 2010). Karaca ve Balcı (2011), Ankara'da özel ve devlet okullarında ilk ve orta öğretim de görev yapan beden eğitimi öğretmenlerinin iş tatmin seviyelerini kıyaslayıp, iş tatmininin iş hayatı üzerindeki değerini vurgulamayı amaçladıkları çalışmada; özel okullarda çalışan öğretmenlerinin iş tatmin düzeylerinin devlet okullarında çalışan beden eğitimi öğretmenlerine göre daha fazla olduğunu tespit etmişlerdir. Yapmış olduğumuz çalışma sadece devlet okullarını kapsadığı için bu çalışma ile bir benzerlik göstermediğini söyleyebiliriz. Benzerlik olmamasının nedeni olarak iş performansını etkileyen unsurların sadece fiziksel aktivite ile açıklanamaması olabilir. İş tatmininin iş performansına olumlu etkisi, diğer çalışmalarda da tespit edilmiştir (Lopez, 1982; Ceylan ve Ulutürk, 2006). Ayrıca kazanılan para ve yaşanılan bölge gibi farklı değişkenlerinde iş performansını etkilediği söylenebilir (Erdoğan ve ark., 2014).

## SONUÇ

Sonuç olarak çalışmaya katılan beden eğitimi öğretmenlerinin fiziksel aktivite durumlarının %50,98'inin yüksek, %49,02'sinin ise düşük düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Araştırmaya katılan bireylerin fiziksel aktivite durumları, kıdem yılı ve bölümleri bakımından iş performansı puan ortancaları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Buna göre fiziksel aktivite durumu yüksek olan bireylerin iş performansı puanı anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu; kıdem yılı 6-10 yıl olan bireylerin iş performansı puan ortancası, kıdem yılı 0-5 yıl olan bireylere göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu; antrenörlük bölümü mezunlarının iş performansı puan ortancası, öğretmenlik ve yöneticilik bölümü mezunlarına göre anlamlı düzeyde daha düşük olduğu görülmektedir. Çalışmamızda çıkan sonuçlar literatürdeki bazı araştırmalarla benzer sonuçlar göstermiştir.

## ÖNERİLER

Bu çalışmanın daha geniş ölçekli olarak yapılması ülkemizde beden eğitimi öğretmenlerinin fiziksel aktivite durumlarını net olarak ortaya koyabilir. Beden eğitimi öğretmenlerinin fiziksel aktivite düzeylerini ve iş performansını arttıracak daha aktif katılımlı bir müfredat hazırlanabilir. Mesleki yaşı ilerleyen beden eğitimi öğretmenlerinin iş performanslarını arttıracak hizmet içi eğitimler verilebilir. Antrenörlük bölümü mezun olan öğretmenlerin iş performanslarını arttıracak mesleki tatmin yaşayacakları sporcu yetiştirmeye yönelik müsabaka ortamların oluşturulması sağlanabilir. Milli Eğitim Bakanlığının uygulayacağı bir program ile yıllık olarak beden eğitimi öğretmenlerinin BKİ seviyelerinin ölçülmesi ve fiziksel aktivite seviyesinin belirli bir seviyede tutulması teşvik edilebilir.

## Etik Metni

Bu makalede dergi yazım kurallarına, yayın ilkelerine, araştırma ve yayın etiği kurallarına, dergi etik kurallarına uyulmuştur. Makale ile ilgili doğabilecek her türlü ihlallerde sorumluluk yazar(lar)a aittir. Çalışmaya başlamadan önce, Hitit Üniversitesi Girişimsel Olmayan Araştırmalar Etik Kurulundan etik kurul izni alınmıştır (belge numarası: 02/15 / 2019-2019-76).

**Yazar(lar)ın Katkı Oranı Beyanı:** İlk yazar % 60, ikinci yazar % 40 katkıda bulundu. Araştırmanın yazımını baştan sona kadar tüm yazarlar üstlenmiştir.

## KAYNAKÇA

- Akdemir, B., Kırmızıgül, B., & Zengin, Y. (2016). Örgütsel sinizm ile iş performansı arasındaki ilişki ve bir araştırma. *Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 6(2), 115-130.
- Anderson, D.R., Goetzel, R.Z. & Whitmer, R.W., Serxner, S. & Health Enhancement Research Organization (HERO) Research Committee. (2000). The relationship between modifiable health risks and group-level health care expenditures. *Health Promot.* 15, 45–52.

- Arabacı, R., Çankaya, C. (2007). Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Fiziksel Aktivite Düzeylerinin Araştırılması. *Eğitim Fakültesi Dergisi*, 20(1),1-15.
- Balyan, M., Balyan, K.Y., & Kiremitçi, O. (2012). Farklı sportif etkinliklerin ilköğretim 2. kademe öğrencilerinin beden eğitimi dersine yönelik tutum, sosyal beceri ve öz yeterlik düzeylerine etkileri. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 14(2), 196-201.
- Ceylan, A & Ulutürk Y. H. (2006). Relations between role uncertainty, role conflict, job satisfaction and performance. *Doğuş University Magazine*, 7 (1), 48-58.
- Craig, C.L., Marshall, A.L., Sjostrom, M., Bauman, A.E., Booth, M.L., Ainsworth, B.E., Oja, P. (2003). International physical activity questionnaire: 12-country reliability and validity. *Medicine & science in sports & exercise*, 35(8), 1381-1395.
- Çol, G. (2008). Algılanan güçlendirmenin iş gören performansı üzerine etkileri. *Doğuş Üniversitesi Dergisi*, 9(1), 35-46.
- Çankaya, İ. (2010). The effects of school security on the anxiety, motivation and job satisfaction levels of the primary school teachers (Unpublished master's thesis). Fırat University, Elazığ.
- Erdogan, N., Zekioglu, A., Dorak, F. (2014). Hentbol antrenörlerine göre, sporcuların performansını psikolojik yönden etkileyen faktörler nelerdir? Nitel çalışma. *International Journal of Science Culture and Sport*, 2(Special Issue 1), 194-207.
- Ertürk, R and Aydın, B. (2016). The Relation between the Job Motivations and Organizational Loyalty of the Teachers. *International Education Sciences Magazine*, 3(9), 147-173.
- Filiz, Z. (2014). Examination of the job satisfaction and burnout levels of the teachers. *International Management Economics and Business Magazine*, 10(23), 157-171. doi: 0.17130/ijmeb.2014.10.23.437
- Fisher, R.T. (2001). Role stress, the type a behaviour pattern, and external auditor job satisfaction and performance. *Behavioral Research in Accounting*, Vol.13 p.143.
- Guler, M. (2018). Beden eğitimi öğretmenlerinin zaman yönetimi becerileri ile iş doyumunu arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi, Kocaeli Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kocaeli.
- Gurbuz, S., & Yuksel, M. (2008). Çalışma ortamında duygusal zekâ: İş performansı, iş tatmini, örgütsel vatandaşlık davranışı ve bazı demografik özelliklerle ilişkisi.
- Gumus, H., & Isik, O. (2018). The Relationship of Physical Activity Level, Leisure Motivation and Quality of Life in Candidate Teachers. *International Journal of Progressive Education*, 14(5), 22-32.
- Hallal, P.C., Victora, C.G., Wells J.C.K., Lima R.C. (2003). Physical inactivity: prevalence and associated variables in brazilian adults. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 35(11), 1894- 1900.
- Irmak, C., Vallen, B., Robinson, S.R. (2011). The impact of product name on dieters' and nondieters' food evaluations and consumption. *Journal of consumer research*, 38(2), 390-405.
- Jalil, S.W., Achan, P., Mojolou, D.N., & Rozaimie, A. (2015). Individual characteristics and job performance: generation Y at SMEs in Malaysia. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 170,137-145.
- Janovics, J. & Christiansen, N.D. (2001). Emotional intelligence at the workplace. Paper presented at the annual meeting of the Society of Industrial and Organizational Psychology, San Diego, CA.



- Janwantanakul, P., Pensri, P., Jiamjarasrangsri, V., & Sinsongsook, T. (2008). Prevalence of self-reported musculoskeletal symptoms among office workers. *Occupational medicine*, 58(6), 436-438.
- Karaca, A., Ergen, E., Koruç, Z. (2000). Fiziksel Aktivite Değerlendirme Anketi (FADA) güvenilirlik ve geçerlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 11(1-2-3-4), 17-18.
- Karaca, A. (1998). Fiziksel aktivite değerlendirme anketi güvenilirlik ve geçerlik çalışması. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Karaca, A., Turnagöl, H. H. (2007). IPAQ anketinin geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 18(2), 68-84.
- Karaca, B., Balcı, V. (2011). İlköğretim ve ortaöğretim beden eğitimi öğretmenlerinin iş tatmini üzerine ampirik bir çalışma. *Sportre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, IX(1) 33-40.
- Karadal, H., Merdan, E. (2017). İşyeri yaralanmaları üzerinde güvenlik iklimi ve güvenlik kültürünün rolü. *Uluslararası Yönetim İktisat ve İşletme Dergisi*, 13(5), 912-919.
- Karasar, N. (2008). Bilimsel araştırma yöntemi. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Lopez, E. M. (1982). A test of the self-consistency theory of the job performance- job satisfaction relationship. *Academy of Management Journal*, 25 (2), 335-348.
- Mumcu, L. (2014). Beden eğitimi öğretmenlerinin iş doyum ve tükenmişlik düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi. Trabzon: Trabzon Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Ozemek, C., Laddu, D. R., Lavie, C. J., Claeys, H., Kaminsky, L. A., Ross, R., ... & Blair, S.N. (2018). An update on the role of cardiorespiratory fitness, structured exercise and lifestyle physical activity in preventing cardiovascular disease and health risk. *Progress in cardiovascular diseases*, 61(5-6), 484-490.
- Ozemek, C., Lavie, C. J., & Rognum, Ø. (2019). Global physical activity levels-Need for intervention. *Progress in cardiovascular diseases*, 62(2), 102-107.
- Oztug, O., & Cowie, H. (2011). Coping with Musculoskeletal Pain: Implications for Office Workers. *Turkish Online Journal of Educational Technology-TOJET*, 10(1), 81-88.
- Özer, D., Baltacı, G., Tedavi, F. (2008). İş yerinde fiziksel aktivite. *Klasmat Matbaacılık*, 19-21.
- Öztürk, G. (2002). Beden eğitimi öğretmenlerinde iş doyum. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Özyalvaç, N.T. (2010). Ortaöğretim öğrencilerinin beden eğitimi dersine yönelik tutumları ile akademik başarı motivasyonlarının incelenmesi. Yayınlanmış Doktora Tezi. Konya: Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Polat, Ş. (2019). Öğretim Doyumu ve İş Performansı İlişkisinin Öğretmen Görüşlerine Göre İncelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 19(2), 641-651.
- Pronk, N.P., Tan, A.W., O'Connor, P., (1999). Obesity, fitness, willingness to communicate and health care costs. *Med. Sci. Sports Exerc.* 31,1535–1543.
- Pronk, N.P., Kottke, T. E. (2009). Physical activity promotion as a strategic corporate priority to improve worker health and business performance. *Preventive medicine*, 49(4).

- Siegel, P.Z., Qualters, J.R., Mowery, P.D., Campostrini, S., Leutzinger, C., McQueen, D.V. (2001). Subgroup-specific effects of questionnaire wording on population-based estimates of mammography prevalence. *American Journal of Public Health, 91*(5), 817.
- Soyer, F., Can Y., Kale F. (2009). Beden eğitimi öğretmenlerinin iş tatmini ve mesleki tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 3*(3).
- 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.
- Şimşek, F. (2017). 10-16 Yaş Grubu Otizmlı Çocuklarda Stretching Çalışmalarının Denge Performansı Üzerine Etkisi. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Toprak, E., Bozgeyikli, H. (2011). Öğretmen adaylarının sosyal sermaye düzeylerinin karşılaştırmalı incelenmesi (Erciyes Üniversitesi Örneği). *Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 1*(31), 125-147.
- Tutar, H., & Altınöz, M. (2010). The effects of organizational climate on the employee performance: A research on employees of the OSTİM manufacturing businesses. *Ankara University SBF Magazine, 65*(02), 196-218.
- Türkçapar, Ü. (2012). Beden eğitimi öğretmenlerinin farklı değişkenler üzerinden iş doyumunu düzeylerinin incelenmesi. Kahramanmaraş: Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu. *Gefad / gujged 32*(2): 331-346.