



(ISSN: 2602-4047)

Ayyıldız Durhan, T. (2021). The Relationship Between The Effect of Sports on Life Skills Of Secondary School Students and Students' Attitudes Towards Extracurricular Activities, *International Journal of Eurasian Education and Culture*, 6(12), 332-377.

DOI: <http://dx.doi.org/10.35826/ijoecc.357>

Article Type (Makale Türü): Research Article

THE RELATIONSHIP BETWEEN THE EFFECT OF SPORTS ON LIFE SKILLS OF SECONDARY SCHOOL STUDENTS AND STUDENTS' ATTITUDES TOWARDS EXTRACURRICULAR ACTIVITIES

Tebessüm AYYLDIZ DURHAN

Dr., Gazi University, Ankara, Turkey, tebessum@gazi.edu.tr

ORCID: 0000-0003-2747-6933

Received: 15.12.2020

Accepted: 27.02.2021

Published: 10.03.2021

ABSTRACT

The aim of this study is to examine the interaction of measurement tools with various variables and among themselves by determining the effect of sports on life skills of secondary school students and the students' attitudes towards extracurricular activities. 291 secondary school students who were selected with the convenience sampling method participated in the study, and the data belonging to the study group were collected with the "Student Attitude Towards Extracurricular Sports Activities" scale and "The Effect of Sports on Life Skills" scales. Descriptive statistics, independent sample t test, one-way analysis of variance ANOVA, post hoc tests and Pearson correlation analysis were used in the analysis of the data. Research findings revealed that female participants, 10-year-olds, volleyball players and students participating in sports activities 4 times a week showed higher scores compared to other groups. On the other hand, a moderate positive relationship was found between the effect of sports on life skills and attitude towards extracurricular sports activities. It was determined that the attitude towards extracurricular sports activities significantly predicted the effect of sports on life skills. As a result, it can be said that secondary school students' attitudes towards extracurricular sports activities are effective tools in developing life skills together with participation in sports.

Keywords: Sports, life skills, extra-curricular activity, attitude

INTRODUCTION

Education, which is defined as the process of changing behaviors of individuals through their experiences; It is a lifelong process (Yılmaz, 2018) and when this process is looked at, it is seen that there are many behaviors that the individual gains in his life outside of his lessons. Although the lessons taught at school provide many knowledge, skills and habits that provide the education and training of the student, these are not sufficient for the development, health and preparation of the student for life. There is a need for other activities to ensure this in schools (Görkem, 2012).

Tasks such as eliminating the inadequacy of the classical education programs, which are the existing school programs in the education of children and young people, teaching the physical and mental needs of students by doing and living, giving students the opportunity to develop their good qualities such as self-knowledge, responsibility and leadership by developing their personalities, and ensuring that they spend their free time well. It makes extracurricular activities important (Binbaşıoğlu, 1986; Pehlivan, 1995). To prepare students for adulthood and responsible citizenship, most institutions offer extracurricular activities designed to facilitate the learning of a wide variety of competencies (Forneris, Camiré & Williamson, 2015). Extracurricular activities that are a part of general education are necessary for the development of students' personality, socialization, being healthy individuals in the society, preparing students for life and becoming an individual; It includes programs that play a major role in their psychological, physiological and sociological development (Esen, 2010).

Extracurricular activities organized by institutions are a part of the effort to provide students with skills and are organized for students to maintain a healthy lifestyle (Esa, Mutallib & Azman, 2015). Extracurricular activities are activities that students participate in during their time outside the classroom and are related to the school but not included the normal curriculum area (Annu & Sunita, 2013; Forneris, Camiré & Williamson, 2015; Masoni, 2011; Lewis, 2004; Wilson, 2009). Also extracurricular activities; It can be defined as any activity other than academic activities that include sports activities (Kumarasinghe & Udeshika, 2015).

Extracurricular activities are subjected to various classifications within themselves. Köse (2012) divided extracurricular activities into three groups as extracurricular social and extracurricular activities that complement formal education. Activities that are complementary to the classical education process; While activities such as homework, projects, computer-assisted activities, training courses, preparation for exams are activities, outside of school and not under the responsibility of the school but contributing to the development of the child; home and street activities, religious holidays, work done for economic contribution to the family and efforts to gain a profession. As for extracurricular social activities; In addition to the activities that include extracurricular sports activities, artistic and cultural activities, which are the primary element, and student clubs. Extracurricular activities such as sports, drama, music, volunteering activities, active participation in associations, scouting and dance are part of the educational experience of many students (Adayemo, 2010; Annu & Sunita, 2013; Massoni, 2011; Kumarasinghe & Udeshika, 2015; Lewis, 2004). Extracurricular activities consist of cultural, leisure or sports

club activities (Holloway & Pimlott-Wilson, 2014), participation is completely voluntary, therefore students who do not want to participate in them are not required to participate (Massoni, 2011).

In the development of the child, extracurricular activities are as effective as in-class activities. These kinds of activities are activities that reinforce what students learn in the formal education process, show that these learnings are related to life and enable the theoretical learning to be put into practice. It is not possible to consider extracurricular activities separately or independently from formal education activities. The condition here is that extracurricular activities are carried out in a controlled, scheduled and planned manner. Extracurricular activities are one of the most logical ways for children to spend their extra-curricular time in a controlled manner and in a way that will benefit them (Köse, 2012). Students' future lives can be shaped by the efforts they do before their parents come home in the hours after school (Massoni, 2011). Time periods equipped with sportive activities should be enriched with various strategies in order to adopt lifelong active habits rather than a sedentary lifestyle (Masia et al, 2013). Emphasis should be placed on the provision of structured extracurricular sports activities to students, as these activities, when properly organized, can contribute positively to students.

Extracurricular activities or education beyond the classroom is a powerful resource for the development of personality and social competencies of children and adolescents (Ivaniushina & Aleksandrov, 2015). The first effect of extracurricular activities on education is behavior. Students participating in extracurricular activities reduce their behavioral problems (Massoni, 2011). The fact that extracurricular sports activities allow students to spend their leisure time beneficially and direct them to recreational activities contribute to the development of individuals (Esen, 2010). In this respect, extracurricular activities that are a part of students' daily lives; It has positive effects on students' lives by improving behavior, school performance, completing school, positive aspects and social aspects of being successful adults (Massoni, 2011).

Among extracurricular activities, sport can affect people physically and psychologically (Aoyagi et al., 2020). In psychological terms, it can be useful in developing assertiveness, enhancing mental and individual structure, strengthening willpower, simplifying teamwork, providing cooperation, improving self-confidence and self-control, and contributing to learning (Esa, Mutallib & Azman, 2015). With the right guidance, it can positively affect the quality of life of the individual (Güngör, Yılmaz and İlhan, 2019). After-school extracurricular sporting activities have long been acknowledged as they contribute to enhanced school experience as well as the increased social skills of students in many ways.

In addition to creating a school culture and encouraging the school spirit, extracurricular activities have a relationship with discovering students' abilities and interests, discovering self-discipline and leadership skills, and improving academic performance (Adayemo, 2010). Also it was determined that it provides motivation, commitment to school, emotional intelligence, teamwork (Kumarasinghe & Udeshika, 2015), self-esteem (Adayemo, 2010; Holland & Andre, 1987), analytical thinking, problem solving, and time management (Massoni, 2011). Extracurricular sports activities teach perseverance while encouraging respect for rules, fair play and

teamwork (Jordan, 1999). Extracurricular sporting activities, which are organized physical activities that provide cognitive, emotional, social, psychological and psychomotor development of the individual (Yılmaz, 2018), provide suitable conditions for psychosocial development (Jones & Lavalley, 2009), while also providing life skills that prepare the individual for life. Therefore, another non-physical result of participating in properly organized extracurricular sports activities is the development of one's life skills (Cope et al., 2017).

Life skills; It is shaped around skills such as making a decision, overcoming a challenge, problem solving skills, working with other individuals, and continuing daily life effectively. For life skills, an inference can be made that life skills are required for people to live better, and the focus is on skills that will enable people to continue their lives smoothly. The acquisition of life skills is a factor that will determine the level of producing solutions in an individual's life (Kardağ, 2019). Evaluation of life skills is the factor that enables individuals to know how their lives are (Julvanichpong & Vanno, 2016), and it characterizes the individuals' ability to display cognitive, emotional or behavioral competencies in a field or field (Gomes, Resende & Albuquerque, 2014).

The basic subjects of life skills are belief in the individual's self-abilities and socialization skills that can show positive reflections in the society (Düz and Aslan, 2020). Sports, which takes place in the transfer of these skills; It can be thought of as a kind of simulation that includes all the elements of social life. The individual perceives the events in this environment by seeing, hearing, touching, and always strives to keep the communication path open. It is known that psychosocial behavioral habits and skills acquired through physical activities can be transferred to daily life (Karataş, 2015). Life skills according to Gould and Carson; It includes skills that can be facilitated or improved by sport and potentially transferable for use in non-sporting settings and skills seen as goal setting, emotional control, self-esteem and hard work ethics.

The process of transferring life skills to life; It is explained by the connection between learning or improving a life skill in sports and its subsequent application in at least one context beyond sports (Cauthen, 2012; Jacobs & Wright, 2018; Papacharisis et al., 2005; Pierce, Gould & Camiré, 2017; Williams et al., 2020). Therefore, in order for a skill to be qualified as a life skill, it must be transferable to other situations than it was taught (Goudas, 2010). In the context of transferring these skills in non-sports environments, sports; It offers a unique opportunity for extracurricular sports activity participants to provide experiential learning opportunities (Piercea, Erickson & Sarkar, 2020). When practiced effectively, life skills are actionable skills that enable young people to develop in and beyond sport. Sports practices in which children and young people feel physically and psychologically safe are associated with the acquisition of life skills (Bozdağ, 2020; Camiré, 2021). On the other hand, it has been suggested that the factors that increase positive development are not only sports participation, but also the experience of the individual, which may be a critical factor (Goudas & Giannoudis, 2008).

In a theory that examines the effects of sports on life skills, the process of transferring skills to life; it is framed as decision making, implementation, evaluation and adaptation. The transfer of life skills acquired through sports to life is directly proportional to the capacities of athletes to transform and restructure the skills they learn (Kendellen and Camiré, 2019). In this direction, sports aims to offer various skills and competencies to its

participants (Ronkainen et al., 2021). It is important to develop, apply and improve sports skills and life skills in an integrated way (Camiré & Santos, 2019). The main purpose of developing life skills through sports is the idea that these competencies and tendencies will lead to positive results in the individual who develops them (Gould & Carson, 2008a).

In this study, it is aimed to examine the reflection of the participation attitudes of students participating in extracurricular sports activities to the elements of time management, communication, leadership, teamwork, social skills, emotional skills and goal determination, which are the main life skills. In this direction, it has been tried to find answers to the following questions.

- 1) What is the level of effect of sports on life skills of students participating in extracurricular sports activities?
- 2) What is the level of attitude of students who do sports in various branches as extracurricular activities?
- 3) Do the effects of sports on life skills and attitude levels towards extracurricular sports activities differ according to gender, age, branch and weekly sports time?
- 4) Is there a significant relationship and effect between the effect of sports on life skills and the attitude towards extracurricular sports activities?

METHOD

Research Model

In this study conducted with a quantitative approach, a method for scanning and relational scanning is used, which aims to reveal and compare the current situation. Scanning models are a research approach that aims to describe a past or present situation as it exists. The event, individual or object subject to research is tried to be defined in its own conditions and as it is. No effort is made to change or influence them in any way. Relational scanning models, on the other hand, are research models that aim to determine the presence and / or degree of change between two or more variables (Karasar, 2012).

Sample Group

The study group consists of 291 students studying at the secondary education level in the city of Ankara in the 2020-2021 academic year. The data of the sample group in the study were obtained by convenience sampling method. The demographic characteristics of the sample are shown below.

Table1. Frequency and Percentage Distributions for Demographic Variables of the Participants

	N=(291)		
	Variables	f	%
Gender	Male	97	33,3
	Female	194	66,7
Age	10	62	21,3
	11	36	12,4
	12	91	31,3
	13	61	21,0
	14	41	14,1
Branch	Volleybal	145	49,8
	Football	47	16,2
	Taekwon-do	99	34,0
Weekly sports number	2 and less	69	23,7
	3	130	44,7
	4	66	22,7
	5 and more	26	8,9

As seen in Table 1, 97 of the participants are male (33.3%) and 194 (66.7%) are female participants. The ages of the students ranged from 10 (21.3%), 11 (12.4%), 12 (31.3%), 13 (21.0%) and 14 (14.1%). Their branches are mostly volleyball (49.8%), then football (16.2%) and taekwon-do (16.2%). Participants are usually students who do sports 3 times a week (44.7%). Descriptive statistics for the research group are shown below.

Data Collection Tools

The data in the study were obtained from the "Student Attitude Scale Towards Extracurricular Sport" scale developed by Yılmaz and Güven (2018), and "Life Skills Scale For Sport" scales are used. Life Skills for Sport Scale is developed by Cronin and Allen (2017) and adapted to Turkish by Düz and Açak (2018). And also question form is used for obtaining the data, which consists of 4 questions.

The scale of "Student Attitude towards Extra-Curricular Sports Activities" consists of 18 items and 3 factors.. The scale is 5-point Likert type and is graded as "Never agree = 1", "Disagree = 2", "Undecided = 3", "Agree = 4" and "Completely Agree = 5". While the lowest score that can be obtained from the scale is 18, the highest score is 90. It can be said that as the average score increases, the students' attitudes towards these activities are positive. Items in the affective dimension of extracurricular sports activities are negative and should be scored in reverse. In the measurement tool, sub-dimensions are explained as the cognitive dimension of extracurricular sports activities, the affective dimension of extracurricular sports activities and the behavioral dimension of extracurricular sports activities. The internal reliability coefficient for the total scores of students' attitude towards extracurricular sports activities of current research was .90, .86 for the cognitive sub-dimension, .96 for the affective sub-dimension, and .82 for the behavioral sub-dimension.

The " Life Skills Scale for Sports" scale is a measurement tool for determining the development of life skills of individuals who do sports through sports. The scale consists of 31 items and 7 sub-dimensions.. Sub dimensions; It consists of time management, communication, leadership, teamwork, social skills, emotional skills and goal

setting. The scale is a 5-point Likert type and the grading is graded as "None = 1, A little = 2, A little = 3, Much = 4, Too much = 5". The lowest score that can be obtained from the scale is 43, and the highest score is 215. While the effect of sports on life skills was determined as .95 for the total scores, the internal consistency coefficients were .85 for the time management sub-dimension, .75 for the communication sub-dimension, .81 for the leadership sub-dimension, .79 for the teamwork sub-dimension, and social skills for the current research. It was .80 for the sub-dimension, .83 for the emotional skills sub-dimension and .86 for the goal setting sub-dimension.

Analysis of the Data

The distributions of the data were examined with the Kolmogorov Smirnov, Shapiro Wilk test and, Skewness Kurtosis value, the results of the analyzes were determined that the data showed a normal distribution and the analyzes were carried out with parametric tests. Descriptive statistics for the participants were performed by percentage and frequency calculations, pairwise group comparisons with independent sample t-test, and three and more group comparisons with one-way analysis of variance (ANOVA). Tukey (HSD) tests were used to evaluate within-group differences with post hoc tests. The relationship between the effect of sports on life skills and the attitudes of secondary school students towards extracurricular sports activities was evaluated by Pearson correlation analysis.

RESULTS

1-Findings Regarding the Effect of Sports on Students' Life Skills and Attitude Scores Towards Extra-Curricular Sports Activities

Table 2. Arithmetic Mean, Standard Deviation and Kurtosis Skewness Values for Measurement Tools

	N=(291)					
	Min.	Max.	\bar{x}	s	Skewness	Kurtosis
Life skills for sports	62,00	155,00	124,37	18,36	-0,55	-0,15
Time management	5,00	20,00	16,34	3,04	-0,81	0,54
Communication	7,00	20,00	16,34	2,81	-0,60	-0,19
Leadership	5,00	25,00	19,98	3,60	-0,89	1,06
Team work	12,00	30,00	24,31	3,85	-0,48	-0,24
Social skills	7,00	20,00	15,95	2,99	-0,64	0,04
Emotional skills	5,00	20,00	15,69	3,23	-0,79	0,40
Goal setting	5,00	20,00	15,74	3,32	-0,44	-0,50
Attitude towards extracurricular sports activities	44,00	90,00	71,97	12,76	-0,19	-1,42
Cognitive attitude	12,00	35,00	30,70	4,20	-1,13	1,30
Affective attitude	7,00	35,00	25,41	9,25	-0,51	-1,32
Behavioral attitude	5,00	20,00	15,85	3,35	-0,69	0,01

It is evaluated that the participants revealed findings that sports had an effect on life skills, and accordingly, the effect of sports on life skills was high (124.37 ± 18.36) for the current research group. On the other hand, while

the sub-dimension of the effect of sports on life skills was leadership is highest (19.98 ± 3.60), the sub-dimension of time management obtained the lowest average (16.34 ± 3.04). However, in all scores, it was determined that the level of the effect of sports on life skills of the participants was above the average values. When the attitude towards extracurricular sports activities was evaluated, it was seen that the participants had a high attitude (71.97 ± 12.76), the highest sub-dimension score was in the cognitive sub-dimension (30.70 ± 4.20) and the lowest sub-dimension score was behavioral attitude sub-dimension (15.85 ± 3.35). Similarly, it is considered that the participants have a positive attitude towards extracurricular sports activities in total scores and sub-dimensions. At the same time, it was determined that the normality distributions of the data are between +1.5 and -1.5 and are shown in the table.

2-Findings Regarding the Effect of Sports on Life Skills of Students and Differences in Their Attitudes towards Extra-Curricular Sports Activities by Gender

Table 3. Independent Sample t Test Results Between Measurement Tools and Gender Variable

	N=(291)					
	Gender	n	\bar{x}	s	t	p
Life skills for sports	Male	97	119,29	18,74	-3,396	0,001
	Female	194	126,91	17,68		
Time management	Male	97	15,46	2,90	-3,555	0,000
	Female	194	16,78	3,02		
Communication	Male	97	15,61	2,93	-3,149	0,002
	Female	194	16,70	2,69		
Leadership	Male	97	19,27	3,72	-2,396	0,017
	Female	194	20,34	3,50		
Team work	Male	97	23,58	3,99	-2,283	0,023
	Female	194	24,67	3,74		
Social skills	Male	97	15,24	2,92	-2,884	0,004
	Female	194	16,30	2,97		
Emotional skills	Male	97	14,70	3,49	-3,773	0,000
	Female	194	16,18	2,98		
Goal setting	Male	97	15,40	3,14	-1,237	0,217
	Female	194	15,91	3,40		
Attitude towards extracurricular sports activities	Male	97	67,07	12,39	-4,805	0,000
	Female	194	74,42	12,26		
Cognitive attitude	Male	97	29,23	4,76	-4,342	0,000
	Female	194	31,43	3,68		
Affective attitude	Male	97	22,80	9,27	-3,465	0,001
	Female	194	26,71	8,98		
Behavioral attitude	Male	97	15,03	3,37	-3,018	0,003
	Female	194	16,27	3,27		

p<0.05

In Table 3, where the effect of sports on the life skills of secondary school students and the differentiation of extra-curricular sports activities according to gender is examined, significant differences have been obtained between all sub-dimensions and gender except for the sub-dimension of determining the purpose in the effect of sports on life skills. Accordingly, the effect of sports on life skills ($t = -3.396$; $p < 0.01$), time management sub-dimension ($t = 3.555$; $p < 0.01$), communication sub-dimension ($t = -3.149$; $p < 0.01$) leadership sub-dimension ($t = -2.396$; $p < 0.05$), teamwork sub-dimension ($t = -2.283$; $p < 0.05$), social skills sub-dimension ($t = -2.284$; $p < 0.01$)

and emotional skills sub-dimension ($t = -3,773$; $p < 0.01$) female participants exhibited a more positive image than males in the effect of sports on life skills.

Students' attitudes towards extra-curricular sports activities are both in total scores ($t = -4.805$; $p < 0.01$), cognitive ($t = -4.342$; $p < 0.01$), and affective ($t = -3.465$; $p < 0.01$) and behavioral sub-dimensions ($t = -3.018$; $p < 0.01$), female participants were found to exhibit more positive attitudes than boys. Accordingly, for the current sample group, it can be said that female participants developed higher attitudes towards extracurricular sports activities than male students and that sports had a greater effect on life skills.

3-Findings Regarding the Effects of Sports on Life Skills of Students and the Difference in Their Attitudes towards Extra-Curricular Sports Activities According to Age

Table 4. One-Way Analysis Of Variance Anova Test Results Between Measurement Tools and Age Variable

		N=(291)						
	Age	n	\bar{x}	s	F	p	Tukey	
Life skills for sports	10	62	124,96	18,43	0,906	0,461		
	11	36	125,16	16,35				
	12	91	125,60	19,39				
	13	61	124,85	18,09				
	14	41	119,36	18,03				
	Total	291	124,37	18,36				
Time management	10	62	16,45	3,31	0,392	0,814		
	11	36	16,66	2,92				
	12	91	16,31	2,94				
	13	61	16,40	2,88				
	14	41	15,85	3,25				
	Total	291	16,34	3,04				
Communication	10	62	16,70	2,62	0,790	0,532		
	11	36	16,72	2,77				
	12	91	16,26	2,83				
	13	61	16,19	2,92				
	14	41	15,85	2,96				
	Total	291	16,34	2,81				
Leadership	10	62	20,09	3,56	0,382	0,822		
	11	36	19,83	3,27				
	12	91	20,05	4,00				
	13	61	20,26	3,37				
	14	41	19,41	3,45				
	Total	291	19,98	3,60				
Team work	10	62	24,32	3,88	0,765	0,549		
	11	36	24,25	3,42				
	12	91	24,61	4,19				
	13	61	24,50	3,68				
	14	41	23,39	3,66				
	Total	291	24,31	3,85				
Social skills	10	62	15,79	3,23	0,846	0,497		
	11	36	16,16	2,82				
	12	91	16,24	3,03				
	13	61	16,03	2,88				
	14	41	15,26	2,87				
	Total	291	15,95	2,99				

Emotional skills	10	62	16,16	3,16	1,822	0,125	
	11	36	15,55	2,97			
	12	91	15,95	3,16			
	13	61	15,67	3,22			
	14	41	14,53	3,59			
	Total	291	15,69	3,23			
Goal setting	10	62	15,43	3,82	0,972	0,423	
	11	36	15,97	3,29			
	12	91	16,15	3,35			
	13	61	15,77	3,14			
	14	41	15,04	2,63			
	Total	291	15,74	3,32			
Attitude towards extracurricular sports activities	10 ^a	62	76,33	12,41	3,765	0,005	a>b
	11	36	71,77	12,00			
	12	91	71,97	12,21			
	13	61	71,21	12,63			
	14 ^b	41	66,68	13,67			
	Totaş	291	71,97	12,76			
Cognitive attitude	10 ^a	62	31,69	4,04	2,836	0,025	a>b
	11	36	30,77	3,52			
	12	91	31,13	3,50			
	13	61	30,00	4,98			
	14 ^b	41	29,24	4,71			
	Total	291	30,70	4,20			
Affective attitude	10 ^a	62	28,11	8,32	2,696	0,031	a>b
	11	36	25,16	9,61			
	12	91	25,28	9,73			
	13	61	25,21	8,70			
	14 ^b	41	22,12	9,17			
	Toplam	291	25,41	9,25			
Behavioral attitude	10	62	16,53	3,31	1,100	0,357	
	11	36	15,83	3,18			
	12	91	15,56	3,29			
	13	61	16,00	3,36			
	14	41	15,31	3,67			
	Toplam	291	15,85	3,35			

p<0.05

When the Anova findings of one-way analysis of variance between the participants' age variable and the scale of the effect of sports on life skills and their attitudes towards extracurricular sports activities are evaluated, the effect of sports on life skills does not differ according to age. However, there is a statistically significant difference between extracurricular sports activities and age. According to this; Significant differences in cognitive ($F = 3.765$; $p < 0.05$) and affective sub-dimensions ($F = 2.696$; $p < 0.05$) in total attitude scores ($F = 3.765$; $p < 0.01$) towards extracurricular sports activities. It shows that the age variable changes the attitude towards extracurricular sports activities. In-group differences were examined with post hoc tests, and according to this, it was determined that the 10-year-old group had a more positive attitude towards extracurricular sports activities than the 14-year-old group in the differences between the 10 and 14 age groups.

4- Findings Regarding the Effect of Sports on Life Skills of Students and Differences in Attitudes Towards Extra-Curricular Sports Activities According to the Branch

Table 5. One-Way Analysis of Variance Anova Test Results Between Measurement Tools and Branch Variable

	Branch	n	N=(291)		F	p	Tukey
			\bar{x}	ss			
Life skills for sports	Volleyball ^a	145	129,68	18,29	13,261	0,000	a>c>b
	Football ^b	47	117,80	22,93			b<c
	Taekwon-do ^c	99	119,72	13,24			c<a
	Total	291	124,37	18,36			
Time management	Volleyball ^a	145	16,97	3,26	9,460	0,000	a>b
	Football ^b	47	14,87	3,27			b<c<a
	Taekwon-do ^c	99	16,11	2,24			c>b
	Total	291	16,34	3,04			
Communication	Volleyball ^a	145	17,02	2,78	9,716	0,000	a>c>b
	Football ^b	47	15,23	3,17			b<a
	Taekwon-do ^c	99	15,87	2,44			c<a
	Total	291	16,34	2,81			
Leadership	Volleyball ^a	145	20,55	3,73	4,574	0,011	a>b
	Football ^b	47	18,85	4,51			b<a
	Taekwon-do ^c	99	19,69	2,70			
	Total	291	19,98	3,60			
Team work	Volleyball ^a	145	25,28	3,69	10,405	0,000	a>b>c
	Football ^b	47	23,80	4,51			b<c
	Taekwon-do ^c	99	23,12	3,38			c<a
	Total	291	24,31	3,85			
Social skills	Volleyball ^a	145	16,66	2,92	8,820	0,000	a>c>b
	Football ^b	47	14,95	3,58			b<a
	Taekwon-do ^c	99	15,39	2,53			c<a
	Total	291	15,95	2,99			
Emotional skills	Volleyball ^a	145	16,68	3,07	15,624	0,000	a>c>b
	Football ^b	47	14,27	4,16			b<a
	Taekwon-do ^c	99	14,90	2,433			c<a
	Total	291	15,69	3,23			
Goal setting	Volleyball ^a	145	16,48	3,41	9,947	0,000	a<c
	Football ^b	47	15,80	3,29			c<a
	Taekwon-do ^c	99	14,61	2,88			
	Total	291	15,74	3,32			
Attitude towards extracurricular sports	Volleyball ^a	145	80,45	7,77	73,269	0,000	a>b>c
	Futbol ^b	47	75,68	10,60			
	Taekwon-do ^c	99	57,79	4,99			
	Total	291	71,97	12,76			
Cognitive attitude	Volleyball ^a	145	32,33	3,30	28,085	0,000	a>b>c
	Football ^b	47	30,04	4,36			b<a
	Taekwon-do ^c	99	28,62	4,32			c<a
	Total	291	30,70	4,20			
Affective attitude	Volleyball ^a	145	31,30	4,49	33,574	0,000	a>c
	Football ^b	47	29,82	6,77			b<c
	Taekwon-do ^c	99	14,68	5,01			c<b<a
	Total	291	25,41	9,25			
Behavioral attitude	Volleyball ^a	145	16,81	3,06	15,594	0,000	a>c
	Football ^b	47	15,80	3,42			c<a
	Taekwon-do ^c	99	14,48	3,28			
	Total	291	15,85	3,35			

p<0,05

Secondary school students' responses to the effect of sports on life skills and their attitudes towards extracurricular sports activities differ according to sports branches. Accordingly, it was observed that the branch changed both conditions in the total scores and sub-dimensions of both measurement tools. In all significant differences, it was determined that the group playing volleyball displayed higher attitude and life skills compared to other groups. In the post hoc analysis, it was found that the differences within the group were among all branch groups, when the scale of the effect of sports on life skills was evaluated, the participants who were interested in volleyball showed more positive results than the participants who played football and taekwon-do, and that the participants who did taekwon-do had higher sports than those who played It is seen that they exhibit life skills towards.

When the attitude towards extracurricular sports activities was examined, it was determined that the group playing volleyball similarly displayed a higher attitude level. In the comparisons within the group, a difference was found between all groups. It has been determined that those who play volleyball have higher extracurricular sportive activity attitudes than those who are interested in football and taekwondo, and those who play football than those who do taekwondo.

5-Findings Regarding the Effect of Sports on Life Skills and Differences in Attitudes Towards Extra-Curricular Sports Activities of Students According to Their Weekly Exercising Numbers

Table 6. One-Way Analysis of Variance Between Measurement Tools and Weekly Exercise Number Variable
Anova Test Results

	Weekly sports time	N=(291)			F	p	Tukey
		n	\bar{X}	ss			
Life skills for sports	2 and less	69	122,59	16,00	2,804	0,040	a>b
	3 ^a	130	127,75	17,78			
	4 ^b	66	120,89	19,02			
	5 and more	26	121,07	23,05			
	Total	291	124,37	18,36			
Time management	2 and less	69	16,28	2,70	3,787	0,011	a>b
	3 ^a	130	16,93	3,02			
	4 ^b	66	15,54	3,20			
	5 and more	26	15,57	3,12			
	Total	291	16,34	3,04			
Communication	2 and less	69	16,36	2,46	1,849	0,138	
	3	130	16,70	2,78			
	4	66	15,75	3,14			
	5 and more	26	15,96	2,86			
	Total	291	16,3	2,81			
Leadership	2 and less	69	20,05	3,36	2,340	0,074	
	3	130	20,48	3,14			
	4	66	19,07	4,15			
	5 and more	26	19,65	4,55			
	Total	291	19,98	3,60			
Team work	2 and less	69	23,56	3,87	2,452	0,064	
	3	130	24,92	3,76			
	4	66	24,24	3,72			
	5 and more	26	23,42	4,27			
	Total	291	24,31	3,85			

Social skills	2 and less	69	15,76	2,79	1,539	0,204	
	3	130	16,36	2,77			
	4	66	15,50	3,30			
	5 and more	26	15,57	3,64			
	Total	291	15,95	2,99			
Emotional skills	2 and less	69	15,47	2,98	1,949	0,122	
	3	130	16,16	3,19			
	4	66	15,33	3,17			
	5 and more	26	14,80	3,98			
	Total	291	15,69	3,23			
Goal setting	2 and less	69	15,07	3,19	1,995	0,115	
	3	130	16,18	3,22			
	4	66	15,43	3,55			
	5 and more	26	16,07	3,35			
	Total	291	15,74	3,32			
Attitude towards extracurricular sports	2 and less ^d	69	63,07	10,35	18,510	0,000	a>b>c>d
	3 ^a	130	73,50	12,89			
	4 ^c	66	76,72	10,08			
	5 and more ^b	26	75,92	13,03			
	Total	291	71,97	12,76			
Cognitive attitude	2 and less	69	29,88	3,92	1,208	0,307	
	3	130	30,91	4,26			
	4	66	31,12	3,81			
	5 and more	26	30,76	5,35			
	Total	291	30,70	4,20			
Affective attitude	2 and less ^d	69	17,86	8,45	28,445	0,000	a>b>c>d
	3 ^b	130	26,50	8,33			
	4 ^a	66	29,98	6,68			
	5 and more ^c	26	28,38	9,83			
	Total	291	25,41	9,25			
Behavioral attitude	2 and less	69	15,31	3,05	1,548	0,202	
	3	130	16,08	3,37			
	4	66	15,62	3,34			
	5 and more	26	16,76	3,91			
	Total	291	15,85	3,35			

p<0,05

When the one-way variance analysis findings between the measurement tools in Table 6 and the weekly exercise number variable were examined, statistically significant differences were determined between the weekly number of participants doing sports and the measurement tools. Accordingly, the significant differences that emerged in the total scores ($F = 2.804$; $p < 0.05$) and time management sub-dimension ($F = 3.787$; $p < 0.05$) of the effect of sports on life skills were analyzed by in-group comparisons. Within-group differences were determined between the participants and those who did sports 4 times. Accordingly, the effect of sports on life skills was determined to be higher for participants who do sports 4 times a week than those who do sports 3 times a week.

On the other hand, a significant difference was found between the extra-curricular sports activities and the number of weekly sports in total scores ($F = 18.510$; $p < 0.01$) and affective sub-dimension ($F = 28.245$; $p < 0.01$). In group comparisons, it is seen that there are significant differences between all groups, the group doing sports 3 times a week in the total scores and the group doing sports 4 times a week in the affective sub-dimension showed higher sportive attitudes outside the curriculum than the other groups.

6-Findings Regarding the Relationship Between the Effect of Sports on Life Skills of Students and Their Attitudes towards Extra-Curricular Sports Activities

Table 7. Pearson's Correlation Analysis Results Between the Effect of Sports on Life Skills and Attitude Towards Extracurricular Sports Activities

	Life skills for sports etkisi	Time management	Communication	Leadership	Team work	Social skills	Emotional skills	Goal setting	Attitude towards extracurricular sports activities	Cognitive attitude	Affective attitude	Behavioral attitude
Life skills for sports	1											
Time management	.769**	1										
Communication	.794**	.656**	1									
Leadership	.845**	.653**	.634**	1								
Team work	.840**	.547**	.579**	.677	1							
Social skills	.814**	.514**	.582**	.626**	.659**	1						
Emotional skills	.813**	.540**	.628**	.583**	.596**	.683**	1					
Goal setting	.730**	.446**	.442**	.529**	.580**	.520**	.552**	1				
Attitude towards extracurricular sports activities	.392**	.233**	.286**	.299**	.406**	.291**	.302**	.355**	1			
Cognitive attitude	.449**	.353**	.396**	.396**	.408**	.323**	.352**	.282**	.667**	1		
Affective attitude	.143*	.012	.071	.043	.210**	.120*	.115	.210**	.871**	.287**	1	
Behavioral attitude	.533**	.412**	.396**	.525**	.456**	.370**	.390**	.420**	.569**	.495**	.198**	1

p<0,05*; p<0,01*

It was determined that there is a moderate positive correlation between the effect of sports on life skills and attitude towards extracurricular sports activities. While a moderate positive correlation was found in the total scores (r = .392), cognitive sub-dimension (r = .449) and behavioral sub-dimension (r = .533), the effect of sports on life skills and attitude towards extracurricular sports activities was determined as affective sub-dimensions. In the sub-dimension (r = 143), again, it was found that there was a low-level positive correlation.

7- Findings Regarding the Effect of Attitude of Students towards Extra-Class Sports Activities on Life Skills of Sports

Table 8. Multiple Regression Analysis Results Between the Effect of Sports on Life Skills and Attitude Towards Extracurricular Sports Activities

	B	Std.Error	β	t	p	Zero-order r	Partial r
Constant	36,234	4,826		7,508	0,000		
Time management	-0,225	0,328	-0,054	-0,686	0,493	0,233	-0,041
Communication	0,320	0,371	0,071	0,863	0,389	0,286	0,051
Leadership	-0,021	0,306	-0,006	-0,069	0,945	0,299	-0,004
Team work	0,975	0,278	0,294	3,509	0,001	0,406	0,204

Social skills	-0,129	0,356	-0,030	-0,364	0,716	0,291	-0,022
Emotional skills	0,152	0,327	0,039	0,465	0,643	0,302	0,028
Goal setting	0,673	0,270	0,175	2,496	0,013	0,355	0,147
R=0,437	R ² = 0,191						
F _(9,520) =0,000	p<0,001						

Dependent variable: Attitude towards extracurricular sports activities

According to the regression analysis findings, which include the effect of extracurricular sports activities on the life skills of sports, teamwork ($\beta = 0.294$, $t = 3.509$; $p < 0.01$) and goal setting ($\beta = 0.175$, $t = 2, 496$; $p < 0.05$) elements were determined to be significantly affected. According to these results; It is seen that 7 variables explain about 19% of the total variance in explaining the effect of attitude towards extracurricular sports activities on life skills of sports.

DISCUSSION AND CONCLUSION

The findings of the research examining the attitudes of secondary school students towards extracurricular sports activities and the effect of sports on their life skills have been determined that gender, age, branch and weekly number of doing sports differentiate their attitude towards extracurricular sports activities and the effect of sports on life skills. When the gender variable was evaluated, it was seen that female students displayed higher attitude to participate in extracurricular sports activities and the effect of sports on life skills compared to boys. In parallel with the research findings, another study found that female students participated in extracurricular activities more than male students (Görkem, 2012). The literature generally shows that male participants exhibit higher levels of attitude and life skills in extracurricular sports activities compared to girls (Aybek, İmamoğlu and Taşmektepligil, 2011; Gadbois & Bowker, 2007; Pano & Markola, 2011; Penney & Harris, 1997; Sarı, 2012; Tomik, Olex-Zarychta & Mynarski, 2012; Yılmaz, 2019; Yurtseven and Küçükbaş Duman, 2019). The findings of the literature can be explained by the fact that, globally, boys have more access to extracurricular sports than girls. However, current findings show that female students also participate in extracurricular activities as much as boys, and they show more positive attitudes and feel the contribution of extracurricular sports activities to life skills acquired through sports more. Looking at the age variable; The fact that the difference in the attitude towards extracurricular sports activities by the age variable is realized in favor of the 10-year-old group reveals a situation that may occur as a result of the relatively distancing of students who enter the examination process at a later age. However, the findings show that students who participate in extracurricular sports activities show more positive outcomes than students who do not (Forneris, Camiré & Williamson, 2015; Wallhead, Hagger & Smith, 2010). Many studies that strengthen this discourse take place in the literature. One of them, the study, was found to confirm the hypothesis that students in school sports clubs show more positive attitudes than their peers who do not participate in the sports process. The contribution of extracurricular sports is seen in terms of reinforcing the positive effects of social and cultural education at school. Participants were found to have a high level of positive attitude towards extracurricular sports activities similar to the current research (Tomik, Olex-Zarychta & Mynarski, 2012). Similarly, it was observed that there was a statistically significant change in the attitudes of the students in the experimental group in which the program consisting of sportive activities was

applied towards extracurricular sports activities (Alp and Süngü, 2016; Curry & Maniar, 2003). In a study where extracurricular activities were experienced, sports-based games were played to the 11-18 age group, consisting of 2 lessons of 80 minutes for 2 days a week, in a 10-week period, and it was determined that sports-based games were effective in reducing the behavioral problems of high school students (Soytürk and Tepeköylü Öztürk, 2020). The positive attitude development of the students in the experimental group reveals once again the difference created by participation in sports activities.

In an experimental study conducted by Goudas & Giannoudis (2008), it is seen that the program that combines sports and life skills education positively contributes to the development of life skills and is an effective model. It is important to present similar program models in order to improve the attitude towards extracurricular sports activities. The positive attitudes developed in this direction appear as an important factor in predicting the effect of sports on life skills. In a study supporting this situation, Murakami, Mikio Tokunaga & Hashimoto (2004) stated that students who participated in extracurricular sports activities gained more life skills than students who did not. The finding obtained shows that sports experience affects life skills. Another research finding (Karataş, 2015) showing that the communication skills level of students who do sports, which is one of the sub-dimensions of the life skills scale in sports, is higher than the students who do not do sports coincide with the finding that participants who do sports show more positive life skills than those who do not (Kardağ, 2019). Similarly, it is stated that sports, participation in sports clubs and extracurricular sports activity programs contribute greatly to the development of life skills (Brunelle, Danish & Forneris, 2007; Düz and Aslan, 2020; Güngör, Kurtipek and Tolukan, 2020; Nursasih et al., 2018; Papacharisis, 2005).

It was observed that the participants who are interested in the volleyball branch exhibited more positive levels compared to the other participants in terms of extracurricular activities of the branch and the effect of sports on life skills. It can be said that the findings obtained have a more positive effect on the attitudes and skills of the students in the branches that maintain the distance between the participants and have different competitive elements rather than the activities such as football and taekwon-do carried out by contact. The literature suggests that well-organized activities, regardless of the branch variable, make a difference (Linda et al., 2020), for example, activities such as horse riding and dance contribute to students' positive gains (Annu & Sunita, 2013).

The present research findings reveal that there is a positive medium-level relationship between extracurricular sports activities and the effect of sports on life skills, and that sports for extracurricular sports significantly affect the sub-dimensions of teamwork and goal setting in the effect of sports on life skills. Cronin et al. (2010) who conducted a similar study, argued that the participants' leadership, social skills, emotional skills, teamwork and communication skills, which are sub-dimensions of the effect of sports on life skills, progress positively within the framework of sports activities in two data collection processes conducted 9 weeks apart. Studies show that sport, which is at the forefront of extracurricular activities, has significant effects on life skills (Blomfield & Barber, 2009; Camiré, 2021; Camiré & Santos, 2019; Chen, Snyder & Magner, 2010; Cope et al., 2017; Crain, 1981; Goudas

& Giannoudis, 2008; Gould & Carson, 2008a; Gould & Carson, 2008; Jones & Lavallee, 2009; Jordan, 1999; Kardağ, 2019; Kendellen & Camiré, 2019; Kumarasinghe & Udeshika, 2015; Kurtipek and Güngör, 2019; Mahoney, Cairns & Farmer, 2003; Mahoney, Lord & Carryl, 2005; Massoni, 2011; Peck et al., 2008; Piercea, Erickson, & Sarkar, 2020; Ronkainen et al., 2021; Yilmaz, 2018; Yusof & Abdulgalil Abugohar, 2017). On the other hand, researches state that developing life skills through sports is not a simple process (Gould & Carson, (2008a), life skills are not only due to participation, but are directly proportional to the individual's experiences. They stand out as very beneficial activities based on their skills (Esa, Mutallib & Azman, 2015), self-confidence formation (Sekhri, 2019) and positive influence on the shaping of personality (Rathnayaka & Hulathduwa, 2014).

It is emphasized that in secondary education, students' attitudes towards extracurricular sports activities and sports are significant in terms of showing that they are effective mediators in improving their life skills. Extracurricular sports activities that carry students to the future (Arranz et al, 2017; Kumarasinghe & Udeshika, 2015) have a meaningful place in the acquisition and development of life skills in students' lives. Existing findings and the literature show that extracurricular sports activities have positive effects on life skills. Based on this finding, the importance of structured sports activities should be underlined (Behtoui, 2019). The best results for children and adolescents can be achieved with developmentally appropriate structured activities that can be described as good (Lewis, 2004). In this direction, many strategies should be evaluated at the point of transferring life skills together with sports (Camiré, Trudel & Forneris, 2012). It is thought that these life skills transfer strategies should be shaped by programs aimed at achieving the target.

In order to equip extracurricular sports activities with properly organized activities, it is deemed necessary for program practitioners to provide activity training to teachers and academicians through in-service training. Program suggestions can be brought for the development of applications with the planning to be made in this direction. At the same time, activities should be diversified by collaborating with different stakeholders, promotion and participation should be provided to students. On the other hand, standardized programs can be implemented to facilitate participation in different areas, facilities and geographies, and mechanisms for monitoring the quality of the implemented programs can be put forward. It is recommended to examine the effects of sports on life skills with long-term programs on different sample groups in future studies. It is among the suggestions to examine the attitude towards extracurricular sports activities and therefore the contribution of these activities to life skills by adopting various research strategies. It is among the responsibilities of researchers and program practitioners to help children and young people, who are the guarantees of the future, to develop positive life skills by meeting with extra-curricular sports activities at an early age and to adopt a lifelong sports philosophy.

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 for any violations that may arise regarding the article.

Autor(s) Contribution Rate: The author's contribution rate to this article is 100%.

REFERENCES

- Adayemo, S.A.(2010). The relationship between students' participation in school based extracurricular activities and their achievement in physics. *International Journal of Science and Technology Education Research*, 1(6), 111-117.
- Alp, H., & Süngü, B. (2016). The Effect Of Attitude Sports Against University Students' Physical Education And Sports Course. *Journal of Research in Education and Teaching*, 5(Special issue,16), 129-136.
- Annu, S., & Sunita, M. (2013). Impact of Extracurricular Activities on Students in Private School of Lucknow District. *International Journal of Humanities and Social Science Invention*, 2(6), 92-94.
- Aoyagi, K., Ishii, K., Shibata, A., Arai, H., Fukamachi, H., Oka, K. (2020) A qualitative investigation of the factors perceived to influence student motivation for school-based extracurricular sports participation in Japan, *International Journal of Adolescence and Youth*, 25(1), 624-637, DOI: 10.1080/02673843.2019.1700139
- Arranz, N., Ubierna, F., Arroyabe, M.F., Perez, C., & De Arroyabe, J.C. F. (2017) The effect of curricular and extracurricular activities on university students' entrepreneurial intention and competences, *Studies in Higher Education*, 42(11), 1979-2008, DOI: 10.1080/03075079.2015.1130030
- Aybek, A., İmamoğlu, O., & Taşmektepligil, M.Y. (2011). An Assessment Of The Attitudes Of Students Towards Physical Education Lesson And Extracurricular Activities. *Journal of Sports and Performance Researches*, 2(2), 51-59.
- Aykora, E., & Uğraş, S. (2020). Investigation of the Relationship between Attitude Against Extracurricular Sport Activities and Levels of Attachment to School of High School Students With Structural Equation Model, *International Journal of Eurasian Education and Culture*, 9, 561-592.
- Behtoui, A. (2019). Swedish young people's after-school extra-curricular activities: attendance, opportunities and consequences, *British Journal of Sociology of Education*, 40(3), 340-356, DOI: 10.1080/01425692.2018.1540924
- Binbaşıoğlu, C. (1986). *Ders Dışı Etkinliklerin Niteliği, Önemi ve Değeri*. Çağdaş Eğitim. Sayı 108.
- Blomfield, C. J., & Barber, B. L. (2009). Brief report: Performing on the stage, the field, or both? Australian adolescent extracurricular activity participation and self-concept. *Journal of Adolescence*, 32, 733–739.
- Blomfield, C., & Barber, B. (2010). Australian Adolescents' Extracurricular Activity Participation and Positive Development: Is the Relationship Mediated by Peer Attributes? *Australian Journal of Educational & Developmental Psychology*, 10, 114-128.
- Bozdog, B. (2020). Examination of Psychological Resilience Levels of High School Students. *World Journal of Education*, 10(3), 65-78. <https://doi.org/10.5430/wje.v10n3p65>
- Brunelle, J., Danish, S.J., & Forneris, T. (2007) The Impact of a Sport-Based Life Skill Program on Adolescent Prosocial Values, *Applied Developmental Science*, 11(1), 43-55.

- Camiré, M., & Santos, F. (2019). Promoting Positive Youth Development and Life Skills in Youth Sport: Challenges and Opportunities amidst Increased Professionalization. *Journal of Sport Pedagogy and Research*, 5(1), 27-34.
- Camiré, M., Trudel, P., & Forneris, T. (2012). Coaching and Transferring Life Skills: Philosophies and Strategies Used by Model High School Coaches. *The Sport Psychologist*, 26, 243-260.
- Camiré, M., Turgeon, S., Kramers, S., Rathwell, S., Bean, C., Sabourin, C., & Pierce, S. (2021). Development and initial validation of the coaching life skills in sport questionnaire. *Psychology of Sport & Exercise*, 53, 1-10.
- Cauthen, H.A. (2012). *The Development of a Sport-Based Life Skills Scale For Youth to Young Adults, 11-23 years of age*. The Chicago School of Professional Psychology, PhD Thesis, USA, 11-14.
- Chen, S., Snyder, S., & Magner, M. (2010). The Effects of Sport Participation on Student-Athletes' and Non-Athlete Students' Social Life and Identity. *Journal of Issues in Intercollegiate Athletics*, 3, 176-193
- Cope, E., Bailey, R., Parnell, D., & Nicholls, A. (2017). Football, sport and the development of young people's life skills, *Sport in Society*, 20(7), 789-801, DOI: 10.1080/17430437.2016.1207771
- Crain, R.L. (1981). Making Desegregation Work: Extracurricular Activities. *The Urban Review*, 13(2), 121-127.
- Cronin, L. D., & Allen, J. (2017). Development and initial validation of the Life Skills Scale for Sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 28, 105-119.
- Cronin, L., Marchant, D., Johnson, L., Huntley, E., Kosteli, M.C., Varga, J., & Ellison, P. (2010). Life skills development in physical education: A self-determination theorybased investigation across the school term. *Psychology of Sport & Exercise*, 49, 1-7.
- Curry, L., & Maniar, S. (2003) Academic Course Combining Psychological Skills Training and Life Skills Education for University Students and Student-Athletes, *Journal of Applied Sport Psychology*, 15(3), 270-277, DOI: 10.1080/10413200305384
- Düz, S., Açak, M. (2018). Sporun Yaşam Becerilerine Etkisi Ölçeğinin Türk kültürüne uyarlanması. *İnönü Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 5 (9), 74-86. DOI: 10.29129/inujse.360711
- Düz, S., Aslan, T.V. (2020). The Effect of Sport on Life Skills in High School Students. *Asian Journal of Education and Training*, 6(2), 161-168.
- Esa, A., Mutallib, S.S.A., & Azman, N.N. (2015). Do Extra-Curricular Activities Effect Student Leadership in Institutions: Sport?, *Asian Social Science*, 11(16), 294-301.
- Esen, G. (2010). *Role Of Physical Education Teachers' Towards Secondary Degree Of Primary Educational Students Attitude To Physical Education Lesson And Extracurricular Sports Activities.*, Marmara University, Institute of Health Science, Master's Thesis.
- Forneris, T., Camiré, M., & Williamson, R. (2015). Extracurricular Activity Participation and the Acquisition of Developmental Assets: Differences Between Involved and Noninvolved Canadian High School Students, *Applied Developmental Science*, 19(1), 47-55, DOI: 10.1080/10888691.2014.980580

- Gadbois, S., & Bowker, A. (2007). Gender Differences in the Relationships between Extracurricular Activities Participation, Self-Description, and Domain-Specific and General Self-Esteem." *Sex Roles*, 56 (9-10): 675–89.
- Gomes, A. R., Resende, R., & Albuquerque, A. (2014). Positive Human Functioning From a Multidimensional Perspective: Promoting Healthy Lifestyles (Vol. 2), *Nova Science*, 18.
- Goudas, M. (2010). Prologue: A Review Of Life Skills Teaching in Sport And Physical Education. *Hellenic Journal of Psychology*, 7, 241-258.
- Goudas, M., & Giannoudis, G. (2008). A team-sports-based life-skills program in a physical education context. *Learning and Instruction*, 18, 528-536.
- Gould, D., & Carson, S. (2008a) Life skills development through sport: current status and future directions, *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 1(1), 58-78, DOI: 10.1080/17509840701834573
- Gould, D., & Carson, S. (2008). Personal development through sport. In O. Bar-Or & H. Hebestreit (Eds.) *The encyclopedia of sports medicine the child and adolescent athlete* (pp. 287-301). Blackwell Science.
- Görkem, D. (2012). *The Effects Of Primary School Students Participation in Social Activities On Their Academic Achievement*, Dokuz Eylül University, Department of Educational Sciences, Masters's Thesis.
- Güngör, N. B., Yılmaz, A., & İlhan, E. L. (2019). Gains of a special athlete in the context of quality of life: a case study in line with parent opinions. *Ankara University Faculty of Educational Sciences Journal of Special Education*, 20(3), 421-443. doi: 10.21565/ozelegitimdergisi.488740
- Güngör, N. B., Kurtipek, S., & Tolukan, E. (2020). The Effect of Mindfulness of Physical Education and Sports Teacher Candidates on Empathic Tendency. *International Journal of Psychology and Educational Studies*, 7(4), 132-142.
- Holland, A., & Andre, T. (1987). Participation in Extracurricular Activities in Secondary School: What Is Known, What Needs to Be Known? *Review of Educational Research Winter*, 57(4), 437-466.
- Holloway, S.L., & Pimlott-Wilson, H. (2014) Enriching Children, Institutionalizing Childhood? Geographies of Play, Extracurricular Activities, and Parenting in England, *Annals of the Association of American Geographers*, 104(3), 613-627, DOI: 10.1080/00045608.2013.846167
- Ivaniushina, V.A., & Aleksandrov, D.A. (2015) Socialization Through Informal Education: The Extracurricular Activities of Russian Schoolchildren, *Russian Education & Society*, 57(4), 189-213, DOI: 10.1080/10609393.2015.1068553
- Jacobs, J.M., & Wright, P.M (2018). Transfer of Life Skills in SportBased Youth Development Programs: A Conceptual Framework Bridging Learning to Application, *Quest*, 70(1), 81-99, DOI: 10.1080/00336297.2017.1348304
- Jones, M.I., & Lavalley, D. (2009). Exploring perceived life skills development and participation in sport, *Qualitative Research in Sport and Exercise*, 1(1), 36-50, DOI: 10.1080/19398440802567931
- Jordan, W.J. (1999). Black High School Students' Participation in School-Sponsored Sports Activities: Effects on School Engagement and Achievement. *The Journal of Negro Education*, 68(1), 54-71.

- Julvanichpong, T., & Vanno, V. (2016). *The Development Of Students' Life Skills Scale In Thai Sport School*. Proceedings of ICERI2016 Conference 14th-16th November, Seville, Spain.
- Karasar, N. (2012). *Bilimsel Araştırma Yöntemi Kavramlar-İlkeler-Teknikler*. Nobel Yayın, 77-113.
- Karataş, İ. (2015). *The Communication Skills Of Adolescent Individuals*. Selçuk University Health Sciences Institute, Master's Thesis.
- Kardağ, A. (2019). *Studying the Relation between Life Skills and Social Integration on Sport Science Faculty Students*. Celal Bayar University, Institute of Health Science, Master's Thesis.
- Kendellen, K., Camiré, M.(2019). Applying in life the skills learned in sport: A grounded theory. *Psychology of Sport & Exercise*, 40, 23-32.
- Köse, E. (2012). A Suggestion for the Classification of Extracurricular Activities in Educational Institutions, *International Journal of Turkish Literature Culture Education*, 2(2), 336-353.
- Kumarasinghe, P.J., & Udeshika, K.A.A. (2015). *Extra-Curricular Activities and Employability of Undergraduates in Sri Lanka*. Proceedings of 12th International Conference on Business Management, 7-8 December, Colombo, Sri Lanka
- Kurtipek, S., & Güngör, N. B. (2019). Perception of trainers for the athlete. *Turkish Journal of Sport and Exercise*, 21(2), 379-385.
- Lewis, C.P. (2004). *The Relation Between Extracurricular Activities With Academic And Social Competencies In School Age Children: A Meta-Analysis*. Texas A&M University, PhD Thesis.
- Linda S. Pagani, L.S., Harbec, M.J., Fortin, G., & Barnett, T.A. (2020). Childhood exercise as medicine: Extracurricular sport diminishes subsequent ADHD symptoms. *Preventive Medicine*, 141, 1-7. <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2020.106256>
- Mahoney, J. L., Cairns, B. D., & Farmer, T. (2003). Promoting interpersonal competence and educational success through extracurricular activity participation. *Journal of Educational Psychology*, 95, 409-418.
- Mahoney, J. L., Lord, H., & Carryl, E. (2005). An ecological analysis of after-school program participation and the development of academic performance and motivational attributes for disadvantaged children. *Child Development*, 76, 811-825.
- Masia, J.R., Plaza D.M., Gonzalez, V.H., Deltell, C.J., & Rodriquez, J.C. (2013). Parental attitudes towards school-age children. *Journal of Human Sport and Exercise*, 3(8), 861-876.
- Massoni, E. (2011). Positive Effects of Extra Curricular Activities on Students, *ESSAI*, 9(27), 83-87.
- Murakami, K., Mikio Tokunaga, M., & Hashimoto, K. (2004). The relationship between health-related life skills and sport experience for adolescents. *Human Performance Measurement*, 1, 1-14.
- Nursasih, I.D., Ma'mun, A., Mahendra, A., Risma, R., Rohmanasari, R., & Pascasarjana, S. (2018). *Integrating Life Skills into Sport Club Activity*. *Advances in Health Sciences Research*, volume 11, 3rd International Conference on Sport Science, Health, and Physical Education (ICSSHPE 2018).
- Pano, G., & Markola, L. (2011). *14-18 Years old children attitudes, perception and motivation towards extra curricular physical activity and sport*. 6th INSHS International Christmas Sport Scientific Conference, 11-14 December, International Network of Sport and Health Science. Szombathely, Hungary.

- Papacharisis, V., Goudas, M., Danish, S.J., & Theodorakis, Y. (2005) The Effectiveness of Teaching a Life Skills Program in a Sport Context, *Journal Of Applied Sport Psychology*, 17(3), 247-254, DOI: 10.1080/10413200591010139
- Peck, S. C., Roeser, R. W., Zarrett, N., & Eccles, J. S. (2008). Exploring the roles of extracurricular activity quantity and quality in the educational resilience of vulnerable adolescents: Variable and pattern-centered approaches. *Journal of Social Issues*, 64, 135–155.
- Pehlivan, Z. (1995). *Out-School Sport Activities and Re-Organization by Term Educational Schedule Perspective in the Private and Governmental High Schools*. Firat University, PhD Thesis.
- Penney, D., & Harris, J. (1997). Extra-curricular Physical Education: More of the Same for the More Able?, *Sport, Education and Society*, 2(1), 41-54, DOI: 10.1080/1357332970020103
- Pierce, S., Gould, D., & Camiré, M. (2017). Definition and model of life skills transfer, *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 10(1), 186-211, DOI: 10.1080/1750984X.2016.1199727
- Piercea, S., Erickson, K., & Sarkar, M. (2020). High school student-athletes' perceptions and experiences of leadership as a life skill. *Psychology of Sport & Exercise*, 51, 1-10.
- Rathnayaka, R.M.G.P., & Hulathduwa, S.(2014). *Involvement With And Attitudes Towards Extracurricular Activities Among Medical Students At The University Of Sri Jayewardenepura*. Health Sciences Proceedings, <https://ours.ou.ac.lk/>.
- Ronkainen, N.J., Aggerholm, K., Ryba, T.V., & Allen-Collinson, J. (2021) Learning in sport: from life skills to existential learning, *Sport, Education and Society*, 26:2, 214-227, DOI: 10.1080/13573322.2020.1712655
- Sarı, M. (2012). An Investigation of High School Students' Participation in Extracurricular Activities. *Journal of Theoretical Educational Science*, 5(1), 72-89.
- Sekhri, A. (2019). Participation In Extracurricular Activities: A Boon For Children With Special Needs. *i-manager's Journal on Educational Psychology*, 12(4), 42-53.
- Soytürk, M., Tepeköylü Öztürk, Ö.(2020). Effect of Extracurricular Sports-Related Games on High School Students' Behaviour Patterns. *Education and Science*, 45(202), 327-343.
- Tomik, R., Olex-Zarychta, D., & Mynarski, W. (2012). Social values of sport participation and their significance for youth attitudes towards physical education and sport. *Studies in Physical Culture and Tourism*, 19(2), 99-104.
- Wallhead, T.L., Hagger, M., & Smith, D. (2010) Sport Education and Extracurricular Sport Participation, *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 81(4), 442-455, DOI: 10.1080/02701367.2010.10599705
- Williams, C., Neil, R., Cropley, B., Woodman, T., & Roberts, R. (2020). A systematic review of sport-based life skills programs for young people: The quality of design and evaluation methods, *Journal of Applied Sport Psychology*, DOI: 10.1080/10413200.2020.1792583
- Wilson, N.(2009). *Impact of extracurricular activities on students*. Master's thesis, University of WisconsinStout. Retrieved from <http://www2.uwstout.edu/content/lib/thesis/2009/2009wilsonn.pdf>

- Yılmaz, A. (2018). Attitudes Towards Physical Education Course And Extracurricular Sport Activities Of Parents. *Niğde University Physical Education and Sport Sciences Journal*, 12(1), 48-64.
- Yılmaz, A. (2019). Investigation of High School Students' Attitudes towards Extracurricular Sport Activities and Their Attachment to School. *Gaziantep University Journal of Sports Sciences*, 4(1), 50-63.
- Yılmaz, A., & Güven, Ö. (2018). Examination of the psychometric properties of the student attitude scale towards extracurricular sport activities (SASESA). *Journal of Human Sciences*, 15(4), 1979-1992. doi:10.14687/jhs.v15i4.5421
- Yurtseven, C.N., & Küçükbaş Duman, F. (2019). Evaluation Of The Effect Of Sport On Life Skills: Sample Application In Sport Centers. *Journal Of Social And Humanities Sciences Research*, 6(42), 2414-2419.
- Yusof, N., & Abdulgalil Abugohar, M.A. (2017). Teachers' Attitudes towards the Use of Extracurricular Activities in Enhancing Students' Speaking Skills. *International Journal of Academic Research in Progressive Education and Development*, 6(3), 153-163.

ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNDE SPORUN YAŞAM BECERİLERİNE ETKİSİ İLE ÖĞRENCİLERİN DERS DIŞI ETKİNLİKLERE YÖNELİK TUTUMLARI ARASINDAKİ İLİŞKİ

ÖZ

Bu çalışmanın amacı ortaokul öğrencilerinde sporun yaşam becerilerine etkisini ve öğrencilerin ders dışı etkinliklere yönelik tutumunu belirleyerek, ölçüm araçlarının çeşitli değişkenler ile ve kendi aralarında olan etkileşimini incelemektir. Çalışmaya kolayda örneklem yöntemi ile seçilen, ortaokul düzeyinde öğrenim gören 291 öğrenci katılmış, çalışma grubuna ait veriler ise “Ders Dışı Sportif Etkinliklere Yönelik Öğrenci Tutum” ölçeği ve “Sporun Yaşam Becerilerine Etkisi” ölçekleri ile toplanmıştır. Verilerin analizinde betimsel istatistikler bağımsız örneklem t testi, tek yönlü varyans analizi ANOVA, post hoc testleri ve Pearson korelasyon analizi kullanılmıştır. Araştırma bulguları kadın katılımcıların, 10 yaş grubunun, voleybolcuların ve haftalık 4 kez sportif etkinliklere katılan öğrencilerin diğer gruplara oranla daha yüksek puanlar ortaya koydukları belirlenmiştir. Diğer yandan sporun yaşam becerilerine etkisi ve ders dışı sportif etkinliklere yönelik tutum arasında pozitif yönlü orta düzeyde ilişki olduğu saptanmıştır. Ders dışı sportif etkinliklere yönelik tutumun, sporun yaşam becerilerine etkisini anlamlı biçimde yordadığı belirlenmiştir. Sonuç olarak, ortaokul düzeyindeki öğrencilerin ders dışı sportif etkinliklere yönelik tutumlarının, spora katılım ile birlikte yaşam becerilerini geliştirmede etkili aracı olduğu söylenebilir.

Anahtar kelimeler: Spor, yaşam becerileri, ders dışı etkinlik, tutum

GİRİŞ

Bireylerin içinde yaşadıkları deneyimler yoluyla davranışlarında değişiklik meydana getirme süreci olarak tanımlanan eğitim; yaşam boyu devam eden bir süreçtir (Yılmaz, 2018) ve bu sürece bakıldığında bireyin dersleri dışındaki yaşantısında da kazandığı birçok davranışın olduğu görülmektedir. Okulda öğretilen dersler, her ne kadar öğrencinin eğitim ve öğretimini sağlayan birçok bilgi, beceri ve alışkanlık sağlasa da bunlar, öğrencinin gelişimi, sağlığı ve hayata hazırlanışı için yeterli olmadığı savunulmaktadır. Okullarda bunu sağlayacak başka etkinliklere de ihtiyaç duyulmaktadır (Görkem, 2012). Çocuk ve gençlerin eğitiminde mevcut okul programları olan klasik eğitim programlarının yetersizliğini gidermek, öğrencilerin bedensel ve ruhsal gereksinimlerini, yaparak-yaşayarak öğretmek, öğrencilerin kişiliklerini geliştirerek kendilerini tanıma, sorumluluk ve liderlik gibi iyi niteliklerini geliştirmelerine fırsat vermek ve boş zamanlarını iyi geçirmelerini sağlamak gibi görevler, ders dışı etkinlikleri önemli hale getirmektedir (Binbaşıoğlu, 1986; Pehlivan, 1995). Öğrencileri yetişkinliğe ve sorumlu vatandaşlığa hazırlamak için çoğu kurum, çok çeşitli yetkinliklerin öğrenilmesini kolaylaştırmak için tasarlanmış ders dışı etkinlikler sunmaktadır (Forneris, Camiré & Williamson, 2015). Genel eğitimin bir parçası olan ders dışı etkinlikler öğrencilerin kişiliğinin gelişiminde, sosyalleşmesinde, toplum içerisinde sağlıklı bireyler olmalarında öğrencilerin hayata hazırlanmasında ve birey olma yolunda gerekli olan; psikolojik, fizyolojik ve sosyolojik açıdan kendilerini geliştirmelerinde büyük rol oynayan programları içermektedir (Esen, 2010).

Kurumlar tarafından düzenlenen ders dışı etkinlikler, öğrencilere beceriler kazandırmaya yönelik çabanın bir parçasıdır ve öğrencilerin sağlıklı bir yaşam tarzını sürdürmeleri için organize edilmektedirler (Esa, Mutallib & Azman, 2015). Ders dışı etkinlikler, öğrencilerin ders dışında kalan zamanlarda katıldığı ve okulla bağlantılı ancak normal müfredat alanına girmeyen etkinliklerdir (Annu & Sunita, 2013; Forneris, Camiré & Williamson, 2015; Masoni, 2011; Lewis, 2004; Wilson, 2009). It can be defined as any activity other than academic activities that include activities such as sports activities (Kumarasinghe & Udesika, 2015).

Ders dışı etkinlikler kendi içinde çeşitli sınıflamalara tabi tutulmuştur. Köse (2012) ders dışı etkinlikleri formal eğitimi tamamlayan, ders dışı sosyal ve okul dışı etkinlikler olarak üç gruba ayırmıştır. Klasik eğitim sürecinin tamamlayıcısı olan etkinlikler; ev ödevleri, projeler, bilgisayar destekli etkinlikler, yetiştirme kursları, sınavlara hazırlık çalışmaları gibi etkinliklerden oluşmaktayken, okul dışında ve okulun sorumluluğunda olmayan fakat çocuğun gelişiminde katkısı olan okul dışı etkinlikler ise; ev ve sokak etkinlikleri, dinî bayramlarda yapılan etkinlikler, aileye ekonomik katkı için yapılan işler ve meslek kazanmak için yapılan uğraşlar olarak nitelendirilmiştir. Ders dışı sosyal etkinlikler ise; içinde başta gelen unsur olan ders dışı sportif etkinlikleri barındıran, sanatsal, kültürel etkinliklerin de yapılabileceği etkinliklerin yanı sıra ve öğrenci kulüpleridir. Spor, drama, müzik, gönüllülük faaliyetleri, derneklere aktif katılım, izcilik, dans gibi ders dışı etkinlikler, birçok öğrencinin eğitim deneyiminin bir parçasıdır (Adayemo, 2010; Annu & Sunita, 2013; Massoni, 2011; Kumarasinghe ve Udesika, 2015; Lewis, 2004). Ders dışı etkinlikler kültürel, boş zaman veya spor kulübü etkinliklerinden oluşmaktadır (Holloway & Pimlott-Wilson, 2014), katılım tamamen isteğe bağlıdır, bu nedenle bunlara katılmak istemeyen öğrenciler katılıma zorunlu tutulmazlar (Massoni, 2011).

Çocuğun gelişiminde, ders dışı etkinlikler, ders içi faaliyetler kadar etkilidir. Bu tür etkinlikler, öğrencilerin formal öğretim süreci içerisinde öğrendiklerini pekiştiren, bu öğrenmelerin yaşamla ilişkili olduğunu gösteren ve kuramsal öğrenmelerin uygulamaya konulmasını sağlayan etkinliklerdir. Ders dışı etkinlikleri, formal öğretim etkinliklerinden ayrı veya bağımsız düşünmek olanaklı değildir. Buradaki koşul, ders dışı etkinliklerin kontrollü, programlı ve planlı bir şekilde yapılmasıdır. Okullarda çocukların ders dışı zamanlarını kontrollü bir şekilde, kendilerine fayda sağlayacak biçimde geçirmelerinin en mantıklı yollarından birisi, ders dışı etkinliklerdir (Köse, 2012). Öğrencilerin gelecek yaşantısı, okuldan sonraki saatlerde, ebeveynleri eve gelmeden önce yaptıkları uğraşlar ile şekillendirilebilir (Massoni, 2011). Hareketsiz yaşam tarzından ziyade yaşam boyu aktif olma alışkanlıklarının benimsenmesi adına sportif faaliyetlerle donatılmış zaman dilimlerinin çeşitli stratejilerle zenginleştirilmesi (Masia ve diğ., 2013) gerekmektedir. Yapılandırılmış ders dışı sportif etkinliklerin öğrencilere sunulmasına vurgu yapılmalıdır, çünkü bu etkinlikler doğru organize edildiklerinde öğrencilere olumlu katkılar sunabilir (Forneris, Camiré & Williamson, 2015; Wallhead, Hagger & Smith, 2010).

Ders dışı etkinlikler veya sınıfın ötesinde eğitim, çocukların ve ergenlerin kişilik ve sosyal yeterliliklerinin gelişimi için güçlü bir kaynaktır (Ivaniushina & Aleksandrov, 2015). Ders dışı etkinliklerin eğitim üzerindeki ilk etkisi davranıştır. Ders dışı etkinliklere katılan öğrenciler, davranış sorunlarını azaltmaktadır (Massoni, 2011). Ders dışı sportif etkinliklerin öğrencilerin serbest zamanlarını faydalı bir şekilde geçirmelerine olanak sağlaması, rekreatif faaliyetlere yönlendirmesi, bireylerin gelişimine katkıda bulunmaktadır (Esen, 2010). Bu yönüyle öğrencilerin günlük yaşamlarının bir parçası olan ders dışı etkinlikler; davranışı, okul performansını, okulu tamamlamayı, başarılı yetişkinler olmanın olumlu yönlerini ve sosyal yönlerini geliştirerek öğrencilerin yaşamları üzerinde olumlu etkiler bırakmaktadır (Massoni, 2011).

Ders dışı etkinlikler arasında yer alan spor, insanları fiziksel ve psikolojik olarak etkileyebilir (Aoyagi ve diğ., 2020). Psikolojik açıdan, kişiye atılganlığı geliştirmede, zihinsel ve bireysel yapıyı geliştirmede, iradeyi güçlendirmede, takım çalışmasını basitleştirmede, işbirliğini sağlamada, özgüven ve öz denetimi geliştirmede ve öğrenmeye katkıda bulunmada fayda sağlayabilir (Esa, Mutallib & Azman, 2015). Doğru bir yönlendirme ile bireyin yaşam kalitesine olumlu etkide bulunabilir (Güngör, Yılmaz & İlhan, 2019). Okul sonrası ders dışı sportif etkinlikler, gelişmiş okul deneyimine ve ayrıca öğrencilerin artan sosyal becerilerine birçok şekilde katkıda bulunduğu için uzun süredir kabul edilmektedir. Bir okul kültürü yaratmanın ve okul ruhunu teşvik etmenin yanı sıra, ders dışı etkinliklerin öğrencilerin yeteneklerini ve ilgilerini keşfetme, öz disiplin ve liderlik becerilerini keşfetme ve akademik performans gelişimi ile bir ilişkisi olduğu (Adayemo, 2010), aynı zamanda motivasyon, okula bağlılık, duygusal zeka, takım çalışması (Kumarasinghe & Udesika, 2015), benlik saygısı (Adayemo, 2010; Holland & Andre, 1987), analitik düşünme, problem çözme, zaman yönetimi (Massoni, 2011) gibi becerilerini keşfetmelerini sağladığı saptanmıştır. Ders dışı sportif etkinlikler bir yandan azmi öğretirken diğer yandan kurallara saygıyı, adil oyunu ve takım çalışmasını teşvik eder (Jordan, 1999). Bireyin bilişsel, duygusal, sosyal, psikolojik ve psikomotor gelişimini sağlayan organize fiziksel etkinlikler olan (Yılmaz, 2018) ders dışı sportif etkinlikler, psikososyal gelişim için uygun koşullar sağlarken (Jones & Lavalley, 2009) aynı zamanda bireyi yaşama hazırlayan yaşam becerileri

kazandırır. Dolayısıyla doğru organize edilen ders dışı sportif etkinliklere katılmanın yalnızca fiziksel olmayan bir başka sonucu da kişinin yaşam becerilerinin gelişmesidir (Cope ve diğ., 2017).

Yaşam becerileri; bir konuda karar verme, bir zorluğun üstesinden gelme, problem çözme becerisi, diğer bireylerle birlikte çalışma, günlük yaşamı etkili bir biçimde devam ettirme gibi becerilerin etrafında şekillenmektedir. Yaşam becerileri için insanların yaşamlarını daha iyi bir şekilde sürdürmeleri için yaşam becerilerinin gerektiği yönünde bir çıkarım yapılabilir ve odak noktasında insanların hayatlarına sorunsuz bir şekilde devam etmesini sağlayacak beceriler yer almaktadır. Yaşam becerileri kazanılması, bireyin hayatında çözüm üretebilme düzeyini belirleyecek bir etkidir (Kardağ, 2019). Yaşam becerilerinin değerlendirilmesi, bireylerin hayatlarının nasıl olduğunu bilmelerini sağlayan faktördür (Julvanichpong & Vanno, 2016), bireylerin bir alan veya alanlarda bilişsel, duygusal veya davranışsal olabilen yetkinlik sergilemelerini niteler (Gomes, Resende & Albuquerque, 2014).

Yaşam becerilerinin temel konuları, bireyin öz yeteneklerine olan inancı ve toplumda olumlu yansımalar gösterebilen sosyalleşme becerileridir (Düz ve Aslan, 2020). Bu becerilerin aktarılmasında yer alan spor; içerisinde toplumsal yaşamın tüm unsurlarını barındıran bir tür simülasyon gibi düşünülebilir. Birey bu ortamda olayları görerek, duyarak, dokunarak algılar, her an iletişim yolunu açık tutacak şekilde çaba içerisinde olur. Bedensel aktiviteler sayesinde edinilen psikososyal davranış alışkanlıklarının ve yeteneklerinin günlük hayata transfer olabildiği bilinmektedir (Karataş, 2015). Gould ve Carson' a göre yaşam becerileri; spor ile kolaylaştırılabilen veya geliştirilebilen ve potansiyel olarak spor dışı ortamlarda kullanılmak üzere transfer edilebilen özellikler ve hedef belirleme, duygusal kontrol, öz saygı ve sıkı çalışma etiği gibi beceriler olarak görülen becerileri içermektedir.

Yaşam becerilerinin yaşama aktarılması süreci; sporda bir yaşam becerisinin öğrenilmesi veya iyileştirilmesi ile bu becerinin sporun ötesinde en az bir bağlamda daha sonra uygulanması arasında bağlantı kurulması ile açıklanmaktadır (Cauthen, 2012; Jacobs & Wright, 2018; Papacharisis ve diğ., 2005; Pierce, Gould & Camiré, 2017; Williams ve diğ., 2020). Dolayısıyla bir becerinin yaşam becerisi olarak nitelendirilebilmesi için, becerinin öğretildiğinden başka durumlara aktarılabilir olması gerekir (Goudas, 2010). Spor dışı ortamlarda da bu becerilerin aktarılması adına spor; ders dışı sportif etkinlik katılımcılarının deneyimle öğrenme fırsatları yakalayabileceği benzersiz bir fırsat sunmaktadır (Piercea, Erickson & Sarkar, 2020).

Etkili bir şekilde uygulandığında, yaşam becerileri, gençlerin sporun içinde ve ötesinde gelişmesini sağlayan eyleme geçirilebilir becerilerdir. Çocukların ve gençlerin fiziksel ve psikolojik olarak güvende hissettiği spor uygulamaları yaşam becerilerinin edinilmesiyle ilişkilendirilmektedir (Bozdağ, 2020; Camiré, 2021). Diğer taraftan olumlu gelişmeyi artıran unsurların yalnızca sadece spora katılım değil, kritik faktör olabilecek bireyin spordaki deneyimi olduğu öne sürülmüştür (Goudas & Giannoudis, 2008).

Sporun yaşam becerilerine etkisini inceleyen bir teoride, becerilerin yaşama aktarılması süreci; karar verme, uygulama, değerlendirme ve uyarılma olarak çerçevelenmiştir. Spor ile elde edilen yaşam becerilerinin yaşama aktarılması sporcuların öğrendikleri becerileri dönüştürme ve yeniden yapılandırma kapasiteleriyle doğru orantılıdır (Kendellen & Camiré, 2019). Spor bu doğrultuda katılımcılarına çeşitli beceriler ve yetkinlikler sunmayı

amaçlamaktadır (Ronkainen ve diğ., 2021). Spor becerilerini ve yaşam becerilerini entegre bir biçimde geliştirmek, uygulamak ve iyileştirmek önemlidir (Camiré & Santos, 2019). Spor yoluyla yaşam becerilerini geliştirmenin temel amacı, bu yetkinliklerin ve eğilimlerin onları geliştiren bireyde olumlu sonuçlara yol açacağı fikridir (Gould & Carson, 2008a).

Bu çalışmada ders dışı sportif etkinliklere katılan öğrencilerin ortaya koydukları ders dışı sportif etkinliklere katılım tutumlarının, başlıca yaşam becerileri olan zaman yönetimi, iletişim, liderlik, takım çalışması, sosyal beceriler, duygusal beceriler ve amaç belirleme unsurlarına yansımalarının incelenmesi amaçlanmaktadır. Bu doğrultuda aşağıdaki sorulara yanıt aranmaya çalışılmıştır.

- 1) Ders dışı sportif etkinliklere katılan öğrencilerde, sporun yaşam becerilerine etki düzeyi nedir?
- 2) Ders dışı etkinlik olarak çeşitli branşlarda spor yapan öğrencilerin ders dışı sportif etkinliklere yönelik tutumu ne düzeydir?
- 3) Sporun yaşam becerilerine etkisi ve ders dışı sportif etkinliklere yönelik tutum düzeyleri cinsiyet, yaş, branş ve haftalık spor yapma sürelerine göre farklılık göstermekte midir?
- 4) Sporun yaşam becerilerine etkisi ve ders dışı sportif etkinliklere yönelik tutum arasında anlamlı bir ilişki ve etki bulunmakta mıdır?

YÖNTEM

Araştırmanın Modeli

Nicel yaklaşımla gerçekleştirilen bu çalışmada, mevcut durumu ortaya çıkartmayı ve karşılaştırmayı amaçlayan taramaya ve ilişkisel taramaya yönelik bir yöntem kullanılmaktadır. Tarama modelleri, geçmişte ya da halen var olan bir durumu var olduğu şekliyle betimlemeyi amaçlayan araştırma yaklaşımıdır. Araştırmaya konu olan olay, birey ya da nesne kendi koşulları içinde ve olduğu gibi tanımlanmaya çalışılır. Onları, herhangi bir şekilde değiştirme, etkileme çabası gösterilmez. İlişkisel tarama modelleri ise iki ve daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişim varlığını ve/veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelleridir (Karasar, 2012).

Evren ve Örneklem

Çalışma grubu Ankara ilinde 2020-2021 eğitim öğretim yılı içerisinde, ortaokul seviyesinde öğrenim gören 291 öğrenciden oluşmaktadır. Araştırmada örneklem grubuna ait veriler kolayda örnekleme yöntemi ile elde edilmiştir. Örnekleme ait demografik özellikler aşağıda gösterilmektedir.

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Değişkenlerine Yönelik Sıklık ve Yüzdeler Dağılımları

	N=(291)		
	Değişken	f	%
Cinsiyet	Erkek	97	33,3
	Kadın	194	66,7
Yaş	10	62	21,3
	11	36	12,4
	12	91	31,3
	13	61	21,0
	14	41	14,1
Branş	Voleybol	145	49,8
	Futbol	47	16,2
	Taekwon-do	99	34,0
Haftalık spor yapma sayısı	2 ve daha az	69	23,7
	3	130	44,7
	4	66	22,7
	5 ve üzeri	26	8,9

Tablo 1’de görüldüğü üzere katılımcıların 97’sini erkek (%33,3), 194’ünü (%66,7) ise kadın katılımcılar oluşturmaktadır. Öğrencilerin yaşları 10 (%21,3), 11 (%12,4), 12 (%31,3),13 (%21,0) ve 14 (%14,1) aralığında değişmektedir. Branşları çoğunlukla voleybol (%49,8), daha sonra futbol (%16,2) ve taekwon-do (%16,2) olarak belirlenmiştir. Katılımcılar genellikle haftada 3 kere spor yapan(%44,7) öğrencilerden oluşmaktadır

Veri Toplama Araçları

Araştırmada veriler Yılmaz ve Güven’in (2018) geliştirdiği “Ders Dışı Sportif Etkinliklere Yönelik Öğrenci Tutum” (Student Attitude Scale Towards Extracurricular Sport) ölçeği ve Cronin ve Allen’in (2017) geliştirdiği, Düz ve Açık’ın (2018) Türkçe’ye uyarladığı “Sporun Yaşam Becerilerine Etkisi” (Life Skills Scale For Sport) ölçekleri ve 4 sorudan oluşan demografik soru formu ile toplanmıştır.

“Ders Dışı Sportif Etkinliklere Yönelik Öğrenci Tutum” ölçeği 18 madde ve 3 faktörden oluşmaktadır.. Ölçek 5’li Likert tipinde olup, “Hiç Katılmıyorum=1”, “Katılmıyorum=2”, “Kararsızım=3”, “Katılıyorum=4” ve “Tamamen Katılıyorum=5” şeklinde derecelenmektedir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 18 iken en yüksek puan 90’dır. Puan ortalaması arttıkça öğrencilerin bu etkinliklere yönelik tutumlarının olumlu olduğu söylenebilir. Ders dışı sportif etkinliklerin duyuşsal boyutunda yer alan maddeler (19-22-23-24-29-30-32) olumsuz olup, ters puanlanması gerekmektedir Ölçüm aracımda alt boyutlar ders dışı sportif etkinliklerin bilişsel boyutu, ders dışı sportif etkinliklerin duyuşsal boyutu ve ders dışı sportif etkinliklerin davranışsal boyutu olarak açıklanmaktadır. Ders dışı sportif etkinliklere yönelik öğrenci tutumu toplam puanlarına yönelik iç güvenirlik katsayısı ise .90 olarak saptanmış, bilişsel alt boyut için .86, duyuşsal alt boyut için .96 ve davranışsal alt boyut için ise .82 olarak belirlenmiştir.

“Sporun Yaşam Becerilerine Etkisi” ölçeği ise spor yapan bireylerin yaşam becerilerini spor sayesinde geliştirmelerinin belirlenmesine yönelik bir ölçüm aracıdır. Ölçek toplam 31 madde ve 7 alt boyuttan oluşmaktadır. Alt boyutlar; zaman yönetimi, iletişim, liderlik, takım çalışması, sosyal beceriler, duygusal beceriler ve amaç belirleme unsurlarından oluşmaktadır. Ölçek 5’li Likert tipi olup derecelendirme “Hiç=1, Çok az=2,

Biraz=3, Fazla=4, Çok Fazla=5” şeklinde derecelenmektedir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 43, en yüksek puan ise 215’tir. Sporun yaşam becerilerine etkisi toplam puanlara yönelik iç tutarlılık katsayısı .95 olarak belirlenmişken, iç güvenilirlik katsayıları zaman yönetimi alt boyutu için .85, iletişim alt boyutu için .75, liderlik alt boyutu için .81, takım çalışması alt boyutu için .79, sosyal beceriler alt boyutu için .80, duygusal beceriler alt boyutu için .83 ve amaç belirleme alt boyutu için .86 olarak belirlenmiştir.

Verilerin Analizi

Verilerin dağılımı Kolmogorov Smirnov Shapiro Wilk testleriyle yapılmış ve basıklık çarpıklık değerleri saptanmıştır. Yapılan analizler sonucu verilerin normal dağılım gösterdiği belirlenmiş ve analizler parametrik testler ile gerçekleştirilmiştir. Örneklem grubuna yönelik betimsel istatistikler yüzde ve frekans hesaplamalarıyla, ikili grup karşılaştırmaları bağımsız örneklem t testiyle ve üç ve üzeri grup karşılaştırmaları tek yönlü varyans analizi (Anova) ile gerçekleştirilmiştir. Grup içi farklılıklar post hoc testleriyle değerlendirilirken, tukey (HSD) testlerinden yararlanılmıştır. Sporun yaşam becerilerine etkisi ve ortaokul öğrencilerinin ders dışı sportif etkinliklere yönelik tutumları arasındaki ilişki pearson korelasyon analiziyle değerlendirilmiştir.

BULGULAR

1-Öğrencilerin Sporun Yaşam Becerilerine Etkisi ve Ders Dışı Sportif Etkinliklere Yönelik Tutum Puanlarına Yönelik Bulgular

Tablo 2. Ölçüm Araçlarına Dair Aritmetik Ortalama, Standart Sapma ve Basıklık Çarpıklık Değerleri

	N=(291)					
	Min.	Max.	\bar{x}	s	Skewness	Kurtosis
Sporun yaşam becerilerine etkisi	62,00	155,00	124,37	18,36	-0,55	-0,15
Zaman yönetimi	5,00	20,00	16,34	3,04	-0,81	0,54
İletişim	7,00	20,00	16,34	2,81	-0,60	-0,19
Liderlik	5,00	25,00	19,98	3,60	-0,89	1,06
Takım çalışması	12,00	30,00	24,31	3,85	-0,48	-0,24
Sosyal beceriler	7,00	20,00	15,95	2,99	-0,64	0,04
Duygusal beceriler	5,00	20,00	15,69	3,23	-0,79	0,40
Amaç belirleme	5,00	20,00	15,74	3,32	-0,44	-0,50
Ders dışı sportif etkinliklere yönelik öğrenci tutumu	44,00	90,00	71,97	12,76	-0,19	-1,42
Bilişsel	12,00	35,00	30,70	4,20	-1,13	1,30
Duyuşsal	7,00	35,00	25,41	9,25	-0,51	-1,32
Davranışsal	5,00	20,00	15,85	3,35	-0,69	0,01

Sporun yaşam becerilerine etkisinin mevcut araştırma grubu için yüksek olduğu (124,37 ±18,36) değerlendirilmektedir. Diğer yandan örneklem grubunun sporun yaşam becerilerine etkisi alt boyutlarından en yüksek ortalamayı liderlik (19,98±3,60), en düşük ortalamayı zaman yönetimi alt boyutunda (16,34±3,04) ortaya koydukları görülmektedir. Ancak tüm puanlarda katılımcıların sporun yaşam becerilerine etkisi düzeylerinin ortalama değerlerin üzerinde olduğu belirlenmiştir. Ders dışı sportif etkinliklere yönelik tutum değerlendirildiğinde ise katılımcıların yine yüksek bir tutum puanı aldıkları (71,97±12,76) belirlenmiş, en yüksek

alt boyut puanını bilişsel alt boyutta (30,70±4,20), en düşük alt boyut puanını ise davranışsal alt boyutta (15,85±3,35) aldıkları saptanmıştır. Benzer şekilde katılımcıların toplam puanlarda ve alt boyutlarda ders dışı sportif etkinliklere olumlu tutum puanları ortaya koydukları değerlendirilmektedir. Aynı zamanda verilerin normallik dağılımlarının +1,5 ve -1,5 aralığında olduğu belirlenmiş ve tablo 2’de verilmiştir.

2-Öğrencilerin Sporun Yaşam Becerilerine Etkisi ve Ders Dışı Sportif Etkinliklere Yönelik Tutumlarının Cinsiyete Göre Farklılığına İlişkin Bulgular

Tablo 3. Ölçüm Araçları ile Cinsiyet Değişkeni Arasındaki Bağımsız Örneklem T Testi Sonuçları

	Cinsiyet	N=(291)		t	p	
		n	\bar{x}			s
Sporun yaşam becerilerine etkisi	Erkek	97	119,29	18,74	-3,396	0,001
	Kadın	194	126,91	17,68		
Zaman yönetimi	Erkek	97	15,46	2,90	-3,555	0,000
	Kadın	194	16,78	3,02		
İletişim	Erkek	97	15,61	2,93	-3,149	0,002
	Kadın	194	16,70	2,69		
Liderlik	Erkek	97	19,27	3,72	-2,396	0,017
	Kadın	194	20,34	3,50		
Takım çalışması	Erkek	97	23,58	3,99	-2,283	0,023
	Kadın	194	24,67	3,74		
Sosyal beceriler	Erkek	97	15,24	2,92	-2,884	0,004
	Kadın	194	16,30	2,97		
Duygusal beceriler	Erkek	97	14,70	3,49	-3,773	0,000
	Kadın	194	16,18	2,98		
Amaç belirleme	Erkek	97	15,40	3,14	-1,237	0,217
	Kadın	194	15,91	3,40		
Ders dışı sportif etkinliklere yönelik öğrenci tutumu	Erkek	97	67,07	12,39	-4,805	0,000
	Kadın	194	74,42	12,26		
Bilişsel	Erkek	97	29,23	4,76	-4,342	0,000
	Kadın	194	31,43	3,68		
Duyuşsal	Erkek	97	22,80	9,27	-3,465	0,001
	Kadın	194	26,71	8,98		
Davranışsal	Erkek	97	15,03	3,37	-3,018	0,003
	Kadın	194	16,27	3,27		

p<0.05

Sporun yaşam becerilerine etkisi ve ders dışı sportif etkinliklere yönelik tutumun cinsiyete göre farklılaşma durumunun incelendiği Tablo 3’te sporun yaşam becerilerine etkisinde amaç belirleme alt boyutu dışında tüm alt boyutlar ve cinsiyet arasında anlamlı farklılıklar elde edilmiştir. Buna göre sporun yaşam becerilerine etkisinde (t=-3,396; p<0,01), zaman yönetimi alt boyutunda (t=3,555; p<0,01), iletişim alt boyutunda (t=-3,149; p<0,01), liderlik alt boyutunda (t=-2,396; p<0,05), takım çalışması alt boyutunda (t=-2,283; p<0,05), sosyal beceriler alt boyutunda (t=-2,284; p<0,01) ve duygusal beceriler alt boyutunda (t=-3,773; p<0,01) kadın katılımcıların sporun yaşam becerilerine etkisinde erkeklere nazaran daha olumlu bir görüntü sergiledikleri görülmektedir.

Ders dışı sportif etkinliklere yönelik öğrenci tutumunda yine hem toplam puanlarda (t=-4,805; p<0,01), hem bilişsel (t=-4,342; p<0,01), hem duyuşsal (t=-3,465; p<0,01) hem de davranışsal alt boyutlarda (t=-3,018; p<0,01) kadın katılımcıların erkeklere göre daha olumlu tutum sergiledikleri saptanmıştır. Buna göre mevcut örneklem

grubu için kadın katılımcıların erkek öğrencilerden daha yüksek ders dışı sportif etkinliklere yönelik tutum geliştirdiği hem de sporun yaşam becerilerine etkisinin daha fazla olduğu söylenebilir.

3-Öğrencilerin Sporun Yaşam Becerilerine Etkisi Ve Ders Dışı Sportif Etkinliklere Yönelik Tutumlarının Yaşa Göre Farklılığına İlişkin Bulgular

Tablo 4. Ölçüm Araçları ile Yaş Değişkeni Arasındaki Tek Yönlü Varyans Analizi Anova Testi Sonuçları

	N=(291)				F	p	Tukey
	Yaş	n	\bar{x}	s			
Sporun yaşam becerilerine etkisi	10	62	124,96	18,43	0,906	0,461	
	11	36	125,16	16,35			
	12	91	125,60	19,39			
	13	61	124,85	18,09			
	14	41	119,36	18,03			
	Toplam	291	124,37	18,36			
Zaman yönetimi	10	62	16,45	3,31	0,392	0,814	
	11	36	16,66	2,92			
	12	91	16,31	2,94			
	13	61	16,40	2,88			
	14	41	15,85	3,25			
	Toplam	291	16,34	3,04			
İletişim	10	62	16,70	2,62	0,790	0,532	
	11	36	16,72	2,77			
	12	91	16,26	2,83			
	13	61	16,19	2,92			
	14	41	15,85	2,96			
	Toplam	291	16,34	2,81			
Liderlik	10	62	20,09	3,56	0,382	0,822	
	11	36	19,83	3,27			
	12	91	20,05	4,00			
	13	61	20,26	3,37			
	14	41	19,41	3,45			
	Toplam	291	19,98	3,60			
Takım çalışması	10	62	24,32	3,88	0,765	0,549	
	11	36	24,25	3,42			
	12	91	24,61	4,19			
	13	61	24,50	3,68			
	14	41	23,39	3,66			
	Toplam	291	24,31	3,85			
Sosyal beceriler	10	62	15,79	3,23	0,846	0,497	
	11	36	16,16	2,82			
	12	91	16,24	3,03			
	13	61	16,03	2,88			
	14	41	15,26	2,87			
	Toplam	291	15,95	2,99			
Duygusal beceriler	10	62	16,16	3,16	1,822	0,125	
	11	36	15,55	2,97			
	12	91	15,95	3,16			
	13	61	15,67	3,22			
	14	41	14,53	3,59			
	Toplam	291	15,69	3,23			
Amaç belirleme	10	62	15,43	3,82	0,972	0,423	
	11	36	15,97	3,29			
	12	91	16,15	3,35			

	13	61	15,77	3,14			
	14	41	15,04	2,63			
	Toplam	291	15,74	3,32			
Ders dışı sportif etkinliklere yönelik öğrenci tutumu	10 ^a	62	76,33	12,41	3,765	0,005	
	11	36	71,77	12,00			
	12	91	71,97	12,21			
	13	61	71,21	12,63			
	14 ^b	41	66,68	13,67			
	Toplam	291	71,97	12,76			
Bilişsel	10 ^a	62	31,69	4,04	2,836	0,025	
	11	36	30,77	3,52			
	12	91	31,13	3,50			
	13	61	30,00	4,98			
	14 ^b	41	29,24	4,71			
	Toplam	291	30,70	4,20			
Duyuşsal	10	62	28,11	8,32	2,696	0,031	
	11	36	25,16	9,61			
	12	91	25,28	9,73			
	13	61	25,21	8,70			
	14	41	22,12	9,17			
	Toplam	291	25,41	9,25			
Davranışsal	10 ^a	62	16,53	3,31	1,100	0,357	a > b
	11	36	15,83	3,18			
	12	91	15,56	3,29			
	13	61	16,00	3,36			
	14 ^b	41	15,31	3,67			
	Toplam	291	15,85	3,35			

p<0.05

Katılımcıların yaş değişkeni ile sporun yaşam becerilerine etkisi ölçeği ve ders dışı sportif etkinliklere yönelik tutumları arasında yapılan tek yönlü varyans analizi Anova bulguları değerlendirildiğinde, sporun yaşam becerilerine etkisi yaşa göre farklılık göstermemektedir. Ancak ders dışı sportif etkinlikler ve yaş arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktadır. Buna göre; ders dışı sportif etkinliklere yönelik toplam tutum puanlarında (F=3,765; p<0,01) bilişsel (F=3,765; p<0,05) ve duyuşsal alt boyutlarda (F=2,696; p<0,05) ortaya çıkan anlamlı farklılıkların yaş değişkeninin ders dışı sportif etkinliklere yönelik tutumu değiştirdiğini göstermektedir. Post hoc testleriyle grup içi farklılıklar incelenmiştir. Buna göre; 10 ve 14 yaş grubu arasında gerçekleşen farklılıkta 10 yaş grubunun 14 yaş grubuna oranla daha olumlu ders dışı sportif etkinliklere yönelik tutum puanı aldıkları belirlenmiştir.

4-Öğrencilerin Sporun Yaşam Becerilerine Etkisi Ve Ders Dışı Sportif Etkinliklere Yönelik Tutumlarının Branş Göre Farklılığına İlişkin Bulgular

Tablo 5. Ölçüm Araçları ile Branş Değişkeni Arasındaki Tek Yönlü Varyans Analizi Anova Testi Sonuçları

	Branş	n	N=(291)		F	p	Tukey
			\bar{x}	ss			
Sporun yaşam becerilerine etkisi	Voleybol ^a	145	129,68	18,29	13,261	0,000	a>c>b b<c c<a
	Futbol ^b	47	117,80	22,93			
	Taekwon-do ^c	99	119,72	13,24			
	Toplam	291	124,37	18,36			
Zaman yönetimi	Voleybol ^a	145	16,97	3,26	9,460	0,000	a>b

	Futbol ^b	47	14,87	3,27			b<c<a
	Taekwon-do ^c	99	16,11	2,24			c>b
	Toplam	291	16,34	3,04			
İletişim	Voleybol ^a	145	17,02	2,78	9,716	0,000	a>c>b
	Futbol ^b	47	15,23	3,17			b<a
	Taekwon-do ^c	99	15,87	2,44			c<a
	Toplam	291	16,34	2,81			
Liderlik	Voleybol ^a	145	20,55	3,73	4,574	0,011	a>b
	Futbol ^b	47	18,85	4,51			b<a
	Taekwon-do ^c	99	19,69	2,70			
	Toplam	291	19,98	3,60			
Takım çalışması	Voleybol ^a	145	25,28	3,69	10,405	0,000	a>b>c
	Futbol ^b	47	23,80	4,51			b<c
	Taekwon-do ^c	99	23,12	3,38			c<a
	Toplam	291	24,31	3,85			
Sosyal beceriler	Voleybol ^a	145	16,66	2,92	8,820	0,000	a>c>b
	Futbol ^b	47	14,95	3,58			b<a
	Taekwon-do ^c	99	15,39	2,53			c<a
	Toplam	291	15,95	2,99			
Duygusal beceriler	Voleybol ^a	145	16,68	3,07	15,624	0,000	a>c>b
	Futbol ^b	47	14,27	4,16			b<a
	Taekwon-do ^c	99	14,90	2,433			c<a
	Toplam	291	15,69	3,23			
Amaç belirleme	Voleybol ^a	145	16,48	3,41	9,947	0,000	a<c
	Futbol ^b	47	15,80	3,29			c<a
	Taekwon-do ^c	99	14,61	2,88			
	Toplam	291	15,74	3,32			
Ders dışı sportif etkinliklere yönelik öğrenci tutumu	Voleybol ^a	145	80,45	7,77	73,269	0,000	a>b>c
	Futbol ^b	47	75,68	10,60			
	Taekwon-do ^c	99	57,79	4,99			
	Toplam	291	71,97	12,76			
Bilişsel	Voleybol ^a	145	32,33	3,30	28,085	0,000	a>b>c
	Futbol ^b	47	30,04	4,36			b<a
	Taekwon-do ^c	99	28,62	4,32			c<a
	Toplam	291	30,70	4,20			
Duyuşsal	Voleybol ^a	145	31,30	4,49	33,574	0,000	a>c
	Futbol ^b	47	29,82	6,77			b<c
	Taekwon-do ^c	99	14,68	5,01			c<b<a
	Toplam	291	25,41	9,25			
Davranışsal	Voleybol ^a	145	16,81	3,06	15,594	0,000	a>c
	Futbol ^b	47	15,80	3,42			c<a
	Taekwon-do ^c	99	14,48	3,28			
	Toplam	291	15,85	3,35			

p<0,05

Ortaokul öğrencilerinin sporun yaşam becerilerine etkisi ve ders dışı sportif etkinliklere yönelik tutumları sportif branşlarına göre farklılık göstermektedir. Buna göre her iki ölçüm aracının da toplam puanlarında ve alt boyutlarında branşın her iki durumu da değiştirdiği belirlenmiştir. Tüm anlamlı farklılıklarda voleybol oynayan grubun diğer gruplara oranla daha yüksek tutum ve yaşam becerisi sergiledikleri belirlenmiştir. Yapılan post hoc analizlerinde grup içi farklılıkların tüm branş grupları arasında olduğu, sporun yaşam becerilerine etkisi ölçüğü değerlendirildiğinde voleybol ile ilgilenen katılımcıların futbol oynayan ve taekwon-do yapan katılımcılara oranla daha yüksek puanlar ortaya koyduğu, taekwon-do yapan katılımcıların ise futbol oynayanlara nazaran daha yüksek spora yönelik yaşam becerisi sergiledikleri belirlenmiştir.

Ders dışı sportif etkinliklere yönelik tutum incelendiğinde ise benzer şekilde voleybol oynayan grubun daha yüksek tutum düzeyi sergiledikleri, grup içi karşılaştırmalarda tüm gruplar arası farklılık olduğu ve voleybol oynayanların futbol ve taekwondo ile ilgilenenlere, futbol oynayanların ise taekwon-do yapan katılımcılara göre daha yüksek ders dışı sportif etkinlik tutumu gösterdikleri belirlenmiştir.

5-Öğrencilerin Sporun Yaşam Becerilerine Etkisi ve Ders Dışı Sportif Etkinliklere Yönelik Tutumlarının Haftalık Spor Yapma Sayılarına Göre Farklılığına İlişkin Bulgular

Tablo 6. Ölçüm Araçları ile Haftalık Spor Yapma Sayısı Değişkeni Arasındaki Tek Yönlü Varyans Analizi Anova

Testi Sonuçları

	N=(291)						
	Haftalık spor yapma sayısı	n	\bar{X}	ss	F	p	Tukey
Sporun yaşam becerilerine etkisi	2 ve daha az	69	122,59	16,00	2,804	0,040	a>b
	3 ^a	130	127,75	17,78			
	4 ^b	66	120,89	19,02			
	5 ve üzeri	26	121,07	23,05			
	Toplam	291	124,37	18,36			
Zaman yönetimi	2 ve daha az	69	16,28	2,70	3,787	0,011	a>b
	3 ^a	130	16,93	3,02			
	4 ^b	66	15,54	3,20			
	5 ve üzeri	26	15,57	3,12			
	Toplam	291	16,34	3,04			
İletişim	2 ve daha az	69	16,36	2,46	1,849	0,138	
	3	130	16,70	2,78			
	4	66	15,75	3,14			
	5 ve üzeri	26	15,96	2,86			
	Toplam	291	16,3	2,81			
Liderlik	2 ve daha az	69	20,05	3,36	2,340	0,074	
	3	130	20,48	3,14			
	4	66	19,07	4,15			
	5 ve üzeri	26	19,65	4,55			
	Toplam	291	19,98	3,60			
Takım çalışması	2 ve daha az	69	23,56	3,87	2,452	0,064	
	3	130	24,92	3,76			
	4	66	24,24	3,72			
	5 ve üzeri	26	23,42	4,27			
	Toplam	291	24,31	3,85			
Sosyal beceriler	2 ve daha az	69	15,76	2,79	1,539	0,204	
	3	130	16,36	2,77			
	4	66	15,50	3,30			
	5 ve üzeri	26	15,57	3,64			
	Toplam	291	15,95	2,99			
Duygusal beceriler	2 ve daha az	69	15,47	2,98	1,949	0,122	
	3	130	16,16	3,19			
	4	66	15,33	3,17			
	5 ve üzeri	26	14,80	3,98			
	Toplam	291	15,69	3,23			
Amaç belirleme	2 ve daha az	69	15,07	3,19	1,995	0,115	
	3	130	16,18	3,22			
	4	66	15,43	3,55			
	5 ve üzeri	26	16,07	3,35			
	Toplam	291	15,69	3,23			

	Toplam	291	15,74	3,32			
Ders dışı sportif etkinliklere yönelik öğrenci tutumu	2 ve daha az ^d	69	63,07	10,35	18,510	0,000	a>b>c>d
	3 ^a	130	73,50	12,89			
	4 ^c	66	76,72	10,08			
	5 ve üzeri ^b	26	75,92	13,03			
	Toplam	291	71,97	12,76			
Bilişsel	2 ve daha az	69	29,88	3,92	1,208	0,307	
	3	130	30,91	4,26			
	4	66	31,12	3,81			
	5 ve üzeri	26	30,76	5,35			
	Toplam	291	30,70	4,20			
Duyuşsal	2 ve daha az ^d	69	17,86	8,45	28,445	0,000	a>b>c>d
	3 ^b	130	26,50	8,33			
	4 ^a	66	29,98	6,68			
	5 ve üzeri ^c	26	28,38	9,83			
	Toplam	291	25,41	9,25			
Davranışsal	2 ve daha az	69	15,31	3,05	1,548	0,202	
	3	130	16,08	3,37			
	4	66	15,62	3,34			
	5 ve üzeri	26	16,76	3,91			
	Toplam	291	15,85	3,35			

p<0,05

Tablo 6'da yer alan sporun yaşam becerilerine etkisi ve ders dışı sportif etkinliklere yönelik tutum düzeyleri ile haftalık spor yapma sayısı değişkeni arasındaki tek yönlü varyans analizi bulguları incelendiğinde katılımcıların haftalık spor yapma sayısı ile ölçüm araçları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar belirlenmiştir. Buna göre sporun yaşam becerilerine etkisi toplam puanlarında (F=2,804; p<0,05) ve zaman yönetimi alt boyutunda (F=3,787;p<0,05) ortaya çıkan anlamlı farklılıklar grup içi karşılaştırmalarla analiz edilmiş ve haftalık 3 kez spor yapan katılımcılar ile 4 kez spor yapan katılımcılar arasında grup içi farklılıklar belirlenmiştir. Buna göre sporun yaşam becerilerine etkisi haftada 4 kez spor yapan katılımcılarda 3 kez spor yapanlara oranla daha yüksek olarak belirlenmiştir.

Diğer yandan ders dışı sportif etkinlikler ve haftalık spor sayısı arasında toplam puanlarda (F=18,510; p<0,01) ve duyuşsal alt boyut (F=28,245; p<0,01) arasında anlamlı farklılık saptanmıştır. Grup içi karşılaştırmalar tüm gruplar arasında anlamlı farklılıklar olduğunu, toplam puanlarda haftalık 3 kez spor yapan grubun, duyuşsal alt boyutta ise haftalık 4 kez spor yapan grubun diğer gruplara oranla daha yüksek ders dışı sportif tutum gösterdikleri görülmektedir.

6-Öğrencilerin Sporun Yaşam Becerilerine Etkisi ve Ders Dışı Sportif Etkinliklere Yönelik Tutumları Arasındaki İlişkiye Dair Bulgular

Tablo 7. Sporun Yaşam Becerilerine Etkisi ve Ders Dışı Sportif Etkinliklere Yönelik Tutum Arasındaki Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları

Sporun yaşam becerilerine etkisi	Zaman yönetimi	İletişim	Liderlik	Takım çalışması	Sosyal beceriler	Duygusal beceriler	Amaç belirleme	Ders dışı sportif etkinliklere yönelik öğrenci tutumu	Bilişsel	Duyuşsal	Davranışsal	
Sporun yaşam becerilerine etkisi	1											
Zaman yönetimi	.769**	1										
İletişim	.794**	.656**	1									
Liderlik	.845**	.653**	.634**	1								
Takım çalışması	.840**	.547**	.579**	.677	1							
Sosyal beceriler	.814**	.514**	.582**	.626**	.659**	1						
Duygusal beceriler	.813**	.540**	.628**	.583**	.596**	.683**	1					
Amaç belirleme	.730**	.446**	.442**	.529**	.580**	.520**	.552**	1				
Ders dışı sportif etkinliklere yönelik öğrenci tutumu	.392**	.233**	.286**	.299**	.406**	.291**	.302**	.355**	1			
Bilişsel	.449**	.353**	.396**	.396**	.408**	.323**	.352**	.282**	.667**	1		
Duyuşsal	.143*	.012	.071	.043	.210**	.120*	.115	.210**	.871**	.287**	1	
Davranışsal	.533**	.412**	.396**	.525**	.456**	.370**	.390**	.420**	.569**	.495**	.198**	1

p<0,05*; p<0,01*

Sporun yaşam becerilerine etkisi ve ders dışı sportif etkinliklere yönelik tutum arasında pozitif yönlü orta düzeyde ilişki olduğu belirlenmiştir. Toplam puanlarda ($r=.392$), bilişsel alt boyutta ($r=.449$) ve davranışsal alt boyutta ($r=.533$) pozitif yönlü orta düzeyde ilişki saptanmışken, sporun yaşam becerilerine etkisi ve ders dışı sportif etkinliklere yönelik tutum ölçeği alt boyutlarından duyuşsal alt boyutta ($r=.143$) yine pozitif yönlü düşük düzeyde ilişki olduğu görülmüştür.

7- Öğrencilerin Ders Dışı Sportif Etkinliklere Yönelik Tutumunun Sporun Yaşam Becerilerine Etkisine İlişkin Bulgular

Tablo 8. Sporun Yaşam Becerilerine Etkisi ve Ders Dışı Sportif Etkinliklere Yönelik Tutum Arasındaki Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

	B	Std.Error	β	t	p	Zero-order r	Partial r
Constant	36,234	4,826		7,508	0,000		
Zaman yönetimi	-0,225	0,328	-0,054	-0,686	0,493	0,233	-0,041
İletişim	0,320	0,371	0,071	0,863	0,389	0,286	0,051
Liderlik	-0,021	0,306	-0,006	-0,069	0,945	0,299	-0,004

Takım çalışması	0,975	0,278	0,294	3,509	0,001	0,406	0,204
Sosyal beceriler	-0,129	0,356	-0,030	-0,364	0,716	0,291	-0,022
Duygusal beceriler	0,152	0,327	0,039	0,465	0,643	0,302	0,028
Amaç belirleme	0,673	0,270	0,175	2,496	0,013	0,355	0,147
R=0,437	R ² = 0,191						
F _(9,520) =0,000	p<0,001						

Bağımlı değişken: Ders dışı sportif etkinliklere yönelik tutum

Ders dışı sportif etkinliklerin sporun yaşam becerileri üzerindeki etkisinin yer aldığı regresyon analizi bulgularına göre ders dışı sportif etkinliklere yönelik tutumun takım çalışması ($\beta = 0,294$, $t = 3,509$; $p < 0.01$) ve amaç belirleme ($\beta = 0,175$, $t = 2,496$; $p < 0.05$) unsurlarını anlamlı biçimde etkilediği belirlenmiştir. Bu sonuçlara göre; ders dışı sportif etkinliklere yönelik tutumun sporun yaşam becerilerine etkisini açıklamada 7 değişkenin toplam varyansın yaklaşık % 19'unu açıkladığı görülmektedir.

TARTIŞMA ve SONUÇ

Ortaokul öğrencilerinin ders dışı sportif etkinliklere yönelik tutumlarının ve sporun yaşam becerilerine etkisinin incelendiği araştırma bulguları cinsiyet, yaş, branş ve haftalık spor yapma sayılarının ders dışı sportif etkinliklere yönelik tutumu ve sporun yaşam becerilerine yönelik etkisini farklılaştırdığı belirlenmiştir. Cinsiyet değişkeni değerlendirildiğinde araştırma kapsamında kadın öğrencilerin erkeklere nazaran daha yüksek ders dışı sportif etkinliklere katılım tutumu ve sporun yaşam becerilerine etkisi puanı sergiledikleri belirlenmiştir. Araştırma bulgularına paralel olarak bir diğer çalışmada da kadın öğrencilerin erkek öğrencilere oranla ders dışı etkinliklere daha fazla katıldığı belirlenmiştir (Görkem, 2012). Literatür genel olarak erkek katılımcıların ders dışı sportif etkinliklerde kadınlara oranla daha yüksek tutum ve yaşam becerisi düzeyi sergilediğini ortaya koymaktadır (Aybek, İmamoğlu ve Taşmektepligil, 2011; Gadbois & Bowker, 2007; Pano & Markola, 2011; Penney & Harris, 1997; Sarı, 2012; Tomik, Olex-Zarychta & Mynarski, 2012; Yılmaz, 2019; Yurtseven ve Küçükbaş Duman, 2019). Alanyazında yapılan araştırma sonuçları, küresel çerçevede erkeklerin ders dışı sportif etkinliklere erişiminin kadınlara nazaran daha fazla olması ile açıklanabilir. Ancak yapılan araştırma sonuçları, kadın öğrencilerin de ders dışı etkinliklere erkekler kadar katılım gösterdiğini daha fazla olumlu tutum göstererek ders dışı sportif etkinliklerin sporla kazanılan yaşam becerilerine katkılarını daha fazla duyumsadıklarını göstermektedir. Yaş değişkeni incelendiğinde ise; yaş değişkeninin ders dışı sportif etkinliklere yönelik tutumda ortaya koyduğu farkın 10 yaş grubu lehine gerçekleşmesi, ilerleyen yaşlarda sınav sürecine giren öğrencilerin ders dışı sportif etkinliklerden nispeten uzaklaşması sonucunda oluşabilecek bir durumu gözler önüne sermektedir. Halbuki araştırma bulguları ders dışı sportif etkinliklere katılan öğrencilerin katılmayan öğrencilere oranla daha olumlu çıktılar ortaya koyduğunu göstermektedir (Forneris, Camiré & Williamson, 2015; Wallhead, Hagger & Smith, 2010). Söz konusu söylemi güçlendiren pek çok araştırma literatürde yerini almaktadır. Onlardan biri olan araştırmanın okul spor kulüplerindeki öğrencilerin, spor sürecine katılmayan akranlarından daha fazla olumlu tutum sergiledikleri hipotezini doğruladığı görülmüştür. Okulda yapılan sosyal ve kültürel eğitimin olumlu etkilerinin pekiştirilmesi anlamında ders dışı sporun katkısı görülmektedir. Katılımcıların ders dışı sportif etkinliklere yönelik mevcut araştırmayla benzer şekilde yüksek düzeyde olumlu tutum sergiledikleri belirlenmiştir. (Tomik, Olex-Zarychta & Mynarski, 2012). Benzer şekilde sportif etkinliklerden oluşan programın uygulandığı

deney grubundaki öğrencilerin ders dışı sportif etkinliklere karşı tutumlarında bir istatistiksel olarak değişimin olduğu görülmüştür (Alp ve Söngü, 2016; Curry & Maniar, 2003). Ders dışı etkinliklerin deneyimlendiği bir araştırmada 10 haftalık süreç içerisinde haftada 2 gün 2 ders 80 dakikadan oluşmak üzere 11-18 yaş grubuna spor temelli oyunlar oynatılmış, spor temelli oyunların lise öğrencilerinin davranış sorunlarını azaltmada etkili olduğu saptanmıştır (Soytürk ve Tepeköylü Öztürk, 2020). Deney grubunu oluşturan öğrencilerin olumlu tutum geliştirmesi sportif faaliyetlere katılımın yarattığı farkı bir kez daha ortaya koymaktadır.

Goudas ve Giannoudis'in (2008) uyguladığı deneysel bir çalışmada spor ve yaşam becerileri eğitimi birleştiren programın yaşam becerilerinin geliştirilmesine olumlu katkı sunduğu ve etkili bir model olduğu görülmektedir. Benzer program modellerinin ders dışı sportif etkinliklere yönelik tutumu geliştirmek adına sunulması önemlidir. Bu doğrultuda geliştirilen olumlu tutumlar sporun yaşam becerilerine etkisini yordamada önemli unsur olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu durumu destekleyen bir araştırmada Murakami, Mikio Tokunaga & Hashimoto (2004) ders dışı sportif etkinliklere katılmış öğrencilerin katılmamış öğrencilere oranla daha fazla yaşam becerisi kazandıklarını ifade etmiştir. Elde edilen bulgu, spor deneyiminin yaşam becerilerini etkilediğini göstermektedir. Spor yapan öğrencilerin, sporda yaşam becerileri ölçeği alt boyutlarından olan iletişim becerileri düzeyinin, spor yapmayan öğrencilerden yüksek olduğunu gösteren bir diğer araştırma bulgusu (Karataş, 2015) spor yapan katılımcıların yapmayanlara oranla daha olumlu yaşam becerileri ortaya koyma (Kardağ, 2019) bulgusuyla örtüşmektedir. Benzer şekilde sporun, spor kulüplerine katılımın ve uygulanan ders dışı sportif etkinlik programlarının yaşam becerilerinin gelişimine oldukça katkı sağladığı ifade edilmektedir (Brunelle, Danish & Forneris, 2007; Düz ve Aslan, 2020; Güngör, Kurtipek ve Tolukan, 2020; Nursasih ve diğ., 2018; Papacharisis, 2005).

Branşın ders dışı etkinlikler ve sporun yaşam becerilerine etkisi incelendiğinde voleybol branşıyla ilgilenen katılımcıların diğer katılımcılara oranla daha yüksek puanlar aldıkları saptanmıştır. Elde edilen bulgular, temasla gerçekleştirilen futbol ve taekwon-do gibi etkinliklerden ziyade katılımcılar arasındaki mesafeyi koruyan ve farklı rekabet unsurları taşıyan branşların öğrencilerin tutumunu ve becerilerini daha olumlu etkilediği yönündedir. Alanyazın ise branş değişkeninden bağımsız olarak iyi organize edilmiş etkinliklerin fark yarattığını (Linda ve diğ., 2020), örneğin binicilik ve dans gibi aktivitelerin öğrencilerin olumlu kazanımlar elde etmesine katkı sağladığını (Annu ve Sunita, 2013) ifade etmektedir.

Mevcut araştırma bulguları ders dışı sportif etkinlikler ve sporun yaşam becerilerine etkisi arasında pozitif yönlü orta düzeyde ilişki olduğunu ve ders dışı sportif etkinliklere yönelik sporun yaşam becerilerine etkisinde takım çalışması ve amaç belirleme alt boyutlarını anlamlı biçimde etkilediğini ortaya koymaktadır. Benzer çalışmayı gerçekleştiren Cronin ve diğ., (2010) 9 hafta arayla yapılan iki veri toplama sürecinde spor faaliyetleri çerçevesinde katılımcıların sporun yaşam becerilerine etkisi alt boyutlarından olan liderlik, sosyal beceri, duygusal beceri, takım çalışması ve iletişim becerilerinin pozitif yönde ilerlediğini ifade etmektedir. Yapılan araştırmalar ders dışı etkinlikler arasında önemli bir yer tutan sporun yaşam becerileri üzerinde önemli etkileri olduğunu göstermektedir (Blomfield & Barber, 2009; Camiré, 2021; Camiré & Santos, 2019; Chen, Snyder & Magner, 2010;

Cope ve diğ., 2017; Crain, 1981; Goudas & Giannoudis, 2008; Gould & Carson, 2008a; Gould & Carson, 2008; Jones & Lavalley, 2009; Jordan, 1999; Kardağ, 2019; Kendellen & Camiré, 2019; Kumarasinghe & Udeshika, 2015; Kurtipek ve Güngör, 2019; Mahoney, Cairns & Farmer, 2003; Mahoney, Lord & Carryl, 2005; Massoni, 2011; Peck ve diğ., 2008; Piercea, Erickson & Sarkar, 2020; Ronkainen ve diğ., 2021; Yılmaz, 2018; Yusof & Abdulgalil Abugohar, 2017). Diğer yandan yapılan araştırmalar spor vasıtasıyla yaşam becerileri geliştirmenin basit bir süreç olmadığı, (Gould & Carson, (2008a), yaşam becerilerinin yalnızca katılımdan kaynaklanmadığı, aksine bireyin deneyimleriyle doğru orantılı olduğu yönündedir. Deneyim vasıtasıyla ders dışı sportif etkinliklere katılmak öğrencilerin sosyal becerilerini, liderlik becerilerini (Esa, Mutallib & Azman, 2015), özgüven oluşumunu (Sekhri, 2019) ve kişiliğin şekillenmesini olumlu etkileme özelliklerine dayanarak oldukça faydalı etkinlikler olarak göze çarpmaktadır (Rathnayaka & Hulathduwa, 2014).

Ortaokulda öğrencilerin ders dışı sportif etkinliklere yönelik tutumlarının ve sporun yaşam becerilerini geliştirmede etken araçlar olduğunu göstermesi bakımından önemli olduğu düşünülmektedir. Öğrencileri geleceğe taşıyan ders dışı sportif etkinlikler (Arranz ve diğ., 2017; Kumarasinghe ve Udeshika, 2015) öğrencilerin hayatında yaşam becerilerinin kazanılması ve geliştirilmesi noktasında anlamlı bir yere sahiptir. Mevcut bulgular ve alanyazın ders dışı sportif etkinliklerin yaşam becerileri üzerinde olumlu etkileri olduğunu göstermiştir. Bu bulgudan hareketle yapılandırılmış sportif etkinliklerin öneminin altının çizilmesi gerekmektedir (Behtoui, 2019). Çocuklar ve gençler için en iyi sonuçlar, iyi olarak nitelendirilebilecek gelişimsel olarak uygun yapılandırılmış etkinliklerle sağlanabilir (Lewis, 2004). Bu doğrultuda sporla birlikte yaşam becerilerinin aktarılması noktasında pek çok strateji değerlendirilmelidir (Camiré, Trudel ve Forneris, 2012). Söz konusu yaşam becerileri aktarım stratejilerinin, elde edilmesi amaçlanan hedef kazanıma yönelik programlarla şekillendirilmesi gerektiği düşünülmektedir.

Ders dışı sportif etkinliklerin doğru organize edilmiş etkinliklerle donatılması adına program uygulayıcıların hizmet içi eğitimler vasıtasıyla öğretmen ve akademisyenlere etkinlik eğitimi vermesi gerekli görülmektedir. Bu doğrultuda yapılacak planlamalarla uygulamaların geliştirilmesine program önerileri getirilebilir. Aynı zamanda farklı paydaşlarla işbirliği yapılarak etkinlikler çeşitlendirilebilir, öğrencilere tanıtımı ve katılım kolaylığı sağlanabilir. Diğer yandan farklı alan, tesis ve coğrafyalarda katılımı kolaylaştıracak standart getirilmiş programlar uygulanabilir ve uygulanan programların kalitesini denetlemeye yönelik mekanizmalar ortaya koyulabilir. Gelecek araştırmalarda yapılacak uzun süreli programlarla sporun yaşam becerilerine etkisini farklı örneklem grupları üzerinde incelenmesi önerilmektedir. Çeşitli araştırma stratejileri benimsenerek ders dışı sportif etkinliklere yönelik tutumun ve dolayısıyla bu etkinliklerin yaşam becerilerine olan katkısının derinlemesine incelenmesi öneriler arasındadır. Geleceğin teminatı olan çocuk ve gençlerimizin erken yaşlarda ders dışı sportif etkinliklerle tanışarak olumlu yaşam becerileri geliştirmesine aracılık etmek ve yaşam boyu spor felsefesini benimsetmek araştırmacılar ve program uygulayıcıların sorumlulukları arasında yer almaktadır.

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 yazara aittir.

Yazar(lar)ın Katkı Oranı: Yazarın bu makaleye katkı oranı %100' dür.

KAYNAKÇA

- Adayemo, S.A.(2010). The relationship between students' participation in school based extracurricular activities and their achievement in physics. *International Journal of Science and Technology Education Research*, 1(6), 111-117.
- Alp, H., & Süngü, B. (2016). Üniversite öğrencilerinin spora karşı tutumlarına beden eğitimi ve spor dersinin etkisi. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 5(Özel sayı,16), 129-136.
- Annu, S., & Sunita, M. (2013). Impact of Extracurricular Activities on Students in Private School of Lucknow District. *International Journal of Humanities and Social Science Invention*, 2(6), 92-94.
- Aoyagi, K., Ishii, K., Shibata, A., Arai, H., Fukamachi, H., Oka, K. (2020) A qualitative investigation of the factors perceived to influence student motivation for school-based extracurricular sports participation in Japan, *International Journal of Adolescence and Youth*, 25(1), 624-637, DOI: 10.1080/02673843.2019.1700139
- Arranz, N., Ubierna, F., Arroyabe, M.F., Perez, C., & De Arroyabe, J.C. F. (2017) The effect of curricular and extracurricular activities on university students' entrepreneurial intention and competences, *Studies in Higher Education*, 42(11), 1979-2008, DOI: 10.1080/03075079.2015.1130030
- Aybek, A., İmamoğlu, O., & Taşmektepligil, M.Y. (2011). Öğrencilerin beden eğitimi dersine ve ders dışı etkinliklere yönelik tutumlarının değerlendirilmesi. *Journal of Sports and Performance Researches*, 2(2), 51-59.
- Aykora, E., & Uğraş, S. (2020). Investigation of the Relationship between Attitude Against Extracurricular Sport Activities and Levels of Attachment to School of High School Students With Structural Equation Model, *International Journal of Eurasian Education and Culture*, 9, 561-592.
- Behtoui, A. (2019). Swedish young people's after-school extra-curricular activities: attendance, opportunities and consequences, *British Journal of Sociology of Education*, 40(3), 340-356, DOI: 10.1080/01425692.2018.1540924
- Binbaşıoğlu, C. (1986). *Ders Dışı Etkinliklerin Niteliği, Önemi ve Değeri*. Çağdaş Eğitim, Sayı 108.
- Blomfield, C. J., & Barber, B. L. (2009). Brief report: Performing on the stage, the field, or both? Australian adolescent extracurricular activity participation and self-concept. *Journal of Adolescence*, 32, 733-739.
- Blomfield, C., & Barber, B. (2010). Australian Adolescents' Extracurricular Activity Participation and Positive Development: Is the Relationship Mediated by Peer Attributes? *Australian Journal of Educational & Developmental Psychology*, 10, 114-128.

- Bozdağ, B. (2020). Examination of Psychological Resilience Levels of High School Students. *World Journal of Education*, 10(3), 65-78. <https://doi.org/10.5430/wje.v10n3p65>
- Brunelle, J., Danish, S.J., & Forneris, T. (2007) The Impact of a Sport-Based Life Skill Program on Adolescent Prosocial Values, *Applied Developmental Science*, 11(1), 43-55.
- Camiré, M., & Santos, F. (2019). Promoting Positive Youth Development and Life Skills in Youth Sport: Challenges and Opportunities amidst Increased Professionalization. *Journal of Sport Pedagogy and Research*, 5(1), 27-34.
- Camiré, M., Trudel, P., & Forneris, T. (2012). Coaching and Transferring Life Skills: Philosophies and Strategies Used by Model High School Coaches. *The Sport Psychologist*, 26, 243-260.
- Camiré, M., Turgeon, S., Kramers, S., Rathwell, S., Bean, C., Sabourin, C., & Pierce, S. (2021). Development and initial validation of the coaching life skills in sport questionnaire. *Psychology of Sport & Exercise*, 53, 1-10.
- Cauthen, H.A. (2012). *The Development of a Sport-Based Life Skills Scale For Youth to Young Adults, 11-23 years of age*. The Chicago School of Professional Psychology, PhD Thesis, 11-14.
- Chen, S., Snyder, S., & Magner, M. (2010). The Effects of Sport Participation on Student-Athletes' and Non-Athlete Students' Social Life and Identity. *Journal of Issues in Intercollegiate Athletics*, 3, 176-193.
- Cope, E., Bailey, R., Parnell, D., & Nicholls, A. (2017). Football, sport and the development of young people's life skills, *Sport in Society*, 20(7), 789-801, DOI: 10.1080/17430437.2016.1207771
- Crain, R.L. (1981). Making Desegregation Work: Extracurricular Activities. *The Urban Review*, 13(2), 121-127.
- Cronin, L. D., & Allen, J. (2017). Development and initial validation of the Life Skills Scale for Sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 28, 105-119.
- Cronin, L., Marchant, D., Johnson, L., Huntley, E., Kosteli, M.C., Varga, J., & Ellison, P. (2010). Life skills development in physical education: A self-determination theorybased investigation across the school term. *Psychology of Sport & Exercise*, 49, 1-7.
- Curry, L., & Maniar, S. (2003) Academic Course Combining Psychological Skills Training and Life Skills Education for University Students and Student-Athletes, *Journal of Applied Sport Psychology*, 15(3), 270-277, DOI: 10.1080/10413200305384
- Düz, S., Açak, M. (2018). Sporun Yaşam Becerilerine Etkisi Ölçeğinin Türk kültürüne uyarlanması. *İnönü Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 5 (9), 74-86. DOI: 10.29129/inujse.360711
- Düz, S., Aslan, T.V. (2020). The Effect of Sport on Life Skills in High School Students. *Asian Journal of Education and Training*, 6(2), 161-168.
- Esa, A., Mutallib, S.S.A., & Azman, N.N. (2015). Do Extra-Curricular Activities Effect Student Leadership in Institutions: Sport?, *Asian Social Science*, 11(16), 294-301.
- Esen, G. (2010). *İlköğretim okulları 2. kademe öğrencilerinin beden eğitimi dersine ve ders dışı spor etkinliklerine yönelik tutumlarında beden eğitimi öğretmenlerinin rolü*. Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.

- Forneris, T., Camiré, M., & Williamson, R. (2015). Extracurricular Activity Participation and the Acquisition of Developmental Assets: Differences Between Involved and Noninvolved Canadian High School Students, *Applied Developmental Science*, 19(1), 47-55, DOI: 10.1080/10888691.2014.980580
- Gadbois, S., & Bowker, A. (2007). Gender Differences in the Relationships between Extracurricular Activities Participation, Self-Description, and Domain-Specific and General Self-Esteem." *Sex Roles*, 56 (9-10): 675–89.
- Gomes, A. R., Resende, R., & Albuquerque, A. (2014). Positive Human Functioning From a Multidimensional Perspective: Promoting Healthy Lifestyles (Vol. 2). *Nova Science*, 18.
- Goudas, M. (2010). Prologue: A Review Of Life Skills Teaching in Sport And Physical Education. *Hellenic Journal of Psychology*, 7, 241-258.
- Goudas, M., & Giannoudis, G. (2008). A team-sports-based life-skills program in a physical education context. *Learning and Instruction*, 18, 528-536.
- Gould, D., & Carson, S. (2008a) Life skills development through sport: current status and future directions, *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 1(1), 58-78, DOI: 10.1080/17509840701834573
- Gould, D., & Carson, S. (2008). Personal development through sport. In O. Bar-Or & H. Hebestreit (Eds.) *The encyclopedia of sports medicine the child and adolescent athlete* (pp. 287-301). Blackwell Science.
- Görkem, D. (2012). *İlköğretim öğrencilerinin sosyal etkinliklere katılma durumlarının akademik başarılarına etkisi*. Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.
- Güngör, N. B., Yılmaz, A., & İlhan, E. L. (2019). Yaşam kalitesi bağlamında özel bir sporcunun kazanımları: ebeveyn görüşleri doğrultusunda bir durum çalışması *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi*, 20(3), 421-443. doi: 10.21565/ozelegitimdergisi.488740
- Güngör, N. B., Kurtipek, S., & Tolukan, E. (2020). The Effect of Mindfulness of Physical Education and Sports Teacher Candidates on Empathic Tendency. *International Journal of Psychology and Educational Studies*, 7(4), 132-142.
- Holland, A., & Andre, T. (1987). Participation in Extracurricular Activities in Secondary School: What Is Known, What Needs to Be Known? *Review of Educational Research Winter*, 57(4), 437-466.
- Holloway, S.L., & Pimlott-Wilson, H. (2014) Enriching Children, Institutionalizing Childhood? Geographies of Play, Extracurricular Activities, and Parenting in England, *Annals of the Association of American Geographers*, 104(3), 613-627, DOI: 10.1080/00045608.2013.846167
- Ivaniushina, V.A., & Aleksandrov, D.A. (2015) Socialization Through Informal Education: The Extracurricular Activities of Russian Schoolchildren, *Russian Education & Society*, 57(4), 189-213, DOI: 10.1080/10609393.2015.1068553
- Jacobs, J.M., & Wright, P.M (2018). Transfer of Life Skills in SportBased Youth Development Programs: A Conceptual Framework Bridging Learning to Application, *Quest*, 70(1), 81-99, DOI: 10.1080/00336297.2017.1348304

- Jones, M.I., & Lavalley, D. (2009). Exploring perceived life skills development and participation in sport, *Qualitative Research in Sport and Exercise*, 1(1), 36-50, DOI: 10.1080/19398440802567931
- Jordan, W.J. (1999). Black High School Students' Participation in School-Sponsored Sports Activities: Effects on School Engagement and Achievement. *The Journal of Negro Education*, 68(1), 54-71.
- Julvanichpong, T., & Vanno, V. (2016). *The Development Of Students' Life Skills Scale In Thai Sport School*. Proceedings of ICERI2016 Conference 14th-16th November, Seville, Spain.
- Karasar, N. (2012). *Bilimsel Araştırma Yöntemi Kavramlar-İlkeler-Teknikler*. Ankara: Nobel Yayın, 77-113.
- Karataş, İ. (2015). *Adolesan bireylerin iletişim becerilerinin incelenmesi*. Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.
- Kardağ, A. (2019). *Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinde yaşam becerileri ve sosyal bütünleşme ilişkisinin incelenmesi*. Celal Bayar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.
- Kendellen, K., Camiré, M.(2019). Applying in life the skills learned in sport: A grounded theory. *Psychology of Sport & Exercise*, 40, 23-32.
- Köse, E. (2012). Eğitim Kurumlarında Gerçekleştirilen Ders Dışı Etkinliklerin Sınıflandırılmasına Yönelik Bir Öneri, *Uluslararası Türkçe Edebiyat Kültür Eğitim Dergisi*, 2(2), 336-353.
- Kumarasinghe, P.J., & Udeshika, K.A.A. (2015). *Extra-Curricular Activities and Employability of Undergraduates in Sri Lanka*. Proceedings of 12th International Conference on Business Management, 7-8 December, Colombo, Sri Lanka.
- Kurtipek, S., & Güngör, N. B. (2019). Perception of trainers for the athlete. *Turkish Journal of Sport and Exercise*, 21(2), 379-385.
- Lewis, C.P. (2004). *The Relation Between Extracurricular Activities With Academic And Social Competencies In School Age Children: A Meta-Analysis*. Texas A&M University, PhD Thesis.
- Linda S. Pagani, L.S., Harbec, M.J., Fortin, G., & Barnett, T.A. (2020). Childhood exercise as medicine: Extracurricular sport diminishes subsequent ADHD symptoms. *Preventive Medicine*, 141, 1-7. <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2020.106256>
- Mahoney, J. L., Cairns, B. D., & Farmer, T. (2003). Promoting interpersonal competence and educational success through extracurricular activity participation. *Journal of Educational Psychology*, 95, 409-418.
- Mahoney, J. L., Lord, H., & Carryl, E. (2005). An ecological analysis of after-school program participation and the development of academic performance and motivational attributes for disadvantaged children. *Child Development*, 76, 811-825.
- Masia, J.R., Plaza D.M., Gonzalez, V.H., Deltell, C.J., & Rodriguez, J.C. (2013). Parental attitudes towards school-age children. *Journal of Human Sport and Exercise*, 3(8), 861-876.
- Massoni, E. (2011). Positive Effects of Extra Curricular Activities on Students, *ESSAI*, 9(27), 83-87.
- Murakami, K., Mikio Tokunaga, M., & Hashimoto, K. (2004). The relationship between health-related life skills and sport experience for adolescents. *Human Performance Measurement*, 1, 1-14.

- Nursasih, I.D., Ma'mun, A., Mahendra, A., Risma, R., Rohmanasari, R., & Pascasarjana, S. (2018). *Integrating Life Skills into Sport Club Activity. Advances in Health Sciences Research*, volume 11, 3rd International Conference on Sport Science, Health, and Physical Education (ICSSHPE 2018).
- Pano, G., & Markola, L. (2011). *14-18 Years old children attitudes, perception and motivation towards extra curricular physical activity and sport*. 6th INSHS International Christmas Sport Scientific Conference, 11-14 December, International Network of Sport and Health Science. Szombathely, Hungary.
- Papacharisis, V., Goudas, M., Danish, S.J., & Theodorakis, Y. (2005) The Effectiveness of Teaching a Life Skills Program in a Sport Context, *Journal Of Applied Sport Psychology*, 17(3), 247-254, DOI: 10.1080/10413200591010139
- Peck, S. C., Roeser, R. W., Zarrett, N., & Eccles, J. S. (2008). Exploring the roles of extracurricular activity quantity and quality in the educational resilience of vulnerable adolescents: Variable and pattern-centered approaches. *Journal of Social Issues*, 64, 135–155.
- Pehlivan, Z. (1995). *Eğitim programları açısından özel ve resmi orta öğretim kurumlarında ders dışı okul spor faaliyetleri ve yeniden örgütlenmesi*. Fırat Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi.
- Penney, D., & Harris, J. (1997). Extra-curricular Physical Education: More of the Same for the More Able?, *Sport, Education and Society*, 2(1), 41-54, DOI: 10.1080/1357332970020103
- Pierce, S., Gould, D., & Camiré, M. (2017). Definition and model of life skills transfer, *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 10(1), 186-211, DOI: 10.1080/1750984X.2016.1199727
- Piercea, S., Erickson, K., & Sarkar, M. (2020). High school student-athletes' perceptions and experiences of leadership as a life skill. *Psychology of Sport & Exercise*, 51, 1-10.
- Rathnayaka, R.M.G.P., & Hulathduwa, S.(2014). *Involvement With And Attitudes Towards Extracurricular Activities Among Medical Students At The University Of Sri Jayewardenepura*. Health Sciences Proceedings, <https://ours.ou.ac.lk/>
- Ronkainen, N.J., Aggerholm, K., Ryba, T.V., & Allen-Collinson, J. (2021) Learning in sport: from life skills to existential learning, *Sport, Education and Society*, 26:2, 214-227, DOI: 10.1080/13573322.2020.1712655
- Sarı, M. (2012). Ortaöğretim Öğrencilerinin Ders Dışı Etkinliklere Katılımının İncelenmesi. *Kuramsal Eğitim Bilimleri Dergisi*, 5(1), 72-89.
- Sekhri, A. (2019). Participation In Extracurricular Activities: A Boon For Children With Special Needs. *i-manager's Journal on Educational Psychology*, 12(4), 42-53.
- Soytürk, M., Tepeköylü Öztürk, Ö.(2020). Effect of Extracurricular Sports-Related Games on High School Students' Behaviour Patterns. *Education and Science*, 45(202), 327-343.
- Tomik, R., Olex-Zarychta, D., & Mynarski, W. (2012). Social values of sport participation and their significance for youth attitudes towards physical education and sport. *Studies in Physical Culture and Tourism*,19(2), 99-104.
- Wallhead, T.L., Hagger, M., & Smith, D. (2010) Sport Education and Extracurricular Sport Participation, *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 81(4), 442-455, DOI: 10.1080/02701367.2010.10599705

- Williams, C., Neil, R., Cropley, B., Woodman, T., & Roberts, R. (2020). A systematic review of sport-based life skills programs for young people: The quality of design and evaluation methods, *Journal of Applied Sport Psychology*, DOI: 10.1080/10413200.2020.1792583
- Wilson, N.(2009). *Impact of extracurricular activities on students*. Master's thesis, University of WisconsinStout. Retrieved from <http://www2.uwstout.edu/content/lib/thesis/2009/2009wilsonn.pdf>
- Yılmaz, A. (2018). Ebeveynlerin beden eğitimi dersi ve ders dışı sportif etkinliklere yönelik tutumları. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 12(1), 48-64.
- Yılmaz, A. (2019). Lise Öğrencilerinin Ders Dışı Sportif Etkinliklere Yönelik Tutumları ile Okula Bağlanma Durumlarının İncelenmesi. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 4(1), 50-63.
- Yılmaz, A.,& Güven, Ö. (2018) Ders Dışı Sportif Etkinliklere Yönelik Öğrenci Tutum Ölçeğinin psikometrik özelliklerinin incelenmesi (DSEÖTÖ). *Journal of Human Sciences*, 15(4), 1979-1992. DOI:10.14687/jhs.v15i4.5421
- Yurtseven, C.N.,& Küçükbaş Duman, F. (2019). Sporun yaşam becerilerine etkisinin değerlendirilmesi: spor merkezlerinde örnek uygulama. *Uluslararası Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırma Dergisi*, 6(42), 2414-2419.
- Yusof, N., & Abdulgalil Abugohar, M.A. (2017). Teachers' Attitudes towards the Use of Extracurricular Activities in Enhancing Students' Speaking Skills. *International Journal of Academic Research in Progressive Education and Development*, 6(3), 153-163.