

LİSE ÖĞRENCİLERİNİN DERS ÇALIŞMAYA MOTİVE OLMA DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

EXAMINATION OF HIGH SCHOOL STUDENTS' LEVELS OF MOTIVATION TO STUDY

Yunus Emre KESKİN

Yüksek Lisans Öğrencisi, Yozgat Bozok Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü,
yyunusemrekeskin@gmail.com, ORCID: 0009-0004-4180-4248

Mehmet YILDIRIM

Doç. Dr., Yozgat Bozok Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, mehmet2682@hotmail.com,
ORCID: 0000-0002-9707-6540

ÖZET

Bu araştırmanın amacı; lise öğrencilerinin ders çalışmaya motive olma düzeylerinin incelenmesidir. Araştırmanın evrenini 2022-2022 eğitim-öğretim yılında Yozgat ili Çekerek ilçesinde öğrenim gören öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise kolayda örnekleme yöntemi kullanılarak elde edilen ilçedeki liselerde okuyan 713 öğrenci oluşturmuştur. Araştırmada veri toplama aracı olarak "demografik bilgi formu (Cinsiyet, sınıf, pansiyon, lisanslı olarak spor yapma ve egzersiz sıklığı) ve katılımcıların ders çalışmaya motive olma düzeylerini belirlemeye yönelik olarak ise Eryılmaz ve Ercan (2014) tarafından geliştirilen ise ergenler için ders çalışmaya motive olma ölçeği kullanılmıştır. Veriler istatistiksel analizler için SPSS 20.0 paket programına aktarılmıştır. Analizlere başlamadan önce verilerin normal dağılım gösterip göstermediğini incelemek amacıyla çarpıklık ve basıklık değerleri incelenmiş ve normal dağılım sergilediği belirlenmiştir. Verilerin çözümlenmesinde frekans analizi, yüzde analizi, t testi, Anova analizi ve çoklu karşılaştırma testleri kullanılmıştır. Gerçekleştirilen analizler sonucunda; cinsiyet, sınıf ve egzersiz sıklığı değişkenlerine göre katılımcıların ders çalışmaya motive olma düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklar tespit edilmiştir ($p < 0.05$). Kadınların ders çalışma motivasyonlarının erkeklere göre, 10. sınıftaki öğrencilerin 9. Sınıftaki öğrencilere göre, egzersiz yapma sıklığı yüksek olanların düşük olanlara göre ders çalışmaya motive olma düzeylerinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Pansiyonda kalma durumu ve lisanslı spor yapma değişkenlerine göre ise anlamlı farklar tespit edilmemiştir ($p > 0.05$).

Anahtar Kelimeler: Motivasyon, Ders Çalışma, Öğrenci

ABSTRACT

The aim of this study is to examine the level of motivation of high school students to study. The population of the research consists of students studying in Çekerek district of Yozgat province in 2022-2022 academic year. The sample of the study consisted of 713 students studying at high schools in the district, which was obtained by using the convenience sampling method. Demographic information form (gender, class, hostel, licensed sports and exercise frequency) was used as a data collection tool in the research. In order to determine the motivation level of the participants for studying, the motivation to study for adolescents scale developed by Eryılmaz and Ercan (2014) was used. The data were transferred to the SPSS 20.0 package program for statistical analysis. Before starting the analysis, the skewness and kurtosis values were examined in order to examine whether the data showed a normal distribution and it was determined that it exhibited a normal distribution. Frequency analysis, percentage analysis, t test, Anova analysis and multiple comparison tests were used to analyze the data. As a result of the analyzes carried out; Statistically significant differences were found between the motivation levels of the participants to study according to the variables of gender, class and exercise frequency ($p < 0.05$). It has been determined that women's study motivation is higher than men's, 10th grade students are more motivated to study than 9th grade students, those with a higher frequency of exercise are higher than those with a low frequency of

exercise. No significant differences were found according to the variables of staying in a hostel and doing licensed sports ($p>0.05$).

Key Words: Motivation, Study, Student

GİRİŞ

Türk Dil Kurumu Sözlüğüne göre ders çalışmak “belli bir konuyu öğrenmek üzere kaynakları kullanarak çalışmak, derste verilen bilgileri iyice öğrenmek için tekrarlamak” olarak tanımlanmaktadır (sozluk.gov.tr, Erişim Tarihi 4 Aralık 2022). Öğrenme yaşamımız boyunca devam eden bir süreç olarak kabul edilirse bazı etkileşimler sonucunda öğrenmede değişiklikler olabilir. Bu etkileşimlerden biri olan öğrencinin ders çalışmasındaki amaçta öğrenmektir (Gökçen ve Kadioğlu 2022). Kişinin etkili ve uygun bir şekilde ders çalışması öğrenmeyi etkileyen bir faktördür (Yılmaz ve Orhan, 2011).

Motivasyon için ise okulda öğrenmenin ilk şartıdır diyebiliriz. Öğrencilerin ders çalışma motivasyonları hiç olmadığı veya düşük olduğunda okullar öğrencilerin öğrenme hedeflerine ulaşmasında yardımcı olacak çözümler üretmelidir (Boström ve Bostedt, 2020). Okullarda bazı öğrenciler karşılaştığı probleme çözüm üretmede veya derslerine karşı istekli olurken, bazı öğrencilerin ise isteksiz olduğu görülmektedir. Bu iki durum arasındaki farkın sebebi, öğrenme öğretme sürecini etkili klan en önemli faktörlerden birisi olan motivasyondur (Akbaba, 2006). Yapılan bir çalışmada öğrencilerin ders çalışırken aynı zamanda eğlenmek istedikleri de görülmüştür (Akarçay ve Kadioğlu, 2013).

Motivasyon öğrencide çalışma isteği oluşturması ve öğrencinin başarabileceğine inanması olarak tanımlanır. Çalışma alışkanlıkları ve öğrenmeyi belirleyen motivasyon öğrencinin dersine hazır olmasını, çaba sarf etmesi ve ödevlerini yapmasını sağlar. Motive olan birey işini arzu duyarak ve isteyerek yapar (Arslan Şenkal, 2022). İnsanların motive olma şekilleri birbirinden farklıdır. Mesela; ailesinden veya öğretmeninden takdir görmek için ders çalışan bir öğrenci olabileceği gibi başka bir öğrenci daha yüksek notlar almak için ve yahut kendi hedefleri için ders çalışabilir. Bir öğrenci ne kadar motive olabilirse o kadar başarılı olmaktadır (Akbaba, 2006).

Ders çalışma motivasyonu ile ilgili bir araştırmada iç ve dış faktörlerin birlikte dikkate alınması gerektiği belirtilmiştir (Boström ve Bostedt, 2020). Motivasyon genellikle içsel ve dışsal motivasyon olarak iki aşamada değerlendirilebilir. İçsel motivasyonda kaynak bir kişiden gelen merak, ilgi, öğrenmeye duyduğu ihtiyaç ve gelişme duygusu iken dışsal motivasyonda ise bir işin tamamlanmasında dışarıdan sağlanan ödül, takdir gibi destekler olarak ele alınabilir (Ergün, 2002). İçsel motivasyonda öğrenci kendi isteği ile çalışır. Öğrencinin derste öğrenmek için soru sorması, öğrenmesinin harcadığı zamana değdiği için ders çalışması örnek olarak verilebilir. Dışsal motivasyonda ise öğretmenin övgüsünü kazanmak için yüksek not almaya çalışır (Yüksel 2004). Bir öğrencinin içsel veya dıştan mı güdülendiğini tek bir davranışıyla anlayamayız. Her iki motivasyon yöntemi de okullarda önemli olduğu için öğretmen dengeli bir şekilde öğrencileri motive etmeye çalışmalıdır (Öncü, 2004).

Motivasyonun hiç olmadığı “amotivasyon” ise, bir nevi “öğrenilmiş çaresizlik”tir. Motivasyonun olmaması veya eksik olması olumsuz duygular yaşatarak öğrenilmiş çaresizliği ortaya çıkarır. Amotivasyon yaşayan insanlar kendi potansiyellerinin ya farkında olmazlar ya da var olan güçlerini kullanamazlar. Bu durum öğrenmede oldukça önemli olan bir etkinliğe duyulan ilgi, katılım, akademik başarı, ön bilgileri harekete geçirme ve yaratıcılık gibi değişkenler üzerinde olumsuz bir etkiyi doğurur (Calp ve Bacanlı, 2016).

YÖNTEM

Bu bölümde araştırma grubu, veri toplama araçları, verilerin analizinde kullanılan istatistik yöntem ve teknikler üzerinde durulmuştur.

Çalışma Grubu

Araştırmanın evrenini 2022-2022 eğitim-öğretim yılında Yozgat ili Çekerek ilçesinde öğrenim gören öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise kolayda örnekleme yöntemi kullanılarak elde edilen ilçedeki liselerde okuyan 713 öğrenci oluşturmuştur.

Veri Toplama Araçları

Ekonomik oluşu, uygulanabilirliği, dağınık ve büyük kitlelerden kısa zamanda bilgi alma imkânı sağlama nedeniyle araştırmanın yürütülmesinde birincil kaynak araştırmaları arasında yer alan anket veri toplama aracı olarak tercih edilmiştir. Araştırmada verilerin toplanması amacıyla 2 adet veri toplama aracından yararlanılmıştır. Katılımcıların demografik bilgileriyle ilgili veriler “Kişisel Bilgi Formu” ile ders çalışma motivasyonlarının belirlenmesine yönelik veriler ise Ergenler için Ders Çalışmaya Motive Olma Ölçeği ile elde edilmiştir.

Ergenler için Ders Çalışmaya Motive Olma Ölçeği

Eryılmaz ve Ercan (2014) tarafından geliştirilen ise ergenler için ders çalışmaya motive olma ölçeği, ergenlerin ders çalışma motivasyonunu ölçmeyi amaçlayan ve toplam varyansın %60,52’sini açıklayan 13 maddeden ve 3 alt boyuttan (içsel motivasyon, motivasyonsuzluk, dışsal motivasyon) oluşmaktadır. Ölçek, “Kesinlikle Katılmıyorum (1)”, “Katılmıyorum (2)”, “Katılıyorum (3), Kesinlikle Katılıyorum (4)” şeklinde 4’lü likert tipinde hazırlanmıştır. Ölçekten elde edilen Cronbach alpha güvenirlik katsayısı $\alpha=.80$ olarak bulunmuştur. Yapılan bu araştırmada ise Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı ise $\alpha=.81$ olarak tespit edilmiştir.

Verilerin Analizi

Araştırmada elde edilen veriler SPSS 26 istatistik paket programında analiz edilmiştir. Araştırma sonucundan elde edilen verilerin çözümlenmesinde normal dağılıma bakılmış olup verilerin normal dağılım sergilediği görülmüş, katılımcıların demografik özelliklerini betimlemek amacıyla frekans analizinden, ergenler için ders çalışma motivasyon ölçeği maddeleri ve alt boyutlarının belirlenmesi amacıyla ortalama ve standart sapma analizinden, parametrik testlerden cinsiyete, pansiyonda kalıp kalmama durumuna göre ders çalışma motivasyonları arasındaki farklılığın belirlenmesi için t testinden ve sınıf, okul ve egzersiz sıklığı ve lisanslı spor süresi değişkenlerine göre ders çalışma motivasyonları arasındaki farklılığın tespit edilmesi amacıyla ise ANOVA testinden yararlanılmıştır. Karşılaştırmalarda 0.05 anlamlılık düzeyi esas alınmıştır.

BULGULAR

Bu bölümde tanımlayıcı istatistiklere ilişkin bulgular ve farklılık testlerine ilişkin bulgulara yer verilmiştir.

Tablo 1. Demografik Özellikler

Değişkenler	Gruplar	N	%
Cinsiyet	Erkek	361	50.6
	Kadın	352	49.4
Sınıf	9.Sınıf	182	25.5
	10.Sınıf	167	23.4
	11.Sınıf	223	31.3
	12.Sınıf	141	19.8

Pansiyonda Kalma Durumu	Pansiyonda Kalıyorum	413	57.9
	Pansiyonda Kalmıyorum	301	42.1
Lisanslı spor yapma	Yapmıyorum	628	88.1
	1-2 Yıl	65	9.1
	3 Yıl ve Üzeri	20	2.8
Egzersiz sıklığı	Yapmıyorum	323	45.3
	1-2 Gün	274	38.4
	3 Gün ve Üzeri	116	16.3

Katılımcıların 361'i erkek (%50.6), 352'si kadın (%49.4) olmak üzere toplam 713 öğrenci katılım göstermiştir. Bu öğrencilerin 182'si (%25.5) 9. Sınıfta; 167'si (%23.4) 10. Sınıfta; 223'ü (%31.3) 11. Sınıfta; 141'i (%19.8) 12. Sınıfta öğrenim görmektedirler. Çalışmaya katılan öğrencilerin 413'ü (%57.9) pansiyonda kalmakta, 301'i (%42.1) pansiyonda kalmamaktadır. Öğrencilerin 628'i (%88,1) lisanslı bir spor yapmamakta, 65'i (%9.1) 1-2 yıl, 20'si (%2.8) 3 yıl ve üzerinde lisanslı olarak spor yapmaktadır. Çalışmaya katılan öğrencilerin 323'ü (%45.3) haftada egzersiz yapmazken; 274'ü (%38.4) haftada 1-2 gün; 116'sı (%16.3) haftada 3 gün ve üzeri egzersiz yapmaktadır.

Lise öğrencilerinin ders çalışma motivasyonunun cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği bağımsız gruplar için t testi ile incelenmiştir. Sonuçlar Tablo 2'deki gibidir.

Tablo 2. Cinsiyet değişkeni t-testi sonucu

Ölçek Alt Boyutları	Gruplar	N	Ort.	Ss.	t	p
İçsel Motivasyon	Erkek	361	2.81	0.68	-7.358	0.000
	Kadın	352	3.15	0.51		
Dışsal Motivasyon	Erkek	361	2.56	0.67	-1.187	0.236
	Kadın	352	2.61	0.58		
Amotivasyon	Erkek	361	2.8	0.75	-2.432	0.015
	Kadın	352	2.99	0.80		
Toplam	Erkek	361	2.74	0.52	-4.694	0.000
	Kadın	352	2.92	0.48		

Tablo 2'deki t testi bulgularına göre öğrencilerin ders çalışma motivasyonları ortalama puanları incelendiğinde; kadınların içsel motivasyonunun erkeklere göre daha yüksek olduğu, kadınların erkeklere göre daha az motivasyonsuzluk yaşadığı, anket toplam sonuçlarına göre kadınların ders çalışma motivasyonlarının erkeklere göre daha yüksek olduğu ($p < 0.05$), dışsal motivasyonda cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermediği söylenebilir ($p > 0.05$).

Lise öğrencilerinin ders çalışma motivasyonunun öğrencilerin pansiyonda kalma durumlarına göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği bağımsız gruplar için t testi ile incelenmiştir. Sonuçlar Tablo 3'deki gibidir.

Tablo 3. Pansiyonda kalma durumu değişkeni t-testi sonucu

Ölçek Alt Boyutları	Gruplar	N	Ort.	Ss.	t	p
İçsel Motivasyon	Pansiyonda Kalıyorum	413	2.99	0.65	0.656	0.512
	Pansiyonda Kalmıyorum	300	2.96	0.58		
Dışsal Motivasyon	Pansiyonda Kalıyorum	413	2.62	0.65	1.643	0.101
	Pansiyonda Kalmıyorum	300	2.5	0.60		
Amotivasyon	Pansiyonda Kalıyorum	413	2.94	0.77	0.635	0.525
	Pansiyonda Kalmıyorum	300	2.90	0.78		
Toplam	Pansiyonda Kalıyorum	413	2.85	0.52	1.263	0.207
	Pansiyonda Kalmıyorum	300	2.80	0.49		

Tablo 3'deki t testi bulgularına göre öğrencilerin ders çalışma motivasyonunun öğrencilerin pansiyonda kalma durumlarına göre anlamlı bir farklılık göstermediği söylenebilir ($p > 0.05$).

Lise öğrencilerinin ders çalışma motivasyonunun sınıf, egzersiz sıklığı, lisanslı spor süresi ve okul değişkenlerine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği bağımsız gruplar için ANOVA ile incelenmiştir. Sonuçlar Tablo 4, 5, 6’ da ki gibidir.

Tablo 4. Sınıf değişkeni ANOVA sonucu

Değişkenler	Gruplar	N	Ort.	Ss.	F	p	Anlamlı farklılık
İçsel Motivasyon	9.Sınıf	182	2.90	0.67	1.385	0.246	-
	10.Sınıf	167	2.99	0.65			
	11.Sınıf	223	3.01	0.62			
	12.Sınıf	141	3.02	0.54			
Dışsal Motivasyon	9.Sınıf	182	2.53	0.62	2.846	0.037	2>4
	10.Sınıf	167	2.69	0.62			
	11.Sınıf	223	2.60	0.66			
	12.Sınıf	141	2.51	0.60			
Amotivasyon	9.Sınıf	182	2.80	0.77	3.319	0.019	2>1
	10.Sınıf	167	3.04	0.77			
	11.Sınıf	223	2.96	0.75			
	12.Sınıf	141	2.87	0.81			
Toplam	9.Sınıf	182	2.74	0.51	3.59	0.013	2>1
	10.Sınıf	167	2.91	0.50			
	11.Sınıf	223	2.86	0.50			
	12.Sınıf	141	2.80	0.50			

Tablo 4’deki Anova testi bulgularına göre 10. sınıftaki öğrencilerin dışsal motivasyonunun 12. sınıftaki öğrencilerden yüksek olduğu, 10. sınıftaki öğrencilerin 9. Sınıftaki öğrencilere göre daha az motivasyonsuzluk yaşadığı ve anket toplam sonuçlarına göre 10. sınıftaki öğrencilerin 9. Sınıftaki öğrencilere göre ders çalışma motivasyonunun daha yüksek olduğu ($p<0.05$), içsel motivasyonda öğrencilerin sınıflarına göre anlamlı bir farklılık göstermediği söylenebilir ($p>0.05$).

Tablo 5. Egzersiz sıklığı değişkeni ANOVA sonucu

Değişkenler	Gruplar	N	Ort.	Ss.	F	p	Anlamlı farklılık
İçsel Motivasyon	Yapmıyorum	323	2.91	.65	3.111	.045	2>1
	1-2 Gün	274	3.04	.60			
	3 Gün ve Üzeri	116	3.01	.58			
Dışsal Motivasyon	Yapmıyorum	323	2.56	.64	4.150	.016	2>3
	1-2 Gün	274	2.66	.61			
	3 Gün ve Üzeri	116	2.47	.64			
Amotivasyon	Yapmıyorum	323	2.89	.76	.712	.491	-
	1-2 Gün	274	2.93	.79			
	3 Gün ve Üzeri	116	2.98	.80			
Toplam	Yapmıyorum	323	2.79	.52	2.372	.094	-
	1-2 Gün	274	2.88	.50			
	3 Gün ve Üzeri	116	2.82	.47			

Tablo 5’deki Anova testi bulgularına göre haftada 1-2 gün egzersiz yapan öğrencilerin hafta boyunca egzersiz yapmayan öğrencilere göre içsel motivasyonunun yüksek olduğu, haftada 3 gün ve üzerinde egzersiz yapan öğrencilerin haftada 1-2 gün egzersiz yapan öğrencilere göre dışsal motivasyonunun yüksek olduğu ($p<0.05$), amotivasyon ve ölçek toplam puanlarında öğrencilerin egzersiz sıklığına göre anlamlı bir farklılık göstermediği söylenebilir ($p>0.05$).

Tablo 6. Lisanslı spor süresi değişkeni ANOVA sonucu

Değişkenler	Gruplar	N	Ort.	Ss.	F	p	Anlamlı farklılık
İçsel Motivasyon	Yapmıyorum	628	2.98	.63	.733	.481	-
	1-2 Yıl	65	2.97	.57			

	3 Yıl ve Üzeri	20	2.81	.70		
	Yapmıyorum	628	2.59	.63	.816	.443
Dışsal Motivasyon	1-2 Yıl	65	2.58	.59		-
	3 Yıl ve Üzeri	20	2.41	.62		
	Yapmıyorum	628	2.93	.78	.617	.540
Amotivasyon	1-2 Yıl	65	2.82	.73		-
	3 Yıl ve Üzeri	20	2.98	.93		
	Yapmıyorum	628	2.83	.52	.587	.556
Toplam	1-2 Yıl	65	2.79	.39		-
	3 Yıl ve Üzeri	20	2.73	.41		

Tablo 6'daki Anova testi bulguları incelendiğinde öğrencilerin ders çalışma motivasyonlarının lisanslı spor yapma sürelerine göre anlamlı bir farklılık göstermediği söylenebilir ($p>0.05$).

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışmada lise öğrencilerinin ders çalışmaya motive olma düzeylerini etkileyen bazı parametreler araştırılmıştır. Araştırmaya Yozgat Çekerek ilçesinde okuyan lise öğrencileri katılmıştır. Araştırma sonuçları genel olarak incelendiğinde kadınların erkeklere göre, 10. Sınıf öğrencileri diğer sınıflara göre, haftada 1-2 gün egzersiz yapanlar daha fazla egzersiz yapanlara ve hiç egzersiz yapmayanlara göre daha motive oldukları söylenebilir.

Sonuçlar cinsiyet değişkenine göre değerlendirildiğinde kadınların erkeklere göre ders çalışma motivasyonlarının daha yüksek olduğu söylenebilir. Bu sonuç Çakır (2006)'ın Anadolu Öğretmen Liselerinde okuyan öğrencilerle yaptığı çalışmasıyla tamamen farklılık göstermektedir. Çakır (2006) erkek öğrencilerin dışsal motivasyonunu daha yüksek bulmuş diğer alt boyutlarda anlamlı farklılık bulamamıştır. Bu çalışmada ise Eryılmaz ve Altınoy (2016)'un çalışmasıyla paralel olarak dışsal motivasyonda farklılık yokken içsel motivasyon ve amotivasyon sonuçlarında kadınların daha motive olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Eymur ve Geban (2011)'in yaptıkları çalışmanın sonuçları da kadınların daha motive olduğunu destekler niteliktedir. Kadınların daha motive olmalarında kendini gerçekleştirme istekleri, sosyal statü edinme istekleri vb. gibi sebepler yer alabilir (Kırçecek ve Aytar, 2021).

Yapılan çalışmalarda (Dekawati,2022) öğrencilerin pansiyonda kalmaları motivasyonu etkilerken, yapılan bu çalışmada öğrencilerin pansiyonda kalmaları ile motivasyon düzeyleri arasında Çakır (2006)'ın çalışmasına paralel olarak anlamlı bir farklılık bulunamamıştır.

Araştırma bulgularından yola çıkarak 10. sınıf öğrencilerin diğer sınıflara göre daha motive oldukları söylenebilir. Amotivasyon ve anket toplam sonuçlarına göre 10. sınıflar 9. sınıflardan, dışsal motivasyona göre 10 sınıflar 12. Sınıflardan daha motive oldukları görülmüştür. Lisans düzeyinde yapılan çalışmalarda sınıf seviyeleri ile ilgili olarak amotivasyon alt boyutunda anlamlı farklılık olduğunu bulunmuştur (Spittle, Jackson ve Casey, 2009; Poteliünienė, Karanauskienė, Kontautienė ve Grajauskas, 2022). Eymur ve Geban (2011) öğrencilerin ilk yıllarda daha motive bir şekilde başladıklarını daha sonrasında motivasyonlarının azaldığını belirtmiştir. Bunun sebebini de öğrencilerin ilk senelerde daha heyecanlı ve öğrenmeye daha hevesli olmalarına bağlamıştır. Lise düzeyinde ise 10. Sınıf öğrencilerin okula uyum sürecini atlattığı ve henüz sınav kaygısıyla karşılaşmadıkları için motivasyonları yüksek düzeyde kalmış olabilir.

Öğrencilerin lisanslı olarak spor yapmaları motivasyonları üzerinde bir etkisi bulunmamaktadır. Buna karşılık hafta içerisinde yapılan egzersiz süresi içsel ve dışsal motivasyonu etkilemiştir. NyeinAung, Somboonwong, Jaronvanichkul ve Wannakrairot (2016) tarafından egzersizin içsel motivasyonu olumlu olarak etkilediğini bulunmuştur. Haftada 1-2 gün spor yapanların içsel motivasyonları hiç egzersiz yapmayanlara göre, dışsal motivasyonları 3 gün ve üzeri egzersiz yapanlara göre daha yüksektir. Bu sonuçlara göre

haftada 1-2 gün egzersiz yapan öğrencilerin daha motive oldukları görülmüştür. Bunun sebebi hafta içerisinde egzersiz yapmak motivasyonu artırırken gün sayısındaki artış öğrencide yorgunluk oluşturması, ders çalışma süresinde azalmaya sebebiyet vermesi olabilir.

Araştırmadan elde edilen bulgular doğrultusunda aşağıdaki önerilere yer verilmiştir.

- Kadınlara göre erkek öğrencilerin daha az motive olduğu görülmektedir. Bunun altında yatan nedenler araştırılabilir.
- Erkek öğrencilerin motivasyonunu artırıcı çalışmalar yapılabilir.
- Öğrencilerin daha az motive olmasındaki sebepler ve daha çok motive olan öğrencinin bunu nasıl sağladıkları araştırma konusu olabilir.
- Egzersiz yapmayan öğrencilerin haftada 1-2 gün egzersiz yapması sağlanmalıdır.
- Öğrencilerin ders çalışırken keyif almalarını sağlayacak yeni yöntemler araştırılmalı, öğrenci ve öğretmenlerle paylaşılmalıdır.
- Öğrencilerin sınıf düzeyleri ve motivasyon türlerindeki farklılığı dikkate alarak dersler planlanmalıdır.
- Öğrenci pansiyonlarında ders çalışmaya motive edecek unsurlara yer verilmeli, pansiyonun öğrencilere olumlu katkı sağlaması hedeflenmelidir.
- Ders çalışma motivasyonunu etkileyen faktörler farklı öğretim kademelerinde ve daha geniş katılımlarla tekrar irdelenmelidir.
- Farklı değişkenlerin ders çalışma motivasyonuna etkileri incelenebilir.

KAYNAKÇA

Akarçay, G. Ö., Demirezen, S. ve Akhan, N. E. (2013). İlköğretim öğrencilerinin ders çalışma üzerine algıları. *Karadeniz Sosyal Bilimler Dergisi*, 5(8), 169-183.

Akbaba, S. (2006). Eğitimde motivasyon. *Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13, 343-361.

Arslan Şenkal, S. (2022). *Ders çalışma alışkanlıkları eğitiminin ders çalışma alışkanlığı, ders başarısı ve ders çalışma üzerine görüşlere etkisinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Bartın Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Bartın.

Boström, L., & Bostedt, G. (2020). What about study motivation? Students and teachers' perspectives on what affects study motivation. *International Journal of Learning, Teaching and Educational Research*. 19(8), 40-59.

Calp, Ş. ve Bacanlı, H. (2016). Algılanan Akademik Yeterlik ve Özerklik Desteğinin Özerk Akademik Motivasyon ve Akademik Başarıyla İlişkisi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. (40), 300-317.

Çakır, E. (2006). *Anadolu öğretmen liselerinde okuyan öğrencilerin depresyon ve motivasyon düzeyleri*. Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi, Sakarya.

Dekawati, I. (2022). A Model Research Conceptual for Motivation and Student's Performance of Islamic Boarding School: An Initial Stage. *Resmilitaris*, 12(2), 583-595.

Ergün, M. (2002). *Sınıfta motivasyon*. E. Karip (Ed.), Sınıf Yönetimi. Ankara: Pegem Yayıncılık.

Eryılmaz, A. ve Altınsoy, F. (2016). Relationships between Motivation to Study Lesson and Classroom Engagement. *International Journal of Educational Researchers*, 7(2), 56-68.

Eryılmaz, A. ve Ercan, L. (2014). Ergenler için ders çalışmaya motive olma ölçeğinin geliştirilmesi. *Başkent University Journal of Education*, 1(1), 34-40.

Eymur, G. ve Geban, Ö. (2011). Kimya Öğretmeni Adaylarının Motivasyon ve Akademik Başarıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 36(161), 246-255.

Gökçen, Ş. ve Kadioğlu, H. (2022). *Uzaktan ve yüz yüze eğitim sürecinde ilköğretim matematik öğretmen adaylarının ders çalışma stratejilerinin farklı boyutlarda incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Yıldız Teknik Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Güncel Türkçe Sözlük, <https://sozluk.gov.tr/> Erişim tarihi: 4 Aralık 2022

Kırçicek, Ö. B. ve Aydar, O. (2021). Kadın girişimciliği: Motivasyon faktörleri üzerine bir araştırma. *Bartın Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 12(24), 493-515.

NyeinAung, M., Somboonwong, J., Jaroonvanichkul, V., & Wannakrairot, P. (2016). Possible Link Between Medical Students' Motivation for Academic Work and Time Engaged in Physical Exercise. *Mind, Brain, and Education*, 10(4), 264-271.

Öncü, H. (2004). *Motivasyon. Sınıf Yönetimi*. (Edit:Leyla Küçükahmet). Ankara: Nobel Yayınevi.

Poteliūnienė, S., Karanauskienė, D., Kontautienė, V. & Grajauskas, L. (2022). How do Studies at the University Help Prospective Physical Education Teachers form Their Professional Identity?. *Journal on Efficiency and Responsibility in Education and Science*, 15(4), 228-241.

Spittle, M, Jackson, K. & Casey, M. (2009). Applying Self-Determination Theory to Understand the Motivation for Becoming a Physical Education Teacher. *Teaching and Teacher Education. An International Journal of Research and Studies*, 25(1), 190-197.

Yılmaz, M. B. ve Orhan, F. (2011). Ders çalışma yaklaşımı ölçeği'nin Türkçe formunun geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Eğitim ve Bilim*, 36(159), 69-83.

Yüksel, G. (2004). *Öğrenme İçin Motivasyon. Sınıf Yönetimi*. (Edit: Şule Erçetin; Çağatay Özdemir). Ankara: Asil Yayınevi.