



# Sabah Sporlarına Katılan Ev Hanımlarının Spor Konusundaki Bilgiler, İlgiler Ve Görüşlerinin İncelenmesi

## ÖZET

Bu araştırmanın dayandığı temel sayıtlılar, yaşın, eğitim düzeyinin, ekonomik ve kültürel düzeyin sabah sporuna katılan ev hanımlarının spora olan bakış açılarını değiştirdiği biçiminde belirlenmiştir.

Bu çalışmanın konusu, sabah sporuna katılan ev hanımlarının spor konusundaki bilgileri, ilgileri ve görüşlerinin incelenmesidir. Kentte yaşayan, düşük, orta ve üzeri gelir grubuna giren evli veya dul, çocuk sahibi olan veya olmayan, her hangi bir işte çalışmayan, emekli olan veya olmayan ev hanımlarının sporla ilgili bilgi ve görüşleri araştırma konusunu oluşturmaktadır.

Sabah sporlarına katılan ev hanımlarının spora ilişkin görüşlerini belirlemeyi amaçlayan bu araştırmanın, bundan sonra "kadın ve spor" konusunda yapılacak olan araştırmalara ışık tutacağı umulmaktadır.

Eğer bu çalışma ileride yapılacak olan araştırmalara ışık tutucu bir niteliğe sahip olabilirse, araştırmacı amacını büyük ölçüde gerçekleştirmiş sayılacaktır. Araştırmanın gerçekleşmesinde birçok kişi ve kurumun katkıları olmuştur.

**Anahtar Kelimeler:** Sabah Sporu, Kadın ve Egzersiz, Ev Hanımları

## ABSTRACT

### Investigation Of Concepts Relating To Sport In Housewives Who Participate To Morning Exercise

In this research in the years 2008-2009, only Istanbul, Avcılar, Beyoğlu, Beşiktaş, Bahçelievler, Bağcılar, Esenler, Florya, Robert, Küçükçekmece, and Rami Okmeydanı districts participating in the morning sports housewife opinions face to face with the application not been in the form of questionnaires to their views on the application in the form of sports format is limited.

Housewives views about sport in this study to determine the "Scan Pattern" is used. Housewives personal characteristics, opinions and trends identified through the survey. Data analysis in SPSS 11.5 program resulted in a frequency distribution analysis

Subject of this study, the morning of housewives involved in the sport of sports information, to examine the interests and views. Living in the city, low, middle and higher income group, married or widowed entered, with or without having children, all of which work in a job, retired, housewives, with or without the knowledge and opinions about sports, are the subject of research.

This research is based on the basic sayıtlılar, age, educational level, economic and cultural level of housewives involved in the sport of morning sports were in the form of the perspectives have changed.

Morning sports participating in this study aimed to determine the views of housewives about sport, then "women and sport" is expected to shed light on the research, to be held. If you researches, this study shed light on the future it may be a qualified, objective researchers will be largely achieved. Many people and institutions contributed to the realization of the study.

**Key Words:** Morning Sports, Woman And Exercise, Housewife

**Emine Öztürk  
Ecem Hanbay  
Burçak Kaya**

*İstanbul Üniversitesi Beden  
Eğitimi ve Spor Yüksekokulu*

### **İletişim Adresi**

*Emine Öztürk  
İstanbul Üniversitesi  
Beden Eğitimi ve  
Spor Yüksekokulu  
Avcılar / İstanbul  
Telefon*

*0212 473 7070 / 18750*

## GİRİŞ

Çağımız, hızla değişme ve gelişmelerin en yoğun olduğu dönemleri yaşamaktadır. Her toplumsal kurum gibi, sporun da bu değişme ve gelişmelerden etkilendiği muhakkaktır. Spor, dinamik karakteriyle kitlelerin büyük çapta ilgisini çekmekte, sağlığın simgesi, barışın, dostluğun ve kültürel yakınlaşmanın odak noktası olarak kabul edilmektedir.

Spor, bireyin bedensel, ruhsal ve sosyal gelişimini sağlayan bir eylem biçimidir. Bireysel gibi görülen spor; imkân, ortam, hedef ve yapılış şekliyle sosyaldır ve sosyal bir çevrede yapılır. Modern toplumlarda, boş zamanların değerlendirilmesinde en çok başvurulan yollardan birisidir.

Sportif etkinlikler, insanın tüm organlarının gelişmesine katkı sağlar. Bazı etkinlikler dolaşımı artırır. Açık havada yapılan sportif faaliyetler, insanı bir bütün olarak sağlıklı bir yapıya ve yaşantıya götürür.

Bireylerin sağlıklı olması, kendini tanıması, yetenek ve yeterliliklerinin farkında olması, potansiyelini tümüyle gerçekleştirebilmesi için boş zamanlarını bilinçli bir biçimde değerlendirmesi gerekir. İnsanın organizmasının sağlıklı kalabilmesi ve dinamikliği, hareketliliğine bağlı olması nedeniyle, sportif etkinliklere katılmak; çocukların ve gençlerin bedensel, ruhsal gelişimi ve sosyalleşmesi, yetişkin ve yaşlıların sağlıklı yaşayabilmeleri için zorunludur.

Gelişmiş ya da gelişmekte olan toplumlarda çeşitli sorunla, bunalmalar ve moral krizler gibi bireyin ve sosyal kesimlerin karşı karşıya bulundukları olumsuzlukların ortadan kaldırılması, yine toplum içinde ve sosyal ilişkiler sisteminde aramak gerekir. Sportif olaylar da sosyal ilişkileri geliştiren ve sağlıklı kılan faktörler olduğuna göre, sosyal sorunların çözümünde ve sosyal bütünleşmede doğrudan etkili olabilmektedir. Modern hayat dediğimiz yaşayış biçimi, insan organizmasını giderek yıpratıyor. İnsanın çalışma ve yaşama şartları; sanayileşmenin, çarpık kentleşmenin yarattığı kapalı, kirli ve bunaltıcı atmosferinde gittikçe bozuluyor. Üst üste yığılmış evler, dar ve kirli sokaklar, hıncahınc dolu toplu taşıma araçları, sanayileşmenin ve iş hayatının yarattığı monoton ve yıpratıcı iş düzeni, kirlenmiş çevre, insan sağlığını tehdit etmektedir.

İnsanın bu şartlarda çalışmak ve yaşamak durumunda olması, ruhsal sorunlar yaratmakta, iş ve aile çevresinde çeşitli sürtüşmeler, gizli ya da açık çekişmeler ve gereksiz gerginliklerin oluşmasına yol açmaktadır. Bu tür olumsuzluklar, insan sağlığını da olumsuz yönde etkilemektedir. Kentlerin bu olumsuz havasına, insanların asık suratları, hırçın ve soğuk davranışları eklenmektedir. Ayrıca, kent hayatı insanları yalnız, korkak, samimiyetsiz, çaresiz ve sağlıklı varlıklar hâline getirmektedir. Yani insanlar; hareketsiz, tekdüze bir hayat yaşamak durumuyla karşı karşıya gelmektedir. İnsanın hareketsiz kalması, mahkûm olabileceği en tehlikeli hastalıktır. İnsan organizması hareketsiz kaldığında kasları zayıflar, eklemleri işlevliklerini kaybeder, kas-sinir iş birliği aksayarak temel beceriler kaybolur. Sonuçta insanlar, en ufak faaliyette yer alamayan, hastalıklara karşı direncini yitirmiş, cansız, dirençsiz varlıklar hâline gelirler. İşte tüm bu olumsuzluklardan kurtulmanın yollarından birisi ve belki de en önemlisi, sportif aktivitelerdir.

Uygarlığın yıpratıcı, insanın moral gücü üzerinde zararlı etkileri olan hareketsiz yaşayış biçimi ve onun sonuçlarından korunmanın en önemli yolu, "yaşam boyu spor"la sağlıklı, zinde, genç ve güzel kalabilmektedir. Gelişmiş toplumlarda "yaşam boyu spor", milli bir sağlık sorunu olarak geniş kitleleri kapsayan bir uygulama hâline getirilmiştir. Yaşam boyu spor, in-

sanın ömrünün her döneminde gerekli ve yararlı bir uygulamadır. Spor, boş zamanları değerlendirme faaliyetleri içinde en çok tercih edilmektedir. Çünkü spor, her yaşta ve cinsten insanların her türlü rekreatif ihtiyaçlarına cevap verebilecek güce ve özelliğe sahip sosyal bir olgudur. Spor; açık veya kapalı alanlarda, araçlı veya araçsız, hafif veya sert, ferdi veya grup olarak, zamana karşı veya zaman kavramı olmadan, milli veya milletler arası yapılabilen ve daha birçok özelliğini, çeşidi, değişkenliği ve sosyalliği ile insanlara birçok alternatif sunabilmektedir (YETİM A., 1998).

Diğer bir yandan, spor yapma sebebi olarak, karşı cinsi etkilemek, kaslı ve güzel bir vücuda sahip olarak, kadınların veya erkeklerin ilgisini ve beğenisini kazanmak olarak da, gösterebiliriz. İşte tüm bu olgular, insanların neden spor yaptıklarını ortaya koymaktadır (TÜLBENTÇİ M., 2006).

Tüm bu faktörler göz önünde bulundurularak yapılan bu çalışmada amaç; kentte yaşayan, her hangi bir işte çalışmayan ev hanımlarının günlük koşuşturma dışında kendilerine ayırdıkları spor döneminde ortaya çıkan kazanımları; sabahın çok erken vakitlerinde her sabah sportif etkinliklere katılan bu ev hanımların, spor konusundaki görüşlerini anlayabilmek ve sporun onlarda yarattığı etkileri inceleyebilmektir.

Ayrıca günümüze kadar "kadın ve spor", özellikle "ev hanımları ve spor" konusunda yeterli araştırmaların yapılmadığı görülmektedir. Bu durumda, ev hanımlarının spora ilişkin görüşlerinin belirlenmesi, bir gereklilik olarak ortaya çıkmaktadır. Kadınları spor ve fiziksel etkinliklerden alıkoyan ya da belirli sınırlara hapseden erkeğin gücü ve kadının zayıflığına yönelik biyolojik farklılığa dayanan söylemlerdir. Bu söylemlerin beslediği de kutsal ailedir. Kadınlık ve erkeklik söylemlerinin normalleştirilmesi, erkeklik ve kadınlık imgelerinin bedenselleşmesi (embodiment) ve kadının bedenini yaralanabilir, hassas bir varlık olarak yaşamayı tercih etmesi -dayanıklılık ve kuvvet gerektiren fiziksel etkinlikleri yapmaktan alıkonulması- yoluyla gerçekleşmektedir. Buradan bakıldığında, kadınların spor tarihinde yer almaya başladıkları dönem (ve yer aldıkları birçok dönem) hâkim kadınlık ve erkeklik söylemlerinin spor aracılığıyla kuvvetlendirildiği bir dönemdir. Spor ve toplumsal cinsiyet konusu çok farklı eksenlerde tartışılabilir bir konu olarak görünmektedir. Sadece spor alanında değil yazın alanında da kadın sporcuların spor ortamındaki ve kız öğrencilerin beden eğitimi ortamındaki deneyimlerinin görünmezliği. Belki spor kurumunun şeffaflığından belki de beden/zihin ayrımının keskinliğinden olsa gerek sosyal bilim alanlarında (özelde toplumsal cinsiyet çalışmalarında) spor konusunun yeterince incelenmemiş olması da bu görünmezliği pekiştirmektedir (KOCA C.,2006).

## MATERYAL VE YÖNTEM

Marmara Bölgesindeki belediyelerin düzenlediği sabah sporlarına katılan ev hanımları oluşturmaktadır. Örneğini ise; farklı sosyo-kültürel çevreler olması ve araştırmanın kapsamını artırmak amacıyla Avcılar, Beyoğlu, Beşiktaş, Bahçelievler, Bağcılar, Esenler, Florya, Fatih, Küçükçekmece, Okmeydanı ve Rami semtlerindeki sabah sporuna katılan ev hanımları oluşturmaktadır.

Örnekteki anket formu toplam 41 sorudan oluşmaktadır. Ancak bazı sorular araştırma grubu tarafından net anlaşılmadığı, özellikle açıklama gereken soruların cevaplandırılmayıp boş bırakıldığı saptanarak bir takım sorular değiştirilmiş, anket formundan çıkartılmış, daha anlaşılır şekilde basitleştirilmiş

ve 45 âdete çıkartılmıştır.

Toplam 450 adet anket formu gerekli açıklamalar yapılarak İstanbul'un farklı semtlerinde sabah sporuna katılan ev hanımlarına eğitimleri eşliğinde dağıtılmıştır. Dağıtım dönemi Aralık-Ocak ayına rast gelmiştir; hava koşulları nedeniyle, ankete katılanlardan formları evlerinde doldurmaları ve spora bir sonraki gelişlerinde getirmeleri istenmiştir. Dağıtılan formlar üç haftalık bir süre içinde toplanmıştır ve bunlardan 230'u değerlendirmeye alınırken 6'sı değerlendirme dışı bırakılmıştır. Verilerin analizi SPSS 11.5 programında frekans dağılımı analizi ile sonuçlanmıştır.

## BULGULAR

**Tablo 1. Sabah Sporuna Katılan Bayanların Doğum Yerleri Dağılımı**

Doğum Yeri	Sayı	Yüzdelerik Dağılım	
1	c	64	27,8
2	İl	58	25,2
3	İlçe	33	14,3
4	Kasaba	10	4,3
5	Köy	65	28,2
	Toplam	230	100,0

Anketimize toplam 230 kişi katılmış olup, bunların 65'i Köyde, 64'ü Büyük şehirde, 58'i İlde, 33'ü İlçede, 10'u Kasabada dünyaya gelmiştir. Ankete katılanlar arasında Köy'de doğanlar % 28,2'lik bir orana sahip bulunmaktadır.

**Tablo 2. Sabah Sporuna Katılan Bayanların ve Eşlerinin Eğitim Durumu Dağılımı**

Eğitim Durumu	Eşinin	Yüzdelerik Dağılım	Bayanların	Yüzdelerik Dağılım	
1	İlkokul	87	37,8	109	47,4
2	Ortaokul	36	15,7	38	16,5
3	Lise	65	28,3	51	22,2
4	Üniversite	27	11,7	14	6,1
5	Diğer	15	6,5	18	7,8
	Toplam	230	100,0	230	100,0

Anketimize toplam 230 kişi katılmış olup, bunların 14'ü Üniversite, 51'i Lise, 109'u İlkokul, 38'i Ortaokul, 18'i Diğer eğitim mezunudur. Ankete katılanlar arasında İlkokul mezunları % 47,4'lük bir orana sahip bulunmaktadır.

**Tablo 3. Ailenizin Öğrenim Durumu Dağılımı**

Eğitim Durumu	Anne	Yüzdelerik Dağılım	Baba	Yüzdelerik Dağılım	
1	Okur-yazar değil	94	40,9	140	27,4
2	Okur-yazar	29	12,6	36	15,7
3	İlkokul	89	38,7	114	49,6
4	Ortaokul	10	4,3	21	9,1
5	Lise	7	3,0	18	7,8
6	Yüksekokul	1	,4	1	,4
	Toplam	230	100,0	230	100,0

Anketimize toplam 230 kişi katılmış olup, annelerinin eğitim durumu; 94'ü Okur-Yazar değil, 89'u İlkokul, 29'u Okur-Yazar, 10'u

Ortaokul, 7'si Lise, 1'i ise Yüksekokul mezunudur. Ankete katılanlar arasında okur-yazar olmayanların dağılımı % 40,9'luk bir orana sahip bulunmaktadır. Babalarının 114'ü İlkokul, 40'i Okur-yazar değil, 36'sı Okur-Yazar, 21'i Ortaokul, 18'i Lise, 1'i ise Yüksekokul mezunudur. Ankete katılanlar arasında ilkököl mezunu olanların dağılımı % 49,6'lık bir orana sahip bulunmaktadır.

**Tablo 4. Eşinizin Mesleki Durumu Dağılımı**

Meslek Durumu	Sayı	Yüzdelerik Dağılım	
1	Tüccar / sanayici	14	6,1
2	Memur	31	13,5
3	İşçi	56	24,3
4	Subay/Astsubay	3	1,3
5	Çiftçi/Toprak Sahibi	2	,9
6	Esnaf/Sanatkâr	36	15,7
7	Serbest (Doktor/Mühendis/Avukat)	6	2,6
8	Diğer	82	35,7
	Toplam	230	100,0

Anketimize toplam 230 kişi katılmış olup, bunların 82'si Diğer, 56'sı İşçi, 36'sı Esnaf/Sanatkâr, 31'i Memur, 14'ü Tüccar/Sanayi, 6'sı Serbest, 3'ü Subay/Astsubay, 2'si Toprak Sahibi /Çiftçi olarak görev yapmaktadır. Ankete katılanlar arasında diğer mesleklerde görev yapanlar % 35,7'lik bir orana sahip bulunmaktadır.

**Tablo 5. Aylık Net Gelir Dağılımı**

Gelir Durumu	Sayı	Yüzdelerik Dağılım	
1	500–750 TL	87	37,8
2	751–1000 TL	61	26,5
3	1001–1500 TL	47	20,4
4	1501 TL ve üstü	35	15,2
	Toplam	230	100,0

Anketimize toplam 230 kişi katılmış olup, bunların 87'si 500–750 TL, 61'i 751–1000 TL, 47'si 1001–1500 TL. ve 35'i ise 1501 TL. net gelirleri olduğunu beyan etmişlerdir. Ankete katılanlar arasından Aylık Net Gelir Durumu'nda 500–750 TL'yi cevaplayanların dağılımı % 37,8'lik bir orana sahip bulunmaktadır.

**Tablo 6. Boy Kilo Dağılımı**

Durum	Sayı	En Düşük	En Yüksek	Ortalama	Standart Sapma	
1	Şu anki kilonuz?	230	44,0	110	71,480	11,752
2	Şu anki boyunuz?	230	140,00	178	161,434	6,154

Anketimize toplam 230 kişi katılmış olup, kilo değerlerine baktığımızda minimum 44 kg, maksimum 110 kg ortalaması ise 71,48 olarak tespit edilmiştir. Boy değerlendirmesine baktığımızda minimum 140 cm, maksimum 178 cm olarak bulunmuştur ve ortalama değer ise 161,43 olarak tespit edilmiştir.

**Tablo 7.** 'Herhangi Bir Sağlık Problemine Sahip Olma Dağılımı

Durum	Sayı	Yüzelik Dağılım	
1	Evet	86	37,4
2	Hayır	144	62,6
	Toplam	230	100,0

Anketimize toplam 230 kişi katılmış olup, 'Herhangi Bir Sağlık Probleminiz Var mı?' sorusuna bunların 144'ü Hayır, 86'sı Evet cevabını vermiştir. Ankete katılanlar arasında herhangi bir sağlık problemi olmayanlar % 62,6'lık bir orana sahip bulunmaktadır.

**Tablo 8.** 'Spor İnsan Sağlığı İçin Yararlı mıdır?' Dağılımı

Durum	Sayı	Yüzelik Dağılım	
1	Evet	228	99,1
2	Hayır	2	,8
	Toplam	230	100,0

Anketimize toplam 230 kişi katılmış olup, 'Size Göre Spor İnsan Sağlığı İçin Yararlı mı?' sorusuna bunların 228'i Evet, 2'i Hayır cevabını vermiştir. Ankete katılanlar arasında 'spor insan sağlığı için yararlıdır' diyenler %99,1'lik bir orana sahip bulunmaktadır.

**Tablo 9.** Daha Önce Spor Yapma Durum Dağılımı

Durum	Sayı	Yüzelik Dağılım	
1	Evet	140	60,9
2	Hayır	90	39,1
	Toplam	230	100,0

Anketimize toplam 230 kişi katılmış olup, 'Daha Önce Spor Yaptınız mı?' sorusuna bunların 140'ı Evet, 90'ı Hayır cevabını vermiştir. Ankete katılanlar arasında daha önce spor yapanlar % 60,9'luk bir orana sahip bulunmaktadır.

**Tablo 10.** Spor Yapmayı İsteme Durum Dağılımı

Durum	Sayı	Yüzelik Dağılım	
1	Evet	228	99,1
2	Hayır	2	,9
	Toplam	230	100,0

Anketimize toplam 230 kişi katılmış olup, 'İmkânınız Olsaydı Spor Yapmak İster miydiniz?' sorusuna bunların 228'i Evet, 2'si Hayır cevabını vermiştir. Ankete katılanlar arasında spor yapmak isteyenler % 99,1'lik bir orana sahip bulunmaktadır.

**Tablo 11.** Spor Yapmayı İsteme Sebebinin Dağılımı

Spor Yapmayı İsteme Nedeni	Sayı	Yüzelik Dağılım	
1	Kilo vermek	41	17,8
2	Sağlık	142	61,7
3	Stresten uzak durmak	30	13,0
4	Boş zamanı değerlendirilebilmek	11	4,8
5	Şampiyon Olmak	5	0,4
6	Olimpiyatlarda Ülkemizi temsil etmek	230	2,2
	Toplam	230	100,0

Anketimize toplam 230 kişi katılmış olup, bunların 142'si Sağlık için, 41'i Kilo Vermek için, 30'u Stresten uzak durmak için, 11'i Boş Zamanlarını Değerlendirmek için, 5'i Olimpiyatlarda Ülkemizi Temsil Etmek için, 1'i de Şampiyon Olmak için spor yapmaktadır. Ankete katılanlar arasında sağlıklı için spor yapanlar % 61,7'lik bir orana sahip bulunmaktadır.

**Tablo 12.** Ailenizin ve Spor Yapma Durum Dağılımı

Durum	Sayı	Yüzelik Dağılım	
1	Evet	110	47,8
2	Hayır	120	52,2
	Toplam	230	100,0

Anketimize toplam 230 kişi katılmış olup, 'Ailenizde Spor Yapan Var mı?' sorusuna bunların 120'si Hayır, 110'u Evet cevabını vermiştir. Ankete katılanlar arasında ailesinde spor yapmayanlar % 52,2'lik bir orana sahip bulunmaktadır.

**Tablo 13.** Eşinizin Spor Yapma Durum Dağılımı

Durum	Sayı	Yüzelik Dağılım	
1	Evet	65	28,5
2	Hayır	165	71,5
	Toplam	230	100,0

Anketimize toplam 230 kişi katılmış olup, 'Eşiniz Spor Yapıyor mu?' sorusuna bunların 165'i Hayır, 65'i Evet cevabını vermiştir. Ankete katılanlar arasında eşi spor yapmayanlar % 71,5'lik bir orana sahip bulunmaktadır.

**Tablo 14.** Çocuklarınızın Spor Yapmasını İsteme Durum Dağılımı

Durum	Sayı	Yüzelik Dağılım	
1	Evet	207	90,0
2	Hayır	1	,4
3	Çocuğu Olmayanlar	22	9,6
	Toplam	230	100,0

Anketimize toplam 230 kişi katılmış olup, 'Çocuklarınızın Spor Yapmasını İster misiniz?' sorusuna bunların 207'si Evet, 22'si çocuğu olmayanlar, 1'i Hayır cevabını vermiştir. Ankete katılanlar arasında çocuğunun spor yapmasını isteyenler %90,0'lık bir orana sahip bulunmaktadır.

**Tablo 15.** Çocuklarınızın Yapmasını İsteddiğiniz Spor Dallarının Dağılımı

Yapılması İstene Spor Daları	Sayı	Yüzelik Dağılım	
1	Futbol	32	13,9
2	Basketbol	41	17,8
3	Voleybol	14	6,1
4	Yüzme	69	30,0
5	Tenis	6	3,5
6	Atletizm	18	7,8
7	İstemiyorum	48	20,9
	Toplam	230	100,0

Anketimize toplam 230 kişi katılmış olup, 'Çocukların Hangi

Spor Dallarını Yapmasını İstersiniz?' sorusuna bunların 69'u Yüzme, 48'i Spor yapmayı istemiyor, 41'i Basketbol, 32'si Futbol, 18'i Atletizm, 14'ü Voleybol, 8'i Tenis cevabı vermektedir. Ankete katılanlar arasında çocuklarının yüzme sporunu yapmasını isteyenler %30,0'luk bir orana sahip bulunmaktadır.

**Tablo 16. Hiç Sevmediğiniz Spor Dallarını Dağılımı**

Durum	Sayı	Yüzelik Dağılım	
1	Uzak Doğu Sporları	82	35,7
2	Takım Sporları	3	1,3
3	Bireysel Sporlar	35	15,2
4	Kararsızım	110	47,8
	Toplam	230	100,0

Anketimize toplam 230 kişi katılmış olup 'Hiç Sevmediğiniz Spor Dallarını Varsa Belirtiniz?' sorusuna bunların 82'si Uzak Doğu Sporları, 35'i Bireysel Sporlar ve 3'ü ise Takım Sporları cevabını vermiştir. Ankete katılanlar arasında Uzak Doğu Sporunu sevmeyenler % 35,7'lik bir orana sahip bulunmaktadır.

**Tablo 17. Spor Branşlarının Tanınırlık Dağılımı**

Bilinen Spor Branşları	Sayı	Yüzelik Dağılım	
1	Halter	9	3,9
2	Futbol	133	57,8
3	Basketbol	17	7,4
4	Diğer	16	,7
5	Sporcu Tanımıyorum	55	23,9
	Toplam	230	100,0

Anketimize toplam 230 kişi katılmış olup 'Hangi Branşlarda Sporcu Tanıyorsunuz?' sorusuna bunların 133'ü Futbol, 17'si Basketbol, 14'ü Diğer ve Halter 9'u Halter cevabını vermiştir. Ankete katılanlar arasında Futbol branşında sporcu tanıyanlar %57,8'lik bir orana sahip bulunmaktadır.

**Tablo 18. Hamilelik Döneminde Spor Yapma Durum Dağılımı**

Durum	Sayı	Yüzelik Dağılım	
1	Evet	231	13,5
2	Hayır	172	74,8
3	Nadiren	27	11,7
	Toplam	230	100,0

Anketimize toplam 230 kişi katılmış olup 'Hamilelik Döneminde Spor Yaptınız mı?' sorusuna bunların 172'si Hayır, 31'i Evet, 27'si ise Nadiren cevabını vermiştir. Ankete katılanlar arasında hamilelikte spor yapmayanlar %74,8'lik bir orana sahip bulunmaktadır.

**Tablo 19. Cevabınız "Evet" İse, Yarar Görme Durumu**

Durum	Sayı	Yüzelik Dağılım	
1	Evet	31	13,5
2	Hayır	2	,9
3	Bazen	187	85,7
	Toplam	230	100,0

Anketimize toplam 230 kişi katılmış olup 'Cevabınız "Evet" ise, Yarar Gördünüz mü?' sorusuna bunların 31'i Evet, 2'si ise Hayır cevabını vermiştir. Ankete katılanlar arasında hamilelikte sporun yararını görenler % 13,5'lik bir orana sahip bulunmaktadır.

**Tablo 20. Spora Yöneltilerin Dağılımı**

Spora Yöneltiler	Sayı	Yüzelik Dağılım	
1	Kendim	187	81,3
2	Ailem	37	16,1
3	Çevre	6	2,6
	Toplam	230	100,0

Anketimize toplam 230 kişi katılmış olup, bunların 187'si Kendisi, 37'si Ailesi, 6'si ise Çevresi tarafından spora yöneltilmektedir. Ankete katılanlar arasında 'Kendim' maddesinin dağılımı 81,3'lük bir orana sahip bulunmaktadır.

**Tablo 21. Spor Yaptığınızda Kendinizi Tanımlama Durum Dağılımı**

Spor Yapınca Hissettikleriniz	Sayı	Yüzelik Dağılım	
1	Mutlu	62	27,0
2	Enerjik	63	27,4
3	Sağlıklı	91	39,6
4	Huzursuz	5	2,2
5	Yorgun	9	3,9
	Toplam	230	100,0

Anketimize toplam 230 kişi katılmış olup, bunların 91'i Sağlıklı, 63'ü Enerjik, 62'si Mutlu, 9'u Yorgun, 5'i ise spor yaparken Huzursuz olduklarını tanımlamışlardır. Ankete katılanlar arasında Sağlıklı maddesinin dağılımı 39,6'lık bir orana sahip bulunmaktadır.

**Tablo 22. Spor Yapmaya Teşvik Eden Sebeplerin Dağılımı.**

Spor Yapmaya Teşvik Eden Sebepler	Sayı	Yüzelik Dağılım	
1	Sağlık için	144	62,6
2	Formumu korumak için	4	1,7
3	İyi bir görünüm için	4	1,7
4	Kilo vermek için	15	6,5
5	Hareketlilik için ve faal olabilmek için	6	2,6
6	Zinde ve canlı kalabilmek için	3	1,3
7	Hastalıklara karşı dirençli olabilmek için	7	3,0
8	Mutluluk ve huzur bulabilmek için	2	,9
9	Yeni arkadaşlıklar edinmek için	3	1,3
0	Açık havada spor yapmak için	4	1,7
11	Hepsi	38	16,5
	Toplam	230	100,0

Anketimize toplam 230 kişi katılmış olup, bunların 144'ü Sağlık için, 38'i Hepsi, 15'i Kilo Vermek için, 7'si Hastalıklara Karşı Dirençli Olabilmek için, 6'sı Hareketlilik için ve Faal Olabilmek için, 4'ü Formumu Korumak için, İyi Bir Görünüm için, Açık Ha-



vada Spor Yapmak İçin, 3'ü Yeni Arkadaşlıklar Edinmek İçin, 2'si ise Mutluluk ve Huzur Bulabilmek İçin spor yaptıklarını beyan etmişlerdir. Ankete katılanlar arasında 'Sağlık İçin' maddesinin dağılımı 62,6'lık büyük bir orana sahip bulunmaktadır.

## TARTIŞMA VE SONUÇ

Yaptığımız çalışmada ev hanımlarının doğum yerlerinin çoğunluğunu köy oluşturmaktadır, Ercan Türk, ün yaptığı çalışmada il oluşturmakta Tayfun Amman'ın çalışmasında da büyük kent oluşturmaktadır. Bunun temel nedeni bizim yaptığımız çalışmalara ev hanımlarının katılma nedeni bu etkinlikleri belediyeler ücretsiz olarak düzenlemesinden kaynaklanmaktadır. Çalışmamızda ev hanımlarının eğitim durumları büyük bir çoğunlukla ilkököl mezunu, Ercan Türk'te kadınların eğitim düzeyi lise mezunu, Tayfun Amman'da ise kadınların Yükseköğül/Üniversite mezunları çoğunluktadır.

Araştırmamız gösteriyor ki ev hanımlarının annelerinin öğrenim durumları okur-yazar olmadıkları, Ercan Türk'ün araştırmasında ilkököl mezunu oldukları, Tayfun Amman'ın araştırmasında ise ilkököl mezunu çoğunluktadır.

Bizim çalışmamızda ev hanımlarının babalarının eğitim durumları ilkököl mezunu, Ercan Türk'te ilkököl mezunu, Tayfun Amman'da ilkököl mezunudur.

Çalışmamızda ev hanımlarının eşlerinin eğitim durumları ilkököl mezunu, Ercan Türk'te yükseköğöl mezunu, Tayfun Amman'da ise yükseköğöl mezunudur.

Biz de ev hanımlarının eşlerinin iş-meslek durumları işçi, Ercan Türk'te ev hanımlarının eşlerinin iş-meslek durumları tüccar-sanayicidir.

Araştırmamıza göre ev hanımlarının aile bütçelerine eşlerinden başka herhangi bir maddi kaynakları yoktur, Ercan Türk'ün araştırmasında da aynı sonuç görülmektedir.

Bizim çalışmamızda ev hanımlarının aylık net gelirleri incelendiğinde 500-750 TL olduğu, Ercan Türk'te 41-70 TL, Tayfun Amman'da 500 TL fazladır.

Yaptığımız tez sonucunda ev hanımlarının ailelerindeki birey sayıları incelendiğinde, bizde birey sayısı 4, Ercan Türk'te 3-4, Tayfun Amman da 'çocuğum yok- 1 çocuk' oluşturmaktadır. Bu sonuçlar maddi durum ve eğitim ile ilişkilidir.

Bizim tezimizde ev hanımlarının beslenmelerine dikkat etme durumunda beslenmelerine dikkat ettikleri, Ercan Türk'te de beslenmelerine dikkat ettiği görülmüştür. Beslenme ile Kilo karşılaştırmasına baktığımızda kişilerin dikkatli olduğu görülmüştür.

Çalışmamız gösteriyor ki ev hanımlarında herhangi bir sağlık problemi olma durumunda çoğunluğu hayır oluşturmaktadır, Ercan Türk'te de hayır oluşturmaktadır.

Bizim çalışmamızda düzenli olarak gazete ve dergi okuma oranlarına bakıldığında çoğunluğu hayır oluşturmaktadır, Ercan Türk'te ise okuduğu görülür.

Yine aynı şekilde çalışmamızda abone olduğu gazete ve derginin olup olmadığı sorgulandığında çoğunluğu hayır oluşturmaktadır. Ercan Türk'te de aynı sonuç bulunmaktadır.

Bizim çalışmalarımızın sonucunda, yapılan sporların çoğunluğunu yürüyüş oluşturmakta, Tayfun Amman'da ise yüzme oluşturmaktadır.

Araştırmamız gösteriyor ki ev hanımlarının spor yapma nedeni sağlıklı olmak için; Tayfun Amman'da da aynı sonuçlara ulaşılmıştır.

Bizim çalışmamızda spora yönlendiren etken ev hanımlarının kendisi iken, Tayfun Amman'da ise eş faktördür.

Bu durum hipotezimize ters düşmektedir. Çünkü biz, sabah sporuna katılan ev hanımlarının ailelerinde spor yapan kişiler vasıtasıyla spora yöneldiklerini savunmuştuk; ancak araştırmalar ev hanımlarının spor yapmayı kendileri istedikleri için katıldıklarını göstermektedir.

Çalışmamızda ev hanımları sabah sporları dışında spor yapmadıkları görülmektedir. Bunun temel nedeni ise bize göre, bu etkinliğin ücretsiz olması ve spor alanındaki eğitmenler eşliğinde yapılmasıdır.

Bizim çalışmamızda ev hanımları ailede ve eş de spor yapan durumu çoğunluk hayır oluşturmaktadır.

Hiç sevmediğinin spor dallarına bakıldığında öncelikli sırada uzak doğu sporları bulunmaktadır. Bunda Türk kadınının aile içi şiddet görmesinin rol alabileceği de önemli bir nokta olabilmektedir.

Hangi alanda sporcu tanıyoruz denildiğinde ise çoğunluğu futbol oluşturmaktadır. Bu da medyanın spor alanında daha çok futbol branşına ağırlık verdiği görülmektedir.

Televizyonda izlenen spor programlarını izliyor musunuz ve içeriğini beğeniyor musunuz sorularına da çoğunluk hayır demesi de bu durumdan kaynaklanmaktadır.

Spor yapmaya teşvik eden sebeplerin çoğunluğu sağlıklı olmak istedikleri oluşturmaktadır. Bu da ev hanımlarımızın sağlık sorunları yaşadığını bizlere göstermektedir.

## KAYNAKLAR

1. Amman M.T. *Kadın ve Spor*, Morpa Yayınları, İstanbul 2005.
2. Koca C. *The University of Edinburgh The Moray House School of Education Physical Education, Sport and Leisure Studies. Spor Bilimleri Dergisi Hacettepe J. of Sport Sciences*, 2006.
3. Yetim A.A. *Sosyoloji ve Spor*, 1998.
4. Tülbentçi M. *Sporda Ki Cinsiyet Farklılıkları ve Bu Farklılıkların Marka Stratejilerine Nasıl Yansıdığına Yönelik Çalışma. İstanbul Bilgi Üniversitesi Reklam Bölümü Lisans Öğrencisi*, 2006.
5. Türk E. *Ev Hanımlarının Spora İlişkin Görüşleri*, Marmara Üniversitesi Beden Eğitimi Spor Yüksek Okulu Beden Eğitimi Öğretmenliği Bölümü Öğrencisi Bitirme Tezi, İstanbul 2000.