



**Sporda Sağlık Okuryazarlığı: Beden Eğitimi ve Spor Öğretmeni
Adaylarının Beslenme, Sporda İlk Yardım ve Sağlıklı Ortam
Farkındalıklarının İncelenmesi**

**Sports Health Literacy: An Examination of Nutrition, First Aid in Sports,
and Healthy Environment Awareness among Physical Education and
Sports Teacher Candidates**

Harun KOÇ^{1*}

¹Muş Alparslan Üniversitesi/Türkiye/Muş.

e-mail: harunkoc4994@gmail.com ORCID ID : 0000-0002-0821-8237

Makale Bilgisi

Makale Türü: Araştırma Makalesi

Geliş Tarihi: 18.07.2025

Kabul Tarihi: 12.11.2025

Yıl: 2025 | Cilt: 45 | Sayı: 3 | Sayfa: 897-914

***Sorumlu Yazar:** Harun KOÇ

Alıntılama: Koç, H. (2025). Sporda sağlık okuryazarlığı: Beden eğitimi ve spor öğretmeni adaylarının beslenme, sporda ilk yardım ve sağlıklı ortam farkındalıklarının incelenmesi. *Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 45(3), 897-914.

Etik Kurul Beyanı: Araştırmanın etik uygunluğu için, Muş Alparslan Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu tarafından 20.05.2025 tarihli ve 195058 sayılı yazısı ile onay alınmıştır.

Yapay Zekâ Kullanım Beyanı: Bu çalışmanın hazırlanması sürecinde yapay zekâ destekli araçlardan yalnızca dil bilgisi, yazım ve anlatımın iyileştirilmesi amacıyla yararlanılmıştır. Bu araçlar; veri toplama, veri analizi, bulguların yorumlanması veya bilimsel karar alma süreçlerinde kullanılmamıştır.



GEFAD

Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi
Journal of Gazi Faculty of Education
<https://dergipark.org.tr/tr/pub/gefad>

Sporda Sağlık Okuryazarlığı: Beden Eğitimi ve Spor Öğretmeni Adaylarının Beslenme, Sporda İlk Yardım ve Sağlıklı Ortam Farkındalıklarının İncelenmesi

ÖZ

Beden eğitimi ve spor öğretmeni adaylarının beslenme, ilk yardım ve sağlıklı ortam bilgileri, sağlıklı yaşamın sürdürülebilirliği açısından kritiktir. Beden eğitimi ve spor öğretmeni adaylarının sporda sağlık okuryazarlığı düzeylerini inceleyen bu çalışma katılımcıların cinsiyet, sınıf düzeyi, düzenli fiziksel aktivite ve spor branşı değişkenlerine göre söz konusu değişkenlerin nasıl farklılaştığını incelemeyi amaçlamaktadır. Genel tarama yöntemi kullanılarak yapılan çalışmada "Sporda Sağlık Okuryazarlığı Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırmaya Muş, Bingöl, Bitlis, Ağrı ve Kars illerinde öğrenimine devam eden ve beden eğitimi ve spor öğretmeni adayı olan 287 erkek 169 kadın olmak üzere toplamda 456 katılımcı gönüllü olarak katılım sağlamıştır. Verilerin tanımlayıcı istatistikleri hesaplandıktan sonra, iki grup ve ikiden fazla grubun karşılaştırılmasında sırasıyla t-Testi ve One-Way ANOVA uygulanmış; analizler normallik ve varyans homojenliği sağlandıktan sonra SPSS 26.0 ile gerçekleştirilmiş ve $p < 0,05$ anlamlılık düzeyi olarak kabul edilmiştir. Katılımcıların sınıf düzeyi ve branşı değişkenine göre ölçek alt boyutları arasında anlamlı düzeyde farklılıklar bulunmazken, cinsiyet ve düzenli fiziksel aktivite yapma arasında anlamlı düzeyde farklılıklar tespit edilmiştir. Sonuçlar, fiziksel aktivite yapanların tüm alt boyutlarda; kadınların ise sağlıklı yaşamı, beslenme, sporda sağlıklı ortam ve genel sağlık okuryazarlığında daha yüksek puanlar aldığını göstermektedir. Bu bulgular, sporda sağlık okuryazarlığının bireysel ve davranışsal faktörlerden etkilendiğini ve fiziksel aktiviteyi teşvik eden, cinsiyet farklarını azaltan kapsayıcı eğitim yaklaşımlarının sağlık farkındalığını artırabileceğini göstermektedir.

Anahtar Sözcükler: Spor Okuryazarlığı, Beslenme, Sporda İlk Yardım, Sağlıklı Ortam

ABSTRACT

The knowledge of physical education and sports teacher candidates regarding nutrition, first aid, and healthy environments is critical for the sustainability of healthy living. This study aims to examine the sports health literacy levels of physical education and sports teacher candidates and to investigate differences according to gender, grade level, regular physical activity participation, and sports branch. This study was conducted using a general survey design and employed the Sports Health Literacy Scale as the data collection instrument. The sample consisted of 456 volunteer participants (287 males and 169 females) who were enrolled as physical education and sports teacher candidates in the provinces of Muş, Bingöl, Bitlis, Ağrı, and Kars. Following the calculation of descriptive statistics, independent samples t-tests and one-way ANOVA were used to compare two groups and more than two groups, respectively. After confirming the assumptions of normality and homogeneity of variance, analyses were performed using SPSS 26.0, with the significance level set at $p < 0.05$. While no significant differences were found among scale sub-dimensions according to grade level and sports branch, significant differences were identified with respect to gender and regular physical activity participation. The results indicate that individuals who engage in regular physical activity scored higher across all sub-dimensions, whereas female participants obtained higher scores in healthy living, nutrition, healthy sport environment, and overall health literacy. These findings suggest that sports health literacy is influenced by individual and behavioral factors, and that inclusive educational approaches promoting physical activity and reducing gender disparities may enhance health awareness.

Keywords: Sports Literacy, Nutrition, First Aid in Sports, Healthy Environment

GİRİŞ

Dünya Sağlık Örgütü (WHO), sağlık okuryazarlığını, bireylerin sağlığını koruma ve geliştirme amacıyla bilgiye erişim, bu bilgiyi anlama ve uygulama konusundaki bilişsel-sosyal beceriler ve motivasyon düzeyi olarak tanımlamaktadır (Akbalıç & Gökler, 2020). Türkiye’de ise Sağlık Bakanlığının Sağlığın Geliştirilmesi Genel Müdürlüğü tarafından yayımlanan Sağlığın Teşviki ve Geliştirilmesi Sözlüğü’nde (2011), sağlık okuryazarlığı; bireylerin hem kendi sağlıklarını hem de toplum sağlığını iyileştirmek için yaşam tarzlarını ve çevresel koşullarını değiştirebilmek adına ihtiyaç duydukları bilgi, beceri ve özgüvene sahip olma durumu şeklinde açıklanmıştır. Yapılan araştırmalara göre, yüksek sağlık okuryazarlığına sahip bireylerin sağlıklı beslenme alışkanlıkları edinme ve düzenli fiziksel aktivite gerçekleştirme gibi olumlu sağlık davranışlarını daha sık sergilediği ortaya konmuştur (Boberová & Husárová, 2021; Charoghchian-Khorasani vd., 2020; Özpınar vd., 2020). Sağlık okuryazarlığına dayalı eğitim programları, bireylerde sağlıklı alışkanlıkların veya hastalıkların yol açtığı zihinsel ve fiziksel olumsuz etkileri azaltma konusunda önemli bir rol oynar. Bu tür programlar, bireylerin yaşam kalitesini artırırken, motivasyonlarını ve fiziksel durumlarını iyileştirebilir; aynı zamanda duygusal sıkıntıları, duygu durum bozukluklarını ve kaygıyı azaltmaya da yardımcı olabilir (Mahdifar vd., 2021). Spor okuryazarlığı ise fiziksel aktivitenin önemli bir sağlık belirleyicisi olarak kabul edilmektedir (Cairney vd., 2019; Sum vd., 2018). Beden eğitimi alanında ortaya çıkan ve halk sağlığı, eğlence, spor ile eğitim kurumlarında yaygınlaşan spor okuryazarlığı; bireyin yaşam boyu fiziksel aktivitelere katılma isteğini, bu konuda sorumluluk almasını, özgüvenini, fiziksel yeterliliğini ve bilgisini ifade eden bir kavramdır (Dudley vd., 2017; Whitehead vd., 2018). Spor okuryazarlığı, bireylerin fiziksel deneyimlerini somutlaştırarak, yaşam boyu sağlıklı fiziksel aktiviteler geliştirme ve bu süreçten keyif alma becerilerini destekleyen kritik bir kavramdır (Whitehead vd., 2018).

Sporda sağlık okuryazarlığı kavramı, literatürde Koç ve Karadağ (2025) tarafından ortaya konulmuş ve bireylerin sağlıklı yaşam davranışları geliştirme, beslenme, sporda ilk yardım bilgi ve becerisi kazanma ile sporda sağlıklı ortam farkındalığını artırmaya yönelik çabalarını tanımlamak için kullanılmıştır (Koç & Karadağ, 2025). Sağlıklı yaşam davranışlarını benimseyen bireylerin aynı zamanda sporda sağlık okuryazarlığına da ilgi duydukları ve bu iki kavramın birbirini tamamladığı vurgulanmaktadır (Koç & Karadağ, 2025). Araştırmamızla ilişkili bir başka çalışmada ise Balanlı (2023), beden eğitimi öğretmenlerinin sağlıklı yaşam davranışlarının fiziksel okuryazarlık düzeylerini nasıl etkilediğini incelemiştir. Bu çalışmada, sağlıklı yaşam davranışlarının fiziksel okuryazarlık üzerinde güçlü bir yordayıcı olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Balanlı, 2023). Sağlığın korunması ve geliştirilmesi; beslenme, genetik özellikler, iklim ve çevre koşulları gibi birçok faktörün bir araya gelmesiyle mümkündür. Bu faktörler arasında beslenme, en önemli unsurlardan biridir. Sporda sağlık okuryazarlığı da bireylerin yalnızca ilk yardım bilgi ve becerilerini ya da spor ortamını değerlendirme yetilerini değil, aynı zamanda sağlıklı ve dengeli beslenme alışkanlıklarını kazanma, sürdürebilme ve bu konuda bilinçli seçimler yapabilme becerilerini de içermektedir (Velardo, 2015). Beslenme, büyüme, yaşamın devamlılığı ve sağlığın korunması için gerekli olan karbonhidrat, yağ, protein, vitamin, mineral ve su gibi temel besin öğelerinin dengeli bir şekilde tüketilmesi olarak tanımlanmaktadır (Atalay, 2024). Sağlıklı ve enerjik bir yaşam sürdürebilmek için bireylerin hem güçlü bir iradeye hem de fiziksel yeterliliğe sahip olmaları gerektiği vurgulanmaktadır (Çingöz vd., 2021; Gönen vd., 2022). Sporda sağlık okuryazarlığının önemli unsurlarından biri olan sporda ilk yardım bilgi ve becerisi, herhangi bir kaza ya da hayati tehlike durumunda, kişinin sağlık durumunun kötüye gitmesini önlemek, spor sırasında meydana gelebilecek yaralanmaların etkilerini en aza indirmek veya hayati tehlike oluşturabilecek durumları ortadan kaldırmak amacıyla olay yerinde ilaçsız olarak yapılan müdahaleler olarak tanımlanmaktadır (Koç & Karadağ, 2025; Fathy Mohamed Mahran vd., 2021). Bu müdahalelerin, eğitim almış kişiler tarafından mevcut imkânlar doğrultusunda yapılması gerektiği vurgulanmıştır (Karaçetin, 2021; Stoddart, 2022). Etkili bir ilk yardımın zamanında ve doğru bir şekilde uygulanmasının yanı sıra, ilk yardım uygulayan kişinin yeterli eğitime ve beceriye sahip olması büyük önem taşımaktadır (Karaçetin, 2021). Sporda sağlık okuryazarlığı kapsamında dikkat çeken bir diğer önemli unsur ise spor ortamıdır. Spor ortamı; bireylerin spor yapılan mekânda daha fazla zaman geçirme isteği, bu mekânların temizliğine özen gösterme ve bulundukları spor ortamına kolayca uyum sağlama becerisini ifade etmektedir (Bellici, 2015; Daly vd., 2009). Günümüzde bireylerin sağlıklı yaşam biçimlerine yönelmesiyle birlikte sağlık okuryazarlığı kavramı, hem bireysel hem de toplumsal sağlık için kritik bir unsur olarak öne çıkmaktadır (Nutbeam, 2008; Sørensen vd., 2012). Bu durum, özellikle spor bilimleri ve beden eğitimi öğretmenliği alanında eğitim gören bireylerin mesleki yeterlilikleri açısından daha da önemli hâle gelmiştir. Literatürde, beden eğitimi öğretmeni adaylarının sağlıklı beslenme alışkanlıkları (Yüksel Çaylak vd., 2024),

sporda ilk yardım bilgi düzeyleri (Demirtaş & Demirel, 2024) ve sağlıklı ortam farkındalıkları (Çelik, 2025) üzerine çok sayıda çalışma bulunmakla birlikte, bu çalışmalar çoğunlukla bu parametreleri bağımsız ve tek boyutlu biçimde ele almaktadır. Örneğin, Vázquez-Espino vd. (2022), Avrupa'daki öğretmen adaylarının sağlık okuryazarlığını değerlendirirken ilk yardım bilgisi ile sağlıklı ortam farkındalığı arasındaki ilişkiye değinmemiştir. Türkiye bağlamında da, bu üç temel bileşeni bir arada ve karşılaştırmalı biçimde değerlendiren bütüncül yaklaşımların eksik olduğu göze çarpmaktadır. Bu bağlamda spor bilimleri alanında ulusal ve uluslararası literatürde sınırlı kalan boşluğu doldurmak ve beden eğitimi ile spor öğretmeni adaylarının çok boyutlu sağlık okuryazarlığı düzeylerini kapsamlı bir şekilde incelemeyi hedefleyen bu araştırma, adayların beslenme, ilk yardım ve sağlıklı ortam farkındalık düzeylerini bütüncül bir yaklaşımla değerlendirmektedir. Elde edilen bulguların, öğretmen adaylarının sağlıklı yaşamı benimseyen, bilgili ve bilinçli bireyler olarak topluma rehberlik edebilme potansiyellerini güçlendirmekte ve uzun vadede okul temelli sağlık eğitimlerinin niteliğini yükseltmelerine katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Çalışmanın bulguları, eğitim programlarının bireysel farklılıkları dikkate alan, kapsayıcı ve davranış odaklı stratejilerle tasarlanmasına ışık tutmayı ve spor bilimleri alanında sağlık okuryazarlığını güçlendirmeye katkı sağlamayı hedeflemektedir.

Araştırma, aşağıdaki sorulara yanıt aramaktadır:

1. Sporda sağlık okuryazarlığı düzeyleri, demografik değişkenler (cinsiyet, sınıf düzeyi, düzenli fiziksel aktivite ve spor branşı) açısından farklılık göstermekte midir?
2. Ölçek alt boyutları arasındaki Pearson korelasyon katsayı değerleri nelerdir ve bu ilişkiler sporda sağlık okuryazarlığı düzeyini nasıl yansıtmaktadır?

YÖNTEM

Araştırmanın Modeli

Bu çalışmada, betimsel araştırma yöntemlerinden biri olan genel tarama modeli kullanılmıştır. Genel tarama modeli, mevcut bir durumu olduğu hâliyle tanımlamayı hedefleyen ve alan yazınında yaygın olarak kabul gören bir araştırma yöntemidir (Karasar, 2012). Araştırmada fark testlerinde kullanılan değişkenler olan cinsiyet, sınıf düzeyi, düzenli fiziksel aktivite yapma durumu ve branş türü (bireysel/takım sporları), sağlıkla ilgili bilgi ve farkındalık düzeylerini etkileyen temel demografik ve davranışsal belirleyiciler olarak alan yazınında geniş destek bulunmaktadır. Örneğin, cinsiyetin sağlık okuryazarlığı düzeylerinde farklılıklara yol açabileceği; kadınların bazı alt boyutlarda daha duyarlı, erkeklerin ise uygulamaya dönük alanlarda daha yüksek skorlar elde ettiği belirtilmektedir (Svendsen vd., 2021). Sınıf düzeyinin artması ile mesleki deneyim ve sağlıkla ilgili teorik bilgi birikiminin yükselmesi, sağlık okuryazarlığı düzeylerine olumlu yansımaktadır (Demirtaş & Demirel, 2024). Düzenli fiziksel aktivite yapma durumu, bireyin sağlık davranışlarına olan yakınlığını gösteren önemli bir değişken olup, sağlık farkındalığı ile pozitif yönde ilişkilendirilmiştir (Van der Heide vd., 2013). Ayrıca, bireysel ve takım sporlarının farklı fiziksel, sosyal ve bilişsel gelişim alanlarına hitap etmesi nedeniyle, branş türüne bağlı sağlık okuryazarlığı düzeylerinde farklılıklar olabileceği öne sürülmektedir (Yüksel Çaylak vd., 2024). Bu bağlamda, seçilen değişkenler bireylerin sağlıkla ilgili bilgi, tutum ve davranışlarının anlaşılmasına katkı sağlaması açısından önem arz etmektedir.

Çalışma Grubu

Araştırmanın evrenini, Türkiye'nin bazı doğu illerinde (Muş, Bingöl, Bitlis, Ağrı ve Kars) öğrenim gören beden eğitimi ve spor öğretmeni adayları oluşturmaktadır. Çalışmanın örneklemini, bu illerde öğrenim gören 287 (%62,9) erkek ve 169 (%37,1) kadın olmak üzere toplam 456 gönüllü katılımcıdan oluşmuştur (Tablo 1). Katılımcılara araştırmanın amacı hakkında bilgilendirme yapılmış, katılımın tamamen gönüllülük esasına dayandığı vurgulanmış ve veri toplama süreci sınıf ortamında yüz yüze görüşmeler yoluyla gerçekleştirilmiştir.

Tablo 1*Katılımcıların Demografik Özelliklerine Göre İstatistiksel Dağılımları*

Faktör	Değişken	n	Yüzde
Cinsiyet	Erkek	287	62.9
	Kadın	169	37.1
Sınıf	1. Sınıf	87	19.2
	2. Sınıf	107	23.5
	3. Sınıf	135	29.4
	4. Sınıf	127	27.9
Düzenli Fiziksel Aktivite Yapma	Evet	258	56.6
	Hayır	198	43.4
Spor Branşı	Takım Sporları	288	63.1
	Bireysel Sporlar	168	36.9

Veri Toplama Araçları

Araştırmada katılımcıların demografik özelliklerine ulaşmak amacıyla, araştırmacılar tarafından literatür taraması sonucu elde edilen "Kişisel Bilgi Formu" kullanılmıştır. İlgili formda cinsiyet, sınıf düzeyi, düzenli fiziksel aktivite yapma durumu ve branşı değişkenlerine yönelik sorular sorulmuştur. Ayrıca katılımcıların sporda sağlık okuryazarlığı düzeyini ölçmek için Koç ve Karadağ tarafından 2025 yılında geliştirilen “Sporda Sağlık Okuryazarlığı Ölçeği” kullanılmıştır (Koç ve Karadağ, 2025).

Sporda Sağlık Okuryazarlığı Ölçeği

Sporda Sağlık Okuryazarlığı Ölçeği, Koç ve Karadağ tarafından 18-65 yaş grubuna uygulanabilecek şekilde geliştirilmiştir. 18 maddeden oluşan ölçeğin 3 alt boyutu bulunmaktadır. Bu alt boyutlar; sağlıklı yaşam davranışı ve beslenme (SYDB-1-8. Madde arası), sporda ilk yardım bilgisi ve becerisi (SİYBB-9-14. madde arası) ve sporda sağlıklı ortam (SSO-15-18. madde arası) olarak kategorize edilmiştir. Ölçeğin orijinalinde Cronbach Alpha (iç tutarlılık) değeri sağlıklı yaşam davranışı ve beslenme alt boyutunda ,82; sporda ilk yardım bilgisi ve becerisi alt boyutunda ,86 sporda sağlıklı ortam alt boyutunda ,81 ve genel toplam puanında ,88 olarak hesaplanmıştır. Ölçek “Kesinlikle katılmıyorum, Katılmıyorum, Kararsızım, Katılıyorum, Tamamen Katılıyorum” olarak puanlanmış ve 5’li likert tipinde tasarlanmıştır.

Verilerin Analizi

Araştırma kapsamında toplanan verilerin bilgisayar ortamına aktarılmasının ardından, istatistiksel analizler SPSS 26.0 paket programı aracılığıyla gerçekleştirilmiştir. Her bir istatistiksel analiz öncesinde varsayımlar kontrol edilmiştir. Normallik varsayımı, Shapiro–Wilk testi ile incelenmiş ve elde edilen p değeri 0,05’ten büyük bulunduğundan dağılımın normal olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca, çarpıklık ve basıklık katsayılarının ± 1.5 aralığında yer alması da verilerin normal dağılım gösterdiğini desteklemektedir. Varyansların homojenliği ise Levene testi ile kontrol edilmiş ve $p > 0.05$ değeri elde edildiğinden homojenlik varsayımının sağlandığı kabul edilmiştir. Analizlerin geçerlik temeli bu şekilde sağlanarak bulguların güvenilirliği artırılmıştır. Araştırmada elde edilen puanların normal dağılım gösterip göstermediğini değerlendirmek amacıyla çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) istatistikleri incelenmiş; bu değerlerin ± 1.5 aralığında yer aldığı görülmüştür (Tabachnick ve Fidell, 2013). Bu bulgular doğrultusunda, ölçeklerden elde edilen verilerin normal dağılım gösterdiği varsayılmıştır (Tablo 2) Bundan dolayı iki grup arasındaki karşılaştırmalar için Bağımsız Örneklem t-Testi uygulanırken, ikiden fazla grup arasında anlamlı fark olup olmadığını belirlemek amacıyla Tek Yönlü Varyans Analizi (One-Way ANOVA) yöntemi tercih edilmiştir. ANOVA testi sonucunda elde edilen anlamlı farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunu ortaya koymak üzere, post-hoc analizler gerçekleştirilmiş ve LSD testi kullanılmıştır. Ölçek alt boyutları arasındaki ilişkiyi belirlemek için Pearson-korelasyon analizi yapılmıştır. Ayrıca çalışmada kullanılan ölçeğin yapı geçerliğini değerlendirmek amacıyla Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) yapılmıştır. DFA uygulaması öncesinde verilerin çok değişkenli normalliği Mahalanobis uzaklığı yöntemiyle test

edilmiş ve sınır değer üzerinde aykırı gözleme rastlanmamıştır. Ayrıca, verilerin DFA'ya uygunluğunu değerlendirmek için Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) örneklem yeterlilik testi ve Bartlett küresellik testi gerçekleştirilmiştir. KMO değeri 0.83 olarak hesaplanırken, Bartlett testi anlamlı bulunmuştur. Bu da verilerin faktör analizine uygun olduğunu göstermektedir (Hair vd., 2019). Bu bulgular, ölçeğin bu örneklem için de geçerli ve güvenilir olduğunu göstermektedir. Ayrıca Analiz sonucu ortaya çıkan anlamlı farklılığın, ortalamalar arasındaki farktan etkilenme düzeyine ilişkin Cohen's d istatistiği hesaplanmıştır. Bu değer .20 "küçük" .50 "orta", ".80" ise "büyük" etki büyüklüğü olarak yorumlanmaktadır (Cohen, 1988). Analizler kapsamında anlamlılık düzeyi 0.05 olarak belirlenmiştir.

Tablo 2

Araştırma Kapsamında Kullanılan Ölçek Alt Boyutlarına İlişkin Ortalama, Standart Sapma, Çarpıklık ve Basıklık Değerleri

Ölçek	Alt Boyutlar	n	$\bar{X}$	Ss	Çarpıklık	Basıklık	Cronbach Alpha α	Omega (ω)
Sporda Sağlık Okuryazarlığı Ölçeği	Sağlıklı Yaşam Davranışı ve Beslenme	456	32,09	4,350	-,884	1,051	0,77	0,76
	Sporda İlk Yardım Bilgisi ve Becerisi	456	23,26	4,939	-,628	.514	0,78	0,75
	Sporda Sağlıklı Ortam	456	15,65	3,191	-,643	.349	0,82	0,83
	Genel Toplam	456	71,80	9,925	-,586	1.045	0.76	0,78

Araştırma kapsamında çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) istatistikleri incelenmiş; bu değerlerin ± 1.5 aralığında yer aldığı görülmüştür. Bu doğrultuda verilerin normal dağılım gösterdiği varsayılmıştır (Tabachnick & Fidell, 2013). Ölçeklerin iç tutarlılığını değerlendirmek amacıyla kullanılan Cronbach Alpha katsayısı, genellikle 0 ile 1 arasında değer almakta olup, bu değer 0,70 ve üzerinde olması güvenilirlik açısından yeterli kabul edilmektedir (Field, 2009; Hair vd., 2019). Ayrıca, güvenilirlik analizlerinde tamamlayıcı bir ölçüt olan McDonald's omega (ω) katsayısı da hesaplanmıştır. Bu katsayı da 0 ile 1 arasında değişmekte ve değer 1'e yaklaşması, ölçüm sonuçlarının daha güvenilir olduğunu ortaya koymaktadır (Lucke, 2005).

Geçerlik ve Güvenirlik

Araştırma kapsamında veri toplanan örneklem üzerinde ölçeğin yapı geçerliğini test etmek amacıyla Doğrulamalı Faktör Analizi (DFA) uygulanmıştır. DFA sonuçlarına göre elde edilen model uyum indeksleri, ölçeğin faktör yapısının bu örneklemde de geçerli olduğunu göstermektedir: $\chi^2/sd = 2.57$ (≤ 2 iyi, ≤ 5 kabul edilebilir), RMSEA = 0,07 (< 0.08), GFI = 0,91, CFI = 0,93, NFI = 0,92. Bu değerler, literatürde belirtilen eşik değerlere göre modelin yeterli düzeyde uyum sağladığını göstermektedir (Hu ve Bentler, 1999; Tabachnick ve Fidell, 2013). Ölçeğin güvenilirliğini değerlendirmek amacıyla hesaplanan Cronbach's Alpha iç tutarlılık katsayıları, toplam ölçek için ,76; alt boyutlar için ise sırasıyla sağlıklı yaşam davranışı ve beslenme = ,77, sporda ilk yardım bilgisi ve becerisi = ,78, sporda sağlıklı ortam farkındalığı = ,82 olarak bulunmuştur. Bu değerler ,70'in üzerindeki güvenilirlik düzeyi ile ölçeğin iç tutarlılığının yeterli olduğunu göstermektedir (George ve Mallery, 2003). Ayrıca, ölçeğe ait madde-toplam korelasyonlarının ,35 ile ,70 arasında değiştiği görülmüş, bu durum maddelerin ölçeğin genel yapısıyla anlamlı ilişki içinde olduğunu ortaya koymuştur. Bu değer 0,30 üzerinde olmasının analizler için yeterli olduğu belirtilmiştir (Büyüköztürk vd., 2012).

Araştırmanın Etik İzni

Mevcut araştırma süresince “Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi” çerçevesinde hareket edilmiştir. Ayrıca araştırmanın etik uygunluğu için, Muş Alparslan Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu tarafından 20.05.2025 tarihli ve 195058 sayılı yazısı ile onaylanmıştır.

BULGULAR

Katılımcıların sporda sağlık okuryazarlığı toplam ve alt boyut puanlarının cinsiyet değişkenine göre farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan bağımsız örneklem t testi sonuçları Tablo 3’te sunulmuştur.

Tablo 3

Sporda Sağlık Okuryazarlığı Alt Boyut Puanlarının Cinsiyet Değişkenine Göre t Testi Sonuçları

Ölçekler	Alt Boyutlar	Cinsiyet	n	$\bar{X}$	Ss	t	p	Cohen’s d
Sporda Sağlık Okuryazarlığı Ölçeği	Sağlıklı Yaşam Davranışı ve Beslenme	Erkek	287	30,78	4,218	-2,83	,005*	0,27
		Kadın	169	32,95	4,327			
	Sporda İlk Yardım Bilgisi ve Becerisi	Erkek	287	23,27	4,659	-,104	,917	-
		Kadın	169	23,34	4,388			
	Sporda Sağlıklı Ortam	Erkek	287	15,62	3,575	3,40	,000*	0,33
		Kadın	169	16,78	3,391			
	Genel Toplam	Erkek	287	69,12	9,820	3,840	,000*	0,30
		Kadın	169	72,07	10,042			

$p < 0.05$ (n:456)

Tablo 3 incelendiğinde, cinsiyet değişkenine göre sporda ilk yardım bilgi ve becerisi alt boyutunda anlamlı bir fark bulunmamaktadır ($p > 0,05$). Buna karşın, sağlıklı yaşam davranışı ve beslenme, sporda sağlıklı ortam ve genel toplam puanlarında kadın katılımcılar erkek katılımcılara göre anlamlı düzeyde daha yüksek puanlara sahiptir ($p < 0,05$). Bu bulgu, kadın katılımcıların ilgili alt boyutlarda daha olumlu sağlık okuryazarlığı tutumlarına sahip olduğunu göstermektedir. İstatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanan sağlıklı yaşam davranışı ve beslenme, sporda sağlıklı ortam toplam alt boyutları ile sporda sağlık okuryazarlığı genel toplam puanları incelendiğinde, elde edilen etki büyüklüklerinin (Cohen’s d = ,027, 033, 0,30) küçük ve orta düzeyde olduğu belirlenmiştir.

Katılımcıların sporda sağlık okuryazarlığı toplam ve alt boyut puanlarının sınıf düzeyi değişkenine göre farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan bağımsız örneklem ANOVA testi sonuçları Tablo 4’te sunulmuştur.

Tablo 4

Sporda Sağlık Okuryazarlığı Alt Boyut Puanlarının Sınıf Düzeyi Değişkenine Göre ANOVA Testi Sonuçları

Ölçekler	Alt Boyutlar	Sınıf	n	$\bar{X}$	Ss	F	p
Sporda Sağlık Okuryazarlığı Ölçeği	Sağlıklı Yaşam Davranışı ve Beslenme	1. Sınıf	87	33,00	4,787	,231	,377
		2. Sınıf	107	33,50	3,793		
		3. Sınıf	135	32,38	4,381		
		4. Sınıf	127	32,71	4,218		
	Sporda İlk Yardım Bilgisi ve Becerisi	1. Sınıf	87	22,24	4,697	,819	,724
		2. Sınıf	107	23,44	4,648		
		3. Sınıf	135	23,29	4,255		
		4. Sınıf	127	23,90	4,475		
	Sporda Sağlıklı Ortam	1. Sınıf	87	16,02	2,931	,610	,368
		2. Sınıf	107	16,40	2,607		
		3. Sınıf	135	15,69	3,078		
		4. Sınıf	127	14,69	3,306		
	Genel Toplam	1. Sınıf	87	71,24	10,628	,981	,717
		2. Sınıf	107				
		3. Sınıf	135				
		4. Sınıf	127				

2. Sınıf	107	73,46	9,215
3. Sınıf	135	71,34	9,681
4. Sınıf	127	71,31	10,196

P<0.05 (N:456)

Tablo 4 incelendiğinde, sınıf düzeyi değişkenine göre sporda sağlık okuryazarlığı alt boyutları arasında anlamlı bir fark gözlenmemiştir ($p>0,05$). Bu bulgu, sporda sağlık okuryazarlığı genel ve alt boyutlarının sınıf düzeyine göre benzerlik gösterdiğini göstermektedir.

Katılımcıların sporda sağlık okuryazarlığı toplam ve alt boyut puanlarının fiziksel aktivite yapma değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan bağımsız örneklem t testi sonuçları Tablo 5'te sunulmuştur.

Tablo 5

Sporda Sağlık Okuryazarlığı Alt Boyut Puanlarının Düzenli Fiziksel Aktivite Yapma Değişkenine Göre t Testi Sonuçları

Ölçekler	Alt Boyutlar	Düzenli Fiziksel Aktivite	n	$\bar{X}$	Ss	t	p	Cohen's d
Sporda Sağlık Okuryazarlığı Ölçeği	Sağlıklı Yaşam Davranışı ve Beslenme	Evet	258	32,08	4,605	-4,52	,000*	0,43
		Hayır	198	30,18	4,164			
	Sporda İlk Yardım Bilgisi ve Becerisi	Evet	258	23,41	4,746	5,25	,000*	0,50
		Hayır	198	21,17	4,188			
	Sporda Sağlıklı Ortam	Evet	258	15,62	3,149	3,35	,002*	0,29
		Hayır	198	14,72	2,913			
	Genel Toplam	Evet	258	71,60	10,440	2,70	,003*	0,26
		Hayır	198	69,07	9,183			

P<0.05 (N:456)

Tablo 5 incelendiğinde, düzenli fiziksel aktivite yapma durumuna göre; sağlıklı yaşam davranışı ve beslenme, sporda ilk yardım bilgi-becerisi, sporda sağlıklı ortam alt boyutları ile genel toplam puanlarda anlamlı farklılıklar gözlenmiştir ($p<0,05$). Düzenli fiziksel aktivite yapan katılımcılar, tüm bu alt boyutlarda ve toplam puanda, yapmayanlara göre daha yüksek puanlar almıştır. İstatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanan sağlıklı yaşam davranışı ve beslenme, sporda ilk yardım bilgi ve becerisi, sporda sağlıklı ortam toplam alt boyutları ile sporda sağlık okuryazarlığı genel toplam puanları incelendiğinde, elde edilen etki büyüklüklerinin (Cohen's $d = 0,43, 0,50, 0,29, 0,26$) küçük ve orta düzeyde olduğu belirlenmiştir.

Katılımcıların sporda sağlık okuryazarlığı toplam ve alt boyut puanlarının spor branşı değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan bağımsız örneklem t testi sonuçları Tablo 6'da sunulmuştur.

Tablo 6

Sporda Sağlık Okuryazarlığı Alt Boyut Puanlarının Spor Branşı Değişkenine Göre t Testi Sonuçları

Ölçekler	Alt Boyutlar	Spor Branşı	n	$\bar{X}$	Ss	t	p
Sporda Sağlık Okuryazarlığı Ölçeği	Sağlıklı Yaşam Davranışı ve Beslenme	Takım Sporları	288	32,76	4,442	-,408	,683
		Bireysel Sporlar	168	32,92	4,201		
	Sporda İlk Yardım Bilgisi ve Becerisi	Takım Sporları	288	23,50	4,629	,886	,376
		Bireysel Sporlar	168	23,12	4,408		
	Sporda Sağlıklı Ortam	Takım Sporları	288	15,49	3,221	,146	,252
		Bireysel Sporlar	168	15,82	2,906		
	Genel Toplam	Takım Sporları	288	71,75	10,345	-,729	,897
		Bireysel Sporlar	168	71,87	9,529		

P<0.05 (N:456)

Tablo 6 incelendiğinde spor branşı değişkenine göre sporda sağlık okuryazarlığı ölçeği alt boyutlarında ve genel toplam puanlarında anlamlı düzeyde farklılıklar olmadığı görülmüştür ($p>0.05$). Takım ve bireysel sporlarda mücadele eden katılımcıların genel ve alt boyutlarda benzer puanlar aldığı söylenebilir.

Araştırma sorusuna cevap verebilmek amacıyla ölçek alt boyutları arasında Pearson korelasyon analizi yapılmış ve sonuçlar Tablo 7'de verilmiştir.

Tablo 7

Araştırma Kapsamına Alınan Ölçek Alt Boyutları Arasındaki Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları

		Sağlıklı Yaşam Davranışı ve Beslenme	Sporda İlk Yardım Bilgisi ve Becerisi	Sporda Sağlıklı Ortam
Sağlıklı Yaşam Davranışı ve Beslenme ¹	r	1		
	p			
Sporda İlk Yardım Bilgisi ve Becerisi ²	r	,483**	1	
	p	,001		
Sporda Sağlıklı Ortam ³	r	,597**	,549**	1
	p	,001	,001	

** $p<.01$, r: Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı

Tablo 7’de korelasyon analizi sonuçlarına göre sağlıklı yaşam davranışı ve beslenme ile sporda ilk yardım bilgisi ve becerisi ($r=.483$); sağlıklı yaşam davranışı ve beslenme ile sporda sağlıklı ortam becerisi ($r=.597$); sporda ilk yardım bilgisi ve becerisi ile sporda sağlıklı ortam becerisi ($r=.549$); alt boyutları arasında ise orta düzeyde pozitif yönlü anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir ($p<0.05$). Bu bulgular, sporda sağlık okuryazarlığının çok boyutlu bir yapıya sahip olduğunu ve alt boyutların birbirini tamamlayan nitelikte olduğunu göstermektedir.

TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırma sonuçlarına göre cinsiyet değişkeninin de sporda ilk yardım bilgi ve becerisinde anlamlı farklılıklar bulunmazken, kadın katılımcıların sağlıklı yaşam davranışı-beslenme ve sporda sağlıklı ortam puan ortalamalarının erkek katılımcılara kıyasla daha yüksek olduğu bulunmuştur. Alan yazınında yapılan çalışmalara bakıldığında; Afyon Kocatepe Üniversitesinde öğrenim gören beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin ilk yardım bilgi düzeylerinin incelendiği bir araştırmada cinsiyet değişkeninin ilk yardım bilgi düzeyi üzerinde anlamlı bir farklılık oluşturmadığı rapor edilmiştir (Erdoğan, 2019). Suudi Arabistan’da kadın öğretmenler üzerine yapılan bir çalışmada, kadın öğretmenlerin ilk yardım bilgisi değerlendirilmiştir. Katılımcıların ortalama bilgi puanı erkeklere kıyasla daha yüksek bulunmuştur (Abdelrahman vd., 2024). İranlı öğretmenlerin okul ortamında ilk yardım konusundaki bilgisini ölçen farklı bir çalışmada ise hem erkek hem de kadın öğretmenlerin sporda ilk yardım konusundaki becerilerinin zayıf olduğu vurgulanmıştır (Adib vd., 2019). Malatya ilinde görev yapan 81 kadın ve 127 erkek beden eğitimi öğretmenin sağlıklı yaşam biçimi davranışlarını inceleyen bir çalışmada, kadın öğretmenlerin sağlık sorumluluğu, beslenme ve stres yönetimi gibi alt boyutlardan erkek meslektaşlarına göre daha yüksek puanlar aldığını göstermiştir (Kafkas vd., 2015). Bir başka araştırmada, üniversite öğrencilerinin sağlıklı yaşam becerileri ile fiziksel özellikleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Çalışmada, kadın öğrencilerin sağlıklı yaşam biçimi davranışları puan ortalamalarının erkek öğrencilere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur (Mutlu Bozkurt vd., 2022). Üniversite öğrencilerinin egzersiz bağımlılığı ve sağlıklı yaşam becerileri arasındaki ilişkiyi inceleyen bir araştırmada, kadın öğrencilerin sağlıklı yaşam becerileri açısından erkek öğrencilere göre daha yüksek puan ortalamalarına sahip olduğunu göstermektedir (Erdoğan vd., 2023). Ankara’da 361 beden eğitimi ve spor öğretmeniyle yapılan bir araştırmada, cinsiyetin sağlıklı yaşam biçimi davranışları üzerinde anlamlı bir etkisi olduğu bulunmuştur. Kadın öğretmenlerin sağlıklı yaşam davranış puanlarının erkek öğretmenlere göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (Sural & Tamer, 2021). Benzer şekilde kadın öğretmenlerin sağlıklı yaşam davranışları, özellikle sağlık sorumluluğu, sporda sağlıklı ortam ve kişilerarası ilişkiler alt boyutlarında erkek öğretmenlere göre daha yüksek puanlar aldığı bulunmuştur (Örs, 2024). Araştırma sonuçlarına benzer başka

çalışmalarda mevcuttur (Ceylan & Kozak, 2021; Pautu, 2025; Röger-Offergeld & Töpfer, 2025; Tüfekçi vd., 2021).

Alan yazınındaki bulgular ışığında ortaya çıkan sonuçların bazıları bulgularımız ile örtüşürken bazıları farklılık göstermektedir. Araştırma bulguları, kadın katılımcıların sağlıklı yaşam davranışı, beslenme alışkanlıkları ve sporda sağlıklı ortam farkındalığında erkeklere kıyasla daha bilinçli ve duyarlı olduklarını ortaya koymaktadır. Bu durum, literatürde de desteklenmekte olup, kadınların genel olarak sağlığa yönelik tutumlarında daha özenli ve sorumluluk sahibi olduklarını gösteren önceki araştırmalarla paralellik göstermektedir. Öte yandan, sporda ilk yardım bilgi ve becerisi açısından cinsiyete göre anlamlı bir farklılık bulunmaması, bu alandaki eğitim ve bilgilendirme faaliyetlerinin yeterli seviyede olmadığını ya da cinsiyet fark etmeksizin benzer düzeyde bilgi eksikliği yaşandığını düşündürmektedir. Bu nedenle, sporda ilk yardım bilgi düzeyini artırmaya yönelik daha kapsayıcı ve düzenli eğitim programlarının gerekliliği önem arz ettiği düşünülmektedir.

Çalışma sonuçlarına göre sınıf düzeyi değişkeni ile sağlıklı yaşam davranışı-beslenme, sporda ilk yardım bilgi-becerisi ve sporda sağlıklı ortam alt boyutlarında anlamlı düzeyde farklılıklar bulunmamıştır. Bu konu ile ilgili yapılan araştırmalar incelendiğinde; beden eğitimi ve spor öğretmen adaylarının sağlıklı yaşam ve beslenme düzeylerini farklı demografik değişkenler açısından incelediği bir araştırmada, sınıf düzeyi veya yaş arttıkça sağlıklı yaşam ve beslenme düzeylerinde de olumlu bir artış olduğu vurgulanmıştır (Kafkas vd., 2015). Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin genel ve sporcu beslenmesi bilgi düzeylerinin incelendiği bir çalışmada, öğrencilerin sınıf düzeyi ve yaşları arttıkça beslenme bilgi düzeylerinin de arttığı görülmüştür (Kalay, 2021). Öğretmen adaylarının ilk yardım bilgi düzeylerinin incelendiği farklı bir çalışmada tüm sınıf düzeyleri için ilk yardım bilgi ve becerisinin önem arz ettiği ifade edilmiştir (Orhan ve Aydın, 2020). Öğretmen adaylarının ilk yardım bilgi düzeylerinin incelendiği bir çalışmada daha 2. sınıf öğrencilerin toplam puanları 1. sınıf öğrencilerine kıyasla daha yüksek bulunmuştur (Güler & Alptekin, 2021). Benzer şekilde farklı branşlarda öğrenim gören öğretmenlerin temel ilk yardım bilgi ve becerilerinin incelendiği bir araştırma da 4. sınıf öğrencilerinin ilk yardım bilgi ve becerileri diğer sınıflara kıyasla daha yüksektir (Özer, 2018). Literatürde benzer sonuçların yer aldığı başka çalışmalarda mevcuttur (Baydar Arıcan, 2021; Olmos-Gómez vd., 2021; Özcan & Bozhüyük, 2016; Sural & Kamer, 2021; Yetgin & Agopyan, 2017).

Bu çalışma sonuçlarına göre, sınıf düzeyine ile sağlıklı yaşam davranışı, beslenme alışkanlıkları, sporda ilk yardım bilgi ve becerisi ile sporda sağlıklı ortam algısı alt boyutlarında anlamlı bir farklılık gözlemlenmemiştir. Ancak literatürde, genellikle sınıf düzeyi arttıkça bu faktörlerin geliştiği ve daha yüksek düzeyde bilgi ve beceriye sahip olunduğu öne sürülmektedir. Bu farklılık, araştırmanın örneklemi, kullanılan ölçüm araçları veya çevresel faktörler gibi çeşitli etkenlerden kaynaklanıyor olabilir. Bu durum, konuyla ilgili daha fazla araştırma yapılmasının gerekliliğini ve elde edilen bulguların genellenebilirliğini sorgulamak için dikkatlice değerlendirilmesi gerektiğini ortaya koymaktadır.

Araştırma sonuçlarına göre düzenli olarak fiziksel aktivite yapan katılımcıların sağlık yaşam davranışı ve beslenme, sporda ilk yardım bilgi düzeyi ve sporda sağlıklı ortam beklenti düzeyleri yüksektir. Alan yazınında yapılan araştırmalara bakıldığında; beden eğitimi ve tıp fakültesi öğrencilerinin beslenme tutumlarının incelendiği bir araştırmada fiziksel aktivite düzeyinin artmasının beslenme tutumları üzerinde olumlu etkiler oluşturduğu belirtilmiştir (Kılınçarslan vd., 2022). Benzer şekilde öğretmenlerde beslenme alışkanlıkları ve bilgi düzeylerinin farklı değişkenlere göre incelendiği bir çalışmada düzenli fiziksel aktivitenin sağlıklı yaşam davranışı üzerinde pozitif etkiler oluşturduğu vurgulanmıştır (Kayalı Karakuş & Çiçek, 2023). Polonya’da yapılan bir çalışmada, beden eğitimi öğretmenlerinin öğrencilerden daha yüksek düzeyde sağlık davranışları sergilediğini ve düzenli fiziksel aktivitenin bu davranışları olumlu etkilediğini göstermiştir (Nowak vd., 2024). Beden eğitimi öğretmenleri için bir ilk yardım eğitim modeli geliştirilen bir araştırmada, fiziksel aktiviteye dayalı eğitimlerin öğretmenlerin ilk yardım bilgi düzeylerini artırmada etkili olduğunu göstermektedir (Lubis & Nugroho, 2020). Benzer şekilde beden eğitimi öğretmen adaylarına yönelik ilk yardım eğitimlerinin etkisini değerlendirilen bir çalışmada fiziksel aktiviteye dayalı uygulamaların bireylerin ilk yardım bilgisini artırmada önemli bir rol oynadığını göstermektedir (Silva vd., 2025). Farklı ülkelerden öğretmenlerin fiziksel aktivite katılım düzeyleri incelenmiş; genel olarak hem öğretmenlerin hem de öğrenciye rehberlik eden bireylerin sağlık durumları açısından fiziksel aktivitenin faydalı olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Rosales-Ricardo vd., 2017). Yine başka bir çalışmada spor bilimleri ve beden eğitimi öğretmenliği öğrencilerinin ilk yardım bilgi düzeyleri değerlendirilmiş ve düzenli fiziksel aktivitenin bu

bilgileri olumlu etkilediği ortaya konulmuştur (Qasim vd., 2024). Ayrıca beden eğitimi öğretmenleri, öğrencileri ve ailelerinin fiziksel uygunluk düzeyinin ve sağlıkla ilişkili parametrelerinin farklı değişkenlere göre incelendiği bir çalışmada fiziksel aktivitenin spor ortamındaki hijyen ve sağlık bilgisi üzerinde olumlu etkileri olduğu vurgulanmıştır (Salman & Sarı, 2020). Literatürde benzer sonuçların yer aldığı birçok çalışma mevcuttur (Kargun vd., 2013; Kizilkaya Namli & Doganer, 2021; Özkan, 2018; Üçdal, 2019; Yıldız, 2025).

Bu bulgular ışığında, düzenli fiziksel aktivitenin bireylerin yalnızca fiziksel sağlığı üzerinde değil, aynı zamanda sağlıklı yaşam davranışları ve beslenme, sporda ilk yardım bilgi düzeyi ve sağlıklı spor ortamı beklentileri gibi diğer önemli alanlarda da olumlu etkiler yarattığını göstermektedir. Literatürdeki benzer bulgular, fiziksel aktivitenin bireylerin bilinç düzeyini artırma ve sağlıklı yaşam tarzını benimseme konusundaki rolünü desteklemektedir. Bu bağlamda, toplumda düzenli fiziksel aktiviteyi teşvik eden programların yalnızca fiziksel sağlık için değil, bireylerin genel yaşam kalitesini artırma açısından da stratejik bir öneme sahip olduğu söylenebilir.

Çalışma sonuçlarına göre spor branşı değişkenine ile sağlıklı yaşam davranışı-beslenme, sporda ilk yardım bilgi-becerisi ve sporda sağlıklı ortam alt boyutlarında anlamlı düzeyde farklılıklar bulunmamıştır. Literatürde yapılan çalışmalara bakıldığında; bireysel ve takım sporcularının sağlıklı yaşam düzeylerinin karşılaştırıldığı bir çalışmada, bireysel spor branşında yer alan sporcuların takım spor branşında yer alan sporculara oranla sağlıklı beslenme tutum ölçeği toplam puan ortalamasının daha yüksek olduğu vurgulanmıştır (Tizar vd., 2022). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinde branşa göre beslenme tutumları başlıklı bir araştırmada bireysel sporcuların, takım sporcularına göre tüm alt boyutlarda anlamlı derecede daha olumlu beslenme tutumlarına sahip olduğu bulunmuştur (Göral & Yıldırım, 2022). Farklı spor branşlarındaki öğretmen adaylarının sağlık davranış düzeylerini karşılaştırılan bir çalışmada, takım sporlarıyla ilgilenen adayların sağlıklı yaşam davranışlarında daha yüksek puanlara sahip olduğu bulunmuştur (Ararat & Karagün, 2016). Takım sporları ve sıklet sporcularının beslenme bilgi düzeyleri ve alışkanlıklarını karşılaştırılan bir araştırmada her iki grubun da beslenme konusunda yeterli bilgiye sahip olduğu ifade edilmiştir (Kolukısa & Calçalı, 2021). İngiltere'deki iki genç futbol liginde yapılan bir çalışmada, takım yetkililerinin ilk yardım yeterlilikleri ve bilgi düzeyleri değerlendirilmiştir. Katılımcıların %60'ından fazlasının güncel bir ilk yardım sertifikasına sahip olmadığı ve bazı temel acil durum senaryolarında doğru yanıt verme oranlarının düşük olduğu bulunmuştur (Cunningham, 2002). 3262 profesyonel sporcunun spor güvenliği eğitimine katılımının spor yaralanmaları, spor güvenliği bilinci ve spor aktivite alışkanlıkları üzerindeki etkisinin incelendiği bir çalışmada ise hem takım hem bireysel sporcuların, spor kazalarıyla başa çıkma konusunda daha bilinçli ve hazırlıklı olduklarını göstermiştir (Kwon & Jang, 2025). Halı sahada futbol oynayan bireyler üzerine gerçekleştirilen bir araştırma da sporda yaralanmaya yönelik ilk yardım eğitiminin, spora dönüşte önem arz ettiğini vurgulamıştır (Koç ve Yasun, 2024). Bir çalışmada, takım sporcularının ve dövüş sporcularının sadece %29,5'inin ağız koruyucu kullandığı, %17,4'ünün kullanmadığını tespit edilmiştir. Bu durumunda, sporda sağlıklı ortamının ve hijyeninin ihmal edildiğini dolayısıyla enfeksiyon riskinin arttığını göstermektedir (Özkal Eminoglu vd., 2025). Nijerya'da yapılan bir araştırmada da, takım sporcularının kişisel hijyen uygulamaları ile algılanan sağlık durumları arasında anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Bu bulgu, sporcuların kişisel hijyen alışkanlıklarının ve sporda sağlıklı ortam algılarının, sağlıkları üzerinde doğrudan etkili olduğunu belirtmiştir (Anam vd., 2025).

Ortaya çıkan sonuçların bulgularımız ile farklılık gösterdiği görülmektedir. Bu durumun örneklemin özellikleri, çalışma grubu büyüklüğü veya veri toplama yöntemlerindeki farklılıklardan kaynaklanabileceği düşünülmektedir. Ayrıca, spor branşına özgü olmayan faktörlerin (örneğin bireysel farkındalık, eğitimin niteliği veya genel yaşam tarzı) bu değişkenler üzerinde daha belirleyici rol oynadığı düşünülebilir. Bu bulgular, spor branşı değişkeninin sağlıklı yaşam ve sporda bilgi-beceriler üzerindeki etkisinin sınırlı olabileceğini göstermekte ve bu alanda daha kapsamlı araştırmalara ihtiyaç duyulduğunu ortaya koymaktadır.

Araştırmada korelasyon analizi sonuçlarına göre sağlıklı yaşam davranışı ve beslenme ile sporda ilk yardım bilgisi ve becerisi ($r=,483$); sağlıklı yaşam davranışı ve beslenme ile sporda sağlıklı ortam becerisi ($r=,597$); sporda ilk yardım bilgisi ve becerisi ile sporda sağlıklı ortam becerisi ($r=,549$); alt boyutları arasında ise orta düzeyde pozitif yönlü anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Literatürde yapılan çalışmalara bakıldığında; ilk yardım istekliliği üzerine yapılan kesitsel bir araştırmada ilk yardım bilgisi ile sağlıklı yaşam davranışı arasında pozitif yönde anlamlı korelasyonlar tespit edilmiştir (Katona vd., 2022). Benzer şekilde beden eğitimi öğrencilerinde ilk yardım bilgisinin farklı değişkenlere göre değerlendirilmesi içerikli bir araştırmada ilk yardım bilgisinin artmasının

kişideki tutum ve davranışlara olumlu etkiler oluşturduğu bulunmuştur (Qasim vd., 2024). Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin ilk yardıma yönelik tutumlarının incelendiği farklı bir araştırmada da sporda ilk yardıma yönelik bilgi ve becerilerin artırılmasının beraberinde sağlıklı yaşam tutumunu da arttırdığını ortaya koymuştur (Şirin ve Kaya, 2006). Kuveyt'te beden eğitimi ve spor bölümü öğrencilerine yönelik ilk yardım becerilerinin bilgi edinimi ve uygulanmasına yönelik bir eğitim programının etkinliği başlıklı bir çalışmada kişilerin ilk yardım becerisi ve tutumları arasında güçlü korelasyon olduğu bulunmuştur (Salem Nasser, 2025). Fiziksel aktivite uygulama ortamı ile yaşam tarzı alışkanlıkları ve fiziksel ve psikososyal sağlık göstergeleri arasındaki ilişkiyi inceleyen başka bir araştırmada düzeli fiziksel aktivite, düzenli diyet ve sağlıklı spor ortamı arasında anlamlı pozitif ilişkiler tespit edilmiştir (Jiménez Boraita vd., 2022). Aynı şekilde Türkiye'deki bir araştırma, çevresel altyapı ve sosyal destek düzeyi ile spor yapma alışkanlığı yanında sağlıklı beslenme ve genel yaşam davranışları arasında anlamlı ilişkiler saptamıştır (Timurtaş vd., 2022). Bu bulgular, sağlıklı ilgili davranışlar geliştikçe bireylerin ilk yardım bilgi ve uygulama yeterliklerinin yanı sıra çevresel sağlık beklentilerinin de arttığını göstermekte olup, literatürde ilk yardım bilgisi ile tutum değişkenleri arasındaki pozitif ilişkiler ile tutum-uğraş modülleri arasında tutarlı bir örüntü sunmaktadır. Bu çerçevede, araştırma sonuçları, beden eğitimi ve spor öğretmeni adaylarının sağlık okuryazarlığı boyutlarını güçlendiren eğitim programlarının tasarımında yol gösterici olabilir ve adayların hem kişisel sağlıklarını hem de öğrencilerin sağlık bilincini destekleme kapasitesini artıracak stratejilerin geliştirilmesine katkı sağlayabileceği düşünülmektedir.

Cinsiyete dayalı farklılıkların dikkate alındığında, erkek katılımcıların sağlıklı yaşam davranışları, beslenme alışkanlıkları ve sporda sağlıklı ortam farkındalıklarını geliştirmeye yönelik özel eğitim ve bilinçlendirme programları düzenlenmelidir. Ayrıca, her iki cinsiyetin eşit düzeyde ilk yardım bilgi ve becerisine sahip olması gerektiğinden, bu kazanımın sürdürülebilirliğini sağlamak amacıyla periyodik uygulamalı eğitimler desteklenmelidir. Ayrıca her sınıf düzeyine uygun olarak kademeli şekilde yapılandırılmış sporda sağlık okuryazarlığı uygulamaları içeren programlar geliştirilmelidir. Tüm eğitim kademlerinde bilgi düzeyini artırmaya yönelik uygulamalı ve deneyime dayalı etkinliklerin artırılması, öğrenmenin kalıcılığını sağlayabilir ve sınıf düzeyine bağlı gelişim farkını ortaya çıkartabilir. Düzenli fiziksel aktivitenin sağlıklı yaşam davranışları, ilk yardım bilgi düzeyi ve sağlıklı ortam algısı üzerindeki olumlu etkileri dikkate alınarak, beden eğitimi öğretmeni adaylarının daha fazla fiziksel aktiviteye yönlendirilmesi sağlanmalıdır. Ayrıca, fiziksel olarak aktif olmayan bireyler için motivasyon artırıcı programlar geliştirilmesinin önem arz ettiği düşünülmektedir.

Teşekkür ve Açıklamalar

Bu araştırmada herhangi bir kurum, kuruluş ya da kişiden destek alınmamıştır.

Veri toplama sürecinde anket sorularını cevaplayan Muş Alparslan Üniversitesi, Bingöl Üniversitesi, Bitlis Üniversitesi, Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi ve Kars Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerine teşekkür ederiz.

Çıkar Çatışması

Araştırmacıların, araştırma ile ilgili diğer kişi ve kurumlarla herhangi bir kişisel ve finansal çıkar çatışması yoktur.

Yazar Katkısı

Bu çalışmanın planlanması, yürütülmesi ve yazılı hâle getirilmesinde sadece tek bir araştırmacı yer almıştır.

Kaynaklar

- Abdelrahman, D., Aleyeidi, N. A., Alqahtani, H. T., Aldosari, F. N., Al Shammari, T. G., Alrusaini, N. K., Almagfouz, F. R., Altamimi, S. A., Alshehri, S. A., Alsubaie, M. R., Almuzaini, A.R., Innab, A. J., & Alsuhailani, Y. A. (2024). Assessment of knowledge, attitude, and practice toward first aid among female school educators in Riyadh, Saudi Arabia: A cross-sectional study. *Frontiers in Public Health*, 12, 1482181. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1482181>
- Adib-Hajbaghery, M., & Kamrava, Z. (2019). Iranian teachers' knowledge about first aid in the school environment. *Chinese Journal of Traumatology*, 22(4), 240–245. <https://doi.org/10.1016/j.cjtee.2019.02.003>
- Akbalıç, E., & Gökler, M. E. (2020). COVID-19 salgını sürecinde eksikliği ortaya çıkan bir gerçek: Sağlık okuryazarlığı. *ESTÜDAM Halk Sağlığı Dergisi*, 5, 148–155. <https://doi.org/10.35232/estudamhsd.763717>
- Anam, B. B., Dan, F. A. O., & Mahakong, U. A. (2025). Personal hygiene practices and perceived health status of athletes in team sports in University of Calabar, Nigeria. *Global Journal of Educational Research*, 24(2), 161–168. [10.4314/gjedr.v24i2.5](https://doi.org/10.4314/gjedr.v24i2.5)
- Atalay, F. Ç. (2024). *Beslenme ve sağlık*. İzmir: Efe Akademi Yayınları.
- Ararat, Y., & Karagün, E. (2016). Beden eğitimi ve spor öğretmen adaylarının sağlık davranışlarının incelenmesi. *Kocaeli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 2(1), 23–27. <https://doi.org/10.30934/kusbed.358487>
- Balanlı, O. F. (2023). *Beden eğitimi dersinde öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerini artırmaya yönelik stratejiler: Beden eğitimi öğretmeninin fiziksel aktivite ve algılanan fiziksel okuryazarlık düzeylerinin etkisi* [Yayımlanmamış Doktora Tezi]. Aksaray Üniversitesi, Aksaray.
- Baydar Arıcan, H. Ö. (2021). Üniversitede sağlıklı yaşam biçimi davranışları. *Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 4(2), 59–73. <https://doi.org/10.59778/sbfergisi.1259391>
- Bellici, N. (2015). Ortaokul öğrencilerinde okula bağlanmanın çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 15(1), 48–65. <https://doi.org/10.17240/aibuefd.2015.15.1-5000128594>
- Boberová, Z., & Husárová, D. (2021). What role does body image play in the relationship between level of health literacy and symptoms of eating disorders in adolescents? *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(7), 3482. <https://doi.org/10.3390/ijerph18073482>
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2012). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.
- Cairney, J., Dudley, D., Kwan, M., Bulten, R., & Kriellaars, D. (2019). Physical literacy, physical activity, and health: Toward an evidence-informed conceptual model. *Sports Medicine*, 49, 371–383. <https://doi.org/10.1007/s40279-019-01063-3>
- Ceylan, G., & Kozak, M. (2021). Perceptions of active Zumba members regarding the concept of "Zumba": A metaphor analysis study. *Journal of Human Sciences*, 18(2), 233–242. <https://doi.org/10.14687/jhs.v18i2.xxxx>
- Charoghchian-Khorasani, E., Tavakoly-Sany, S. B., Tehrani, H., Doosti, H., & Peyman, N. (2020). Review of organizational health literacy practice at health care centers: Outcomes, barriers, and facilitators. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(20), 7544. <https://doi.org/10.3390/ijerph17207544>
- Cohen, J. (2013). *Statistical power analysis for the behavioral sciences*. England: Routledge.
- Cunningham, A. (2002). An audit of first aid qualifications and knowledge among team officials in two English youth football leagues: A preliminary study. *British Journal of Sports Medicine*, 36(4), 295–300. <https://doi.org/10.1136/bjism.36.4.295>

- Çelik, H. (2025). Spor Bilimleri öğrencilerinin e-sağlıklı beslenme okuryazarlığı düzeylerinin incelenmesi. *Uluslararası Güncel Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 11(1), 141–152.
- Çingöz, Y. E., Mavibaş, M., Asan, S., & Sevindik, B. (2021). Meslek gruplarına göre serbest zaman fiziksel aktivite kısıtlayıcılarının araştırılması. *Kilis 7 Aralık Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 5(1), 103–113.
- Daly, B. P., Shin, R. Q., Thakral, C., Selders, M., & Vera, E. (2009). School engagement among urban adolescents of color: Does perception of social support and neighborhood safety really matter? *Journal of Youth and Adolescence*, 38(1), 63–74. <https://doi.org/10.1007/s10964-008-9294-7>
- Demirtaş, B., & Demirel, N. (2024). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin sağlıklı yaşam farkındalığı düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 7(1), 196–216. <https://doi.org/10.38021/asbid.1416360>
- Dudley, D., & Cairney, J. (2017). Critical considerations for physical literacy policy in public health, recreation, sport, and education agencies. *Quest*, 69(4), 436–452. <https://doi.org/10.1080/00336297.2016.1268967>
- Erdoğan, Ö. (2019). *Afyon Kocatepe Üniversitesi beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü öğrencilerinin ilk yardım bilgi düzeylerinin belirlenmesi* [Yüksek Lisans Tezi]. Afyon Kocatepe Üniversitesi, Afyon.
- Erdoğan, R., Tizar, E., Ayhan, S., & Akpolat, İ. (2023). Üniversite öğrencilerinin egzersiz bağımlılığı ve sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının incelenmesi. *Dicle Tıp Dergisi*, 50(1), 120-129. <https://doi.org/10.5798/dicletip.1267192>
- Fathy Mohamed Mahran, E., Sadek Abd El-Hameed, H., Abd Elrazek Mahmuod, A., Fathy Mohy, E., & Deen, H. (2021). Safety measures and first aid educational program among sports school students and their staff regarding sports injuries. *Journal of Nursing Science Benha University*, 2(2), 29-42.
- Field, A. (2009). *Discovering statistics using IBM SPSS statistics*. ABD: Sage Publications.
- George, D., & Mallery, P. (2003). *SPSS for Windows step by step: A simple guide and reference*. Allyn & Bacon.
- Gönen, M., & Ceyhan, M. A. (2022). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin sağlıklı beslenmeye yönelik tutumları ile benlik saygıları arasındaki ilişki. *International Journal of Eurasia Social Sciences*, 13(48), 625–637. <https://doi.org/10.35826/ijoess.3154>. <http://dx.doi.org/10.35826/ijoess.3154>
- Göral, K., & Yıldırım, D. (2022). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumlarının branş farklılıklarına göre araştırılması. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 17(1), 58-69. <https://doi.org/10.33459/cbubesbd.1114833>. <https://doi.org/10.33459/cbubesbd.1114833>
- Güler, M. P. D., & Alptekin, İ. (2021). Sınıf öğretmen adaylarının temel ilkyardım bilgi düzeyinin belirlenmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22(1), 299–331.
- Hair, J. F., Black, C. W., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2019). *Multivariate data analysis*. Annabel Ainscow.
- Hu, L. T., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 6(1), 1–55. <https://doi.org/10.1080/10705519909540118>. <https://doi.org/10.1080/10705519909540118>
- Jiménez Boraita, R., Gargallo Ibort, E., Arriscado Alsina, D., & Dalmau Torres, J. M. (2022). Asociación entre el entorno de práctica de actividad física y los hábitos de vida e indicadores de salud física y psicosocial. *Rev. esp. salud pública*, e202202017-e202202017.
- Kafkas, M. E., Kafkas, A. Ş., & Acet, M. (2015). Beden eğitimi öğretmenlerinin sağlıklı yaşam biçimi davranış düzeylerinin incelenmesi. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, (32), 47–55.
- Kalay, A. (2021). *BESYO öğrencilerinin genel beslenme ve sporcu beslenmesi bilgi düzeylerinin incelenmesi (Mardin Artuklu Üniversitesi BESYO örneği)*, [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Mardin Artuklu Üniversitesi, Mardin.

- Karaçetin, F. (2021). *Hemşirelik öğrencilerinin ilk yardım bilgi düzeyi ile öz yeterlik inançları arasındaki ilişkinin incelenmesi*, [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi. Zonguldak.
- Karasar, N. (2012). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel Yayıncılık
- Kargun, M., Cenikli, A., Dalkılıç, M., Öztürk, H., Ramazanoğlu, F., & Mamak, H. (2013). Prospective physical education and sports teachers' healthy lifestyle behaviors. *International Journal of Academic Research*, 5(5), 325–329. <https://doi.org/10.7813/2075-4124.2013/5-5/B.50>
- Katona, Z., Tarkó, K., & Berki, T. (2022). First Aid Willingness Questionnaire for Schoolchildren: An Exploratory Factor Analysis and Correlation Study. *Children*, 9(7), 955. <https://doi.org/10.3390/children9070955>
- Kayalı Karakuş, E., & Çiçek, G. (2023). Beden eğitimi öğretmenlerinin beslenme alışkanlıkları ve bilgi düzeylerinin incelenmesi. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 14(1), 99–114. <https://doi.org/10.17155/omuspd.1193456>
- Kılınçarslan, G., Bayrakdar, A., & Avcı, P. (2022). Beden eğitimi ve tıp alanındaki öğrencilerin sağlıklı beslenme tutumlarının incelenmesi. *Uluslararası Güncel Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 8(1), 44–56.
- Kizilkaya Namli, A., & Doganer, S. (2021). Investigation of physical education teachers' first aid response with vignette technique. *African Educational Research Journal*, 9(1), 259–272.
- Koç, H., & Karadağ, A. (2025). Sağlık okuryazarlığı: Sporda sağlık okuryazarlığı üzerine ölçek geliştirme çalışması. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 23(1), 84–97. <https://doi.org/10.33689/spormetre.1530068>
- Koç, H., & Yasun, E. (2024). Halı sahada futbol oynayan bireylerin sporda yaralanma durumlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 18(3), 339–349. <https://doi.org/10.61962/bsd.1565690>
- Kolukısa, Ş., & Calçalı, T. (2021). Examination of nutritional knowledge levels and eating habits of team sports and weight athletes. *Journal of Current Researches on Social Sciences*, 11(2), 167–186. doi: <https://doi.org/10.26579/jocress.431>
- Kwon, J., & Jang, J. (2025). Impact of participation in sports safety education on sports injuries, sports safety awareness, and sports activity habits among young Korean athletes. *Medicine*, 104(8), e41589. <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000041589>
- Lubis, A. E., & Nugroho, A. (2020). First aid training model for physical education teachers. *TEGAR: Journal of Teaching Physical Education in Elementary School*, 4(2), 73–80. <https://doi.org/10.17509/tegar.v4i2.33614>
- Lucke, J. F. (2005). The a and the of congeneric test theory: An extension of reliability and internal consistency to heterogeneous tests. *Applied Psychological Measurement*, 29(1), 65–81. <https://doi.org/10.1177/0146621604270882>
- Mahdifar, M., Tavakoly Sany, S. B., Ghavami, V., & Vahedian-Shahroodi, M. (2021). Health literacy and body image concern among healthcare employees in Binaloud, Iran. *Journal of Health Literacy*, 6(1), 31–40. <https://doi.org/10.22038/jhl.2021.55849.1153>
- Mutlu Bozkurt, T., Olcay, H., & Atlı, M. (2022). Sağlıklı yaşam becerileri ile fiziksel özellikler arasındaki ilişki. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 5(3), 752–768. DOI: <https://doi.org/10.38021/asbid.1147915>
- Nowak, P. F., Lelonek, M., Suliga, E., & Choła, Ł. (2024). Determinanty zachowań zdrowotnych nauczycieli i studentów wychowania fizycznego. *Medycyna Pracy: Workers' Health and Safety*, 75(4), 355–365.
- Nutbeam, D. (2008). The evolving concept of health literacy. *Social Science & Medicine*, 67(12), 2072–2078. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2008.09.050>
- Olmos-Gómez, M. D. C., Ruiz-Garzón, F., Pais-Roldán, P., & López-Cordero, R. (2021). Teaching first aid to prospective teachers as a way to promote child healthcare. *In Healthcare*, 9(4), 367. MDPI. <https://doi.org/10.3390/healthcare9040367>

- Orhan, S. İ., & Aydın, A. (2020). Öğretmen adaylarının ilk yardım bilgi düzeyleri: Kastamonu Üniversitesi örneği. *Kastamonu Education Journal*, 28(4), 1657–1667. <https://doi.org/10.24106/kefdergi.3798>
- Örs, M. (2024). Healthy lifestyle behaviors among teachers working in public primary schools and affecting factors. *Frontiers in Public Health*, 12, 1382385. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1382385>
- Özcan, S., & Bozhüyük, A. (2016). Çukurova Üniversitesi sağlık bilimleri öğrencilerinin sağlıklı yaşam davranışları. *Çukurova Medical Journal*, 41(4), 664–674. <https://doi.org/10.17826/cutf.254191>
- Özer, Z. (2018). *Öğretmen adaylarının ilk yardım konusunda bilgi düzeyleri*, [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti Yakın Doğu Üniversitesi, Kıbrıs.
- Özkal Eminoğlu, D., Kaşalı, K., Gençoğlu, C., Ulupinar, S., Özbay, S., Şeran, B., & Kiyici, F. (2025). Mouthguard use, hygiene, and maintenance practices among combat and team sports athletes: A comparative study. *PLOS ONE*, 20(1), e0317952. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0317952>
- Özkan, A. (2018). *Sınıf öğretmenlerinin ve adaylarının enerji ve besin ögesi alımları (beslenme alışkanlıkları) ile sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının ve fiziksel aktivite düzeylerinin belirlenmesi*. [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Bartın Üniversitesi, Bartın.
- Özpınar, S., Çelik Odabaşı, N., & Akyol, M. (2020). Associations between health literacy and preventive skin cancer strategies among university students. *Journal of Health Literacy*, 5(3), 12–25. <https://doi.org/10.22038/jhl.2020.53482.1136>
- Pautu, A., Petracovschi, S., & Domokos, M. (2025). The impact of gender stereotypes on physical education lessons: A pilot study regarding the qualitative analysis of teachers' perceptions. *Frontiers in Psychology*, 16, 1575686. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1575686>
- Qasim, R., Liaqtat, A., Afzal, S., Gill, M. S. A., Sehar, R., & Aslam, A. (2024). Assessment of first aid knowledge among physical education students. *International Journal of Contemporary Issues in Social Sciences*, 3(3), 297–304.
- Rosales-Ricardo, Y., Orozco, D., Yaulema, L., Parreño, Á., Caiza, V., Barragán, V., & Peralta, L. (2017). Physical activity and health in teachers. A review. *Apunts Sports Medicine*, 52(196), 159-166.
- Röger-Offergeld, U., & Töpfer, C. (2025). Effects of health-related physical education teacher education on PE student teachers' pedagogical content knowledge and on female pupils' health-related knowledge and understanding. *Quest*, 1-19. <https://doi.org/10.1080/00336297.2025.xxxxx>
- Salem Nasser Al-Rashidi, M. (2025). Effectiveness of a training program on knowledge acquisition and practicing some first aid skills for students of physical education and sports in Kuwait. *The International Scientific Journal of Physical Education and Sport Sciences*, 13(1), 25-37. <https://doi.org/10.21608/isjpes.2024.269984.1097>
- Salman, U., & Sarı, İ. (2020). Beden eğitimi öğretmenleri, öğrenciler ve ailelerin bakış açısı ile sağlıkla ilgili fiziksel uygunluk karnesi: Yeni bir uygulama. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 18 (2), 77–103. <https://doi.org/10.33689/spormetre.589153>
- Silva, J. L. O., dos Santos, J. O., Balbé, L. A., dos Santos Figueiredo, F. W., Lima, R. C. M., Bucar, S. M. R., & Quaresma, F. R. P. (2025). Capacitação em primeiros socorros: Um pilar fundamental na prática da educação física. *SciELO Preprints*. <https://doi.org/10.1590/SciELO11701>
- Sørensen, K., Van den Broucke, S., Fullam, J., Doyle, G., Pelikan, J., Slonska, Z., & Brand, H. (2012). Health literacy and public health: A systematic review and integration of definitions and models. *BMC Public Health*, 12(1), 80. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-12-80>
- Stoddart, H. E. (2022). *The social organisation of help: A study of boundaries that matter for first aid provision and the careers of the british red cross volunteers*. Lancaster University (United Kingdom).
- Sum, K. W. R., Wallhead, T., Ha, S. C. A., & Sit, H. P. C. (2018). Effects of physical education continuing professional development on teachers' physical literacy and self-efficacy and students' learning

- outcomes. *International Journal of Educational Research*, 88, 1–8. <https://doi.org/10.1016/j.ijer.2018.01.001>
- Sural, V., & Tamer, K. (2021). Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Gazi Journal of Physical Education and Sport Sciences*, 26(1), 163–181.
- Svendsen, K., Torheim, L. E., Fjelberg, V., Sorprud, A., Narverud, I., Retterstøl, K., ... & Telle-Hansen, V. H. (2021). Gender differences in nutrition literacy levels among university students and employees: A descriptive study. *Journal of Nutritional Science*, 10, e56. <https://doi.org/10.1017/jns.2021.43>
- Şirin, E.F & Kaya, M. (2006). Beden eğitimi öğretmenlerinin ilk yardım konusundaki bilgi ve tutum düzeylerinin değerlendirilmesi. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 11(4), 31-42.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics*. Boston: Pearson.
- Timurtaş, E., Selçuk, H., Çınar, E., Demirbüken, İ., Sertbaş, Y., & Polat, M. G. (2022). Personal, social, and environmental correlates of physical activity and sport participation in an adolescent Turkish population. *Bulletin of Faculty of Physical Therapy*, 27(1), 11. <https://doi.org/10.1186/s43161-022-00070-2>
- Tizar, E., Erdoğan, R., & Ayhan, S. (2022). Bireysel ve takım sporcularının sağlıklı yaşam düzeylerinin karşılaştırılması. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 7(3), 229–245. <https://doi.org/10.31680/gaunjss.1135404>
- Tüfekçi, Ş., Böke, H., & Altungül, O. (2021). Examination of nutritional knowledge levels of physical education and sports stakeholders in gender variable: A systematic review and meta-analysis. *Physical Education of Students*, 25(5), 299–306. <https://doi.org/10.15561/20755279.2021.0508>
- Türkiye Cumhuriyeti Sağlık Bakanlığı Temel Sağlık Hizmetleri Genel Müdürlüğü. (2011). *Sağlığın Teşviki ve Geliştirilmesi Sözlüğü* (1. baskı). Bakanlık Yayın No: 814.
- Üçdal, C. (2019). *Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının incelenmesi (Erzurum il örneği)*. [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Erzurum Atatürk Üniversitesi, Erzurum.
- Velardo, S. (2015). The nuances of health literacy, nutrition literacy, and food literacy. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 47(4), 385-389. <https://doi.org/10.1016/j.jneb.2015.04.328>
- Van Der Heide, I., Wang, J., Droomers, M., Spreeuwenberg, P., Rademakers, J., & Uiters, E. (2013). The relationship between health, education, and health literacy: Results from the dutch adult literacy and life skills survey. *Journal of Health Communication*, 18(sup1), 172–184. <https://doi.org/10.1080/10810730.2013.825668>
- Vázquez-Espino, K., Rodas-Font, G., & Farran-Codina, A. (2022). Sport nutrition knowledge, attitudes, sources of information, and dietary habits of sport-team athletes. *Nutrients*, 14(7), 1345. <https://doi.org/10.3390/nu14071345>
- Whitehead, M. E., Durden-Myers, E. J., & Pot, N. (2018). The value of fostering physical literacy. *Journal of Teaching in Physical Education*, 37(3), 252–261. <https://doi.org/10.1123/jtpe.2018-0139>
- Yetgin, M. K., & Agopyan, A. (2017). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin sağlıklı yaşam biçimi davranışları. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 15(3), 177–184. https://doi.org/10.1501/Sporm_0000000323
- Yıldız, N. (2025). *Batman ilinde görev yapan beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin obezite farkındalık düzeylerinin incelenmesi*. [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Batman Üniversitesi, Batman.
- Yüksel Çaylak, N., Aydemir, A., & Ayyıldız, M. (2024). Spor lisesi öğrencilerinin ilk yardım ve temel yaşam desteği konularındaki bilgi düzeyinin değerlendirilmesi. *Doğal Yaşam Tıbbi Dergisi*, 6(2), 71–81. <https://doi.org/10.71051/jnlm.1564404>

EXTENDED SUMMARY

Purpose/ Originality

Health literacy has become a central concept in promoting sustainable healthy lifestyles, particularly within educational contexts where future professionals play a key role in shaping health-related behaviors. In the field of physical education and sports, health literacy extends beyond general health knowledge to include sport-specific competencies such as nutrition awareness, first aid knowledge and skills in sport settings, and awareness of healthy sport environments. Physical education and sports teacher candidates are expected not only to adopt healthy behaviors themselves but also to serve as role models and guides for students throughout their professional careers.

Within this framework, the concept of sports health literacy has recently been introduced to describe individuals' capacity to develop healthy lifestyle behaviors, make informed nutritional choices, apply first aid knowledge in sport-related situations, and recognize and maintain healthy sport environments. Although previous studies have examined nutrition knowledge, first aid awareness, or environmental factors separately among teacher candidates, research addressing these components within an integrated and multidimensional structure remains limited. Therefore, the purpose of this study was to examine the sports health literacy levels of physical education and sports teacher candidates and to investigate whether these levels differ according to gender, class level, regular physical activity participation, and type of sport branch (individual vs. team sports). In addition, the relationships among the subdimensions of sports health literacy were analyzed to better understand the multidimensional structure of the construct.

Method

This study employed a descriptive cross-sectional research design using the general survey model. The sample consisted of 456 physical education and sports teacher candidates (287 male and 169 female) studying in universities located in the eastern regions of Türkiye, including Muş, Bingöl, Bitlis, Ağrı, and Kars. Participation was voluntary, and data were collected through face-to-face administration in classroom settings after participants were informed about the purpose of the study. Data were gathered using a Personal Information Form and the Sports Health Literacy Scale, which includes 18 items and three subdimensions:

Healthy Lifestyle Behavior and Nutrition, First Aid Knowledge and Skills in Sport, and Healthy Environment in Sports. The scale is structured on a five-point Likert format and demonstrated satisfactory reliability and validity indicators within the present sample. Statistical analyses were conducted using SPSS 26.0. Prior to analysis, assumptions of normality and homogeneity of variance were tested and met. Independent samples t-tests were used to compare two-group variables, while One-Way ANOVA was applied for variables with more than two groups. Pearson correlation analysis was conducted to examine relationships among subdimensions. Effect sizes were calculated using Cohen's *d*, and the significance level was set at $p < .05$.

Results

Sports health literacy differed significantly by gender and regular physical activity participation, but not by class level or sport branch. Female participants scored higher in healthy lifestyle behavior and nutrition, healthy sport environment, and overall sports health literacy, while no gender difference was observed in first aid knowledge. Participants engaging in regular physical activity demonstrated higher scores across all subdimensions, with small to moderate effect sizes, highlighting physical activity as a key behavioral determinant. Correlation analyses showed moderate, positive relationships among all subdimensions, supporting the multidimensional nature of sports health literacy.

Discussion and Implications

The results indicate that sports health literacy is influenced by individual and behavioral factors, particularly gender and regular physical activity. Higher scores among female participants may reflect greater health awareness, while regular physical activity appears to strengthen health-related knowledge and responsible behaviors. The lack of differences by class level and sport branch suggests that formal education alone may be

insufficient, highlighting the need to integrate applied, practice-based sports health literacy components into teacher education curricula.

Conclusion

In conclusion, this study demonstrates that sports health literacy among physical education and sports teacher candidates is a multidimensional construct influenced by gender and physical activity behaviors. Enhancing sports health literacy requires educational approaches that promote active participation, address individual differences, and integrate health-related competencies in a holistic manner. Strengthening sports health literacy within teacher education programs may contribute to healthier school environments and support the long-term development of health-conscious future generations.