

2023

FİZİKSEL AKTİVİTE

ARAŞTIRMASI



İçindekiler

GİRİŞ.....	6
YÖNTEM.....	6
1.GENEL BİLGİLER	7
1.1.Yaka	7
1.2.İlçe.....	7
2.DEMOGRAFİK BİLGİLER	8
2.1.Cinsiyet.....	8
2.1.1.Anket Tipi-Cinsiyet	8
2.2.Yaş.....	8
2.1.1.İlçe-Cinsiyet	9
2.2.1.İlçe-Yaş Dağılımı.....	10
2.3.Eğitim Durumu.....	11
2.3.1.Eğitim Durumu-Cinsiyet Dağılımı	11
2.4.Medeni Durum.....	12
2.5.Meslek.....	12
2.6.Hane Halkı Gelir Dağılımı	13
2.7.Lisanslı Sporcu musunuz?	13
2.7.1.Lisanslı Sporcu- Cinsiyet-Yaş Dağılımı.....	14
2.7.2.Anket Tipi-Lisanslı Sporcu.....	14
3.SPOR İSTANBUL ve İBB SPOR TESİSLERİ.....	15
3.1.Spor İstanbul’u Duydunuz mu?	15
3.1.1.Spor İstanbul’u Duydunuz mu?-Cinsiyet Dağılımı	15
3.1.2.Spor İstanbul’u Duydunuz mu?-Yaş Dağılımı	15
3.1.3.Spor İstanbul’u Duydunuz mu?-İlçe Dağılımı	16
3.2.Spor İstanbul’u Nereden Duydunuz?.....	17
3.2.1.Spor İstanbul’u Nereden Duydunuz?-Cinsiyet Dağılımı	17
3.2.2.Spor İstanbul’u Nereden Duydunuz?-Yaş Dağılımı	18
3.3.Spor İstanbul A.Ş İçin Aşağıdaki İfadelere Katılım Düzeyiniz Nedir?.....	18
4.DİĞER AKTİVİTE ALIŞKANLIKLARI	19
4.1.Düzenli Olarak Spor Ya Da Egzersiz Yapıyor Musunuz?.....	19
4.1.1.Düzenli Fiziksel Aktivite/Spor/Egzersiz Yapıyor mu?-Cinsiyet Dağılımı.....	19
4.1.2.Düzenli Fiziksel Aktivite/Spor/Egzersiz Yapıyor mu?-Yaş Dağılımı	19
4.1.3.Düzenli Fiziksel Aktivite/Spor/Egzersiz Yapıyor mu?-İlçe Dağılımı	20
4.1.4.Anket Tipi-Düzenli Fiziksel Aktivite.....	21
4.2.Hangi Spor ya da Egzersizleri Düzenli Olarak Yapmaktasınız?.....	21
4.2.1.Düzenli Spor ve Egzersiz – Cinsiyet Dağılımı	22
4.2.2.Düzenli Spor ve Egzersiz –Yaş Dağılımı.....	23

4.3.Haftada Kaç Dakika Fiziksel Aktivite Yapıyorsunuz?	23
4.3.1.Haftada Kaç Dakika Fiziksel Aktivite Yapıyorsunuz?-Cinsiyet Dağılımı.....	24
4.3.2.Haftada Kaç Dakika Fiziksel Aktivite Yapıyorsunuz?-Yaş Dağılımı	24
4.4.Sportif Faaliyetlerinizi En Sık Olarak Nerede Yapıyorsunuz?.....	24
4.4.1.Sportif Faaliyetlerinizi En Sık Olarak Nerede Yapıyorsunuz?-Cinsiyet.....	25
4.4.2.Sportif Faaliyetlerinizi En Sık Olarak Nerede Yapıyorsunuz?-Yaş	25
4.5.Fiziksel Aktivite Yapmanızın En Önemli 2 Nedeni Nedir?.....	26
4.5.1.Fiziksel Aktivite Yapmanızın En Önemli İki Nedeni Nedir?-Cinsiyet	26
4.5.2.Fiziksel Aktivite Yapmanızın En Önemli İki Nedeni Nedir?-Yaş.....	27
4.6.Düzenli Fiziksel Aktivite Yapmama Nedeniniz Nedir?.....	27
4.6.1.Düzenli Fiziksel Aktivite Yapmama Nedeniniz Nedir?-Cinsiyet.....	28
4.7.Spor/Egzersiz Amacı Dışında Fiziksel Aktivite Süresi	29
4.8.Fırsat Olsa Hangi Fiziksel Aktivite Türlerini Yapmak İstersiniz?	29
4.8.1.Fırsat Olsa Hangi Fiziksel Aktivite Türlerini Yapmak İstersiniz?-Cinsiyet	30
4.9.Spor Merkezine ya da Spor Kulübüne Üyeliğiniz Var mı?	30
4.9.1.Spor Merkezine ya da Spor Kulübüne Üyeliğiniz Var mı?-Cinsiyet	31
4.9.2.Spor Merkezine ya da Spor Kulübüne Üyeliğiniz Var mı?-Yaş.....	31
4.9.3.Anket Tipi-Spor Kulübüne Üyelik.....	31
5.SAĞLIK ve SPOR.....	32
5.1.Genellikle Fiziksel Sağlık Durumunuzu Nasıl İfade Edersiniz?	32
5.1.1.Genellikle Fiziksel Sağlık Durumunuzu Nasıl İfade Edersiniz?-Cinsiyet	32
5.1.2.Genellikle Fiziksel Sağlık Durumunuzu Nasıl İfade Edersiniz?-Yaş.....	33
5.2.Sağlık Durumunuzu Aşağıdaki Aktiviteler Sınırlıyor mu?	33
5.3.Geçtiğimiz Dört Hafta Boyunca Kendinizi Nasıl Hissettiniz?	34
5.4.Aşağıdaki İfadelere Katılma Derecenizi Belirtir misiniz?.....	34
6.İSTANBUL ve OLİMPİYAT	35
6.1.İstanbul'un Olimpiyat Oyunlarını Düzenleyecek Kapasitesi Var mıdır?	35
6.1.1.Anket Tipi-Kapasite	35
6.2.İstanbul'da Olimpiyat Oyunlarının Düzenlenmesini Destekler misiniz?.....	35
7.FİZİKSEL AKTİVİTE OKUR-YAZARLIĞI.....	36
7.1.Spor ve Fiziksel Aktivite Denildiğinde Aklınıza Neler Geliyor?	36
7.1.1.Spor ve Fiziksel Aktivite Denildiğinde Aklınıza Neler Geliyor?-Cinsiyet.....	36
7.1.2.Spor ve Fiziksel Aktivite Denildiğinde Aklınıza Neler Geliyor?-Yaş	37
7.2.Düzenli Fiziksel Aktivite	37
8.Soru Formu	38

Tablolar

Tablo 1.Anket Tipi-Cinsiyet.....	8
----------------------------------	---

Tablo 2. İlçe-Cinsiyet Dağılımı.....	9
Tablo 3. İlçe-Yaş Dağılımı	10
Tablo 4.Eğitim Durumu-Cinsiyet	11
Tablo 5.Lisanslı Sporcu- Cinsiyet-Yaş Dağılımı	14
Tablo 6.Anket Tipi-Lisanslı Sporcu.....	14
Tablo 7.Spor İstanbul’u Duydunuz mu?-Cinsiyet Dağılımı	15
Tablo 8.Spor İstanbul’u Duydunuz mu?-Yaş Dağılımı.....	15
Tablo 9.Spor İstanbul’u Duydunuz mu?-İlçe Dağılımı.....	16
Tablo 10.Spor İstanbul’u Nereden Duydunuz?-Cinsiyet Dağılımı	17
Tablo 11.Spor İstanbul’u Nereden Duydunuz?-Yaş Dağılımı.....	18
Tablo 12.Katılma Derecesi.....	18
Tablo 13.Düzenli Aktivite Yapma Durumu-Cinsiyet.....	19
Tablo 14.Düzenli Fiziksel Aktivite/Spor/Egzersiz Yapıyor mu?-Yaş Dağılımı	19
Tablo 15.Düzenli Fiziksel Aktivite/Spor/Egzersiz Yapıyor mu?-İlçe Dağılımı	20
Tablo 16.Anket Tipi-Düzenli Fiziksel Aktivite.....	21
Tablo 17.Düzenli Spor ve Egzersiz – Cinsiyet Dağılımı	22
Tablo 18.Düzenli Spor ve Egzersiz –Yaş Dağılımı	23
Tablo 19.Haftada Kaç Dakika Fiziksel Aktivite Yapıyorsunuz?-Cinsiyet.....	24
Tablo 20.Haftada Kaç Dakika Fiziksel Aktivite Yapıyorsunuz?-Yaş.....	24
Tablo 21.Sportif Faaliyetlerinizi En Sık Olarak Nerede Yapıyorsunuz?-Cinsiyet	25
Tablo 22.Sportif Faaliyetlerinizi En Sık Olarak Nerede Yapıyorsunuz?-Yaş.....	25
Tablo 23.En Önemli İki Neden-Cinsiyet.....	26
Tablo 24.En Önemli İki Neden-Yaş	27
Tablo 25.Düzenli Fiziksel Aktivite Yapmama Nedeniniz Nedir?-Cinsiyet	28
Tablo 26.Fırsat Olsa Hangi Fiziksel Aktivite Türlerini Yapmak İstersiniz?-Cinsiyet	30
Tablo 27.Üyelik-Cinsiyet	31
Tablo 28.Spor Merkezine ya da Spor Kulübüne Üyeliğiniz Var mı?-Yaş.....	31
Tablo 29.Anket Tipi-Spor Kulübüne Üyelik.....	31
Tablo 30.Genellikle Fiziksel Sağlık Durumunuzu Nasıl İfade Edersiniz?-Cinsiyet.....	32
Tablo 31.Genellikle Fiziksel Sağlık Durumunuzu Nasıl İfade Edersiniz?-Yaş.....	33
Tablo 32.Sağlık Durumunuzu Aşağıdaki Aktiviteler Sınırlıyor mu?.....	33
Tablo 33.Geçtiğimiz Dört Hafta Boyunca Kendinizi Nasıl Hissettiniz?	34
Tablo 34.Aşağıdaki İfadelere Katılma Derecenizi Belirtir misiniz?	34
Tablo 35.Anket Tipi-Kapasite.....	35
Tablo 36.Spor ve Fiziksel Aktivite Denildiğinde Aklınıza Neler Geliyor?-Cinsiyet.....	36
Tablo 37.Spor ve Fiziksel Aktivite Denildiğinde Aklınıza Neler Geliyor?-Yaş	37
Tablo 38.Düzenli Fiziksel Aktivite	37

Şekiller

Şekil 1.Yaka (Avrupa-Anadolu)	7
Şekil 2.İlçe.....	7
Şekil 3.Cinsiyet Dağılımı.....	8
Şekil 4.Yaş Dağılımı	8
Şekil 5.Eğitim Durumu	11
Şekil 6.Medeni Durum	12
Şekil 7.Meslek	12
Şekil 8.Hane Halkı Gelir Dağılımı.....	13
Şekil 9.Lisanslı Sporcu mu?	13
Şekil 10.Spor İstanbul'u Duydunuz mu?	15
Şekil 11.Spor İstanbul'u Nereden Duydunuz?	17
Şekil 12.Düzenli Fiziksel Aktivite/Spor/Egzersiz Yapma Durumu.....	19
Şekil 13.Hangi Spor ya da Egzersizleri Düzenli Olarak Yapmaktasınız?.....	21
Şekil 14.Haftada Kaç Dakika Fiziksel Aktivite Yapıyorsunuz?.....	23
Şekil 15.Sportif Faaliyetlerinizi En Sık Olarak Nerede Yapıyorsunuz?.....	24
Şekil 16.Fiziksel Aktivite Yapmanızın En Önemli 2 Nedeni Nedir?	26
Şekil 17.Düzenli Fiziksel Aktivite Yapmama Nedeniniz Nedir?	27
Şekil 18.Spor/Egzersiz Amacı Dışında Fiziksel Aktivite Süresi.....	29
Şekil 19.Fırsat Olsa Hangi Fiziksel Aktivite Türlerini Yapmak İstersiniz?.....	29
Şekil 20.Spor Merkezine ya da Spor Kulübüne Üyeliğiniz Var mı?.....	30
Şekil 21.Genellikle Fiziksel Sağlık Durumunuzu Nasıl İfade Edersiniz?.....	32
Şekil 22.İstanbul'un Olimpiyat Oyunlarını Düzenleyecek Kapasitesi Var mıdır?	35
Şekil 23.İstanbul'da Olimpiyat Oyunlarının Düzenlenmesini Destekler misiniz?	35
Şekil 24.Spor ve Fiziksel Aktivite Denildiğinde Aklınıza Neler Geliyor?	36

GİRİŞ

İstanbul halkının fiziksel ve ruhsal sağlığını güçlendirmek ve yeteneklerini geliştirmek için spor tesislerinden yararlanmalarını, spor etkinliklerine aktif olarak katılımlarını sağlamak amacı ile; İstanbul halkına daha iyi ve kaliteli hizmet verebilmek adına halkın görüş ve önerileri değerlendirilerek veri toplanması amacıyla İstanbul genelinde 11.515 kişi ile “Fiziksel Aktivite Araştırması” anketi yapılmıştır. Anket sonuçları ile ilgili ön değerlendirme sonuçları aşağıda sunulmuştur.

YÖNTEM

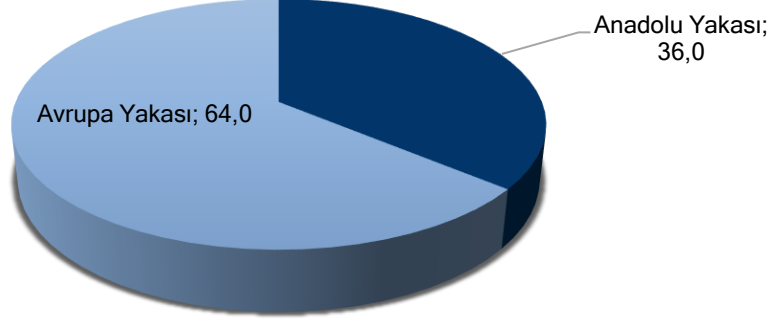
İstanbul genelinde gerçekleştirilen “Fiziksel Aktivite Araştırması” bilgisayar destekli yüz yüze anket yöntemi ile tabletler kullanılarak yapılmıştır. Hedef kitle İstanbul’da yaşamakta olan yetişkin nüfusu kapsamaktadır. Araştırmanın evreni İstanbul halkıdır. Gerçekleştirilen araştırma iki aşamadan oluşmaktadır. İlk aşama Hanehalkı çalışmasında İstanbul geneli için %95 güven aralığı ve %3 hata payı dikkate alınarak 1.083 görüşme gerçekleştirilmiştir. Soru formları ve İBB’nin coğrafi bilgi sistemleri (CBS) datasından elde edilen hane adresleri veya adres tespit yöntemi idare tarafından karşılaştırılarak yükleniciye verilmiştir. Çekilen adreslerde bütün hane halkı listelenerek temel bilgiler alınmıştır. Oluşturulan hane halkı listesinden rastgele 18 yaş üzerinden bir kişi seçilerek anket uygulaması yapılmıştır. Araştırma birbiriyle ilişkili hane ve birey olmak üzere 2 bölümden oluşan soru formları üzerinden gerçekleştirilmiştir. Hane anketinde hanede yaşayan hanehalkı üyelerinin yaş, cinsiyet, eğitim durumu, meslek ve hanedeki konumu gibi demografik bilgiler derlenmiştir. Hane anketi vasıtasıyla ayrıca 18 ve üzeri yaş grubundan, hanede yaşayan kadın ve erkek bireyler arasından birey anketine katılacak hanehalkı üyesi tesadüfi olarak belirlenecektir. Birey anketine katılanıdır. kişilerin belirlenmesinde Kish Yöntemi kullanılmıştır.

İkinci aşama da yapılacak olan çalışma İstanbul il sınırları içerisinde ilçe meydan, sokak ve idare tarafından istenen alanlarda gerçekleştirilmiştir. İstanbul geneli için %99 güven aralığı ve %1,26 hata payı dikkate alınarak 10.432 kişi ile görüşülmüştür. Ayrıca örneklem seçimi her ilçeyi %95 güven aralığı ve ± 6 hata payı ile temsil etmektedir. Görüşme örnekleme tam rassal örnekleme yöntemiyle belirlenmiştir. Öngörülen 10.432 görüşme ilçe, meydan, sokak ve idare tarafından istenen alanlarda yüz yüze gerçekleştirilmiştir. Örnekleme ilçe, yaş ve cinsiyet kotaları kullanılmıştır. Görüşmeler sonucu toplanan veriler demografik bilgilere göre detaylara bakılarak ve betimsel analizler verilerek rapor haline getirilmiştir. İlgili rapor aşağıda verilmiştir.

1.GENEL BİLGİLER

1.1.Yaka

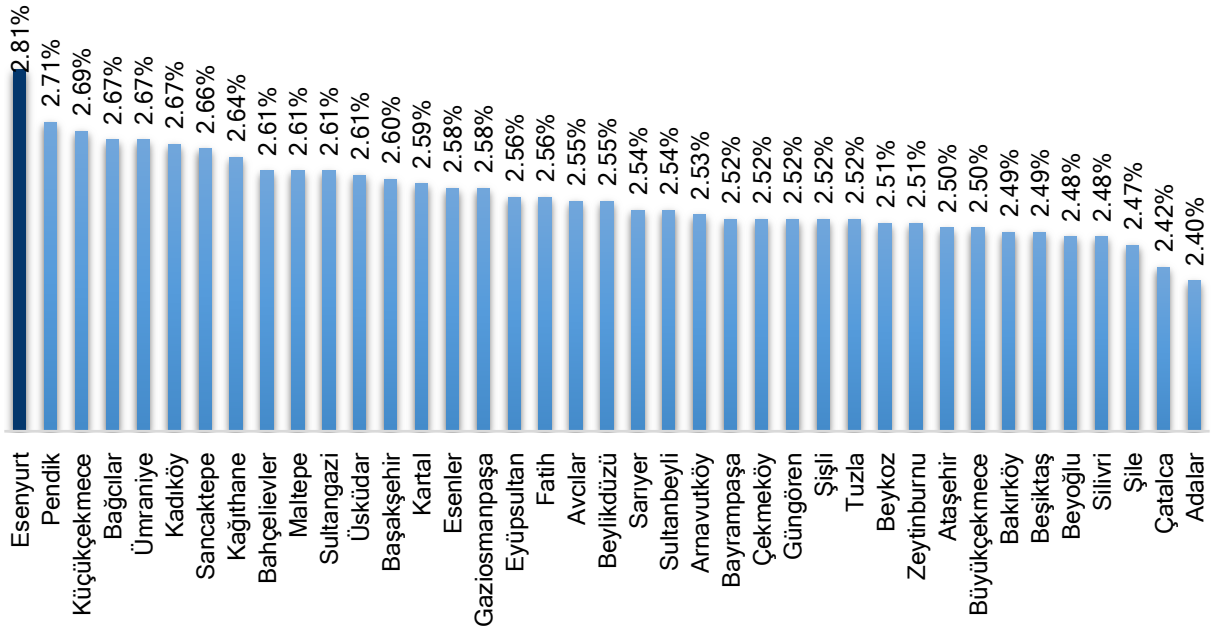
Araştırmanın %64'ü Avrupa yakasında yapılırken %36'sı Anadolu yakasında yapılmıştır.



Şekil 1.Yaka (Avrupa-Anadolu)

1.2.İlçe

Araştırma İstanbul'un bütün ilçelerinde gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın yapıldığı ilçeler incelendiğinde; en yüksek katılım %2,81 ile Esenyurt, %2,71 ile Pendik ve %2,69 ile Küçükçekmece ilçelerinde gerçekleştirilmiştir.

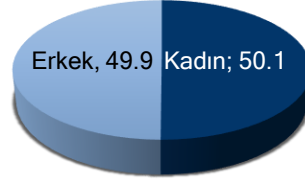


Şekil 2.İlçe

2.DEMOGRAFİK BİLGİLER

2.1.Cinsiyet

Anket Yapılan 11.515 katılımcıdan; %50,1'i Kadın, %49,9'u Erkek katılımcılardan oluşmaktadır.



Şekil 3.Cinsiyet Dağılımı

2.1.1.Anket Tipi-Cinsiyet

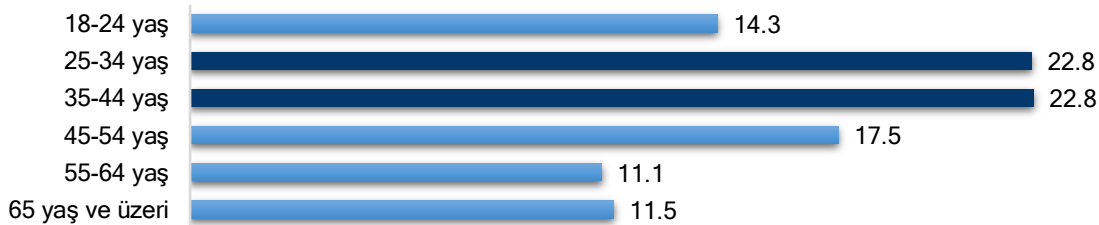
Hane anketi gerçekleştirilen katılımcıların %48'i kadın katılımcılardan, %52'si erkek katılımcılardan oluşmaktadır. Serbest anket yapılan katılımcıların %50,4'ü kadın, %49,6'sı erkek katılımcılardan oluşmaktadır.

Tablo 1.Anket Tipi-Cinsiyet

Cinsiyet	Hane Anketi		Serbest Anket		Toplam	
	Sütun%	Satır%	Sütun%	Satır%	Sütun %	Satır%
Kadın	48,0	9,0	50,4	91,0	50,1	100
Erkek	52,0	9,8	49,6	90,2	49,9	100
Toplam	100	9,4	100	90,6	100	100

2.2.Yaş

Hane anketi yapılan katılımcıların yaş ortalaması 36,1 ve serbest anket yapılan katılımcıların yaş ortalaması 42,1'dir. Anket yapılan katılımcıların yaş ortalaması 41,5'tir. Katılımcıların yaş dağılımları incelendiğinde; %22,8'i 25-34 yaş, %22,8'i 35-44 yaş ve %17,5'i 45-54 yaş grubundadır.



Şekil 4.Yaş Dağılımı

2.1.1. İlçe-Cinsiyet

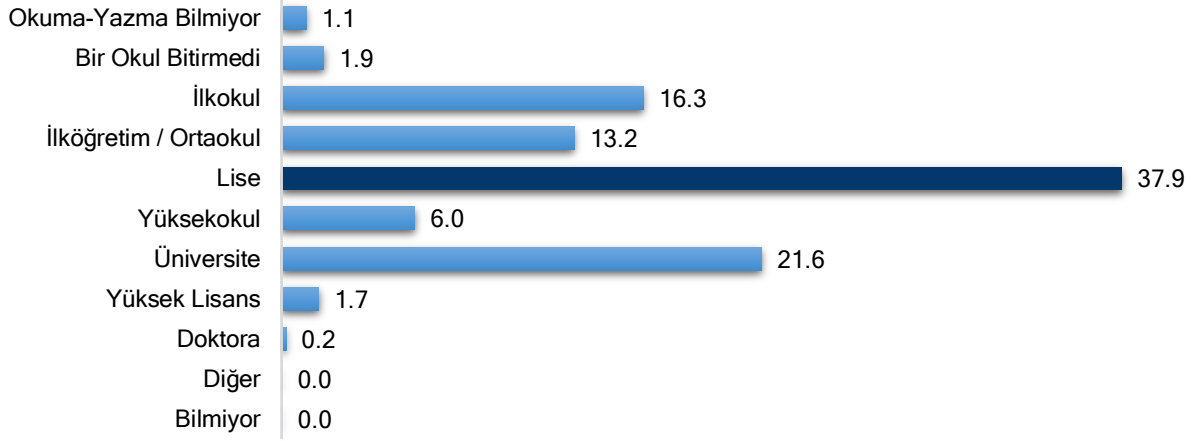
Anket yapılan kadın katılımcıların %3'ü Kadıköy'de iken en az anket yapılan kadın oranı %2,1 ile Silivri ilçesinde, anket yapılan erkek katılımcıların oranları incelendiğinde; en çok %2,9 ile Esenyurt en az %2,2 ile Bakırköy ilçesinde olduğu görülmektedir.

Tablo 2. İlçe-Cinsiyet Dağılımı

İLÇE	Kadın		Erkek	
	Sütun %	Satır %	Sütun %	Satır %
ADALAR	2,3	48,6	2,5	51,4
ARNAVUTKÖY	2,4	48,1	2,6	51,9
ATAŞEHİR	2,6	52,8	2,4	47,2
AVCILAR	2,6	51,4	2,5	48,6
BAĞCILAR	2,5	47,4	2,8	52,6
BAHÇELİEVLER	2,6	50,2	2,6	49,8
BAKIRKÖY	2,8	55,4	2,2	44,6
BAŞAKŞEHİR	2,7	51,8	2,5	48,2
BAYRAMPAŞA	2,4	48,6	2,6	51,4
BEŞİKTAŞ	2,6	53,0	2,4	47,0
BEYKOZ	2,6	51,6	2,4	48,4
BEYLİKDÜZÜ	2,6	50,3	2,5	49,7
BEYOĞLU	2,4	49,0	2,5	51,0
BÜYÜKÇEKMECE	2,5	50,3	2,5	49,7
ÇATALCA	2,4	48,7	2,5	51,3
ÇEKMEKÖY	2,5	49,7	2,5	50,3
ESENLER	2,5	48,5	2,7	51,5
ESENYURT	2,7	48,1	2,9	51,9
EYÜPSULTAN	2,6	51,9	2,5	48,1
FATİH	2,4	47,8	2,7	52,2
GAZİOSMANPAŞA	2,6	50,5	2,6	49,5
GÜNGÖREN	2,5	50,7	2,5	49,3
KADIKÖY	3,0	56,7	2,3	43,3
KAĞITHANE	2,6	48,7	2,7	51,3
KARTAL	2,6	50,7	2,6	49,3
KÜÇÜKÇEKMECE	2,7	50,3	2,7	49,7
MALTEPE	2,7	51,5	2,5	48,5
PENDİK	2,7	49,7	2,7	50,3
SANCAKTEPE	2,7	51,6	2,6	48,4
SARIYER	2,5	49,7	2,6	50,3
SİLİVRİ	2,1	43,4	2,8	56,6
SULTANBEYLİ	2,4	47,9	2,6	52,1
SULTANGAZİ	2,5	48,8	2,7	51,2
ŞİLE	2,5	50,0	2,5	50,0
ŞİŞLİ	2,5	49,7	2,5	50,3
TUZLA	2,5	50,0	2,5	50,0
ÜMRANİYE	2,5	47,7	2,8	52,3
ÜSKÜDAR	2,7	52,0	2,5	48,0
ZEYTİNBURNU	2,6	52,9	2,4	47,1
TOPLAM	100	50,1	100	49,9

2.3.Eğitim Durumu

Anket yapılan katılımcıların eğitim durumları incelendiğinde; %37,9'unun Lise mezunu, %21,6'sının Üniversite mezunu ve %16,3'ünün ilkokul mezunu olduğu görülmektedir.



Şekil 5.Eğitim Durumu

2.3.1.Eğitim Durumu-Cinsiyet Dağılımı

Anket yapılan kadın-erkek katılımcıların eğitim durumları incelendiğinde; okuma yazma bilmeyen kadınların oranı %1,6'dır. Üniversite mezunu kadınların oranı %21,8 iken erkeklerin oranı %21,5'tir. Eğitim durumunda en yüksek mezuniyet oranı Lise mezuniyetindedir. Kadınlarda bu oran %36,6 iken erkeklerde bu oran %39,2'dir.

Tablo 4.Eğitim Durumu-Cinsiyet

Eğitim Durumu	Kadın		Erkek		Toplam	
	Sütun%	Satır%	Sütun%	Satır%	Sütun %	Satır%
Okuma –Yazma Bilmiyor	1,6	73,2	0,6	26,8	1,1	100
Bir Okul Bitirmedi	2,4	61,8	1,5	38,2	1,9	100
İlkokul	17,6	54,2	15,0	45,8	16,3	100
İlköğretim/Ortaokul	12,2	46,5	14,2	53,5	13,2	100
Lise	36,6	48,5	39,2	51,5	37,9	100
Yüksekokul	5,9	49,3	6,1	50,7	6,0	100
Üniversite	21,8	50,6	21,5	49,4	21,6	100
Yüksek Lisans	1,6	48,2	1,7	51,8	1,7	100
Doktora	0,2	56,5	0,2	43,5	0,2	100
Diğer	-	-	0,1	100	-	100
Bilmiyor	-	25,0	0,1	75,0	-	100
Toplam	100	50,2	100	49,8	100	100

2.4. Medeni Durum

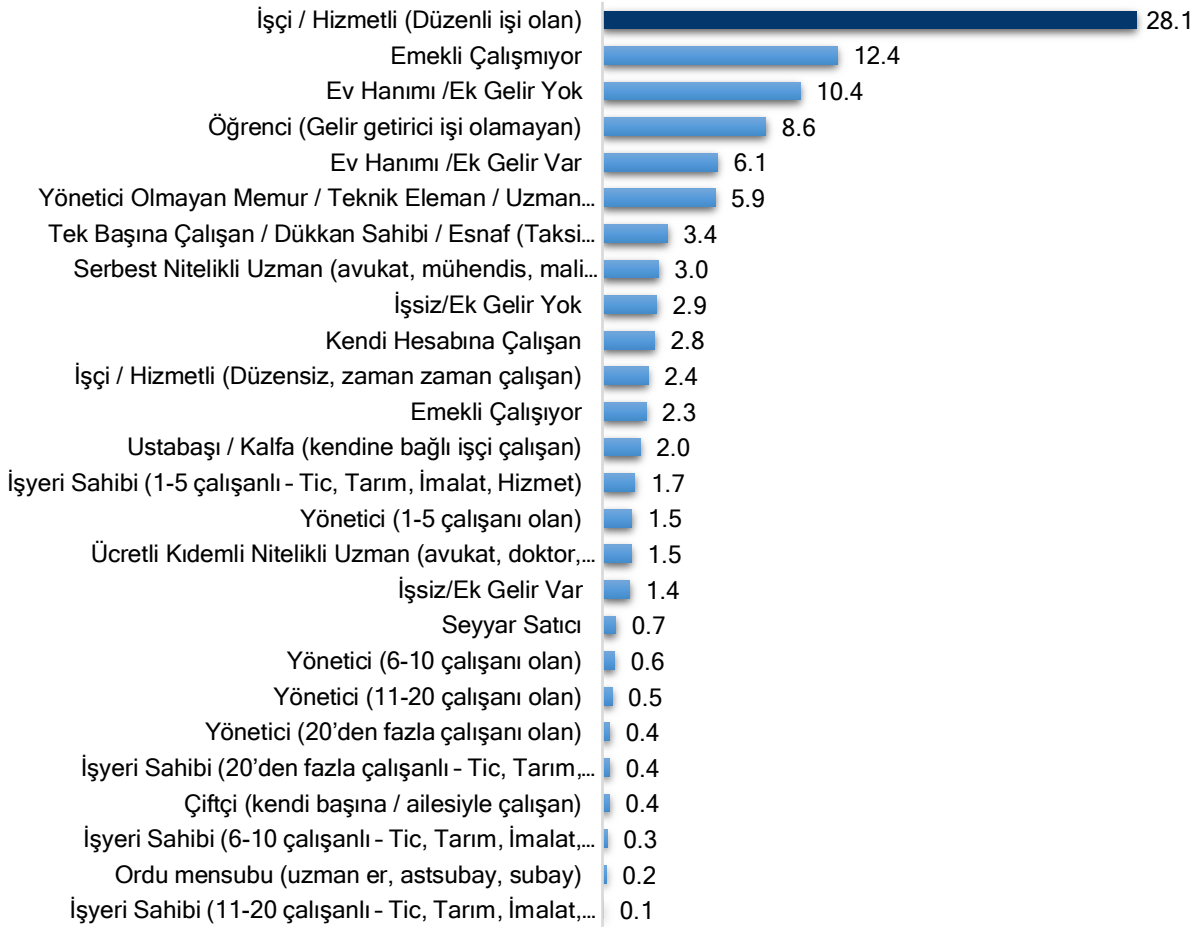
Katılımcıların medeni durumları incelendiğinde; %58,5'inin evli olduğu görülmektedir. Ankete katılanların %33,1'inin bekar, %4,8'inin eşinin vefat ettiği ve %3,7'sinin boşanmış olduğu görülmektedir.



Şekil 6. Medeni Durum

2.5. Meslek

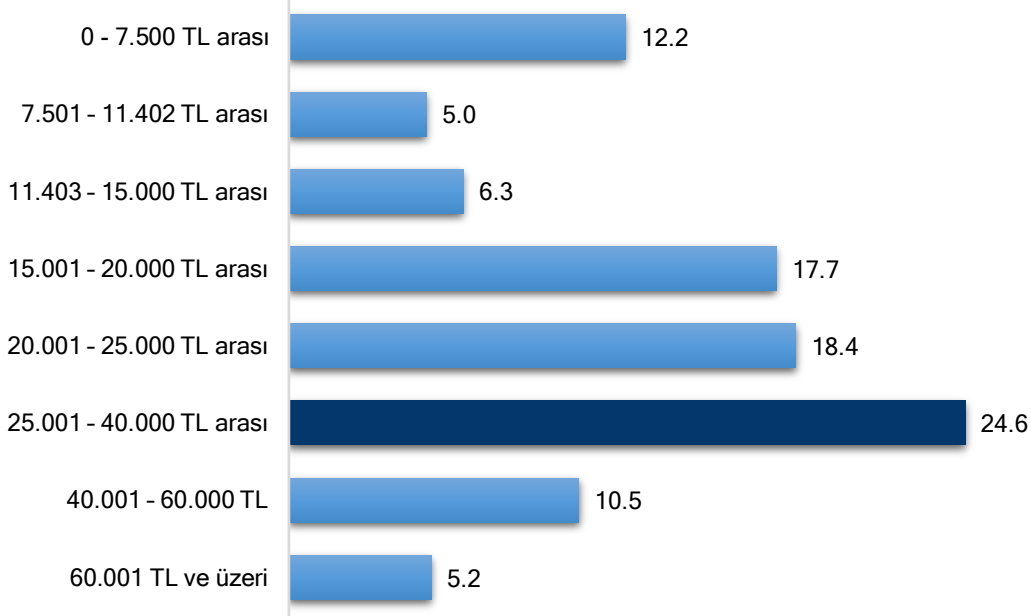
Ankete katılanların %28,1'inin Düzenli İşçi, %12,4'ünün Emekli Çalışmıyor ve %10,4'ünün Ev Hanımı (ek geliri yok) olduğu görülmektedir.



Şekil 7. Meslek

2.6.Hane Halkı Gelir Dağılımı

Ankete katılanların %24,6'sı gelirlerinin 25.001-40.000 TL arasında olduğunu belirtirken, %18,4'ü 20.001-25.000 TL arasında olduğunu söylemiştir. 60.001 TL üzeri geliri olanların oranı %5,2 iken 0-7.500 TL arasında gelire sahip olanların oranı %12,2'dir.



Şekil 8.Hane Halkı Gelir Dağılımı

2.7.Lisanslı Sporcu musunuz?

Ankete katılanların %89,1'i lisanslı sporcu olmadığını belirtmektedir. Katılımcıların %7,1'i önceden lisanslı sporcu olduğunu söylerken, %3,8'i lisanslı sporcu olduğunu söylemektedir.



Şekil 9.Lisanslı Sporcu mu?

2.7.1.Lisanslı Sporcu- Cinsiyet-Yaş Dağılımı

Lisanslı sporcu olan kadın katılımcıların %38'i 18-24 yaş grubunda, %24'ü 25-34 yaş grubundadır. Lisanslı sporcu olan erkek katılımcıların ise %32,4'ü 18-24 yaş grubunda, %32,4'ü 25-34 yaş grubundadır. Lisanslı sporcu olan katılımcıların %34,3'ünü 18-24 yaş grubu oluşturmaktadır.

Tablo 5.Lisanslı Sporcu- Cinsiyet-Yaş Dağılımı

Cinsiyet	Yaş	Evet		Hayır		Önceden	
		Sütun%	Satır%	Sütun%	Satır%	Sütun %	Satır%
Kadın	18-24 yaş	38,0	7,1	13,0	86,3	19,9	6,7
	25-34 yaş	24,0	2,8	21,9	91,9	25,0	5,3
	35-44 yaş	17,3	2,0	22,7	92,5	26,8	5,6
	45-54 yaş	12,0	1,8	17,7	94,0	15,8	4,3
	55-64 yaş	3,3	0,8	11,5	96,7	5,9	2,5
	65 yaş ve üzeri	5,3	1,1	13,2	96,4	6,6	2,5
	Toplam		100	2,6	100	92,7	100
Erkek	18-24 yaş	32,4	11,0	13,2	77,8	17,3	11,2
	25-34 yaş	32,4	6,8	22,8	83,4	24,1	9,7
	35-44 yaş	14,8	3,2	23,5	88,0	21,3	8,8
	45-54 yaş	10,2	2,9	18,0	87,4	18,0	9,7
	55-64 yaş	8,1	3,5	11,3	85,8	12,7	10,6
	65 yaş ve üzeri	2,1	1,0	11,1	92,9	6,6	6,1
	Toplam		100	4,9	100	85,6	100
Toplam	18-24 yaş	34,3	9,1	13,1	81,9	18,1	9,0
	25-34 yaş	29,5	4,9	22,4	87,5	24,4	7,6
	35-44 yaş	15,7	2,6	23,1	90,2	23,2	7,2
	45-54 yaş	10,8	2,3	17,8	90,7	17,3	7,0
	55-64 yaş	6,5	2,2	11,4	91,2	10,4	6,6
	65 yaş ve üzeri	3,2	1,1	12,2	94,8	6,6	4,1
	Toplam		100	3,8	100	89,1	100

2.7.2.Anket Tipi-Lisanslı Sporcu

Hane anketi gerçekleştirilen katılımcıların %2,9'u, serbest anket gerçekleştirilen katılımcıların %3,9'u lisanslı sporcudur.

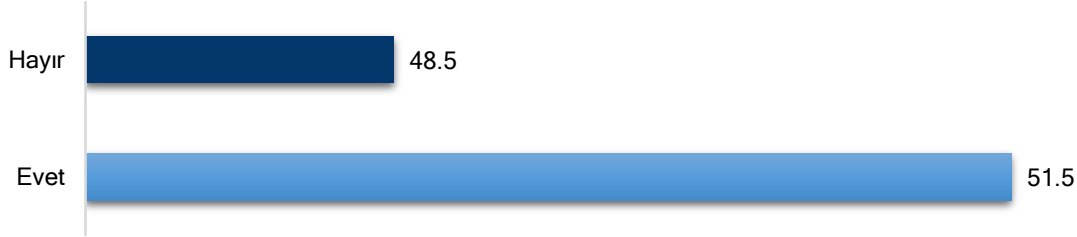
Tablo 6.Anket Tipi-Lisanslı Sporcu

Lisanslı Sporcu	Hane Anketi		Serbest Anket		Toplam	
	Sütun%	Satır%	Sütun%	Satır%	Sütun %	Satır%
Evet	2,9	7,1	3,9	92,9	3,8	100
Hayır	95,0	10,0	88,5	90,0	89,1	100
Önceden	2,1	2,8	7,6	97,2	7,1	100
Toplam	100	9,4	100	90,6	100	100

3.SPOR İSTANBUL ve İBB SPOR TESİSLERİ

3.1.Spor İstanbul'u Duydunuz mu?

Ankete katılanların %48,5'i Spor İstanbul'u duymadığını belirtirken, Spor İstanbul'u duyanların oranı %51,5'tir.



Şekil 10.Spor İstanbul'u Duydunuz mu?

3.1.1.Spor İstanbul'u Duydunuz mu?-Cinsiyet Dağılımı

Kadın katılımcıların %51,4'ü, erkek katılımcıların ise %51,5'i Spor İstanbul'u duyduğunu belirtmektedir.

Tablo 7.Spor İstanbul'u Duydunuz mu?-Cinsiyet Dağılımı

Spor İstanbul'u duyduunuz mu?	Kadın		Erkek		Toplam	
	Sütun%	Satır%	Sütun%	Satır%	Sütun %	Satır%
Evet	51,4	50,1	51,5	49,9	51,5	100
Hayır	48,6	50,2	48,5	49,8	48,5	100
Toplam	100	50,1	100	49,9	100	100

3.1.2.Spor İstanbul'u Duydunuz mu?-Yaş Dağılımı

Spor İstanbul'u duyduğunu belirten katılımcıların %25,4'ü 25-34 yaş, %24,5'i 35-44 yaş ve %18,2'si 45-54 yaş grubundadır.

Tablo 8.Spor İstanbul'u Duydunuz mu?-Yaş Dağılımı

Spor İstanbul'u duyduunuz mu?	18-24	25-34	35-44	45-54	55-64	65+
	Satır%	Satır%	Satır%	Satır%	Satır %	Satır%
Evet	15,0	25,4	24,5	18,2	9,0	8,0
Hayır	13,5	20,0	21,0	16,9	13,3	15,2
Toplam	14,3	22,8	22,8	17,5	11,1	11,5

3.1.3.Spor İstanbul'u Duydunuz mu?-İlçe Dağılımı

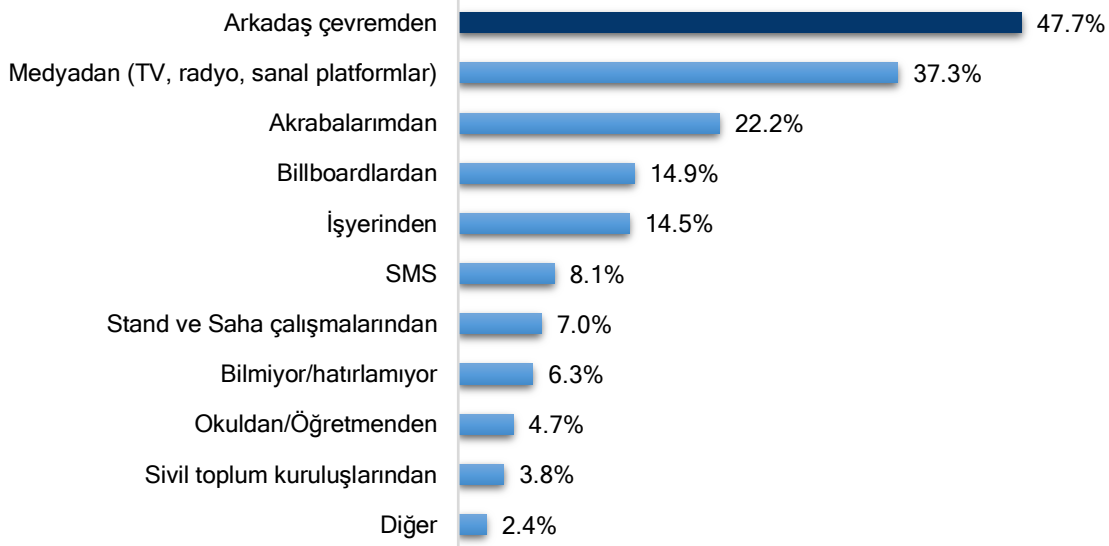
Spor İstanbul'u duyan katılımcıların ilçesel dağılımı aşağıdaki tabloda verilmiştir. Spor İstanbul'un bilinirliği sırasıyla Şişli, Çatalca ve Arnavutköy'dedir. En az bilinirlik ise Beylikdüzü, Büyükçekmece ve Güngören ilçelerindedir.

Tablo 9.Spor İstanbul'u Duydunuz mu?-İlçe Dağılımı

İlçe	Evet	Hayır	Toplam
Şişli	86,9%	13,1%	100%
Çatalca	81,4%	18,6%	100%
Arnavutköy	80,1%	19,9%	100%
Bahçelievler	72,4%	27,6%	100%
Kadıköy	72,3%	27,7%	100%
Pendik	70,2%	29,8%	100%
Maltepe	67,4%	32,6%	100%
Gaziosmanpaşa	67,3%	32,7%	100%
Kartal	65,8%	34,2%	100%
Sarıyer	65,4%	34,6%	100%
Sultanbeyli	65,1%	34,9%	100%
Şile	64,8%	35,2%	100%
Başakşehir	64,5%	35,5%	100%
Fatih	63,1%	36,9%	100%
Ataşehir	62,8%	37,2%	100%
Küçükçekmece	61,3%	38,7%	100%
Sultangazi	55,1%	44,9%	100%
Avcılar	54,8%	45,2%	100%
Bakırköy	54,4%	45,6%	100%
Kağıthane	53,9%	46,1%	100%
Eyüpsultan	53,9%	46,1%	100%
Beykoz	51,9%	48,1%	100%
Bayrampaşa	50,7%	49,3%	100%
Tuzla	50,0%	50,0%	100%
Sancaktepe	45,8%	54,2%	100%
Beyoğlu	44,8%	55,2%	100%
Çekmeköy	43,4%	56,6%	100%
Üsküdar	40,3%	59,7%	100%
Zeytinburnu	35,3%	64,7%	100%
Silivri	34,3%	65,7%	100%
Ümraniye	32,1%	67,9%	100%
Esenyurt	30,9%	69,1%	100%
Adalar	30,8%	69,2%	100%
Beşiktaş	27,9%	72,1%	100%
Esenler	26,9%	73,1%	100%
Bağcılar	21,1%	78,9%	100%
Güngören	20,0%	80,0%	100%
Büyükçekmece	19,4%	80,6%	100%
Beylikdüzü	18,7%	81,3%	100%

3.2.Spor İstanbul'u Nereden Duydunuz?

Katılımcılardan %47,7'si Spor İstanbul'u arkadaş çevresinden duyduğunu belirtirken, %37,3'ü medyadan ve %22,2'si akrabalarından duyduğunu belirtmektedir.



Şekil 11.Spor İstanbul'u Nereden Duydunuz?

*Çoklu cevap içermektedir.

3.2.1.Spor İstanbul'u Nereden Duydunuz?-Cinsiyet Dağılımı

Spor İstanbul'u kadın katılımcıların %50'si, erkek katılımcıların ise %45,5'i arkadaş çevrelerinden duyduğunu belirtirken, Spor İstanbul'u medyadan duyan kadın katılımcıların oranı %37,2, erkek katılımcıların oranı ise %37,3'tür.

Tablo 10.Spor İstanbul'u Nereden Duydunuz?-Cinsiyet Dağılımı

Spor İstanbul'u Nereden Duydunuz?	Kadın		Erkek		Toplam	
	Sütun%	Satır%	Sütun%	Satır%	Sütun %	Satır%
Arkadaş çevremden	50,0	52,4	45,5	47,6	47,7	100
Akrabalarımından	24,5	55,3	19,8	44,7	22,2	100
Medyadan	37,2	50,0	37,3	50,0	37,3	100
Billboardlardan	13,4	45,0	16,5	55,0	14,9	100
İşyerinden	12,0	41,6	17,0	58,4	14,5	100
Okuldan/Öğretmenden	5,1	54,3	4,3	45,7	4,7	100
Standlardan ve sahalardan	6,6	47,1	7,4	52,9	7,0	100
Sivil toplum kuruluşlarından	4,0	51,8	3,7	48,2	3,8	100
SMS	7,4	45,5	8,9	54,5	8,1	100
Bilmiyor/hatırlamıyor	5,7	45,3	6,9	54,7	6,3	100
Diğer	2,0	42,6	2,7	57,4	2,4	100

*Çoklu cevap içermektedir.

3.2.2.Spor İstanbul'u Nereden Duydunuz?-Yaş Dağılımı

Spor İstanbul'u nereden duyduunuz sorusu yaş değişkenine göre incelendiğinde; tüm yaş gruplarındaki en fazla oranı “arkadaş çevremden” seçeneği almıştır.

Tablo 11.Spor İstanbul'u Nereden Duydunuz?-Yaş Dağılımı

Spor İstanbul'u Nereden Duydunuz?	18-24	25-34	35-44	45-54	55-64	65+
	Sütun%	Sütun%	Sütun%	Sütun%	Sütun%	Sütun%
Arkadaş çevremden	54,6	48,6	48,3	46,0	42,5	40,3
Akrabalarımдан	15,9	20,0	22,9	21,0	26,3	36,4
Medyadan	38,6	39,2	38,2	34,9	32,5	36,7
Billboardlardan	15,6	15,3	17,5	13,5	11,4	12,1
İşyerinden	7,3	18,2	19,1	15,4	11,4	3,4
Okuldan/Öğretmenden	15,1	2,9	3,8	2,1	2,4	1,7
Standlardan ve sahalardan	6,0	7,0	7,4	6,9	5,6	9,7
Sivil toplum kuruluşlarından	3,2	3,7	4,0	4,2	3,7	4,7
SMS	6,3	9,2	9,6	7,2	6,9	7,0
Bilmiyor/hatırlamıyor	4,4	6,3	5,0	6,3	9,5	10,6
Diğer	3,0	1,9	2,0	2,9	3,0	2,1

*Çoklu cevap içermektedir.

3.3.Spor İstanbul A.Ş İçin Aşağıdaki İfadelere Katılım Düzeyiniz Nedir?

Spor İstanbul'u duyan katılımcıların Spor İstanbul hakkındaki ifadelere katılma düzeyleri aşağıdaki tabloda gösterilmektedir.

Tablo 12.Katılma Derecesi

Aşağıdaki ifadelere katılma derecenizi belirtir misiniz?	Hiç Katılmıyorum	Katılmıyorum	Ne Katılmıyorum Ne Katılmıyorum	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum	Toplam
Yüksek kalitede ve uygun fiyatla hizmet sunan bir kurumdur.	1,3	4,0	22,8	51,8	20,0	100
Vatandaşın memnuniyetini önemseyen bir kurumdur.	1,2	5,0	21,4	49,6	22,8	100
Başarılı bir liderlikle yönetilen bir kurumdur.	1,4	4,7	26,4	45,7	21,8	100
Topluma ve çevresel konulara karşı sorumluluklarını yerine getiren bir kurumdur.	1,3	5,1	24,5	50,1	19,0	100
Nitelikli çalışanlardan oluşan bir kurumdur.	1,5	4,9	24,7	48,4	20,5	100
Güvenilir ve saygın bir kurumdur.	0,9	3,7	19,5	52,7	23,2	100
Sevilen bir kurumdur.	0,9	3,9	21,1	50,4	23,6	100

4.1.3.Düzenli Fiziksel Aktivite/Spor/Egzersiz Yapıyor mu?-İlçe Dağılımı

Düzenli fiziksel aktivite yapan katılımcıların ilçesel dağılımı aşağıdaki tabloda verilmiştir. Fiziksel aktivitenin en fazla olduğu ilçeler Küçükçekmece ve Üsküdar'dır. En az olduğu ilçeler ise Esenler ve Güngören'dir.

Tablo 15.Düzenli Fiziksel Aktivite/Spor/Egzersiz Yapıyor mu?-İlçe Dağılımı

İlçe	Evet	Hayır	Toplam
Küçükçekmece	47,7%	52,3%	100%
Üsküdar	47,3%	52,7%	100%
Sultanbeyli	44,9%	55,1%	100%
Sarıyer	44,9%	55,1%	100%
Kadıköy	43,0%	57,0%	100%
Arnavutköy	43,0%	57,0%	100%
Beyoğlu	42,0%	58,0%	100%
Pendik	40,4%	59,6%	100%
Beykoz	40,1%	59,9%	100%
Zeytinburnu	39,8%	60,2%	100%
Esenyurt	39,2%	60,8%	100%
Sancaktepe	38,6%	61,4%	100%
Tuzla	37,9%	62,1%	100%
Bakırköy	37,3%	62,7%	100%
Beşiktaş	36,6%	63,4%	100%
Eyüpsultan	36,3%	63,7%	100%
Adalar	35,9%	64,1%	100%
Kağıthane	35,5%	64,5%	100%
Avcılar	35,0%	65,0%	100%
Silivri	35,0%	65,0%	100%
Bahçelievler	34,2%	65,8%	100%
Çekmeköy	34,1%	65,9%	100%
Başakşehir	33,8%	66,2%	100%
Kartal	33,6%	66,4%	100%
Fatih	33,2%	66,8%	100%
Bayrampaşa	33,1%	66,9%	100%
Şile	31,7%	68,3%	100%
Ataşehir	31,6%	68,4%	100%
Maltepe	30,6%	69,4%	100%
Gaziosmanpaşa	30,6%	69,4%	100%
Beylikdüzü	29,9%	70,1%	100%
Şişli	29,7%	70,3%	100%
Sultangazi	29,6%	70,4%	100%
Ümraniye	29,5%	70,5%	100%
Bağcılar	29,2%	70,8%	100%
Büyükçekmece	25,7%	74,3%	100%
Çatalca	21,9%	78,1%	100%
Güngören	21,7%	78,3%	100%
Esenler	16,2%	83,8%	100%

4.1.4. Anket Tipi-Düzenli Fiziksel Aktivite

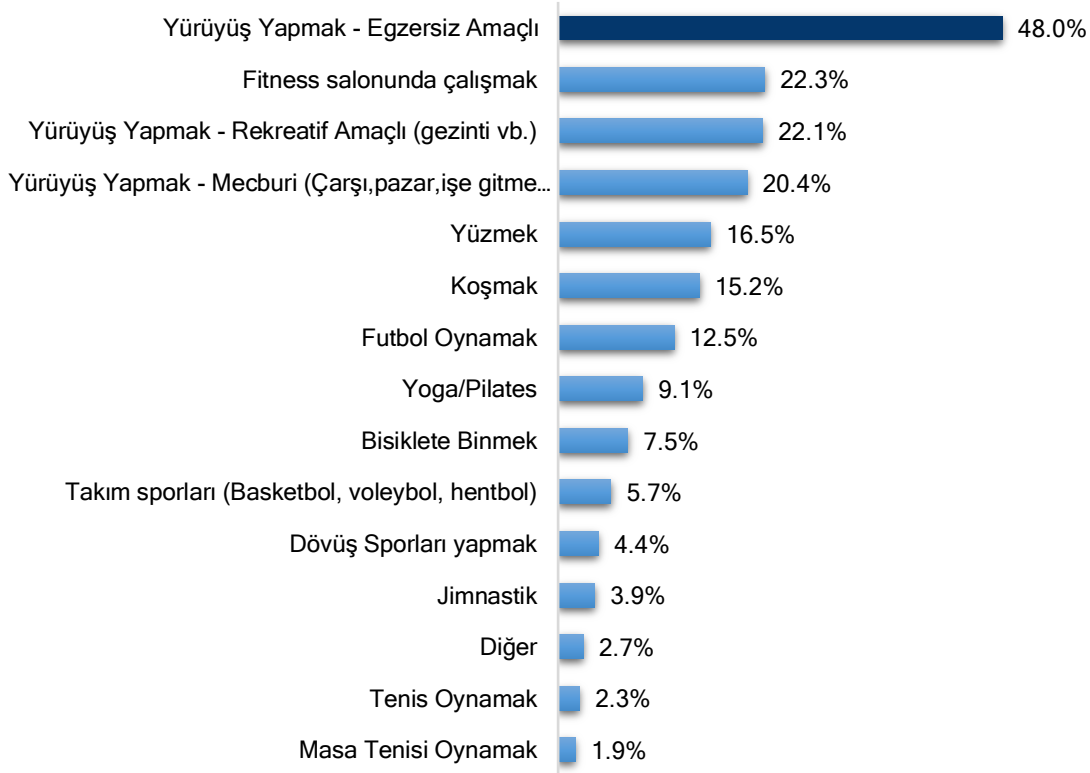
Hane anketi gerçekleştirilen katılımcıların %36,5'i, serbest anket gerçekleştirilen katılımcıların %34,8'i düzenli fiziksel aktivite, spor ya da egzersiz yaptığı görülmektedir.

Tablo 16. Anket Tipi-Düzenli Fiziksel Aktivite

Düzenli Fiziksel Aktivite	Hane Anketi		Serbest Anket		Toplam	
	Sütun%	Satır%	Sütun%	Satır%	Sütun %	Satır%
Evet	36,5	9,8	34,8	90,2	34,9	100
Hayır	63,5	9,2	65,2	90,8	65,1	100
Toplam	100	9,4	100	90,6	100	100

4.2. Hangi Spor ya da Egzersizleri Düzenli Olarak Yapmaktasınız?

Düzenli spor ya da egzersiz yapan katılımcıların hangi spor ya da egzersizleri düzenli olarak yaptığı incelendiğinde; %48 ile Yürüyüş Yapmak (egzersiz amaçlı) ilk sırada gelmiştir.



Şekil 13. Hangi Spor ya da Egzersizleri Düzenli Olarak Yapmaktasınız?

*Çoklu cevap içermektedir.

4.2.1.Düzenli Spor ve Egzersiz – Cinsiyet Dağılımı

Kadın katılımcıların düzenli olarak yaptıkları spor ya da egzersizler arasında ilk sırada %53,2 ile egzersiz amaçlı yürüyüş yapmak gelirken, erkek katılımcılarda bu oran %43,1 olduğu görülmektedir.

Tablo 17.Düzenli Spor ve Egzersiz – Cinsiyet Dağılımı

Düzenli Spor ve Egzersiz	Kadın		Erkek		Toplam	
	Sütun%	Satır%	Sütun%	Satır%	Sütun %	Satır%
Yürüyüş Yapmak - Rekreatif	23,0	50,3	21,3	49,7	22,1	100
Yürüyüş Yapmak - Egzersiz	53,2	53,7	43,1	46,3	48,0	100
Yürüyüş Yapmak - Mecburi	21,8	51,7	19,1	48,3	20,4	100
Koşmak	11,6	36,9	18,7	63,1	15,2	100
Bisiklete Binmek	7,1	45,7	7,9	54,3	7,5	100
Futbol Oynamak	1,8	7,2	22,5	92,8	12,5	100
Jimnastik	6,1	75,3	1,9	24,7	3,9	100
Fitness salonunda çalışmak	19,4	42,0	25,1	58,0	22,3	100
Yüzme	17,2	50,6	15,8	49,4	16,5	100
Tenis Oynamak	2,8	59,1	1,8	40,9	2,3	100
Masa Tenisi Oynamak	1,7	45,3	2,0	54,7	1,9	100
Dövüş Sporları yapmak	1,8	20,5	6,8	79,5	4,4	100
Takım sporları	5,2	44,5	6,1	55,5	5,7	100
Yoga/Pilates	18,0	95,9	0,7	4,1	9,1	100
Diğer	3,0	54,1	2,4	45,9	2,7	100

*Çoklu cevap içermektedir.

4.2.2.Düzenli Spor ve Egzersiz –Yaş Dağılımı

18-24 yaş grubunda olan katılımcıların %33,7'si fitness salonlarında çalışarak düzenli egzersiz yaptığını belirtirken, 25-34 yaş grubunda olan katılımcıların %42,6'sı, 35-44 yaş grubunda olan katılımcıların %50,4'ü, 45-54 yaş grubunda olan katılımcıların %55,6'sı, 55-64 yaş grubunda olan katılımcıların %60,2'si ve 65 yaş ve üzeri olan katılımcıların %66,4'ü egzersiz amaçlı yürüyüş yaparak düzenli egzersiz yaptığını belirtmektedir.

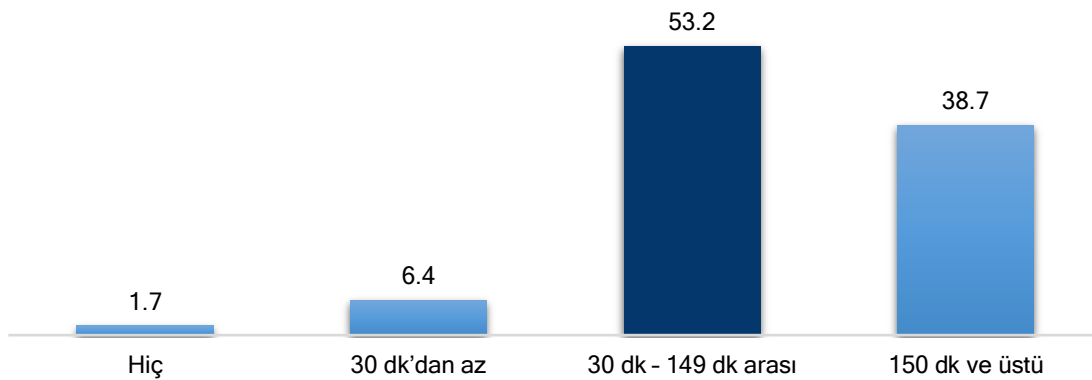
Tablo 18.Düzenli Spor ve Egzersiz –Yaş Dağılımı

Düzenli Spor ve Egzersiz	18-24	25-34	35-44	45-54	55-64	65+
	Sütun%	Sütun%	Sütun%	Sütun%	Sütun %	Sütun%
Yürüyüş Yapmak - Rekreatif	17,6	20,3	19,0	20,5	31,8	38,1
Yürüyüş Yapmak - Egzersiz	29,7	42,6	50,4	55,6	60,2	66,4
Yürüyüş Yapmak - Mecburi	14,8	18,9	22,0	22,0	22,7	26,0
Koşmak	17,9	19,6	16,4	13,5	8,5	2,9
Bisiklete Binmek	9,0	8,9	8,1	7,2	4,0	2,7
Futbol Oynamak	19,0	17,3	14,8	5,9	2,6	0,6
Jimnastik	6,3	3,8	3,8	3,2	3,7	1,5
Fitness salonunda çalışmak	33,7	29,2	21,6	17,9	6,0	5,3
Yüzmek	14,8	18,9	17,4	16,8	13,4	11,8
Tenis Oynamak	2,5	2,9	2,6	2,6	0,9	0,3
Masa Tenisi Oynamak	3,6	2,0	1,1	2,9	0,3	-
Dövüş Sporları yapmak	8,2	5,4	3,6	3,0	2,0	0,9
Takım sporları	11,7	6,2	4,4	5,1	2,6	0,6
Yoga/Pilates	7,3	13,0	10,0	8,5	6,0	2,1
Diğer	2,8	2,3	2,5	2,9	3,1	3,8

*Çoklu cevap içermektedir.

4.3.Haftada Kaç Dakika Fiziksel Aktivite Yapıyorsunuz?

Düzenli fiziksel aktivite yapan katılımcıların %53,2'si haftada “30 dk – 149 dk” arası spor ya da egzersiz yaptığını belirtmektedir.



Şekil 14.Haftada Kaç Dakika Fiziksel Aktivite Yapıyorsunuz?

4.3.1.Haftada Kaç Dakika Fiziksel Aktivite Yapıyorsunuz?-Cinsiyet Dağılımı

Düzenli fiziksel aktivite yapan kadın katılımcıların %54,7'si erkek katılımcıların ise %51,8'i haftada "30 dk – 149 dk" arası spor ya da egzersiz yaptığını belirtmektedir.

Tablo 19.Haftada Kaç Dakika Fiziksel Aktivite Yapıyorsunuz?-Cinsiyet

Süre	Kadın		Erkek		Toplam	
	Sütun%	Satır%	Sütun%	Satır%	Sütun %	Satır%
150 dk ve üstü	37,0	46,3	40,3	53,7	38,7	100
30 dk – 149 dk arası	54,7	49,8	51,8	50,2	53,2	100
30 dk'dan az	6,9	52,1	5,9	47,9	6,4	100
Hiç	1,4	39,7	2,0	60,3	1,7	100
Toplam	100	48,4	100	51,6	100	100

4.3.2.Haftada Kaç Dakika Fiziksel Aktivite Yapıyorsunuz?-Yaş Dağılımı

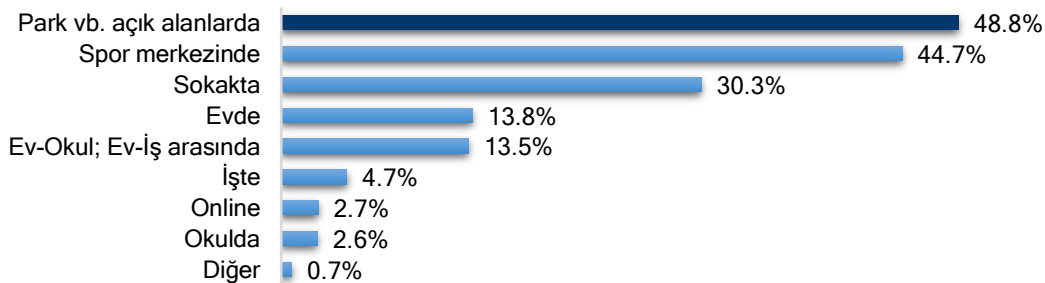
Haftada 150 dk ve üstü fiziksel aktivite gerçekleştiren katılımcıların %28,4'ü, 30 dk-149 dk arası fiziksel aktivite gerçekleştiren katılımcıların %26,8'i ve 30 dk'dan az fiziksel aktivite gerçekleştiren katılımcıların %27,6'sı 25-34 yaş grubundadır.

Tablo 20.Haftada Kaç Dakika Fiziksel Aktivite Yapıyorsunuz?-Yaş

Süre	18-24	25-34	35-44	45-54	55-64	65+
	Satır%	Satır%	Satır%	Satır%	Satır%	Satır%
150 dk ve üstü	18,6	28,4	21,6	15,6	8,0	7,9
30 dk – 149 dk arası	15,2	26,8	26,2	15,5	8,3	8,0
30 dk'dan az	8,6	27,6	19,8	15,6	14,4	14,0
Hiç	14,7	14,7	22,1	14,7	20,6	13,2
Toplam	16,1	27,3	23,9	15,5	8,8	8,4

4.4.Sportif Faaliyetlerinizi En Sık Olarak Nerede Yapıyorsunuz?

Düzenli fiziksel aktivite yapan katılımcıların %48,8'i park vb. açık alanlarda, %44,7'si spor merkezlerinde ve %30,3'ü sokakta sportif faaliyetlerini yaptıklarını belirtmektedir.



*Çoklu cevap içermektedir.

Şekil 15.Sportif Faaliyetlerinizi En Sık Olarak Nerede Yapıyorsunuz?

4.4.1.Sportif Faaliyetlerinizi En Sık Olarak Nerede Yapıyorsunuz?-Cinsiyet

Düzenli fiziksel aktivite yapan kadın katılımcıların %47,8'i, erkek katılımcıları ise %49,7'si spor faaliyetlerini en sık park vb. açık alanlarda yaptıklarını belirtmektedir.

Tablo 21.Sportif Faaliyetlerinizi En Sık Olarak Nerede Yapıyorsunuz?-Cinsiyet

En Sık Sportif Faaliyet Yapılan Yer	Kadın		Erkek		Toplam	
	Sütun%	Satır%	Sütun%	Satır%	Sütun%	Satır%
Evde	18,7	65,5	9,2	34,5	13,8	100
Ev-Okul; Ev-İş arasında	13,1	47,0	13,9	53,0	13,5	100
Spor merkezinde	42,3	45,8	47,0	54,2	44,7	100
İşte	3,5	36,3	5,8	63,7	4,7	100
Okulda	2,4	43,8	2,8	56,2	2,6	100
Park vb. açık alanlarda	47,8	47,4	49,7	52,6	48,8	100
Sokakta	30,6	49,0	29,9	51,0	30,3	100
Online	2,6	46,7	2,7	53,3	2,7	100
Diğer	0,9	56,7	0,6	43,3	0,7	100

*Çoklu cevap içermektedir.

4.4.2.Sportif Faaliyetlerinizi En Sık Olarak Nerede Yapıyorsunuz?-Yaş

18-24 yaş grubunda olan katılımcıların %66,6'sının ve 25-34 yaş grubunda olan katılımcıların %57,2'sinin sportif faaliyetlerini en sık spor merkezlerinde yaptıkları görülmektedir.

Tablo 22.Sportif Faaliyetlerinizi En Sık Olarak Nerede Yapıyorsunuz?-Yaş

En Sık Sportif Faaliyet Yapılan Yer	18-24	25-34	35-44	45-54	55-64	65+
	Sütun%	Sütun%	Sütun%	Sütun%	Sütun %	Sütun%
Evde	14,7	17,5	12,5	12,3	9,7	10,6
Ev-Okul; Ev-İş arasında	14,1	17,2	15,6	12,2	6,8	3,8
Spor merkezinde	66,6	57,2	41,4	36,9	19,3	13,0
İşte	4,3	5,5	5,6	5,9	2,6	0,6
Okulda	8,8	2,5	1,0	1,0	0,9	0,6
Park vb. açık alanlarda	36,6	42,7	53,0	46,6	60,8	71,4
Sokakta	15,9	24,4	29,5	34,9	45,2	54,6
Online	2,5	4,1	3,1	1,6	0,6	1,2
Diğer	0,5	0,5	0,9	0,5	1,1	1,5

*Çoklu cevap içermektedir.

4.5.Fiziksel Aktivite Yapmanızın En Önemli 2 Nedeni Nedir?

Düzenli fiziksel aktivite yapan katılımcıların %58,5'i daha zinde hissetmek için fiziksel aktivite yaptıklarını belirtirken, %37,1'i fiziksel görünüşü iyileştirmek, daha fit görünmek için fiziksel aktivite yaptığını belirtmektedir.



Şekil 16.Fiziksel Aktivite Yapmanızın En Önemli 2 Nedeni Nedir?

*Çoklu cevap içermektedir.

4.5.1.Fiziksel Aktivite Yapmanızın En Önemli İki Nedeni Nedir?-Cinsiyet

Düzenli fiziksel aktivite yapan kadın katılımcıların %57,8'i ve erkek katılımcıların %59,2'si daha zinde hissetmek için fiziksel aktivite yaptıklarını belirtmektedir.

Tablo 23.En Önemli İki Neden-Cinsiyet

En Önemli İki Neden	Kadın		Erkek		Toplam	
	Sütun%	Satır%	Sütun%	Satır%	Sütun %	Satır%
Sağlık sorunları için	29,7	47,8	30,4	52,2	30,1	100
Daha zinde hissetmek için	57,8	47,8	59,2	52,2	58,5	100
Kilo vermek için	30,5	62,6	17,1	37,4	23,6	100
Fiziksel görünüşü iyileştirmek	38,2	49,9	36,0	50,1	37,1	100
Değişik insanlarla tanışmak	5,6	48,2	5,6	51,8	5,6	100
Eğlenceli vakit geçirmek	24,1	46,3	26,2	53,7	25,2	100
Değişik insanlarla rekabet etmek	3,8	32,7	7,2	67,3	5,5	100
Antrenman yapmak	8,8	33,9	16,0	66,1	12,5	100
Diğer	1,1	36,1	1,9	63,9	1,5	100

*Çoklu cevap içermektedir.

4.5.2.Fiziksel Aktivite Yapmanın En Önemli İki Nedeni Nedir?-Yaş

Düzenli fiziksel aktivite yapan 18-24 yaş grubunda olan katılımcıların %46,8'i, 25-34 yaş grubunda olan katılımcıların %55,2'si, 35-44 yaş grubunda olan katılımcıların %57,7'si, 45-54 yaş grubunda olan katılımcıların %59,9'u, 55-64 yaş grubunda olan katılımcıların %69,6'sı ve 65 yaş ve üzeri olan katılımcıların %79,6'sı daha zinde hissetmek için düzenli fiziksel aktivite yaptığını belirtmektedir.

Tablo 24.En Önemli İki Neden-Yaş

En Önemli İki Neden	18-24	25-34	35-44	45-54	55-64	65+
	Sütun%	Sütun%	Sütun%	Sütun%	Sütun %	Sütun%
Sağlık sorunları için	20,6	20,5	22,2	39,6	51,4	61,7
Daha zinde hissetmek için	46,8	55,2	57,7	59,9	69,6	79,6
Kilo vermek için	18,7	25,3	27,8	24,5	22,7	14,5
Fiziksel görünüşü iyileştirmek	44,0	44,0	43,6	30,9	19,3	12,4
Değişik insanlarla tanışmak	7,6	7,0	5,0	4,3	3,7	3,5
Eğlenceli vakit geçirmek	27,4	26,0	24,5	26,0	22,4	21,5
Değişik insanlarla rekabet etmek	9,9	5,9	7,7	2,1	1,1	0,9
Antrenman yapmak	23,5	14,3	10,0	9,9	6,8	3,8
Diğer	1,2	1,5	1,2	2,1	2,6	0,9

*Çoklu cevap içermektedir.

4.6.Düzenli Fiziksel Aktivite Yapmama Nedeniniz Nedir?

Düzenli fiziksel aktivite yapmayan katılımcıların %57,5'i zamanı olmadığı için düzenli fiziksel aktivite yapamadığını belirtmektedir.



*Çoklu cevap içermektedir.

Şekil 17.Düzenli Fiziksel Aktivite Yapmama Nedeniniz Nedir?

4.6.1.Düzenli Fiziksel Aktivite Yapmama Nedeniniz Nedir?-Cinsiyet

Düzenli fiziksel aktivite yapmayan kadın katılımcıların %53,5'i ve erkek katılımcıların %61,7'si "**zamani olmadığı**" için fiziksel aktivite yapamadıklarını belirtmektedir.

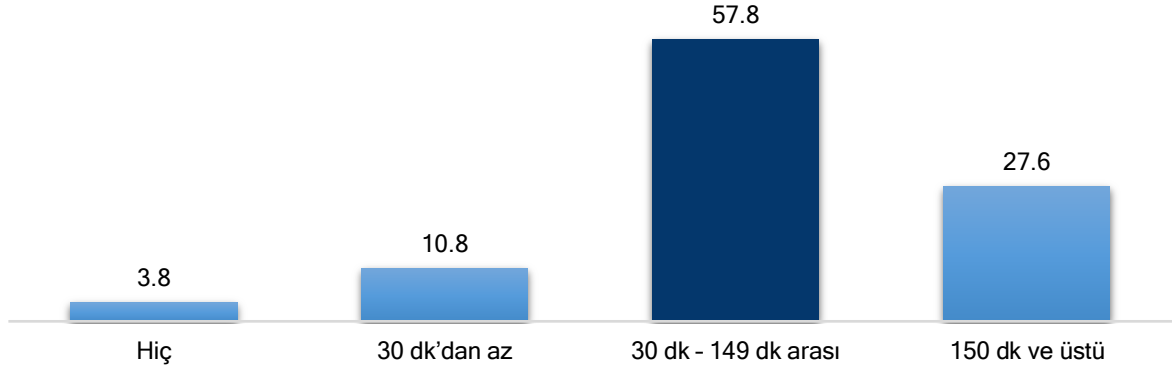
Tablo 25.Düzenli Fiziksel Aktivite Yapmama Nedeniniz Nedir?-Cinsiyet

Düzenli Fiziksel Aktivite Yapmama Nedeni	Kadın		Erkek		Toplam	
	Sütun%	Satır%	Sütun%	Satır%	Sütun %	Satır%
Salgın ve bulaşıcı hastalık endişesi	2,8	44,2	3,7	55,8	3,2	100
Zamanım yok	53,5	47,5	61,7	52,5	57,5	100
Maddi durumum yeterli değil	8,2	46,9	9,7	53,1	9,0	100
Başlıyorum, devam edemiyorum.	8,2	55,2	6,9	44,8	7,6	100
Çevremde/yakınımda spor yapabileceğim bir yer yok	4,5	52,8	4,2	47,2	4,4	100
Çevremdeki spor tesislerinin çalışma saatleri değil.	3,1	44,3	4,1	55,7	3,6	100
Birlikte yapabilecek arkadaş çevrem yok.	4,3	53,6	3,8	46,4	4,1	100
Ailem tarafından hoş karşılanmaz.	3,6	79,8	1,0	20,2	2,3	100
Sağlığım el vermiyor.	19,2	59,1	13,9	40,9	16,6	100
Bakmak zorunda olduğum küçük çocuğum var.	8,3	89,8	1,0	10,2	4,7	100
Bakmak zorunda olduğum hasta/yaşlı aile bireleri var.	2,6	67,6	1,3	32,4	1,9	100
İlgimi çekmiyor.	14,4	47,1	16,9	52,9	15,7	100
İhtiyaç hissetmiyorum.	10,6	49,7	11,2	50,3	10,9	100
Diğer	3,0	45,8	3,7	54,2	3,4	100

*Çoklu cevap içermektedir.

4.7.Spor/Egzersiz Amacı Dışında Fiziksel Aktivite Süresi

Katılımcıların %57,8'i haftada 30 dk- 149 dk arası alışveriş, iş gereği ağır kaldırma, ev temizliği, ulaşım amacıyla yürüme gibi spor ve egzersiz amacı dışında fiziksel aktivite gerçekleştirdiğini belirtmektedir.



Şekil 18.Spor/Egzersiz Amacı Dışında Fiziksel Aktivite Süresi

4.8.Fırsat Olsa Hangi Fiziksel Aktivite Türlerini Yapmak İstersiniz?

Katılımcıların %37,1'i fırsatları olsa yüzme ile fiziksel aktivite yapmak istediklerini belirtmektedir.



*Çoklu cevap içermektedir.

Şekil 19.Fırsat Olsa Hangi Fiziksel Aktivite Türlerini Yapmak İstersiniz?

4.8.1.Fırsat Olsa Hangi Fiziksel Aktivite Türlerini Yapmak İstersiniz?-Cinsiyet

Kadın katılımcıların %40,3'ü, erkek katılımcıların ise %34,2'si fırsatları olsa fiziksel aktivite olarak yüzmek istediklerini belirtmektedir.

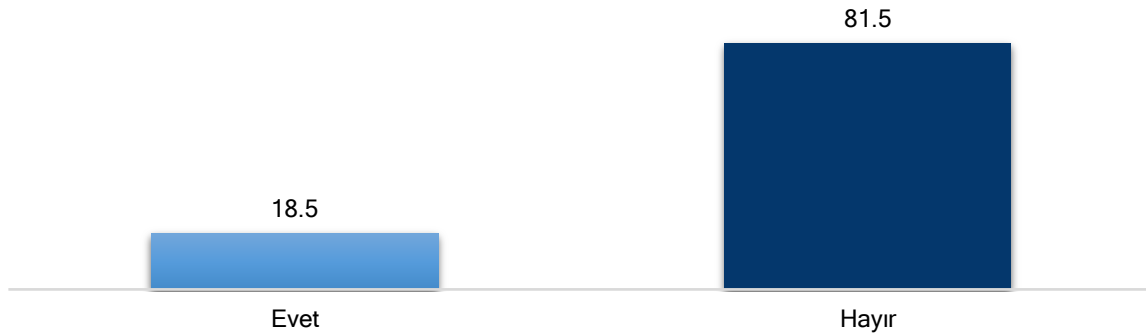
Tablo 26.Fırsat Olsa Hangi Fiziksel Aktivite Türlerini Yapmak İstersiniz?-Cinsiyet

Fırsat Olsa Hangi Fiziksel Aktivite Türlerini Yapmak İstersiniz?	Kadın		Erkek		Toplam	
	Sütun%	Satır%	Sütun%	Satır%	Sütun %	Satır%
Yürüyüş yapmak (egzersiz amaçlı)	26,7	49,1	25,8	50,9	26,2	100
Koşmak	15,3	45,8	16,9	54,2	16,2	100
Bisiklete binmek	18,6	51,7	16,2	48,3	17,4	100
Futbol oynamak	3,5	11,6	24,9	88,4	14,6	100
Jimnastik	14,4	70,4	5,6	29,6	9,8	100
Fitness salonunda çalışmak	20,2	47,2	21,0	52,8	20,6	100
Yüzmek	40,3	52,3	34,2	47,7	37,1	100
Tenis oynamak	17,6	58,6	11,5	41,4	14,5	100
Masa tenisi oynamak	8,3	47,2	8,6	52,8	8,5	100
Dövüş sporları yapmak	9,6	33,6	17,6	66,4	13,8	100
Takım sporları(Basketbol, Voleybol, Hentbol)	12,5	40,8	16,9	59,2	14,7	100
Yoga/Pilates	21,2	85,6	3,3	14,4	11,9	100
Diğer	1,6	31,3	3,3	68,7	2,5	100

*Çoklu cevap içermektedir.

4.9.Spor Merkezine ya da Spor Kulübüne Üyeliğiniz Var mı?

Katılımcıların %81,5'inin spor merkezine ya da spor kulübüne üyeliği olmadığı görülmektedir. Spor merkezi ya da spor kulübüne üyeliği olmayan katılımcılara neden üyelikleri olmadıkları sorulduğunda büyük çoğunluğu zamanı olmadığından, maddi durum yetersizliğinden, sağlık sorunlarından dolayı üyeliği olmadığını belirtmektedir.



Şekil 20.Spor Merkezine ya da Spor Kulübüne Üyeliğiniz Var mı?

4.9.1.Spor Merkezine ya da Spor Kulübüne Üyelığınız Var mı?-Cinsiyet

Kadın katılımcıların %17,2'sinin, erkek katılımcıların ise %19,8'inin spor merkezlerine ya da spor kulüplerine üyelikleri olduğu görülmektedir.

Tablo 27.Üyelik-Cinsiyet

Üyelik	Kadın		Erkek		Toplam	
	Sütun%	Satır%	Sütun%	Satır%	Sütun %	Satır%
Evet	17,2	46,6	19,8	53,4	18,5	100
Hayır	82,8	50,9	80,2	49,1	81,5	100
Toplam	100	50,1	100	49,9	100	100

4.9.2.Spor Merkezine ya da Spor Kulübüne Üyelığınız Var mı?-Yaş

18-24 yaş grubunda olan katılımcıların %30,8'inin, 25-34 yaş grubunda olan katılımcıların %27,2'sinin, 35-44 yaş grubunda olan katılımcıların %18,3'ünün, 45-54 yaş grubunda olan katılımcıların %14,1'inin, 55-64 yaş grubunda olan katılımcıların %6,9'unun ve 65 yaş ve üzeri olan katılımcıların %4,3'ünün spor merkezlerine ya da spor kulüplerine üyelikleri olduğu görülmektedir.

Tablo 28.Spor Merkezine ya da Spor Kulübüne Üyelığınız Var mı?-Yaş

Üyelik	18-24	25-34	35-44	45-54	55-64	65+
	Sütun%	Sütun%	Sütun%	Sütun%	Sütun %	Sütun%
Evet	30,8	27,2	18,3	14,1	6,9	4,3
Hayır	69,2	72,8	81,7	85,9	93,1	95,7
Toplam	100	100	100	100	100	100

4.9.3.Anket Tipi-Spor Kulübüne Üyelik

Hane anketi gerçekleştirilen katılımcıların %22,3'ü, serbest anket gerçekleştirilen katılımcıların %18,1'i spor merkezlerine ya da spor kulüplerine üyelikleri olduğunu belirtmektedir.

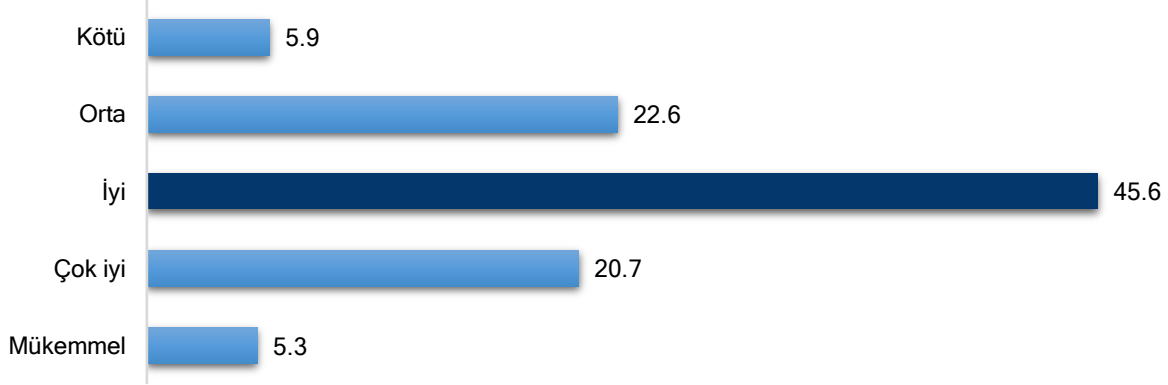
Tablo 29.Anket Tipi-Spor Kulübüne Üyelik

Üyelik	Hane Anketi		Serbest Anket		Toplam	
	Sütun%	Satır%	Sütun%	Satır%	Sütun %	Satır%
Evet	22,3	11,3	18,1	88,7	18,5	100
Hayır	77,7	9,0	81,9	91,0	81,5	100
Toplam	100	9,4	100	90,6	100	100

5.SAĞLIK ve SPOR

5.1.Genellikle Fiziksel Sağlık Durumunuzu Nasıl İfade Edersiniz?

Katılımcıların %45,6'sı genellikle fiziksel sağlık durumlarının "iyi" olduğunu belirtmektedir.



Şekil 21.Genellikle Fiziksel Sağlık Durumunuzu Nasıl İfade Edersiniz?

5.1.1.Genellikle Fiziksel Sağlık Durumunuzu Nasıl İfade Edersiniz?-Cinsiyet

Kadın katılımcıların %44,9'u, erkek katılımcıların ise %46,2'si genellikle fiziksel sağlık durumlarının iyi olduğunu belirtmektedir. Genel olarak fiziksel sağlık durumlarını kötü olarak ifade eden katılımcıların %59,7'si kadın, %40,3'ü erkek katılımcılardan oluşmaktadır. Fiziksel sağlık durumlarını mükemmel olarak belirten katılımcıların ise %41,2'sinin kadın katılımcılar oluştururken %58,8'ini erkek katılımcılar oluşturmaktadır.

Tablo 30.Genellikle Fiziksel Sağlık Durumunuzu Nasıl İfade Edersiniz?-Cinsiyet

Fiziksel Sağlık Durumu	Kadın		Erkek		Toplam	
	Sütun%	Satır%	Sütun%	Satır%	Sütun %	Satır%
Kötü	7,0	59,7	4,8	40,3	5,9	100
Orta	25,4	56,4	19,8	43,6	22,6	100
İyi	44,9	49,4	46,2	50,6	45,6	100
Çok iyi	18,4	44,5	23,0	55,5	20,7	100
Mükemmel	4,3	41,2	6,2	58,8	5,3	100
Toplam	100	50,1	100	49,9	100	100

5.1.2.Genellikle Fiziksel Sağlık Durumunuzu Nasıl İfade Edersiniz?-Yaş

18-24 yaş grubunda olan katılımcıların %42,2'si, 25-34 yaş grubunda olan katılımcıların %48'i, 35-44 yaş grubunda olan katılımcıların %54,1'i ve 45-54 yaş grubunda olan katılımcıların %49,9'u, 55-64 yaş grubunda olan katılımcıların %40,6'sı genellikle fiziksel sağlık durumlarının **"iyi"** olduğunu belirtirken, 65 yaş ve üzeri olan katılımcıların %46,5'i genellikle fiziksel sağlık durumlarının **"orta"** olduğunu belirtmektedir.

Tablo 31.Genellikle Fiziksel Sağlık Durumunuzu Nasıl İfade Edersiniz?-Yaş

Fiziksel Sağlık Durumu	18-24		25-34		35-44		45-54		55-64		65 +	
	Sütun%	Satır%	Sütun%	Satır%	Sütun %	Satır%	Sütun%	Satır%	Sütun%	Satır%	Sütun%	Satır%
Kötü	2,3	5,5	1,8	7,1	2,2	8,6	4,8	14,2	10,7	20,2	22,8	44,5
Orta	12,5	7,9	11,7	11,8	16,0	16,2	28,3	22,0	37,5	18,5	46,5	23,6
İyi	42,2	13,2	48,0	24,0	54,1	27,1	49,9	19,2	40,6	9,9	26,1	6,6
Çok iyi	30,8	21,2	30,2	33,2	23,4	25,8	14,9	12,6	9,3	5,0	3,9	2,1
Mükemmel	12,3	33,3	8,3	35,6	4,2	18,1	2,2	7,2	2,0	4,1	0,8	1,6
Toplam	100	14,3	100	22,8	100	22,8	100	17,5	100	11,1	100	11,5

5.2.Sağlık Durumunuzu Aşağıdaki Aktiviteler Sınırlıyor mu?

Katılımcıların %66,6'sının sağlık durumunu; bir masayı yerinden oynatmak, elektrik süpürGESİNİ İTMEK veya top oynamak gibi orta şiddetli aktivitelerin ve katılımcıların %61,7'sinin sağlık durumunu; birkaç merdiven çıkmak gibi aktivitelerin **"hiç sınırlamadığı"** görülmektedir.

Tablo 32.Sağlık Durumunuzu Aşağıdaki Aktiviteler Sınırlıyor mu?

Şu anki sağlık durumunuz aşağıdaki aktiviteleri sınırlıyor mu?	Evet, çok sınırlıyor	Evet, az sınırlıyor	Hayır, hiç sınırlamıyor	Toplam
Bir masayı yerinden oynatmak, elektrik süpürGESİNİ İTMEK vb.	8,9	24,5	66,6	100
Birkaç kat merdiven çıkmak	11,9	26,4	61,7	100

5.3. Geçtiğimiz Dört Hafta Boyunca Kendinizi Nasıl Hissettiniz?

Katılımcılara geçtiğimiz dört hafta boyunca kendilerini nasıl hissettikleri sorulduğunda; rahat ve huzurlu hissediyorum ifadesine %41,3'ü çoğu zaman, enerjik hissediyorum ifadesine %35,4'ü çoğu zaman ve mutsuz, üzgün hissediyorum ifadesine %38,3'ü nadir olarak cevaplarını vermektedir.

Tablo 33. Geçtiğimiz Dört Hafta Boyunca Kendinizi Nasıl Hissettiniz?

Geçtiğimiz Dört Hafta Boyunca Kendinizi Nasıl Hissettiniz?	Hiçbir zaman	Nadir	Bazı zamanlar	Çoğu zaman	Her zaman	Toplam
Rahat ve huzurlu hissettiniz	2,8	8,6	26,9	41,3	20,4	100
Enerjik hissettiniz	3,3	11,2	30,0	35,4	19,9	100
Mutsuz ve üzgün hissettiniz	12,4	38,3	34,0	10,6	4,7	100

5.4. Aşağıdaki İfadelere Katılma Derecenizi Belirtir misiniz?

Katılımcılar, genel olarak sağlıklı bir insan olduğuma inanırım ifadesine %52 ile, sağlığıma özen gösteririm ifadesine %45,2 ile, düzenli olarak sağlık kontrollerimi yaptırırım ifadesine %37,3 ile, spor ve fiziksel aktivite beden sağlığı için çok önemlidir ifadesine %48,3 ile ve spor, fiziksel aktivite yaptığım dönemlerde kendimi fiziksel olarak daha sağlıklı hissediyorum ifadesine %42,4 ile *“katıldıklarını”* belirtmektedir.

Tablo 34. Aşağıdaki İfadelere Katılma Derecenizi Belirtir misiniz?

Aşağıdaki İfadelere Katılma Derecenizi Belirtir misiniz?	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Ne katılıyorum ne katılmıyorum	Katılıyorum	Kesinlikle katılıyorum	Toplam
Genel olarak sağlıklı bir insan olduğuma inanıyorum	1,6	8,2	16,6	52,0	21,6	100
Sağlığıma özen gösteririm	1,9	9,0	22,8	45,2	21,2	100
Düzenli olarak sağlık kontrollerimi yaptırırım	4,6	15,0	26,1	37,3	17,0	100
Spor ve Fiziksel Aktivite beden sağlığı için çok önemlidir	1,1	6,7	16,3	48,3	27,6	100
Spor/Fiziksel aktivite yaptığım dönemlerde kendimi fiziksel olarak daha sağlıklı hissediyorum	1,5	8,3	22,6	42,4	25,1	100
Sağlık sorunlarım var/ Doktora gitmek için yeterli imkanım yok	28,7	35,3	17,9	13,1	5,0	100

6.İSTANBUL ve OLİMPİYAT

6.1.İstanbul'un Olimpiyat Oyunlarını Düzenleyecek Kapasitesi Var mıdır?

Katılımcıların %69,5'i İstanbul'un Olimpiyat Oyunlarını düzenleyecek kapasitesi olduğunu söylemektedir.



Şekil 22.İstanbul'un Olimpiyat Oyunlarını Düzenleyecek Kapasitesi Var mıdır?

6.1.1.Anket Tipi-Kapasite

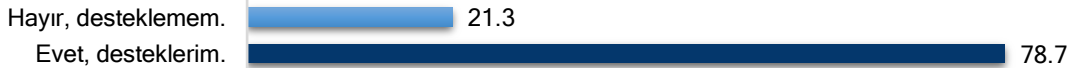
Hane anketi gerçekleştirilen katılımcıların %69,8'i, serbest anket gerçekleştirilen katılımcıların %69,4'ü İstanbul'un Olimpiyat Oyunlarını düzenleyecek kapasitesi olduğunu söylemektedir.

Tablo 35.Anket Tipi-Kapasite

Kapasite	Hane Anketi		Serbest Anket		Toplam	
	Sütun%	Satır%	Sütun%	Satır%	Sütun %	Satır%
Evet	69,8	9,4	69,4	90,6	69,5	100
Hayır	30,2	9,3	30,6	90,7	30,5	100
Toplam	100	9,4	100	90,6	100	100

6.2.İstanbul'da Olimpiyat Oyunlarının Düzenlenmesini Destekler misiniz?

Katılımcıların %78,7'si İstanbul'da Olimpiyat Oyunlarının düzenlenmesini destekleyeceğini belirtmektedir. İstanbul'da Olimpiyat Oyunlarını destekleyen katılımcılara neden destekledikleri sorulduğunda; büyük çoğunluğu, ülkenin her açıdan yararına olacağı, ülkenin ekonomisinin iyileşeceği, ülkenin reklamı ve tanıtımı olacağı, yeni iş sahalarının oluşacağı, gençlerin spora yatkınlığının artacağı, turizmin canlanacağı, ülkenin daha gelişmiş hale gelmesine katkı bulunacağı için desteklemektedir. Desteklemeyeceğini belirten katılımcıların ise büyük çoğunluğu yeterli altyapının olmaması, ülke bütçesinin az olması, trafik sorunun olacağı, kalabalık olacağı gibi nedenlerden dolayı desteklemeyeceğini belirtmektedir.

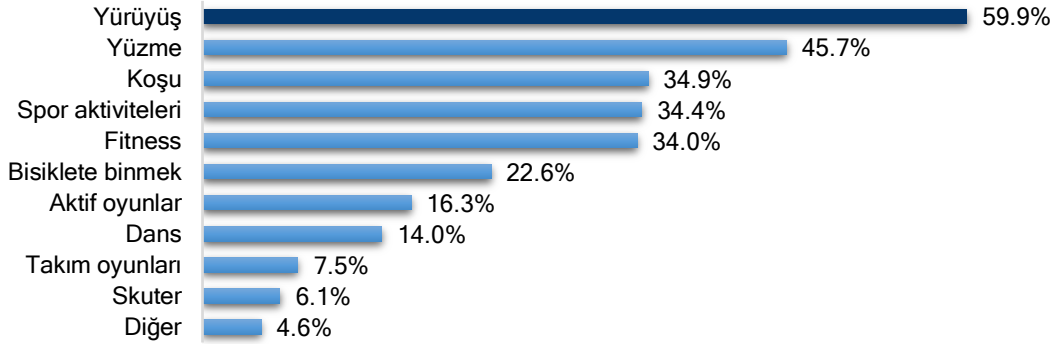


Şekil 23.İstanbul'da Olimpiyat Oyunlarının Düzenlenmesini Destekler misiniz?

7.FİZİKSEL AKTİVİTE OKUR-YAZARLIĞI

7.1.Spor ve Fiziksel Aktivite Denildiğinde Aklınıza Neler Geliyor?

Katılımcıların spor ve fiziksel aktivite denildiğinde aklına gelenler incelendiğinde; Katılımcıların %59,9'unun aklına yürüyüş, %45,7'sinin aklına yüzme ve %34,9'unun aklına koşu gelmektedir. Diğer kategorisinde yer alan katılımcıların aklına çoğunlukla; pilates, zumba, yoga, dövüş sporları ve sağlıklı yaşam gelmektedir.



*Çoklu cevap içermektedir.

Şekil 24.Spor ve Fiziksel Aktivite Denildiğinde Aklınıza Neler Geliyor?

7.1.1.Spor ve Fiziksel Aktivite Denildiğinde Aklınıza Neler Geliyor?-Cinsiyet

Spor ve fiziksel aktivite denildiğinde aklınıza neler geliyor sorusunun cevapları incelendiğinde; kadın katılımcılarda %64,7 ve erkek katılımcılarda %55 ile yürüyüş ilk sırada gelmiştir. Kadın katılımcılarda %47,4 ile, erkek katılımcılarda ise %44 ile yüzme ikinci sırada gelmiştir.

Tablo 36.Spor ve Fiziksel Aktivite Denildiğinde Aklınıza Neler Geliyor?-Cinsiyet

Aklınıza Neler Geliyor?	Kadın		Erkek		Toplam	
	Sütun%	Satır%	Sütun%	Satır%	Sütun %	Satır%
Dans	17,3	61,8	10,8	38,2	14,0	100
Bisiklet binmek	24,1	53,4	21,1	46,6	22,6	100
Yürüyüş	64,7	54,2	55,0	45,8	59,9	100
Fitness	34,9	51,4	33,1	48,6	34,0	100
Skuter	6,1	50,4	6,0	49,6	6,1	100
Spor aktiviteleri	31,9	46,5	36,9	53,5	34,4	100
Aktif oyunlar	15,6	48,0	17,0	52,0	16,3	100
Yüzme	47,4	52,0	44,0	48,0	45,7	100
Takım oyunları	4,3	28,8	10,7	71,2	7,5	100
Koşu	36,4	52,3	33,4	47,7	34,9	100
Diğer	5,3	57,5	3,9	42,5	4,6	100

*Çoklu cevap içermektedir.

7.1.2.Spor ve Fiziksel Aktivite Denildiğinde Aklınıza Neler Geliyor?-Yaş

Spor ve fiziksel aktivite denildiğinde aklınıza neler geliyor sorusu yaş gruplarına göre incelendiğinde; tüm yaş grupların ilk sırada “yürüyüş” gelmektedir.

Tablo 37.Spor ve Fiziksel Aktivite Denildiğinde Aklınıza Neler Geliyor?-Yaş

Aklınıza Neler Geliyor?	18-24	25-34	35-44	45-54	55-64	65+
	Sütun%	Sütun%	Sütun%	Sütun%	Sütun %	Sütun%
Dans	17,8	17,0	16,2	9,9	8,6	10,8
Bisiklet binmek	21,8	24,2	26,2	21,3	17,6	20,0
Yürüyüş	48,5	55,4	61,2	62,3	67,0	69,5
Fitness	47,6	42,3	35,8	30,5	19,1	17,0
Skuter	5,8	6,3	7,7	4,9	3,3	7,0
Spor aktiviteleri	37,1	35,4	37,6	32,8	30,8	28,7
Aktif oyunlar	15,5	16,9	19,4	15,4	14,8	13,1
Yüzme	44,0	49,1	50,0	45,3	40,2	38,8
Takım oyunları	10,5	7,2	6,8	7,5	7,3	5,6
Koşu	31,4	35,5	37,0	35,2	33,4	34,6
Diğer	5,5	5,2	3,5	5,2	3,4	4,7

*Çoklu cevap içermektedir.

7.2.Düzenli Fiziksel Aktivite

Katılımcılardan düzenli aktivite yapanlara yönlendirilen ifadeler incelendiğinde; yetkinlik ifadesi ortalama 8,6 değerine, anlama ifadesi ortalama 9,1 değerine, zevk ifadesi ortalama 9,1 değerine, güven ifadesi ortalama 9,0 değerine ve bilgi ifadesi ortalama 8,4 değerine sahiptir. Katılımcılara yönlendirilen ifadeler verilen ortalama değerler incelendiğinde; düzenli fiziksel aktivite yapan katılımcıların bu ifadeler büyük çoğunlukla katıldığı görülmektedir.

Tablo 38.Düzenli Fiziksel Aktivite

Aşağıdaki İfadelere Katılma Derecenizi Belirtir misiniz?	0-Kesinlikle katılmıyorum										10-Kesinlikle katılıyorum	Toplam	Ortalama
		1	2	3	4	5	6	7	8	9			
Yetkinlik	1,4	0,6	0,4	1,4	2,5	9,3	9,3	14,7	19,3	20,1	20,8	100	8,6
Anlama	0,1	1,3	0,6	1,1	2,3	5,0	7,9	13,4	18,3	20,8	29,2	100	9,1
Zevk	0,3	0,9	0,7	1,2	2,6	5,5	8,0	12,1	16,3	20,2	32,3	100	9,1
Güven	0,5	0,7	0,7	1,3	2,1	5,2	9,1	12,6	17,0	21,9	28,8	100	9,0
Bilgi	1,3	1,1	1,9	2,5	5,4	9,3	8,3	11,9	17,3	18,7	22,4	100	8,4

8.Soru Formu

A. GİRİŞ

İyi günler, ismim....., İBB Spor İstanbul adına Fiziksel Aktivite Araştırması ile fiziksel aktiviteyi artırıcı programlar ile İstanbulluların hareketliliği ve sağlıklı yaşam pratikliğine ışık tutarak İstanbul halkının aktivite alışkanlıklarını belirlemek ve etkinliklerin halkın pratiklerine nasıl yansıdığını ölçmeyi amaçlayan bir çalışma yürütmekteyiz. Bu konuda sizin de görüş ve önerilerinizi almak istiyoruz, görüşmemiz yaklaşık 10-15 dk sürecektir. Vereceğiniz bilgilerin tamamı istatistiki olarak değerlendirilecek ve 3. şahıslarla paylaşılmayacaktır. İzinizle sorularımı sormaya başlayabilir miyim?

1. Mahalle:.....
2. Cadde/Sokak:.....
3. Bina No:.....
4. İç Kapı No:.....
5. Hanede Yaşayan Kişi Sayısı:.....
6. Konut Türü: A)Apartman Dairesi B)Müstakil Konut C)Villa D)Gecekondu E)Diğer.....

1-Hane Anketi (Hane halkı bilgileri alınacak)

2-Birey Anketi

B.HANE HALKI BİLGİLERİ

HANE SATIR NO	HANE REİSİNE YAKINLIK DERECESESİ	YAŞ	CİNSİYET	MEDENİ DURUM	EĞİTİM DURUMU	MESLEK	FİZİKSEL AKTİVİTE	
	Hane reisinin nesi olur?	Kaç yaşını bitirdi?	ERKEK 1 KADIN 2	Bekâr 1 Evli 2 Eşi vefat etmiş 3 Boşanmış 4 Diğer 5	En son hangi okulu bitirdiniz?	Mesleğiniz Nedir?	Düzenli Fiziksel Aktivite/Spor/Egzersiz yapıyor mu? EVET 1 HAYIR 2	Lisanslı sporcu mu? EVET 1 HAYIR 2 ÖNCEDEN 3
(01)	(02)	(03)	(04)	(05)	(06)	(07)	(08)	(09)
01								
02								
03								
04								
05								
06								
07								
08								
09								
10								
11								
12								
13								
14								
15								

(02) HANE REİSİNE YAKINLIK KODLARI

01 HANE REİSİ	08 KAYINPEDERİ/ KAYINVALİDESİ
02 EŞİ	09 GELİNİ/DAMADI
03 OĞLU	10 TORUNU
04 KIZI	11 YATILI MİSAFİR
05 BABASI	12 EV ARKADAŞI
06 ANNESİ	13 DİĞER
07 KARDEŞİ	

(06) OKUL KODLARI

00 OKUMA-YAZMA BİLMİYOR	06 ÜNİVERSİTE
01 BİR OKUL BİTİRMEDİ	07 YÜKSEK LİSANS
02 İLKOKUL	08 DOKTORA
03 İLKÖĞRETİM / ORTAOKUL	09 DİĞER
04 LİSE	99 BİLMİYOR
05 YÜKSEKOKUL	

(07). ÇALIŞMA KODU					
A. Çalışmayan		B. Çalışan (Ücretli/Maaşlı)		C. Çalışan (Kendi Hesabına/Serbest Meslek)	
A.1	Emekli Çalışıyor	B.1	İşçi / Hizmetli (Düzensiz, zaman zaman çalışan)	C.1	Çiftçi (kendi başına / ailesiyle çalışan)
A.2	Emekli Çalışmıyor	B.2	İşçi / Hizmetli (Düzenli işi olan)	C.2	Seyyar Satıcı
A.3	İşsiz/Ek Gelir Yok	B.3	Ustabaşı / Kalfa (kendine bağlı işçi çalışan)	C.3	Tek Başına Çalışan / Dükkan Sahibi / Esnaf (Taksi Şoförü Dahil)
A.4	İşsiz/Ek Gelir Var	B.4	Yönetici Olmayan Memur / Teknik Eleman / Uzman vb.	C.4	İşyeri Sahibi (1-5 çalışanlı – Tic, Tarım, İmalat, Hizmet)
A.5	Ev Hanımı /Ek Gelir Yok	B.5	Yönetici (1-5 çalışanı olan)	C.5	İşyeri Sahibi (6-10 çalışanlı – Tic, Tarım, İmalat, Hizmet)
A.6	Ev Hanımı /Ek Gelir Var	B.6	Yönetici (6-10 çalışanı olan)	C.6	İşyeri Sahibi (11-20 çalışanlı – Tic, Tarım, İmalat, Hizmet)
A.7	Öğrenci (Gelir getirici işi olmayan)	B.7	Yönetici (11-20 çalışanı olan)	C.7	İşyeri Sahibi (20'den fazla çalışanlı – Tic, Tarım, İmalat, Hizmet)
		B.8	Yönetici (20'den fazla çalışanı olan)	C.8	Serbest Nitelikli Uzman (avukat, mühendis, mali müşavir, doktor, eczacı vb.)
		B.9	Ordu mensubu (uzman er, astsubay, subay)		
		B.10	Ücretli Kıdemli Nitelikli Uzman (avukat, doktor, mimar, mühendis, akademisyen vb.) Kendi Hesabına Çalışan		

B.SPOR İSTANBUL VE İBB SPOR TESİSLERİ

1) Spor İstanbul'u duydunuz mu?

- a) Evet
- b) Hayır (*Hayır ise 16. soruya geçiniz*)

2) Spor İstanbul'u nereden duydunuz?

- a) Arkadaş çevremden
- b) Akrabalarımından
- c) Medyadan (TV, radyo, sanal platformlar)
- d) Billboardlardan
- e) İşyerinden
- f) Okuldan/Öğretmenden
- g) Stand ve Saha çalışmalarından
- h) Sivil toplum kuruluşlarından
- i) SMS
- j) Bilmiyor/hatırlamıyor
- k) Diğer.....

3) Spor İstanbul A.Ş. için aşağıdaki ifadelere katılım düzeyinizi belirtiniz.

Aşağıdaki ifadelere katılma derecenizi belirtir misiniz?	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Ne Katılıyorum Ne Katılmıyorum	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
Ürün Hizmet Kalitesi					
Yüksek kalitede ve uygun fiyatla hizmet sunan bir kurumdur.	0	1	2	3	4
Vatandaşın memnuniyetini önemseyen bir kurumdur.	0	1	2	3	4
Vizyon ve Liderlik					
Başarılı bir liderlikle yönetilen bir kurumdur.	0	1	2	3	4
Sosyal Sorumluluk					
Topluma ve çevresel konulara karşı sorumluluklarını yerine getiren bir kurumdur.	0	1	2	3	4
Çalışma Ortamı					
Nitelikli çalışanlardan oluşan bir kurumdur.	0	1	2	3	4
Duygusal özellikler					
Güvenilir ve saygın bir kurumdur.	0	1	2	3	4
Sevilen bir kurumdur.	0	1	2	3	4

C.DİĞER AKTİVİTE ALIŞKANLIKLARI

4) Düzenli olarak spor ya da egzersiz yapıyor musunuz?

- a) Evet (Evet ise devam edilecek 6. Ve 7. Soru sorulmayacak)
b) Hayır (*Hayır ise 6. Ve 7. Soruyu sorduktan sonra 11. soruya geçiniz.*)

c) **Evet ise, hangi spor ya da egzersizleri düzenli olarak yapmaktasınız? (Çoktan seçmeli**

olarak sorulacaktır)

- a) Yürüyüş Yapmak (Egzersiz, spor, hobi vb. amaçla)
b) Yürüyüş Yapmak (Market, Alışveriş, ziyaret vb.)
c) Koşmak
d) Bisiklete Binmek
e) Futbol Oynamak
f) Jimnastik
g) Fitness salonunda çalışmak
h) Yüzmek
i) Tenis Oynamak
j) Masa Tenisi Oynamak
k) Dövüş Sporları yapmak

- l) Takım sporları (Basketbol, voleybol, hentbol)
- m) Yoga/Pilates
- n) Diğer

Yeni Soru

Yürüyüş Yapma Amacınız Nedir?

- a) Rekreatif Amaçlı (gezinti vb.)
 - b) Egzersiz Amaçlı
 - c) Mecburi (Çarşı,pazar,işe gitme vs)
- 5) Haftada kaç dakika halk oyunları, dans, düşük tempolu koşu, ip atlamak; ağır kaldırma, tempolu koşu/dans, aerobik, basketbol, futbol, hızlı bisiklet çevirme; aktivite amaçlı yürüyüş ya da bisiklet binme gibi SPOR/EGZERSİZ AMAÇLI fiziksel aktivite yapıyorsunuz?**

.....dk (süre veremiyorsa aralık sorunuz)

- a) 150 dk ve üstü
 - b) 30 dk – 149 dk arası
 - c) 30 dk'dan az
 - d) Hiç
- 6) Sportif faaliyetlerinizi EN SIK olarak nerede yapıyorsunuz? (Çoktan seçmeli olarak sorulacaktır)**
- a) Evde
 - b) Ev-Okul; Ev-İş arasında
 - c) Spor merkezinde
 - d) İşte
 - e) Okulda
 - f) Park vb. açık alanlarda
 - g) Sokakta
 - h) Online
 - i) Diğer.....

7) Fiziksel aktivite yapmanızın en önemli 2 nedeni nedir?

- a) Sağlık sorunları için
- b) Daha zinde hissetmek için
- c) Kilo vermek
- d) Fiziksel görünüşü iyileştirmek/Daha fit görünmek
- e) Değişik insanlarla tanışmak
- f) Eğlenceli vakit geçirmek/stres atmak
- g) Değişik insanlarla rekabet etmek
- h) Antrenman yapmak
- i) Diğer.....

8) Düzenli fiziksel aktivite YAPMAMA nedeniniz nedir? (Çoktan seçmeli olarak sorulacaktır)

- a) Salgın ve bulaşıcı hastalık endişesi
- b) Zamanım yok
- c) Maddi durumum yeterli değil
- d) Başlıyorum, devam edemiyorum (Motivasyon eksikliği)
- e) Çevremde/yakınımda spor yapabileceğim yer yok
- f) Çevremdeki spor tesislerinin çalışma saatleri uygun değil
- g) Birlikte yapacak arkadaş çevrem yok
- h) Fiziksel aktivitelere katılmam ailem tarafından hoş karşılanmaz
- i) Sağlığım el vermiyor
- j) Bakmak zorunda olduğum **KÜÇÜK ÇOCUĞUM** var
- k) Bakmak zorunda olduğum **HASTA-YAŞLI vb.** aile bireyleri var
- l) İlgimi çekmiyor
- m) İhtiyaç hissetmiyorum
- n) Diğer.....

9) Haftada kaç dakika Alışveriş, İş gereği ağır kaldırma, ev temizliği, ulaşım amacıyla yürüme gibi

SPOR/EGZERSİZ AMACI DIŞINDA fiziksel aktivite yapıyorsunuz?

.....dk (süre veremiyorsa aralık sorunuz)

- a) 150 dk ve üstü
- b) 30 dk – 149 dk arası
- c) 30 dk'dan az
- d) Hiç

10) Fırsat olsa hangi fiziksel aktivite türlerini yapmak istersiniz? (Çoktan seçmeli olarak sorulacaktır)

- o) Yürüyüş Yapmak (egzersiz amaçlı yapılan yürüyüş)
- p) Koşmak
- q) Bisiklete Binmek
- r) Futbol Oynamak
- s) Jimnastik
- t) Fitness salonunda çalışmak
- u) Yüzmek
- v) Tenis Oynamak
- w) Masa Tenisi Oynamak
- x) Dövüş Sporları yapmak
- y) Takım sporları (Basketbol, voleybol, hentbol)
- z) Yoga/Pilates
- aa) Diğer

11) Spor merkezi ya da spor kulübüne üyeliğiniz var mı?

- a) Evet
b) Hayır ise Neden?.....

D.SAĞLIK VE SPOR

12) Genellikle fiziksel sağlık durumunuzu nasıl ifade edersiniz?

- a) Kötü
b) Orta
c) İyi
d) Çok iyi
e) Mükemmel

13) Şu anki sağlık durumunuz aşağıdaki aktiviteleri sınırlıyor mu? Sınırlıyorsa ne kadar?	Evet, çok sınırlıyor	Evet, az sınırlıyor	Hayır, hiç sınırlamıyor
Bir masayı yerinden oynatmak, elektrik süpürmesini itmek veya top oynamak gibi orta şiddetlerde aktiviteler	1	2	3
Birkaç kat merdiven çıkmak	1	2	3

14) Aşağıdaki sorular, geçtiğimiz dört hafta boyunca kendinizi nasıl hissettiğinizle ilgilidir. Her soru için size en yakın olan cevabı işaretleyiniz. Geçtiğimiz dört haftanın ne kadarında kendinizi ...	Hiçbir zaman	Nadir	Bazı zamanlar	Çoğu zaman	Her zaman
Rahat ve huzurlu hissettiniz	1	2	3	4	5
Enerjik hissettiniz	1	2	3	4	5
Mutsuz ve üzgün hissettiniz	1	2	3	4	5

15) Aşağıdaki ifadelere katılma derecenizi belirtir misiniz?	Kesinlikle katılmıyorum	Katılmıyorum	Ne katılmıyorum ne katılmıyorum	Katılıyorum	Kesinlikle katılıyorum
Genel olarak sağlıklı bir insan olduğuma inanıyorum	1	2	3	4	5
Sağlığıma Özen Gösteririm	1	2	3	4	5
Düzenli olarak sağlık kontrollerimi yaptırıyorum	1	2	3	4	5

Spor ve Fiziksel Aktivite Beden sağlığı için çok önemlidir	1	2	3	4	5
Spor/Fiziksel Aktivite yaptığım dönemlerde kendimi fiziksel olarak daha sağlıklı hissediyorum	1	2	3	4	5
Sağlık sorunlarım var/ Doktora gitmek için yeterli imkanım yok	1	2	3	4	5

G.İSTANBUL VE OLİMPİYAT

16) Sizce İstanbul'un Olimpiyat Oyunlarını düzenleyecek kapasitesi (insan kaynağı, altyapı) var mıdır?

- a) Evet
- b) Hayır

17) İstanbul'da Olimpiyat Oyunlarının düzenlenmesini desteklerler misiniz?

- a) Evet, desteklerim. Çünkü:.....
- b) Hayır, desteklemem. Çünkü:.....

H.FİZİKSEL AKTİVİTE OKUR-YAZARLIĞI

18) Spor ve fiziksel aktivite denildiğinde aklınıza neler geliyor (Çoktan seçmeli sorulacaktır)

- a) Dans
- b) Bisiklete binmek
- c) Yürüyüş
- d) Fitness
- e) Skuter
- f) Spor aktiviteleri
- g) Aktif oyunlar
- h) Yüzme
- i) Koşu
- j) Diğer.....

19) Düzenli Fiziksel Aktivite YAPIYORSA

Uluslararası Fiziksel Okuryazarlık Derneği'nin fiziksel okuryazarlık tanımının dört unsuru var: Motivasyon, Güven, Yetkinlik ve Bilgi ile Anlayış. Bu 4 anlayış, bireyin yaşam için fiziksel aktiviteye katılmaya değer vermesini ve buna yönelik sorumluluk almasını sağlıyor. Buna göre katılımcılara aşağıdaki ifadeler yöneltilecek, bunlara 0'dan 10'a kadar değer verilebilir.

Aşağıdaki ifadelere katılma derecenizi belirtir misiniz?	0-Kesinlikle katılmıyorum	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10-Kesinlikle katılıyorum
Yetkinlik- Spor ve egzersizi kolay buluyorum	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Anlama- Spor ve egzersizin benim için neden iyi olduğunu anlıyorum	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Zevk - Egzersiz ve spor yapmaktan hoşlanırım	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Güven – Hem egzersiz yaparken hem spor yaparken kendime güveniyorum	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Bilgi- Birçok farklı egzersiz ve spor türüne nasıl katılacağımı ve becerilerimi nasıl geliştireceğimi biliyorum	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

I.HANEHALKI GELİRİ

20) Geçtiğimiz altı ayı dikkate alırsanız, bütün aile fertlerinin maaş, kira, emekli aylığı, değişik iş kazançları v.b. gelirlerini göz önünde bulundurarak ortalama toplam AYLIK HANE HALKI geliriniz ne kadardır?

ANKETÖR DİKKAT: Geliri ortalama veya aralık olarak hiçbir şekilde belirtmiyorsa. 999 yazılacak.

.....TL

Net gelir söylenemiyorsa Hane halkı Gelir Aralığı seçiniz?

- 0 - 7.500 TL arası
- 7.501 – 11.402 TL arası
- 11.403 – 15.000 TL arası
- 15.001 – 20.000 TL arası
- 20.001 – 25.000 TL arası
- 25.001 – 40.000 TL arası
- 40.001 – 60.000 TL
- 60.001 TL ve üzeri

