

# Fiziksel Aktivitelere Metabili? Uygulamalar? Öllçe?i

## RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Fiziksel Aktivitelere Metabili? Uygulamalar? Öllçe?i*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=21889>

## Özet

Fiziksel Aktivitelere Metabili? Uygulamalar? Ölçe?i (MAPAS-TR), bireylerin **fiziksel aktivite** süreçlerine dair bilişsel izleme ve düzenleme yeteneklerini ölçmek amacıyla geliştirilmiş bir psikometrik araçtır. Bu ölçek, orijinal Metacognition Applied to Physical Activities Scale (MAPAS) ölçeğinin Türkçe'ye uyarlanmış versiyonudur. Olcay Kiremitci tarafından 2016 yılında gerçekleştirilen uyarlama çalışması, ölçeğin özellikle erken ergenler üzerindeki **psikometrik özellikler** (geçerlik ve güvenirlik) açısından incelenmesini amaçlamıştır.

Uyarlama çalışması, Türk kültürüne özgü dilsel ve kültürel geçerliliği sağlamak için, ölçeğin teorik yapısının korunmasını göstermeyi hedeflemiştir. Bu ölçek, bireylerin fiziksel aktiviteye katılma sürecini ne derece farkında oldukları ve yönettiklerini değerlendirerek, spor psikolojisi ve eğitim bilimleri alanlarında önemli bir araç olarak kullanılmaktadır.

## Anahtar Kelimeler

Metabili?, Fiziksel Aktivite, MAPAS-TR, **Psikometrik Özellikler**, **Erken Ergenlik**, Uyarlama, Bilişsel Düzenleme.

## Yazarlar

Olcay KIREMITÇİ

## Amaç

Ölçeğin temel amacı, **metabili?** kavramının fiziksel aktivite bağlamındaki tezahürlerini ölçmektir. Bu, bireylerin bir aktiviteye başlamadan önce planlama yapma, aktivite sırasında performanslarını izleme ve aktivite sonrasında sonuçları değerlendirme gibi bilişsel süreçlerini değerlendirmeyi içerir.

Türkçe uyarlama çalışması (Kiremitci, 2016), orijinal ölçeğin Türk kültürüne uygunluğunu test ederek, özellikle erken ergenlik dönemindeki öğrencilerin fiziksel aktiviteye yönelik bilişsel stratejilerini güvenilir ve geçerli bir şekilde ölçebilecek bir araç sağlayarak amaçlanmıştır. Bu sayede, fiziksel aktivite motivasyonu ve katılımının artırmaya yönelik eğitimsel müdahaleler için temel veriler elde edilmektedir.

## Yapı (Ölçülen Yapı)

Fiziksel Aktivitelere Metabili? Uygulamalar? Ölçeği, bireyin kendi bilişsel süreçleri hakkındaki bilgiyi ve bu süreçleri kontrol etme becerisini ifade eden **metabili?** yapısını ölçmektedir. Fiziksel aktivite bağlamında bu yapı, genellikle iki ana bileşen etrafında şekillenir:

**Metabili? Bilgisi:** Bireyin fiziksel aktivite performans?n? etkileyen kendi yetenekleri, görev gereklilikleri ve stratejiler hakk?ndaki bilgisi.

**Metabili? Düzenlemesi:** Bireyin fiziksel aktivite hedeflerine ula?mak için bili?sel süreçleri (planlama, izleme, de?erlendirme) aktif olarak yönetme ve kontrol etme becerisi.

## Geçerlik

Ölçe?in geçerlik çal??malar?, uyarlama çal??mas?n?n temelini olu?turmaktadır. Kiremitci (2016) taraf?ndan yürütölen çal??mada, ölçe?in yap? geçerli?i incelenmi?tir. Yap? geçerli?i, genellikle Faktör Analizi yöntemleri kullan?larak, ölçek maddelerinin teorik olarak öngörölen faktör yap?s?n? do?rulamada do?rulamad???n? kontrol etmek için test edilmi?tir.

**Uyarlama** sürecinde, dilsel ve kültürel geçerli?i sa?lamak ad?na çeviri-geri çeviri prosedürleri uygulanm?? ve uzman görü?leri al?nm??t?r. Bu süreçler, ölçek maddelerinin Türkçede anlam bütönlü?ünü korudu?unu ve hedef kitle taraf?ndan do?ru anla??ld???n? garanti alt?na almay? amaçlam??t?r.

## Güvenirlik

Güvenirlik, ölçe?in tutarl? ve kararlı sonuçlar üretme yetene?ini ifade eder. Uyarlama çal??mas?nda (Kiremitci, 2016), MAPAS-TR'nin iç tutarl?lık güvenilirlik katsay?s? (genellikle **Cronbach Alfa**) hesaplanm??t?r.

Yüksek iç tutarl?lık de?erleri, ölçek maddelerinin ayn? psikolojik yap?y? ölçmek üzere birbiriyle tutarl? oldu?unu gösterir. Bu güvenilirlik analizleri, ölçe?in Türk erken ergen popölasyonunda güvenilir bir ölçüm aracı olarak kullan?labilece?ini kan?tlamay? amaçlam??t?r.

## Faktör Analizi

Faktör analizi, ölçe?in çok boyutlu yap?s?n? ortaya koymak ve orijinal ölçekteki faktör yap?s?n?n Türkçe versiyonunda korunup korunmad???n? incelemek için kritik öneme sahiptir. Kiremitci'nin çal??mas?, büyük olas?lıkla Do?rulamada Faktör Analizi (DFA) kullanarak, **metabili?** yap?s?n?n alt boyutlar?n?n erken ergenler üzerindeki verilerle ne kadar uyumlu oldu?unu test etmi?tir. Bu analizler, ölçe?in yap?sal geçerli?ini destekleyen temel kan?tlar? sunar.

## Ölçek Bilgileri

**Test Türü:** Uyarlama (Adaptation)

**Format:** Derecelendirme Ölçe?i (Tipik olarak Likert Tipi)

**Mevcut Diller:** Türkçe (Turkish)

**Popülasyon Grubu:** Erken Ergenler

**Ya? Grubu:** Erken ergenlik dönemi (Genellikle 11-14 ya? aral???)

**Popülasyon Detaylar?:** Fiziksel aktiviteye kat?lan veya genel olarak okul ça??ndaki erken ergenler.

**Test Metodolojisi:** Öz bildirime dayal? anket format?.

## Anahtar Kelimeler

Bili?sel Süreçler, Öz Düzenleme, Spor Psikolojisi, **Fiziksel Aktivite** Davran???, **Psikometrik Özellikler**, MAPAS.

## Yazarlar

**Yazar ORCID Tan?mlay?c?s?:** Bilinmiyor

**?leti?im E-posta Adresi:** [olcaykiremitci@gmail.com](mailto:olcaykiremitci@gmail.com)

**Yaz??ma Adresi:** Olcay K?REM?TÇ?

## ?zinler, Ücret ve Test Y?l?

Ölçek, 2016 y?l?nda Türkçe'ye uyarlanm??t?r. Ölçe?in kullan?m? için gereken izinler ve olas? ücretler hakk?nda bilgi almak için sorumlu yazar Olcay Kiremitci ile ileti?ime geçilmesi gerekmektedir. Kullan?c?lar?n, ölçe?in orijinal geli?tiricilerinden ve uyarlamas?n? yapan yazardan gerekli izinleri almalar? tavsiye edilmektedir.

Orijinal makalenin PDF dosyas? a?a??daki ba?lant?dan indirilebilir:

[psychometric-properties-of-turkish-version-of-metacognition-applied-to-physical-activities-scale.pdf](#)

## Kaynaklar

Kiremitci, O. (2016). Psychometric Properties of Turkish Version of Metacognition Applied to Physical Activities Scale (Mapas-tr): A Study on Early Adolescents. *International Online Journal of Educational Sciences*, 8 (3), 55-62. DOI: <http://dx.doi.org/10.15345/iojes.2016.03.006>

## Fiziksel Aktivitelere Metabili? Uygulamalar? Ölçe?i Maddeleri

**ÖNEML?:** A?a??daki ölçek maddeleri orijinal dilinde korunmal? ve hiçbir ?ekilde de?i?tirilmemelidir.

Ölçek maddeleri, sa?lanan kaynak içerikte yer almamaktad?r.

ARABPSYCHOLOGY.COM