

2019

YÜKSEK LİSANS TEZİ

G. ÖKSÜZ

T.C.

**BALIKESİR ÜNİVERSİTESİ  
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ  
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI**



**EĞİTİM FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN  
REKREASYONEL ETKİNLİKLERE KATILIM  
DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ  
(BALIKESİR ÜNİVERSİTESİ ÖRNEĞİ)**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**Gönül ÖKSÜZ**

Tez Danışmanı

**Dr. Öğr. Üyesi Murat ÖZMADEN**

**BALIKESİR- 2019**

**T.C.  
BALIKESİR ÜNİVERSİTESİ  
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ  
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI**

**EĞİTİM FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN REKREASYONEL  
ETKİNLİKLERE KATILIM DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ  
(BALIKESİR ÜNİVERSİTESİ ÖRNEĞİ)**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Gönül ÖKSÜZ**

**TEZ SINAV JÜRİSİ**

**Doç. Dr. Hamdi Alper GÜNGÖRMÜŞ**  
Celal Bayar Üniversitesi - Başkan

**Dr. Öğr. Üyesi Murat ÖZMADEN**  
Aydın Adnan Menderes Üniversitesi - Üye

**Dr. Öğr. Üyesi Mehmet YANIK**  
Balıkesir Üniversitesi - Üye

Tez Danışmanı  
**Dr. Öğr. Üyesi Murat ÖZMADEN**

**BALIKESİR – 2019**



T.C.  
**BALIKESİR ÜNİVERSİTESİ**  
**SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

**TEZ KABUL VE ONAY**

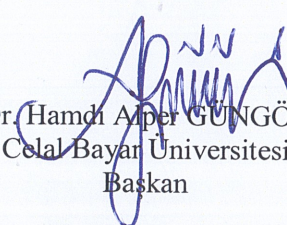
Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Yüksek Lisans Programı çerçevesinde yürütülmüş olan

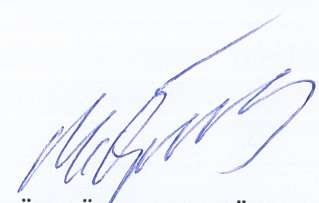
**“Eğitim Fakültesi Öğrencilerinin Rekreatif Etkinliklere Katılım Düzeylerinin  
İncelenmesi (Balıkesir Üniversitesi Örneği)”**

başlıklı tez çalışması, aşağıdaki jüri tarafından Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

**Tez Savunma Tarihi: 08 /07 / 2019**


**TEZ SINAV JÜRİSİ**

  
Doç. Dr. Hamdi Alper GÜNGÖRMÜŞ  
Celal Bayar Üniversitesi  
Başkan

  
Dr. Öğr. Üyesi Murat ÖZMADEN  
Adnan Menderes Üniversitesi  
Üye

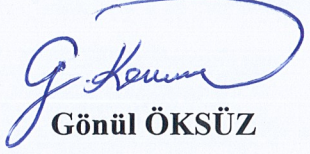
  
Dr. Öğr. Üyesi Mehmet YANIK  
Balıkesir Üniversitesi  
Üye

Yukarıdaki Yüksek Lisans Tezi, sınav jüri komisyonu tarafından imzalanarak  
23. /07. /2019 tarihinde teslim edilmiştir.

  
Prof. Dr. İzzet KARAHAN  
Enstitü Müdürü

## BEYAN

Bu tez çalışmasının kendi çalışmam olduğunu, tezin planlanmasından yazımına kadar bütün aşamalarda patent ve telif haklarını ihlal edici etik dışı davranışımın olmadığını, bu tezdeki bütün bilgileri akademik ve etik kurallar içinde elde ettiğimi, bu tezde kullanılmış olan tüm bilgi ve yorumlara kaynak gösterdiğimi beyan ederim  
(01/05/2019)

  
Gönül ÖKSÜZ

## TEŞEKKÜR

"Eğitim Fakóltesi Öğrencilerinin Rekreatyonel Etkinliklere Katılım Düzeylerinin İncelenmesi (Balıkesir Üniversitesi Örneği)" konulu bitirme tezimde, araştırma süresince bilgi ve tecrübesinden yararlandığım danışmanım Dr. Öğr. Üyesi Murat ÖZMADEN'e teşekkürü bir borç bilirim.

Ayrıca araştırma boyunca bireysel katılımı ve bu araştırmanın bilgisayar ortamında oluşturulmasındaki desteğinden dolayı biricik eşim Ekrem ÖKSÜZ'e, anketlerin uygulanmasında yardımlarını esirgemeyen Necatibey Eğitim Fakóltesi öğretim üyesi ve öğretim elemanlarına ayrı ayrı teşekkür ederim.

# İÇİNDEKİLER

<b>ÖZET</b> .....	iii
<b>ABSTRACT</b> .....	iv
<b>TABLolar DİZİNİ</b> .....	v
<b>1. GİRİŞ</b> .....	1
1.1. Araştırmanın Problemi .....	1
1.1.1. Alt Problemler .....	1
1.2. Sınırlılıklar .....	1
1.3. Sayıtlar .....	2
1.4. Hipotezler .....	2
1.5. Araştırmanın Önemi .....	2
1.6. Araştırmanın Amacı .....	3
<b>2. GENEL BİLGİLER</b> .....	4
2.1. Zaman Kavramı .....	4
2.1.1. Zamanın Kullanımı .....	5
2.1.2. Zamanın Önemi ve Kullanım Bölümleri .....	5
2.2. Serbest Zaman Kavramı .....	7
2.2.1. Serbest Zamanın Temel Fonksiyonları .....	9
2.2.2. Serbest Zamanı Değerlendirmenin Yararları .....	11
2.3. Rekreasyon Kavramı .....	12
2.3.1. Rekreasyonun Özellikleri .....	14
2.3.2. Rekreasyonun Sınıflandırılması .....	15
2.3.3. Rekreasyonun Etkinlik Alanları .....	16
2.3.4. Rekreasyona Katılımın Önündeki Engeller .....	18
2.3.5. Rekreasyon İhtiyacı .....	20
2.3.6. Rekreasyona Duyulan İhtiyacın Nedenleri .....	21
2.3.7. Rekreasyonun Yararları .....	23
2.4. Rekreasyon ve Üniversite Gençliği .....	26
<b>3. GEREÇ VE YÖNTEM</b> .....	29
3.1. Veri Toplama Araçları .....	29
3.2. Çalışmanın Yöntemi .....	29
3.3. Çalışmanın Evreni ve Örnekleme .....	29
3.4. Verilerin Toplanma Süreci .....	29

3.5. Verilerin İstatistiksel Olarak Analiz Edilmesi .....	30
<b>4. BULGULAR</b> .....	31
<b>5. TARTIŞMA</b> .....	47
<b>6. SONUÇ VE ÖNERİLER</b> .....	51
<b>KAYNAKLAR</b> .....	54
<b>EK-1. ÖZGEÇMİŞ</b> .....	61
<b>EK-2. ANKET FORMU</b> .....	62

## ÖZET

### **Eğitim Fakültesi Öğrencilerinin Rekreatif Etkinliklere Katılım Düzeylerinin İncelenmesi (Balıkesir Üniversitesi Örneği)**

Bu çalışmanın amacı, üniversite öğrencilerinin serbest zaman kavramına ilişkin görüşlerinin ve serbest zamanlarını değerlendirme biçimlerinin incelenmesidir. Bu doğrultuda geliştirilen alt problemlere yanıt aranmıştır.

Araştırmanın evrenini, Balıkesir Üniversitesi'nde öğrenim gören öğrenciler oluştururken, örneklemini ise; Balıkesir Üniversitesi Necatibey Eğitim Fakültesi'nde öğrenim gören, seçkisiz örnekleme yöntemi ile yansız ve random olarak seçilmiş 1233 kadın, 682 erkek olmak üzere toplam 1915 öğrenci oluşturmuştur. Araştırmada veri toplama aracı olarak, soruların açık ve anlaşılır olması bakımından daha önce Aslan ve Karaküçük (1997), Özmaden (1997) ve Öksüz (2012)'ün ayrı ayrı yapmış oldukları benzer araştırmalarda kullandıkları, araştırmacı tarafından uzman görüşleri alınarak geliştirilen ve test tekrar test yöntemi ile oluşturulan “serbest zaman kavramına ilişkin görüşleri içeren” anket kullanılmıştır. Araştırma sonucunda elde edilen veriler SPSS 20 programı ile çözümlenmiştir. Mevcut verilerin analizinde tanımlayıcı istatistikler ve ki-kare ( $x^2$ ) testi kullanılarak yorumlar buna göre yapılmıştır.

Araştırma sonucunda; öğrencilerin genelde serbest zaman sürelerinin yetersiz olduğu, yerleşkede bulunan tesis ve olanığın yeterli düzeyde olmadığı tespit edilmiştir. Öğrencilerin yerleşkelerinde bulunan serbest zaman etkinliklerine yeterince katılmadıkları ve serbest zamanları değerlendirme eğilimi arttıkça akademik başarının da arttığı görüşü tespit edilmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Beden Eğitimi ve Spor, Eğitim Fakültesi, Rekreatif, Serbest Zaman.



## ABSTRACT

### **Investigation of the Participation Levels of Faculty of Education Students in Recreational Activities (A Sample of Balikesir University )**

The aim of this study is to examine the views of university students about the concept of free time and the ways of evaluating their free time. In this general aim, the answers to the sub-problems were sought.

The universe of the research was composed of the students studying at Balikesir University; and the sample of the research was composed of the students, randomly selected 1233 female and 682 men – totally 1915 students selected by random sampling method, studying at Balikesir University Necatibey Education Faculty. As a means of gathering information in the research, it was used “the survey of opinions on the concept of free time”, to make the questions clear and understandable, Aslan and Karaküçük (1997), Özmaden (1997) and Öksüz (2012) used separately in similar research, and the questions to evaluate leisure activities questionnaire developed by the researcher with expert opinions and formed by test-retest method. The data obtained as a result of the research was analyzed with SPSS 20 program. In the analysis of the existing data, chi-square test ( $\chi^2$ ) and descriptive statistics were interpreted accordingly.

As a result of the research, it is determined that students generally have insufficient free time, facilities in the campus are not sufficient. It has been seen that students do not participate in the free time activities in their campuses sufficiently, and academic achievement increases with increasing tendency to evaluate free time.

**Keywords:** Physical Education and Sports, Faculty of Education, Recreation, Leisure Time.

## TABLolar DİZİNİ

### Sayfa No

<b>Tablo 4.1.</b>	Katılımcıların demografik bilgilerine göre dağılımları.....	31
<b>Tablo 4.1'in Devamı.</b>	Katılımcıların demografik bilgilerine göre dağılımları.....	32
<b>Tablo 4.2.</b>	Katılımcıların gelir kaynağı/kaynakları dağılımı.....	33
<b>Tablo 4.3.</b>	Katılımcıların serbest zaman yeterlilik ve günlük serbest zaman kullanım durumları.....	33
<b>Tablo 4.4.</b>	Katılımcıların serbest zaman etkinliklerine ne kadar zaman ayırabildikleri ile ilgili dağılımları.....	34
<b>Tablo 4.5.</b>	Katılımcıların serbest zaman etkinliklerinden haberdar olma durumlarına ilişkin dağılımları.....	34
<b>Tablo 4.6.</b>	Katılımcıların yerleşkelerindeki tesislerin durumu ve serbest zamanları değerlendirme durumlarına ilişkin dağılımları.....	35
<b>Tablo 4.7.</b>	Katılımcıların öğrenim gördükleri yerleşkede bulunan etkinlikler ve bu etkinliklere katılımlarına ilişkin dağılımları.....	36
<b>Tablo 4.8.</b>	Katılımcıların serbest zaman etkinliklerine yeterince katılıp katılmama durumlarına ilişkin dağılımları.....	36
<b>Tablo 4.8'in Devamı.</b>	Katılımcıların serbest zaman etkinliklerine yeterince katılıp katılmama durumlarına ilişkin dağılımları.....	37
<b>Tablo 4.9.</b>	Katılımcıların öğrenim gördükleri yerleşkede düzenlenmesi halinde katılmak istedikleri etkinlik türlerine ilişkin dağılımları.....	38
<b>Tablo 4.10.</b>	Katılımcıların rekreasyon faaliyetlerine katılımın akademiş başarıya etkisine ilişkin görüşlerinin dağılımı.....	38
<b>Tablo 4.11.</b>	Katılımcıların serbest zaman etkinliklerinin bıraktığı etki durumlarına ilişkin görüşlerinin dağılımı.....	39
<b>Tablo 4.12.</b>	Katılımcıların cinsiyet ile sahip olunan serbest zaman sürelerinin yeterliliği durumları arasındaki ilişkinin dağılımı (Ki-kare testi sonuçları).....	39
<b>Tablo 4.13.</b>	Katılımcıların sahip olunan serbest zaman sürelerinin yeterliliği ile sınıf düzeyi arasındaki ilişkinin dağılımı (Ki-kare testi sonuçları).....	40
<b>Tablo 4.14.</b>	Katılımcıların sahip olunan serbest zaman sürelerinin yeterliliği ile öğrenim görülen lisans programı arasındaki ilişkinin dağılımı (Ki-kare testi sonuçları).....	40

<b>Tablo 4.15.</b> Katılımcıların yerleşkelerinde serbest zamanları değerlendirebilmede yeterli tesis ve olanaklara sahip olma durumu ile cinsiyet arasındaki ilişkinin dağılımı (Ki-kare testi sonuçları).....	41
<b>Tablo 4.16.</b> Katılımcıların yerleşkelerinde serbest zamanları değerlendirebilmede yeterli tesis ve olanaklara sahip olma durumu ile sınıf düzeyi durumları arasındaki ilişkinin dağılımı (Ki-kare testi sonuçları) .....	41
<b>Tablo 4.17.</b> Katılımcıların öğrenim gördükleri lisans programı ile serbest zaman etkinliklerine zaman ayırabilme (yaklaşık günde) durumları arasındaki ilişkinin dağılımı (Ki-kare testi sonuçları).....	42
<b>Tablo 4.18.</b> Katılımcıların cinsiyet ile serbest zamanları değerlendirmenin akademik başarıya etkisi durumları arasındaki ilişkinin dağılımı (Ki-kare testi sonuçları).....	43
<b>Tablo 4.19.</b> Katılımcıların öğrenim gördükleri sınıf düzeyi ile serbest zamanları değerlendirmenin akademik başarıya etkisi durumları arasındaki ilişkinin dağılımı (Ki-kare testi sonuçları).....	43
<b>Tablo 4.20.</b> Katılımcıların öğrenim gördükleri lisans programı ile serbest zamanları değerlendirmenin akademik başarıya etkisi durumları arasındaki ilişkinin dağılımı (Ki-kare testi sonuçları).....	44
<b>Tablo 4.21.</b> Katılımcıların cinsiyet ile yerleşkede serbest zaman etkinliklerine yeterince katılabilme durumları arasındaki ilişkinin dağılımı (Ki-kare testi sonuçları).....	44
<b>Tablo 4.22.</b> Katılımcıların sınıf düzeyi ile yerleşkede serbest zaman etkinliklerine yeterince katılabilme durumları arasındaki ilişkinin dağılımı (Ki-kare testi sonuçları) .....	45
<b>Tablo 4.23.</b> Katılımcıların öğrenim gördükleri lisans programı ile yerleşkede serbest zaman etkinliklerine yeterince katılabilme durumları arasındaki ilişkinin dağılımı (Ki-kare testi sonuçları).....	45
<b>Tablo 4.23'ün Devamı.</b> Katılımcıların öğrenim gördükleri lisans programı ile yerleşkede serbest zaman etkinliklerine yeterince katılabilme durumları arasındaki ilişkinin dağılımı (Ki-kare testi sonuçları).....	46

# 1. GİRİŞ

## 1.1. Araştırmanın Problemi

Balıkesir Üniversitesi Necatibey Eğitim Fakültesi'nde öğrenim gören öğrencilerin serbest zaman kavramına ilişkin görüşlerinin farklı değişkenler açısından değerlendirilmesine yönelik yapılan çalışmanın problemini “Öğrencilerin rekreasyonel etkinliklere ilişkin görüşleri ve bu etkinliklere katılım düzeyleri nelerdir?” sorusu oluşturmaktadır.

### 1.1.1. Alt Problemler

- Öğrencilerin sahip olduğu serbest zaman süresi yeterli midir?
- Öğrencilerin öğrenim gördüğü yerleşkede tesisler yeterli düzeyde midir?
- Öğrencilerin rekreasyonel faaliyetlere katılımın akademik başarıya etkisine ilişkin görüşleri nelerdir?
- Öğrenciler öğrenim gördükleri yerleşkede serbest zaman etkinliklerine yeterince katılabiliyorlar mı?

## 1.2. Sınırlılıklar

Bu araştırma sadece Balıkesir Üniversitesi Necatibey Eğitim Fakültesi'nde öğrenim gören öğrencilerden sağlanan bilgilerle sınırlıdır. Araştırmada bulunan sonuçlar sadece araştırmanın örnekleminde mevcut olan katılımcılarla emsal özellik gösteren bireylerle genellenebilir.

### **1.3. Sayıtlar**

Bu araştırmada çalışmaya dahil olan öğrencilerin serbest zaman kavramına ilişkin görüşlerini içeren anketi doğruyu gösterecek şekilde iten yanıtladıkları kabul edilmiştir. Bu anketin, çalışmaya dahil olan öğrencilerin verdikleri cevapların etkilenmeyeceği müsait bir mekan ve zamanda uygulandığı varsayılmıştır.

### **1.4. Hipotezler**

H1: Öğrenciler yerleşkelerinde serbest zaman etkinliklerine yeterince katılamamaktadırlar.

H2: Öğrencilerin sahip olduğu serbest zaman süresi yetersizdir.

### **1.5. Araştırmanın nemi**

Serbest zaman, bireyin hem kendisi hem de başkaları için bütün zorunluluklardan veya bağlantılardan kurtulduğu, kendi isteği ile seçeceği bir faaliyetle uğraşacağı zaman olarak tanımlanmaktadır (Hacıoğlu ve ark., 2003).

Eğitim fakültesi ğrencilerinin serbest zamanlarını eğlendiren, dinlendiren ve eğiten etkinliklerle geçirmesi, hem okul başarısı hem de mutlu bir insan olması bakımından önemlidir. Bunun için de serbest zaman etkinliklerinin istenen etkinlikler olması gerekir (Bahar, 2007). Bu bağlamda öğrenciler serbest zamanlarını kendi talepleri doğrultusunda geçirebilmeleri için niversite yerleşkelerinde kültürel, sanatsal, sportif vb. alanlarda öğrencilerin taleplerine cevap verebilecek çeşitli etkinliklerin düzenlenmesi, özellikle ailelerinden uzak olan niversite gençliğinin enerjilerini olumlu yönde kullanmasını sağlayacaktır (ksz ve Özmaden, 2016).

Bu önem doğrultusunda, eğitim fakültesi ğrencilerinin rekreasyonel faaliyetlere katılım düzeylerinin incelenmesi araştırma konusu olarak seçilmiştir.

## **1.6. Araştırmanın Amacı**

Eğitim fakóltesi öğrencilerinin rekreasyonel faaliyetlere katılım düzeylerinin incelenmesinin nihai amaç olduğu bu çalışmanın amacı; üniversite öğrencilerinin serbest zaman kavramına ilişkin görüşlerinin ve serbest zamanlarını değerlendirme biçimlerinin incelenmesidir.

## 2. GENEL BİLGİLER

### 2.1. Zaman Kavramı

Zaman; hareketi ve oluşu çevreleyen, var oluşun içinde cereyan ettiği kozmik süreçtir (Demir ve Acar, 1992). Bir başka ifadeyle, insan yaşamının yerine göre uzun ya da kısa süreli, yinelenmesi olanaksız, başlangıcı ve sonu belli, saatle ölçülebilen bir bölümdür (Tezcan, 1982).

Günlük hayatta karşılaştığımız ve peş peşe gelişen bütün olaylar, bizi “zaman” denilen soyut bir kavramı düşünmeye zorlamaktadır. Zaman kavramı insanın yaratılışından bu yana, her devirde üzerinde durulan bir konu olmuştur. Öyle ki; zaman kavramının günümüzde gelişmiş ülkelerle gelişmemiş ülkeleri birbirinden ayıran önemli farklardan biri olduğunu da söylemek mümkündür (Gülbahçe, 1996).

Zaman, olayların birbirini izlemesine bakarak zihinde yaratılan ve yine olayların içinde sürüp gideceği düşünülen, başı sonu belli olmayan soyut kavramdır (Alaylıoğlu ve Oğuzhan, 1968). Türk Dil Kurumu sözlüğü ise zamanı, olayların ardışılığını görerek aklımızda yarattığımız ve olayların bundan sonra da içinde olup gideceklerini düşündüğümüz, başı ve sonu olmayan soyut kavram olarak açıklamaktadır (Türk Dili Kurumu Türkçe Sözlük, 1982).

Eren (1998)'in yapmış olduğu çalışmada belirtilen zaman kavramına bakıldığında tüm varlıkların hayat ölçüsü olarak değerlendirildiği, tasarruf edilmeyen, ödünç ve satın alınamayan bir kavram olarak karşımıza çıktığı görülmektedir. Aynı zamanda Eren'e göre zaman sadece kullanılan veya kaybedilen, tekrarı mümkün olmayan bir kavramdır.

Zaman, birbiri peşi sıra gelen olayların, olguların dizisini, sürecini belirten soyut bir kavramdır (Abay, 2000).

### **2.1.1. Zamanın Kullanımı**

Zaman herkes için eşit miktarda sahip olunan bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu bağlamda tüm bireylerin sahip olduğu zaman miktarları aynıdır. Ancak çoğu birey yeterli zamana sahip olmadıklarından yakınmaktadır. Her ne kadar zaman yetersizliğinden yakınsak da bazı bireylerin sahip olunan aynı zaman süreleri içerisinde diğer bireylere nazaran daha fazla meşguliyyete sahip oldukları ve daha fazla iş yapmayı başarabildikleri kaçınılmaz bir gerçektir. Bunu sağlamak adına zamandan tasarruf etmek, zamanı verimli kullanmak gerekmektedir. Kenan (1996)'a göre sahip olunan zaman, her gün yapılmakta olunan iş üzerinde çalışmak adına ayrılmadığı takdirde, boşa harcanmış zamandan başka bir şey yapmamış olursunuz.

Etkili ve verimli zaman kullanımı eğitim ile doğrudan ilişkilidir. Bir eğitim ürünü olarak görülen etkili ve verimli zaman kullanımı daha çok eğitim işinin yürütüldüğü okullar ve ailelerin sorumluluğundadır. Verimsiz veya yanlış zaman kullanımı sonucu birçok sorun ve hastalık ortaya çıkmaktadır. Verimsiz zaman kullanımı sonucu ortaya çıkan bu hastalıklar temelde önce bireyi etkiliyor gibi görünse de bireyleri ve hatta bütün toplumu da etkilemektedir. Temelde zaman kullanımında hakimiyet bireyin kendisinde olmalıdır. Zamanı verimli kullanan bir birey yaşamdan zevk alan ve sağlıklı bir yaşam sürdüren bireye dönüşmektedir. Bu bağlamda Karaküçük (2008)'e göre zaman kullanmayı bilmek insan şahsiyetinin en geçerli alt yapısını oluşturmaktadır. İnsanlar zamanı yeni bir işi veyahut mesleği icra eden bir birey hassaslığında zamanı verimli kullanmalı ve zaman kullanımının profesyoneli olmalıdır.

### **2.1.2. Zamanın Önemi ve Kullanım Bölümleri**

Zamanın insan hayatındaki önemini, yok edici gücünü filozof Seneca “sahip olduğumuz zaman az değil, çok az olan zaman, ondan yararlandığımız zamandır” sözüyle vurgulamıştır. Horatius “zamanın gücü hakkında zamanın yıkıp yok etmediği hiçbir şey yoktur” ifadesini kullanırken, Buckstone “insan zamanın esiridir” demiştir. 16 asır önce Augustinus ise zaman kavramını şöyle tanımlıyor; “bana zamanın ne



olduğunu sorduklarında biliyorum. Ancak cevabını açıklamaya kalkıştığımında, zamanın ne olduğunu bilmediğimi anlıyorum” (Albay, 2000).

Zaman hayattır ve zamanı boşa geçirmek hayatı boşa geçirmek anlamını taşımaktadır (Bayer, 1974). İnsanlar zamanı psikolojik yönden farklı olarak algırlar. Olayların birbirleriyle ilişkilmesi, geçmiş anıların etkisi ve geleceğe yönelik arzu ve istekler saatle ölçülen gerçek zamanın insan tarafından farklı algılanmasına yol açar. Toplumun her kesiminde bireylerin, zamanlarını farklı amaçlarla kullanımını incelemeye yönelik araştırmalar, genellikle toplumbilimciler tarafından “zaman bütçesi” kavramı içerisinde ele alınmaktadır (Bulca, 1979).

İlgili literatür incelendiğinde gelişmiş ülkelerin zaman kullanımları ile ülkelerin bilişlenme düzeylerinin doğru orantılı olduğu, bu bağlamda gelişmiş ülkelerin zaman kullanımında bilinçlenmiş ülkeler olduğunu söylemek mümkündür. Bu sonuç gelişmiş ve gelişmekte olan ülkeler arasındaki en önemli etkenlerden birinin de zaman olduğunu göstermektedir. İncelemeler doğrultusunda zamanın verimli ve etkili kullanımı, öncelikle bireylerin iş ve toplumsal hayatına, dinlenmeye ayırdığı zaman süresine özetle dinlenme ve eğlenmeye ayrılan zaman arasında kurulan dengeye bağlıdır. Descartes, ülkelerin gelişmişlik seviyelerinin zaman kullanımına bağlı olduğunu savunmaktadır. Görüldüğü üzere yanlış ve verimsiz zaman kullanımından ortaya çıkan sorunlar öncelikle bireyi akabinde bütün toplumu etkilemektedir (Kılbaş, 2001).

Zamanın yemek yemek, uyumak gibi fizyolojik ihtiyaçların karşılanmasıyla ilgili bölümlerin yanısıra, oyun, eğlence, spor gibi etkinliklerin yapıldığı kullanım bölümleri mevcuttur (Karaküçük, 2008).

#### Zaman Kullanım Bölümleri (Karaküçük, 2008)

##### İş Zamanı

- İşe bağlı zaman.
- İş saati dışında ancak hazırlık ve işe gidiş geliş sürelerini içeren zaman.

##### İş Dışı Zaman (Serbest Zaman)

- Varoluşla ilgili zaman/Existence
- Yemek
- Uyku
- Vücut bakımı

- Uğraşılan işle veya ikinci işle ilgili normal mesai dışı yapılması gereken mesleki uğraşlar.
- Boş Zaman (Leisure Time)  
Dinlenme  
Rekreasyon

## 2.2. Serbest Zaman Kavramı

İngilizce “Boş Zaman” kelimesinin karşılığı olan “leisure”, Latince’de ise “izin verilmiş olmak” veya “özgür olmak” anlamına gelen “licere” kelimesinden türetilmiştir (Cordes ve İbrahim, 1999; Torkildsen, 1999). Bununla beraber, Fransızca’da “boş zaman” anlamına gelen “loisir”, lisans ve özgürlük kelimelerinin İngilizce karşılığı “licence” ve “liberty” de buradan türetilmiştir. Genel olarak serbest zaman, baskıdan kurtulmak, kısıtlamalardan özgürlüğe geçmek, seçme özgürlüğü, işten sonra (bireye) arta kalan zaman, zorunlu sosyal yükümlülükler yerine getirildikten sonra kalan zaman şeklinde tanımlandığını görmekteyiz (Torkildsen, 1999).

Serbest zaman kelimesi en basit anlamda bireyin özgürce, dilediği gibi harcayabileceği zaman dilimini ifade eder. Serbest zaman engellerden/zorunluluktan kurtulmak, seçme hakkına sahip olmak, işten artan zaman veya yapılması zorunlu bazı sosyal davranışlardan artan zaman olarak da tanımlanabilir (Gürbüz, 2006).

Serbest zaman, tamamıyla isteğe bağlı bir uğraşı bütünlüğünü dile getirir. Bu uğraşı dinlenme, rahatlama, bilgi ve deneyimlerini arttırma, psikolojik ve fizyolojik zevklerinde doyumunu gerçekleştirme, toplumsal hizmet katkısında bulunarak ahlaki inancın gereğini yerine getirme, yaratıcı yeteneklerini geliştirme biçiminde ve tüm bu faaliyetlerde herhangi bir çıkar amacı gütmemek üzere gerçekleştirilen uğraşlardır (Yetim, 2005).

Nadirova (2000) serbest zamanı “iş karşıtı” bir kavram olarak tanımlamaktadır. Nadirova’ ya göre bir işe sahip olmak ve çalışmak bireyler için her zaman bir ödül değildir. Hatta bir işte çalışmak bireylerin potansiyellerinin farkına varmalarına engel

olmaktadır. Oysaki serbest zaman bireye özgürlük hissi vermekte ve hissedilen bu zaman boşluğunu doldurmasına fırsat sunmaktadır.

Harris (2005)'e göre serbest zaman “bir özgürlük alanıdır”, bireyin seçme hakkını ve kendini ifade etmesini ya da zevk alma veya memnuniyet durumunu ifade etmektedir. Parr, Lashua ve Samdahl (2004)'a göre serbest zaman “temelde bireyin özgür olduğu, özgürce seçebildiği zaman” olarak ifade etmişlerdir.

Önceleri “gerçek” ve “gerçek olmayan” diye ayrılan serbest zaman, daha sonra kısmi-yarı boş zaman (semi-leisure) olarak adlandırıldı ve bu zaman dilimi aileyle geçirilen, profesyonel aktivitelerde bulunulan ya da farklı sosyal aktiviteler içeren zaman dilimi olarak adlandırılmıştır (Beyer, 1987).

Sanayileşmenin zaman kavramına getirdiği yeni açılımlar içinde “çalışma dışı zaman” anlayışı, insanların diledikleri gibi değerlendirebilecekleri “informal alan” olarak ortaya çıkmıştır (Doğan, 2002). Bu alan, leteratürde “boş zaman” (Henderson, 1996; Lynch ve Veal, 1996), “serbest zaman” (Abadan, 1966; Erbesler, 1987; Doğan, 2002) ya da “özgür zaman” (Güler, 1978; Baud-Bovy, 1998) olarak ifade edilmektedir.

Karaküçük ve Başaran (1996), “çalışma saatleri ve zorunlu olarak kendisine ayıracağı zamanın dışında kalan ve özgürce kullanabileceği ve seçme şansına sahip olduğu bir zaman parçası” olarak nitelendirmişlerdir. Şahin (2005)'e göre, “insanın kendi adına özgürce kullanma hakkına sahip olduğu, iş ve yaşamla ilgili zorunlu sorumluluk ve görevler yerine getirildikten sonra arta kalan zaman dilimi” olarak tanımlamıştır. Broadhurst (2001) ise, serbest zamanın “artık bir zaman olarak görülemeyeceğini, aksine yaşamın temel bir parçası” olduğunu ifade etmiştir.

Bazı araştırmacılar serbest zaman dilimini “iş, uyku ve diğer temel ihtiyaçlar giderildikten sonra artan zaman” olarak nitelendirmişlerdir (Boud-Bovy ve Lavson, 1998). Torkildsen (1999) yaşamın pratik ihtiyaçlarını yerine getirdikten sonra geriye kalan zaman dilimi olarak tanımlamaktadır. Erbesler (1987) ve Hacıoğlu ve arkadaşları (2003) ise, “bireyin zorunlu uyku, temizlik, beslenme, iş ve ders çalışma dışında sahip olduğu zaman dilimi olarak nitelendirmişlerdir.

Serbest zamanın sınıflandırılmasına bakacak olursak; Jensen (1995) günlük serbest zaman, haftalık serbest zaman, yıllık ve emeklilik serbest zaman olmak üzere dört başlık altında sınıflandırmaktadır. Gürbüz (2006) ise bu sınıflamayı açıklayarak:

Günlük serbest zaman; gün içinde sahip olunan standart biyolojik ve ekonomik ihtiyaçlar dışında kalan zaman dilimi olarak değerlendirmiştir.

Haftalık serbest zaman; genellikle hafta sonları ile ilgili olduğu savunulmuş ve çoğu ülkeler için iki günlük bir süreyi kapsadığını, bu sürenin normalden daha uzun süreli aktiviteler veya normalden daha küçük yolculuklar yapmak için yeterli olduğunu belirtmiştir.

Yıllık serbest zamanı; içinde bulunduğumuz yüzyılda yıllık serbest zaman için ayrılan sürenin arttığını ifade ederek; bireylerin yıl boyu çalışma sonucu hakedilen süre olarak tanımlanan bu zaman dilimi çalışma sonucu bir yıl içerisinde kazanılan zaman olarak tanımlanmıştır.

Emeklilik serbest zamanı; Ülkemizde bireyler 65 yaşlarına ulaştıklarında emekli olmakta, bu yaş bazı ülkelerde daha aşağıda yer almaktadır. Günümüzde ortalama bir insan ömrünün 75 yıl olduğu kabul edildiğinde, insanların emeklilik döneminde daha çok serbest zamana sahip olacağı gerçeği ortaya çıkmaktadır. Kısalan çalışma haftaları, uzayan tailler ve erken emeklilik gibi durumlar bir bütün olarak ele alındığında 50-100 yıl öncesine göre insanların daha çok serbest zamanı vardır.

### **2.2.1. Serbest Zamanın Temel Fonksiyonları**

Serbest zaman kavramının gelişimi incelendiğinde ilgili literatür; çalışma, tasarruf ve birikim gibi kavramların yeni toplumsal değerler olarak karşımıza çıktığını ve serbest zamanların savurganlık, tembellik olarak değerlendirildiğini göstermektedir (Çoruh, 2013). Çalışma kavramının oldukça ön plana çıktığı ve büyük önem verildiği sanayi devrimi döneminde serbest zaman daha çok iş odaklı değerlendirilmekte ve yorulan bireylerin bedensel gücünü onaran ve yeniden denge bulmasına yardımcı bir etken olan dinlenme kavramını ifade etmektedir (Güngörmüş, 2007).

Çalışmaya büyük önem verilen sanayi devrimi öncesi ve sanayi devrimi döneminde sadece dinlenme kavramının önemli olduğu görülmektedir. Sonrasında yapılan çalışmalara bakıldığında ise yapılan araştırmalar dinlenme kavramı ile birlikte en az onun kadar öneme sahip “eğlenme” ve “gelişim” kavramlarının da var olduğunu göstermektedir (Karaküçük, 2008).

***Dinlenme Fonksiyonu;*** serbest zamanı en fazla karakterize eden ve farklı algılamalarla, çalışma hayatı boyunca değerlendirilen temel bir fonksiyondur. Dinlenme, yeniden elde etme veya iş sonrası stres ve yorgunluk atma ile bedensel aşınmaları ve sinir gerilimlerini ortadan kaldıran bir görev üstlenmiştir. Çalışma saatlerinin 12-15 saat olduğu sanayi devriminin ilk dönemlerinde, işçiler serbest zamanlarında dinlenme fonksiyonunu sadece fiziksel gücü yeniden elde etmek anlamında kullanmışlardır. Çalışan için serbest zaman, sadece bir sonraki çalışma gününe fiziksel olarak hazırlanmayı ifade etmektedir (Karaküçük, 2008).

***Eğlenme Fonksiyonu;*** eğlenmenin içten gelen bir istek olduğu ve serbest zamanlarımızda bizleri memnun edecek anlara ihtiyaç duymaktayız (Güngörmüş, 2007). Bireyler serbest zamanları olumlu bir şekilde değerlendirerek artık birçok spor ve eğlence aktivitelerinde yoğun olarak yer almakta, spora ve eğlenceye olan bu ilgi 20. yüzyılın başlarında giderek artmakta olan bir akımın etkisiyle; sağlıklarına, duygusal, fiziksel ve psikolojik ruh hallerine verdikleri önem de artmıştır ve artmaya da devam etmektedir (Mutlu, 2008).

***Gelişim Fonksiyonu;*** insan düşüncesini günlük eylemlerin otomatizminden kurtaran, daha geniş sosyal katılıma imkan sağlayan ve insan kişiliğini geliştirip göstermesine eğilimli olan ve çıkarıcı olmayan faaliyetleri içeren bir fonksiyondur (Karaküçük ve Ekenci, 1995). Gelişme fonksiyonu, serbest zamanda bilgi almak ya da vermek, bir kültürü geliştirmek ihtiyacının ağır bastığı uğraştır. Aniden ortaya çıkan ya da örgütlenmiş gönüllü sosyal faaliyetlere katılma ihtiyacının ağır bastığı etkinliklerdir (Koçer, 1977).

### 2.2.2. Serbest Zamanı Değerlendirmenin Yararları

Serbest zamanları değerlendirmenin yararlarını üç ana başlıkta toparlayabiliriz. Bunlar; “fiziksel, psikolojik ve sosyal” yararlardır.

**Fiziksel Yararları;** gelişen sanayileşme ve modern yaşam tarzı bedensel hareketliliği azaltmakta ve bu durumda hemen her yaş grubundaki bireyleri olumsuz yönde etkilemekle birlikte beraberinde ciddi sağlık problemleri getirmektedir (Ateş, 2009). Bu hareketizlik beraberinde birçok hastalığı da getirmektedir. Bunlardan kurtulmanın en etkili yolu fiziksel aktivitelere yönelmektir. Serbest zaman etkinliklerinden olan spor, dans, açık ve kapalı alan eğlenceleri insanların fiziksel sağlıkları için önemli ve ihmal edilemeyecek bir unsurdur.

Şimdiki zamanda sporun, sadece sosyal yararları değil, aynı zamanda fizyolojik olarak kişilere çok faydalı etkileri de vardır. Ayrıca sıhhat açısından önemli olan sistemli spor yapma alışkanlığını edinme biçiminde de ele alınabilir. Sistemli spor faaliyetleri ile adalelerin, kemiklerin, eklemlerin, kalp-damar sistemi ve işlevlerinin düzgün şekilde çalışmasını sağlamaktadır (Uğurlu, 2012).

Birey hareketli bir varlıktır. Hareket sisteminin temelini kaslar ve kemik yapısı meydana getirir. Hareket bu sistemlerin daha da kuvvetlenmesini sağlar. Fiziksel faaliyetler, adale ve kemik yapısının gelişimi için zorunludur. Daha aktif bir organizma yapısı meydana getirir. Fiziksel ve zihinsel yorgunluklara karşı mukavemeti artırır. Şişmanlığı engeller ve vücut yağ oranını dengeler. Fiziksel aktiviteler geç yorulmayı, çabuk dinlenmeyi, iç salgı bezlerinin sistemli çalışmasına olumlu etki yapar. Kalp üzerinde istedik etkileri vardır. Kalp volümü artar, hipertrofi olur ve kalbi besleyen damarlar genişler (Küçük, 2012).

**Psikolojik Yararları;** psikolojik yarar hali, insanın ruh sağlığını ifade etmektedir. Ruhsal bakımdan sağlıklı bir insanda aranan nitelikler, olgun bir insanda aranan niteliklerdir. Ruhsal bakımdan sağlıklı, olgun insan seven ve sevilen, davranışları tutarlı, gerçekçi, özgür, çevresi ile uyumlu ilişkiler geliştiren, toplumda bir yeri ve görevi olduğunun bilincinde olan insandır. Yeteneklerini belirli bir amaca

yöneltir, doğru ve verimli olarak kullanır. Kendine güvenir, umutsuzluğa kapılmaz, esnektir, hoşgörü sahibidir (Yörükoğlu, 1980).

Günümüzde insanın aile, okul, iş hayatındaki yoğunluğu ve sorunları sinir sistemini bozarak yorulmasına ve dayanma gücünün azalmasına neden olabilir. Modern yaşamın ortaya çıkardığı değişik stres yapıcılar ve bunların karşısında insanın ortaya koyduğu tepkiler, önemli bir rahatsızlığı ortaya koymaktadır (Karaküçük ve Ekenci, 1995).

***Toplumsal Yararları;*** insanlar doğal özellikleri itibariyle sosyal özellikleri ile beraber yaratılmışlardır. İnsanlar birbiriyle olan ilişkilerine sadece temel fizyolojik ihtiyaçlarını karşılamazlar. Aynı zamanda katılım, kabullenme, yakınlık gibi sosyal ihtiyaçlarını da giderirler. Sosyalleşme uzun bir süreçtir. Serbest zaman aktiviteleri de sosyalleşme için bir hizmet sürecidir. Özellikle serbest zamanlarda kazanılan davranışlar bütün yaşamı etkiler (Kaya, 2011).

Sosyalleşme sürecinde aile ve arkadaş grupları çok önemli araçlardır. Grup faaliyetlerinde katılımcılar sosyal ihtiyaçlarını karşılar veya ortamları hazırlar. Bu kişide bir tatmin yaratır ve kendini tanımaya yardımcı olur. Kişi serbest zaman faaliyetlerine katılarak kendisi için ikinci bir kimlik oluşturma sürecine de girebilir. Birçok insan için serbest zaman etkinliklerine katılmak, onların sosyal statüsünü yükseltir (Karaküçük, 2008).

### **2.3. Rekreasyon Kavramı**

İnsanların geçmiş yıllardan bugüne kadar, yaşam şartlarında ve yaşam seviyesinin yükselmesinde değişmeyen üç ana unsur bulunmaktadır. Bunlardan birincisi çalışma, ikincisi uyuma, sonuncusu da diğer temel gereksinimler olarak belirlenmiştir. Bu unsurlardan arta kalan zaman “boş zaman” olarak belirtilir. İnsan yaşamındaki boş zaman, fiziki ve sosyo-ekonomik kıymetlendirilmesi bir rekreasyon aktivitesidir (Bayer, 1992).

Yenilenmek anlamına gelen rekreasyon Latince’ de yer alan “recreate” kelimesinden türetilmiş bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır, literatürde işten ayrılarak yenilenmek anlamına gelen rekreasyon kavramı, hayatın monotonluğundan uzaklaşmayı da ifade etmektedir (Jensen ve Naylor, 1999).

Rekreasyon, yenilenme, yeniden yaratılma veya yeniden yapılanma anlamına gelen Latince “recreate” kelimesinden gelmektedir. Türkçe karşılığı yaygın bir şekilde serbest zamanları veya boş zamanları değerlendirme olarak kullanılmaktadır. Bu ise kişilerin ya da toplumsal kümelerin serbest zamanlarında gönüllü olarak yaptıkları dinlendirici ve eğlendirici etkinlikler anlamını taşımaktadır (Coleman ve Barries, 2000; Şama, 2003).

İlgili alanyazında serbest zaman ve rekreasyon olgularının tanımlanmasına yönelik birçok farklı tanımlara rastlamak mümkündür. Stebbins (2005)’e göre birbirinden farklı toplulukların ya da kültürlerin rekreasyon kavramına farklı manalar yüklediğini görmekteyiz. Belkide serbest zaman olgusunun temellerinin teorik olarak belirlenmesine, tanımlanmasına yönelik birçok araştırma ya da tartışma olmasından ötürü ilgili alanyazında rekreasyon olgusunun tanımı üzerinde fikir birliğine varılmış tek bir tanım bulmak oldukça zordur (Madrigal, 2006).

Rekreasyon kavramı bir amaç doğrultusunda yalnız serbest zamanda yapılan, başkasına aktarılamayan, isteğe bağlı ve mutluluk veren her türlü bedensel ve sosyal etkinlikler olarak ifade edilebilir (Demir, 2003).

Rekreasyon, yaratıcı ve kültürel faaliyetlere katılarak bireyin yenilenmesi, biriken arzuların açığa çıkarılması kişinin kendini tatmin veya eğlence için yaptığı uğraşılardır (İlhan ve Balcı, 2004).

Karaküçük (2008)’e göre rekreasyon, yoğun çalışan bireyler için iş yükü, tekdüze devam eden yaşam standartları veya olumsuz çevresel faktörlerden beden ve ruh sağlığını tekrar elde etmek, korumak veya devam ettirmek, aynı zamanda zevk veya haz almak amacıyla, kişisel doyum sağlayacak, tamamen çalışma ve zorunlu ihtiyaçlar için ayrılan zaman dışında kalan, bağımsız ve bağlantısız serbest zaman



içinde isteğe bağlı ve gönüllü olarak fert veya grup içinde seçerek yaptığı etkinlikler olarak tanımlanmaktadır.

Bir başka tanımlama da ise, rekreasyon bireyin mesleki, ailevi, toplumsal ödevlerini yerine getirdikten sonra, bağımsız iradesiyle seçebileceği bir seri dinlenme, eğlenme, bilgi ve becerilerini artırma ve kendini yenileme uğraşlarına katılması olarak açıklanmaktadır (Kır, 2007).

Başlangıçta amaçlanmaksızın ya da dışarıdan güdülenmeksizin, kişinin kendisi için yaptığı herhangi bir etkinlikler düşüncesi olarak gelişen rekreasyon, bireyin özgür zamanında zevk almak ya da bazı fiziki, toplumsal ve duygusal davranışlar için yaptığı etkinlikler ya da deneyimlerdir. Bu nedenle rekreasyon, bireyde doyuma ve iyi olmaya doğru gelişen bir duygudur. Bu duygu üstünlük, güçlülük, canlılık, kabul görme, başarı, kişisel değer ve zevk almadan oluşur (Gültekin, 2008).

### **2.3.1. Rekreasyonun Özellikleri**

Rekreasyon faaliyetleri toplumdan topluma ve bireylerin gereksinimlerine göre sürekli bir değişim içerisinde. Toplumsal ya da bireysel bir fonksiyonu yüklenen rekreasyon etkinlikleri, toplumun ve bireyin sosyo-ekonomik değişkenleri ile etkileşim içerisinde. Öncelikle sosyo-ekonomik etkenlere daha sonra ise yaş, cinsiyet gibi değişkenlere özgü özelliklere sahiptir. Bireyin rekreasyon etkinliklerine katılımı toplumsal değer yargılarından da etkilenir (Kılbaş, 2001). Toplumsal ya da bireysel görevleri üstlenen rekreasyonun özelliklerini aşağıdaki gibi sıralamak mümkündür;

- Rekreasyon faaliyetlerinin seçimi gönüllü olmalıdır ve bireye özgürlük hissi verir.
- Faaliyetlere devam ve katılım sağlama zorunluluğu bulunmamalıdır.
- Rekreasyon boş zamanda yapılır. Her yaş ve cinsteki insanların faaliyetlere katılımlarına imkan verilir.
- Rekreasyon faaliyetlerinde “öncelik” bireyin kendisine bırakılmalıdır.

- Rekreasyonel faaliyetler her türlü açık veya kapalı alanlar ile her mevsim ve iklim şartlarında uygulanabilmektedir.
- Rekreasyon bir faaliyeti gerektirir, çok çeşitli faaliyetler içerir, haz ve neşe sağlar ve evrensel olarak uygulanmaktadır.
- Rekreasyon bireylere yaratıcılık imkanı sunan ve bireylere kendini ifade edebilmek becerisi kazandıran aktivitelerden oluşmalıdır.
- Rekreasyon bireylerin amaçları doğrultusunda değişmektedir.
- Rekreasyon bireylere öncelikle bireysel ve toplumsal özellik kazandırmalıdır.
- Rekreasyon, toplumun kültür mirasına, gelenek ve sosyal değerlerin uygun olmalıdır.
- Rekreasyonel bir aktivite ile ilgilenmek başka bir aktiviteye ilgi duyma düzeyini de desteklemektedir.
- Rekreasyon faaliyetleri, alan uzmanları tarafından üstlenilir.
- Rekreasyon faaliyetleri planlı olabileceği gibi plansız da olabilmekte, alanda yetenekli veya yetenek konusunda yetersiz bireylerle organize edilebilmekte aynı zamanda organizasyon dahilinde veya spontane yapılabilmektedir.
- Rekreasyon, serbest zamanları değerlendirme etkinlikleri sonucu ortaya çıkmaktadır. Faaliyete katılım gönüllülük esasına dayanmaktadır. (Karaküçük, 2008).

### **2.3.2. Rekreasyonun Sınıflandırılması**

Rekreasyonun sınıflandırılmasında dikkat edilecek prensipler bireyin rekreatif faaliyete katılmasına sebep olan amaç, istekler, zevkler ve fiziki tercihler olmak üzere sıralanabilir. Rekreatif etkinliği belirleyici etmenlere göre de sınıflandırmalar yapılabilir. Karaküçük amaç ve çeşitli kıstaslar adı altında iki özellik belirleyerek aşağıdaki sınıflandırmayı yapmıştır. (Karaküçük, 2008).

#### ***Amaçlarına göre;***

- Dinlenme amaçlı
- Kültürel amaçlı
- Toplumsal amaçlı

- Sportif amaçlı
- Turizm amaçlı
- Sanatsal amaçlı
- Rehabilitasyon amaçlı

#### *Çeşitli kısıtlara göre;*

- Yaş faktörüne göre
- Etkinliğe katılanların sayısına göre
- Zamana göre
- Kullanılan mekana göre
- Sosyolojik muhtevaya göre

#### **2.3.3. Rekreasyonun Etkinlik Alanları**

Rekreasyonun etkinlik alanları, farklı değişkenler açısından farklılık gösterebilmektedir. Bu bağlamda etkinlik alanları serbest zamanın süresine, etkinlik içeriğine, ekonomik ve kültürel şartlara, bireyin yeteneklerine, coğrafi ve iklim şartlarına göre farklılıklar gösterebilmektedir. Bunların dışında etkinlik alanları üzerinde en önemli etkenlerden biri serbest zamanın süresidir. En uzun süreli serbest zamanlar çocukluk dönemi sahip olunan serbest zamanlar, iş hayatında sahip olunan yıllık izinler ve iş hayatının sonucu olarak karşımıza çıkan emeklilik dönemidir. Etkinlik alanları üzerinde etkili bir diğer değişken olarak karşımıza çıkan katılım tarzı bireylerin serbest zamanda sahip oldukları iradeleri ifade ederken etkinliğe aktif mi pasif mi katılım sağladığını göstermektedir. Bireyler etkinliklere aktif katılım gösterebileceği gibi seyirci olarak katılım sağlayıp etkinlikte pasif de yer alabilirler. Etkinliğin içeriği ise katılımcının tercihlerine göre değişmektedir. Birbirine benzer serbest zaman etkinlik alanları olabileceği gibi ekonomik, kültürel, sosyal ve toplumsal yapıya bağlı olarak farklılık gösteren etkinlik alanları da olabilmektedir (Kaba, 2009).

Aşağıdaki rekreasyon alanları daha genel saptamalar ile Gökmen ve arkadaşları (1985) tarafından belirlenmiştir.

- Zihinsel
- El becerileri
- Fiziksel beceri gerektiren faaliyetler
- Toplum odaklı faaliyetler

Ergin (1973) tarafından belirlenen rekreasyon etkinlik alanları;

- Spor ve oyun
- Yaratıcı etkinlikler
- Öğrenme etkinlikleri
- İzleme etkinlikleri
- Bireysel etkinlikler
- Grup etkinlikleri

Dumazedier (1974)'e göre de rekreasyon etkinlik alanları aşağıdaki gibi verilmiştir;

- Sanatsal Alanlar; Edebiyat, sinema, tiyatro, fuar, şarkı, resim, heykel, fotoğraf vb.
- Entelektüel Alanlar; Konferanslar, radyo, televiyon, kitao vb.
- Sosyal Alanlar; Aile, balo, toplantılar vb.
- Pratik Alanlar; Bahçecilik, hobi, el sanatları vb.
- Fiziki Alanlar; Spor, av, yürüyüş vb.

Bucher (1972) ise rekreasyon etkinlik alanlarını şu şekilde sıralamıştır;

- Müzik Çalışmaları; Enstrümantel müzik etkinlikleri, orkestra etkinlikleri, koro toplulukları, oda müziği etkinlikleri, bireysel müzik aletleri etkinlikleri.
- Dans Çalışmaları; Folklorik danslar, sosyal danslar, modern danslar vb.
- Sahne Çalışmaları; Oyunlar, festivaller, kulüp etkinlikleri.

- Sanat ve Küçük El Becerileri; Plastik sanatlar, deri işleme, grafik sanatlar, seramik, maden, ağaç işleri, fotoğrafçılık, dikiş-nakış, heykel vb.
- Açık Hava Etkinlikleri; Kamplar, piknik, balıkçılık, av, doğada eğitimler, çevreci etkinlikler, keşif, macera vb.
- Spor ve Oyun; Okçuluk, su sporları, hava sporları, kış sporları, eğitsel oyunlar, salon sporları, açık hava sporları vb.
- Çeşitli Etkinlikler; Zihinsel oyunlar, hobi kulüpleri, kağıt oyunları, tartışma, münazara, forum, bahçe işleri vb.

1989 tarihli Kültür ve Turizm Bakanlığı yayınlarında belirtilen rekreasyon, turizm sektöründe yer alan etkinlikler;

- Deniz - Kum Etkinlikleri; Deniz motorları, kanoculuk, yüzme, zıpkınla balıkçılık, yatçılık, rüzgar sörfü, dalış, kürekçilik, su kayağı.
- Dağcılık - Kış Sporları Etkinlikleri; Dağcılık, buz dansı, kaya tırmanışları, kar futbolu, buz festivali, buz heykeltraşçıları, alp kayağı, kuzey disiplini, yelkenli kayak.
- Tabiat - Yeşil Turizmi Etkinlikleri; Arıcılık, botanik, gençlik kampları, avcılık, madencilik, nehir yolculuğu, hayvan eğiticiliği, ornitoloji, jeoloji, çiftçilik, balıkçılık, salcılık.
- Sosyal Hayat İlişkileri; Bowling, müzik festivalleri, briç, sıcak hava balonculuğu, paraşüt, sağlık çiftliği, paten, tenis, okçuluk.
- Kültür, Sanat ve El İşleri Etkinlikleri; Uçak modelciliği, antikacılık, astroloji, astronomi, mücevher yapma, el işleri, nakış, sinema, video, modern dans, klasik dans, kuklacılık, müzik, fotoğrafçılık, heykelcilik, satranç.

#### **2.3.4. Rekreasyona Katılımın Önündeki Engeller**

Yapılan birçok çalışmada, rekreatif faaliyetlerin bireysel, toplumsal sağlığa çok fazla olumlu etkiler kattığı görülmüştür. Rekreasyonel etkinliklere katılımın bu olumlu katkılarına rağmen bireylerin değişik sebepler nedeniyle kendileri için oldukça önemli olan bu tür etkinliklere katılmadıkları ya da çeşitli engeller nedeniyle

katılmadıkları görülmüştür. “Engel” kavramı serbest zaman literatüründe, bireyin boş zamanlarında rekreasyonel etkinliklere katılımını engelleyen veya kısıtlayan ve birey tarafından karşılaşılan nedenleri ifade etmektedir (Karaküçük ve Gürbüz 2007).

Bireylerin egzersize, rekreatif etkinlik amaçlı katılımlarını engelleyen ya da kısıtlayan en önemli faktör “tesis”tir. Rekreatif etkinliğe katılıma en fazla güdüleyen faktör ise “beceri gelişimi”dir (Emir ve ark., 2014)

Konut darlığı ve doğadan uzaklaşma gibi sebepler serbest zaman etkinliklerine katılımın önündeki bazı engelleri oluşturabileceği gibi bunun yanında, şehir hayatının hızlı temposu ve kalabalık, teknoloji gibi nedenler de rekreasyonel etkinliklere katılımdaki engelleri meydana getirebilecek sebeplerden sadece birkaçıdır. Bu tip engeller insanların fazla enerjilerini kullanıp boşalamamalarına ve çeşitli yeteneklerini ortaya koyamamalarına neden olmaktadır. Bu ortamda, insan kendisini sürekli bir baskı ve stres altında hissetmekte, özellikle genç kesimdeki; daha fazla hareket etme, yenilik ve değişim ihtiyacı, çeşitli sıkıntı ve sorunlara sebep olmaktadır (Karaküçük, 2008). Bu nedenle, bireyler, boş zamanları organize etmede uygun önlemlerle yönlendirilmez ve eğitilmezlerse; boş zamanlar, tembellik, can sıkıntısı gibi engellerle, yıkıcı, toplum için zararlı duruma gelebilir. Bu nedenle bireyler, artan boş zamanlarını, kendilerini en doyurucu biçim ve yollarla değerlendirmeleri için yönlendirilmelidirler (Leighfield, 2001).

Crawford ve Godbey (1987)’in geliştirdikleri “bireysel, bireylerarası ve yapısal” faktörler olmak üzere üç ana kategoriye ayıran modele göre; bireyin serbest zaman aktivitelerine katılımı belirtilen faktörlerce engellenmektedir. Bireyin beceri düzey algısı, aktivite tutumu ve uygunluğunun algılanması olarak nitelendirilen bireysel faktörler doğrudan bireyin kendisi ile ilgili olan etmenleri ifade etmektedir. Aktivite için eş bulmak, para ve zaman gibi faktörler olarak karşımıza çıkan bireyler arası faktörler bireylerin birbirleriyle olan ilişkileri ile ilgili olan etmenleri ifade etmektedir. Yapısal faktörler ise bireyin karşılaşılabileceği yapısal engeller olarak karşımıza çıkan ulaşım, tesis kalitesi ve erişilebilirliği ile ilgili olan etmenleri ifade etmektedir.

Tezcan (1985), ülkemizde gençliğin rekreasyonel kısıtlayıcılarının başında; ekonomik yetersizlikler, örgütlenememe ve yeterli bir serbest zaman eğitimi verilememesi gibi faktörlerin rol oynadığını ifade etmiştir.

Yapılan ampirik çalışmaların sonuçlarına göre ise, bireyin rekreasyonel aktivitelere katılımını etkileyen temel faktörler önem sırasına göre; para, zaman, arkadaş eksikliği, ulaşım ve tesis olarak belirlenmiştir (Shinew ve ark., 2004; Koçak, 2005).

### **2.3.5. Rekreasyon İhtiyacı**

Rekreasyon faaliyetlerine yoğun katılım sağlayan bireyler ile bu faaliyetlere katılım imkanı bulamayan bireyler arasında sağlık açısından, çevreye karşı tutum açısından önemli sayılabilecek farklılıklar görülmektedir. Rekreatif etkinlikler yaşamı kaliteli hale getiren ve hayata anlam katan etkinlikleri kapsamaktadır. Bu açıdan dünyanın hemen hemen her yerinde bireyler bedensel, ruhsal ve toplumsal faydaları nedeniyle rekreasyon etkinliklerine katılım sağlamaktadır (Sevil ve ark., 2012).

Günlük koşuşturmalar, çalışma hayatı ve teknolojik imkanların ortaya çıkardığı hareketsizliğin neden olduğu tekrarlanabilen ve yoğunluğu yüksek stresörlerin etkisinin azaltılması, çalışma dışında bireyin öncelikle kendisine ayırabileceği özgür ve seçici olarak kullanabileceği bir serbest zamanın olmasına bağlıdır. Devamında ise, serbest zamanın eğitim, kültür, alışkanlıklar, imkanlar ve kişilik gibi kendisine özgü bir takım değer ölçüleri çerçevesinde seçebileceği etkinliklerle değerlendirebilmesi önem kazanır (Karaküçük ve Başaran 1996). Günümüz rekreasyonel endüstrisi kişilere oldukça zengin olanaklar sunmaktadır. Bu olanaklar sayesinde bireyler, ihtiyaçlarına göre kendilerine uyan faaliyetleri çeşitli yollarla bulma şansına sahiptirler (Masteralexis ve ark., 2005).

Rekreasyonel ihtiyaçlar, insan davranışlarına temel olabilecek tek bir neden veya faktöre bağlı kalmaksızın birçok nedenden ötürü analiz gerektirmektedir. Rekreatif etkinliklere duyulan ihtiyaç, rekreasyon faaliyetlerinin kişisel ve toplumsal olarak sağladığı faydalardan ileri gelmektedir (Karaküçük, 2008).

### 2.3.6. Rekreyasyona Duyulan İhtiyacın Nedenleri

Her ne kadar bireylerin serbest zaman aktivitelerine katılım amaçlarının, beklentilerinin, doyum düzeylerinin ve aktivite seçimlerinin bireysel faktörlere göre değiştiği kabul edilse de, bireylerin rekreatif etkinliklere katılımında ön plana çıkan önemli güdüsel faktörlerin ne olduğunu belirlemek amacı ile yapılan çalışmalar genel anlamda benzer sonuçlar ortaya koyduğu anlaşılmıştır (Karaküçük ve Gürbüz, 2007).

**Fiziksel İhtiyaçlar;** hareket yaşamın en temel ihtiyacıdır. Hareketsiz mutluluğun olmayacağı söylemlerinin sıkça konuşulduğu dönemlerde, rekreasyonel etkinliklerde özellikle stres ve buna bağlı olarak fizyolojik birçok rahatsızlığın çözümlenmesinde fiziksel aktivitenin önemini vurgulayan birçok araştırma yapılmaktadır (Çoruh, 2013).

Fiziksel aktivite, zinde ve neşeli günlük yaşam, vücudu hastalıklara karşı koruma, alınan fazla enerjinin doğal bir şekilde harcanıp şişmanlığın önlenmesi, yaşlanma ve yaşlanmanın getirdiği organik gerilemenin yavaşlatılması, solunum ve dolaşım sistemlerinin üstün kapasiteye ulaşması ve bu kapasitenin korunması, sinirsel gerginliklerin azaltılması ve koroner damar hastalıklarının getirdiği ölüm olaylarını önleyici ve koruyucu etkinin artırılması, kasa bağlı eklem dokularının sağlık ve işlevliliğinin korunması, sosyal kaynaşmanın sağlanıp yalnızlıktan kurtulmak ve duruş bozukluklarının önlenmesinde etkili olmaktadır (Arabacı ve Çankaya, 2007).

Örneğin, düzenli olarak yapılan fiziksel aktivitelerin, kalp krizi riskini azalttığı ve damarların sağlıklı olmasını sağladığını (İkizler, 2002; Shinn, 2004), kalp rahatsızlığı hastalarda bile yapılacak düzenli egzersizlerin yaşam kalitesini artırarak farklı bir yaşamın anahtarı olduğunu (Karadağ ve ark., 2007) vurgulayan birçok araştırma yapılmıştır.

**Sosyal İhtiyaçlar;** bireyin, fizyolojik ve güvenlik ihtiyaçlarından sonra insanın sosyal yönü ağırlık taşıyan ihtiyaçları ortaya çıkar. Sevme-sevilme, bir gruba ait olma,



şefkat, yardımseverlik gibi türden ihtiyaçlar sosyal ihtiyaçlara örnek olarak gösterilebilir. (Maslov, 1970).

Rekreasyonel aktivitelere katılan kişi, kendini ifade etme imkanı bulur, beraber hareket ettiği gruba aidiyet duygusu gelişir, aktivitelerdeki kurallara uymaya çalışarak sosyalleşme süreci içerisinde olur. Rekreasyonel aktiviteler, bireye fiziksel ve duygusal olarak katkı sağlayan sosyal bir davranıştır (Demir, 2003).

Rekreasyonel etkinlikler, bireyin birlikte olmaktan hoşlanacağı ve ilgilerinin aynı olduğu diğer insanlar ile tanışmasına veya birlikte olmasına yardımcı olur. Örneğin, bir spor tesisinde tenis, golf veya diğer sportif etkinlikler yapmak sosyal statünün gelişmesine ve daha iyi iş ilişkilerinin kurulmasına yol açar. Bu anlamda baktığımızda rekreasyonel etkinliklerin sosyalleşme sürecinde önemli bir katkıya sahip olduğunu söyleyebiliriz (Anhalt, 1994).

**Psikolojik İhtiyaçlar;** birçok davranışın kaynağını oluşturan veya var olan davranışı şekillendirdiği varsayılan psikolojik ihtiyaç, memnuniyetimizi artırma ve memnuniyetsizlik gibi durumlarda algımızı ve davranışımızı organize eden beyindeki bir güç olarak tanımlanabilir (Çelikkaleli ve ark., 2005). İnsanların temel psikolojik ihtiyaçlarını doymaları onların iyi olma düzeylerini yükseltmektedir. İnsanların yaşam kalitelerini değerlendirmeleri ve iyi bir yaşamları olup olmadığına karar vermeleri kapsamında literatürde “iyi yaşam”, “öznel iyi olma” olarak tanımlanırken , günlük konuşma dilinde ise “mutluluk” olarak isimlendirilmektedir (Diener, 2000). Bu gücü kendi lehimize çevirmek için, özellikle çalışma hayatının üzerimizde kurduğu baskının, yorgunluk ve çeşitli stres faktörlerinin yok olmasında serbest zamanların etkisinin önemi bilinmektedir. İnsanlar stres, monotonluk ve karmaşadan kurtulmak için daha çok serbest zamana ve rekreatif aktivitelere ihtiyaç duymaktadır (Çoruh, 2013).

**Kişisel Beceri ve Yeteneklerin Geliştirilmesi İhtiyacı;** insanların kendilerini keşfetme ya da sahip oldukları becerileri anlamalarının en basit yolu deneme yanılmasıdır. Bu durumun gerçekleşebilmesi sadece kişinin isteyerek ya da severek yaptığı bir işi yapmasına bağlıdır (Karaküçük, 2008).

Bireyler becerilerinin seviyelerini, kendilerini ne kadar geliştirebileceklerini ancak rekreatif aktivitelere katıldıkları zamanlarda anlayabilirler. Rekreasyonun doğası gereği kişinin kendi ilgi ve istekleri doğrultusunda seçeceği bir aktivitede yeteneklerini ortaya çıkarma olanağı bulacak ve kendi niteliğini de keşfedecektir. Bazı durumlarda rekreatif faaliyet şeklinde başlayan etkinlikler profesyonelleşmeye kadar gitmektedir. Zaten rekreatif etkinliklere katılan bireylerin yeteneklerini keşfetmeleri ve farklı alanlara da bu yeteneklerini yansıtmaları sayesinde, iş ve sosyal yaşamlarında başarılı oldukları yapılan araştırmalardan da görülmektedir (Çoruh, 2013).

***Duygusal İhtiyaçlar;*** ilgili alanyazın incelendiğinde yapılan çoğu araştırmada, günlük hayatta maruz kalınan stresten, sosyal ve duygusal olarak etkilendikleri tespit edilmiştir. Örneğin; Cooper ve Cartwright (1994) yapmış oldukları çalışmada, insanların çalışma hayatı ile ilgili stres kaynaklı fiziksel ve duygusal sağlığın zararlı pek çok etkisinin bulunduğunu tespit etmişlerdir.

Rekreatif etkinliklere katılım, duygusal ihtiyaçların karşılanmasını sağlayarak, kişinin yaşamındaki monotonluktan ve stres veren durumlardan uzaklaşmasında önemli bir etkidir. Bireylerin günlük yaşantılarındaki karşılaştıkları stres veren durumlar geçici duygusal çöküntüye sebep olmayıp, uzun soluklu tatminlerini de etkilemektedir. Bu sebeple insanlar günlük yaşamdaki streslerden uzaklaşmak veya kurtulmak için, duygusal olarak tatmin olma ihtiyacı hissederler (Çoruh, 2013).

### **2.3.7. Rekreasyonun Yararları**

Rekreasyon aktiviteleri psif, aktif, basit, karmaşık, mekanik, yaratıcı, sağlıklı ya da zararlı olabilmektedir. Bir çok özelliği bir arada bulunduran aktiviteler her anlamda bireye olumlu veya olumsuz tecrübe sağladığı gibi yararlı olur. İnsanların duygusal, fiziksel, psikolojik gelişiminde rekreasyon etkinlikleri önemli rol aynar. Yine grup içinde gerçekleştirilen rekreasyon etkinlikleri bireye sosyal anlamda katkıda bulunur. Bireyin sosyal yetenekleri, değerleri ve sosyal uyum davranışları gelişme gösterir (Kaba, 2009).

Rekreasyon evreni tanımamıza, gerçek veya gerçeği yansıtan sembolik durumları algılamamıza aracılık yapar. Nesnelere ve kişilerle olan ilişkiyi düzenlemekte ve anlaşmayı sağlamaktadır. Diğer yandan dünyanın algılanmasına yarar ve kişi bunu algılama yoluyla öğrenir, hatta deneyim kazanır ve bilgiye ulaşır. Öte yandan rekreasyon bireyin etrafındaki binlerce uyarıya cevapta bulunmasını sağlayarak kişilik kazandırır. Bireyin, duygusal ve zihinsel tecrübelerini kontrol ederek kişiye mizaç yükler (Açıkada ve Ergen, 1990).

**Psikolojik Yararları;** rekreasyon sadece hastalıkların önlenmesi için değil aynı zamanda psikolojik sağlığın oluşmasında da etkilidir. Rekreasyonu tedavide kullanmak psikiyatrlar için faydalı bir yöntemdir. Sadece zihinsel hastalıkların tedavisi değil bunun yanında zihinsel olarak sağlıklı kalabilmek için çok önemlidir. Bu nedenle psikiyatrlar, rekreasyonun zihinsel ve duygusal hastalıkları önlediğine inanırlar. Nedenini bilmedikleri birçok rahatsızlığı insanların rekreasyona katılım eksikliği ile ilişkilendirirler (Kraus, 1977).

Rekreatif etkinlikler, davranış değişiklikleri, kişisel gelişim, duygu sürecinin sağlıklı yaşanması gibi sonuçlara ulaşmada bireyi destekler. Yer değişikliği sonucu bireyler üzerlerinde oluşan baskıyı atıp yeni ilişkiler kurma fırsatı bulurlar. Fiziksel yeteneklerinin farkına varan ve yeteneklerinin sınırlarını öğrenen bireyler fiziksel uyum sağlarlar. Etkinliklerin çeşitliliği, farklı ve olumlu psikolojik sonuçları doğurur. Birçok psikiyatra göre rekreasyon, yaşam dengesini sağlamada ve mutluluk kazanmada etkili unsur olarak görülmektedir (Kaba, 2009).

**Fiziksel Yararları;** rekreasyonda bedensel uyum, sağlıklı yaşam ve serbest zaman etkinliklerinin temel unsuru olarak görülmektedir. İkiye ayrılır:

- Yetenekle ilgili unsurlar; çeviklik, denge, koordinasyon, hız.
- Sağlıkla ilgili unsurlar; kardiyovasküler uygunluk, esneklik, dayanıklılık, kuvvet, vücut kompozisyonu.

Hayatın temel fonksiyonları arasında görülen bedensel etkinlik fiziksel yararlar açısından önem taşımaktadır. Özellikle çocukluk döneminde görülen oyun alışkanlıkları vücut hareketliliği ile karakterize edilmiş ve büyüme gerçekleştiğinde

kullanılan gelişimler olarak görülmektedir. Bahsi geçen gelişimler koşma, sıçrama, atlama ve yüzme gibi hareketler yaşam boyu gerekli görülen hareketler olarak karşımıza çıkmaktadır. İstenilen düzeyde fiziksel yararlar için sporun gelişimi için en büyük rolü devlet sağlamaktadır. Devlet tarafından oluşturulan ve desteklenen politikalar ile rekreasyonel etkinlikler gelişerek daha çok fiziksel yarar sağlayabilir ve yeni yararlar ortaya çıkabilir (Hoye ve ark., 2006).

Rekreasyon kavramı; oyun, spor, dans ve açık – kapalı eğlence etkin alanlarının farklı türlerini oluşturur ve insanların sağlıkları için önem taşıyan ve ihmal edilemeyecek bir ögedir (Kraus, 1977).

Pek çok etkinlik bireylerin enerjilerini atmalarında etkili olduğundan vücudun rahatlamasını sağlamaktadır. Yoğunlukla bireyler aşırı yorgunluk veya tembellik nedeniyle rekreasyonu sevmeyebilmekte ve etkinliklere pasif olarak katılmayı tercih edebilmektedir ancak aktif katılım sağlandığında fiziksel etkinlikler temel becerileri geliştirmektedir. Etkinliğe katılım sonucunda mutluluk oluşmakta ve fiziksel etkinliğin devamlılığıyla performans artmaktadır (Butler, 1968).

Büyük kasları aktif çalıştıran etkinlikler olarak karşımıza çıkan koşu, yüzme ve bisiklet sürme tarzında etkinlikler bireylerin fiziksel uyum seviyelerini yüksek tutmaktadır. Ancak pek çok birey rekreasyon etkinliklerinde belirli seviyede etkinliklerle yetinmektedirler, birçok hareketsiz kalam eğiliminde olan birey için ilgi çekici etkinlikler düzenlenmesi faaliyetlere katılımı arttırabilmektedir. Rekreatif etkinlikler daha çok bireylerin aktif olarak spor yapmayı bıraktıklarında uzun süre devam ettikleri etkinlikleri içermektedir (Curtis, 1979).

**Sosyal Yararları;** sosyal ilişkilerde serbest zaman etkinliklerinin etkisi modern toplumlarda gittikçe artmaktadır. Çalışma saatleri dışında harcanan zaman dilimindeki artış, aynı zamanda günlük yaşamımızın yeniden ne şekilde organize edileceğini ne zaman ve kim tarafından hangi işin yapılacağını, işimizin yapısını boş zamanımızı, seyahatlerimizi ve akla gelebilen diğer günlük faaliyetlerimizi etkileyen politikaların değiştirilmesi anlamına gelmektedir (Okuyucu ve Ramazanoğlu, 2006).

Sosyalleşme kavramı uzun bir süreci kapsamaktadır ve serbest zamanlar sosyalleşmeyi sağlayan birer fırsat olarak karşımıza çıkmaktadır. Serbest zaman aktiviteleri bireylere uzun süreli davranış alışkanlıkları ve tutumlar kazandırır. Sosyalleşme sürecinin önemli araçları arasında yer alan aile ve arkadaş grupları grup etkinlikleri açısından etkili olabilmektedir. Grup etkinlikleri daha çok ihtiyaca yönelik ortam hazırlamakta ve katılımcılarda tatminlik yaratmaktadır. Sosyal kulüpler, spor takımları ve gönüllü komitelerde bireyler arkadaş kazanır ve önemli görülen sosyal ihtiyaçlarını giderirler. Birçok birey için serbest zaman etkinliklerine katılmak onların statüsünü yükseltirler (Kaba, 2009).

Serbest zamanları değerlendirmenin birey açısından sağladığı sosyal yararları kısaca şu şekilde sıralayabiliriz;

- Topluma mutlu ve sağlıklı birey kazandırılmasına yardımcı olur,
- Bireylere mutluluk sağlar ve kendini ifade etme imkanı sunar,
- Sağlıklı arkadaşlıklar kurulmasını sağlayarak toplumsal çevreyi genişletir,
- Zihinsel düşünme becerilerini geliştirir ve deneyimleri artırır,
- Başarı güdüsünü ve bireylerin yaratıcılığını artırır,
- Bireylere yeni deneyimler kazandırır,
- Üretkenliği artırır (Gedik, 1985).

#### **2.4. Rekreasyon ve Üniversite Gençliği**

Birbirini destekleyen iki olgu olarak karşınıza çıkan eğitim ve rekreasyon kavramları birbirlerini tamamlamaktadır. Bu bağlamda rekreasyon etkinlikleri özellikle üniversitelerde son derece önemli görülmektedir. Birbirini tamamlayarak istek oluşturan eğitim ve rekreasyon gençlerin stresle tek başlarına mücadele edebilmelerini, kişilik gelişimlerini destekleyerek topluma adapte olmalarını sağlamaktadır. Fiziksel etkilerin yanı sıra zihinsel rekreasyon etkinlikleri de sosyal bir varlık olan bireylerin diğer insanlarla olan iletişimi desteklemek adına onların sağlıklı iletişim kurma becerilerine katkıda bulunmaktadır. Aynı zamanda öğrencinin sosyal, psikolojik, fiziksel ve zihinsel gelişimini destekleyen kampüs rekreasyonu öğrenci gelişimine olumlu yönde katkıda bulunmaktadır. Yaşamlarının en hareketli

döneminde yer alan gençler rekreasyon etkinlikleri ile toplum içinde kendilerine yer bulamadıkları takdirde marjinal gruplara dahil olup kural dışı bir yaşama sürüklenmekte ve toplum dışı bırakılmaktadırlar (Kaba, 2009).

Gençlik dönemi, insan yaşamının en önemli dönemidir. Bu dönem, insan yaşamının geleceğini büyük ölçüde etkileyen ve biçimlendiren kararların alındığı bir dönem olması nedeniyle yetişkinliği önemli ölçüde etkilemektedir. Genç insan, mesleğini ve eşini bu dönemde seçer. Ayrıca yaşamını sürdürdüğü toplum hakkındaki değer yargıları da bu dönemde oluşur. Gençlik dönemi bireyin toplumsal kişiliğine kavuşması açısından hızlı bir olgunlaşma dönemidir (Mutlutürk, 1986).

Üniversitelerde rekreasyonunun gelişmesinin ve gerçekleştirilebilmesinin bir temel şartı da tüm öğrencilere eşit şartlarda faaliyetlere katılım imkanlarının sunulmasıdır. Bunun içinde rekreasyon tesislerinin yeterli düzeyde olması, yenilerinin yapılması ve hizmete sunulması, her etkinliğe ve katılımcı sayısına cevap verebilmesi önemlidir. Diğer taraftan öğrencilerin yeteneklerine, ilgi ve bilgisine göre katılabileceği etkinlikler düzenlenmelidir. Alt yapısını tamamlayamamış üniversitelerde eğitim-öğretim için kullanılan tesisler boş oldukları zamanlarda rekreatif etkinlikler için kullanılabilir. Kampüs rekreasyon programlarından en verimli şekilde yararlanma yolu gerekli tesislerin inşası ile mümkündür. Üniversitenin içinde sanatsal ve fiziksel eğitim-öğretim için ayrılmış tesisler olabileceği gibi rekreatif etkinliklerin de yapılabileceği tesisler vardır (Kaba, 2009).

Üniversitelerde gençler rekreatif faaliyetlere katılım gösterirler. Genelde rekreatif çabalar öğrenciler tarafından gerçekleştirilir. Kuruluşlar, öğrenci birlikleri, topluluklar, kulüpler bu etkinliklerin içinde yer alırlar. Programların büyük bölümü kampüs içinde gerçekleştirilirken bir kısmı da kampüs dışındaki alanlarda gerçekleştirilir. Bunlar geziler, kamplar, öğrenme yeri ziyaretleri gibi kültürel ve sportif faaliyetler olabilir. Bu faaliyetler tüm üniversite mensuplarını ve ailelerini kapsar. Serbest zamanın tüketicileri arasında üniversite öğrencileri de gösterilmektedir. Özellikle eğitime yaptığı olumlu katkı nedeniyle rekreasyon üniversitelerde önemli bir yer edinmiştir (Horner ve Swarbrooke, 2006).

Üniversite gençliğinin serbest zamanlarını değerlendirmeleri ve rekreasyonel faaliyetlere katılımları, üniversite eğitimleri sırasında okulların onlara sağladığı olanaklar kapsamında yarı örgütlü bir şekilde gerçekleşmekte; bu bağlamda yüksek öğretim kurumları öğrencilerinin resmi eğitimleri dışında kalan serbest zamanlarını verimli bir şekilde değerlendirmeleri için de yönlendirici rol üstlenebilmektedirler (Özşaker, 2012).

### **3. GEREÇ VE YÖNTEM**

#### **3.1. Veri Toplama Araçları**

Araştırmada veri toplama aracı olarak, soruların açık ve anlaşılır olması bakımından daha önce Aslan ve Karaküçük (1997), Özmeden (1997) ve Öksüz (2012)'ün ayrı ayrı yapmış oldukları benzer araştırmalarda kullandıkları, serbest zaman faaliyetlerini değerlendirmeye yönelik soruları kapsayan, araştırmacı tarafından uzman görüşleri alınarak geliştirilen ve test tekrar test yöntemi ile oluşturulan “serbest zaman kavramına ilişkin görüşleri içeren anket” uygulanmıştır.

#### **3.2. Çalışmanın Yöntemi**

Bu araştırmada, Balıkesir Üniversitesi Necatibey Eğitim Fakültesi'nde öğrenim gören öğrencilerin serbest zaman kavramına ilişkin görüşlerinin ve serbest zamanlarını değerlendirme biçimlerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma; problem belirleme, literatür taraması, veri toplama, veri analizi ve raporlama basamaklarından oluşan bir tasarımı içermektedir.

#### **3.3. Çalışmanın Evreni ve Örneklemi**

Araştırmanın evrenini, Balıkesir Üniversitesi'nde öğrenim gören öğrenciler oluştururken, araştırmanın örneklemini ise; Balıkesir Üniversitesi Necatibey Eğitim Fakültesi'nde öğrenim gören, seçkisiz örnekleme yöntemi ile yansız ve random olarak seçilmiş 1233 kadın, 682 erkek olmak üzere toplam 1915 öğrenci oluşturmaktadır.

#### **3.4. Verilerin Toplanma Süreci**

Araştırmanın içerik ve veri toplama aracı gereğince etik kurul karar belgesine gerek görülmemiştir. Çalışmanın yapıldığı kurumlar araştırma anketinin içeriği gereği



herhangi bir izin ve onay belgesi olmadan çalışmanın yapılmasını uygun gördüklerinden herhangi bir izin ve onay belgesi olmaksızın çalışma yürütülmüştür.

Bu çalışmada, Balıkesir Üniversitesi Necatibey Eğitim Fakültesi'nde öğrenim gören öğrencilere “serbest zaman kavramına ilişkin görüşleri içeren” anket bizzat araştırmacı tarafından uygulanmıştır; 1915 öğrenci çalışmaya katılmıştır.

### **3.5. Verilerin İstatistiksel Olarak Analiz Edilmesi**

Verilerin elde edilmesi için SPSS 20 paket programından faydalanılmıştır. Mevcut verilerin analizinde, tanımlayıcı istatistikler kullanılmış olup ve çalışmada yer alan iki sınıflamalı değişkenler arasındaki ilişki ise ki-kare ( $\chi^2$ ) testi kullanılarak saptanmış ve yorumlar buna yönelik yapılmıştır. İstatistiksel testlerde, anlamlılık düzeyi 0.05 olarak alınmıştır.

## 4. BULGULAR

Balıkesir Üniversitesi Necatibey Eğitim Fakültesi'nde öğrenim gören öğrencilerin serbest zaman kavramına ilişkin görüşlerinin ve serbest zamanlarını değerlendirme biçimlerinin incelenmesine yönelik yapılan bu çalışmada, katılımcılara yöneltilen anket formu arasında, öğrencilerin demografik özelliklerini ölçmeye yönelik sorular da yer almaktadır. Bu bölümde, amaca yönelik bahsi geçen sorular sırasıyla değerlendirilmiştir.

**Tablo 4.1.** Katılımcıların demografik bilgilerine göre dağılımları.

Değişkenler		n	%	n	%
Cinsiyet Durumu	Kadın	1233	64,4	1915	100
	Erkek	682	35,6		
Yaş Durumu	17 – 20	932	48,7		
	21 – 23	789	41,2		
	24 – 26	180	9,4		
	27 yaş ve üzeri	14	0,7		
Geldikleri Bölge Durumu	Marmara Bölgesi	1069	55,8		
	İç Anadolu Bölgesi	168	8,8		
	Güneydoğu Anadolu Bölgesi	64	3,3		
	Ege Bölgesi	312	16,3		
	Karadeniz Bölgesi	117	6,1		
	Akdeniz Bölgesi	138	7,2		
	Doğu Anadolu Bölgesi	47	2,5		
Yetiştikleri Çevre Durumu	Büyükşehir	836	43,7		
	Şehir	382	19,9		
	İlçe	519	27,1		
	Kasaba	24	1,3		
	Köy	154	8		
Şuan Yaşanılan Yer Durumu	Ailemin Yanında	363	19		
	Kiralık Ev (Tek Başına)	19	1		
	Özel Yurt	747	39		
	Kiralık Ev (Arkadaşlarımla)	137	7,2		
	Devlet Yurdu	563	29,4		
	Akrabamın Yanında	2	0,1		
	Apart, Pansiyon, Otel vb.	84	4,4		
Gelir Düzeyi Durumu	250 – 500 TL	1049	54,8		
	501 – 750 TL	398	20,8		
	751 – 1000 TL	286	14,9		
	1001 TL ve Üzeri	182	9,5		

**Tablo 4.1'in Devamı.** Katılımcıların demografik bilgilerine göre dağılımları.

<b>Değişkenler</b>		<b>n</b>	<b>%</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
<b>Lisans Programı</b>	Okul Öncesi Öğretmenliği	152	7,9	1915	100
	Biyoloji Öğretmenliği	82	4,3		
	Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Öğretmenliği	154	8		
	Fizik Öğretmenliği	82	4,3		
	Ortaöğretim Matematik Öğretmenliği	72	3,8		
	Fen Bilimleri Öğretmenliği	148	7,7		
	Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Öğretmenliği	78	4,1		
	Sosyal Bilgiler Öğretmenliği	167	8,7		
	Müzik Öğretmenliği	168	8,8		
	Kimya Öğretmenliği	75	3,9		
	Türk Dili ve Edebiyatı Öğretmenliği	60	3,1		
	Türkçe Öğretmenliği	134	7		
	İlköğretim Matematik Öğretmenliği	208	10,9		
	Sınıf Öğretmenliği	179	9,3		
	İngilizce Öğretmenliği	156	8,1		
<b>Sınıf Düzeyi</b>	1. Sınıf	491	25,6		
	2. Sınıf	429	22,4		
	3. Sınıf	448	23,4		
	4. Sınıf ve Üzeri	547	28,6		

Tablo 4.1' de katılımcıların demografik bilgileri incelendiğinde, çalışmaya dahil olan katılımcıların %64,4'ünün kadın %35,6'sının erkek olduğu görülmektedir. Bu bağlamda yapılan çalışmada cinsiyet faktörüne yönelik incelemeler yapılarak cinsiyete bağlı olarak diğer faktörler değerlendirilmiş, analizlerde cinsiyet bağımsız değişken olarak kabul edilerek ilişki analiz yapılmıştır. Katılımcıların yaşları değerlendirildiğinde %48,7'sinin 17-20, %41,2'sinin 21-23, %9,4'ünün 24-26 ve %0,7'sinin 27 yaş ve üzeri olduğu tespit edilmiştir. Geldikleri bölge durumuna baktığımızda %55,8'inin Marmara Bölgesi, %16,3'ünün Ege Bölgesi, %8,8'inin İç Anadolu Bölgesi, %7,2'sinin Akdeniz Bölgesi, %6,1'inin Karadeniz Bölgesi, %3,3'ünün Güneydoğu Bölgesi ve %2,5'inin Doğu Anadolu Bölgesi olduğu görülmüştür. Yetiştikleri çevre durumu incelendiğinde öğrencilerin %43,7'si büyükşehirde, %27,1'i ilçede, %19,9'u şehirde, %8'i köyde ve %1,3'ü kasabada yetiştiklerini belirtmişlerdir. Şuan yaşadıkları yer durumuna baktığımızda katılımcıların %39'unun özel yurttan, %29,4'ünün devlet yurdunda, %19'unun ailesinin yanında, %7,2'sinin arkadaşlarıyla beraber kiralık evde, %4,4'ünün apart-pansiyon-otel vb. yerlerde, %1'inin tek başına kiralık evde ve %0,1'nin akrabalarının yanında ikamet ettikleri görülmektedir. Katılımcıların gelir düzeyi incelendiğinde %54,8'inin 250-500 tl, %20,8'inin 501-750 tl, %14,9'unun 751-1000 tl ve %9,5'inin

1001 tl ve üzeri olduğu görülmüştür. Katılımcıların öğrenim gördükleri lisans programlarına baktığımızda %10,9'unun ilköğretim matematik, %9,3'ünün sınıf, %8,8'inin müzik, %8,7'sinin sosyal bilgiler, %8,1'inin ingilizce, %8'inin bilgisayar ve öğretim teknolojileri, %7,9'unun okul öncesi, %7,7'sinin fen bilimleri, %7'sinin türkçe, %4,3'lük oranlarla biyoloji ve fizik %4,1'inin psikolojik danışmanlık ve rehberlik, %3,9'unun kimya, %3,8'inin ortaöğretim matematik ve %3,1'inin ise türk dili ve edebiyatı öğretmenliğinde öğrenim gördükleri, %28,6'sının 4. sınıf ve üzeri, %25,6'sının 1. sınıf, %23,4'ünün 3. sınıf ve %22,4'ünün 2. sınıf öğrencisi olduğu tespit edilmiştir.

**Tablo 4.2.** Katılımcıların gelir kaynağı/kaynakları dağılımı.

Değişkenler		n	%	n	%
Gelir Kaynağı/Kaynakları	Ailemden Geliyor	1019	53,2	1915	100
	Kredi Alıyorum	483	25,2		
	Burs Alıyorum	296	15,5		
	Hem Ailemden Geliyor, Hem de Burs veya Kredi Alıyorum	380	19,8		
	İhtiyaçlarımı Karşılama İçin Hafta Sonu veya Yarım Gün Çalışıyorum	62	3,2		

Katılımcıların gelir kaynağı/kaynakları dağılımı değerlendirilmiş ve elde edilen bulgulara Tablo 4.2.'de yer verilmiştir. Çalışmaya katılan öğrencilerin %53,2'sinin gelir kaynağı ailesinden, %25,2'sinin devletten aldığı krediden, %19,8'inin hem ailesinden hemde devletten aldığı burs veya krediden, %15,5'inin aldığı burs'tan ve %3,2'sinin ise ihtiyaçlarını karşılamak için hafta sonu veya yarım gün çalışarak elde ettiği tespit edilmiştir.

**Tablo 4.3.** Katılımcıların serbest zaman yeterlilik ve günlük serbest zaman kullanım durumları.

Değişkenler		n	%	n	%
Günde Kaç Saat Serbest Zamanlarının Kalıp Kalmadığı Durumu	Zaman Kalmıyor	56	2,9	1915	100
	1 – 2 Saat	231	12,1		
	3 – 4 Saat	921	48,1		
	5 – 6 Saat	566	29,6		
	7 – 8 Saat	141	7,4		
Serbest Zaman Süresinin Yeterlilik Durumu	Yeterli, İstemem	838	43,8	1077	56,2
	Yetersiz, İsterim	1077	56,2		

Tablo 4.3.'de katılımcıların günde kaç saat serbest zamanlarının kalıp kalmadığı bulguları incelendiğinde, %48,1'inin 3-4 saat, %29,6'sının 5-6 saat, %12,1'inin 1-2 saat, %7,4'ünün 7-8 saat ve %2,9'unun zaman kalmadığını vurguladığı görülmektedir. Öğrencilerin serbest zaman sürelerinin yeterlilik durumuna baktığımızda ise katılımcıların %56,2'sinin yetersiz, isterim, %43,8'inin yeterli, istemem cevabını verdikleri tespit edilmiştir.

**Tablo 4.4.** Katılımcıların serbest zaman etkinliklerine ne kadar zaman ayırabildikleri ile ilgili dağılımları.

Değişkenler		n	%	n	%
Yaklaşık Günde	1 – 2 Saat	1031	53,8	1915	100
	3 – 4 Saat	699	36,5		
	5 – 6 Saat	158	8,3		
	7 Saat ve Üzeri	27	1,4		
Yaklaşık Haftada	1 Gün	267	13,9		
	2 Gün	645	33,7		
	3 Gün	466	24,3		
	4 Gün	184	9,6		
	5 Gün	94	4,9		
	6 Gün	31	1,6		
	7 Gün	228	11,9		

Tablo 4.4.'de öğrencilerin serbest zaman etkinliklerine yaklaşık olarak günde ne kadar zaman ayırabildikleri ile ilgili durumlarına bakıldığında, %53,8'inin 1-2 saat, %36,5'inin 3-4 saat, %8,3'ünün 5-6 saat ve %1,4'ünün 7 saat ve üzeri olarak görülmektedir. Yaklaşık olarak haftada ise; %33,7'sinin 2 gün, %24,3'ünün 3 gün, %13,9'unun 1 gün, %11,9'unun 7 gün, %9,6'sının 4 gün, %4,9'unun 5 gün ve %1,6'sının 6 gün serbest zaman etkinliklerine vakit ayırdıkları tespit edilmiştir.

**Tablo 4.5.** Katılımcıların serbest zaman etkinliklerinden haberdar olma durumlarına ilişkin dağılımları.

Değişkenler		n	%
Etkinliklerden Haberdar Olma Durumu	Arkadaşlarımdan	1646	86
	Yerleşke İçerisindeki Panolardan	924	48,3
	Fakültemiz Web Sayfasından	259	13,5
	Sosyal Medyadan (Facebook, Twitter vb.)	1081	56,4
	Bölüm Duyuru Panolarından	578	30,2
	E- Mail Grubundan	65	3,4
	Balıkesir Üniversitesi Web Sayfasından	282	14,7

Tablo 4.5.'de katılımcıların yerleşkelerinde serbest zaman etkinliklerinden haberdar olma durumlarına bakıldığında, %86'sının arkadaşlarından, %56,4'ünün sosyal medyadan, %48,3'ünün yerleşke içerisindeki panolardan, %30,2'sinin bölüm duyuru panolarından, %14,7'sinin Balıkesir Üniversitesi web sayfasından, %13,5'inin fakültelerinin web sayfasından ve %3,4'ünün ise e-mail grubundan serbest zaman etkinliklerinden haberdar oldukları görülmektedir.

**Tablo 4.6.** Katılımcıların yerleşkelerindeki tesislerin durumu ve serbest zamanları değerlendirme durumlarına ilişkin dağılımları.

Değişkenler		n	%
<b>Tesislerin Yeterlilik Durumu</b>	Yeterli	141	7,4
	Yetersiz	1190	62,1
	Kısmen	584	30,5
<b>Serbest Zamanları Değerlendirme Yer Durumu</b>	Yerleşke İçinde	742	38,7
	Yerleşke Dışında	1173	61,3
<b>Yerleşke İçinde</b>	Kütüphanede	134	7
	Açık-Kapalı Spor Alanlarında	121	6,3
	Fakülte Kantininde	232	12,1
	Yerleşke İçi Yeşil Alanlarda	482	25,2
<b>Yerleşke Dışında</b>	Sportif aktivitelerle	271	14,2
	Şehir içindeki mekankarda vakit geçirmek	950	49,6
	Kişisel gelişimini sağlayacak kurslara katılarak (Bilgisayar Kursu, Yabancı Dil Kursu vb.)	143	7,5
	Sinema, tiyatro gibi aktivitelerle	675	35,2
	Kağıt oyunları, Okey, Tavla vs., oynayarak	519	27,1

Tablo 4.6'da öğrencilerin yerleşkelerindeki tesislerin durumu ve serbest zamanları değerlendirme yer durumları incelendiğinde, %62,1'inin tesislerin yetersiz olduğunu, %7,4'ünün yeterli ve %30,5'inin kısmen yeterli olduğunu cevabını verdikleri görülmektedir. Serbest zamanları değerlendirme yer durumu incelendiğinde katılımcıların %61,3'ünün yerleşke dışında, %38,7'sinin yerleşke içinde serbest zamanlarını değerlendirdikleri tespit edilmiştir. Yerleşke içinde serbest zamanları değerlendirme yerlerine baktığımızda %25,2'sinin yerleşke içi yeşil alanlarda, %12,1'inin fakülte kantininde, %7'sinin kütüphanede ve %6,3'ünün açık ve kapalı spor alanlarında, Yerleşke dışında ise %49,6'sının şehir içindeki mekankarda, %35,2'sinin sinema, tiyatro gibi aktivitelerle, %27,1'inin kağıt oyunları, okey, tavla vs. oynayarak, %14,2'sinin sportif aktiviteler yaparak ve %7,5'inin kişisel gelişimini sağlayacak kurslara katılarak (bilgisayar kursu, yabancı dil kursu vb.) serbest zamanlarını değerlendirdikleri görülmektedir.

**Tablo 4.7.** Katılımcıların öğrenim gördükleri yerleşkede bulunan etkinlikler ve bu etkinliklere katılmalarına ilişkin dağılımları.

Değişkenler		Bulunan Etkinlikler		Etkinliklere Katılım	
		n	%	n	%
<b>Yerleşkede Bulunan Etkinlikler ve Etkinliklere Katılma Durumu</b>	Spor Aktiviteleri	926	48,4	832	43,4
	Sinema Gösterimi	506	26,4	482	25,2
	Kişisel Gelişim Sağlayacak Kurslar (Bilgisayar Kursu, Yabancı Dil Kursu vb.)	284	14,8	420	21,9
	Halkoyunları	423	22,1	112	5,8
	Müzik Etkinlikleri	736	38,4	587	30,7
	Tiyatro Etkinlikleri	551	28,8	206	10,8
	Okuma Salonu/Kütüphane	1065	55,6	918	47,9
	El Sanatları	121	6,3	112	5,8
	Gezi/Eğlence	923	48,2	1001	52,3

Tablo 4.7'yi incelediğimizde öğrencilerin öğrenim gördükleri yerleşkede serbest zamanı değerlendirmeye yönelik bulunan etkinlik türleri ile ilgili soruya öğrencilerin %55,6'sının okuma salonu/kütüphane, %48,4'ünün spor aktiviteleri, %48,2'sinin gezi/eğlence, %38,4'ünün müzik etkinlikleri, %28,8'inin tiyatro etkinlikleri, %26,4'ünün sinema gösterimi, %22,1'inin halkoyunları, %14,8'inin kişisel gelişim sağlayacak kurslar ve %6,3'ünün el sanatları cevabını verdikleri görülürken, öğrenim gördükleri yerleşkede bulunan hangi etkinliklere katılabildikleri ile ilgili soruya ise öğrencilerin %52,3'ünün gezi/eğlence, %47,9'unun okuma salonu/kütüphane, %43,4'ünün spor aktiviteleri, %30,7'sinin müzik etkinlikleri, %25,2'sinin sinema gösterimi, %21,9'unun kişisel gelişim sağlayacak kurslar, %10,8'inin tiyatro etkinlikleri ve %5,8'lik oranlarla halkoyunları ve el sanatları cevabını verdikleri tespit edilmiştir.

**Tablo 4.8.** Katılımcıların serbest zaman etkinliklerine yeterince katılıp katılmama durumlarına ilişkin dağılımları.

Değişkenler		n	%
<b>Serbest Zaman Etkinliklerine Yeterince Katılabilme Durumu</b>	Evet, Katılabiliyorum	253	13,2
	Hayır, Katılamıyorum	1662	86,8
<b>Serbest Zaman Etkinliklerine Yeterince Katılmama Nedenleri</b>	Arkadaş Çevremin İlgisizliği	339	17,7
	Derslerin Yoğunluğundan	736	38,4
	Etkinlik Zamanları Derslerimle Çakışıyor	454	23,7
	Etkinliklerin içeriği ile ilgili yeterince bilgilenebilmiyorum	536	28
	Serbest zamanları değerlendirme isteklerimizle ilgilenen yok	268	14

**Tablo 4.8'in Devamı.** Katılımcıların serbest zaman etkinliklerine yeterince katılıp katılamama durumlarına ilişkin dağılımları.

<b>Değişkenler</b>		<b>n</b>	<b>%</b>
<b>Serbest Zaman Etkinliklerine Yeterince Katılamama Nedenleri</b>	Serbest zamanları değerlendirme gibi bir alışkanlığım yok	123	6,4
	Çalıştığım için	52	2,7
	Tesisler yeterli değil	560	29,2
	Etkinlik zamanları bana uymuyor	489	25,5
	Yeterli param yok	184	9,6
	İlgimi çeken etkinlik yok	496	25,9
<b>Serbest Zaman Etkinliklerine Katılma Nedenleri Durumu</b>	Sağlıklı olmak	378	19,7
	Bir şeyler öğrenmek	889	46,4
	Yalnız kalmamak	94	4,9
	Günlük stresi azaltmak	668	34,9
	Eğlenmek	1476	77,1
	Oyun ve yarışma	48	2,5
	Yeni beceriler kazanmak	490	25,6
	Doğada olma deneyimi	192	10
	Rahatlamak	848	44,3
	Egzersiz yapma nedenleri	83	4,3
	Arkadaşlarla	639	33,4

Tablo 4.8'de öğrencilerin serbest zaman etkinliklerine katılım durumları incelendiğinde, %86,8'inin katılmadığı, %13,2'sinin ise katıldığı cevabını verdikleri görülmektedir. Serbest zaman etkinliklerine yeterince katılamama nedenlerine bakıldığında ağırlıklı olarak; %38,4'ünün derslerin yoğunluğundan, %29,2'sinin tesislerin yetersizliğinden, %28'inin etkinliklerin içeriği ile ilgili yeterince bilgilenemediğinden, %25,9'unun ilgisini çeken etkinliğin olmadığından, %25,5'inin etkinlik zamanlarının uymadığından olduğu görülürken, serbest zaman etkinliklerine yeterince katılabilme durumuna baktığımızda ise ağırlıklı olarak %77,1'inin eğlenmek, %46,4'sinin bir şeyler öğrenmek, %44,3'ünün rahatlamak, %34,9'unun günlük stresini azaltmak ve %33,4'ünün arkadaşlarıyla beraber olduğu için cevabını verdikleri tespit edilmiştir.



**Tablo 4.9.** Katılımcıların öğrenim gördükleri yerleşkede düzenlenmesi halinde katılmak istedikleri etkinlik türleri ile ilgili dağılımı.

Değişkenler		n	%
<b>Katılmak İstenilen Etkinlik Türü Durumları</b>	Spor etkinlikleri	663	34,6
	Halkoyunları	94	4,9
	Doğa yürüyüşleri	754	39,4
	Film gösterimleri	454	23,7
	Kişisel gelişim sağlayacak kurslar (bilgisayar kursu, yabancı dil kursu vb.)	387	20,2
	Müzik etkinlikleri	485	25,3
	Konser	998	52,1
	Geziler	1009	52,7
	Sergiler	129	6,7
	Tiyatro etkinlikleri	302	15,8
	Eğlence geceleri	396	20,7
	Edebiyat toplantıları	90	4,7
	Konferans/Kongre/Sempozyum	255	13,3

Öğrencilerin öğrenim gördükleri yerleşkede düzenlenmesi halinde katılmak istedikleri etkinlik türlerini incelediğimizde, ağırlıklı olarak %52,7'sinin gezi, %52,1'inin konser, %39,4'ünün doğa yürüyüşleri ve %34,6'sının spor etkinlikleri cevabını verdikleri görülmektedir (Tablo 4.9).

**Tablo 4.10.** Katılımcıların rekreasyon faaliyetlerine katılımın akademik başarıya etkisine ilişkin görüşlerinin dağılımı.

Değişkenler		n	%	n	%
<b>Akademik Başarıya Etki Durumu</b>	Başarıyı Arttırır	1510	78,9	1915	100
	Başarıyı Düşürür	213	11,1		
	Hiçbir Etkisi Yoktur	192	10		

Tablo 4.10'da rekreasyon faaliyetlerine katılımın akademik başarıya etkisine ilişkin görüşlerin dağılımına baktığımızda, öğrencilerin %78,9'unun başarıyı arttırır, %11,1'inin başarıyı düşürür ve %10'unun hiçbir etkisi yoktur görüşünde oldukları görülmektedir.

**Tablo 4.11.** Katılımcıların serbest zaman etkinliklerinin bıraktığı etki durumlarına ilişkin görüşlerinin dağılımı.

Değişkenler		n	%
Serbest Zaman Etkinliklerinin Bıraktığı Etki Durumu	Dinlendirici buluyorum	752	39,3
	Eğitici buluyorum	646	33,7
	Sosyal statü sağlıyorum	580	30,3
	Farklı yaşantılar buluyorum	333	17,4
	İnsanlarla daha kolay iletişim kurabiliyorum	535	27,9
	Rahatlatıcı ve can sıkıntılarından uzaklaştırıcı	790	41,3
	Çevrem genişliyor	567	29,6
	Eğlenceli/Heyecan verici	685	35,8
	Sağlığıma olumlu etki yapıyor	193	10,1
	Derslerin baskısından kurtuluyorum	342	17,9
	Mutlu edici ve zevk verici	727	38

Tablo 4.11’de öğrencilerde serbest zaman etkinliklerinin bıraktığı etki durumları dağılımında elde edilen bulgular incelendiğinde ağırlıklı olarak %41,3’ünün rahatlatıcı ve can sıkıntılarından uzaklaştırıcı, %39,3’ünün dinlendirici, %38’inin mutlu edici ve zevk verici, %35,8’inin eğlenceli/heyecan verici, %33,7’sinin eğitici bulunduğu, %30,3’ünün sosyal statü sağladığı, %29,6’sının çevresinin genişlediği ve %27,9’unun insanlarla daha kolay iletişim kurabiliyorum cevabını verdikleri tespit edilmiştir.

**Tablo 4.12.** Katılımcıların cinsiyet ile sahip olunan serbest zaman sürelerinin yeterliliği durumları arasındaki ilişkinin dağılımı (Ki-kare testi sonuçları).

Sahip Olunan Serbest Zaman Süresinin Yeterliliği	Cinsiyet						x <sup>2</sup>	P
	Kadın		Erkek		Toplam			
	n	%	n	%	n	%		
Yeterli, İstemem	511	61	327	39	838	100	7,547	0,006
Yetersiz, İsterim	722	67	355	33	1077			
Toplam	1233	64,4	682	35,6	1915			

Tablo 4.12 incelendiğinde, öğrencilerin “sahip olunan serbest zamanlarının yeterli olup olmadığı”na yönelik görüşlerinin cinsiyet değişkeninde fark oluşup oluşmadığını belirlemek amacıyla yapılan ki-kare (chi-square) testi sonucunda, değişkenler arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu tespit edilmiştir (x<sup>2</sup>:7,547, p<0,05).

**Tablo 4.13.** Katılımcıların sahip olunan serbest zaman sürelerinin yeterliliği ile sınıf düzeyi arasındaki ilişkinin dağılımı (Ki-kare testi sonuçları).

Sınıf Düzeyi	Sahip Olunan Serbest Zaman Süresinin Yeterliliği						x <sup>2</sup>	p
	Yeterli, İstemem		Yetersiz, İsterim		Toplam			
	n	%	n	%	n	%		
1. Sınıf	194	39,5	297	60,5	491	100	8,522	0,036
2. Sınıf	200	46,6	229	53,4	429			
3. Sınıf	186	41,5	262	58,5	448			
4. Sınıf ve Üzeri	258	47,2	289	52,8	547			
Toplam	838	43,8	1077	56,2	1915			

Tablo 4.13'e bakıldığında, öğrencilerin "sahip olunan serbest zamanlarının yeterli olup olmadığı"na ilişkin görüşlerinin sınıf düzeyi değişkenine göre farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan ki-kare (chi-square) testi sonucunda, değişkenler arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmektedir (x<sup>2</sup>:8,522, p<0,05).

**Tablo 4.14.** Katılımcıların sahip olunan serbest zaman sürelerinin yeterliliği ile öğrenim görülen lisans programı arasındaki ilişkinin dağılımı (Ki-kare testi sonuçları).

Öğrenim Görülen Lisans Programı Durumu	Sahip Olunan Serbest Zaman Süresinin Yeterliliği					
	Yeterli, İstemem		Yetersiz, İsterim		Toplam	
	n	%	n	%	n	%
Okul Öncesi Öğretmenliği	73	48	79	52	152	100
Biyoloji Öğretmenliği	19	23,2	63	76,8	82	
Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Öğretmenliği	65	42,2	89	57,8	154	
Fizik Öğretmenliği	38	46,3	44	53,7	82	
Ortaöğretim Matematik Öğretmenliği	23	31,9	49	68,1	72	
Fen Bilimleri Öğretmenliği	63	42,6	85	57,4	148	
Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Öğretmenliği	35	44,9	43	55,1	78	
Sosyal Bilgiler Öğretmenliği	86	51,5	81	48,5	167	
Müzik Öğretmenliği	75	44,6	93	55,4	168	
Kimya Öğretmenliği	34	45,3	41	54,7	75	
Türk Dili ve Edebiyatı Öğretmenliği	24	40	36	60	60	
Türkçe Öğretmenliği	59	44	75	56	134	
İlköğretim Matematik Öğretmenliği	97	46,6	111	53,4	208	
Sınıf Öğretmenliği	79	44,1	100	55,9	179	
İngilizce Öğretmenliği	68	43,6	88	56,4	156	
<b>Toplam</b>	838	43,8	1077	56,2	1915	
<b>p</b>	0,034					
<b>x<sup>2</sup></b>	25,080					

Tablo 4.14 verilerine göre, öğrencilerin "sahip olunan serbest zamanlarının yeterli olup olmadığı"na ilişkin görüşlerinin öğrencilerin öğrenim gördükleri lisans

programı değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan ki-kare (chi-square) testi sonucunda, değişkenler arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu tespit edilmiştir ( $\chi^2:25,080$ ,  $p<0,05$ ).

**Tablo 4.15.** Katılımcıların yerleşkelerinde serbest zamanları değerlendirebilmede yeterli tesis ve olanaklara sahip olma durumu ile cinsiyet arasındaki ilişkinin dağılımı (Ki-kare testi sonuçları).

Yerleşkedeki Tesislerin Yeterliliği	Cinsiyet						$\chi^2$	P
	Kadın		Erkek		Toplam			
	n	%	n	%	n	%		
Yeterli	93	66	48	34	141	100	,196	0,906
Yetersiz	763	64,1	427	35,9	1190			
Kısmen	377	64,6	207	35,4	584			
Toplam	1233	64,4	682	35,6	1915			

Tablo 4.15'e bakıldığında, öğrencilerin “yerleşkelerinde serbest zamanları değerlendirebilmede yeterli tesis ve olanaklara sahip olma durumları”na yönelik görüşlerinin cinsiyet değişkenine göre fark oluşup oluşmadığını belirlemek amacıyla yapılan ki-kare (chi-square) testi sonucunda, değişkenler arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmemiştir ( $\chi^2:0,196$ ,  $p>0,05$ ).

**Tablo 4.16.** Katılımcıların yerleşkelerinde serbest zamanları değerlendirebilmede yeterli tesis ve olanaklara sahip olma durumu ile sınıf düzeyi durumları arasındaki ilişkinin dağılımı (Ki-kare testi sonuçları).

Yerleşkedeki Tesislerin Yeterliliği	Sınıf Düzeyi					Toplam
	1. Sınıf	2. Sınıf	3. Sınıf	4. Sınıf ve Üzeri		
Yeterli	n	33	35	32	41	141
	%	23,4	24,8	22,7	29,1	100
Yetersiz	n	316	257	279	338	1190
	%	26,6	21,6	23,4	28,4	100
Kısmen	n	142	137	137	168	584
	%	24,3	23,5	23,5	28,8	100
Toplam	n	491	429	448	547	1915
	%	25,6	22,4	23,4	28,6	100
	p	0,907				
	$\chi^2$	2,132				

Tablo 4.16 incelendiğinde, öğrencilerin “yerleşkelerinde serbest zamanları değerlendirebilmede yeterli tesis ve olanaklara sahip olma durumları”na ilişkin görüşlerinin sınıf düzeyi değişkeninde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek

amacıyla yapılan ki-kare (chi-square) testi sonucunda, değişkenler arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki tespit edilmemiştir ( $\chi^2:2,132, p>0,05$ ).

**Tablo 4.17.** Katılımcıların öğrenim gördükleri lisans programı ile yerleşkelerinde serbest zamanları değerlendirebilmede yeterli tesis ve olanaklara sahip olma durumu arasındaki ilişkinin dağılımı (Ki-kare testi sonuçları).

Öğrenim Görülen Lisans Programı Durumu	Yerleşkedeki Tesislerin Yeterliliği							
	Yeterli		Yetersiz		Kısmen		Toplam	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Okul Öncesi Öğretmenliği	9	5,9	91	59,9	52	34,2	152	100
Biyoloji Öğretmenliği	5	6,1	51	62,2	26	31,7	82	
Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Öğretmenliği	13	8,4	82	53,2	59	38,3	154	
Fizik Öğretmenliği	7	8,5	53	64,6	22	26,8	82	
Ortaöğretim Matematik Öğretmenliği	6	8,3	50	69,4	16	22,2	72	
Fen Bilimleri Öğretmenliği	15	10,1	87	58,8	46	31,1	148	
Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Öğretmenliği	7	9	49	62,8	22	28,2	78	
Sosyal Bilgiler Öğretmenliği	10	6	102	61,1	55	32,9	167	
Müzik Öğretmenliği	12	7,1	105	62,5	51	30,4	168	
Kimya Öğretmenliği	5	6,7	48	64	22	29,3	75	
Türk Dili ve Edebiyatı Öğretmenliği	3	5	40	67,7	17	28,3	60	
Türkçe Öğretmenliği	8	6	82	61,2	44	32,8	134	
İlköğretim Matematik Öğretmenliği	14	6,7	137	65,9	57	27,4	208	
Sınıf Öğretmenliği	20	11,2	119	66,5	40	22,3	179	
İngilizce Öğretmenliği	7	4,5	94	60,3	55	35,3	156	
<b>Toplam</b>	141	7,4	1190	62,1	584	30,5	1915	
<b>p</b>	0,551							
<b><math>\chi^2</math></b>	26,400							

Tablo 4.17'ye bakıldığında, öğrencilerin “yerleşkelerinde serbest zamanları değerlendirebilmede yeterli tesis ve olanaklara sahip olma durumları”na yönelik görüşlerinin öğrencilerin öğrenim gördükleri lisans programı değişkenine göre fark olup oluşmadığını belirlemek amacıyla yapılan ki-kare (chi-square) testi sonucunda, değişkenler arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmektedir ( $\chi^2:26,400, p>0,05$ ).

**Tablo 4.18.** Katılımcıların cinsiyet ile serbest zamanları değerlendirmenin akademik başarıya etkisi durumları arasındaki ilişkinin dağılımı (Ki-kare testi sonuçları).

Serbest Zamanları Değerlendirmenin Akademik Başarıya Etkisi	Cinsiyet						x <sup>2</sup>	P
	Kadın		Erkek		Toplam			
	n	%	n	%	n	%		
Başarıyı artırır	992	65,7	518	34,3	1510	100	10,803	0,005
Başarıyı düşürür	138	64,8	75	35,2	213			
Hiçbir etkisi yoktur	103	53,6	89	46,4	192			
Toplam	1233	64,4	682	35,6	1915			

Tablo 4.18 verilerine göre, öğrencilerin “serbest zamanları değerlendirmenin akademik başarıya etkisi”ne ilişkin görüşlerinin cinsiyet değişkeninde farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan ki-kare (chi-square) testi sonucunda, değişkenler arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu tespit edilmiştir (x<sup>2</sup>:10,803, p<0,05).

**Tablo 4.19.** Katılımcıların öğrenim gördükleri sınıf düzeyi ile serbest zamanları değerlendirmenin akademik başarıya etkisi durumları arasındaki ilişkinin dağılımı (Ki-kare testi sonuçları).

Öğrenim Görülen Sınıf Düzeyi	Serbest Zamanları Değerlendirmenin Akademik Başarıya Etkisi							
	Başarıyı Artırır		Başarıyı Düşürür		Hiçbir Etkisi Yoktur		Toplam	
	n	%	n	%	n	%	n	%
1. Sınıf	374	76,2	71	14,5	46	9,4	491	100
2. Sınıf	348	81,1	40	9,3	41	9,6	429	
3. Sınıf	368	82,1	39	8,7	41	9,2	448	
4. Sınıf ve Üzeri	420	76,8	63	11,5	64	11,7	547	
<b>Toplam</b>	1510	78,9	213	11,1	192	10	1915	
<b>p</b>	0,053							
<b>x<sup>2</sup></b>	12,411							

Tablo 4.19 incelendiğinde, öğrencilerin “serbest zamanları değerlendirmenin akademik başarıya etkisi”ne yönelik görüşlerinin sınıf düzeyi değişkeninde fark oluşup oluşmadığını belirlemek amacıyla yapılan ki-kare (chi-square) testi sonucunda, değişkenler arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı bulunmadığı tespit edilmiştir (x<sup>2</sup>:12,411, p>0,05).

**Tablo 4.20.** Katılımcıların öğrenim gördükleri lisans programı ile serbest zamanları değerlendirmenin akademik başarıya etkisi durumları arasındaki ilişkinin dağılımı (Ki-kare testi sonuçları).

Öğrenim Görülen Lisans Programı Durumu	Serbest Zamanları Değerlendirmenin Akademik Başarıya Etkisi							
	Başarıyı Artırır		Başarıyı Düşürür		Hiçbir Etkisi Yoktur		Toplam	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Okul Öncesi Öğretmenliği	115	75,7	13	8,6	24	15,8	152	100
Biyoloji Öğretmenliği	59	72	13	15,9	10	12,2	82	
Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Öğretmenliği	120	77,9	27	17,5	7	4,5	154	
Fizik Öğretmenliği	65	79,3	5	6,1	12	14,6	82	
Ortaöğretim Matematik Öğretmenliği	59	81,9	6	8,3	7	9,7	72	
Fen Bilimleri Öğretmenliği	122	82,4	22	14,9	2	2,7	148	
Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Öğretmenliği	57	73,1	10	12,8	11	14,1	78	
Sosyal Bilgiler Öğretmenliği	129	77,2	19	11,4	19	11,4	167	
Müzik Öğretmenliği	135	80,4	18	10,7	15	8,9	168	
Kimya Öğretmenliği	55	73,3	8	10,7	12	16	75	
Türk Dili ve Edebiyatı Öğretmenliği	51	85	1	1,7	8	13,3	60	
Türkçe Öğretmenliği	108	80,6	19	14,2	7	5,2	134	
İlköğretim Matematik Öğretmenliği	176	84,6	11	5,3	21	10,1	208	
Sınıf Öğretmenliği	146	81,6	26	14,5	7	3,9	179	
İngilizce Öğretmenliği	113	72,4	15	9,6	28	17,9	156	
<b>Toplam</b>	1510	78,9	213	11,1	192	10	1915	
<b>p</b>	0,000							
<b>x<sup>2</sup></b>	75,519							

Tablo 4.20’ye bakıldığında, öğrencilerin “serbest zamanları değerlendirmenin akademik başarıya etkisi”ne ilişkin görüşlerinin öğrenim görülen lisans programı değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan ki-kare (chi-square) testi sonucunda, değişkenler arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu tespit edilmiştir ( $x^2:75,519$ ,  $p<0,05$ ).

**Tablo 4.21.** Katılımcıların cinsiyet ile yerleşkede serbest zaman etkinliklerine yeterince katılabilme durumları arasındaki ilişkinin dağılımı (Ki-kare testi sonuçları).

Yerleşkede Serbest Zaman Etkinliklerine Yeterince Katılabilme	Cinsiyet						x <sup>2</sup>	P
	Kadın		Erkek		Toplam			
	n	%	n	%	n	%		
Evet, katılabiliyorum	151	59,7	102	40,3	253	100	2,811	0,094
Hayır, katılamıyorum	1082	65,1	580	34,9	1662			
Toplam	1233	64,4	682	35,6	1915			

Tablo 4.21 verilerine göre, öğrencilerin “yerleşkede serbest zaman etkinliklerine yeterince katılıp katılamama durumları”nı belirlemeye yönelik görüşlerinin cinsiyet değişkeninde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan ki-kare (chi-square) testi sonucunda, değişkenler arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı tespit edilmiştir ( $\chi^2:2,811$ ,  $p>0,05$ ).

**Tablo 4.22.** Katılımcıların sınıf düzeyi ile yerleşkede serbest zaman etkinliklerine yeterince katılabilme durumları arasındaki ilişkinin dağılımı (Ki-kare testi sonuçları).

Yerleşkede Serbest Zaman Etkinliklerine Yeterince Katılabilme		Sınıf Düzeyi				
		1. Sınıf	2. Sınıf	3. Sınıf	4. Sınıf ve Üzeri	Toplam
Evet, katılabiliyorum	n	69	61	47	76	253
	%	27,3	24,1	18,6	30	100
Hayır, katılamıyorum	n	422	368	401	471	1662
	%	25,4	22,1	24,1	28,3	100
Toplam	n	491	429	448	547	1915
	%	25,6	22,4	23,4	28,6	100
	p	0,284				
	$\chi^2$	3,797				

Tablo 4.22’ye bakıldığında, öğrencilerin “yerleşkede serbest zaman etkinliklerine yeterince katılıp katılamama durumları”nı belirlemeye yönelik görüşlerinin sınıf düzeyi değişkeninde fark oluşup oluşmadığını belirlemek amacıyla yapılan ki-kare (chi-square) testi sonucunda, değişkenler arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı bulunmadığı görülmektedir ( $\chi^2:3,797$ ,  $p>0,05$ ).

**Tablo 4.23.** Katılımcıların öğrenim gördükleri lisans programı ile yerleşkede serbest zaman etkinliklerine yeterince katılabilme durumları arasındaki ilişkinin dağılımı (Ki-kare testi sonuçları).

Öğrenim Görülen Lisans Programı Durumu	Yerleşkede Serbest Zaman Etkinliklerine Yeterince Katılabilme					
	Evet, Katılabiliyorum		Hayır, Katılamıyorum		Toplam	
	n	%	n	%	n	%
Okul Öncesi Öğretmenliği	16	10,5	136	89,5	152	100
Biyoloji Öğretmenliği	9	11	73	89	82	
Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Öğretmenliği	25	16,2	129	83,8	154	
Fizik Öğretmenliği	11	13,4	71	86,6	82	
Ortaöğretim Matematik Öğretmenliği	7	9,7	65	90,3	72	
Fen Bilimleri Öğretmenliği	15	10,1	133	89,9	148	
Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Öğretmenliği	7	9	71	91	78	
Sosyal Bilgiler Öğretmenliği	24	14,4	143	85,6	167	



**Tablo 4.23'ün Devamı.** Katılımcıların öğrenim gördükleri lisans programı ile yerleşkede serbest zaman etkinliklerine yeterince katılabilme durumları arasındaki ilişkinin dağılımı (Ki-kare testi sonuçları).

Öğrenim Görülen Lisans Programı Durumu	Yerleşkede Serbest Zaman Etkinliklerine Yeterince Katılabilme					
	Evet, Katılabiliyorum		Hayır, Katılamıyorum		Toplam	
	n	%	n	%	n	%
Müzik Öğretmenliği	27	16,1	141	83,9	168	100
Kimya Öğretmenliği	7	9,3	68	90,7	75	
Türk Dili ve Edebiyatı Öğretmenliği	6	10	54	90	60	
Türkçe Öğretmenliği	23	17,2	111	82,8	134	
İlköğretim Matematik Öğretmenliği	30	14,4	178	85,6	208	
Sınıf Öğretmenliği	20	11,2	159	88,8	179	
İngilizce Öğretmenliği	26	16,7	130	83,3	156	
<b>Toplam</b>	253	13,2	1662	86,8	1915	
<b>p</b>	0,524					
<b>x<sup>2</sup></b>	13,033					

Tablo 4.23 incelendiğinde, öğrencilerin “yerleşkede serbest zaman etkinliklerine yeterince katılıp katılamama durumları”nı belirlemeye ilişkin görüşlerinin öğrenim görülen lisans programı değişkenine göre farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan ki-kare (chi-square) testi sonucunda, değişkenler arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı tespit edilmiştir ( $x^2:13,033$ ,  $p>0,05$ ).

## 5. TARTIŞMA

Öğrencilerin serbest zaman kavramına ilişkin görüşlerinin ve serbest zamanları değerlendirme biçimlerinin incelenmesine yönelik yapılan bu çalışmada, elde edilen veriler analiz edilmiş ve analiz sonuçlarına bulgular başlığında yer verilmiştir. Bu bölümde elde edilen bulgular tartışılarak yorumlanmaya çalışılmıştır.

Katılımcıların günde kaç saat serbest zamanlarının kalıp kalmadığı durumu ile ilgili bulgular incelendiğinde, %48,1'inin 3-4 saat serbest zamanı kaldığı yönünde görüş bildirilmiştir. Katılımcıların %56,2'sinin serbest zaman sürelerinin yetersiz olduğu doğrultusunda görüş bildirdiği görülmektedir (Tablo 4.3). Bu sorulara verdikleri cevaplarla katılımcılara günde 3-4 saat serbest zaman süresinin yetmediği söylenebilir. Literatürde yer alan bazı çalışmaların sonuçları da araştırmamızın sonuçlarıyla kısmen örtüşmektedir. Örneğin, Öksüz (2012)'ün yaptığı çalışmada öğrencilerin serbest zaman etkinliklerine ağırlıklı olarak günde 1-2 saat ve 3-4 saat ayırabildiklerini belirtmiştir. Balcı (2003)'nın yaptığı çalışmada da katılımcıların %85,2'sinin günde 1-3 saatlerini serbest zaman etkinliklerine ayırabildikleri sonucu ortaya çıkmıştır.

Katılımcıların serbest zaman etkinliklerine ne kadar zaman ayırabildikleri ile ilgili dağılıma bakıldığında, yaklaşık olarak haftada; %33,7'sinin 2 gün, %24,3'ünün 3 gün vakit ayırdıkları tespit edilmiştir (Tablo 4.4). Balcı (2003) tarafından yapılan çalışma da bizim çalışmamızda ortaya çıkan bu sonucu desteklemektedir. Bu çalışmada katılımcılar, katıldıkları etkinliklere haftada 2-3 gün zaman ayırdıklarını belirtmişlerdir. Bu sonuç serbest zaman etkinliklerine katılımın daha çok hafta sonları olduğunu düşündürmektedir.

Tablo 4.6'daki bulgular incelendiğinde, katılımcıların %62,1'inin yerleşkelerindeki tesisleri yetersiz buldukları ve serbest zamanlarını daha çok yerleşke dışında geçirdikleri görülmektedir. Literatürde yer alan bazı çalışmaların sonuçları da araştırmamızın sonuçlarıyla aynı doğrultudadır. Örneğin, Eroğlu (2001) araştırmasında 5 farklı üniversitedeki katılımcılar (Muğla Üniversitesi %46,5; Ege

Üniversitesi %34,4; Dokuz Eylül Üniversitesi %40,6; Celal Bayar Üniversitesi %35,3; Balıkesir Üniversitesi %48,3) ağırlıklı oranlarda üniversitelerinde yardımcı imkan ve ortam olmadığını belirtmişlerdir. Zengin ve arkadaşları (2001)'nin yaptıkları çalışmada da katılımcıların %67,1'inin rekreasyonel etkinliklere katılmadığı belirlenmiştir. Rekreatif etkinliklere istediği ölçüde katılmadığını belirten katılımcıların bu faaliyetlere katılmama nedenleri incelendiğinde, elde edilen bulgular ışığında ağırlıklı olarak en çok oranı bulunan çevrede tesis, araç-gereç olamaması yer almaktadır. Kaya (2011) tarafından yapılan çalışmada, katılımcıların üniversitedeki tesis ve olanakları %91,9 gibi yüksek bir oranda yeterli bulmadığı sonucu saptanmıştır. Katılımcıların yerleşkelerindeki tesislerin durumu ve serbest zamanları değerlendirme yer durumlarını gözönünde bulundurursak, bu bağlamda tesisleşme, mevcut tesislerin iyileştirilmesi, araç-gereç ve malzeme vb. tedarigi yapıp öğrencilerin rekreasyonel talep ve beklentileri doğrultusunda çeşitli etkinlikler düzenlenerek onların beklentilerine cevap verilebilir. Balcı (2003)'ya göre, gençlerin rekreatif etkinliklere dahil olmasına yönelik organizasyonların yapılmasında en büyük sorumluluk üniversitelere düşmektedir. Üniversiteler, bünyelerinde yetiştirdikleri öğrencileri meslek sahibi olmak üzere yetiştirmenin yanı sıra onların yaşamın farklı alanlarında da kendilerini gerçekleştirmelerine zemin hazırlamalılardır.

Katılımcıların serbest zaman etkinliklerine %86,8'inin yeterince katılmadıkları cevabını verdikleri görülmektedir. Serbest zaman etkinliklerine yeterince katılmama nedenlerine baktığımızda, ağırlıklı olarak derslerin yoğunluğundan ve tesislerin yetersizliğinden olduğu tespit edilmiştir (Tablo 4.8). Aslan ve Karaküçük (1997)'ün yaptıkları çalışmaya göre, devlet yurdunda kalan bayan öğrencilerin yurttaki etkinliklere %96,1 gibi çok yüksek oranda katılmadıkları görülmektedir. Katılmama nedenlerine baktığımızda ise, bizim çalışmamızdan farklı olarak yurttaki istedikleri türde etkinlik olmadığından cevabını verdikleri görülmektedir. Bu farklılığın sebebi olarak bizim araştırmamızın derslerin yoğun olduğu eğitim fakültesinde, Aslan ve Karaküçük (1997)'ün yaptığı çalışmanın ise, rekreatif etkinliklere daha fazla zaman ayrılabilir yurt ortamında yapılması gösterilebilir. Güngörmüş ve arkadaşları (2006)'nin yaptıkları çalışmada, araştırmaya katılan öğretim elemanlarının %43,7'si serbest zaman etkinliklerine yeterince katılmadıklarını bildirmişlerdir. Bunun nedeni olarak, %23,8'inin araç-gereç yetersizliği, %16,6'sının ise ekonomik durum sebebiyle ortaya çıktığını

belirtmişlerdir. Karaküçük ve Gürbüz (2007)'ün yapmış olduğu çalışmada katılımcıların çoğunun serbest zaman etkinliklerine yeterince katılamamalarının, tesislerin yetersizliği, tesislerin kalitesi ve erişebilirliği, serbest zaman kısıtlılığı gibi nedenlerden kaynaklandığını ortaya koymaktadır. Yavuz ve arkadaşları (2018)'nin yaptığı çalışmada "hemşirelerin" büyük bir çoğunluğunun serbest zaman etkinliklerine yeterince katılamadıkları görülmektedir. Bunun sebebi olarak ise yaşanan ildeki etkinliklere katılmayı teşvik edici tesis ve araç-gereç yokluğu, çalışma şartları ve ekonomik durumun yetersizliği olarak gösterilmiştir.

Katılımcıların öğrenim gördükleri yerleşkede düzenlenmesi halinde katılmak istedikleri etkinlik türlerine baktığımızda ağırlıklı olarak %53'ünün gezi, %52'sinin konser, %39'unun doğa yürüyüşleri ve %35'inin spor etkinlikleri cevabını verdikleri görülmektedir (Tablo 4.9). Bu bağlamda, çalışmaya katılan katılımcıların serbest zamanlarını daha çok yerleşke dışında, eğlence ve spor odaklı geçirme eğiliminde oldukları söylenebilir. Ayrıca öğrencilerin ilgi ve istekleri doğrultusunda etkinlikler düzenlenirse rekreasyonel etkinliklere katılım artabilir. Aslan ve Karaküçük (1997)'ün yapmış oldukları çalışmada da Yüksek Öğrenim Kredi ve Yurtlar Kurumu'nda kalan bayan öğrenciler, yurt bünyesinde imkan sağlanırsa en fazla olarak geziler, tiyatro etkinlikleri, film gösterileri, doğa yürüyüşleri ve konserleri tercih etmekle beraber, etkinliğin çeşidi ne olursa olsun, yurtlarda her türlü etkinliğin bulunmasını istedikleri ve bu etkinliklere katılma eğiliminde oldukları belirlenmiştir.

Katılımcıların rekreasyon faaliyetlerine katılımın akademik başarıya etkisine ilişkin görüşlerinin dağılımına baktığımızda %78,9'unun başarıyı arttırdığı görüşünde olduğu görülmektedir (Tablo 4.10). Bu bağlamda öğrencilerin rekreasyonel faaliyetlere katılma eğilimleri arttıkça akademik başarının da arttığı düşünülmektedir. Aslan ve Karaküçük (1997), Tekin ve diğ. (2008), Sabbağ ve Aksoy (2011), Öksüz ve Özmaden (2016),'nin yaptıkları çalışmalarda da rekreasyonel faaliyetlere katılımın akademik başarıyı arttırdığı görüşü çalışmamızı destekler niteliktedir.

Araştırmamızdaki katılımcılar üzerinde serbest zaman etkinliklerinin bıraktığı etki durumları dağılımları incelendiğinde, ağırlıklı olarak serbest zaman etkinliklerini rahatlatıcı ve can sıkıntılarından uzaklaştırıcı, dinlendirici, mutlu edici ve zevk verici buldukları tespit edilmiştir (Tablo 4.11). Güngörmüş ve arkadaşları (2006)'nin

yaptıkları çalışmada, katılımcıların %24,8'i serbest zaman etkinliklerine, dinlendirici olduğu ve %18,4'ü ise sağlığına olumlu etki yaptığını düşündüğü için katıldığını belirtmiştir. Yavuz ve arkadaşları (2018)'nin yaptığı çalışmada, "hemşirelerin" herhangi bir serbest zaman etkinliğine katıldıktan sonra dinlendiğini ve rahatladığını, iş stresinin azaldığını, iş veriminin arttığını, işini severek yaptığını, işinden daha fazla keyif aldığını ve iş doyumunu arttığını hissettikleri görülmüştür. Bu bağlamda serbest zaman etkinliklerinin katılımcılar üzerinde olumlu yönde etki bıraktığı söylenebilir.

## 6. SONUÇ ve ÖNERİLER

Öğrencilerin serbest zaman kavramına ilişkin görüşlerinin ve serbest zamanları değerlendirme biçimlerinin incelenmesine yönelik yapılan bu çalışmada elde edilen bulgular değerlendirilmiş ve bu bulgulardan yola çıkılarak bir takım sonuçlara ulaşılmıştır. Ortaya çıkan bu sonuçlar hipotezlerimizi de destekler niteliktedir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin genellikle günde 3-4 saat serbest zamanlarının kaldığı ve serbest zaman sürelerinin yetersiz olduğu görülmektedir. Katılımcıların cinsiyet, sınıf düzeyi ve öğrenim görülen lisans programı durumları ile sahip olunan serbest zaman sürelerinin yeterlilik durumu arasında anlamlı bir ilişki tespit edildiğinden cinsiyet, sınıf düzeyi ve öğrenim görülen lisans programı değişkenlerinin öğrencilerin serbest zaman sürelerinin yeterlilik durumunu değiştirmede etkilidir, denilebilir. Öğrenciler serbest zaman etkinliklerine ağırlıklı olarak yaklaşık günde 1-2 ve 3-4 saat zaman ayırabildikleri, yaklaşık haftada ise 2 ve 3 gün zaman ayırabildikleri tespit edilmiştir.

Katılımcıların büyük bir çoğunluğu yerleşkelerinde serbest zamanları değerlendirebilmek için yeterli tesis ve olanığın olmadığını düşünmektedirler. Öğrencilerin yerleşkelerinde serbest zamanları değerlendirebilmede yeterli tesis ve olanaklara sahip olma durumu ile cinsiyet, sınıf düzeyi ve öğrenim görülen lisans programı arasındaki ilişki incelenmiş ve anlamlı bir ilişki olmadığı tespit edilmiştir. Katılımcıların serbest zamanlarını daha çok yerleşke dışında ve genellikle, şehir içindeki mekanlarda vakit geçirerek, sinema ve tiyatro gibi aktivitelere katılarak değerlendirdikleri görülmektedir. Yerleşke içinde ise, daha çok yerleşke içi yeşil alanlarda, fakülte kantininde, kütüphanede ve açık-kapalı spor alanlarında serbest zaman faaliyetlerine katıldıkları görülmektedir.

Öğrencilerin serbest zaman etkinliklerine yeterince katılmadıkları görülmüştür. Yerleşkede serbest zaman etkinliklerine yeterince katılıp katılmama durumları ile cinsiyet, sınıf düzeyi ve öğrenim görülen lisans programı arasındaki ilişki

incelenmiş ve anlamlı bir ilişki olmadığı tespit edilmiştir. Katılmama nedenleri genellikle derslerin yoğunluğu ve tesislerin yetersizliği olarak tespit edilmiştir. Serbest zaman etkinliklerine katılma nedenleri olarak ise, eğlenmek, birşeyler öğrenmek, rahatlamak, günlük stresi azaltmak ve arkadaşlarla birlikte olabilmek sonucu ortaya çıkmıştır.

Katılımcıların öğrenim gördükleri yerleşkede düzenlenmesi halinde katılmak istedikleri etkinlik türleri genel olarak, geziler, konser, doğa yürüyüşleri ve spor etkinlikleri olarak görülmüştür.

Katılımcıların serbest zamanları değerlendirilmesinin akademik başarıyı arttırdığı görüşünde oldukları tespit edilmiştir. Katılımcıların cinsiyet ve öğrenim görülen lisans programı ile serbest zamanları değerlendirilmesinin akademik başarıya etki durumları arasında anlamlı bir ilişki tespit edildiğinden cinsiyet ve öğrenim görülen lisans programı değişkenlerinin öğrencilerin serbest zamanları değerlendirilmesinin akademik başarıları üzerinde etkilidir, denilebilir. Bu bağlamda sosyalleşme düzeyi arttıkça akademik başarının pozitif yönde etkilendiği söylenebilir. Sınıf düzeyi ile serbest zamanların akademik başarıya etki düzeyi arasındaki ilişki incelenmiş ve anlamlı bir ilişki olmadığı tespit edilmiştir. Bu sonuca göre sınıf düzeyi arttıkça serbest zamanların akademik başarıya etkisine yönelik görüşlerin olumlu yönde değiştiği söylenebilir. Farklı bölgelerden gelen 1. sınıf öğrencilerinin üniversite ortamına adaptasyon sürecinde olduklarından, 4. sınıf öğrencilerinin ise üniversite ortamını daha iyi bilmelerinden dolayı böyle bir sonuca varıldığı düşünülmektedir.

Araştırmaya katılan öğrencilerde serbest zaman etkinliklerinin bıraktığı etki durumlarına baktığımızda genel olarak rahatlatıcı ve can sıkıntılarından uzaklaştırıcı, dinlendirici, mutlu edici ve zevk verici, eğlenceli/heyecan verici etkisi olduğu görülmektedir.

Araştırma sonucunda elde edilen bulgular doğrultusunda, bu alanda çalışan araştırmacılara aşağıda belirtilen önerilerde bulunulabilir:

- Öğrencilerin serbest zamanlarını daha aktif, etkin ve çok çeşitli aktivitelerle değerlendirebilmeleri için üniversite yerleşkelerinde sunulan olanaklar gözden geçirilmeli ve öğrencilerin enerjilerini olumlu yönde harcamalarını sağlamak için onların beklenti ve taleplerine cevap verici önlemler alınabilir.

- Öğrenciler için düzenlenen kurs ve seminerlerde serbest zamanın kullanımı ve önemi, serbest zaman etkinliklerine (Rekreasyon) katılım konularına ağırlık verilmeli ve üzerinde önemle durulmalıdır.

- Bu çalışma, sadece üniversitede öğrenim gören öğrenciler üzerinde yapılmıştır; farklı kurum ve kuruluştaki bireylere de uygulanıp farklılıklar ele alınabilir.



## KAYNAKLAR

Abadan N. Türk üniversite öğrencilerinin serbest zaman faaliyeti, boş zamanları değerlendirme semineri. *Halk Sağlığı Eğitim Komitesi Yayını*, İstanbul, 1966:28-31.

Açıkada C, Ergen E. *Bilim ve Spor*. Ankara, 1990:19.

Albay M. *Zamanı Değerlendirmek*. İstanbul, 2000:26-38.

Alaylıoğlu R, Oğuzhan F. *Zaman, Ansiklopedik Eğitim Sözlüğü*. İstanbul, 1968:38.

Anhalt L. Worksite health promotion programs: Before and after president clinton's proposed health care reform, research, theory, and practice. *Wellness Perspectives*, 1994, 10(4):26-38.

Arabacı R, Çankaya C. Beden eğitimi öğretmenlerinin fiziksel aktivite düzeylerinin araştırılması. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2007, XX(1): 1-15.

Aslan S, Karaküçük S. Devlet yurtlarında kalan bayan öğrencilerin rekreasyonel sorunları (Ankara ili örneği). *Beden Eğitimi ve Spor Bilimler Dergisi*, 1997, 2(3):51-71.

Ateş B. Ev Hanımlarında Fiziksel Kapasite ve Yaşam Kalitelerinin Değerlendirilmesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Rekreasyon Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Muğla: Muğla Üniversitesi, 2009.

Baud-Bovy M, Lawson F. *Tourism and Recreation: Handbook of Planning and Design*. Oxford: Architectural Press, 1998:16.

Bayer MZ. *Turizme Giriş*. Yayın no 146, İstanbul, İşletme İktisadi Enstitüsü Yayınları, 1992:14.

Bayer MZ. Memleketimizde tabiatı koruma ve rekreasyon, çalışma ve çalışma dışı zamanın planlanması semineri. *ODTÜ Yayınları*, Ankara,1974:49-81.

Bahar HH. Eğitim Fakültesi öğrencilerinin çeşitli televizyon programlarını izleme süresinin cinsiyet ve sınıf seviyesine göre değerlendirilmesi (Erzincan Eğitim Fakültesi örneği). *Erzincan Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2007, 9(1).

Balcı V. Ankarada'ki Üniversite öğrencilerinin boş zaman etkinliklerinin katılımlarının araştırılması. *Ankara Milli Eğitim Dergisi*, 2003, 158:1-9.

Beyer E. *Dictionary of Sport Science*. Schorndorf: Verlag Karl Hofmann, 1987:14.

Broadhurst R. *Managing Environments for Leisure and Recreation*. 1nd ed. London, GBR Routledge, 2001:13-14.

Bucher AC. *Foundations of Physical Education*. St. Louis, Toronto, London, The Mosby Company, 1972:35-37.

Bulca A. Çalışma dışı zamanın boyutları, çalışma ve çalışma dışı zamanın planlanması seminer sonuçları raporu. *ODTÜ Yayınları*, Ankara,1979:24.

Butler GD. *Introduction to Community Recreation*. 4nd ed. New York, Mc Graw-Hill Book Company, 1968.

Cooper CL, Cartwright S. Stress-management interventions in the workplace: Stress Counselling and Stress Audits. *British Journal of Guidance and Counselling*, 1994, 22(1): 65-73.

Coleman R, Barries G. İçinde: *Yöneticinin Kılavuzu*, (Çeviri editörü). Harmancı M. İstanbul, Remzi Kitabevi, 2000:206.

Crawford D, Godbey G. Reconceptualizing barriers to family leisure. *Leisure Sciences*, 1987, 9: 119-127.

Cordes KA, İbrahim HM. *Applications in Recreation & Leisure, For Today and Future*. 2nd ed. Boston, McGraw-Hill Companies, 1999:36.

Curtis JE. *Recreation Theory and Practice*. St. Louis, Toronto, London: The Mosby Company, 1979:20-22.

Çelikkaleli Ö, Gökçakan N, Çapri B. Lise öğrencilerinin bazı psikolojik ihtiyaçlarının cinsiyet, okul türü, anne ve baba eğitim düzeyine göre incelenmesi. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2005, XVIII (2): 245-268.

Çoruh Y. Üniversite Öğrencilerinin Rekreatyonel Eğilimleri ve Rekreatyonel Etkinliklere Katılımına Engel Olan Faktörler (Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi Örneği). Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Doktora Tezi, Ankara: Gazi Üniversitesi, 2013.

Demir C. Demografik özellikler ile sağlanan imkânların sportif faaliyet tercihleri üzerine etkileri. Üniversite Gençliğine Yönelik Bir Uygulama. 1. Gençlik, Boş Zaman ve Doğa Sporları Sempozyumu, Ankara, Türk Hava Kurumu Basım Evi İşletmeciliği, 2003.

Demir Ö, Acar M. *Sosyal Bilimler Sözlüğü*. İstanbul, Ağaç Yayınları, 1992:49.

Diener E. Subjective Well-Being. *American Psychologist*, 2000, 55(1): 34-39.

Doğan İ. *Sosyoloji: Kavramlar ve Sorunlar*. 5. Baskı, İstanbul, Pegem A Yayıncılık, 2002:35-38.

Dumazedder J. *Sociology of Leisure*. New York, Elsevier, 1974:23-26.

Emir E, Gürbüz B, Öncü E. Rekreatyonel egzersize katılımı engelleyen ve güdüleyen faktörlerin algılanmasındaki farklılıklar. 13. International Sport Sciences Congress, Konya, 2014.

Erbesler A. *İşgücünün Zaman Kullanımı ve İş Verimliliğini Etkileyen Sosyo-Ekonomik Faktörler*. Ankara, Milli Prodüktivite Merkezi Yayınları, 1987:39-42.

Eren E. *Yönetim ve Organizasyon*. 4. Baskı, İstanbul, Beta Basım Yayım, 1998:39.

Ergin G. Bos zamanları değerlendirme eğitimi ve planlaması, çalışma dışı zamanın planlanması seminer sonuçları raporu. *ODTÜ Yayınları*, Ankara,1973:26.

Eroğlu M. Üniversitelerdeki Sağlık, Kültür ve Spor Dairesi Başkanlıklarının Yönetim Yapısı ve İşlevliği. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi. Muğla: Muğla Üniversitesi, 2001.

Gedik N. Gençliğin bos zamanları değerlendirmesi sorunları. *Tüm Hemsireler Dergisi*, 1985: 35.

Gülbahçe Ö. Boş Zamanları Değerlendirme Alışkanlıkları (Türkiye Örneği). Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi. Erzurum: Atatürk Üniversitesi, 1996.

Gültekin E. Serbest Zaman Etkinlikleri İçinde Müzikli Etkinliklerin Yeri (Sakarya Mahallesi Örneği). Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Sakarya: Sakarya Üniversitesi, 2008.

Güngörmüş HA. Özel Sağlık-Spor Merkezlerinden Hizmet Alan Bireyleri Rekreatyonel Egzersize Güdüleyen Faktörler. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Doktora Tezi. Ankara: Gazi Üniversitesi, 2007.

Güngörmüş HA, Yetim AA, Çalık C. Ankaradaki beden eğitimi ve spor öğrenimi veren yüksek öğretim kurumlarında görev yapan öğretim elemanlarının boş zamanlarını değerlendirme biçimlerinin araştırılması. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 2006, 14(2):653-666.

Gürbüz B. Kentsel Yaşam Sürecinde Rekreatyonel Katılım Sorunları. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Doktora Tezi, Ankara: Gazi Üniversitesi, 2006.

Hacıoğlu N, Gökdeniz A, Dinç Y. *Boş Zaman ve Rekreatyon Yönetimi*. Ankara, Detay Yayıncılık, 2003:33-38.

Harris D. *Concepts in Leisure Studies*. London, Sage Publications, 2005:24-25.

Henderson KA, Bialeschki DM, Shaw SM, Freysinger VJ. Both Gains and gaps: Feminist perspectives on women's leisure. State Colege: *Venture Publisng*, 1996:25-27.

Horner S. Swarbrooke J. *Leisure Marketing a Global Perspective*. Elsevier. GB, 2006:23.

Hoye R, Smith A, Westerbeek H, Stewart B, Nicholson M. *Sport Management, Principles and Applications*. Elsevier. GB, 2006:16.

İkizler HC. *Spor Sağlık ve Motivasyon*. I. Baskı, İstanbul, Alfa Yayınları, 2002:25.

İlhan A, Balcı V. Türkiye'deki üniversite öğrencilerinin rekreatif etkinliklere katılım düzeylerinin belirlenmesi. 10. ICHPER-SD Avrupa Kongresi ve 8. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, Antalya, 2004, Kongre Bildiri Özetleri Kitabı:45-47.

Jensen CR, Naylor J. *Opportunities in Recreation and Leisure Careers*. USA: Contemporary Publishing Company, 1999:36-38.

Jensen CR. *Outdoor Recreation in America*. 5nd ed. USA, Human Kinetics, 1995:35.

Kaba İC. Türkiye'deki Üniversitelerde Kampüs Rekreasyonu'nun Mevcut Durumu ve Kampüs Rekreasyon Modellemesi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Marmara Üniversitesi, 2017.

Karadağ A, Cicioğlu İ, Balin M, Yavuzkır M. Aerobik Egzersiz Programının Kardiyak Rehabilitasyon ve Koroner Risk Faktörlerine Etkisi. *Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 2007, 21(5): 203-210.

Karaküçük S. *Rekreasyon: Boş Zamanları Değerlendirme*. 6. Baskı, Ankara, Gazi Kitabevi, 2008:21-22.

Karaküçük S, Gürbüz B. *Rekreasyon ve Kent(li)leşme*. Ankara, Gazi Kitabevi, 2007:107.

Karaküçük S, Başaran Z. Stresle başaçıkma da rekreasyon faktörü. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 1996; 1(4): 55-64.

Karaküçük S, Ekenci G. Okulların Boş Zamanları Değerlendirme (Rekreasyon) Eğitimindeki Rolü. *Milli Eğitim Dergisi*, 1995, 128: 62-66.

Kaya AM. Üniversite Öğrencilerinin Rekreatif Faaliyetlere Yönelik Tutumları ve Boş Zaman Motivasyonlarının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. Sağlık Bilimler, Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Sivas: Sivas Cumhuriyet Üniversitesi, 2011.

Kenan K. *Zamanı Doğru Kullanma*. Seri 5-6, İstanbul, Remzi Kitapevi, 1992:29-30.

Kılbaş Ş. *Rekreasyon*. 1. Baskı, Adana, Anaca Yayınları, 2001:14-149.

Kır İ. Yüksek Öğretim Gençliğinin Boş Zaman Etkinlikleri: Ksü Örneği. *Elazığ Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 2007, 17(2): 307-328.

Koçer İLA. *Eğitim Tarihi*. Ankara, Ankara Üniversitesi Yayını, 1977:35-36.

Kraus GR. *Recreation Today: Program Planning and Leadership*. 2nd ed. California, USA, Goodyear Publishing Company, 1977:22.

Koçak S. Perceived barriers to exercise among university members. *Journal of the International Council for Health Physical Education, Recreation, Spor and Dance*, 2005, 41(1): 34-36.

Küçük S. Ortaöğretim Öğrencilerinin Kişilik Özellikleri ile Spora Katılımları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Trabzon: Karadeniz Teknik Üniversitesi, 2012.

Leighfield M. 2001 Yılında Boş Zaman: “Boş Zaman Toplumu” için bilgi. Demiray U (Çev), *Aylık Turizm ve Kültür-Sanat Dergisi*, 1990, 1(3-4):7-10.

Lynch R, Veal AJ. *Australian Leisure*. South Melbourne: Addison Wesley Longman, 1996:30.

Madrigal R. Measuring the Multi-dimensional Nature of Sporting Event Performance Consumption. *Journal of Leisure Research*, 2006, 38(3): 267-292.

Maslow AH. *Motivation and Personality*. 2nd ed. New York, Harper&Row, 1970:32.

Masteralexis LP, Barr CA, Hums MA. *Principles and Practice of Sports Management*. Maryland, Apsen Publication, 2005:23.

Mutlu, İ. Egzersiz Yapan Kişilerin Boş Zamanlarına Yönelik Tutumları Üzerine Bir Araştırma (Kayseri ili örneği). Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Niğde: Niğde Üniversitesi, 2008.

Mutlutürk N. Yükseköğrenim Gençliğinin Bos Zamanını Değerlendirme Aracı Olarak Spor (Ege ve Selçuk Üniversitesi Örneği). Doktora Tezi, İzmir: Ege Üniversitesi, 1986.

Okuyucu C, Ramazanoğlu F. Dünyadaki değişimin bos zaman faaliyetlerine etkileri. 9. Uluslar arası Spor Bilimleri Kongresi, Muğla, 2006, *Kongre Bildiri Özetleri Kitabı*:74-75.

Öksüz E, Özmaden M. The Research on the Determination of Evaluation Leisure Time Activities Problems of the Students who Stay Both Balıkesir KYK and The Special Hostels. *Journal of Physical Education & Sports Science/Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2016, 10(1).

Öksüz E. Yüksek Öğrenim Kredi ve Yurtlar Kurumu ile Özel Yurtlarda İkamet Eden Öğrencilerin Boş Zaman Faaliyetlerinin Değerlendirilmesi (Balıkesir İli Örneği). Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Balıkesir: Balıkesir Üniversitesi, 2012.

Özmaden M. Yüksek Öğrenim Kredi ve Yurtlar Kurumunda İkamet Eden Öğrencilerin Boş Zaman Faaliyetlerini Değerlendirme Sorunları Üzerine Bir Araştırma (Çanakkale İli Örneği). Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Gazi Üniversitesi, 1997.

Özşaker M. Gençlerin serbest zaman aktivitelerine katılamama nedenleri üzerine bir inceleme. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 2012, 14(1):126-131.

Parr MG, Lashua BD. What is leisure? The perception of recreation practioners and others. *Leisure Sciences*, 2004, 26: 1-17.

Sabbağ Ç, Aksoy E. Üniversite öğrencileri ve çalışanların boş zaman etkinlikleri (Adıyaman örneği). *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 2011, 3(4): 10-23.

Sevil T, Şimşek KY, Katırcı H, Çelik OV, Çeliksoy MA. *Boş Zaman ve Rekreasyon Yönetimi*. 1. Baskı, Eskişehir, Anadolu Üniversitesi Yayını, 2012:26.29.

Shinn G. İçinde: *Motivasyonun Mucizesi*, Kaplan U, (Çeviri editörü), 8. Baskı, İstanbul, Sistem Yayıncılık, 2004:32-33.

Shinew KJ, Floyd MF, Parry D. Understanding the relationship between raceand leisure activities and constraints: *Exploring an Alternative Framework*. *Leisure Sciences*, 2004, 26: 181-199.

Stebbins RA. Choice and experiential definitions of leisure. *Leisure Sciences*, 2005, 27(4): 349-352.

Şahin HM. *Beden Eğitimi ve Spor Sözlüğü*. İstanbul, Morpa Kültür Yayınları; 2005:35.

Şama E. Öğretmen adaylarının çevre sorunlarına yönelik tutumları. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2003, 23(2): 99-110.

Tekin M, Yıldız M, Akyüz M, Uğur OA. Karaman yükseköğrenim kredi ve yutlar kurumunda kalan üniversite öğrencilerinin rekreatif etkinliklere katılım ve bekletilerinin incelenmesi. *Erzincan Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2008, 9(1), 121-135.

Tezcan M. Ülkemizde Orta öğrenim gençliği açısından boş zamanların değerlendirilmesi. *Türk Dili* 1985; XVIII (398): 117-119.

Tezcan M. Sosyolojik Açıdan Boş Zamanların Değerlendirilmesi, *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Yayınları*, 1982:116.

Torkildsen G. *Leisure and Recreation Management*. 4nd ed. London, E&FN Spon Press, 1999:43-44.

Türk Dil Kurumu. *Türkçe Sözlük*. Ankara, TDK Yayını, 1982:34-35.

Uğurlu MF. Üniversite Öğrencilerinin Sportif Faaliyetlere Katılım Düzeyi ile Sosyal Uyum ve İletişim Becerilerinin İncelenmesi (Adıyaman İli Örneği). Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi,. Gaziantep: Gaziantep Üniversitesi, 2012.

Yavuz AY, Çelik İ, Bakır S. Hemşirelerin boş zaman etkinliklerine katılma durumları ve etkileyen faktörlerin belirlenmesi. *Ankara Medical Journal*, 2018, 18(1):40-51, doi:10.17098/amj.408956.

Yetim AA. *Sosyoloji ve Spor*. İstanbul, Morpa, 2005:137.

Yörükoğlu A. *Çocuk Ruh Sağlığı*. 3. Baskı, Ankara, TGB Kültür Yayınları, 1980:5.

Zengin E, Sertbaş K, Kolayış H. Kocaeli üniversitesi beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin boş zaman profilleri ve raket sporlarına gösterdikleri ilgi düzeylerinin araştırılması. *Spor Yönetimi ve Bigi Teknolojileri Dergisi*, 2001, 1(1):17-28.

## EK-1. ÖZGEÇMİŞ

<b>KİŞİSEL BİLGİLER</b>	
Adı Soyadı	: Gönül ÖKSÜZ
Doğum tarihi	: 24.04.1988
Doğum yeri	: Uzunköprü
Medeni hali	: Evli
Uyruğu	: T.C.
Adres	: Atatürk Mah. 2. Hürriyet Sk. No:15 Kat:1 Karesi / BALIKESİR
Tel	: 5438611961
E-mail	: gnlkvcn@gmail.com
<b>EĞİTİM</b>	
Lise	: Muzaffer Atasoy Anadolu Lisesi Uzunköprü/EDİRNE (2002-2006)
Lisans	: Balıkesir Üniversitesi Necatibey Eğitim Fakültesi Sınıf Öğretmenliği Eğitimi (2006-2010)
Yüksek lisans	: Balıkesir Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı (2011-devam ediyor)
<b>YABANCI DİL BİLGİSİ</b>	
İngilizce	:



## EK-2. ANKET FORMU

### ANKET FORMU

#### Değerli Katılımcı;

Elinizde bulunan bu anket formu Balıkesir Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Yüksek Lisans Programı dâhilinde gerçekleştirmeye çalıştığımız “**Eğitim Fakültesi Öğrencilerinin Rekreatif Etkinliklere Katılım Düzeylerinin İncelenmesi (Balıkesir Üniversitesi Örneği)**” başlıklı yüksek lisans bitirme tezi amacıyla hazırlanmıştır. Elde edilen veriler sadece bu araştırma kapsamında kullanılacaktır. Vereceğiniz samimi cevaplarınız için teşekkür eder, saygılar sunarız.

**Serbest Zaman:** Bireyin çalışma saatleri ve zorunlu olarak kendisine ayracağı zamanın dışında kalan, özgürce kullanabilme ve seçme şansına sahip olduğu bir zaman dilimidir.

**Serbest Zamanları Değerlendirme (Rekreasyon):** Bireylerin serbest zamanlarında gönüllü olarak katıldıkları ve kişisel olarak doyum sağladıkları aktivitelerdir.

1. **Cinsiyetiniz:**  Kadın  Erkek
2. **Yaşınız:**  17-20  21-23  24-26  27 ve Üzeri
3. **Geldiğiniz Bölge:**  Marmara Bölgesi  Ege Bölgesi  Akdeniz Bölgesi  
 İç Anadolu Bölgesi  Karadeniz Bölgesi  
 Doğu Anadolu Bölgesi  Güneydoğu Anadolu Bölgesi
4. **Yetiştirdiğiniz Çevre:**  Büyükşehir  Şehir  İlçe  Kasaba  Köy
5. **Şuan Yaşadığınız Yer:**  Ailemin Yanında  Kiralık Ev (Arkadaşlarımla)  
 Akrabamın Yanında  Kiralık Ev (Tek Başıma)  
 Devlet Yurdu (KYK)  Apart, Pansiyon, Otel  
 Özel Yurt
6. **Gelir Kaynağınız/Kaynaklarınız:**  
 Ailemden Geliyor  
 Kredi Alıyorum  
 Burs Alıyorum  
 Hem Ailemden Geliyor, Hem de Burs veya Kredi Alıyorum  
 İhtiyaçlarımı Karşılama İçin Hafta Sonu veya Yarım Gün Çalışıyorum  
 Diğer .....
7. **Aylık Gelir Düzeyiniz:**  250-500 TL  501-750 TL  
 751-1000 TL  1001 TL ve üzeri
8. **Öğrenim Gördüğünüz Lisans Programı:** .....
9. **Sınıfınız:**  1. Sınıf  2. Sınıf  3. Sınıf  4. Sınıf ve üzeri

**10. Ders Saatleriniz ve Yapmak Zorunda Olduğunuz Diğer Aktiviteler (Uyku, Beslenme, Temizlik, Okula Gidiş-Geliş vb.) Dışında Ortalama Günde Kaç Saat Serbest Zamanınız Kalmaktadır?**

- Zaman Kalmıyor       1-2 Saat       3-4 Saat       5-6 Saat  
 7-8 Saat       Daha Fazla .....

**11. Sahip Olduğunuz Serbest Zaman Süresi Sizin İçin Yeterli mi?**

- Yeterli, İstemem       Yetersiz, İsterim

**12. Serbest Zaman Etkinliklerine Ne Kadar Zaman Ayırabiliyorsunuz?**

**Yaklaşık Günde:**  1-2 Saat       3-4 Saat       5-6 Saat       7 Saat ve üzeri

**Yaklaşık Haftada:**       1 Gün       2 Gün       3 Gün       4 Gün  
 5 Gün       6 Gün       7 Gün

**13. Yerleşkenizin Serbest Zamanlarınızı Değerlendirebilmede Yeterli Tesis ve Olanaklara Sahip Olduğunu Düşünüyor musunuz?**

- Yeterli       Yetersiz       Kısmen

**14. Yerleşkenizdeki Serbest Zaman Etkinliklerinden Nasıl Haberdar Olursunuz? (Birden Fazla İşaretleyebilirsiniz)**

- Arkadaşlarımdan       Bölüm Duyuru Panolarından  
 Yerleşke İçerisindeki Panolardan       Mail Grubundan  
 Fakültemiz WEB Sayfasından       Balıkesir Üniversitesi WEB Sayfasından  
 Sosyal Medyadan (Facebook, Twitter vb.)       Başka (Belirtiniz) .....

**15. Serbest Zamanlarınızı En Çok Nerelerde Değerlendiriyorsunuz?**

- Yerleşke İçinde       Yerleşke Dışında

**16. Cevabınız “Yerleşke İçinde” ise En Çok Nerelerde Geçirirsiniz?**

- Kütüphanede       Fakülte Kantininde  
 Açık-Kapalı Spor Alanlarında       Yerleşke İçi Yeşil Alanlarda  
 Diğer .....

**17. Cevabınız “Yerleşke Dışında” ise Ne Tür Aktivitelere Katılarak Değerlendiriyorsunuz? (Birden Fazla İşaretleyebilirsiniz)**

- Sportif Aktivitelerle  
 Sinema, Tiyatro Gibi Sosyal Aktivitelerle  
 Şehir İçindeki Mekânlarda Vakit Geçirerek  
 Kâğıt Oyunları, Okey, Tavla vs. Oynayarak  
 Kişisel Gelişimimi Sağlayacak Kurslara Katılarak (Bilgisayar kursu, yabancı dil kursu vb.)

**18. Yerleşkenizde Serbest Zamanları Değerlendirmeye Yönelik Hangi Etkinlik Türleri Bulunmaktadır? (Birden Fazla İşaretleyebilirsiniz)**

- Spor Aktiviteleri       Halkoyunları       Tiyatro Etkinlikleri  
 El Sanatları       Sinema Gösterimi       Müzik Etkinlikleri  
 Okuma Salonu/Kütüphane       Gezi/Eğlence  
 Kişisel Gelişim Sağlayacak Kurslar (Bilgisayar kursu, yabancı dil kursu vb.)

**19. Yerleşkenizde Serbest Zamanlarınızı Değerlendirmek İçin Hangi Etkinlik Türlerine Katılıyorsunuz? (Birden Fazla İşaretleyebilirsiniz)**

- Spor Aktiviteleri  Halkoyunları  Tiyatro Etkinlikleri  
 El Sanatları  Sinema Gösterimi  Müzik Etkinlikleri  
 Okuma Salonu/Kütüphane  Gezi/Eğlence  
 Kişisel Gelişim Sağlayacak Kurslar (Bilgisayar kursu, yabancı dil kursu vb.)

**20. Yerleşkenizde İstedığınız Serbest Zaman Etkinliğine Yeterince Katılabiliyor musunuz?**

- Evet, Katılabiliyorum  Hayır, Katılamıyorum

**21. Cevabınız “Hayır, Katılamıyorum” ise Serbest Zaman Etkinliklerine Yeterince Katılamamanızın Nedeni Aşağıdakilerden Hangisidir? (Birden fazla işaretleyebilirsiniz)**

- Arkadaş Çevremin İlgisizliği  
 Çalıştığım İçin  
 Derslerin Yoğunluğundan  
 Tesisler Yeterli Değil  
 Etkinlik Zamanları Derslerimle Çakışıyor  
 Etkinlik Zamanları Bana Uymuyor  
 Etkinliklerin İçeriği İle İlgili Yeterince Bilgilenemiyorum  
 Yeterli Param Yok  
 Serbest Zamanları Değerlendirme İsteklerimizle İlgilenen Yok  
 İlgimi Çeken Etkinlik Yok  
 Serbest Zamanları Değerlendirme Gibi Bir Alışkanlığım Yok

**22. Yerleşkenizde Aşağıdaki Etkinliklerden Hangileri Düzenlenirse Katılmak İstersiniz? (Birden Fazla İşaretleyebilirsiniz)**

- Spor Etkinlikleri  Müzik Etkinlikleri  Tiyatro Etkinlikleri  
 Halkoyunları  Konser  Eğlence Geceleri  
 Doğa Yürüyüşleri  Geziler  Edebiyat Toplantıları  
 Film Gösterimleri  Sergiler  Konferans/Kongre/Sempozyum  
 Kişisel Gelişim Sağlayacak Kurslar (Bilgisayar kursu, yabancı dil kursu vb.)

**23. Serbest Zaman Etkinliklerine Katılma Nedeniniz? (Birden Fazla İşaretleyebilirsiniz)**

- Sağlıklı Olmak  Eğlenmek  Rahatlamak  
 Bir Şeyler Öğrenmek  Oyun ve Yarışma  Egzersiz Yapma Nedenleri  
 Yalnız Kalmamak  Yeni Beceriler Kazanmak  Arkadaşlarla Birlikte Olmak  
 Günlük Stresi Azaltmak  Doğada Olma Deneyimi  
 Başka (Belirtiniz) .....

**24. Size Göre Serbest Zamanları Değerlendirmenin Akademik Başarıya Etkisi Nasıl Olur?**

- Başarıyı Arttırır  Başarıyı Düşürür  Hiçbir Etkisi Yoktur

**25. Serbest Zaman Etkinliklerinin Tümünü Düşündüğünüzde Bu Etkinlikler Sizde Nasıl Bir Etki Bırakıyor? (Birden Fazla İşaretleyebilirsiniz)**

- Dinlendirici Buluyorum  Çevrem Geniş  
 Eğitici Buluyorum  Eğlenceli/Heyecan Verici  
 Sosyal Statü Sağlıyorum  Sağlığıma Olumlu Etki Yapıyor  
 Farklı Yaşantılar Buluyorum  Derslerin Baskısından Kurtuluyorum  
 İnsanlarla Daha Kolay İletişim Kurabiliyorum  Mutlu Edici ve Zevk Verici  
 Rahatlatıcı ve Can Sıkıntılılarından Uzaklaştırıcı  
 Başka (Belirtiniz) .....