

T.C.  
SAKARYA ÜNİVERSİTESİ  
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

**KOCAELİ İLİ YÜZME KULÜPLERİNDEKİ SPORCULARIN  
REKREASYON FAALİYETLERİNİN İNCELENMESİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Murat AKINCI**

**Enstitü Anabilim Dalı: Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği**

**Tez Danışmanı: Yrd. Doç.Dr. Sevda BAĞIR**

**ŞUBAT-2011**

T.C.  
SAKARYA ÜNİVERSİTESİ  
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

KOCAELİ İLİ YÜZME KULÜPLERİNDEKİ SPORCULARIN  
REKREASYON FAALİYETLERİNİN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Murat AKINCI

Enstitü Anabilim Dalı: Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği

Bu tez 28.02.2011 tarihinde aşağıdaki jüri tarafından oy birliği ile kabul edilmiştir.

*S. Bağcı*

Yrd. Doç. Dr. Sevda BAĞIR

*M. Beyleroğlu*

Yrd. Doç. Dr. Malik BEYLEROĞLU

Yrd. Doç. Dr. İsmail HİRA

Jüri Başkanı

- Kabul  
 Red  
 Düzeltme

Jüri Üyesi

- Kabul  
 Red  
 Düzeltme

Jüri Üyesi

- Kabul  
 Red  
 Düzeltme

## **BEYAN**

Bu tezin yazılmasında bilimsel ahlak kurallarına uyulduğunu, başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunulduğunu, kullanılan verilerde herhangi bir tahrifat yapılmadığını, tezin herhangi bir kısmının bu üniversite veya başka bir üniversitedeki başka bir tez çalışması olarak sunulmadığını beyan ederim.

**Murat AKINCI**

**28.02.2011**

## ÖNSÖZ

Kocaeli ilinde bulunan yüzme kulüplerinde yüzme sporu ile uğraşan 8-14 yaş gurubu çocukların rekreasyon faaliyetlerini incelemek amacıyla hazırladığım Kocaeli İli Yüzme Kulüplerindeki Sporcuların Rekreasyon Faaliyetlerinin İncelenmesi konulu çalışmamda danışmanlığımı yürüten sayın hocam Yrd. Doç. Dr. Sevda BAĞIR'a, tezimin anket ve değerlendirme kısımlarındaki yardımları için sevgili hocam Yrd. Doç. Dr. Serdar GERİ'ye, tezimin anket kısmının yapılmasında yardımcı olan Kocaeli ili yüzme kulüplerindeki sporculara ve antrenörlerine, değerli hocam Yrd. Doç. Dr. Hakan KOLAYIŞ'e, bana her zaman koşulsuz destek olan, üzerimdeki emeklerini hiçbir zaman ödeyemeyeceğim sevgili anne, babama ve canım kardeşim Melda'ya, son olarak her arkama baktığımda orada gördüğüm çok sevgili karım Yelda AKINCI ve bana nefes almanın gerçek anlamını öğreten kızım Nefes'e uçsuz bucaksız teşekkür ederim.

**Murat AKINCI**

**28.02.2011**

## İÇİNDEKİLER

<b>TABLO LİSTESİ</b> .....	<b>iii</b>
<b>ÖZET</b> .....	<b>v</b>
<b>SUMMARY</b> .....	<b>vi</b>
<b>GİRİŞ</b> .....	<b>1</b>
<b>BÖLÜM 1: KURAMSAL BİLGİLER</b> .....	<b>4</b>
1.1. Zaman Kavramı .....	4
1.2. Boş Zaman Kavramı ve Yönetimi .....	6
1.3. Boş Zaman Anlayışındaki Gelişim Süreci .....	7
1.4. Boş Zamanı Değerlendirme Kavramı .....	8
1.5. Türkiye’de Boş Zaman Olgusu .....	9
1.6. Rekreasyon Kavramı .....	10
1.7. Rekreasyonun Özellikleri .....	11
1.8. Rekreasyonun Sınıflandırılması .....	13
1.9. Rekreasyona Duyulan İhtiyaç ve Nedenleri .....	15
1.10. Spor Kavramı .....	17
1.11. Rekreasyon ve Spor .....	18
1.12. Yüzmenin Tanımı .....	18
1.12.1. Yüzmenin Tarihçesi .....	19
1.12.1.1. Dünyada Yüzme .....	19
1.12.1.2. Türkiye’de Yüzme .....	19
<b>BÖLÜM 2: BULGULAR</b> .....	<b>21</b>
2.1. Demografik Bilgiler .....	21
2.2. Frekanslar .....	21
2.3. Analizler .....	32

<b>SONUÇ VE ÖNERİLER .....</b>	<b>40</b>
<b>KAYNAKÇA .....</b>	<b>45</b>
<b>EKLER .....</b>	<b>52</b>
<b>ÖZGEÇMİŞ .....</b>	<b>56</b>

## TABLO LİSTESİ

<b>Tablo 1:</b> Sporcuların Yüzme Kulüplerine Göre Dağılım Oranları .....	21
<b>Tablo 2:</b> Sporcuların Yaş Gruplarına Göre Dağılım Oranları .....	22
<b>Tablo 3:</b> Sporcuların Cinsiyetlerine Göre Dağılım Oranları .....	22
<b>Tablo 4:</b> Sporcuların Okul Türlerine Göre Dağılım Oranları .....	23
<b>Tablo 5:</b> Sporcuların Annelerinin Eğitim Durumlarına Göre Dağılım Oranları.....	23
<b>Tablo 6:</b> Sporcuların Babalarının Eğitim Durumlarına Göre Dağılım Oranları .....	24
<b>Tablo 7:</b> Sporcuların Annelerinin Mesleklerine Göre Dağılım Oranları .....	24
<b>Tablo 8:</b> Sporcuların Babalarının Mesleklerine Göre Dağılım Oranları .....	25
<b>Tablo 9:</b> Sporcuların Serbest Zamanlarında En Çok Neler Yaptıklarıyla İlgili Tablo.....	25
<b>Tablo 10:</b> Sporcuların Serbest Zaman Değerlendirmede Ailelerinden Bilgi Alıp Almadıklarını Gösteren Tablo .....	26
<b>Tablo 11:</b> Sporcuların Serbest Zaman Etkinliklerini Seçerken En Çok Neden Etkilendiklerini Gösteren Tablo .....	26
<b>Tablo 12:</b> Sporcuların Serbest Zaman Faaliyetlerini Tercih Etme Nedenlerini Gösteren Tablo .....	27
<b>Tablo 13:</b> Serbest Zaman Faaliyetlerinin Sporcular Üzerinde Bıraktığı Etkiyi Gösteren Tablo .....	28
<b>Tablo 14:</b> Sporcuların Mensubu Oldukları Yüzme Kulübüne Katılım Amaçlarını Gösteren Tablo.....	29
<b>Tablo 15:</b> Sporcuların Mensubu Oldukları Yüzme Kulübünde Düzenli Olarak Toplantı/Etkinlik Yapıp Yapmadıklarını Gösteren Tablo.....	29
<b>Tablo 16:</b> Sporcuların Serbest Zamanlarını Doldurmakta Zorluk Çekip Çekmediğini Gösteren Tablo.....	30
<b>Tablo 17:</b> Sporcuların Haftada Kaç Gün Serbest Zaman Faaliyetine Katıldığını Gösteren Tablo .....	30
<b>Tablo 18:</b> Sporcuların Günde Kaç Saat Serbest Zaman Faaliyetine Katıldığını Gösteren Tablo .....	31

<b>Tablo 19:</b> Sporcuların Serbest Zamanlarını Yeterince Değerlendirip Değerlendirmedikleri Sorusuna Verdikleri Cevapları Gösteren Tablo ....	31
<b>Tablo 20.</b> Sporcuların Okudukları Okul Türü Değişkenine Göre Ailelerinin Serbest Zamanlarının Değerlendirilmesi İle İlgili Bilgi Verip Vermemesine İlişkin Verilerin Dağılımı.....	32
<b>Tablo 21.</b> Sporcuların Annelerinin Eğitim Durumu Değişkenine Göre Ailelerinin Serbest Zamanlarının Değerlendirilmesi İle İlgili Bilgi Verip Vermemesine İlişkin Verilerin Dağılımı .....	33
<b>Tablo 22.</b> Sporcuların Babalarının Eğitim Durumu Değişkenine Göre Ailelerinin Serbest Zamanlarının Değerlendirilmesi İle İlgili Bilgi Verip Vermemesine İlişkin Verilerin Dağılımı .....	34
<b>Tablo 23.</b> Sporcuların Yaş Değişkenine Göre Serbest Zaman Faaliyetlerini Tercih Etme Nedenlerine İlişkin Verilerin Dağılımı .....	35
<b>Tablo 24.</b> Sporcuların Yaş Değişkenine Göre Serbest Zaman Faaliyetlerinin Üzerlerinde Bıraktığı Etkiye İlişkin Verilerin Dağılımı .....	37
<b>Tablo 25.</b> Sporcuların Okul Türü Değişkenine Göre Serbest Zamanlarını Doldurmakta Zorluk Çekip Çekmediklerine İlişkin Verilerin Dağılımı ...	39



<b>Tezin Başlığı:</b> Kocaeli İli Yüzme Kulüplerindeki Sporcuların Rekreasyon Faaliyetlerinin İncelenmesi	
<b>Tezin Yazarı:</b> Murat AKINCI	<b>Danışman :</b> Yrd. Doç. Dr. Sevda BAĞIR
<b>Kabul Tarihi:</b> 28.02.2011	<b>Sayfa Sayısı :</b> vi (ön kısım) + 52 (tez) + 4 (ekler)
<b>Anabilim dalı:</b> Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	
<p>İnceleme Kocaeli ilindeki yüzme kulüplerinde yüzme sporu ile uğraşan sporcularla yürütülmüştür. Çalışmanın amacı; Kocaeli ilinde bulunan yüzme kulüplerindeki sporcuların serbest zaman etkinliği olarak neler yaptıklarını, bu etkinliklere ayırdıkları zamanları, etkinliğe katılım amaçlarını belirleyerek, yüzme sporu ile ilgilenen sporcuların serbest zamanlarını ne şekilde değerlendirdiklerine ilişkin kısmi bir tespitte bulunmaktır.</p> <p>Böyle bir çalışmanın, sporla ilgilenen çocuk ve gençlerin serbest zaman etkinliklerinin plan ve programlarının geliştirilmesinde yararlı olacağı düşünülmektedir.</p> <p>Araştırmanın örneklemini Kocaeli ilinde bulunan altı yüzme kulübü oluşturmaktadır. Anketlerdeki verilerin istatistiksel analizi SPSS 15.0 istatistik paket programında yapılmıştır. Anlamlılık düzeyi (<math>p&lt;0,05</math>) 'dir.</p> <p>Sporcuların %61'i serbest zamanlarını yeterince değerlendirdiğini düşünürken, %39'u tersini düşünmektedir. Sporcuların serbest zamanlarında en çok müzik dinlediği (%35), en az ise sinema ve/veya tiyatroya gittikleri (%16) belirlenmiştir. Sporcuların büyük bir çoğunluğu (%76), serbest zamanlarını değerlendirme konusunda ailelerinden bilgi aldığını belirtirken, %24'ü bu konuda aileleri tarafından bilgilendirilmediklerini belirtmiştir. Sporcular katıldıkları serbest zaman etkinliklerini seçerken en çok arkadaşlarından etkilenirken (%33), bu etkinlik seçiminde televizyon ve gazetelerden etkilenen sporcular %12 (en az) olarak belirlenmiştir. Sporcuların serbest zaman faaliyetlerini tercih etme nedenlerinin başında arkadaşlarıyla birlikte olabilmek gelmektedir (%52). Serbest zaman faaliyetlerinin sporcular üzerinde bıraktığı etkiye bakıldığında; sporcuların %52'sinin bu faaliyetleri eğlendirici, mutlu edici ve heyecan verici bulduğu belirlenmiştir.</p> <p>Araştırmadan elde edilen bulgular incelendiğinde ve karşılaştırıldığında, ankete katılan sporcuların okudukları okul türü, anne ve babalarının eğitim durumları ile ailelerinin serbest zamanlarının değerlendirilmesi ile ilgili bilgilendirip bilgilendirmediği, sporcuların yaşları ile serbest zaman faaliyetlerini tercih etme nedenleri ve serbest zaman faaliyetlerinin üzerlerinde bıraktığı etki ve sporcuların okul türü ile serbest zamanlarını doldurmakta güçlük çekip çekmemesi arasında anlamlı ilişkiler saptanmıştır (<math>p&lt; 0,05</math>).</p>	
<b>Anahtar kelimeler:</b> rekreasyon, boş zaman, yüzme, spor	

<b>Title of Thesis:</b> Examination of the Activities of Recreational Athletes in the Province of Kocaeli Swimming Clubs	
<b>Author:</b> Murat AKINCI	<b>Supervisor :</b> Assist. Prof. Dr. Sevda BAĞIR
<b>Date:</b> 28.02.2011	<b>No.of pages:</b> vi (pre text) + 52 (Thesis) + 4 (Appendices)
<b>Department:</b> Physical Education and Sports Teacher	
<p>Swimming sport of swimming clubs in the province of Kocaeli examination was carried out in dealing with athletes. The aim of the study, swimming clubs in the province of Kocaeli athletes what they have done in free time activity, the time devoted to these activities, events and participation in setting goals, swimming, free time for athletes who are interested in detecting what is to be a part of evaluating.</p> <p>Such a study, children and young people interested in sports and leisure time activities in the development of plans and programs will be the thought that useful.</p> <p>The sample of this study Kocaeli's are the six swimming clubs. Statistical analysis was SPSS 15.0 statistical package program questionnaires. The level of significance is (<math>p &lt; 0,05</math>). 61% of the athletes, are evaluating the thinking of enough free time, 39% believe the opposite. athletes in the most free time listening to music, at least if they go to cinema and theater were determined. The vast majority of the athletes stated that the free time to review information about the families, 24% reported not receiving information about this family. friends of the athletes participating in the most affected by choosing free time activities, television and newspapers affected by the events in the selection of athletes who are determined to be 12%. Leading cause of free time with their friends the athletes can come to prefer to maintain international peace. Looking at the athletes had on the impact of free time activities, 52% of athletes in these activities, entertaining, exciting finds offensive and were happy.</p> <p>The research results are examined and compared with the type of school athletes participating in the survey, and parents' educational status and their families informed about the evaluation bilgilendirmediği free time, free time activities with athletes ages and reasons for choosing a domain, and the athletes live and encounter any difficulty in filling their free time between school types, with significant correlations (<math>p &lt; 0.05</math>).</p>	
<b>Key Words:</b> recreation, free time, swimming, sport	

## GİRİŞ

Günümüzde yokluğundan en çok şikâyet edilen konuların başında zaman ve para gelmektedir. Para belki bulunabilmekte ancak geçen zamanın geri dönüşümü mümkün olmamaktadır. Bu nedenle zaman çok verimli bir biçimde kullanılmalıdır. Diğer bir ifadeyle, “zamandan, zaman tasarruf edilmeli” dir. Çünkü zamanın çoğu başkaları tarafından değil, bireyin kendisi tarafından boşa harcanmaktadır (Özgen ve Doğan, 1997:136).

İnsan servet sahibi olabilir, bunun bir kısmını harcar, bir kısmını harcayamaz. Ama zaman, diğer servetlerin aksine tamamen kullanılır. Zaman satın alınmaz, biriktirilmez, satılmaz, çoğaltılmaz, tehir edilmez, bir başka şekle çevrilmez, ancak ve ancak tüketilir (Lakein, 1997:12).

Çağımızın tek düze günlük yaşamı içerisinde insanların yaşam zorunlulukları dışında kalan zamanlarını değerlendirmeleri sağlıklı kalabilmeleri için çok önemlidir. Teknolojik gelişmelere bağlı olarak çalışma saatleri giderek azalmakta ve insanların kendilerini gerçekleştirmek için sahip oldukları zaman artmaktadır (Öztürk, 1998:91).

Boş zaman pozitif kullanımının artmasının kendini gerçekleştiren ve ruhen sağlıklı gençlerin gelişmesine katkıda bulunduğu yaygın olarak ifade edilmektedir (Balcı, 2003:162).

### **Araştırmanın Amacı**

Bu araştırmanın amacı; Kocaeli ilinde bulunan yüzme kulüplerindeki sporcuların serbest zaman etkinliği olarak neler yaptıklarını, bu etkinliklere ayırdıkları zamanları, etkinliğe katılım amaçlarını belirleyerek, yüzme sporu ile ilgilenen sporcuların serbest zamanlarını ne şekilde değerlendirdiklerine ilişkin kısmi bir tespitte bulunmaktır.

Bu tipte bir çalışmanın, sporla ilgilenen çocuk ve gençlerin serbest zaman etkinliklerinin plan ve programlarının geliştirilmesinde yararlı olacağı düşünülmektedir.

## **Araştırmanın Önemi**

Bu alışmada, Kocaeli ilindeki yüzücülerin, serbest zamanlarını nasıl değerlendirdikleri, bu konuyla ilgili destek alıp almadıkları, katıldıkları serbest zaman faaliyetlerinin okul türüne göre nasıl değişkenlik gösterdiği bu araştırmada kullanılan örneklem grubu açısından ortaya konacaktır.

## **Araştırmanın Evreni**

Araştırmanın evrenini Kocaeli ili yüzme kulüplerindeki sporcular oluşturmaktadır.

## **Araştırmanın Örnekleme**

Araştırmanın örneklemini Kocaeli ilinde bulunan 6 yüzme kulübüne kayıtlı olan ve araştırmaya gönüllü olarak katılan 165'i kız, 135' i erkek olmak üzere toplam 300 sporcu oluşturmuştur.

## **Problem Cümlesi**

Kocaeli ili yüzme kulüplerindeki sporcuların rekreasyon faaliyetleri ne düzeydedir?

## **Alt Problemler**

Sporcuların yaşları ile serbest zaman faaliyetlerini tercih etme nedenleri arasında farklılıklar var mıdır?

Sporcuların yaşları ile serbest zaman faaliyetlerinin üzerlerinde bıraktığı etki arasında farklılıklar var mıdır?

Sporcuların okul türleri ile serbest zamanlarını değerlendirmede ailelerinden bilgi alıp almadıkları konusunda farklılık var mıdır?

Sporcuların okul türleri ile serbest zamanlarını doldurmakta zorluk çekip çekmedikleri arasında farklılıklar var mıdır?

Sporcuların annelerinin eğitim durumları ile serbest zamanlarını değerlendirmede ailelerinden bilgi alıp almadıkları konusunda farklılık var mıdır?

Sporcuların babalarının eğitim durumları ile serbest zamanlarını değerlendirmede ailelerinden bilgi alıp almadıkları konusunda farklılık var mıdır?

### **Sayıtlar**

Sporcuların anket çalışmasına gönüllü olarak katıldıkları, anket sorularını samimi ve objektif olarak cevapladıkları ve seçilen örneklem grubunun evreni temsil etmede yeterli olduğu varsayılmaktadır.

### **Sınırlılıklar**

Araştırmamız, Kocaeli ili yüzme kulüplerinden seçilen 300 sporcunun uygulanan ankete verdiği yanıtlarla sınırlıdır.

### **Araştırmanın Yöntemi**

Araştırma modelini Kocaeli İli yüzme kulüplerindeki yüzücüler oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak araştırmacının hazırladığı anket formu kullanılmıştır. Anket uygulaması yapılmadan önce kulüp yönetici ve antrenörleriyle görüşülmüş, gerekli izinler alındıktan sonra anket; sporculara sunulmuş ve cevaplandırıldığında geri toplanmıştır. Anketler araştırmacının kendisi tarafından uygulanmıştır. Sporculara ankete katılıp katılmama konusunda serbest oldukları anlatılmıştır. Sporculara ilk önce araştırmacı ve araştırmanın amacı hakkında bilgiler verilmiştir. Anketin uygulandığı süre boyunca öğrencilerin yanında bulunulmuş anketle ilgili anlamadıkları tüm konular açıklanmıştır.

## **BÖLÜM 1. KURAMSAL BİLGİLER**

### **1.1. Zaman Kavramı**

Zaman kavramını birçok yazar tanımlanmış ve farklı bilim dalları tarafından ele alınarak, farklı açılardan geniş şekilde incelenmiştir. Çok az sayıda düşünce insan bilincine zaman kadar etki edebilmiştir (Uğur, 2000:42).

St. Augustinus; zaman nedir sorusunu zor bir sorunsal olarak ifade ederek ‘Eğer biri bana bu soruyu sorarsa, biliyorum; ama eğer açıklamaya çalışmamı isterse, bilmiyorum’ sözünde de anlaşılacağı gibi zaman bir muammadır (gizemdir). Geçmişin var olması daha fazla olamaz, gelecek henüz var olmadı. Zaman sadece şu an mıdır? Eğer zaman sadece şu an ise, o zaman "zaman" bir sonsuzluk mudur? Yani sonsuz an mıdır? Fakat zaman öyle bir andır ki, geleceğe uzanırken, geçmişin içinde uzaklaşır. Zaman bir şeyin oluşu ama henüz bitmemiş bir şeydir. Bu aynı var olmamak gibidir. O zaman biz, zaman şudur diye nasıl söyleriz?” şeklinde zamanı tanımlamaya çalışmıştır (Çüçen, 1996: 73–79).

Zaman, olayların geçmişten bugüne gelip, geleceğe doğru birbirini takip ettiği, bireyin kontrolü dışında kesintisiz devam eden bir süreçtir (Smith, 1998:24).

Zaman, hareket ve oluşu çevreleyen, varoluşun içinde cereyan ettiği kozmik süreçtir (Demir ve Acar, 2005:445).

Leibnitz ise, “Zaman kendi başına bir varlık değil, yalnızca olayların sırasındır,” diyerek Newton’un tanımını alt üst etmiştir. Einstein da Leibnitz gibi, “Zamanı olayların sıralanışına göre ölçeriz, bu olayların dışında bağımsız bir varlığı yoktur,” demiş, daha sonra da, “Geçmiş, şimdi ve gelecek birer yanılısamadır; ancak vazgeçilmezdir” diyerek zamanın insanlar için vazgeçilmez bir kavram olduğunu belirtmiştir (Akoğlu, 2000:24).

Zaman, olayların ardışıklığını görerek aklımızda yarattığımız ve olayların bundan sonra da içinde olup gideceklerini düşündüğümüz, başı ve sonu olmayan soyut bir kavramdır (Demiray, 1979:884)

Çizgi halinde zaman evrimin ve gelişmenin savunulmasını mümkün kılıyordu. Çünkü zaman çizgi gibi değil de daire gibi olsaydı yani olaylar ileri doğru gideceklerine,

dönüp aynı noktaya gelecek olsalardı tarih kendini yineleyip duracaktı ve evrim ile gelişme, bir hayal, bir aldatmacadan başka bir şey olmayacaktı (Toffler, 1996:151–153).

İnsanlar zamanı psikolojik yönden farklı olarak algırlar. Olayların birbirleriyle zincirlemesi, geçmiş zamanın insan tarafından daha kısa veya daha uzun olarak algılanmasına yol açar. İnsan zamana bağlı olarak yaşar, ancak herkes bu zaman sürelerini birbirinden farklı algılar. Dersini iyice öğretmek isteyen öğretmen için ders saati, kısa, aynı ders saati dersten sonra oyunu düşünen bir öğrenci için oldukça uzun gelebilir (Baymur, 1978:138).

Zaman, olayların birbirini izlemesine bakarak zihinde yaratılan ve yine olayların içinde sürüp gideceği düşünülen, başı sonu belli olmayan soyut kavramdır (Alaylıoğlu ve Oğuzkan, 1968:397). Zaman insanın sonsuzluk ölçüsüdür; bir yerden başka bir yere, bir deneyimden başka bir deneyime geçişinin ne kadar sürdüğüne dair geliştirdiği süredir (Addington, 1994:128–129).

Kişilere göre farklı algılanan zaman, yine kişilere göre farklı değerler taşır. Kimilerine göre zaman hayattır. (Canan, 1994:4). Geçen zamanı yerine koymamın ve telafi etmenin imkânı yoktur. ‘Zamanı boş geçirmek, hayatı boşa geçirmektir.’ (Baltaş ve Baltaş, 1995:267). Drucker’e göre ‘en az bulunan’, Laiken’e göre ‘temel’ bir kaynaktır. Geri döndürülmesi ve yerinin doldurulması olanaksızdır (Can, 1992:269).

Görüldüğü gibi zaman, aslında ne kadar vaktimiz olduğu değil, sahip olduğumuz süre içerisinde neler yaptığımızdır (Mackenzie,1989:23 ).

Zaman, dünden bugüne gelen ve yarına giden, sürekli, geri dönmeyen tek yönlü akıştır (Eren, 1991:95).

Bir sinema filmi gibi, sürekli akıp giden, ne olduğunu tam bilemediğimiz, sorgulayamadığımız, sorgulasak bile pek kavrayamadığımız, saat, gün, yıl gibi belirli kavramlarla ifade edilen soyut kavramdır (Bozkurt, 2002:47).

Zamanı nasıl kullanacağımızın bilincinde olmak, çalışma biçimimizi sürekli geliştirmenin anahtarıdır. Bu bakımdan, zamanı iyi kullanan bir insan, yaşam kalitesini

yükseltir ve diğer kaynaklar gibi kendisi ve amaçları için zamanı etkili bir biçimde değerlendirir ve harcayabilir (Güngörmüş, 2007:14).

## **1.2. Boş Zaman Kavramı ve Yönetimi**

Günümüzde çalışan, çalışmayan her kesimin özgürce kullanabileceği kişinin kendini gerçekleştirme, rahatlama, zevk alma veya topluma katkıda bulunma gibi gereksinimlerini karşılayabileceği bir boş zamanın olduğu veya olması gerektiği söylenebilir (Müftügil 1993:63-64).

Gökmen'e göre boş zaman "kişinin çalışma, uyku ve diğer temel ihtiyaçlarını karşılamak dışında kalan zamanıdır"(Gökmen ve diğ., 1985:20).

Boş zaman; bireyin kendi adına özgürce kullanmak hakkına sahip olduğu, iş ve yaşamla ilgili zorunlu sorumluluk ve görevleri yerine getirdikten sonra arta kalan zamandır (Güler, 1978:17,20).

"Dünya Boş Zaman ve Rekreasyon Birliği" nin tanımına göre ise boş zaman; seçme şansı, yaratıcılık, hoşnutluk ve memnuniyet içeren ve kişisel doyumu arttıran eğlencelere öncülük eden yararları ile insan hayatının özel bir alanıdır. Aktivite kavramının çoğunlukla fiziksel buna ek olarak entelektüel, sosyal, estetik ve ruhsal özellikteki öğelerinin çok yönlü formlarını kapsamaktadır (Özdemir ve diğ., 2006:10).

Boş zaman; kişinin hem kendisi hem de başkaları için bütün zorunluluklardan veya bağlantılardan kurtulduğu ve kendi isteğiyle seçeceği bir faaliyetle uğraşacağı zaman olarak yani kişinin kesin olarak bağımsız ve özgür olduğu iş hayatının dışındaki zamandır (Tezcan, 1998:10).

Karla'ya göre serbest zaman, bireyin kişisel memnuniyet ve değer duyguları içinde kültürel ve fiziksel çevrelerine bağlı olarak dışsal zorlamalardan uzak olarak özgürce yaşadıkları zaman dilimidir (Karla, 1991:13).

Yunan filozofları Eflatun ve Aristoteles, boş zamanın bireysel gelişme ve kendini ifade etme biçimi ve bütün özgür insanların temel gereksinimlerinden ve düşünce üretiminin en önemli koşullarından biri olduğu hususunda hemfikirdirler (Erkip, 2000:256).



Boş zaman faaliyetleri kendi felsefesini oluşturmalı, psikolojik, sosyal ve fiziksel olarak sahip olduğu değerlere destek sağlamalıdır. İnsanların uğraş alanı içindeki yaşam biçimini etkileyen çabaları da içermeli, onların toplumun içinde yer alan bireyler olmasına yardım etmeli ve birlikte yaşamı güzelleştirmelidir (Balcı ve İlhan, 2006:12).

### **1.3. Boş Zaman Anlayışındaki Gelişim Süreci**

İş- iş dışı zaman ilişkisi bütün toplumların yaşayışlarında önemli bir yer tutmuştur ve tutmaktadır. Bu ilişkiden temel olarak anladığımız, değişik iş türlerinin ve koşullarının, kişilerin işte ve işten arta kalan boş zamanlarındaki davranışlarını etkilediğidir (Erdoğan, 1973:6-7).

En eski uygarlıklardan beri, boş zaman soyluluk ve yüksek sınıf imtiyazlarıyla nitelendirilmiştir. Halbuki boş zaman ilkel kültürlerde; gıda, güvenlik ve temel ihtiyaçların karşılanması için yapılan avcılık gibi faaliyetlerden sonra kutlama olarak ortaya çıkmıştır (Torkildsen, 2005:10).

Eskiçağda İspanyollar için çalışma, köleliklerin en berbatı; Atina'da da kölelere özgü aşağılık bir uğraş sayılmaktaydı. Antik Yunan filozofları, özgür insanı alçaltan çalışmayı hor görmekteydiler (Lafarque, 1991:13-14).

Çalışma süresi konusunda Villerme, ilk çağda ceza sömürgelerinde kürek mahkûmlarının günde altı saat, Antilerdeki kölelerin günde dokuz saat, oysa 1789 Sanayi Devrimi'ni gerçekleştirmiş ve o gösterişli insan haklarını ilan etmiş olan Fransa'da, atölye işçilerinin günde on altı saat çalıştıklarını saptıyor. 1848'de Paris için çalışma saati on, taşra için on bir saat iken, Yasama Meclisi, fabrika ve yapımevlerinde ortak çalışma saatlerini on iki olarak saptamış, sonraları bu on yedi saate kadar çıkmıştır. Üretici çalışmanın özerkliğinin ve saygınlığının herkesçe benimsenmesi için 20. yüzyılı beklemek gerekmiştir (Arslan, 1996:10).

Bugünün uygarlığının ise baş özelliklerinden biri, tekniğin gelişmesi ile aletlerin, makinenin ve otomatizasyonun, insanın bazı gereksindiği görevleri yüklenmesi ve böylelikle insanın yaşamak için zorunlu olduğu çalışma süresinin kısılmasıdır (Özek, 1966:97).

Çalışma yaşamındaki bu değişiklikler ve çalışma süresinin giderek kısalması, kişilere kendilerine ait daha fazla boş zamana sahip olma imkanı vermiştir (Godbey, 1986:4).

Çalışma saatlerinin her geçen gün kısalması, zorunlu tatil sürelerini uzatmaktadır. Batı ülkeleri için yapılan bir hesaba göre bir kişinin yıllık izni, ülkeden ülkeye, sektörden sektöre göre de değişmektedir (Özgüç, 1984:1-3).

ABD’de 1885 yılında boş zaman % 7.8, çalışma zamanı %26, 1950’de boş zaman % 20.7, çalışma zamanı % 15.3 iken; yapılan tahminlere göre 2000 yılında boş zaman % 27.1’e yükselirken, çalışma zamanı % 7.9’a düşecektir (Karaküçük, 1993:7). Japonya’da 1996 yılında çalışma saati haftada 40 saate, İngiltere’de ise çalışma süresi haftada 35 saate kadar inmiştir (Tel, 2007:12).

#### **1.4. Boş Zamanı Değerlendirme Kavramı**

Boş zamanı değerlendirme, rekreasyon terimi ile eşanlamlı olarak kullanılmaktadır. Sözcük olarak ‘yeniden yaratma’ anlamına gelen rekreasyon, dünyada yalnızca, yaratıcı özelliği bulunan bir varlık için söz konusudur. Bu varlık insan olduğuna göre yeniden yaratma (rekreasyon) insan ve insanın yaşama sorunu bakımından önem taşımaktadır. Yeniden yaratma (rekreasyon), insan için yaratıcı yaşama bağlamından uzaklaştığında söz konusu olabilir. Bu bakımdan, yeniden yaratma, insanın yitirdiği, ayrı kaldığı bir doğal yanını yeniden bulma ve yaşamasına katma çabasıdır. Yeniden yaratma (rekreasyon) genellikle boş zaman ya da serbest zaman olarak adlandırılan etkinlik içinde anılmaktadır. Böyle bir tutum içinde rekreasyon insanın kaçınılmaz bir gereksinmesi değil, olmasa da olur türünden bir etkinlik gibi görülebilmektedir (Erdemli, 2000:19)

Toplumsal yaşamda, sahip olduğu kültür ve alt kültür özelliklerine göre farklılık taşıyan ‘boş zaman değerlendirme’ kavramına yüklenen anlam, toplumdan topluma değiştiği gibi, bireyler arası farklılık da taşımaktadır. Bireylerin boş zaman anlayışı ve eğiliminde görülen farklılık, bireyin toplumsallaşma sürecinde en yakın sosyal çevresi olarak aile ve etkileşim gruplarını içine alan ‘sosyal faktörler’in etkisiyle ortaya çıkmaktadır (Aslan, 1994:14).

Kişinin, boş zamanı değerlendirme etkinliğine katılması, katıldığı etkinliğin türü ve katılma sıklığı, onun içinde bulunduğu gereksinimleriyle ilişkilidir (Kılbaş, 1995:18)

Yaşadığımız yüzyılda gelişmiş endüstri toplumların tümünde ve gelişmekte olan ülkelerin birçoğunda, esas olarak üretim süreçlerindeki yeni teknolojik gelişmelerin olanaklı kıldığı çalışma sürelerindeki belirgin azalmalar nedeniyle, hem çalışma dışı zamanın nicel boyutlarında hem de bu zaman dilimi içinde turizm, amatör spor, eğlence ve diğer yeniden yaratım etkinliklerine ayrılan zaman ve bu uğurda harcanan toplam para miktarlarında muazzam artışlar görüldü. Başka bir deyişle, bir zamanlar Paul Lafargue'nin dile getirmiş olduğu kendi koşullarında kuşkusuz son derece radikal bir talep olan tembellik hakkı günümüzde tamamen olmasa da kısmen meşru bir "hak" olarak tanınmış; hatta daha da ileri gidilerek "içselleştirilmiş" ve kurumsallaştırılmıştır.

Hiç kuşku yok ki, bu dönüşümün nitel bakımından da önemli bazı toplumsal sonuçları var. Her köklü değişim döneminde olduğu gibi bu dönemde de, ortaya çıkan eğilimlerin olası sonuçlarını ve bunların toplumsal ekonomik, siyasal ve kültürel anlamını değerlendirme gerekmektedir (Yetiş, 2008:17).

### **1.5. Türkiye'de Boş Zaman Olgusu**

Sanayileşme, kentleşme, ilerleme, nüfus artışı, işsizlik, göç, vb. gibi çok sayıda sosyal problemlerle mücadele eden toplumumuzda boş zaman etkinliğine katılma gereksiz ve önemsiz bir olay olarak görülmüştür. Gelişmekte olan ülkelerde çalışma saatlerinin kısılmasına paralel olarak ülkemizde de çalışma saatleri yeniden düzenlenmiştir. Artan boş zamanı değerlendirmede planlar ve programlar maalesef yapılmamıştır. Bu zamanlar rastlantılarla, gereksiz oyalanmalarla ve eğlencelerle israf edilmiştir. Örneğin; insanlarımız her gece televizyonun karşısında saatlerce adeta kilitlenmişlerdir (Doğan, 2000:446).

Günümüz Türkiye'sinde boş zamanların değerlendirilmesi, genellikle evlerde dinlenerek pasif bir görüntü sergilemektedir (Özkul, 1997:138).

Türkiye'de insanlarımızın fazla bir boş zamana sahip olduğu söylenebilir. Çalışanlar için, Türkiye'nin bir tatil cenneti olduğu bilinmektedir. Ülkemizde her kesimden insanın geniş bir boş zamana sahip olduğu söylenebilir. Çalışanların tüm yılda

günlerinin yaklaşık olarak 3/1 'ini tatillerle geçirdikleri, öğrencilerin yarım günlük eğitimleri, ev kadınlarının günlerinin hemen tamamına yakınının boş olması, tarım kesiminde çalışan çiftçilerin yılın yarısının tamamen boş kalması, işsiz insanların işsizlikten doğan boş zamanları, erken yaşta emekli olan bireylerin, özürlü insanların, sosyal kurumlarda ve cezaevlerindeki insanların boş zamanları Türkiye’de yaşanan ‘boş zaman bolluğu’na örnek gösterilebilir (Karaküçük, 1999:312).

### **1.6. Rekreasyon Kavramı**

Boş zaman kavramı, İngilizce karşılığı olan “Leisure” kelimesi “fırsat tanıma” veya “serbest olmak” manalarına gelen “Loisir”, “salahiyet vermek” manasına gelen “License” ve “izin” manasına gelen “Liberty” ile “Licere” kelimelerinden gelmiştir. Mecburiyetin olmaması ve serbest seçim ifade eden bu kelimelerin tamamı birbiriyle ilişkilidir (Hacıoğlu ve diğ., 2003:17).

Rekreasyon, geleneksel anlamda bireyin yenilenmesi, yeniden yaratılması sürecidir. Rekreasyon genellikle işten farklı bir eylemi veya sosyal boş zaman aktivitelerini içermektedir (Çolakoğlu ve Yenel, 2003:147). Birey bu süreç içerisinde iş için tekrar yenilenmektedir (Torkildsen, 2005: 46).

Rekreasyon, yaratıcı ve kültürel faaliyetlere katılarak bireyin yenilenmesi, biriken arzuların açığa çıkarılması kişinin kendini tatmin veya eğlence için yaptığı uğraşılardır (İlhan ve Balcı, 2004:18)

Kraus, rekreasyon geleneksel olarak, insanoğlunun boş zamanlarında ve çalışma dışı zamanlarda gönüllü olarak katıldıkları ve zevk aldıkları aktiviteler olarak görülür diyor (Kraus, 1997:3)

Boş zaman davranışları, işlevsel açıdan iki güdüleme gücünün, aynı anda etkisi altında kalmaktadır. Bu güdülemelerden birisi, günlük yaşamın tek düzeliğinden, sıradanlığından, çevreden ve ilişkilerden uzaklaşmaktır. Diğeri ise, boş zaman etkinliklerine katılarak kendini belirleme, etkin olma, üstünlük, mücadele, öğrenme, keşif, rahatlama gibi kişisel toplumsal iletişim gibi psikolojik ödül beklentisi ile güdülenmesidir (Küçüktopuzlu, 2003:33–45).

Bireylerin boş zaman süreleri incelendiğinde;

a) Uzun süreli boş zamanlar (çocukluk dönemi- toplumsallaşma süreci içinde pasif konumda olunan yaşam dilimi; yıllık izinler ve emeklilik dönemi),

b) kısa süreli boş zamanlar (günlük çalışma saatlerinin dışında; hafta sonları ve kısa süreli tatiller),

olarak gruplanabilmektedir (Kaya, 2003:16).

Rekreasyonun kapsamlı bir tanımı Karaküçük tarafından yapılmıştır. Bu tanıma göre rekreasyon, insanın yoğun çalışma yükü, rutin hayat tarzı veya olumsuz çevresel etkilerden dolayı tehlikeye giren veya olumsuz etkilenen bedeni ve ruhi sağlığını tekrar elde etmek, korumak veya devam ettirmek aynı zamanda zevk ve haz almak amacıyla, kişisel doyum sağlayacak, tamamen çalışma ve zorunlu ihtiyaçlar için ayrılan zaman dışında kalan bağımsız ve bağlantısız boş zaman içinde, isteğe bağlı ve gönüllü olarak ferdi veya grup içinde seçerek yapılan etkinlikler olarak tanımlanmıştır (Karaküçük, 2005:61).

Genel olarak rekreasyon, 'kişisel doygunluk ve zevk için, insanların birey olarak, ya da topluca boş zamanlarını değerlendirmek için yaptığı çeşitli eylemler' olarak tanımlanabilir. Bu eylemler sonunda insan tatminkar duygularla dolar, tazelenir, canlanır ve çalışma hayatına yenilenerek, güç kazanarak döner. Rekreasyon eylemi, bireylerin ve toplumun, çağımızda teknolojik gelişme ve nüfus artışıyla ortaya çıkan çeşitli çevre sorunlarının yarattığı bunalımlardan kurtulmasında, insanın fizyolojik ve psikolojik sağlığını kazanmasında ve düzene koymasında, yaşamsal öneme sahip bir aktivitedir (Tan, 1981:147).

### **1.7. Rekreasyonun Özellikleri**

- 1- Rekreasyon faaliyetlerinin seçimi gönüllü olmalıdır.
- 2- Özgürlük hissi verir.
- 3- Faaliyetlere devam ve iştirak etmek zorunluluğu olmamalıdır.
- 4- Rekreasyon, boş zamanda yapılır.

- 5- Her yaştaki ve cinsteki insanların faaliyetlere katılımlarına imkân verir.
- 6- Rekreasyon faaliyetlerinde “insiyatif” kişinin kendisine bırakılmalıdır.
- 7- Rekreasyonel faaliyetler, her türlü açık veya kapalı alanlar ile her mevsim ve iklim şartlarında uygulanabilmektedir.
- 8- Rekreasyon bir faaliyeti gerektirir.
- 9- Rekreasyon çok çeşitli faaliyetler içerir.
- 10- Rekreasyon haz ve neşe sağlayan bir faaliyettir.
- 11- Rekreasyon evrensel olarak uygulanmaktadır.
- 12- Rekreasyon, kişinin kendisini ifade edebilme ve yaratıcı olabilmesine imkân sağlayıcı faaliyetler içermelidir.
- 13- Rekreasyonun her kişiye göre bir amacı vardır.
- 14- Rekreasyonel faaliyetlerin katılımcıya kişisel ve toplumsal özellikler kazandırması beklenir.
- 15- Rekreasyon, toplumun geleneklerine, törelerine, ahlaki ve manevi değerlerine uygun olmalı ve sosyal değerlere ters düşmemelidir.
- 16- Rekreasyon, bir faaliyet yapılırken, ikinci veya daha fazla faaliyetlere de ilgi duyma veya gerçekleştirme imkânı verir.
- 17- Rekreasyon etkinlikleri, rekreasyonistler tarafından üstlenilir.
- 18- Rekreasyon eylemi, planlı veya plansız, beceri sahibi kişilerle ve beceri sahibi olmayan kişilerle ya da organize veya organize olmamış mekânlarda yapılabilmektedir.
- 19- Rekreasyon, rekreatif etkinliklere katılma sonucu ortaya çıkan bir deneyimdir (Karaküçük, 1999:67-68).

## 1.8. Rekreasyonun Sınıflandırılması

Rekreasyon çeşitlerinin sınıflandırılmasında bir çok kriter rol oynamaktadır. Bu durumun nedeni rekreasyonun çok yönlü olmasıdır. Bu nedenle kesin bir sınıflandırma yapmak zordur (Özbey ve Çelebi, 2003:231).

Karaküçük, rekreasyonu öncelikle 1. amaçlarına göre, 2. çeşitli kriterlere göre ve 3. özel işlevleri dikkate alınarak belirli eylem ve durgunluk hallerine göre üç bölüme ayırarak sınıflandırmıştır (Karaküçük, 2005:77).

Rekreasyon Dumazedier'e göre beş gruba ayrılmaktadır:

- a) Fiziksel: Yürüyüş, spor, seyahat gibi
- b) Sanatsal: Güzel sanatların dalları ile ilgilenme
- c) Pratik/Uygulamalı İşler: El sanatları, el işler gibi
- d) Entelektüel: Okuma
- e) Toplumsal: Eğlenme, ziyaretler gibi (Dumazedier, 1968:9).

Hazar ise rekreasyonu katılımcıların özellikleri, mekan, fonksiyon gibi kriterleri dikkate alarak altı ana grupta toplamıştır (Hazar, 2003:22). Bu gruplar;

1- Etkinliklere katılma şekline göre rekreasyon;

- Etken (aktif) rekreasyon,
- Edilgen (pasif) rekreasyon,

2- Mekansal açıdan rekreasyon;

- Açık alan rekreasyonu,
- Kapalı alan rekreasyonu,

3- Katılımcıların milliyetlerine göre rekreasyon;

- Ulusal rekreasyon,
- Uluslararası rekreasyon,

4- Katılımcıların yaşlarına göre rekreasyon;

- Çocuk rekreasyonu,
- Gençlik rekreasyonu,
- Yetişkin rekreasyonu,
- Üçüncü kuşak rekreasyonu,

5- Katılımcıların sayısına göre rekreasyon;

- Bireysel rekreasyon,
- Grup rekreasyonu,

6- Fonksiyonel açıdan rekreasyon;

- Ticari rekreasyon,
- Estetik rekreasyon,
- Sosyal rekreasyon,
- Terapatik rekreasyon,
- Fiziksel rekreasyon,
- Sanatsal rekreasyon,
- Kültürel rekreasyon,
- Turistik rekreasyon,

Rekreasyon; kent içi ve kent dışı faaliyetlerine daha çok yeğlenen kırsal rekreasyon faaliyetleri şeklinde de sınıflandırılmaktadır.

Kent içi rekreasyon uygulamaları geniş bir ticari potansiyeli de doğurmaktadır. Kentlerin büyüklük, gelişmişlik düzeyleriyle ve modern kent alanlarıyla da ilgili olarak bu sektör kendisini daha fazla gösterebilmektedir. Özellikle, gelişmiş, modern kentlerde çok amaçlı, fonksiyonel ve belirli merkezlerde toplanan rekreasyon ve eğlence bölgelerine rastlanılmaktadır.



Kırsal rekreasyon etkinlikleri ise, hem kısa, hem de uzun süreli boş zamanlarda insanların, genellikle kent dışına çıkarak gerçekleştirdikleri faaliyetlerden oluşmaktadır. Bunlar; günlük gezinti, hafta sonu spor ve tatilde dinlenme şeklinde veya kaplıcalara, plajlara, kış sporları merkezlerine giderek kısa dinlenmeler, daha uzun süren seyahatleri içeren turizm ve hafta sonu gezileri gibi etkinlikler şeklinde gruplandırılmaktadır (Özgüç, 1984:7).

Aktif(etken) faaliyetleri; spor yapmak, araştırma yapmak, fotoğrafçılık, yabancı dil öğrenmek, bir müzik aleti çalmak, şarkı söylemek, resim yapmak, el işi, nakış işlemek, yün örmek, seyahat etmek vb. oluşturmaktadır (Köknel, 1993:349-352).

Pasif(edilgen) faaliyetler ise; televizyon izlemek, radyo dinlemek, sinemaya, tiyatroya gitmek, arkadaşlarla amaçsız dolaşmak, kahveye gitmek, gazete okumak gibi (Gülbahçe, 1996:94).

## **1.9. Rekreasyona Duyulan İhtiyaç ve Nedenleri**

### **1. Kişisel Yönden**

Rekreasyona duyulan ihtiyacın kişisel yönden nedenleri şu şekilde sıralanmaktadır.

- a) Fiziki sağlık gelişimi yaratır.
- b) Ruh sağlığı kazandırır.
- c) İnsanı sosyalleştirir.
- d) Kişisel beceri ve yeteneğini gelişmesini sağlar.
- e) Yaratıcı gücü geliştirir.
- f) Çalışma başarısı ve iş verimini artırır.
- g) Ekonomik hareketi geliştirir.
- h) İnsanı mutlu eder.

### **2. Toplumsal Yönden**

- a) Toplumsal dayanışmayı ve bütünleşmeyi sağlar.

b) Demokratik toplumun yaratılmasına imkân sağlar (Soykan, 2004:61).

Sanayi devrimi ile birlikte oluşan ve günümüze dek gelişen boş zaman değerlendirme olgusu her geçen gün önemini arttırmakta ve hatta toplumların geleceğini ciddi olarak etkilemektedir. Karaküçük'ün "boş zamanları iki tarafı keskin bir kılıca benzetmek mümkündür. Olumlu kullanılırsa, kişisel ve toplumsal gelişimi, olumsuz kullanılırsa, bunalım, başıbozukluk gibi problemler doğurabilmektedir." şeklindeki çarpıcı ifadesi konunun önemini en açık şekli ile ortaya koymaktadır (İlban ve Özcan, 2003:46).

Rekreasyon gelişmiş ve gelişmekte olan ülkelerde özellikle boş zamanların artmasıyla orantılı olarak önemi artan bir kavramdır. Rekreasyon çalışmaları eğitimi desteklediği, kültürel ve ekonomik kalkınmayı hızlandırdığı ve çalışma verimini artırdığı için önemli, beden ve ruh sağlığının korunması ve onarılması, toplum için zararlı davranışların yerleşmemesi açısından da gerekli bir olgudur (Pulur, 2003:427).

Rekreasyon aktivitelerine katılan bir insanın, rutin hayatın terk edilmesi anlamına gelen kaçış ve beklentileri ifade eden yönelik anlayışı paralelindeki su temel motifler üzerinde gruplaştırabilen ihtiyaçlara cevap aradığını söyleyebiliriz:

1. Fiziksel gücün yenilenmesi, bedeni sağlığın kazanılması anlamında fiziksel motifler.
2. Rutin hayattan uzaklaşma, oyalanma, doğaya yönelme, değişiklik ve macera arzusu anlamında psikolojik motifler.
3. Diğer insanlarla tanışma, eğlenme, sosyalleşme anlamında toplumsal motifler.
4. Yabancı insanlara, toplumlara, onların geleneklerine, dillerine ve sanata duyulan ilgi anlamına kültürel motifler (Toskay, 1983:117).

Tillman'a göre rekreasyona duyulan ihtiyacın nedenleri şu şekildedir;

- Macera, rahatlama, fantezi gibi yeni tecrübeler,
- Farkında olma ve kimlik geliştirme,
- Güvenlik,
- Çevredekilere hakimiyet kurma isteği,

- Sosyal etkileşim ve sorumluluk (diğerleri ile birlikte olma),
- Zihinsel aktivite (anlamak ve farkında olmak),
- Yaratıcılık,
- Diğerlerine hizmet etmek (ihtiyaç duyulma ihtiyacı),
- Fiziksel aktivite ve zindelik (Torkildsen, 2005:100).

### **1.10. Spor Kavramı**

Spor kavramı, insanlık tarihinin başlangıcına kadar uzanan uzun süreli bir geçmişe sahip olmakla beraber, her geçen gün toplum hayatında daha önemli bir yer teşkil etmeye başlayan bir olgu olarak karşımıza çıkmaktadır (Soydan, 2006:2).

Spor, doğuştan insanın beraberinde getirdiği şuurlu olmayan bir dürtü ile başlar. Zira yeni doğan çocuktaki hareket arzusu, hayati vital bir spordur. Bu dürtü ileride oyuna dönüştüğünde, bir spor anlamı kazanacaktır. Çocuktaki bu dürtü ile gelişen hareketleri önlemeye çalışırsanız, o zaman çocuğun ağladığını ve gerginliğe girdiğini göreceksiniz. Demek oluyor ki, daha doğuştan itibaren, önlenen ve kısıtlanan hareket, bir stres faktörüdür. Sıkı sıkı kundaklanan bir çocuktan, ileride iyi bir fizyolojik ve psikolojik yapı ve ruh gelişmesi beklenemez ve ondan sporcu olmaz (Aksoy, 1991:33).

Spor, uğraşanlar açısından yarışma kazanmaya dönük, fiziksel, zihinsel ve teknik bir çaba, izleyenler açısından heyecan ve estetik duygusu kazandıran bir süreç, genel bütünlüğü içerisinde ise anatomi, fizyoloji, ortopedi biyomekanik, psikoloji gibi bilim dallarının yardımı ile gelişen, sürdürülen bir bilimsel olgudur (Erkal, 1992:29).

Günümüzde spor, çeşitli özellikleri ile önemli bir toplumsal kurum olmuştur. Gerek bedensel performans sınırlarının son derece genişlemesi, gerekse sporun ekonomik ve politik öneminin artması çeşitli insan ve meslek guruplarının arasına 'spor ve sporcuyu' da sokmuştur (Başer, 1985:18).

Günümüz teknolojisini de göz önüne alırsak, sanayi alanındaki ilerlemeler, hızla gelişen kentleşme süreci, boş zaman olarak nitelendirdiğimiz serbest zaman olgusunun artması gibi değişiklikler spor kavramına daha da değişik ve önemli bir boyut kazandırmıştır (Bakırözü, 2001:1).

### **1.11. Rekreasyon ve Spor**

Spor, rekreasyonun en kapsamlı, çeşitli ve ilgi çeken alanlarından birini oluşturmaktadır. Spor ve rekreasyon karşılıklı olarak birbirlerini etkilerler. Spor insanların rekreatif gereksinimlerini karşılamada önemli bir hareket alanı sağlarken, rekreasyonda sporun toplumsal yaygınlaşmasında ve sportif başarılar elde edilmesinde önemli roller üstlenmiştir. Spor bu rolünü genellikle herkes için spor veya sağlıklı yaşam için spor gibi etkinlik rollerini yerine getirerek gerçekleştirmektedir. Spor bir boş zaman uğraşısı olarak yani amatörce yapılan şekliyle rekreatif faaliyet özelliği taşımaktadır. Dumas'a göre spor, insanın emrine ve hizmetinde olursa rekreasyon faaliyeti; eğer insan sporun emrine girerse o zamanda spor bir meslek özelliği taşıyarak rekreasyon faaliyeti kapsamı dışında kalmaktadır (Nimet, 2007:13).

Yapılan araştırmalar, rekreasyon amaçlı sportif faaliyetleri tercih eden insanların sayısının diğer faaliyetlere katılanlardan daha fazla olduğunu göstermektedir. Örneğin, Almanya'da halkın %61 boş zaman etkinliklerinden sporu tercih etmektedir. Ayrıca 1987 yılında Almanya'da 6-16 yaş arasındaki 190.000 kişi üzerinde yapılan bir anket araştırmasında araştırmaya katılan gençlerin %60'nun boş zamanlarını spor yaparak geçirdiklerini ortaya çıkarmıştır. Boş zamanlarda sportif faaliyetlere aktif katılmayı tercih etme oranının yüksek olmasındaki temel nedenler, sporun kişisel ve toplumsal özelliklerinden kaynaklanmaktadır (Bahadır, 2010:19).

Rekreasyon ve spor için yapılan tanımlardan yola çıkarak, toplumun tüm grupları gibi üniversite gençliğinin de rekreatif ihtiyaçlarını karşılarken spora ihtiyaç duyduğunu söylemek mümkündür. Yüksek öğretim gençliğinin boş zamanlarını olumlu yönde değerlendirme rekreatif faaliyetlere katılması, organize etmesi, yönlendirmesi kişiliğinin gelişmesinde önemli rol oynar (Soyer ve Can, 2003:102).

### **1.12. Yüzmenin Tanımı**

Yüzme, suyun üzerinde kol ve bacak hareketlerini yaparak kayma, ilerleme aktivitesidir. Bu aktivite, insan organizmasının alışmadığı ve diğer spor disiplinlerine göre kolay olmayan bir ortamda, su içinde ve normal olmayan bir pozisyonda (horizontal) yapılmaktadır. Organizma için; suyun niteliği, yoğunluğu ve ısı iletimi farklı özellikler taşımaktadır. Suyun farklı özellikleri solunum sistemi üzerine baskı

etkisi yapar. Bu etki, solunumu kolaylaştıran değil zorlaştıran bir özelliktir. Suda solunum kulaçlarla uyumlu olmak zorundadır (Akgün, 1994:154).

### **1.12.1. Yüzmenin Tarihçesi**

#### **1.12.1.1. Dünyada Yüzme**

İnsanların yerleşik yaşama geçmeleriyle birlikte ilk yerleşim alanları da, kolayca yiyecek bulabilmeleri açısından, genellikle su kenarları olmuştur. Bu nedenle yüzmenin tarihi en az insanlık tarihi kadar eskidir (Adıyaman, 2006:3).

İlk çağlarda diğer vücut hareketleri gibi insanın kendisini koruyabilmesi için gerekli olan bir yetiydi. Su hakkında edinmiş oldukları bilgileri, yüzme ve dalmadaki becerileri, insanlara düşmanlarından korunmada yardımcı olurdu. Hatta bir nehri geçmek için köprü kurmak yerine yüzerek geçtikleri bilinir (Şen, 2001:22).

Yapılan arkeolojik araştırmalarda, yüzme ile ilgili ilk bilgileri M.Ö. 9000 yıllarına kadar götürmektedir. En eski kalıntılar, Libya çölünde Sori vadisindeki mağara duvarlarından kazılarak elde edilmiştir (Adıyaman, 2006:3).

Modern anlamda ilk yüzme hareketleri 1828 yılında Liverpool'da yapılan açık yüzme havuzu ile başlamıştır. 1837' de ilk uluslar arası yüzme yarışları Londra'da ve ardından 1846'da Avustralya'da düzenlendi. 1875'de İngiliz Mathew Webbe, Manş Denizini kurbağalama tekniği ile yüzerek geçti (Spor, 1991:328)

#### **1.12.1.2. Türkiye'de Yüzme**

Türkiye'de modern anlamda yüzme sporuna ilk adım, 1873 yılında Galatasaray Sultanisi'nde atılmıştır. Yine o yıllarda Heybeliada'daki Mekteb-i Fünun-u Bahriye (Deniz Harp Okulu) yüzme sporunun yapıldığı okullardandır. Fenerbahçe, faaliyetleri arasında yüzme sporuna yer veren ilk kulüp olmuştur. Said Salahaddin Bey ilk uzun mesafe yüzücümüz, Kemal Akşi Bey de ilk sürat şampiyonumuz olmuştur. Yine bu dönemde, Galatasaray Kulübü'nde de yüzme sporunun başlamasıyla, sarı kırmızılılar da başta Şeref Hüsameddin Bey olmak üzere birçok yetenekli yüzücü ortaya çıkartmışlardır. İlk İstanbul Yüzme Şampiyonası, 1928 yılında Kalamış'ta yapılmıştır (Atabeyoğlu, 1993:37).

1923'de Türkiye İdman Cemiyetleri İttifakı'nın kurulmasından sonra, 1931 yılında, Boğaziçi iskeleleri arasında yolcu vapurları işleten şirket-i Hayriye tarafından, Boğaziçi'nde, Türkiye'nin ilk yüzme havuzu yaptırılmıştır. 1930'lu yılların yüzme sporu açısından en önemli hareketlerinden biri de İstanbul Su Sporları Kulübü'nün faaliyete geçmesi olmuştur (Dölek, 2010:13).

1980'li yılların sonlarında ortaya çıkan yeni isimler yüzme sporunda yeni ufuklar açmıştır. Bunların başında Derya Büyükuncu gelmektedir. 1985–1989 yılları arasında Balkan Yaş Grupları şampiyonalarında toplam 17 altın madalya kazanmış ve çok sayıda Türkiye rekoruna imza atmıştır. 1992'den itibaren peş peşe, beş kere yaz olimpiyatlarında yarışmıştır. Bayanlarda ise Nesrin Özgün bu dönemde çok sayıda Türkiye rekoruna imza atmıştır. 1993 yılında Fransa'da yapılan Akdeniz Oyunları'nda Derya Büyükuncu 200m sırtüstünde birinci olarak, yüzme sporunda bu büyüklükteki bir organizasyonda ilk altın madalyayı almıştır. Yine Derya Büyükuncu 1999 yılında Yunanistan'da Avrupa Kısa Kulvar Yüzme Şampiyonası'nda bronz ve 2000 FINA Dünya Kısa Kulvar Şampiyonası'nda 100 m sırtüstünde bronz madalyanın sahibi olmuştur (Dölek, 2010:14).

## BÖLÜM 2. BULGULAR

### 2.1. Demografik Bilgiler

Anket gurubunu, Kocaeli ilinde bulunan altı yüzme kulübünde yüzme sporu ile ilgilenen 300 sporcu oluşturmaktadır ve gurupla ilgili detaylı bilgiler Tablo; 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 ve 8’de gösterilmiştir.

### 2.2. Frekanslar

**Tablo 1. Sporcuların Yüzme Kulüplerine Göre Dağılım Oranları**

Kulübün Adı	Frekans	Yüzde (%)
Akademi Spor Yüzme Kulübü	15	5.0
Çınarlı Spor Yüzme Kulübü	24	8.0
Gölcük Akademi Yüzme Kulübü	90	30.0
Kocaeli Yüzme Kulübü	57	19.0
Poyraz Spor Yüzme Kulübü	42	14.0
Yıldızlar Yüzme Kulübü	72	24.0
TOPLAM	300	100.0

Tablo 1’de; ankete katılan sporcuların spor kulüplerine göre yüzdelerik dağılımları görülmektedir.

**Tablo 2. Sporcuların Yaş Gruplarına Göre Dağılım Oranları**

Yaş	Frekans	Yüzde (%)
8	30	10.0
9	48	16.0
10	57	19.0
11	45	15.0
12	51	17.0
13	42	14.0
14 ve üstü	27	9.0
TOPLAM	300	100.0

Tablo 2’de; ankete katılan sporcuların yaş grupları ve buna göre oluşan dağılım oranları görülmektedir.

**Tablo 3. Sporcuların Cinsiyetlerine Göre Dağılım Oranları**

Cinsiyet	Frekans	Yüzde (%)
Kız	165	55.0
Erkek	135	45.0
TOPLAM	300	100.0

Tablo 3’de; ankete katılan sporcuların cinsiyetlerine göre oluşan dağılım oranları görülmektedir.



**Tablo 4. Sporcuların Okul Türlerine Göre Dağılım Oranları**

Okul Türü	Frekans	Yüzde (%)
Devlet Okulu	177	59.0
M.E.B.'e bağlı Özel Okul	123	41.0
TOPLAM	300	100.0

Tablo 4'te; ankete katılan sporcuların okul türlerine göre oluşan dağılım oranları görülmektedir.

**Tablo 5. Sporcuların Annelerinin Eğitim Durumlarına Göre Dağılım Oranları**

Annelerin Eğitim Durumu	Frekans	Yüzde (%)
İlkokul	18	6.0
Ortaokul	48	16.0
Lise	138	46.0
Üniversite	75	25.0
Yüksek Lisans/Doktora	21	7.0
TOPLAM	300	100.0

Tablo 5'te; ankete katılan sporcuların annelerinin eğitim durumlarına göre dağılım oranları görülmektedir.

**Tablo 6. Sporcuların Babalarının Eğitim Durumlarına Göre Dağılım Oranları**

Babanızın Eğitim Durumu	Frekans	Yüzde (%)
İlkokul	12	4.0
Ortaokul	42	14.0
Lise	126	42.0
Üniversite	87	29.0
Yüksek Lisans/Doktora	33	11.0
TOPLAM	300	100.0

Tablo 6’da; ankete katılan sporcuların babalarının eğitim durumlarına göre dağılım oranları görülmektedir.

**Tablo 7. Sporcuların Annelerinin Mesleklerine Göre Dağılım Oranları**

Annenizin Mesleği	Frekans	Yüzde (%)
Esnaf	69	23.0
İşçi	18	6.0
Memur	114	38.0
Ev Hanımı	90	30.0
Diğer	9	3.0
TOPLAM	300	100.0

Tablo 7’de; ankete katılan sporcuların annelerinin mesleklerine göre dağılım oranları verilmiştir.

**Tablo 8. Sporcuların Babalarının Mesleklerine Göre Dağılım Oranları**

Babanızın Mesleği	Frekans	Yüzde (%)
Esnaf	99	33.0
İşçi	90	30.0
Memur	78	26.0
Diğer	33	11.0
TOPLAM	300	100.0

Tablo 8’de; ankete katılan sporcuların babalarının mesleklerine göre dağılım oranları verilmiştir.

**Tablo 9. Sporcuların Serbest Zamanlarında En Çok Neler Yaptıklarıyla İlgili Tablo**

Serbest Zamanlarınızda En Çok Neler Yaparsınız?	Frekans	Yüzde (%)
Çeşitli Oyunlar Oynarım	81	27.0
Kitap, Gazete, Dergi Okurum	66	22.0
Sinema ve/veya Tiyatroya Giderim.	48	16.0
Müzik Dinlerim	105	35.0
TOPLAM	300	100.0

Tablo 9’da; ankete katılan sporcuların serbest zamanlarında en çok neler yaptıkları sorusuna verdikleri yanıtlar görülmektedir.

**Tablo 10. Sporcuların Serbest Zaman Değerlendirmede Ailelerinden Bilgi Alıp Almadıklarını Gösteren Tablo**

Aileniz Serbest Zamanlarınızın Değerlendirilmesi İle İlgili Bilgi Veriyor mu?	Frekans	Yüzde (%)
Evet	228	76.0
Hayır	72	24.0
TOPLAM	300	100.0

Tablo 10'da; ankete katılan sporcuların, serbest zamanlarını değerlendirmede ailelerinden bilgi alıp almadıklarıyla ilgili oranlar görülmektedir.

**Tablo 11. Sporcuların Serbest Zaman Etkinliklerini Seçerken En Çok Neden Etkilendiklerini Gösteren Tablo**

Katıldığınız Serbest Zaman Etkinliklerini Seçerken En Çok Neden Etkilenirsiniz?	Frekans	Yüzde (%)
Televizyon ve Gazeteler	36	12.0
Arkadaşlar	99	33.0
Öğretmen ve Antrenörler	66	22.0
Ailem	54	18.0
Kendim Seçerim	45	15.0
TOPLAM	300	100.0

Tablo 11'de; ankete katılan sporcuların, serbest zaman etkinliklerini seçerken en çok neden etkilendiği ile ilgili oranlar görülmektedir.

**Tablo 12. Sporcuların Serbest Zaman Faaliyetlerini Tercih Etme Nedenlerini Gösteren Tablo**

Serbest Zaman Faaliyetlerini Tercih Etme Nedenleriniz Nelerdir?	Frekans	Yüzde (%)
Katıldığım Faaliyetler Yeteneklerime Uygun Olduğu İçin	78	26.0
Arkadaşlarımla Birlikte Olmak İçin	156	52.0
Güzel Bir Ortam Olduğu İçin	66	22.0
TOPLAM	300	100.0

Tablo 12’de; ankete katılan sporcuların, serbest zaman faaliyetlerini tercih etme nedenleri ile ilgili oranlar görülmektedir.

**Tablo 13. Serbest Zaman Faaliyetlerinin Sporcular Üzerinde Bıraktığı Etkiyi Gösteren Tablo**

Serbest Zaman Faaliyetlerinin Üzerinizde Bıraktığı Etki Nedir?	Frekans	Yüzde (%)
Dinlendirici Buluyorum	57	19.0
Eğlendirici, Mutlu Edici ve Heyecan Verici Buluyorum	156	52.0
Eğitici Buluyorum	27	9.0
Sağlığım Olumlu Etki Yapıyor	18	6.0
İnsanlarla Daha Kolay İlişki Kurabiliyorum, Çevrem Genişliyor	42	14.0
TOPLAM	300	100.0

Tablo 13 incelendiğinde; serbest zaman faaliyetlerinin ankete katılan sporcular üzerinde bıraktığı etkiye göre dağılım oranları görülmektedir.

**Tablo 14. Sporcuların Mensubu Oldukları Yüzme Kulübüne Katılım Amaçlarını Gösteren Tablo**

Sporcusu Olduğunuz Yüzme Kulübüne Katılım Amacınız Nedir?	Frekans	Yüzde (%)
Serbest Zamanımı Değerlendirmek	48	16.0
Sağlıklı Bir Yaşam Sürebilmek	75	25.0
Arkadaşlarımla Beraber Olmak	69	23.0
Sevdiğim İşı Yapabilmek ve Bu Alandaki Yenilikleri Öğrenmek	72	24.0
Bir Amacım Yok	36	12.0
TOPLAM	300	100.0

Tablo 14'te; ankete katılan sporcuların mensubu oldukları yüzme kulübüne katılım amaçlarına göre dağılım oranları görülmektedir.

**Tablo 15. Sporcuların Mensubu Oldukları Yüzme Kulübünde Düzenli Olarak Toplantı/Etkinlik Yapıp Yapmadıklarını Gösteren Tablo**

Sporcusu Olduğunuz Yüzme Kulübünde Düzenli Olarak Toplantı/Etkinlik Yapar mısınız?	Frekans	Yüzde (%)
Evet	201	67.0
Hayır	99	33.0
TOPLAM	300	100.0

Tablo 15 incelendiğinde; ankete katılan sporcuların mensubu oldukları yüzme kulübünde düzenli olarak toplantı/etkinlik yapıp yapmadıklarını açıklayan tablo görülmektedir.

**Tablo 16. Sporcuların Serbest Zamanlarını Doldurmada Zorluk Çekip Çekmediğini Gösteren Tablo**

Serbest Zamanlarınızı Doldurmada Güçlük Çekiyor musunuz?	Frekans	Yüzde (%)
Evet	168	56.0
Hayır	132	44.0
TOPLAM	300	100.0

Tablo 16'da; ankete katılan sporcuların serbest zamanlarını doldurmada zorluk çekip çekmediğini açıklayan tablo görülmektedir.

**Tablo 17. Sporcuların Haftada Kaç Gün Serbest Zaman Faaliyetine Katıldığını Gösteren Tablo**

Haftada Kaç Gün Serbest Zaman Faaliyetine Katılıyorsunuz?	Frekans	Yüzde (%)
Hiç	33	11.0
1-3 Gün	96	32.0
4-6 Gün	120	40.0
7 Gün	51	17.0
TOPLAM	300	100.0

Tablo 17 incelendiğinde; ankete katılan sporcuların haftada kaç gün serbest zaman faaliyetine katıldıklarını açıklayan tablo görülmektedir.



**Tablo 18. Sporcuların Günde Kaç Saat Serbest Zaman Faaliyetine Katıldığını Gösteren Tablo**

Günde Kaç Saat Serbest Zaman Faaliyetine Katılıyorsunuz?	Frekans	Yüzde (%)
Hiç	42	14.0
1 Saat	57	19.0
2 Saat	54	18.0
3 Saat	63	21.0
4 Saat ve Üstü	84	28.0
TOPLAM	300	100.0

Tablo 18’de; ankete katılan sporcuların günde kaç saat serbest zaman faaliyetine katıldıklarını açıklayan tablo görülmektedir.

**Tablo 19. Sporcuların Serbest Zamanlarını Yeterince Değerlendirip Değerlendirmedikleri Sorusuna Verdikleri Cevapları Gösteren Tablo**

Serbest Zamanlarınızı Yeterince Değerlendirdiğinizi Düşünüyor musunuz?	Frekans	Yüzde (%)
Evet	183	61.0
Hayır	117	39.0
TOPLAM	300	100.0

Tablo 19’da; sporcuların serbest zamanlarını yeterince değerlendirip değerlendirmedikleri sorusuna verdikleri cevapları açıklayan tablo görülmektedir.

### 2.3. Analizler

**Tablo 20. Sporcuların Okudukları Okul Türü Değişkenine Göre Ailelerinin Serbest Zamanlarının Değerlendirilmesi İle İlgili Bilgi Verip Vermemesine İlişkin Verilerin Dağılımı**

		Soru 4		
		Devlet Okulu	M.E.B.'e Bağlı Özel Okul	Toplam
Soru 10	Evet	119 67,2%	109 88,6%	228 76,0%
	Hayır	58 32,8%	14 11,4%	72 24,0%
Toplam		177 100,0%	123 100,0%	300 100,0%

### Ki-kare Testi

	Value	Df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	18,197(b)	1	,000		
Continuity Correction(a)	17,043	1	,000		
Likelihood Ratio	19,544	1	,000		
Fisher's Exact Test				,000	,000
Linear-by-Linear Association	18,136	1	,000		
N of Valid Cases	300				

a Computed only for a 2x2 table

b 0 cells (,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 29,52.

Tablo 20'de ankete katılan sporcuların okudukları okul türü ile ailelerinin serbest zamanlarının değerlendirilmesi ile ilgili bilgilendirip bilgilendirmediği konusu arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir ( $p < 0,05$ ). Sporculardan devlet okulunda okuyanların %67.2'si 'Evet' cevabı verirken M.E.B.'e bağlı özel okulda okuyanların %88.6'sı 'Evet' cevabı vermiştir. Ortaya çıkan bulgulara göre M.E.B.'e bağlı özel okula giden sporcuların, devlet okuluna giden sporculara göre, ailelerinden serbest zamanlarını nasıl değerlendirecekleri ile ilgili daha çok bilgi aldıkları görülmektedir.

**Tablo 21. Sporcuların Annelerinin Eğitim Durumu Değişkenine Göre Ailelerinin Serbest Zamanlarının Değerlendirilmesi İle İlgili Bilgi Verip Vermemesine İlişkin Verilerin Dağılımı**

		Soru 5					
		İlkokul	Ortaokul	Lise	Üniversite	Yüksek Lisans/ Doktora	Toplam
Soru 10	Evet	1	21	114	71	21	228
		5,6%	43,8%	82,6%	94,7%	100,0%	76,0%
	Hayır	17	27	24	4	0	72
		94,4%	56,3%	17,4%	5,3%	,0%	24,0%
Toplam		18	48	138	75	21	300
		100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

#### Ki-kare Testi

	Value	Df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	100,605(a)	4	,000
Likelihood Ratio	98,379	4	,000
Linear-by-Linear Association	83,631	1	,000
N of Valid Cases	300		

a 1 cells (10,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 4,32.

Tablo 21'deki verilere göre, ankete katılan sporcuların annelerinin eğitim durumları ile ailelerinin serbest zamanlarının değerlendirilmesi ile ilgili bilgilendirip bilgilendirmediği konusu arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir ( $p < 0,05$ ). Annesi ilköğretim mezunu olan sporculardan %5,6'sı ailelerinden serbest zamanlarını nasıl değerlendirecekleri ile ilgili bilgi aldıklarını söylerken, bu oran annelerin eğitim düzeyi arttıkça düzenli bir artış göstererek eğitim düzeyi yüksek lisans/doktora seviyesine geldiğinde %100'e ulaşmıştır.

**Tablo 22. Sporcuların Babalarının Eğitim Durumu Değişkenine Göre Ailelerinin Serbest Zamanlarının Değerlendirilmesi İle İlgili Bilgi Verip Vermemesine İlişkin Verilerin Dağılımı**

		Soru 6					
		İlkokul	Ortaokul	Lise	Üniversite	Yüksek Lisans/ Doktora	Toplam
Soru 10	Evet	1	16	98	81	32	228
		8,3%	38,1%	77,8%	93,1%	97,0%	76,0%
	Hayır	11	26	28	6	1	72
		91,7%	61,9%	22,2%	6,9%	3,0%	24,0%
	Toplam	12	42	126	87	33	300
		100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

#### Ki-kare Testi

	Value	Df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	85,334(a)	4	,000
Likelihood Ratio	81,829	4	,000
Linear-by-Linear Association	71,369	1	,000
N of Valid Cases	300		

a 1 cells (10,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 2,88.

Tablo 22 incelendiğinde, ankete katılan sporcuların babalarının eğitim durumları ile ailelerinin serbest zamanlarının değerlendirilmesi ile ilgili bilgilendirip bilgilendirmediği konusu arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir ( $p < 0,05$ ). Babası ilkokul mezunu olan sporculardan %8,3'ü ailelerinden serbest zamanlarını nasıl değerlendirecekleri ile ilgili bilgi aldıklarını söylerken, bu oran babaların eğitim düzeyi arttıkça düzenli bir artış göstererek eğitim düzeyi yüksek lisans/doktora seviyesine geldiğinde %97'ye ulaşmıştır.

**Tablo 23. Sporcuların Yaş Değişkenine Göre Serbest Zaman Faaliyetlerini Tercih Etme Nedenlerine İlişkin Verilerin Dağılımı**

		Soru 2							
		8	9	10	11	12	13	14 ve Üstü	Toplam
Soru 12	Katıldığım faaliyetler yeteneklerime uygun olduğu için	1	2	4	6	21	24	20	78
		3,3%	4,2%	7,0%	13,3%	41,2%	57,1%	74,1%	26,0%
	Arkadaşlarıyla birlikte olmak için	19	31	35	31	21	14	5	156
		63,3%	64,6%	61,4%	68,9%	41,2%	33,3%	18,5%	52,0%
	Güzel bir ortam olduğu için	10	15	18	8	9	4	2	66
		33,3%	31,3%	31,6%	17,8%	17,6%	9,5%	7,4%	22,0%
	Toplam	30	48	57	45	51	42	27	300
		100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

#### Ki-kare Testi

	Value	Df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	97,399(a)	12	,000
Likelihood Ratio	99,909	12	,000
Linear-by-Linear Association	64,516	1	,000
N of Valid Cases	300		

a 0 cells (,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 5,94.

Tablo 23'e bakıldığında, sporcuların yaşları ile serbest zaman faaliyetlerini tercih etme nedenleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $p < 0,05$ ). 'Serbest zaman faaliyetleri tercih etme nedenleriniz nelerdir?' sorusuna 'Katıldığım faaliyetler yeteneklerime uygun olduğu için' cevabını veren sporculardan 8 yaş gurubundakiler %3,3'te kalırken,

yaş gurubu yükseldikçe artış sağlanmış ve yaş gurubu 14 ve üstü seviyesine geldiğinde aynı cevabı verenlerin oranı %74,1'e ulaşmıştır. 'Arkadaşlarımla birlikte olmak için' cevabı en çok %68,9 ile 11 yaş gurubunda olurken, soruya aynı cevabı veren 14 yaş ve üstü sporcular %18,5 olarak belirlenmiştir. 'Güzel bir ortam olduğu için' cevabı 8 yaş gurubundakilerde yüksek görünürken (%33,3), 9 ve 10 yaş gurubunda da 8 yaş gurubuna yakın oranlar tespit edilmiştir (%31,3)(%31,6). Aynı cevap yaş seviyesi yükseldikçe düşmüştür.

**Tablo 24. Sporcuların Yaş Değişkenine Göre Serbest Zaman Faaliyetlerinin Üzerlerinde Bıraktığı Etkiye İlişkin Verilerin Dağılımı**

		Soru 2							
		8	9	10	11	12	13	14 ve Üstü	Toplam
Soru 13	Dinlendirici buluyorum	12	9	18	5	7	5	1	57
		40,0%	18,8%	31,6%	11,1%	13,7%	11,9%	3,7%	19,0%
	Eğlendirici, mutlu edici ve heyecan verici buluyorum	17	37	33	14	29	21	5	156
		56,7%	77,1%	57,9%	31,1%	56,9%	50,0%	18,5%	52,0%
	Eğitici buluyorum	1	1	1	0	5	8	11	27
		3,3%	2,1%	1,8%	,0%	9,8%	19,0%	40,7%	9,0%
	Sağlığım olumlu etki yapıyor	0	0	1	0	1	6	10	18
		,0%	,0%	1,8%	,0%	2,0%	14,3%	37,0%	6,0%
İnsanlarla daha kolay ilişki kurabiliyorum, çevrem genişliyor	0	1	4	26	9	2	0	42	
	,0%	2,1%	7,0%	57,8%	17,6%	4,8%	,0%	14,0%	
Toplam	30	48	57	45	51	42	27	300	
	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	

### Ki-kare Testi

	Value	Df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	218,628(a)	24	,000
Likelihood Ratio	180,260	24	,000
Linear-by-Linear Association	30,198	1	,000
N of Valid Cases	300		

a 15 cells (42,9%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 1,62.

Tablo 24'teki verilere göre, sporcuların yaşları ile serbest zaman faaliyetlerinin üzerlerinde bıraktığı etki arasında anlamlı bir ilişki olduğu söylenebilir ( $p < 0,05$ ). Serbest zaman faaliyetlerini eğitici bulan sporcuların %40,7'si 14 yaş ve üstü olarak belirlenmiştir. Ankete katılan 14 yaş ve üstü sporcuların %37'si 'Sağlığıma olumlu etki yapıyor' cevabını vermiştir. 'Eğlendirici, mutlu edici ve heyecan verici buluyorum' diyen sporculardan 9 yaş gurubunda olanların oranı %77,1 ile en yüksektir. 'Dinlendirici buluyorum' cevabı en çok %40 ile 8 yaş gurubu sporculardan gelirken 14 yaş ve üstü sporcuların sadece %3,7'si aynı cevabı vermiştir. 'İnsanlarla daha kolay ilişki kurabiliyorum, çevrem genişliyor' diyen sporculardan 11 yaş gurubunda olanların oranı %57,8 ile diğer yaş guruplarına göre oldukça yüksektir. Bu verilere göre, 14 yaş ve üstü sporcuların büyük bir kısmı serbest zaman faaliyetlerini eğitim ve sağlık yönünden bakarken, 9 yaş gurubu sporcuların bu faaliyetlere daha çok eğlence yönünden baktığı tespit edilmiş, 11 yaş gurubunun ise aynı faaliyetlere ikili ilişkiler ve çevre edinme yönünden baktığı saptanmıştır.



**Tablo 25. Sporcuların Okul Türü Değişkenine Göre Serbest Zamanlarını Doldurmakta Zorluk Çekip Çekmediklerine İlişkin Verilerin Dağılımı**

		Soru 4		
		Devlet Okulu	M.E.B.'e Bağlı Özel Okul	Toplam
Soru 16	Evet	131	37	168
		74,0%	30,1%	56,0%
	Hayır	46	86	132
		26,0%	69,9%	44,0%
	Toplam	177	123	300
		100,0%	100,0%	100,0%

#### Ki-kare Testi

	Value	Df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	56,838(b)	1	,000		
Continuity Correction(a)	55,069	1	,000		
Likelihood Ratio	58,296	1	,000		
Fisher's Exact Test				,000	,000
Linear-by-Linear Association	56,649	1	,000		
N of Valid Cases	300				

a Computed only for a 2x2 table

b 0 cells (,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 54,12.

Tablo 25'e bakıldığında, sporcuların okul türü ile serbest zamanlarını doldurmakta güçlük çekip çekmemesi arasında anlamlı bir ilişki gözlemlenmiştir ( $p < 0,05$ ). Ankete katılan sporculardan serbest zamanlarını doldurmakta güçlük çektiğini söyleyenlerin %74'ü devlet okuluna giderken %30,1 özel okula gitmekte olduğu tespit edilmiştir. Buna göre, özel okula giden sporcuların serbest zamanlarını daha kolay doldurdıkları söylenebilir.

## SONUÇ VE ÖNERİLER

Kocaeli ili yüzme kulüplerindeki sporcuların rekreasyon faaliyetlerinin incelenmesi üzerine yapılan bu araştırmanın sonuçları incelendiğinde, ankete katılan toplam 300 sporcunun, %5'i Akademi Spor Yüzme Kulübü'nün, %8'i Çınarlı Yüzme Kulübü'nün, %30'u Gölcük Akademi Yüzme Kulübü'nün, %19'u Kocaeli Yüzme Kulübü'nün, %14'ü Poyraz Spor Yüzme Kulübü'nün ve %24'ü Yıldızlar Yüzme Kulübü'nün sporcusu olduğu tespit edilmiştir (Tablo 1).

Sporcuların %10'u 8 yaşında, %16'sı 9 yaşında, %19'u 10 yaşında, %15'i 11 yaşında, %17'si 12 yaşında, %14'ü 13 yaşında, %9'u ise 14 yaş ve üstündedir (Tablo 2).

Sporcuların %55'inin kız, %45'inin erkek olduğu tespit edilmiştir (Tablo 3)

Sporcuların %59'u devlet okuluna giderken, %41'i M.E.B.'e bağlı özel okula gittiği görülmektedir (Tablo 4)

Sporcuların ailelerinin eğitim durumlarına bakıldığında, annelerinin, %6'sı ilkokul, %16'sı ortaokul, %46'sı lise, %25'i üniversite, %7'si yüksek lisans/doktora mezunu iken babalarının, %4'ü ilkokul, %14'ü ortaokul, %42'si lise, %29'u üniversite, %11'i yüksek lisans/doktora mezunu olduğu görülmektedir (Tablo 5,6)

Sporcuların ailelerinin meslek durumuna bakıldığında, annelerinin, %23'ünün esnaf, %6'sının işçi, %38'inin memur, %30'unun ev hanımı olduğu, babalarının ise %33'ünün esnaf, %30'unun işçi, %26'sının memur olduğu görülmektedir. 'Annenizin mesleği' sorusuna 'Diğer' cevabı veren 9 sporcunun (%3), annesinin emekli olduğu, 'Babanızın mesleği' sorusuna 'Diğer' cevabı veren 33 sporcunun (%11) ise, 24'ünün babasının emekli, kalan 9'unun babasının da işsiz olduğu tespit edilmiştir (Tablo 7,8).

Sporcuların serbest zamanlarında en çok müzik dinlediği (%35), daha sonra çeşitli oyunlar oynadığı(%27), kitap, gazete ve dergi okuduğu(%22), sinema ve/veya tiyatroya gittiği(%16) belirlenmiştir (Tablo 9).

Sporcuların %76'lık bölümü, serbest zamanlarını değerlendirme konusunda ailelerinden destek aldığını belirtirken, kalan %24'lük bölüm ailesinden bu konuda bilgi almadığını belirtmiştir (Tablo 10).

Ankete katılan sporcuların serbest zaman etkinliklerini seçerken en çok arkadaşlarından etkilendiği(%33), daha sonra ise sırasıyla öğretmen ve antrenörlerinden(%22), ailesinden(%18), son olarak televizyon ve gazetelerden(%12) etkilendiği belirlenmiştir. Sporcuların %15'lik bir kısmı ise serbest zaman etkinliklerini kendilerinin seçtiklerini belirtmiştir (Tablo 11).

Sporcuların büyük bir kısmı, serbest zaman faaliyetlerini arkadaşlarıyla birlikte olabilmek için tercih ederken(%52), 'katıldığım serbest zaman faaliyetleri yeteneklerine uygun olduğu için' diyen %26, 'güzel bir ortam olduğu için' diyen %22 olarak tespit edilmiştir (Tablo 12).

Sporcuların %52'lik bir kısmı serbest zaman faaliyetlerini eğlendirici, mutlu edici ve heyecan verici bulduğunu belirtirken, %19'u dinlendirici bulduğunu, %14'ü insanlarla daha kolay ilişkiler kurabildiğini ve çevresinin genişlemesinde yardımcı olduğunu, %9'u eğitici bulduğunu, %6'sı da sağlığını olumlu etkilediğini belirtmiştir(Tablo 13).

Sporcuların %25'i sporcusu olduğu yüzme kulübüne sağlıklı bir yaşam sürebilmek için katılırken, %24'ü sevdiği işi yapabilmek ve bu alandaki yenilikleri takip edebilmek için, %23'ü arkadaşlarıyla beraber olabilmek için, %16'sı serbest zamanını değerlendirebilmek için katıldığını belirtmiştir. Ankete katılan sporcuların %12'lik bir bölümü ise mensup oldukları yüzme kulübüne katılmalarının bir amacı olmadığını belirtmiştir (Tablo 14).

Sporcuların %67'si mensubu buldukları yüzme kulübünde düzenli olarak toplantı ve etkinlikler yaptıklarını belirtirken, %33'ü düzenli olarak toplantı ve etkinlik yapmadıklarını belirtmiştir (Tablo 15).

Ankete katılan sporcuların %56'sının serbest zamanlarını doldurmakta güçlük çekmediği belirlenirken, bu konuda güçlük çekenlerin oranı %44'tür (Tablo 16). Serbest zamanlarını doldurmakta güçlük çekmediğini söyleyen %56'lık dilimdeki sporcuların serbest zaman konusunda bilinçli olduğu ve bu serbest zamanlarını doldururken sorun yaşamadığı, bu konuda güçlük çekenlerin ise serbest zaman kavramını tam olarak bilmediği ve boş kaldıkları zamanları iyi değerlendiremediği söylenebilir.

Sporcuların %40'ının haftada 4-6 gün, %32'sinin 1-3 gün serbest zaman faaliyetine katıldığı belirlenirken, hiç serbest zaman faaliyetine katılmadığını söyleyenler %11, haftanın 7 günü serbest zaman faaliyetlerine katıldığını söyleyenler ise %17 olarak belirlenmiştir (Tablo 17).

Ankete katılan sporcuların %28'i günde 4 saat ve üstünde serbest zaman faaliyetine katılırken, %21'i 3 saat, %19'u 1 saat, %18'i 2 saat katıldığını belirtmiştir. Sporcuların %14'lük bir kısmı, 'Hiç' yanıtını vermiştir (Tablo 18). Arslan'ın yaptığı araştırmada yurtta kalan öğrencilerin sahip oldukları günlük boş zaman süresine bakıldığında, en fazla yoğunluk 3-4 saat boş zamana sahip olanlarda görülmüştür (%39) (Arslan, 1996). Bu sonuçta çalışmamızla paralellik göstermektedir.

Serbest zamanlarını yeterince değerlendirdiğini düşünen sporcular %61 iken, yeterince değerlendiremediğini düşünen sporcular %39 olarak belirlenmiştir (Tablo 19). Karataş'ın 2006'da yapmış olduğu bir araştırmada da öğrencilerin %64'ü boş zamanını yeterince değerlendirdiğini düşünürken, %36'sı çeşitli sebeplerden dolayı boş zamanını yeterince değerlendiremediğini düşünmektedir (Karataş,2006)

Araştırmadan elde edilen bulgular karşılaştırıldığında, sporcuların okudukları okul türü ile ailelerinin serbest zamanlarının değerlendirilmesi ile ilgili bilgi verip vermemesi konusu arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir ( $p < 0,05$ ) (Tablo 20). Bu bulgulara göre M.E.B.'e bağlı özel okula giden sporcuların, devlet okullarına giden sporculara göre, ailelerinden serbest zamanlarını nasıl değerlendirecekleri ile ilgili daha çok bilgi aldıkları görülmektedir.

Ankete katılan sporcuların annelerinin eğitim durumları ile ailelerinin serbest zamanlarının değerlendirilmesi ile ilgili bilgilendirip bilgilendirmediği konusu arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir ( $p < 0,05$ ) (Tablo 21). Annesi ilkokul mezunu olan sporculardan %5,6'sı ailelerinden serbest zamanlarını nasıl değerlendirecekleri ile ilgili bilgi aldıklarını söylerken, bu oran annelerin eğitim düzeyi arttıkça düzenli bir artış göstererek eğitim düzeyi yüksek lisans/doktora seviyesine geldiğinde %100'e ulaşmıştır. Yetiş'in Ortaöğretim Öğrencilerinin Boş Zaman Değerlendirme Eğilimleri (Ankara Örneği) adlı çalışmasında boş zamanlarını değerlendirmede ailelerinin ne oranda destek olduğuna ilişkin görüşleri ile annenin eğitim durumu arasında istatistiksel

olarak anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır (Yetiş, 2008:84). Bu da çalışmamızla benzerlik göstermektedir.

Ankete katılan sporcuların babalarının eğitim durumları ile ailelerinin serbest zamanlarının değerlendirilmesi ile ilgili bilgilendirip bilgilendirmediği konusu arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir ( $p < 0,05$ ) (Tablo 22). Babası ilköğretim mezunu olan sporculardan %8,3'ü ailelerinden serbest zamanlarını nasıl değerlendirecekleri ile ilgili bilgi aldıklarını söylerken, bu oran babaların eğitim düzeyi arttıkça düzenli bir artış göstererek eğitim düzeyi yüksek lisans/doktora seviyesine geldiğinde %97'ye ulaşmıştır. Tablo 21 ile Tablo 22'ye baktığımız zaman anne ve babanın eğitim düzeyi arttıkça sporcuların serbest zaman konusunda aileleri tarafından bilgilendirilme oranının da arttığı görülmüştür.

Sporcuların yaşları ile serbest zaman faaliyetlerini tercih etme nedenleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $p < 0,05$ ) (Tablo 23). 'Serbest zaman faaliyetleri tercih etme nedenleriniz nelerdir?' sorusuna 'Katıldığım faaliyetler yeteneklerime uygun olduğu için' cevabını veren sporculardan 8 yaş gurubundakiler %3,3'te kalırken, yaş gurubu yükseldikçe artış sağlanmış ve yaş gurubu 14 ve üstü seviyesine geldiğinde aynı cevabı verenlerin oranı %74,1'e ulaşmıştır. 'Arkadaşlarımla birlikte olmak için' cevabı en çok %68,9 ile 11 yaş gurubunda olurken, soruya aynı cevabı veren 14 yaş ve üstü sporcular %18,5 olarak belirlenmiştir. 'Güzel bir ortam olduğu için' cevabı 8 yaş gurubundakilerde yüksek görünürken (%33,3), 9 ve 10 yaş gurubunda da 8 yaş gurubuna yakın oranlar tespit edilmiştir (%31,3)(%31,6). Aynı cevap yaş seviyesi yükseldikçe düşmüştür.

Sporcuların yaşları ile serbest zaman faaliyetlerinin üzerlerinde bıraktığı etki arasında anlamlı bir ilişki olduğu söylenebilir ( $p < 0,05$ ) (Tablo 24). ). Serbest zaman faaliyetlerini eğitici bulan sporcuların %40,7'si 14 yaş ve üstü olarak belirlenmiştir. Ankete katılan 14 yaş ve üstü sporcuların %37'si 'Sağlığıma olumlu etki yapıyor' cevabını vermiştir. 'Eğlendirici, mutlu edici ve heyecan verici buluyorum' diyen sporculardan 9 yaş gurubunda olanların oranı %77,1 ile en yüksektir. 'Dinlendirici buluyorum' cevabı en çok %40 ile 8 yaş gurubu sporculardan gelirken 14 yaş ve üstü sporcuların sadece %3,7'si aynı cevabı vermiştir. 'İnsanlarla daha kolay ilişki kurabiliyorum, çevrem genişliyor' diyen sporculardan 11 yaş gurubunda olanların oranı

%57,8 ile diğer yaş guruplarına göre oldukça yüksektir. Bu verilere göre, 14 yaş ve üstü sporcuların büyük bir kısmı serbest zaman faaliyetlerini eğitim ve sağlık yönünden bakarken, 9 yaş gurubu sporcuların bu faaliyetlere daha çok eğlence yönünden baktığı tespit edilmiş, 11 yaş gurubunun ise aynı faaliyetlere ikili ilişkiler ve çevre edinme yönünden baktığı saptanmıştır.

Sporcuların okul türü ile serbest zamanlarını doldurmada günlük çekip çekmemesi arasında anlamlı bir ilişki gözlemlenmiştir ( $p < 0,05$ ) (Tablo 25). Ankete katılan sporculardan serbest zamanlarını doldurmada günlük çektiğini söyleyenlerin %74'ü devlet okuluna giderken %30,1 özel okula gitmekte olduğu tespit edilmiştir. Buna göre, özel okula giden sporcuların serbest zamanlarını daha kolay doldurdıkları söylenebilir.

Yapılan çalışma ile ortaya çıkan sonuca göre geliştirilen öneriler şunlardır :

1. Rekreasyon kavramı ve her yaştan insan için rekreasyonun gerekliliği konusunda ebeveynlerin, spor kulübü ve okul yöneticilerinin bilinçlenmesi sağlanmalıdır.
2. Boş zaman kavramı çocuklara aileleri ve eğitimcileri tarafından kapsamlı bir şekilde açıklanmalıdır.
3. Aileler, çocuklarının boş zamanlarını etkin bir şekilde değerlendirecek önlemler almalıdır.
4. Özellikle devlet okullarında serbest zaman aktiviteleri için gerekli koşullar sağlanmalıdır.
5. Okul ve kulüp yöneticileri tarafından, çocuklar için resim, müzik, dans, halk oyunları gibi, aktif katılımlı organizasyonlar düzenlenmelidir.
6. Spor kulüpleri ve okullarda rekreasyon uzmanları istihdam edilmelidir.

## KAYNAKÇA

- ADDINGTON, Jack Ensign (1994), *%100 Düşünce Gücü*, Çev. B.Çetinkaya, Akaşa Yayınları, İstanbul.
- ADİYAMAN, Yelda (2006), *10–12 Yaş Gurubu Yüzücülerde Farklı Çıkış Tekniklerinin Kopma Süresi Üzerine Etkisi*, Kocaeli Üniversitesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Kocaeli.
- AKGÜN, Necati (1994), *Egzersiz ve Spor Fizyolojisi*, Ege Üniversitesi Basımevi, İzmir.
- AKOĞLU, Alp (2000), “Zaman Oku”, *Bilim ve Teknik Dergisi*, Haziran Sayısı, Ankara
- AKSOY, Fevzi (1991), *Spor Psikolojisi, Türk-Alman Kültür Diyalogunda Spor Ahlakı ve Spor Felsefesine Yeni Yaklaşımlar*, Medya Matbaacılık ve Yayıncılık, İstanbul.
- ALAYLIOĞLU, Ruşen OĞUZKAN, Ferhan (1968), *Zaman Ansiklopedik Eğitim Sözlüğü*, İstanbul.
- ARSLAN, Sibel (1996), *Yükseköğrenim Kredi ve Yurtlar Kurumuna Bağlı Yurtlarda Kalan Bayan Öğrencilerin Rekreasyon (Boş Zaman Değerlendirme) Sorunları Üzerine Bir Araştırma (Ankara İli Örneği)*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara.
- ASLAN, Neşe (1994), *Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Değerlendirme Eğilimi- Öğretmen Yetiştiren Kurumlarda Karşılaştırmalı Bir Araştırma*, D.E.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Doktora Tezi, İzmir.
- ATABEYOĞLU, Cem (1993), *Türk Yüzme Tarihi*, Türk Spor Vakfı Yayınları, İstanbul.
- BAHADIR, T.K. (2010), *Rekreasyon Faaliyetlerine Katılan 13–15 Yaş Gurubu Öğrencilerin Yaşam Kalitesi ve Bazı Psikolojik Özelliklerinin İncelenmesi*, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yayınlanmamış Doktora Tezi, İstanbul.

- BAKIRÖZÜ, A. (2001), *Farklı Üç Branştaki 8-10 Yaş Gurubu Çocukların Esneklik ve Antropometrik Ölçümlerinin Karşılaştırılması*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Kocaeli.
- BALCI, Velittin (2003), “Ankara’daki Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Etkinliklerine Katılımlarının Araştırılması”, *Milli Eğitim Dergisi*, Sayı:158, Ankara.
- BALCI, Velittin. ve İLHAN, A. (2006), “Türkiye’deki Üniversite Öğrencilerinin Rekreatif Etkinliklere Katılım Düzeylerinin Belirlenmesi, Spormetre”, *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi. IV*, Ankara.
- BALTAŞ, Acar, BALTAŞ Zuhâl (1995), *Stres ve Başa Çıkma Yolları*, 14.Basım, Remzi Kitap Evi, İstanbul.
- BAŞER, Ergun (1985), *Uygulamalı Spor Psikolojisi*, Öğrenci Basımevi, İzmir.
- BAYMUR, Feriha (1978), *Genel Psikoloji*, Bilim ve Kültür Eserleri Dizisi, 4.Baskı, İstanbul.
- BOZKURT, G (2002), “Sosyal Zamanlar”, *Kalkınmada Anahtar Verimlilik Dergisi*, MPM Yayınları, Sayı:40, Ankara.
- CAN, Halil (1992), *Organizasyon ve Yönetim*, Adım Yayıncılık, 2.Baskı, Ankara.
- CANAN, İbrahim (1994), *Vakti En İyi Değerlendirme Esasları*, İslamda Zaman Tanzimi, İstanbul.
- ÇOLAKOĞLU, Tekin ve YENEL, F. (2003), *Üniversite Öğrencilerinin Orienteering Sporuna Katılım Nedenleri ve Beklentileri Üzerine Bir Araştırma*, I. Gençlik, Boş Zaman ve Doğa Sporları Sempozyumu, 1–22 Mayıs, Gazi Üniversitesi, Türk Hava Kurumu Basımevi, Ankara.
- ÇÜÇEN, Kadir A. (1996), *Ortaçağ Felsefesinde Zaman Kavramı*, Felsefe Dünyası, Sayı:20 Ankara.
- DEMİR, Ömer ve ACAR, Mustafa (2005), *Sosyal Bilimler Sözlüğü*, 6. Baskı, Adres Yayınları, Ankara.



- DEMİRAY, Kemal (1979), Türkçe Sözlük, *Türk Dil Kurumu Yayınları*, Ankara.
- DOĞAN, İsmail (2000), *Sosyoloji- Kavramlar ve Sorunlar*, Sistem Yayıncılık, İstanbul.
- DÖLEK, B.E. (2010), *Yüzmenin Neden Olduğu Vücut Sıvı Dengesindeki Değişimlerin Yüzme Performansına Etkileri*, Gazi Üniversitesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara.
- DUMAZADIER, Joffre (1968), *Leisure, International Encyclopedia of Social Science*, V:9, New York.
- ERDEMLİ, A. (2000), “Rekreasyon”, *3.Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, Bildiri Özet Kitapçığı* İstanbul.
- ERDOĞAN, T. (1973), *İş- İş Dışı Zaman İlişkisinde Sosyal Farklılaşma Çalışma ve Çalışma Dışı Zamanın Planlanması*, Seminer Sonuçları Raporu, Ankara.
- EREN, Erol (1991), *Yönetim ve Organizasyon*, İstanbul Üniversitesi İşletme Fakültesi Yayını, No: 236, İstanbul.
- ERKAL, Mustafa (1992), *Sosyolojik Açından Spor*, Türk Dünyası Araştırmalar Vakfı, Kutsun Matbaa ve Reklamcılık Merkezi, İstanbul.
- ERKİP, Feyzan (2000), “Daha Fazla Boş Zaman: Ama Ne İçin”, *Toplum ve Bilim Dergisi*, İstanbul.
- GODBEY, C.G. ve SESSOMS, H.D. (1986), *Recreation and Leisure*, Joerd, October, North Carolina, USA.
- GÖKMEN, H., AÇIKALIN, A., KOYUNCU, N., SAYDAR, Z. (1985), *Yükseköğrenim Öğrencilerinin Kendilerini Gerçekleştirme Düzeyleri*, MEB. Yayınları, Ankara.
- GÜLBAHÇE, Öner (1996), *Boş Zamanları Değerlendirme Alışkanlıkları (Türkiye Örneği)*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üni. Sos. Bil. Ens. Eğit. Bil. A.B.D. Erzurum.
- KÖKNEL, Özcan (1993), *İnsanı Anlamak*, 4. Baskı, Altın Kitaplar Yayınevi, İstanbul.

- GÜLER, Şevki (1978), *Turizm Sosyolojisi*, Turizm ve Tanıtma Bakanlığı Yayını, Ankara.
- GÜNGÖRMÜŞ, Hamdi Alper (2007), *Bireyleri Rekreatif Egzersize Güdüleyen Faktörler*. Doktora Tezi. Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Ankara.
- HACIOĞLU, Necdet, GÖKDENİZ, Ayhan, DİNÇ, Yakup (2003), *Boş Zaman-Rekreatif Yönetimi Örnek Animasyon Uygulamaları*, Detay Yayınları, Ankara.
- HAZAR, Atila (2003), *Rekreatif ve Animasyon*, Detay Matbaacılık, Ankara.
- İLBAŒ, O.M., ÖZCAN K. (2003), “Demografik Özelliklere Göre Boş Zaman Değerlendirme Tercihlerindeki Farklılaşma Üzerine Bir Araştırma (Nevşehir Örneği)”, *Gençlik Boş Zaman ve Doğa Sporları Sempozyumu, Bildiri Kitabı*, Ankara.
- İLHAN, A. BALCI, Velittin (2004), *Türkiye’deki Üniversite Öğrencilerinin Rekreatif Etkinliklere Katılım Düzeylerinin Belirlenmesi*, 10. ICHPER-SD Avrupa Kongresi ve 8. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi’ne, (17–20 Kasım 2004, Antalya) sunulan bildiri, (Teksir), Antalya.
- KARAKÜÇÜK, Suat (1993), “Rekreatif Çalışma Verimine Etkisi”, *11. Yüksek İrtifa ve Spor Bilimleri Kongresi Bildiriler Kitabı*, Kayseri.
- KARAKÜÇÜK, Suat (1999), *Rekreatif Boş Zamanları Değerlendirme*, Bağırgan Yayınları, Ankara.
- KARAKÜÇÜK, Suat (2005), *Rekreatif (Boş Zamanları Değerlendirme)*, Beşinci Baskı Gazi Kitabevi, Ankara.
- KARATAŞ, Nazan Yavaş (2006), *Yatılı İlköğretim Bölge Okullarında Okuyan Öğrencilerin Boş Zamanlarını Değerlendirme Alışkanlıkları (Bingöl İli Örneği)* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Bursa.
- KARLA, A. Henderson (1991), *Dimension of Choice*, Venture Publishing, Inc Cato Drive, USA.

- KAYA, S. (2003), *Yetiştirme Yurtlarında Kalan Gençlerin Boş Zaman Değerlendirme Eğilimi ve Etkinliklerin Sosyalleşmeye Etkisi*, G.Ü. Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara.
- KILBAŞ, Şükran (1995), *Gençlik ve Boş Zamanı Değerlendirme*, Ankara.
- KRAUS, Richard (1997), *Recreation Programming*, Allyn&Bacon Comp., Boston.
- KÜÇÜKTOPUZLU, F., GÖZEK, K., UĞURLU, A. (2003), “Boş Zaman Rekreasyon İlişkisi ve Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Faaliyetlerini Değerlendirmeye Yönelik Bir Araştırma”, *1. Gençlik Boş Zaman ve Doğa Sporları Sempozyumu Bildiriler Kitabı*, Türk Hava Kurumu Basımevi, 21-22 Mayıs 2003, Ankara.
- LAFARQUE, Paul (1991), *Tembellik Hakkı*, Çev. V. Günyol, 3.Basım, Telos Yayınları, İstanbul.
- LAKEIN, Alan (1997), *Zaman Hayattır*, 2.Baskı, İstanbul.
- MACKANZIE, E.Alec (1989), *Zaman Tuzağı*, Çev: Güner Y., Modern Yönetim Dizisi İlgı Yayınları, İstanbul.
- MÜFTÜGİL, S. (1993), *Dinlence ve Turizm İlişkisi*, Seyahat Yönetimi, Boğaziçi Üniversitesi Yayını, İstanbul.
- NİMET, N. (2007), *Rehabilitasyon Merkezlerinde Eğitim Alan Öğrenci Ailelerinin Rekreasyon Aktivite Tercihlerinin Belirlenmesi*, Kocaeli Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu Rekreasyon Bölümü Yayınlanmamış Bitirme Projesi, Kocaeli.
- ÖZBEY, Selhan ve ÇELEBİ, M. (2003), *Rekreasyon Spor Bilimlerine Giriş*, Bağırğan Yayınevi, Ankara.
- ÖZDEMİR, A.S., KARAKÜÇÜK, S., GÜMÜŞ, M. (2006), *Türkiye Taş Kömürü Kurumu Genel Müdürlüğünde Çalışan Yer Altı İşçilerinin Boş Zamanlarını Değerlendirme Alışkanlıklarının Belirlenmesi*, 9. Uluslar arası Spor Bilimleri Kongresi. 3-5 Kasım 2006. Muğla.

- ÖZEK, M. (1966), *Ruhbilim Açısından Aylaklık*, Boş Zamanları Değerlendirme Semineri, HSEK Yayını, İstanbul.
- ÖZGEN, Hüseyin ve DOĞAN, S. (1997), “Zaman Yönetiminde Yeni Yönetim ve Organizasyon Yaklaşımları”, *Standart Dergisi*, Yıl:36, Ankara.
- ÖZGÜÇ, Nazmiye (1984) *Turizm Coğrafyası*, İstanbul Üniversitesi Yayınları, İstanbul.
- ÖZKUL, Metin (1997), *Çalışma Sosyolojisi*, Süleyman Demirel Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi, Sosyoloji Bölümü, 1. Baskı, Isparta.
- ÖZTÜRK, Füsün (1998), *Toplumsal Boyutlarıyla Spor*. Bağırhan Yayınları Ankara.
- PULUR, A. (2003), “Üniversitede Görev Yapan Öğretim Elemanları ve İdari Personellerin Boş Zamanlarının Sporla Değerlendirme Eğilimlerinin Araştırılması”, *Beden Eğitimi ve Sporda Sosyal Alanlar Kongresi, Bildiri Kitabı*, Ankara.
- SMITH, Hyrum (1998), *Hayatı ve Zamanı Yönetmenin 10 Doğal Yasası: Üretkenliği ve İç Huzuru Arttırmak İçin Kanıtlanmış Stratejiler*, Çev:Adalet Çelbiş, Sistem Yayıncılık, İstanbul.
- SOYDAN, S. (2006), *12-14 Yaş Gurubu Bayan Sporcularda Klasik Ağırlık ve Vücut Ağırlığıyla Yapılan Kuvvet Çalışmalarının 200m. Serbest Yüzme Geçiş Denemelerine Olan Etkisi*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Kocaeli.
- SOYER, Fikri ve CAN, Yusuf (2003), “Üniversite Öğrencilerinin Boş zaman Alışkanlıkları ve Sportif Eğilimlerinin Mesleki Yönelişlerine Göre Karşılaştırılması”, *I. Gençlik, Boş Zaman ve Doğa Sporları Sempozyumu Bildiri Kitabı*, Türk Hava Kurumu Basımevi, 21-22 Mayıs, Ankara.
- SOYKAN, E. (2004), *Kütahya İlinde Rekreatif Amaçlı Trekking (Doğa Yürüyüşü) Alanlarının Belirlenmesi Ve Spor Turizminin Geliştirilmesi Açısından Değerlendirilmesi*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dumlupınar Üniv. SBE, Kütahya.
- SPOR ANSİKLOPEDİSİ, (1991), *Yüzme*, İstanbul.

- ŞEN, Z. (2001), *Yüzücülerde Bireysel Yapılan Çıkıştaki Kopma Süresi İle Bayrak Çıkışındaki Kopma Süresi Arasındaki Farkın İncelenmesi*, Uludağ Üniversitesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Bursa.
- TAN, M. (1981), *Toplumbilime Giriş*, A.Ü.E.B. Fakültesi Yayınları No:97 Ankara.
- TEL, Mikail (2007), *Öğretim Üyelerinin Boş Zaman Etkinlikleri Üzerine Sosyolojik Bir Araştırma: Doğu Anadolu Örneği*, Fırat Üniversitesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Elazığ.
- TEZCAN, Mahmut (1998), *Sosyolojik Açından Boş Zamanların Değerlendirilmesi*, A.Ü.Yayımları, Ankara.
- TOFFLER, Alvin (1996), *Üçüncü Dalga*, Çev: Ali Seden, Altın Kitaplar Yayınevi, İstanbul.
- TORKILDSEN, Gerard (2005), *Leisure and Recreation Management*, 5th Edition, Routledge, Taylor and Francis Group, Newyork.
- TOSKAY, Tunca (1983), *Turizm: Turizm Olayına Genel Yaklaşım*, Der. Yayınları, İstanbul.
- UĞUR, Asuman (2000), "Çalışma Hayatında Zaman Yönetimi", *Kalkınmada Anahtar Verimlilik Dergisi* Sayı:143, Ankara.
- YETİŞ, Ümit (2008), *Orta Öğretim Öğrencilerinin Boş Zaman Değerlendirme Eğilimleri (Ankara örneği)*, G.Ü. Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara.

## **EK.1. ANKET FORMU**

Değerli Sporcular;

Bu anketin amacı; Kocaeli ilinde bulunan yüzme kulüplerindeki sporcuların serbest (boş) zamanlarını değerlendirme biçimlerini ve eğilimlerini tespit etmektir.

İki bölümden oluşan anketin 1. bölümünde Genel Bilgiler 2. bölümünde ise “Serbest zamanları değerlendirme biçimleriniz” ile ilgili sorular yer almaktadır. Bu anket sadece bilimsel bir çalışma için kullanılacağından isim yazmanıza gerek yoktur. Aşağıdaki sorulardan size uygun seçeneğe (X) işareti koyarak cevaplayınız. Katkılarınızdan dolayı şimdiden çok teşekkür eder, sevgiler ve saygılar sunarım.

**Murat AKINCI**

**Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü**

**Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı Yüksek Lisans Öğrencisi**

### **1.BÖLÜM: GENEL BİLGİLER**

**1. Sporcusu olduğunuz kulübün adı**

- Gölcük Akademi Yüzme Kulübü
- Yıldızlar Yüzme Kulübü
- Kocaeli Yüzme Kulübü
- Poyraz Spor Yüzme Kulübü
- Akademi Spor Yüzme Kulübü
- Çınarlı Spor Yüzme Kulübü

**2. Yaşınız**

- 8
- 9
- 10
- 11
- 12
- 13
- 14 ve üstü

**3. Cinsiyetiniz**

- Kız  
 Erkek

**4. Okulunuzun Türü**

- Devlet Okulu  
 M.E.B. 'e bağlı Özel Okul

**5. Annenizin Eğitim Durumu**

- İlkokul  
 Ortaokul  
 Lise  
 Üniversite  
 Yüksek Lisans/Doktora

**6. Babanızın Eğitim Durumu**

- İlkokul  
 Ortaokul  
 Lise  
 Üniversite  
 Yüksek Lisans/Doktora

**7. Annenizin Mesleği**

- Esnaf  
 İşçi  
 Memur  
 Ev Hanımı  
 Diğer

**8. Babanızın Mesleği**

- Esnaf  
 İşçi  
 Memur  
 Diğer

## 2. BÖLÜM: SERBEST ZAMANLARIN DEĞERLENDİRİLMESİ

Kısaca SERBEST (BOŞ) ZAMANLARI DEĞERLENDİRME ; Yemek yeme , uyuma , ders çalışma ve yüzme antrenmanlarınız gibi zorunlu ihtiyaçlarınızdan geriye kalan zamanda yapmaktan zevk aldığımız etkinlikleri kapsar.

9. Serbest zamanlarınızda en çok neler yaparsınız?

- Çeşitli oyunlar oynarım.
- Kitap, gazete, dergi okurum.
- Sinema ve / veya tiyatroya giderim.
- Müzik dinlerim.

10. Aileniz serbest zamanlarınızın değerlendirilmesi ile ilgili bilgiler veriyor mu?

- Evet
- Hayır

11. Katıldığımız serbest zaman etkinliklerini seçerken en çok nelerden etkilenirsiniz?

- Televizyon ve gazeteler
- Arkadaşlar
- Öğretmen ve antrenörler
- Ailem
- Kendim seçerim.

12. Serbest zaman faaliyetleri tercih etme nedenleriniz nelerdir?

- Katıldığım faaliyetler yeteneklerime uygun olduğu için
- Arkadaşlarımla birlikte olmak için
- Güzel bir ortam olduğu için

13. Serbest zaman faaliyetlerinin bıraktığı etki nelerdir?

- Dinlendirici buluyorum.
- Eğlendirici, mutlu edici ve heyecan verici buluyorum.
- Eğitici buluyorum.
- Sağlığıma olumlu etki yapıyor.
- İnsanlarla daha kolay ilişki kurabiliyorum, çevrem genişliyor.



**14.** Sporcusu olduğunuz yüzme kulübüne katılım amacınız nedir?

- Serbest zamanlarımı değerlendirmek
- Sağlıklı bir yaşam sürebilmek
- Arkadaşlarımla beraber olmak
- Sevdiğim işi yapabilmek ve bu alandaki yenilikleri öğrenmek
- Bir amacım yok.

**15.** Sporcusu olduğunuz yüzme kulübünde düzenli olarak toplantı/etkinlik yapar mısınız?

- Evet
- Hayır

**16.** Serbest zamanlarınızı doldurmakta zorluk çekiyor musunuz?

- Evet
- Hayır

**17.** Haftada kaç gün serbest zaman faaliyetine katılıyorsunuz?

- Hiç
- 1-3 gün
- 4-6 gün
- 7 gün

**18.** Günde kaç saat serbest zaman faaliyetine katılıyorsunuz?

- Hiç
- 1 saat
- 2 saat
- 3 saat
- 4 saat ve üstü

**19.** Serbest zamanınızı yeterince değerlendirdiğinizi düşünüyor musunuz?

- Evet
- Hayır

## ÖZGEÇMİŞ

1981 yılında Tokat'ın Turhal ilçesinde doğdu. İlkokulu Hatay'da tamamlarken, orta ve lise öğrenimini Kocaeli'nde tamamladı. 2000 yılında Kocaeli Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Rekreasyon Bölümü'ne girdi. 2002 yılında eğitimine devam ederken Kocaeli Kentsel Sosyal Tesisleri'nde spor koordinatörlüğü görevini üstlendi. 2004 yılında yüksek öğrenimini bitiren Akıncı, 2006 yılı içerisinde Çankırı İli İl Jandarma Komutanlığı'nda kısa dönem çavuş olarak askerlik görevini tamamladı. Murat AKINCI evli ve bir çocuk babasıdır.