

T.C.
MALTEPE ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
İKTİSAT ANABİLİM DALI

**BİREYLERİN SOSYO-EKONOMİK YAPI VE
EĞİTİM DÜZEYLERİNE GÖRE SPOR
MERKEZLERİNDEN YARARLANMA
NEDENLERİ VE SINIFLANDIRILMASI**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

DİLEK DEGET

11 11 03 101

Danışman Öğretim Üyesi:
Yrd. Doç. Dr. Serkan ÇİÇEK

İstanbul, Kasım 2013

ÖNSÖZ

İnsan bedeninin temel ihtiyaçları arasında sayılan spor faaliyeti, şehirleşmeyle birlikte spor yapma alanlarının daralması durumuyla karşı karşıya kalmıştır. Bu daralmayı gidermek için şehirleşmenin görece yaygın olduğu yerlerde bazı girişimciler tarafından kapalı spor merkezleri oluşturulmuştur ve insanların bu merkezlere katılımları sağlanmaya çalışılmaktadır. Spor merkezlerine katılımı etkileyen çok sayıda faktör vardır. Bu çalışmada sosyoekonomik faktörlerin spor merkezlerine ve spora katılım üzerinde ne derece etkili olduğu incelenmeye çalışılmıştır.

Çalışmada kullanılan veriler İstanbul ili, Kartal İlçesi, Swedish Sports Club'da gerçekleştirilen anket sonucunda elde edilmiştir. Açık ve kapalı yüzme havuzları, fitness, tenis kortu, basketbol sahası, sauna, jakuzi, buhar odası ve çocuk bakım ünitesi gibi birimleri bulunan bu spor merkezine kayıtlı kişilerden 250'sine uygulanan ankette deneklere içeriğinde tanımlayıcı, demografik-sosyal, ekonomik ve psiko-sosyal faktörler yer alan toplam 36 adet soru sorulmuştur.

Çalışma sonucunda sosyoekonomik statünün çok önemli olduğu, insanların yaşadığı yer, almış olduğu eğitim, ailelerinden görmüş olduğu destek, boş zamanı az olup iyi bir şekilde değerlendirmeyi hedefleyen meslek sahiplerinin sporu yaşam tarzı haline getirip kazandıkları gelirle doğru orantılı olarak daha kaliteli ve daha sağlıklı yaşam adına bu spor merkezinde spor yaptıkları saptanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Boş zaman, Spor, Sosyoekonomik Faktörler

ABSTRACT

Sports activity, considered as one of the basic need of the human body, confronted the problem of shrinking areas of sports with urbanization. Indoor sports centers have been established by some entrepreneurs to troubleshoot this contraction in areas where urbanization is relatively common and people participation in these centers is being sought. There are many factors that affect sports participation. In this study the socio-economic factors are examined to what extent effective on the sports centers and sports participation.

The data used in this research, are the result of a survey conducted in Swedish Sports Club, Kartal District in İstanbul. This sports center has outdoor and indoor swimming pools, fitness center, tennis court, basketball court, sauna, jacuzzi, steam room, fitness and child care unit. And the questionnaire given to the 250 people being member of this sports center, totally 36 questions which its content of the questionnaire defining, demographic-social, economic, and psycho-social factors were asked.

Socio-economic status is a very important result of this study, in places people lived, their training received, supports from their families, the professionals which was found out to make use of this sports center aimed at their leisure to spend a good way and to bring the sport into life style in the right proportion their earnings on behalf of better quality and more healthy life.

Keywords: Leisure, Sports, Socio-economic Factors

İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ	İ
ABSTRACT.....	İİ
İÇİNDEKİLER	İİİ
TABLOLAR LİSTESİ.....	VI
1. GİRİŞ	1
1.1. Zaman Kavramı	1
1.2. Boş Zaman Kavramı	4
1.2.1. Boş Zamanın Temel Fonksiyonları	5
1.2.1.1. Dinlenme Fonksiyonu	6
1.2.1.2. Eğlenme Fonksiyonu.....	7
1.2.1.3. Gelişim Fonksiyonu	7
1.2.2. Boş Zamanları Değerlendirmenin Yararları	8
1.2.2.1. Fiziksel Yararları.....	9
1.2.2.2. Psikolojik Yararları	10
1.2.2.3. Toplumsal Yararları	10
1.3. İş (Çalışma) ve Boş Zaman İlişkisi	11
1.4. Rekreasyon Kavramı	12
1.5. Spor	14
1.5.1. Herkes İçin Spor	17
1.5.2. Sosyolojik Açıdan Spor	18
1.5.3. Ekonomik Açıdan Spor	19
1.5.4. Fiziksel Açıdan Spor	20
1.5.5. Sağlık Açısından Spor	22
1.6. Spor-Rekreasyon İlişkisi.....	24
1.7. Spor Merkezlerine Katılımı Belirleyen Faktörler.....	25
1.7.1. Fiziksel Aktivite	25
1.7.2. Aile	27
1.7.3. Eğitim	29
1.7.4. Cinsiyet.....	30
1.7.5. Yaş	31
1.7.6. Sosyal Tabakalaşma	32
1.8. Spora Etki Eden Sosyo-Ekonomik Olgular	33
2. SPOR MERKEZİNE KATILIMI ETKİLEYEN SOSYO-EKONOMİK YAPI VE EĞİTİM DÜZEYİ.....	36
2.1. Araştırmanın Amacı	36
2.2. Araştırmanın Kapsamı ve Sınırlılıkları.....	36
2.3. Araştırmanın Varsayımları	37
2.4. Araştırmanın Hipotezi ve Değişkenleri	37
2.5. Araştırmanın Yöntemi	37

2.5.1. Örnek Kütle Seçimi	37
2.5.2. Veri Toplama Yöntemi	38
2.5.3. Veri Değerlendirme Yöntemi	38
2.6. Araştırma Verilerinin Değerlendirilmesi ve Yorumlanması	38
2.6.1. Tanımlayıcı Faktörler	38
2.6.1.1. Cinsiyet	38
2.6.1.2. Yaş	39
2.6.1.3. Medeni Durum	39
2.6.1.4. Doğum Yeri.....	40
2.6.1.5. Eğitim Durumu	41
2.6.2. Demografik ve Sosyal Faktörler.....	42
2.6.2.1. Aile Unsuru	42
2.6.2.2. Ailedeki Mevcut Birey Sayısı	42
2.6.2.3. Evdeki 18 Yaş Altındaki Çocuk Sayısı.....	43
2.6.2.4. Tesise Yakınlık.....	44
2.6.2.5. İkamet Süresi.....	45
2.6.3. Ekonomik Faktörler	46
2.6.3.1. Yıllık Ortalama Gelir	46
2.6.3.2. Sosyal Güvence.....	46
2.6.3.3. Üyelik Gerçekleştirilirken Ödenen Bedel	47
2.6.3.4. Üyelik Gerçekleştirilirken Ödeme Şekli	48
2.6.3.5. Üyelik Süresi.....	49
2.6.3.6. Sigaraya Ayrılan Yıllık Bütçe.....	50
2.6.4. Sağlık Faktörü.....	51
2.6.4.1. Düzenli ve Dengeli Beslenme.....	51
2.6.4.2. Sağlık Problemi.....	52
2.6.4.3. Sigara Kullanımının Sıklığı	53
2.6.4.4. Spor Yapmaya Engel Rahatsızlık.....	54
2.6.4.5. Kilo Problemi	55
2.6.4.6. Kilo Problemi Başlangıç Nedenleri	56
2.6.5. Psiko-Sosyal Faktörler.....	57
2.6.5.1. Spor Yapmanın Yararları	57
2.6.5.2. Ailede Spora Eğilim.....	58
2.6.5.3. Aileden Görülen Destek.....	59
2.6.5.4. Evdeki Spor Malzemesi	59
2.6.5.5. Evdeki Spor Malzemeleri Türleri.....	60
2.6.5.6. Takım Spor mu? Bireysel Spor mu?	61
2.6.5.7. Daha Önce Aktif Bir Sporla İlgilenme.....	62
2.6.5.8. Sporla İlgilenme Süresi	62
2.6.5.9. Başka Bir Sporla İlgilenip İlgilenilmediği	63
2.6.5.10. Boş Zaman	64
2.6.5.11. Boş Zaman Etkinliklerine Katılım	64
2.6.5.12. Spor Merkezi Tercihinin Sebebi	65

3.SONUÇ	66
KAYNAKLAR	69
EK	76
ÖZGEÇMİŞ	80

TABLolar LİSTESİ

Tablo 2.1: Spor Merkezine Katılan Bireylerin Cinsiyet ve Yaş Dağılımı	39
Tablo 2.2: Spor Merkezine Katılan Bireylerin Medeni Durumları.....	40
Tablo 2.3: Spor Merkezine Katılan Bireylerin Doğum Yeri.....	41
Tablo 2.4: Spor Merkezine Katılan Bireylerin Eğitim Durumu	41
Tablo 2.5: Spor Merkezine Katılan Bireylerin Aile Unsuru	42
Tablo 2.6: Spor Merkezine Katılan Bireylerin Aile Yaşantısında Mevcut Birey Sayısı	43
Tablo 2.7: Spor Merkezine Katılan Bireylerin Evinde 18 Yaş Altında Çocuk Sayısı ...	44
Tablo 2.8: Spor Merkezine Katılan Bireylerin İkametinin Tesise Yakınlığı.....	45
Tablo 2.9: Spor Merkezine Katılan Bireylerin Aynı Adreste İkamet Süreleri	45
Tablo 2.10: Spor Merkezine Katılan Bireylerin Yıllık Ortalama Gelirleri.....	46
Tablo 2.11. Spor Merkezine Katılan Bireylerin Sosyal Güvencesi	47
Tablo 2.12: Spor Merkezine Katılan Bireylerin Üyelik Gerçekleştirirken Ödedikleri Bedel	48
Tablo 2.13: Spor Merkezine Katılan Bireylerin Üyelik Gerçekleştirirken Ödeme Şekli	49
Tablo 2.14: Spor Merkezine Katılan Bireylerin Üyelik Süresi.....	50
Tablo 2.15: Spor Merkezine Katılan Bireylerin Yıllık Sigaraya Ayırdıkları Bütçe ..	51
Tablo 2.16: Spor Merkezine Katılan Bireylerin Düzenli ve Dengeli Beslenme.....	52
Tablo 2.17: Spor Merkezine Katılan Bireylerin Herhangi Bir Sağlık Problemi Olup Olmadığı.....	53
Tablo 2.18: Spor Merkezine Katılan Bireylerin Günlük Ortalama Sigara Kullanım Miktarı.....	54
Tablo 2.19: Spor Merkezine Katılan Bireylerin Spor Yapmaya Engel Bir Rahatlığının Olup Olmaması	55
Tablo 2.20: Spor Merkezine Katılan Bireylerin Kilo Probleminin Olup Olmadığı... 56	
Tablo 2.21: Spor Merkezine Katılan Bireylerin Kilo Problemi Başlangıcının Nedenleri	57
Tablo 2.22: Spor Merkezine Katılan Bireylerin Spor Yapmasındaki Fayda	58
Tablo 2.23: Spor Merkezine Katılan Bireylerin Ailesinde Sporla Uğraşan Olup Olmadığı.....	58

Tablo 2.24: Spor Merkezine Katılan Bireylerin Spor Yapmaya Teşvik Amaçlı Aileden Gördükleri Destek	59
Tablo 2.25: Spor Merkezine Katılan Bireylerin Evindeki Spor Malzemesi	60
Tablo 2.26: Spor Merkezine Üye Olan Kişilerin Evinde Olan Spor Malzemeleri	61
Tablo 2.27: Spor Merkezlerine Katılan Bireylerin Takım Sporunu mu? Yoksa Bireysel Sporunu mu Tercih Ettikleri	61
Tablo 2.28: Spor Merkezlerine Katılan Bireylerin Daha Önce Aktif Bir Sporla İlgilenip İlgilenmediği.....	62
Tablo 2.29: Spor Merkezine Katılan Bireylerin Sporla İlgilenme Süresi.....	63
Tablo 2.30: Spor Merkezine Katılan Bireylerin Başka Bir Spora Eğilimleri.....	63
Tablo 2.31: Spor Merkezine Katılan Bireylerin Günlük Sahip Oldukları Boş Zaman	64
Tablo 2.32: Spora Katılan Bireylerin Diğer Boş Zaman Etkinliklerinden Yeterince Yararlanıp Yararlanamadığı.....	65
Tablo 2.33: Spor Merkezlerine Katılan Bireylerin Bu Spor Merkezinde Spor Yapmasının Nedenleri.....	65

1. GİRİŞ

1.1. Zaman Kavramı

Zaman; birey açısından tasarruf edilemeyen, ödünç alınamayan, kiralanamayan, çoğaltılamayan, sadece kullanılan ve kaybedilen bir aktif varlıktır (Şimşek, 2002: 108). Sözlük anlamı olarak zaman; bir iş veya oluşun içinde geçtiği, geçeceği veya geçmekte olduğu süre veya vakittir (Hazar, 2003: 5).

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 gücünü hakkında: “*Zamanın yıkıp yok etmediği hiçbir şey yoktur.*” İfadesini kullanırken, Buckstone, “*insan zamanın esiridir*” demiştir (Abay, 2000: 38).

Addington’a (1993) göre ise zamanı anlayabilmemiz için onun uzaya bağlı olduğunu anlamamız gerekmektedir. Uzay ölçüdür. Zamanı uzay sayesinde ölçebilmekteyiz. Zaman bir nesnenin uzaydaki bir noktadan başka bir noktaya geçtiği aralıktır. Zaman aralığı olarak düşündüğümüz budur. Zaman ve uzay kavramları birbiri için gereklidir; biri diğerinin göreceli değerine bağlıdır (Addington, 1993: 128-129).

18. yüzyıl sonlarında Immanuel Kant, zamanın sadece insan düşüncesinin tasavvuru olduğunu savunurken; Isaac Newton, zamanın doğada insan düşüncesinden bağımsız fakat özdekte de bağımsız olduğunu kabul etmiştir. Newton’un tanrının var olmasıyla zaman ve mekânın meydana geldiğine yönelik görüşü, kimi düşünürlerce fen bilimciden çok tanrıbilimci bir yaklaşımla değerlendirilmiş olduğu ifade edilmiştir. 20. yüzyılda Albert Einstein, zamanı nesnel bir gerçeklik olarak görmüş ve her bir koordinat dizgesinin kendisine ait nesnel zamanının olduğunu söyleyerek, ölçülebilir olduğunu ileri sürmüştür. “*...Görelilik kuramı bildirilinceye dek, eşzamanlılık kavramının uzayda ayrılmış olaylar için de saltık bir nesnel anlam olduğu varsayılıyordu.*” Einstein’a göre saltık zaman ya da mutlak zaman değil göreliliği zaman vardır. Einstein evreni dört boyutlu zaman-uzay sürekliliği olarak görmüş ve birbirine koşut olarak değerlendirmiştir.

Bu sayılı ışığın yayılma hızı yasasının keşfi tarafından yıkıldı. ... Eğer bir gönderme temeli olarak hiçbir koordinat dizgesi (süredurumlu dizge) kullanılmıyorsa, uzaydaki değişik noktalarda yer alan olayların eşanlı olarak yer aldıklarını ileri sürmede hiçbir anlam yoktur. Bunun sonucudur ki uzay ve zaman birlikte dört-boyutlu bir sürekli kaynaştırılırlar. (Aktaran Bilhan, 2007: 18-19).

Cassirer'in yorumuyla:

Bizim için uzay noktalardan, zaman ise anlardan oluşan yani nesnel öğeleri bir araya getirircesine yaptığımız bir şey değildir. Hatta noktalar ve anlar (ve böylece de uzay ve zaman içindeki tüm şeyler) ancak, bizim toplu halde bir arada olma (Beisammen) formunun ve ardışıklık (Succession) formunun ilksel olarak içerildiği bir sentez aracılığıyla konumlanabilirler. (Aktaran Güngör, 2011: 158).

Aristoteles ise zamanı şöyle açıklar. Aslında zaman şu: Önce ile sonraya göre devinim sayısı. Demek ki zaman bir tür sayı, onunla saydığımız şey değil, sayılan şey (Aktaran Güngör, 2011: 163).

Zaman; kullanım amacına göre; zorunlu davranışlar için gerekli zaman ve boş zaman olmak üzere iki grupta incelenebilir: Zorunlu davranışlar için gerekli zaman, davranışların türüne göre üç ana grupta incelenebilir:

-Çalışma(iş)zamanı; kazanç sağlama amacına yönelik iş, fazla mesai, ikinci iş veya ek iş için kullanılan zamandır.

-Çalışmayla ilgili etkinliklere ayrılan zaman; işle ilgili hazırlık, işe gidiş ve geliş, normal mesai dışı yapılması gereken mesleki uğraşlar için kullanılan zamandır.

-Yaşamı sürdürmeye yönelik etkinlikler için kullanılan zaman; yeme, içme, uyuma gibi fizyolojik ihtiyaçlar; yemek yapma, ev temizliği, vücut bakımı vb. zorunlu ihtiyaçlar için kullanılan zamandır (Hazar, 2009: 5-6).

Zaman paha biçilemez bir kaynaktır. Belirli bir ritimle amansızca akar gider: her dakika 60 saniye, her saat 60 dakikadır. Zaman demokratik bir şekilde paylaşılan bir kaynaktır: hepimizin günde 24 saati, her haftada 7 günü vardır (Scoot, 1997: 9). Zaman hayattır. Geri döndürülemez ve hiçbir şey onun yerini tutamaz. Zamanımızı harcamak hayatımızı harcamaktır ama zamanımızı iyi kullanabilmek, hayatımızı iyi kullanabilmek ve en iyi sonuçları almak demektir (Lakain, 1997: 11).

Genelde; yaşanmış an, yaşanan an ve yaşanacak an olmak üzere üç zaman diliminden söz edilir ki, bunu dün, bugün, yarın sözcükleriyle ifade ederiz. Dün, geçmiş; bugün, şimdiyi; yarın ise, geleceği temsil eder. Bu bağlamda işin/oluşun meydana geliş anını anlatmak için geçmiş zaman, şimdiki zaman ve gelecek zaman terimlerinden yararlanır. Geçmiş zaman; başlangıçtan, yani sıfır noktasından sözün söylendiği ana kadar olan, bölümdür. Yaşanmışlık, bitmişlik ifade eder. Gelecek zaman, sözün söylendiği andan geriye sonsuza doğru olan dilimdir. Bitmemişlik, yaşanmamışlık anlatır; gelecekte planlanan tasarıları, niyetleri gösterir. Her ikisi de çok geniş bir yelpazedir; ancak kendi içinden parçalanır. Sözün söylendiği olayın gerçekleştiği an, odak noktası olarak alınıp bunun geçmiş ya da gelecek içindeki uzaklığı değerlendirmeye tabii tutulur. Bunun ifade yolları aranır. Şimdiki zaman ise, çok kısadır. Sadece o anı, içinde bulunulan anı gösterir. Geçmiş ile gelecek arasında bir köprüdür. Bir eli geçmişte, bir eli gelecektedir; geçmişte geleceğe aktarma işlevi üstlenir. Geçmişte başlayıp gelecekte devam edecek hareketleri anlatmada kullanılır. Bir yandan da süreklilik ifade eder. Bu yüzden yalnız iki zamanın varlığı düşünülebilir: Biri, gerçekten yaşanmış olan, geride bırakılan “geçmiş zaman”; diğeri, henüz yaşanmamış, ama yaşanması tasarlanan “gelecek zaman” dır (Üstünova, 2005: 2).

Yaşama atılan bir kimsenin, hangi meslekten olursa olsun, başarılı olmasında “zaman” anlayışının büyük rolü vardır. Bu, bireyler için olduğu gibi, toplumlar için de böyledir. “Zaman” konusunda bilinçlenmiş, iş yaşamını ve sosyal ilişkilerini bu bilincin ışığında düzenleyip yürütmeye koymuş toplumlar diğerlerine oranla daha fazla gelişmiştir.

Günümüzde çoğu insan zamanı verimli şekilde kullanamadığından şikâyetçidir. Kamuoyu araştırmaları, sanayileşmiş bilgi toplumlarında insanların hürriyet, para kadar, zaman yokluğundan da şikâyetçi olduklarını göstermektedir. Yaşamı ifade eden paradan ziyade zaman olduğuna göre, herkesin zamanı verimli kullanabilme problemini çözmek için çaba göstermesi beklenir. Zamanı denetleyebilmenin yolu ise, insanın kendisini denetlemesinden geçer (Yılmaz ve Aslan,2002: 43).

Zamanın ekonomik kullanımı günümüz insanı için kaçınılmaz bir gereklilik olmuştur (Karaküçük, 1997: 10). Gelişmiş ülkelerin zaman kullanımı konusunda

bilinçlenmiş ülkeler olduğunu söylemek olasıdır. Bu durum, gelişmiş ve az gelişmiş ülkeler arasındaki en önemli farklardan birisini ortaya koymaktadır. Descartes, toplumların ileri veya geri zekâlı diye ayıramayacağını, ülkelerin gelişmişlik ve zenginliklerinin zamanı planlı ve programlı kullanarak çalışmalarından ve dinlenmelerinden kaynaklandığını ileri sürmektedir.

Zamanın etkili ve verimli kullanabilmesi bir eğitim sorunu olarak, okul ve ailenin sorumluluğundadır. Zamanın yanlış ve verimsiz kullanımından ortaya çıkan rahatsızlıklar kişiyi ve bütün toplumu etkilemektedir. Bu ise bedeni hastalıklardan bile daha tehlikeli olabilmektedir (Kılbaş, 2001: 19).

1.2. Boş Zaman Kavramı

Torkildsen'e (1990) göre boş zaman terimi, İngilizce karşılığı olan "Leisure" kelimesi "fırsat tanınma" veya "serbest olmak" manalarına gelen "Loisir", "salahiyet vermek" manasına gelen "Licence" ve "izin" manasına gelen "Liberty" ile, "Licere" kelimelerinden gelmiştir. Mecburiyetin olmaması ve serbest seçim ifade eden bu kelimelerin tamamı birbiriyle ilişkilidir (Aktaran Hacıoğlu, Gökdeniz ve Dinç, 2003: 17).

Uluslararası Turizm Uzmanları Birliği (AIES: International Association of Scientific Experts in Tourism) boş zaman tanımını; bir kimsenin var olma, çalışma veya çalışmayla ilgili ihtiyaçları karşılandıktan sonra, geriye kalan kullanılabilir zamanın miktarı olarak yapmaktadır.

Kısaca boş zaman; dar anlamda iş ile ilgili ve hayatı idame ettirme sorumluluklarından veya diğer emirli görevlerden serbest kullanılan zaman olarak tarif edilmiştir. Geniş anlamda ise, birçok kültürel ve kamu hizmeti kapsamı içindeki hobiler ve meşguliyetler dizisine katılım suretiyle, benlik geliştirme için serbestçe kullanım hakkı ve fırsatları olarak tanımlanmıştır. Başka bir ifadeyle, boş zaman yaratıcı ve manevi değerlerin bir kaynağı olarak da görülebilmektedir (Hacıoğlu ve ark., 2003: 18).

Boş zaman olgusu günümüzde giderek önem kazanmakta ve hemen her kesimden insanın hayatının odağına yerleşmektedir. Endüstrileşmenin bir sonucu olarak artan üretim ve refah toplumunun yükselişi ile birlikte boş zamanlar da artış

göstermekte ve bu zamanın nasıl kullanılacağı bir sorun haline gelmektedir (Kır, 2007: 308).

Boş zaman kavramı çoğu zaman serbest zaman kavramı ile karıştırılabilmektedir. Boş zaman, iş saatleri dışında serbest zaman aralığıdır. Serbest zaman; özgürce geçirilen çalışma dışı zamandır. Boş zaman, kişinin çalışma dışı faaliyetler için kullandığı zaman aralığı olup serbest zamanın bir parçasıdır. Kişiler eğer serbest zamanlarında çalışma kaygısı olmaksızın diledikleri gibi hareket edebiliyor ve bu faaliyetlerden hoşnutluk, mutluluk duyarak tatmin oluyorsa boş zaman faaliyeti gerçekleştirmiş olurlar (Demir ve Demir, 2006: 36-37).

Boş zaman faaliyetleri; insanın ruh sağlığının gelişmesini ve düzenlenmesini, yeteneklerin keşfedilmesini ve geliştirilmesini sağlar, mutluluk verir, yaşamayı geliştirme amacıdır, sosyal amaçlara yardımcı olur, yeni bilgi ve beceriler kazandırır, çalışmayı verimli kılar, verimliliği artırır ve üretime hizmet eder (Ergin, 1974: 28-35).

On dokuzuncu yüzyıldaki kapitalist toplum düzeni, günlük iş sürelerinin çok uzamasına neden olduğundan, gerçek anlamda işçilere boş zaman bırakmamıştır. Bu dönemde işçi günde on beş saatten uzun bir süre işyerinde çalıştıktan sonra evine gidip ancak uyuyabilmekte ve yeniden işyerine dönmekteydi. Yirminci yüzyılda iş süresinin günde ancak sekiz saati kapsaması, geri kalan sekiz saatte işçinin uyuması ve diğer tüm sosyal faaliyetleri için de sekiz saatlik bir zamana sahip olması işçi sendikalarının şiddetle savunulmuş ve istenmiştir.

Zamanla teknolojik gelişmelerin sonucu emeğin verimliliği artmış böylece iş sürelerinde önemli kısaltmalar olmuştur. Nitekim yirminci yüzyılın başındaki kırk sekiz saatlik haftalık iş süresi istekleri günümüzde gerçekleşmiş, hatta birçok batı ülkesinde bu süre kırk saate düşmüştür. Böylece işçiler kendilerine ayıracakları daha fazla boş zamana sahip olmuşlardır (Boz, 1990: 7).

1.2.1. Boş Zamanın Temel Fonksiyonları

Şahin ve arkadaşlarına (2001) göre sanayileşme sürecinde hızlı ve monoton üretim temposu insanların verimliliği üzerinde olumsuz etki yaratmış ve bunun karşılığında boş zamanların rekreasyonel yönden değerlendirilmesi ile üretim potansiyelinin artırılması hedeflenmiştir (Aktaran Demirci Orel ve Yavuz, 2003: 62).

Sağcan'a (1986) göre özellikle beden gücüyle çalışmanın önemli olduğu sanayileşme döneminde boş zaman, yorulan insanın fiziksel gücünü yeniden kazanmasına yardımcı olan dinlenme fonksiyonunu yerine getirmekteydi. Boş zamanın dinlenme fonksiyonu kadar önemli diğer iki fonksiyonu olan eğlenme ve kişiyi özgür kılma fonksiyonlarının bilincine ise daha sonraki dönemlerde varılabilmektedir (Aktaran Demirci Orel ve Yavuz, 2003: 62-63).

1.2.1.1. Dinlenme Fonksiyonu

Dinlenme fonksiyonu; iş sonrası stres ve yorgunluk atma ile bedensel aşınmaları ve sinir gerilimlerini ortadan kaldıran faaliyetlerdir (Şahin, 2005: 106).

Vücudumuzda organ ve sistemlerin sürekli çalışması yetersiz ve dengesiz beslenme, hava kirliliği, sigara, alkol, hastalıklar, stres gibi vücut direncinin azalmasına neden olan durumlar yorulmaya neden olmaktadır. Belirli bir egzersiz yükü için gerekli gücün ortaya konulmasındaki yetersizlik olan yorgunluk, sinir sisteminin ve duyu organlarının fonksiyonlarını engeller, dikkati azaltır, iş verimini düşürür, vücut direncini kırar, hastalanma riskini arttırır.

Günümüzde, çağımızın getirdiği aşırı hareketlilik, gürültü, stresli bir yaşam, kalabalık ortam, gece hayatı, geçim sıkıntıları, sosyal uyumsuzluklar gibi çeşitli nedenlerin oluşturduğu kronik yorgunluk hastalığı olarak tanımlanan bir hastalık tablosu çizilmektedir. Bireyde ruhsal gerginlik, huzursuzluk, halsizlik, yaşantıdan zevk almama, sosyal uyumsuzluk durumu gözlenmektedir. Oluşan bütün bu olumsuzluklardan kurtulmanın en iyi yolu mükemmel bir dinlenmedir (Zorba,2004: 134).

Dinlenme fonksiyonu; boş zamanı en fazla karakterize eden ve farklı algılamalarla, çalışma hayatı tarihi boyunca değerlendirilen bir temel fonksiyondur. Çalışma saatinin günde 12-15 saatler olduğu sanayi devriminin ilk dönemlerinde, işçilerin boş zamanları sadece fiziksel gücü yeniden elde etmek anlamında dinlenme fonksiyonunu yerine getirilerek dolduruluyordu. Çalışan için boş zaman sadece bir sonraki çalışma gününe bedeni, fiziksel, olarak hazırlanmayı ifade ediyordu (Karaküçük, 1997: 45).

1.2.1.2.Eğlenme Fonksiyonu

Eğlenme fonksiyonu can sıkıntısını yok eden veya sıkıntı sonrası eğlenme ve rahatlamayı ifade eden yarışmanın, oyun zevkine ağır basmadığı tüm spor uğraşları ile diğer etkinlikleri ister gayretli ister pasif olsun günlük ihtiyaçların gerektirmediği bazı aktivite tiplerine katılım fırsatı sağlayan faaliyetlerdir (Şahin, 2005: 121).

Eğlence fonksiyonu; eğlence detenti tamamlar. Hayatın monotonluğunu, yaşam güzelliğini, buldukları atmosferi değiştirme isteği özellikle gençlerde görülür. İnsan yaşamında acı ve kederlerini unutturacak bir vesileye ihtiyaç vardır oda eğlencedir. Oyunlar eğlenmenin bir önemli parçasıdır. Eğlence, sosyal ilişkileri de geliştirir (Hacıoğlu ve ark., 2003: 28).

Howe'e (2002) göre insanlar farklı şekillerde eğlenmektedirler. Kimileri, zevk aldıkları ortamlara gitmekte, kimileri arkadaşlarıyla hoşça vakit geçirmeyi tercih etmekte, kimisi televizyon izleyerek geçirmektedir (Aktaran Yardımcı, 2010: 19).

Klein' e (1999) göre insanlar monoton bir hayatta hiç eğlenmeden yaşarlarsa, yaptıklarından zevk alamazlar ve çevrelerine verimli olamazlar. Bu nedenle eğlenme ihtiyacı da yemek içmek kadar gereklidir (Aktaran Yardımcı, 2010: 20).

1.2.1.3. Gelişim Fonksiyonu

Gelişim fonksiyonu insan düşüncesini, günlük eylemlerin otomatizminden kurtaran, daha geniş sosyal katılıma zemin hazırlayan ve insanın kişiliğini geliştirmesine ve gösterilmesine eğilimli olan çıkarıcı olmayan faaliyetlerdir (Şahin, 2005: 145).

İş zamanları dışında kişinin kendisini geliştirmesidir. Bu gelişme fiziksel, artistik ve ya entelektüel gelişme olabilir. Kişinin yaratıcılık karakteri olması müzik, resim, spor la ilgilenmesi onun gelişmesine olanak sağlar (Hacıoğlu ve ark., 2003: 28).

Sağlığı koruyucu, tedavi edici fiziksel etkinlikler, açık ve kapalı alanlarda yapılan tüm spor çeşitleri ve sportif oyunlara katılım, bireylerin bilgi ve becerilerini arttırmaya yönelik her türlü boş zaman değerlendirme etkinlikleri bireylerin her alanda gelişimine neden olur (Hazar, 1999: 31-32).

Karaküçük ve Ekenci'ye (1995) göre boş zamanın iyi veya kötü kullanımlarında ortaya bazı değerler çıkmaktadır. Buna göre boş zaman yerinde ve değerinde kullanıldığı zaman insana dinlenmek, eğlenmek kendini yetiştirmek, geliştirmek, dernekleşmek, toplumsallaşmak, görüş ve düşünce alanını, bilgisini genişletmek, kendi sorumluluğunu, özgürlüğünü yaşamak, vaktini kullanmada, çalışmada kendine göre seçim yapmak ve böylece insanın kendi kendini bulmasına yardımcı olur. Kötü kullanıldığında ise; gençlerde ve yetişkinlerde zararlı alışkanlıklar, durgunluk, gevşeklik, tembellik, dikkatsizlik, başıbozukluk, serserilik ve duygu darlığı, can sıkıntısı, bıkkınlık, sinirlilik gibi davranışlar kazanılmasına imkân verir. İnsan yaratılışı itibariyle boş durmamaktadır. İnsan olumlu ya da olumsuz sürekli ve bir iş halindedir. İyi-kötü, doğru-yanlış, helal-haram şeklinde bir aktivite içinde olmak zorundadır (Aktaran Mutlu, 2008: 22).

1.2.2. Boş Zamanları Değerlendirmenin Yararları

Değişmenin ve gelişmenin çok hızlı bir şekilde meydana geldiği çağımızda, bütün canlıları yaşam ölçüsü olan ve insan hayatını anlamlı kılan zaman, gerektiği gibi kullanılmamaktadır. “Boş zamanın değerlendirilmesi konusu günümüzde hem sanayileşmiş ve hem de sanayileşmekte olan toplumların ortak bir sorunu haline gelmiştir” (Tezcan, 1994: 1).

Güler'e (1978) göre Dünya Ekonomik buhranından sonra gelişen davranışsal akımın (beşeri ilişkiler akımının) çalışan bireyin sosyo-psikolojik boyutunu ön plana çıkarması, çalışma verimliliğine etki eden çalışma dışı koşulların daha da önemsenmesine yol açmıştır. Bu doğrultuda yapılan çalışmalar disiplinli, kalıplaşmış ve monoton bir çalışma düzeninin, yabancılaşma, işe uyumsuzluk, manevi tatminsizlik gibi kişisel ve toplumsal sorunlara yol açtığını ortaya koymuştur. Bu sorunların çözümlerine yönelik tepki, sadece dinlenme ve yeniden işe dönme anlayışından uzak, eğlence ve diğer moral etkinliklerinde içinde yer alacağı, işten arta kalan boş zamanın artırılması ve değerlendirilmesi şeklinde bir anlayışın doğmasıyla kendisini göstermiştir (Aktaran Yeniçeri, Özkan ve Coşkun, 2002: 2). Eurofit'e (1995) göre bireylerde ekonomik verimliliğin artması, çalışma koşullarının iyileştirilmesi ile ortaya çıkan boş zamanın bilinçli bir şekilde değerlendirilmesi, günümüz toplumlarının öncelikli problemlerinden biri olarak kabul edilmektedir. Bu durum aynı zamanda kalkınmanın kriterlerinden birisi olarak kabul edilmektedir.

İnsanların toplumsal isteklerini karşılamaları, fiziksel ve ruhsal sağlıklarını koruyabilmeleri büyük ölçüde boş zamanda yaptıkları faaliyetlerle yakından ilgilidir (Aktaran Tel ve Köksalan, 2008: 262).

1.2.2.1. Fiziksel Yararları

Fiziksel aktivite, iskelet kaslarının kasılması sonucunda üretilen, bazal düzeyin üzerinde enerji harcamayı gerektiren bedensel hareketler olarak tanımlanabilir (Özer, 2006: 10). Fiziksel uygunluk ise birçok biçimde tanımlanmıştır. Genelde kabul edilen yaklaşıma göre fiziksel uygunluk, günlük işleri canlı ve uyanık, yorgunluk duymaksızın, boş zamanlarını neşeli uğraşlarla geçirebilecek gerekli enerjiye sahip ve beklenmeyen tehlikeleri karşılayabilecek yeterliliğe sahip olmak anlamını taşımaktadır. Fiziksel uygunluk kalp solunum dayanıklılığı, kassal dayanıklılık, kas kuvveti, kas gücü, sürat, esneklik, çeviklik, denge, reaksiyon zamanı ve beden kompozisyonunu içermektedir. Bu nitelikler sportif performans ve sağlık bakımından farklı önemlere sahip olduklarından performansla ilişkili fiziksel uygunluk ve sağlıkla ilişkili fiziksel uygunluk olarak adlandırılmaktadır. Sağlıkla ilişkili uygunluk kalp solunum uygunluğunu, kassal kuvvet ve dayanıklılığı, beden kompozisyonu ve esnekliği içermektedir. Bu özelliklerin birbirine göre üstünlüğü özel performans ve sağlık hedeflerine bağlıdır (Özer, 2006: 11).

Bireyin kendini gerçekleştirme süreci içinde, olumlu bir benlik tasarımı geliştirilmesinde, katıldığı boş zaman etkinliklerinin türü, bu etkinliklere katılma ve biçimi ve ayırdığı süre önemli bir etkidir. Çeşitli etkinliklere katılım suretiyle birey kendini ifade edebilme, gizli güçlerini ortaya çıkarma ve geliştirme, yaratıcılığını arttırma, daha sağlıklı bir hayata kavuşma imkânı, beden ve ruh sağlığı açısından katkıda bulunacağı gibi daha üretken ve başarılı olmasını da sağlar (Gökmen, Açıkalın ve Koyuncu, 1985: 456).

Pitta'ya (2006) göre günlük yaşamda fiziksel hareketsizliği içeren bir yaşam tarzı, sakatlık ve mortalite açısından önemli rol oynamaktadır. Baltacı' ya (2008) göre düzenli fiziksel aktivitenin farklı kronik hastalıkları önleyebileceği veya geciktirebileceği gerçeği günümüzde iyi anlaşılmıştır. Düzenli fiziksel aktivite, çocukların ve gençlerin sağlıklı büyümesi ve gelişmesinde, istenmeyen kötü alışkanlıklardan kurtulmada, sosyalleşmede, yetişkinlerin çeşitli kronik hastalıklarda korunmasında ve ya bu hastalıkların tedavisinde ve ya tedavinin desteklenmesinde,

yaşlıların aktif bir yaşlılık dönemi geçirmelerinin sağlanmasında bir başka deyişle tüm hayat boyunca yaşam kalitesinin arttırılmasında önemli farklar yaratabilmektedir (Aktaran Saygın, 2012: 12-13).

1.2.2.2. Psikolojik Yararları

Boş zamanlarını iyi değerlendiren kişi sağlıklı bir kişilik geliştirmiş olur. Toplumda temel amaçlardan biriside sağlıklı kişilik geliştirilmesidir (Tezcan, 1993: 28).

Özellikle son yıllarda, birçok spor psikoloğunun sağlık amaçlı spor yapan bireylerle çalışmaya başlamaları sağlık psikolojisi alanındaki birçok konunun spor ve egzersiz psikolojisinde ele alınmasına neden olmuştur. Fiziksel aktivite ve psikolojik zindelik (kişilik, duygu durum, benlik, stres, kaygı...) arasındaki ilişki, egzersiz davranış modelleri, egzersiz bağlılığı, egzersiz bağımlılığı, optimal psikolojik zindelik için fiziksel aktivite prensipleri, egzersiz davranışının cesaretlendirilmesi için yardım stratejilerinin kullanılması, günlük stres düzeyinin egzersizle yönlendirilmesi, egzersizle ilgili psikolojik uyum problemleri (sakatlık, yeme bozukluğu...) gibi konular sağlık psikolojisi boyutu ile ele alınabilir (Aşçı ve ark., 2011: 141).

1.2.2.3. Toplumsal Yararları

Modern yaşam insanı her gün biraz daha gündelik hayatta rutin ve monoton bir yaşama sürüklemektedir. İşyerindeki kurallar ve çalışma ortamındaki sıradanlık bireyi sosyal çevresinden uzaklaştırıp yabancılaşmayı daha yoğun olarak yaşamasına sebep olacaktır. Modern yaşamda birçok etmenler, insanları birbirinden ayırmaktadır. Ekonomik statü, toplumsal mevki, ırk, milliyet, eğitim ve kültürel farklılık gibi farklılaşmalar insanları birbirinden ayırmaktadır. Üyeler arasında kuşku, hoşlanmama, itimsizlikler olmaktadır. Komşuluk, birlik ve arkadaşlık bağları da giderek zayıflamaktadır. Gruplar halinde uygulanan boş zaman etkinlikleri katılanlar arasında bir dayanışma sağlamaktadır. Modern insan yeterli zamanı ve parayı bulduğu takdirde, sürekli yeni ve özgün aktivitelere yönelecektir. Bu faaliyetlerle üyeler birbirini tanımakta, ilişki kurmakta ve yakınlaşmaktadırlar. Bu sayede boş zaman faaliyetleriyle toplumda yaşamın niteliği gelişmekte, yaşam daha yaratıcı, mutlu ve zengin bir duruma gelmektedir (Tezcan, 1977: 31).

1.3. İş (Çalışma) ve Boş Zaman İlişkisi

İş, amaçlı bir dizi eylemliliği ve bunun için geçirilen süreyi kapsar. Bu eylemlilik çoğu kez, zorunluluk, bağlayıcılık, disipline olma, örgütsel normlara dayanma gibi formalist bir yapılanmaya dayanır. İşin doğasında, bireyin istencine hükmeden bir zorunluluk/bağlayıcılık vardır. Bu durum, bireyin serbest, özgür devinimini devre dışı bırakır. Kişisel ya da kurumsal zorunluluk bağıyla faaliyette bulunma, bağımsız hareket etmeyi, kişisel tasarrufta bulunmayı imkân dışı kılmaktadır (Aytaç, 2002: 232).

Boş zaman, kavram olarak en iyi şekilde “iş” fikrine zıt olarak tanımlandığında anlaşılabilir. De Grazia’ya göre, “*Bir etkinliğin insanın kendi yararına uygun olarak gerçekleştirilmesi durumunda bulunmak*” olarak açıklanan boş zaman, İngilizce metinlerde “iş” in zıt anlamlısı olarak kullanılır. Aslında son söylenen, boş zamanın ne olmadığını daha iyi açıklamaktadır. Başka bir deyişle, boş zaman bir şey başarmak veya üretmek için bir etkinliğin içinde olmak durumudur. (Aktaran Tükenmez, 2011: 22).

Zorba ve diğerlerine (2001) göre boş zaman çift yönlü olup; sanat, müzik ve bilimden zevk alma, sağlık, kuvvet ve yeteneklerimizi geliştirme ve yaratıcılığımızın açığa çıkmasını sağlayabileceği gibi bunların tam tersine başıboşluk, sıkıntı, bunalım ve düzensizliği doğurabilir. (Aktaran Sabbağ ve Aksoy, 2011: 11).

Aytaç’a göre (2003) toplumsal yaşamda önemli bir yer tutan boş zaman kavramı, günümüz toplumunda varlığına en çok ihtiyaç duyulan bir alanı oluşturmaktadır. Endüstrileşmiş ya da endüstrileşmekte olan toplumlarda iş saatleri kısaltmakta, böylece sahip olunan boş zaman giderek artmaktadır. Özellikle çalışan kesim için boş zaman, yoğun çalışma koşullarının olumsuz etkilerinden kurtularak toplumda bütünleşmeyi sağlamaktadır (Aktaran Mutlu, Yılmaz, Güngörmüş, Sevindi ve Gürbüz, 2011: 55).

Üretim tekniklerinde otomasyonlaşma, boş zaman lehine iş saatlerini gittikçe azalttığı bir toplum düzeni oluşturmuştur. İş saatlerinin azalması ile boş zamanların artması arasında bu nedenle gelişen ters bir orantı bulunmaktadır (Kılbaş, 2001: 19).

1.4. Rekreasyon Kavramı

Rekreasyon; yeniden tazelenme, yeniden biçimlenme, yeniden yaratma anlamına gelen Latince recreatio kelimesinden gelmektedir. Türkçe karşılığı, rutin iş ve/ve ya çalışma hayatı için tekrar enerji kazanmak için genellikle çalışma dışı zaman bölümünde, olumlu aktiviteleri içeren ve sosyal yaşamda kabul edilebilen serbest zaman etkinlikleridir. Kısaca; rekreasyon bireylerin yada grupların serbest zamanlarında gönüllü olarak yaptıkları dinlendirici ve eğlendirici etkinliklerdir (Aşçı ve ark., 2011: 251-252).

İnsanın yoğun çalışma yükü, rutin hayat tarzı veya olumsuz çevresel etkinliklerden tehlikeye giren ya da 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 ve grup içinde seçerek yaptığı etkinliklere rekreasyon denir (Şahin, 2005: 277).

Rekreatif etkinlikler, sosyal, ekonomik ve eğitim farklılıkları olmaksızın her kesimden insanın ortak zevklerini içeren aktivitelerde bir araya gelerek sosyal ilişkiler kurmasında büyük rol oynayıp insanların beceri, yetenek ve yaratıcılık gücünün, ortaya çıkmasına ve geliştirilmesine hizmet eder. İnsanların rekreasyona olan talep ve eğilimlerinde meydana gelen artış, yoğun kent hayatından ve hareketsizlikten kaçış olarak, özellikle açık alanları rekreatif etkinliklerinde tercih etmeleri sonucu daha belirgin şekilde ortaya çıkmaktadır (Koçan, 2007: 33).

Teknolojik gelişmelerle çalışma saatlerinin azalması ve insanların serbest zamanlarının artması, eğitim ve gelir düzeylerinin yükselmesine neden olmuştur. Tüm bunların sonucunda rekreasyonel etkinliklere olan talep artmıştır (Mansuroğlu, 2002: 53).

İnsanlara rekreatif etkinlikler yoluyla kalıcı alışkanlıklar kazandırılmaktadır. Bu alışkanlıklar boş zamanları iyi bir şekilde değerlendirme, spor yapma, paylaşma, dayanışma, yenme ve yenilme duygusu, takdir etme duygusu, kurallara uyma, grup bilinci, başarıma duygusu, vb. alışkanlıklar ve duygular olarak sıralayabiliriz. Elde edilen bu alışkanlıklar ve duygular toplumumuzun genç ve dinamik olan aynı

zamanda örgütlenmiş halde olan ortaöğretim gençliğine kazandırılması daha kolay olmaktadır. Çünkü bu gençlik yönlendirilmeye hazır, hırslı, yeteneklerini ortaya koyabilecek, ortam arayan, heyecanlı, çabuk kızmaya eğilimli, sabırsız, hareketli, canlı, takdir edilmek, lider olma arzusunda olan bir gruptur (Pepe ve Can, 2003: 33).

Bireyler boş zaman etkinliklerine dinlenme, eğlenme, bilgi ve becerilerini geliştirme, işinden, sosyal ve ailevi görevlerinden sonra bulunabileceği toplumsal çevreyi genişletme amacıyla katılırlar.

Boş zamanları değerlendirmenin birey ve toplum açısından yararları şu şekilde özetlenebilir: Bireyin kendini ifade etmesine imkan verir, yaratıcılığını artırır, yeni tecrübeler kazandırır, arkadaşlık ilişkilerin kurulmasını sağlar ve sosyal çevreyi genişletir, mutlu ve sağlıklı bireyler olarak yetişmesini sağlar, üretkenliği artırır, bireylerin ruh sağlığının gelişmesini ve düzenlenmesini sağlar, bireyin yeteneklerini ortaya çıkarılmasını sağlar ve geliştirilmesine yardım eder, hayatı geliştirme ve anlamlı hale getirmeyi amaçlar, yeni bilgi ve beceriler kazandırır, çalışmayı verimli kılar ve verimliliği artırır (Yetim, 2005: 187-188).

Torkildes'e (1986) göre toplumlar açısından bu kadar önemli olan boş zaman değerlendirme kavramı ile ilgili her türlü araştırma ve değerlendirme aynı oranda önem arz etmektedir. Rekreasyon faaliyetlerinin organizasyonu, planlanması, yönlendirilmesi ve yönetilmesi sırasındaki başarı, toplumları oluşturan bireylerin kişisel özelliklerinin iyi tespit edilerek, uygulamalarla ilişkilendirilmesine bağlıdır. Bunu sağlarken de toplumsal boş zaman değerlendirme programlarının oluşturulması ve bunların yönetilmesi hususuna dikkat edilmelidir. Toplumsal boş zaman değerlendirme programları, planlama, zamanlama, kontrol ve geniş hizmet ağı sunan personelin kullanımını ayrıca toplum içindeki aktif, pasif, rutin, değişken ve özel aktiviteleri de içerir. Boş zaman değerlendirme faaliyetlerinin insanların istek ve ihtiyaçları dikkate alınarak belirlenmelidir. Bu da boş zaman değerlendirme organizasyonlarının varlığının nedenidir (Aktaran Avcıkurt, İlban ve Özcan, 2004: 60).

1.5. Spor

Spor sözcüğü Latince kökenli olup, “OF: Delport” ve “ME: Disport” sözcüklerinin kısaltılmış şeklidir. Oyun, oyalanma, işten uzaklaşma anlamlarını taşımaktadır (Balcıoğlu, 2003: 128). Talimciler’e göre (2008) spor, kurallar bütünü içinde bireysel veya grup olarak yapılan, genelde bedensel ve zihinsel yeteneklerin gelişimini sağlayan, eğitici ve eğlendirici uğraşlar şeklinde tanımlanan sosyal uğraşlardan birisidir. Spor, toplumsal yaşam içerisinde kök salan ve kültürün üretilmesinde, dolaşıma sokulmasında katkıları bulunan bir alan olarak, egemen ideolojilerin üretiminde ve toplumsal rızanın sağlanmasında kullanılan bir simgeler sistemidir. Spor, üzerinde egemenlik mücadelelerinin verildiği, toplumsal meşrulaştırma süreçlerinin gerçekleştirildiği bir inşadır (Aktaran Solmaz ve Aydın, 2012: 72).

İnsanoğlu yüzyıllar önce kendi bedenini kullanarak iş görürken, şimdilerde teknolojinin kendisine sunduğu olanaklarla hareketliliğini yitirmiştir. Bugün birçok ülkede hareketliliği tekrar kazanmak bir devlet politikası olmuştur. Çünkü egzersizlerle sağlığı korumanın mümkün olduğu bilimsel bir gerçektir. Tıbbi yöntemlerle (ilaç tedavisi, cerrahi vb.) alınan sonuçlar, bu işler için harcanan paralarla karşılaştırıldığında hiç de yüz güldürücü değildir. Oysa her gün egzersizlere ayrılacak 10-15 dakika ile sağlık giderlerinde milyonlarca liralık harcamaların önlenmesi mümkündür. Bütün olumsuz şartlardan kurtulmak, organizmayı zinde ve sağlıklı kılmak için spor yapma gereksinim bir zorunluluk olarak ortaya çıkmaktadır. Nitekim ansiklopedik anlamından ayrı olarak günümüzde spor, daha geniş kapsamlı bir tanımla, “*kişinin sağlık durumunu geliştiren ve gelişmiş sağlık durumunu devam ettiren hareketler*” şeklinde ifade edilmektedir. Görüldüğü gibi sporda artık yarışma amacının dışında sağlığını koruma düşüncesi yer almakta ve insanlar bu düşünceyle spor yapmaya davet edilmektedir. Bu davet özellikle gelişmiş ülkelerde yerini bulmakta ve geniş insan kitleleri çok değişik sportif etkinliklerde bulunmaktadır. Yaşam boyu spor, sağlıklı yaşam için spor, rekreatif sporlar fitness (fiziksel uygunluk) aerobik, jogging vb. gibi sloganlar ve çeşitli spor klüplerinin faaliyetleriyle spor yapan insanların sayısının arttırılmasına çalışılmaktadır (Zorba, 2008: 16-17).

Spor kimi yerde barış ve dostça yarışmanın aracı, kimi yerde bir dünya sisteminin propaganda silahı ve üstünlük kanıtıdır (Fişek, 2003: 30).

Spor, içinde birçok dalı barındıran etkinlikler bütünüdür. Bazı dallar katılım ile bazı sınıflarla özdeşleşmiş ya da bir sınıfa ait olma isteği için tercih edilmiştir. Yaratılan yıldızlar/sporcular kitle iletişim araçlarıyla ikonlar haline gelmiştir. Toplumda sağlık, eğlence, boş zaman için yapılan bir pratikten, rekabetçi bireylerin oluşturduğu bir takıma oradan da yöresel ya da milli duyguların barındırıldığı faaliyetlere dönüşmüştür. Bu kadar büyüyen sporun bu noktada ekonomisi de büyümüş sponsorlar, reklamcılar, sporu konu alan ne varsa içine girmişlerdir (Solmaz ve Aydın, 2012: 81).

Çankaya'ya (2001) göre spor, insanların yaradılışında bulunan saldırganlığa karşı barışçı rahatlama imkânları veren, saldırganlık duygusunun denetim altına alınması için uygun bir yarışma ortamı hazırlamaktadır. Benzer şekilde; spor, egzersiz ve oyunun becerikli bir surette düzenlenmesinden doğar, bize en temiz duyguları verir. Hakiki spor insanı geliştirecek onun bedeni ve ruhi bütün kabiliyetlerini meydana çıkarabilecek en birinci vasıftır. Spor, ulusal birliği örgütleyen bir eğitim aracıdır. Spor, kitlenin afyonudur, çeşitli siyasi görüş ve düşüncelerdeki insanları, devletleri bir araya getiren onları bir amaç tarafından birleştirebilen bir olgudur, diyenler olduğu gibi onu toplumsal bir ihtiyaç olarak tanımlayanlar da vardır. Bazı insanlar sporu sağlıklı yaşamanın sırrı, bazıları motivasyonları yönünde bir hareketler topluluğu, bazıları da zaman zaman savaş veya reklam aracı anlayışına sahip olmuşlardır. Bu anlayış doğrultusunda sporu tarif etmişlerdir (Aktaran Atasoy ve Kuter, 2005: 14).

Sporun tanımı söz konusu olduğunda genellikle “fiziksel aktiviteler” olarak tanımlanmıştır. Bu fiziksel aktiviteler çeşitli olabilir. Az veya çok olabilir. Bunun fiziksel aktivite olmasının anlamı kişinin fiziksel maharetlerini ortaya koymasındır. Fiziksel maharetlerin karşılıklı kullanılması ve fiziksel bir aktivite çok düzensiz ve sıradan olabileceği gibi çok düzenli ve organize edilmiş olabilir. Örneğin iki arkadaşın bir basket sahasında potaya rast gele top atmaları ile Efes Pilsen ile Tofaş basketbol takımları arasında organize edilmiş ve birçok kurala bağlanmış basket maçı arasında büyük farklar vardır (Tükenmez, 2003: 24-25).

Ekenci ve İmamoğlu' na (2002) göre sporun cinsiyet, yaş, eğitim durumu ve fiziksel yeterlilikler gözetilmeksizin toplumun her kesiminde yaygınlaşması ve tüm yaşam süresi içerisinde düzenli olarak yapabilmesi yönündeki önemli görevleri üstlenen kurumlardan bir tanesi de özel spor salonlarıdır. Bu işlev ve sorumlulukları sebebiyle özel spor salonlarının, kullanım amaçlarına yeterince hizmet edebilecek düzeyde olması beklenmektedir. Spor işletmeleri, toplumun sosyal ihtiyaçlarını karşılayacak hizmetleri üretip pazarlamak üzere faaliyet veren kurumlardır. Bu kurumlar verdikleri hizmet karşılığında maddi kazanç temin etseler bile esas itibariyle, insanların spor ihtiyaçlarını karşılamak için kurulurlar (Aktaran Bingöl ve Doğan, 2010: 199-200).

Gökmen'e (1988) göre, eğitimdeki gelişmelere paralel olarak, sporun bireyin fiziksel, devinişsel, zihinsel, duyuşsal ve toplumsal gelişimine katkı amacına yönelik organize edilmiş bedensel etkinliklerin tümü olarak ele alınmaya başlaması, kültürün, dolayısıyla eğitimin rolünü ön plana çıkarmaktadır. Sporda amaç insan olduğuna göre, spor eğitimi ile de kültürel kazanım daha sağlıklı bir biçimde edinilebilir (Aktaran Demirhan, 2006: 8).

Knapp ve Leonhard'a (1968) göre sporun, insanlık tarihi kadar eski olduğu söylenebilir. Fakat formal olarak yapılması ve kurumlara girmesi insanların örgütlenmesi ile başlamıştır. 20. yüzyılda ise profesyonel anlam kazanmıştır. Eski çağlarda; sağlıklı olmak, avlanmak ve savaşmak için gerekli olan kondisyon spor yapılarak sağlanmaktaydı. Roma, Eski Yunan, Çin, Mezopotamya, Babil, Sümer, Suriye, Hindistan ve İran sportif etkinlikler bakımından en çok göze çarpan uygarlıklardı (Aktaran Demirhan, 2006: 11).

Günümüzdeki toplumlarda gözde olan spor dalları farklılıklar göstermektedir. Jimnastik Romanya, Bulgaristan, Rusya, Japonya gibi ülkelerde; futbol Avrupa ve Güney Amerika ülkelerinde; uzun mesafe koşuları Afrika ülkelerinde ve Kuzey Avrupa ülkelerinde; buz hokeyi Kanada ve Avustralya'da; yüzme Amerika Birleşik Devletleri, Avustralya ve Avrupa ülkelerinde; Amerikan futbolu Amerika Birleşik Devletleri'nde; boks Amerika Birleşik Devletleri'ndeki zenciler arasında ve Küba'da; güreş Türkiye ve Rusya'da daha yaygındır. Oysa, basketbol ve voleybol dünyanın hemen her yerinde yaygındır. Spor dallarının bir ülkede yaygın olmasının

nedenleri arasında o toplumun kültürel özellikleri, ortalama gelir düzeyi, ülkenin coğrafi özellikleri ve iklimi sayılabilir (Doğan, 2004: 148).

1.5.1. Herkes İçin Spor

Yaşam genelde hareket ile tanımlanır. Ancak insan organizması uygarlık geliştikçe daha az hareket etmek zorunda kalmaktadır. Hareket azlığının organizma üzerindeki olumsuz etkileri düşünülmeden, her geçen gün yeni bir alet geliştiriliyor. İnsanlar, rahatlığımız için deyip, bu aletleri kapşıyorlar. Bugün insan yaşamını sürdürmek için çok daha az hareket etmektedir. Günümüzde bu az hareket, yeni bir hastalık grubunun doğmasına neden oldu. Bu hastalık grubuna Hypokinetic Disease (hareket azlığı hastalıkları) adı veriliyor. Artık bu hastalıklar günümüzde en çok can alan, bir hastalıklar grubudur. Kalp-Damar hastalıkları bu grubun başını çekiyor. İşte, bu hareket azlığı ile başa çıkmak, insanın yaşam kalitesini yükseltmek, insanı fiziksel anlamda günlük yaşamdaki etkinlikleri daha kolay yapar hale getirebilmek amacıyla “yaşam boyu spor” olgusu doğdu. Bu olgu çeşitli dönemlerde, çeşitli ülkelerde değişik isimlerle anıldı. Kimi zaman “herkes için spor”, kimi zaman “sağlık için spor”, kimi zaman “kitle sporu” gibi (Zorba, 2008: 1).

“Herkes için Spor”(HİS) kavramı, Avrupa Konseyi Spor Gelişim Komitesi tarafından sosyal durum, sınıf, ırk, özür ve engelliliklerine bağlı olmaksızın spor yapmayı arzu eden herkesin serbest zamanlarını spor ile değerlendirilmesi ve katılımının mümkün kılınması şeklinde tanımlanmıştır. Bu tanım incelendiğinde, bir toplumda bulunan herkesin bu haktan faydalanması gerektiği; dolayısıyla, şu veya bu şekilde ihmal edilmiş toplum gruplarında da sporun yayılmasının ilke edinildiği anlaşılmış olacaktır. Örneğin, tutuklu ve suçlular, her ne kadar belli bir süre için hürriyetlerinden mahrum iseler de eğitim, kültür ve spor haklarını muhafaza etmektedirler. Zira spor hakkı; eğitim, sağlık ve güvenlik hakları ile tanımlanan sosyal hak ve özgürlükler arasındadır. Ayrıca HİS, sporun demokratikleşmesi ve mümkün olan en fazla sayıda insana bu hakkı sağlama idealine dayanır (Zorba, İkizler, Tekin, Miçoğullar ve Zorba, 2005: 5).

Sunay’a göre (2000) Türkiye nüfusunun %27’sini 12-24 yaş grubu oluşturmaktadır. Geriye kalan orta yaş ve yaşlı nüfusu oluşturan grupla birlikte genç nüfusun spora olan ihtiyacı oldukça fazladır. Şöyle ki; günümüzde gerek bilim ve teknolojiye gelişmeler, gerekse tıp alanındaki gelişmeler ortalama yaşam sınırını

yükseltmiştir. Böylece spor yapmaya olan ihtiyaç artmaktadır. Spora ihtiyaç gösteren grupların spor yapabilmesi ise formel olarak öncelikle spor kulüpleri ile okullarda olabilmektedir. Ancak Türkiye’de spor kulübü sayısı, 1999 verilerine göre 5988’dir. Bunun 4828’i futbol branşında, 1160’ı ise diğer spor branşlarında faaliyet göstermektedir. Öte yandan 62 milyon insanımıza düşen spor kulübü oranı 10.455’dir (Ünsal ve Ramazanoğlu, 2013: 39).

Sağlık açısından ilerleyen yaşla birlikte kaliteli yaşam alışkanlıklarının kazanılması ve fizik aktivitelerinin düzenli olarak yapılması önemlidir. Spora yatırım, insana ve bütün sektöre yapılan stratejik bir yatırımdır. Bu nedenle spor tesisleri yapılarak halka açılmalıdır. Düzenli egzersiz veya spor yapma alışkanlığının erken yaşlardan itibaren kazandırılması gerekmektedir. Spor bilimcileri, yöneticiler ve basından destek alınarak insan sağlığı açısından sporun önemi vurgulanmalıdır. Kısaca spor bir yaşam biçimi olmalıdır (Demir ve Filiz, 2004: 113).

1.5.2. Sosyolojik Açıdan Spor

Günümüzde tüm dünya ülkeleri spora büyük önem vermekte ve uluslararası spor organizasyonlarında ön sıralarda yer almak için mücadele etmektedir. Bu organizasyonlardan alınan başarılı sonuçlar ulusal saygınlığın bir göstergesi olarak kabul edilmekte; soğuk savaş aracı, politik başarının ölçüsü ve gelişmişliğin göstergesi olarak da çok amaçlı fonksiyonu olan spor hem toplumu etkilemekte hem de toplumdaki etkilenmektedir. Bununla beraber spor, gelişme sürecini bunlara paralel olarak sürdürmektedir (Kuter, 2003: 1).

Spor Sosyolojisi, sosyolojinin özel bir alanıdır. Sporun çeşitli bağlamlarını, değişik yanlarını sistematik olarak araştıran, bundan ötürü de görgül yöntemleri kullanan deneysel bir bilim dalıdır. Spor sosyolojisi, aynı zamanda belirli kuramların ışığı altında diğer bilim dallarıyla işbirliği yaparak sporda sosyal yapılar ve sosyal davranışlar ile sporun sosyal etkilerini araştırır. Spor sosyolojisi çok yeni bir disiplindir ve kimliğini henüz oluşturmaktadır. Spor olgusu çok yönlüdür ve gittikçe önem kazanmaktadır. Böyle bir gereksinim artışına koşut olarak Spor Bilimleri ve Spor Sosyolojisi ortaya çıkmıştır (Voigt, 1998: 2).

Spor Sosyolojisinde hareket noktası sporun bir başka ifade ile sportif faaliyetlerin spor olayının bizzat kendisidir ve daha çok bu sektör içindeki durum

değerlendirilir. Bu bakış konuya mikro açıdan değerlendirmeler getirmektedir. Sporcu- antrenör, spor hekimi – sporcu ilişkileri, spor tesislerinin kullanım oranı, sporda alt yapı özellikleri spor araç ve gereçleri, çeşitli branşlarda eğitici teknikler, beslenme gibi konular daha çok mikro konulardır (Erkal, 1986: 9).

Sosyal yapı, bir toplumun kültürel yapı ve fiziki yapı özelliklerini kapsamaktadır. Kültürel yapı; toplumun yaşama tarzı, buna bağlı olarak dinini, örf ve adetlerini, aile yapısını, dilini içine almaktadır. Fiziki yapı ise; nüfus, yerleşim, barınma, sanayi, ekonomi ve eğitim yapılarının özelliklerini kapsamaktadır (Bayraktar, 2003: 19).

Dönmezer'e (1994) göre sosyalleşme sayesinde insan, toplumun ortaya koyduğu tavır ve hareket modellerini, örnekleri ve düşünme biçimlerini öğrenmektedir. Böylece sosyalleşme, kişinin toplumsal kültürle bütünleşmesini ve içinde yaşadığı toplumla uyum sağlamasını mümkün kılan bir mekanizmadır. Kişinin toplum içinde diğerleri ile birlikte ortak bir hayat sürdürebilmesi, toplumun örf ve âdetlerine, geleneklerine, göreneklerine itaat etmesi, yeme, içme, giyinme, uyuma, oynama, çalışma bakımından asli bir takım teknikleri kabul etmiş bulunması, sosyal hayatın norm ve ayinlerine uyması ve grup içinde kendisine verilecek rolleri gereğince yerine getirebilmesi ile mümkün olabilir (Aktaran Küçük ve Koç, 2003: 3).

1.5.3. Ekonomik Açıdan Spor

Yetim'e (2000) göre sanayileşme, hizmet sektörünün gelişmesi, bilgi çağı ve hızlı kentleşme sonucunda toplu yaşama kültürü ve sosyal yapı giderek farklı özellikler kazanmıştır. Toplumsal eğilimleri moral, kültür, yaşam felsefesi, ekonomik refah gibi olgular biçimlendirmektedir. İleri düzeydeki toplumlar, sporu sosyal hayatın ayrılmaz bir parçası sayarken, geri kalmış toplumlar ise sporun önemini kavrayamamış ve göz ardı etmişlerdir. Günümüzde, toplumların spora yaklaşımları, toplumların genel yapısını yansıtır. Spor aslında gelişmişliğin bir ölçütü olarak da kabul edilmektedir (Aktaran Devocioğlu, 2007: 3).

Bir ülkenin milli gelir seviyesinin ve kişi başına düşen gelirlerin yüksekliği, refah seviyesinin de yüksekliği anlamına gelmektedir. Refah seviyesinin yüksekliği tamamen ekonomik gelişmeye bağlı olmamakla beraber sosyal faaliyetlerin sürdürülmesi ve bireylerin sosyal faaliyetlere aktif olarak katılabilmeleri için en

önemli unsuru oluşturmaktadır. Refah seviyesinin yüksek olması tek başına sporun gelişmesini sağlayamaz, ancak bu, eğitim ve spor bilincinin yerleştirilmesi ile başarılı olunabilir. Gelir seviyesinin yüksek olması bireye spor, araç, gereç ve malzemelerin sağlanmasında olumlu rol oynar. Bu tür faaliyetler için gerekli olan malzemelerin temini için elbette ki alım gücü gereklidir.

Serbest zaman ortamı yaratacak iş ortamı, çalışma saatlerinin düşürülmesi ve çalışan kesimin ek iş (ikinci bir iş) yapmamasıyla gerçekleşebilir. Ekonomik gelişmişlik sürecini tamamlamış ülkelerde serbest zaman ortamı da kendiliğinden doğmaktadır. Serbest zaman ortamı profesyonel sporcular için bir şey ifade etmemekte; ancak, amatör sporcular ve çalışan kesimin spor yapabilmesi için gerekli olan bir unsurdur (Bayraktar, 2003: 23).

Boş zamanların değerlendirilmesi spor ekonomisinin doğuşuna sebep olmuştur. Boş zaman ekonomisinin büyümesiyle de sporun onun içindeki payı büyümektedir (Ekenci ve İmamoğlu, 1998: 4).

Cerrahoğlu ve İmamoğlu'na (2000) göre boş zaman uğraşlarının yaygınlık kazanması 1980 sonrası sporda reklama izin verilmesi, spor kulüplerinin yayın haklarının pazarlanması, sponsorluk, spor kulüplerinin ve federasyonlarının yapısal değişikliklere zorlanması gibi gelişmeler ile birlikte parayla sporun iç içe olduğu söylenebilir, bütün bu gelişmeler bize spor ekonomisinin geleceğinin çok zengin getirilere sahip olacağını göstermektedir (Aktaran Devocioğlu, 2007: 3).

1.5.4. Fiziksel Açıdan Spor

Doğanın kuralı olarak doğduğumuz andan itibaren ölüme doğru yaşlanırken, organizmamızdaki değişiklikler nedeniyle gücümüz, dayanıklılığımız ve yaşam kalitesi ile ilgili daha birçok özelliğimiz gerilemeye eğilim göstermektedir. Genç yaşlarda hastalıklara karşı dirençliyizdir, otobüse yetişmek için koşabiliriz, asansörü beklemek yerine merdivenlerden çıkmayı yeğleyebiliriz. Sonraları ise otobüsü ya da asansörü beklemek daha kolayımıza gelir. Değişik ülkelerde ayrı adlar alan fiziksel güç uyumu (kondisyon, fiziksel uygunluk) organizmanın tüm sistemleriyle günlük yaşamımızdaki işlerimiz için hazırlıklı olması anlamına gelmektedir. Şöyle ki, postacılar kilometrelerce yürüebilir, hamallar kilolarca yük kaldırabilir, sporcular

ise saatlerce antrenman yapacak gücü kendilerinde bulabilirler. Temel olarak kuvvet, dayanıklılık, sürat, esneklik, beceri gibi özelliklerin tümü fiziksel güç uyumumuzu oluşturmaktadır (Zorba, 2004: 21).

Erkan (1992), egzersiz yapmanın toplum sağlığı için temel amaçlarını şöyle belirtmektedir:

Hareketsiz (sedenter) bir yaşam biçiminin neden olduğu fizyolojik gerilemeleri önlemek, dinamik ve dengeli bir yaşantının temeli olan fizyolojik kapasitelerini daha yüksek düzeylere çıkarmak, bu sağlıklı yapıyı olabildiğince uzun bir süre korumaktır.

Erkan'a (1992) göre Cureton bu amaçları maddeler halinde aşağıdaki gibi özetlemiştir:

1. İnsanları açık havada egzersiz yapmaya isteklendirmek, canlı ve hareketli duruma getirmek,
2. İnsanları her an karşılaşılabileceği stresörlerin olumsuz etkilerinden koruyabilmek için bedensel ve duygusal yönden güçlendirmek,
3. İnsanların enerji harcamalarını aşamalı olarak artırarak şişmanlığı ortadan kaldırmak ya da önlemek,
4. Yaşlanmayı geciktirerek performansı kronolojik yaşın daha altında olanlarınkine yaklaştırmak,
5. Bedenin dengesini, gücünü, çabukluğunu ve dayanıklılığını koruyarak hem bedensel, hem de ruhsal dengeyi korumak,
6. Kalp, akciğer ve metabolik işlevleri üst düzeye çıkararak yaşam gücünü sürdürmek,
7. Otonom sinir sisteminin dengesini geliştirmek, direnci artırmak ve bu yolla psiko-fizyolojik bozuklukları önlemek,
8. Kalbin yükünü azaltmak ve dolayısıyla hipertansiyon olasılığını azaltmak,
9. Kas gücünü ve genel dayanıklılığı artırırken, çabukluğu artırmak ve tepki süresini kısaltmak,

10. Hormon ve enzim etkinliğini geliştirerek fiziksel efor için gerekli desteği sağlayabilecek düzeyde kapasiteyi artırmak,
11. Orta yaşlardaki insanları koroner hastalıklardan korumak ve işlevsel gerilemeleri önlemek,
12. İnsanların güven duygularını, kontrolünü artırmak,
13. İnsanları egzersiz ve spor alışkanlıkları konularında bilinçlendirmek ve düzenli antrenman alışkanlığı kazandırmak,
14. Günlük yaşamda ve iş yaşamında zorlanmaları ve kazaları önleyecek biçimde bedensel denge ve güç kazandırmak,
15. Sportif etkinlikleri sürdürüp yaratıcılığı geliştirerek ve yaşam boyu sürdürerek sağlığını korumasını sağlamak.

Yukarıdaki özellikler uygulanıp sürdürülürse, insanın kendini sağlıklı ve dinamik hissetmesi ile yaşam süresi uzayabilir (Doğan, 2004: 150-151).

1.5.5. Sağlık Açısından Spor

Dünya Sağlık Örgütü (WHO: World Health Organization), sağlığı “*sadece hastalıklardan ve mikroplardan koruma değil, bir bütün olarak fiziki, ruhi ve sosyal açıdan iyi olma hali*” olarak açıklar. Yaşadığımız çağa göre ise, duygusal, ruhsal, zihinsel (entelektüel), toplumsal, mesleki ve fiziksel olarak sağlıklı olma hali olarak açıklanabilir. Sağlık; hayat tarzınızla ve davranışlarınızla etkilediğiniz çevrenizle çok sıkı bir ilişki halindedir. Bu nedenledir ki, zaman süreci içerisinde davranışlarınız ve yaşantınızda meydana gelen değişiklikler sağlık konusunda çok yeni boyutların oluşmasına sebep olmuştur (Zorba, 2004: 3).

Yüzyıllardır sağlıklı olmak, yaşlanmayı yavaşlatmak, enerjik canlı ve pozitif olmak için araştırmalar yapılmıştır. Doğumla başlayan biyolojik gelişmede yaşam kalitesini yüksek tutmak psikolojik olumsuzluklara karşı dirençli olmak, sağlıklı çevrede yaşamak, doğru beslenmek ve hareketli olmak gibi elimizle olan faktörleri kontrol altına alarak sağlıklı ve uzun yaşamın temel anahtarına sahip olabiliriz. Aslında sağlık insanların yaşam biçimiyle doğru orantılıdır. Hipokrat asırlar önce

“Eğer biz her ferde, ne çok az, ne de çok fazla, doğru miktarda gıda ve hareket (spor) verebilseydik sağlık için en güvenli yolu bulurduk” sözünü söylemiştir. Büyük Türk alimi İbn-i Sina da *“sağlığı korumanın üç temel prensibi vardır; hareket (spor), gıda ve uykudur”* diyerek sağlıklı yaşamın ana hatlarını göstermiştir (Zorba, 2008: 1-2).

İnsanın çalışma ve yaşama şartları sanayileşmenin, çarpık kentleşmenin yarattığı kapalı, kirli ve bunaltıcı atmosferinde gittikçe bozulmaktadır. Üst üste yığılmış evler, dar ve kirli sokaklar, hıncahınç dolu toplu taşıma araçları, sanayileşmenin ve iş hayatının yıprattığı monoton ve yıpratıcı iş düzeni kirlenmiş çevre, insanı bunalıma itmektedir. Bu tür olumsuzluklar insan sağlığını olumsuz yönde etkilemektedir. Kentlerin bu olumsuz havasına, insanların asık suratları, hırçın ve soğuk davranışları eklenmektedir. Ayrıca, kent hayatı insanları yalnız, korkak, samimiyetsiz, çaresiz ve sağlıksız varlıklar haline getirmektedir. Yani insanlar hareketsiz tekdüze bir hayat yaşamak durumuyla karşı karşıya gelmektedir. İnsanın hareketsiz kalması, mahkûm olabileceği en tehlikeli hastalıktır. İnsan organizması hareketsiz kaldığında kasları zayıflar, eklemleri işlevlerini kaybeder, kas sinir iş birliği aksayarak temel beceriler kaybolur. İnsanlar hastalıklara karşı direncini yitirmiş, cansız, dirençsiz varlıklar haline gelirler. Bu tür olumsuzluklardan kurtulmanın yollarından birisi ve belki de en önemlisi sportif aktivitelerdir (Erkan, 1982: 17-18).

Şahan'a (2007) göre sporun toplumları etkilemesi yanında toplumsal yapıdaki ilişkilerden spor kavramı da etkilenmektedir. İnsanların modern yaşamın yıpratıcılığına karşın, gözlerimizin önünde gerçekleştirdikleri başarılar ne kadar büyük olursa olsun, sporun değerini yalnızca insan bedeninin elde ettiği verimle ölçmekten sakınmak gerekir. Modern toplumlarda, insan gücüne duyulan ihtiyacı giderek azaltmış ve bunun sonucu olarak insanın doğal yapısına uymayan bir yaşam biçimi ile birlikte iş ve sosyal çevreden gelen baskılar, stresler dolaşım ve solunum sistemi hastalıklarını, özellikle gelişmiş ülkelerde başta gelen ölüm nedenleri arasına sokan faktörlerdir. Spor çağdaş insanın karşısına dikilen bu tehlikeye karşı dinamik, güncel yaşamın getirdiği streslerden uzak bir ortam yaratarak çözüm getirmekte ve kazandırdığı sağlıklı yaşam biçimiyle de koruyucu tıbbı yardımcı olmaktadır (Aktaran Ünsal ve Ramazanoğlu, 2013: 37).

1.6. Spor-Rekreasyon İlişkisi

Spor, insanlık tarihinin başından beri, toplumların gelişmesinde önemli bir rol oynayan dünya genelinde çok sayıda insanın boş zamanlarında katıldığı bir uğraş olmuştur. Rekreatif bir etkinlik olarak spora ilginin artması çeşitli toplumsal kurumları bu konuda organizasyonlar yapmaya yöneltmektedir. Sporun yeni çeşitlerinin tanıtılması ve yaygınlaşmasına katkıda bulunurken diğer yandan ortak ilgi ve heyecanların paylaşıldığı ortamlar yaratarak insanlara hoşgörü, sosyal ilişkilerde uyum olanağı sağlamaktadır. Spor, rekreasyonun en kapsamlı, çeşitli ve ilgi çeken alanlarından birini oluşturmaktadır. Rekreasyon ise sporun toplumda yaygınlaşmasında önemli rol üstlenmiştir. Bu özellikleriyle spor ve rekreasyon karşılıklı olarak birbirini etkilemektedir. Çevresine ve sağlığına duyarlı, kendini yeniden üretmek isteyen insanlar için spor faaliyetleri en önemli etmen olmaktadır. Sporun gittikçe gelişen ve büyüyen bir sektör olarak yapıldığı bölgelerde doğal çevre değerlerine ve kültürel yaşam tarzına saygılı bütünleşmesi ile ekonomik açıdan da olumlu etkiler meydana getirmektedir (Koçan, 2007: 33-34).

Karaküçük'e (1999) göre spor rekreasyon faaliyetleri arasında en fazla tercih gören alanlardan biri özelliğini taşımaktadır. Çünkü spor her yaştan ve cinsten olan insanların her türlü rekreatif ihtiyaçlarına cevap verebilmektedir. Spor açık veya kapalı alanlarda, araçlı veya araçsız, hafif veya sert, ferdi veya gruplu, zamana karşı veya zaman önemli olmadan, özellikleriyle çeşitliliği, değişkenliği ve toplumsallığıyla insanlara birçok alternatifler sunabilmektedir. İnsanların doğaya, maceraya, vücut güzelliği ve sağlık gibi birçok değerlere önem verdiği günümüzde, spor önemli bir rekreasyon aracı olmuştur. Bu anlayışla sporun dağcılık, yüzme, bisiklet, tenis, trekking, jogging, rafting, badminton gibi branşlarında ilginin daha fazla yoğunlaştığı görülmektedir. İlginin yoğunlaştığı bu spor branşlarının yarışma ve rekabetten çok, doğaya ve maceraya yönelik, bireysel fazlaca vücut sentezine dayalı branşlardan olması rekreasyonel amaçlı yapılan sporların, geleneksel bazı sporlara nazaran daha fazla tercih gördüğünün nedenlerini ortaya koymaktadır (Aktaran Ceyhun, 2008: 327).

Serarslan'a (1990) göre kitle iletişim ve halkla ilişkilerin gelişmesi son yıllarda sporun geniş kitlelere yaygınlaştırılması açısından olumlu bir etki yaparken, spor bilincinin yayılmasına da yardımcı olmuştur. Sporun başkalarıyla yarışma

yönünden ziyade, insanın kendisiyle yarışması olduğu ve sağlıklı bir yaşam için gerekliliği hemen herkesçe kabul edilmektedir. Bu yönden bakıldığında boş zaman faaliyetlerinin değerlendirilmesinde sportif faaliyetler diğer boş zaman faaliyetlerine göre daha popüler ve sağlıklı görülmektedir. Ancak, kişinin boş zamanlarını değerlendirmek, sağlıklı olmak gibi ihtiyaçlarına istinaden güdüldüğü sportif faaliyetler, bulunduğu topluluk içerisinde kendini değerlendirmek ve başkalarını geçmek yani kazanmak gibi düşüncelerden soyutlanmasını gerektirmez. Ayrıca sağlık için yapılan spor faaliyetlerinde, ön plana sağlıklı olmak, güçlü olmak gibi biyolojik faktörler çıkmakla beraber, sağlıklı bir bedenin başarı oranının daha yüksek olması ve sağlıklı kişilerin, toplumla daha sağlıklı ilişkiler kurması, yaygın spora yönelmede sosyal faktörlerinde rol oynadığının birer göstergesidir (Aktaran Ceyhun, 2008: 327).

Balcıoğlu'na (2003) göre günümüz toplum yaşamında, birey kendisini hem bedenen hem de ruhen yorgun düşüren yoğun bir tempo içerisinde. Bu nedenle spor yapmak ve çeşitli spor kulüplerine üye olmak gibi sosyal ihtiyaçlar artış göstermektedir. Böylelikle üye olunan kulüpler bireyleri yaklaştırarak toplumsal boyutta sağlıklı, huzurlu ve başarılı bir çevre oluşumuna katkıda bulunurlar. Spor, bireyin spor kültürü yoluyla çevresiyle kurduğu iletişimine önemli katkılar sağlamaktadır. Bireyler arasındaki milli duyguyu besleyen ve onları ortak amaçlara yönelten spor, dünya barışına da olumlu katkılar sağlar (Aktaran Özdiç, 2005: 77-78).

1.7. Spor Merkezlerine Katılımı Belirleyen Faktörler

1.7.1. Fiziksel Aktivite

Fiziksel etkinlikler, bireylerin kendi kendine yaptıkları fiziksel etkinlikler ve profesyonel destekli fiziksel etkinlikler şeklinde iki türlü olmaktadır.

Bireylerin kendi kendine yaptıkları fiziksel etkinlikler genelde sağlıklı olma, zinde kalma, kilo verme/kontrol etme, güzel ve narin görünme gibi amaçlarla yapılmaktadır. Bireyler kendi bilgileri ve çabaları doğrultusunda yürüyüşler, koşular, yüzme ve açık alan fitness aletlerinden yararlanarak çeşitli fiziksel etkinlikler gerçekleştirirler. Bu etkinlikler için kâr amacı gütmeyen kamu kurumlarının (örneğin, belediyelere ait açık alan fitness alanları ve yürüyüş/koşu parkurları;

Gençlik ve Spor İl/İlçe Müdürlüğü'ne (GSİM) ait spor alanları gibi) yer ve tesislerinden yararlanılabileceği gibi, kâr amacı güden (örneğin fitness merkezleri, yüzme havuzları gibi) özel kuruluşların tesislerinden de yararlanılabilir. Burada temel nokta, bireylerin önceden hazırlanmış herhangi bir programa katılmamaları ve fiziksel etkinlikleri kendi başlarına yapmalarınıdır.

Profosyonel destekli fiziksel etkinlik hizmetleri geniş yelpaze içerisinde bireylere sunulmaktadır. Sağlıklı olma ve zinde kalma, güzel ve narin görünme, güçlenme, kilo verme/kiloyu koruma, vücut geliştirme, zevk alma, hoşça vakit geçirme gibi fonksiyonları yerine getiren programlar sunulmaktadır. Bu programlar bireyleri motive edebildiği gibi, rahatlama, sosyal çevre kazanma ve serbest zamanı değerlendirme gibi etkenler de bireyleri motive etmektedir. Bu etkinliklere yönelik olarak son zamanlarda insan vücuduna yönelik ve rekreasyonel amaçlı ticari işletmeler profesyonel hizmetler sunmaktadırlar (Yıldız, 2009: 5-6).

İnsanların yaşam tarzları, yeni teknolojik gelişmelerin sağladığı konfor nedeniyle sürekli değişime uğramakta, fiziksel aktivite ile ifade edilen etkinliklerin azalmasına neden olmaktadır. Fiziksel aktivitedeki bu azalmanın sonucu olarak ortaya çıkan hastalıklar da büyük bir halk sağlığı sorunuyla ortaya çıkarmaktadır. 1900'lü yıllarda en sık görülen ve ölüme neden olan hastalıklar sırasıyla zatürre, verem ve ishal iken, günümüzde hareket azlığına bağlı olarak gelişen kalp hastalığı, kanser ve inme(felç) olarak sıralanmaktadır. Bu nedenlerle, bireylerin fiziksel aktivite düzeylerinin belirlenerek, fiziksel aktivite düzeyleri düşük bireylerin fiziksel aktiviteye yönlendirilmesinin sağlanması, toplum sağlığı açısından büyük önem arz etmektedir (Öztürk, Avcı ve Ataman, 2003: 183).

Nies ve arkadaşlarına (2001) göre fiziksel aktiviteler modern toplumlarda serbest zaman aktiviteleri değerlendirme araçları içerisinde önemli bir yer tutmaktadır. Bunun başlıca nedeni sporun temel nitelikleri ve günümüz toplumunda spora ve fiziksel aktivitelere duyulan ihtiyaçtan kaynaklanmaktadır. Bu aktiviteler spor kavramı içerisinde, yarışma ya da kazanma gibi bir hedef taşımadan, kişisel performansı geliştirmek, sağlıklı yaşamak ve kilo kontrolünü sağlamak gibi önemli amaçları içermektedir (Aktaran Öcal, 2012: 51).

Düzenli fiziksel aktivite erken ölümleri önlemekte, yaşamın kaliteli olarak sürdürülmesine destek olmaktadır. Günde 150 kcal ya da haftada 1000 kcal enerji tüketmeyi sağlayan orta düzeyde bir egzersiz birçok yararlar sağlamaktadır. Bu miktardaki egzersiz kronik kalp hastalığını %50, yüksek tansiyon, diyabet ve kolon kanser riskini %30 azaltmaktadır (Özer, 2006: 10-11).

Mülazımoğlu Ballı ve Aşçı'ya (2004) göre günümüzde insanların görünüşlerine verdikleri önem tüm dünya tarafından kabul görmüş bir gerçektir. İnsanlar bedenlerini forma sokmak, daha zarif, daha kaslı ya da daha güzel görünebilmek için pek çok yola başvurumaktadırlar. Özellikle, medyanın da etkisiyle bayanlar daha ince bir vücuda sahip olma duygularını taşıırken erkekler de daha kaslı bir vücuda sahip olmayı arzulamaktadırlar (Aktaran Altıntaş ve Aşçı, 2005: 101).

İnsanlar, beden şeklini korumak ya da ideal vücut ölçülerine sahip olmak için akupunktur, cerrahi operasyon, ilaç tedavisi, diyet, fiziksel aktivite ve egzersiz gibi metotları kullanmaktadırlar. İdeal beden yapısı için başvurulan yollardan birisi olan fiziksel aktivite son yıllarda pek çok insanın tercih ettiği bir yöntemdir. Fiziksel etkinlikler yolu ile bireyler yeni bir fiziki görünüme ulaşma şansı bulurken, bu yeni görünümle birlikte vücutlarının fiziksel zindelik özellikleri hakkında olumlu düşüncelere de sahip olurlar (Altıntaş ve Aşçı, 2005: 101-102).

Egzersiz, yüksek tansiyon, şeker hastalığı, aşırı kilo, kolestrol ve hareketsizlik gibi risk faktörlerini önler. Zihin açıklığı ve ruhsal dengeyi korur, enerji seviyesini geliştirir. Stresi, kalp hastalıklarını, kanseri önler. Kemik ve kas sağlığını destekler. Kan basıncını düşürür ve vücutta oluşan toksinlerin dışarı atılmasına yardımcı olur (Demir ve Filiz, 2004: 113).

1.7.2. Aile

Spor, yalnızca sağlık ve gelişme için değil, aynı zamanda şahsiyet gelişimleriyle mental sağlıkları açısından da önemlidir. Spor yapan çocuklar kişisel deneyimlerini, yaratıcılıklarını geliştirir ve sorumluluk duygusu kazanırlar. Yardımlaşma ve işbirliği yapma, arkadaşlarına ve oyun kurallarına saygı gösterme gibi sosyal davranışları da kazanarak olumlu bir benlik gelişimi sağlarlar (Koç, 2005). Aile, çocuğun toplumsallaşmasında başlıca rolü oynayan sosyal bir kurumdur. Toplumsallaşmanın temeli aile içinde gerçekleşir ve bireyin daha sonra diğer gruplar

içinde öğrendikleri bu temele göre biçimlenir. Aile içindeki ortak gaye ve değerler, ailenin bir sistem olarak çalışmasını ve bireysel olarak karşılaşılan problemlerin aile içinde destekle çözüme ulaştırılmasını sağlar. Benlik saygısı, değer verme duyguları, sevmeye ve reddedilme hisleri de aile ortamı içinde gelişir. Ailenin birinci amacı, çocuğun ahlâkî ve eğitimle ilgili gelişimidir. Aile ve toplum içinde nelerin uygun görüldüğü ile ilgili sürekli bilgi alışverişi vardır (Balcıoğlu, 2003: 36).

Aile sosyal dünyayı ve spor dünyasını görmeyi sağlayan ilk birimdir. Ailenin sosyalizasyon üzerindeki ilk ve güçlü etkisi, çocuğun spora katılıp katılmayacağını ve katılıyorsa nasıl spor yapacağını belirler. Bebek aile iletişimlerinin ilk dönemleri doğal olarak oyunsal tarzdadır. Bir çocuk, oyun deneyimlerini ve formal oyunu ilk olarak aile içinde görür. Aileler tarafından spora pozitif değer biçme, nesiller arasında spora ilgiyi artırır. Bundan başka, aileler de spora katılıyor ya da geçmişte sporla ilgilenmişlerse, yine aileler spor yapmaya devam ediyor ya da düzenli olarak televizyondan spor programlarını seyrediyorlarsa, aileler çocuklarının sporda başarılı olmalarını ümit ediyorlarsa ya da amaçlıyorlarsa, aileler spora aktif katılım için çocuklarını cesaretlendiriyorlarsa ve spor aile içinde genel bir konuya, çocuklar sporla daha fazla ilgilenebilir ve katılımında bulunabilir. Ailelerin sporla ilgili olması çocuğun spora katılımında, hatta sporun toplumun çoğunluğunca yapılmasında olumlu bir etkidir (<http://www.sporbilim.com>, 2012: 1).

Ailelerin sosyo-ekonomik düzeyi, yaşam tarzları ve inanışları çocuğun katılacağı aktiviteleri belirlemede ve kendileriyle alakalı beklentilerini arttırmada etken rol oynamaktadır. Gerçekten de toplum kültürü içerisinde yaygın bir etki alanına sahip bulunan spor, ilgili tutum ve davranışlar üzerinde önemli etki gücüne sahiptir. Düşük gelire sahip aileler sporla alakalı evrensel ilkelere ve anlamları kavramanın yanında aynı zamanda programla alakalı faaliyetlerle özdeşleşmek istedikleri söylenilebilir.

Doğan ve Özçaldıran'ın (1995) yaptıkları çalışmada gelir düzeyi düşük ailelerin çocuklarını spora yönlendirmede daha fazla ilgili oldukları belirlenmiştir (Duman, Lök, Şirin ve Fişekçioğlu, 2010: 207).

Ailelerin işlevi: çocuğun gerekli olan spor dalını belirlemek, var olan spor programlarını incelemek, hangi programın çocuğun yaş ve gücüne uygun olduğuna

karar vermek, çocuğun deneyiminin niteliğini saptamak ve belirli bir etkinliğin yaşam boyu sürecek alıştırma alışkanlığına yol açıp açmayacağına karar vermektir. Aileler ayrıca, antrenörün felsefesinin, kendi kişisel değerlerine uygun olup olmadığına da özen göstermelidir. Çok az çocuk ailesinin parasal ve duygusal desteği olmaksızın spora katılabilmektedir. Çoğunlukla, aile çocuğun spora katılımının belirleyicisi olmaktadır. Araştırmalar, çocukların büyük oranda, aileleri istediklerinde spora katıldıklarını göstermektedir (Gül, 2011: 133).

1.7.3. Eğitim

Yaşam Boyu Spor, eğitim ile 7'den 77'ye kadar her yaştaki insanın yaşam kalitesini arttırmak, çocukluk çağından itibaren; doğru beslenme, vücudunu doğru kullanma doğru değerleri yaşam felsefesi olarak benimseme özelliklerini geliştirmeyi hedefler. Ayrıca, sigara, alkol gibi zararlı alışkanlıklardan uzak durma, daima aktif yaşam tarzını benimseme, aile ve toplum ile uyum içinde olma gibi değerleri de kazandırmaya çalışır. Ailede başlayan bu alışkanlıklar, okul çağında gelişir. Bu sebeple sağlıklı yaşam ve egzersiz konusunda; kişilerin, ailelerin, eğitimcilerin ve yöneticilerin bilinçli olması çok önemlidir (Zorba, 2004: 10-11).

Eğitim, fertleri ortak hayatın benzerliklerinden haberdar ederek, fertlere yeterli bir yeknesaklık kazandırmaktadır. Spor eğitimi de, fertleri, ortak hayatın, benzerliklerine yöneltmesi bakımından önem taşımaktadır. Aslında, eğitimin gayesi, fertleri uyarlı hale getirmektedir. Aslında, spor bir zekâ ve ihtimal oyunudur. İşte, spor eğitiminin de gayesi, fertlerin, hem fizikî, hem psikolojik gelişmelerini sağlaması, sosyal hayatta hazır ve yaratıcı kılmak amacına dönüktür. Gerek eğitim, gerek ekonomi, gerek sosyoloji, kendilerine özgü metotları ve ölçüleri içinde hem ferdi, hem de toplumu kapsamaktadır. Ferdin refahının ve fert başına düşen gelirin artırılması, insan unsurunun gelişmesine bağlıdır. Spor eğitimi de, diğer eğitim şekilleri gibi, ferde hem statü sağlamakta, hem de gelir seviyesini yükseltebilmektedir (Erkal, 1986: 67).

Hem kuramsal açıdan, hem de uygulama düzeyinde beden eğitimi ve sporun genel eğitim içerisindeki yeri ve önemi ilk çağdan bu yana hep vurgulana gelmiştir. Bu düşünce insanla ilgili belli bir ilkenin, anlayışın gereği olarak ifade edilmektedir. Bu nedenle eğitim konusunda ilk kafa yoran filozoflardan sayılan ilkçağ Yunan düşünürlerinden Eflatun, eğitimi tanımlar ve açıklarken, özetle, "*Beden ve ruha*

elverişli olduğu yatkınlığı (mükemmelliği) kazandırmak”, başka bir ifadeyle “İnsanda beden ve ruh güzelliğini gerçekleştirmektir” demektir. Böylece Eflatun, insanda bedensel yapı ile zihinsel, duygusal yapı arasındaki uyuma, bunun insan için taşıdığı öneme ilk dikkat çekenlerden biri olmuştur. Ondandır gelen Aristoteles de buna insanın “sosyal” liğini eklemiştir. Bu düşünce Romalılarından bu yanadadır, herkesin bildiği gibi “Sağlam Kafa Sağlam Vücutta Bulunur” biçiminde genel bir ilke olarak formüle edilmiştir (Yaka, 1991: 73).

1739 sayılı Eğitim Temel Kanununun, Türk Milli Eğitiminin genel amaçları bölümünün, ikinci maddesinde:

Bir ülkenin kalkınma ve gelişmesinde en önemli faktör olan insanı, gücü mükemmel, fizik kapasitesi yüksek, ruh sağlığı tam, çocukluk yıllarından itibaren istemli bir beden eğitimi ve sporun ömür boyu uygulanması gerektiğine inanmış, bunu alışkanlık haline getirmiş olarak yetiştirmek esastır

açıklaması yer almaktadır. Bu amaca ulaşabilmek için okul öncesi eğitimden başlayarak, eğitimin her kademesinde beden eğitimi etkinliklerinin yeterli düzeyde yer alması gerekir (Aşçı ve diğerleri, 2011: 110).

1.7.4. Cinsiyet

Hall’e (1988) göre toplumsal cinsiyet kavramı sporun toplumsal analiziyle ilgili yapılan çalışmalarda yer alması gereken toplumsal/kültürel/tarihsel bir kavramdır ve spor ortamındaki iktidar ilişkilerini anlayabilmek için, spor da toplumsal cinsiyete dayalı bir kültürel pratik olarak incelenmelidir. Theberge (1993)’e göre, spor deneyiminde bedenin ve fiziksel performansın üst düzeyde önemli olması, spor ortamını toplumsal cinsiyet ideolojilerinin yapılanması ve doğrulanması için güçlü bir ortam haline getirmektedir. Özellikle yarışma sporları, erkeklik ve kadınlıkla ilgili çok kuvvetli mesajlar taşımakta ve spor, geleneksel olarak erkeksi cinsiyet rolü özellikleri gerektiren bir erkek etkinliği olarak görülüp, üstün sportif performans erkeklikle eşdeğer kabul edilmektedir (Aktaran Koca ve Bulgu, 2005: 5).

Türkiye’de spor dendiğinde genel olarak “elit sporu” anlaşılmakta; Anayasa ve beş yıllık kalkınma planlarında “ kitle sporu”na öncelik tanınmakla birlikte elit sporu öncelikli uygulamalar yapılmaktadır (Amman, 2005: 63).

Türkiye’de kadınların sporla ilişkisi, içinde yer aldıkları toplumsal tabakaya ve yaşadıkları yere göre değişmektedir. Aile bağları çok güçlü olduğundan kadınların babalarından ya da kocalarından izin almadan spor yapmaları pek düşünülemez. Aileler, çocuklarının okul başarısını olumsuz yönde etkileyeceği düşüncesiyle çocuklarının spor yapması konusunda pek istekli değillerdir. Spor “kadınsı” bir faaliyet olarak görülmemektedir. Evlilik, kadınların spor yapması için önemli bir engeldir. Erkek, karısının hayatını kontrol etmek istemekte ve çoğu zaman kıskançlık nedeniyle eşinin spor yapmasına izin vermemektedir. “Kadın evinde oturur.” Geleneksel sözü, özellikle Türkiye’nin doğusunda çok yaygındır. Ancak geleneksel hayat tarzı ve ideolojisinin tersine, büyük şehirlerde oturan kadınlar kariyer sahibi olmak istemekte ve spor da dâhil olmak üzere serbest zaman faaliyetlerine yönelmektedirler (Amman, 2005: 63-64).

1.7.5. Yaş

Fiziksel etkinlik büyümeyi uyarmakta ve gelişmiş bir fiziksel ve ruhsal sağlık kazandırmaktadır. Günümüz araştırmaları çocuklarda fiziksel etkinliğin her zamankinden çok daha önemli olduğunu göstermektedir. Sağlıkla ilgili araştırmalar; etkinlik düzeyi yüksek çocukların ileriki yaşlarda: yüksek kan basıncı, şeker hastalığı, kanser, aşırı şişmanlık ve kalp-damar hastalıklarından çok daha az etkilenebileceğini göstermektedir. Fiziksel etkinlikte bulunmanın aynı zamanda stresi de azalttığı bilinmektedir. Bazı çocuklar stres, bunaltı ve kaygıyı en az yetişkinler kadar duyumsamaktadır. Fiziksel etkinlikte bulunma sağlık düzeyini arttırdığından; dinçlik (Fitness) düzeyleri iyi olan çocukların zihinsel olarak da daha kıvrak oldukları gözlenmektedir. Orta düzeyde bir fiziksel etkinliğin bile; çocuğun aritmetik, okuma anımsama vb. yeteneklerini güçlendirdiği görülmektedir (Gül, 2011: 13).

Vanhees ve arkadaşlarına (2005) göre yaş alma, tüm canlıların yaşamında olduğu gibi insan yaşamının da kaçınılmaz bir parçasıdır. Fizyolojik olarak tüm sistemlerde devam eden bu süreç, yaşlanan kişinin genetik faktörleri, fiziksel aktivite ve fitness düzeyi, sağlığı ve çevresel durumlarını da içeren birçok faktörlerden etkilenmektedir. Genetik faktörler değiştirilemez taşlardan oluşurken fiziksel aktivite; iş ve uğraşlar, hobiler, ilgilenilen sporlar, yaşam şekli, fizik ve sosyal çevre ile sağlığımıza ait faktörlerden (hastalıkların mevcudiyeti ve bu hastalıklara ait ilaç

kullanımı gibi) etkilenir. İlginçtir ki son yıllarda tanımlanan model sistemlerde değiştirilebilir parçalar olan sağlık, sağlık ilişkili fitness ve fiziksel aktivite alt gruplarındaki değişikliklerin genetik üzerine de etkili olabildiği ifade edilmiştir (Aktaran Ordu Gökkaya, 2009: 92).

Ayçeman'a (2002) göre ilerleyen yaşla birlikte, fiziksel aktivitede ve hareketlilikte azalma meydana gelmektedir. Hareketsizliğe ya da inaktiviteye sebep olan herhangi bir hastalık, yaralanma veya belirli bir neden olmadan insanların sedanter yaşam tarzını seçmeleri sonucunda, organizmanın pek çok fonksiyonunda gerilemeler ortaya çıkmakta ve sağlık problemleri artmaktadır. Özellikle yaşla birlikte artan bu problemlerin engellenmesi ya da geciktirilmesi, sağlıklı, zinde bir yaşam için düzenli egzersiz ve fiziksel aktivitenin önemli bir etken olduğu bilinmektedir (Aktaran Yüksek ve Cicioğlu, 2005: 26).

1.7.6. Sosyal Tabakalaşma

Sosyal statü fertlerin ve sosyal grupların toplum içindeki mevkileri ve yerleridir. Bu mevkii zamanla toplumun tabakalaşma piramidinde aşağı veya yukarı doğru hareketlilik gösterebilir. Doğuştan itibaren bir kimsenin statüsünün değişmeyeceğini ileri sürebilmek bir ütopyadır. Sosyal statü doğuştan elde edilen ve kazanılan statü olmak üzere ikiye ayrılır. Doğuştan elde edilen statüler kast toplumlarında geçerlidir. Özellikle XX. yüzyılın en önemli sosyal değişmelerinden birisi eğitim yoluyla yukarı doğru sosyal hareketlilik ve kazanılan statüdür (Erkal, 1986: 11).

Bireylerin statüleri itibariyle toplum içinde hiyerarşik sıralanması olarak tanımlanan sosyal tabakalaşma evrensel bir olgudur. Günümüz toplumlarının sınıf farklılıklarını kabul etmeyen hukuk sistemleri, sosyal hareketlilik kanallarını tarihte ikinci bir örneği görülmedik ölçüde açan yaygın eğitim, iletişim ve ulaşım imkânları, bu olguyu son derece karmaşık bir hale getirmiştir. “Tabaka”ları bir “sosyal grup” olarak değerlendiren sınıf teorilerinin geçerlilikleri azalmış; sosyologlar tabakaları bir “kategori” olarak incelemeye; meslek, gelir düzeyi, oturulan semt ve benzeri çeşitli değişkenlerle değerlendirmeye yönelmişlerdir. Toplumda farklı tabakalarda yer alan bireyler için sporun farklı anlamlar taşıması, farklı tabakaların değişik sportif pratiklere ilgi göstermeleri, bu karmaşık analizde “spor” faktörünün yerini belirlemeyi gerekli kılmaktadır. Sosyal tabakalaşmanın spor ekseninde incelenmesi,

farklı toplumsal katmanlarda spor arasındaki ilişkinin çeşitliliğini belirlemenin ötesinde, yeni sportif pratiklerin kabul görecce topluma yayılması sürecini de açıklama getirmektedir (İkizler, 2000: 125).

1.8. Spora Etki Eden Sosyo-Ekonomik Olgular

Spor, dinleri, dilleri, ırkları, eğitim düzeyleri, sosyal konumları ne olursa olsun aynı kurallar içerisinde insanları bir araya getiren, yarıştıran, farklı toplumlar arasında iletişimi sağlayabilen, insanların toplumsal yaşamına derinlemesine girebilen ve aynı zamanda toplumsal yapıya göre biçimlenebilen bir olgudur. Antik çağdan günümüze kadar spor, sosyal yapının değişimiyle zaman zaman olumsuz etkilenmiş ancak günümüzde, müzikte olduğu gibi tüm dünyada konuşulabilen evrensel bir dil niteliği kazanmıştır (Bayraktar, 2003: 33). Günümüzde spor ve insan yaşamı birbirinden ayrılmaz hale gelmiştir. Bu nedenle hangi yaşta olursa olsun, bilimsel temellere dayalı, bilinçli ve sistemli yapılan spor, insanın tüm yaşamı boyunca sağlıklı, uyumlu, başarılı, mutlu olmasında ve normal gücün yüksek tutulmasında önemli bir rol oynamaktadır. Bu bağlamda, sporun yaygınlaştırılması gerekli görülmektedir. Bir toplumda sporun yaygınlaştırılması, söz konusu özelliklerin bireylere kazandırılmasının yanı sıra, üst düzeyde yarışmaya dayalı çalışmayı gerektiren ve evrensel kültür öğesi olarak değerlendirilen spor için de sağlam bir temelin oluşmasına yardımcı olmaktadır. Küresel bir olgu olarak spor, toplumların sosyo-ekonomik koşullara bağlı olarak yaygınlık kazanmaktadır (Atasoy ve Kuter, 2005: 11).

Toplumsal davranışlar gelirin basit bir fonksiyonu olmadığı gibi, sosyo-ekonomik statüde tek değişkenli bir fonksiyon değildir. Kişilerin sosyo-ekonomik statüsünün belirlenmesinde belli başlı değişkenler kullanılmaktadır. Cinsiyet, yaş ve coğrafi dağılım gibi kriterlerle beraber, sosyo-ekonomik statü, görüülen örneklemin ana kitleyi temsil etme düzeyini belirleyen değişkenlerdendir. Ancak özellikle informal faaliyetlerin sınıflandırma zorluğu, kentleşme sürecindeki sorunlar, ara sosyal sınıfların varlığı gibi koşullar altında her duruma ve her kişiye birebir uyan bir sınıflandırma mümkün olamamaktadır (Devecioğlu ve Sarıkaya, 2006: 1). Farklı toplumların insanların yaşam biçimlerinde ve değerlerinde farklılıklar bulunmaktadır. İnsanlar içinde doğdukları toplumların bu özelliklerini sosyalleşme süreci içerisinde öğrenerek kuşaktan kuşağa geçmesini sağlarlar. Sporun insanların

yaşamı içindeki yeri, önemi ve uygulamaları da toplumların yaşam biçimlerindeki farklılıklara bağlı olarak değişiklik gösterir. Özellikle ülkemiz gibi az gelişmiş veya gelişmekte olan ülkelerde spor önemli bir dinamiği oluşturur. Ülkemiz insanının spor ile olan ilişkisi genelde izleyici, taraftar boyutundadır. Sporun insan sağlığı ve insan gelişimi için ne oranda önemli olduğunun bilincine ülkemizde varılmamıştır. Her şeyin ötesinde bir çocuğun fiziksel ve mental (zihinsel) gelişim sürecinde spor çok önemli bir etki yapmaktadır. Spor onun sağlığına ve gelişimine koyacağı önemli katkıların dışında, onun kişiliğinin oluşumunda paylaşma, ekip çalışması gibi günümüz dünyasında çok önemli olan kavramlarla tanışmasına ve onları benimsemesine yol açar (Yücel, 2004: 107).

Akman'a (1972) göre sosyoekonomik yönden farklı olan ülkelerin de spora bakış açıları farklı olmaktadır. Örneğin Asya ve Avrupa ülkelerinde spor farklı olarak algılanmaktadır. Asya ülkelerinde topluma tabiatın aşıladığı mistik hayat anlayışının, hayat zorluklarının ve filozofik dünya görüşlerinin meydana getirdiği kültür, o toplumda sporu beden ve ruh dengesinin sağlanmasında bir araç durumuna sokmuş ve onun toplumda yaygın bir biçimde yapılması fikrini ortaya çıkarmıştır. Bunun yanında batı toplumlarında beden eğitimi ve spor uygulamaları yine toplumların sosyoekonomik yapı özelliklerine bağlı olarak değişik biçimde olgunlaşmış ve farklı şekillere bürünmüştür. Nitekim batıda sporun yoğun bir yarış fikri ile karakterize edilmiş, sporun gelişim süreci içinde ruhun eğitilmesi ideali geri planda kalmıştır (Aktaran Filiz ve Pepe, 2005: 996-997).

Kutlay'a (1992) göre ülkemizde spor eğitiminde standart bir yapı oluşturulamamıştır. Ülkemizin ihtiyaçlarına çocuklarımızın ilgi ve yeteneklerine uygun, gerçekçi bilimsel ve fonksiyonel bir eğitim planlamasına ihtiyaç vardır. Sosyo-ekonomik ve kültürel bir yapıda meydana gelen değişme ve gelişmelere uygun olarak araştırmalar yapılmaktadır. Sosyo-ekonomik problemler, nüfus artışı, eğitim ve kültürel sorunlar, antropometrik özellikleri ve fiziksel yetenekleri de etkilediği düşünülmektedir (Aktaran Erden ve Oğuz, 2009: 282). Fiziksel büyüme ve gelişme üzerinde etkili olan faktörler ve bu faktörlerin etkinlik dereceleri her zaman ön plana çıkmıştır. Farklı sosyo-ekonomik seviyedeki çocukların ekonomik düzeyine ve beslenme biçimine paralel olarak vücut ölçülerinde görülen farklılıklar,

araştırmacılar tarafından sıklıkla ele alınan konular olmuştur (Erden ve Oğuz, 2009: 281).

Özdiñ'in (2005) Çukurova Üniversitesi öğrencileri üzerinde yaptığı bir araştırmada , sportif aktivitelere katılımda cinsiyete göre bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Ancak, tercih edilen spor branşlarında belirgin farklılıklar vardır. Kadınlar çoğunlukla koşu, yürüyüş ve yüzme gibi bireysel sporları tercih ederlerken, erkekler futbol ve basketbol gibi grup sporlarını tercih etmektedir. Buradan, kadınlardan farklı olarak erkeklerin sporu bir sosyalleşme aracı olarak gördükleri sonucu çıkarılabilir. Sportif aktivitelere katılım amaçları incelendiğinde, gerçekten de bu çıkarım desteklenmektedir. Çünkü, erkekler sosyal çevre edinmek amacıyla sportif aktivitelere katılmaktadırlar. Bu sportif aktiviteler aktif katılım (sporcu) ve pasif katılım (izleyici, okuyucu vb.) şeklinde olabilmektedir. Diğer taraftan kadınlar, sağlıklı olmak ve formda kalmak gibi ben merkezli nedenlerle spor yapmaktadırlar (Özdiñ, 2005: 83).

Glyptis ve Jackson (1993) yaptığı bir araştırmada; tur operatörleri ile yerel spor faaliyetleri organize edenler arasında yeterli bir koordinasyon bulunmadığını ortaya koymuştur. Başka bir araştırmada Gibson ve Yiannakis (1992) erkek ve kadınların yaşları ile sportif faaliyetlere katılmaları arasında negatif bir ilişkinin bulunmasına rağmen yaşlıların azımsanmayacak bir ölçüde bu tip turizm faaliyetlerine katıldıklarını tespit etmişlerdir. Buna göre, turizm ve sporun birlikte değerlendirilmesi gerektiği sonucuna varılabilir.

Nogowa ve Diğer., (1996) yaptıkları bir çalışmada; aktif spor faaliyetleri ile ilgilenen kişiler genellikle bir spor aktivitesi üzerinde yoğunlaştıkları ve bu spor faaliyetlerini sağlıklı bir yaşam ve sporu sevdikleri için bu yaptıkları ortaya koymuşturlar (Öztürk ve Yazıcıoğlu, 2002: 5).

Kalkınmakta olan ölkemizde sporun gelişmesi kişilerin aktif olarak spor yapabileceği tesislerin varlığına dayanmaktadır. Spor ortamının oluşmasında spor tesislerinin önemli bir yere sahip olduğu bilinmektedir. Günümüzde sporun gelişmesine paralel olarak, spor tesislerine duyulan ihtiyaç her geçen gün artmaktadır. Son yıllarda spor tesislerinin arttığı bir gerçektir. Fakat yine de ihtiyaça cevap vermediği ortadadır. Spor tesislerinin yapımında nüfus çoğunluğu iklim

şartları, yörenin iklim şartları gibi temel faktörler dikkate alınarak uluslararası standartlara uygun spor tesislerinin yapımına gidilmelidir. Ülke sporunun gelişmesi, büyük ölçüde toplumun aktif olarak spor yapabileceği tesislerin varlığına ve bu anlayışla işletilmesine bağlıdır (Ramazanoğlu ve Ramazanoğlu, 2000: 3).

Günümüzde milli ve milletler arası spor alanında söz sahibi olan ülkelerin büyük çoğunluğunun spor tesisi bakımından hemen hemen bütün problemlerini çözümlenmiş oldukları görülmektedir. Spor kendine ait yerlerde yapılmadıkça ondan bekleneni veremez. Gelişmiş ülkeler, doğru yerde doğru tesis yapmak, uygun hizmet getirmek suretiyle sporda başarıyı elde etmişlerdir (Ramazanoğlu ve Ramazanoğlu, 2000: 1).

2. SPOR MERKEZİNE KATILIMI ETKİLEYEN SOSYO-EKONOMİK YAPI VE EĞİTİM DÜZEYİ

2.1. Araştırmanın Amacı

Araştırmanın amacı, İstanbul Kartal ilçesinde faaliyet gösteren Swedish Sports Club üyelerinin spor merkezine katılımını etkileyen sosyoekonomik yapı ve eğitim düzeylerini belirlemektir. Bu çerçevede, spor merkezine katılım gösteren bireylerin ekonomik durumu, yaşı, cinsiyeti, doğum yeri, medeni durumu, aile faktörü, spor merkezine yakınlığı, sosyal güvencesinin varlığının neler olduğu belirlenmiştir. Ayrıca, üyelerin spor merkezlerine kaç yıllık süre ile üye oldukları, yıllık bütçelerinin ne kadarını sporsal faaliyetlere ayırdıkları, takım sporunu mu yoksa bireysel sporu mu daha çok tercih ettikleri, günde ortalama ne kadar boş zamanı oldukları ve bu boş zamanlarını iyi bir şekilde değerlendirip değerlendirmedikleri tespit edilmeye çalışılmıştır.

2.2. Araştırmanın Kapsamı ve Sınırlılıkları

Bu araştırma, İstanbul Kartal ilçesinde faaliyet gösteren Swedish Sports Club üyelerini kapsamaktadır. Bu spor tesisinin yaklaşık 2.000 üyesi vardır. Aktif olarak üyeliğine devam eden kişi sayısı ise 500'dür. Tesise giriş sağlayan rastgele ilk 250 kişi ile yüz yüze anket çalışması yapılarak araştırma kapsamına alınmıştır.

2.3. Araştırmanın Varsayımları

- Bireylerin Sosyo-Ekonomik Yapı ve Eğitim Düzeylerine Göre Spor Merkezlerinden Yararlanma Nedenleri ve Sınıflandırılması konulu araştırmada anket çalışmasına katılan tüm bireylerin tüm soruları doğru algıladıkları ve cevapladıkları varsayılmıştır.
- Araştırmaya katılan spor merkezine katılım gerçekleştiren bireyler arasında, bağımsız değişkenler (yaş, cinsiyet, doğum yeri, medeni durum, eğitim düzeyi, meslek) ve bağımlı değişkenlere (yıllık ortalama gelir, sosyal güvence, günlük çalışma süreleri, üyeliğe ödenen bedel, sigaraya ayrılan bütçe, evdeki birey sayısı, aileden sağlanan destek, spordan sağlayacağı yarar, boş zaman süresi) göre farklılık olduğu varsayılmıştır.

2.4. Araştırmanın Hipotezi ve Değişkenleri

Spor Merkezinde Bireylerin Sosyo-Ekonomik Yapı ve Eğitim Düzeylerine Göre Spor Merkezlerinden Yararlanma Nedenleri ve Sınıflandırılması konulu araştırmada katılımcıların yaş, cinsiyet, doğum yeri, medeni durum, eğitim düzeyi, meslek (bağımsız değişkenler) ve yıllık ortalama gelir, sosyal güvence, günlük çalışma süreleri, üyeliğe ödenen bedel, sigaraya ayrılan bütçe, evdeki birey sayısı, aileden sağlanana destek, spordan sağlayacağı yarar, boş zaman süresi (bağımlı değişkenler) arasında ilişki vardır.

2.5. Araştırmanın Yöntemi

Araştırmanın yöntemi örnek kütle seçimi, veri toplama yöntemi ve verileri değerlendirme yöntemlerinden oluşmaktadır.

2.5.1. Örnek Kütle Seçimi

Swedish Sports Club spor merkezine aktif olarak sürekli katılım gerçekleştiren 500 üyesi ana kütleli, bunlardan tesadüfi olarak seçilen 250 üyesi ise örnek kütleli oluşturmaktadır. Anket çalışması sırasında tesise giriş sağlayan tüm üyelere ulaşılmaya çalışılmıştır. Ancak, tesise üyeliği olan fakat tesise yaklaşık 6 aydır hiç gelmeyen, üyeliğini donduran, üyeliğini askıya alan ya da üyeliği bitmiş

olan kişiler çalışma dışı tutulmuştur. Örnek kütleyi oluşturan bireylerin 110'u kadın, 140'ı erkektir.

2.5.2. Veri Toplama Yöntemi

Araştırma için veri toplama yöntemi olarak, toplam 36 sorudan ve 4 sayfadan oluşan anket formu kullanılmıştır. Tüm anketler yüz yüze görüşülerek doldurulmuştur.

2.5.3. Veri Değerlendirme Yöntemi

Toplam 250 üyeye anket uygulanarak elde edilen veriler, bilgisayar ortamında excelde tablolaştırılarak değerlendirilmiştir. Ayrıca bağımsız değişkeni oluşturan yaş, cinsiyet, medeni durum, doğum yeri, eğitim düzeyi, meslek ile bağımlı değişkenleri oluşturan yıllık ortalama gelir, sosyal güvence, günlük çalışma süreleri, üyeliğe ödenen bedel, sigaraya ayrılan bütçe, evdeki birey sayısı, aileden sağlanan destek, spordan sağlayacağı yarar, boş zaman süresi arasındaki yüzdeler alınarak ilişkinin anlamlılığı belirlenmiştir.

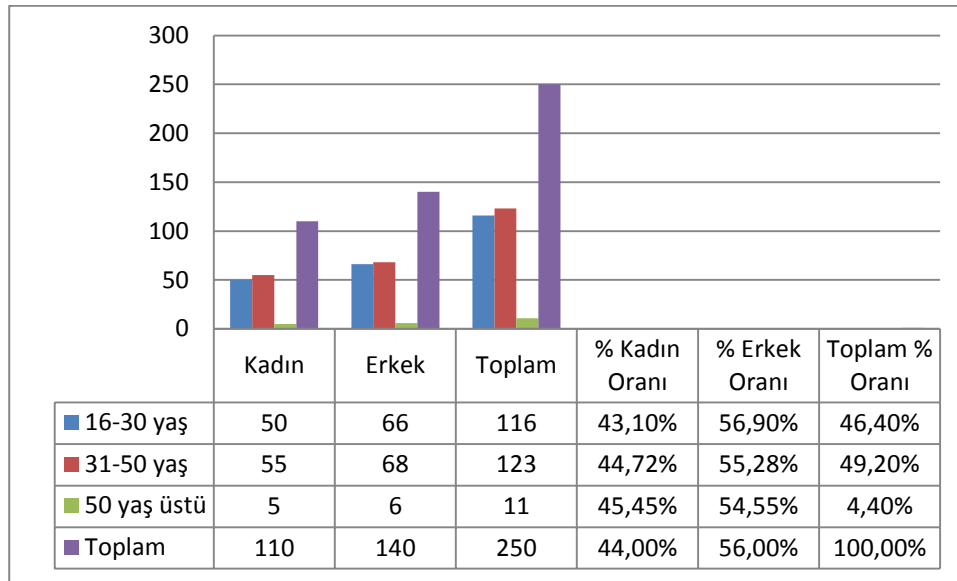
2.6. Araştırma Verilerinin Değerlendirilmesi ve Yorumlanması

2.6.1. Tanımlayıcı Faktörler

2.6.1.1. Cinsiyet

Tablo 2.1' de, ankete katılan Swedish Sports Club üyelerinin cinsiyete göre dağılımları görülmektedir. Bu dağılımda, üyelerin %44'ü kadın ve %56'sı erkektir. Buna göre, erkeklerin kadınlara oranla daha çok spor merkezine katılım gösterdikleri gözlemlenmiştir.

Tablo 2.1: Spor Merkezine Katılan Bireylerin Cinsiyet ve Yaş Dağılımı



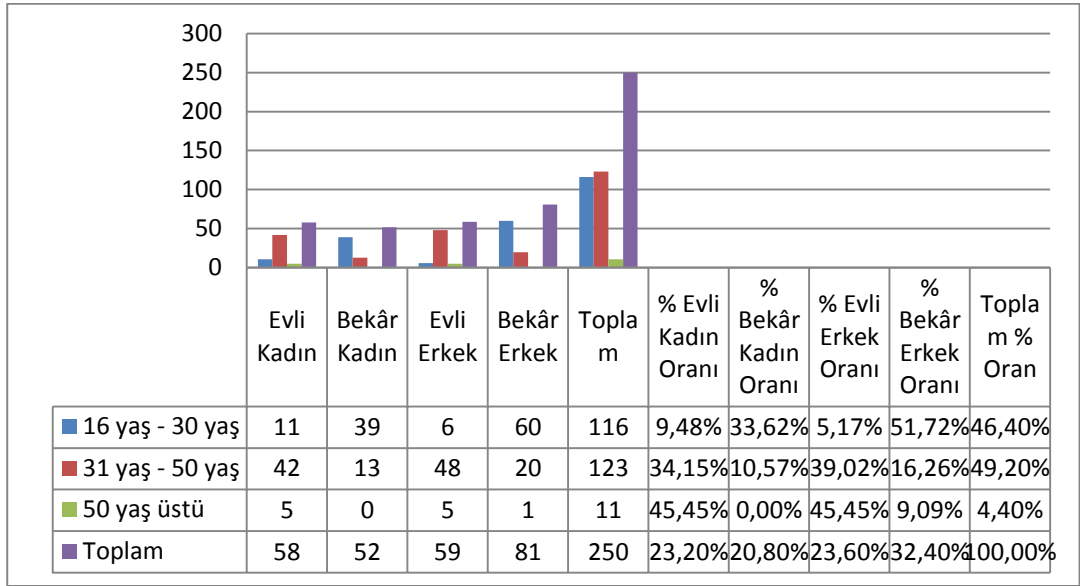
2.6.1.2. Yaş

Tablo 2.1' de, ankete katılan Swedish Sports Club üyelerinin yaşa göre dağılımları görülmektedir. Buna göre, 16-30 yaş grubunda %46,60, 31- 50 yaş grubu üyelerin, %49,20, 50 yaş üstü grubunda ise %4.40 üye bulunmaktadır. 16-30 yaş grubunun %43,10'u kadın, %56.90'ı erkektir. 31- 50 yaş grubu üyelerin %44,72'si kadın, %55,28'i erkektir. 50 yaş üstü grubun üyelerinde ise %45,5'i kadın, %54,55'i erkektir. Genel olarak genç ve orta nüfusun spor merkezlerine daha çok rağbet ettikleri gözlemlenmiştir.

2.6.1.3. Medeni Durum

Tablo 2.2' de, ankete katılan Swedish Sports Club üyelerinin medeni duruma göre dağılımları görülmektedir. Buna göre, %23,20'si evli kadın, %20, 80'i bekâr kadın, %23,60'ı evli erkek, %32,40'ı bekâr erkektir. Bekâr erkeklerin diğer grup genelinde daha fazla spor merkezini kullandıkları saptanmıştır. Bekâr erkeklerde 16-30 yaş aralığı %51,72 oranı ile en fazla spor yapan bireyler olduğu gözlenmiştir.

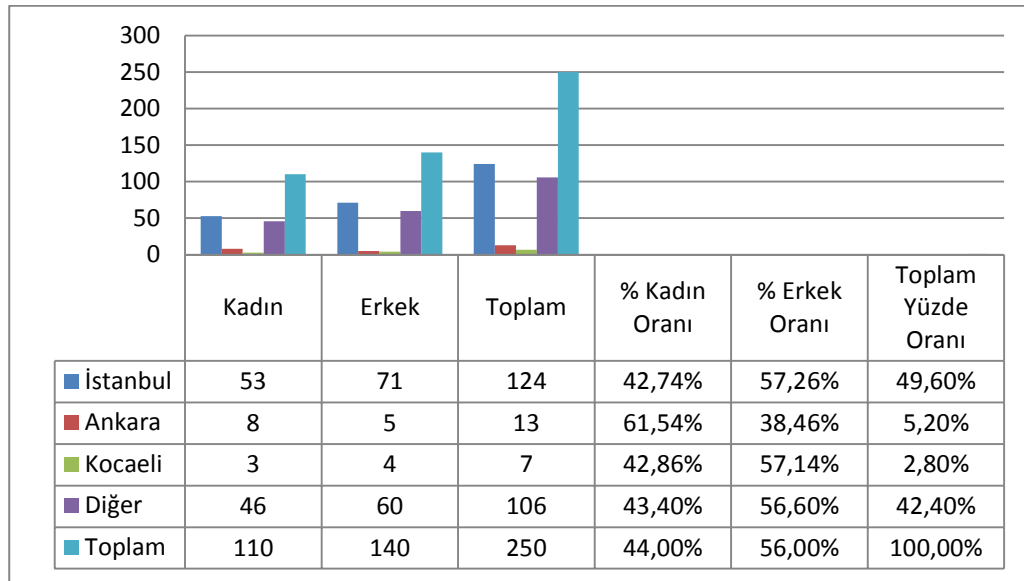
Tablo 2.2: Spor Merkezine Katılan Bireylerin Medeni Durumları



2.6.1.4. Doğum Yeri

Tablo 2.3'te ankete katılan Swedish Sports Club üyelerinin doğum yerlerine göre dağılımı görülmektedir. Buna göre, üyelerin %49,60'ı İstanbul doğumludur. %5,20'ü Ankara, %2,80'i Kocaeli, %42,40'sı bu illerin dışında doğmuştur.

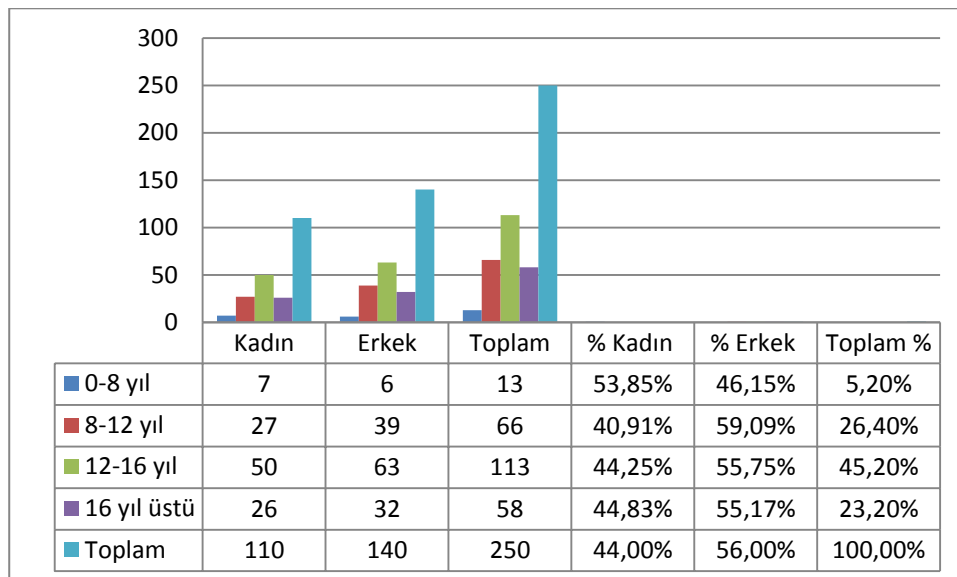
Tablo 2.3: Spor Merkezine Katılan Bireylerin Doğum Yeri



2.6.1.5. Eğitim Durumu

Tablo 2.4’te görüldüğü gibi, Swedish Sports Club üyelerinin %5,20’si 0-8 yıl eğitim seviyesine sahipken, %26,40’ı 8-12 yıl eğitim seviyesinde, %45,20’si 12-16 yıl eğitim seviyesinde, %23,20’si 16 yıl üstü eğitim seviyesine sahiptir. Görüldüğü üzere 12-16 yıl eğitim seviyesi hem kadın hem erkeklerde diğer eğitim seviyesine oranla daha yüksek olup, 0-8 yıl eğitim seviyesi en düşük orandadır. Bu da gösteriyor ki eğitim seviyesi oranı yüksek olan insanlar eğitim seviyesi düşük olan insanlara göre daha çok spor merkezini tercih etmektedir.

Tablo 2.4: Spor Merkezine Katılan Bireylerin Eğitim Durumu

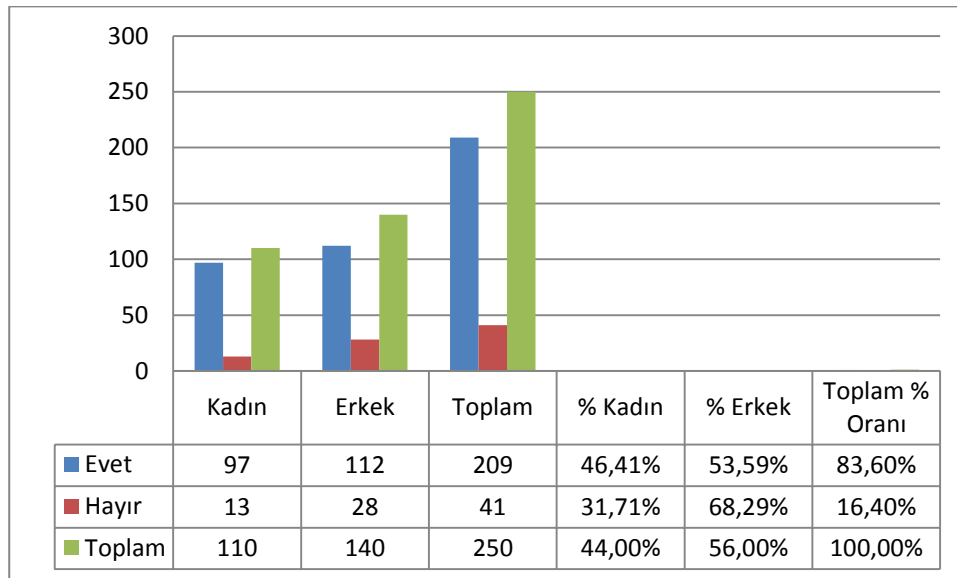


2.6.2. Demografik ve Sosyal Faktörler

2.6.2.1. Aile Unsuru

Tablo 2.5'te ankete katılan Swedish Sports Club üyelerinin aile yaşantısına göre dağılımı görülmektedir. Buna göre, %83,60'ı ailesiyle yaşarken; %16,40'ı ailesiyle yaşamamaktadır. Ailesiyle yaşayanların %46,41'i kadın, %53,59'u erkektir. Bireysel hayat tarzını seçmiş kişilerin ise %31,71'i kadın, %68,29'u erkektir. Spor merkezlerine katılım gösteren kadınların ve erkeklerin bireysel hayat biçimine göre aile yaşantısını tercih ettiği gözlemlenmektedir.

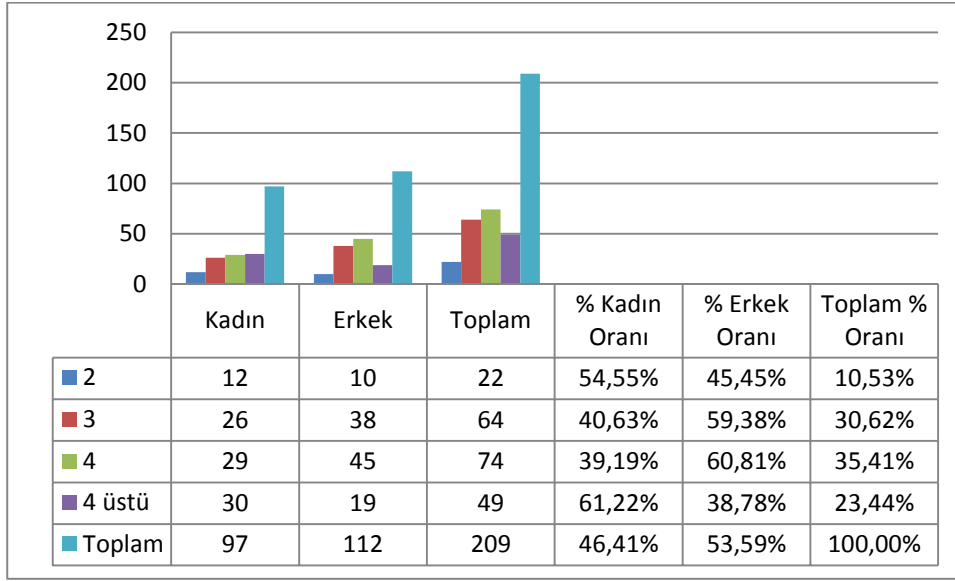
Tablo 2.5: Spor Merkezine Katılan Bireylerin Aile Unsuru



2.6.2.2. Ailedeki Mevcut Birey Sayısı

Tablo 2.6'da ankete katılan Swedish Sports Club üyelerinin aile yaşantısında evdeki mevcut birey sayısı dağılımı görülmektedir. Buna göre ailesiyle yaşayan bireylerin, %10,53'si 2 kişi, %30,62'si 3 kişi, %35,41'i 4 kişi, %23,44'ü 4 üstü kişidir. Ailesiyle yaşayan kadınlarda mevcut birey sayısı 4 üstü kişi olan %61,22 çoğunluğu oluştururken, ailesiyle yaşayan erkeklerde mevcut birey sayısı 4 kişi olan %60,81 ile çoğunluğu oluşturmaktadır. Spor merkezine katılımında sosyo-ekonomik düzeyin önemli bir etken olması ve buna dayanarak yapılan ankette ailedeki birey sayısının artması yaşam standartlarını etkilediğinden ailedeki mevcut birey sayısı 2 kişi olan ailelerin daha az spora katıldıkları gözlemlenmektedir.

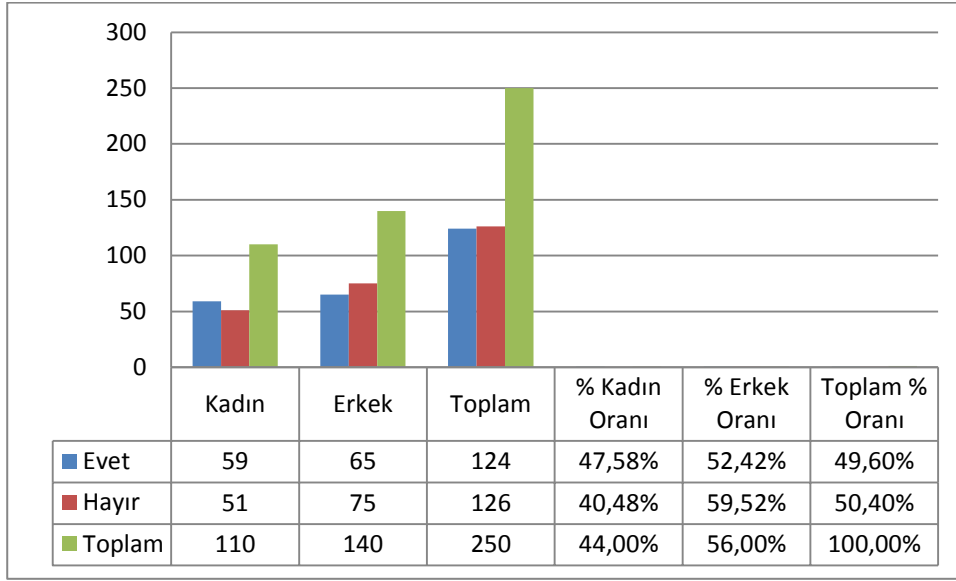
Tablo 2.6: Spor Merkezine Katılan Bireylerin Aile Yaşantısında Mevcut Birey Sayısı



2.6.2.3. Evdeki 18 Yaş Altındaki Çocuk Sayısı

Tablo 2.7’de ankete katılan Swedish Sports Club üyelerinin evdeki 18 yaş altı çocuk sayısının dağılımı görülmektedir. Buna göre, %49,60’ın evinde 18 yaş altında çocuk mevcutken, %50,40’ın evinde 18 yaş altında çocuk bulunmamaktadır. Yapılan ankete göre evde 18 yaş altında çocuk olanlarla, evde 18 yaş altında çocuk olmayanların spora katılım oranlarının hemen hemen yarı yarıya olduğu gözlemlenmiştir.

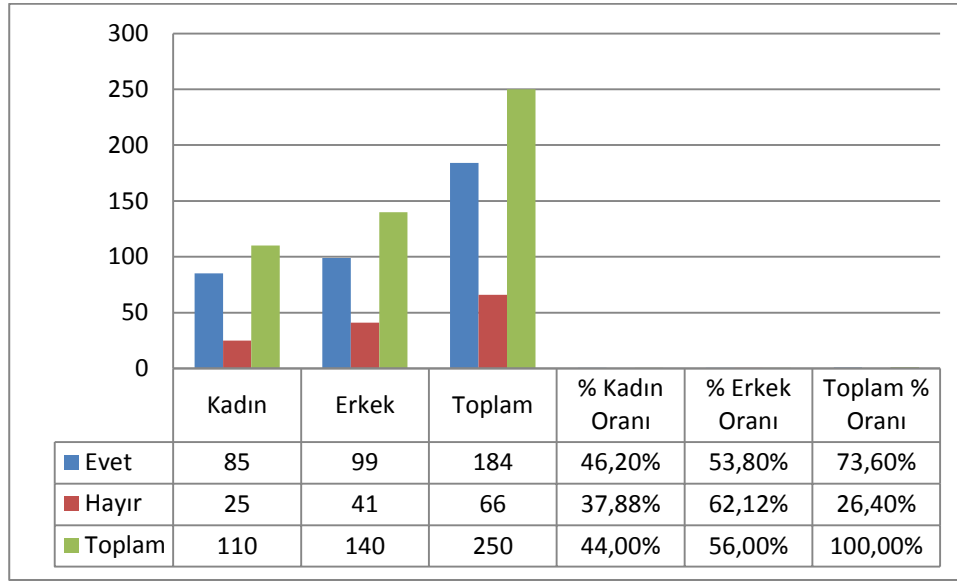
Tablo 2.7: Spor Merkezine Katılan Bireylerin Evinde 18 Yaş Altında Çocuk Sayısı



2.6.2.4. Tesise Yakınlık

Tablo 2.8’de ankete katılan Swedish Sports Club üyelerinin ikametinin tesise yakınlık dağılımı görülmektedir. Buna göre, %73,60’ı tesise yakın ikamet ederken, %26,40 kişinin tesise uzak ikamet ettiği görülmüştür. Kadınların %46,20’si tesise yakın, %37,88’i uzak, erkeklerin ise %53,80’i yakın, %62,12’si uzak ikamet etmektedir. Spora katılım oranlarının bireylerin iş yoğunluğu, zaman faktörü vb. gibi birçok etkenden kaynaklı spor merkezinin evlerine yakın olanların daha çok spora katılımının oldukları gözlemlenmiştir.

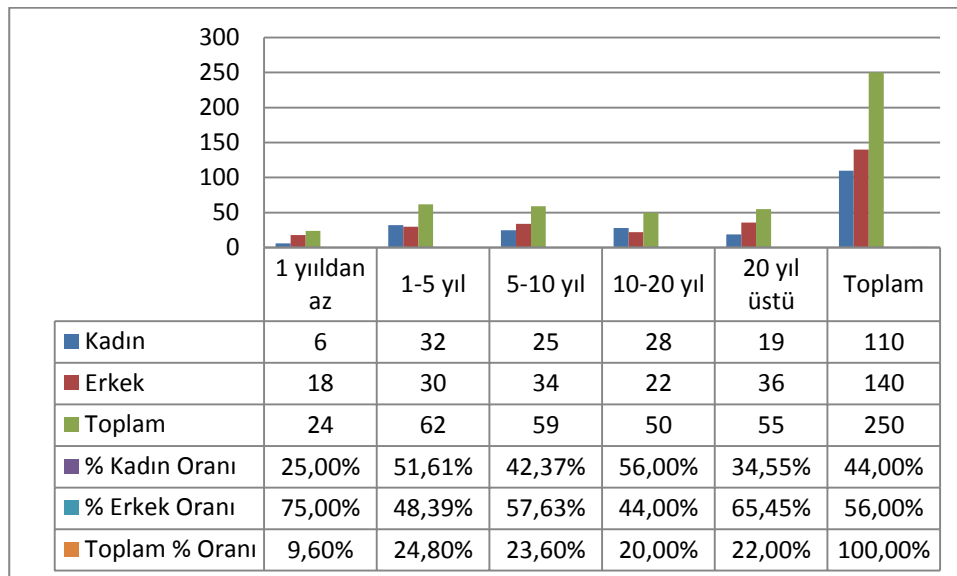
Tablo 2.8: Spor Merkezine Katılan Bireylerin İkametinin Tesise Yakınlığı



2.6.2.5. İkamet Süresi

Tablo 2.9’da ankete katılan Swedish Sports Club üyelerinin şu andaki adreslerinde ne kadar süredir ikamet ettiklerinin dağılımı görülmektedir. Buna göre, %9,60’ı 1 yıldan az, %24,80’si 1-5 yıl, %23,60’ı 5-10 yıl, %20’si 10-20 yıl, %22’si 20 yıl üstü aynı adreste ikamet etmektedir. Yapılan ankete göre 5-10 yıl aynı adreste ikamet edenler çoğunlukta iken, 1 yıldan az aynı adreste ikamet edenler azınlıkta olduğu gözlemlenmiştir.

Tablo 2.9: Spor Merkezine Katılan Bireylerin Aynı Adreste İkamet Süreleri

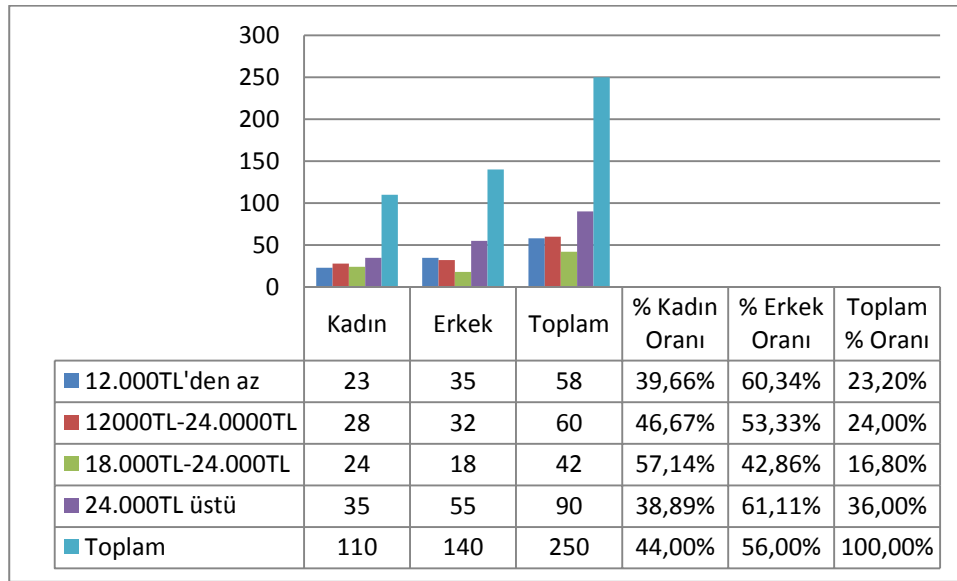


2.6.3. Ekonomik Faktörler

2.6.3.1. Yıllık Ortalama Gelir

Tablo 2.10’da ankete katılan Swedish Sports Club üyelerinin yıllık ortalama gelirlerinin dağılımı görülmektedir. Buna göre, %23,20’si 12.000TL’den az, %24’ü 12.000TL-24.000TL, %16,80’i 18.000TL-24.000TL, %36’sı 24.000TL üstü yıllık ortalama geliri vardır. Genel olarak bakıldığında aylık baza vurduğumuzda aylık gelir 2.000TL üstü olanların spora katılım oranlarının hem kadınlarda hem erkeklerde yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Bu da spor merkezlerine katılımın bütçeyle doğru orantılı olduğunun göstergesidir. Meslek gruplarını da baz alarak kişilerin her birinin farklı mesleklerinin olduğu ve eğitim düzeyi yüksek kişilerin daha çok gelir kazandıkları ve böylece spor merkezine katılımında daha fazla olduğu söylenebilir.

Tablo 2.10: Spor Merkezine Katılan Bireylerin Yıllık Ortalama Gelirleri

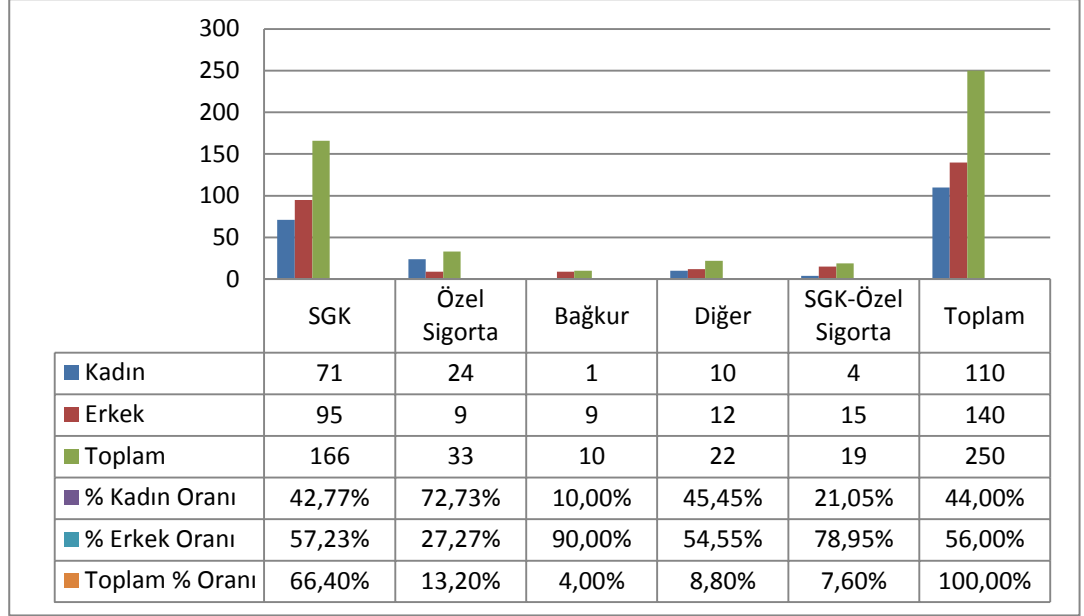


2.6.3.2. Sosyal Güvence

Tablo 2.11’de ankete katılan Swedish Sports Club üyelerinin sosyal güvencelerinin dağılımı görülmektedir. Buna göre, %66,40’ı SGK, %13,20’si Özel sigorta, %4’ü Bağkur, %8,80 Diğer, %7,60’ı hem SGK hem Özel Sigorta sosyal güvencesine sahiptir. SGK, Bağkur ve SGK-Özel Sigorta ve Diğer sosyal güvencelerde erkekler daha fazlayken, Özel sigortada %72,73 ile kadınların daha fazla olduğu tespit edilmiştir. Yapılan ankete göre spor merkezine katılan bireylerin

sigortalı olduğu ve çoğunluğu SGK güvencesine sahip bireylerin oluşturduğu gözlemlenmiştir.

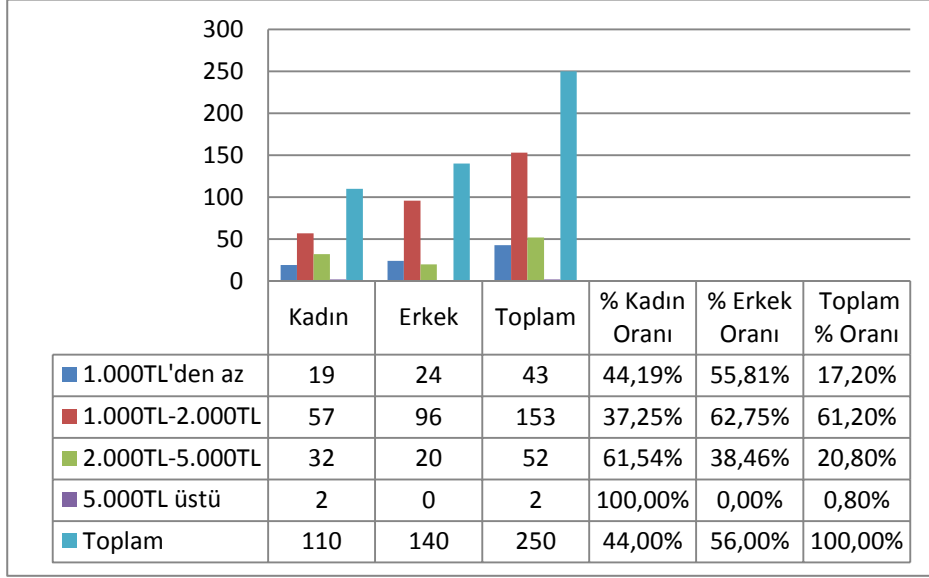
Tablo 2.11. Spor Merkezine Katılan Bireylerin Sosyal Güvencesi



2.6.3.3. Üyelik Gerçekleştirilirken Ödenen Bedel

Tablo 2.12’de ankete katılan Swedish Sports Club üyelerinin üyelik gerçekleştirirken ne kadar ödeme yaptıklarının dağılımı görülmektedir. Buna göre, 1.000 TL’den az ödeme yapan üye sayısının %44,19’u kadın, %55,81’i erkektir. 1.000 TL-2.000 TL ödeme yapan üyelerin %37,25’i kadın, %62,75’i erkektir. 2.000 TL-5.000 TL ödeme yapan bireylerin %61,54’ü kadın, %38,46’sı erkektir. 5.000 TL üzeri ödeme yapan bireylerin %100’ü kadındır. Erkeklerde 5.000 TL üzeri ödeme yapan bulunmamaktadır. Genel olarak bakıldığında 1.000 TL-2.000 TL ödeme yapan kişi sayısı diğer fiyat aralığında ödeme yapanlara göre %61,20’si ile çoğunlukta olduğu gözlemlenmiştir.

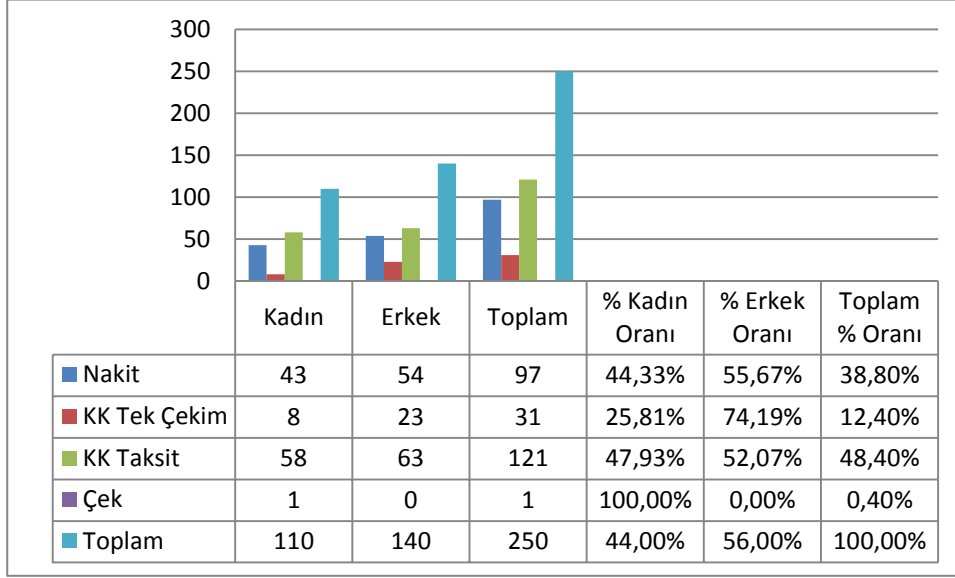
Tablo 2.12: Spor Merkezine Katılan Bireylerin Üyelik Gerçekleştirirken Ödedikleri Bedel



2.6.3.4. Üyelik Gerçekleştirilirken Ödeme Şekli

Tablo 2.13'te ankete katılan Swedish Sports Club üyelerinin üyelik gerçekleştirirken nasıl ödeme yaptıklarının dağılımı görülmektedir. Buna göre, üyelerin %38,80'i nakit, %12,40'ı kredi kartı tek çekim, %48,40'ı kredi kartı taksit, %0,40'ı çek ile ödemeyi gerçekleştirmiştir. Yapılan ankette ödeme kolaylığı sağlama yönünden kredi kartı taksit kullanımının daha fazla olduğu gözlemlenmiştir. Bunun yanı sıra nakit ödeme yapanlarında yoğunlukta olmasının nakit avantajından kaynaklandığı söylenebilir.

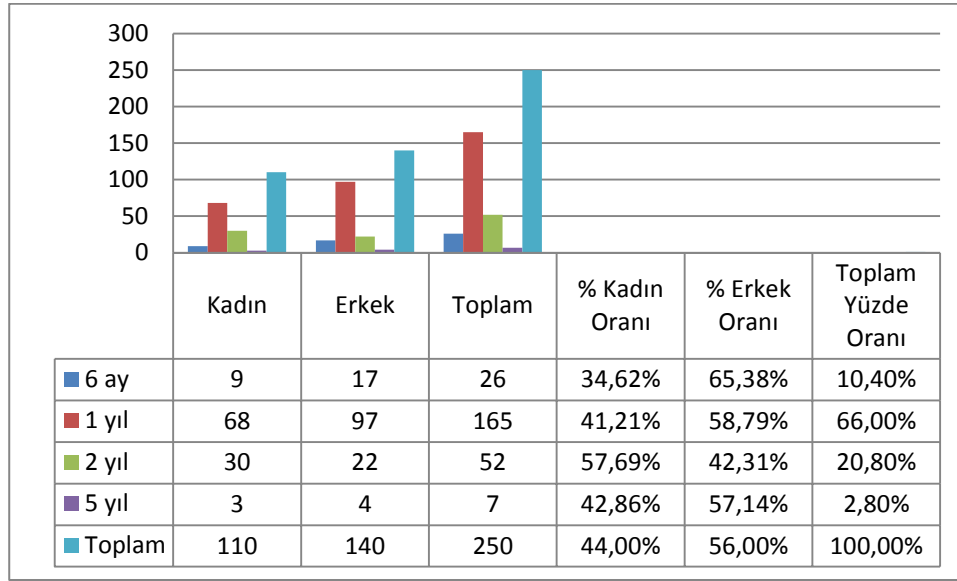
Tablo 2.13: Spor Merkezine Katılan Bireylerin Üyelik Gerçekleştirirken Ödeme Şekli



2.6.3.5. Üyelik Süresi

Tablo 2.14’de ankete katılan Swedish Sports Club üyelerinin ne kadar süreliğine sözleşme yaptıklarının dağılımı görülmektedir. Buna göre,6 ay süreliğine üyelik gerçekleştirenler %10,40, 1 yıllık olarak üyelik gerçekleştirenler %66, 2 yıllık üyelik gerçekleştirenler %20,80 ve 5 yıllık üyelik gerçekleştirenler %2,80’dir. Yapılan ankete göre spor merkezine katılan kişilerin, taşınma, iş değişikliği vb. etkenleri göz önünde bulundurarak yıllık üyeliği daha fazla tercih ettiği söylenebilir. Aylık gelir baz alındığında, ödenen tutarın yıllık 1.000TL-2.000TL olması bireylerin bütçesini zorlamaması açısından yıllık üyeliğin daha fazla tercih edildiği gözlemlenmiştir.

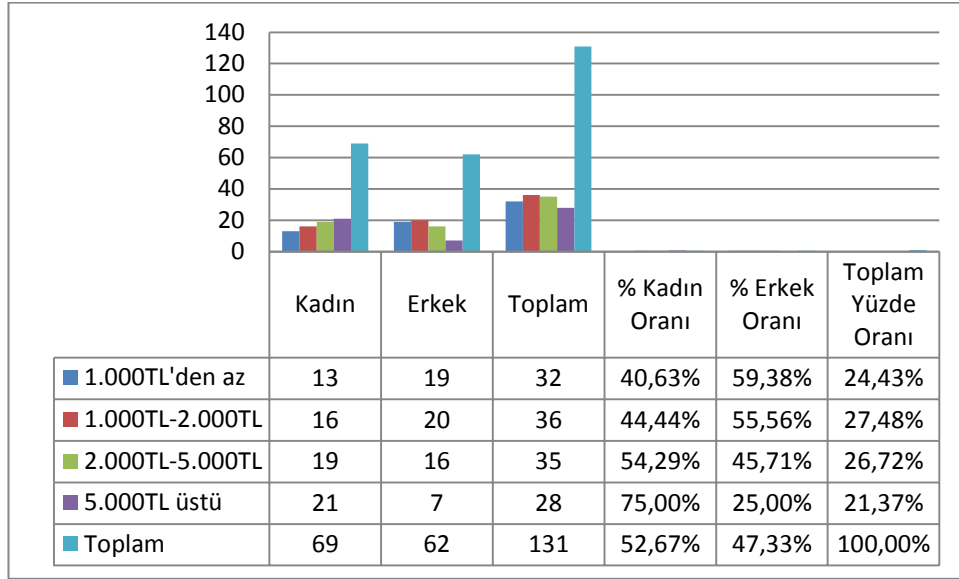
Tablo 2.14: Spor Merkezine Katılan Bireylerin Üyelik Süresi



2.6.3.6. Sigaraya Ayrılan Yıllık Bütçe

Tablo 2.15'te ankete katılan Swedish Sports Club üyelerinin yıllık sigaraya ayırdıkları bütçenin dağılımı görülmektedir. Buna göre, 250 üyenin 131'i sigara kullanmaktadır. Yani %47,60'ı sigaraya hiç bütçe ayırmamaktadır. Sigara kullanan üyelerin %27,48'si ortalama olarak 1.000TL-2.000TL sigaraya yıllık bütçe ayırmaktadır. Yine %26,72 ile 2.000TL-5.000TL bu arana yakınken, diğer oranlarda bu orana yakındır. Yine sigara kullananların%52,67'si kadın olup, yıllık belli miktarlarını sigaraya ayırmaktadırlar. Sigara kullanan diğer üyelerin %47,33'ü erkektir. Sigaraya bütçe ayıran kadın oranı, sigaraya bütçe ayıran erkek oranından fazladır. Genel olarak spor merkezine katılan bireylerin yaklaşık olarak yarısına yakını sigara kullanmakta olup bütçesinden en az spor merkezine ödediği tutar kadar bedel ödemekte olduğu söylenebilir.

Tablo 2.15: Spor Merkezine Katılan Bireylerin Yıllık Sigaraya Ayırdıkları Bütçe

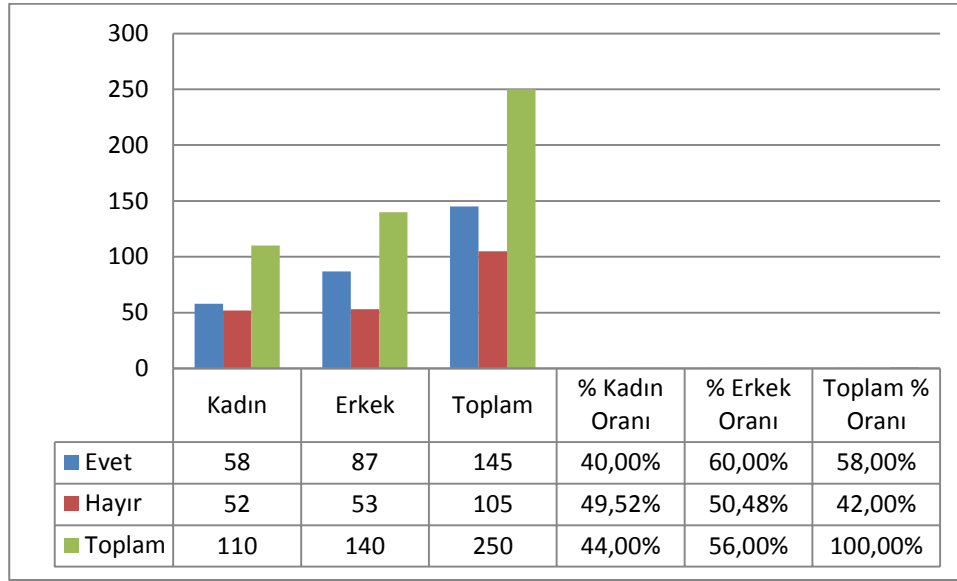


2.6.4. Sağlık Faktörü

2.6.4.1. Düzenli ve Dengeli Beslenme

Tablo 2.16'da ankete katılan Swedish Sports Club üyelerinin düzenli ve dengeli beslenip beslenmediğinin dağılımı görülmektedir. Buna göre, %58'i düzenli ve dengeli beslenirken, %42'si düzenli ve dengeli beslenmediği görülmüştür. Kadınların %40'ı düzenli ve dengeli beslenmeye evet cevabını verirken, %49,52'si hayır cevabını vermişlerdir. Erkeklerde %60'ı düzenli ve dengeli beslenirken %50,48'ı düzenli ve dengeli beslenmemektedir. Ankete göre yaşam standartlarında sağlığın önemli olduğu ve düzenli ve dengeli beslenenlerin, düzenli ve dengeli beslenmeyenlere oranla daha fazla olduğu gözlemlenmiştir.

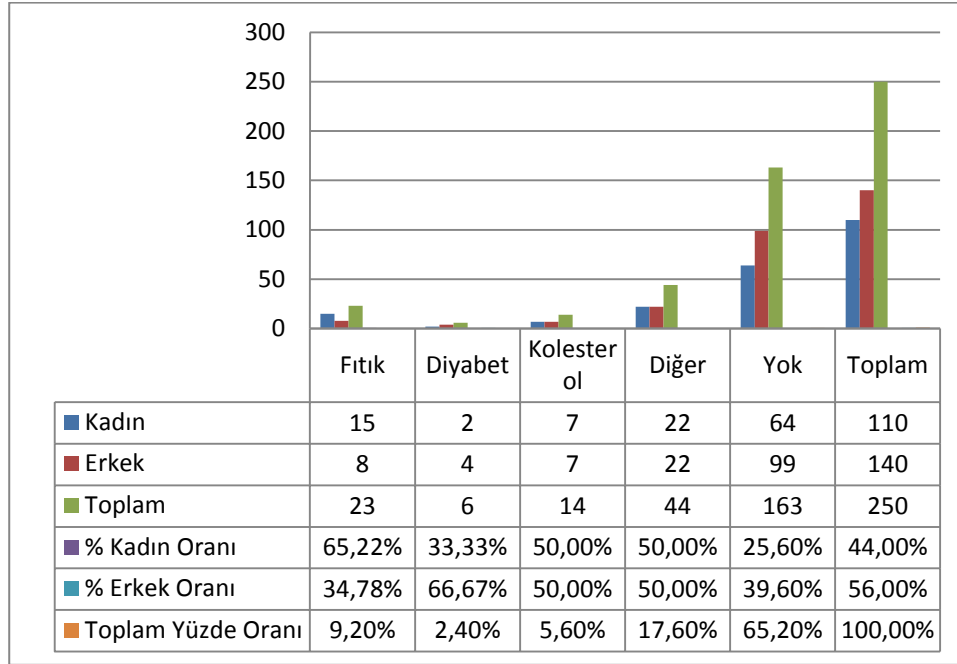
Tablo 2.16: Spor Merkezine Katılan Bireylerin Düzenli ve Dengeli Beslenme



2.6.4.2. Sağlık Problemi

Tablo 2.17’de ankete katılan Swedish Sports Club üyelerinin sağlık problemlerinin olup olmadığının dağılımı görülmektedir. Buna göre, %65,20’sinin sağlık problemi yoktur. %9,20’sinin fitik, %2,40’ının diyabet, %5,60’ının kolesterol ve %17,60’ının diğer sağlık problemleri vardır. Sağlık problemi olmayan üyelerin %25,60’ı kadın ve %39,60’ı erkektir. Erkeklerin kadınlara oranla daha az sağlık problemi vardır. Yapılan ankete göre sağlıklı bireylerin, sağlık problemi olan insanlara oranla daha fazla olduğu gözlemlenmiştir.

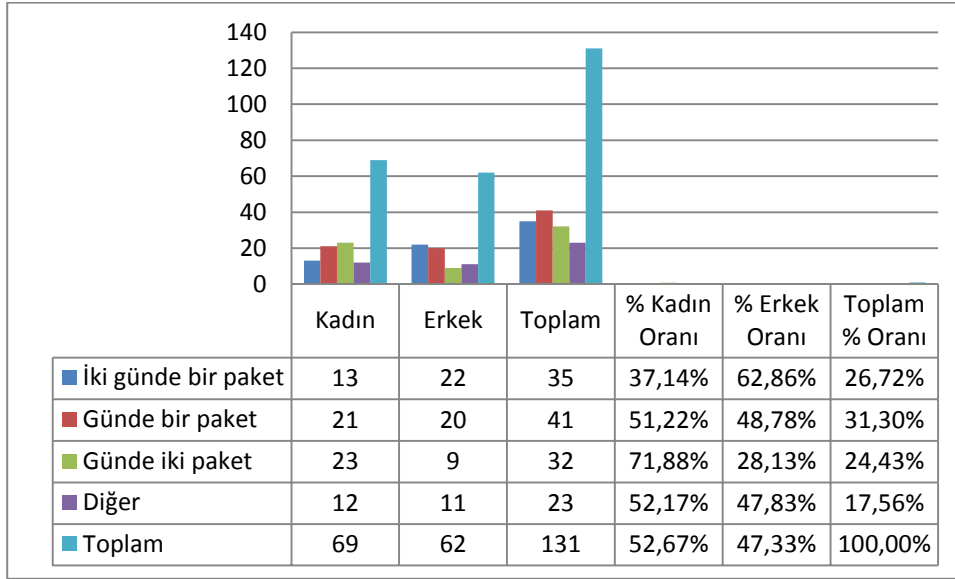
Tablo 2.17: Spor Merkezine Katılan Bireylerin Herhangi Bir Sağlık Problemi Olup Olmadığı



2.6.4.3. Sigara Kullanımının Sıklığı

Tablo 2.18’de ankete katılan Swedish Sports Club üyelerinin günlük ortalama sigara kullanım miktarının dağılımı görülmektedir. Buna göre 250 kişinin 131 kişisi sigara kullanmaktadır. Yani üyelerin %52, 40’ı sigara kullanmaktadır. Sigara kullanan 131 üyenin ise %26,72’i iki günde bir paket, %31,30’i günde bir paket, %24,43’ü günde iki paket, %17,56’sı da diğer sıklıklarla sigara kullandığı görülmektedir. Yapılan ankete göre spor merkezine katılım gösteren bireylerin neredeyse yarısının sigarayı belli sıklıklarla kullandığı ve sigarayı alışkanlık haline getirdikleri söylenebilir.

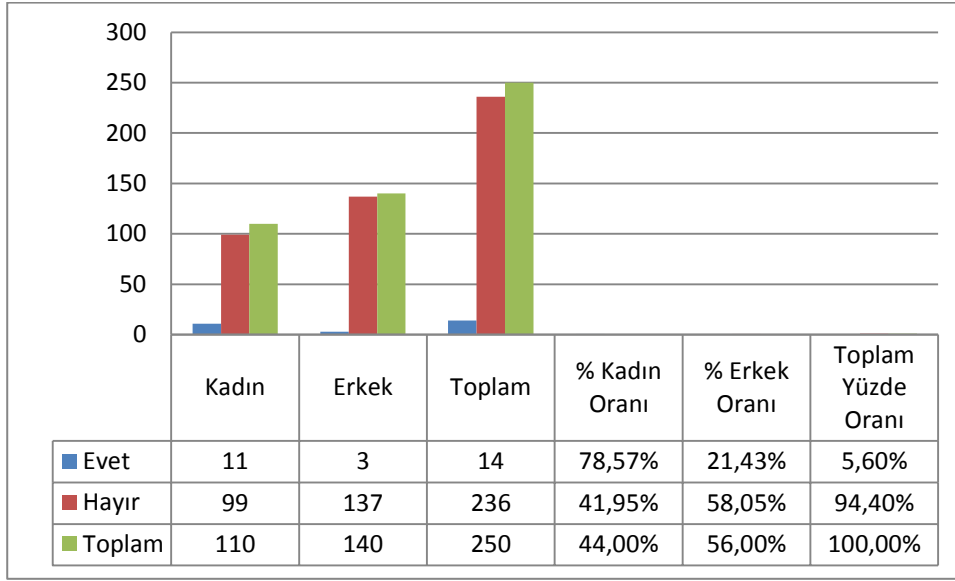
Tablo 2.18: Spor Merkezine Katılan Bireylerin Günlük Ortalama Sigara Kullanım Miktarı



2.6.4.4. Spor Yapmaya Engel Rahatsızlık

Tablo 2.19’da ankete katılan Swedish Sports Club üyelerinin spor yapmaya engel bir rahatsızlığın olup olmadığının dağılımı görülmektedir. Buna göre, %94,40’ının spor yapmaya engel bir rahatsızlığının bulunmadığı, %5,60’ının ise spor yapmaya engel bir rahatsızlığının bulunduğu görülmektedir. Kadınların %78,57’sinin, erkeklerin ise, %21,43’ünün spor yapmaya engel rahatsızlığı vardır. Kadınların %41,95’inin, erkeklerin ise, %58,05’inin spor yapmaya engel rahatsızlığının olmadığı tespit edilmiştir. Yapılan ankete göre çok küçük bir oranın spor yapmaya engel bir rahatsızlığının olduğu gözlemlenmiştir.

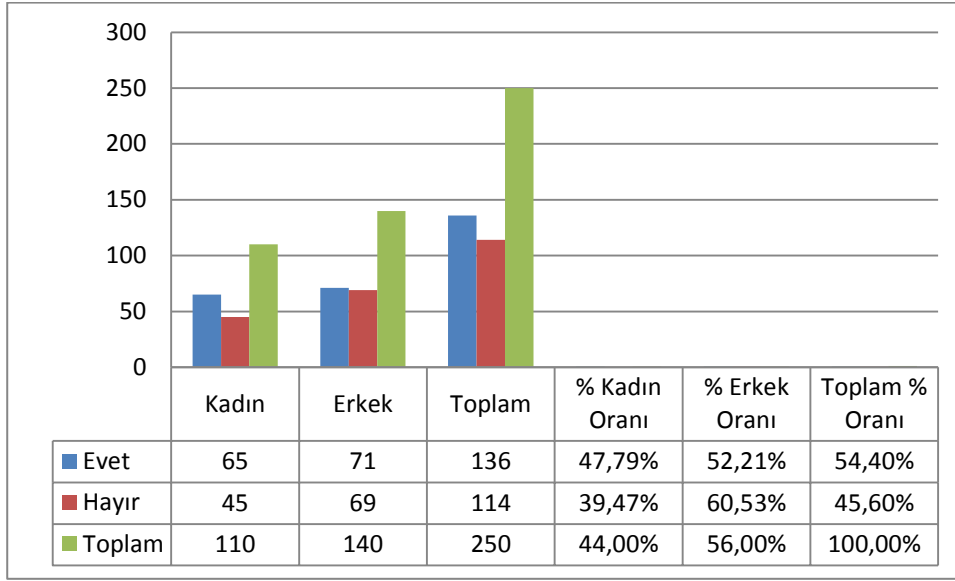
Tablo 2.19: Spor Merkezine Katılan Bireylerin Spor Yapmaya Engel Bir Rahatlığının Olup Olmaması



2.6.4.5. Kilo Problemi

Tablo 2.20’de ankete katılan Swedish Sports Club üyelerinin kilo probleminin olup olmadığının dağılımı görülmektedir. Buna göre, %54,40’ının kilo problemi varken, %45,60’ının kilo problemi yoktur. Kadınların %47,79’unun kilo problemi varken, %39,47’sinin kilo problemi yoktur. Erkeklerin %52,2’inin kilo problemi varken, %60,53’ünün kilo problemi yoktur. Yapılan ankete göre kilo problemi olanlar kilo problemi olmayanlara oranla daha fazla olduğu gözlemlenmiştir.

Tablo 2.20: Spor Merkezine Katılan Bireylerin Kilo Probleminin Olup Olmadığı

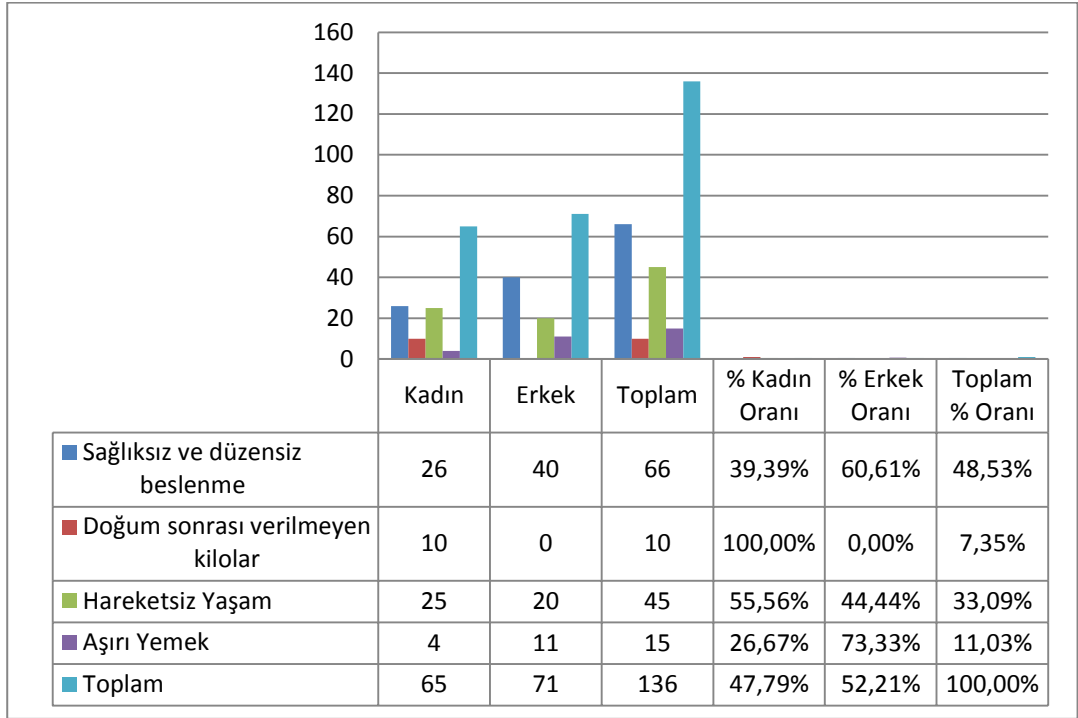


2.6.4.6. Kilo Problemi Başlangıç Nedenleri

Tablo 2.21’de ankete katılan Swedish Sports Club üyelerinin kilo probleminin nasıl başladığının dağılımı görülmektedir. Buna göre, %48,53’ü sağlıksız ve düzensiz beslendiğinden dolayı kilo problemi yaşarken, %7,35’i doğum sonrası verilemeyen kilolar, %33,09’u hareketsiz yaşam ve %11,03’ü aşırı yemek sebebiyle kilo problemi yaşamaktadırlar. Yapılan ankete göre, sağlıksız ve düzensiz beslenmeden dolayı kilo problemi yaşayan bireyler çoğunlukta iken hemen akabinde bireylerin hareketsiz yaşamdan dolayı kilo problemi yaşadıkları, bu oranların diğerlerine oranla daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir.

Sağlık grubu sorularına bakıldığında verilen parametrelere göre bireylerin belirli nedenlerle spor merkezine katılım gerçekleştirdiği söylenebilir.

Tablo 2.21: Spor Merkezine Katılan Bireylerin Kilo Problemi Başlangıcının Nedenleri

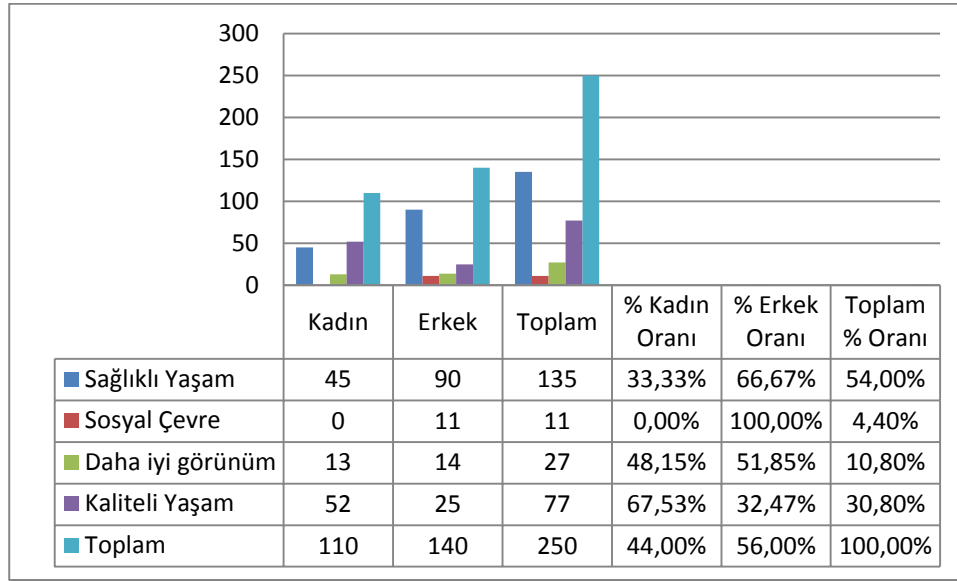


2.6.5.Psiko-Sosyal Faktörler

2.6.5.1. Spor Yapmanın Yararları

Tablo 2.22’de ankete katılan Swedish Sports Club üyelerinin spor yapmasının yararlarının dağılımı görülmektedir. Buna göre, %54’ü sağlıklı yaşamı, %4,40’ı sosyal çevreyi, %10,80’i daha iyi görünümü, %30,80’i kaliteli yaşamı seçmişlerdir. Yapılan ankete göre bireylerin sağlık için spor hayat felsefesini benimsedikleri ve bunun kaliteli yaşamı doğuracağından spor merkezlerini tercih ettikleri söylenebilir.

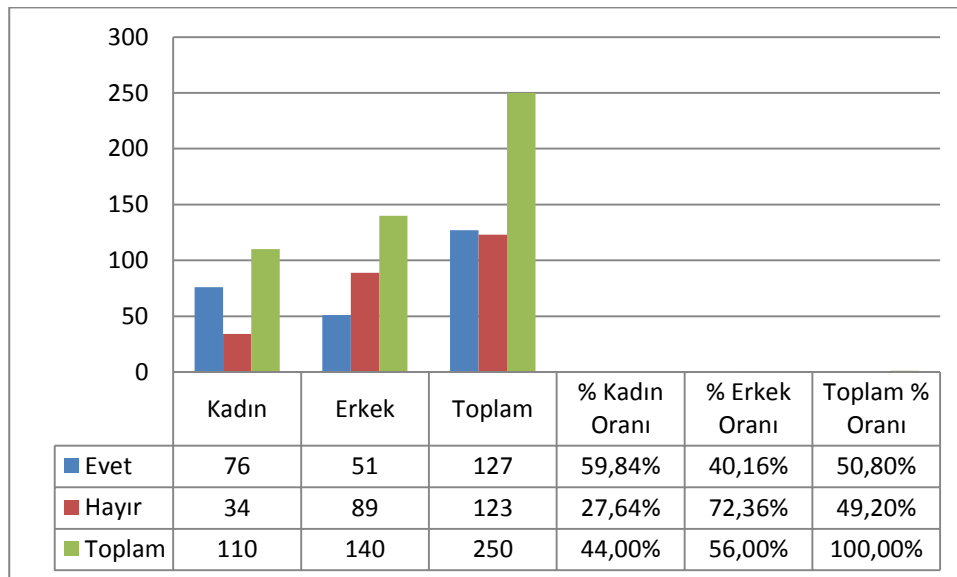
Tablo 2.22: Spor Merkezine Katılan Bireylerin Spor Yapmasındaki Fayda



2.6.5.2. Ailede Spora Eğilim

Tablo 2.23'te ankete katılan Swedish Sports Club üyelerinin ailesinde sporla uğraşan olup olmadığının dağılımı görülmektedir. Buna göre, %50,80'inin ailesi sporla uğraşırken, %49,20'sinin ailesi sporla uğraşmamaktadır. Yapılan ankete göre bireylerin aileden kaynaklı spor öz bilincinin fazla olduğu ve bu sebeple spor merkezine katılımın fazla olduğu söylenebilir.

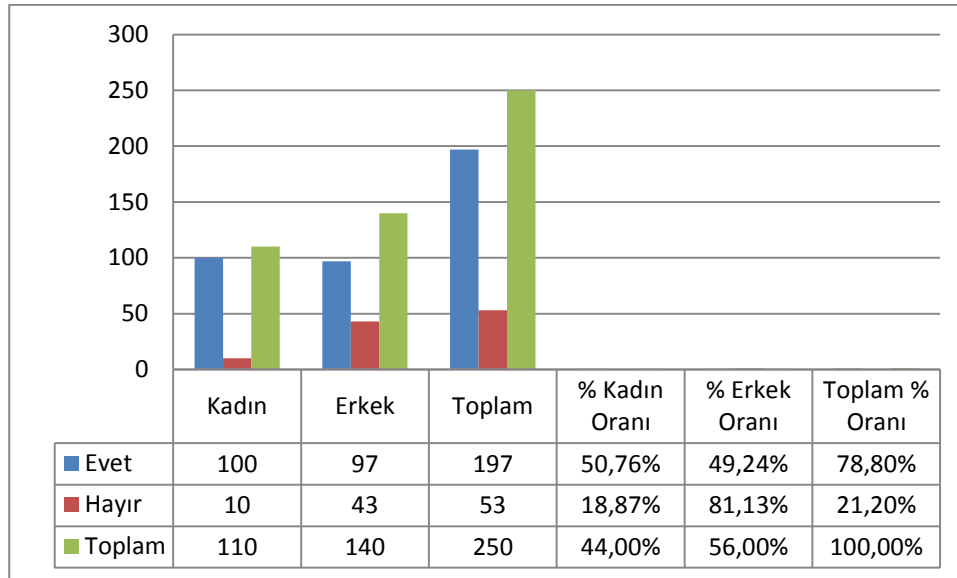
Tablo 2.23: Spor Merkezine Katılan Bireylerin Ailesinde Sporla Uğraşan Olup Olmadığı



2.6.5.3. Aileden Görülen Destek

Tablo 2.24’te ankete katılan Swedish Sports Club üyelerinin ailesinden destek görüp görmediğine dair dağılım görülmektedir. Buna göre, %78,80’i ailesinden ve çevresinden destek görürken, %21,20’si ailesinden ve çevresinden destek görmemektedirler. Yapılan ankete göre aile desteğinin önemi ve bunun spora katılımı olumlu yönde etkilediği gözlemlenmiştir.

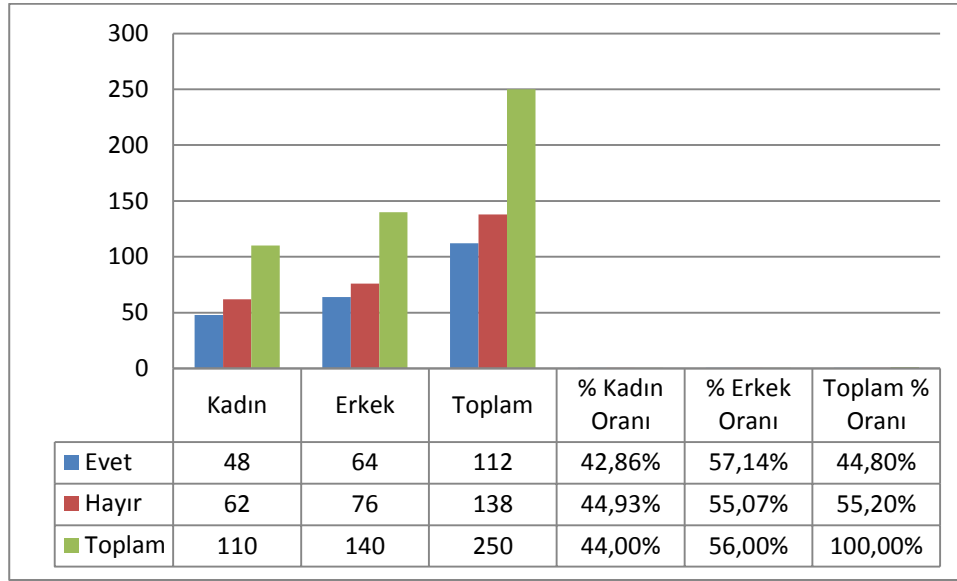
Tablo 2.24: Spor Merkezine Katılan Bireylerin Spor Yapmaya Teşvik Amaçlı Aileden Gördükleri Destek



2.6.5.4. Evdeki Spor Malzemesi

Tablo 2.25’te ankete katılan Swedish Sports Club üyelerinin evinde spor malzemesi olup olmadığına dair dağılım görülmektedir. Buna göre, %44,80’inin evinde spor malzemeleri varken, %55,20’sinin evinde spor malzemeleri yoktur. Ankete katılan kişilerin yaklaşık yarısına yakınının evinde spor malzemesi olmasına karşın yine de spor merkezlerini tercih etmelerinin sebebi profesyonel destek ve disipline edilmiş bir spor hayatı tercih etmelerinden kaynaklandığı söylenebilir.

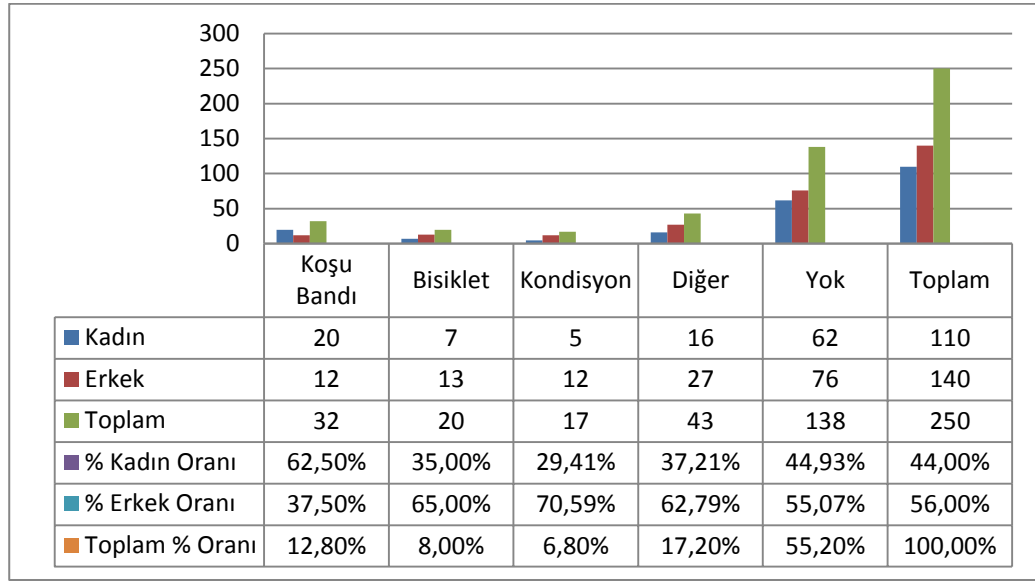
Tablo 2.25: Spor Merkezine Katılan Bireylerin Evindeki Spor Malzemesi



2.6.5.5. Evdeki Spor Malzemeleri Türleri

Tablo 2.26’da ankete katılan Swedish Sports Club üyelerinin evinde bulundurduğu spor malzemesinin türlerinin dağılımı görülmektedir. Buna göre, %12,80’inin evinde koşu bandı, %8’inin bisiklet, %6,80’inin evinde kondisyon ve %17,20’sinin evinde diğer spor malzemeleri bulunmaktadır. %55,20 ’sinin evinde ise hiçbir spor malzemesi bulunmamaktadır. Yapılan ankete göre bireylerin yaklaşık olarak yarısının evinde farklı türlerde spor malzemesi vardır. Evde farklı tür spor malzemelerinin varlığı bireylerin ne kadar çok spor bilincine sahip olduğunu ve yaşam boyu sporu amaçladıklarını göstermektedir. Spor merkezinde açık kapalı yüzme havuzlarının olması, sauna, jakuzi, buhar odası, grup aktiviteleri vb. etmenlerin varlığı, evinde farklı tür spor malzemeleri olmasına rağmen bireyleri ihtiyaçları doğrultusunda spor merkezlerinde spor yapmaya teşvik ettiği söylenebilir.

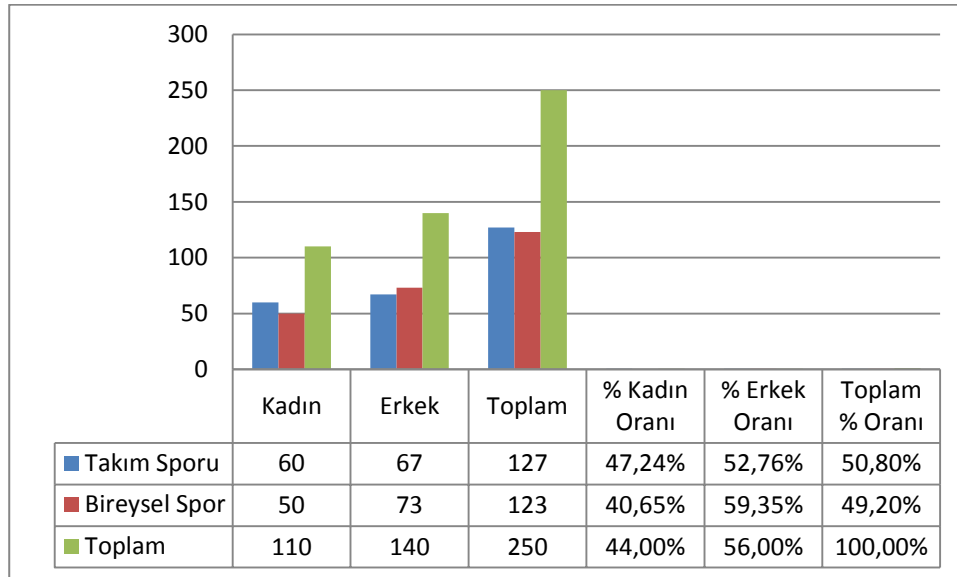
Tablo 2.26: Spor Merkezine Üye Olan Kişilerin Evinde Olan Spor Malzemeleri



2.6.5.6. Takım Sporunu mu? Bireysel Sporunu mu?

Tablo 2.27’de ankete katılan Swedish Sports Club üyelerinin Takım sporunu mu yoksa bireysel sporu mu tercih ettiklerinin dağılımı görülmektedir. Buna göre, %50,80’i takım sporunu tercih ederken, %49,20’si bireysel sporu tercih etmektedir. Yapılan ankete göre takım sporuyla bireysel grup tercihinde kişilerin düşüncelerine ve ihtiyaçlarına göre tercihlerinin farklılık gösterdiği gözlemlenmiştir.

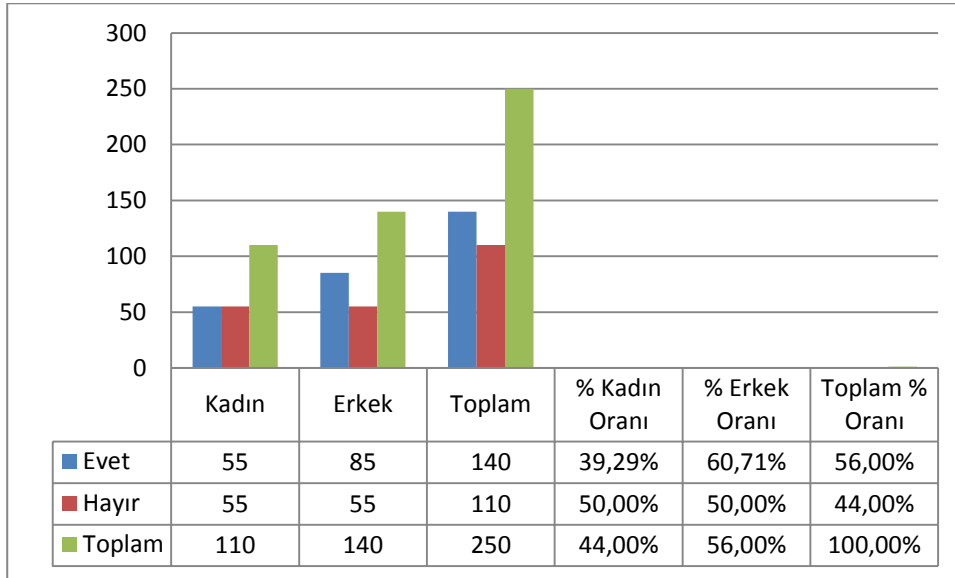
Tablo 2.27: Spor Merkezlerine Katılan Bireylerin Takım Sporunu mu? Yoksa Bireysel Sporunu mu Tercih Ettikleri



2.6.5.7. Daha Önce Aktif Bir Sporla İlgilenme

Tablo 2.28’de ankete katılan Swedish Sports Club üyelerinin daha önce aktif bir sporla uğraşıp uğraşmadığının dağılımı görülmektedir. Buna göre, %56’sı daha önce aktif bir sporla ilgilenirken, %44’ü daha önce aktif bir sporla ilgilenmemektedir. Daha önce aktif sporla ilgilenenlerin %39,29’i kadın, %60,71’i de erkektir. Daha önce aktif sporla ilgilenmeyenlerin ise %50 kadın, %50’i erkektir. Yapılan ankete göre daha önce aktif sporla ilgilenenler, daha önce aktif sporla ilgilenmeyenlere oranla daha fazla olduğu ve daha önce spor yapmayanlar bireylerde, kadınlarla erkeklerin eşit olduğu gözlemlenmiştir.

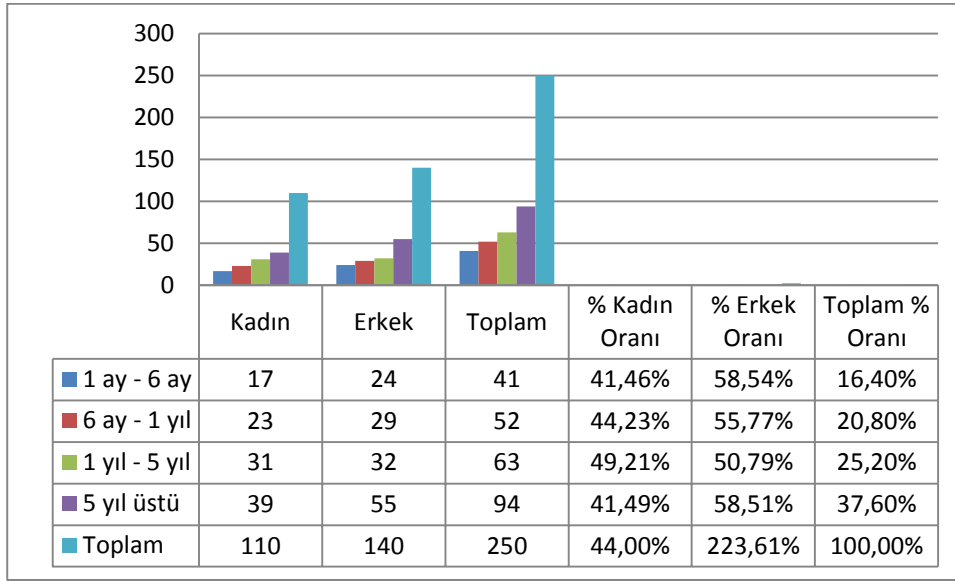
Tablo 2.28: Spor Merkezlerine Katılan Bireylerin Daha Önce Aktif Bir Sporla İlgilenip İlgilenmediği



2.6.5.8. Sporla İlgilenme Süresi

Tablo 2.29’da ankete katılan Swedish Sports Club üyelerinin ne zamandan beri sporla ilgilendiklerinin dağılımı görülmektedir. Buna göre, %16,40’ı 1 ay-6 ay, % 20,80’i 6 ay-1 yıl, %25,20’si 1 yıl-5 yıl, %37,60’ı ise 5 yıldan fazla süredir sporla ilgilenmektedirler. Yapılan ankete göre 5 yıl üstünde spor yapan kişilerin spor merkezine katılımının daha fazla olduğu gözlemlenmiştir.

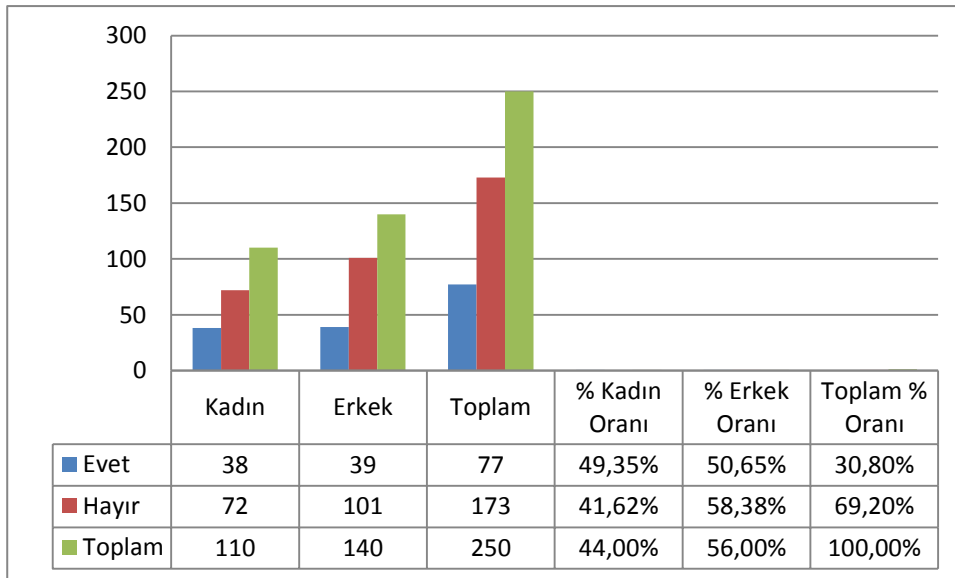
Tablo 2.29: Spor Merkezine Katılan Bireylerin Sporla İlgilenme Süresi



2.6.5.9. Başka Bir Sporla İlgilenip İlgilenilmediği

Tablo 2.30’da ankete katılan Swedish Sports Club üyelerinin başka bir sporla ilgilenip ilgilenilmediğinin dağılımı verilmiştir. Buna göre, %30,80’i başka bir sporla ilgilenirken, %69,20’si başka bir sporla ilgilenmemektedir. Yapılan ankete göre, spor merkezinde aktif spor yapanların başka bir sporla uğraşanlara oranla ihtiyaçlar duymayıp çok fazla başka bir sporla uğraşmadıkları gözlemlenmiştir.

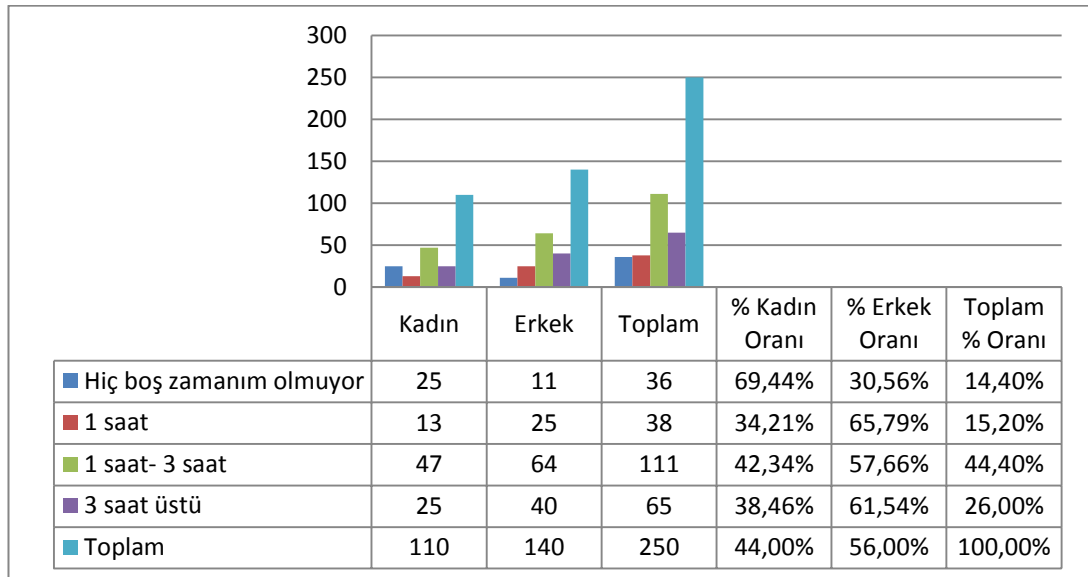
Tablo 2.30: Spor Merkezine Katılan Bireylerin Başka Bir Spora Eğilimleri



2.6.5.10. Boş Zaman

Tablo 2.31’de ankete katılan Swedish Sports Club üyelerinin günde ortalama ne kadar boş zamana sahip olduklarının dağılımı verilmiştir. Buna göre, %14,40’ının hiç boş zamanı olmuyorken, %15,20’sinin 1 saat boş zamanı bulunmaktadır. %44,40’ının 1-3 saat boş zamanı varken, %26’sının 3 saatten fazla boş zamanı bulunmaktadır. Yapılan ankete göre spor merkezine katılan bireylerin yaklaşık yarısının ortalama olarak günde 1-3 saat boş zamanı olduğu bu boş zamanının bir kısmını da spora ayırdıkları gözlemlenmiştir.

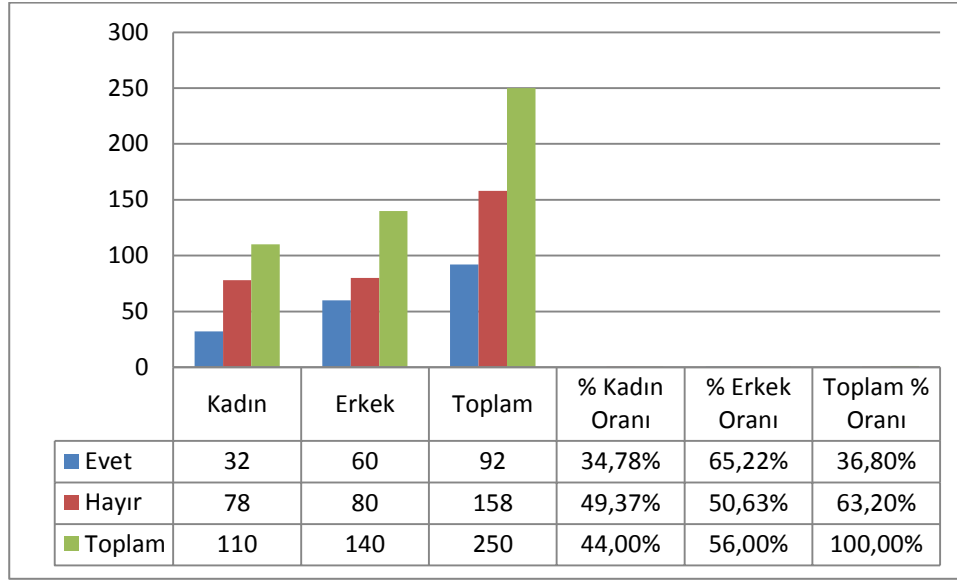
Tablo 2.31: Spor Merkezine Katılan Bireylerin Günlük Sahip Oldukları Boş Zaman



2.6.5.11. Boş Zaman Etkinliklerine Katılım

Tablo 2.32’de ankete katılan Swedish Sports Club üyelerinin boş zaman etkinliklerine yeterince katılıp katılmadığının dağılımı görülmektedir. Buna göre, %36,80’i boş zaman etkinliklerine yeterince katılırken, %63,20’si boş zaman etkinliklerine yeterince katılmamaktadır. Türkiye’de genel olarak iş standartları göz önünde bulundurularak boş zamanlarını spora ayıran kişilerin diğer boş zaman etkinliklerine vakit ayıramadığı bundan dolayı yoğunluk tek etkinlikten yararlandıkları söylenebilir.

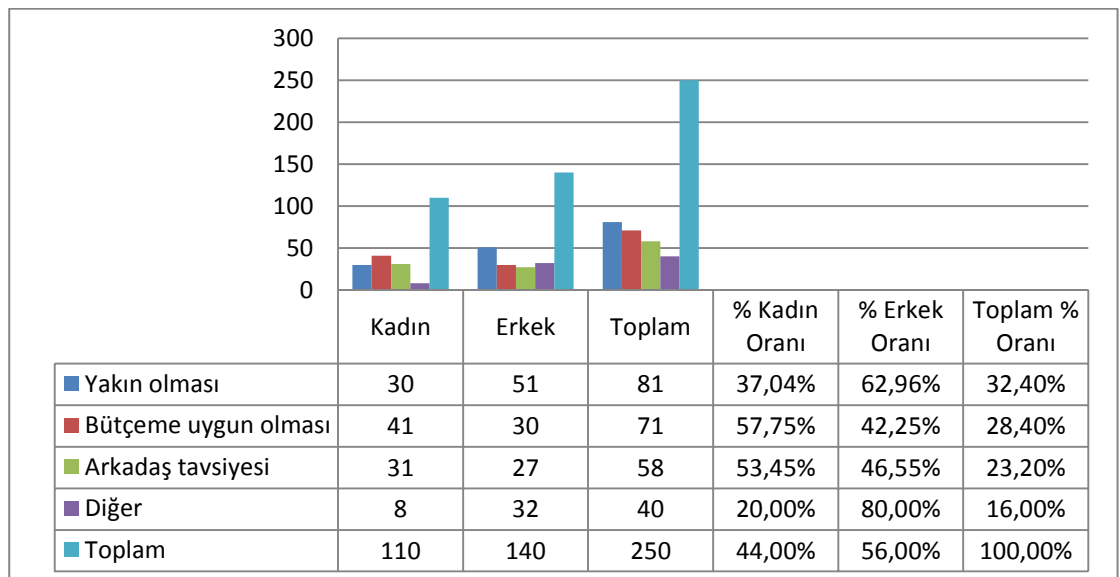
Tablo 2.32: Spora Katılan Bireylerin Diğer Boş Zaman Etkinliklerinden Yeterince Yararlanıp Yararlanamadığı



2.6.5.12. Spor Merkezi Tercihinin Sebebi

Tablo 2.33'te ankete katılan Swedish Sports Club üyelerinin bu spor merkezini tercih etmesinin nedenlerinin dağılımı görülmektedir. Buna göre, %32,40'ı yakın olması, %28,40'ı bütçesine uygun olması, %23,20'si arkadaş tavsiyesi, %16'sı diğer nedenlerle bu spor merkezini tercih etmektedirler. Yapılan ankete göre bireylerin bu spor merkezinde spor yapmasının ilk ana sebebi yakın olması sonrasında ise bütçesine uygun olmasından kaynaklandığı söylenebilir.

Tablo 2.33: Spor Merkezlerine Katılan Bireylerin Bu Spor Merkezinde Spor Yapmasının Nedenleri



3.SONUÇ

Zaman kıt bir kaynaktır. Bireyler kıt olan zamanlarını en iyi biçimde değerlendirmek istemektedirler. Bu sebeple bireyler, Türkiye şartlarında iş-ev-okul temposunda kısıtlı zamanlarında spor yapmaktadırlar.

Bireylerin sahip oldukları sosyo-ekonomik yapı, yaşam tarzlarını büyük ölçüde etkilemektedir. Bu da bireylerin boş zamanlarını değerlendirmesi için bir fırsat yaratmaktadır. Bu amaçla farklı meslek gruplarına sahip bireyler sağlığına ve geleceğine yatırım yapmakta ve ekonomik imkânlarının elverdiği ölçüde spor merkezlerine yönelmektedirler.

İnsanların kişiliklerini, ilgi alanlarını, beceri ve kabiliyetlerini, kültürel ve sanatsal etkinliklerle, fiziksel hareketlilikle, sporla ve sosyal etkileşimle geliştirdiği görülmektedir. Bu etkinlikler aynı zamanda kişilerin sağlığına, formda kalmasına, daha iyi görünmesine ve sosyal çevre edinmesine katkıda bulunmaktadır. Genç ve orta yaş nüfusun yaşam kalitesini arttırabilmek ve daha sağlıklı yaşamak için, 50 yaş üstü nüfus aralığının da sağlığını koruyabilmek için spor yaptıkları görülmektedir.

Spor bilincine sahip olan, ailesi tarafından teşvik edilen, sporu yaşam tarzı haline getiren bireyler genel olarak evinde spor malzemesi bulundurmaktadır. Spor malzemelerini evlerinde bulundurmasına rağmen spor merkezlerini tercih etmesinin altında yatan neden profesyonel bir destek almak istemiş olmalarıdır. Bunun yanı sıra spor merkezinde bulunan açık havuz, sauna, jakuzi, buhar odası, tenis kortu gibi aktiviteler de bireyi, hem bireysel spor hem de takım sporu açısından spor merkezine teşvik etmektedir.

Spor merkezlerine katılım gerçekleştiren bireyler, bütçesine uygun olduğu ve uzun süredir aynı adreste ve tesise yakın ikamet ettikleri için bu spor

merkezlerinde spor yapmaktadırlar. Özellikle çocuklu ailelerin spor yapmasında, hem tesis yakınlığı hem de tesiste çocuk bakımı ünitesinin olması en önemli etkidir.

Bireyler yıllık ortalama olarak 24.000TL üstü gelir elde etmektedir. Bu da üst tabaka insanların spor merkezinden daha fazla yararlandığını göstermektedir. Gelirle doğru orantılı olarak spor merkezlerine yıllık ortalama 1.000TL ile 2.000TL arası bütçe ayırmaktadırlar. Spora ayrılan bu bütçe, bir yıllık üyelik kapsamındadır. Genelde bir yıllık üyelik tercih sebebidir. Çünkü çok kısa vadeli bir üyelik yaptırmak hem yoğun bir ortamın hem de kalitesiz bir hizmetin habercisidir. Ayrıca çok kısa vadeli yapılan bir üyeliğin bireye hiçbir katkısı olmayacaktır. Spor, ne kadar uzun vadeye yayılırsa insanların kaliteli hizmet almaları ve istediği verime ulaşmaları kolaylaşır. Çok uzun vadeli bir üyelik de, taşınma, iş değişikliği vs. göz önünde bulundurulduğu için çok fazla tercih edilmemektedir. Ayrıca spor merkezine katılan bireyler genel olarak ya kredi kartını taksitlendirip aylık çok cüzî tutarlar ödeyerek bütçelerini sarsmadan ya da nakit avantajından yararlanıp baştan topluca ödeyerek üyelik gerçekleştirmişlerdir.

Spor merkezine katılım gösteren bireylerin genel olarak herhangi bir sağlık problemi olmadığı ve yaklaşık olarak bireylerin yarısının günlük ortalama sigara tükettiği görülmektedir. Yine bütçeyle bir kıyaslama yaptığımızda sigara kullanan bireyler neredeyse spor merkezine üye olurken ödedikleri bedel kadar yıllık ortalama bütçe sigaraya ayırmaktadırlar.

Sağlıksız ve düzensiz beslenen bireyler genel olarak kilo problemi yaşamaktadırlar. Bireyler, kilo probleminin daha sonraki yaşantısında sağlığını tehdit edecek bir unsur oluşmasını engellemek amacıyla spor yapmaktadırlar. Kilo problemi olmayan bireyler ise formda kalmayı amaçladıkları için spor yapmaktadırlar.

Aile unsurunun çok önemli bir etken olduğu görülmektedir. Çünkü ailesi tarafından spora teşvik edilen bireyler çocukluktan itibaren spor bilincine sahiptir. Bu bireyler, sporu yaşam tarzı haline getirip yıllardır sporun içinde olan ve bundan dolayı da daha genç, daha pozitif, daha hayat dolu, daha enerjik, spora yatırım yaparak aslında geleceğine yatırım yapan ve sürekli kendini yenileyen bireylerdir. Aynı zamanda bu bireyler uzun süredir sporla iç içe olduklarından herhangi bir sağlık problemi yaşamayıp sağlıklı yaşamının anahtarına sahip olan bireylerdir.

Sonuç olarak şunu söylemek gerekirse; spor merkezlerinin olumlu katkısı bulunmaktadır. Dünyada yaklaşık olarak 70 milyar dolar olan fitness sektörü Türkiye’de 350 milyon dolara ulaşmıştır. ABD’de ise bu oran 26.208 milyar dolar cirodur. Türkiye’de spor yapmak için bir kulübe üye olan kişi sayısı 420 bindir. Her geçen gün bu sayı bireylerin spor bilincine sahip olmasıyla daha da artmaktadır. Spor merkezlerine katılımın daha da fazlaşması için daha fazla bütçeden pay ayrılıp spor merkezleri sayısı arttırılmalı ve bireylerin sporu alışkanlık haline getirmeleri sağlanmalıdır.

KAYNAKLAR

- Abay, M. (2000). Zamanı Değerlendirmek. İstanbul: Babıali Kültür Yayınları.
- Addington, Ö. E. (1993). % 100 Düşünce Gücü. İstanbul: Akaşa Yayınları.
- Altıntaş, A. & Aşçı, F.H. (2005). Fitnes Uzmanlarının Bedenlerine Yönelik Algıları. Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 3(3). 2005 <http://dergiler.ankara.edu.tr/dergiler/17/880/11119.pdf>
- Amman, M.T. (2005). Kadın ve Spor. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- Aşçı, H., Doğu, G., Yaman, H., Mirzeoğlu, N., Çelebi, M., Kirazcı, S., ve ark & Mirzeoğlu, N. (Ed.). (2011). Spor Bilimlerine Giriş. Ankara: Spor Yayınevi.
- Atasoy, B. & Kuter, F.Ö. (2005). Küreselleşme ve Spor. Eğitim Fakültesi Dergisi, 18(1). ss 11-22 2005 [http://ucmaz.home.uludag.edu.tr/PDF/egitim/htmpdf/2005-18\(1\)/MAK-2.pdf](http://ucmaz.home.uludag.edu.tr/PDF/egitim/htmpdf/2005-18(1)/MAK-2.pdf)
- Avcıkurt, C., İlban, M.O. & Özcan, K. (2004). Yerel Halkın Boş Zaman ve Rekreasyon Faaliyetleri Üzerine Bir Araştırma: Nevşehir Örneği. Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 6(22). 2004 http://uvt.ulakbim.gov.tr/uvt/index.php?cwid=9&vtadi=TSOS&ano=53321_bf0b47dd35ba49b64bc899c2114852e8
- Aytaç, Ö. (2002). Boş Zaman Üzerine Kavramsal Yaklaşımlar. Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 12 (1). 2002. <http://web.firat.edu.tr/sosyalbil/dergi/arsiv/cilt12/sayi1/231-260.pdf>
- Balcıoğlu, İ. (2003). Sporun Sosyolojisi ve Psikolojisi. İstanbul: Bilge Yayınları.
- Bayraktar, C. (2003). Sosyal Yapı Özelliklerinin Spora Etkisi. Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 17(1). 2003 [http://ucmaz.home.uludag.edu.tr/PDF/egitim/htmpdf/2003-16\(1\)/MK-3.pdf](http://ucmaz.home.uludag.edu.tr/PDF/egitim/htmpdf/2003-16(1)/MK-3.pdf)
- Bilhan, D. Ş. (2007). 19. Yüzyıl Avrupa Resminde Zaman Kavramının Anlamsal Değişimi. Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 20 (1), 2007 [http://ucmaz.home.uludag.edu.tr/PDF/egitim/htmpdf/2007-20\(1\)/M2.pdf](http://ucmaz.home.uludag.edu.tr/PDF/egitim/htmpdf/2007-20(1)/M2.pdf)
- Bingöl, A. & Doğan, A.A. (2010). Spor Merkezlerine Devam Eden Bireylerin Spordan ve Spor Merkezlerinden Beklentilerinin Karşılama Düzeyi.

Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi, 12 (3). 2010
http://www.arastirmax.com/bilimsel_yayin/20631/12/3/199-203_spor-merkezlerini-devam-eden-bireylerin-spordan-spor

Boz, M. (1990). Boş Zamanın Ekonomik Olarak Hesaplanması ve Refaha Katkısı. Ankara: Sosyal Planlama Başkanlığı.

Ceyhun, S. (2008). Spor Tesislerinin Rekreatif Açından Kullanımı. Kastamonu Eğitim Dergisi, 16(1). 2008 http://www.kefdergi.com/pdf/16_1/325.pdf

Demir, C. & Demir, N. (2006). Bireylerin Boş Zaman Faaliyetlerine Katılmalarını Etkileyen Faktörler İle Cinsiyet Arasındaki İlişki: Lisans Öğrencilerine Yönelik Bir Uygulama. Ege Akademik Dergisi, 6(1). 2006 http://www.arastirmax.com/bilimsel_yayin/2054/6/1/36-48_bireylerin-boş-zaman-faaliyetlerini-katilmalarini-etkileyen-faktörler

Demir, M. & Filiz, K. (2004). Spor Egzersizlerinin İnsan Organizması Üzerindeki Etkileri. Gazi Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi, 5(2)ss 109-114. 2004 http://kefad.ahievran.edu.tr/archieve/pdfler/Cilt5Sayi2/JKEF_5_2_2004_109_114.pdf

Demirci Orel, F. & Yavuz, M.C. (2003). Rekreasyonel Turizmde Müşteri Potansiyelinin Belirlenmesine Yönelik Bir Pilot Çalışma. Enstitü Dergisi, 11 (11). 2003 http://www.fatmaorel.net/makaleler/rekreasyonel_turizm.pdf

Demirhan, G. (2006). Spor Eğitiminin Temelleri. Ankara: Spor Yayınevi ve Kitabevi- Bağırhan Yayımevi.

Devecioğlu, S. (2007). Sporun Ekonomik Boyutu Açısından Futbol Sektörü. Futbol Ekonomisi Stratejik Araştırma Merkezi. 25 Mayıs 2007 http://perweb.firat.edu.tr/personel/yayinlar/fua_9/9_31998.pdf

Devecioğlu, S. & Sarıkaya, M. (2006). Sporcu Öğrencilerin Sosyo-Ekonomik Değişkenler Işığında Profillerinin Belirlenmesi. Sosyal Bilimler Dergisi, 16(2). 2006 <http://web.firat.edu.tr/sosyalbil/dergi/arsiv/cilt16/sayi2/301-314.pdf>

Doğan, O. (2004). Spor Psikolojisi. Sivas: Cumhuriyet Üniversitesi Yayınları.

Duman, S., Lök, S., Şirin, E.F. & Fişekçioğlu, İ.B. (2010). Spora Katılan Çocuklara Yönelik Ailelerin Psikolojik Kazanımları. Selçuk Üniversitesi beden eğitimi ve spor bilim dergisi, 12(3). ss 204-208. 2010 http://arastirmax.com/bilimsel_yayin/20631/3/12/204-208_spora-katilan-cocuklara-yönelik-ailelerin-psikolojik-kazanımları

- Ekenci, G. & İmamoğlu, A.F. (1998). Spor İşletmeciliği. Ankara: Alf Ofset Matbaacılık Ltd.
- Erden, S. & Oğuz, H. (2009). Bursa İlinde Farklı Sosyo-Ekonomik Düzeye Sahip Aile Çocuklarının Fiziksel Performans Özelliklerinin İncelenmesi. Eğitim Fakültesi Dergisi, 22(1). 2009
[http://ucmaz.home.uludag.edu.tr/PDF/egitim/htmpdf/2009-22\(1\)/M16.pdf](http://ucmaz.home.uludag.edu.tr/PDF/egitim/htmpdf/2009-22(1)/M16.pdf)
- Ergin, G. (1974). Boş Zamanları Değerlendirme Eğitimi ve Planlaması: Çalışma Dışı Zamanın Planlanması Semineri. Ankara: O.D.T.Ü. Yayınları.
- Erkal, M.E. (1986). Sosyolojik Açından Spor. Ankara: Milli Eğitim Basımevi.
- Erkan, N. (1982). Yaşam Boyu Spor. Ankara: Altın Kitaplar Yayınevi.
- Filiz, K. & Pepe, K. (2005). Burdur İlinde Spora Katılımın Sosyo Ekonomik Boyutunun Araştırılması. I. Burdur Sempozyumu, Cilt 9. 2005
<http://sempozyum.mehmetakif.edu.tr/1burdursempozyumu/cilt9/9.13.pdf>
- Fişek, K. (2003). Sporun Anatomisi. İstanbul: YGS Yayınları.
- Gökmen, H., Açıkalın, A. & Koyuncu, N. (1985). Yüksek Öğrenim Öğrencilerinin Serbest Zaman Etkinlikleri Kendilerini Gerçekleştirme Düzeyleri. Ankara: MEGSB Yayınları.
- Gül, G.K. (2011). Çocuklar ve Spor. Ankara: Spor Yayınevi ve Kitabevi.
- Güngör, I. (2011). Kant: Zaman Zıvanasından Çıkarken Ben Başkası Olur. Felsefe ve Sosyal Bilimler Dergisi, Sayı (11)ss 155-170. 2011
<http://www.flssdergisi.com/sayi11/155-170.pdf>
- Hacıoğlu, N., Gökdeniz, A., Dinç, Y. & Gökdeniz, A. (Ed.). (2003). Boş Zaman & Rekreasyon Yönetimi. Ankara: Detay Yayıncılık.
- Hazar, A. (1999). Turizm İşletmelerinde Animasyon: Rekreasyon, Animasyon Teorisi ve Uygulamalı Animasyon Etkinlikleri. Ankara: Detay Yayıncılık.
- Hazar, A. (2003). Rekreasyon ve Animasyon. Ankara: Detay Yayıncılık.
- Hazar, A. (2009). Rekreasyon ve Animasyon. Ankara: Detay Yayıncılık.
- İkizler, H. C. (2000). Sporda Sosyal Bilimler. Bursa: Alfa Yayınları.
- Karaküçük, S. (1997). Rekreasyon. Ankara: Seren Ofset Yayınevi.

- Kılbaş, Ş. (2001). *Rekreasyon: Boş Zamanı Değerlendirme*. İstanbul: Anaca Yayınları.
- Kır, İ. (2007). Yüksek Öğretim Gençliğinin Boş Zaman Etkinlikleri: KSÜ Örneği. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 17 (2). 2007 <http://web.firat.edu.tr/sosyalbil/dergi/arsiv/cilt17/sayi2/307-328.pdf>
- Koca, C. & Bulgu, N. (2005). Spor ve Toplumsal Cinsiyet: Genel Bir Bakış. *Toplum ve Bilim Dergisi*, sayı 103. ss. 163-184. 2005 <http://www.birikimdergisi.com/birikim/toplumbilim.aspx?did=3&dsid=277>
- Koç, S. (2005). *Beden Eğitimi ve Sporda Beceri Gelişimi*. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- Koçan, N. (2007). Geleneksel Sporlarımızdan Ciritin Rekreasyon Amacı İle Günümüze Uyarlanması. *Spor Yönetimi ve Bilgi Teknolojileri Dergisi*, 2 (1). 2007 <http://www.sporyonetimi.com/dergi.asp?cilt=41&sayi=58&id=46&ref=05&con=d/b>
- Kuter, M. & Öztürk, F. (2003). Sporun Toplumsal Boyutu. *Spor Kültürü Dergisi*, 2003 <http://www.sporbilim.com>
- Küçük, V. & Koç, H. (2003). Psiko-Sosyal Gelişim Süreci İçerisinde İnsan ve Spor İlişkisi. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, Sayı:9 Aralık 2003 <http://sbe.dumlupinar.edu.tr/9/211.pdf>
- Lakain, A. (1997). *Zaman Hayattır: Zamanınızı ve Hayatınızı Kontrol Altına Almanın Yöntemleri*. İstanbul: Rota Yayın Tanıtım.
- Mansuroğlu, S. (2002). Akdeniz Üniversitesi Öğrencilerinin Serbest Zaman Özellikleri ve Dış Mekan Rekreasyon Eğilimlerinin Belirlenmesi. *Akdeniz Üniversitesi Ziraat Fakültesi Dergisi*, 15 (2). 2002 http://ziraatdergi.akdeniz.edu.tr/_dinamik/144/318.pdf
- Mutlu, İ. (2008). Egzersiz Yapan Kişilerin Boş Zamanlarına Yönelik Tutumları Üzerine Bir Araştırma (Kayseri İli Örneği). *Niğde Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı*. 2008
- Mutlu, İ., Yılmaz, B., Güngörmüş, A., Sevindi, T. & Gürbüz, B. (2011). Bireyleri Rekreasyonel Amaçlı Egzersize Motive Eden Faktörlerin Çeşitli Değişkenlere Göre Karşılaştırılması. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 13(1). 2011 http://www.arastirmax.com/en/system/files/dergiler/20631/makaleler/1/13/arastirmax_3764_pp_54-61.pdf

- Ordu Gökçaya, N.K. (2009). Yaşlılık Döneminde Egzersiz: Ne Çok Az, Ne de Çok Fazla. Türk Fiz Tıp RehabDerg, 55(2). 2009
<http://www.geriatri.org.tr/SempozyumKitap2011/10.pdf>
- Öcal, K. (2012). Ölçek Geliştirme: Serbest Zaman Fiziksel Aktivite Kısıtlayıcıları (SZFA-K). Spor Bilimleri Dergisi, 23(2). 2012
http://www.sbd.hacettepe.edu.tr/fulltext/2012_2_2.pdf
- Özdiñç, Ö. (2005). Çukurova Üniversitesi Öğrencilerinin Sporun ve Spora Katılımın Sosyalleşmeyle İlişkisi Üzerine Görüşleri. Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 3(2). 2005
<http://dergiler.ankara.edu.tr/dergiler/17/879/11116.pdf>
- Özer, K. (2006). Fiziksel Uygunluk. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Öztürk, M., Avcı, S. & Ataman, H. B. (2003). İstanbul Üniversitesi Öğretim Elemanlarının Unvanlarına ve Meslek Gruplarına Göre Fiziksel Aktivite Düzeylerinin İncelenmesi. İstanbul Üniversitesi Spor Bilim Dergisi, 11(3). 2003 http://besyo.istanbul.edu.tr/leafs.php?leafs_id=77
- Öztürk, Y. & Yazıcıoğlu, İ. (2002). Gelişmekte Olan Ülkeler İçin Alternatif Turizm Faaliyetleri Üzerine Teorik Bir Çalışma. Gazi Üniversitesi Ticaret ve Turizm Eğitim Fakültesi Dergisi, Sayı 2. 2002
<http://www.ttefdergi.gazi.edu.tr/makaleler/2002/Sayi2/183-195.pdf>
- Pepe, K. & Can, S. (2003). Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenlerinin Boş Zaman Etkinlikleri Hakkında Görüşleri ve Katılım Düzeyleri. Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 5 (3). 2003 <http://e-dergi.atauni.edu.tr/index.php/besyo/article/download/801/800>
- Ramazanoğlu, F. & Ramazanoğlu, N. (2000). Spor Tesislerinin Planlandırılması ve İşletmesi. Spor Araştırmaları Dergisi, 4(3). 2000
https://dosya.sakarya.edu.tr/Dokumanlar/2013/040/450666060_sp.tes..pdf
- Sabbağ, Ç. & Aksoy, E. (2011). Üniversite Öğrencileri Ve Çalışanların Boş Zaman Etkinlikleri: Adıyaman Örneği. Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, Yıl 3, Sayı 4. 2011
<http://edergi.mehmetakif.edu.tr/index.php/sobed/article/viewFile/302/220>
- Saygın, Ö. (2012). Çocukların Fiziksel Aktivite Düzeyleri ve Vücut Kompozisyonlarının Belirlenmesi. Muğla: Muğla Üniversitesi Yayınları.
- Scoot, M. (1997). Zaman Yönetimi. İstanbul: Rota Yayınları.
- Solmaz, B. & Aydın, B.O. (2012). Popüler Kültür ve Spor Merkezlerine Yönelik Bir Araştırma. Gümüşhane Üniversitesi İletişim Fakültesi Elektronik Dergisi, 1 (4). 2012

http://www.gumushane.edu.tr/media/uploads/egifder/articles/4.5_makale_1.pdf

Sporbilim.com www.sporbilim.com/sayfa.asp?mdl=haber¶m=62

Şahin, H.M. (2005). *Beden Eğitimi ve Spor Sözlüğü*. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.

Şimşek, M.Ş. (2002). *Yönetim ve Organizasyon*. Konya: Günay Ofset.

Tel, M. & Köksalan, B. (2008). Öğretim Üyelerinin Spor Etkinliklerinin Sosyolojik Olarak İncelenmesi Doğu Anadolu Örneği. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 18(1), 2008
<http://web.firat.edu.tr/sosyalbil/dergi/arsiv/cilt18/sayi1/261-278.pdf>

Tezcan, M. (1977). *Boş Zamanlar Sosyolojisi*. Ankara: Doğan Matbaası.

Tezcan, M. (1993). *Boş Zamanlar Sosyolojisi*. Ankara: Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Yayınları.

Tezcan, M. (1994). *Boş Zamanların Değerlendirilmesi Sosyolojisi*. Ankara: Atilla Kitapevi.

Tükenmez, M. (2003). *Medya ve Spor*. İstanbul: Etikus Yayınları.

Tükenmez, M. (2011). *Toplumbilim ve Spor*. İstanbul: Kaynak Yayınları.

Ünsal, B. & Ramazanoğlu, F. (2013). Spor Medyasının Toplum Üzerindeki Sosyolojik Etkisi. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 2(1), 2013
http://www.jret.org/FileUpload/ks281142/File/04a2.bahar_unsal.pdf

Üstünova, K. (2005). Türkçede Zaman Kavramı ve İşlenişi. *Uludağ Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, (9), 2005
http://turkoloji.cu.edu.tr/DILBILIM/kerime_ustunova_turkcede_zaman_kavrami.pdf

Voigt, D. (1998). *Spor Sosyolojisi*. Ankara: Alkım Yayımevi.

Yaka, A. (1991). Eğitimde “Bütünlük” Kavramı Açısından Okullarda Beden Eğitiminin Yeri ve Önemi. 1. Eğitim Kurumlarında Beden Eğitimi ve Spor Sempozyumu. İzmir: Milli Eğitim Bakanlığı Okul İçi Beden Eğitimi Spor ve İzcilik Dairesi Başkanlığı, Milli Eğitim Basımevi.

Yardımcı, İ. (2010). Mizah Kavramı ve Sanattaki Yeri. *Uşak Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 3(2), 2010
http://sosyaldergi.usak.edu.tr/Makaleler/162519123_201002makale1.pdf

- Yeniçeri, M., Coşkun, B. & Özkan, H. (2002). Muğla İl Merkezindeki Memurların Boş Zaman Değerlendirme Eğilimlerinin Belirlenmesi Üzerine Bir Araştırma. Muğla Üniversitesi SBE Dergisi, Sayı 7. 2002 <http://www.sbed.mu.edu.tr/index.php/asd/article/view/93/98>
- Yetim, A.A. (2005). Sosyoloji ve Spor. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- Yıldız, S. M. (2009). Spor Ve Fiziksel Etkinlik Hizmetleri: Geniş Bir Sınıflama. Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 12(22). 2009 <http://sbe.balikesir.edu.tr/dergi/edergi/c12s22/makale/c12s22m1.pdf>
- Yılmaz, A. & Aslan, S. (2002). Örgütsel Zaman Yönetimi. C. Ü. İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi, 3(1). 2002 http://www.arastirmax.com/system/files/dergiler/.../arastirmax_1924_pp_25-46.pdf
- Yücel, M. (2004). Gelişim ve Öğrenmenin Spor Kültürünün Oluşmasına Etkisi. Doğu Anadolu Bölgesi Araştırma Dergisi, 2(3). 2004
- Yüksek, S. & Cicioğlu, İ. (2005). 65-75 Yaş Arasındaki Sağlıklı Bayanların Fiziksel Uygunluk Düzeylerinin Belirlenmesi. Türk Geriatri Dergisi, 8(1). ss 25-33. 2005 http://geriatri.dergisi.org/pdf/pdf_TJG_249.pdf
- Zorba, E. (2004). Yaşamboyu Spor. İstanbul: Marmara Yayınları.
- Zorba, E., İkizler, H.C., Tekin, A., Miçoğullar, O. & Zorba, E. (2005). Herkes İçin Spor. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- Zorba, E. (2008). Yaşam ve Egzersiz. Gazi Haber Dergisi, 03.11.2010 http://www.erdalzorba.com/resimler/dosyalar/46_03-11_2010-sporla_aktif.pdf

EK:

Sayın Swedish Sports Club üyeleri yapılan bu anket çalışması spor merkezine katılımı etkileyen sosyo-ekonomik faktörler ve eğitim düzeyini belirlemek amacıyla hazırlanmış olup yüksek lisans tezinde kullanılacaktır.

Katılımınız için teşekkürler.

1) Tanımlayıcı Faktörler

Cinsiyetiniz? :

Kadın() Erkek()

Yaşınız? :

16-30() 31-50() 50 yaş üstü()

Medeni Durumunuz? :

Evli () Bekâr()

Doğum Yeriniz?:

İstanbul () Ankara () Kocaeli () Diğer ()

Eğitim Durumunuz?:

0-8 yıl() 8-12 yıl ()12-16yıl () 16 yıl üstü ()

2) Demografik ve Sosyal Faktörler

Ailenizle mi yaşıyorsunuz? : Evet () Hayır ()

Ailenizle yaşıyorsanız evinizdeki mevcut birey sayısı kaçtır?

2 () 3 () 4 () 4 üstü ()

Evinizde 18 yaş altında çocuk var mı?

Evet () Hayır ()

Tesise yakın mı ikamet ediyorsunuz?

Evet () Hayır ()

Şu andaki adresinizde kaç yıldır ikamet etmektesiniz?

1 yıldan az () 1 yıl- 5 yıl () 5 yıl-10 yıl () 10 yıl-20 yıl () 20 yıldan fazla ()

3) Ekonomik Faktörler

Hangi meslekle uğraşıyorsunuz?

Yıllık ortalama geliriniz ne kadardır?

12.000den az () 12.000-18.000 () 18.000-24.000 () 24.000 üstü ()

Sosyal Güvenceniz nedir?

SGK () Özel sigorta () Bağkur () Diğer ()

Üyelik gerçekleştirirken ne kadar ödeme yaptınız?

1.000TL den az () 1.000TL-2000TLarası () 2.000TL-5.000TL ()

5.000TL den fazla ()

Üyelik gerçekleştirirken ödemeyi nasıl yaptınız?

Nakit () Kredi kartı tek çekim () Kredi kartı taksit () Çek ()

Ne kadar süreliğine sözleşme yaptınız?

6 ay () 1 yıl () 2 yıl () 5 yıl ()

Sigara kullanıyorsanız sigaraya yıllık ne kadar bütçe ayırıyorsunuz?

1000TL den az () 1000TL-2000TL arası () 2.000TL-5.000TL ()

5.000TL den fazla

4) Sağlık

Düzenli ve dengeli besleniyor musunuz?

Evet () Hayır ()

Herhangi bir sağlık probleminiz var mı?

Fıtık () Diyabet () Kolesterol ()Diğer ()

Sigara kullanıyor musunuz?

Evet () Hayır ()

Sigara kullanıyorsanız günde ne sıklıkla kullanıyorsunuz?

İki günde bir paket () Günde bir paket () Günde iki paket () Diğer ()

Spor yapmanıza engel bir rahatsızlığınız var mı?

Evet () Hayır ()

Kilo probleminiz olduğunu düşünüyor musunuz?

Evet () Hayır ()

Sizce kilo probleminiz nasıl başladı?

Sağlıksız ve düzensiz beslenme () Doğum sonrası verilmeyen kilolar ()

Hareketsiz yaşam () Aşırı yemek ()

5) Psiko- Sosyal Faktörler

Spor yapmanızın size yararı ne olacak?(Önem sırasına göre derecelendiriniz)

Sağlıklı yaşam () Sosyal çevre () Daha iyi bir görünüm () Kaliteli yaşam

Ailede sporla uğraşan var mı?

Evet () Hayır ()

Ailenizden veya çevrenizden destek gördünüz mü?

Evet () Hayır ()

Evde spor malzemeleriniz var mı?

Evet () Hayır ()

Evde hangi tür spor malzemeleriniz var?

Koşu bandı () Bisiklet () Kondisyon () Diğer ()

Takım sporu mu yoksa bireysel sporu mu tercih edersiniz?

Takım sporu () Bireysel spor ()

Daha önce aktif bir sporla uğraştınız mı?

Evet () Hayır ()

Ne zamandan beri sporla ilgileniyorsunuz?

1 ay- 6 ay () 6 ay-1 yıl () 1 yıl- 5 yıl () 5 yıl üstü ()

Şu an başka sporla daha ilgileniyor musunuz?

Evet () Hayır ()

Günde ortalama olarak ne kadar boş zamanınız oluyor?

Hiç boş zamanım olmuyor () 1 saat () 1-3 saat () 3 saat üstü ()

Boş zaman etkinliklerine yeterince katıldığınıza inanıyor musunuz?

Evet () Hayır ()

Bu spor merkezini tercih etme sebebiniz nedir?

Yakın olması () Bütçeme uygun olması () Arkadaş tavsiyesi () Diğer ()

ÖZGEÇMİŞ

23.05.1986 tarihinde İstanbul'da doğdu. İlk ve orta öğrenimini 100.Yıl Ali Rıza Efendi İlköğretim Okulu'nda tamamladı. 2003 yılında Kartal Lisesi'nden mezun oldu. 2006 yılında Zonguldak Karaelmas Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi İktisat Anabilim Dalını kazandı. 2010 yılında başarıyla okulunu tamamladı. 2011'den bu yana Swedish Sports Clup'ta Satış Danışmanı olarak görev yapmakta. Halen Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İktisat Anabilim Dalında öğrenciliği devam etmektedir.