T.C.
TRAKYA ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
REKREASYON YÖNETİMİ ANABİLİM DALI
YÜKSEK LİSANS TEZİ

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN REKREATİF FAALİYETLERE KATILIMLARININ VE MOTİVASYONLARININ AKADEMİK BAŞARI DÜZEYLERİNE ETKİSİ

MUSTAFA GÖKSU

TEZ DANIŞMANI

DR. ÖĞR. ÜYESİ FİLİZ TUNA

EDİRNE 2019

T.C.

TRAKYA ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

REKREASYON YÖNETİMİ ANABİLİM DALI

.....PROGRAMI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Mustafa Göksu tarafından hazırlanan Üniversite Öğrencilerinin Rekreatif Faaliyetlere Katılımlarının ve Motivasyonlarının Akademik Başarı Düzeyine Etkisi Konulu **Yüksek Lisans** tezinin Sınavı, Trakya Üniversitesi Lisansüstü Eğitim-Öğretim Yönetmeliği'nin 9.-10. maddeleri uyarınca 14/06/2019 Cuma günü saat 13.30 'da yapılmış olup, yüksek lisans tezinin *Kabul Edilmesine **OYBİRLİĞİ/OYÇOKLUĞU** ile karar verilmiştir.

JÜRİ ÜYELERİ	KANAAT	İMZA
Doç. Dr. İsa SAĞLOĞLU	Kabul	
Dr. Öğr. Üyesi Filiz ÖNAL	Kabul	
Dr. Öğr. Üyesi Bülent KILIÇ	Kabul	

* Jüri üyelerinin, tezle ilgili kanaat açıklaması kısmında "Kabul Edilmesine/Reddine" seçeneklerinden birini tercih etmeleri gerekir.

T.C
YÜKSEKÖĞRETİM KURULU
ULUSAL TEZ MERKEZİ

TEZ VERİ GİRİŞ FORMU

Referans No	10264047
Yazar Adı / Soyadı	MUSTAFA GÖKSU
T.C.Kimlik No	20999647208
Telefon	5444509058
E-Posta	goksu_9058@hotmail.com
Tezin Dili	Türkçe
Tezin Özgün Adı	Üniversite öğrencilerinin rekreatif faaliyetlere katılımlarının ve motivasyonlarının akademik başarı düzeylerine etkisi
Tezin Tercümesi	The effect of university students' participation in recreational activities and motivations on academic achievement levels
Konu	Spor = Sports ; Eğitim ve Öğretim = Education and Training
Üniversite	Trakya Üniversitesi
Enstitü / Hastane	Sosyal Bilimler Enstitüsü
Anabilim Dalı	Rekreasyon Yönetimi Anabilim Dalı
Bilim Dalı	
Tez Türü	Yüksek Lisans
Yılı	2019
Sayfa	85
Tez Danışmanları	DR. ÖĞR. ÜYESİ FİLİZ TUNA
Dizin Terimleri	Rekreasyon=Recreation ; Akademik başarı=Academic achievement ; Boş zamanları değerlendirme=Leisure activities
Önerilen Dizin Terimleri	

04.07.2019

İmza:.....

Tezin Adı: Üniversite Öğrencilerinin Rekreatif Faaliyetlere Katılımlarının ve Motivasyonlarının Akademik Başarı Düzeylerine Etkisi

Hazırlayan: Mustafa GÖKSU

ÖZET

Bu çalışmanın amacı üniversite öğrencilerinin rekreatif faaliyetlere katılımlarının ve motivasyonlarının akademik başarı düzeylerine olan etkisini araştırmaktır. Araştırmanın evreni belirlenirken rekreasyonun eğitim öğretim hayatındaki önemi göz önünde bulundurularak, geleceğin öğretmen adaylarının bulunduğu Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi tercih edildi. Örneklem de bu evren içinden rastgele seçilmiş 414 öğrenciden oluşturuldu. Ayrıca özel yetenek sınavı ile girilen bölümlerde okuyan öğrenciler, araştırmanın objektifliğine zarar verebilme ihtimalinden dolayı çalışmaya dâhil edilmedi.

Nicel araştırma yönteminin betimsel ve tarama modeline göre yapılan bu çalışmada veri toplama yöntemi olarak anket kullanıldı. Anketin birinci kısmında demografik bilgiler, ikinci kısmında Mutlu (2008) tarafından Türkçeye çevrilen "Boş Zaman Motivasyon Ölçeği" ve üçüncü kısmında Akgül ve Gürbüz (2010) tarafından Türkçe uyarlanan "Boş Zaman Tutum Ölçeği" kullanıldı. Toplanan veriler SPSS programı ile analiz edildi. Elde ettiğimiz bulgularda boş zamanlarını etkili kullandıklarını düşünenlerin daha yüksek not ortalamalarına sahip oldukları belirlendi ($p<0.05$). Ayrıca rekreatif faaliyetlere katılan bireylerin daha yüksek akademik not ortalamalarına ve daha yüksek ölçek puanlarına sahip olduğu belirlendi ($p<0.05$). Bununla birlikte faaliyetlere 1-2 saat arası ve 3-4 saat arası katılım gösterenlerin de daha yüksek not ortalamalarına sahip oldukları saptandı ($p<0.05$). Sonuç olarak, üniversite öğrencilerinin günlük 4 saate kadar rekreatif faaliyetlere katılımlarının akademik başarılarına olumlu etki edebileceği söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Boş zaman, Rekreasyon, Motivasyon, Akademik başarı

Name of the Thesis: The Effect of University Students' Participation in Recreational Activities and Motivations on Academic Achievement Levels

Prepared by: Mustafa GÖKSU

ABSTRACT

The aim of this study was to investigate the effects of participation and the motivation of the university students' in recreational activities on academic achievement levels. Considering the importance of recreation in education life while determining the universe of the research, Trakya University Faculty of Education, where future teacher candidates were in, was preferred. The sample was composed of 414 students randomly selected from this universe. In addition, students studying in the departments entered with talent exam were not included in the study because of the possibility of damaging the objectivity of the research.

In this study which was conducted according to descriptive and scanning model of quantitative research method, questionnaire was used as data collection method. In the first part of the questionnaire, the demographic information, in the second part, ''Leisure Time Motivation Scale '' which was translated into Turkish by Mutlu (2008) and in the third part '' Leisure Attitude Scale: LAS '' adapted to Turkish by Akgül and Gürbüz (2010) were used. Data were analyzed by SPSS program. Those who think that they use their leisure time effectively have a higher grade point average ($p<0.05$). Moreover, it was unearthed that individuals who participated in recreational activities had higher academic grade points and higher scale scores ($p<0.05$). And also, it was found that those who participated in the activities between 1-2 hours and 3-4 hours had a higher grade point average ($p<0.05$). As a result, it can be said that university students' participation in recreational activities for up to 4 hours may have a positive effect on their academic achievement.

Key Words: Leisure time, Recreation, Motivation, Academic success

ÖNSÖZ

En az çocuklar kadar büyüklerin de oyuna, yani, zaman zaman, o anda vereceği zevkten başka hiçbir amaç taşımayan eylemlere ihtiyaçları vardır (Russell, 1999).

Öncelikle tez çalışmam sırasında kıymetli bilgi, birikim ve tecrübeleri ile bana yol gösteren çok değerli danışman hocam Dr. Öğr. Üyesi Filiz TUNA'ya sonsuz teşekkür ve saygılarımı sunarım. Ayrıca tez çalışmama başladığım süreçte yoğun programına rağmen desteklerini hiç esirgemeyen Prof. Dr. Hakan TUNA'ya, süreç hakkında kendisinden her zaman bilgi edinebildiğim Doç. Dr. Deniz Mertkan GEZMİŞ'e, veri analizi hususunda kendisinden çok şey öğrendiğim Öğr. Gör. Metin Can KALAYCI'ya ve çalışmamıza katılan tüm öğrenci arkadaşlara teşekkürü bir borç bilirim.

Ayrıca maddi manevi destekleriyle beni hiçbir zaman yalnız bırakmayan aileme, beni bugünlere hazırlayan Kırkpınar BESYO'nun değerli akademik kadrosuna ve üzerimde emeği geçen tüm öğretmenlerime teşekkür ederim.

İÇİNDEKİLER_Toc8863792

ÖZET ..... **I**

ABSTRACT ..... **II**

ÖNSÖZ ..... **III**

İÇİNDEKİLER ..... **IV**

TABLOLAR ..... **VI**

ŞEKİLLER LİSTESİ ..... **VIII**

KISALTMALAR LİSTESİ ..... **IX**

GİRİŞ **1**

BİRİNCİ BÖLÜM

1. BOŞ ZAMAN VE REKREASYON ÜZERİNE GENEL BİR BAKIŞ **3**

1.1. Boş Zaman 3

1.1.1. Boş Zamanın Temel Fonksiyonları 6

1.1.1.1. Dinlenme Fonksiyonu 7

1.1.1.2. Eğlenme Fonksiyonu 8

1.1.1.3. Gelişim Fonksiyonu 9

1.2. Rekreasyon 9

1.2.1. Rekreasyonun Özellikleri 12

1.2.2. Rekreasyonun Sınıflandırılması 13

1.2.2.1. Amaçlarına Göre Rekreasyonun Sınıflandırılması 15

1.2.2.2. Çeşitli Kriterlere Göre Rekreasyonun Sınıflandırılması 16

1.2.3. Rekreasyon İhtiyacı 16

1.2.4. Rekreasyonel Faaliyetlere Katılımın Faydaları 17

1.2.5. Gençlik (Üniversite) ve Rekreasyon 19

1.2.6. Rekresyon Faaliyetleri ve Motivasyon 21

İKİNCİ BÖLÜM

2. MOTİVASYON VE AKADEMİK BAŞARI KAVRAMLARI **23**

2.1. Motivasyon 23

2.1.1. İçsel Motivasyon 24
2.1.2. Dışsal Motivasyon 25
2.1.3. Motivasyonsuzluk 26
2.2. Akademik Başarı 26
2.2.1. Akademik Başarıyı Etkileyen Unsurlar 27

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

3. ARAŞTIRMA YÖNTEMİ 29
3.1. Araştırmanın Amacı ve Önemi 29
3.2. Sayıltılar 29
3.3. Sınırlılıklar 30
3.4. Araştırmanın Hipotezleri 30
3.5. Araştırmanın Yöntemi 30
3.6. Araştırmanın Evren ve Örneklemi 31
3.7. Araştırmada Kullanılan Veri Toplama Araçları 31
3.7.1. Demografik Bilgiler Formu 31
3.7.2. Boş Zaman Tutum Ölçeği 31
3.7.3. Boş Zaman Motivasyon Ölçeği 32
3.8. Verilerin Analizi 33
3.9. Bulgular 33
3.9.1. Katılımcıların Demografik Yapılarına İlişkin Dağılımları 33
3.9.2. Katılımcıların Boş Zaman Tutumu Ölçeği ve Boş Zaman Motivasyonu Ölçeğine Verdikleri Cevaplara İlişkin Dağılımları 37
3.9.3. Katılımcıların Demografik Bilgileri, Boş Zaman Tutumu Ölçeği ve Boş Zaman Motivasyonuna Yönelik Cevaplarının Analizleri 38

TARTIŞMA 53

SONUÇ 58

KAYNAKÇA 59

EKLER 71

TABLOLAR

Tablo 1. Araştırmaya Katılan Üniversite Öğrencilerinin Yaş Dağılımı 33
Tablo 2. Araştırmaya Katılan Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyet Dağılımı 34
Tablo 3. Araştırmaya Katılan Üniversite Öğrencilerinin Barınma Masrafları Hariç Aylık Harcama Dağılımı 34
Tablo 4. Araştırmaya Katılan Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Dağılımı 34
Tablo 5. Araştırmaya Katılan Üniversite Öğrencilerinin Rekreasyon Faaliyetlerine Zaman Ayırma Durumlarının Dağılımı 35
Tablo 6. Araştırmaya Katılan Üniversite Öğrencilerinin Boş Zamanlarının Etkili Kullanılması Hakkındaki Görüşlerinin Dağılımı 35
Tablo 7. Araştırmaya Katılan Üniversite Öğrencilerinin Rekreasyon Etkinliklerine Katılma Durumlarının Dağılımı 36
Tablo 8. Araştırmaya Katılan Üniversite Öğrencilerinin Öncelikli Olarak Katıldıkları Rekreasyon Etkinlikleri Dağılımı 36
Tablo 9. Katılımcıların Araştırmaya Katılmadan Önce Rekreasyon Kavramının Tanımını Hakkında Bilgi Sahibi Olma Durumlarının Dağılımı 36
Tablo 10. Araştırmaya Katılan Üniversite Öğrencilerinin Yaş ve Akademik Not Ortalaması Değerleri 37
Tablo 11. Araştırmaya Katılan Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Motivasyonları ve Boş Zaman Tutumlarının Değerleri 37
Tablo 12. Araştırmaya Katılan Üniversite Cinsiyetlerine Bağlı Olarak Boş Zamanlarını Etkili Kullanmalarına İlişkin Görüşlerinin Dağılımı 38
Tablo 13. Araştırmaya Katılan Üniversite Yaşlarına Bağlı Olarak Boş Zamanlarını Etkili Kullanmalarına İlişkin Görüşlerinin Dağılımı 39
Tablo 14. Araştırmaya Katılan Üniversite Öğrencilerinin Yaşa Bağlı Olarak Rekreasyon Etkinliklerine Katılma Durumu Dağılımı 40
Tablo 15. Araştırmaya Katılan Üniversite Öğrencilerinin Yaşa Bağlı Olarak Katıldıkları Rekreasyon Etkinliklerinin Dağılımı 40
Tablo 16. Araştırmaya Katılan Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyetlerine Bağlı Olarak Rekreasyon Etkinliklerine Katılma Durumu Dağılımı 41

Tablo 17. Araştırmaya Katılan Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyetine Bağlı Olarak Katıldıkları Rekreasyon Etkinliklerinin Dağılımı 42
Tablo 18. Araştırmaya Katılan Üniversite Öğrencilerinin Masraflarına Bağlı Olarak Rekreasyon Etkinliklerine Katılma Durumu Dağılımı 42
Tablo 19. Araştırmaya Katılan Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Sürelerine Bağlı Olarak Rekreasyon Etkinliklerine Katılma Durumu Dağılımı 43
Tablo 20. Araştırmaya Katılan Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Sürelerine Göre Akademik Not Ortalamalarının Karşılaştırılması 44
Tablo 21. Araştırmaya Katılan Üniversite Öğrencilerinin Boş Zamanlarını Etkili Kullanma Durumlarına Göre Akademik Not Ortalamalarının Karşılaştırılması 45
Tablo 22. Araştırmaya Katılan Üniversitede Öğrencilerinin Rekreasyon Faaliyetlerine Katılma Durumlarına Yaş ve Akademik Not Ortalamalarının Karşılaştırılması 46
Tablo 23. Araştırmaya Katılan Üniversite Öğrencilerinin Katıldıkları Rekreasyon Faaliyetinin Türüne Göre Akademik Not Ortalamalarının Karşılaştırılması..... 47
Tablo 24. Araştırmaya Katılan Üniversite Katıldıkları Rekreasyon Faaliyetlerinin Süresine Göre Akademik Not Ortalamalarının Karşılaştırılması..... 48
Tablo 25. Araştırmaya Katılan Üniversite Öğrencilerinin Rekreasyon Faaliyetlerine Katılma Durumlarına Göre Boş Zaman Tutumlarının ve Boş Zaman Motivasyonlarının Karşılaştırılması..... 49
Tablo 26. Araştırmaya Katılan Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyetlerine Göre Boş Zaman Tutumlarının ve Boş Zaman Motivasyonlarının Karşılaştırılması 51

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1. Engeller, Motivasyon ve Katılım Sıklığı Arasındaki İlişki Modeli..... 22

KISALTMALAR LİSTESİ

BESYO: Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

BZM: Boş Zaman Motivasyonu

BZT: Boş Zaman Tutumu

ÇEV: Çeviren

Vd.: Ve diğerleri

GİRİŞ

18. ve 19. yüzyıllarda gerçekleşen sanayi devrimiyle birlikte, makineleşmenin artması, ulaşımın kolaylaşması ve bilhassa teknolojinin gelişmesi bireylerin mesai saatlerine ayırdığı zamanı azaltmıştır. Böylece bireyler daha fazla serbest zamana sahip olmaya başlamışlardır. Azalan mesai saatleri toplumda boş zamana olan ilginin artmasına, boş zaman faaliyetlerinin çeşitlenmesine ve bu faaliyetlere ayrılan sürenin de artmasına sebep olmuştur. Hayatların farklılaştığı ve yeni anlamlar kazandığı günümüzde bu farklılaşmanın doğrultusunda yeni problemler doğmaktadır. Bu problemler içerisinde serbest zamanların artması ve nasıl daha verimli kullanılacağı yer almaktadır (Fişek, 1998).

Rekreasyon bireylerin yoğun çalışma temposu, monoton hayat biçimleri veya negatif çevresel faktörlerden kötü etkilenen beden ve ruh sağlığını yenilemek, koruyarak devam ettirmek, keyif almak, kişisel doyum sağlamak niyetiyle gönüllü olarak bireysel veya kalabalık biçimde gerçekleştirdiği boş zaman aktiviteleridir (Karaküçük, 1997).

Aynı zamanda, insanların rekreatif faaliyetlere katılımları kendilerine yaşamsal doyum sağlayabilir ve bireyleri günlük yaşamın sıkıntı ve streslerinden uzaklaştırabilir. Boş zamanlar kişinin topluma uyum sağlamasını, kendini ifade edebilmesini sağlayan özgür zaman dilimleridir (Sabbag ve Aksoy, 2011).

Akademik başarı, bireylerin içinde bulunduğu sınıf düzeyinde önceden belirlenmiş kriterlere göre gösterdiği ilerlemedir. Bireylerin çalışkan, yaratıcı, sosyal ve verimli kişiler olmaları, sahip oldukları akademik başarı ile ilişkilidir. Akademik başarı pek çok değişkenle ilişkilidir. Bu değişkenlerden bir kısmı içsel süreçlerden oluşurken (merak, ilgi ve öğrenme isteği gibi), bir kısmı ise dışsal süreçlerden meydana gelmektedir (çevre etkisi, öğretmen etkisi, ödül ve ceza gibi).

Akademik başarıya etki eden değişkenlerden biri olan motivasyon ise Latincede “hareket etme” anlamına gelen “mot” kökünden gelmektedir. Motivasyon ya da diğer adı ile güdülenme, canlı bir organizma olan insanı belli bir davranışa yönlendiren, bunun şiddetini ve enerji miktarını belirleyen ve bu davranışa belli bir yön vererek sürekliliğini sağlayan bir olgudur. Bununla birlikte motivasyon bireyi davranışa iten çeşitli iç ve dış faktörlerin işleyiş biçimlerini de kapsamaktadır (Arkonaç, 1998).

Literatür taraması yapıldığında; ülkemizde rekreatif faaliyetlere katılımın ve motivasyonun akademik başarı düzeyine etkisini inceleyen araştırma sayısının çok az olması ve Trakya Üniversitesi’nde daha önce böyle bir çalışmanın hiç yapılmamış olması dikkat çekmektedir.

BİRİNCİ BÖLÜM

1. BOŞ ZAMAN VE REKREASYON ÜZERİNE GENEL BİR BAKIŞ

Çalışmanın bu bölümünde boş zaman ve rekreasyon kavramları detaylı olarak ele alınacaktır.

1.1. Boş Zaman

İngilizcede "**boş zaman**" anlamına gelen "**leisure**", Latincede "izinli olmak" ve ya "özgür olmak" manasına gelen "licere" sözcüğünden ortaya çıkmıştır. Boş zaman kavramına genel bir açıdan bakıldığında ise "baskıdan kurtulmak", "kısıtlamalardan özgürlüğe geçmek", "seçme özgürlüğü", "çalışma saatinden bireye arda kalan vakit", "mecburi toplumsal görevlerinden geriye kalan zaman" şeklinde ifade edilmektedir (Aytaç, 1994).

Yunanlılar da ise boş zaman terimi İngilizcede 'school' olarak ifade edilen 'scole' veya 'skole' olarak kullanmışlar ve buradan kendi dillerine geçmiştir. Yunanlılarda yapılan bu tanımlamaya bakıldığında boş zaman terimi ile entelektüel, bedensel ve ruhani gelişim arasında sıkı bir bağ olduğu görülmektedir (Edginton vd., 2004).

Dünya Boş Zaman ve Rekreasyon Birliğinde ifade edilen tanıma göre ise boş zaman; seçme ya da seçmeme hakkı tanıyan, yaratıcılık ve mutluluk veren, memnuniyet içeren ve bireysel hazzın daha fazla olmasını amaçlayan yönleriyle toplumsal ve kişisel hayatın en önemli alanlarından biridir (Özdemir ve diğerleri, 2006).

Günümüzde teknolojinin insanlar için gerekli olan tüketim mallarını üretme hususunda daha aktif olması, iş hayatının dışında bir "boş zaman" kavramını ortaya çıkarmıştır (Abadan, 1961). Modern toplumlarda da boş zaman ile alakalı olumlu yönde değişen bir durum ortaya çıkmaktadır. Buna sanayileşmeyle birlikte insanların çalışma saatlerindeki önemli orandaki azalmanın sebebiyet verdiği söylenebilir (Leighfield, 1990). Bireyler için ihtiyaçlarını gidermek, geçimlerini sağlamak ne kadar mühim ise, boş zaman yaratabilmek ve bu boş zamanı en verimli biçimde geçirebilmek de o derece önem arz etmektedir (Gülbahçe, 1996).

İnsanlar çalışma saatleri dışındaki boş zamanlarında dinlenmekten ve yakın çevresinde bulunan arkadaşları, dostları ve sevdikleri kişilerle belirli faaliyetlere katılmaktan keyif alırlar. Bu sebepten dolayı, çalışma saatleri haricinde değerlendirilen vakit, insanlar için fazlasıyla önem ifade etmektedir (Şahin, Akten ve Erol, 2009).

Literatür incelemeleri göstermiştir ki boş zaman ile ilgili birçok çalışma yapılmıştır. Bu çalışmalarda çok farklı boş zaman kavramı tanımlarına ulaşmak mümkündür. Bu tanımlardan bazıları şöyledir:

Tezcan boş zamanı, "insanların kendisi ya da diğer insanlar için mecburiyet duygusu hissetmeden kendi hür iradesiyle seçtiği etkinlikle ilgilenebildiği, bağımsız ve özgür hissederek davranışta bulunabildiği zaman" olarak ifade etmiştir (Tezcan, 1993). Dumazadier'e göre boş zaman; fertlerin toplum tarafından onaylanmış ailesel, toplumsal ve mesleki yükümlülüklerini ifa ettikten sonra, şahsi arzusu doğrultusunda dinlenmek, keyif verici etkinlikler içerisinde yer almak, bütünsel olarak kendini geliştirmeyi arzulamak ya da çeşitli toplumsal faaliyetlerde istekli olarak bulunmak hedefi güderek geçirdiği zamandır (Fisher ve diğerleri, 1999). Crandall'a göre boş zaman, herhangi bir güdüye kazandırılacak istekler için tahsis edilen zamandır (Hazar, 1999). Demiray ise en genel anlamıyla boş zaman ifadesini "dolu olmayan zaman dilimi" şeklinde tanımlamıştır (Demiray, 1987). Clawson ve Knetsch boş zamanı "fertlerin tercih ettikleri keyfi vakit" biçiminde ifade etmiştir (Clawson ve Knetsch, 1974). Çok daha kapsamlı bir ifade şekli ile boş zaman; bireylerin kendi hayatlarında

mecbur kaldıkları davranışları bir yana bırakıp, eğilimleri ve arzularınca vakit geçirebilmelerini, keyif alabilmelerini ya da kendilerini geliştirmelerine olanak sağlayacak süre zarfını içinde barındıran bir zaman dilimidir (Karaküçük, 1999).

Bütün bu bilgiler ışığında boş zamanı 'bireylerin hayatlarını idame ettirebilmeleri için gerekli olan yükümlülüklerinden arda kalan vakitlerini, kendilerine mutluluk verecek faaliyetlere gönüllü bir biçimde katılarak değerlendirmeleri' olarak tanımlayabiliriz.

Boş zaman arzulara göre değişen bir çaba bütünlüğünü olarak nitelendirilebilir. Bu çaba; dinlenme, rahata kavuşma, vukuf ve görgü seviyesini yükseltme, fiziksel ve psikolojik olarak isteklerinde tatmin sağlama, toplumsal fayda sağlayacak etkinlikler içerisinde yer alarak ahlâki sorumluluklarını tamamlama, kreatif hünerlerini iyileştirme şeklinde ele alınan ve tüm bu etkinliklerde bulunurken herhangi bir kar ya da çıkar düşüncesinde olmaksızın gerçekleştirilmektedir (Yetim, 2000).

Yine boş zaman bir şey yapmak ile hiçbir şey yapmamak arasında verilmesi gereken kararın sadece bireye özgü olduğu bir süreçtir. Bu seçim kişinin keyfine özgü olmaktadır. Bunun sonucu olarak da bireyler istedikleri davranışları sergileyebilir ve sürecin tüm sorumluluğunu da kendi üstlerinde taşır. Bununla birlikte bireyin kendi arzusuyla tercih edebileceği bu etkinlikler mutlaka bağımsız ve hür kararlarla alınmış olmalı ve tamamen mesleki hayatın etkisinde ya da izlerini taşıyan faaliyetler barındırmamalıdır (Shinn, 2004). Bununla birlikte boş zaman; beslenmek, uyumak ve cinsel ihtiyaçları gidermek gibi fizyolojik, ev sınırları dışına çıkmadan yapılması icap eden işler gibi ailesel ve iş hayatı gibi mesleki uğraşların dışında kalmaktadır. Tamamıyla fertlerin kendi hür iradelerine göre şekillenen bu süreç ister bir başlarına isterlerse de kalabalık ekipler şeklinde kişiyi bu faaliyetlere gönüllendiren zaman dilimi şeklinde tanımlanır (Arslan, 1998).

Boş zaman, olumlu yönde olacak bireysel tatmin ve doyumu hedefleyen ve bu hedef esnasında herhangi bir kısıtlama ya da dar bir zamana sıkıştırmaya yer

vermeksizin istediğiniz aktiviteyi yapabilme özgürlüğüdür. Başka bir deyişle, boş zaman, işten geriye kalan, özgürce, gönüllü olarak, herhangi bir kar ya da çıkar elde etmesizin istediğimiz aktivite ile değerlendirebileceğimiz zaman olarak ifade edilebilir (Tekin, 2003).

Boş zaman diğer bilimlerle de sıkı bir ilişki içerisindedir. Sebebi ise; boş zaman bireye özgü bir alandır ve bu yönüyle psikoloji bilimi ile yakından alakalıdır. Yine boş zamanı toplumdan bağımsız olarak düşünmek imkansızdır. Çevrenin boş zamana bakış açısı ve katılım için teşviki sosyoloji ile alakalıdır. Canlı organizma olarak insanlarda görülen davranış değişiklikleri yönünden biyoloji; açıklık, doğruluk, kesinlik ve değer yargıları yönüyle de felsefe ile boş zaman arasındaki ilişki ortaya çıkmaktadır (Üstün, 2013).

Rekreasyon konusunda hazırlanacak bir çalışmanın en önemli noktası boş zaman olacaktır. Çünkü rekreasyon faaliyetlerinin yapılabilmesi için boş zamana ihtiyaç duyulmaktadır. Ki bu sayede bireyler boş zamanlarını rekreatif faaliyetlere katılarak değerlendirebilmektedirler (Karaküçük, 1999).

1.1.1. Boş Zamanın Temel Fonksiyonları

Günümüzde teknolojik ilerlemelerle gelen fırsatlar sayesinde çalışan insanların iş saatlerinin azaltılması ve tatil günlerinin arttırılmıştır. Bu sayede bireyler hem daha fazla serbest zamana sahip olmaktalar hem de bu boş zamanını değerlendirebileceği yöntemleri çeşitlendirebilmekteler. Kitle iletişim araçlarının bir sonucu olan kitle toplumlarında serbest zaman değerlendirme ve keyif alıp mutluluk duyma yöntemlerini, gene bu araçlar oluşturmaktadır (Turhan, 2014).

Samuk (2014)'ün yapmış olduğu yüksek lisans tezi çalışmasında boş zamanın temel fonksiyonları hakkında Sağcan (1986)'dan aktararak şunlardan bahsedilmiştir; Boş zaman, yorulan insanların bedensel gücünü iyileştiren ve dengesini tekrardan kazanmasına etki ederek yardımcı olan dinlenme işlevini yerine getirmektedir. Ancak

dinlenmenin fiziksel yorgunluğu ortadan kaldırabilmesine karşın, sinir sistemini ve insanların ruhsal yapısını mutlak suretle yeniden canlandıracağı gerçeği göz ardı edilmektedir. Bu zamanın dinlenme fonksiyonu kadar önemli başka iki işlevi daha vardır. Bunlar "eğlenme" ve "gelişim" işlevleridir (Sağcan, 1986;Samuk, 2014).

1.1.1.1. Dinlenme Fonksiyonu

Karaküçük (2005); dinlenme fonksiyonunun, boş zamanı en fazla iyi şekilde özetleyen ve farklı algılamalarla, iş hayatı süresince değerlendirilen olmazsa olmaz bir fonksiyon olarak karşımıza çıktığını ifade etmektedir. Dinlenme, yeniden elde etme veya iş bittikten sonra stres ve yorgunluk hissinden kurtulma ile bedensel aşınmaları ve sinir duygularını yok edecek şekilde bir fonksiyon üstlenmiştir.

Boş zamanın tarihi ile ilgili yapılan çalışmalara bakıldığında uzun saatler süren mesai saatlerinin olduğu sanayi devriminin ilk yıllarında, sanayi işçileri serbest vakitlerinde dinlenme fonksiyonunu yalnızca fiziksel gücü yeniden elde etmek ya da o fiziksel güce tekrar ulaşmak anlamında kullanmışlardır. Çalışan bir birey için boş zaman, yalnızca ertesi günkü mesai saatine fiziksel yönden hazırlanmayı ifade etmektedir. Çalışma zamanı zihnin açık bir şekilde temiz düşünmeyi ve etkili çalışmayı ifade eder. Dinlenme zamanı, enerjilerimizin yeniden dolmasını ve gücümüzün tekrar tam olmasını sağlar. Çalışmak zorunluluğunda olduğumuz günlerde muntazam, çok dinç şekilde başlanan sabahlar istiyorsanız, kendinize sürekli olarak belirli miktarlarda dinlenme zamanı ayırınız.

‘’Tam olarak verimli zaman, toplam dinlenme zamanına bağlıdır" şeklinde boş zamanlarda dinlenme fonksiyonunun önemini vurgulamaktadır (Scott, 1993). Aristoteles ise, "soylu bir insanın zekâ ve sanat yeteneğini geliştirmesi, yani erdemli bir hayat sürmesi için ona "boş zaman" fırsatı verilmelidir" şeklinde ifade etmiştir (Gülnihal, 1997).

Maalesef ki ülkemizde boş zamanın dinlenme fonksiyonu denildiğinde akıllara öncelikle sırt üstü yatmak ya da hiçbir faaliyetle uğraşmadan vakit geçirmek gelmektedir. Oysaki bu dinlenme için ayrılan zamanı çok daha verimli şekillerde değerlendirmek mümkündür.

Bununla birlikte mesai ya da çalışma dışı zamanlarda, bedensel ya da zihinsel olarak zorlu birtakım uğraşlarla dinlenme yolunu seçen insanların sayısı hiçte azımsanacak seviyede değildir. Çağdaş toplumların her geçen gün daha yenilerini keşfettiği "boş zaman uğraşları/hobiler" bunun en bariz örnekleridir (Komili, 1997).

1.1.1.2. Eğlenme Fonksiyonu

Eğlenceye verilen değer günlük yaşamda da kendisini göstermektedir. Günümüzde artık insanlar, boş zaman etkinliklerine ne ölçüde katılırsa o kadar başarılı olarak görülmekte ve toplum tarafından gördüğü önem de o derece artmaktadır (Tezcan, 1993).

İnsanlar artık eğlenme ve keyif alma amacıyla birçok spor, sanat, kültür ve eğlence aktivitelerinde yer almaktadır. Eğlenceye olan bu ilginin yirminci yüzyılın başlarında git gide artmasıyla birlikte; sağlıklarına, duygusal, fiziksel ve psikolojik ruh hallerine verdikleri değer ve önem de artmıştır (Horner ve Swarbrooke, 2005). Torkildsen, eğlencenin bireyin içinden gelen bir istek olduğunu ve boş zamanlarda bireylerin memnuniyet veren aktivitelerle gereksinim duyduklarını ifade etmiştir (Torkildsen, 2005).

Keyifli zaman geçirmenin ve mutlu hissetmenin öncelikle içten gelen bir istek olduğu kabul edilmeli ve boş zamanlarda bireyleri memnun edecek anlara ihtiyaç duyulduğunun farkına varılmalıdır.

1.1.1.3. Gelişim Fonksiyonu

Gelişim fonksiyonu, bireylerin düşüncelerini, günlük eylemlerin tekrarcılığından ve monotonluğundan kurtaran, onların daha geniş insan gruplarına katılımlarına zemin hazırlayan, insanın kişiliğini daha fazla geliştirmesine ve göstermesine eğilimli, aynı zamanda içinde çıkar bulunmayan faaliyetleri içermektedir (Karaküçük, 2005).

1.2. Rekreasyon

Rekreasyon, yenilenme, yeniden yapılanma anlamına gelen Latince *recreatio* kelimesinden gelmektedir. Rekreasyon kelimesinin Türkçe karşılığı daha çok bireyin kendisine ait boş zamanlarını ya da serbest zamanlarını değerlendirmesi olarak kullanılmaktadır. Bu ise kişilerin ya da toplumsal grupların serbest zamanlarında gönüllü şekilde yaptıkları dinlendirici ve eğlendirici faaliyetler manasına gelmektedir (Coleman ve Barries, 2000; Şama, 2003).

Başka bir şekilde tanımlama ile rekreasyon, oluşturmak, yaratmak anlamına gelen İngilizce "create" eyleminin önüne; yeniden, tekrar anlamında kullanılan "re" ön ekinin eklenmesiyle oluşan, "rekreasyon" (recreation), yıpranan, yorulan kişilerin tekrardan canlanmaları anlamına gelmektedir (Axelsen, 2009). Bu bakımdan ele alındığında rekreasyon, insanların daha iyi bir çalışma gücü ve temposu için bireysel olarak ruh, düşünce ve vücudunu yenileme amaçlı, aktif veya pasif bir tecrübedir. Ayrıca çalışma hayatını neticesinde kaybedilen fiziksel ve mental depoların rekreatif faaliyetlere katılan bireylerin "yeniden yapılandırma ve yeniden yaratma" amacıyla gerçekleştirdikleri etkinliklerdir (Mieczkowski, 1990).

Küresel dünya ekonomisinde 20. yüzyılın son çeyreğindeki ani gelişim ile birlikte paralel olarak toplumda meydana gelen yeni yapı "post endüstriyel toplum" olarak nitelendirmiştir. Bu, meydana gelen toplumun tüketim odaklı temel eğilimleri

neticesinde rekreasyon faaliyetlerinin de tüketim odaklı ve adeta tüketimi destekleyen bir model olarak şekil bulduğunu göstermiştir. Toplumsal ve sosyal bir olgu olarak rekreasyon toplumdaki tüm gelişim ve değişmelerden ilk etkilenen olgulardan biri olmuştur. Bahsi geçen yıllarda karşımıza çıkan rekreasyon ve boş zaman kavramları kentlerin yeniden yapılanmasındaki en önemli etkenlerin başlarında gelmektedir (Scott, 1993).

Bakıldığında insan ve rekresyon kavramı aslında iç içe iki olgudan ibarettir. Ve gerçekleştirilen bu rekreatif faaliyetler de aslında insanlar için düzenlenmektedir. Bu bizlere bireylerin ikamet ettikleri bölgelerde rekreatif faaliyetlere katılabilmeleri için uygun koşulların ve faaliyetlerin düzenlenmesi gerektiğini anlatır. İnsanlık tarihi iyi bir şekilde incelendiğinde de her daim bireylerin bu tür faaliyetlere katılımları için gerekli koşulların oluşturulduğu gerçeğine ulaşabiliriz (Çerez ve diğerleri, 2006). Rekreasyon, boş zamanda ve tek başına, ekiple, araçlı, araçsız, açık veya kapalı alanlarda, şehir içi veya kent dışında, bir organizasyon dâhilinde veya haricinde mecburi olmadan seçilen zevk ve neşe verici her türlü etkinlikler şeklinde tanımlanabilir (Karaküçük, 2005).

Rekreatif faaliyetlere katılan insanlar farkında olsa da olmasa da kendi gelişimlerine katkıda bulunmaktadırlar. Bu katkılardan başlıcaları; ekip dinamiklerini öğrenme, liderlik etme, kendine güveni arttırma, kendi başına karar verebilme, risk yönetimini geliştirme, kendinin ve başkalarının mesuliyetini üstlenebilme, kişilik ve beden gelişimini olumlu etkileme, kendine ve başkalarına olan güveni olumlu etkileme, kendini huzurlu hissetme, başkaları ile etkileşme ve sosyalleşme, sağlıklı ve güçlü hissetme, rahatlamış ve tazelenmiş hissetme, yeni kişilerle tanışma, yeni şeyler öğrenme, kişisel tatmin elde etme, çevre bilinci kazanma, daha verimli çalışma, bir guruba ait olma duygusunu yaşama, hayal gücünü arttırma, kendini daha önemli hissetme olarak ele alınabilir (Yerlisu, Ardahan ve Yıldız, 2010).

Rekreatif etkinlikleri aktif ya da pasif, kadın ya da erkek, açık ya da kapalı gibi kalıplara sokamayız. Bunun içindir ki rekreatif faaliyetler her zaman ve her yerde

tüm insanların katılımlarına açıktırlar. Bu şekilde, etkinliklere katılarak bireyler kendilerini daha iyi ifade edebilme, gizli güçlerini ortaya çıkarma ve geliştirme, yaratıcılığını artırma gibi kazanımlara sahip olur. Bu nedenlerden dolayı boş zamanları değerlendirebilecekleri programlar ortaya koymak ülkemiz açsından da bir mecburiyeti ifade etmektedir (Tamer, 1998).

Bu nedenden boş zamanların değerlendirilmesi ve rekreatif faaliyetlere katılım çağdaş medeniyetler seviyesindeki tüm toplumlarda en fazla dikkat verilen hakkında en çok tartışılan konuların başında gelmektedir. Rekreasyonu iki tarafı keskin bir kılıca benzetmek mümkündür. Faydalı kullanılırsa kişisel ve toplumsal gelişim, zararlı kullanılırsa bunalım, başıbozukluk gibi problemler meydana gelmektedir (Karaküçük, 2005).

Bertrand Russell (1999) "*Kabul etmek gerektir ki, boş vaktin, akıllıca kullanılması bir uygarlık ve eğitim sonucudur*." sözüyle, rekreasyon faaliyetlerine katılımın ne derece önemli olduğunu ifade etmiştir.

Rekreasyon için toplumun katılımı arttıracak ya da imkân ve fırsat eşiğini yukarı seviyelere çekebilecek gelişmeler sağlandığı takdirde toplumun yaşam kalitesinde önemli ölçüde bir artış olacaktır (Yılmaz ve diğerleri, 2006). Toplumun en temel yapıtaşlarından biri olan üniversitelerin rekreatif faaliyetlere katılım hususunda öğrencilerine ve toplumun fertlerine daha fazla ulaşması ve rekreasyon faaliyetlerinin organizasyonu esnasında daha fazla sorumluluk alması beklenmektedir (Mete ve Ağaoğlu, 2003).

Aslında hayatımızın kritik dönemlerini geçirdiğimiz eğitim öğretim yıllarımızda rekreasyon faaliyetleri de büyük önem arz etmektedir. Vaktinin büyük bir kısmını sınıflarda oturarak geçiren bütün öğrencilerin rekreatif aktivitelere katılma ihtiyaçları vardır. Bunun için okulların ve üniversitelerin faaliyet programları, rekreasyon aktiviteleri ile eğlenmek ve dinlenmek adına gerekli örgütlemeler ve planlamalarla fırsatlar oluşturmalı ve uygulanmalıdır (Kılbaş, 2001).

Ülke olarak rekreasyon faaliyetlerine katılan önemi eğitim öğretim başta olmak üzere hayatın tüm kademelerinde ne kadar arttırabilirsek o kadar faydasını görebiliriz. Çünkü kendini gerçekleştirmiş ve mutlu insanlar daha verimli bir toplumun olmazsa olmaz yapı taşları olarak karşımıza çıkacaktır.

1.2.1. Rekreasyonun Özellikleri

Rekreasyon geniş bir alana hitap ettiği için birçok tanım ve anlama sahiptir. Fakat rekreasyon ile ilgili yapılan çalışmalar incelendiğinde ortak bazı özellikler gün yüzüne çıkmaktadır.

Buna göre rekreasyonun temel özelliklerini şunlar oluşturmaktadır (Sağcan, 1986; Karaküçük, 2005).

- Rekreasyon faaliyetlerinin seçiminde gönüllülük esas alınmalıdır.
- Rekreasyon faaliyetlerinde inisiyatif, kişinin hür iradesine bırakılmalıdır.
- Rekreasyon etkinlikleri bireye özgürlük hissi verir.
- Faaliyetlere devam ve katılım gösterme mecburiyeti bulunmamalıdır.
- Rekreasyon, serbest zamanda yapılır.
- Rekreasyon faaliyetleri, her yaştaki ve cinsteki bireylerin katılımına fırsat tanır.
- Rekreasyonel faaliyetler, her türlü kapalı ve açık alanlar ile her iklim ve mevsim şartlarında uygulanabilmektedir.
- Rekreasyon, bir etkinlik gerektirir. Etkinlikler, fiziksel, zihinsel, ruhsal, toplumsal ya da bunlar içinden bazılarının birleşimi şeklinde olabilmektedir.
- Rekreasyon, çok çeşitli faaliyetler bütünüdür ve alternatifler içerir.
- Rekreasyon, bireye haz ve neşe sağlayan bir faaliyettir.
- Rekreasyon, tüm dünyada uygulanabilmektedir.
- Rekreasyonel faaliyetler, dünya üzerindeki bütün insanlar için ortak bir dil oluşturmaktadır.

- Rekreasyon, kişinin kendisini güzel ifade edebilme ve yaratıcı olabilmesine imkân tanıyan faaliyetleri içermelidir.
- Rekreasyon faaliyetlerinin her kişiye göre belirli bir amacı vardır.
- Rekreasyonel faaliyetlerin katılımcıya kişisel ve toplumsal özellikler kazandırması beklenir.
- Rekreasyon, toplumun törelerine, geleneklerine, manevi ve ahlâki değerlerine uygun olmalı ve sosyal bazı değerlere aykırı olmamalıdır.
- Rekreasyon, bir faaliyet yapılırken, birden fazla faaliyette de ilgi duyma veya gerçekleştirme fırsatı verir.
- Rekreasyon etkinlikleri, rekreasyonistler tarafından üstlenilir. Bu etkinlikler ve uğraşılar, başkası tarafından bir başkası için yerine getirilemez.
- Rekreasyon eylemi, planlı veya plansız, beceri sahibi kişilerle veya beceri sahibi olmayan kişilerle ya da organize veya organize olmamış mekânlarda yapılabilmektedir.
- Rekreasyon, rekreatif etkinliklere katılma sonucu ortaya çıkan bir deneyimdir.

1.2.2. Rekreasyonun Sınıflandırılması

Rekreasyon kavramının bu denli geniş bir alana hitap etmesi bu konuda çalışma yapan araştırmacıları belirli başlıklar altında sınıflandırmaya mecbur kılmıştır. Gerek kültürel gerek toplumsal farklılık bu sınıflandırmanın temelini oluşturmuştur.

Bucher'a göre rekreatif faaliyetler sayı olarak oldukça fazladır ve kategorilere ayrılarak açıklanmalıdır. Bunlar faaliyet alanlarına uygun şekilde belirlenmiştir (Bucher vd., 1974).

- Müzik,
- Dans aktiviteleri,
- Sanatsal ve el becerileri ile ilgili aktiviteler,

- Sportif ve oyunsal aktiviteler,
- Sahne aktiviteleri,
- Açık hava faaliyetleri,
- Birçok faaliyet (kart oyunları, hobi oyunları vb.).

Leither ve Leitner (2004) rekreasyonu, bir başka sınıflandırmada on üç kategoriye ayrılmışlardır.

- Temel Eğlence: Temel eğlence etkinliklerini, yarışma programlarını seyretmek, film seyretmek gibi etkinlikler oluşturmaktadır.
- Mental Etkinlik: Yaygın olarak düşünme odaklı etkinlikler mental etkinlik kategorisine iyi bir örnek olarak gösterilebilir.
- Spor: Sportif faaliyetlerin hepsi bu alanı kapsamaktadır.
- Müzik: Şarkı dinlemek, söylemek ve üretmek bu kategoriye dâhil edebilinir.
- Sanat: Sanat alanına resim yapmayı, heykeltıraşlığı ve birçok buna benzer etkinlikleri örnek olarak gösterebiliriz.
- Dans: Dans etmek ya da dans eden birilerini izlemek veya dansçı olarak bu faaliyetlerde bulunmak bu kategoriye dâhil edilebilir.
- Hobi: Koleksiyon, el işi sanatları yapma hobi faaliyetlerinin oldukça bilindik alanladır.
- Oyun: Kapsamlı olarak çocuk oyunları olmak üzere daha birçok oyunu barındıran ve tamamen eğlence amaçlı olan oyun kategorisi oldukça kapsamlı ve yaygın alandır.
- Rahatlama: Masaj, buhar odası, sauna ve hamam gibi faaliyetler rahatlama alanına örnek gösterilebilir.
- Sosyal Etkinlik: Aile, arkadaş, vb. toplantıları ve eğlenceler gibi sosyal faaliyetler sosyal etkinlik alanı için örnek teşkil etmektedir.
- Yardım (Hayır) Hizmetleri: Yardım (hayır) hizmetleri bireylerin tamamen kendi istekleri ile yani gönüllü hizmetleri ile idare edilen organizasyonları içermektedir.

- Doğa Etkinlikleri: Doğal kaynaklara yönelik yapılan çalışmalar doğa etkinlikleri alanını kapsamaktadır.
- Seyahat ve Turizm: Belki de en geniş alanı barındıran serbest zaman etkinliklerine seyahat ve turizm alanında yer verilebilir.

Başka bir örnekte Küçüktopuzlu (1991) rekreasyonu, "etkin rekreasyon, edilgen rekreasyon, ticari rekreasyon, sosyal rekreasyon, kırsal rekreasyon, estetik rekreasyon, entelektüel rekreasyon, orman rekreasyonu, kapalı yer rekreasyonu, açık hava rekreasyonu ve endüstriyel rekreasyon" şeklinde sınıflandırmış.

Pehlivanoğlu (1986) rekreasyon planlaması açısından önem taşıyan bir sınıflandırma yaparak, bunları:

- Yapısal sınıflandırma (kapalı yer ve açık hava),
- Yersel sınıflandırma (kentsel ve kırsal),
- İçeriksel sınıflandırma (aktif ve pasif),
- Zamansal sınıflandırma (günlük ve tatil "tatil rekreasyonu ise, haftalık ve yıllık") olarak nitelendirmiştir.

1.2.2.1. Amaçlarına Göre Rekreasyonun Sınıflandırılması

- Dinlenme amaçlı (fiziksel ve ruhsal dinlenmek),
- Kültürel amaçlı (tarihi eser ve müze ziyaretleri vb.),
- Toplumsal amaçlı (toplumsal ilişkiler kurmak veya geliştirmek),
- Sportif amaçlı (seyirci olarak veya aktif spor yaparak),
- Turizm amaçlı (başka mekanlara seyahat etmek),
- Sanatsal amaçlı (sanatın birkaç veya tek bir dalıyla ilgilenmek).

1.2.2.2. Çeşitli Kriterlere Göre Rekreasyonun Sınıflandırılması

- Yaş faktörüne göre (genç, yetişkin vb.),
- Faaliyete katılanların sayısına göre (bireysel, grup veya aile),
- Zamana göre (yaz, kış, günlük veya haftalık vb.),
- Kullanılan mekana göre (açık veya kapalı),
- Sosyolojik muhtevaya göre (lüks, geleneksel).

1.2.3. Rekreasyon İhtiyacı

Rekreasyon ihtiyacının ne olduğunun açıklanabilmesi için öncelikle ihtiyaç kavramının ne olduğunun bilinmesi gerekmektedir. İhtiyaç genel olarak bir eksiklik duygusunu hissetmek ve bu duygunun giderilmesini arzulamaktır. Tabi bu eksiklikleri gidermek için kişiler amaçlı davranışlarda bulunacak ve tatmin duygusuna kavuşmak isteyecektir. İhtiyaçlar öznel olduğundan bireylerin ilgilendikleri alanlara göre kişiden kişiye ve durumdan duruma önemli farklılıklar arz etmektedir.

Kimi insanlarda öncelikle iyi beslenme söz konusuyken, kimilerinde ise eğlenme, keyif alma daha baskın olabilir. Eğlenirken ise kimi kültürel faaliyetleri tercih ederken kimi turistik etkinliklerden keyif almaktadır. Kimisi aktif olarak bir etkinlikte rol almayı tercih ederken kimisi de pasif bir katılımcı olarak izleyici olmaktan keyif almaktadır (Karaküçük ve Ekenci, 1995).

Rekreasyon da insanlar için en önemli ihtiyaçlardan biridir. Oluşturduğu toplum ve yaşadığı çevresi ile çift yönlü ilişki içerisinde yaşayan birey, boş zamanlarını değerlendirirken, kendini tanıma, ifade etme, olumsuz düşüncelerden kurtulma ve bu şekilde tatmin olmaya çalışırken aynı zamanda kişiliğini de geliştirme fırsatı bulur (Kır, 2007).

Rekreatif faaliyetlere katılma pek çok insanın gözünden yaşamdan kaçış, değişiklik ya da farklılaşma olarak görünür ve bu nedenle yoğun şekilde bu faaliyetlere katılım sağlanır (Bull ve diğerleri, 2003). Kılbaş (2001) bireyin rekreasyona katılımında etkili olan temel ihtiyaçlarını şu şekilde sıralamıştır:

- Kendini yenileme ihtiyacı
- Ödüllenme ihtiyacı
- Eğitim ihtiyacı
- Gözlem ihtiyacı
- İletişim ihtiyacı
- Bütünleşme ihtiyacı
- Gruplaşma ihtiyacı
- Kültürel etkileşim ihtiyacı

Rekreasyonel ihtiyaçlar, insan davranışlarına temel oluşturabilecek tek bir sebep veya faktöre bel bağlamaksızın birçok nedenden dolayı analiz gerektirmektedir. Rekreasyona duyulan ihtiyaç, rekreasyon faaliyetlerinin bireylere sağladığı çeşitli faydalardan ileri gelmektedir (Karaküçük, 2005).

1.2.4. Rekreasyonel Faaliyetlere Katılımın Faydaları

Rekreasyonun temel özelliklerinde de belirttiğimiz gibi rekreatif faaliyetlere katılım herhangi bir çıkar gözetmeksizin tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Fakat birey bu faaliyetlere hangi niyetle katılırsa katılsın muhakkak yeni tecrübeler elde edecektir. Yapılan çalışmalar da incelendiğinde bu faaliyetlere katılan bireylerin farkında ya da farkında olmadan belirli başlı kazanımlar elde ettiği açık bir şekilde ortaya konmuştur. Bu kazanımlardan en önemlileri bireyin kendini gerçekleştirmesi, kendisini geliştirmeyi öğrenebilmesi, hayatını tekdüzelikten kurtarıp renklendirebilmesi ve kendini mutlu hissedebilmesi olarak ele alınabilir.

Rekreasyonun faydalarından biri de önleyici yönüyle gençleri daha ileride başlarına gelme ihtimalleri yüksek olan sosyal ve fiziki rahatsızlıklardan uzak tutmaktadır. Koruyucu yönüyle bireylerin ruh, sağlık ve dengelerini koruyup hayatlarına devam etmesini sağlamaktadır. Ayrıca bedenen ve ruhen çeşitli problemlerle karşılaşmış kişilerin rehabilitasyon ve tedavilerinde de son derece önemli bir işleve sahiptir (Carlson vd., 1972).

Rekreasyon çalışmaları eğitimi desteklemesi, kültürel ve ekonomik kalkınma sürecini hızlandırması ve çalışma veriminin artması için de önemli bir konumdadır. Bununla birlikte beden ve ruh sağlığının korunması ve onarılması, toplum açısından olumsuz davranışların yerleşmemesi için de gerekli bir olgudur (Özdağ, 1996).

Küreselleşen dünyanın en büyük sorunlarından birisi de yalnızlaşan ve içine kapanan bireylerin sayısının artmasıdır. Toplumlardaki dil, din, ırk, kültür, eğitim gibi farklılıklar ve bazı ekonomik problemler insanları ayrıştırmış ve yalnızlaştırmaya mecbur bırakmıştı. Sosyal bir canlı olan insanlar için fizyolojik gereksinimlerle birlikte sosyal ihtiyaçlar da önem arz etmektedir. Rekreasyon faaliyetleri ise insanların sosyalleşmesinde önemli bir işleve sahiptir. Rekreasyon faaliyetleri sayesinde bireylerin tekrar bir araya gelmesi toplumsal yardımlaşma ve dayanışma duygularının ortaya çıkmasına ve böylece daha demokratik ortamların oluşmasına zemin hazırlamıştır (Sevil, 2012).

Kaliteli bir toplumun en temel yapıtaşlarından birisi gerek iş hayatında gerekse eğitim hayatında üzerine düşen sorumlulukları doğru ve keyifle yapan insanların bulunmasıdır. Bu hususta rekreasyon çok önemli bir konumda bulunmaktadır. Nasıl ki yaşanılan olumsuz olaylar çalışma ya da eğitim hayatına etki edebilmekteyse, farklı rekreasyon faaliyetlerine katılarak kendini iyi hisseden bir işçi ya da bir öğrenci de ortaya çıkan mutluluk hissini çalışma ya da eğitim hayatına yansıtabilmektedir. Böylece tatmin duygusuna erişen bireyler kendilerini daha iyi motive ederek yaptıkları işlerde önemli başarılar gösterebilmektedirler.

1.2.5. Gençlik (Üniversite) ve Rekreasyon

İnsanların en kritik dönemlerinden biri olan gençlik dönemi, insanlarda fiziksel ve duygusal olarak görülen belirgin değişikliklerle başlar, cinsel ve psiko-sosyal olgunluğu kazanması ile devam ederek, kişinin kendi hür kararlar almasını ve sosyal olarak faydalı olma özelliğini kazandığı bir dönemdir. Bu dönemde fiziksel ve sosyal değişimlerin hızlarında belirgin farklılıklar gözlenmektedir. Bu dönemde bireylerin rekreasyon faaliyetlerine katılımları onların kişisel gelişimleri için büyük önem taşımaktadır (Ergül, 2008).

Köknel (1970) gençliği, "belirli ve sınırlı bir yaş dilimi içinde, duygu, düşünce, davranış ve tutum olarak gelişme çabası harcayan kişi" olarak tanımlamıştır. Tütengil (1967) "insanı genç yapan biyolojik yapı ve fizyolojik işleyişin yanı sıra o insanın düşünceleri ve hayat karşısında takındığı tavır" olduğunu belirtmektedir. Gökçe ise, "Gecekondu Gençliği" adlı eserinde, gençliği "bireyi sosyal olgunluğa hazırlayan bir geçiş dönemi olarak" tanımlamaktadır (Gökçe, 1971).

Gençlerin boş zamanlarını verimli bir şekilde değerlendirebilmesi toplumun gelişmesi ve kalkınması açısından oldukça etkilidir. Kendi içerisinde ele alındığında gençlik farklı kategorilere ayrılmıştır. Bunlar; mahalle gençliği, çalışmayan geçlik, köy gençliği, öğrenci gençliği vb olarak ele alınmaktadır. Bu gençlik türlerinden biri olarak da üniversite gençliğini ele almak mümkündür. Gençlerin rekreasyon faaliyetleri ile uğraşma ve zamanlarını etkili değerlendirme biçimleri aslında kendilerine sunulan imkânlardan oldukça etkilenmektedir (Süzer, 2000).

Gençlerin rekreasyon faaliyetlerine katılımları kişisel tatmin, olumlu benlik duygusu geliştirme, iyi sosyal ilişkiler kurabilme ve mutlu hayat sürebilme gibi istenilen kazanımların elde edilmesini sağlayacaktır.

Üniversite ve ortaöğretim gençliği ile ilgili yapılan çalışmalarda gençlerin çoğunun rekreatif faaliyetlerle zaman geçirme hususunda yetersiz bilgiye ve birikime

sahip olduğu, fakat imkân tanındığı takdirde daha fazla aktivitelerle uğraşıp, boş zamanlarını daha verimli biçimde değerlendirmek istedikleri belirlenmiştir (Demir, 2003).

Boş zaman ya da rekreasyon, eğitim kurumlarında sürdürülen akademik programlarının konuları içerisinde bulunmalı ve öğrenciler bu kavramların önemini kendi hayatları içerisinde bizzat konumlandırmalıdır. Çünkü rekreasyon her kişi için kendisine özel bir dünya oluşturmasına olanak tanıyan ve karşısına çıkan engelleri aşmak için yeni bakış açıları kazandıran bir olgudur. Rekreasyonun plan ve programlama aşamasında kişilerin ilgisini çeken konular için çalışmalar yapmak, katılımsal özelliklerini göz önünde bulundurmak ve bireylerin diğer kişisel farklılıklarını göz önünde bulundurmak büyük önem taşımaktadır (Karaküçük ve Ekenci, 1995).

Rekreatif faaliyetlere katılmayan gençler kendi gelişimlerine zarar verebilecek ortamlarda bulunmaktadırlar. Bu yüzden ruhsal ve bedensel gelişimleri olumsuz yönde etkilenmektedir. Bulundukları kötü ortam ya da yanlış arkadaşlık ilişkileri sonucu gençlerde zararlı madde kullanımı ve şiddete karşı eğilim her geçen yıl artmaktadır (Büküşoğlu ve Bayturan, 2005).

Rekreasyon günümüzde hızla önem kazanan bir değer olarak bilinmektedir. Hayatın içerisinde bu denli yer edinen rekreasyon eğitim öğretim kurumlarında da aynı önemi taşımaktadır. Günümüzde vaktinin büyük bir kısmını sınıflarda, laboratuarlarda ve çalışma masalarında geçiren öğrencilerin rekreasyona olan ihtiyacı da giderek artmıştır. Bu nedenle eğitim öğretim programları hazırlanırken öğrencilerin dinlenme ve rekreasyon ihtiyacı göz önünde bulundurulmalı ve programlar bu ihtiyaçlar doğrultusunda düzenlenmelidir (Kılbaş, 2004).

1.2.6. Rekresyon Faaliyetleri ve Motivasyon

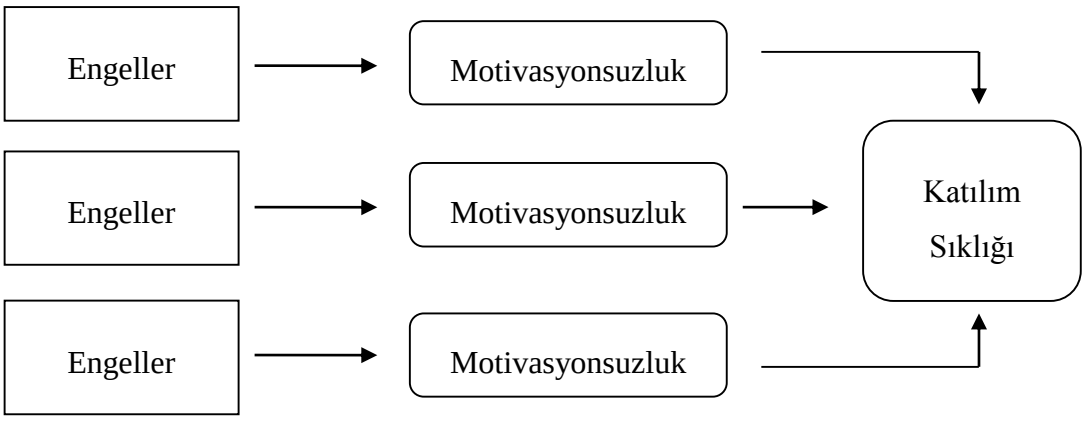
Motivasyon terimi rekreasyon alanında sıklıkla karşımıza çıkmaktadır. İngilizce anlamı "motivation" olan bu terim Türkçeye ise "motivasyon" şeklinde girmiş ve anlam olarak da belirli hedefe yönelmek ya da harekete geçmek biçiminde ifade edilmektedir. Başka bir tanımlama ile de kişilerin önceden belirlenmiş amaçlarını gerçekleştirme arzusuyla kendi isteği doğrultusunda eyleme geçmesidir (Carrol, 1997)

Motivasyon farklı bilim dallarında birçok unsuru etkilediği gibi rekreasyon alanında da faaliyetlere katılımı, katılım sıklıklarını ve katılıma etki eden unsurları da etkilemektedir (Gökçe, 2008: 28). Bu bilgiler ışığında rekreasyon etkinliklerine katılmanın başlıca sebepleri arasında; serbest zamanları keyifle yaşamak, çevrendekilerle iyi etkileşim kurmak, iş dışı faaliyetlerde bulunmak, yeni tecrübeler elde etmeyi amaçlamak, başarma duygusunu tatmak, yaratıcılık kazanmak bulunmaktadır (Emir, 2012: 38). Boş zaman davranışları iki farklı motivasyonel unsurdan aynı anda etkilenmektedir. Birincisi günlük hayatın sıradanlığından uzaklaşma ve yeni tecrübeler elde etmektir. Diğeri ise boş zaman faaliyetleri sayesinde kendini belirleme, üstünlük ve liderlik gibi psikolojik ödül beklentisidir (Müştigil, 1993).

Bireylerin belirli uyarıcı yahut güdüler sayesinde belirli bir motivasyon seviyesine ulaşması, kişinin rekreatif faaliyetlere katılmasına ya da hayatında karşı karşıya gelebileceği sorunlarla baş edebilmesine yardımcı olur. Bu faaliyetlere katılımda önemli rol oynayan motivasyon çeşidi içsel faktörlerdir. İçsel motivasyon seviyesi ise; boş zaman motivasyonu, boş zaman tutumu, boş zaman engellerinin algılanması gibi çeşitli etmenlerle ilişkilidir (Carroll ve Alexandris, 1997).

Carroll ve Alexandris, rekreatif faaliyetlerine katılım konusunda karşılaşılan engellerin algılanmasının içsel motivasyon, dışsal motivasyon ve motivasyonsuzluk seviyeleri ile ilişkisini ortaya çıkarma amacıyla bir çalışma gerçekleştirmişlerdir. (Şekil 1) Motivasyonun, engellerin aşılması hususundaki öneminin vurgulandığı bu

çalışmada kişilerin engelleri algılamasından ziyade motivasyon düzeylerini üst seviyelere çıkararak oluşan bu motivasyonsuzluk durumunu ortadan kaldırabileceğini ve bu şekilde de faaliyetlere katılım sıklığının artacağını belirtmişlerdir (Carroll ve Alexandris, 1997).



Şekil 1. Engeller, Motivasyon ve Katılım Sıklığı Arasındaki İlişki Modeli

Motivasyon ve rekreatif faaliyetlere katılım arasında aslında iki yönlü bir iletişimden bahsetmek mümkündür. Belirli güdüler sayesinde bir motivasyon düzeyine ulaşan birey rekreasyon faaliyetlerine katılmaya başlar. Bunun sonucu olarak da rekreasyon faaliyetlerinden aldığı haz ile motivasyon seviyesini yine yukarı seviyelerde tutmayı başarır. Bu yüksek motivasyon düzeyi ile de yapacağı diğer faaliyetlerde verimli ya da başarılı olma ihtimali çok daha güçlü olur.

İKİNCİ BÖLÜM

2. MOTİVASYON VE AKADEMİK BAŞARI KAVRAMLARI

Çalışmanın bu bölümünde motivasyon ve akademik başarı kavramları ele alınacaktır.

2.1. Motivasyon

Güdülenme kelimesinin İngilizce karşılığı olarak karşımıza çıkan "motivasyon" kelimesi aslen Latincede hareket etmek anlamında kullanılan "mot" kökünden türetilmiştir. Psikoloji ve eğitim bilimlerinde ise daha çok "içten gelen itici güçlerle belirli amaca doğru yönelen davranışlar" olarak ele alınmıştır (Keser, 2006)

İnsanoğlunun davranışlarına etki eden bir sürü olgudan bahsetmek mümkündür. Ancak davranışın yönünü, şiddetini, kararlılığını tayin eden en önemli güç kaynağı ise motivasyondur. Motivasyon; bir şey yapma arzusudur ve gerçekleştirilen eylemin kişinin ihtiyaçlarını doyurma yeteneği devam ettikçe bireyde bulunur. Motivasyon; güdülerden kaynaklı bir şekilde faaliyete geçme ve gerçekleştirme sürecidir (Fidan, 1996).

Motivasyon; bireyi faydalı ya da faydasız birtakım eylemlere yönlendiren ve kişinin gerçekleştirmeyi düşündüğü isteklerine ulaşmasını sağlayarak tatmin olmasına katkı sunan bir güçtür. Motivasyon ile başarı arasında bir doğru orantı mevcuttur. Motivasyonu diğerlerine göre daha yüksek olan kişilerin kapasite ve performansı da yüksektir. Bu bireyler daha verimli ve daha başarılıdır (Sevinç, 2015).

Araştırmacılar insan davranışlarına sebebiyet veren kaynakları içsel ve dışsal olmak üzere iki ayrı grupta ele almışlardır. Bireyin ihtiyaçları, ilgileri, merakları gibi içsel süreçler ya da ödül, ceza baskı gibi dışsal etmenler, motivasyona ile sıkı bir

etkileşim halindedir (Woolfolk, 1998). Eğitim öğretim hayatında da iki tür motivasyon çeşidinden bahsetmek mümkündür. Eğer öğrenme arzusu öğrenen kişinin kendi isteği ve ya amaçlı davranışı ile ortaya çıkıyorsa motivasyon kaynağı içten, herhangi bir pekiştireç ya da ödül ile meydana geliyorsa motivasyon kaynağı dıştan gelmektedir (Balaban Salı, 2004).

2.1.1. İçsel Motivasyon

İngilizcede "İntrinsic Motivation" olarak geçen içsel motivasyon en genel tanımıyla kişinin kendi kendisini motive etmesidir. İçsel şekilde motivasyon sağlamış bireyler becerikli olmak amacında içsel açlığa sahiptirler. Bu kişiler başarılı olabilmek için öncelikli olarak kendi kendisini iyi yönetebilen ve bu yeteneğe sahip bireylerdir (Nicholls ve Robert, 1992: 65-69). İçsel olarak motive olmuş bireyler hem oyuna hem de yüksek onur duygularına önem vermektedirler. Hissedilen bu içsel onur, bu kişileri yaptıkları işin en iyisi olma konusunda motive etmektedir. Çevrelerinde bulunan insanların düşündüklerinden ziyade yalnız başlarına kaldıklarında yaptıklarından daha mutlu olarak yaşamlarını sürdürürler (Konter, 1995: 27).

İçsel motivasyona sahip bireyler öncelikli olarak düşünceyi bir eyleme dönüştürme gayreti içerisindedir. Ardından hedeflerini belirleyip bu hedeflere ulaşma arzusuyla harekete geçerler. Kişilerin bu belirlenen hedeflere ulaşabilmesi için geçmeleri gereken aşamalar şunlardır:

- Kendine güvenmek,
- Gizli yetenekleri ortaya çıkarmak,
- Yaşamı coşku ile kucaklamak,
- Gelişmeye devam etmek,
- Sağlık için yararlı alışkanlıklar edinmek ve enerjiyi arttırmak,
- Görünüşü, etkili bir araç haline getirmek,
- Çekici bir kişilik geliştirmek,
- Başarılı ilişkiler kurmanın yollarını aramak,

- Endişe, şüphe ve korkuyu yenebilmek,
- Gerginliği denetlemek,
- Başarısızlığın üstesinden gelebilmek,
- Zamanı daha akıllıca kullanmak,
- Bilinmeyeni araştırmak (George, 1997: 10-11).

2.1.2. Dışsal Motivasyon

İngilizcede "Extrinsic Motivation" olarak geçen dışsal motivasyon içsel motivasyonun aksine dışarıdan gelen pozitif ve negatif etkilerde bulunabilen, davranışın tekrar edip edilmeyeceğini belirleyen, maddi ve manevi değerleri içerisinde barındıran pekiştirme ve güçlendirme halidir. Kişilere dışsal ödüller olarak kupa, para, madalya gibi somut ödüller verilebileceği gibi; takdir edilme, övülme, onanma gibi somut ve maddi olmayan ödüller de verilebilir (Konter, 1995: 27).

Dışsal motivasyon kişilerin direkt olarak kendileri ile bağlantılı bir süreçten ziyade dış çevrede meydana gelen olay ve durumların bireyin üzerinde oluşturduğu olumlu ve olumsuz etkileridir. Bir başka açıdan dışsal motivasyon, kişilerin kendi kendilerine meydana getirdikleri davranışlar bütünüdür (Luc ve ark, 1995: 17-35).

Rekreatif faaliyetlerden biri olan sportif etkinliklerde antrenör, seyirci vb. etmenler dışsal motivasyona bir örnek olarak verilebilir. Bir antrenör sporcuya övgü ve ceza yöntemi ile belirli davranışlar kazandırabilir. Sporcuya doğru yaptığı bir davranış sonucunda neyi doğru yaptığını da belirtecek şekilde verilecek bir övgü sporcunun antrenör ve müsabakaya daha olumlu yaklaşmasını sağlar. Verilen ceza onun haksız olduğunu belirtir ve pozitif hislerin oluşmasına herhangi bir etkisi olmaz. Zamanında ve yerinde verilen ödüller sporcuya güven duygusu kazandırıp onu daha başarılı olmaya iterken ceza ise karmaşıklık ve şüphe duygularını oluşturur (Konter, 1995: 27).

2.1.3. Motivasyonsuzluk

Motivasyonsuzluk kişilerin gerçekleştirmiş oldukları eylemleriyle ortaya çıkan sonuçları arasındaki bağlantıyı idrak edemedikleri zaman meydana gelen güdülenememe durumudur. Bu kişiler içsel ve dışsal olarak güdülenemezler. Güdülenmemiş bireyler yetersizlik duygusu hissederek hayatlarında olup bitenleri kontrol edemeyeceklerine dair bir tutum içerisine girerler (Vallerand vd., 1992: 52).

İnsanlar güdülenirken kimi zaman içsel faktörler ağır basarken kimi zaman ise dışsal faktörler ağır basar. Bunlardan hangisinin daha önemli olduğu ise kişinin geçmiş yaşantı ve tecrübelerinden kaynaklanan algı biçimi ilgilidir. Örneğin aşırı koruyucu bir aile tutumu ile büyüyen kişiler, güdülenme sürecindeki sorumluluk ve beklentilerini dışsal faktörlere yüklerler (Abacı, 2000: 87).

2.2. Akademik Başarı

Akademik başarı; eğitim öğretim kurumlarında verilen bir ders ya da programdan kimin ne ölçüde yararlandığı şeklinde tanımlanmıştır (Özgüven, 1998). Bunun yanı sıra akademik başarı, bireylerin eğitim öğretim hayatlarında hedeflenen davranış düzeylerine ulaşıp ulaşmama seviyesi olarak da adlandırılır. Öğrencilerin göstermekte bulundukları akademik başarı, istendik seviyede davranış değişikliklerinin ortaya çıkıp çıkmamasında bir ölçüt şeklinde kullanıldığı kadar, yükseköğrenime giriş ve çalıma hayatında işe başlama gibi kritik alanlarda da dikkate alınmaktadır (Altınkurt, 2008).

Eğitim öğretim süreçlerinde akademik başarı denildiğinde akla ilk derslerde meydana gelen ve öğretmenler tarafından öğrencilere sunulan notlarla, sınav puanlarıyla ve ya her ikisiyle elde edilen bilgi ve kazanımların ifadesi biçimindedir (Koç, 1981). Akademik başarı; okulda okutulan, derslerde geliştirilen ve öğretmenlerce takdir edilen notlarla, sınav puanlarıyla ya da ikisiyle birlikte belirlenen

edinimler veya kazanılan bilgiler biçiminde ifade edilmektedir (Keskin ve Sezgin, 2009: 4-5).

Eğitim öğretim süreçlerinde motivasyon akademik başarıyı etkileyen unsurlardan biri olarak kabul edilmektedir. Eğer öğrenen kişi duyuşsal, bilişsel ve psikomotor açıdan konuya istekli bir şekilde motive edilirse öğrenme gerçekleşir. Bu süreçte öğretmenin öğrencinin motivasyonunu sağlayıp sağlayamadığı, sağlıyorsa nasıl sağladığı ve dersinde öğrencilerin motivasyonu artıracak yöntem ve tekniklere sahip olması büyük önem arz etmektedir (Ayna, 2009: 30).

Kendilerine düşen görevleri yerine getirmeye çalışan bireyler motivasyon seviyeleri yüksek olduğunda daha azimle çalışmaktadırlar. Fakat daha alt seviyelerde bir güdüye sahip olan kişiler ise bu görev ve sorumluluklardan kaçma yolunu tercih etmektedirler. Bireyler başarma güdülerinin seviyelerine göre, eylemlerinin sonuçlarına farklı nedenler yüklemektedirler. Bu zor görevlere kalkışma ya da bu görevleri göz ardı etme arzusu, tecrübelerimiz ve bunları nasıl yorumlayıp, bunlardan nasıl ders aldığımızla ilgilidir. İnsanlar birbirlerine benzer hayat tecrübelerine sahip olsalar dahi bunları yorumlama ve ele alma şekilleri kişiye has olup, özgün biçimde yorumlanmaktadır. Ve bu meydana çıkan farklılık kişilerin geri kalan hayatındaki davranışları üzerinde önemli bir etkiye sahiptir (Arık, 1996).

2.2.1. Akademik Başarıyı Etkileyen Unsurlar

Akademik başarıyı etkileyen bir çok sebep vardır. Fiziksel ve çevresel durumlar, öğrenmeye hazır bulunuşluk, zihinsel, bilişsel, duygusal ve sosyal açılardan olgunlaşma düzeyi, ders çalışma alışkanlıkları, geçmişte yaşanan tecrübeler, kendine güven seviyesi, sosyal becerilerin ve iletişim becerileri vb. durumlar bireyin akademik başarısına olumlu ya da olumsuz etki eder (Ergün, Özdemir, Çorlu ve Savran, 2004: 362).

Bloom'un öğrenme kuramına göre, öğrenciler her yeni konuya belirli bir altyapı ve özgeçmiş ile başlarlar. Öğrencilerin öğrenme ünitesiyle olan etkileşimini ve öğrenmeyi etkileyen ana unsur özgeçmiştir. Bu özgeçmişte geel giriş nitelikleriyle beraber var olan bilişsel ve duyuşsal giriş davranışları, öğrenmeyi dolayısıyla da başarıyı etkileyen ana unsur olarak karşımıza çıkmaktadır (Bloom, 1979:29).

Gökalp ise okul başarılarına etki eden etmenleri şöyle sıralamıştır; duygusal faktörler, benlik algısı, motivasyon, zihinsel faktörler, sınav kaygısı, cinsiyet, ebeveyn tutumları, kardeş tutumları, okul-öğretmen faktörü, ders çalışma yöntemi (Gökalp, 2006).

Özer ve Burgaz (2002) kişilerin okul başarılarını etkileyen değişkenleri okul içi ve okul dışı olmak üzere ikiye ayırmıştır. Okul içerisinden kaynaklanan durumlar okul içi etmenler olarak ele alınırken, daha çok aile ve yakın çevreden kaynaklanan durumlar ise okul dışı etmenler olarak ifade edilmektedir.

Topçu ve Uzundumlu yaptıkları çalışmadan akademik başarıya etki eden etmenleri üç ana grup altında incelemişler ve bunları; öğrenciye bağlı (demografik, kişilik, psikolojik ve sağlık), akademik personele bağlı (dersi sunuş şekli, motive etme ve bilgiyi aktarabilme becerisi) ve çevresel faktörler biçiminde sıralamışlardır (Topçu ve Uzundumlu, 2012: 51).

Eğitim ve öğretim faaliyetleri, bünyesinde barındırmış olduğu değişkenler açısından ele alındığında çok komplike bir süreçtir. Ve bundan dolayı kişilerin başarı ya da başarısızlık durumlarını özetlemek için birkaç etmen fazlasıyla yetersiz kalacaktır (Ergün, Özdemir, Çorlu ve Savran, 2004: 362).

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

3. ARAŞTIRMA YÖNTEMİ

Çalışmanın bu bölümünde araştırmanın amacı, önemi, sayıtlıları, sınırlılıkları, hipotezleri, yöntemi, evren ve örneklemi, veri toplama araçları, verilerin analizleri ve elde edilen bulgular yer almaktadır.

3.1. Araştırmanın Amacı ve Önemi

Bu araştırmanın amacı, üniversite öğrencilerinin rekreatif faaliyetlere katılımlarının ve motivasyonlarının akademik başarı düzeylerine etkilerinin araştırılması, var ise aradaki ilişkinin belirlenmesi ve tartışılmaya açılmasıdır.

Bu çalışmadan elde edilecek sonuçlar neticesinde rekreasyon faaliyetlerine katılım ve akademik başarı arasında nasıl bir ilişki olduğu ortaya konacaktır. Ayrıca bu çalışmadan elde edilen verilerin bundan sonraki çalışmalara ışık tutacak olması çalışmanın önemini ortaya koymaktadır.

3.2. Sayıltılar

1) Katılımcıların anket ve ölçeklere verdikleri cevaplar onların gerçek görüş ve düşüncelerini yansıtmakta olup anket sorularına içtenlikle yanıt vermişlerdir.

2) Anket soruları çalışmanın amacına hizmet etmektedir.

3) Ölçme aracı yeterli geçerlilik ve güvenilirliğe sahiptir.

4) Evrenden alınan örneklem grubu evreni temsil etmektedir.

3.3. Sınırlılıklar

Araştırma, Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesinde öğrenim gören üniversite öğrencileri ve 2017-2018 eğitim-öğretim yılı ile sınırlı tutuldu. Bununla birlikte bir dışlama kriteri belirlenip, özel yetenekle girilen bölümlerde okuyan öğrenciler araştırmaya dâhil edilmemiştir. Sebebi ise bölümleri gereği özel yetenek ve ilgi alanı olan bu bölüm öğrencilerinin araştırmanın objektifliğine zarar verebilecek olmasıdır.

3.4. Araştırmanın Hipotezleri

H1: Rekreatif faaliyetlere katılım ile akademik başarı düzeyi arasında anlamlı fark vardır.

$H_0$1: Rekreatif faaliyetlere katılım ile akademik başarı düzeyi arasında anlamlı fark yoktur.

H2: Rekreatif faaliyetlere katılım ile boş zaman motivasyonu arasında anlamlı fark vardır.

$H_0$2: Rekreatif faaliyetlere katılım ile boş zaman motivasyonu arasında anlamlı fark yoktur.

H3: Rekreatif faaliyetlere katılım ile günlük boş zaman süresi arasında anlamlı fark vardır.

$H_0$3: Rekreatif faaliyetlere katılım ile günlük boş zaman süresi arasında anlamlı fark yoktur.

H4: Faaliyetlere ayrılan günlük süre ile akademik başarı düzeyi arasında anlamlı fark vardır.

$H_0$4: Faaliyetlere ayrılan günlük süre ile akademik başarı düzeyi arasında anlamlı fark vardır.

3.5. Araştırmanın Yöntemi

Bu çalışma nicel araştırma yöntemlerinden betimsel ve tarama modellerine uygun olarak yapıldı.

3.6. Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Araştırmanın evrenini Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi öğrencileri oluşturmaktadır. Örneklem ise % 95 güven seviyesinde % 5 hata payı formüle edilip hesaplanmış ve azami 370 kişi olarak bulundu. Katılımcılar her iki cinsiyetten de rastgele seçim ile belirlendi. Eksik bilgi ya da hatalı anketlerin olabileceği göz önünde bulundurularak 500 anket öğrencilere dağıtıldı. Öğrencilerin akademik not ortalamalarını öğrenememe sorunu başta olmak üzere çeşitli eksiklikler sonucu 86 anket değerlendirmeye alınmadı. Toplam 414 katılımcı da çalışmanın örneklem grubunu oluşturdu.

3.7. Araştırmada Kullanılan Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama yöntemi olarak kullanılan anket üç kısımdan oluşmaktadır.

3.7.1. Demografik Bilgiler Formu

Araştırmada kullanılan anketin birinci kısmını oluşturan demografik bilgiler formunda katılımcıların anket çalışmasına katılmadan önce rekreasyon kavramının tanımını bilip bilmedikleri, cinsiyetleri, yaşları, günlük boş zaman süreleri, günlük rekreatif faaliyetlere katılım süreleri, barınma giderleri hariç aylık masrafları, boş zamanlarını etkili kullanıp kullanmadıkları, akademik not ortalamaları, rekreatif faaliyetlere katılıp katılmadıkları ve bu etkinliklere katılan bireylerin de hangi rekreatif faaliyet türünü tercih ettikleri yer aldı.

3.7.2. Boş Zaman Tutum Ölçeği

İkinci kısımda Ragheb ve Beard (1982) tarafından geliştirilen "Leisure Attitude Scale: LAS" ölçeğinin Akgül ve Gürbüz (2010) tarafından Türkçeye

uyarlaması olan “Boş Zaman Tutum Ölçeği” kullanıldı. Ölçeğin iç tutarlılık katsayıları (Cronbach Alfa) Bilişsel .81 ile Duyuşsal .92 arasında değiştiği ve toplamda .92 olarak bulunmuştur (Akgül ve Gürbüz, 2010). Boş Zaman Tutum Ölçeği (1) bilişsel (2) duyuşsal ve (3) davranışsal olmak üzere eşit dağılımlı (12’şer maddelik) 3 alt boyuttan ve toplam 36 maddeden oluşmaktadır. 5’li likert tipi olan ölçekte ifadeler; Kesinlikle katılmıyorum – Katılmıyorum – Kararsızım – Katılıyorum -Kesinlikle katılıyorum şeklinde yanıtlanmaktadır. Ölçekten en az 36 puan, en fazla ise 180 puan alınabilmektedir.

Bu çalışmada ise Cronbach Alfa değeri “Boş Zaman Tutum Ölçeği” için 0.953, “Bilişsel Alt Boyutu” için 0.952, “Duyuşsal Alt Boyutu” için 0.950 ve “Davranışsal Alt Boyutu” için de 0.958 olarak bulundu.

3.7.3. Boş Zaman Motivasyon Ölçeği

Üçüncü kısımda da Pelletier, Vallerand, Blais ve Brière tarafından geliştirilen, (Mutlu 2008) tarafından geçerlik güvenirlik çalışması yapılarak Türkçeye çevrilen “Boş Zaman Motivasyon Ölçeği” kullanılmıştır. Ölçeğin Türkçe formu, toplam 22 maddeden ve (1) motivasyonsuzluk (2) bilmek ve başarmak, (3) uyaran yaşama, (4) özdeşim/ içe atım ve (5) dışsal düzenleme gibi 5 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçek 5’li likert tipindedir (Tamamen Katılmıyorum - Katılmıyorum - Kısmen Katılıyorum - Katılıyorum - Tamamen Katılıyorum). Ölçeğin toplam iç tutarlılık katsayısı .77’dir.

Bu çalışmada ise Cronbach Alfa değeri “Boş Zaman Motivasyonu” için 0.714, “Motivasyonsuzluk” alt boyutu için 0.708, “Bilmek/Başarmak” alt boyutu için 0.714, “Uyaran Yaşama” alt boyutu için 0.726, “Özdeşim/İçe Atım” alt boyutu için 0.719 ve “Dışsal Düzenleme” için de 0.701 olarak bulundu.

3.8. Verilerin Analizi

Verilerin analizi Windows için SPSS 15.0 istatistik paket programında yapıldı. Demografik bilgiler ve veri toplama araçlarından elde edilen diğer parametreler için yüzde(**%**), Frekans(**f**), aritmetik ortalama(***X***), standart sapma(**Ss.**), maksimum(**Maks.**) ve minimum(**Min.**) değerler belirlendi. Verilerin normallik dağılımı için Kolmogorov-Smirnov normallik testi kullanılırken, bağımsız guruplar arası farklılıklar da Ki-kare analizi(X^2), tek yönlü varyans analizi (One-Way-ANOVA – LSD, Bonferroni, Post Hoc Tests) ve bağımsız örneklem t-testi(Independent Samples T-Test) ile belirlendi. Anlamlılık $p<0.05$ olarak kabul edildi.

3.9. Bulgular

3.9.1. Katılımcıların Demografik Yapılarına İlişkin Dağılımları

Tablo 1. Araştırmaya Katılan Üniversite Öğrencilerinin Yaş Dağılımı

Yaş	**f**	**%**
18 yaş altı	-	0.0
18-20 Yaş Grubu	110	26.6
21-23 Yaş Grubu	245	59.2
24-26 Yaş Grubu	40	9.7
27-29 Yaş Grubu	7	1.7
30 Yaş Üzeri	12	2.9
Toplam	**414**	**100.0**

Tablo 1'de araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin yaş dağılımı detaylı olarak verilmektedir. Araştırma katılan öğrencilerin büyük çoğunluğunun 18-23(%85,8/f=355) yaş grubu arasında olduğu belirlendi.

Tablo 2. Araştırmaya Katılan Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyet Dağılımı

Cinsiyet	**f**	**%**
Kadın	300	72.5
Erkek	114	27.5
Toplam	414	100.0

Tablo 2'de araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin cinsiyet dağılımı detaylı olarak verilmektedir.

Tablo 3. Araştırmaya Katılan Üniversite Öğrencilerinin Barınma Masrafları Hariç Aylık Harcama Dağılımı

Barınma Masrafı Harici Aylık Harcama (ay/TL)	**F**	**%**
500 TL veya daha az	202	48.8
501-750 TL arası	142	34.3
751-1000 TL arası	39	9.4
1001-1250 TL arası	22	5.3
1251 TL ve üzeri	9	2.2
Toplam	**414**	**100.0**

Tablo 3'de araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin aylık barınma masraflarının dağılımı detaylı olarak verilmektedir.

Tablo 4. Araştırmaya Katılan Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Dağılımı

Boş Zaman(gün/saat)	**F**	**%**
Boş zamanım yok	10	2.4
1 saatten az	4	1.0
1-2 saat arası	39	9.4
3-4 saat arası	134	32.4
5-6 saat arası	140	33.8
7 saat ve daha fazlası	87	21.0
Toplam	**414**	**100.0**

Tablo 4'de araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin boş zaman dağılımı detaylı olarak verilmektedir.

Tablo 5. Araştırmaya Katılan Üniversite Öğrencilerinin Rekreasyon Faaliyetlerine Zaman Ayırma Durumlarının Dağılımı

Rekreasyon Faaliyeti Zamanı(gün/saat)	**f**	**%**
Hiç ayırmıyorum	55	13.3
1 saatten az	55	13.3
1-2 saat arası	146	35.3
3-4 saat arası	103	24.9
5-6 saat arası	38	9.2
7 saat ve daha fazlası	17	4.1
Toplam	**414**	**100.0**

Tablo 5'de araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin rekreasyon faaliyetlerine zaman ayırma durumlarının dağılımı detaylı olarak verilmektedir.

Tablo 6. Araştırmaya Katılan Üniversite Öğrencilerinin Boş Zamanlarının Etkili Kullanılması Hakkındaki Görüşlerinin Dağılımı

	F	**%**
Evet	67	16.2
Hayır	104	25.1
Bazen	243	58.7
Toplam	**414**	**100.0**

Tablo 6'da araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin boş zamanlarının etkili kullanılması hakkındaki görüşlerinin dağılımı detaylı olarak verilmektedir.

Tablo 7. Araştırmaya Katılan Üniversite Öğrencilerinin Rekreasyon Etkinliklerine Katılma Durumlarının Dağılımı

	f	**%**
Katılmıyor	72	17.4
Katılıyor	342	82.6
Toplam	**43**	**100.0**

Tablo 7'de araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin rekreatif etkinliklere katılma durumlarının dağılımı detaylı olarak verilmektedir.

Tablo 8. Araştırmaya Katılan Üniversite Öğrencilerinin Öncelikli Olarak Katıldıkları Rekreasyon Etkinlikleri Dağılımı

	F	**%**
Dinlenme Etkinlikleri	93	27.2
Sportif Etkinlikler	74	21.6
Sosyal Etkinlikler	45	13.2
Kültürel Etkinlikler	40	11.7
Sanatsal Etkinlikler	54	15.8
Turistik Etkinlikler	36	10.5
Toplam	**342**	100.0

Tablo 8'de araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin öncelikli olarak katıldıkları rekreatif etkinliklerinin dağılımı detaylı olarak verilmektedir.

Tablo 9. Katılımcıların Araştırmaya Katılmadan Önce Rekreasyon Kavramının Tanımını Hakkında Bilgi Sahibi Olma Durumlarının Dağılımı

	f	**%**
Hayır	321	77.5
Evet	93	22.5
Toplam	414	100.0

Tablo 9'da araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin araştırmaya katılmadan önce rekreasyon kavramının tanımını hakkında bilgi sahibi olma durumlarının dağılımı detaylı olarak verilmektedir.

Tablo 10. Araştırmaya Katılan Üniversite Öğrencilerinin Yaş ve Akademik Not Ortalaması Değerleri

Parametre	N	Min.	Maks.	$\overline{X}$	SS.
Yaş(yıl)	414	18	35	21.9	2.43
Akademik Not Ortalaması (0/4)	414	1.37	3.92	2.9	0.44
Akademik Not Ortalaması (0/100)	414	38.63	98.13	74.9	10.30

Tablo 10'a göre araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin ortalama değerleri yaş için 21,9±2,4 yıl, akademik not ortalaması (0/4) için 2,9±0,4 puan ve akademik not ortalaması (0/100) için 74,9±10,3 puan olarak bulundu.

3.9.2. Katılımcıların Boş Zaman Tutumu Ölçeği ve Boş Zaman Motivasyonu Ölçeğine Verdikleri Cevaplara İlişkin Dağılımları

Tablo 11. Araştırmaya Katılan Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Motivasyonları ve Boş Zaman Tutumlarının Değerleri

Parametre	n	Min.	Maks.	$\overline{X}$	Ss.
Boş Zaman **Motivasyon (Toplam)**	414	44.0	101.0	74.7	8.2
Boş Zaman **Motivasyon (Motivasyonsuzluk)**	414	4.0	15.0	13.0	1.9
Boş Zaman **Motivasyon (Bilmek/Başarmak)**	414	7.0	25.0	19.6	3.3
Boş Zaman **Motivasyon (Uyaran Yaşama)**	414	3.0	10.0	8.7	1.3
Boş Zaman **Motivasyon (Özdeşim/İçe Atım)**	414	4.0	20.0	14.3	2.5
Boş Zaman **Motivasyon (Dışsal Düzenleme)**	414	4.0	17.0	10.7	2.2

Boş Zaman **Tutum (Toplam)**	414	56.0	180.0	146.1	19.9
Boş Zaman **Tutum (Bilişsel)**	414	15.0	60.0	51.2	7.3
Boş Zaman **Tutum (Duyuşsal)**	414	18.0	60.0	49.7	7.3
Boş Zaman **Tutum (Davranışsal)**	414	12,0	60.0	45.3	7.8

Tablo 11'e göre araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin ortalama değerleri boş zaman motivasyonları(toplam) için 74.7±8.2 puan, boş zaman motivasyonları motivasyonsuzluk alt boyutu için 13.0±1.9 puan, boş zaman motivasyonları bilmek/başarmak alt boyutu için 19.6±3.3 puan, boş zaman motivasyonları uyaran yaşama alt boyutu için 8.7±1.3 puan, boş zaman motivasyonları özdeşim/içe atım alt boyutu için 14.3±2.5 puan, boş zaman motivasyonları dışsal düzenleme alt boyutu için 10.7±2.2 puan, boş zaman tutum(toplam) için 146.1±19.9 puan, boş zaman tutum bilişsel alt boyutu için 51.2±7.3 puan, boş zaman tutum duyuşsal alt boyutu için 49.7±7.3 puan ve boş zaman tutum bilişsel alt boyutu için 45.3±7.8 puan olarak belirlendi.

3.9.3. Katılımcıların Demografik Bilgileri, Boş Zaman Tutumu Ölçeği ve Boş Zaman Motivasyonuna Yönelik Cevaplarının Analizleri

Tablo 12. Araştırmaya Katılan Üniversite Cinsiyetlerine Bağlı Olarak Boş Zamanlarını Etkili Kullanmalarına İlişkin Görüşlerinin Dağılımı

			Etkili Zaman Kullanımı		
			Evet	Hayır	Bazen
Cinsiyet	Erkek	F	23	32	59
		%	20.2	28.1	51.8
	Kadın	F	44	72	184
		%	14.7	24.0	61.3
Toplam		**F**	**67**	**104**	**243**
		%	**16.2**	**25.1**	**58.7**

$\boldsymbol{X^2}$ (4, N = 414) = 0.18, p < .05.)

Tablo 12'ye göre; üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine bağlı olarak rekreasyon faaliyetlerine katılım durumlarında anlamlı bir farklılık belirlenemedi. Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine bağlı olarak rekreasyon faaliyetlerine katılma oranlarının birbirine yakın olduğu bulundu.

Tablo 13. Araştırmaya Katılan Üniversite Yaşlarına Bağlı Olarak Boş Zamanlarını Etkili Kullanmalarına İlişkin Görüşlerinin Dağılımı

			Etkili Zaman Kullanımı		
			Evet	Hayır	Bazen
Yaş	18-20 Yaş Grubu	F	18	28	64
		%	16.4	25.5	58.2
	21-23 Yaş Grubu	F	41	59	145
		%	16.7	24.1	59.2
	24-26 Yaş Grubu	F	5	11	24
		%	12.5	27.5	60.0
	27-29 Yaş Grubu	F	1	3	3
		%	14.3	42.9	42.9
	30 Yaş Üzeri	F	2	3	7
		%	16.7	25.0	58.3
Toplam		**F**	**67**	**104**	**243**
		%	**16.2**	**25.1**	**58.7**

$\boldsymbol{X^2}$ (4, N = 414) = 0.98, p < .05.)

Tablo 13'e göre; üniversite öğrencilerinin yaşlarına bağlı olarak zamanı etkili kullanım düşünceleri durumlarında anlamlı bir farklılık tespit edilmedi. Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin yaşlarına bağlı olarak zamanı etkili kullanım düşüncelerinin oranlarının birbirine yakın olduğu belirlendi.

Tablo 14. Araştırmaya Katılan Üniversite Öğrencilerinin Yaşa Bağlı Olarak Rekreasyon Etkinliklerine Katılma Durumu Dağılımı

			Rekreasyon Faaliyetlerine Katılım Durumu	
			Katılmıyor	Katılıyor
Yaş	18-20 Yaş Grubu	F	16	94
		%	14.5	85.5
	21-23 Yaş Grubu	F	42	203
		%	17.1	82.9
	24-26 Yaş Grubu	F	10	30
		%	25.0	75.0
	27-29 Yaş Grubu	F	1	6
		%	14.3	85.7
	30 Yaş Üzeri	F	3	9
		%	25.0	75.0
Toplam		**F**	**72**	**342**
		%	**17.4**	**82.6**

$\boldsymbol{X^2}$ (4, N = 414) = 0.60, p < .05.)

Tablo 14'e göre; üniversite öğrencilerinin yaşa bağlı olarak rekreasyon faaliyetlerine katılım durumlarında anlamlı bir farklılık tespit edilmedi. Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin yaş gruplarına bağlı olarak rekreasyon faaliyetlerine katılma oranlarının birbirine yakın olduğu belirlendi.

Tablo 15. Araştırmaya Katılan Üniversite Öğrencilerinin Yaşa Bağlı Olarak Katıldıkları Rekreasyon Etkinliklerinin Dağılımı

			Rekreasyon Faaliyet Türleri					
			Dinlenme	Sportif Etkinlik	Sosyal Etkinlik	Kültürel Etkinlik	Sanatsal Etkinlik	Turistik Etkinlik
Yaş	18-20 Yaş Grubu	f	18	25	7	13	20	11
		%	19.1	26.6	7.4	13.8	21.3	11.7
	21-23 Yaş Grubu	f	69	37	28	20	30	19
		%	34.0	18.2	13.8	9.9	14.8	9.4
		f	5	9	8	4	2	2

	24-26 Yaş Grubu	%	16.7	30.0	26.7	13.3	6.7	6.7
	27-29 Yaş Grubu	f	1	1	1	1	1	1
		%	16.7	16.7	16.7	16.7	16.7	16.7
	30 Yaş ve Üzeri	f	-	2	1	2	1	3
		%	-	22.2	11.1	22.2	11.1	33.3
Total		**f**	**93**	**74**	**45**	**40**	**54**	**36**
		%	**27.2**	**21.6**	**13.2**	**11.7**	**15.8**	**10.5**

X^2 (20, N = 342) = 0.06, p < .05.)

Tablo 15'e göre; üniversite öğrencilerinin yaşlarına bağlı olarak katıldıkları rekreasyon faaliyetlerinin türlerinde anlamlı bir farklılık tespit edilmedi. Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin yaşlarına bağlı olarak katıldıkları rekreasyon faaliyetlerinin türlerinin dağılım oranlarının birbirine benzer olduğu bulundu.

Tablo 16. Araştırmaya Katılan Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyetlerine Bağlı Olarak Rekreasyon Etkinliklerine Katılma Durumu Dağılımı

			Rekreasyon Faaliyetlerine Katılım	
			Katılmıyor	Katılıyor
Cinsiyet	Erkek	F	18	96
		%	15.8	84.2
	Kadın	F	54	246
		%	18.0	82.0
Toplam		**F**	**72**	**342**
		%	**17.4**	**82.6**

X^2 (4, N = 414) = 0.59, p < .05.)

Tablo 16'ya göre; üniversite öğrencilerinin cinsiyetine bağlı olarak rekreasyon faaliyetlerine katılım durumlarında anlamlı bir farklılık bulunamadı. Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine bağlı olarak rekreasyon faaliyetlerine katılma oranlarının birbirine yakın olduğu tespit edildi.

Tablo 17. Araştırmaya Katılan Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyetine Bağlı Olarak Katıldıkları Rekreasyon Etkinliklerinin Dağılımı

			Rekreasyon Faaliyet Türleri					
			Dinlenme	Sportif Etkinlik	Sosyal Etkinlik	Kültürel Etkinlik	Sanatsal Etkinlik	Turistik Etkinlik
Cinsiyet	Erkek	f	25	29	12	7	16	7
		%	26.0	30.2	12.5	7.3	16.7	7.3
	Kadın	f	68	45	33	33	38	29
		%	27.6	18.3	13.4	13.4	15.4	11.8
Toplam		**f**	**93**	**74**	**45**	**40**	**54**	**36**
		%	**27.2**	**21.6**	**13.2**	**11.7**	**15.8**	**10.5**

X^2 (5, N = 342) = 0.14, p < .05.)

Tablo 17'ye göre; üniversite öğrencilerinin cinsiyetine bağlı olarak katıldıkları rekreasyon faaliyetlerinin türlerinde anlamlı bir farklılık tespit edilmedi. Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine bağlı olarak katıldıkları rekreasyon faaliyetlerinin türlerinin dağılım oranlarının birbirine benzer olduğu bulundu.

Tablo 18. Araştırmaya Katılan Üniversite Öğrencilerinin Masraflarına Bağlı Olarak Rekreasyon Etkinliklerine Katılma Durumu Dağılımı

			Rekreasyon Faaliyetlerine Katılım	
			Katılmıyor	Katılıyor
Masraf	500 TL veya daha az	F	36	166
		%	17.8	82.2
	501-750 TL	F	21	121
		%	14.8	85.2
	751-1000 TL	F	7	32
		%	17.9	82.1
	1001-1250 TL	F	5	17
		%	22.7	77.3
	1251 TL ve üzeri	F	3	6

	%	33.3	66.7
Toplam	**F**	**72**	**342**
	%	**17.4**	**82.6**

X^2 (4, N = 414) = 0.60, p < .05.)

Tablo 18'e göre; üniversite öğrencilerinin masraflarına bağlı olarak rekreasyon faaliyetlerine katılım durumlarında anlamlı bir farklılık bulunamadı. Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin masraflarına bağlı olarak rekreasyon faaliyetlerine katılma oranlarının birbirine yakın olduğu tespit edildi.

Tablo 19. Araştırmaya Katılan Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Sürelerine Bağlı Olarak Rekreasyon Etkinliklerine Katılma Durumu Dağılımı

			Rekreasyon Faaliyetlerine Katılım	
			Katılmıyor	Katılıyor
Boş Zaman Süresi	Boş zamanım yok	f	7	3
		%	70.0	30.0
	1 saatten az	f	3	1
		%	75.0	25.0
	1-2 saat arası	f	4	35
		%	10.3	89.7
	3-4 saat arası	f	28	106
		%	20.9	79.1
	5-6 saat arası	f	19	121
		%	13.6	86.4
	7 saat ve daha fazlası	f	11	76
		%	12.6	87.4
Toplam		**f**	**72**	**342**
		%	**17.4**	**82.6**

X^2 (5, N = 414) = 0.00, p < .05.)

Tablo 19'a göre; üniversite öğrencilerinin boş zaman sürelerine bağlı olarak rekreasyon faaliyetlerine katılım durumlarında anlamlı bir farklılık saptanamadı. Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin boş zaman sürelerine bağlı olarak rekreasyon faaliyetlerine katılma oranlarının birbirine yakın olduğu belirlendi.H3 reddedildi, $H_0$3 kabul edildi.

Tablo 20. Araştırmaya Katılan Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Sürelerine Göre Akademik Not Ortalamalarının Karşılaştırılması

	Grup	n	$\overline{X}$	Ss.	Min.	Maks.	F	Sd.
Akademik Not Ortalaması (0/4)	Boş Zaman Yok	10	2.75	.5	1.97	3.28	1.204	5
	1 Saatten Daha Az	4	2.91	.1	2.80	3.00		
	1-2 Saat Arası	39	3.03	.4	2.05	3.77		
	3-4 Saat Arası	134	2.94	.4	1.77	3.88		
	5-6 Saat Arası	140	2.93	.4	1.37	3.73		
	7 Saatten Fazla	87	2.86	.4	2.00	3.92		
Akademik Not Ortalaması (0/100)	Boş Zaman Yok	10	70.94	10.7	52.63	83.20	1.206	5
	1 Saatten Daha Az	4	74.62	2.2	72.00	76.66		
	1-2 Saat Arası	39	77.56	9.2	54.50	94.63		
	3-4 Saat Arası	134	75.25	10.9	47.96	97.20		
	5-6 Saat Arası	140	75.11	10.5	38.63	93.70		
	7 Saatten Fazla	87	73.47	9.4	53.33	89.03		

***p<0.05**

Tablo 20'ye göre; araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin, her iki not sistemindeki akademik not ortalamalarının boş zaman sürelerine göre anlamlı bir farklılık göstermediği tespit edildi **[***F*(5, 1,206) = 0.30, *p* < .05.)**]**.

Tablo 21. Araştırmaya Katılan Üniversite Öğrencilerinin Boş Zamanlarını Etkili Kullanma Durumlarına Göre Akademik Not Ortalamalarının Karşılaştırılması

	No	Grup	N	$\overline{X}$	Ss.	Min.	Maks.	F	Sd.	Post Hoc
Akademik Not Ortalaması (0/4)	**1**	Evet	67	3.03	.4	1.55	3.92	14.237*	2	2<1*
	2	Hayır	104	2.66	.4	1.80	3.54			2<3*
	3	Bazen	243	2.86	.4	1.86	3.73			3<1*
Akademik Not Ortalaması (0/100)	**1**	Evet	67	77.54	9.6	42.83	98.13	14.237*	2	2<1*
	2	Hayır	104	68.88	9.6	48.66	89.26			2<3*
	3	Bazen	243	73.52	9.5	50.06	93.70			3<1*

***p<0.05**

Tablo 21'e göre; araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin, her iki not sistemindeki akademik not ortalamalarının boş zamanlarını etkili kullanım durumlarına göre anlamlı bir farklılık gösterdiği tespit edildi **[***F*(5, 8,422) = 0.00, *p* < .05.)**]**. Bu farklılıkta; boş zamanlarını etkili kullandığını düşünen üniversite öğrencilerinin her iki not sistemindeki akademik not ortalamalarının boş zamanlarını etkili kullandığını bazen düşünen ve boş zamanlarını etkili kullandığını düşünmeyen üniversite öğrencilerinden, boş zamanlarını etkili kullandığını bazen düşünen üniversite öğrencilerinin de boş zamanlarını etkili kullandığını düşünmeyen üniversite öğrencilerinden anlamlı olarak daha yüksek olduğu belirlendi (p<0.05).

Tablo 22. Araştırmaya Katılan Üniversitede Öğrencilerinin Rekreasyon Faaliyetlerine Katılma Durumlarına Yaş ve Akademik Not Ortalamalarının Karşılaştırılması

Parametre	Grup	N	$\overline{X}$	Ss.	T	Sd.	P
Yaş	Katılmıyor	72	22.3	2.7	1.339	412	.181
(yıl)	Katılıyor	342	21.9	2.3			
Akademik Not Ortalaması	Katılmıyor	72	2.68	.4	-5.199	412	.000*
(0/4)	Katılıyor	342	2.97	.4			
Akademik Not Ortalaması	Katılmıyor	72	69.39	9.2			
(0/100)	Katılıyor	342	76.11	10.12	-5.199	412	.000*

***p<0.05**

Tablo 22'e göre; rekreasyon faaliyetlerine katılan ve katılmayan üniversite öğrencilerinin her iki not sistemindeki akademik not ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık bulundu ($t(412) = -5.199$, $p = .000$.). Bulunan farklılıkta; rekreasyon faaliyetlerine katılan grubun her iki sistemdeki akademik not ortalamalarının rekreasyon faaliyetlerine katılmayan gruptan daha yüksek olduğu tespit edildi. H1 kabul edildi, $H_0 1$ reddedildi. Ayrıca rekreasyon faaliyetlerine katılan ve katılmayan üniversite öğrencilerinin yaş ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık bulunamadı ($t(412) = 1.339$, $p = .181$.).

Tablo 23. Araştırmaya Katılan Üniversite Öğrencilerinin Katıldıkları Rekreasyon Faaliyetinin Türüne Göre Akademik Not Ortalamalarının Karşılaştırılması

	Grup	N	$\overline{X}$	Ss.	Min.	Maks.	F	Sd.
Akademik Not Ortalaması (0/4)	Dinlenme	93	2.88	.4	1.37	3.77	2.154	5
	Sportif Etkinlikler	74	3.05	.4	1.95	3.88		
	Sosyal Etkinlikler	45	3.06	.3	2.37	3.59		
	Kültürel Etkinlikler	40	2.97	.4	1.80	3.59		
	Sanatsal Etkinlikler	54	3.00	.4	1.86	3.92		
	Turistik Etkinlikler	36	2.89	.4	2.00	3.53		
Akademik Not Ortalaması (0/100)	Dinlenme	93	73.94	11.6	38.63	94.63	2.150	5
	Sportif Etkinlikler	74	78.03	9.6	52.16	97.20		
	Sosyal Etkinlikler	45	78.25	7.0	61.96	90.43		
	Kültürel Etkinlikler	40	76.13	9.5	48.66	90.43		
	Sanatsal Etkinlikler	54	76.72	10.1	50.06	98.13		
	Turistik Etkinlikler	36	74.11	10.0	53.33	89.03		

***p<0.05**

Tablo 23'e göre; araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin, her iki not sistemindeki akademik not ortalamalarının katıldıkları rekreasyon faaliyetinin türüne göre anlamlı bir farklılık göstermediği tespit edildi **[***F*(5, 336) = 0.59, *p* < .05.)**]**.

Tablo 24. Araştırmaya Katılan Üniversite Katıldıkları Rekreasyon Faaliyetlerinin Süresine Göre Akademik Not Ortalamalarının Karşılaştırılması

	No	Grup	n	$\overline{X}$	Ss.	Min.	Maks.	F	Sd.	Post Hoc
Akademik Not Ortalaması (0/4)	**1**	Hiç Zaman Ayırmıyorum	55	2.66	.4	1.80	3.54	8.422*	5	1<3* 1<4* 5<3*
	2	1 Saatten Daha Az	55	2.86	.4	1.86	3.73			
	3	1-2 Saat Arası	146	3.03	.4	1.55	3.92			
	4	3-4 Saat Arası	103	3.01	.4	1.37	3.88			
	5	5-6 Saat Arası	38	2.79	.4	1.40	3.53			
	6	7 Saatten Fazla	17	2.78	.3	2.33	3.53			
Akademik Not Ortalaması (0/100)	**1**	Hiç Zaman Ayırmıyorum	55	68.88	9.6	48.66	89.26	8.422*	5	1<3* 1<4* 5<3*
	2	1 Saatten Daha Az	55	73.52	9.5	50.06	93.70			
	3	1-2 Saat Arası	146	77.54	9.6	42.83	98.13			
	4	3-4 Saat Arası	103	76.93	10.2	38.63	97.20			
	5	5-6 Saat Arası	38	71.88	10.8	39.33	89.03			
	6	7 Saatten Fazla	17	71.52	7.2	61.03	89.03			

***p<0.05**

Tablo 24'e göre; araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin, her iki not sistemindeki akademik not ortalamalarının rekreasyon faaliyeti sürelerine göre anlamlı bir farklılık gösterdiği tespit edildi **[***F*(5, 8,422) = 0.00, *p* < .05.**)]**. Bu farklılıkta; rekreasyon etkinliklerine hiç zaman ayırmayan üniversite öğrencilerinin akademik not ortalamalarının 1-2 saat arası ve 3-4 saat arası rekreasyon faaliyetlerine zaman ayıran

üniversite öğrencilerinden, rekreasyon etkinliklerine 5-6 saat arası zaman ayıran üniversite öğrencilerinin de 1-2 saat arası rekreasyon etkinliklerine zaman ayıran üniversite öğrencilerinden anlamlı olarak daha düşük olduğu belirlendi ($p<0.05$). H4 kabul edildi, $H_0$4 reddedildi.

Tablo 25. Araştırmaya Katılan Üniversite Öğrencilerinin Rekreasyon Faaliyetlerine Katılma Durumlarına Göre Boş Zaman Tutumlarının ve Boş Zaman Motivasyonlarının Karşılaştırılması

Parametre	Grup	N	$\overline{X}$	Ss.	T	Sd.	P
BZM (Toplam)	Katılmıyor	72	72.3	9.4	-2.670	412	.008*
	Katılıyor	342	75.1	7.9			
BZM (Motivasyonsuzluk)	Katılmıyor	72	12.0	2.4	-4.732	412	.000*
	Katılıyor	342	13.2	1.7			
BZM (Bilmek/Başarmak)	Katılmıyor	72	17.9	3.6	-4.612	412	.000*
	Katılıyor	342	19.9	3.2			
BZM (Uyaran Yaşama)	Katılmıyor	72	8.1	1.5	-3.909	412	.000*
	Katılıyor	342	8.8	1.2			
BZM (Özdeşim/İçe Atım)	Katılmıyor	72	13.5	2.8	-2.897	412	.004*
	Katılıyor	342	14.4	2.4			

BZM (Dışsal Düzenleme)	Katılmıyor	72	10.1	2.3	-4.698	412	.000*
	Katılıyor	342	11.3	2.2			
BZT (Toplam)	Katılmıyor	72	134.9	24.7	-4.443	86,938	.000*
	Katılıyor	342	148.5	17.7			
BZT (Bilişsel)	Katılmıyor	72	47.4	9.5	-3.842	85,181	.000*
	Katılıyor	342	52.0	6.4			
BZT (Duyuşsal)	Katılmıyor	72	46.3	9.4	-3.558	85,885	.001*
	Katılıyor	342	50.4	6.5			
BZT (Davranışsal)	Katılmıyor	72	41.1	8.5	-4.597	94,511	.000*
	Katılıyor	342	46.1	7.3			

***p<0.05**
BZM: Boş Zaman Motivasyonu
BZT: Boş Zaman Tutumu

Tablo 25'e göre; araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin rekreasyon faaliyetlerine katılma durumlarına göre boş zaman tutumları ile tüm alt boyutlarının ve boş zaman motivasyonları ile tüm alt boyutlarının anlamlı bir farklılık gösterdiği bulundu ($p<0.05$). Bulunan bu farklılıkta; rekreasyon faaliyetlerine katılan grubun boş zaman tutumları ile tüm alt boyutları puanlarının ve boş zaman motivasyonları ile tüm

alt boyutları puanlarının rekreasyon faaliyetlerine katılmayan gruptan daha yüksek olduğu belirlendi. H2 kabul edildi, $H_0$2 reddedildi.

Tablo 26. Araştırmaya Katılan Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyetlerine Göre Boş Zaman Tutumlarının ve Boş Zaman Motivasyonlarının Karşılaştırılması

Parametre	Grup	N	$\overline{X}$	Ss.	t	Sd.	P
BZM (Toplam)	Erkek	114	74.9	8.6	.448	412	.654
	Kadın	300	74.5	8.1			
BZM (Motivasyonsuzluk)	Erkek	114	12.8	2.2	-1.144	412	.254
	Kadın	300	13.0	1.7			
BZM (Bilmek/Başarmak)	Erkek	114	19.5	3.5	-.224	412	.823
	Kadın	300	19.6	3.2			
BZM (Uyaran Yaşama)	Erkek	114	8.5	1.5	-1.099	412	.272
	Kadın	300	8.7	1.2			
BZM (Özdeşim/İçe Atım)	Erkek	114	14.0	2.4	-1.067	412	.286
	Kadın	300	14.3	2.5			
BZM (Dışsal Düzenleme)	Erkek	114	10.8	2.2	.808	412	.420
	Kadın	300	10.6	2.2			
BZT (Toplam)	Erkek	114	143.8	22.9	-1.476	412	.141
	Kadın	300	147.1	18.3			
BZT (Bilişsel)	Erkek	114	49.8	8.5	-1.552	412	.132
	Kadın	300	50.6	6.7			
BZT (Duyuşsal)	Erkek	114	48.8	8.2	-1.539	412	.125
	Kadın	300	50.0	6.8			
BZT (Davranışsal)	Erkek	114	45.2	8.2	-.101	412	.920
	Kadın	300	45.2	7.6			

***p<0.05**
BZM: Boş Zaman Motivasyonu
BZT: Boş Zaman Tutumu

Tablo 26'ya göre; araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine göre boş zaman tutumlarının ve tüm alt boyutlarının ve boş zaman motivasyonlarının ve tüm alt boyutlarının anlamlı bir farklılık göstermediği belirlendi ($p<0.05$).

TARTIŞMA

Üniversite öğrencilerinin rekreatif faaliyetlere katılımlarının ve motivasyonlarının akademik başarı düzeyine etkisini inceleyen bu araştırmada öncelikli olarak rekreatif faaliyetlere katılım ile akademik başarı düzeyi arasında anlamlı bir ilişkiye rastlandı. Buna göre rekreatif faaliyetlere katılan öğrencilerin rekreatif faaliyetlere katılmayan öğrencilerden daha yüksek not ortalamalarına sahip olduğu belirlendi. Bununla birlikte farklı demografik değişkenlerden ve ölçeklerden elde edilen bazı analiz sonuçlarının, rekreatif faaliyetlere katılan grubun not ortalamasının daha yüksek olmasını destekler nitelikte olduğu görüldü. Öğrencilerin akademik başarılarını etkileyen sosyo-ekonomik koşullar, çevre, aile ve zeka gibi faktörlerin yanı sıra rekreasyon faaliyetlerinin de akademik gelişimlerini olumlu etkilediği görülmektedir. Bu bölümde araştırmada elde edilen veriler yorumlandı ve benzer çalışmalar ile karşılaştırılarak tartışmaya açıldı.

Edirne ilinde gerçekleştirilen bu araştırmanın örneklem grubunu Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesinde, farklı bölümlerde öğrenim gören 300 kadın ve 114 erkek olmak üzere, toplam 414 öğrenci oluşturdu. Araştırmadan elde edilen verilerin analizlerinde kadın katılımcılar ile erkek katılımcıların faaliyetlere katılım ve ölçek puanları sonuçlarında anlamlı bir farklılık görülmedi. Çalışmamızdan çıkan sonucun aksine Tel (2007) "Öğretim Üyelerinin Boş Zaman Etkinlikleri Üzerine Bir Araştırma: Doğu Anadolu Örneği" adlı çalışmasında, cinsiyet arasında anlamlı bir fark olduğunu ve erkeklerin kadınlara göre, daha yüksek oranda olduğunu belirtmiştir. Kaya'nın (2011) yaptığı çalışmaya göre; öğrencilerin cinsiyete göre boş zaman motivasyon ölçeği toplam ve alt ölçek puan ortalamaları karşılaştırıldığında, ölçeğin toplam puan, motivasyonsuzluk, bilmek ve başarmak, özdeşim ve içe atım puan ortalamaları açısından gruplar arasındaki farkın kadın cinsiyeti lehine anlamlı olduğunu belirtmiştir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin %83,8'inin 18-25 yaş aralığında olduğu belirlendi. Ülkemizde üniversiteye başlama yaşı olarak kabul edilen 18 yaş ve dört yıllık eğitim süreleri göz önünde bulundurulduğunda katılımcılar üniversite öğrenci profilini yaş kriterine bağlı olarak iyi temsil etmektedir. Bununla birlikte rekratif faaliyetlere katılımda ve akademik not ortalamalarında yaşa göre anlamlı bir farklılığa rastlanılmadı. Öğrencilerin yaşlarının birbirine yakın olmasının yaş değişkenine göre benzer sonuçlar doğurduğunu söyleyebiliriz.

Öncelikli olarak araştırmaya katılan öğrencilerden %17,4'ü herhangi bir rekreatif faaliyete katılmazken, %82,6'sının çeşitli faaliyetlere katıldığı tespit edildi. Rekreatif faaliyetlere katılan öğrencilerin not ortalamaları, faaliyetlere katılmayan öğrencilerin not ortalamalarından hem 4'lü sistemde hem de 100'lük sistemde anlamlı yüksek saptandı. Literatürde bu alanda farklı tespit ve görüşler bulunmaktadır. Büküşoğlu, serbest zaman etkinliklerinin akademik başarıyı etkilemediğini belirtmiştir. Bu sonuca, yapmış olduğu araştırmada katılımcıların %52,8 oranında rekreatif faaliyetlere katılımın akademik başarıya etki etmediğini bildirilmesi ile karar vermiştir (Büküşoğlu, 2005). Buna karşın rekreasyon etkinliklerine katılımın, sonucumuzu destekleri nitelikte, akademik başarıyı arttırdığı 2007 yılında bildirilmektedir (Tekin vd. 2007). Benzer şekilde, ders dışı etkinliklerin öğrencilerin akademik başarılarını %67,7 oranında olumlu etkilediği bildirmektedir (Ekici vd. 2009).

Rekreatif faaliyetlere katılan 342 öğrencinin öncelikli olarak tercih ettiği rekreasyon etkinlikleri sıralandığında %27.2'sinin dinlenme etkinliklerini, %21.6'sının sportif etkinlikleri, %15.8'inin sanatsal etkinlikleri, %13.2'sinin sosyal etkinlikleri, %11.7'sinin kültürel etkinlikleri ve %10.5'inin de turistik etkinlikleri tercih ettiği belirlendi. Bununla birlikte, rekreasyon faaliyet çeşidinin akademik başarı üzerine fark yaratmadığı saptanmakla birlikte, sportif ve sosyal etkinliklere katılan öğrencilerin göreceli olarak daha yüksek akademik not ortalamalarına sahip olduğu saptandı. Texas'taki ilköğretim, ortaöğretim ve liselerin %82'sinin dâhil edildiği 7772 öğrenci üzerinde yapılan geniş bir araştırmada fiziksel olarak sağlıklı olmanın

akademik başarıya katkı sağladığı bulunmuştur (Welk Gj vd. 2010). Yine lisanslı sporcuların okul başarılarının değerlendirilmesi adlı benzer bir çalışma da araştırmaya katılan öğrencilerin okul başarıları spor öncesi ve spordan sonra hem kendi düşünceleriyle hem de karne notları ile incelenmiş ve spor sonrası okul başarılarının arttığını gözlenmiştir. Öğrenciler kendilerine göre başarılarını artıran nedenleri ise; spora başladıktan sonra kazandıkları disiplinli hayat, programlı çalışma, spor yaparak kafasını dağıtma, özgüven yükselmesi gibi olumlu davranışların artması olarak belirtmişlerdir (Aycan, 2016). Çalışmamızda; en düşük akademik not ortalamasına sahip grubun dinlenme etkinliklerini tercih eden grup olarak karşımıza çıkmasının, dinlenme etkinliklerini tercih eden kişilerin bu kazanımlardan mahrum kalmalarıyla ilişkili olduğu düşünülmektedir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin boş zaman motivasyonu ölçeği ve alt boyutları ile boş zaman tutumu ölçeği ve tüm alt gruplarından yüksek puanlar elde ettiği görülmektedir. Ayrıca rekreatif faaliyetlere katılan öğrencilerin boş zaman motivasyon ölçeği ve tüm alt boyutları ile boş zaman tutumu ölçeği ve tüm alt boyutlarından aldığı puanların, rekreatif faaliyetlere katılmayan gruptan anlamlı olarak daha yüksek olduğu belirlendi. Bu sonucun faaliyetlere katılan grubun akademik not ortalamasının yüksek olmasını destekler nitelikte olduğu söylenebilir. Nitekim "Boş Zaman Davranış, Motivasyon, Katılım ve Tatmini; Boş Zaman Davranış Modeli Testi" adlı çalışmada boş zaman motivasyonunun boş zaman etkinliklerine katılmayla doğrudan ilgisi olduğu ve boş zaman etkinliklerine katılımın da boş zaman tatmini ile doğrudan ilişkili olduğu sonuçlarına varılmıştır (Hsieh C.M., 1998). Benzer bir çalışmada ise Ağduman (2014) bireylerin aktivitelere katılma sıklığı ile motivasyon ve tatmini arasında pozitif bir yönde ilişki olduğunu belirtmiştir. Bu bilgiler ışığında boş zaman motivasyonu ve boş zaman tutumunun, rekreatif faaliyetlere katılım ve akademik başarı üzerinde olumlu etkisi olduğu söylenebilir.

Öğrencilerin boş zaman verimlilikleri değerlendirildiğinde "etkili" değerlendirdiğini düşünenler diğerlerine göre ve "bazen etkili" olarak değerlendirenler de "etkili değerlendirmiyorum" diyenlere göre akademik ortalamaları anlamlı yüksek saptandı. Bu durumda öğrencilerin boş zamanlarını etkili şekilde değerlendirebildiklerinde akademik başarılarının da olumlu etkilenebileceği söylenebilir. "Yüksek Öğrenim Kredi ve Yurtlar Kurumu ile Özel Yurtlarda İkamet Eden Öğrencilerin Boş Zaman Faaliyetlerinin Değerlendirilmesi" adlı çalışmada boş zaman değerlendirmenin akademik başarıya ne yönde etkisinin olduğuna bakıldığında "başarıyı artırır" 332 kişi ile en yüksek oranda tespit edilmiştir (Öksüz, 2012). "Yükseköğrenim Kredi ve Yurtlar Kurumunda İkamet Eden Öğrencilerin Boş Zaman Faaliyetlerini Değerlendirme Sorunları Üzerine Bir Araştırma" isimli yüksek lisans tezi çalışması ile en yüksek oranda (%91,4) "başarıyı artırır" sonucu bildirilmektedir (Özmaden, 1997). Araştırmamız bu çalışmalarla benzer sonuçlar vermiştir.

Aylık harcamaların rekreatif faaliyetlere katılım üzerine etkisi incelendiğinde öğrencilerin yarısını oluşturan "500 TL ve daha az" grubu ile diğer gruplar arasında anlamlı fark saptanmadı. Bu verilere bakılarak Trakya Üniversite'sinde rekreasyon faaliyetlerine katılımda maddi faktörlerin daha arka planda olduğu söylenebilir.

Araştırmaya katılanların günlük boş zaman süreleri incelendiğinde öğrencilerin %33,8'i 5-6 saat arası boş zamanın olduğunu, %32,4'ü 3-4 saat boş zamanın olduğunu %21,0'i de 7 saat ve daha fazla boş zamanının olduğunu, %9,4'ü 1-2 saat arası boş zamanının olduğunu, %2,4'ü hiç boş zamanının olmadığını, %1'i de 1 saatten az boş zamanının olduğunu belirtmiştir. Çalışmamızda boş zaman süresinin rekreatif faaliyetlere katılım üzerine etkisi saptanmadı. Bu verilere göre faaliyetlere katılım için günlük boş zaman süresinin tek başına yeterli olmadığı görülmektedir. Çok az boş zamanı olan öğrenciler faaliyetlere katılabilirken çok fazla boş zamanı olan öğrenciler de faaliyetlere katılım göstermeyebilmektedirler. Bu bilgiler ışığında rekreasyon faaliyetlerine katılımın bireylere özgü ve içten gelen bir süreç olduğu söylenebilir. Bu hususta içsel motivasyonun etkili olduğu düşünmekteyiz.

Araştırmaya katılan öğrencilerin günlük rekreasyon faaliyetlerine ayırdıkları zaman incelendiğinde %35,3'ünün 1-2 saat arası zaman ayırdığı, %24,9'unun 3-4 saat zaman ayırdığı, %13,3'ünün faaliyetlere hiç zaman ayırmadığı, %13,3'ünün 1 saatten az zaman ayırdığı, %9,2'sinin 5-6 saat zaman ayırdığı ve %4,1'inin de 7 saat ve daha fazla zaman ayırdığı belirlendi. Rekreasyon faaliyetlerine günlük ayrılan sürenin akademik not ortalaması üzerinde etkili olduğu saptandı. Buna göre günlük rekreatif faaliyet süresi 1-2 saat ve 3-4 saat olanların diğerlerine göre akademik başarıları daha yüksek saptandı. Akademik başarıya etki eden değişkenlerden biri olarak düşündüğümüz rekreasyon faaliyetlerine katılım konusunda elde ettiğimiz verilerde, yüksek akademik not ortalaması için günlük rekreasyon faaliyetine katılım süresinin 1 ile 4 saat arası olduğu görülmektedir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin araştırmaya katılmadan önce rekreasyon kavramı hakkında bilgi sahibi olup olmama durumları incelendiğinde %77,5'i rekreasyon kavramı hakkında daha önceden bir bilgiye sahip değilken, %22,5'inin araştırmadan önce rekreasyon kavramı hakkında bilgi sahibi olduğu belirlendi. Bu verilere göre öğrencilerinin rekreasyon kavramından uzak olduğunu görülmektedir.

SONUÇ

Sonuç olarak: Rekreatif faaliyetlere katılan öğrencilerin faaliyetlere katılmayan öğrencilerden daha yüksek akademik not ortalamalarına sahip olduğu ve rekreatif faaliyetlere katılan öğrencilerin faaliyetlere katılmayan öğrencilerden daha yüksek boş zaman motivasyonuna ve daha yüksek boş zaman tutumlarına sahip olduğu belirlendi. Ayrıca günlük rekreasyona katılım sürelerinde 1-2 saat ile 3-4 saat aralığını tercih eden öğrencilerin, bu saatlerden daha az ya da daha fazla faaliyetlere zaman ayıran öğrencilere göre yüksek akademik not ortalamalarına sahip oldukları bulundu. Bununla birlikte boş zamanlarını etkili kullandıklarını düşünen öğrencilerin diğer tüm öğrencilerden, boş zamanlarını bazen etkili kullandığını düşünen öğrencilerin de boş zamanlarını etkili kullanmadıklarını düşünen öğrencilerden akademik not ortalamalarının daha yüksek olduğu bulundu.

Araştırmadan elde edilen sonuç doğrultusunda rekreatif faaliyetlere katılan öğrenciler daha yüksek akademik not ortalamalarına sahiptirler. Bu sonucun rekreatif faaliyetleri öğrenci ve velilerin gözünde değerli kılacağı görüşündeyiz. Elde edilen bulguların, rekreatif faaliyetlere günlük yaşamda ayrılacak zamana yönelik olumsuz tutumları azaltacağı kanısındayız. Bu faaliyetlerin ilk, orta ve lise gibi farklı yaş grupların akademik başarısı üzerindeki etkisine yönelik de yeni araştırmalara ihtiyaç vardır.

Eğitim öğretim sürecinde öğrencileri bir bütün olarak her yönüyle geliştirmeyi hedefleyen ülkemiz için rekreasyonun önemi vurgulanmalı ve geleceğin öğretmenleri başta olmak üzere tüm öğrenci ve veliler rekreasyonel faaliyetler konusunda bilgilendirilmelidir.

KAYNAKÇA

Abacı R. (2000). *Yaşamın Kalitelendirilmesi,* İstanbul, Sistem Yayıncılık, 2000: 87.

Abadan, N. (1961). Üniversite Öğrencilerinin Serbest Zaman Faaliyetleri. Ankara Üniversitesi Siyasal Bilgiler Fakültesi Yayınları, No: 135117, Ajans Türk Matbaası, Ankara.

Ağduman F. (2014). Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Motivasyon ve Tatminlerinin İncelenmesi, (Atatürk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi), Erzurum 2014, s. 52

Akgül, B.M. ve Gürbüz, B. (2010). Boş Zaman Tutum Ölçeği: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. 11. Uluslar arası Spor Bilimleri Kongresi, Antalya.

Alexandris, K. & Carroll, B. (1997). Demographic differences in the perception of constraints on recreational sport participation: Results from a study in Greece. Leisure Studies, 16(2), 107-125,

Altınkurt, Y. (2008). Öğrenci Devamsızlıklarının Nedenleri ve Devamsızlığın Akademik Başarıya Olan Etkisi, *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi,* 20:129-142.

Arık, A. (1996). Motivasyon ve Heyacana Giriş, Çantay Kitabevi, İstanbul.

Arkonaç, S. A. (1998). "Psikoloji Zihin Süreçleri Bilimi", *Alfa*, İstanbul, 510s.

Arslan, S. (1998). Yükseköğrenim Kredi ve Yurtlar Kurumuna Bağlı Yurtlarda Kalan Kadın Öğrencilerin Rekreasyon Sorunları Üzerine Bir Araştırma. (Yüksek Lisans Tezi, Ankara Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü). Ankara.

Axelsen, M. (2009). The power of leisure: I was an anoexic; I'm now A healthy triathlet. Lesiure Sciences, 31, 330–346.

Aycan, Z. (2016). Lisanslı Sporcuların Okul Başarısının Değerlendirilmesi. (Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Adolesan Sağlığı Programı, Basılmamış Doktora Tezi), Ankara 2016, s.45

Ayna, C. (2009). Fen Ve Teknoloji Dersinde Birleştirme Iı (Jigsaw Iı) Yönteminin Kullanılmasının ve Sosyo-Ekonomik Düzeyin Öğrencilerin Akademik Başarı, Fen Ve Teknoloji Dersine Yönelik Tutum ve Motivasyon Düzeylerine Etkisi, Zonguldak Karaelmas Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Programları ve Öğretim Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, Zonguldak

Aytaç, Ö. (1994). Modern Toplumda Boş Zaman Olgusu. Dünya'da ve Türkiye'de Sosyolojik Gelişmeler. I. Ulusal Sosyoloji Kongresi (3–5 Kasım 1993 İzmir). I. Baskı. Ankara: Sosyoloji Derneği Yayınları 3; s. 341–356.

Balaban Salı, J. (2004). "Öğrenmede Güdülenme", Yıldız Kuzgun ve Deniz Deryakulu (Ed.), Eğitimde Bireysel Farklılıklar, 1. Baskı içinde (167-198), Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

Bloom, B. S. (1979*). İnsan nitelikleri ve okulda öğrenme* (D. A. Özçelik, Çev.) Ankara: Milli Eğitim.

Bucher, A. C. (1974). *Recreation for Today's Society*. New Jersy: Printice-Hall, Inc. Englewood Cliffs.

Bull C., Hoose J.,, Weed M.,(2003), “An Introduction to Leisure Studies”, Prentice Hall, UK., s.282.

Büküşoğlu N., Bayturan A.F. (2005). Serbest Zaman Etkinliklerinin Gençlerin Psiko-sosyal Durumlarına İlişkin Algısı Üzerindeki Rolü. Ege Tıp Dergisi, 2005, 44: 173-177.

Carlson E. R., Deppe R. T. ve MacLean R. J., (1972), Recreation in American Life, Belmont, California: Wadsworth Publishing Company.

Clawson, M. and Knetsch, J.L. (1974). Leisure in Modern America, J.F. Murphy (Ed.) Concepts of Leisure, Englewood Cliffs, Newjersey: Prentice-Hall.

Coleman, R., ve Barries, G., (2000). Yöneticinin Kılavuzu, Çeviren: Harmancı M. Remzi Kitabevi, İstanbul, 206s.

Çerez, H., Yılmaz, Ş. ve Dinçer, Ö. (2006), “Antalya Merkez Emniyet Teşkilatında Görev Yapan Emniyet Mensuplarının Rekreasyon Etkinliklerine Katılımlarının İncelenmesi”, 9. Uluslar arası Spor Bilimleri Kongresi (3-5 Kasım 2006), Bildiri Kitabı, 1-3, Muğla.

Demir, C. (2003). “Demografik Özellikler İle Sağlanan İmkânların Sportif Faaliyet Tercihleri Üzerine Etkileri; Üniversite Gençliğine Yönelik Bir Uygulama”, 1. Gençlik, Boş Zaman ve Doğa Sporları Sempozyumu, Ankara: Türk Hava Kurumu Basım Evi İşletmeciliği.

Demiray, U. (1987). Açıköğretim Fakültesi Öğrencilerinin Boş Zamanları Değerlendirme Eğilimleri. Rekreasyon (Boş Zamanları Değerlendirme), Anadolu Üniversitesi Yayınları.

Edginton, C.R., Hudson, S.D., Dieser, R.B., & Edginton, S.R. (2004). *Leisure programming: a service-centered and benefits approach* (4th ed.). Boston, MA: WCB/McGraw-Hill.

Ekici, S., Bayrakdar, A., Uğur, A., O. (2009). Ortaöğretim Kurumlarındaki Yöneticilerin ve Öğrencilerin Ders Dışı Etkinliklere Bakış Açılarının İncelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*

Emir, E. (2012). Rekreatif Etkinliklere Katılımın Önündeki Engellerin Belirlenmesi: Üniversite Öğrencileri Örneği, KTÜ, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Trabzon.

Ergül, K. (2008). "Üniversite Gençliğinin Sportif Rekreasyon Etkinliklerine Yönelik İlgileri ve Katılma Düzeylerinin Belirlenmesi", Yüksek Lisans Tezi, Celal Bayar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Manisa.

Ergün, H., Özdemir, M., Çorlu, M. A. ve Savran, C. (2004). "Dil ve Sayısal Yetenekler İle Fizik Başarisi Arasindaki İlişki". *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 12(2), 361-368.

Fidan, N. (1996). Okulda Öğrenme ve Öğretme, 1. Basım, Ankara: Alkım Yayınevi.

Fisher, K. (1999). "and Jonathan I. Gershuny Leiusure in the UK. Across the 20th Century", London, Macmillian Publishers Ltd. s.1.

George, S. (1997). *Motivasyon Mucizesi*, (U. Kaplan. Çev.), Sistem Yayıncılık, İstanbul.

Gökalp, M. (2006). "Üniversite Öğrencilerinin Başarılarını Etkileyen Okul İçi Faktörler", *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 22*, 72-81.

Gökçe, B. (1971). *Gecekondu Gençliği*, Hacettepe Üniversitesi Yayınları, Ankara, s. 15-17.

Gökçe, H., (2008). "Serbest Zaman Doyumunun Yaşam Doyumu Ve Sosyo-Demografik Değişkenlerle İlişkisinin İncelenmesi", Yüksek Lisans Tezi, Pamukkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Gülbahçe, Ö. (1996). "Boş Zamanları Değerlendirme Alışkanlıkları", (Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi). Erzurum.

Gülnihal, K. (1997), "Eğlenceli Felsefe", Editör: Şimşek I., Cogito (Üç Aylık Düşünce Dergisi), 12, 93-106, İstanbul:Yapı Kredi Yayınları.

Hacıoğlu, N., Gökdeniz, A. ve Dinç, Y. (2003). Boş Zaman ve Rekreasyon Yönetimi (Örnek Animasyon Uygulamaları). *Detay Yayıncılık*. Ankara.

Hazar, A.(1999). Turizm İşletmelerinde Animasyon: Rekreasyon, Animasyon Teorisi ve Uygulamalı Animasyon Etkinlikleri. *Detay Yayıncılık.* Ankara.

Horner, S.,Swarbrooke, J., (2005), Leisure Marketing: A Global Perspective (Paperback) (1st Edition), Oxford: ElsevierButterworth-Heinemann, Linacre House, Jordan Hill.

Hsieh, C.M. (1998), Leisure Attitudes, Motivation, Participation and Satisfaction: Test of a Model of Leisure Behavior. School of Health, Physical Education and Recreation. Doktora Tezi, Indiana: Indiana University, 1998.

Karaküçük, S (2005), Rekreasyon (Boş Zamanları Değerlendirme) "Kavram, Kapsam ve Bir Araştırma (5. Baskı), Ankara: Gazi Kitabevi.

Karaküçük, S. (1997). Rekreasyon Boş zamanları Değerlendirme Kavram, Kapsam ve Bir Araştırma, Seren Ofset, Ankara.

Karaküçük, S. (1999). Rekreasyon: Boş Zamanları Değerlendirme, Bağırgan Yayınevi, Ankara.

Karaküçük, S. ve Ekenci, G. (1995), "Okulların Boş Zamanları Değerlendirme (Rekreasyon) Eğitimindeki Rolü", *Milli Eğitim Dergisi,* No: 128, 62 – 66, Ankara

Kaya, A.M. (2011). Üniversite Öğrencilerinin Rekreatif Faaliyetlere Yönelik Tutumları ve Boş Zaman Motivasyonlarının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. (Cumhuriyet Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi). Sivas 2011.

Keser, A. (2006), Çalışma Yaşamında Motivasyon, *Alfa Aktüel Yayınları*, İstanbul, 2006

Keskin, G ve Sezgin, B. (2009), "Bir Grup Ergende Akademik Başarı Durumuna Etki Eden Etmenlerin Belirlenmesi", Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi, 4 (10), 3-18.

Kılbaş, Ş. (2001). Rekreasyon Boş Zaman Değerlendirme, *Anaca Yayınları*, s.14-20. Adana.

Kılbaş, Ş. (2004), Rekreasyon, Boş Zamanı Değerlendirme (3.Baskı), Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

Kır, G. (2007). Yüksek Öğretim Gençliğinin Boş Zaman Etkinlikleri: KSÜ Örneği, Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, Cilt:17, Sayı:2, s:307-328, Elazığ.

Koç, N. (1981). Liselerde Öğrencilerin Akademik Başarılarının Değerlendirilmesi Uygulamalarının Etkililiğine İlişkin Bir Araştırma Ankara, (36-55).

Komili, H. (1997). "Çalışmak Hastalık mıdır?" Editör: Şimşek I.,Cogito (Üç Aylık Düşünce Dergisi), 12, 79-81, İstanbul: Yapı Kredi Yayınları.

Konter, E. (1995). *Sporda motivasyon*, Saray Medikal Yayıncılık, İzmir.

Köknel, Ö. (1970), "Türk Toplumunda Bugünün Gençliği", Bozok Matbaası. S.3. İstanbul.

Küçüktopuzlu, F. (1991), "Turistik Yatırımların Yoğunlaşmasına Paralel Rekreasyon İmkânlarının Geliştirilmesi Bakımından Güney Antalya Projesi Uygulaması", *Doktora Tezi*, Dokuz Eylül Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.

Leighfield, M. (1990). 2001 Yılında Boş Zaman: Boş Zaman Toplumu Için Bilgi. (Çev.: Demiray U). *Aylık Turizm Ve Kültür-Sanat Dergisi, 1*, 7-10.

Leither, M.J., Leitner, SF. (2004). *Leisure Enhancement*, London, The Haworth Press.

Luc, G.P., ve ark. (1995). Toward a New Measure of Intrinsic Motivation Extrinsic Motivation and a Motivation in Sport, The Sport Motivation Scala, *Journal of Sport and Exercise Psychology*.

Mete, B. ve Ağaoğlu, S. A. (2003). "Ondokuz Mayıs Üniversitesi Kurupelit Kampusü Akademik ve İdari Personelin Rekreatif Aktivitelere Katılım ve Bakışaçılarının İncelenmesi", Beden Eğitimi ve Sporda Sosyal Alanlar Kongresi, 421-426, Ankara, 10-11 Ekim 2003

Mieczkowski, Z. (1990). World Trends İn Tourism and Recreation, *Peter Lang Publishing*, New York.

Müştigil, S. (1993). Dinlence ve Turizm İlişkisi. İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yayını. s: 63. İstanbul.

Nicholls, J. G., Robert, G. C. (Ed.). (1992). The general and the specific in the development and expression of achievement motivation, *Motivation in Sport Exercise*, Human Kinetics Books.

Öksüz, E. (2012). Yüksek Öğrenim Kredi ve Yurtlar Kurumu İle Özel Yurtlarda İkamet Eden Öğrencilerin Boş Zaman Faaliyetlerinin Değerlendirilmesi (Balıkesir İli Örneği). (Balıkesir Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi), Balıkesir.

Özdağ, S. (1996). Yerel Yönetimlerde (Belediyelerde) Rekreatif Etkinliklerin Yeri ve Önemi Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara, s:131.

Özdemir, S., Karaküçük, S., Gümüş, M. ve Kıran, S. (2006). Türkiye Taş Kömürü Kurumu Genel Müdürlüğü'nde Çalışan Yeraltı İşçilerinin Boş Zamanlarını Değerlendirme Alışkanlıklarının Belirlenmesi. 9. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi Bildiri Kitabı, Muğla, 3-5 Kasım

Özer, Z. ve Burgaz, B. (2002). "Kalabalık Sınıf Nitelikli Öğretmen", *Bilim ve Teknik*, 420, 76.

Özgüven, İ.E. (1992). Hacettepe Kişilik Envanteri El Kitabı, Odak Ofset Matbaacılık, 17-20, Ankara.

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

Pehlivanoğlu, T. (1986). "Belgrad Ormanlarının Rekreasyon Potansiyeli ve Planlama İlkelerinin Saptanması", İstanbul Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi, İstanbul.

Ragheb, M. G. & Beard, J. G. (1982). Measuring Leisure Attitude. Journal of Leisure Research, 14(2): 155-167.

Russel, B. (1999), *Aylaklığa Övgü*, Aylaklığa Övgü, Çev. Mete Engin, İstanbul Cem Yayınevi.

Sabbağ, Ç. ve Aksoy, E. (2011). Üniversite Öğrencileri Ve Çalışanların Boş Zaman Etkinlikleri "Adıyaman Örneği". Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, (4), 10-23

Sağcan, M. (1986), Rekreasyon ve Turizm, İzmir: Cumhuriyet Basımevi.

Samuk, E. (2014). Üniversitelerde Görev Yapan Akademik ve İdari Personelin Fiziksel Aktivitelere Katılmalarının Zaman Yönetimi Açısından İlişkisinin

Araştırılması, "Osmangazi Üniversitesi Örneği". Dumlupınar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Kütahya.

Scott, D. (1993), Zamanı İyi Değerlendirmek. (Çeviren: Ağıralioğlu N.), Ankara: Kültür Bakanlığı Yayınları.

Sevil, T. (2012), Boş Zaman ve Yönetimi: Boş Zaman ve Rekreasyon Kavram ve Özellikler, Anadolu Üniversitesi Yayını, Eskişehir, Mayıs, s:6-14.

Sevinç, H. (2015). Kamu Çalışanlarının Motivasyonunda Kullanılan Araçlar. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 8(39), 944-964.

Shinn, G. (2004). Motivasyonun Mucizesi. 8. Baskı. Çeviren: Kaplan U.Ġstanbul: Sistem Yayıncılık.

Süzer, M. (2000), "Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Değerlendirme Alışkanlıkları", *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Dergisi*, 8, 1-11

Şahin, C.K., Akten, S. ve Erol, U.E. (2009). Eğirdir Meslek Yüksekokulu Öğrencilerinin Rekreasyon Faaliyetlerine Katılımlarının Belirlenmesi Üzerine Bir Çalışma, Artvin Çoruh Üniversitesi, *Orman Fakültesi Dergisi*, 10(1), 62-71.

Şama, E. (2003). Öğretmen Adaylarının Çevre Sorunlarına Yönelik Tutumları, G.Ü. *Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, Cilt 23, Sayı 2 (2003), Ankara

Tamer, K. (1998). Sportif Rekreasyon Etkinliklerine Liderlik Eden Antrenörlerin Lider Davranış Boyutları, Ankara Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Ankara.

Tekin, A. (2003). Bir Rekreasyonel Etkinlik Olan Doğa Yürüyüşünün Tekstil İş Görenlerinin Uyum Düzeylerine Etkisi. İstanbul Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi, İstanbul.

Tekin, M., Yıldız, M., Akyüz, M., Uğur, A.O. (2007). Karaman Yükseköğrenim Kredi ve Yurtlar Kurumunda Kalan Üniversite Öğrencilerinin Rekreatif Etkinliklere Katılım ve Beklentilerinin İncelenmesi, *Erzincan Eğitim Fakültesi Dergisi 9* (1), 121-135.

Tel M. (2007). Öğretim Üyelerinin Boş Zaman Etkinlikleri Üzerine Sosyolojik Bir Araştırma: Doğu Anadolu Örneği, Doktora Tezi, Elazığ.

Tezcan, M. (1993). Boş Zamanlar Sosyolojisi. Ankara: Ankara Üniversitesi Yayını.

Topçu, Y., Uzundumlu, A.S. (2012). "Yüksek Öğretimde Öğrencilerin Başarısızlığına Etki Eden Faktörlerin Analizi" Iğdır Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Der 2(2,Ek:A), 51-58.

Torkildsen, G. (2005). *Leisure and Recreation Management*. London: Routledge. 5th Edition

Turhan, H. (2014). Eğlence ve Boş Zaman Bağlamında Gazete Tüketim Motivasyonları. Kadir Has Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi. İstanbul.

Tütengil, C, O. (1967), "Köy Sorunu ve Gençlik", TMGT Yay. s.9. İstanbul.

Üstün, Ü. D. (2013). Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerini Rekreatif Faaliyetlere Katılmaya Motive Eden Faktörlerin Araştırılması. Dumlupınar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi. Kütahya.

Vallerand, R.J., Pelletier, L.G., Blais, M.R., Briere, N.M., Senecal, C., Valleres, E.F. (1992), The Academic Motivation Scale: A Measure Of İntrinsic, Extrinsic And Amotivation İn Education. *Educational And Psychological Measurement,* 52.

Welk, G.J., Jackson, A.W., Morrow, J.R., Haskell, W.H., Meredith, M.D., Cooper, K.H. (2010). The Association Of Health-Related Fitness With İndicators Of Academic Performance İn Texas Schools. *Research Quarterly for Exercise and Sport,* 81:sup3,16-23

Woolfolk, A. E. (1998), Educational Psychology, 7. Baskı, Boston: Allyn and Bacon.

Yerlisu, L.T., Ardahan, F. ve Yıldız, F. (2010). Bisiklet Etkinliklerine Katılan Bireylerin Profilleri, Bu Sporu Yapma Nedenleri ve Elde Ettikleri Faydalar. 11. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, Antalya.

Yetim, A. (2000). *Sosyoloji ve Spor*. Ankara: Topkar Matbaacılık.

EKLER

EK-1 Kişisel Bilgi Formu

KİŞİSEL BİLGİLER FORMU

Değerli Katılımcı: Yüksek Lisans tezi için hazırlanan bu araştırmada kimlik bilgilerinizi beyan etmenize gerek yoktur. Araştırmada elde edilen bilgiler hiçbir şahıs veya kuruma verilmeyecek, sadece bilimsel amaçla kullanılacaktır. Verdiğiniz cevaplardaki samimiyet ve doğruluk çok önem arz etmektedir. İlginiz ve zaman ayırdığınız için teşekkür ederim.
Rekreasyon: Bireylerin boş vakitlerini iyi planlayıp, gönüllü olarak yaptığı mutluluk verici faaliyetler bütünüdür.
Mustafa GÖKSU

1.Yukarıdaki tanımı okumadan önce rekreasyonun ne demek olduğunu biliyor muydunuz?
1.Evet ( ) 2.Hayır ( )

2. Cinsiyetiniz?
1.Erkek ( ) 2.Kadın ( )

3. Yaşınız ? ……

4. Barınma giderleriniz hariç aylık masrafınız kadardır ?
1) 500 tl'den az ( ) 2) 500-750 arası ( ) 3) 750-1000 arası ( )
4) 1000-1250 arası ( ) 5) 1250 ve üstü ( )

5. Okul, iş vb. rutin işleriniz dışında günlük boş zaman süreniz ne kadardır?
1) Boş zamanım yok ( ) 2) 1 saatten az ( ) 3) 1-2 saat arası ( )
4) 3-4 saat arası ( ) 5) 5-6 saat arası ( ) 6) 7 saat ve daha fazla ( )

6. Rekreasyon faaliyetlerine günlük kaç saat zaman ayırabiliyorsunuz?
1) Hiç ayıramıyorum ( ) 2) 1 saatten az ( ) 3) 1-2 saat arası ( )
4) 3-4 saat arası ( ) 5) 5-6 saat arası ( ) 6) 7 saat ve daha fazla ( )

7. Sizce boş zamanınızı etkili şekilde değerlendirebiliyor musunuz?
1) Evet ( ) 2) Hayır ( ) 3) Bazen ( )

8. Akademik not ortalamanız kaçtır?
.....

9. Aşağıdaki rekreatif faaliyet çeşitlerinden özellikle katılmayı tercih ettiğiniz bir alan varmı?
1) Evet 2) Hayır

10. Cevabınız evet ise bu rekreatif faaliyetlerden hangisine katılmayı öncelikle tercih ediyorsunuz?
(İzleyici, oyuncu, katılımcı vb. fark etmeksizin sadece **bir tanesini** işaretleyiniz.)

1.	Dinlenme Etkinlikleri (Bedensel ve ruh sağlığının devamlılığı için planlı faaliyetler)	
2.	Sportif Etkinlikler (Futbol, basketbol, yüzme, tenis, fitness vb)	
3.	Sosyal etkinlikler (Dernek, sivil kuruluşlar, topluluklar, vakıflar vb)	
4.	Kültürel Etkinlikler (Tarihi eserler, müzeler, sergiler vb)	
5.	Sanatsal Etkinlikler (Resim, müzik, edebiyat, tiyatro vb)	
6.	Turistik etkinlikler (Gezi, tatil, seyahat vb)	

EK-2 Boş Zaman Motivasyon Ölçeği

Boş Zaman Motivasyon Ölçeği Boş zaman aktivitelerinizi genellikle NEDEN yaparsınız?	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
1. Diğer işleri yapmaktan kurtulmak için					
2. Serbest zaman aktivitelerini neden yaptığımı bilmiyorum.					
3. Mücadele gerektiren şeylerin üstesinden gelmek hoşuma gidiyor.					
4. Hiçbir iş yapmayan birisi gibi görünmek istemediğim için					
5. Bana çekici gelen konular hakkında bilgi edinmek beni mutlu ettiği için					
6. Kişisel düzeyde gelişim sağlamanın bir yolu olduğu için					
7. Bu tür aktiviteleri yaparken kendimi özgür hissettiğim için					
8. Emin değilim ama bu aktivitelerin bana uygun olmadığını düşünüyorum.					
9. İlginç aktiviteler yaparak kendimi aştığımı hissediyorum.					
10. Hayatta mutlu olmak için serbest zaman aktivitelerine ihtiyaç duyulduğu için					
11. Bazen diğerleri tarafından takdir edilmemi sağladığı için					
12. İlgimi çeken konuları daha iyi anlamamı sağladığı için					
13. Diğer alanlarda benim için önemli beceriler kazandırmanın yolu olduğu için					
14. Serbest zaman aktiviteleri beni gerçekten yüce/asil hissettirdiği için					
15. Emin değilim ama çok iyi yapabileceğim bir aktivitenin olduğunu düşünmüyorum					
16. Mücadele gerektiren aktivitelerde kendimi aştığımı hissettiğim için					
17. Kendimi kesinlikle meşgul hissetmek istediğim için					
18. Diğerlerine kendimi dinamik bir insan olarak göstermek istediğim için					
19. Diğer yönlerimi keşfetmemin bir yolunun da bu aktivitelerde olduğu düşünmem					
20. Tamamen rahatlama hissi verdiği için					
21. Karışık aktiviteler yapmaya çalışırken kendimi hoşnut hissediyorum					
22. Serbest zamanlarımda kesinlikle iyi bir ruh halinde olabilmem için					

EK-3 Boş Zaman Tutum Ölçeği

Boş Zaman Tutum Ölçeği	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
1. **Boş zaman aktiviteleri ile meşgul olmak zamanı akıllıca kullanmaktır.**					
2. **Boş zaman aktiviteleri bireyler ve toplum için faydalıdır.**					
3. **İnsanlar çoğunlukla arkadaşlık ilişkilerini boş zamanlarında geliştirirler.**					
4. **Boş zaman aktiviteleri sağlığa katkı sağlar.**					
5. **Boş zaman aktiviteleri mutluluğu arttırır.**					
6. **Boş zaman çalışma verimini artırır.**					
7. **Boş zaman aktiviteleri enerjiyi yenilemeye yardımcı olur.**					
8. **Boş zaman aktiviteleri kişisel gelişim için bir araç olabilir.**					
9. **Boş zaman aktiviteleri bireylerin rahatlamasına yardımcı olur.**					
10. **İnsanlar boş zaman aktivitelerine ihtiyaç duyar.**					
11. **Boş zaman aktiviteleri sosyal ilişkiler için iyi bir fırsattır.**					
12. **Boş zaman aktiviteleri önemlidir.**					
13. Boş zaman aktiviteleri ile meşgul olduğumda zaman çok çabuk geçiyor.					
14. Boş zaman aktivitelerim bana keyif veriyor.					
15. Boş zaman aktivitelerime değer veririm.					
16. Boş zamanım boyunca kendim olabiliyorum.					
17. Boş zaman aktivitelerim bana zevkli deneyimler sağlar.					
18. Boş zamanın benim için iyi olduğunu hissediyorum.					
19. Boş zaman aktiviteleri ile meşgul olmaktan hoşlanıyorum.					
20. Boş zaman aktivitelerim canlandırıcıdır.					
21. Boş zaman aktiviteleri ile sık meşgul olmanın uygun olduğunu düşünüyorum.					
22. Boş zaman aktivitelerine harcadığım zamanın boş geçmediğini hissediyorum.					
23. Boş zaman aktivitelerinden hoşlanıyorum.					
24. Boş zaman aktiviteleri dikkatimin tamamını alıyor.					
25. Boş zaman aktivitelerine sık katılırım.					
26. İmkânım olsa bu boş zaman aktiviteleri için harcadığım zamanımı arttırırım.					
27. Gelir durumum iyiyse aktivitelerimde kullanmak için araç- gereç satın alırım.					
28. Zamanın ve param yetse daha yeni boş zaman aktivitelerine katılırım.					
29. Boş zaman aktivitelerimde daha iyi olabilmek için zaman ve efor harcarım.					
30. Seçme şansım olsa boş zaman ihtiyaçlarını karşılayan bir çevrede yaşarım.					
31. Plansız bile olsa bazı boş zaman aktivitelerine katılırım.					
32. Boş zaman aktiviteleri için bir seminer ya da kursa katılabilirim.					
33. Boş zaman aktiviteleriyle uğraşmak için boş zamanımın artması gerekiyor.					
34. Meşgulken bile boş zaman aktivitelerine katılırım.					
35. Rekreasyon aktivitelerine yönelik eğitim ve ön hazırlık için zaman harcayabilirim.					
36. Diğer aktiviteler arasında boş zamanıma yüksek öncelik tanırım.					