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

MİLLİ EĞİTİME BAĞLI ÖZEL ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN REKREATİF FAALİYETLER HAKKINDAKİ GÖRÜŞLERİNİN İNCELENMESİ (EDİRNE İLİ ÖRNEĞİ)

Nazlıcan TAŞTAN

TEZ DANIŞMANI
Dr. Öğr. Üyesi Cüneyt TAŞKIN

EDİRNE 2023

Tezin Adı: Milli Eğitime Bağlı Özel Ortaokul Öğrencilerinin Rekreatif Faaliyetler Hakkındaki Görüşlerinin İncelenmesi (Edirne İli Örneği)

Hazırlayan: Nazlıcan TAŞTAN

ÖZET

Bu çalışmanın amacı; Özel okullarda okuyan öğrencilerin yoğun olan tempolarının dışında kalan, serbest zaman olarak nitelendirilen rekreatif faaliyetlere katılım hakkındaki görüşlerinin belirlenerek, katılamama durumlarını öğrenmek ve çeşitli değişkenlerle olan ilişkilerini tespit etmektir. Araştırmanın evrenini 2021-2022 eğitim öğretim yılında Edirne İl Merkezinde öğrenim görmekte olan 1150 özel ilköğretim ikinci kademe (ortaokul) öğrencileri oluşturmuştur. Örneklemi ise; şansa dayalı seçilmiş 305 ortaokul öğrencisi oluşturmuştur.

Araştırmada kullanılan veri toplama aracı; kişilerin boş zaman aktivitelerine katılımı engelleyen durumlara karşı olan tutumlarını belirleyebilme amacı ile "Boş Zaman Engelleri Ölçeği" kullanılmıştır. Örneklem grubunun cinsiyet, sınıf düzeyi, aile aylık geliri, akademik başarı, haftada sahip oldukları boş zaman süreleri, boş zamanı değerlendirirken karşılaşılan güçlük sıklığı ve boş zaman değerlendirme şekli değişkenlerine göre, boş zaman engelleri ölçeğinden almış oldukları puanlar SPSS 25.0 paket programı kullanılarak analiz edilmiştir. Katılımcıların, boş zaman engelleri ölçeğinin "Sınıf Seviyesi" değişkeninin Birey psikolojisi, bilgi eksikliği, arkadaş eksikliği, zaman eksikliği ve tüm ölçek alt boyutlarında ve "Ders Başarısı" değişkeninin tüm alt boyutlarında , "Haftalık Boş Zaman Süresi" değişkeninin tüm alt boyutlarında ve "Boş Zaman Değerlendirme Güçlüğü" değişkeninin tesis eksikliği ve arkadaş eksikliği alt boyutlarında anlamlı farklılaşma tespit edilmiştir ($p<0,05$).

Anahtar Kelimeler: Rekreasyon, Boş zaman, Rekreatif etkinlik, Engel

Name of thesis: Related to National Education Private Secondary Students Examination of Opinions on the Activities (Edirne Province Example)

Author of thesis: Nazlıcan TAŞTAN

ABSTRACT

The aim of this study; The aim of the study is to determine the opinions of the students studying in private schoolls about participation in resreational activities, which are outside of their busy tempo and which are defined as leisure time, to learn their inability to participate and to determine their relationship with various variables. The population of the research consisted of 1150 private primary school second level (secondary school) students studying in Edirne City Center in the 2021-2022 academic year. The sample is; The study consisted of 305 secondary students selected based on chance.

The data collection tool used in the research; "Leisure Time Barriers Scale" was used in order to determine the attitudes of individuals towards situations that prevent participation in leisure activities. The scores of the sample group from the leisure time barriers scale were analyzed using the SPSS 25.0 package program, according to the variables of gender, grade level, family monthly income, academic achievement, free time they have per week, the frequency of difficulties encountered in evaluating leisure time and the way of making use of leisure time. Participants were found to be in all sub-dimensions of individual psychology, lack of knowledge, lack of friends, lack of time and all sub-dimensions of the "Class Level" variable of the leisure time barriers scale and in all sub-dimensions of the "Lesson Achievement" variable in all sub-dimensions of the "Weekly Leisure Time" variable and in sub-dimensions of the "Free Time" variable. Significant differention was found in the sub-dimensions of lack of facilities and lack of friends of the variable of "Time Evaluation Difficulty" ($p<0,05$).

Key Words: Recreation, Leisure time, Recreation activity, Obstacle

ÖNSÖZ

Tez sürecim boyunca tecrübe, bilgi ve desteğini benden esirgemeyen değerli danışmanım Sayın Dr. Öğr. Üyesi Cüneyt TAŞKIN'a teşekkürlerimi sunarım.

Başta üzerimde emeği olan aileme, beni yetiştiren değerli hocalarıma, çalışmamıza destek olan TED Edirne Koleji ve Safir Koleji'nde okuyan ortaokul öğrencilerime, Trakya Üniversitesi Kırkpınar Spor Bilimleri Fakültesi idari ve akademik personeline ve yüksek lisans öğrenimim boyunca bana destek olup ilham veren hocam Tayfun ZAFER'e teşekkürü bir borç bilirim.

Bugünlere gelmemde maddi ve manevi destekleriyle her zaman yanımda olan annem Gülfer TAŞTAN ve babam Beysan TAŞTAN'a teşekkür ederim.

Nazlıcan TAŞTAN

İÇİNDEKİLER

ÖZET ..... **iv**
ABSTRACT ..... **v**
ÖNSÖZ ..... **vi**
İÇİNDEKİLER ..... **vii**
TABLOLAR LİSTESİ ..... **ix**
KISALTMALAR LİSTESİ ..... **x**
GİRİŞ **12**
I. BÖLÜM **13**
KAVRAMSAL ÇERÇEVE **13**
1.1. Zaman Kavramı ve Zamanın Önemi 13
1.2. Boş Zaman Kavramı 18
1.3. Boş Zamanın Temel Fonksiyonları 23
1.4. Boş Zamanı Değerlendirme Faydaları 26
1.5. Okulda Boş Zamanı Değerlendirme 29
1.6. Öğrencilerin Boş Zaman Etkinliklerine Katılmama Nedenleri 30
1.7. Boş Zamanların Değerlendirilmesi Sorunu 31
1.8. Boş Zaman Yönetimine Ket Vuran Etmenler 32
1.9. Serbest Zaman 34
1.10. Rekreasyon 36
1.11.Amaçlarına Göre Rekreasyonun Sınıflandırılması 39
1.12. Rekreasyon İhtiyacı 42
1.13. Rekreasyona Duyulan İhtiyacın Nedenleri 43
1.14. Rekreasyonun Faydaları 47
1.15. Rekreasyona Katılımın Önündeki Engeller 51
1.16. Bireylerarası Engeller 57
1.17. Öğrencilerin Serbest Zamanlarını Değerlendirme Çeşitliliği 63
1.18. Eğitim Kurumlarındaki Rekreasyon Aktiviteleri 64
1.19. Özel Okullardaki Öğrencilerin Boş Zamanlarını Değerlendirmesi 65
1.20.Ortaokul Çağındaki Öğrencilerin Rekreatif Etkinliklere Karşı Tutumu 67
1.21. Sınıf Düzeyine Göre Rekreatif Etkinliklerin Karşılaştırılması 68

1.22.Ortaokul Düzeyinde Yer Alan Öğrencilerin Rekreasyon Aktiviteleri.....69

1.23. Özel Okul Kavramı.....69

1.24.Özel Okullardaki Öğrencilerin Boş Zaman Değerlendirmesi…….....75

II. BÖLÜM..... 77

YÖNTEM..... 77

2.1. Araştırmanın Modeli 77
2.2. Araştırma Evren ve Örneklemi..... 77
2.2.1. Araştırma Grubu (Örneklem) Özellikleri 78
2.3. Veri Toplama Araçları..... 84
2.4. Veri Analizi 88

III. BÖLÜM 90

BULGULAR 97

TARTIŞMA ve SONUÇ 101

KAYNAKÇA 106

EKLER..... 110

Ek 1. Boş Zaman Engelleri Ölçeği..... 110
Ek 2. Etik Kurul Onayı..... 111

TABLOLAR LİSTESİ

Tablo 1. Zamanın Kullanım Bölümleri.....15
Tablo 2. Zaman Tipleri Ve Kullanım Şekilleri.....16
Tablo 3. Araştırma Grubunun Demografik Özelliklerine Göre Dağılımı.....78
Tablo 4. Uyum İndeksleri ve Normal Değerleri.....85
Tablo 5. MBFÖ Ölçeğinin Güvenirlik Katsayıları.....88
Tablo 6. Normallik Testi Sonuçları (Skewness ve Kurtosis Değerleri).....89
Tablo 7. Birey Psikolojisi Alt Boyutu Maddeleri Betimsel İstatistiği.....90
Tablo 8. Bilgi Eksikliği Alt Boyutu Maddeleri Betimsel İstatistiği.....91
Tablo 9. Tesis Eksikliği Alt Boyutu Maddeleri Betimsel İstatistiği.....91
Tablo 10. Arkadaş Eksikliği Alt Boyutu Maddeleri Betimsel İstatistiği.....92
Tablo 11. Zaman Eksikliği Alt Boyutu Maddeleri Betimsel İstatistiği.....92
Tablo 12. İlgi Eksikliği Alt Boyutu Maddeleri Betimsel İstatistiği.....93
Tablo 13..Bağımsız Değişkenlere Uygulanan İstatistiksel Testler..... 94
Tablo 14. Sınıf Seviyesine Göre Kruskal Wallis Testi Anlamlı Fark Sonuçları.....95
Tablo 15. Ders Başarısına Göre Kruskal Wallis Testi Anlamlı Fark Sonuçları.....97
Tablo 16. BZ Değerlendirme Güçlüğünün Sıklığına Göre Kruskal Wallis Testi.....98
Tablo 17. Haftalık BZ Süresine Göre Kruskal Wallis Testi 99

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1. Rekreasyon, Serbest Zaman ve Boş Zaman İlişkisi.....36
Şekil 2. Doğrulayıcı Faktör Analiz Diyagramı.....87

KISALTMALAR LİSTESİ

DFA	Doğrulayıcı Faktör Analizi
BZEÖ	Boş Zaman Engelleri Ölçeği
RMSEA	Yaklaşık Hataların Ortalama Karekökü
X^2/Sd	Ki-Kare / Serbestlik Değeri
AGFI, GFI	Mutlak Uyum İndeksleri

GİRİŞ

Ortaokul çağındaki öğrencilerin, ilkokuldan mezun oldukları andan itibaren sorumlulukları da artmaya başlar.. Rekreasyon, fizyolojik ihtiyaçların karşılanmasından, görev ve sorumluluklarından kalan serbest zaman olarak nitelendirildiğinde ve bu serbest zaman çocuklar için doğru bir şekilde planlandığında çocuğun okul başarısını da etkilemektedir. Sürekli etkileşim içerisinde olan öğrencinin; dikkat, motivasyon ve güdülenmişlik düzeyinde olumlu yönde bir ivmelenme olması, bunun sonucunda da okula karşı istekliliğinde artış gözlenmesi beklenen sonuçlar arasındadır.

Okul dışında günlük aktivitelerde de yer almaları gelişimlerini olumlu yönde etkilemektedir. Bu çalışmanın önemi ortaokulda öğrenim gören öğrencilerin, öğrencilik görevlerinin dışında kalan zamanlarını nasıl değerlendirdiklerini ortaya çıkarmak ve boş zamanlarını değerlendirmek istediklerinde karşılarına çıkan engelleri tespit etmek amacıyla yapılmıştır. Bu amaç doğrultusunda öğrencilere ait demografik özelliklerin bazı değişkenlere göre ilişkisi incelenmiştir.

Özel okullarda öğrenim gören öğrencilerin, devlet okullarında öğrenim gören öğrencilere nazaran günlük ders saati sayısı daha fazladır. Bunun yanında günlük, haftalık ve aylık etkinlik programları, belirli gün ve haftalar da okul idarecileri ve öğretmenleri tarafından çok yoğun bir şekilde işlenmektedir. Spor da yetenekli öğrenciler okul takımlarına dahil edilirken, resim ve müzikte de yetenekli öğrenciler yarışmalarda kendilerini göstermektedir.

Boş zaman ve rekreatif etkinliklerle ilgili yapılan bu çalışma, tüm özel okulların ortaokul kademesinde okuyan öğrencileri araştırmak isteyen kişilere, bilimsel araştırmalara kaynak teşkil etmesi açısından önemlidir.

I. BÖLÜM

KAVRAMSAL ÇERÇEVE

1.1 Zaman Kavramı ve Zamanın Önemi

Belirli kelime yapılarıyla zamanı anlatmak, sınırlar içinde biraz zor ve zahmetlidir. Çünkü zamanın ne zaman ve nasıl başladığına dair kesin delillerin olmaması, insanların onu hep var olmuş ve var olacak bir olgu olarak algılamasına neden olmaktadır. Zamanı anlamak ve ifade emek için bir cümle kurulacaksa, belli bir an veya iş ve oluşun bir arada olduğu her anların toplamıdır denilebilir. Türk Dil Kurumu verilerine göre zamanın tanımı; Bir olayda bir eylemin yapıldığı, geçeceği veya geçmekte olduğu zaman dilimidir.

Zaman sürekli ilerler, asla durmaz, hiç bir şekilde alınıp, satılamaz(Scoott, 1995). Bir canlı için yaşamıyla başlayan ve ölümüyle biten hayat döngüsüdür.Günümüz koşullarında ortalama insan ömrü 70 yıl olarak kabul edilmektedir. İnsanoğlu yaşadığı zamanı yönetir, planlar ve yönlendirirse verimli bir yaşama sahip olur. Zamanın doğru kullanımı verimliliği artırır.

Zamanın doğru yönetimi ve anın yıl, ay, gün ve saat olarak planlanması düzeni oluşturur. Düzen hayatı kolaylaştırır. Günlük hayatta yapılması gereken pek çok şey, sıralı ve zamanında yapılmazsa; stres, kaygı bozukluğu, içsel huzursuzluk gibi pek çok rahatsızlık ve hastalık ortaya çıkar. Tüm bu olayların başarısızlığı insan yaşamının düzeni ile ilişkilidir. İnsanoğlu için bilinçli yaşanan zaman çok önemlidir. Çünkü zamanın kontrolü her an kişinin kendi kontrolündedir.

Zaman insanların sonsuzluk ölçüsüdür ve soyut bir kavramdır. Soyut kavramı somutlaştıran, günlük hayattaki planlı ya da plansız anların toplamıdır. Zamanla ilgili doğal kabul ettiğimiz her şey, insan düşüncesinin ürünüdür ve

görecelidir. Bilinçaltımızın sandığımız gibi bir zaman kavramı yoktur. Hayatlarımızı yönetmesine izin verdiğimiz zaman çizelgeleri, kendi zihnimizin ürünüdür.

1.1.1. Zamanın Kullanımı

Zamanın kullanımı kişinin kendi çabası sonucunda anlam kazanır. Bu da kişinin mesleği, içinde bulunduğu çevre ve yaşanılan coğrafya gibi önemli faktörlerin zamanın değerlendirilmesinde etkin rol oynadığı anlamına gelmektedir. Zamanı kullanmak, boşa gitmesini önlemek ve kaliteli bir şekilde geçmesini sağlamak demektir.

Gelişmiş ülkelerin zamanı verimli kullandıklarını söylemek doğru bir yargı olacaktır. Çünkü içinde bulunulan an ancak doğru planlama ile verimli olabilir. Doğru planlama süreci; mevcut durumun iyileşmesine ve gelişmesine yol açar. Tüm bu süreç iyi takip edilirse ve her bir adım verimli toplantılarla değerlendirilirse, yenilikler ve gelişmeler kaçınılmaz olacaktır. Tüm bu gelişmelerin sonucu, süreçte son ana kadar zamanın iyi ve verimli kullanıldığını göstermektedir.

Zamanı kullanmayı bilen insan;

- Zamanını iyi planlayan ve anını planladığı gibi değerlendirebilen insandır.
- Yapılan planlar sonucunda yapılacak olan işler doğru bir şekilde ilerleyeceğinden ve kafa karışıklığı olmayacağı için hayatını düzenli yaşayan bir insandır.
- İşini hafta başlamadan önce planlayan bir birey, yapılacak olan işleri unutma hatasına düşmeyeceği için işlerini zamanında bitirecek ve huzurlu bir çalışma ortamına kavuşacaktır.Yaşadığı andan haz alacaktır.
- Harcadığı zamana kıyasla başarılarının katlanarak arttığını görecektir.
- Son ana bırakılan işlerde stres, kaygı ve belirsizlikten oluşan bedensel rahatsızlıkların görüldüğü gözlemlenir. Bu durumların önüne

geçebilmek için zamanın doğru planlanması ve doğru yönetilmesi gerekmektedir.

- Zamanını kullanmayı bilen insan, planlamanın iyi gitmediği , dış etkenler sonucu ani değişimlerin yaşandığı durumlarda bile krizi yönetebilen insandır.

1.1.2. Zamanın Kullanım Bölümleri

Her birey, yaşam koşullarına göre zamanı çeşitli kullanım bölümlerine ayırabilir. Bir gün içinde, psikolojik olarak sağlıklı olabilecek doyuma ulaşabilmek için eğlence, oyun, spor, sanat ve kültürel aktivitelerle uğraşmak, temel ihtiyaçları karşılamaktan arta kalan zamanı verimli kullanmak için zaman kullanımını şekillendirir.

Tablo 1. Zamanın Kullanım Bölümleri

ZAMAN	
Çalışma Zamanı	**Çalışma Dışı Zaman (Serbest Zaman – Free Time) Varoluşla ilgili zaman(Existence)**
-İşe bağımlı zaman -Çalışma saati dışında olan fakat çalışma için verimli olabilecek hazırlık sürelerini içeren zaman - Yapılmakta olan iş ile birlikte ikinci bir işle mesai dışında yapılan mesleki çalışmalar	-Yemek yemek -Uyumak - Boş zaman -Vücut bakımı -Rekreasyon

Zamanın kullanılan bölümlerine göre şekillendirirken, günümüzde hala net olmamakla birlikte genel kabul görmüş yargılar kullanılmaktadır (Scoot, M. 1995).

Yaşam koşulları da bu durumun önündeki en büyük değişkendir. Geçim sıkıntısı yaşayan insanın boş zamanını kullanma şekli ,yaşam mücadelesi üzerinedir. Bu durumu açıklamak için toplumun belirli standartlarının üzerinde yaşayan insanların geçim derdinden çok eğlenmek, yeni yerler keşfetmek, gezmek, kültürel ve sanatsal aktivitelere katılmak gibi faaliyetlerde bulunmaları ve standartların çok altında yaşamak zorunda kalanların ise sadece temel fizyolojik ihtiyaçlarını karşılamayı düşünmeleri, zaman dilimlerini farklı değerlendirmek zorunda kaldıklarını acı bir şekilde gösteren durumdur.

Tablo 2. Zaman tipleri ve kullanım şekilleri

Zaman Tipleri	Nasıl Kullanıldığı
1.Fizyolojik ihtiyaçların karşılanma zamanı	1. Yemek yeme, uyuma, vücut bakımı için kullanılır.
2.Çalışma zamanı	2. Bir iş, uğraş zamanıdır.
3.Rekreasyon – Boş zaman	3. Oyun oynama – Dinlenme - Eğlenme ile geçirilen yenilenme zamanıdır.

Varoluş zamanı, insanın yaşamının başlamasıyla (doğumuyla) başlayan yaşamı boyunca karşılanması gereken fizyolojik ve psikolojik ihtiyaçlarının giderilmesine ayrılan zaman türüdür.

Çalışma ve iş süresi, fizyolojik ihtiyaçların sağlıklı ve düzenli bir şekilde karşılanmasını sağlamak için kullanılan zaman türüdür. Aracı ise paradır. Çalışılan işten elde edilen para ile yaşam standartlarının yükselmesi, yaşam süresi ihtiyaçlarının zamanında karşılanmasını sağlar. Çalışma süresi ve varoluş süresi ihtiyaçlarının karşılanmasından sonra kalan süre boş zaman olarak tanımlanmaktadır. Boş olarak ifade edilen zaman türü, kişilerin çalışma dışı zaman olarak değerlendirdiği anların toplamıdır. Boş zaman ve serbest zamanın birbirine yakın

anlamlara geldiği düşünülse de iki farklı kavramı ifade etmektedir. Serbest zaman, zorunlu bireysel faaliyetleri yapmak için çalışma ve iş dışı zaman için kullanılan zaman olarak tanımlanmaktadır. Boş zaman ise, bireyin yaşamı için gerekli sosyal, meslekî ve aile görev ve faaliyetlerini tamamladıktan sonra bilgi edinme, beceri öğrenme ve geliştirme, dinlenme ve sosyal hayata gönüllü olarak katılma gibi uğraşıları yapabildikleri zaman dilimidir. Birey özgür iradesi ile hareket eder(Sevil, 2012: 3).

1.1.3. Okul, Öğretmen ve Zaman Yönetimi İlişkisi

Zamanı yönetmek ve yönetilen zamandan verim almak her birey için önemlidir. Her iş grubunun zamanı değerlendirirken belirli planlar dahilinde ilerlemesi, zaman akışında aksamaların önlenmesinde büyük rol oynuyor.

Öğretmenler, diğer tüm mesleklerde çalışan bireyleri yetiştiren kişilerdir. Bu yüzden doğru bir planlama ve zaman yönetimi geleceği iyi inşa eder. Çünkü okullarda lider konumunda olan öğretmenler, okul saatleri içinde bilgi akışını net bir şekilde ve zamanı iyi kullanarak aktarırsa öğrencilerinin başarılı olmalarını sağlar. Okul saatlerinde zamanını doğru kullanan öğretmenler, sosyal yaşamlarını da iyi yönetebilirler. Hafta başında ders planlaması, ödev dağılımı ve sınav soru hazırlama gibi işlerini sıralı ve planlı bir şekilde yapmaları işi eve taşımalarına engel olur.

Sınıf içinde, belirli bir sayı üzerinden planlanan etkinliklerde daima a, b ve c planlarını yapılması olağan duruma hemen uyumu hızlandıracaktır. Dersin başlandığı andan itibaren, sınıfa geç giren öğrenci, geç kalan öğrenci, sınıfta hastalanıp ortamdan ayrılan öğrenci, davranış bozukluğu gösteren öğrenci ve daha birçok zaman tuzaklarına karşı da her zaman önlem alıp , kriz yönetimini sağlıklı yapmalıdır. Bu durum aynı zamanda öğretmenin sınıf yönetimi becerileri ile de ilişkilendirilmektedir.

1.2. Boş Zaman Kavramı

Rekreasyon kavramını daha iyi anlayabilmek için öncelikle boş zamanı iyi bir şekilde açıklayıp, anlamak gerekir. Boş zaman teriminin İngilizcedeki karşılığı "leisure time" dır. Leisure kelimesi ise "izin verilmiş olmak" veya "serbest olmak" manasına gelen Latince "licere" kelimesinden türetilmiştir. Yine boş zaman manasına gelen Fransızca "loisir" ve "izin" anlamındaki "liberty" kelimeleri "licere" kelimesinden türetilmiştir. Gönüllü olunması ve özgür seçimi anlatan bu kelimelerin hepsi birbiriyle ilişkilidir (Hacıoğlu N, 2009).

Zorunlu çalışma saatlerinin dışında kalan serbest zaman dilimidir. Çalışma dışında özgürce geçirilen zaman ise serbest zamandır. Bir kişinin, çalışma zamanı dışında gerçekleştireceği etkinlikler için kullandığı zaman dilimini boş zaman olarak tanımlamak doğru olacaktır. Boş zamanın tamamı, serbest zamanın bir parçasıdır.

Antik çağda, Yunanistan ve Roma'da boş zaman, iş ve uğraşlar sonunda, dinlenme ve yenilenme zamanı olarak tanımlanır. Dinlenme, tazelenme ve yenilenme kelimeleri ile karşılık bulmaktadır. Çalışma süresi dışında fizyolojik temel ihtiyaçların karşılanmasından arta kalan çok değerli anlar olarak yorumlamak yerinde olacaktır. Çünkü çalışma saatinden önce ve sonra harcanan zamanın ve yapılması gerekenlerin verimliliği bir sonraki anın kalitesini arttırır.

Boş zamanın verimli kullanımını şekillendiren unsurlar; ekonomik faktörler, iş pozisyonu, medeni durum, yaş, cinsiyet, yaşanılan coğrafya, sosyo kültürel çevre ve ülkenin gelişmişlik düzeyidir. Bir toplumda yer alan insanların sağlıklı ve mutlu olması, çalışma ve iş dışındaki zamanlarını faydalı bir şekilde nasıl geçirdikleri ile ilgilidir. Bu amaçla o toplumda yaşayan insanların haklı çabaları, kendilerini iyi hissettiren faydalı aktiviteler ve hobiler seçmek, sağlıklı e mutlu olma oranlarını artıracaktır (Sevil Tuba, 2012) .

Günümüzde pek çok cümle ile açıklayabildiğimiz boş zaman olgusunun temelleri endüstriyel dönemle birlikte atılmıştır. Sanayileşme, kentsel yoğunlaşma ve gelişmenin getirdiği ekonomik büyüme ve insanların refah seviyesinin artması, çalışma ve iş yoğunluğunu makinelere aktararak insan yaşamında boş zaman kavramını ortaya çıkarmıştır. Sanayileşmenin getirdiği makineleşme, boş zaman kavramının artmasına neden olmuştur. Boş zamanların artması, insanların kendini geliştirmesi, bilgi birikiminin artması yeni teknolojik gelişmelere ve ilerlemelere yol açmıştır.

Doğru ve kaliteli boş zaman yönetimi, sağlık koşullarının iyileştirilmesine, eğitim seviyesinin yükselmesine, bilgili ve ahlaklı insan sayısının artmasına, kadın çalışan sayısının artmasına, okuryazarlık oranının yükselmesine katkı sağlayarak ülkenin gelişmiş ülkeler düzeyine taşınmasına yardımcı olacak hususlardır(Ata, B. 2013). Gelişmiş bir ülkede yaşayan insan, kendi bilincinin ve evrenin işleyişinin farkında olacağından, her anını şuur ve bilinçle yaşayacak her gün insanoğluna faydalı olabilecek faydalı işler yapacaktır.

1.2.1. Boş Zaman Tarihi

İlk çağda yaşamış olan insanoğlu, günlerinin büyük bir bölümünü yaşamını sürdürmek ve temel fizyolojik ihtiyaçlarını karşılamak için geçirmiştir. Yaşanılan her çağın kendi içinde zorlukları olsa da temel ihtiyaçlar her zaman yemek yemek, uyumak, barınmak ve güvende olmaktır. İlk çağın hemen ardından gelen Neolitik çağ ile birlikte insanoğlu yerleşik düzene geçiş yapmıştır.

Gün içinde geçirilen zamanın büyük bir kısmının tarımsal faaliyetler üzerinde olması, yiyecek bulmak için ilk çağlarda yerleşik düzene geçişle ile birlikte kendi besinini üreten toplumların ortaya çıkmasına neden olmuştur. Göçebe yaşam, bir yere ait olmama ve kendini bir yere ait hissedememe duygusunu beraberinde getirmiş, yerleşik düzene geçişle kendini güvende hisseden, ait olduğu topluma bir şeyler katmak için çalışan, iç huzurlarını önemseyen insanların oluşturduğu

toplumlar olmuşlardır. Yerleşik düzende yaşamaya başlamasıyla birlikte yaşam standartları değişen insanoğlu, kendi besinini üreterek daha fazla boş zamana sahip olmuştur. Tarih araştırmacıları ve arkeologların keşifleri sonucunda, birçok bulguda ilkel zamanlara ait mağaraların duvarları çeşitli motif ve oymalarla bezenmiş, çok çeşitli çizimlerin yapıldığı kazıların yanı sıra taşlarla şekillendirilmiştir. Bu çizimler, bir şeyi tasvir etmek ya da bir yerin haritasını çıkarıp unutulmaması ve sonraki nesillere aktarılmasını kolaylaştırmak için çizilmiştir. İnsanoğlunun o dönemde, boş zamanlarını kültürel bir kaynak olarak değerlendirmesi ,sanatsal yolda sosyalleşmek adına attığı adımları ifade etmektedir.

Toplumlar, yaşamsal uğraşılarının yanı sıra ruh sağlıklarının da farkına vardıkça, gün içinde vakit ayırdıkları uğraşlarda şekillenmeye başlar. İnsanlığın Anadolu topraklarında başladığı çağlarda boş zamanın en büyük örneklerini Mısır Medeniyeti'nin attığı adımlar oluşturmaktadır. Mısır uygarlığı birçok toplumun sanatla ilerlemesinin yanı sıra insanlığa sporla vakit geçirebilecekleri bir altın seçenek daha sunmuştur. Bunlara birkaç örnek vermek istersek; güreş, ağırlık kaldırma, koşu yarışları, binicilik ve okçuluk gibi rekreatif amaçlı sporlardır.

M.Ö. 539 yılında Mezopotamya'da uygarlık olan Asur ve Babil toplulukları da dönemin rekreasyonel faaliyetler olarak adlandırılabilecek boş zaman aktivitelerinde etkin rol oynamışlardır. O dönemde boş zamanı değerlendirmek, bir yaşam amacına ulaşmak ve kaliteli zaman geçirmek için kuralları federasyonlar tarafından belirlenen boks, güreş ve okçuluk ata sporlarımızın temelleri atılmıştır.

Asur ve Babil toplumlarının dans gösterileri, müzik dinletileri ve ziyafetler gibi eğlence olarak nitelendirilecek hassas zevkleri vardı. Günlük uğraşılarından yorulmuş halk, akşam saatlerinde bu tür aktivitelerle daha fazla sosyalleşme imkanı buluyordu. M.Ö 500 ile M.Ö 400 yılları arasında Altın Çağ olarak bilinen Yunan şehirlerinde sanat, spor, felsefe ve kültürel bir çok gelişim yakından takip edilmiş ve bu dönemde pek çok yazar ortaya çıkmıştır. Boş zamanın temelinde de kaliteli zaman geçirme kültürü olduğu için Atinalılarda soylu kesimden

olup vakti bol olan Yunan soyluları bu uğraşları yürütenler olmuştur. Antik Yunan ile birlikte Antik Roma dönemi de soyluların boş zamanlarını en verimli şekilde değerlendirebildikleri dönemdi. Felsefe temel uğraşıları olmuştur. Bu dönemin başlamasıyla birlikte filozof ve şairlerin sayısı ikiye katlanmış ve verimli eserler doğmuştur. Romalılara çocuk yaştan itibaren oyun yoluyla öğrenmeleri öğretildi. Oyunu hayatlarının merkezine yerleştiren Roma halkı, gençlerine koşmayı, boksu, atlamayı, cirit atmayı, mızrak kullanmayı, güreşmeyi, yüzmeyi ve ata binmeyi öğretmiş, çeşitli tören ve kutlamalarda kendilerini kanıtlama fırsatı vermişlerdir.

Roma döneminin yıkılmasıyla başlayan yeni çağa "Orta Çağ" adı verildi ancak bu dönemde boş zamanların, yeniliklerin, icatların ve tüm faaliyetlerin durgunluk hatta gerileme dönemi olarak nitelendirmek yanlış olmaz. Çünkü tarihte bu çağın bir diğer adı da "Karanlık Çağ"dır. Kilise tarafından yönetilen halk, birçok kısıtlamayla karşı karşıya kalmak zorunda kalmış, bu nedenle insanlar evlerinde kalmayı tercih etmiş ve sosyal ilişkileri zayıflamıştır.

Antik Yunan topluluklarından Roma imparatorluğuna, Orta Çağ'ın karanlığından, Reform ve Rönesans Dönemi'ne, Modern dönemden Sanayi dönemine kadar boş zaman ve rekreasyon olgusu, çağın başlangıcından başlayarak yaşamı zenginleştiren bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır.

Modern Çağ ve beraberinde gelen Sanayi Devrimi ile boş zaman kavramı zirve yapmıştır. Bunun önemli nedeni ise bu çağların getirdiği makineleşme ile çalışma ve iş hayatının kolaylaşmasıdır. İnsanoğlunun hayatına giren makineler sadece çalışma olanaklarını iyileştirip, geliştirmekle kalmamış aynı zamanda boş zamanlarının artmasına neden olmuştur. Her çağda gelişen ve ilerleyen boş zaman kavramı bu yeni çağla birlikte anlam kazanmıştır.

Sanayi Devrimi ile birlikte üretimi artan makinelerin iş gücünün büyük çoğunluğunu devralması, insan gücüne olan ihtiyacın yarı yarıya inmesine neden oldu. Çalışma saatleri günde 6 ila 8 saat olduğundan (eskiye oranla yarı yarıya)

olması sebebiyle, insanların artık kişisel zaman için daha fazla zaman bulduklarını söylemek doğru olur. 19. yüzyılda sanayileşme, fabrikalaşma ve makineleşmenin zirve yaptığı dönemlerdir. Her yeni yüzyıl kendi yenilikleriyle gelmiştir. Çalışma ve iş disiplininin temellerinin atıldığı bu yeni yüzyıl, uzun süreli çalışma saatlerinin bireylerde yarattığı olumsuz durumları da yavaş yavaş ele almaya başlamıştır.

Dinlenmek sağlıktır sözüyle yola çıkan 20. yüzyıl işçileri, artık uzun çalışma saatlerinin azaltılmasını, doğru ve sağlıklı dinlenme sürelerini, tatili ve boş zamanı sosyal bir hak olarak kabul eden ülkelerde yıllık ücretli izin hakkı, 1982 Anayasa'sının 50. Maddesine göre, dinlenmek çalışanların hakkıdır maddesi ile haklarının güvence altına alınıp, kendilerine sunulmasını istemektedir ve bu hak kapsamında çalışanlara yıllık ücretli izinler verilmektedir.' ibaresi kapsamında devlet bu hükmü yürürlüğe sokmuştur(Karaküçük S. 2008). Gelişen teknoloji, artan makineleşme ve üretim tesislerinin gelişmesi ile birlikte büyüyen fabrikalar, ülkelerin ekonomilerine büyük katkı sağlamaya devam etmiş ve kentlerinde büyümelerini sağlamıştır.

Tüm bu büyüme ve gelişme, daha fazla çalışma saati yaratıyordu. İnsanlar dinlenmeye zaman bulamazken, boş zamanlarına veya rekreasyon faaliyetlerine hiç zaman ayıramıyordu. Çünkü dönemin şartlarında katı bir disiplin hakimdi. İşverenlerin ve yöneticilerin, insanların boş kaldıklarında 'günahkar faaliyetlere' yöneleceğini düşünmeleri, onları boş bırakmamaları gerektiğini düşündüren temel faktör oldu. Belli bir kesim çalışma saatlerinin kısaltılması gerektiğini savunmaya devam ederken, halkın fazla boş zamanı olacağından korku duyan din adamları ise dönemin yönetimine karşı itirazlarını sürdürdüler.

Çalışanlar için çok uzun çalışma saatleri sadece hafta içi ile kısıtlı kalmamış, dini nedenlerle tek izin günleri olan Pazar günleri de tam dinlenme sağlayamamış, kiliseye gitmekte zorunlu tutulmuşlardır. Sanayi Devrimi ile birlikte artan makineleşme, insan gücüne olan ihtiyacın azalmasına neden olsa da bu sefer daha çok para kazanmak için insanı makine gibi kullanan toplumlar ortaya

çıkarmıştır. Bu nedenle insanlar sürekli çalışıyor, doğru düzgün dinlenemiyorlardı. Bu çağda makineler, rekreasyonel faaliyetler ve boş zaman arayışlarını engelleyen bir durum olarak ortaya çıkmıştır. 1960'lı ve 1970'li yıllarda, yüksek ücret yerine uzun süreli boş zaman isteyen güçlü bir sosyal hareket ortaya çıktı. Ve bir boş zaman patlaması yaşandı.

Çalışma koşullarındaki iyileştirmelerin gerçekleşmesinde göreceli de olsa bir başarı sağlanmıştır. Bununla birlikte günümüzde halen kullanılan 5 iş günü ve 2 tatil günü olarak düzenlenmiştir. İnsanların işten kazandıkları paralar, işten kalan harcanabilir zamanlarıyla örtüşmeye başladığında, sosyal yaşamları büyük bir boş zaman uğraşı ve etkinlik dalgası sardı (Taştan, N., & Yorulmaz, H. (2020).

1.3. Boş Zamanın Temel Fonksiyonları

Gün içinde yapılan ve yapılması gereken günlük işlerin ne kadar önemli olduğu bilinse de, kalan zamanı verimli geçirmek de bir o kadar kıymetli ve değerlidir.

Boş olarak nitelendirilen zamanı verimli bir şekilde geçirmek, kişinin tatmin duygusunu artırır. Artan memnuniyet duygusu işe ve çalışma hayatına verimlilik olarak geri yansır. Bu boş zamanın önemini gösterir. Boş zaman tarihi ve gelişim süreci incelendiğinde aylaklık, serbestlik veya tembellik olarak yorumlanmaktaydı. İlk çağlardan itibaren hayatımızda büyük bir yeri olan boş zamanı öncelikle aylaklıktan ayırmak gerekir.

O dönemde Yunanlılar ve Latinlerde boş zaman fikri olan aylaklık, aktif yaşam olarak yerini almıştır. Otium ise bu boş zamanı rahatlama , derin dinlenme, uyku, nefes egzersizleri gibi ruh halini iyileştirecek durumlarla değerlendirmek demektir. Net görülen bir fark var ki boş zaman ve aylaklık iki farklı kavramı ifade etmektedir.

Çalışmaya ve iş hayatına büyük önem verilen modern dönem ve bunu takip eden sanayi devrimi, çalışma saatlerinin artmasıyla birlikte vücut yorgunluğu da artırmıştır. Boş zaman, fiziksel yorgunluğu artan bireylerin fiziksel güçlerini tazeleyen ve yaşam dengesini bulmalarına yardımcı olan dinlenme işlevini yerine getirir.

1.3.1. Dinlenme Fonksiyonu

Dinlenme fonksiyonunu, yoğun iş temposu ve çalışma hayatını daha verimli bir şekilde devam ettirebilmek için verilen molalar olarak tanımlamak yanlış olmayacaktır. Çünkü dinlenme kelimesi; yorgunluğu atmak, çalışma ortamlarında yaşanan gerginlik, stres ve kaostan uzaklaşmak, yoğun ve yorucu işlerden yorulan bedeni onarmak ve tazelemek için ayrılan zamandır.

Haftada 60-80 saat çalışma olarak kullanılan makineleşmenin ilk zamanlarında işçiler, dinlenme fonksiyonunu sadece boş zamanlarında fiziksel çalışma için gerekli olan gücü geri kazanmak için kullanıyorlardı. Çok uzun ve sürekli çalışmanın hem fizyolojik hem de psikolojik olarak zarar verdiği bir gerçektir. Verimli zamanın toplam dinlenme süresine bağlı olduğu doğrudur. Çünkü istirahatten sonra tekrar işe başlamak, işin daha dikkatle yapılmasına ve sonuçların daha olumlu olmasına neden olur.

Çalışma hayatında 5 gün çalışmak zorunda olan bireylerin, hafta sonu veya mesai çıkışı, (işin bittiğinde) verimli bir şekilde geçirme planları yapmaları, bir sonraki mesaiye daha istekli ve gönüllü olarak başlamalarını sağlayacaktır. Dolayısıyla günümüz dünyasında her geçen gün gelişen veya yenilenen hobiler ve mesleklerle bu zamanları daha kaliteli geçirmek insanoğlunun elindedir. Tüm bu hobileri yaparken hem dinlenip hem eğlenmek mümkündür. Dinlenmenin yanı sıra eğlenmenin de bireyler üzerinde yenilenme ve tazelenme etkisini göz ardı etmek yanlış olur.

1.3.2. Eğlenme Fonksiyonu

Eğlence, neşe içinde geçirilen zaman demektir. Eğlenmek ihtiyaçtan doğan bir kavramdır. İnsanoğlunun günlük zorunlu aktiviteleri dışında motive olmak, rahatlamak ve hayatında fark yaratmak zamana ihtiyacı vardır. İnsanın doğduğu veya yaşadığı ortam, çalışma imkanları, iş durumu ve yaşı gibi kavramlar eğlenme seçeneklerini belirler. Kimileri evde kitap okuyup tek başına kahve içmekten keyif alırken, kimileri de dışarıda, kalabalık ortamlarda arkadaşlarıyla vakit geçirmekten keyif alabilir. Eğlenme fonksiyonunun sadece bedensel yenilenme ve tazelenmeyi değil aynı zamanda psikolojik rahatlamayı da desteklediği bir gerçektir.

1.3.3. Gelişim Fonksiyonu

Bireylerin boş zamanlarını değerlendirirken, kendi kültürel gelişimlerini desteklemek, çalışma ortamındaki bilgilerini artırmak ve iş verimlerinin artmasını sağlamak amaçlı yapılacak eğitimler ve değerlendirmeler, onların sosyal ortamda kaliteli insanlardan oluşan bir grup içinde yer almalarını sağlayacak ve başarılarının artmasına neden olacaktır.

İnsani gelişmenin sadece kendine yapılan bir yatırım olduğu düşünülmemelidir. Çünkü insan, o toplumu oluşturan bireydir. Bireyler okudukça ve öğrendikçe çevrelerindeki insanlarla doğru bilgileri paylaşmaya ve onları aktarmaya başlarlar. Böylece farkındalığı yüksek toplumlar gelişir.

Farkındalığı yüksek olan bireyler sosyal yaşamlarında olaylara farklı açılardan bakabilme becerisine sahip davranışlar sergilerler. Çoklu düşünme ve görme becerisi gelişmiş bireyler, günlük hayatta kendi iradesi dışında meydana gelen durumlarda diğer bireylere karşı sorun teşkil edebilecek davranışlara daha hızlı bir şekilde olaylara çözüm odaklı bakabilmektedirler. Bu bakış açısı insanlara ruhsal olarak yaratıcı bir güç verir. İnsan geliştikçe, öğrendikçe ve öğrendiklerini aktardıkça

daha çok gelişmek ister, okumaya , öğrenmeye açlık duyar. Bu şekilde manevi doyum gerçekleşir.

1.4. Boş Zamanı Değerlendirmenin Faydaları

Günden güne gelişen ve ilerleyen teknoloji ile birlikte birçok iş alanında modern çağa ayak uydurmak için yenilikler ve iyileşmeler gerçekleşmektedir.

Teknolojinin gelişmesi insan gücüne olan ihtiyacın azalmasına ve iş olanaklarını artırarak çalışma saatlerinin iyileşmesine neden olmuştur. Böylece hem serbest hem de boş zaman artışı gerçekleşmiştir. Günümüz sorunlarından biri de toplumların boş zamanları değerlendirme yönetme konusunda bireylerin yetersiz kalmasıdır. Bu eksiklik, imkanların kısıtlı olmasından değil, imkanların çoğunluğundan ve insanların hayattaki temel ihtiyaçlarından kendilerini soyutlayamamalarından kaynaklanmaktadır. Mutlu olma hali, hırs ve azim, risk alma, dinlenme ve yenilenme gibi birçok sosyal sorunun kaynağı olarak rol oynar.

Her birey, yaşam koşulları, doğduğu çevre ve yaşadığı çevre dahil olmak üzere farklı fiziksel gelişim süreçleri gösterir. Bu durum bireyin hayatı boyunca devam eder. İnsan olmanın fizyolojik ihtiyaçları dışında, onları sağlıklı kılacak fiziksel aktivitelere yönlenmeleri ve spor konusunda istikrarlı olmaları, hayatları boyunca sağlıklı bireyler olmalarına destek olacaktır.

Fiziksel aktivitelerde harcanan enerjinin bireyde daha sonra yaratmış olduğu rahatlama sebebiyle bireyler düzenli olarak fiziksel aktivitelere katılır; obezite, diyabet ve kalp hastalıkları gibi sağlık sorunlarına karşı tedbir amaçlı hareket etmeyi tercih edebilirler. Çünkü düzenli yapılan sporun bireyin kişisel sağlığını koruduğu ve onu hastalıklara karşı dirençli hale getirdiği bilimsel olarak açıklanmış ve kanıtlanmıştır. (Açıkada ve Ergen 1990).

1.4.1. Fiziksel Yararları

Gelişen teknolojinin insan hayatını kolaylaştırdığı gibi rahatlığın getirdiği tembelliğe de alıştırdığı bir gerçektir. Geçmişte insan gücüne duyulan ihtiyaç artık makineler ve robotlar ile daha hızlı ve daha kısa sürede gerçekleştirilmektedir. Modern toplumlarda makineleşme ile kolaylıkların artması bir iş ve faaliyet için uzun uğraşların süresini kısaltmıştır. Teknolojinin bu hız da gelişmesi, fiziksel egzersizin yapılma süresini azaltmakta ve her yaş grubundaki bireyleri olumsuz etkilemekte ve ciddi sağlık sorunlarına neden olmaktadır (Zorba, E. 2008).

Toplumlar kendilerine dayatılan tabuların dışına çıktıklarında kendi yaşamları için verimli denebilecek zaman aktivitelerini keşfedebilirler. Bu bazen spor, bazen dans, bazen yoga, 9bazen de uzun saatler gerektiren crossfit antrenmanları olabilir. Boş zamanı verimli kullanmak ve zamanı fiziksel aktiviteler ile geçirmek, bireyin günlük hayatta kendini daha dinç ve enerjik hissetmesini sağlayacaktır.

Salgılanan pek çok hormon, yapılan aktivitenin türüne göre nefes almayı artıracağından ve ciğerleri temiz hava ile dolduracağından, açık bir zihin ve dinç bir beden ortaya çıkacaktır. Günlük yaşamda fizyolojik uğraşılarımızdan zaman yaratarak yaptığımız her fiziksel aktivite sağlıklı bir yaşam olarak geri dönecektir (Ata, B. 2013).

1.4.2. Toplumsal Yararları

Sosyal hayatın modernleşmesi, geliri artırıp halkın kalkınmasına ve refahına yol açarken bir yandan da insanları yalnızlığa itmiştir. Aynı apartmanlarda yaşayan, koridorlarda birbirine selam vermeyen, komşusunu dahi tanımayan bir toplumu doğurmuştur.

İnsanı yer yüzünde yaşayan ve yaşamakta olan diğer canlılardan ayıran temel unsurların başında konuşuyor olabilmesi gelirken, sosyal bir varlık olması ikinci sırada yer almaktadır. İnsanlar gündelik hayatlarında arkadaşlık ilişkileri, aile hayatı ve eşleriyle olan ilişkileri ne kadar yolunda ise çalışma hayatları da bir okadar yolunda ilerler. Bu iki olgu dengeli bir şekilde ilerlemektedir.

Zamanla bireylerin sosyal ilişkilerinde yalnızlık tercihi ya da dil, din, ırk, eğitim, kültür, cinsiyet, doğdukları çevre ve yaşadıkları çevre gibi konularda kalabalık ortamlara dahil olma isteği toplumdaki yerini belirleyen unsurlar olmuştur. Bu nedenle kişisel sosyal etkileşimde serbest zaman aktiviteleri çok önemlidir.

Serbest zaman etkinliklerine katılım, fikir ve işbirliği için serbest akış ve fırsatlar aracılığıyla daha adil toplumların ortaya çıkışını teşvik eder. Fizyolojik ve sosyal ihtiyaçlarını karşılayan bireylerin psikolojik olarak rahatlama ve eğlenme imkanlarından faydalanması anlamına gelmektedir. İnsanlar çalışma yeri ve sosyal statüde yaşam standartlarının düşmesi sorunu ile karşı karşıya kalmaktadır. Bu olumsuz durumlar insan psikolojisini de olumsuz yönde etkiler.(Tütüncü ve Aydın, 2014).

1.4.3. Psikolojik Yararları

Modern toplumlarda her geçen gün artan iş ve mesai saatleri insanları fiziksel olduğu kadar psikolojik olarak da yıpratmaktadır.

Gün içinde yaşanan her olayın stresi artırdığını ve kaygı düzeyini yükselttiğini söylemek yanlış olmaz. İşi gereği insanlarla sürekli iletişim halinde olan meslek grupları daha fazla strese maruz kalmaktadır. Çünkü her türlü psikolojik bunalım ve sıkıntı yaşayan kişiler, sağlıklı bireylerle iletişime geçtiklerinde dengelerini bozarak sağlıklı bireyleri strese sokmaktadır.

Günlerini ev, okul ve iş üçgeninde geçirmek zorunda kalan, başka bir aktivite yapamayan, anda olmak isteyip de zaman yaratamayan bireylerin zamanla mutsuz bireyler olmaları kaçınılmaz olacaktır. Bu tür ortamlardan uzaklaşmak ve farklı ortamlar keşfetmek isteyen insanlar, moral ve motivasyonel ihtiyaçlarını gidermek isterler. Çünkü girilen yeni ortam, sosyalleşmelerini desteklemelerine, eğlenmelerine, kendilerini tazeleyip yenilenmelerine ve dolayısıyla rahatlamalarına olanak sağlar. Bu aktivite sürelerinin düzenli hale getirilmesi, bireyin kaygı düzeyinin azalmasına ve mutluluk seviyesinin artmasına yardımcı olarak psikolojik rahatsızlıkların da önüne geçecektir. Boş zamanlarını iyi kullanan ve yöneten bireylerde görülen ortak duygu huzur ve mutluluktur.

1.5. Okulda Boş Zamanı Değerlendirme

Öğrencilerin okulda geçirdikleri ders dışı zamanın kalitesi, derslerindeki verimi artıran en önemli unsurdur. Çünkü öğrenciler sosyalleştikçe, koşup, eğlendikçe, top oynayıp, arkadaşlarıyla birlikte bir şeyler paylaştıkça rahatlayacak ve sonraki derse yenilenmiş olarak dönecektir. Boş zamanın aktif olarak kullanılamaması; mutsuz, amaçsız, yaratıcılıktan uzak bireyler doğuracaktır. Zamanın verimli kullanılması, topluma sağlıklı ve iyi kalpli bireyler kazandıracak ve böylece sağlıklı toplumlar doğacaktır.

Teneffüsler dışında boş zaman olarak değerlendirilebilecek aktivitelerin başında spor, sanat ve kültür kulüpleri gelmektedir. Öğrencilerin kendilerini buldukları, kendilerini iyi ve net bir şekilde ifade ettikleri kulüple, öğrencilere sağlıklı ve zinde olmaları açısından birçok fayda sağlar(Erkan, N.2000).

Kulüplerdeki öğrencilerin, sosyalleşirken sağlıklı bir vücuda sahip olmaları kulüplerin onları birçok yönden geliştirdiğini göstermektedir. Kulüplere giderek gelişen öğrenciler okul takımlarına katılarak okullarını temsil eder ve müsabakalara çıkarlar. Bu müsabakalarda seçtikleri spor dalında tüm yeteneklerini sergileyerek önce kendini sonra takımını temelde de okulunu temsil eder.

1.6. Öğrencilerin Boş Zaman Etkinliklerine Katılamama Nedenleri

Dar gelirli ailelerde yaşayan çocukların ailelerinin geliri zar zor geçimini sağlarken, boş zaman etkinliklerine katılma imkanlarının kısıtlı olması bunun ilk ve en önemli sebepleri arasında yer alıyor. Bir diğer sebep, iyi maaş alan ailelerin bir kısmının ders dışında yaptıkları boş zaman aktivitelerini yararsız görmeleri, akademik olarak ilerlemelerini istemeleri ve bu konuda ısrarcı olmalarıdır.

Okul idareleri, sağlıklı bir okul yapısının oluşturulması ve sürdürülmesinde, akademik başarının yanı sıra akademik olmayan boş zaman aktivitelerinin düzenlenmesinde üzerine düşen görevleri yerine getirmekle yükümlüdür. Çünkü öğrencilerin derse yeniden adapte olabilmeleri için dinlenmeye ve tazelenmeye ihtiyaçları vardır.

Ders dışı zaman olarak adlandırılan öğrencilerin en kısa boş zamanı okul ortamında geçirdikleri teneffüslerdir. Bazen bir yemek molası için ihtiyaçlarını karşılamak amacıyla kullandıkları zaman dilimi, bazen de sportif ya da sanatsal olarak değerlendirdikleri anlardır.

Okul çağındaki çocuklar için, okul ortamında öğrencilere sunulan aktivitelerin zenginleştirilmesi, gelecekte toplumun birer vatandaşı olacak çocuklarımızın içinde bulundukları toplum için sosyal ve sağlıklı bir birey yapısının oluşturulması için temellerinin atıldığı yaşlardır. Öğrencilerin, okul ortamında boş zaman aktivitelerine katılmaları akademik başarı oranlarının artmasına katkı sağlayacaktır. Çünkü zihinsel olarak rahatlamış beyinler okuduklarını anlamaya ve anladıklarını yorumlamaya başlayacaktır.

1.7. Boş Zamanların Değerlendirilmesi Sorunu

21. yüzyılda diğer yüzyıllara göre hızına ayak uydurmakta zorlandığımız teknolojik gelişmeler her alanda artmakta ve ilerlemektedir. Tüm bu gelişme, ilerleme ve yenilikler birçok sosyal ve ekonomik gelişmeyi de beraberinde getirmektedir.

Teknolojinin hızı hayatı kolaylaştırırken, makineleşmenin ve modern hayatın getirdiği iş yükünü omuzlayan insanoğlunun fazla mesai kavramı ile çalışma saatlerini artmıştır. Makinelerin hızına yetişip ürün üretebilmek için günde 10-12 saat çalışmak zorunda kalınmıştır. Ancak bu yoğun çalışma saatlerinin sürekli hale gelmesi yorgunluğu artırmakta ve zamanla verimliliğin düşmesine neden olmaktadır.

1960'lar-1970'lerde gelişen sanayileşme ve artan bilinçlenme ile toplumlar, uzun çalışma saatlerinin insan hayatına da zarar verdiğini fark etmiş ve bazı kararlar alınması gerektiğini önermiştir(Kılbaş,Ş.2010). Dönemin çalışanları, daha fazla ücret almak yerine daha fazla dinlenme ve boş zaman talep eden bir toplumsal hareket yaratmıştır. Bu hareket, birçok devlet adamının müzakereleri sonucunda bugün de geçerli olan 5 iş gününe, 1,5 gün öncesi ve sonrasında 2 tatil günü olarak sonuçlanmıştır. Bununla birlikte yıllık tatil kavramı doğdu.

Boş zamanların verimli kullanılması, insanların kendilerini geliştirmeleri ile birlikte yaşadıkları toplumun gelişimine katkı sağlayacağından, zamanın değerlendirme biçimi ve niteliği önemli rol oynamaktadır. Zamanını verimli değerlendiremeyen, dinlenme, yenilenme, eğlenme ve öğrenmeyi sağlıklı bir şekilde yapamayan kişilerde, kişilik gelişimi ve psikolojik gelişim olumsuz etkilenebilir. Boş zamanın kullanılma şekli kişinin hayatından bilmediğimiz örnekler sunar.Boş zamanın değerlendirilmesi için seçilen aktivitelerin kültür aktarımı açısından önemi yadsınamaz.

Toplumların bir arada barış içinde yaşayabilmeleri için birçok kurala uymaları gerekmektedir. Kurallar, sosyal hayata düzen getirir. Kurallar, disiplin ve istikrar bireyin hayatına yön verirken sağlıklı bir yolda ilerlemesi için gerekli unsurlardır. Tüm bu üç faktör boş zaman aktivitelerine dahil edildiğinde spora karşılık gelir. Boş zamanları değerlendirmenin en faydalı yollarından biri spor yapmaktır.

Okullarımızda ders olarak gördüğümüz Beden Eğitimi, bireylerin küçük yaşlardan itibaren sporu, hayatlarına entegre etmelerine yardımcı olmaktır. Beden eğitimi, öğrencilerin düzenli ve sağlıklı büyümeleri için gerekli olan bedensel gelişimin yanında psikolojik gelişiminde desteklendiği branştır. (Ata, B. 2013)

Spor'un sağlıklı, güçlü, saygılı, disiplinli, hırslı, azimli, çevik ve sonuçları arasında algısı yüksek bireylerin oluşmasına katkı sağladığı bir gerçektir. Tüm bu olumlu sonuçların alınabilmesi için bireyin spor faaliyetlerine istikrarlı ve aktif bir şekilde katılması gerekmektedir. Değerlendirilen boş zamanın ne kadar yaratıcı olduğu kişinin tercihlerine bağlıdır. Tercihlerin olumlu sonuçlarından biri de toplumda elde ettikleri statüdür. Yapılan ya da yapılmak üzere seçilen boş zaman aktiviteleri sadece dinlenmek ya da çalışmamak değil, çalışma biçimini değiştirmek için uğraşılan aktivitelerdir.

Sağlıklı düşünmek iyi bir psikolojik düzeye ulaşmak demektir. Fizyolojik olarak yapmak zorunda olduğumuz işleri yapabilme gücünü koruyabilmek, düzenli olarak yapılabilir olmasını sağlamak ve bunları gerçekleştirirken yorgunluk seviyesini minimumda tutabilmek ve dinç kalabilmek gerekir.

1.8. Boş Zaman Yönelimine Ket Vuran Etmenler

Devletler, bilinçli olarak eğitim, kalkınma, sanat ve kültür gibi toplumu iyileştirecek çabalara yönelmediklerinde tehlikeli ve zararlı vatandaşlardan oluşan toplumlar yaratabilirler. Vatandaşların kendilerini geliştirmeleri, içinde yaşadıkları

toplumların da gelişmesine yol açmaktadır. Bir toplumun gelişmesinden o toplumun bağlı olduğu devlet yetkilileri nasıl sorumluysa, okullarda da bu görevin başında yönetim ve öğretmenler gelmektedir. Öğrencileri zamanlarını değerlendirme konusunda bilinçlendirmeli ve sağlıklı yönlendirmeler yapmalıdır.

Bütün bu düzen öğretmen ve idarenin elindeyken, sorumluluk öğrencilerdedir. Ancak bazı dış etkenlerden dolayı her plan belirli bir düzen ve denge de ilerlemeyebilir. Öğrencilerin boş zamanlarını kaliteli ve verimli kullanmalarını engelleyen, rekreasyonel faaliyetlere ulaşmalarını engelleyen olguların olduğu bir gerçektir. Bu olguları inceleyecek olursak;

1.8.1. Davranış ve Kültür

Öğrencilerin doğup büyümek zorunda oldukları toplum ve o toplumun dayattığı bazı kültürler bir takım davranışları da beraberinde getirmektedir. Öğrencinin kendisine öğretilen ve empoze edilen kültüre uyum sağlamak zorunda olması davranışlarını etkilemekte ve boş zaman algısını yönetmektedir.

1.8.2. Sosyolojik Etkiler

Okunulan okuldaki boş zaman aktivitelerin çeşitliliği ya da azlığı öğrencinin gelişimini etkileyen en büyük etkendir. Öğretmenin okul içi ve okul dışı donanımı, idarenin aktivite ve faaliyetlere açık oluşu ve desteği öğrencinin kişisel gelişimini etkileyen bir diğer faktördür.

1.8.3. Ekonomik Etkiler

Ekonomik etkiler, özel okulların aktivite katılımı veya çeşitliliğini destekleyen unsurdur. Boş zamanların kaliteli ve verimli kullanılmasında şüphesiz en büyük etkiyi ekonomik durum oluşturmaktadır.

Malzeme desteği, malzeme satın alma veya kiralama, okul takımlarını müsabakalara götürme, sahnede yapılacak kutlamalar ve tiyatro etkinlikleri için materyal temini gibi konularda ekonominin okullar üzerindeki rolünü görmek mümkündür.

1.8.4. Mesleki Gelir

Ailelerin mesleki kazançları öğrencilerin özel okullardaki seçimlerini etkilemektedir. Özel okul idarecileri, çevre özel okullardan daha fazla seçilebilir olmak için etkinlik ve faaliyet çeşitliliği ile okullarının seçilebilirliğini artırır.

Yüksek maliyetli özel okulların, etkinlik çeşitliliği ve faaliyetlere olan desteği gelir düzeyi yüksek aileler tarafından tercih edilmesini sağlar. Ailelerin meslek grubu ile eğitim düzeyi doğrudan ilişkili olduğu için okul seçimlerinde aynı eğitim düzeyindeki ailelerle bir araya geliyor olacaklardır.

1.9. Serbest Zaman

İngilizce serbest zamanı tanımlayan ‘leisure’ kelimesi rahat, uygun zaman ve özgürlük anlamlarında kullanılmaktadır.

Latince serbest zamanı tanımlayan ‘licere’ kelimesi izin verilen, özgür olmak anlamlarına gelir (Taştan, N., & Yorulmaz, H. 2020).

Yoğun iş temposunun başladığı dönem olarak sanayi devrimi dönemini belirtmek doğru olur. Sanayileşmenin her geçen gün artan bir hızla uluslararası bir boyut kazanmasıyla birlikte iş yoğunluğundaki artış da aynı oranda ilerlemektedir. Ancak aynı çalışanın uzun saatler süren iş verimi yerine çalışan sayısını artıran firmalar daha fazla verim alabildiklerini deneyimlemeye başlayınca hem çalışma hem de dinlenme verimliliği dengeye kavuşur.

Serbest zaman ve boş zaman kavramları farklı anlamlara gelmektedir. Serbest zaman tamamıyla boş zamanı içeren daha geniş bir zaman dilimidir. Rekreasyon amaçlı yapılan tüm etkinlikler aynı zamanda serbest zaman aktiviteleridir. Serbest zamanda yapılan aktiviteler, bireyin organize veya planlı olmadan kendi imkanlarıyla oluşturduğu aktivitelerdir. Toprakla uğraşmak, kitap okumak ve film izlemek gibi (Sevil, 2012: 156).

Çalışma saatleri ve fizyolojik ihtiyaçların karşılanması dışında geçirilen zamandır. Yemek yemek, uyumak, çalışmak, evdeki görevleri yerine getirmek, ödev yapmak ve okula gitmek gibi yapılması gerekli olan faaliyetlerin öncesinde veya sonrasında dinlenerek geçirilen kişinin hür iradesi ile karar verdiği zamandır. Bu zaman diliminde yapılan etkinliklerden tatmin olunması gerekmektedir.

Serbest zaman dilimi; Kişinin kendi kararları sonucunda yenilenmesi ve tazelenmesi için bedensel ve ruhsal olarak yapılması gereken olay ve durumlara, kendi kontrolünde, herhangi bir baskı olmadan ve maddi hiçbir kazanç sağlanmadan rahatlama ve mutluluk hissi verecek aktiviteler ile değerlendirilen zamandır.

Bireyler yaşadıkların ortamın gereği olarak serbest zamanlarını değerlendirmenin farklı yollarını kullanabilirler. İnsanlar bazen kendi isteklerini gerçekleştirecekleri serbest zamanları olurken, bazen de yoğun işlerinin dışında kalan zamanı yine iş verimini arttırıcı şekilde değerlendirmek isteyebilirler. Bu durum kişinin yorgunluğu ile ilişkili olarak şekillenmektedir.

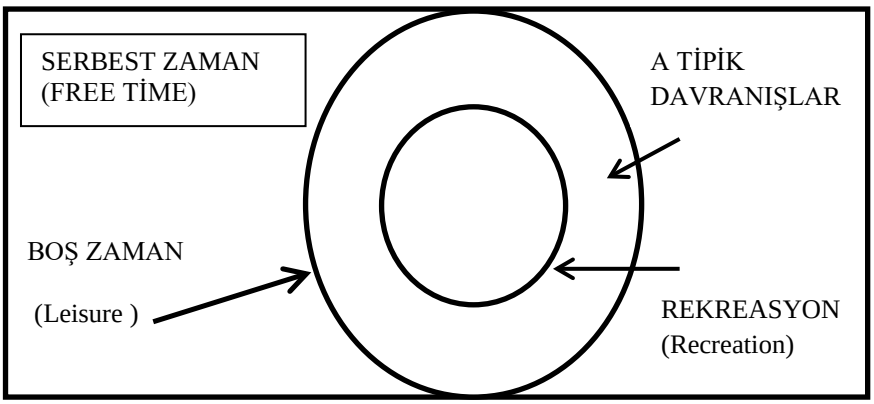
Serbest zaman, tüm zamanları içine alan en geniş zaman olarak bilinir. Ve bu zamanı değerlendirirken kişinin kendi planlaması dışında planladığı programlara dahil olması da serbest zamanını değerlendirebileceği seçeneklerden biri olarak sayılabilir. Serbest zamanı bu zamana kadar anlatılan kelime gurupları ile anlatımının çok ötesinde bir zaman dilimi olduğunu söylemek yanlış olmayacaktır çünkü tüm zamanları içinde bulunduran zaman dilimidir. Ancak içerdiği temel yaklaşımlara göre inceleyecek olursak: Zaman dört ana yaklaşımı içerir; etkinlik, bilinç durumu ve

kültür. Zaman açısından ise iş disiplini, uyku ve diğer ihtiyaçların karşılanmasından sonra kalan zamandır.

1.10. Rekreasyon

İngilizcede; Dinlenmek, güzel vakit geçirmek, eğlenmek, boş zamanı değerlendirmek anlamlarına gelen 'recration' kelimesi kullanılmaktadır. İş ve çalışma ile birçok nedenden bunalmış bireylerin rahatlamasıdır. Temelinde zevk, rahatlama, yenilenme, kendini geliştirme, her açıdan fayda sağlayan, doyum duygusu içeren, gönüllü olarak katılım sağlanan serbest zaman aktiviteleridir. Günümüz modern dünyasında rekreasyon, serbest zamanlarda bireysel ya da grup olarak yapılan rahatlatıcı, anlık doyum duygusu yaratan ve katılımın sonucunda bireyde yenilenme ihtiyacını karşılayan etkinliklerdir. Biri yada bir şey yüzünden baskı veya ekonomik çıkar hissetmeden, gönüllü olarak katılım sağlanan aktiviteler olarak tanımlamak uygun olacaktır. Çünkü rekreasyonun temeli keyif almak, yapılan işten tatmin olmak ve gönüllü olmaktır.

Şekil 1. Rekreasyon, Serbest Zaman ve Boş Zaman İlişkisi



Tablodan da görüleceği üzere Serbest Zaman kavramı boş zamanı, boş zaman olgusu da rekreasyonu içermektedir. Rekreasyon, boş zaman sırasında gerçekleşir, ancak her boş zaman rekreasyon olarak adlandırılmaz.

Boş zamanlarda yapılan ancak rekreasyon ile bağlantılı olmayan bazı aktiviteler vardır. Mecbur hissedilerek yapılan; (zorunlu) ibadetler, ders çalışmak veya zorunlu ebeveyn ziyaretleri bu kategorinin dışında suç oluşturan durumlar; hırsızlık, kumar, uyuşturucu, aşırı alkol kullanımı ve antisosyal faaliyetler de dahildir. Bu tür davranışlara ‘ a tipik davranışlar’ denir(Karaküçük, S.1999).

1.10.1. Rekreasyonun Özellikleri

Spor, ders, iş ve fizyolojik ihtiyaçlar gibi yapılması zorunlu olan durumların dışında rekreasyonda:

- Etkinliklere katılımda gönüllülük esastır.
- Birey seçtiği aktivitelerde doyuma ulaşmalı ve dilediği aktiviteyi özgürce seçmelidir.
- Aktivite seçenekleri bireyin tercihine göre fiziksel ya da zihinsel rahatlama içeren ve seçilen duruma göre fayda sağlaması beklenen seçenekler olabilir.
- Rekreasyon yeniler, tazeler ve keyif verir. Birey rekreasyonel faaliyetlerin hemen sonrasında bir rahatlama ve mutluluk hissi yaşar.
- Rekreasyon bireyin boş olan zamanlarında katıldığı etkinliklerdir.
- Belirli yaş sınırı ve cinsiyet farklılığı gözetmeksizin katılma imkanı verir.
- Aktiviteler için alan sınırı yoktur. Açık veya kapalı alanlarda hava koşullarının elverdiği sürece uygulanabilir.
- Yapan her bir birey için belirli bir amaca hizmet eder.
- Bireyin sosyal ve bireysel gelişimini destekler ve kendini ifade edebilme yeteneği kazandırır.
- Toplumun belli kurallarına; gelenek,görenek ve ahlaki değerleri ile örtüşmelidir.
- Alanında uzman kişilerce, planlı veya plansız gerçekleştirilen aktivitelerdir.

1.10.2. Rekreasyonun Sınıflandırılması

Rekreasyon aktiviteleri yapan kişiye ve yapıldığı yere göre farklılık göstermektedir. Bireyler hangi amaçla ve istekle rekreasyonel faaliyetlere katılmaya karar verirlerse versinler, uygun bir rekreasyon türü ortaya çıkmıştır.İncelendiğinde temel faktörler mekan, yaş, zaman ve cinsiyettir. Öncelikle kapalı alan ve açık alan rekreasyonu olarak ikiye ayrılır.

Birey, ana kriter olarak nerede, hangi etkinliği ve nasıl yapacağına karar verdikten sonra bu gurupları kapsayan etkinlik seçimlerini yapar. Her geçen gün bireyin isteklerine göre rekreasyon faaliyetleri de çeşitlilik göstermektedir. Şimdiye kadar seçilen ve yürütülen faaliyetler incelendiğinde amaçlarına ve çeşitlerine göre ikiye ayrılmaktadır. Rekreasyon, insanların boş zamanlarında seçtikleri bir aktivite ile güzel vakit geçirmek, rahatlamak ve kendilerini bulmak için yaptıkları aktivitelerdir.

Yaş faktörüne göre: Bir çok yaş grubunun isteğine cevap verebilen ve kendi tercihleri sonucunda katılım gösterdikleri aktivitelerdir.

Cinsiyete göre: Herkes aynı aktivite gruplarından aynı zevki almaz, dolayısıyla aktiviteler farklılık gösterir.

Kullanılacak alan tercihine göre: Mevsim koşullarına göre şekillenen açık ya da kapalı alanlarda organize edilen aktiviteleri kapsar. Açık alan aktiviteleri, insanların şehir hayatında kapalı alanlardaki monoton yaşamdan kurtulmak için tercih ettikleri ormanlar, parklar, bahçeler, yürüyüş yolları, su alanları, dağlık yerlerdir(Zorba, E. (2002).

Zamana göre: Yaz, kış ya da başka bir mevsimde, hatta hafta içi ya da hafta sonu, izin günlerinde yapılacak etkinliklerdir.

Aktiviteye katılan kişi sayısına göre: Bireysel, grup, aile ve ekip olarak katıldığımız rekreasyonel aktiviteler.Faaliyetler alınan eğitim ve gelir düzeyine göre değişiklik göstermektedir.

1.11. Amaçlarına Göre Rekreasyonun Sınıflandırılması

Hayata ilişkin tüm sorumluluklar tamamlandıktan sonra kalan boş zamanlardaki bireysel veya sosyal faaliyetler içerdikleri amaçlara göre sportif, kültürel, sosyal, sanatsal, turistik olmak üzere 5 e ayrılır.

Spor Açısından Rekreasyonel Aktiviteler: Spor esnasında seçilen branşa yönelik gelişim, heyecan ,eğlence koşulları farklılık gösterse de insan vücudu üzerindeki etkileri , solunum ve kalp dolaşımı hızlanacak dolayısıyla vücuda kan akışı hızlanacaktır. Bu sayede tüm dokulara daha fazla kan gider. Kemik ve kaslar güçlenir. Hastalıklara yakalanma riski azalır. Stres azalır. Enerji artar. Sosyalleşme artar.

Kültürel Rekreasyon Faaliyetleri: Geçmişten gelen kültürleri yeni nesillere aktarırken sağlarken, farklı kültürlerle olan etkileşimleri de incelenmektedir. Örgü, el sanatları, nakış işleme gibi etkinliklerin yanı sıra, geçmişin kültürlerini yansıtan mağara ve müzelerinde gezilmesidir.

Sanatsal Rekreasyon Faaliyetleri: Seyretmek, görmek ve dinlemek amacıyla çeşitli müzikler, müzik aletleri, yöresel ezgiler, danslar, resimler, fotoğraf sergileri, mimari ve heykellerin yapılmasıdır.

Sosyal Rekreasyon Faaliyetleri: İnsanların özel günleri, düğünleri, nişanları, törenleri, doğum günlerini kutlama, kahve içme ve sohbet ritüellerini gerçekleştirme ihtiyacından doğmuştur.

Turistik Rekreasyon Faaliyetleri: İnsanların gittikleri yerlerde stres, merak, yeni yerler görme isteği, rahatlama, huzurlu hissetme ve kendini bulma amacıyla yaptıkları faaliyetlerdir.

Tüm bu rekreasyonel faaliyetleri ayrı ayrı incelemiş olsak da hepsi birbirinin içinde yer almaktadır. Sportif bir rekreasyon faaliyeti için seçtiğimiz bir aktivite sosyallik içerir. Turistik faaliyetlerin sanat ve kültürü de beraberinde getirdiği gerçeği göz ardı edemeyiz.

1.11.1. Mekansal Açıdan Rekreasyon

Öncelikle mekan kavramı tanımlanmalıdır. "Mekan" terimi Arapça kökenli Osmanlıca kelime olduğu için modern karşılığı literatürde ‘boşluk’ terimine karşılık gelmektedir (Üngür, E. (2011).

Arapçada olmak anlamında kullanılan "kevn" kelimesine karşılık gelir. İngilizce de karşılığını "space" kelimesi ile bulurken, Fransızca da "l’espace" mekân kelimesi Latince de "spatium" ve Yunanca da ise "stadion" kelimesidir.

1.11.1.1. Açık Alan Rekreasyonu

Açık hava rekreasyonuna olan ihtiyaç, esas olarak sanayileşme ve kentleşmenin beraberinde gelmektedir. Tamamen kişinin bedensel, sağlık, psikolojik ve toplumsal çıkarları doğrultusunda gerçekleştirilen boş zaman aktiviteleridir.

Açık mekanda gerçekleştirilen aktiviteler; suda, karada ve hava ortamında gerçekleştirilen faaliyetlerdir. Bu durumda dağcılık, doğada gerçekleştirilen yürüyüşler, bitki gözlemi, yayla şenlikleri, su altı dalışçılık faaliyetleri, yamaç paraşütü ve uçurtma şenlikleri gibi etkinliklerdir. Doğada gerçekleştirilen tüm aktiviteler ekstrem olarak yorumlanabilir.

Açık mekan rekreasyon faaliyetleri çok çeşitlidir ancak öğrencilerin açık alanda gerçekleştirebildiği faaliyetler incelendiğinde; Macera parkı, kampçılık, su kayağı, kano, nehirde kürek çekme,lunapark ve açık müze turu ortaokul öğrencilerin aileleri ile vakit geçirmek için seçebileceği aktivitelerdir.

Açık mekanlarda yapılmak üzere seçilen aktivitelerin bedensel, zihinsel ve ruhsal faydaları vardır. Yeşillik veya ormanlık alanda yürüyüş, bisiklet ve kayak; kişilerin fiziksel aktivitelerini artırabileceği, temiz havaya çıkabileceği ve sosyal aktiviteler sağlayabileceği için kişisel sağlık üzerinde olumlu etkisi vardır. Denizde yüzmeyi veya balık tutmakta hobi sayılabilecek aynı zamanda sağlıklı beden ve açık zihin yapısı oluşturabilecek aktivitelerdir. Ayrıca bu açık hava aktivitelerde insanlar takım olarak çalışmayı, sorumluluk almayı, risk almayı, yeteneklerini keşfetmeyi ve kişisel doyum ulaşmayı öğrenirler. Bu durum açık hava aktivitelerinin sosyal faydaları ile ilgilidir.

1.11.1.2. Kapalı Alan Rekreasyon

Kapalı mekanda gerçekleştirilen rekreasyon, bireyin iş ve çalışma dışı zamanlarını verimli değerlendirmek ve yaşam kalitesini yükseltmek amacıyla kapalı alanlarda yapılan rekreasyon aktiviteleridir. Kamu kurumlarında, özel şirketlerde veya özel mekanlarda mesai saatlerinde yapılan etkinlikleri içerir

Kapalı alan rekreasyonu, mevsimsel koşular sebebiyle veya tercihen kapalı ortamlarda gerçekleştirilen rekreasyon aktiviteleridir. Kapalı alan rekreasyonuna örnek olarak; sergi, defile, sempozyum, kongre, panel, münazara etkinlikleri, çocuklar için alışveriş merkezlerinde bulunan oyun alanları, sinema, müze, sanat galerisi, tarihi yapılar, yer altı şehirleri, saraylar, dini mekanlara yapılan turlar, hamam, sauna, spa, el sanatları kurslarına katılmak,televizyon izleme, kitap okuma, dinlenme etkinlikleri kapalı alan örnekleridir.

Etkinliklere katılım bireyin tercihine göre bireysel veya grup ile olabilir, Bireysel veya grup rekreasyonu bireyde katılmış olduğu etkinliğe göre kişinin duygusal, fiziksel ve sosyal durumunun gelişmesinde önemli rolleri vardır.

1.12. Rekreasyon İhtiyacı

İnsan hayatının ilk gününden itibaren ihtiyaçlar üzerine kurulu olan hayatı doğumu ile başlamaktadır. İhtiyaçları içinde bulundukları duruma göre şekillenir ancak temelinde psikolojik ve fizyolojik olarak ifade etmek doğru olur.

İhtiyaçların karşılanması sonucunda motivasyon artar. İhtiyaçların artması bunları karşılamak için belli bir çaba gerektirir. Böylece ihtiyaç artışı ile çaba doğru orantılı olarak ilerler.

Bireyin duyduğu ihtiyaca göre onu yargılamamak gerekir. Çünkü ihtiyaçları kendi önceliklerini belirler. Neye ihtiyacı varsa, hayatını o şekillendirir. Bu da kişinin kendi seçimidir. İnsanların rekreasyonda kazandıkları hem fiziksel hem ruhsal sağlığının kazanılması rekreasyon ihtiyacının rekreasyon faaliyetlerine bireysel ve toplumsal olarak etkileri. Sağladığı faydalar ve bireylerin kişisel beceri ve yeteneklerinin gelişmesi ile iş verimine etkisi.

Bireyleri mutlu eder. Tek tek bakıldığında; rekreasyona kadar ihtiyaç duyulan sosyal uyum ve bütünleşmeyi sağlamak için özgür bir toplum yaratılma nedenlerinden bazılarıdır. Rekreasyon, aktif yaşam için kritik öneme sahiptir. ancak çok az çalışma rekreasyon programlarını inceler. Eşitsizliklere odaklanır. Bu tür eşitsizlikler popülasyonlar arasında sağlık risklerini artırabilir.

1.13. Rekreasyona Duyulan İhtiyacın Nedenleri

Dünyamızın her geçen gün artan nüfusu ile çarpık kentleşmeler doğuyor. Beton binalar arasında yok olan yeşil alanlar, üst üste katlarda yaşamak zorunda olan insanlar giderek doğadan uzaklaşıyorlar. Doğadan uzaklaşan, toprak ile uğraşmayan insan oğlu kendi doğası gereği olmadığı bir kalıbı sokulmak zorunda bırakıldığı için zamanla yorgun düşüp mutsuzlaşması, zihinsel olarak yorgunluk hissetmesi, gün iççinde kendine mutlu olabilecek bir neden bulamaması çok doğal. Çünkü insanın doğaya, doğanında insana ihtiyacı vardır. Doğadan kopmadan da şehir hayatı yaşayabilmeyi öğrendikten sonra mutlu olacaktır.

Kentleşmenin artması, köyden kente yapılan göçlerin fazlalığı rekreasyonel faaliyetlere olan ihtiyacın artmasına sebep olmaktadır. Kişiden kişiye farklılık gösterse de fiziksel gelişim, farklı deneyimler, kendini geliştirme, yaratıcı olma, sosyalleşme ihtiyacı, sağlık vb. amaçlarla rekreasyonel etkinliklere katılmaktadır. İnsanların rekreasyonel faaliyetlere katılımını etkileyen en önemli faktörlerden biri, nüfusun kentsel alanlarda yaşaması ve bu bölgelerde yaşayanların sürdürenlerin bu bölgelerdeki monotonluktan ve bunalımdan kurtulma isteğidir. (Ardahan ve arkadaşları, 2016).

Günlük hayatın stresi, iş yaşamındaki iş yoğunluğu, aile içi anlaşmazlık durumları, akran zorbalığı gibi sebeplerden gün içinde uzaklaşmak için kendimizi rahatlatmak isteriz bu yüzden rekreasyon aktivitelerine ihtiyaç duyulur.

1.13.1. Fiziksel İhtiyaçlar

Yapılan çalışmalarda fiziksel aktivite eksikliklerinin hastalıklara neden olduğu, aktivitelere katılmanın stresi ve kalp damar hastalıklarını önlediği, bireylerin serbest zamanlarında bireylerin aktivitelere katıldıklarında kalp krizlerini ve damar hastalıklarını önlediği görülmektedir .

Fiziksel hareketsizlik bugün tüm dünyada ciddi bir sorun olarak kabul edilmektedir. Öte yandan, bir çok hastalık önlenme ve tedavisinin bir parçası olarak optimal ve düzenli fiziksel egzersiz önerilir. Bir ortamın fiziksel özellikleri, kullanıcıların hareketini teşvik edebilir, kişisel farkındalığı ve kapasiteyi artırabilir ve daha yüksek halk sağlığı hedeflerine katkıda bulunabilir.

Konut kentsel ortamlarının, insanların fiziksel olarak ne kadar aktif olduğu üzerinde önemli bir etkiye sahip olduğu bilinmektedir. Çalışmalar, fiziksel hareketsizliğin yaşam tarzı hastalıkları için önde gelen risk faktörlerinden biri olduğunu göstermiştir. Fiziksel hareketsizliğin dünya çapında erken ölümlerin% 6-10'una neden olduğu tahmin edilmektedir .

Kanada Sağlık Sistemi'nin bugün yetişkinlerde rekreatif etkinliklere gösterdikleri ilgilerinden dolayı sağlık harcamalarına olan ilgilerinde düşüşler görülmektedir.

Fiziksel aktivitenin sağlık ve uzun ömür için önemli olduğuna dair köklü bilgi bununla birlikte yetişkin nüfusun çoğunluğu mevcut ulusal yönergeleri karşılamamaktadır.

Mevcut fiziksel aktivite seviyesinin genel sağlık ve fiziksel performans üzerinde en büyük etkiye sahip olduğu bilinmesine rağmen, çocukluk ve ergenlik dönemindeki fiziksel aktivitenin kemik yoğunluğu gibi farklı alanlarda önemli yararlı etkileri olabilir. Gençlerde sağlık ve hastalık üzerindeki ani etkilerinin yanı sıra yetişkinliğe geçiş ve bunun yaşam tarzı, aktivite alışkanlıkları ve ileriki yaşamdaki sağlık üzerindeki etkilerine yönelik çalışmalar çok önemlidir.

1.13.2. Sosyal İhtiyaçlar

Rekreasyon etkinlikleri kapsamında bir arada bulunan bireyler, sosyal etkileşimde bulunacakları için kendilerini ifade etme olanağına da sahip olacaklardır.

Toplumda kendini ifade edebilen insan sayısı arttıkça gelişmişlik düzeyi de aynı oranda artacaktır. Çünkü insan sosyal bir varlıktır. Konuşur, anlatır bir şeyleri açıklar ya da yorum yapar, tüm bu etkileşimler sosyalliği artırır. Sosyal ihtiyaçları düzenli olarak karşılanan toplumlar sağlıklı toplumlardır. Kavga etmeden , gürültüsüz birbirini dinleyerek ve anlayarak ilerler. Böylece sosyal hayatın değeri artar.

1.13.3. Psikolojik İhtiyaçlar

Günümüzde üretimin artması ve teknolojinin gelişmesi ile birlikte hareketsiz yaşam çevre kirliliği vb. insanların çalışma koşullarını, insanlar üzerindeki baskı ve rahatsızlıkları etkiler. Zamanın şartları kişinin gücünün yettiğinde az çalışarak gerekli kişisel ihtiyaçlarını gerçekleştirmesine olanak sağlar.Özellikle çalışma hayatı bireyler üzerinde farklı baskıları ve birçok stres faktörünü beraberinde getirmektedir.

Öğrenciler arasında günümüzde en çok karşılaşılan psikolojik sorun akran zorbalığıdır. Gün geçtikçe artan şiddetinden kötü etkilenen öğrenciler için önlem alınmazsa ciddi travmatik sonuçlar doğurabileceği uzmanlar tarafından da dile getirilmektedir. Bu durumun üstesinden gelmek öğretmen, idare ve veli etkileşimi ile çözülebilecek bir süreç olmasının yanında katılacak bireysel rekreasyonel aktiviteler ile hasarı yarıya indirebilmek mümkün olabilir.

1.13.4. Kişisel Beceri ve Yeteneklerin Geliştirilmesi İhtiyacı

Birey kendini yetiştirir, gelişir ve güçlenirse içinde bulunduğu veya olacağı toplumu da güçlendirir. Bir toplumun değişimi, bir insanın değişmesiyle başlar.

Öğrencinin oturup ders çalışması ve netlerini artırması sınıf başarısını yükseltir. Bir sporcunun bireysel antrenman yaparak güçlenmesi takımının puan ve sayı kazanmasını destek olur. Bu nedenle kişisel beceri ve yeteneklerin geliştirilmesi öncelikle bireye ve daha sonra topluma fayda sağlayacağından ihtiyaçlarının takip edilmesi gerekmektedir. Sağlıklı toplulların oluşması için öncelikle sağlıklı bireylere ihtiyaç vardır.

1.13.5. Duygusal İhtiyaçlar

Bireyler günlük yaşamlarında birçok duygusal durumdan kaçınmaya çalışırlar. Bu nedenle insanlar günlük yaşamlarında stresten kurtulmak için duygusal doyuma ihtiyaç duyarlar. Bireyler ayrıca duygusal ihtiyaçlarını karşılamak için rekreasyonel faaliyetlere katılmalıdır. Bireyin günlük yaşamda yaşadığı streslerin bedenini, toplumu ve duygularını etkileyeceği belirlenmiştir. Örneğin; Okul ortamında sınıfta arkadaş ortamında yaşanan bir sorun üzerine stresin fiziksel ve duygusal sağlık üzerinde olumsuz etkileri olabileceği gerçektir.

Kişinin gün içinde yaşamış olduğu anlık stresli durumlar, sadece geçici bir duygusal çöküntüye neden olmakla kalmayacak, aynı zamanda uzun vadede psikolojisini de etkileyecektir. Bu yüzden günlük hayatın stresinden kurtulmak, duygusal olarak tatmin olmak için rekreasyon aktivitelerine ihtiyaç duyulur. Bireylerin duygusal ihtiyaçların karşılayarak yaşamdaki monotonluk ve stresten kurtulmalarına yardımcı olan önemli etkenlerden biridir.

1.14. Rekreasyonun Faydaları

Rekreasyonel etkinliklerin bireyde yarattığı mutluluk duygusu birçok başarıyı da beraberinde getirecektir. Böylece topluma faydalı bireyler yetiştirmenin temelleri atılmış olacaktır.

Yeni adım atmaya başlayan bir bebeğin temel ihtiyaçları dışında, annesinin planladığı rekreasyon zamanı değerlendirmesiyle, lise öğrencisinin ders dışı zamanlarını kendi organize etmesi ve rekreasyonel etkinliklerle değerlendirmesi farklı yaş gruplarının farklı fayda durumları sağlasa da onların toplum için sağlıklı bireyler olmalarına destek olacaktır.

Bireysel veya grup olarak katılınan rekreasyon aktiviteleri önce bireyin gelişimine sonra da o bireyin içinde yaşamış olduğu toplumun gelişmesine sebep olur. Böylece katılım sağlanan rekreasyon faaliyetleri kişilere; kendini ifade etme ve yaratıcılığını geliştirme imkanı sunar. Bilinmeyeni keşfetme ve yeni deneyimler elde edebilme imkanı sağlar. Sosyal çevre ilişkilerini geliştirir. Öğrencinin üretken ve yaratıcı olmasını destekler. Psikolojik olarak iyi hissettiren etkinliklerin sonucunda yaşam kalitesi yüksek bireyler topluma kazandırılmış olunur.

1.14.1. Fiziksel Faydaları

Cinsiyet ve yaş fark etmeksizin herkese farklı fiziksel faydaları bulunmaktadır. Örneğin; Uzun saatler ders çalışmak zorunda olan öğrencinin fiziksel aktivitelere katılması, onu ileride boyun kireçlenmesi veya kamburluk gibi hastalıklardan korur.

Diğer bir örnek ise; Bütün gün derse girmiş hatta okuldan sonra etüte kalmak zorunda kalan bir öğrencinin eve gelir gelmez ödevlerini yapmasını beklemek doğru olmaz. Biraz uzaklaşması, dinlenmesi gerekir. Çünkü yenilenmek,

tazelenmek onun daha şevkle çalışmasını sağlayacaktır. Bu hareketsiz düzen stres, fazla kilo, depresyon ve birçok hastalık olarak geri dönecektir. Hastalıklardan kurtulmanın en etkili yolu fiziksel aktivitelerdir.

Bir bebek doğduğu andan itibaren yürüyemese bile hareket halindedir. Yuvarlanıp döner, elleri ve ayakları bir şeyi işaret ediyormuş gibi bir ritim içindedir. Bu da gösteriyor ki hareket kavramı doğar doğmaz başlar ve ölüm anına kadar devam eder.

Hareket durursa hayat durur diyebiliriz. Yavaş ve hızlı hareket kavramları bireyi sağlıklı kılan durumlardır. Az hareket uyuşukluk, gevşeklik, hantallık, kilo fazlılığı, eklem rahatsızlıklarına neden olurken, fazla hareket de birçok sakatlığa sebebiyet verir. Her konuda olduğu gibi harekette de kararında davranmak sağlıklı olmayı destekleyecektir.

1.14.2. Toplumsal Faydaları

İnsanoğlu kendi doğası gereği sosyal bir varlıktır. Sadece fizyolojik ihtiyaçlarını karşılamak için değil, aynı zamanda sosyal ihtiyaçlarını karşılamak için de birbirleriyle ilişki kurarlar.

Bireysel etkinliklerin yanı sıra grup etkinliklerine de katılarak sosyal ihtiyaçlarını karşılamak için kendine sosyal bir çevre oluşturur. Kendini tanıma imkanı olan bireyler, kimliklerini de bulmakta zorluk yaşamazlar. Katılınan rekreasyon faaliyetlerinde komşuluk, birlik ve dostluk bağları pekişmektedir. Boş zaman etkinliklerine gruplar halinde katılanlar arasında bir dayanışma oluşur. Böylece serbest zaman etkinlikleri ile toplumdaki yaşam kalitesi artmaktadır.

Teknolojik toplumlar çağın hastalığı olan ama görmezden gelinen yalnızlık duygusunu günden güne hissetmeye ve bu duruma alışmaya devam

etmektedir. Toplumda yer alan öğrenci gruplarının rekreasyonel aktivitelerle bir arada paylaşımda bulunmalarını, vakit geçirmelerini sağlar. Ayrıca okullarda fikir ve iş birliği olanağı sağlayan demokratik bir okul süreci ortaya çıkmasını kolaylaştırır. Bu, fiziksel ve sosyal ihtiyaçlarını karşılayan öğrenci psikolojik olarak aktivitelerden faydalanması anlamına gelmektedir.

1.14.3. Psikolojik Faydaları

Her şeyden önce, öğrencinin psikolojik olarak sağlıklı bir birey olması ile ilgilidir. Yapılan ve yapılacak olan aktivitelerin fiziksel faydanın yanında psikolojik fayda sağlaması da sağlıklı bireyler kazandırır topluma. Psikoloji olarak öğrencinin sağlığı, kendisi ve çevresi ile uyum içinde olmasının önünü açar.

Zihinsel olarak sağlıklı olma hali hoşgörülü ve güvenilir olmaktan geçmektedir. Böyle bir kişiliğe sahip olan öğrencinin kendi yaşamış olduğu toplumda bir yeri ve sorumluluğu olduğunun bilincindedir. Yeteneklerini faydalı olabilecek okul takım müsabakaları ve okul etkinliklerinde kullanır. Çağdaş yaşamın öğrenci üzerinde yaratmış olduğu yoğunluğu ve sorunları, sinir sistemini bozarak yorgunluğa ve dayanıklılığın azalmasına neden olabilir. Yenilenmek ve yaratılan kaostan uzaklaşmak için farklı bir ortama katılma ve moral kazanma ihtiyacı hissederler. Bu faaliyetler sayesinde öğrenciler hoşgörülü hale gelmekte ve saldırganlık eğilimleri azalmaktadır.

Rekreasyon aktiviteleri öğrencinin kendini yalnız hissetmesinin önüne geçer. Sosyal ve aktif bir kişilik geliştirmesine yardımcı olur. Çevreyi değiştirerek bireyler üzerlerindeki baskıdan kurtulurlar. Rekreasyon aktivitelerinin olumlu psikolojik etkiler vardır. Rekreasyon sadece hastalıkların önlenmesi için değil, aynı zamanda psikolojik iyi oluşun korunması için de bir araçtır.

Rekreasyonel etkinliklerin öğrenciler üzerinde psikolojik etkileri;

• Açık alanda gerçekleştirilen rekreasyon aktiviteleriyle zihin açılır,

• Tatmin olma duygusu gelişir ve mutlu olma hali oluşur,

• Eğlenmek için katılınan etkinlik ruh halinin değişmesini sağlar,

• Kimlik bulabilme ve kişiliğin temellerinin atılmasını sağlar,

• Suç işleme ve kötü yollara başvurma eğilimini azaltır.

• Beceri, yetenek ve yaratıcılığın gelişmesine yol açar,

• Ders başarı oranını ve ders çalışma verimini artırır,

• Bireysel olarak dahil olup, grup ile yapılan etkinliklerde yalnızlığı ortadan kaldırır.

Bu aktiviteler sosyal bir birey olmalarını desteklerken aynı zamanda dışa dönük, kendini iyi ifade edebilen insanlar olmalarını sağlar.

1.14.4. Bireysel Olarak Etkinliklere Katılma

Rekreasyonun temel amacı öğrencinin katılmış olduğu etkinliklerde önce kendine fayda sağlamasıdır. Öğrenci katılmış olduğu bireysel etkinliklerde kendini ifade edebilme, kendi gibi olabilme duygusunu yaşar. Yapılan her aktivite önce bireyde etki bırakır. Aktivitenin şekline göre birey fiziksel ya da psikolojik olarak etkilenebilir. Onun üzerinde bıraktığı etkiyi görmek için topluma katıldığı ilk ana bakmak doğru olacaktır.

Spor alanında da olduğu gibi bireysel yapılan sporlar da kişiye birçok fayda sağlamakla birlikte, onun sosyalleşmesini de etkilemektedir. Tek bir kişinin değişimi, toplumun değişimini beraberinde getirecektir.

1.14.5. Grup Olarak Etkinliklere Katılma

Her bireyin içinde yer aldığı en küçük grup ailedir. İnsanlar kendilerini eğitip geliştirdikten sonra bireysel olarak kendilerine yatırım yaptıktan sonra grup etkinliklerine katıldıklarında grup içindeki farkı gruptakilerde hissedecektir.

Grup ile yapılan etkinlikler sosyallik getirir. Okullardan örnek verecek olursak; Takım sporlarının kulüp adı altında derslerde işleniyor olması bir grup etkinliğidir. Okulda düzenlenen geziler bir grup etkinliğidir. Hafta sonu sınıftan arkadaşlarıyla sinemaya gitmek bir grup etkinliğidir.

Bir grubun içinde olmak, kişinin yaşamında ait olma duygusunu tamamlar. İnsan doğası gereği her zaman bir yere, bir gruba ait olmak istemiştir. Grup ile yapılan etkinliklere katıldıklarında da kendilerini bir yere ait hissetmiş olurlar. Ve aidiyet duygusu gelişmiş bireyler her zaman verimli işler yapar. Kişiler grup etkinliklerinde eğlenirken grup içi davranışlarını geliştirirler.

1.15. Rekreasyona Katılımın Önündeki Engeller

Yapılan pek çok çalışma, katılınan aktivitelerin önce bireyde, sonra da içinde yaşadığı toplum üzerinde olduğu olumlu etkiler yarattığı, sağlıklarına da bir çok faydası olduğunu göstermektedir. Rekreasyon faaliyetlerine katılmanın insanın rahatlattığı, dinlendirdiği ve yenilediği bilinse de birçok nedenden dolayı insanlar katılım gösterememektedir.

Dinlenmek, sanayi devriminin hemen sonrasında yoğun iş temposu ile ortaya çıkan bir ihtiyaç olurken, eğlenmek, 21. yüzyıl ile hayatımıza girmiştir. Dinlenmenin stres ve kaygı ortamından uzaklaştıramadığı sadece fiziksel olarak iyi hissettirdiği ancak psikolojik olarak da dinlenme ve yenilenme ihtiyacı hisseden bireylerin arayışı ile de eğlence doğmuştur.

Zaman içinde gelişen dinlenme ve eğlence faktörleri beraberinde yenilenmeyi de getirmiştir. Katılımın önündeki engeller;

- Yoğun çalışma programları,
- Kendini yorgun hissetme,
- Aktivitelerin yorgunluk hissi vermesi,
- Sakatlanmaktan korkma,
- Öğretecek kimsenin olmaması,
- Nereden öğrenileceğini bilememe,
- Nerede katılacağını bilememek,
- Tesis donanımının yetersiz olması,
- Doğal yaşamdan uzak olma,
- Tesislerin kalabalık olması,

- Katılacak arkadaşlarının zamanının olmaması,
- Beraber katılacak kimsenin olmaması,
- Arkadaşlarının bu tür etkinliklere katılmaktan hoşlanmaması,
- Program zamanlarının uygun olmaması,
- Geçmişte bu tür etkinlikleri sevmemek,
- İlgili olmamak,
- Mevsimsel koşulların engel oluşturabiliyor olması,
- Rekreasyon programların çekiciliği
- Rutin programı bozmayı istememek olarak sayılabilir.

Öğrencilerin rekreasyon aktivitelerinin birçoğuna katılamamasının nedenlerinin başında, boş zamanlarını nasıl değerlendireceklerini bilmiyor olmalarıdır. Veli, öğretmen ve idarecilerin gerçekleştirebilecekleri okul içi organizasyonlarda planlamanın başından beri öğrencilerin haberdar olması, işleyiş hakkında da onların takibinde kalması aktivitenin kalitesini artırır.

Rekreasyon aktivitelerine katılımı engelleyen bireysel, grupsal ve yapısal engellerin ortadan kaldırılması, bu etkinliklerin yaratıcılığın, beceri ve yeteneklerin gelişimi için desteklenmesi, sağlık ve sosyal beceriler içinde bölünmez bir benlik oluşturulması gerekmektedir.

1.15.1. Bireysel Engeller

Rekreasyon aktivitelerine katılımı engelleyen önce bireyin kendisidir. Hangi aktiviteye neden ve nasıl katılmak istediğine kendi karar verir. Öğrencilerin rekreasyon aktivitelerine katılımlarını engelleyen faktörlerin belirlenmesi, etkinlikleri planlayan öğretmen, aile, idareci ve rekreasyon uzmanları için etkinliklerin çeşitliliğini ve verimliliğini etkiler.

Bireysel engeller, kişinin gün içinde veya hafta başında yapmış olduğu planlara anlık etkinliklerin uymayışı veya etkinliklere anlık katılım sergileyebilme gibi iki tezat durumları doğurur. Bireysel engel olabilecek durumlar, yaşanılan coğrafya, aile, fiziksel faktörler ve arkadaş grupları ile şekillenmektedir. Bireysel engeller kültürel, eğitimsel, sosyal, ekonomik ve demografik unsurlardan oluşur.

1.15.1. 1. Kültürel Faktörler

İnsanın doğmuş olduğu coğrafyada içinde yaşamış olduğu kültürlerle gelişen yaşamı toplumda sosyal statüsünü belirler. Aynı sınıf ortamında farklı coğrafyalarda doğmuş, aile ve kültür yapıları birbirinden farklı olan bir çok öğrenci mevcuttur. Bu durum doğal sınıf ikliminin oluşmasını sağlar. Böylelikle öğrenciler birbirlerinin farklılıklarında arkadaşlık bulurlar.

Birlikte birçok konuda paylaşımlar gerçekleştirirler etkinliklere katılım sergileyen farklı etnik gruptan birçok öğrenci grup etkinliklerinde bir araya geldiklerinde gelişmelerini sağlayarak, sosyo-kültürel uyumu olumlu yönde etkilemektedir. Kültürel olarak rekreasyon aktivitelerine katılımı etkileyen durumlar; cinsiyet, ailenin gelir durumu, aile yapısı, kardeş sayısı, barınma özellikleri, yaş ve okunulan sınıf şeklindedir.

1.15.1. 2. Eğitimsel Faktörler

Ortaokul öğrencilerinin etkinliklere katılmayı isteyip katılamamalarının önündeki bir diğer engelde bilgi eksikliğidir. Öğrencilere zaman yönetimi adı altında bir ders verilmediği için günlük, haftalık ve aylık planlamalarını nasıl yapacaklarını doğru bir şekilde öğrenememektedirler.

Sadece ders çalışma ve test çözmek için planlamaları okul rehberlik öğretmenleri ile gerçekleştirirler. Ancak öğrencinin ders dışında sağlıklı dinlenebilmesi ve rahatlayabilmesi için etkinlik planlamalarının da alanında uzman olmasa da bilgili aile büyükleri ve öğretmenleri tarafından sağlanması gerekmektedir.

1.15.1. 3. Sosyal Faktörler

Arkadaşlarının yeterli vaktinin olmaması, beraber katılacak kimsenin olmaması ve arkadaşlarının bu tür etkinliklere katılmaktan hoşlanmaması öğrencilerin yaratılmak istenen sosyal oluşumlarında rekreasyonel etkinliklere katılımın önünde engel teşkil etmektedir. Tesislerin yetersiz olması veya olan tesislerinde çok kalabalık olması sosyalleşmek için rekreasyonel etkinliklere katılan öğrenciler için büyük engel oluşturur.

Öğrencilerin doğmuş olduğu coğrafya, içinde büyümekte oldukları çevre, arkadaş ortamları, aile gelir durumu, inanç sistemleri, çevrenin kültürel faaliyetlerinin yetersizliği ve sosyal yaşam ilişkilerinin zayıflığı etkinliklere katılmak isteyen öğrenciler için sosyal engellerdir.

1.15.1. 4. Ekonomik Faktörler

Öğrencilerin rekreasyon aktivitelerine katılımın önündeki en büyük engel ekonomik yetersizliklerdir. Ailenin maddi durumu öğrencinin aktivite çeşitliliği görebilmesini sağlayıp onların sosyal gelişimlerini desteklemeye yardımcı olur. Öğrencilerin kaliteli zaman geçirmesi derslerine de olumlu yansıyacağı için özel okullarda veya özel öğretmenlerle ders alan öğrencilerin meslek seçimlerine kadar etkisi olur bu durumun.

Her geçen gün değişen ekonomik koşullar nedeniyle çarpık kentleşme ve gecekondulaşma şehirlerin ihtiyacı olan yeşil alanlar yerine blok yapılara yer verilerek, betonarme yığınlarına dönüştürülmüştür. Bu şekilde bilinçsiz artan yerleşim yerleri, rekreasyonel faaliyetlerin yapılacağı alanlar azaltmış ve dolaylı olarak insanların günlük hayatın getirdiği stresten kurtulacakları yerler de ekonomik şartlara bağlı olarak değişmiştir.

Stres ve kaostan uzaklaşamayan bireyler depresif olarak toplumda yaşamların devam ettikleri için toplum sağlık yapısı da bu durumdan olumsuz etkilenmeye devam etmektedir. Zaman iççinde şehirlerde aradığı rahatlamayı bulamayan bireyler kentlerden uzaklaşıp tatil günlerini kırsal alanlarda rekreasyonel faaliyetlerle geçirmeye başlamışlardır. Sonuç olarak, insanların rekreasyonel faaliyetlere katılımındaki en önemli faktör ekonomik durumlarıdır.

1.15.1. 5. Demografik Faktörler

Kültür olgusunun temel unsuru sosyo-ekonomik statüdür. Bireyin toplumdaki konumu saygınlığını arttırır. Öğrencilerinde sınıf içerisinde ders başarıları ve sınıf ortamında sorulan sorulara doğru cevaplar verebilme sıklığı arkadaşları tarafından saygı duyulmasına sebep olur. Teneffüsler bir başka serbest zaman değerlendirme zamanı olarak bakıldığında erkek öğrencilerin çoğunluğu

futbol, basketbol ve birbirini yakalama oyunları oynadığını görmek her okulda mümkündür.

Kız öğrencilerin çoğunluğu ise biraz daha sınıf ortamında , derse hazırlık yaparak geçirdiklerini yorumlayabiliriz. Verilen ödev yaprağının temiz ve sağlam gelmesi ihtimali kız öğrencilerde daha yüksektir. Erkek öğrencilerin düzenini ebeveyni oluştururken, kız öğrenciler hayatlarını küçük yaşlarda planlama ve programlamaya başlamaktadır. Boş zaman farkındalığı yaş, cinsiyet,ırk ve sosyo-ekonomik durumlarda farklı sosyo-demografik özelliklere sahip bireylerle ilgilidir.

Çalışan insanlar ve öğrenciler daha fazla rekreasyon hizmetine ihtiyaç duymaktadır. Ancak rekreasyonel hizmetlere ilişkin farkında olma hali yaşı ilerlemesi ve sosyo-ekonomik durumun zayıflamasıyla azalmaktadır.

1.16. Bireylerarası Engeller

Fizyolojik ihtiyaçların karşılanması ve ders çalışma zamanının dışında bireyin kendisine ayırdığı zaman diliminde gerçekleştirdiği rekreasyon aktiviteleri, önce bireysel gelişimini destekleyip , topluma özgüveni sağlam bireyler kazandırılmasına yardımcı olur.

Öz güvenli bireyler duygusal zekası gelişmekte olup, kullanma becerileri açısından kişisel farkındalık yaratır. Kendi gelişimine yatırım yapan bireyi, iletişim açısından bireylerarası sosyal becerilerinde de sağlıklı ilerlediğini görmek mümkündür.

Boş zamanlarda gerçekleştirilen etkinlikler okul içi veya dışı olsun fark etmeksizin, organizasyonu okul tarafından gerçekleştirilen tüm etkinlikler aidiyet duygusu geliştirir ve grup dinamiklerini yükseltir. İnsan için en önemli psikolojik bir ihtiyaç olan sosyalleşme ihtiyacını karşılamak diğer insanlarla olan etkileşim

becerisini artırır. Farklı grupların içinde yer alarak toplumda etkileşim halinde olup bireysel gelişimlerini de artırırlar. Kendini bir gruba ait hisseden bireylerde çoğunluk ile birlikte ortak karar alabilme, birlikte hareket edebilme, içinde yer aldığı grubu yönetebilme ve grup motivasyonunu destekleme gibi temel kişilik ve kimlik özelliklerini geliştirebilirler.

Ortaokul öğrencilerinin birlikte ortak karar alabilme, eğlenme ve dinlenme alışkanlıklarını kazanabilmeleri için okul ortamında kulüp kurmaları ve istedikleri kulüplerde gelişimleri desteklenmelidir. Arkadaşlarımın zamanının olmaması, beraber katılacak kimsenin olmaması ve arkadaşlarımın bu tür etkinliklere katılmaktan hoşlanmaması öğrencilerin rekreasyonel etkinliklere katılımda önemli kısıtlar olarak karşımıza çıkmaktadır.

1.16.1. Aile

Bireylerin yaşamının başladığı ilk anda içinde bulunduğu en küçük topluluktur aile. Doğmuş olduğu ailenin alt kültürel değerlerini öğrenmeye başladığı bir kurum olarak boş zaman davranışına temel oluşturan ve yön veren ilk ve en önemli sosyal çevredir. Ailelerin olaylara karşı genel tutumu, gençlerin boş zamanlarını nasıl değerlendirdiklerini belirler. Aileler genellikle gençlerin boş zamanlarında ders çalışmasını ister. Arkadaşlarıyla birlikte olmak, ve spor yapmak vb. aktiviteler ihmal edilir.

Birey, boş zaman rolünü aile içinde gerçekleştirmeyi öğrenir. Bireyin sosyalleşmesi öncelikle ailesiyle bağlantılıdır. Çocukluktaki boş zaman, yetişkinlikteki boş zaman ile paraleldir.

Çoğu birey, boş zamanlarının çoğunu isteyerek aile üyeleri ile geçirir. Bireyin boş zaman davranışını etkileyen önemli bir faktör de “aile yaşam döngüsü” dönemidir. Etkinliklerin çoğu ev ortamında gerçekleşir. Aile aktivitelerinin yanı sıra

genellikle tatile gitmek, pikniğe ya da yürüyüşe çıkmak, televizyon izlemek, arkadaş ve akraba ziyareti yapmak boş zaman aktivitelerinin başında gelir.

Kardeş sayısı ve yaşları rekreasyon aktivitelerinde önemli bir değişkendir. Anne ve babanın çalışıp çalışmaması da önemli bir değişkendir. Annenin çalışıyor olması, boş vaktinin az olmasına neden olur. Ayrıca her iki eşin de çalıştığı ailelerde, tek eşin çalıştığı klasik ailelere göre çocuklarıyla daha kaliteli zaman geçirmekte ve derslerine yardımcı olmaktadır.

Klasik aileler ise çocukları ile daha çok oyun oynarlar. Çağdaş kentli ailede boş zaman genellikle evin dışında geçirilir. Barınmanın yetersiz olması, özgürlüklerin kısıtlı olması, okul hayatının yorucu olması, spor müsabakalarını izlemesi, eğlence zamanı, seyahat imkanları ve kitle iletişiminin gelişmesi, aileyi evde değil dışarıda boş zaman geçirmeye yöneltmektedir. Ancak aile içinde müzik dinlemek, kitap okumak, sohbet etmek, çiçek ve evcil hayvan bakımı, el işleri, komşu ziyareti vb. faaliyetler yapılabilmektedir.

1.16.2. Çevre

Çevre, doğal ve sosyal iki ayrı şekilde incelenmelidir. İnsan, diğer insanlardan, doğadan ve sosyal çevreden doğrudan etkilenen bir varlıktır. Toplum, sosyo-kültürel bir durum olarak bilinçli kişi ve topluluklardan oluşur. Rekreasyonel etkinliklerde bireyi etkileyen ortamlar, aile çevresi, yakın çevre,arkadaş çevresi ve okul çevresidir.

İnsanların katıldığı boş zaman etkinlikleri ile sosyal sınıfları arasında güçlü bir ilişki vardır. Çevre önemli bir neden olabilir ancak etkisinin herkeste aynı düzeyde hissedilmediği de bilinmesi gerekir.

Öğrencilerin davranışları çoğunlukla ev ortamında ve sınıf ortamında yaşadığı çevrenin etkisi altındadır. Gençler boş zaman aktivitelerinde önce ailelerine sonra yaşadıkları çevreye karşı kendilerini sorumlu hissederler.

Rekreasyon faaliyetleri, yaşam alanlarının korunması, iyileştirilmesi vb. birçok alanda insanların ilerlemesine katkı sağlamaktadır. Rekreasyon faaliyetleri sırasında doğa ile bütünleşmeyi yaşayacak olan birey, günlük yaşamında doğaya olan saygısını kaybetmeyecek ve sürdürülebilir çevre konularına maksimum düzeyde katılacaktır (Yurcu, 2016: 32). Gelecek neslin psikolojik, fizyolojik ve sosyolojik iyilik halinin üst düzeyde olması hijyenik bir ortam ile mümkün olacaktır. Temiz ve sağlıklı bir çevre rekreasyonların sağlıklı koşullar altında yapılmasını sağlar.

1.16.3. Zaman

Rekreasyon araştırmalarında etkinliklere katılımı kısıtlayan alt boyutlardan biri zaman engelidir. Öğrenciler zaman engellerini incelediğimizde;

- Aile içi zaman ayırmak zorunda olmak
- Sosyal etkinlikler için zaman ayırmak zorunda olmak
- Program zamanlarının uygun olmaması
- Yoğun ders çalışma saatleri.
- Boş zaman yetersizliği vb. durumlar ile karşı karşıya kaldıklarını söyleyebiliriz.

Boş zamanı çözmeye yönelik ilk girişimler yaklaşık MÖ 300 civarlarında gerçekleşti. Filozof Aristo, boş zamanı kategorize eden ve boş zamanı 3 aşamada

değerlendiren bir paradigma ve kalıcı bir model sunmuştur. Eğlence, dinlenme ve düşünce. Aristoteles boş zaman olgusunu bu üç ana fikir üzerine kurmuştur.

Kırk üç yıl önce, Hiyerarşik Boş Zaman Engelleri Modeli, Açık Alan Rekreasyon Kaynakları İnceleme Komisyonu (ORRRC) tarafından eğlence engelleri konusunda araştırıldı. İnsanların boş zamanlarıyla ilgili tercihlerini ve boş zaman engellerinden nasıl kurtulmak istediklerini anlamak, bazı insanlar için yaşam standartlarını iyileştirmede faydalı olabilir. Boş zaman engelleriyle ilgili teorileri boş zaman eğitimi sağlayabilir. Temel kişilik özelliklerini ve boş zaman etkinliklerine yönelik motivasyonlarını etkilemek için engelleri aşmak önemlidir.

Plansız ve programsız yaşam zaman yönetimini zorlaştırır ve sağlık düşünme ortamından uzak stresli çalışma ortamı yaratır. Yetiştirilemeyen ödevler, zamanında yapılamayan konu tekrarları, sınav dönemleri geldiğinde stres ve kaygı düzeyini artırmaktadır.

Zaman eksikliği eğlence, spor ve yürüyüş gibi rekreasyonel faaliyetlere katılımı sınırlayan engellerden biridir. Bunun başlıca nedenlerinden biri de kent yaşamının hızlı ritmi, teknolojik gelişmeler ve kalabalıktır. Bütün bunlar serbest zaman etkinliklerinde zamanın kendisini bir kısıtlayıcı olarak ortaya koymaktadır.

1.16.4. Yapısal Engeller

Yapısal engeller; ulaşım ve tesis yetersizliği gibi dış kaynaklıdır. Serbest zaman engelleri arasında bireysel engeller en güçlü iken, yapısal engeller en zayıf olanıdır.

1.16.5. Tesis Yetersizliği

Rekreasyon aktivitelerinin gerçekleşebilmesi için açık veya kapalı tesislere ihtiyaç vardır. Etkinliğin yapılacağı alana göre tesislerden sorumlu olan kişilerde ilgili yerlerin en tepesinde yer alan yöneticilerdir.

Tesis kalitesinin düşük olması, yetersiz tesis olanakları ve tesislere ayrılan bütçenin az olması birey için yapısal bir engel olarak görülür. Tesislere erişim rahat ve hızlı olmalıdır. Bu nedenle tesisler insanların görebileceği ve gördüklerinden etkilenebilecekleri yerlere kurulmalıdır. Tabii ki, insanlar tesisler hakkında bilgilendirilmelidir.

Rekreasyon amaçlı tesisler, aynı anda bir dizi faaliyetin gerçekleştirilmesine olanak verecek şekilde tasarlanmalıdır. Ayrıca farklı yaş gruplarına olanaklar sunulmalı, kazalara karşı güvenlik önlemleri alınmalı, planlı ve programlı faaliyetler(spor, sanat, müzik vb. alanlarda) uzmanların önderliğinde yürütülmelidir (Karaküçük, 2008: 143-146).

1.16.6. Ulaşım

Hızlı kentleşmenin temel sorunlarından biri de ulaşımdır. Kentlerin fiziki planlarının ulaşım planları ile oluşturulmasına dikkat edilerek önceliklerin belirlenmesi ulaşımı yüksek düzeyde etkilemektedir. Sağlık müdahalesi ulaşımın önceliğidir.

Rekreasyonel faaliyetler için gerekli olan şehir içi ve şehir dışı ortamlara ulaşılabilirlik önemlidir. Ortam büyük ölçekli ise tesis veya park içerisinde yönlendirme ve gereksinimleri karşılayacak ihtiyaç ve işyerleri işaretler, resimler, sesli ve görme engelli kişilerin ayaklarını ve ellerini hissedecekleri şekilde düzenlenmelidir.

Erişilebilirlik sadece araç taşımacılığında değil haberleşme ve enerji ulaşımında da yeterli düzeyde olmalıdır. Bazen dev ekranlarda dünyanın birçok yerinde aynı anda ortaklaşa gerçekleştirilen rekreasyon etkinlikleri olabilir. Birey yalnız kaldığında en yakın istasyonun nerede olduğunu ve orada iletişim imkanı olduğunu da bilmelidir (Karaküçük, 2008: 93, 143, 146).

Ulaşım sorununda öğrencilerin vakit kazanmak ve dinlenme sürelerini artırmak için eve yakın okul seçimleri zamandan tasarruf etmelerini sağlayacaktır. Rekreasyonel faaliyetlere katılımda en önemli nedenin ulaşım sorunu olduğu tespit edilmiştir. Rekreasyon programının her unsurunda olduğu gibi ulaşımda da planlama yapılmalıdır.

1.17. Öğrencilerin Serbest Zamanlarını Değerlendirme Çeşitliliği

Öğrencinin yaşamış olduğu çevre serbest zamanlarını değerlendirme şeklini ve çeşitliliğini oldukça etkileyebilmektedir. Kardeş sayısı, evcil hayvanın varlığı, teknolojik cihazlara ayrılan süre, hem anne hem babanın çalışıyor olması durumu, ailenin kitap okuma alışkanlığı, birlikte vakit geçirme kültürü, akraba ilişkileri, ailenin spor, sanat ve kültüre yatkınlığının olması gibi durumlar çeşitliliğin temellerini oluşturur.

Öğrenciler hafta içi okul bittikten sonra servisle eve gelmesi veya onu aileden birinin alıyor olması bile öğrencinin serbest zamanını etkileyen faktördür. Bu durumda veliler çocuklarının serbest zamanlarını şekillendirir. Türk aile kültüründe çoğunlukla baba figürü çalışıp eve ekmek getiren bir rol üstlenirken anne ev işleri ve çocukların bakımını üstlenir. Ancak günümüzde hem anne hem baba çalışan aile sayıları günden güne artmaktadır. Bu artışın getirdiği sonuçlardan biri çocukların anneanne, babaanne veya bakıcıların bakıyor olmasıdır. Çocukların fizyolojik ihtiyaçları dışındaki zamanlarını değerlendirmek anne ve babanın işten yorgun gelmemesi ile şekillenebilmektedir.

Teknolojiye ayrılan sürenin kısa ve uzun oluşu da olumlu serbest zaman değerlendirme şekli olarak ifade edilir. Eğer uzun saatler çevrimiçi, tehlikeli oyunlar oynanıyorsa bu olumsuz serbest zaman değerlendirme şekline girmektedir. Teknolojik cihazlar ile serbest zaman değerlendirmek mümkündür bu süre ailenin de kontrolünde ilerlemelidir.

Ailenin gelişmişlik düzeyi, mezun olduğu kademe, kitap okuma alışkanlığı, film izleme kültürü, piknik ve doğa gezilerine katılmayı seviyor olması, gezi ve tarihi yerlere meraklı olması, spor ve sanata ilgili olması çocuğun serbest zaman aktivitelerinin çeşitliliğini etkilemektedir.

Dersine giren öğretmenden, aynı sınıfta yer aldığı arkadaşlarına kadar tüm kişiler serbest zamanlarını okul ortamında değerlendirme çeşitliliğini etkiler. Hatta öğrencinin okuduğu okulda bu süreçte önemli etkendir. Çünkü teneffüsler onun serbest zamanlarıdır ve okulun imkanları ne kadar müsaitse okadar çeşitli serbest zaman aktivitesi çıkar ortaya. Ailenin gelir düzeyi yüksekse öğrenci özel okulda okumakta bu da özel okulların imkanlarını düşündüğümüzde serbest zaman çeşitliliğinin çok olması demektir. Özel okulda okuyan öğrenciler gerek teneffüsler olsun gerek organize edilmiş sınıflar arası etkinlikler gerek kutlama ve şenlikler serbest zamanların olumlu değerlendirilmesine katkı sağlamaktadır.

1.18. Eğitim Kurumlarındaki Rekreasyon Aktiviteleri

Rekreasyonel faaliyetlerin oluşabilmesi için öğrencilerin boş zamana ihtiyaçları vardır. Bu bazen dersten sonra bazen okulundan sonra ve bazen de hafta sonlarıdır. Gençlerin boş zaman etkinliklerine katılımlarının sağlanabilmesi için rekreasyonel etkinliklere katılımlarının önündeki engellerin ve rekreasyonel etkinlik türlerinin iyi bilinmesi gerekmektedir.

Eğitim seviyesi düşük olan kadınların ve annesi çalışmayan ve mesleki lise mezunu olanların ortaöğretim rekreasyonel faaliyetlerine katılımda daha fazla

kısıtlamayla karşılaştıkları belirlenmiştir. Ortaöğretim kurumlarında rekreasyonel etkinlikler de kapalı ve açık alanda da yapılabilir. Okullarda okul içi ve dışı etkinlikler ihmal edilmektedir. Eğitim kurumlarında hem okul içi hem okul dışı faaliyetlerde aile, öğretmen, idareci ve öğrenci birbiriyle iletişimde olmalı ve birlikte hareket etmelidir.

Etkinlik öğrenci odaklı yapılacağı için planlaması öğretmen tarafından yapılan etkinliğin önce idare onayına sunulması ardından veliden izin alınması (çocuğunun katılmasını isteyip, istememesi durumu için) en sonunda tüm bu onaylardan geçtiği takdirde öğrencinin gerçekleştirmesi ve en sonunda etkinlik boyunca öğrenci takip edilip sonunda raporlanması yapıldığı takdirde sağlıklı bir şekilde rekreasyon aktivitesi öğrenci için gerçekleştirilmiş olur.

1.19. Özel Okuldaki Öğrencilerin Boş Zamanlarını Değerlendirmesi

Farklı ülkelerde yaşayan insanlar ve özellikle gençler ülkelerinde boş zamanlarını aktif olarak değerlendirememekte ve zamanlarını boşa harcamaktadırlar; amaçsız mücadelesiz ve yaratıcılıktan uzak bireyler olarak büyüyebilirler. Bu nedenle ülkeler boş zamanlarını verimli kullanırsa gençlerin sağlıklı birer birey olmalarına imkan sağlanacaktır.

Kampüste eğlence amaçlı spor kulüplerine katılım, ülke çapında popüler bir öğrenci etkinliğidir. Bu spor temelli organizasyonlar, sağlık ve zindeliğin bilinen boyutları dahilinde bir dizi fayda sağlar. Katılımcıların bu tür faaliyetlere katılma motivasyonlarını anlamak, tasarım ve uygulamaya ilişkin iç görü sağlayabilir ve rekreasyonel faaliyetlere katılımları sağlıklarını iyileştirebilir.

Gençliğin boş zaman etkinliklerine katılmama nedenleri;

1) Sınırlı aile ekonomisi ve devletin boş zaman etkinliklerine katılmada sınırlı imkanları olması, gençlerin ekonomik yetersizliği bu konuda oldukça önemlidir.

2) Kamu kurum ve kuruluşların, özel ve gönüllü kuruluşlar boş zaman etkinliklerinde organizasyon açısından kendilerini yeterince geliştirememesi.

3) Kültürel yaşam ve geleneklerin özellikle kızlar üzerindeki baskısı sosyal ve geleneksel baskılar boş zaman faaliyetlerine katılımı engellemektedir.

Toplumlar, insanların gelişebilmesi için çevreyi şekillendirmek adına kişilerarası ilişkiler üzerine kurulmalıdır. Araştırmacıların öğrenciler için eğitim çalışmalarına sağladıkları fayda konusunda pek çok çalışma ve eğitim çalışmaları konusunda hemfikirdirler. Okullarda öğrencilerin ruhsal durumlarına katkı sağlayacak eğitim-öğretim etkinliklerinin olmadığı görülmektedir. Okullar ve üniversiteler, öğrencilerin akademik başarılarının yanı sıra akademik olmayan etkinliklerin düzenlenmesinden de sorumludur. Okullar, çeşitli nedenlerle öğrencileri akademik olarak eğitmekle ve aynı zamanda rekreasyonel faaliyetlerini yürütmekle yükümlü kamu kurumlarıdır.

Ekonomideki artış ve iş hayatındaki fırsatlarla birlikte dönemin birçok hizmet veren sektörü ortaya çıkmış ve gençlerin boş zamanlarını iyi değerlendirmeleri ya da sosyo-kültürel, eğitim, sağlık gibi sorunların önüne geçilmesi açısından oldukça önemli hale gelmiştir. Bu nedenlerden dolayı okullarında öğrencilerin okul yaşamları dışında geçirdikleri zamanlarda da çeşitli etkinlikler geliştirmeleri gerekmektedir(Karaküçük, 1999).

Öğrencilerin boş zaman etkinliklerine, özellikle spor etkinliklerine katılmalarını sağlamak için okulların ve okul yöneticilerinin, kurumlarla ortaklaşa

çalışarak organize edilmelerini sağlayabilirler ve öğrencilerin etkinliklere katılması, onların fiziksel ve zihinsel olarak sağlıklı bireyler olarak yetişmelerine ve öğrencilerin akademik başarı oranının artmasına katkıda bulunacaktır.

1.20. Ortaokul Çağındaki Öğrencilerin Rekreatif Etkinliklerine Karşı Tutumu

Günün büyük bir bölümünü okulda geçiren öğrenciler hem okul saatleri içerisinde ders yoğunluğu hem de sonrasında yapılması için verilen günlük ödev yoğunluğundan dinlenmek için bazı günler vakit bulamamaktadır. Bu durum öğrenciler üzerinde tam dinlenememeden kaynaklanan bazı sorunların doğurur.

Okuldan eve geldikleri vakitte de öğrenciler, yemek yemek, duş almak, ev ödevlerini yapmak ve yarınki derslere hazırlanmak gibi öğrencilik görevlerini yerine getirmekle yükümlüdür. Bu durum da rekreasyon aktiviteleri sayılan hem de öğrenciyi geliştirecek kitap okumak ,dersleriyle ilgili belgesel ve filmleri izlemeye de çoğu zaman vakit bulamadıklarını gösterir. Okul ortamında göstermiş oldukları başarılar neticesinde de okul dışında gerçekleşen ve sınavla girilen özel eğitim merkezlerini kazanan öğrenciler için zaman kavramı daha da kıymetli hale gelmektedir. Hatta bu durum özel okullarda okuyan öğrenciler için daha yoğun ilerlemektedir.

Gün için 9-10 saatlik ders programının ardından yolda geçen bir yemek yeme süreci ile diğer kurumdaki eğitim merkezine yetişmekle geçmektedir. Bu kurumlarda da derslerin en geç 21.30 civarında bittiği söylenir ve öğrencilerin yine eve gitmek için yolda geçen süreleri düşünüldüğünde fizyolojik ihtiyaçları için bazı zamanların yetersiz kaldığı da bir gerçektir.Bu kurumlara girmeyen veya sınava girdiği halde kazanamayan öğrenciler için zamanlarını ailelerinin yönettiğini söylemek doğru olacaktır.

Özel okul öğrencisi için gün akışı dersleri ile başlayıp gün sonunda eğer

okul takımlarında olan bir sporcu ise okul takım antrenmanları ile devam eder. Aynı öğrenci dışarıda da aynı branşta başka bir kulübe gidiyorsa orada ki antrenmanlara da katılır. Bunun dışında piyano, bale, keman ve resim kursları da öğrencilerin gönüllü olarak katıldığı rekreasyon aktiviteleri içinde sayılabilir.

1.21. Sınıf Düzeyine Göre Rekreatif Etkinliklerin Karşılaştırılması

Ortaokul kademesinde, 5. 6. 7. ve 8. sınıf olmak üzere 4 farklı yaş grubu mevcuttur. Her bir öğrencinin gelişimi kendi içinde değerlendirilmesi doğru olur. Çünkü bu kademede her yaşın ay farkı bile gelişimde çok etkili bir etkendir.

5. sınıf öğrencisinin, ilkokuldan henüz çıkmış, ortaokula adapte olduğu bu ilk süreçlerde ders yoğunluğuna alışması ve ders çalışma adaptasyonunu artması için veliler öğrencileri hemen özel derslere ve dershanelere götürmektedir. Halbuki bu yaş grubu hala koşmanın, top oynamanın, resim yapmanın ve bir şeyler karalamanın peşindedir. Çocuğu ortaokula alıştırma sürecinde korkutmadan ders çalışma olanağı sağlanmalıdır. Üzerine düşüp, sürekli yapması gerekenleri söylemek başarıyı getirmeyecek , çocuğu daha da bunaltacaktır.

6.sınıf öğrencisi, ortaokul kademsine tamamıyla alışmış sınav stresi ile henüz tanışmamış, etkinlikler için en uygun tercih edilecek sınıftır. 6. sınıfta öğrencilere yönelik organizasyonlar öğrenciler ile organize edilebilir. Bu da organizasyonları onları düzeyine indirerek daha eğlenceli hale getirmektedir. Katılımın gönüllü olduğu ama etkinliklere en yüksek katılımın gerçekleştirildiği sınıflardır.

7. sınıf öğrencisi, 6. sınıfta zamanını verimli ve kaliteli değerlendirmeyi, etkinlikler ve farklı organizasyonlara katılarak kendini rahatlamayı öğrenmiş ve artık sınav stresini yavaştan öğrenmeye başlamış sınıflardır. Sınav öğrencisi olarak kabul edilmektedirler. 8. sınıf başlamadan konularını yarılamayı hatta bitirmeyi

hedeflediklerinden zamanlarını çoğunluğunu özel ders ve hızlandırılmış kurslarda geçirmektedirler.

Katılım gösterdikleri etkinlikler gerek kendi kararları ile gerekse aileleri tarafından sınırlandırılmıştır. Fakat ailelerin bilmedikleri bir yanlış vardır ki öğrenciler daha iyi ders çalışabilmek, okuduklarını anlayabilmek ve dikkat sürelerini artırabilmek için rahatlamaya ve gevşemeye ihtiyaçları vardır. Bu da katılacakları etkinliklerle sağlanabilmektedir. Çünkü çocuk aslında orada aynı zamanda arkadaşları ile iletişimde olacak sosyalleşecek bu da sınav stresi ile oluşan depresyondan öğrenciyi uzaklaştıracak ilk etmendir.

8. sınıf öğrencisi, artık tamamıyla sınav odaklı yaşayan bir öğrencidir. Hayatını, yemek yeme saatlerini, uyku saatlerini ve hatta banyo yapma saatlerini bile ders çalışma planına göre organize etmektedir. Onlar için boşa geçen zaman yitirilmiş zaman olarak görülmekte ve zaman kaybı olarak ifade edilmektedir. Bu yüzden hedefi yüksek olan öğrencileri, gönüllü olarak etkinliklerde yer almasını sağlamak imkansızdır diyebiliriz. Bu yüzden etkinlikler en zayıf katılımın gerçekleştiği sınıflardır.

1.22. Ortaokul Düzeyinde Yer Alan Öğrencilerin Rekreasyon Aktiviteleri

Boş zaman, rekreasyon aktivitelerinin planlanması için uygun olmalıdır. Gençlerin boş zaman etkinliklerine katılımlarını sağlamak için gençlerin rekreasyonel etkinliklere katılım sıklıkları, rekreasyonel etkinliklere katılımlarının önündeki engeller ve rekreasyonel etkinlikler türlerinin iyi bilinmesi gerekmektedir (Karaküçük, 1999).

1.23. Özel Okul Kavramı

Hükümetler tarafından yönetilmeyen bir kişi ve kişilerden oluşmuş kurum kültürünün milli eğitim müfredat, yönetmelik ve kanunlarına uygun, öğrencileri seçme hakkı bulunan, eğitim ve öğretimin belirli ücret karşılığında yapıldığı

okullardır.

Her yıl Ocak ayı gibi planlanan bursluluk sınavlarında da aldıkları başarılar ile yüzdelik dilimde yer alabilen öğrencilerde ücretsiz eğitim ve öğretim hakkından yararlanabilmektedir.

Özel okulda okuyan öğrenciler 08.40 itibariyle derse başlayıp 16.40 gibi çıkış zilinin çalması ile gün içinde 8-9 ders görmektedir. Anaokulu ve ilkokul kademesinde öğrenim gören öğrencilerin ilk ders kahvaltı saati olarak geçmektedir. Gün içinde öğle yemeği ve ikindi kahvaltısı öğünleri de mevcuttur. Anaokulu kademesinden başlayarak derslerine her branşa özgü öğretmenler girmekte ve 3-4 yaştan itibaren öğrenim görmeye başlayan öğrenciler İngilizce dersi almaktadır.

Hafta içine sıkıştırılmış ders saatleri içinde yer alan öğrencilerin kendilerini geliştirebilecekleri, yeteneklerini keşfedebilecekleri ve yeni hobiler öğrenebilecekleri kulüp dersleri işlenmektedir. Öğrencilerin yeteneklerini desteklemek, başarılarının arttırmak veya okul bünyesinde kayıtlı olmayan diğer öğrencilere de eğitim verebilmek amaçlı düzenlenen yaz ve kış okulları eğitim ve öğretimin bittiği 16.40'tan sonra gerçekleşmektedir.

Ara tatiller ve yarıyıl tatilinde sınav grubu öğrencilerine destek dersleri ile eksik konularını tamamlamak veya sınavlar organize edip öğrencilerin netlerini arttırmayı desteklemek özel okullarda eğitim ve öğretimin bir parçasıdır. Şehir içi, şehir dışı ve yurt dışı geziler organize etmek. İngilizce ve Almanca derslerinde uygulanan bazı projeler ile yurtdışı gezi ve eğitim programları organize etmek. İngilizce ile birlikte zorunlu 2.dil olan Almanca dersleri de işlenir.

Okul takımları oluşturulup antrenmanları gün sonunda gerçekleştirilir. Müsabakalarda gruplarında başarı getirmiş öğrencileri bölgesel maçlara götürmek, konaklama, yol masraflarını karşılar. Kendi oluşturdukları veli bilgilendirme, yoklamaları anlık alabilme, fotoğraflı öğrenci listelerini anlık görebilme, öğrencilerin tüm bilgilerine ulaşabilme, günlük yemek listesi, toplantı saat bilgilendirmesi yapılabilen uygulama geliştirmişler. Her özel okulun kişiye özel şifre ile

girebildikleri sistemleri mevcuttur.

Öğrencilerin gelişimleri kadar öğretmenlerinin de gelişimine çok önem vermektedir. Eğitim, seminer, sempozyum gibi bilgilendirmelere hem yüz yüze hem de online platformlarda yer vermektedir. Bu kurumlar, öğrencilerinin okul dışında destek kurslarındansa kendi kurumunda öğrenciye gelişme olanağı tanımaktadır. Akademik başarı kadar spor, sanat, kültür ve felsefe alanlarında da öğrencilerin gelişimlerine önem vermektedir. Sporun belirlenmiş çerçevede her okulda görülen takım sporları dışında da branşlara yer vermektedir. Yüzme, buz pateni, jimnastik, bale, okçuluk, tekvando, dans ve halk oyunları bu branşlar içerisinde yer alır.

Sanat alanında piyano, keman, flüt, bateri, seramik, ahşap çalışmaları ve satranç gibi dersleri öğrencinin gelişimini ve dünyaya farklı bir gözle bakmasını destekleyecek, dünya görüşünü genişletmeyi amaçlayan dersleri de sunmaktadır.

Kültür ve felsefe alanlarında ise tarihi mekan gezileri, müzeler ve şehirlere yapılan kültür gezileri veya her ayın sanatçısını veya ülkesini seçerek o ülkeye veya sanatçıya ait kültürleri öğrenmek ve felsefe alanında da okul içi sınıflar arasında ve liseler arasında sempozyumlar organize etmek, özel okulların özellikleri arasında gelmektedir. Ayrıca veliler ödemiş oldukları ücretler ile bu eğitimleri satın almaktadır.

1.23.1. Özel Okullarda Düzenlenen Serbest Zaman Aktiviteleri

Ortaokul, öğrencilerin ders sayılarının birden arttığı kademedir. Her bir derse o dersin öğretmeni olan branş öğretmenleri girmektedir. Sınıf öğretmenliği kavramı da böylelikle sınıf rehber öğretmeni olarak seçilen branş öğretmenine verilmektedir. Gün içinde birden fazla öğretmen ile ders görmeye başlayan öğrenciler dersleri de sürekli kendi sınıflarında değil, spor salonu, fen laboratuvarı, bilgisayar laboratuvarı, ahşap ve seramik atölyeleri, müzik sınıfları, satranç sınıfı gibi dersliklerde görmeye başlamaktadır. Ortaokula geçince ilkokula göre daha fazla etkinlik ve uğraşılarla ilgilenmeye ve bunlara da merak duymaya başlar öğrenciler.

Her branş öğretmeninin sene başında planlamış olduğu yıllık etkinlik takvimi bulunur. Bu takvime göre ilgili sınıflar etkinliklerini gerçekleştirirler.

Matematik alanında; Sınıflar arası bilgi yarışması, Pi günü etkinleri, Matematik olimpiyatları, Zihinden 4 işlem yarışması, Mangala müsabakaları gibi okul içi aktiviteler ders öğretmenleri tarafından organize edilir.

Türkçe alanında; Sınıflar arası bilgi yarışması, Münazara yarışması, Şiir yarışması, Kompozisyon yarışması, Öykü tamamlama yarışmaları gibi okul içi aktiviteler ders öğretmenleri tarafından organize edilir.

Felsefe alanında; felsefe günleri ve felsefe sempozyumları, Fen Bilimleri alanında; Bilim günlerinde yapılan şenlikler, deney şenlikleri, Sosyal Bilgiler alanında; Tarihi yerler ve müze gezileri ve sene başında belirli gün ve haftaları belirlenen branşların ilgili tarihlerde günü anlam ve önemini kutlama, anma etkinlikleri.

Uygulamalı Bilimler alanında yer alan robotik, müzik, beden eğitimi, resim dersleri de kendi branşlarına ait organizasyonları gerçekleştirir. Robotik kodlama olarak bilinen derste; kodlama yarışmaları , robot yarışları, drone kullanarak yapılan etkinlikler ve kod yazarak kendi kurdukları oyunları oynama organizasyonları gerçekleştirilir.

Müzik alanında; Şarkı söyleme yarışması, dans etme yarışması, ilgili enstrüman ile gerçekleştirilen koridor konserleridir.

Beden Eğitimi alanında; Sınıflar arası bilgi yarışması, Sınıflar arası basketbol, voleybol futsal müsabakaları, Parkur oyunları, Veli-öğrenci, Öğretmen-öğrenci etkinlik ve müsabakaları, Belirli gün ve haftalara özgü branşsal Sporcu daveti ve spor söyleşi büyük takım maçlarını izlemek için maç organizasyonlarıdır.

Resim alanında; Konu bazlı resim yarışmaları, kara kalem yarışmaları, ahşap yapma etkinlikleri, seramik ile materyal tasarlama etkinlikleri olarak sıralanabilir.

Her kademe kendi içindeki etkinlikleri ilgili müdür yardımcıları tarafından organize eder. Özel okullara özgü sadece etkinlik ve organizasyonlardan sorumlu biri seçilir veya bu göreve biri atanır. Spor, Kültür ve Sanat Koordinatörü veya Etkinlikler Koordinatörü olarak görev tanımı gerçekleştirilir.

1.23.1.1. Ortaokul Düzeyinde Okul İçi Rekreasyon Faaliyetleri

Rekreasyonel etkinliklerin okul içinde de gerçekleştirilmesi için yapılacak olan eğitim programları buna göre düzenlenmeli ve gerekli planlamalar doğru bir şekilde yapılmalı.

Okul ortamı yapılacak olan etkinlik için uygun mu? Okul içinde yapılacak etkinliğin kalabalık olması durumunda etkinlikten ne derece verim alınabilir ? Etkinlik gerekli güvenlik tedbirleri almak için okul elverişli mi? bu 3 temel soruya mantıklı cevaplar verilebildiği takdirde etkinlik için sağlıklı ortam oluşturulmuş olur.

1987 müfredatında okul içi etkinlikler planlanmış ancak ihmal edilmiştir. Bu nedenle okul yöneticilerinin bu konuyla ilgilenmesi gerekmektedir. Okullar fiziki imkânlarının elverdiği ölçüde okul için rekreasyonel faaliyetler gerçekleştirmelidir. Ailenin ve iş yerlerinin okullardaki rekreasyonel amaçlı tesislere yakınlığı katılım için önemli değişkendir.

1.23.1.2. Ortaokul Düzeyinde Okul Dışı Rekreasyon Faaliyetleri

Okul dışında yapılan rekreasyon faaliyetlerinde, öğrenci isteyen veli gerçekleştiren taraftır. Bu sürece okul zamanlarında yapılan tarihi yerler ve okul gezileri de katılır.

Ortaokul öğrencileri için yıl içinde ortalama 1. ve 2. dönem olmak üzere 2 adet şehir dışı planlaması yapılır. Velinin izni ile gerçekleştirilen geziler ortaokul kademesinde yer alan öğrencilerden oluştuğu için çoğunlukla günü birlikte geziler olarak gerçekleştirilir.

Okulun düzenlediği büyük takımların maçlarını izlemek için gidilen spor amaçlı gezilerde okul dışı organizasyonların içinde yer alır. Sınıf ile gerçekleştirilen piknik ve film izleme organizasyonları planlamanın okulda başladığı gerçekleştirilen yerin okul dışında olduğu etkinliklerdir. Okul dışında arkadaşlar ile yapılabildiği gibi aileler ile de organizasyonlar gerçekleştirilebilir. Ailelerin okulun stresinden uzaklaştırmak için çocukları geçirdikleri kaliteli vakitler olumlu serbest zaman değerlendirmeleridir.

Belediyelerin ortaokul düzeyindeki öğrencilere düzenlemiş olduğu film etkinlikleri, sokak basketbolu organizasyonları, sahil belediyelerinin plaj voleybolu, kano etkinlikleri, eğitici ve eğlendirici drama etkinliklerini de serbest zaman aktiviteleri içinde saymak mümkündür.

1.23.1.3. Öğrencilerin Serbest Zaman Aktivitelerine Katılımı

Öğrenciler günün büyük bir bölümünü okul ortamında geçirdikleri için okulların serbest zaman aktiviteleri anlam kazanmaktadır. Bu yüzden velilerin okul tercihleri çok önemlidir. Aktivitelere katılım, fizyolojik ihtiyaçların dışında öğrencilik görevleri olan ders çalışma zamanlarından kalan zamanda dinlenik olmayı gerektirir. Aktivitenin verimi öğrencinin yorgunluk düzeyi ile eştir.

Dinlenmek aktif veya pasif olarak değerlendirilirse eğer sadece yatarak veya uyuyor olarak dinlenmek öğrenciyi iyi hissettirip toparlanmasını sağlayacaktır fakat verimli zaman geçirilmesinin önüne geçecektir. Aktif dinlenmek kavramı, öğrencinin bir etkinlik içerisinde fazla efor sarf etmeden kendine yararlı olabilecek ve fayda sağlayacak, gelişimini destekleyecek şekilde zamanını geçirmesidir.

1.24. Özel Okullardaki Öğrencilerin Boş Zamanlarını Değerlendirmesi

Özel okul öğrencileri günün ortalama 9-10 saatini okulda geçirmektedir. Günün üçe yakın öğününü de okulda tükettiklerini söylemek yanlış olmayacaktır. Öğrencilerin ders ve teneffüsler dışında okul saatleri içinde geçirdikleri zaman değerlendirmelerine örnek verecek olursak;

- Kutlama, bayram, anma ve tören günlerine özel etkinlikler,
- Öğle arası bilardo, masa tenisi, voleybol, basketbol ve futbol oynamak,
- Beden Eğitimi öğretmenleri tarafından organize edilen sınıflar arası voleybol, futbol ve basketbol maçları organize etmek,
- Veli-öğrenci etkinlikleri,
- Öğretmen-öğrenci karşılaşmaları (voleybol-futbol maçı örnekleri gibi),
- Okulda sinema saatinde film izlemek,
- Okul ve öğretmenler tarafından organize edilen kamp etkinlikleri,
- Her okulun aidiyet geliştirmek adına organize olduğu günlerde gerçekleştirilen etkinlikler. Örneğin: 29 Ekim haftasına özgü Kırmızı-Beyaz partisi; kırmızı ve beyaz renklerden oluşan günün anlam ve önemine uygun 29 Ekim müzikleri ile sandalye kapmaca oyunu oynamak,

- Günübirlik şehir içi müze, belediye binaları, tarihi yerler ve anıtların gezilerinin yapılması,
- Günübirlik veya kalmalı organize edilen İstanbul-Ankara-Çanakkale gezilerinin yapılması,
- Yazar imza günlerinin düzenlenip öğrencilere kitap tanıtım günlerinin yapılması,
- Teknoloji ve teknolojik aletlerin günümüz dünyasına uygun kullanımları için oyunlar organize edip öğle aralarında koridor oyunları gerçekleştirmek,
- Koridor konserleri organize etmek,
- Derslerde yapılan seramik, resim ve çizim çalışmalarından oluşan sergiler oluşturmak,
- Yılbaşı için haftaya yayılan etkinlikler
- Okul bahçesinde yapılmak üzere ilkbahar mevsimi ile düzenlenen Bilim, sanat ve spor şenlikleri

Tüm bu etkinlikler okul içi ve okul dışı olmak üzere alanında uzman okulun yönetimi tarafından seçilmiş etkinlik koordinatörleri veya Spor, Kültür ve Sanat Koordinatörleri tarafından planlanıp, gerçekleştirilir. Bazı etkinlikler, bazı okullar için geleneksel hale gelmiştir. Bu da planlayıcının etkinlik aklına düştüğü andan son ana kadar programlı ilerlemesi ve katılımın yüksek oranda olması ile sağlanır.

Okul tarafından düzenlenen etkinliklerde güvenlik önce gelir. Öğrenci kendini, öğretmen öğrenciyi güvende hissettikten sonra sağlıklı etkinlik ortamı sağlanmış olur. Etkinliğe başlanıldığında, etkinlik sürecinde ve etkinlik sonunda öğrenciler kontrollü bir şekilde takip edilmeli ve etkinlik sonunda da raporlanmalı böylece etkinliğin kalıcılığı artacak, öğrenci içinde faydalı olduğu alanların tespiti yapılabilecektir.

II. BÖLÜM
YÖNTEM

Tez çalışmasının bu bölümünde; kullanılan araştırma modeli, evren-örneklem, veri toplama araçları ve verilerin analizi süreçleri anlatılmıştır.

2.1. Araştırmanın Modeli

Araştırmada, bir konuya ya da olaya ilişkin katılımcıların görüşlerinin ya da ilgi, beceri, yetenek ve tutum gibi özelliklerinin belirlendiği tarama yöntemi kullanılmıştır (Fraenkel ve Wallen, 2006'dan akt. Büyüköztürk; Kılıç; Çakmak; Akgün; Karadeniz ve Demirel, 2012). Araştırma betimsel tarama (survey) modeli kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Tarama modeli, geçmişte ya da halen var olan bir durumu var olduğu şekliyle incelemeyi amaçlayan araştırma yaklaşımıdır. Araştırmaya konu olan olay, birey ya da nesne kendi koşulları içerisinde ve olduğu gibi tanımlanmaya çalışılır. Onları herhangi bir şekilde değiştirme, etkileme çabası gösterilmez. Önemli olan, onu uygun bir biçimde gözleyip belirleyebilmektir (Karasar, 1998).

2.2. Araştırma Evren ve Örneklemi

Araştırmanın evrenini 2021-2022 eğitim öğretim yılında Edirne İl Merkezinde öğrenim görmekte olan 1150 özel ilköğretim ikinci kademe (ortaokul) öğrencileri oluşturmuştur. Örneklem ise; şansa dayalı seçilmiş 305 ortaokul öğrencisi oluşturmuştur. Şansa dayalı eleman örneklemede önemli olan, her varlığın ya da bireyin örnekleme girme şansının eşit olmasıdır. Örneklem seçimi için hata payı olarak %95 güven aralığı (α=0.05) temel alınmıştır. Yazıcıoğlu ve Erdoğan (2004)' e göre; ± 0.05 örnekleme hatasında 1150 elemanlı bir evreni temsil için en az 245 eleman yeterli görülmekte iken araştırmamızda 305 öğrenciye ulaşılmıştır.

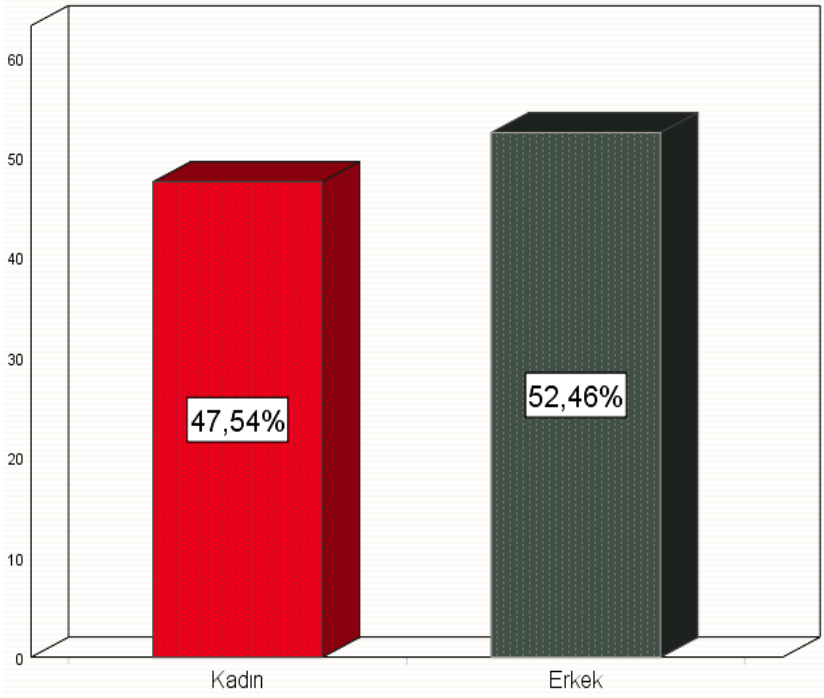
2.2.1. Araştırma Grubu (Örneklem) Özellikleri

2021-2022 eğitim öğretim yılında Edirne İl'inde öğrenim görmekte olan özel ortaokul öğrencilere ait demografik (betimsel) bilgiler aşağıdaki tabloda paylaşılmış, devamında tüm değişkenler grafiksel olarak gösterilmiştir.

Tablo 1. Araştırma Grubunun Demografik Özelliklerine Göre Dağılımı

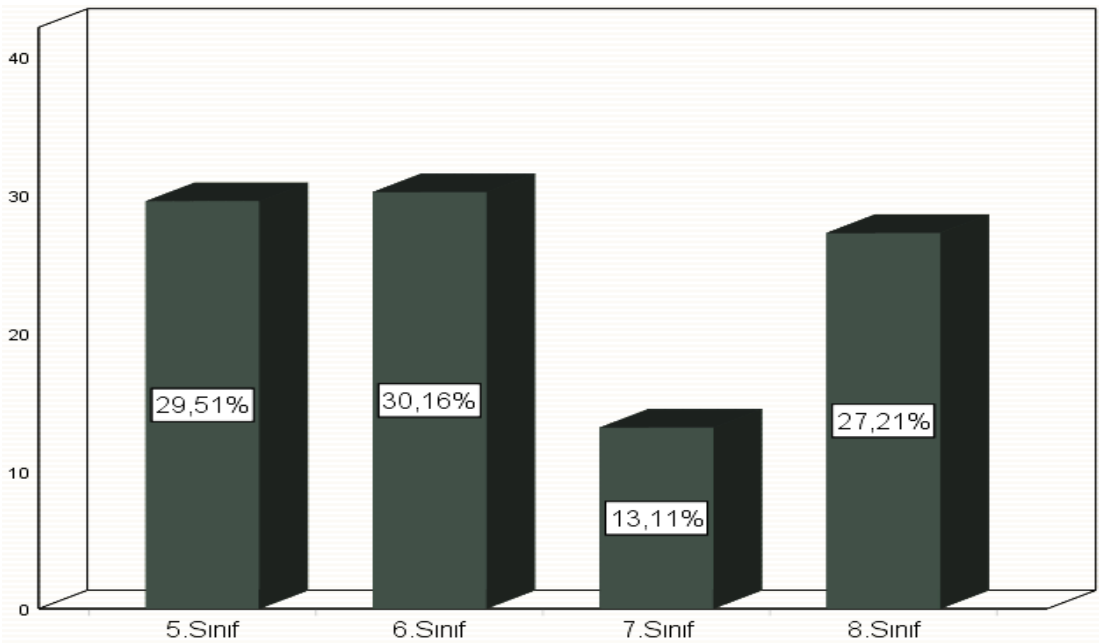
Demografik Özellikler		**F**	**%**	**Toplam**
Cinsiyet	*Kadın*	145	47,5	305
	Erkek	160	52,5	
Sınıf	*5.Sınıf*	90	29,5	305
	6.Sınıf	92	30,2	
	7.Sınıf	40	13,1	
	8.Sınıf	83	27,2	
Aile Geliri	*Düşük*	4	1,3	305
	Orta	39	12,8	
	Yüksek	262	85,9	
Ders Başarısı	*Kötü*	69	22,6	305
	Orta	88	28,9	
	İyi	148	48,5	
Haftalık Boş Zaman Süresi	*1-5 Saat*	114	37,4	305
	6-10 Saat	109	35,7	
	11-15 Saat	52	17,0	
	16 Saat ve üzeri	30	9,8	
Boş Zaman Değerlendirme Güçlüğü	*Her zaman*	29	9,5	305
	Bazen	116	38,0	
	Hiçbir zaman	160	52,5	
Boş Zaman Kullanım	*Telefon, Tablet, PC, TV*	152	49,8	305
	Arkadaşlarımla birlikte	78	25,6	
	Spor yaparak	55	18,0	
	Hobilerime zaman ayırıyorum	9	3,0	
	Hiçbir şey yapmayarak	11	3,6	

Grafik 1.Araştırma Grubuna Ait Cinsiyet Dağılımı



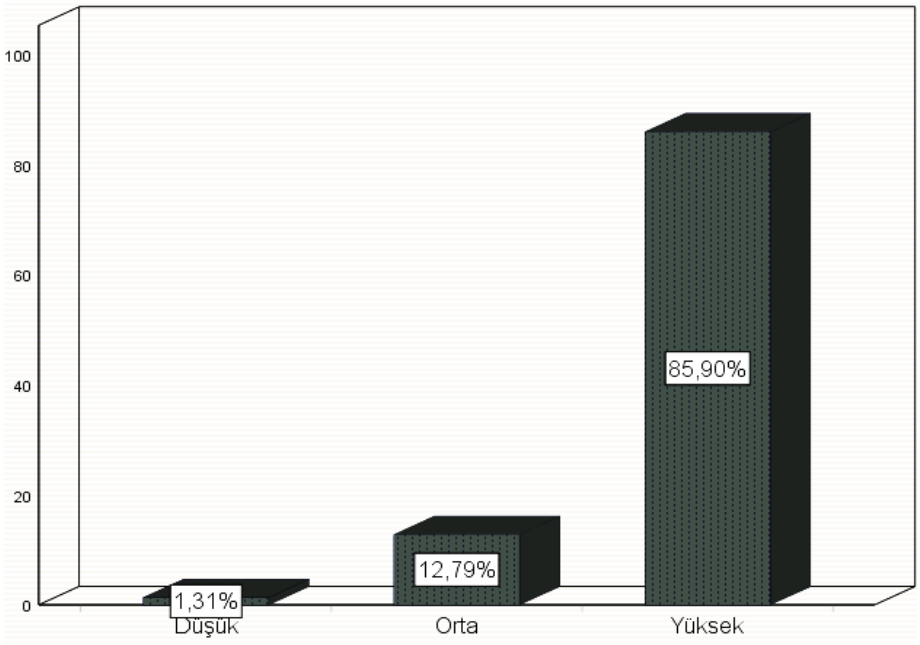
Araştırma grubunun %47,54'ü (n: 145) kadın, %52,46'sı (n: 160) erkektir.

Grafik 2. Öğrencilerin Okudukları Sınıf Düzeyi



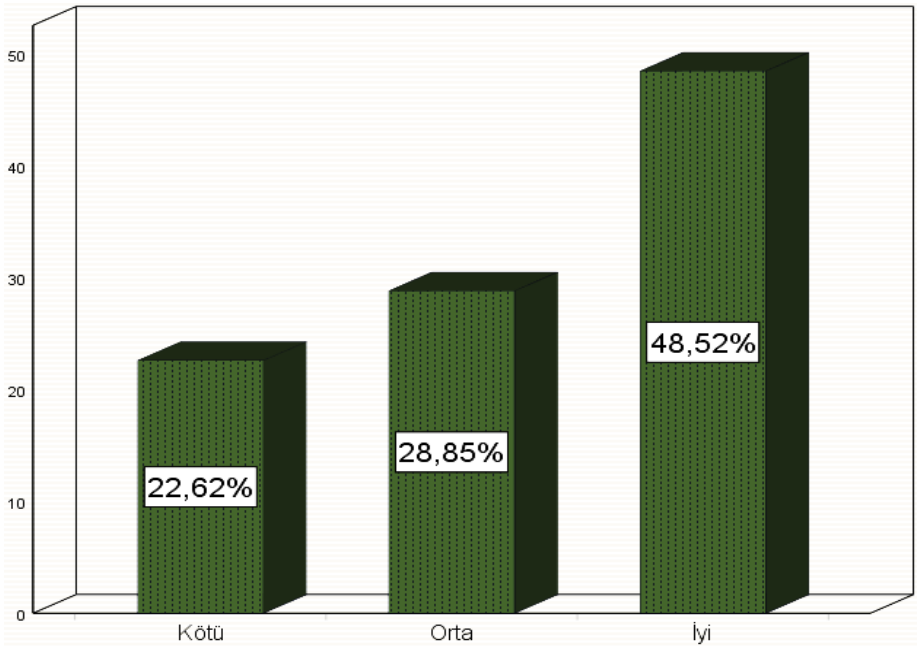
Araştırma grubu öğrencilerinin; %29,51'i (n:90) kişi 5.sınıf, %30,16'sı (n:92) kişi 6.sınıf,%13,11'i (n:40) kişi 7.sınıf ve %27,21'i (n:83) kişi 8.sınıfta öğrenim görmektedirler.

Grafik 3. Ailenin Aylık Gelir Durumu



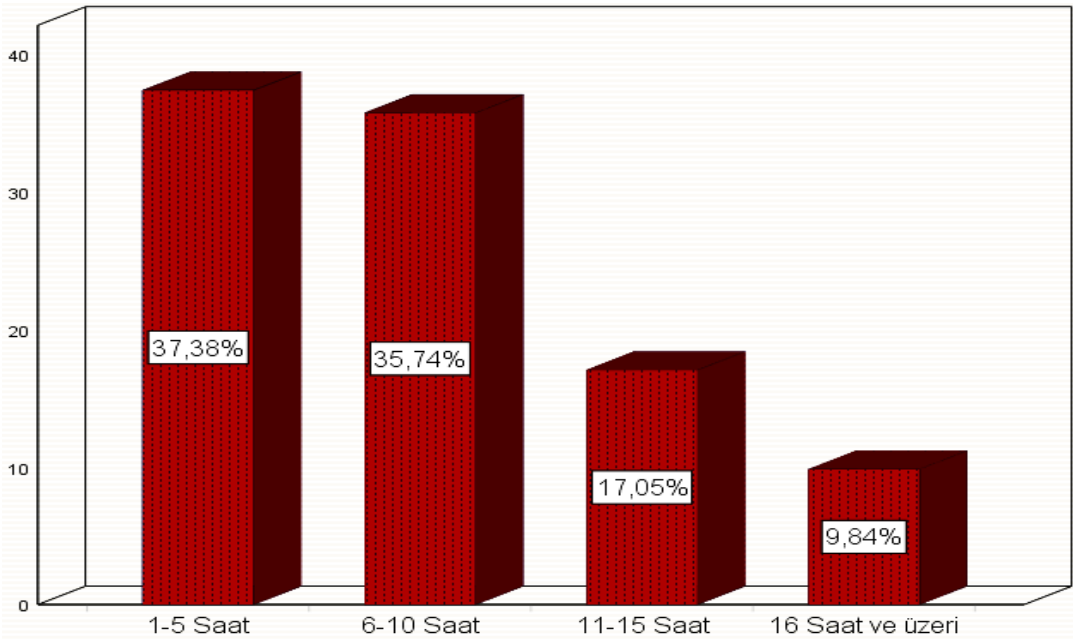
Öğrenciler ailelerinin aylık gelir durumlarını; %1,31'i (n:4) düşük, %12,79'u (n:39) orta, %85,90'ı (n:262) yüksek gelir olarak belirtmişlerdir.

Grafik 4. Öğrencilerin Akademik Başarı Durumları



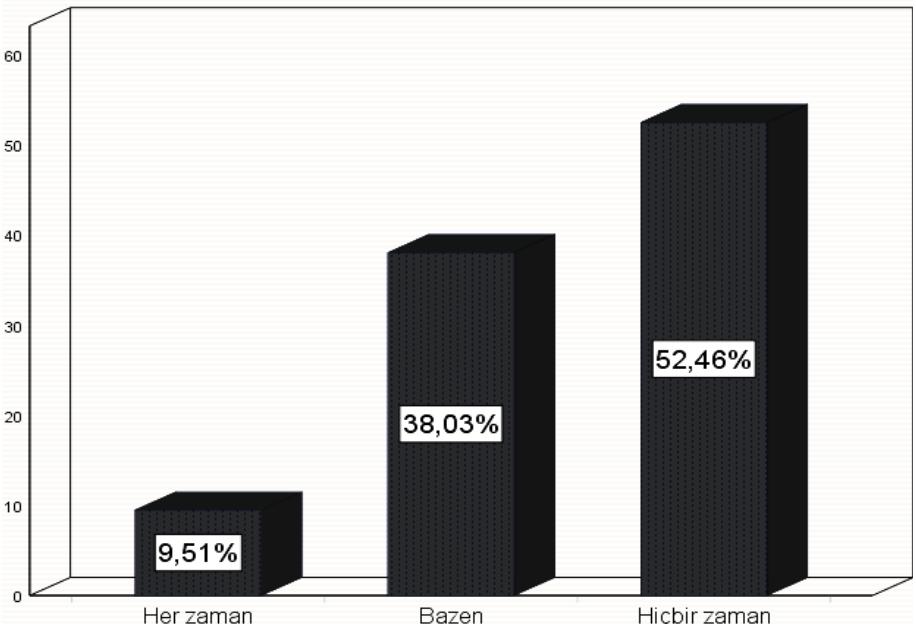
Öğrencilere göre genel akademik başarı; %22,62 (n:69) kötü, %28,85 (n:88) orta, %48,52 (n:148) iyidir.

Grafik 5.Öğrencilerin Haftada Sahip Oldukları Boş Zaman Süreleri



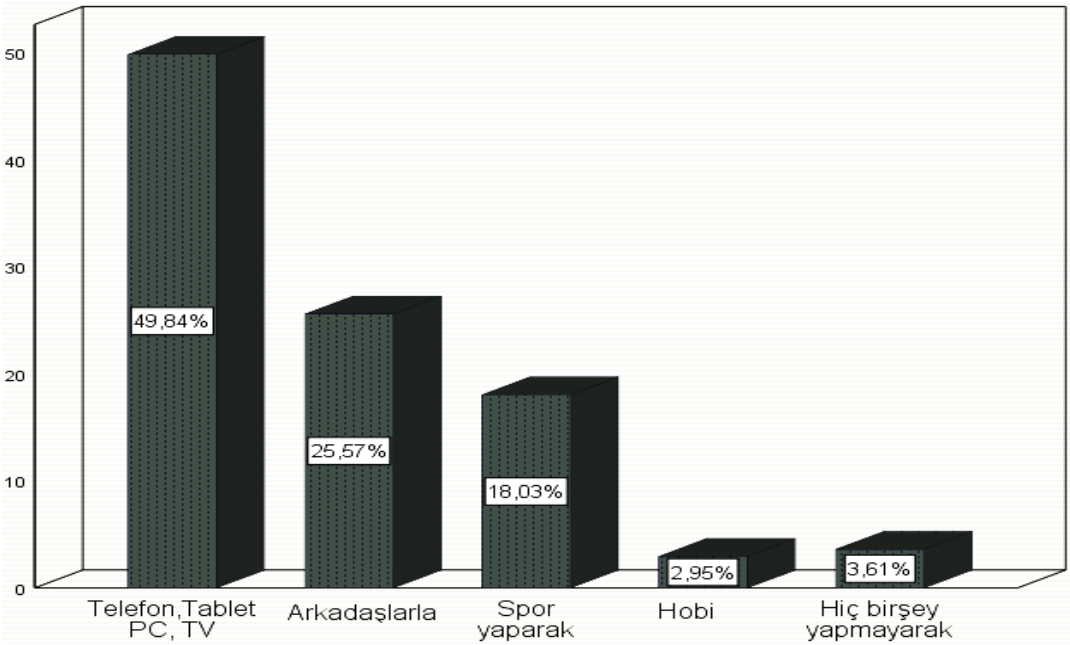
Öğrencilerin haftada sahip oldukları boş zamanlar; %37,38 (n:114) 1-5 saat, %35,74 (n:109) 6-10 saat, %17,05 (n:52) 11-15 saat ve %9,84 (n:30) 16 saat ve üzerinde olarak tespit edilmiştir.

Grafik 6. Boş Zamanı Değerlendirirken Karşılaşılan Güçlük Sıklığı



Öğrenciler boş zamanlarını değerlendirirken karşılaştıkları güçlüklerin sıklığını; her zaman %9,51 (n:29), bazen %38,03 (n:116),hiçbir zaman %52,46 (n:160) olarak belirtmişlerdir.

Grafik 7. Boş Zamanı Değerlendirme Şekli



Boş zamanlarını değerlendirme seçeneklerini öğrenciler; %49,84telefon, tablet, bilgisayar ve televizyon kullanarak (n:152), %25,57 arkadaşlarıyla birlikte zaman geçirme (n:78), %18,03 spor yaparak (n:55), %2,95 hobileriyle meşgul olarak (n:9) ve%3,61 hiçbir şey yapmayarak (n:11) boş zamanlarını değerlendirdiklerini belirtmişlerdir.

2.3. Veri Toplama Araçları

Çalışmada kullanılan ölçme aracının özel ortaokul öğrencilerin uygulanabilmesi için uygun zamana dikkat edilmiştir. Öğrencilerin ders aralarında okul yönetiminden izin alınarak ölçme aracı doldurtulmuştur. Pandemi sebebiyle ulaşılamayan öğrencilere ise "Google Forms" sitesi üzerinden online olarak ölçek doldurtulmuştur. Öğrenciler tarafından ölçme aracına verilen cevaplar araştırmacı

tarafından elektronik ortama (Microsoft Excel) aktarılarak, analiz edilmeye hazır hale getirilmiştir.

Araştırmada kullanılan boş zaman engelleri ölçeği Alexandris ve Carroll tarafından (1997) geliştirilmiştir. Türkçe geçerlilik ve güvenirlik çalışması Gürbüz Öncü ve Emir (2012) tarafından yapılmıştır. Ölçek toplam 18 maddeden ve 6 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğe verilecek cevaplar; 1- Kesinlikle Önemsiz, 2- Önemsiz, 3-Önemli,4- Çok Önemli şeklindedir. Ölçeğin alt boyutları; birey psikolojisi, bilgi eksikliği, tesis eksikliği, arkadaş eksikliği, zaman ve ilgi eksikliği şeklindedir. Ölçeğin alt boyutları için elde edilen iç tutarlılık katsayıları sırası ile; 60, .82, .74, .80, .60 ve .70 şeklindedir.

Ölçeğin araştırmamız evrenine uygunluğunun kontrolü için tarafımızca geçerlik ve güvenirlik testleri yapılarak araştırmada kullanılmıştır.Ölçeğin geçerlilik testi için Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) kullanılmıştır. DFA; Yapısal eşitlik modellemesi psikoloji, sosyoloji, eğitim araştırmaları, siyasal bilimler, pazarlama vb. alanlarda kullanılan bir tekniktir (Dow, Jackson ve Leitch, 2008). Temel olarak faktör analizi ve regresyon analizinin birleşimidir. Teorik modele göre oluşturulan tahmini kovaryans matrisinin, gözlenen verilerin kovaryans matrisine uygunluğunu test eder (Hox ve Bechger, 1995). Yapısal eşitlik modelleri; yol analizi, doğrulayıcı faktör analizi, yapısal eşitlik (regresyon) ve gizli büyüme eğrisi modelleri olmak üzere dört başlık altında incelenebilir. Bu çalışmada doğrulayıcı faktör analizi kullanılacaktır. Doğrulayıcı faktör analizi, önceden oluşturulan bir model aracılığıyla gözlenen değişkenlerden yola çıkarak gizli değişken (faktör) oluşturmaya yönelik bir işlemdir. Genellikle ölçek geliştirme ve geçerlilik analizlerinde kullanılmakta veya önceden belirlenmiş bir yapının doğrulanmasını amaçlamaktadır.

Modele ait sonuçların uyum indeksleri vasıtası ile incelenmesi gerekir (Albright ve Park 2009). Araştırmacı t testi yaparken ya da x^2 analizi yaparken p değerine bakarak karar verir. Önceden belirlenen önemlilik düzeyi eğer 0.05 ise, p değeri 0.05'in altında olduğunda aradaki fark anlamlıdır kararı verilir. DFA'da ise bu

şekilde tek bir testin sonucuna göre değil, çeşitli uyum indeksi sonuçlarına göre modelin teori ile uyumlu olup olmadığı kararı verilir.

Modelde maddelerin faktör yükleri çok iyi çıksa bile uyum indeksleri normal değerleri yakalayamayabilir. Bu uyum indeksleri ki-kare (x^2), ki-kare/serbestlik derecesi (x^2/sd), mutlak uyum indeksleri (GFI, AGFI), yaklaşık hataların ortalama karekökü (RMSEA), artık temelli uyum indeksi (RMR) gibi isimler alır(Munro, 2005; Şimşek, 2007). Aşağıdaki tabloda uyum indekslerine ait değerler görülmektedir.

Tablo 2. Uyum İndeksleri ve Normal Değerleri

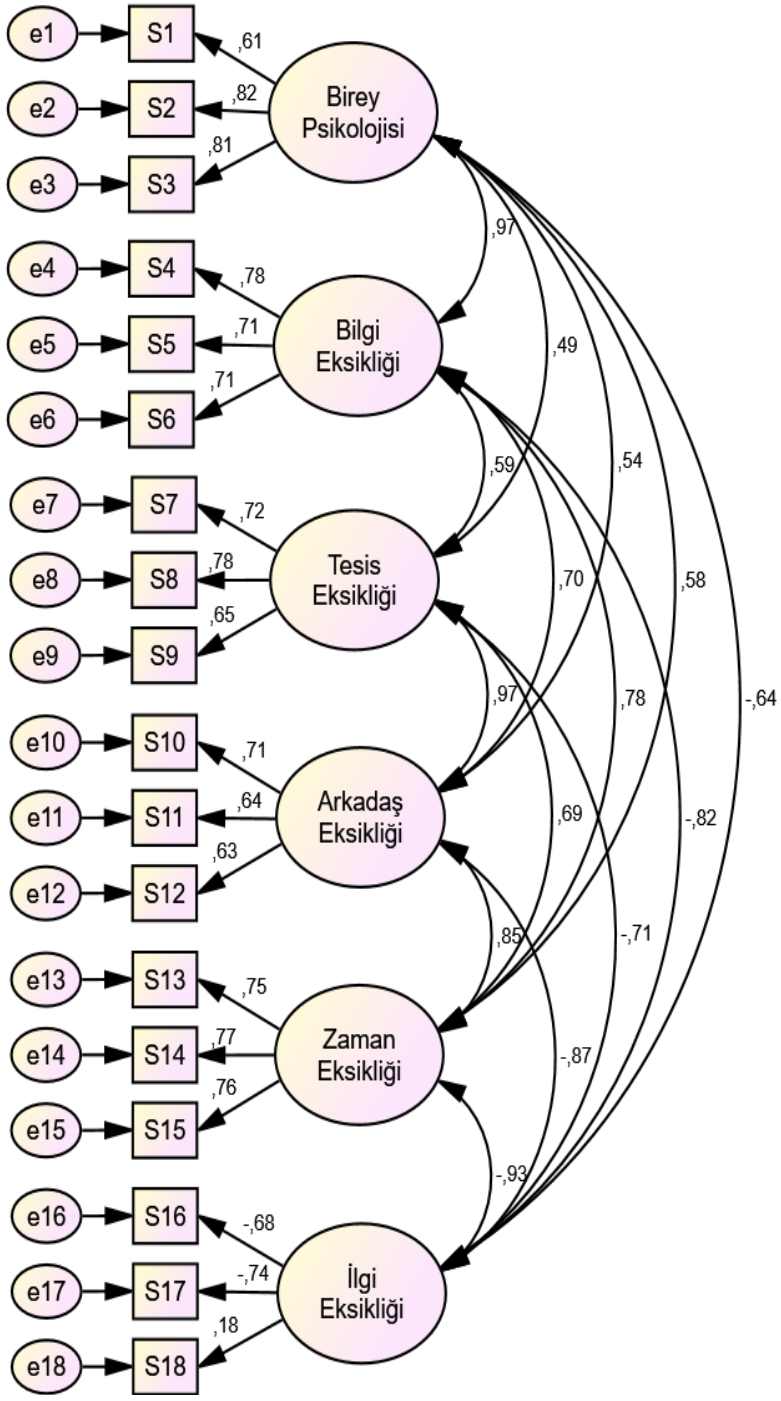
İndeksler	**İyi Uyum**	**Kabul Edilebilir Uyum**	**Araştırma Modeline Ait Değerler**
x^2 "p" Değeri	p>0.05	-	0,848*
x^2/sd		5>	2*
GFI	>0.95	>0.90	0,902*
AGFI	>0.95	>0.90	0,918
CFI	>0.95	>0.90	0,893
RMSEA	<0.05	<0.10	0,068*
RMR	<0.05	<0.10	0,04*

*: uyum gösteren değerler

Ölçme aracının uyum indeks değerleri; x^2 değeri iyi uyum (0,848), x^2/sd iyi uyum (2,12), GFI değeri kabul edilebilir uyum (0,902), AGFI değeri kabul edilebilir uyum (0,918),RMSEA değeri kabul edilebilir uyum (0,068) ve RMR değeri kabul edilebilir uyum (0,04) göstermektedir.

Bu değerler neticesinde kullanılan ölçeğin amacına hizmet ettiği ve dolayısı ile araştırma evrenine kültürel olarak uyum sağladığı yani; ölçeğin Edirne İli Milli Eğitim Bakanlığına bağlı özel ortaokul öğrencilerinin bilişsel ve kültürel düzeylerine uygun olduğu doğrulayıcı faktör analizi ile tespit edilmiştir. Doğrulayıcı faktör analizi ile elde edilen modelin diyagramı aşağıda verilmiştir.

Şekil 2. Doğrulayıcı Faktör Analiz Diyagramı



Ölçme aracının altı alt boyutu altında yer alan toplam 18 maddeden oluşan ölçme aracının güvenirliğinin hesaplanmasında iç tutarlılık göstergesi olan Cronbach Alfa güvenirlik katsayıları hesaplanmıştır. Ölçeğin oluşturulma aşamasındaki (n:230)

güvenirlik katsayıları ile bu çalışmada (n: 330) elde edilen güvenirlik katsayıları Tablo 4'te özetlenmiştir.

Tablo 3.MBFÖ Ölçeğinin Güvenirlik Katsayıları

Ölçek Alt Boyutları	**Orijinal Ölçeğin Güvenirlik Katsayıları**	**Bu Çalışmadaki Güvenirlik Katsayıları**
Birey Psikolojisi	0,60	0,82
Bilgi Eksikliği	0,82	0,79
Tesis Eksikliği	0,74	0,86
Arkadaş Eksikliği	0,80	0,88
Zaman Eksikliği	0,60	0,83
İlgi Eksikliği	0,70	0,78
Tüm Ölçek	-	0,85

Güvenirlik katsayıları incelendiğinde; elde edilen değerlerin ölçme aracının alt boyutlarının yüksek güvenirliğe sahip olduğunu ve tüm ölçekten elde edilen güvenirlik sonucun da ölçeğin yüksek güvenirlikli olarak tek başına da kullanılabileceğini göstermiştir.

2.4. Veri Analizi

Çalışmada elde edilen veriler analiz edilerek betimsel istatistikleri çıkarılmıştır. Kullanılan verilerin normallik değerlerini tespit edebilmek için basıklık (kurtosis) ve çarpıklık (skewness) değerleri incelenmiştir(George ve Mallery, 2010). Normallik testi tablo olarak gösterilmiştir (Tablo 5).

Tablo 4. Normallik Testi Sonuçları (Skewness ve Kurtosis Değerleri)

Alt Boyutlar	**Çarpıklık (Skewness)**	**Standart hata**	**Basıklık (Kurtosis)**	**Standart hata**
Birey Psikolojisi	-0,953		0,155	
Bilgi Eksikliği	-0,551		-0,544	
Tesis Eksikliği	-0,749		-0,078	
Arkadaş Eksikliği	-0,674	0,140	-0,172	0,278
Zaman Eksikliği	-0,624		-0,565	
İlgi Eksikliği	-0,772		0,529	
Tüm Ölçek	-0,463		-0,438	

Araştırmanın alt boyutları için normallik dağılımı testi sonuçlarına göre çarpıklık ve basıklık (skewness-kurtosis) değerlerine bakıldığında; skewness ve kurtosis değerlerinin standart hataya bölünmesi ile elde edilen sonuçlar -1,5 ile +1,5 arasında değer almamıştır. Bu sebeple araştırma verilerinin normal dağılmadığı tespit edilmiştir. İstatistiki analizlerde non-parametrik testler kullanılarak veri seti incelenmiştir.

Araştırmanın bağımsız değişkenlerinden "cinsiyet" değişkeninin incelenmesinde Mann Whitney-U testi, "sınıf, aile geliri, ders başarısı, haftalık boş zaman süresi, boş zaman değerlendirme güçlüğü ve boş zaman kullanım tercihleri" değişkenleri için ise Kruskal Wallis testi kullanılmıştır. Test istatistiği ile elde edilen anlamlı sonuçların etki büyüklüğünü hesaplamak için Rosenthal ($r=Z/\sqrt{N}$) formülünden yararlanılmıştır (Rosenthal, 1991).

III. BÖLÜM

BULGULAR

Elde edilen veriler araştırma hipotezlerinin sırası dikkate alınarak yazılmıştır. Araştırma ölçeğinin maddelerine dair bulgular incelenirken öncelikle bağımlı değişkenleri oluşturan alt boyutlara ait betimsel istatistikler verilmiştir.

Tablo 5. Birey Psikolojisi Alt Boyutu Maddeleri Betimsel İstatistiği

BİREY PSİKOLOJİSİ ALT BOYUT	Kesinlikle Önemsiz		Önemsiz		Önemli		Çok Önemli	
	F	*%*	*F*	*%*	*F*	*%*	*F*	*%*
-Aktivitelerin yorgunluk hissi vermesi	24	7,9	28	9,2	86	28,2	167	54,8
-Kendini yorgun hissetmek	34	11,1	37	12,1	92	30,2	142	46,6
-Sakatlanmaktan korkmak	28	9,2	50	16,4	95	31,1	132	43,3
Boyut Ortalaması	*"Önemli"*						3,17	

Birey psikolojisi alt boyutunun maddelerine verilen cevaplara göre öğrencilerin; %83'ü (n:253) aktivitelerin yorgunluk hissi vermesini, %76,8'i (n:234) kendini yorgun hissetmenin, %74,4'ü (n:227) sakatlanmaktan korkmanın "önemli/çok önemli" engel olduğunu belirtmişlerdir. En düşük tercih edilen alt boyut maddesi %7,9 "kesinlikle önemsiz" seçeneği ile "aktivitelerin yorgunluk hissi vermesi" iken, en yüksek tercihe sahip maddesi %54,8 "çok önemli" seçeneği ile yine "aktivitelerin yorgunluk hissi vermesi" maddesidir. Birey psikolojisi alt boyutunun genel ortalaması "önemli" olarak bulunmuştur ($\bar{x}$=3,17).

Tablo 6. Bilgi Eksikliği Alt Boyutu Maddeleri Betimsel İstatistiği

BİLGİ EKSİKLİĞİ ALT BOYUT	Kesinlikle Önemsiz		Önemsiz		Önemli		Çok Önemli	
	F	*%*	*F*	*%*	*F*	*%*	*F*	*%*
-Nerden öğreneceğini bilmemek	37	12,1	55	18	86	28,2	127	41,6
-Nerede katılacağını bilmemek	34	11,1	56	18,4	112	36,7	103	33,8
-Öğretecek kimsenin olmaması	26	8,5	60	19,7	101	33,1	118	38,7
Boyut Ortalaması	*"Önemli"*						2,98	

Bilgi eksikliği alt boyutunun maddelerine verilen cevaplara göre öğrencilerin; %69,8'i (n:213) nerden öğreneceğini bilmemek, %70,5'i (n:215) nerede katılacağını bilmemek, %71,8'i (n:219) öğretecek kimsenin olmamasını "önemli/çok önemli" engel olarak görmüşlerdir. En düşük tercih edilen alt boyut maddesi %8,5 "kesinlikle önemsiz" seçeneği ile "öğretecek kimsenin olmaması" iken, en yüksek tercihe sahip maddesi %41,6 "çok önemli" seçeneği ile "nerden öğreneceğini bilmemek" maddesidir. Bilgi Eksikliği alt boyutunun genel ortalaması "önemli" olarak bulunmuştur ($\bar{x}$=2,98).

Tablo 7. Tesis Eksikliği Alt Boyutu Maddeleri Betimsel İstatistiği

TESİS EKSİKLİĞİ ALT BOYUT	Kesinlikle Önemsiz		Önemsiz		Önemli		Çok Önemli	
	F	*%*	*F*	*%*	*F*	*%*	*F*	*%*
-Tesis donanımının yetersiz olması	12	3,9	51	16,7	99	32,5	143	46,9
-Tesislerin yetersiz olması	20	6,6	67	22	101	33,1	117	38,4
-Tesislerin kalabalık olması	20	6,6	42	13,8	89	29,2	154	50,5
Boyut Ortalaması	*"Önemli"*						3,16	

Tesis eksikliği alt boyutunun maddelerine verilen cevaplara göre öğrencilerin; %79,4'ü (n:242) tesis donanımının yetersiz olmasını, %71,5'i (n:218) tesislerin yetersiz olmasını, %79,7'si (n:243) tesislerin kalabalık olmasını "önemli/çok önemli" engel olarak görmüşlerdir. En düşük tercih edilen alt boyut

maddesi %3,9 “kesinlikle önemsiz” seçeneği ile “tesis donanımının yetersiz olması”, en yüksek tercihe sahip maddesi %50,5 “çok önemli” seçeneği ile “tesislerin kalabalık olması” maddesidir. Tesis eksikliği alt boyutunun genel ortalaması “önemli” olarak bulunmuştur ($\bar{x}$=3,16).

Tablo 8. Arkadaş Eksikliği Alt Boyutu Maddeleri Betimsel İstatistiği

ARKADAŞ EKSİKLİĞİ ALT BOYUT	Kesinlikle Önemsiz		Önemsiz		Önemli		Çok Önemli	
	F	*%*	*F*	*%*	*F*	*%*	*F*	*%*
-Arkadaşlarımın zamanının olmaması	19	6,2	46	15,1	106	34,8	134	43,9
-Beraber katılacak kimsenin olmaması	28	9,2	57	18,7	85	27,9	135	44,3
-Arkadaşlarımın bu tür etkinliklere katılmaktan hoşlanamaması	21	6,9	56	18,4	92	30,2	136	44,6
Boyut Ortalaması	*“Önemli”*						3,12	

Arkadaş eksikliği alt boyutunun maddelerine verilen cevaplara göre öğrencilerin; %78,7’si (n:240) arkadaşlarımın zamanının olmaması, %72,2’si (n:220) beraber katılacak kimsenin olmamasını, %74,8’i (n:228) arkadaşlarımın bu tür etkinliklere katılmaktan hoşlanamamasını “önemli/çok önemli” engel olarak kabul etmişlerdir. En düşük tercih edilen alt boyut maddesi %6,2 “kesinlikle önemsiz” seçeneği ile “arkadaşlarımın zamanının olmaması” iken, en yüksek tercihe sahip maddesi %44,6 “çok önemli” seçeneği ile“arkadaşlarımın bu tür etkinliklere katılmaktan hoşlanamaması” maddesidir. Arkadaş eksikliği alt boyutunun genel ortalaması “önemli” olarak bulunmuştur ($\bar{x}$=3,12).

Tablo 9. Zaman Eksikliği Alt Boyutu Maddeleri Betimsel İstatistiği

ZAMAN EKSİKLİĞİ ALT BOYUT	Kesinlikle Önemsiz		Önemsiz		Önemli		Çok Önemli	
	F	*%*	*F*	*%*	*F*	*%*	*F*	*%*
-Aile için zaman ayırmak zorunda olmak	33	10,8	55	18	100	32,8	117	38,4
-Sosyal etkinlikler için zaman ayırmak zorunda olmak	35	11,5	65	21,3	82	26,9	123	40,3
-Program zamanlarının uygun olmaması	36	11,8	47	15,4	85	27,9	137	44,9
Boyut Ortalaması	*"Önemli"*						3,01	

Zaman eksikliği alt boyutunun maddelerine verilen cevaplara göre öğrencilerin; %71,2'si (n:217) aile için zaman ayırmak zorunda olmayı, %67,2'si (n:205) sosyal etkinlikler için zaman ayırmak zorunda olmayı, %72,8'i (n:222) program zamanlarının uygun olmamasını "önemli/çok önemli" engel olarak kabul etmişlerdir. En düşük tercih edilen alt boyut maddesi %10,8 "kesinlikle önemsiz" seçeneği ile "aile için zaman ayırmak zorunda olmak" iken, en yüksek tercihe sahip maddesi %44,9 "çok önemli" seçeneği ile "program zamanlarının uygun olmaması" maddesidir. Zaman eksikliği alt boyutunun genel ortalaması "önemli" olarak bulunmuştur ($\bar{x}$=3,01).

Tablo 10.İlgi Eksikliği Alt Boyutu Maddeleri Betimsel İstatistiği

İLGİ EKSİKLİĞİ ALT BOYUT	Kesinlikle Önemsiz		Önemsiz		Önemli		Çok Önemli	
	F	*%*	*F*	*%*	*F*	*%*	*F*	*%*
-Geçmişte bu tür etkinlikleri sevmemek	17	5,6	43	14,1	78	25,6	167	54,8
-İlgili olmamak	32	10,5	45	14,8	95	31,1	133	43,6
-Rutin programı bozmak istememek	41	13,4	49	16,1	110	36,1	105	34,4
Boyut Ortalaması	*"Önemli"*						3,09	

İlgi eksikliği alt boyutunun maddelerine verilen cevaplara göre öğrencilerin; %80,4'ü (n:245) geçmişte bu tür etkinlikleri sevmemeyi, %74,7'si (n:228) ilgili olmamayı, %70,5'i (n:215) rutin programı bozmak istememeyi "önemli/çok önemli" engel olarak kabul etmişlerdir. En düşük tercih edilen alt boyut maddesi %5,6 "kesinlikle önemsiz" seçeneği ile "geçmişte bu tür etkinlikleri sevmemek" iken, en yüksek tercihe sahip maddesi %44,9 "çok önemli" seçeneği ile yine aynı "geçmişte bu tür etkinlikleri sevmemek" maddesidir. İlgi eksikliği alt boyutunun genel ortalaması "önemli" olarak bulunmuştur ($\bar{x}$=3,09).

Ölçeğin tüm maddelerine verilen cevapların ortalamasına göre öğrenciler yine "önemli" olarak ölçeğin tümünü cevaplamışlardır ($\bar{x}$=3,08). Ölçek alt boyutlar dikkate alınmadan tek başına kullanıldığında özel ortaokul öğrencileri için boş zaman engellerine bakış açısı maddelerin genelinde "önemli" olarak tespit edilmiştir.

Bağımsız değişkenlerin (cinsiyet, sınıf, aile geliri, ders başarısı, haftalık boş zaman süresi, boş zaman değerlendirme güçlüğü ve boş zaman tercihi) bağımlı değişkenler (birey psikolojisi, bilgi eksikliği, tesis eksikliği, arkadaş eksikliği, zaman eksikliği, ilgi eksikliği ve tüm ölçek) üzerindeki etkileri incelenerek istatistiksel analiz uygulanmış ve aşağıdaki tabloda özetlenmiştir (Tablo 11).

Tablo 11. Bağımsız Değişkenlere Uygulanan İstatistiksel Testler ve Anlamlılık Tespiti

Bağımsız Değişkenler	**Uygulanan Test**	**Anlamlı Farklılık**	**Anlamlı Farklılık Tespit Edilen Boyutlar**
Cinsiyet	Mann Whitney-U	Yok (p>0,05)	-
Sınıf Seviyesi	Kruskal Wallis	**Var (p<0,05)**	*-Birey Psikolojisi* *-Bilgi Eksikliği* *-Arkadaş Eksikliği* *-Zaman Eksikliği* *-Tüm Ölçek*
Aile Geliri	Kruskal Wallis	Yok (p>0,05)	-
Ders Başarısı	Kruskal Wallis	**Var (p<0,05)**	*Tüm Alt Boyutlar*
Haftalık BZ Süresi	Kruskal Wallis	**Var (p<0,05)**	*Tüm Alt Boyutlar*
BZ Değerlendirme Güçlüğü	Kruskal Wallis	**Var (p<0,05)**	*-Tesis Eksikliği* *-Arkadaş Eksikliği*
Boş Zaman Tercihi	Kruskal Wallis	Yok (p>0,05)	-

Uygulanan istatistiki testler sonucunda;cinsiyet, aile geliri, boş zaman tercihi değişkenlerinde anlamlı farklılık tespit edilmez iken (p>0,05), sınıf, ders başarısı, haftalık boş zaman süresi, boş zaman değerlendirme güçlüğü ve boş zaman tercihleri değişkenlerinde anlamlı farklılık (p<0,05) tespit edilmiştir.Anlamlı farklılık tespit edilmeyen testler için tablo oluşturulmamış, anlamlı farklılık tespit edilen testlerde ise değişkenlere uygulanan istatistik işlemine göre tablolar oluşturularak (Tablo 12, Tablo 13, Tablo 14, Tablo 15) yorumlanmıştır. Öğrencilerin sınıf, ders başarısı, haftalık boş zaman süresi, boş zaman değerlendirme güçlüğü ve boş zaman tercihleri özelliklerine göre ölçeğe vermiş oldukları cevaplar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olup olmadığını tespit etmek amacıyla non-parametrik testlerden Kruskal Wallis Testi kullanılmıştır.

Tablo 12. Sınıf Seviyesine Göre Kruskal Wallis Testi Anlamlı Fark Sonuçları

Değişkenler ve Alt Boyutlar		n	Ortalama Derece	x^2	Serbestlik Derecesi	p	Farkın Kaynağı ve Etki Büyüklüğü
Birey Psikolojisi	*5. Sınıf*	90	178,81	18,200	3	0,00*	5.Sınıf / 8. Sınıf r = 0,275
	6.Sınıf	92	153,56				
	7.Sınıf	40	156,65				
	8.Sınıf	83	122,64				
Bilgi Eksikliği	*5. Sınıf*	90	189,68	31,293	3	0,00*	5.Sınıf / 8. Sınıf r = 0,168
	6.Sınıf	92	146,62				
	7.Sınıf	40	161,07				
	8.Sınıf	83	116,40				
Arkadaş Eksikliği	*5. Sınıf*	90	178,63	16,890	3	0,01*	5.Sınıf / 8. Sınıf r = 0,224
	6.Sınıf	92	153,23				
	7.Sınıf	40	154,40				
	8.Sınıf	83	124,28				
Zaman Eksikliği	*5. Sınıf*	90	188,74	38,923	3	0,00*	5.Sınıf / 8. Sınıf r = 0,218
	6.Sınıf	92	151,62				
	7.Sınıf	40	169,65				
	8.Sınıf	83	107,75				
Tüm Ölçek	*5. Sınıf*	90	184,30	28,431	3	0,00*	5.Sınıf / 8. Sınıf r = 0,206
	6.Sınıf	92	153,19				
	7.Sınıf	40	163,68				
	8.Sınıf	83	113,70				

*: $p<0,05$

Öğrencilerin sınıf seviyeleri ile ölçeğin birey psikolojisi ($x^2_{(3)}=18.200$), bilgi eksikliği ($x^2_{(3)}=31,293$), arkadaş eksikliği ($x^2_{(3)}=16,890$), zaman eksikliği ($x^2_{(3)}=38,923$) ve tüm maddeler($x^2_{(3)}=28,431$) alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<0.05$). Alt boyutların hangi gruplar arasında farklılık olduğunu tespit edebilmek amacıyla anlamlı farklılık olan tüm alt boyutlarda ayrı ayrı Mann Whitney-U Testi kullanılmıştır. Her bir alt boyutta toplam

altı adet Mann Whitney-U Testinin işletilmesi ve hata miktarının azaltılması için Bonferroni düzeltmesi [α=(0.05/6)=0.008] uygulanmıştır. Dolayısıyla, her alt boyut için gruplar arasındaki anlamlılık seviyesi α=0.008 olarak alınmıştır. Buna göre ölçeğin anlamlı farklılaştığı alt boyutların tümünde; farklılaşmanın 5. Sınıf ve 8. Sınıf gruplarından kaynaklı olduğu tespit edilmiştir.

Sınıf seviyesinin farklılaşan gruplarında; birey psikolojisi r=0,275,bilgi eksikliği r=0,168, arkadaş eksikliği r=0,224, zaman eksikliği r=0,218 ve tüm ölçek r=0,206 düşük etki düzeyi görülmektedir. Dolayısıyla sınıf seviyesi değişkeninin, 5. Sınıf ve 8. Sınıf yaş grubu öğrencileri arasında; birey psikolojisi, bilgi eksikliği, arkadaş eksikliği, zaman eksikliği ve ölçeğin tüm maddeleri hakkındaki görüşleri üzerinde düşük düzeyde anlamlı etkisi vardır, sonucuna ulaşılmıştır.

Tablo 13. Ders Başarısına Göre Kruskal Wallis Testi Anlamlı Fark Sonuçları

Değişkenler ve Alt Boyutlar		**n**	**Ortalama Derece**	**x^2**	**Serbestlik Derecesi**	**p**	**Farkın Kaynağı ve Etki Büyüklüğü**
Birey Psikolojisi	*Kötü*	69	205,37	81,039	2	0,00*	İyi/ Orta ve Kötü r = 0,402
	Orta	88	86,65				
	İyi	148	168,03				
Bilgi Eksikliği	*Kötü*	69	185,89	32,784	2	0,00*	İyi / Orta ve Kötü r = 0,398
	Orta	88	110,31				
	İyi	148	163,05				
Tesis Eksikliği	*Kötü*	69	192,41	24,093	2	0,00*	İyi / Orta ve Kötü r = 0,522
	Orta	88	124,02				
	İyi	148	151,86				
Arkadaş Eksikliği	*Kötü*	69	191,68	29,288	2	0,00*	İyi / Orta ve Kötü r = 0,422
	Orta	88	116,65				
	İyi	148	156,58				
Zaman Eksikliği	*Kötü*	69	181,76	17,802	2	0,00*	İyi / Orta ve Kötü r = 0,388
	Orta	88	123,63				
	İyi	148	157,06				
İlgi Eksikliği	*Kötü*	69	178,59	16,349	2	0,00*	İyi / Orta ve Kötü r = 0,567
	Orta	88	124,08				
	İyi	148	158,27				
Tüm Ölçek	*Kötü*	69	198,72	46,128	2	0,00*	İyi / Orta ve Kötü r = 0,365
	Orta	88	104,63				
	İyi	148	160,45				

*: $p<0,05$

Öğrencilerin ders başarıları ile ölçeğin birey psikolojisi ($x^2_{(2)}$=81,039), bilgi eksikliği ($x^2_{(2)}$=32,784), tesis eksikliği ($x^2_{(2)}$=24,093), arkadaş eksikliği ($x^2_{(2)}$=29,288), zaman eksikliği ($x^2_{(2)}$=17,802) ilgi eksikliği ($x^2_{(2)}$=16,349), ve tüm maddeler ($x^2_{(2)}$=46,128) alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<0.05$). Alt boyutların hangi grupları arasında farklılık olduğunu tespit edebilmek amacıyla anlamlı farklılık olan tüm alt boyutlarda ayrı ayrı Mann Whitney-U Testi kullanılmıştır. Her bir alt boyutta toplam üç adet Mann Whitney-U Testinin işletilmesi ve hata miktarının azaltılması için Bonferroni düzeltmesi [$\alpha=(0.05/3)=0,017$] uygulanmıştır. Dolayısıyla, her alt boyut için gruplar arasındaki anlamlılık seviyesi $\alpha=0,017$ olarak alınmıştır. Buna göre ölçeğin anlamlı farklılaştığı alt boyutların tümünde; farklılaşmanın dersleri iyi olan öğrenciler ile dersleri orta düzey olan ve kötü olan öğrencilerden kaynaklı olduğu tespit edilmiştir. Genel ders başarısının farklılaşan gruplarında; birey psikolojisi r=0,402, bilgi eksikliği r=0,398, tesis eksikliği r=0,522, arkadaş eksikliği r=0,422, zaman eksikliği r=0,388, ilgieksikliği r=0,567ve tüm ölçek r=0,365 düşük orta düzeyde etki görülmektedir. Ders başarısı iyi olanlar ile orta ve kötü olanlar arasında; birey psikolojisi, bilgi eksikliği, tesis eksikliği, arkadaş eksikliği, zaman eksikliği, ilgi eksikliği ve tüm ölçeğe verilen cevaplar üzerinde orta düzeyde anlamlı etkisi vardır, tespitine ulaşılmıştır.

Tablo 14. BZ Değerlendirme Güçlüğünün Sıklığına Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

Değişkenler ve Boyutlar	**Alt**	**n**	**Ortalama Derece**	**x^2**	**Serbestlik Derecesi**	**p**	**Farkın Kaynağı ve Etki Büyüklüğü**
Tesis Eksikliği	*Her Zaman*	29	120,97	6,333	2	0,42*	Her Zaman / Hiçbir Zaman r = 0,144
	Bazen	116	164,95				
	Hiçbir Zaman	160	150,14				
Arkadaş Eksikliği	*Kötü*	29	117,64	7,821	2	0,20*	Her Zaman / Hiçbir Zaman r = 0,162
	Orta	116	166,47				
	İyi	160	149,64				

*: $p<0,05$

Boş zamanı değerlendirirken karşılaşılan güçlüklerin sıklığı ile ölçeğin tesis eksikliği ($x^2_{(2)}$=6,333) ve arkadaş eksikliği ($x^2_{(2)}$=7,821)alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<0.05$). Alt boyutların hangi grupları arasında farklılık olduğunu tespit edebilmek amacıyla anlamlı farklılık olan iki alt boyuta da üçer kez Mann Whitney-U Testi uygulanmıştır.

Yapılan Bonferroni düzeltmesi [α=(0.05/3)=0,017] olarak hesaplanmıştır. İki alt boyut için gruplar arasındaki anlamlılık seviyesi α=0,017 olarak alınmıştır. Buna göre ölçeğin anlamlı farklılaştığı iki alt boyut için; güçlüklerle her zaman karşılaşan öğrenciler ile hiçbir zaman karşılaşmıyorum diyen öğrencilerden kaynaklı olduğu tespit edilmiştir. Karşılaşılan güçlüğün sıklık gruplarında; tesis eksikliği r=0,144 ve arkadaş eksikliği r=0,162 gruplarını üzerinde düşük düzeyde etkilediği görülmektedir.

Tablo 15. Haftalık BZ Süresine Göre Kruskal Wallis Testi Anlamlı Fark Sonuçları

Değişkenler ve Alt Boyutlar		n	Ortalama Derece	x^2	Serbestlik Derecesi	p	Farkın Kaynağı ve Etki Büyüklüğü
Birey Psikolojisi	*1-5 Saat*	114	80,14	140,48	3	0,00*	16 Saat ve Üz. / 6-10 Saat r = 0,110
	6-10 Saat	109	214,43				
	11-15 Saat	52	164,42				
	16 Saat ve üzeri	30	186,87				
Bilgi Eksikliği	*1-5 Saat*	114	107,32	62,22	3	0,00*	16 Saat ve Üz. / 6-10 Saat r = 0,102
	6-10 Saat	109	199,40				
	11-15 Saat	52	151,50				
	16 Saat ve üzeri	30	160,60				
Tesis Eksikliği	*1-5 Saat*	114	122,77	37,21	3	0,00*	16 Saat ve Üz. / 6-10 Saat r = 0,185
	6-10 Saat	109	186,91				
	11-15 Saat	52	131,26				
	16 Saat ve üzeri	30	182,37				
Arkadaş [illegible]	*1-5 Saat*	114	119,24	36,41	3	0,00*	16 Saat ve Üz. / 6-10 Saat r = 0,192
	6-10 Saat	109	184,90				
	11-15 Saat	52	142,35				
	16 Saat ve üzeri	30	183,85				
Zaman Eksikliği	*1-5 Saat*	114	122,07	25,30	3	0,00*	16 Saat ve Üz. / 6-10 Saat r = 0,144
	6-10 Saat	109	179,96				
	11-15 Saat	52	160,35				
	16 Saat ve üzeri	30	159,85				
İlgi Eksikliği	*1-5 Saat*	114	130,15	16,48	3	0,01*	16 Saat ve Üz. / 6-10 Saat r = 0,148
	6-10 Saat	109	173,61				
	11-15 Saat	52	146,59				
	16 Saat ve üzeri	30	176,07				
Tüm Ölçek	*1-5 Saat*	114	101,75	73,64	3	0,00*	16 Saat ve Üz. / 6-10 Saat r = 0,122
	6-10 Saat	109	201,17				
	11-15 Saat	52	149,73				
	16 Saat ve üzeri	30	178,38				

*: $p<0,05$

Öğrencilerin haftalık boş zamanları ile ölçeğin birey psikolojisi ($x^2_{(3)}=140,48$), bilgi eksikliği ($x^2_{(3)}=62,22$), tesis eksikliği ($x^2_{(3)}=37,21$), arkadaş

eksikliği ($x^2_{(3)}$=36,41), zaman eksikliği ($x^2_{(3)}$=25,30) ilgi eksikliği ($x^2_{(3)}$=16,48) ve tüm maddeler ($x^2_{(3)}$=73,64) alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<0.05$).

Alt boyutların hangi grupları arasında farklılık olduğunu tespit edebilmek amacıyla anlamlı farklılık olan tüm alt boyutlarda ayrı ayrı Mann Whitney-U Testi kullanılmıştır. Her bir alt boyutta toplam altı adet Mann Whitney-U Testinin işletilmesi ve hata miktarının azaltılması için Bonferroni düzeltmesi [$\alpha=(0.05/6)=0,008$] uygulanmıştır. Dolayısıyla, her alt boyut için gruplar arasındaki anlamlılık seviyesi $\alpha=0,008$ olarak alınmıştır. Buna göre ölçeğin anlamlı farklılaştığı alt boyutların tümünde; farklılaşmanın haftalık boş zaman süresi 16 saat ve üzerinde olan öğrenciler ile 6-10 saat arasında boş zamana sahip öğrencilerden kaynaklı olduğu tespit edilmiştir.

Haftalık boş zaman süresinin farklılaşan gruplarında; birey psikolojisi r=0,110, bilgi eksikliği r=0,102, tesis eksikliği r=0,185, arkadaş eksikliği r=0,192, zaman eksikliği r=0,144, ilgi eksikliği r=0,148 ve tüm ölçek r=0,122 düşük düzeyde etki görülmektedir.

Boş zamanı 16 saat ve üzerinde olan öğrenciler ile 6-10 saat olan öğrenciler arasında; birey psikolojisi, bilgi eksikliği, tesis eksikliği, arkadaş eksikliği, zaman eksikliği, ilgi eksikliği ve tüm ölçeğe verilen cevaplar üzerinde düşük düzeyde anlamlı etki vardır.

TARTIŞMA ve SONUÇ

Bu bölümde, 2021-2022 eğitim öğretim yılında Edirne İl Merkezinde öğrenim görmekte olan 1150 özel ilköğretim ikinci kademe (ortaokul) 305 ortaokul öğrencinin rekreatif faaliyetler hakkında ki görüşleri ve engel durumlarını anlayabilmek amacıyla boş zaman engelleri ölçeği uygulanmıştır; boş zaman engelleri ölçeğinin duyuşsal, davranışsal ve bilişsel alt boyutlarının cinsiyet, sınıf , aile geliri, ders başarısı, haftalık boş zaman süresi, boş zaman değerlendirme güçlüğü ve boş zaman kullanımı değişkenlerine göre, verilen cevaplar üzerinden incelenmiştir.

"Cinsiyet" değişkeninin Mann Whitney-U sonuçlarına göre ölçeğin tüm boyutlarında ,"Aile geliri" değişkenine uygulanan Kruskal Wallis analizi sonuçlarına göre ölçeğin tüm boyutlarında ve "Boş zaman tercihi" değişkenine uygulanan Kruskal Wallis analizi sonuçlarına göre ölçeğin tüm boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. ($p>0,05$).

"Sınıf Seviyesi" değişkenine uygulanan Kruskal Wallis analizi testi sonuçlarına göre ölçeğin Birey psikolojisi, bilgi eksikliği, arkadaş eksikliği, zaman eksikliği ve tüm ölçek alt boyutlarında ve "Ders Başarısı" değişkenine uygulanan Kruskal Wallis analizi testi sonuçlarına göre ölçeğin tüm alt boyutlarında , "Haftalık Boş Zaman Süresi" değişkenine uygulanan Kruskal Wallis analizi testi sonuçlarına göre ölçeğin tüm alt boyutlarında ve "Boş Zaman Değerlendirme Güçlüğü" değişkenine uygulanan Kruskal Wallis analizi testi sonuçlarına göre ölçeğin tesis eksikliği ve arkadaş eksikliği alt boyutlarında anlamlı farklılaşma tespit edilmiştir ($p<0,05$).

Araştırma sonucunda, ortaokul öğrencilerinin haftada sahip oldukları boş zaman sürelerine bakıldığında, öğrencilerin 114 kişi ve en yüksek kişi sayısının haftada sadece 1 ile 5 saat arasında boş zamanı olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin çoğunluğunun hiçbir zaman (160 kişi) boş zamanı değerlendirirken güçlük

çekmediği tespit edilmiştir. Bu durum, öğrencilerin en fazla haftada 5 saatlerini rahatlıkla rekreasyon aktivitelerine ayırabileceklerini bu sayede sağlıklı olabileceklerini gösteriyor.

Boş zaman değerlendirme şekli olarak en büyük çoğunluğunun Telefon, Tablet, Bilgisayar ve Televizyon seçeneğini seçmesi üzerine , ortaokul öğrencilerinin ekran sürelerini azaltmak için aileleri ve okulları tarafından ilgi çekici ve sağlıklı fiziksel aktivitelerin planlanması gerekmektedir. Bu durumunda öğrencilerin sağlıklı ve hareketli rekreatif etkinliklere katılımlarının artacağı söylenebilir. Ayrıca bu sonuç,ölçeğin %27,21(262) kişinin 8. sınıf öğrencilerine uygulandığı düşünüldüğünde sınav grubu öğrencilerin oluşturduğu akademik kaygılarından kaynaklanan ders çalışma zorunluluğunun da boş zamanlarını ev içi etkinlikleri grubu olan Telefon, Tablet, Bilgisayar ve Televizyon ile geçirmek zorunda kaldıkları şeklinde ifade edilebilir.

Ortaokul öğrencilerinin rekreatif etkinliklere yönelik eğilimlerini incelediği çalışmasında, rekreatif etkinliklere yönelik eğilimlerini incelediği çalışmasında, ortaokul öğrencilerin okullarındaki rekreasyonel alanları yetersiz bulduklarını, tesislerin kalabalık olması ve tesis donanımlarını yetersiz buldukları bu yüzden boş zamanlarının çoğunluğunu ekran karşısında kendi yarattıkları aktivitelerde geçirdikleri tespit etmiştir.

2019 yılında Çavdar' Lise Öğrencilerinin Rekreasyonel Faaliyetlere Eğilimleri Ve Rekreasyonel Faaliyetlere Katılımlarına Engel Olan Faktörler adlı yapmış olduğu çalışmada, tesis yetersizliği üzerinde bizim çalışmamıza benzer tespitlerde bulunmuştur. Paktaş (2001)

2019 yılında Çavdar yine aynı çalışmasında Lise öğrencilerinin haftada sahip oldukları boş zaman süreleri haftalık rekreasyonel alanları bizim ile aynı zaman aralığında kullandığı aynı sonuca varmışız bu durumda ortaokul veya lise kademe fark etmeksizin ellerinde olan, onlara kalan boş zamanların yani sahip oldukları

zamanların benzerlikler gösterdiğini söyleyebiliriz. Damianidis vd., (2007) ortaokul ve lise öğrencilerinin rekreasyonel faaliyetlere katılımını inceledikleri araştırmalarında, ortaokul ve lise rekreasyonel faaliyetlere katılımını etkileyen faktörlerin başında bilgi eksikliğinin geldiğini belirlemişlerdir.

Ortaokul öğrencilerinin rekreatif etkinliklere katılmalarına engel olan unsurları inceledikleri çalışmalarında, aktivitelerin yorgunluk vermesi, kendini yorgun hissetme ve sakatlanmaktan korkmak gibi etkenler bireyin psikolojik alt boyut engelleri kapsamında öğrencinin aktivite katılımlarına engellerini teşkil eden boyutlardır. Tolukan (2010) üniversite öğrencilerinin rekreasyonel faaliyetlere katılımını incelediği çalışmasında, öğrencilerin boş zamanlarını değerlendirme açısından birey psikolojisi alt boyutunda sorunlar yaşadıklarını belirlemiştir.

Bilgi eksikliği alt boyutlarına bakıldığında öğrencilerin çoğunluğu aktiviteleri nereden öğreneceklerini bilmediğini gösterir. Bu durumda aile ve öğretmenlerin yapılacak aktiviteleri planlama süreçlerinde, duyuru kısmında eksik ilerlediklerini gösterir. Planlama her ne kadar iyi olursa olsun öğrenci zamanında etkinlikten haberdar olamıyorsa yeterli katılım sağlanamayacağı gibi ilgili kademe öğrencisine de verim sağlayamayacaktır.

Arkadaş eksikliği alt boyutuna bakıldığında öğrencilerin çoğunun arkadaşlarının bu tür etkinliklere katılmaktan hoşlanmaması ve beraber katılacak kimsenin olmaması boyutları anketin yüksek yüzdesini oluşturmaktadır. Eğer etkinlikler tüm düzeylerde eşit katılım göstermek için çeşitlendirilirse toplu katılım sayısı artacaktır. Çağa ayak uydurmak için teknolojik gelişmeleri takip etmek ve bu yaş kategorisinde öğrencilerin katılacağı etkinlikleri derinlemesine araştırıp yaratıcı etkinlikler oluşturmak onlarında katılım yüzdelerini olumlu olarak artıracaktır.

Zaman eksikliği alt boyutuna bakıldığında öğrencilerin çoğunun program zamanlarının uygun olmaması değişkeni öğrencinin katılma eksikliğini açıklamamaktadır. Günümüzde öğrencilerin akademik olarak çok fazla destekleniyor

olması boş zamanlarını da ders çalışıyor olmakla geçirmeleri onların zamanlarını aktiviteler için verimli olarak geçirmelerini zorlaştırıyor. Burada çözüm öğrencinin dersi derste verimli bir şekilde dinleyip eve geldiğinde kendine boş zaman yaratması ile sağlanabilir.

İlgi eksikliği alt boyutuna bakıldığında öğrencilerin çoğunun geçmişte bu tür etkinlikleri sevmediği için bir daha katılım göstermeyeceklerini gösteriyor. Aileler ve okul yönetimleri yapılan etkinliklerde ilk katılımlarda yüksek verim alınmadığı takdirde bir daha aynı etkinliği düzenlemek yerine çeşitliliğe gittiklerinde veya etkinliği çağımıza uygun geliştirmek için planlamalar yapmaları doğrultusunda öğrencilerin ilgilerini çekecek ve aktivitelere katılımlarını artıracaktır.

Araştırmamın bulguları ile örtüşen çalışmalar ise, Demirel ve Harmandar (2009), üniversite öğrencilerinin boş zaman engelleri açısından cinsiyete göre anlamlı bir fark olmadığını bulmuşlardır.

Sonuç olarak ortaokul öğrencilerinin genel olarak okulların rekreasyon aktivite alanlarını yetersiz bulmaları ve alanların kalabalık olması yüzünden katılım gösterememeleri ancak tesislerin yeterli olmaları durumu söz konusu olduğunda da program zamanlarının uygun olmaması yüzünden katılımın eksik olacağını söylemek doğru olacaktır.

Aktivitelerin çeşitliliği ve yoğunluğu öğrenci katılımı ile eş ilerlemektedir. Aktiviteler yaş gruplarına uygun olarak planlanmalı ve uygulanmalıdır. Ortaokul öğrencileri için planlanan çoğu aktivite kemik ve kas yapısı gelişimini destekleyen ve faydalı olan etkinlikleri içermektedir. Bu da akademik başarıyı da kovalayan öğrenci grupları için yorucu olmaktadır. Ortaokul öğrencilerinin rekreasyonel faaliyetlere katılımına engel olan en temel neden olarak aktivitelerin yorgunluk hissi vermesi tespit edilmiştir.

KAYNAKÇA

Ardahan, F. (2016). Ciddi boş zaman faaliyeti olarak gönüllülük: AKUT örneği. Mediterranean Journal of Humanities, 6(1), 47-61.

Ata, B. (2013). Zihin, Ahlak ve Beden Eğitimi. Herbert Spencer (1949). Education: intellectuel, moral andphysical. PegemYayıncılık.,Ankara.

Ata, B. (2013). Zihin, Ahlak ve Beden Eğitimi. Ankara: Pegem.

Açıkada, C., & Ergen, E. (1990). Bilim ve spor.

Albright, J. J., & Park, H. M. (2009). Confirmatory factor analysis using amos, LISREL, Mplus, SAS/STAT CALIS.

Çavdar, Ç. (2019). Lise öğrencilerinin rekreasyonel gidişe gidişleri ve rekreasyonel gidişlerine engel olan faktörler (Doktora tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi (Türkiye)).

Çapık, C. (2014). Geçerlik ve güvenirlik çalışmalarında doğrulayıcı faktör analizinin kullanımı. Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi, 17(3), 196-205.

Demirel, M., & Harmandar, D. (2009). Üniversite öğrencilerinin rekreasyonel etkinliklere katılımlarında engel oluşturabilecek faktörlerin belirlenmesi. Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi, 6(1), 838-846.

Kuyulu, İ. Lise Öğrencilerinin Rekreatif Faaliyetlere Katılım Motivasyonları ve Engelleri ile Mental İyi Oluşları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi, 5(Özel Sayı 2), 1111-1124.

Erkan, N.(2000). Yaşam Boyu Spor.s. 11-13,Bağırgan Yayınevi, Ankara.

George, D., & Mallery, P. (2010). SPSS for Windows step by step. A simple study guide and reference (10. Baskı). GEN, Boston, MA: Pearson Education, Inc, 10.

Hacıoğlu N, Gökdeniz A, Dinç Y. Boş Zaman ve Rekreasyon Yönetimi, 2. Baskı. Ankara, Detay Yayıncılık, 2009

Hox, JJ ve Bechger, TM (1995). Çoklu özellik-çoklu yöntem matrisine farklı yaklaşımların karşılaştırılması ve birleştirilmesi.

Karaküçük, S.(1999). Rekreasyon. 3. Basım, s.56-59,305-312,317-346,363-389, Bağırgan Yayınevi, Ankara.

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

Karaküçük S. Rekreasyon Boş Zamanları Değerlendirme, 6. Baskı. Ankara, Gazi Kitabevi, 2008.

Karasar, N. (1998). Bilimsel araştırma yöntemi. S75-109. Nobel yayınevi

Kılbaş,Ş. "Rekreasyon, Boş Zamanları Değerlendirme, Ankara: Gazi Kitabevi.(2010)

Taştan, N., & Yorulmaz, H. (2020). Rekreasyon Paradigması, Gazi kitabevi, 1.

Okumuş, S., & Yetkili, K. (2020). Ortaokul öğrencilerinin sorgulama becerilerinin değerlendirilmesi. Bayburt Eğitim Fakültesi Dergisi, 15(30), 508-527.

Paktaş, Y. (2001). Rekreasyonel merkezler ve bu merkezlerden üniversite öğrencilerinin yararlanma durumu (Tokat Örneği). Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Rosenthal, R. (1991). Etki büyüklükleri: Pearson korelasyonu, BESD aracılığıyla gösterimi ve alternatif indeksler.

Scoot, M. (1995). Zaman Yönetimi. (A. Çelik, Çev.).(2. Baskı). İstanbul: Rota.

Sevil, Tuba, "Boş Zaman ve Rekreasyon Yönetimi", Anadolu Üniversitesi Açık öğretim Fakültesi Yayını, Eskişehir, 2012, s. 215.

Üngür, E. (2011). Mekân kavramının disiplinler arası tarihsel değişimi üzerinden mimarlık & mekân ilişkileri (Doctoral dissertation, Fen Bilimleri Enstitüsü).

Tütüncü, Ö., & Aydın, İ. (2014). Toplum ve açık hava rekreasyon faaliyetleri: ABD örneği. Anatolia: Turizm Araştırmaları Dergisi, 25(1), 118-120.

Tolukan, E. (2010). Özel yetenekle ilgili bölümlerde okuyan üniversite öğrencilerinin rekreasyonel aktivitelere katılımlarına engel olabilecek unsurların belirlenmesi (Master's thesis, Sosyal Bilimler Enstitüsü).

Yazıcıoğlu Y., & Erdoğan, S. (2004). SPSS uygulamalı bilimsel araştırma yöntemleri. Detay Yayıncılık, Ankara, (s 53).

Yurcu, G. (2016). Rekreasyon Faaliyetlerine Katılan Bireylerin Kişilik Özelliklerinin Ekopsiloji Algılarına Etkisi. Journal of Recreation and Tourism Research, 3(2), 23-35.

Zorba, E. (2002), Türkiye'de Rekreasyona Bakış, Gelişimi ve Beklentiler, 7. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi Panel Kitabı, Türkiye-Antalya 27-29 Ekim 2002, sayfa,185-194

Zorba, E.(2008) " Yaşam Kalitesi ve Fiziksel Aktivite"10Th. İnternational Sports Sciences Congress, 23-25 October, ss: 94-98.

EKLER

Ek 1. Boş Zaman Tutum Ölçeği

DEMOGRAFİK BİLGİLER **Cinsiyetiniz**: Kadın () Erkek () **Bölümünüz**: Öğretmenlik() Antrenörlük() Spor Yöneticiliği() Rekreasyon() **Çalışma Durumunuz**: Tam Zamanlı() Yarım Zamanlı() Çalışmıyor() **Ailenizin Gelir Durumu**: 2000 TL aşağısı() 2000-4000 TL() 4000 TL üstü	(5) TAMAMEN KATILIYORUM	(4) KATILIYORUM	(3) KARARSIZIM	(2) KATILMIYORUM	(1) Hİç KATILMIYORUM
DUYUŞSAL					
1. Boş zaman aktiviteleri ile meşgul olduğumda zaman çok çabuk geçiyor	5	4	3	2	1
2. Boş zaman aktiviteleri ile meşgul olmaktan hoşlanıyorum	5	4	3	2	1
3. Boş zaman aktivitelerim bana zevkli deneyimler sağlar	5	4	3	2	1
4. Boş zaman aktivitelerim bana keyif veriyor	5	4	3	2	1
5. Boş zaman aktivitelerime değer veririm	5	4	3	2	1
6. Boş zamanın benim için iyi olduğunu hissediyorum	5	4	3	2	1
7. Boş zaman aktivitelerimden hoşlanıyorum	5	4	3	2	1
8. Boş zaman aktivitelerim canlandırıcıdır	5	4	3	2	1
9. Boş zaman aktiviteleri ile sık sık meşgul olmanın uygun olduğunu düşünüyorum	5	4	3	2	1
10. Boş zamanım boyunca kendim olabiliyorum	5	4	3	2	1
11. Boş zaman aktiviteleri dikkatimin tamamını alıyor	5	4	3	2	1
12. Boş zaman aktiviteleri için harcadığım zamanın boşa geçmediğini hissediyorum	5	4	3	2	1
BİLİŞSEL					
13. Boş zaman aktiviteleri bireyler ve toplum için faydalıdır	5	4	3	2	1
14. Boş zaman aktiviteleri ile meşgul olmak zamanı akıllıca kullanmaktır	5	4	3	2	1
15. Boş zaman aktiviteleri sağlığa katkı sağlar	5	4	3	2	1
16. İnsanlar çoğunlukla arkadaşlık ilişkilerini boş zamanlarında geliştirirler	5	4	3	2	1
17. Boş zaman aktiviteleri mutluluğu artırır	5	4	3	2	1
18. Boş zaman aktiviteleri önemlidir	5	4	3	2	1
19. Boş zaman aktiviteleri enerjiyi yenilemeye yardımcı olur	5	4	3	2	1
20. Boş zaman aktiviteleri kişisel gelişim için bir araç olabilir	5	4	3	2	1
21. Boş zaman aktiviteleri bireylerin rahatlamasına yardımcı olur	5	4	3	2	1
22. İnsanlar boş zaman aktivitelerine ihtiyaç duyar	5	4	3	2	1
23. Boş zaman çalışma verimini artırır	5	4	3	2	1
24. Boş zaman aktiviteleri sosyal ilişkiler için iyi bir fırsattır	5	4	3	2	1
DAVRANIŞSAL					
25. Meşgulken bile boş zaman aktivitelerine katılırım	5	4	3	2	1
26. Diğer aktiviteler arasında boş zamanıma yüksek öncelik tanırım	5	4	3	2	1
27. Boş zaman aktivitelerine yönelik eğitim ve ön hazırlık için zaman harcayabilirim	5	4	3	2	1
28. Zamanım ve param yetse daha yeni boş zaman aktivitelerine katılırım	5	4	3	2	1
29. Boş zaman aktivitelerini daha iyi yapabilmek için bir seminer ya da kursa katılabilirim	5	4	3	2	1
30. Gelir durumum müsaade ettiği ölçüde boş zaman aktivitelerimde kullanmak üzere araç-gereç satın alırım	5	4	3	2	1
31. Seçme şansım olsa boş zaman ihtiyaçlarını karşılayan bir şehir ya da çevrede yaşarım	5	4	3	2	1
32. Plansız bile olsa bazı boş zaman aktivitelerine katılırım	5	4	3	2	1
33. Boş zaman aktivitelerimde daha yeterli olabilmek için önemli derecede zaman ve efor harcarım	5	4	3	2	1
34. Boş zaman aktiviteleri ile meşgul olmak için boş zamanımın artması gerektiğini düşünüyorum	5	4	3	2	1
35. İmkânım olsa boş zaman aktiviteleri için harcadığım zaman miktarını artırırım	5	4	3	2	1
36. Boş zaman aktivitelerine sık sık katılırım	5	4	3	2	1

Ek 2. Etik Kurul Onayı

Evrak Tarih Sayısı: 30.12.2022-380588

T.C.
TRAKYA ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL VE BEŞERİ BİLİMLER ARAŞTIRMALARI ETİK KURULU

Oturum Sayısı: 2022/11
KARAR NO: 2022.11.15 **Karar Tarihi: 28.12.2022**

Akademik Danışmanlığını Üniversitemiz Kırkpınar Spor Bilimleri Fakültesi Öğretim Üyesi Dr.Öğr.Üyesi Cüneyt TAŞKIN'ın yaptığı, Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Rekreasyon Yönetimi Anabilim Dalı Yüksek Lisans Programı öğrencisi Nazlıcan TAŞTAN tarafından, Trakya Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu'nda değerlendirilmek üzere gönderilen "Milli Eğitime Bağlı Özel Ortaokul Öğrencilerinin Rekreatif Faaliyetler Hakkındaki Görüşlerinin İncelenmesi: Edirne İli Örneği" başlıklı araştırma dosyası incelenmiştir. Araştırmanın; gerçekleştirilmesinde etik bilimsel standartlar açısından sakınca bulunmadığına mevcudun oy birliği / ~~oy çokluğu~~ ile karar verilmiştir.

Prof. Dr. Ayhan GENÇLER
Başkan
Araştırma ile ilişkisi ☐var ☒yok
antı Katılım ☒Evet ☐hayır

Prof. Dr. Daniş BAYKAN
Üye
Edebiyat Fakültesi
Araştırma ile ilişkisi ☐var ☒yok
Toplantı Katılım ☒Evet ☐hayır

Prof.Dr. Ahmet Hamdi ZAFER
Üye
Devlet Konservatuvarı
Araştırma ile ilişkisi ☐var ☐yok
Toplantı Katılım ☐Evet ☒hayır

Prof.Dr. Melihat TÜZÜN
Üye
Güzel Sanatlar Fakültesi
Araştırma ile ilişkisi ☐var ☐yok
Toplantı Katılım ☐Evet ☒hayır

Prof.Dr. Yeşim FAZLIOĞLU
Üye
Eğitim Fakültesi
Araştırma ile ilişkisi ☐var ☐yok
Toplantı Katılım ☐Evet ☒hayır

Prof.Dr. Hacı Ali GÜLEÇ
Üye
Proje Koordinasyon Uyg.ve Arş.Merk.
Araştırma ile ilişkisi ☐var ☐yok
Toplantı Katılım ☐Evet ☒hayır

Doç.Dr. Gökhan ILGAZ
Üye
Roman Dili ve Kültürü Arş.Enst
Araştırma ile ilişkisi ☐var ☒yok
Toplantı Katılım ☒Evet ☐hayır

Evrak Tarih Sayısı: 30.12.2022-380588

Doç.Dr. Esma MIHLAYANLAR
Üye
Mimarlık Fakültesi
Araştırma ile ilişkisi ☐var ☒yok
Toplantı Katılım ☒evet ☐hayır

Doç.Dr. Ahmet Emre DAĞTAŞOĞLU
Üye
İlahiyat Fakültesi
Araştırma ile ilişkisi ☐var ☒yok
Toplantı Katılım ☒evet ☐hayır

Doç.Dr. Mehmet Kenan TERZIOGLU
Üye
Kariyer Uygulama ve Araştırma Merkezi
Araştırma ile ilişkisi ☐var ☒yok
Toplantı Katılım ☒evet ☐hayır

Doç.Dr. Ayşegül KILIÇ
Üye
Balkan Araştırma Enstitüsü
Araştırma ile ilişkisi ☐var ☒yok
Toplantı Katılım ☒evet ☐hayır

Dr.Öğr.Üyesi Levent DOĞAN
Üye
Sosyal Bilimler Enstitüsü
Araştırma ile ilişkisi ☐var ☒yok
Toplantı Katılım ☒evet ☐hayır