

T.C.
KOCAELİ ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN BOŞ ZAMAN
DEĞERLENDİRME ALIŞKANLIKLARI VE ZAMAN YÖNETİM BECERİLERİNİN
İNCELENMESİ

Ozan YILMAZ

Kocaeli Üniversitesi
Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yönetmeliğinin
Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı için Öngördüğü
BİLİM UZMANLIĞI TEZİ
Olarak Hazırlanmıştır

KOCAELİ

2018

T.C.
KOCAELİ ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

**SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN BOŞ ZAMAN
DEĞERLENDİRME ALIŞKANLIKLARI VE ZAMAN YÖNETİM BECERİLERİNİN
İNCELENMESİ**

Ozan YILMAZ

Kocaeli Üniversitesi
Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yönetmeliğinin
Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı için Öngördüğü
BİLİM UZMANLIĞI TEZİ
Olarak Hazırlanmıştır

Danışmanı: Doç. Dr. Kürşad SERTBAŞ

KÜ GOKAEK 2017/76

KOCAELİ

2018

T.C.
KOCAELİ ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

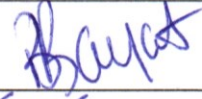
Tez Adı: Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Boş Zaman Değerlendirme Alışkanlıkları ve Zaman Yönetim Becerilerinin İncelenmesi

Tez yazarı: Ozan YILMAZ

Tez savunma tarihi: 03 / 07 / 2018

Tez Danışmanı: Doç. Dr. Kürşad SERTBAŞ

İş bu çalışma, Jürimiz tarafından Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalında YÜKSEKLİSANS TEZİ olarak kabul edilmiştir.

SINAV KURULU ÜYELERİ		İMZA
ÜNVAN	ADI SOYADI	
BAŞKAN	Doç. Dr. Betül BAYAZIT	
ÜYE(DANIŞMAN)	Doç. Dr. Kürşad SERTBAŞ	
ÜYE	Dr. Öğretim Üyesi Arda ÖZTÜRK	

Onay

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

... / ... / 2018

Prof. Dr. Sema Aşkın KEÇELİ

KOÜ Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürü

TEZİN AŞIRMA OLMADIĞI BİLDİRİSİ

Tezimde başka kaynaklardan yararlanılarak kullanılan yazı, bilgi, çizim, çizelge ve diğer malzemeler kaynakları gösterilerek verilmiştir. Tezimin herhangi bir yayından kısmen ya da tamamen aşırma olmadığını ve bir İntihal Programı kullanılarak test edildiğini beyan ederim.



03/07/2018

Ozan YILMAZ

TEŞEKKÜR

Yüksek lisans eğitim hayatım ve bu çalışma süresince tüm bilgilerini benimle paylaşmaktan kaçınmayan, her türlü konuda desteğini benden esirgemeyen tez danışmanım Doç. Dr. Kürşad SERTBAŞ hocama,

Desteğini hiçbir zaman esirgemeyen, aynı zamanda bilgisini ve tecrübelerini benimle paylaşan Öğretim Görevlisi Dr. Ahmet GÖNENER hocama,

Desteğe ihtiyaç duyduğum her anımda yanımda olan Doç. Dr. Betül BAYAZIT ve Dr. Öğretim Üyesi Arda ÖZTÜRK hocalarıma,

Çalışmamın uygulama kısmında bana yardımcı olan ve kolaylık sağlayan Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi akademik personeline,

Eğitimim süresince zaman ayırarak, fikir anlamında düşüncelerime zenginlik katan ve desteğini esirgemeyen Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi hocalarıma, başta arkadaşlarım Arş. Gör. Utku GÖNENER, Ömer Faruk GENÇTÜRK, Mustafa GÜLER, Mehmet Onur VURMAZ, Ersin KANTAR, Sefer Ömür GENÇTÜRK, Alican MART olmak üzere tüm dostlarıma,

Her zaman yanımda olan desteklerini hiçbir zaman esirgemeyen aileme sonsuz teşekkür ederim.

Ozan YILMAZ

ÖZET

Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Boş Zaman Değerlendirme Alışkanlıkları ve Zaman Yönetim Becerilerinin İncelenmesi

Amaç: Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi(SBF) öğrencilerinin boş zaman alışkanlıklarını nasıl değerlendirdikleri ve zaman yönetimi becerilerinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Araştırma grubunu, 2016 – 2017 Eğitim – Öğretim yılı içinde Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nde eğitimine devam eden 865 gönüllü öğrenci oluşturmuştur. Veri toplama aracı olarak, kişisel bilgi formu, boş zaman değerlendirme anketi ve zaman yönetimi envanteri kullanılmıştır. Verilerin çözümlenmesi SPSS 21.0 paket programında yapılmıştır. Çapraz tablolama (cross-tabulation), ki-kare yöntemi, Mann Whitney U Test ve Kruskal Wallis Test kullanılmıştır.

Bulgular: SBF öğrencilerinin katıldıkları etkinlik türleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulundu ($p<0.05$). SBF öğrencilerinin boş zamanı daha çok nerede değerlendirdikleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulundu ($p<0.05$). SBF öğrencilerinin ZYE puanları cinsiyet değişkenine göre, “Zaman planlaması”, “Zaman tutumları” alt boyutları ve “Genel zaman yönetimi” ilişkin görüşlerinde istatistiksel anlamlı bir farklılık bulundu ($p<0.05$). Bölüm değişkenine göre, “Zaman tutumları” ve “Zaman harcattırıcıları” alt boyutlarına ilişkin görüşlerinde istatistiksel anlamlı bir farklılık bulundu ($p<0.05$). Sınıf değişkenine göre, “Zaman planlaması” alt boyutu ve “Genel zaman yönetimi” ilişkin görüşlerinde istatistiksel anlamlı bir farklılık bulundu ($p<0.05$).

Sonuç: SBF öğrencilerinin boş zamanlarında “sporif etkinliklere” katılımı daha çok tercih ettikleri, boş zaman değerlendirmede “güçlük” çektikleri, boş zamanlarını “kampüs dışında” değerlendirdikleri, üniversite ve ilin rekreasyon alanlarının “yeterli olmadığı”, SBF öğrencilerin boş zamanlarında en çok tercih ettikleri etkinlik çeşidi “müzik dinlemek” olduğu, etkinliklere “arkadaşlarıyla” katıldıkları, etkinliklerin tercih edilme nedeninin “en iyi yapabildiğim” ve “yeteneklerime uygun olması” olduğu, etkinliklere en çok katıldıkları yerin “spor tesisi” olduğu, etkinliklere “arkadaşlarının” yönlendirmesiyle katıldığı, etkinliklerin bıraktığı etkisinin “mutlu edici” bulunduğu, etkinliklere katılmama nedeni “ilgili kurumun bana hitap eden programları olmadığı” ve “ekonomik yetersizlik” olduğu tespit edilmiştir. SBF öğrencilerinin genel zaman yönetim becerileri puanlarının orta düzeyde olduğunu, cinsiyet ve sınıf değişkeni açısından farklılık gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Üniversite öğrencisi, spor bilimleri, boş zaman değerlendirme, zaman yönetimi,

ABSTRACT

Investigation of Leisure Habits and Time Management Skills of Faculty of Sports Sciences' Students

Objective: The aim of this study is to examine the leisure time habits and the time management skills of the students of Kocaeli University Sports Sciences Faculty.

Method: The research group consist of 865 volunteer students who continued their education in Kocaeli University Faculty of Sports Science during 2016 – 2017 academic year. As a data collection tool, personal information form, leisure habits questionnaire and time management inventory were used in the research. Mann Whitney U test, Kruskal Wallis Test, Ch- Square and crosstabs are used to analyze the data.

Result: Statistically significant differences was found among the types of activities attended by the students participated in the study ($p < 0.05$). Statistically significant differences were found between periodicity of visited places to spend perceived leisure time ($p < 0.05$). A statistically significant difference was found in terms of "Time planning", "Time attitudes" sub-dimensions and "General time management" according to the gender variables of the TMI scores of the students ($p < 0.05$). There was a statistically significant difference in the opinions about the subscales of "Time attitudes" and "Time wasters" according to the variables of the department ($p < 0.05$). According to the variable of the class, a statistically significant difference was found in the "Time planning" , "General time management" sub-dimension ($p < 0.05$).

Conclusion: The students of the Faculty of Sport Sciences prefer to participate in sports activities more in their spare time, they have difficulty in evaluating leisure time, they evaluate their leisure time mostly outside campus, university and provincial recreation areas are not enough, most of the students prefers to listen to music during leisure time, they participate in activities with their friends, the reasons of the preferred activity are to be able to do the best and suits abilities, the impact of the activities are happiness. the reason for not participating in the events is that the relevant institution does not have programs addressing me and it is determined that there is an economic inability. FSS students' general time management skills was found to be medium level, have come to the result that they differ in gender and classroom change.

Keywords: University student, sports science, leisure time, time management

İÇİNDEKİLER

ONAY.....	ii
TEZİN AŞIRMA OLMADIĞI BİLDİRİSİ.....	iii
TEŞEKKÜR.....	iv
ÖZET.....	v
ABSTRACT.....	v
İÇİNDEKİLER.....	vi
SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ.....	ix
ÇİZİMLER DİZİNİ.....	x
ÇİZELGELER DİZİNİ.....	xi
1.GİRİŞ.....	1
1.1. Zaman Kavramı ve Önemi.....	2
1.2. Boş Zaman ve Serbest Zaman Kavramı.....	4
1.2.1. Boş Zamanın Temel Fonksiyonları.....	5
1.2.1.1. Dinlenme Fonksiyonu.....	6
1.2.1.2. Eğlenme Fonksiyonu.....	6
1.2.1.3. Gelişim Fonksiyonu.....	6
1.2.3. Rekreasyon (Boş Zaman Değerlendirme).....	7
1.2.3.1. Rekreasyonun Özellikleri.....	9
1.2.3.1. Rekreasyonun Fonksiyonları.....	10
1.2.3.2. Rekreasyonun Sınıflandırılması.....	11
1.2.3.3. Rekreasyonun Etkinlik Alanları.....	15
1.3. Zaman Yönetimi.....	16
1.3.1. Zaman Yönetimi Yaklaşımları.....	18
1.3.1.1. Düzenli Yaşam (Kendini Toparla) Yaklaşımı:.....	18
1.3.1.2. Savaşçı (Hayatta Kalma ve Bağımsız Üretim) Yaklaşımı:.....	18
1.3.1.3. ABC (Önceliklerin Sıralanması ve Değerlerin Belirlenmesi) Yaklaşımı:.....	19
1.3.1.4. Beceri (Zaman Yönetimi 101 Yaklaşımı) Yaklaşımı:.....	19

1.3.1.5. Hedef Belirleme (Başarı) Yaklaşımı:	19
1.3.1.5. İyileştirme Yaklaşımı:	20
1.3.1.6. Kendini Akıntıya Bırak Yaklaşımı:	20
1.3.1.7. Sihirli Araç Yaklaşımı:	20
2. AMAÇ	21
3. YÖNTEM	21
3.1. Araştırmanın Tipi	21
3.2. Araştırma Grubu	21
3.3. Etik Kurul Onayı	22
3.4. Veri Toplama Aracı	22
3.5. Verilerin Toplanması	23
3.6. Verilerin çözümlemesi	23
4. BULGULAR	24
5. TARTIŞMA	57
6. SONUÇ VE ÖNERİLER	72
6.1. Sonuçlar	72
6.2. Öneriler	74
KAYNAKLAR	75
ÖZGEÇMİŞ	84
EKLER	90
Ek 1: Veri toplama aracı örneği	90
Ek 2: Normallik testi sonucu	95
Ek 3: Etik Kurul Onayı	96
Ek 4: Fakülte Araştırma İzni	98
Ek 5: Tez Denetleme Listesi	99

SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ

N: Katılımcı Sayısı

\bar{X} : Ortalama

SS: Standart Sapma

SD: Standart Hata

MİN: Minumum

MAX: Maksimum

ZYE: Zaman Yönetim Envanteri

SBF: Spor Bilimleri Fakültesi (FSS: Faculty Sports Sciences)

BESÖ: Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği

REK: Rekreasyon

AEP: Antrenörlük Eğitimi

SYP: Spor Yöneticiliği

SKSD: Sağlık, Kültür ve Spor Daire

ÇİZİMLER DİZİNİ



ÇİZELGELER DİZİNİ

Çizelge 4. 1. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin cinsiyet, bölüm, sınıf, öğretim türü, ikamet yeri, gelir durumu değişkenlerin frekans ve yüzde dağılımları	24
Çizelge 4. 2. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “boş zamanlarınızı genellikle hangi tür etkinliklere katılarak değerlendirirsiniz?” sorusuna verdikleri cevap dağılımları.....	25
Çizelge 4. 3. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “boş zaman sürenizi haftalık olarak belirtiniz?” sorusuna verdikleri cevap dağılımları.....	25
Çizelge 4. 4. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “boş zamanlarınızı değerlendirmekte ne sıklıkla güçlük çekiyorsunuz?” sorusuna verdikleri cevap dağılımları	26
Çizelge 4. 5. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “üniversitemizin sahip olduğu rekreasyon alanlarının yeterliğini değerlendiriniz?” sorusuna verdikleri cevap dağılımları.....	26
Çizelge 4. 6. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “üniversitemizin sahip olduğu rekreasyon alanlarını ne sıklıkla kullanıyorsunuz? (haftalık)” sorusuna verdikleri cevap dağılımları.....	27
Çizelge 4. 7. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “kocaeli ilinin sahip olduğu rekreasyon alanlarını yeterliğini değerlendiriniz?” sorusuna verdikleri cevap dağılımları.....	27
Çizelge 4. 8. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “kocaeli ilinin sahip olduğu rekreasyon alanlarını ne sıklıkla kullanıyorsunuz?” sorusuna verdikleri cevap dağılımları.....	28
Çizelge 4. 9. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “sahip olduğunuz boş zamanı daha çok nerede değerlendiriyorsunuz?” sorusuna verdikleri cevap dağılımları	28
Çizelge 4. 10. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “genel olarak zamanınızı nasıl kullandığınızı düşünüyorsunuz?” sorusuna verdikleri cevap dağılımları	29
Çizelge 4. 11. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “zamanı iyi değerlendirme ile ilgili yayın-makale okuyor musunuz?” sorusuna verdikleri cevap dağılımları.....	29
Çizelge 4. 12. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “zaman yönetimi ile ilgili eğitim aldınız mı?” sorusuna verdikleri cevap dağılımları	30

Çizelge 4. 13. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “çalışıyor musunuz?” sorusuna verdikleri cevap dağılımları.....	30
Çizelge 4. 14. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “okulda haftada toplam bulunma süreniz?” sorusuna verdikleri cevap dağılımları	31
Çizelge 4. 15. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “boş zamanlarda tercih ettikleri etkinlik çeşitleri” dağılımı.....	32
Çizelge 4. 16. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “boş zamanlarda tercih ettikleri etkinlik çeşitleri” dağılımı (devamı)	33
Çizelge 4. 17. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “boş zamanlarda tercih ettikleri etkinlik çeşitleri” dağılımı (devamı)	34
Çizelge 4. 18. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “boş zamanlarda tercih ettikleri etkinlik çeşitleri” ortalama değerleri	35
Çizelge 4. 19. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “boş zaman etkinliklerinin tercih edilme nedenleri” dağılımı.....	36
Çizelge 4. 20. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “boş zaman etkinliklerinin tercih edilme nedenleri” dağılımı (devamı)	37
Çizelge 4. 21. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “boş zaman etkinliklerinin tercih edilme nedenleri” dağılımı (devamı)	38
Çizelge 4. 22. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “boş zaman etkinliklerinin tercih edilme nedenleri” ortalama değerleri.....	39
Çizelge 4. 23. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “boş zaman etkinliklerine genellikle katılma şekli” dağılımı	40
Çizelge 4. 24. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “boş zaman etkinliklerine genellikle katılma şekli” ortalama değerleri.....	41
Çizelge 4. 25. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “boş zaman etkinliklerine genellikle katılma yerleri” dağılımı.....	42
Çizelge 4. 26. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “boş zaman etkinliklerine genellikle katılma yerleri” dağılımı (devamı)	43
Çizelge 4. 27. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “boş zaman etkinliklerine genellikle katılma yerleri” ortalama değerleri.....	44
Çizelge 4. 28. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “boş zaman etkinliklerine yönlendirmeye sebep olan etkenlerin” dağılımı	45
Çizelge 4. 29. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “boş zaman etkinliklerine yönlendirmeye sebep olan etkenlerin” dağılımı (devamı)	46

Çizelge 4. 30. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “boş zaman etkinliklerine yönlendirmeye sebep olan etkenlerin” ortalama değerleri	47
Çizelge 4. 31. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “boş zaman etkinliklerinin bıraktığı etkiler” dağılımı.....	48
Çizelge 4. 32. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “boş zaman etkinliklerinin bıraktığı etkiler” dağılımı (devam)	49
Çizelge 4. 33. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “boş zaman etkinliklerinin bıraktığı etkiler” ortalama değerleri.....	50
Çizelge 4. 34. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “boş zaman etkinliklerine yeterince katılmama nedenleri” dağılımı	51
Çizelge 4. 35. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “boş zaman etkinliklerine yeterince katılmama nedenleri” dağılımı (devamı).....	52
Çizelge 4. 36. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “boş zaman etkinliklerine yeterince katılmama nedenleri” ortalama değerleri	53
Çizelge 4. 37. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin zaman yönetimi envanteri puanlarının dağılımı.....	54
Çizelge 4. 38. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “cinsiyet” değişkenine göre, “genel zaman yönetimi” ve “alt boyutlarına” ilişkin görüşlerini içeren mann whitney u test sonuçları	54
Çizelge 4. 39. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “bölüm” değişkenine göre, “genel zaman yönetimi” ve “alt boyutlarına” ilişkin görüşlerini içeren kruskal wallis test sonuçları.....	55
Çizelge 4. 40. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “sınıf” değişkenine göre, “genel zaman yönetimi” ve “alt boyutlarına” ilişkin görüşlerini içeren kruskal wallis test sonuçları.....	56

1.GİRİŞ

Boş zaman değerlendirme olgusu her geçen gün önem kazanmakta ve her kesimden insanın günlük yaşantısında yer almaktadır. Boş zaman, basit anlamıyla dolu olmayan zaman dilimidir (Demiray 1987). Boş zaman kişinin çalışmadığı, yaşam zorunluluklarının ve biçimsel görevlerinin dışında kalan ve kendi isteği yönünde harcayabileceği zaman olarak tanımlanmaktadır (Kılbaş 2010). Bir başka tanıma göre boş zaman günlük hayatın uyku, dinlenme ve çalışma dışında kalan, bireyin istediği gibi kullanabileceği zamandır. Bu zamanın değerlendirilmesi ise, bireyin istediği bir uğraş ile zevk ve doyum sağlamak amacı ile bireysel veya grupta boş zamanda yapılan etkinliklerdir (Karaküçük 2008).

Boş zamanların değerlendirilmesi gerekliliği ve gerçekliği günümüzde var olan bir durumdur (Can 2010). Üniversite öğrencilerinin; derslerinden ve zorunlu ihtiyaçları için harcadıkları zamanlardan arta kalan zamanlarında, psikolojik sıkıntılarını atmak, sosyalleşmek, kültür ve bilgi birikimlerini arttırmak, sportif anlamda sağlıklı olabilmek amacıyla rekreasyon kavramından ve bu kavramın kapsadığı etkinliklerden faydalanmalıdırlar. Bu durum zamanı iyi kullanabilmek, insanın kendisine, çalışma hayatına, sosyal hayatına, dinlenme ve eğlenmesine, biyolojik ve fizyolojik ihtiyaçların karşılanmasına ayırdığı zaman birimleri arasında dengeyi iyi kurabilmesine bağlıdır (Karaküçük 2008). Bu durum zaman yönetimi kavramını ortaya çıkarmaktadır. Zaman yönetimi ise, kişinin özel ve iş hayatında amaçlarına etkili ve verimli bir şekilde ulaşabilmesi için planlama, organize etme ve kontrol etme gibi yönetim fonksiyonlarını kendi faaliyetlerine uygulama sürecidir (Erdem ve Kaya 1998; akt. Sugötüren ve diğ. 2011). Zaman yönetimi eğitim hayatı için de ayrı bir önem taşımaktadır. Akademik başarı, iş yaşantısına hazırlık ve yetişkin birey olma yolunda zaman yönetimi becerisinin ölçülmesi ile ilgili yayınların da bir hayli fazla olduğu görülmektedir (Macan ve diğ. 1990; Erdul 2005). Üniversite öğrencileri ve zaman yönetimi ile ilgili çalışmalar ise genellikle akademik başarı üzerine yoğunlaşmıştır (Alay ve Koçak 2003; Erdem ve Kocabaş 2003; İşcan 2008; Erdem ve diğ. 2005; Demirtaş ve Özer 2007).

Bu çalışmada, Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin boş zaman alışkanlıklarını nasıl değerlendirdikleri ve zaman yönetimi bilincine ne derece sahip olduklarının belirlenebilmesi açısından önemlidir. Yapılan literatür incelemesi sonucunda, üniversite öğrencileri üzerinde ilgili konularda yapılan çalışmalara rastlansa da Spor Bilimleri Fakültesi öğrencileri özelinde boş zaman değerlendirme alışkanlıkları ve zaman yönetim becerileri aynı anda incelendiği

herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu nedenle, gelecek yıllarda yapılacak başka çalışmalara katkı sağlaması açısından önemli olduğu düşünülmektedir.

1.1. Zaman Kavramı ve Önemi

Zaman insanoğlu açısından en değerli ve en önemli varlıktır. Her an içinde bulunduğu ve yaşadığı fakat üzerinde fazla düşünmediği, çoğunlukla değeri ölçülemeyen, ne olduğu tam olarak bilinmeyen, isteğimiz ve kontrolümüz dışında süregelen ve asla geri döndürülemeyecek bir olgudur. Yeryüzündeki her insanın eşit olarak sahip olabildiği, fakat herkesçe farklı şekilde kullanılan, oldukça değerli, benzersiz ve evrensel bir kaynaktır. Zaman kavramını, belirli bir fiziksel şekli veya kütlesi, hacmi olmadığı için standart bir tanımlama yapmak oldukça zordur (Örücü ve Kanbur 2007).

Türk Dil Kurumu (2017) tanımında ise zaman, bir işin, bir oluşun içinde geçtiği, geçeceği veya geçmekte olduğu süre olarak tanımlanmaktadır. Farklı bir ifadeyle zaman, olayların geçmişten bugüne gelip, geleceğe doğru birbirini takip ettiği, bireyin kontrolü dışında kesintisiz devam eden bir süreç olarak tanımlanmaktadır (Smith 2007).

Zaman, hepimizin hissettiği ama dokunamadığı geri dönüşü olmayan yaşantımızdaki en önemli, aynı zamanda tanımlanması zor ve soyut bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır. (Passig 2005). Kısaca zamanı, insanın doğumundan ölümüne kadar geçen süre olarak tanımlayabiliriz.

Zaman paha biçilmez bir kaynaktır. Belirli bir ritimle amansızca akıp gider; her dakika 60 saniye, her saat 60 dakikadır. Geçen zaman geri döndürülemez. Zaman 5 demokratik bir şekilde paylaşılan bir kaynaktır; herkesin günde 24 saati, haftada 7 günü vardır. Kişinin ne kadar zengin olduğu hiç önemli değildir; daha fazla zaman satın alamaz, zamanı biriktiremez, ödünç alamaz, çalamaz, hiçbir şekilde değiştiremez. Tek yapabileceği, sahip olduğu zamanı en iyi şekilde değerlendirmektir. Sahip olunan kaynaklar arasında zaman, en az anlaşılan ve en kötü kullanılan kaynaktır (Scoot 1997).

Zamanın iyi kullanımı özellikle günümüz insanı için kaçınılmaz bir gerekliliktir. (Karaküçük 2008). Zamanın iyi kullanılması hayatımızda bir denge sağlamamıza veya dengesizliğin nereden kaynaklandığını belirlememize yardımcı olur. Zamanı kullanmanın bilincinde olmak, çalışma biçimini sürekli geliştirmenin anahtarıdır (Jones 2000). Böylece, zamanı iyi kullanan bir insan, yaşam kalitesini yükseltir ve diğer kaynaklar gibi kendisi ve amaçları için zamanı etkili bir biçimde değerlendirir veya harcayabilir (Karaküçük ve Ekinci 1995).

Zaman kullanımında hâkimiyet insanda olmalıdır. Zamanın kullanım planı insan iradesinde olduğunda, onu verimli kullanmak mümkün olabilir (Karaküçük 2008). Zamanın farkında olmak zamanın iyi kullanılması gerekliliğini ortaya koyar (Gürbüz, 2006).

Zamanı verimli ve etkili kullanabilme öncelikli bir eğitim işidir. Bu ise okulların ve ailenin üzerinde olan bir sorumluluktur. Zamanı iyi kullanabilmek, insanın kendisine, çalışma hayatına, sosyal hayatına, dinlenme ve eğlenmesine, biyolojik ve fizyolojik ihtiyaçların karşılanmasına ayırdığı zaman birimleri arasında dengeyi iyi kurabilmesine bağlıdır (Aydoğan ve Gündoğdu 2006; Yılmaz 2002).

Zamanı tanımlayabilmek için bazı araştırmacılar zamanı farklı parçalara bölerek incelemişlerdir.

Megyeri zamanı;

- ✓ Temel ihtiyaçların giderilmesine ayrılan zaman (uyku, temizlik, giyinme, yemek yemek vb.),
- ✓ Çalışma ve buna bağlı etkinlikler ve görevler için ayrılan zaman (iş, yolculuk, ödev, öğrenim için geçen süre vb.),
- ✓ Serbest etkinliklere ayrılan zaman (eğlence, spor, dinlenme vb.),
- ✓ Diğer etkinliklere ayrılan zaman olarak gruplama yapmıştır. (Karaküçük 2008).

Jensen ise;

- ✓ Varolma zamanı - biyolojik ihtiyaçlar (uyuma, yeme ve kişisel bakım)
- ✓ Zorunlu olarak yapılan işler için harcanan zaman – bireyin çalışarak ekonomik kazanç elde etmek için yaptığı iş
- ✓ Boş zaman - geriye kalan zaman olarak parçaya bölerek incelemiştir

Zamanın kullanım bölümleri Mayer, Brightbill ve Sessom tarafından da ele alınmış ve literatürde yaygın bir biçimde kullanılmıştır. Buna göre, zamanın kullanım bölümleri faaliyet çeşitlerinin sınıflandırılmasına göre;

- ✓ Çalışma zamanı
- ✓ Çalışma dışı zaman (Free time)
 - Varolma zamanı (Existence time)
 - Boş zaman (Leisure time) olarak kategorilere ayrılmıştır (Karaküçük ve Gürbüz 2007).

Zamanın bu şekilde sınıflandırılması toplumdaki bireylerin zamanlarını nasıl harcadıklarının farkında olmasına yardımcı olur. Zamanın farkında olmak zamanın iyi

kullanılması gerekliliğini ortaya koyar. Tezcan insanın sahip olduğu zamanı, bazı temel özelliklerinden dolayı çok iyi planlaması ve kullanması gerektiğini belirtir.

Çünkü zaman;

- ✓ Tasarruf edilemez.
- ✓ Ödünç alınamaz veya kiralanamaz.
- ✓ Satın alınamaz veya çoğaltılamaz.
- ✓ Hammadde gibi depolanamaz veya toplanamaz.
- ✓ Sadece kullanılır ve tüketilir (Karaküçük ve Gürbüz 2007).

Günümüzde pek çok insan zamanın bu özelliklerinin artık farkına varmıştır. Bu nedenle zamanını en iyi şekilde planlamanın ve yönetmenin anlayışı içindedir. Bu durum zaman yönetimi kavramının önemini ortaya çıkarmıştır.

1.2. Boş Zaman ve Serbest Zaman Kavramı

Boş zaman, kişinin zaruri ihtiyaçlarının dışında kalan, çalışmadığı ve kendi iradesiyle harcayabildiği zamandır (Kılbaş 2001). Boş zaman kavramı, insanların gündelik hayatından ve sıradan işlerinden sonraya kalan süreçte, kendi gelişimlerini sağlamak adına sanat ve spor aktiviteleriyle uğraşmaları olarak da açıklanabilir. Bireyler kendi isteğiyle katılımcı oldukları bu aktivitelerle, boş zamanlarını değerlendirirken kendilerini de yenileme fırsatı bulmaktadırlar. Karaküçük ve Gürbüz (2007) boş zamanı, ‘kişinin kültürel veya toplumsal faktörlerin etkisinden kurtulması, yaşama bağlanması, yaşamı sevmesi ve yaşamdan zevk alması’ olarak açıklamaktadır.

Boş zaman kavramıyla ilgili literatürde, birçok farklı tanım bulunmakta ve serbest zaman ile boş zaman çoğunlukla aynı veya benzer kabul edilmekte, hatta bazı tanımlarda aynı anlam çerçevesinde ele alınmaktadır. Türkmen ve diğ. (2013) boş zamanı, ‘insanların çalışma gününün sonunda, hafta sonu tatillerinde ve yıllık izinlerinde, iş dışında kalan zamanların bütünü’ kapsar şeklinde açıklamaktadır.

Parker, serbest zaman ile boş zamanın aynı kavram olmadığını ifade etmiştir. İş’ten arta kalan zaman (serbest zaman) aslında birçok zorunluluk ve sorumluluğunda yerine getirildiği zamandır. Bu sorumluluklar, uyku, yeme-içme, aile ile geçirilen zaman ve temel fizyolojik gereksinimler olarak sıralanabilir. Boş zamanı tüm bunlardan ayırabilmek için daha belirgin bir tanımlamaya ihtiyaç vardır (Harris 2005).

Serbest zaman, kişinin hem kendisi hem de başkaları için bütün zorunluluklardan veya bağlantılardan kurtulduğu ve kendi isteğiyle seçeceği bir faaliyetle uğraşacağı zamandır. Kişinin kesin olarak bağımsız ve özgür olduğu zamandır. İş yaşamının dışındaki bir zamandır (Karakuş 2005). Başka bir görüşe göre ise serbest zaman, işten arta kalan, özgürce, istediğimiz aktivite ile değerlendirebileceğimiz zaman olarak ifade edilebilir (Amman ve diğ. 2010).

Boş zaman, devamlı yenilenen teknoloji sayesinde kazanılmış, hatta yeniden kazanılmış bir imkândır. Bu imkânın çeşitli şekillerde değerlendirilmesi, bireysel ve toplumsal faydalar sağlar. Boş zaman ile çalışma süresi kesin olarak ayırt edilebileceği gibi, her ikisini de birbirinden kesin çizgilerle ayırabilmek bazı hallerde zordur (Erkal ve diğ. 2014).

Boş zamanın önemi günümüz toplumunda giderek artmaktadır. Teknolojinin gelişmesi ile sanayide ve her türlü çalışma alanında kişilere düşen işgücünün azalması kişilerin kendilerine ait, sorumluluklarından uzak olduğu anlar olan boş zamanlarında artış gözlenmesine neden olmuştur. Bunun yanında kişilerin boş zamanlarını değerlendirmelerine yönelik çok seçenekli hizmetler sunan canlı bir sektör de oluşmuştur (Demirel ve Harmandar 2006).

Günümüzde boş zaman anlayışındaki gelişim süreci içerisinde boş zamanın, özellikle gelişmiş ve sanayileşmiş ülkelerle, kısmen de olsa Türkiye gibi gelişmekte olan ülkelerde uygarlık ve gelişmişliğin bir nimeti olarak değerlendirilmesi şeklinde devam ettiğini görmekteyiz. Nitekim günlük ve haftalık çalışma saatlerindeki azalmalar ile tatil günlerinin çoğalması, toplumsal normlardaki değişim gibi sebeplerle boş zamanların sosyal ve toplumsal hayat içerisindeki önemi, daha da belirginleşmeye ve artmaya hızlı bir şekilde devam etmektedir (Karaküçük 2008).

1.2.1. Boş Zamanın Temel Fonksiyonları

Dumazedier, boş zamanın üç temel fonksiyonundan söz etmektedir. Kelimelerin İngilizce baş harflerinden yola çıkarak 3D olarak da adlandırılan bu fonksiyonları “dinlenme veya kendini bırakma (de lesement), eğlenme (divertisment), kendini geliştirme veya gelişim (development)” şeklinde ifade etmiştir (Köktaş 2004).

1.2.1.1. Dinlenme Fonksiyonu

Karaküçük'e göre dinlenme fonksiyonu; boş zamanı en fazla karakterize eden ve farklı algılamalarla, çalışma hayatı boyunca değerlendirilen temel bir fonksiyon olduğu belirtilmiştir. Yani, iş sonrası stres ve yorgunluk atma gibi bedensel yıpranmaları ve sinir gerilimlerini ortadan kaldıran bir fonksiyon olduğu anlaşılmaktadır. Çalışma saatlerinin 12-15 saat olduğu sanayi devriminin ilk dönemlerinde, işçiler boş zamanlarında dinlenme fonksiyonunu sadece fiziksel gücü yeniden elde etmek anlamında kullanmışlardır (Karaküçük 2008).

Farklı bir ifadeyle ise dinlenme fonksiyonu, kişinin bedenen ve ruhen gerilimlerden uzak durması, dinlenme, yenilenme, motive olma ve yorgunluk atma özelliklerine sahip olabilmesidir. Bu fonksiyon kişinin yenilenmesini ve dinlenmesini, kendini iyi hissetmesini sağlamaktadır. İnsanlar dinlenirken, stres atmak, yorgunluk gidermek, bedenen ve ruhen kendini iyi hissetmek için yapılan aktivitelerden keyif almak, kişiler için önemli bir unsurdur (Foulquie 1994).

1.2.1.2. Eğlenme Fonksiyonu

Eğlence fonksiyonu, eğlenmek, bazen can sıkıntısından kurtulmak için değil, hoş vakit geçirmek ve deşarj olmak, kendini iyi hissetmek için gerçekleştirilmektedir (Foulquie 1994). Günümüzde insanlar ne kadar boş zaman etkinliğine katılırsa o kadar başarılı sayılmakta ve statüsü artmaktadır. Eğlenceye verilen önem günlük yaşamda da görülmektedir (Tezcan 2015). Smith, ABD'deki gençlik eğlence programlarına ilişkin araştırmasında, toplu eğlenme etkinliklerinin, katılanların sağlıklı ve mutlu gelişmelerine katkıda bulunacak zevkli ve ilginç olanaklar sunduğu gibi; toplu yaşamı zenginleştirip, gençleri yaşama hazırladığı üzerinde durmaktadır (Köktaş 2004).

1.2.1.3. Gelişim Fonksiyonu

Gelişim fonksiyonu, insanları günlük stresten uzaklaştırırken, daha geniş sosyalleşme alanlarına sahip olmasını sağlayan ve insanın kişiliğini geliştirmesine ve gösterilmesine eğilimli olan faaliyetleri kapsar. Kişi iş hayatı dışında isteyerek katıldığı aktiviteler sonucunda kendisini geliştirebilmektedir. Örnek olarak yemek kursuna gitmesi gösterilebilir (Karaküçük 2008). Gelişim fonksiyonu, bilgi almak, bilgi vermek, kültür geliştirmek ve gönüllü sosyal faaliyetlere katılmak olarak kendini göstermektedir.

1.2.3. Rekreasyon (Boş Zaman Değerlendirme)

Rekreasyon terimi Latince’de sağlığın geri kazanımı anlamına gelen “Recreatio” kelimesinden kaynaklanmaktadır. Bu yüzden, rekreasyon tanımlamalarında tarihi yaklaşımlar hep insanı iş için yenileme bağlamında ve belli sınırlar içerisinde yapılmıştır. Bazı tanımlar rekreasyonu yalnızca yenilenme olarak açıklarken, birçoğu da onu aktivite yönüyle ele alır (Torkildsen 2005).

Rekreasyon kelimesinin Türkçe karşılığı da boş zamanları değerlendirme anlamında ifade edilmektedir. Bu da rekreasyonun, boş zaman ile ilişkisinin ne kadar iç içe olduğunu göstermektedir. Rekreasyon boş zamanı olan insanların, gönüllü olarak, katılabilecekleri aktivitelerin bütünüdür (Karaküçük 2008).

Aynı zamanda rekreasyon kelime olarak “eğlendirmek, canlandırmak, dinlendirmek vb.” anlamlarda da kullanılmaktadır. İnsanlar, boş zamanlarında; gezme, görme, dinlenme, heyecan duyma, beraber olma, farklı deneyimleri yaşama gibi amaçlarla evde, dışarda, açık veya kapalı ortamlarda pasif ya da aktif olarak, kırsal alanlarda veya şehirlerde çeşitli etkinliklere katılmaktadırlar. Kısaca eğlendirilen insanların boş zaman etkinliklerini ifade etmekte kullanılan bir kavramdır (Yetim 2000).

Rekreasyon, aktif ya da pasif grup ya da birey olarak kültürel faaliyetlere tabiat veya insan tarihinin değerlendirilmesine sporları gezileri eğlencelere resmi olmayan eğitimi katılmayı kapsar. Rekreasyonun kapsamlı bir tanım şu şekilde yapılabilir; birey sıradanlaşmış hayat tarzı olumsuz çevresel faktörler ve yoğun çalışma temposu nedeniyle olumsuz etkilenen bedeni ve ruh sağlığını tekrar kazanmayı istemektedir. Bununla beraber haz ve zevk almak amacıyla kişisel doyum sağlayacak tamamen zorunlu ihtiyaçlar ve çalışmak için ayrılan zaman dışında kalan kendisine ait ve bağımsız boş zamanda gönüllü olarak bireysel ve grup içinde seçtiği etkinliklere rekreasyon denir. Bu yapılan rekreasyon tanımlarına bağlı olarak, Rekreasyonun etkinliklere katılanlara ruhsal denge gücü özgürlük fiziksel ve sosyal koordinasyon mutluluk karakter tatmin ve yaratıcılık sosyal koordinasyon ve daha geniş bir dünya görüşü kazandırması gerektiği ortaya çıkmaktadır (Hacıoğlu ve diğ. 2009).

Karaküçük ve Akgül (2016) günümüz modern dünyasında rekreasyon tanımı; bireyin dinlenme, yenilenme ve motive olma ihtiyacını karşılayan, boş zamanlarında bireysel veya grup olarak, gönüllü katıldığı eğlenceli, zevkli aktivitelerin bütünü olarak tanımlanmaktadır. Balık tutmak, kamp yapmak, şarkı söylemek, piyano çalmak, dans etmek veya fotoğraf

çekmek birçok insan için rekreatif etkinliktir. Bir kişi için rekreatif etkinlik olan, bir diğeri için “iş” olabilir veya bir kişiye göre eğlenceli bir aktivite bir diğeri için yapılması zorunlu ve zevksiz bir iş olabilir. Önemli olan yapılan bu etkinliğin birey tarafından dış etkenlere bağlı kalmaksızın özgürce seçmesi ve yenilenmesidir. Rekreasyon bir iş olmadığı gibi karşılığında maddi bir kazançta olmamalıdır. Kişi rekreasyon da gönüllü olarak yer aldığı için, her zaman bir öneme sahip olmalıdır. Zamanı kullanım bakımından da kişi mutlaka tatmin olmalı ve zamanı boşa geçirdiğini düşünmemelidir.

Kelly (2000) rekreasyonun, amacımız ne olursa olsun bizi bütünleyen ve sağlığınıza tekrar kavuşturan bir olgu olduğunu belirtmiştir. Yalnızca işe geri dönebilmek için yenilenmediğimize, yaşamımız için yenilediğimize vurgu yapmıştır. Rekreasyonun yaşamımızın bir parçası olduğundan ve yalnızca kendine has özel bir değeri olduğundan bahsetmiştir. Yenilenme unsurunun rekreasyonun bir parçası olduğundan, yalnızca birey için değil, toplumsal yapı için de faydası olduğundan söz etmiştir (Torkildsen 2005).

Rekreasyon bireyin yapmaktan zevk aldığı sportif, kültürel ve toplumsal etkinliklere katılarak başka insanlarla etkileşimde bulunması ve günlük yaşamın sıkıntılarından kurtulmasıdır (Köktaş, 2004).

Boş zamanları değerlendirme etkinliği olan rekreasyon, yaşamın canlandırılması, zihnin tazelenmesidir. Rekreasyon kültürel ve yaratıcı faaliyetlerle insanın yenilenmesi, biriken arzuların açığa çıkarılmasıdır. Olumsuz çevre koşulları nedeniyle oluşan stres ve sıkıntının atılarak, verimli çalışma, sağlıklı yaşam ve vücut bütünlüğüne kavuşulması için yapılan planlı faaliyetlerdir. Bireyin kendini tatmin ve eğlenmek için yaptığı faaliyetlerdir (Balcı ve İlhan 2006).

Rekreasyon faaliyeti okul yaşamının bir parçasıdır. Bugün zamanın büyük çoğunluğunu sınıflarda, laboratuvarlarda ya da çalışma masalarında geçiren her öğrencinin rekreatif etkinliklere katılım ihtiyacı vardır. Bu nedenle üniversitelerin faaliyet programları, rekreasyon ve dinlenme için fırsatlar sağlamalı, modern yaşamın ve okul çalışmalarının verdiği yoğunluğu öğrencinin üzerinden atmalıdır. Bunun için gerekli çaba, planlama ve programlama yapılmalıdır (Kılbaş 2001).

1.2.3.1. Rekreasyonun Özellikleri

Rekreasyonun özellikleri amaç, katılım şekillerine göre farklı anlayışlar içinde ele alınmasına rağmen, birçok araştırmacı tarafından kabul edilen en temel özellikleri şöyle sıralanabilir;

- ✓ Rekreasyon faaliyetlerine katılım gönüllü olmalıdır. Özgürlük amacı taşıyan gönüllü katılım gençler ve çocuklar için uyulması gereken bir zorunluluktur.
- ✓ İsteğe bağlıdır. Faaliyetlere devam etme zorunluluğu yoktur.
- ✓ Rekreasyonel faaliyetler, zaman ve mekan ile sınırlı değildir. Her mevsimde ve her alanda uygulanabilmektedir.
- ✓ Rekreasyon çok çeşitli etkinlikler içerir.
Zaman açısından bir sınırlama söz konusu değildir. Rekreasyon Boş zaman etkinliğidir.
- ✓ Rekreasyon bireyin kendisini ifade edebilme ve yaratıcı olabilmesine imkân sağlayıcı etkinlikler içermelidir.
- ✓ Rekreasyon toplumun ahlaki ve manevi değerlerine ve törelerine uygun olmalı, sosyal değerlere ters düşmemelidir.
- ✓ Ruhsal, toplumsal, mental, fiziksel faaliyetler tek tek olabileceği gibi birkaçını içerebilen faaliyetler olmalıdır.
- ✓ Faaliyetin kendisi bir ödüllendirmedir. Evrensel olarak uygulanmaktadır. Bireyin yaratıcı olmasına ve kendini ifade etmesine imkan sağlayan faaliyetler içerir. Haz ve neşe veren faaliyetlerdir.
- ✓ Rekreasyonel faaliyetler kişilerin sosyal ve fiziksel bünyelerini, psikolojik yapılarını, vatandaşlık duygularını, sağlıklarını ve diğer kişilik özelliklerini geliştirir. Ayrıca kişilerin mutluluk ve tatmin sağlamada toplum içerisindeki amaç ve hedeflerden sonra bir yan ürün olarak değerlendirilmektedir.
- ✓ Rekreasyonel faaliyetler bir başkası için başkası tarafından yerine getirilemez. Faaliyet yapılırken iki veya daha fazla faaliyete ilgi duyma ve gerçekleştirme imkanı verir.
- ✓ Yapılan faaliyet ne olursa olsun faaliyeti yerine getiren bireyin bir bedel ödemesi yani bir harcama yapması söz konusudur. Rekreasyon faaliyetinin bir fiyatı vardır.
- ✓ Rekreasyon rekreatif etkinliklere katılma sonucu ortaya çıkan bir deneyimdir. (Karaküçük ve Gürbüz 2007; Karaküçük 2008; Hacıoğlu ve diğ. 2009; Gül ve diğ 2014).

1.2.3.1. Rekreasyonun Fonksiyonları

Yapılan araştırmalar serbest zaman bilincine sahip birey ve toplumların bedensel, zihinsel ve duygusal sağlık yönünden, bu bilince sahip olmayan toplumlardan bütün bu yönlerden daha sağlıklı olduklarını ortaya koymuştur. Bunun yanı sıra rekreasyon için ayrılan zaman dilimi, insanların kendilerini en iyi biçimde ve tam olarak ifade edebildikleri zaman dilimini oluşturur (Turgut 2012).

Rekreasyon fırsatlarından yoksun kalan bir kimse ile bu yönden iyi imkânları kullanma şansına sahip olan kimse arasında sağlık, çevreye ve yasalara karşı tutum bakımından bazı farklar görölür. Her şeyden önemlisi rekreasyon, hayatı değerlendiren ve ona anlam kazandıran bir ruhsal davranıştır. Bu bakımdan dünyanın her yerinde insanlar fiziksel, tinsel ve toplumsal yapıları yönünden rekreasyona muhtaçtırlar (Yılmaz 2007; Ardahan ve diğer. 2016).

Rekreasyonun en önemli fonksiyonlarını aşağıdaki gibi özetlemek mümkündür.

- ✓ Kişi ve toplum sağlığını düzeltir.
- ✓ Sportif etkinlikler ve açık alanda serbest hareket imkânı insanın bedensel sağlığını olumlu yönde geliştirir. Bireyin bedensel ve ruhsal hayatına yaptığı olumlu katkılar sonucu insan birçok sakatlığa ve hastalığa karşı daha dirençli hale gelir.
- ✓ Ruhsal sağlık açısından sorunlar teşkil edebilecek, çevre ve iş değerimi, özel hayatta yaşanan problemler sonucu ortaya çıkan ruhsal gerginlikleri giderir. İç huzuru sağlar.
- ✓ İyi düzenlenmiş rekreatif olanaklar insana, kişisel özelliklerini geliştirme konusunda destek olur. Kişinin suça yönelimini azaltır. Kişi ve toplumun hayat kalitesi yükselir.
- ✓ Entelektüel hayatı geliştirir.
- ✓ Rekreasyon yolu ile yeni fikirlerin teşvik edilmesi sağlanır; rekreasyon bir kimsenin gerçek varlığını bulmasına, hayat görüşünün genişlemesine, hayatın temel amacı üzerinde fikirlerinin aydınlığa kavuşmasına katkıda bulunur.
- ✓ Eğitime yardım eder.
- ✓ Oyunlar ve gezilerle aracılığıyla insanların tecrübe kazanması yeni şeyler öğrenmesi mümkün olur.
- ✓ Güzel sanatlarla ilgili rekreatif etkinlikler ve çeşitli sporlar aynı zamanda öğretici, düşündürücü ve geliştirici yönleri ile de önem taşırlar.

- ✓ Rekreatif etkinlikler insanı zaman tasarrufuna teşvik eder, çalışma verimliliğini artırır.
- ✓ Toplumsal hayatı düzenler.
- ✓ Serbest hareket ve düşünce imkânı, dayanışma ve yardımlaşma ile demokratik bir toplum yaratır.
- ✓ Çok yönlü bir rekreatif etkinlik diyebileceğimiz turizm yoluyla çeşitli ülke insanların birbirini tanması ve anlaması mümkün olur.
- ✓ Uluslararası ilişkileri geliştirir, ülkeler arasında yakınlaşma ve dünya barışı için elverişli bir zemin hazırlar (Yılmaz 2007; Ardahan ve diğ. 2016).

Bunların yanı sıra McLean ve diğ. (2017) halk rekreasyonun sosyal fonksiyonlarını şu başlıklar halinde sıralamışlardır:

- ✓ Yaşam kalitesini artırma fonksiyonu,
- ✓ Kişisel gelişime katkıda bulunma fonksiyonu,
- ✓ Sağlığı ve güvenliği geliştirme fonksiyonu.
- ✓ Toplum yaşamak ve ziyaret etmek için daha cazip bir yer haline getirme fonksiyonu,
- ✓ Serbest zamanın anti sosyal kullanımını koruma fonksiyonu,
- ✓ Komşuluk ve toplum bağlarını kuvvetlendirme fonksiyonu,
- ✓ Guruplar arası ve nesiller arası ilişkileri geliştirme fonksiyonu,
- ✓ Toplumun kültürel yaşamını zenginleştirme fonksiyonu,
- ✓ Ekonomik düzeni ve toplum istikrarını koruma fonksiyonu,

1.2.3.2. Rekreasyonun Sınıflandırılması

Kültürel farklılıkların olması rekreasyonun sınıflandırılmasının çeşitlilik gösterebileceğini öngörmüştür (Eroğlu 2000). Buna göre rekreasyon çeşitli gruplarda ele alınarak incelenmiştir.

Örneğin Tribe'e (1995) göre; rekreasyon etkinliklerini evde yapılan etkinlikler, ev dışında yapılan etkinlikler ve seyahat ve turizm olmak üzere 3 grupta incelemiştir. Karaküçük'e (2005) göre; rekreasyonun sınıflandırılmasında, kişinin rekreasyon etkinliklerine katılmasına sebep olan amaçlar, istekler ve zevklerin etkili olduğu görüşünü savunmuştur. (Karaküçük ve Gürbüz 2007).

Karaküçük'ün (2008) sınıflandırması iki ana başlık altında toplanmıştır:

- ❖ ***Amaçlarına göre rekreasyonun sınıflandırılması:*** Kişi hangi amaç ve istek doğrultusunda bir rekreatif faaliyete katılmaya karar vermiş ise, buna uygun bir rekreasyon çeşidi ortaya çıkmaktadır.
 - ✓ ***Dinlenme amacıyla yapılan rekreasyon etkinlikleri:*** Serbest zamanın, tamamen dinlenmek, yani beden ve ruh sağlığının devam ettirilmesi veya korunması için yapılan etkinliklerle değerlendirilmesidir.
 - ✓ ***Kültürel amaçlı yapılan rekreasyon etkinlikleri:*** Serbest zamanın, tarihi eser ve müze gezileri ve diğer kültürel faaliyetlerle değerlendirilmesidir.
 - ✓ ***Toplumsal amaçlı yapılan rekreasyon etkinlikleri:*** Toplumsal ilişkiler kurma ve geliştirmeye yönelik serbest zaman değerlendirme etkinlikleridir.
 - ✓ ***Sportif amaçlı yapılan rekreasyon etkinlikleri:*** Aktif spor yaparak veya pasif şekilde seyirci, taraftar veya yönetici olarak serbest zamanın sportif etkinliklerle değerlendirilmesidir.
 - ✓ ***Turizm amaçlı yapılan rekreasyon etkinlikleri:*** Öncelikle tatil dönemlerinde bulunduğu mekandan, başka mekanlara gitmek, görmek amacıyla gitmek suretiyle serbest zamanların değerlendirilmesidir.
 - ✓ ***Sanatsal amaçlı yapılan rekreasyon etkinlikleri:*** Sanatın birçok dalından biri veya birkaçı ile uğraşarak serbest zamanların değerlendirilmesidir (Karaküçük 2008).
- ❖ ***Çeşitli kriterlere göre rekreasyon sınıflandırılması:***
 - ✓ ***Yaş faktörüne göre:*** Çeşitli yaş gruplarının kendi özelliklerine göre tercih ettikleri etkinliklerdir.
 - ✓ ***Faaliyetlere katılanların sayısına göre:*** Ferdi, grupta, kitlesel veya aile olarak katılan rekreatif etkinliklerdir.
 - ✓ ***Zamana göre:*** Yaz, kış veya başka mevsimlerde yapılabilen rekreatif etkinlikler. Ayrıca günlük, hafta sonları ile emeklilik dönemlerini kapsayan uygun serbest zamanlarda gerçekleştirilebilen etkinliklerdir.
 - ✓ ***Kullanılan mekana göre:*** Açık veya kapalı alanlarda yapılan etkinliklerdir.

- ✓ **Sosyolojik içeriğe göre:** Lüks, geleneksel ya da belirli halk kesimlerinin desteklemesiyle katılımın sağlandığı rekreasyon etkinlikleridir (Karaküçük 2008).

Hacıoğlu ve diğ. (2009) göre, rekreasyon çeşitlerinin sınıflandırılmasında mekan, amaç, fonksiyon vb. kriterlerin rol oynadığını vurgulamıştır. Bunun nedenini de rekreasyonun çok yönlü olmasına bağlamıştır. Buna göre rekreasyonun sınıflandırmasını şu şekilde yapmıştır:

a) Mekansal Açıdan Rekreasyon Çeşitleri

- ❖ **Açık alan rekreasyonu:** Açık alanda gerçekleştirilen her türlü boş zaman değerlendirme etkinliğidir. Örneğin; kayak, tırmanma, tenis, açık hava konserleri, sergiler, piknik, izcilik, kampçılık vb. etkinliklerdir.
- ❖ **Kapalı alan rekreasyonu:** Toplumun kullanımına ayrılmış kapalı mekanlardaki ve evlerdeki boş zaman değerlendirme etkinlikleridir. Örneğin; kapalı alanlardaki sergiler, kongreler, sporsal ve sosyal etkinlikler, ev içinde kitap okumak vb etkinliklerdir.

b) Katılımcıların Milliyetlerine Göre Rekreasyon Çeşitleri

- ❖ **Ulusal rekreasyon:** Ülke sınırları içindeki kişi ve kuruluşların katıldıkları boş zaman değerlendirme etkinlikleridir. Örneğin, Ulusal kongreler, sanatsal etkinlikler
- ❖ **Uluslararası rekreasyon:** Ülke içi ve ülke sınırları dışındaki kişi veya kuruluşların katıldıkları boş zaman değerlendirme etkinlikleridir. Örneğin, Film festivalleri, uluslar arası el sanatları sergisi, uluslar arası kongreler gibi etkinlikler

c) Bireyin Etkinliklere Katılma Şekline Göre Rekreasyon Çeşitleri

- ❖ **Etken (aktif) rekreasyon:** İnsanların aktif rol aldıkları boş zaman değerlendirme etkinlikleridir. Örneğin; insanların bireysel veya grup halinde yüzme, golf oynama, pikniklerde rol alma gibi etkinliklere katılmaları
- ❖ **Edilgen (pasif) rekreasyon:** İnsanların rol almadıkları, izleyici(seyirci) olarak katıldıkları boş zaman değerlendirme etkinlikleridir. Örneğin; spor karşılaşmalarını, sanatsal gösterileri izleme, müzik dinleme vb. etkinliklerdir.

d) Katılımcıların Yaşlarına Göre Rekreasyon Çeşitleri

Katılımcıları veya izleyecileri yaşlarına göre, çocuk rekreasyonu, yetişkin rekreasyonu, üçüncü kuşak rekreasyonu gibi sınıflandırılabilir.

e) Katılımcıların Sayısına Göre Rekreasyon Çeşitleri

- ❖ **Ferdi (bireysel) rekreasyon:** İnsanların yalnız olarak boş zamanlarını değerlendirmesidir. Örneğin; evde tek başına müzik dinlemek gibi.
- ❖ **Grup rekreasyonu:** İnsanların grup halinde boş zamanlarını değerlendirmesidir. Örneğin; grupça sinemaya gitmek, kutlama yemeğine katılmak gibi.

f) Fonksiyonel Açıdan Rekreasyon Çeşitleri

- ❖ **Ticari Rekreasyon:** İnsanların ücret karşılığında katıldıkları boş zaman değerlendirme etkinlikleridir. Örneğin; Bowling oynamak, Sinemaya gitmek gibi.
- ❖ **Estetik Rekreasyon:** Genellikle yüksek eğitim ve kültür düzeyindeki insanların katıldıkları etkinlikleridir. Örneğin; Sanatsal etkinlikleri izlemek, ünlü müzik yapıtlarını dinlemek gibi.
- ❖ **Sosyal Rekreasyon:** Sosyal (beşeri) ilişkiler kurmak veya sosyal ilişkileri kuvvetlendirmeye yönelik etkinlikleridir. Örneğin; Kutlama partileri, yemekli toplantılar gibi.
- ❖ **Sağlık Rekreasyonu:** Sağlığı koruyucu, tedavi edici boş zaman değerlendirme etkinlikleridir. Örneğin; Sportif etkinlikler, kaplıca gezileri, yaylacılık gibi.
- ❖ **Fiziksel Rekreasyon:** Açık ve kapalı alanlarda yapılan tüm spor çeşitleri ve sportif oyunlara katılmaktır. Örneğin; Rafting, rüzgar sörfü, yelkencilik, tırmanma, basketbol, futsal, tenis branşlarda etkinliklere katılmaktır.
- ❖ **Sanatsal Rekreasyon:** İnsanların sanatsal becerilerini geliştirici ve arttırıcı etkinliklerdir. Örneğin; sepetçilik, seramik işleri, tiyatro, opera, halk oyunları gibi etkinliklerde rol alma.
- ❖ **Kültürel Rekreasyon:** Katılımcıların bilgi ve becerilerini arttırmaya yönelik her türlü boş zaman değerlendirme etkinlikleridir. Örneğin; Belediye veya eğitim kurumlarının düzenledikleri el sanatları kursu, meslek kursu, yabancı dil kursu katılmaları, Günübirlik ve turistik geziler

- ❖ **Turizm Rekreasyonu:** turistik boş zaman diliminde gerçekleştirilen boş zaman değerlendirme etkinliğidir. Örneğin, Turistik amaçlı kongrelere katılma, turlarla seyahat etme vb gibi etkinliklerdir Hacıoğlu ve diğ. (2009)

1.2.3.3. Rekreasyonun Etkinlik Alanları

Rekreasyon etkinlik alanları ise; boş zamanın şekline, süresine, katılımın tarzına, iklim, ekonomik, coğrafi durumlar ile toplum kültürüne göre farklılıklar ya da çeşitlilikler göstermektedir (Zengin ve diğ. 2001).

Rekreasyon etkinlik alanları, çeşitli yazarlar tarafından çok çeşitli etkinliklerle gruplandırılarak açıklanmaktadır.

Ergin'e göre rekreasyon etkinlik alanlarını

- ✓ Yaratıcı etkinlikler,
- ✓ Spor ve oyun,
- ✓ Öğrenme etkinlikleri,
- ✓ Seyretme etkinlikleri,
- ✓ Bireysel etkinlikler,
- ✓ Grup etkinlikleri oluşturmaktadır.

Dumazedier'e göre de rekreatif faaliyetler şu şekilde verilmektedir.

- ✓ Sanatsal (sinema, tiyatro, fuar, şarkı, resim, heykel, fotoğraf gibi),
- ✓ Entellektüel (konferanslar, radyo, TV, kitap vb.),
- ✓ Sosyal (aile, balo, toplantılar vb.),
- ✓ Pratik (bahçecilik, el uğraşları, gibi) ve e. Fiziki (spor, av, yürümek vb) etkinlik alanları.

Rekreasyon programlarının her kesimden insanın ihtiyaç ve ilgi alanlarını kapsayarak, kişilerin rahatlıkla uygulayabileceği ve hünelerini gösterebileceği alanları içermeleri gerekmektedir. Bu anlayışla rekreasyon etkinlik alanlarını şu şekilde detaylandırarak da gruplayabiliriz.

- ✓ Müzik faaliyetleri (enstrümanlı, orkestralı, solo, koro vb.).
- ✓ Spor faaliyetleri (takım, ferdi, doğa, mücadele ve zihin sporları gibi).
- ✓ Oyunlar (her yaş kesimi için eğitsel oyunlar)
- ✓ Dans (halk oyunları, modern ve ritmik danslar gibi)
- ✓ Sanat ve hüner gerektiren faaliyetler (plastik, deri, grafik, seramik, metal, fotoğraf, resim, ahşap gibi)

- ✓ Mekan dışı faaliyetler (kamp kurmak, piknik yapmak, çevrecilik yapmak gibi)
- ✓ İlmi ve kültürel faaliyetler (edebiyat çalışmaları, tiyatro, bilimsel tartışma toplantıları gibi) (Karaküçük 2008).

1.3. Zaman Yönetimi

“Zaman yönetimi kavramı çok yeni olup 1970’lerde ortaya çıkmış ve 1980’lerin başında yöneticiler tarafından zaman yönetilmesi gereken bir kaynak olarak algılanmaya başlanmıştır (Topal 2009). Zaman yönetimi işgücü yoğun yöneticilerin zamanlarını daha iyi organize etmelerine yardımcı olmak amacıyla bir eğitim aracı olarak Danimarka’da doğup, dünyaya yayılmıştır (Akatay 2003). Günümüzde ise özellikle profesyonel çalışma hayatında başarının en önemli unsurlarından biri durumuna gelmiştir (Koch 1998)”(alıntı Gürbüz ve Aydın 2012).

Zaman yönetimi, zamanın en verimli şekilde kullanılarak değerlendirilmesidir. İhtiyaçları belirlemek, bu ihtiyaçları karşılayabilmek için gerekli olan hedefleri oluşturmak, öncelikli işleri belirlemek ve önceliklerle zamanı, planlama, programlama ve listeleme yoluyla uyumlaştırmaya zaman yönetimi denir (Erdul 2005). Yani zaman yönetimi, zamanın, hedeflerini, yükümlülüklerini, hazlarını ve sosyal yaşamın içerdiği faaliyetleri tek bir çatı altında yürütebilecek şekilde planlanması anlamına gelmektedir (Özgen, 2002). Zaman yönetimi becerilerinin üniversite öğrencilerine kazandırılması ve onların bunun bilincinde olması başarı düzeyini olumlu yönde etkilemektedir (Andıç 2009). Bu nedenle zamanın; eğitim hayatında ve sosyal yaşamda, güncel hayatın her anında etkili ve doğru planlanmasında zaman yönetimi becerilerinin önemli bir rolü vardır (Varışoğlu ve diğ. 2012).

Zaman anında meydana gelen ve oluştuğu an içerisinde tüketilen bir varlık olduğu için zamanın doğru kullanılmaması durumunda telafisi olmayan bir süreç sona ermiş olur. Dolayısıyla zaman kullanımı veya yönetimi kişiler açısından oldukça önemli bir olgudur. Zamanın kontrolü insanların hayatının değerini artıran unsurlardan birisidir (Gümüşgül 2013).

Bireylerin önceliklerini tespit edebilmesi, kısa ve uzun vadeli hedeflerine ulaşabilmesi zaman yönetiminin iyi ve doğru şekilde yönetilmesi ile mümkün olabilmektedir (İşcan 2008).

Zaman yönetimi yanlış olanı hızlı yapmak değil, doğru olanı kısa zamanda yapmak demektir. Zaman kolaylıkla kontrol edilemez, biz sadece kendimizi ve zamanımızı kullanmayı yönetebiliriz. (Yurdağül 2016).

Zaman yönetimi belirli bir zaman dilimi içerisinde yapılması gereken faaliyetlerin gereken düzen, verimlilik ve etkinlikle yönetilmesidir. Etkin ve akılcı hareket etmenin neticesinde zaman yönetimi ortaya çıkmaktadır. Belirsiz olan gelecek için planlama yapılması ve bunun etkin bir şekilde yönetilmesi geleceğin yönetilmesi ile eşdeğerdir. Zamanın en büyük tuzaklarından biri belirsizlikler olup gelecek de belirsizdir. Her zaman iyi bir planlama yapmak ve hedefleri doğru belirlemek, zamanın etkin yönetilebilmesi açısından faydalı olacaktır. Yöneticilerin zamanı yönetme konusunda ne kadar başarılı olurlarsa, yapılması gereken faaliyetleri de o kadar etkin ve verimli bir şekilde sürdürdükleri varsayılabilir. Yöneticilerin zaman yönetimi ile ilgili başarılarını çalışanlarına da aşılması durumunda örgüt genelinde yüksek verimlilik sağlanması kolaylaşabilir (Tutar 2015).

Zamanı iyi kullanabilen bir insan; her an ne yapacağını ve zamanını en iyi bir şekilde nasıl kullanacağını bilir. Ulaşmak istediği amaçlara göre her gün zamanını nerelerde kullanması gerektiği ile ilgili yeterince kendini hazır tutar ve böylece daha verimli hale gelir (Tolukan, 2010).

Zamanı iyi yönetmek bireysel anlamda; kariyeri daha iyi planlama ve geleceğe hazırlanma, daha fazla okuma ve öğrenme, yeni gelişmeleri ve teknolojiyi takip etme, aile ve diğer insanlara daha fazla zaman ayırma, dinlenme, eğlenme, düşünme, yeni fikirler yaratma, yeni projeler başlatmak için fırsat sağlar (Sayan 2005).

Zaman yönetimi konusunda iyi bir beceriye sahip öğrencilerin, mezuniyet sonrası iş yaşamlarında da zamanı etkin kullanacağı ve vereceği hizmetinin verimliliğine katkı da bulunacağı düşünülmektedir (Başak ve diğ. 2008).

1.3.1. Zaman Yönetimi Yaklaşımları

Zaman yönetiminde kişisel zaman kullanılmak üzere geliştirilen çeşitli yaklaşımlar vardır (Tutar 2015). Bunlar;

1.3.1.1. Düzenli Yaşam (Kendini Toparla) Yaklaşımı:

Bu yaklaşım, zaman yönetiminde ortaya çıkan sorunların büyük bir kısmının hayatımızdaki düzensizlikten kaynaklandığını iddia eder. Bu yaklaşım hayatın tüm alanlarının düzenlenmesi kaybolmuş bir şeyleri aramakla zaman kaybedilmesini önler. Zaman kazandırır, verimliliği artırır. Düzenleme zihni açar ve tertip sağlar (Kibar 2014). Düzenli çalışmak, zamanı etkili ve verimli kullanmayı kolaylaştırır. Bu yaklaşımda bireyin üç alandaki düzenlemeye odaklanması gerekmektedir. Bunlar sırasıyla nesnelere düzenlemek, görevleri ve insanları yani çalışanları düzenlemektir (Covey ve diğ. 2006). Etkili ve verimli sistem oluşturmanın temelinde nesnelere ve insanlar arasındaki ilişkileri düzenlemek bulunmaktadır (Tengilimoğlu ve diğ. 2015). Öğretmenlerin çalışmalarını doğru planlaması, okulda kimi işler için öğrencilerin doğru görevlendirilmesi biçiminde olabilir (Erkılıç 2005).

1.3.1.2. Savaşçı (Hayatta Kalma ve Bağımsız Üretim) Yaklaşımı:

Kişilerin her türlü zaman harcattırıcıya karşı korunması ve üretim konuları bu yaklaşımın temelinde yer almaktadır. Önemsiz işler ve projelere yöneticiler tarafından gereğinden fazla zaman ayrılması, daha çok acil olan ve öncelik taşıyan işlerin yapılmasını zorlaştıracaktır (Tengilimoğlu ve diğ. 2015). Bu yaklaşım adından da anlaşıldığı gibi zaman tuzaklarıyla baş etme, savaşma yaklaşımıdır. Zamana sahip çıkılması ile kişilerin korunmasını sağlamak, verimli ve bağımsız çalışabilmeyi başarmak savaşçı yaklaşımın yoğunlaştığı konulardır (Gözel 2009; Sabuncuoğlu ve Paşa, 2002). Bu yaklaşımın teknikleri, gereksiz iletişime kapalı olmak, yalnız ve rahat ortamları tercih etmek, yetki devretmek gibi içerikten oluşmaktadır (Gürbüz ve Aydın, 2012).

Savaşçı yaklaşım ile yapılacaklara engel olan bireylerin insanların önünü açması sağlanabilir. Fakat görülecek işler bu bireyleri de doğrudan ilgilendiriyorsa, işbirliğine hevesiz oldukları görülebilir (Sabuncuoğlu ve Paşa, 2002). Bu yaklaşım aşırı benimsendiğinde dostları kaybetme tehlikesi ile karşılaştırılabilir. Ancak sadece insanlardan kaynaklanan zaman tuzakları değil, bireyler kendilerinden kaynaklanan tuzakları da engellemeyi başarmalıdır (Tengilimoğlu ve diğ. 2015).

1.3.1.3. ABC (Önceliklerin Sıralanması ve Değerlerin Belirlenmesi) Yaklaşımı:

Bu yaklaşım, “istediğinizi yapabilirsiniz ama her şeyi yapamazsınız” diyen bir yaklaşımdır. Öncelikle çabaların en önemli işler üzerinde yoğunlaştırılması gerektiğini vurgular. Bu yaklaşımda hedeflerin bilinmesi önemlidir. Hedeflerin bilinmesi ve çabaların hedef üzerinde yoğunlaşması başarı ve mutluluğu getirir (Tutar 2015).

ABC yaklaşımının sağladığı kolaylıklar;

- I. Kayıpları en aza indirger.
- II. Her gün etkin bir şekilde planlanır.
- III. Bir işin önemine göre ona vakit ayrılır.
- IV. Yapılamayacak olan iş yükü reddedilir.
- V. Toplantılarda daima hazırlıklı olunmayı sağlar.

Bu yaklaşım, önemli işleri sıraya koyarak, düzen ve ardışıklık sağlar. Ayrıca yapılacak işler ile öncelikli görevler arasındaki farkı anlamamıza neden olur (Sabuncuoğlu ve Paşa 2002).

1.3.1.4. Beceri (Zaman Yönetimi 101 Yaklaşımı) Yaklaşımı:

Zaman yönetimi temelde bir beceri olduğunu ve bu beceriler zamanında açısından önemlidir. Beceri yaklaşımında uzun ve kısa vadeli planlar, hedef belirleme, görselleştirme, olumlu düşünme ve öz motivasyon vardır. Ayrıca, etkili zaman yönetimi, diğer etkili kaynaklar gibi, zamanında ve uygun kullanımı içerir (Smith 2007). Günümüzde başarılı olmak için yeterince çalışmak yetmiyor, etkili bir şekilde çalışmanız gerekiyor. Etkin çalışma bilgi ve beceri ile de mümkün olabilir. Beceriler, daha az enerji ve zaman harcayarak işleri görmeyi sağlar. İyi zaman yönetimi de "zaman yönetimi becerisidir (Tutar 2015).

1.3.1.5. Hedef Belirleme (Başarı) Yaklaşımı:

Bu yaklaşım, eylemin sonunda ne yapmak istediğinizi bilir ve buna göre planlama ve çalışmayı savunur. Beceri yaklaşımında yer alan teknikler; uzun ve kısa vadeli planlar, hedef belirleme, gözünde canlandırma, olumlu düşünme ve kendini motive etme bu yaklaşımda da yer alır (Güçlü 2001). Dünya genelinde performans sergileyen bireyler, örneğin sporcular genelde bu yaklaşımı tercih etmektedir. Az yetenekli bireylerin önündeki engelleri aşarak büyük yeteneklerin performanslarını geride bırakmayı başardığı yaklaşımdır (Covey ve diğ. 2006).

1.3.1.5. İyileştirme Yaklaşımı:

Çevresel, sosyal, kültürel ve psikolojik nedenlere dayanarak ortaya çıkan bir çok sorun ve problem zaman yönetimi konusundaki sorunların da temelini oluşturmaktadır. İyileştirme yaklaşımının temel amacı bu sorunları yaratan çevresel faktörlerin yetersizliğini gidermektir (Tengilimlioğlu ve diğ. 2015: Gürbüz ve Aydın 2012). Bireylerin davranış tarzını şekillendiren noktalar üzerine yoğunlaştığı için iyileştirme yaklaşımı yararlı bir yaklaşım olmaktadır. Çünkü tamamen sorunun kökleri üzerinde odaklanmıştır. Bu da bireylerde özbilinç gelişimine ve ilermelere neden olabilir (Covey ve diğ. 2006).

1.3.1.6. Kendini Akıntıya Bırak Yaklaşımı:

Kendini akıntıya bırak yaklaşımı zaman yönetimine ters bir hareketi içermektedir. Çünkü bu yaklaşım ile kişi zamanı yönetmez, kendisini zamanın doğal akışına bırakarak bütünleşmeyi sağlar (Covey ve diğ. 2006: Tengilimlioğlu ve diğ. 2015). Bu yaklaşım, içsel benliğin tutarlılığı ile doğal akışın uyum sağlaması gerektiği ve bunları birlikte ele alma düşüncesinin üzerinde durur (Tengilimlioğlu ve diğ. 2015). Akıntıya kapılmayı öğrenen şahıslar yaşamın doğal uyumuna ayak uydurabilir. Böylece doğal yaşam ritmine uyumlu bir şekilde yaşayan insanlar, yaşamlarını beklenmeyen fırsat ve olanaklarla zenginleştirebilirler (Gürbüz ve Aydın,2012).

1.3.1.7. Sihirli Araç Yaklaşımı:

Sihirli araç yaklaşımı, zaman yönetimi yaparken doğru araç ve gereçlerin kullanılmasını savunur. Doğru planlamanın, doğru takvimin, doğru bilgisayar programının, doğru masa üstü ya da diz üstü bilgisayarın bize yaşam kalitesi yaratma gücünü vereceği varsayımına dayalı bir yaklaşımdır. Bu araçlar, işleri önceliklerine göre planlamamıza ve amaçlarımıza rahatça ulaşmayı sağlar. Doğru araçların kullanımı, ev kurmaktan yaşam kurmaya kadar hayatımızda ciddi farklar yaratabilir (Sabuncuoğlu ve Paşa 2002).

2. AMAÇ

Bu araştırmada, Spor Bilimleri Fakóltesi öğrencilerinin boş zaman alışkanlıklarını nasıl değerlendirdikleri ve zaman yönetimi becerileri incelenmesi amaçlanmıştır.

3. YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Tipi

Bu araştırmada betimsel tarama modelinde ilişkiisel tarama yöntemi kullanılmıştır. Çünkü tarama modelleri geçmişte ya da halen var olan bir durumu var olduğu şekli ile betimlemeyi amaç edinen araştırmalar için uygun bir modeldir (Karasar 2006). Betimsel tarama modelleri kendi içinde iki bölüme ayrılmaktadır. Bu bölümler; genel tarama ve örnek olay taramalarıdır. İlişkiisel tarama modeli genel tarama yöntemi içine giren bir yöntemdir. Genel tarama modelleri; çok sayıda elemandan oluşan bir evrende, evren hakkındaki genel yargıya varmak amacı ile evrenin tümü ya da ondan alınacak bir grup örnek ya da örneklem üzerinde yapılan tarama düzenlemeleridir (Karasar 2006). Bu grup içinde yer alan ilişkiisel tarama modelleri ise; iki ve daha çok değişken arasındaki birlikte değişim varlığını veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelleri için kullanıldığından bu tür araştırmalar için uygun görülmektedir (Cohen, Manion ve Morrison 2000; Karasar 2006).

3.2. Araştırma Grubu

Araştırmanın evrenini, 2016 – 2017 Eğitim – Öğretim yılı içinde Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakóltesi'nde eğitimini devam ettiren öğrenciler oluşturmuştur.

Araştırma evreninin büyüklüğünün tespiti için Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakóltesi Dekanlığı'ndan 2016 - 2017 eğitim öğretim yılı öğrenci sayılarını gösteren istatistikî bilgiler ele alınmıştır.

Bölümler	Erkek Öğrenci Sayısı	Kız Öğrenci Sayısı	Toplam
Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	381	150	531
Rekreasyon	424	159	583
Antrenörlük Eğitimi	383	169	552
Spor Yöneticiği	339	157	496
GENEL TOPLAM			2162

Araştırmanın örneklemini, 2016 – 2017 Eğitim – Öğretim yılı içinde Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi’nde Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği bölümünden 224 öğrenci; Rekreasyon bölümünden 215 öğrenci; Antrenörlük Eğitimi bölümünden 209 öğrenci, Spor yöneticiliği bölümünden 217 öğrenci; genel toplamda 865 öğrenci oluşturmuştur.

Örnekleme grubunu belirlenirken, “Kolay Ulaşılabilir Durum Örnekleme” yönteminden yararlanılacaktır. Kolay Ulaşılabilir Örnekleme Yöntemi, araştırmacıya hız ve pratiklik kazandırır. Çünkü bu yöntemde araştırmacı, yakın olan ve erişilmesi kolay olan bir durumu seçer (Şimşek ve Yıldırım, 2004).

3.3. Etik Kurul Onayı

Araştırmanın etik onayı Kocaeli Üniversitesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu’ndan 2017/76 sayılı proje numarası ve 2017/5.12 karar numarası ile 12.04.2017 tarihinde alınmıştır.

3.4. Veri Toplama Aracı

Araştırmada, 3 bölümden oluşan veri toplama aracı kullanılmıştır.

- ❖ **Kişisel Bilgi Formu:** Araştırmacı tarafından literatürde kullanılan anketlerden derlenerek oluşturulmuştur.
- ❖ **Boş Zaman Değerlendirme Anketi:** Binarbaşı (2006) tarafından Kütahya ili ilköğretim okullarında görev yapan öğretmenlerin boş zamanlarını değerlendirme alışkanlıklarının tespiti ve incelenmesine yönelik yüksek lisans tezinde hazırladığı öğretmenlerin boş zamanlarında tercih ettikleri etkinlik çeşitlerini, boş zaman etkinliklerinin tercih edilme nedenlerini, boş zaman etkinliklerine genellikle katılım şeklini, boş zaman etkinliklerine genellikle katılma yerlerini, boş zaman etkinliklerine yönlendirmeye sebep olan etkenlerin derecesinin, boş zaman etkinliklerinin bıraktığı etkiyi ve boş zaman etkinliklerine yeterince katılmama nedenlerini tespit etmeye yönelik anket formu kullanılmıştır.
- ❖ **Zaman Yönetimi Envanteri :** Britton ve Tesser (1991) tarafından geliştirilmiş, Alay ve Koçak (2003) tarafından Türkçeye uyarlanmış ve geçerlilik-güvenirliliği yapılan ($\alpha=0.87$) ölçek kullanılmıştır. Ölçek 20 madde ve zaman planlaması (1-10 maddeler), zaman tutumları (11-16 maddeler), zaman harcattırıcılar (17-20 maddeler) olmak üzere 3 alt boyuttan oluşmaktadır. Zaman Yönetimi Ölçeğinden alınabilecek

maksimum puan 135 olup, minimum puan 27'dir (Düşük düzey=27–63, Orta düzey =64–99, Yüksek düzey=100–135).

3.5. Verilerin Toplanması

Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerine uygulanabilmesi için Sağlık Bilimler Enstitüsü kanalıyla Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Dekanlığı'na anketlerin uygulanabilmesi için izin başvurusunda bulunulmuştur. Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Dekanlığı'ndan resmi izin alındıktan sonra anketler alınan resmi izin yazısı (Ek.4) ile birlikte Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde araştırmacı tarafından uygulanmıştır.

Anket uygulaması için öncelikle fakültenin 2016 – 2017 eğitim – öğretim yılı bahar yarıyılı ders programları alınmıştır. Daha sonra fakültede görev yapan öğretim elemanlarından derslerinde anketlerin uygulanması için sözel olarak izin istenmiştir. İzin alınan her öğretim elemanının yürütmekte olduğu bir dersinde anket uygulamasına gönüllü olarak katılmak isteyen öğrencilere ders başlamadan önce anketlerle ilgili kısa bir açıklama yapılmış ve akabinde öğrencilerin anketleri hemen tamamlayıp araştırmacıya teslim etmesi istenmiştir. Bu süreç yaklaşık olarak 15 – 20 dakikada tamamlanmıştır. Anketlerin dağıtılıp toplanması yaklaşık olarak 5 hafta sürmüştür.

3.6. Verilerin Çözümlemesi

Elde edilen verilerin çözümü SPSS 21.0 paket programında yapılmıştır. Boş zaman değerlendirme anketinden elde edilen verilerin yüzde ve frekans dağılımları çıkarılmış, Bazı sorular için çapraz tablolama (cross-tabulation) ve ki-kare yöntemi uygulanmıştır. Zaman yönetimi ölçeğinden elde edilen verilerin normalliği ve homojen dağılıp dağılmadığı belirlendikten sonra verilerin normal dağılmadığı görüldü (Ek.2). İkili karşılaştırmalarda Mann Whitney U Test, çoklu karşılaştırmalarda Kruskal Wallis Test, farklılığın kaynağının belirlenmesinde ise Mann Whitney U test uygulanmıştır. Verilerin analizi %95 güven aralığında, $p < 0.05$ anlamlılık düzeyinde değerlendirilmiştir.

4. BULGULAR

Çizelge 4. 1. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin cinsiyet, bölüm, sınıf, öğretim türü, ikamet yeri, gelir durumu değişkenlerin frekans ve yüzde dağılımları

DEĞİŞKENLER		N	%
CİNSİYET	<i>Kadın</i>	295	34.1
	<i>Erkek</i>	570	65.9
BÖLÜM	<i>BESÖ</i>	224	25.9
	<i>REK</i>	215	24.9
	<i>AEP</i>	209	24.2
	<i>SYP</i>	217	25.1
	SINIF	<i>1.Sınıf</i>	183
<i>2.Sınıf</i>		299	34.6
<i>3.Sınıf</i>		160	18.5
<i>4.Sınıf</i>		138	16.0
<i>5.Sınıf ve üzeri</i>		85	9.8
ÖĞRETİM TÜRÜ	<i>1.Öğretim</i>	466	53.9
	<i>2.Öğretim</i>	399	46.1
İKAMET ETTİĞİNİZ YER	<i>Ailemle</i>	270	31.2
	<i>Arkadaşımlla</i>	226	26.1
	<i>Yalnız</i>	67	7.7
	<i>Yurtta</i>	302	34.9
GELİR DURUMUNUZ	<i>Düşük</i>	182	21.0
	<i>Orta</i>	470	54.3
	<i>İyi</i>	187	21.6
	<i>Çok iyi</i>	26	3.0
<i>Toplam</i>		865	100.0

Çizelge 4.1.'de görüldüğü üzere, araştırmaya;

Cinsiyet değişkenine göre, 295 (%34.1)'i kadın, 570 (%65.9)'i erkek,

Bölüm değişkenine göre, 224 (%25.9)'ü Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği bölümünden; 215 (%24.9)'i Rekreasyon bölümünden; 209 (%24.2) Antrenörlük Eğitimi bölümünden; 217 (%25.1)'si Spor Yöneticiliği bölümünden,

Sınıf değişkenine göre, 183 (%21.2)'ü 1.Sınıftan; 299 (%34.6)'u 2.Sınıftan; 160 (%18.5)'i 3.Sınıftan, 138 (%16.0)'i 4.Sınıftan; 85 (%9.8)'i 5.Sınıftan ve üzeri,

Öğretim türü değişkenine göre, 466 (%59.9)'sı 1. Öğretimden; 399 (%46.1)'u 2. Öğretimden,

İkamet ettiğiniz yer değişkenine göre, 270 (%31.2)'i Ailesiyle; 226 (%26.1)'sı Arkadaşlarıyla; 67(%7.7) Yalnız; 302 (%34.9)'si Yurtta ikamet eden,

Gelir durumunuz değişkenine göre, 182 (%21.0)'si Düşük; 470 (%54.3)'i Orta; 187 (%21.6)'si İyi; 26 (%3.0)'sı Çok iyi gelire sahip,

toplam 865 Spor Bilimleri Fakültesi öğrencisi katıldı.

Çizelge 4. 2. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “boş zamanlarınızı genellikle hangi tür etkinliklere katılarak değerlendirirsiniz?” sorusuna verdikleri cevap dağılımları

BÖLÜMLER		SPORTİF ETKİNLİKLER	SOSYAL ETKİNLİKLER	KÜLTÜREL/SANATSAL ETKİNLİKLER	DİĞER
BESÖ	<i>n (%)</i>	171 (% 76.3)	37 (% 16.5)	7 (% 3.1)	9 (% 4.0)
REK	<i>n (%)</i>	120 (% 55.8)	72 (% 33.5)	17 (% 7.9)	6 (% 2.8)
AEP	<i>n (%)</i>	126 (% 60.3)	62 (% 29.7)	10 (% 4.8)	11 (% 5.3)
SYP	<i>n (%)</i>	118 (% 54.4)	75 (% 34.6)	11 (% 5.1)	13 (% 6.0)
SBFÖ	<i>n (%)</i>	535 (% 61.8)	246 (% 28.4)	45 (% 5.2)	39 (% 4.5)

BESÖ: Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, REK: Rekreasyon, AEP: Antrenörlük Eğitimi Programı, SYP: Spor Yöneticisi Programı
SBFÖ: Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencileri
 $\chi^2=34.811$, $df=9$, $p=0.000$

Çizelge 4.2.’de görüldüğü üzere, araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin % 61.8’i sportif etkinliklere, % 28.4’ü sosyal etkinliklere, % 5.2’si kültürel/sanatsal etkinlikler, % 4.5’i ise diğer etkinlik türlerine katıldıkları şeklinde cevap verdiği görüldü.

Bu sonuçlar doğrultusunda etkinlik türleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulundu ($\chi^2=34.811$; $p<0.05$).

Çizelge 4. 3. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “boş zaman sürenizi haftalık olarak belirtiniz?” sorusuna verdikleri cevap dağılımları

BÖLÜMLER		1–5 SAAT	6–10 SAAT	11–15 SAAT	16–20 SAAT	21 SAAT VE ÜZERİ
BESÖ	<i>n (%)</i>	30 (% 13.4)	55 (% 24.6)	50 (% 22.3)	34 (% 15.2)	55 (% 24.6)
REK	<i>n (%)</i>	33 (% 15.3)	67 (% 31.2)	55 (% 25.6)	32 (% 14.9)	28 (% 13.0)
AEP	<i>n (%)</i>	37 (% 17.7)	59 (% 28.2)	44 (% 21.1)	29 (% 13.9)	40 (% 19.1)
SYP	<i>n (%)</i>	39 (% 18.0)	47 (% 21.7)	60 (% 27.6)	33 (% 15.2)	38 (% 17.5)
SBFÖ	<i>n (%)</i>	139 (% 16.1)	228 (% 26.4)	209 (% 24.2)	128 (%14.8)	161 (%18.6)

BESÖ: Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, REK: Rekreasyon, AEP: Antrenörlük Eğitimi Programı, SYP: Spor Yöneticisi Programı
SBFÖ: Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencileri
 $\chi^2=16.784$, $df=12$, $p=0.158$

Çizelge 4.3.’de görüldüğü üzere, araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencileri % 16.1’i 1-5 saat, % 26.4’ü 6-10 saat, % 24.2’si 11-15 saat, % 14.8’i 16-20 saat, %18.6’sı ise 21 saat ve üzeri haftalık boş zaman sürelerinin olduğu şeklinde cevap verdiği görüldü.

Bu sonuçlar doğrultusunda, haftalık boş zaman süreleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunamadı ($\chi^2=16.784$; $p>0.05$).

Çizelge 4. 4. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “*boş zamanlarınızı değerlendirmekte ne sıklıkla güçlük çekiyorsunuz?*” sorusuna verdikleri cevap dağılımları

BÖLÜMLER		HER ZAMAN	BAZEN	HİÇBİR ZAMAN
BESÖ	<i>n (%)</i>	31 (% 13.8)	156 (% 69.6)	37 (% 16.5)
REK	<i>n (%)</i>	22 (% 10.2)	125 (% 58.1)	68 (% 31.6)
AEP	<i>n (%)</i>	14 (% 6.7)	128 (% 61.2)	67 (% 32.1)
SYP	<i>n (%)</i>	36 (% 16.6)	138 (% 63.6)	43 (% 19.8)
SBFÖ	<i>n (%)</i>	103 (% 11.9)	547 (% 63.2)	215 (% 24.9)

BESÖ: Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, REK: Rekreasyon, AEP: Antrenörlük Eğitimi Programı, SYP: Spor Yöneticiliği Programı

SBFÖ: Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencileri

$\chi^2=29.250$, $df=6$, $p=0.000$

Çizelge 4.4.’de görüldüğü üzere, araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencileri % 11.9’u her zaman, % 63.2’si bazen, % 24.9’u hiçbir zaman boş zamanlarını değerlendirmekte güçlük çektikleri şeklinde cevap verdiği görüldü.

Bu sonuçlar doğrultusunda, boş zamanlarını değerlendirmekte ne sıklıkla güçlük çektikleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulundu ($X^2=29.250$; $p<0.05$).

Çizelge 4. 5. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “*üniversitemizin sahip olduğu rekreasyon alanlarının yeterliğini değerlendiriniz?*” sorusuna verdikleri cevap dağılımları

BÖLÜMLER		KESİNLİKLE YETERSİZ	YETERSİZ	KISMEN	YETERLİ	KESİNLİKLE YETERLİ
BESÖ	<i>n (%)</i>	27 (% 12.1)	59 (% 26.3)	95 (% 42.4)	40 (% 17.9)	3 (% 1.3)
REK	<i>n (%)</i>	43 (% 20.0)	51 (% 23.7)	90 (% 41.9)	29 (% 13.5)	2 (% 0.9)
AEP	<i>n (%)</i>	31 (% 14.8)	59 (% 28.2)	89 (% 42.6)	25 (% 12.0)	5 (% 2.4)
SYP	<i>n (%)</i>	59 (% 27.2)	46 (% 21.2)	83 (% 38.2)	29 (% 13.4)	-
SBFÖ	<i>n (%)</i>	160 (% 18.5)	215 (% 24.9)	357 (% 41.3)	123 (% 14.2)	10 (% 1.2)

BESÖ: Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, REK: Rekreasyon, AEP: Antrenörlük Eğitimi Programı, SYP: Spor Yöneticiliği Programı

SBFÖ: Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencileri

$\chi^2=27.220$, $df=12$, $p=0.007$

Çizelge 4.5.’de görüldüğü üzere, araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencileri üniversitemizin sahip olduğu rekreasyon alanlarının % 18.5’i kesinlikle yetersiz, % 24.9’u yetersiz, % 41.3’ü kısmen, % 14.2’si yeterli, % 1.2’si kesinlikle yeterli olduğu şeklinde cevap verdiği görüldü.

Bu sonuçlar doğrultusunda, üniversitemizin sahip olduğu rekreasyon alanlarının yeterliği arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulundu ($X^2=27.220$; $p<0.05$).

Çizelge 4. 6. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “*üniversitemizin sahip olduğu rekreasyon alanlarını ne sıklıkla kullanıyorsunuz? (haftalık)*” sorusuna verdikleri cevap dağılımları

BÖLÜMLER		1–5 SAAT	6–10 SAAT	11–15 SAAT	16–20 SAAT	21 SAAT VE ÜZERİ
BESÖ	<i>n (%)</i>	122 (% 54.5)	70 (% 31.3)	21 (% 9.4)	10 (% 4.5)	1 (% 0.4)
REK	<i>n (%)</i>	120 (% 55.8)	59 (% 27.4)	28 (% 13.0)	7 (% 3.3)	1 (% 0.5)
AEP	<i>n (%)</i>	133 (% 63.6)	44 (% 21.1)	18 (% 8.6)	10 (% 4.8)	4 (% 1.9)
SYP	<i>n (%)</i>	149 (% 68.7)	39 (% 18.0)	19 (% 8.8)	8 (% 3.7)	2 (% 0.9)
SBFÖ	<i>n (%)</i>	524 (% 60.6)	212 (% 24.5)	86 (% 9.9)	35 (% 4.0)	8 (% 0.9)

BESÖ: Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, REK: Rekreasyon, AEP: Antrenörlük Eğitimi Programı, SYP: Spor Yöneticisi Programı
SBFÖ: Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencileri
 $\chi^2=21.402, df=12, p=0.045$

Çizelge 4.6.’de görüldüğü üzere, araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencileri % 60.6’sı 1-5 saat, % 24.5’i 6-10 saat, % 9.9’u 11-15 saat, % 4.0’ı 16-20 saat, %0.9’u ise 21 saat ve üzeri üniversitemizin sahip olduğu rekreasyon alanlarını kullandıkları şeklinde cevap verdiği görüldü.

Bu sonuçlar doğrultusunda, üniversitemizin sahip olduğu rekreasyon alanlarının ne sıklıkla kullandıkları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulundu ($\chi^2=21.402$; $p<0.05$).

Çizelge 4. 7. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “*kocaeli ilinin sahip olduğu rekreasyon alanlarını yeterliliğini değerlendiriniz?*” sorusuna verdikleri cevap dağılımları

BÖLÜMLER		KESİNLİKLE YETERSİZ	YETERSİZ	KISMEN	YETERLİ	KESİNLİKLE YETERLİ
BESÖ	<i>n (%)</i>	16 (% 7.1)	58 (% 25.9)	102 (% 45.5)	43 (% 19.2)	5 (% 2.2)
REK	<i>n (%)</i>	39 (% 18.1)	63 (% 29.3)	87 (% 40.5)	24 (% 11.2)	2 (% 0.9)
AEP	<i>n (%)</i>	26 (% 12.4)	49 (% 23.4)	93 (% 44.5)	33 (% 15.8)	8 (% 3.8)
SYP	<i>n (%)</i>	20 (% 9.2)	66 (% 30.4)	89 (% 41.0)	40 (% 18.4)	2 (% 0.9)
SBFÖ	<i>n (%)</i>	101 (% 11.7)	236 (% 27.3)	371 (% 42.9)	140 (% 16.2)	17 (% 2.0)

BESÖ: Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, REK: Rekreasyon, AEP: Antrenörlük Eğitimi Programı, SYP: Spor Yöneticisi Programı
SBFÖ: Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencileri
 $\chi^2=27.664, df=12, p=0.006$

Çizelge 4.7.’de görüldüğü üzere, araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencileri Kocaeli ilinin sahip olduğu rekreasyon alanlarının % 11.7’si kesinlikle yetersiz, % 27.3’ü yetersiz, % 42.9’u kısmen, % 16.2’si yeterli, % 2.0’ı kesinlikle yeterli olduğu şeklinde cevap verdiği görüldü.

Bu sonuçlar doğrultusunda, Kocaeli ilinin sahip olduğu rekreasyon alanlarının ne sıklıkla kullandıkları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulundu ($\chi^2=27.664$; $p<0.05$).

Çizelge 4. 8. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “*kocaeli ilinin sahip olduğu rekreasyon alanlarını ne sıklıkla kullanıyorsunuz?*” sorusuna verdikleri cevap dağılımları

BÖLÜMLER		1–5 SAAT	6–10 SAAT	11–15 SAAT	16–20 SAAT	21 SAAT VE ÜZERİ
BESÖ	<i>n (%)</i>	141 (% 62.9)	59 (% 26.3)	18 (% 8.0)	4 (% 1.8)	2 (% 0.9)
REK	<i>n (%)</i>	133 (% 61.9)	58 (% 27.0)	16 (% 7.4)	5 (% 2.3)	3 (% 1.4)
AEP	<i>n (%)</i>	130 (% 62.2)	50 (% 23.9)	15 (% 7.2)	9 (% 4.3)	5 (% 2.4)
SYP	<i>n (%)</i>	152 (% 70.0)	42 (% 19.4)	16 (% 7.4)	7 (% 3.2)	-
SBFÖ	<i>n (%)</i>	556 (% 64.3)	209 (% 24.2)	65 (% 7.5)	25 (% 2.9)	10 (% 1.2)

BESÖ: Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, REK: Rekreasyon, AEP: Antrenörlük Eğitimi Programı, SYP: Spor Yöneticiliği Programı
SBFÖ: Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencileri
 $\chi^2=13.095, df=12, p=0.362$

Çizelge 4.8.’de görüldüğü üzere, araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencileri % 64.3’ü 1-5 saat, % 24.2’si 6-10 saat, % 7.5’i 11-15 saat, % 2.9’u 16-20 saat, % 1.2’si ise 21 saat ve üzeri Kocaeli ilinin sahip olduğu rekreasyon alanlarını kullandıkları şeklinde cevap verdiği görüldü.

Bu sonuçlar doğrultusunda, Kocaeli ilinin sahip olduğu rekreasyon alanlarının ne sıklıkla kullandıkları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunamadı ($\chi^2=13.095$; $p>0.05$).

Çizelge 4. 9. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “*sahip olduğunuz boş zamanı daha çok nerede değerlendiriyorsunuz?*” sorusuna verdikleri cevap dağılımları

BÖLÜMLER		KAMPÜS İÇİNDE	KAMPÜS DIŞINDA
BESÖ	<i>n (%)</i>	79 (% 35.3)	145 (% 64.7)
REK	<i>n (%)</i>	60 (% 27.9)	155 (% 72.1)
AEP	<i>n (%)</i>	42 (% 20.1)	167 (% 79.9)
SYP	<i>n (%)</i>	54 (% 24.9)	163 (% 75.1)
SBFÖ	<i>n (%)</i>	235 (% 27.2)	630 (% 72.8)

BESÖ: Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, REK: Rekreasyon, AEP: Antrenörlük Eğitimi Programı, SYP: Spor Yöneticiliği Programı
SBFÖ: Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencileri
 $\chi^2=13.341, df=3, p=0.004$

Çizelge 4.9.’de görüldüğü üzere, araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin % 27.2’si kampüs içinde, % 72.8’i kampüs dışında sahip oldukları boş zamanlarını değerlendirdikleri şeklinde cevap verdiği görüldü.

Bu sonuçlar doğrultusunda, öğrencilerinin boş zamanı daha çok nerede değerlendirdikleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulundu. ($\chi^2=13.341$; $p<0.05$).

Çizelge 4. 10. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “*genel olarak zamanınızı nasıl kullandığınızı düşünüyorsunuz?*” sorusuna verdikleri cevap dağılımları

BÖLÜMLER		ZAYIF	ORTA	İYİ
BESÖ	<i>n (%)</i>	34 (% 15.2)	142 (% 63.4)	48 (% 21.4)
REK	<i>n (%)</i>	27 (% 12.6)	133 (% 61.9)	55 (% 25.6)
AEP	<i>n (%)</i>	31 (% 14.8)	113 (% 54.1)	65 (% 31.1)
SYP	<i>n (%)</i>	46 (% 21.2)	109 (% 50.2)	62 (% 28.6)
SBFÖ	<i>n (%)</i>	138 (% 16.0)	497 (% 57.5)	230 (% 26.6)

BESÖ: Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, REK: Rekreasyon, AEP: Antrenörlük Eğitimi Programı, SYP: Spor Yöneticiliği Programı

SBFÖ: Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencileri

$\chi^2=14.280$, $df=6$, $p=0.027$

Çizelge 4.10.’da görüldüğü üzere, araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin % 16.0’ı zayıf, % 57.5’i orta, %26.6’sı iyi bir şekilde zamanlarını kullandıkları yönünde cevap verdiği görüldü.

Bu sonuçlar doğrultusunda, Öğrencilerinin zamanlarını nasıl kullandıkları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulundu ($\chi^2=14.280$; $p<0.05$).

Çizelge 4. 11. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “*zamanı iyi değerlendirme ile ilgili yayın-makale okuyor musunuz?*” sorusuna verdikleri cevap dağılımları

BÖLÜMLER		OKUYORUM	BAZEN OKUYORUM	OKUMUYORUM
BESÖ	<i>n (%)</i>	23 (% 10.3)	83 (% 37.1)	118 (% 52.7)
REK	<i>n (%)</i>	16 (% 7.4)	95 (% 44.2)	104 (% 48.4)
AEP	<i>n (%)</i>	16 (% 7.7)	81 (% 38.8)	112 (% 53.6)
SYP	<i>n (%)</i>	16 (% 7.4)	74 (% 34.1)	127 (% 58.5)
SBFÖ	<i>n (%)</i>	71 (% 8.2)	333 (% 38.5)	461 (% 53.3)

BESÖ: Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, REK: Rekreasyon, AEP: Antrenörlük Eğitimi Programı, SYP: Spor Yöneticiliği Programı

SBFÖ: Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencileri

$\chi^2=6.706$, $df=6$, $p=0.349$

Çizelge 4.11.’da görüldüğü üzere, araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencileri zamanı iyi değerlendirme ile ilgili yayın-makale okuyor musunuz sorusuna, % 8.2’si okuyorum, % 38.5’i bazen okuyorum, % 53.3’ü okumuyorum şeklinde cevap verdiği görüldü.

Bu sonuçlar doğrultusunda, Öğrencilerinin zamanı iyi değerlendirme ile ilgili yayın-makale okuma durumları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunamadı. ($\chi^2=6.706$; $p>0.05$).

Çizelge 4. 12. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “*zaman yönetimi ile ilgili eğitim aldınız mı?*” sorusuna verdikleri cevap dağılımları

BÖLÜMLER		EVET	HAYIR
BESÖ	<i>n (%)</i>	9 (% 4.0)	215 (% 96.0)
REK	<i>n (%)</i>	31 (% 14.4)	184 (% 85.6)
AEP	<i>n (%)</i>	1 (% 0.5)	208 (% 99.5)
SYP	<i>n (%)</i>	19 (% 8.8)	198 (% 91.2)
SBFÖ	<i>n (%)</i>	60 (% 6.9)	805 (% 93.1)

BESÖ: Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, REK: Rekreasyon, AEP: Antrenörlük Eğitimi Programı, SYP: Spor Yöneticiliği Programı
SBFÖ: Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencileri
 $\chi^2=36.217$, $df=3$, $p=0.000$

Çizelge 4.12.’de görüldüğü üzere, araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencileri zaman yönetimi ile ilgili eğitim aldınız mı sorusuna, % 6.9’u evet, % 93.1’i hayır şeklinde cevap verdiği görüldü.

Bu sonuçlar doğrultusunda, Öğrencilerinin zaman yönetimi ile ilgili eğitim alma durumları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulundu ($\chi^2=36.217$; $p<0.05$).

Çizelge 4. 13. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “*çalışıyor musunuz?*” sorusuna verdikleri cevap dağılımları

BÖLÜMLER		EVET	HAYIR
BESÖ	<i>n (%)</i>	54 (% 24.1)	170 (% 75.9)
REK	<i>n (%)</i>	88 (% 40.9)	127 (% 59.1)
AEP	<i>n (%)</i>	85 (% 40.7)	124 (% 59.3)
SYP	<i>n (%)</i>	71 (% 32.7)	146 (% 67.3)
SBFÖ	<i>n (%)</i>	298 (% 34.5)	567 (% 65.5)

BESÖ: Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, REK: Rekreasyon, AEP: Antrenörlük Eğitimi Programı, SYP: Spor Yöneticiliği Programı
SBFÖ: Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencileri
 $\chi^2=18.478$, $df=3$, $p=0.000$

Çizelge 4.13.’de görüldüğü üzere, araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencileri çalışıyor musunuz sorusuna, % 34.5’i evet, % 65.5’i hayır şeklinde cevap verdiği görüldü.

Bu sonuçlar doğrultusunda, Öğrencilerinin çalışma durumları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulundu ($\chi^2=18.478$; $p<0.05$).

Çizelge 4. 14. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “*okulda haftada toplam bulunma süreniz?*” sorusuna verdikleri cevap dağılımları

BÖLÜMLER		20 SAAT VE DAHA AZ	21-25 SAAT	26-30 SAAT	31-35 SAAT	36-40 SAAT	41 SAAT VE ÜZERİ
BESÖ	<i>n (%)</i>	84 (% 37.5)	70 (% 31.3)	36 (% 16.1)	16 (% 7.1)	8 (%3.6)	10 (% 4.5)
REK	<i>n (%)</i>	84 (% 39.1)	60 (% 27.9)	30 (% 14.0)	11 (% 5.1)	9 (%4.2)	21 (% 9.8)
AEP	<i>n (%)</i>	95 (% 45.5)	49 (% 23.4)	28 (% 13.4)	14 (% 6.7)	12 (%5.7)	11 (% 5.3)
SYP	<i>n (%)</i>	128 (% 59.0)	44 (% 20.3)	25 (% 11.5)	11 (% 5.1)	3 (%1.4)	6 (%2.8)
SBFÖ	<i>n (%)</i>	391 (% 45.2)	223 (% 25.8)	119 (% 13.8)	52 (% 6.0)	32 (%3.7)	48 (% 5.5)

BESÖ: Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, REK: Rekreasyon, AEP: Antrenörlük Eğitimi Programı, SYP: Spor Yöneticisi Programı

SBFÖ: Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencileri

$\chi^2=38.840$, $df=15$, $p=0.001$

Çizelge 4.14.’de görüldüğü üzere, araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencileri okulda haftada toplam bulunma süreniz sorusuna, % 45.2’si 20 saat ve daha az, % 25.8’i 21-25 saat, % 13.8’i 26-30 saat, % 6.0’ı 31-35 saat, % 3.7’si 36-40 saat, % 5.5’i 41 saat ve üzeri şeklinde cevap verdiği görüldü.

Bu sonuçlar doğrultusunda, Öğrencilerinin okulda haftada toplam bulunma süreleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulundu ($\chi^2=18.478$; $p<0.05$).

4.1. Rekreatif Faaliyet Alanlarına Katılım Şekilleri, Düzeyleri, Katılmama Sebepleri ve Kişiy Kazandırdıklarına Yönelik Bulgular

Çizelge 4. 15. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “boş zamanlarda tercih ettikleri etkinlik çeşitleri” dağılımı

BOŞ ZAMANLARDA TERCİH EDİLEN ETKİNLİK ÇEŞİTLERİ							
SORU	BÖLÜMLER	KESİNLİKLE KATILMIYORUM (1)	ZAYIF (2)	ORTA (3)	İYİ (4)	KESİNLİKLE KATILIYORUM (5)	
Genellikle kitap ve gazete okurum	BESÖ	<i>n (%)</i>	17 (% 7.6)	58 (% 25.9)	65 (% 29.0)	51 (% 22.8)	33 (% 14.7)
	REK	<i>n (%)</i>	18 (% 8.4)	51 (% 23.7)	75 (% 34.9)	40 (% 18.6)	31 (% 14.4)
	AEP	<i>n (%)</i>	29 (% 13.9)	52 (% 24.9)	64 (% 30.6)	35 (% 16.7)	29 (% 13.9)
	SYP	<i>n (%)</i>	17 (% 7.8)	53 (% 24.4)	79 (% 36.4)	27 (% 12.4)	41 (% 18.9)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	81 (% 9.4)	214 (%24.7)	283 (%32.7)	153 (%17.7)	134 (%15.5)
Genellikle müzik dinlerim	BESÖ	<i>n (%)</i>	10 (% 4.5)	20 (% 8.9)	57 (% 25.4)	68 (% 30.4)	69 (% 30.8)
	REK	<i>n (%)</i>	10 (% 4.7)	17 (% 7.9)	49 (% 22.8)	62 (% 28.8)	77 (% 35.8)
	AEP	<i>n (%)</i>	8 (% 3.8)	22 (% 10.5)	37 (% 17.7)	65 (% 31.1)	77 (% 36.8)
	SYP	<i>n (%)</i>	6 (% 2.8)	15 (% 6.9)	34 (% 15.7)	69 (% 31.8)	93 (% 42.9)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	34 (% 3.9)	74 (% 8.6)	177 (%20.5)	264 (%30.5)	316 (%36.5)
Genellikle T.V seyredirim	BESÖ	<i>n (%)</i>	40 (% 17.9)	76 (% 33.9)	57 (% 25.4)	35 (% 15.6)	16 (% 7.1)
	REK	<i>n (%)</i>	39 (% 18.1)	57 (% 26.5)	56 (% 26.0)	38 (% 17.7)	25 (% 11.6)
	AEP	<i>n (%)</i>	20 (% 9.6)	49 (% 23.4)	67 (% 32.1)	38 (% 18.2)	35 (% 16.7)
	SYP	<i>n (%)</i>	41 (% 18.9)	63 (% 29.0)	64 (% 29.5)	26 (% 12.0)	23 (% 10.6)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	140 (%16.2)	245 (%28.3)	244 (%28.2)	137 (%15.8)	99 (%11.4)
Genellikle sinema ve tiyatroya giderim	BESÖ	<i>n (%)</i>	28 (% 12.5)	77 (% 34.4)	69 (% 30.8)	35 (% 15.6)	15 (% 6.7)
	REK	<i>n (%)</i>	17 (% 7.9)	44 (% 20.5)	85 (% 39.5)	50 (% 23.3)	19 (% 8.8)
	AEP	<i>n (%)</i>	18 (% 8.6)	38 (% 18.2)	79 (% 37.8)	48 (% 23.0)	26 (% 12.4)
	SYP	<i>n (%)</i>	27 (% 12.4)	65 (% 30.0)	74 (% 34.1)	29 (% 13.4)	22 (% 10.1)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	90 (% 10.4)	224 (% 25.9)	307 (%35.5)	162 (%18.7)	82 (%9.5)
Genellikle çarşı, pazar, fuar, park gibi gezintilere çıkarım	BESÖ	<i>n (%)</i>	14 (% 6.3)	43 (% 19.2)	78 (% 34.8)	60 (% 26.8)	29 (% 12.9)
	REK	<i>n (%)</i>	11 (% 5.1)	47 (% 21.9)	63 (% 29.3)	56 (% 26.8)	38 (% 17.7)
	AEP	<i>n (%)</i>	17 (% 8.1)	39 (% 18.7)	66 (% 31.6)	56 (% 26.8)	31 (% 14.8)
	SYP	<i>n (%)</i>	10 (% 4.6)	32 (% 14.7)	79 (% 36.4)	65 (% 30.0)	31 (% 14.3)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	52 (% 6.0)	161 (%18.6)	286 (%33.1)	237 (%27.4)	129 (%14.9)

BESÖ: Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, REK: Rekreasyon, AEP: Antrenörlük Eğitimi Programı, SYP: Spor Yöneticisi Programı
SBFÖ: Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencileri

Çizelge 4.15.'de görüldüğü üzere, araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin % 65.9'u “genellikle kitap ve gazete okurum”, % 87.5'i “müzik dinlerim”, % 55.4'ü “T.V seyredirim”, % 63.7'si “sinema ve tiyatroya giderim”, % 75.4'ü “çarşı, pazar, fuar, park gibi gezintilere çıkarım” şeklinde boş zamanlarda tercih ettikleri etkinlik çeşitlerini belirttiler.

Çizelge 4. 16. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “*boş zamanlarda tercih ettikleri etkinlik çeşitleri*” dağılımı (devamı)

BOŞ ZAMANLARDA TERCİH EDİLEN ETKİNLİK ÇEŞİTLERİ							
SORU	BÖLÜMLER		KESİNLİKLE KATILMIYORUM (1)	ZAYIF (2)	ORTA (3)	iyi (4)	KESİNLİKLE KATILYORUM (5)
Genellikle spor yaparım	BESÖ	<i>n (%)</i>	9 (% 4.0)	27 (% 12.1)	56 (% 25.0)	73 (% 32.6)	59 (% 26.3)
	REK	<i>n (%)</i>	11 (% 5.1)	28 (% 13.0)	58 (% 27.0)	55 (% 25.6)	63 (% 29.3)
	AEP	<i>n (%)</i>	16 (% 7.7)	20 (% 9.6)	64 (% 30.6)	54 (% 25.8)	55 (% 26.3)
	SYP	<i>n (%)</i>	14 (% 6.5)	21 (% 9.7)	70 (% 32.3)	61 (% 28.1)	51 (% 23.5)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	50 (% 5.8)	96 (%11.1)	248 (%28.7)	243 (%28.1)	228 (%26.4)
Genellikle beceri gerektiren el işleri ve sanatla uğraşırım	BESÖ	<i>n (%)</i>	67 (% 29.9)	71 (% 31.7)	34 (% 15.2)	33 (% 14.7)	19 (% 8.5)
	REK	<i>n (%)</i>	50 (% 23.3)	55 (% 25.6)	50 (% 23.3)	39 (% 18.1)	21 (% 9.8)
	AEP	<i>n (%)</i>	42 (% 20.1)	54 (% 25.8)	52 (% 24.9)	34 (% 16.3)	27 (% 12.9)
	SYP	<i>n (%)</i>	70 (% 32.3)	59 (% 27.2)	46 (% 21.2)	24 (% 11.1)	18 (% 8.3)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	229 (% 26.5)	239 (% 27.6)	182 (%21.0)	130 (%15.0)	85 (%9.8)
Genellikle spor yarışmalarını izlerim	BESÖ	<i>n (%)</i>	15 (% 6.7)	29 (% 12.9)	66 (% 29.5)	66 (% 29.5)	48 (% 21.4)
	REK	<i>n (%)</i>	19 (% 8.8)	41 (% 19.1)	54 (% 25.1)	56 (% 26.0)	45 (% 20.9)
	AEP	<i>n (%)</i>	8 (% 3.8)	33 (% 15.8)	59 (% 28.2)	59 (% 28.2)	50 (% 23.9)
	SYP	<i>n (%)</i>	22 (% 10.1)	36 (% 16.6)	70 (% 32.3)	45 (% 20.7)	44 (% 20.3)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	64 (%7.4)	139 (%16.1)	249 (%28.8)	226 (%26.1)	187 (%21.6)
Genellikle sivil toplum örgütleri ve derneklerin faaliyetlerine katılırım	BESÖ	<i>n (%)</i>	75 (% 33.5)	78 (% 34.8)	41 (% 18.3)	18 (% 8.0)	12 (% 5.4)
	REK	<i>n (%)</i>	73 (% 34.0)	63 (% 29.3)	38 (% 17.7)	24 (% 11.2)	17 (% 7.9)
	AEP	<i>n (%)</i>	61 (% 29.2)	65 (% 31.1)	45 (% 21.5)	27 (% 12.9)	11 (% 5.3)
	SYP	<i>n (%)</i>	80 (% 36.9)	74 (% 34.1)	39 (% 18.0)	18 (% 8.3)	6 (% 2.8)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	289 (% 33.4)	280 (% 32.4)	163 (%18.8)	87 (%10.1)	46 (%5.3)
Genellikle öğretmen evi, lokal gibi yerlere giderim	BESÖ	<i>n (%)</i>	103 (% 46.0)	63 (% 28.1)	31 (% 13.8)	20 (% 8.9)	7 (% 3.1)
	REK	<i>n (%)</i>	98 (% 45.6)	54 (% 25.1)	31 (% 14.4)	20 (% 9.3)	12 (% 5.6)
	AEP	<i>n (%)</i>	92 (% 44.0)	48 (% 23.0)	41 (% 19.6)	18 (% 8.6)	10 (% 4.8)
	SYP	<i>n (%)</i>	124 (% 57.1)	59 (% 27.2)	22 (% 10.1)	5 (% 2.3)	7 (% 3.2)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	417 (% 48.2)	224 (%25.9)	125 (%14.5)	63 (%7.3)	36 (%4.2)

BESÖ: Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, REK: Rekreasyon, AEP: Antrenörlük Eğitimi Programı, SYP: Spor Yöneticiliği Programı
SBFÖ: Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencileri

Çizelge 4.16.’de görüldüğü üzere, araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin % 83.2’si “*genellikle spor yaparım*”, % 45,8’i “*beceri gerektiren el işleri ve sanatla uğraşırım*”, % 76,5’i “*spor yarışmalarını izlerim*”, % 34.2’si “*sivil toplum örgütleri ve derneklerin faaliyetlerine katılırım*”, % 26’sı “*öğretmen evi, lokal gibi yerlere giderim*” şeklinde boş zamanlarda tercih ettikleri etkinlik çeşitlerini belirttiler.

Çizelge 4. 17. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “*boş zamanlarda tercih ettikleri etkinlik çeşitleri*” dağılımı (devamı)

BOŞ ZAMANLARDA TERCİH EDİLEN ETKİNLİK ÇEŞİTLERİ							
SORU	BÖLÜMLER		KESİNLİKLE KATILMIYORUM (1)	ZAYIF (2)	ORTA (3)	İYİ (4)	KESİNLİKLE KATILIYORUM (5)
Genellikle bir müzik aleti çalarım, orkestra, solo, koro, gibi faaliyetlere katılıyorum	BESÖ	<i>n (%)</i>	109 (% 48.7)	47 (% 21.0)	36 (% 16.1)	20 (% 8.9)	12 (% 5.4)
	REK	<i>n (%)</i>	101 (% 47.0)	50 (% 23.3)	25 (% 11.6)	21 (% 9.8)	18 (% 8.4)
	AEP	<i>n (%)</i>	87 (% 41.6)	45 (% 21.5)	48 (% 23.0)	14 (% 6.7)	15 (% 7.2)
	SYP	<i>n (%)</i>	129 (% 59.4)	36 (% 16.6)	39 (% 18.0)	6 (% 2.8)	7 (% 3.2)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	426 (% 49.2)	178 (%20.6)	148 (%17.1)	61 (%7.1)	52 (%6.0)
Genellikle internette sörf, chat yaparım veya bilgisayar oyunu oynarım	BESÖ	<i>n (%)</i>	41 (% 18.3)	63 (% 28.1)	52 (% 23.2)	44 (% 19.6)	24 (% 10.7)
	REK	<i>n (%)</i>	36 (% 16.7)	50 (% 23.3)	58 (% 27.0)	48 (% 22.3)	23 (% 10.7)
	AEP	<i>n (%)</i>	36 (% 17.2)	51 (% 24.4)	54 (% 25.8)	43 (% 20.6)	25 (% 12.0)
	SYP	<i>n (%)</i>	51 (% 23.5)	45 (% 20.7)	55 (% 25.3)	38 (% 17.5)	28 (% 12.9)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	164 (% 19.0)	209 (% 24.2)	219 (%25.3)	173 (%20.0)	100 (%11.6)
Genellikle arkadaş ziyaretlerine giderim	BESÖ	<i>n (%)</i>	13 (%5.8)	48 (%21.4)	79 (%35.3)	64 (28.6)	20 (%8.9)
	REK	<i>n (%)</i>	15 (%7.0)	32 (%14.9)	71 (%33.0)	61 (%28.4)	36 (%16.7)
	AEP	<i>n (%)</i>	12 (%5.7)	32 (%15.3)	72 (%34.4)	57 (%27.3)	36 (%17.2)
	SYP	<i>n (%)</i>	18 (%8.3)	36 (%16.6)	87 (%40.1)	49 (%22.6)	27 (%12.4)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	58 (%6.7)	148 (%17.1)	309 (%35.7)	231 (%26.7)	119 (%13.8)
Genellikle ilmi ve kültürel faaliyetlere katılıyorum	BESÖ	<i>n (%)</i>	50 (%22.3)	62 (%27.7)	66 (%29.5)	35 (%15.6)	11 (%4.9)
	REK	<i>n (%)</i>	42 (%19.5)	63 (%29.3)	68 (%31.6)	26 (%12.1)	16 (%7.4)
	AEP	<i>n (%)</i>	40 (%19.1)	61 (%29.2)	58 (%27.8)	30 (%14.4)	20 (%9.6)
	SYP	<i>n (%)</i>	48 (%22.1)	61 (%28.1)	82 (%37.8)	20 (%9.2)	6 (%2.8)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	180 (%20.8)	247 (%28.6)	274 (%31.7)	111 (%12.8)	53 (%6.1)
Genellikle şans oyunları oynarım	BESÖ	<i>n (%)</i>	100 (%44.6)	39 (%17.4)	36 (%16.1)	33 (%14.7)	16 (%7.1)
	REK	<i>n (%)</i>	85 (%39.5)	38 (%17.7)	37 (%17.2)	31 (%14.4)	24 (%11.2)
	AEP	<i>n (%)</i>	70 (%33.5)	33 (%15.8)	53 (%25.4)	25 (%12.0)	28 (%13.4)
	SYP	<i>n (%)</i>	108 (%49.8)	36 (%16.6)	41 (%18.9)	17 (%7.8)	15 (%6.9)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	363 (%42.0)	146 (%16.9)	167 (%19.3)	106 (%12.3)	83 (%9.6)

BESÖ: Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, REK: Rekreasyon, AEP: Antrenörlük Eğitimi Programı, SYP: Spor Yöneticiliği Programı
SBFÖ: Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencileri

Çizelge 4.17.’de görüldüğü üzere, araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin % 30.2’si “*Genellikle bir müzik aleti çalarım, orkestra, solo, koro, gibi faaliyetlere katılıyorum*”, % 56.0’ı “*internette sörf, chat yaparım veya bilgisayar oyunu oynarım*”, % 76.2’si “*arkadaş ziyaretlerine giderim*”, % 50.6’sı “*ilmi ve kültürel faaliyetlere katılıyorum*”, % 41.2’si “*şans oyunları oynarım*” şeklinde boş zamanlarda tercih ettikleri etkinlik çeşitlerini belirttiler.

Çizelge 4. 18. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “*boş zamanlarda tercih ettikleri etkinlik çeşitleri*” ortalama değerleri

BOŞ ZAMANLARDA TERCİH EDİLEN ETKİNLİK ÇEŞİTLERİ	\bar{X}	SS
Genellikle kitap ve gazete okurum	3.05	1.19
Genellikle müzik dinlerim	3.87	1.11
Genellikle T.V seyredirim	2.78	1.22
Genellikle sinema ve tiyatroya giderim	2.91	1.11
Genellikle çarşı. pazar. fuar. park gibi gezintilere çıkarım	3.26	1.10
Genellikle spor yaparım	3.58	1.15
Genellikle beceri gerektiren el işleri ve sanatla uğraşırım	2.54	1.29
Genellikle spor yarışmalarını izlerim	3.38	1.19
Genellikle sivil toplum örgütleri ve derneklerin faaliyetlerine katılırım	2.21	1.16
Genellikle öğretmen evi. lokal gibi yerlere giderim	1.93	1.13
Genellikle bir müzik aleti çalarım. orkestra. solo. koro. gibi faaliyetlere katılırım	2.00	1.22
Genellikle internette sörf. chat yaparım veya bilgisayar oyunu oynarım	2.81	1.27
Genellikle arkadaş ziyaretlerine giderim	3.23	1.09
Genellikle ilmi ve kültürel faaliyetlere katılırım	2.54	1.13
Genellikle şans oyunları oynarım	2.30	1.36

Çizelge 4.18.'de görüldüğü üzere, araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin boş zamanlarda en çok tercih ettikleri etkinlik çeşitini şu şekilde sıralayabiliriz;

- 1) Müzik dinlerim (% 87.5)
- 2) Spor yaparım (% 83.2)
- 3) Spor yarışmalarını izlerim (% 76.5)
- 4) Arkadaş ziyaretlerine giderim (% 76.2)
- 5) Çarşı. pazar. fuar. park gibi gezintilere çıkarım (% 75.4)
- 6) Kitap ve gazete okurum (%65.9)

Çizelge 4. 19. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “*boş zaman etkinliklerinin tercih edilme nedenleri*” dağılımı

BOŞ ZAMAN ETKİNLİKLERİNİN TERCİH EDİLME NEDENLERİ							
SORU	BÖLÜMLER		KESİNLİKLE KATILMIYORUM (1)	ZAYIF (2)	ORTA (3)	İYİ (4)	KESİNLİKLE KATILYORUM (5)
En iyi yapabildiğim ve yeteneklerime uygun olduğum için	BESÖ	<i>n (%)</i>	9 (%4.0)	21 (%9.4)	59 (%26.3)	73 (%32.6)	62 (%27.7)
	REK	<i>n (%)</i>	14 (%6.5)	19 (%8.8)	68 (%31.6)	57 (%26.5)	57 (%26.5)
	AEP	<i>n (%)</i>	16 (%7.7)	22 (%10.5)	58 (%27.8)	59 (%28.2)	54 (%25.8)
	SYP	<i>n (%)</i>	21 (%9.7)	16 (%7.4)	68 (%31.3)	57 (%26.3)	55 (%25.3)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	60 (%6.9)	78 (%9.0)	253 (%29.2)	246 (%28.4)	228 (%26.4)
Arkadaşlarımla birlikte olabileceğim için	BESÖ	<i>n (%)</i>	10 (%4.5)	31 (%13.8)	66 (%29.5)	82 (%36.6)	35 (%15.6)
	REK	<i>n (%)</i>	18 (%8.4)	24 (%11.2)	61 (%28.4)	73 (%34.0)	39 (%18.1)
	AEP	<i>n (%)</i>	5 (%2.4)	33 (%15.8)	59 (%28.2)	63 (%30.1)	49 (%23.4)
	SYP	<i>n (%)</i>	14 (%6.5)	22 (%10.1)	56 (%25.8)	79 (%36.4)	46 (%21.2)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	47 (%5.4)	110 (%12.7)	242 (%28.0)	297 (%34.3)	169 (%19.5)
Fazla para harcamamı gerektirmediği için	BESÖ	<i>n (%)</i>	28 (%12.5)	35 (%15.6)	69 (%30.8)	52 (%23.2)	40 (%17.9)
	REK	<i>n (%)</i>	27 (%12.6)	36 (%16.7)	65 (%30.2)	53 (%24.7)	34 (%15.8)
	AEP	<i>n (%)</i>	21 (%10.0)	46 (%22.0)	66 (%31.6)	44 (%21.1)	32 (%15.3)
	SYP	<i>n (%)</i>	8 (%3.7)	39 (%18.0)	81 (%37.3)	57 (%26.3)	32 (%14.7)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	84 (%9.7)	156 (%18.0)	281 (%32.5)	206 (%23.8)	138 (%16.0)
Faaliyetlere katılmamı engelleyecek çevre ve aile baskısının olmadığı için	BESÖ	<i>n (%)</i>	25 (%11.2)	32 (%14.3)	70 (%31.3)	50 (%22.3)	47 (%21.0)
	REK	<i>n (%)</i>	26 (%12.1)	28 (%13.0)	70 (%32.6)	51 (%23.7)	40 (%18.6)
	AEP	<i>n (%)</i>	25 (%12.0)	29 (%13.9)	60 (%28.7)	54 (%25.8)	41 (%19.6)
	SYP	<i>n (%)</i>	37 (%17.1)	30 (%13.8)	55 (%25.3)	43 (%19.8)	52 (%24.0)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	113 (%13.1)	119 (%13.8)	255 (%29.5)	198 (%22.9)	180 (%20.8)
Rahatlama ve iş ortamından uzaklaşmak için	BESÖ	<i>n (%)</i>	24 (%10.7)	24 (%10.7)	60 (%26.8)	58 (%25.9)	58 (%25.9)
	REK	<i>n (%)</i>	13 (%6.0)	35 (%16.3)	49 (%22.8)	69 (%32.1)	49 (%22.8)
	AEP	<i>n (%)</i>	9 (%4.3)	25 (%12.0)	54 (%25.8)	67 (%32.1)	54 (%25.8)
	SYP	<i>n (%)</i>	20 (%9.2)	22 (%10.1)	52 (%24.0)	60 (%27.6)	63 (%29.0)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	66 (%7.6)	106 (%12.3)	215 (%24.9)	254 (%29.4)	224 (%25.9)

BESÖ: Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, REK: Rekreasyon, AEP: Antrenörlük Eğitimi Programı, SYP: Spor Yöneticisi Programı
SBFÖ: Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencileri

Çizelge 4.19.'da görüldüğü üzere, araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin % 84.0'ı “*en iyi yapabildiğim ve yeteneklerime uygun olduğum için*”, % 81.8'i “*arkadaşlarımla birlikte olabileceğim için*”, % 72.3'ü “*fazla para harcamamı gerektirmediği için*”, % 73.2'si “*faaliyetlere katılmamı engelleyecek çevre ve aile baskısının olmadığı için*”, % 80.2'si “*rahatlama ve iş ortamından uzaklaşmak için*” şeklinde boş zaman etkinliklerinin tercih edilme nedenlerini belirttiler.

Çizelge 4. 20. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “*boş zaman etkinliklerinin tercih edilme nedenleri*” dağılımı (devamı)

BOŞ ZAMAN ETKİNLİKLERİNİN TERCİH EDİLME NEDENLERİ							
SORU	BÖLÜMLER		KESİNLİKLE KATILMIYORUM (1)	ZAYIF (2)	ORTA (3)	İYİ (4)	KESİNLİKLE KATILIYORUM (5)
Faaliyet merkezine kolayca ulaşabildiğim için	BESÖ	<i>n (%)</i>	20 (%8.9)	30 (%13.4)	75 (%33.5)	65 (%29.0)	34 (%15.2)
	REK	<i>n (%)</i>	13 (%6.0)	38 (%17.7)	79 (%36.7)	52 (%24.2)	33 (%15.3)
	AEP	<i>n (%)</i>	15 (%7.2)	34 (%16.3)	80 (%38.3)	47 (%22.5)	33 (%15.8)
	SYP	<i>n (%)</i>	31 (%14.3)	34 (%15.7)	81 (%37.3)	43 (%19.8)	28 (%12.9)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	79 (%9.1)	136 (%15.7)	315 (%36.4)	207 (%23.9)	128 (%14.8)
Güzel bir ortam sağlamak için	BESÖ	<i>n (%)</i>	11 (%4.9)	19 (%8.5)	73 (%32.6)	69 (%30.8)	52 (%23.2)
	REK	<i>n (%)</i>	8 (%3.7)	26 (%12.1)	72 (%33.5)	66 (%30.7)	43 (%20.0)
	AEP	<i>n (%)</i>	10 (%4.8)	24 (%11.5)	62 (%29.7)	51 (%24.4)	62 (%29.7)
	SYP	<i>n (%)</i>	8 (%3.7)	34 (%15.7)	48 (%22.1)	75 (%34.6)	52 (%24.0)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	37 (%4.3)	103 (%11.9)	255 (%29.5)	261 (%30.2)	209 (%24.2)
Faaliyet yapmak istediğim etkinlik alanlarıyla ilgili tesis ve araç-gereçlerin yeterli olması	BESÖ	<i>n (%)</i>	20 (%8.9)	27 (%12.1)	81 (%36.2)	63 (%28.1)	33 (%14.7)
	REK	<i>n (%)</i>	17 (%7.9)	45 (%20.9)	71 (%33.0)	54 (%25.1)	28 (%13.0)
	AEP	<i>n (%)</i>	10 (%4.8)	33 (%15.8)	76 (%36.4)	47 (%22.5)	43 (%20.6)
	SYP	<i>n (%)</i>	30 (%13.8)	30 (%13.8)	75 (%34.6)	49 (%22.6)	33 (%15.2)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	77 (%8.9)	135 (%15.6)	303 (%35.0)	213 (%24.6)	137 (%15.8)
Faaliyet yapmak istediğim etkinlik alanlarıyla ilgili hazırlanmış programların olması	BESÖ	<i>n (%)</i>	19 (%8.5)	43 (%19.2)	72 (%32.1)	62 (%27.7)	28 (%12.5)
	REK	<i>n (%)</i>	20 (%9.3)	42 (%19.5)	77 (%35.8)	48 (%22.3)	28 (%13.0)
	AEP	<i>n (%)</i>	18 (%8.6)	40 (%19.1)	80 (%38.3)	40 (%19.1)	31 (%14.8)
	SYP	<i>n (%)</i>	36 (%16.6)	60 (%27.6)	64 (%29.5)	42 (%19.4)	15 (%6.9)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	93 (%10.8)	185 (%21.4)	293 (%33.9)	192 (%22.2)	102 (%11.8)
Aldığım eğitimin yönlendirilmesi	BESÖ	<i>n (%)</i>	13 (%5.8)	45 (%20.1)	75 (%33.5)	59 (%26.3)	32 (%14.3)
	REK	<i>n (%)</i>	17 (%7.9)	38 (%17.7)	59 (%27.4)	66 (%30.7)	35 (%16.3)
	AEP	<i>n (%)</i>	12 (%5.7)	30 (%14.4)	73 (%34.9)	55 (%26.3)	39 (%18.7)
	SYP	<i>n (%)</i>	26 (%12.0)	38 (%17.5)	63 (%29.0)	52 (%24.0)	38 (%17.5)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	68 (%7.9)	151 (%17.5)	270 (%31.2)	232 (%26.8)	144 (%16.6)

BESÖ: Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, REK: Rekreasyon, AEP: Antrenörlük Eğitimi Programı, SYP: Spor Yöneticisi Programı
SBFÖ: Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencileri

Çizelge 4.20.’de görüldüğü üzere, araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin % 75.1’i “*faaliyet merkezine kolayca ulaşabildiğim için*”, % 83.9’u “*güzel bir ortam sağlamak için*”, % 75.4’ü “*faaliyet yapmak istediğim etkinlik alanlarıyla ilgili tesis ve araç-gereçlerin yeterli olması*”, % 67.9’u “*faaliyet yapmak istediğim etkinlik alanlarıyla ilgili hazırlanmış programların olması*”, % 74.6’sı “*aldığım eğitimin yönlendirilmesi*” şeklinde boş zaman etkinliklerinin tercih edilme nedenlerini belirttiler.

Çizelge 4. 21. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “*boş zaman etkinliklerinin tercih edilme nedenleri*” dağılımı (devamı)

BOŞ ZAMAN ETKİNLİKLERİNİN TERCİH EDİLME NEDENLERİ							
SORU	BÖLÜMLER		KESİNLİKLE KATILMIYORUM (1)	ZAYIF (2)	ORTA (3)	İYİ (4)	KESİNLİKLE KATILYORUM (5)
Sağlığımı korumak için	BESÖ	<i>n (%)</i>	11 (%4.9)	22 (%9.8)	62 (%27.7)	71 (%31.7)	58 (%25.9)
	REK	<i>n (%)</i>	9 (%4.2)	28 (%13.0)	68 (%31.6)	62 (%28.8)	48 (%22.3)
	AEP	<i>n (%)</i>	9 (%4.3)	24 (%11.5)	52 (%24.9)	74 (%35.4)	50 (%23.9)
	SYP	<i>n (%)</i>	21 (%9.7)	24 (%11.1)	57 (%26.3)	65 (%30.0)	50 (%23.0)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	50 (%5.8)	98 (%11.3)	239 (%27.6)	272 (%31.4)	206 (%23.8)
Sağlığımı kazanmak için	BESÖ	<i>n (%)</i>	30 (%13.4)	36 (%16.1)	53 (%23.7)	59 (%26.3)	46 (%20.5)
	REK	<i>n (%)</i>	20 (%9.3)	32 (%14.9)	61 (%28.4)	54 (%25.1)	48 (%22.3)
	AEP	<i>n (%)</i>	12 (%5.7)	32 (%15.3)	55 (%26.3)	67 (%32.1)	43 (%20.6)
	SYP	<i>n (%)</i>	34 (%15.7)	20 (%9.2)	59 (%27.2)	56 (%25.8)	48 (%22.1)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	96 (%11.1)	120 (%13.9)	228 (%26.4)	236(%27.3)	185(%21.4)
Kilo problemlerim yüzünden	BESÖ	<i>n (%)</i>	84 (%37.5)	42 (%18.8)	48 (%21.4)	31 (%13.8)	19 (%8.5)
	REK	<i>n (%)</i>	62 (%28.8)	40 (%18.6)	41 (%19.1)	53 (%24.7)	19 (%8.8)
	AEP	<i>n (%)</i>	54 (%25.8)	42 (%20.1)	45 (%21.5)	47 (%22.5)	21 (%10.0)
	SYP	<i>n (%)</i>	80 (%36.9)	39 (%18.0)	44 (%20.3)	24 (%11.1)	30 (%13.8)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	280 (%32.4)	163 (%18.8)	178(%20.6)	155 (%17.9)	89 (%10.3)
Alışkanlık kazandığım ve bu alışkanlığı sürdürmek için	BESÖ	<i>n (%)</i>	21 (%9.4)	36 (%16.1)	62 (%27.7)	56 (%25.0)	49 (%21.9)
	REK	<i>n (%)</i>	27 (%12.6)	33 (%15.3)	67 (%31.2)	44 (%20.5)	44 (%20.5)
	AEP	<i>n (%)</i>	10 (%4.8)	27 (%12.9)	79 (%37.8)	43 (%20.6)	50 (%23.9)
	SYP	<i>n (%)</i>	24 (%11.1)	34 (%15.7)	62 (%28.6)	51 (%23.5)	46 (%21.2)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	82 (%9.5)	130 (%15.0)	270 (%31.2)	194 (%22.4)	189 (%21.8)

BESÖ: Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, REK: Rekreasyon, AEP: Antrenörlük Eğitimi Programı, SYP: Spor Yöneticiliği Programı
SBFÖ: Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencileri

Çizelge 4.21.'de görüldüğü üzere, araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin % 82.8'i “sağlığımı korumak için”, % 75.1'i “sağlığımı kazanmak için” , % 48.8’ü “kilo problemlerim yüzünden”, % 75.4’ü “alışkanlık kazandığım ve bu alışkanlığı sürdürmek için”, şeklinde boş zaman etkinliklerinin tercih edilme nedenlerini belirttiler.

Çizelge 4. 22. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “*boş zaman etkinliklerinin tercih edilme nedenleri*” ortalama değerleri

BOŞ ZAMAN ETKİNLİKLERİNİN TERCİH EDİLME NEDENLERİ	\bar{X}	SS
En iyi yapabildiğim ve yeteneklerime uygun olduğu için	3.58	1.16
Arkadaşlarımla birlikte olabileceğim için	3.49	1.10
Fazla para harcamamı gerektirmediği için	3.18	1.18
Faaliyetlere katılmamı engelleyecek çevre ve aile baskısının olmadığı için	3.24	1.28
Rahatlama ve iş ortamından uzaklaşmak için	3.53	1.21
Faaliyet merkezine kolayca ulaşabildiğim için	3.19	1.14
Güzel bir ortam sağlamak için	3.58	1.10
Faaliyet yapmak istediğim etkinlik alanlarıyla ilgili tesis ve araç-gereçlerin yeterli olması	3.22	1.15
Faaliyet yapmak istediğim etkinlik alanlarıyla ilgili hazırlanmış programların olması	3.02	1.15
Aldığım eğitimin yönlendirilmesi	3.26	1.16
Sağlığımı korumak için	3.56	1.13
Sağlığımı kazanmak için	3.34	1.26
Kilo problemlerim yüzünden	2.54	1.36
Alışkanlık kazandığım ve bu alışkanlığı sürdürmek için	3.32	1.23

Çizelge 4.22.'de görüldüğü üzere, araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin boş zaman etkinliklerinin en çok tercih edilme nedenlerini şu şekilde sıralayabiliriz;

- 1) En iyi yapabildiğim ve yeteneklerime uygun olduğu için (% 84.0)
- 2) Güzel bir ortam sağlamak için (% 83.9)
- 3) Sağlığımı korumak için (% 82.8)
- 4) Arkadaşlarımla birlikte olabileceğim için (% 81.8)
- 5) Rahatlama ve iş ortamından uzaklaşmak için (% 80.2)

Çizelge 4. 23. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “*boş zaman etkinliklerine genellikle katılma şekli*” dağılımı

BOŞ ZAMAN ETKİNLİKLERİNE GENELLİKLE KATILMA ŞEKLİ							
SORU	BÖLÜMLER		KESİNLİKLE KATILMIYORUM (1)	ZAYIF (2)	ORTA (3)	İYİ (4)	KESİNLİKLE KATILIYORUM (5)
Genellikle yalnız	BESÖ	<i>n (%)</i>	60 (% 26.8)	46 (% 20.5)	58 (% 25.9)	36 (% 16.1)	24 (% 10.7)
	REK	<i>n (%)</i>	57 (% 26.5)	48 (% 22.3)	51 (% 23.7)	35 (% 16.3)	24 (% 11.2)
	AEP	<i>n (%)</i>	57 (% 27.3)	36 (% 17.2)	55 (% 26.3)	31 (% 14.8)	30 (% 14.4)
	SYP	<i>n (%)</i>	62 (% 28.6)	34 (% 15.7)	63 (% 29.0)	26 (% 12.0)	32 (% 14.7)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	236 (% 27.3)	164 (% 19.0)	227(% 26.2)	128 (% 14.8)	110 (% 12.7)
Genellikle ailemle	BESÖ	<i>n (%)</i>	86 (% 38.4)	62 (% 27.7)	49 (% 21.9)	21 (% 9.4)	6 (% 2.7)
	REK	<i>n (%)</i>	57 (% 26.5)	56 (% 26.0)	52 (% 24.2)	32 (% 14.9)	18 (% 8.4)
	AEP	<i>n (%)</i>	54 (% 25.8)	48 (% 23.0)	50 (% 23.9)	34 (% 16.3)	23 (% 11.0)
	SYP	<i>n (%)</i>	62 (% 28.6)	58 (% 26.7)	54 (% 24.9)	26 (% 12.0)	17 (% 7.8)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	259 (% 29.9)	224 (% 25.9)	205 (% 23.7)	113(% 13.1)	64(% 7.4)
Genellikle arkadaşlarımla	BESÖ	<i>n (%)</i>	11 (% 4.9)	22 (% 9.8)	47 (% 21.0)	76 (% 33.9)	68 (% 30.4)
	REK	<i>n (%)</i>	24 (% 11.2)	28 (% 13.0)	51 (% 23.7)	54 (% 25.1)	58 (% 27.0)
	AEP	<i>n (%)</i>	12 (% 5.7)	20 (% 9.6)	46 (% 22.0)	55 (% 26.3)	76 (% 36.4)
	SYP	<i>n (%)</i>	12 (% 5.5)	19 (% 8.8)	67 (% 30.9)	61 (% 28.1)	58 (% 26.7)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	59 (% 6.8)	89 (% 10.3)	211 (% 24.4)	246(% 28.4)	260 (% 30.1)
Genellikle uzman kişilerin rehberliğinde	BESÖ	<i>n (%)</i>	83 (%37.1)	63 (%28.1)	41 (%18.3)	20 (%8.9)	17 (%7.6)
	REK	<i>n (%)</i>	63 (%29.3)	43 (%20.0)	46 (%21.4)	39 (%18.1)	24 (%11.2)
	AEP	<i>n (%)</i>	76 (%36.4)	40 (%19.1)	44 (%21.1)	35 (%16.7)	14 (%6.7)
	SYP	<i>n (%)</i>	93 (%42.9)	53 (%24.4)	32 (%14.7)	26 (%12.0)	13 (%6.0)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	315 (%36.4)	199(%23.0)	163(%18.8)	120(%13.9)	68 (%7.9)

BESÖ: Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, REK: Rekreasyon, AEP: Antrenörlük Eğitimi Programı, SYP: Spor Yöneticiliği Programı
SBFÖ: Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencileri

Çizelge 4.23.'de görüldüğü üzere, araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin % 53.7'si “yalnız”, % 44.2'si “ailemle” , % 82.9'u “arkadaşlarımla”, % 40.6'sı “uzman kişilerin rehberliğinde”, şeklinde boş zaman etkinliklerine genellikle katılma şeklini belirttiler.

Çizelge 4. 24. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “*boş zaman etkinliklerine genellikle katılma şekli*” ortalama değerleri

BOŞ ZAMAN ETKİNLİKLERİNE GENELLİKLE KATILMA ŞEKLİ	\bar{X}	SS
Genellikle yalnız	2.66	1.35
Genellikle ailemle	2.42	1.24
Genellikle arkadaşlarımla	3.64	1.20
Genellikle uzman kişilerin rehberliğinde	2.33	1.30

Çizelge 4.24.'de görüldüğü üzere, araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin şeklinde boş zaman etkinliklerine genellikle katılma şekillerini şu şekilde sıralayabiliriz;

- 1) Arkadaşlarımla (% 82.9)
- 2) Yalnız (%53.7)
- 3) Ailemle (% 44.2)
- 4) Uzman kişilerin rehberliğinde (% 40.6)

Çizelge 4. 25. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “*boş zaman etkinliklerine genellikle katılma yerleri*” dağılımı

BOŞ ZAMAN ETKİNLİKLERİNE GENELLİKLE KATILMA YERLERİ							
SORU	BÖLÜMLER		KESİNLİKLE KATILMIYORUM (1)	ZAYIF (2)	ORTA (3)	İYİ (4)	KESİNLİKLE KATILIYORUM (5)
Ev	BESÖ	<i>n (%)</i>	64 (% 28.6)	54 (% 24.1)	56 (% 25.0)	28 (% 12.5)	22 (% 9.8)
	REK	<i>n (%)</i>	43 (% 20.0)	54 (% 25.1)	70 (% 32.6)	25 (% 11.6)	23 (% 10.7)
	AEP	<i>n (%)</i>	42 (% 20.1)	38 (% 18.2)	52 (% 24.9)	39 (% 18.7)	38 (% 18.2)
	SYP	<i>n (%)</i>	42 (% 19.4)	58 (% 26.7)	67 (% 30.9)	29 (% 13.4)	21 (% 9.7)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	191 (% 22.1)	204 (% 23.6)	245(% 28.3)	121 (% 14.0)	104 (% 12.0)
Okul	BESÖ	<i>n (%)</i>	19 (% 8.5)	42 (% 18.8)	76 (% 33.9)	55 (% 24.6)	32 (% 14.3)
	REK	<i>n (%)</i>	22 (% 10.2)	50 (% 23.3)	70 (% 32.6)	45 (% 20.9)	28 (% 13.0)
	AEP	<i>n (%)</i>	29 (% 13.9)	43 (% 20.6)	66 (% 31.6)	44 (% 21.1)	27 (% 12.9)
	SYP	<i>n (%)</i>	21 (% 9.7)	38 (% 17.5)	94 (% 43.3)	39 (% 18.0)	25 (% 11.5)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	91 (% 10.5)	173 (% 20.0)	306 (% 35.4)	183 (% 21.2)	112 (% 12.9)
Spor tesisleri	BESÖ	<i>n (%)</i>	12 (% 5.4)	25 (% 11.2)	67 (% 29.9)	68 (% 30.4)	52 (% 23.2)
	REK	<i>n (%)</i>	13 (% 6.0)	41 (% 19.1)	56 (% 26.0)	53 (% 24.7)	52 (% 24.2)
	AEP	<i>n (%)</i>	16 (% 7.7)	29 (% 13.9)	55 (% 26.3)	64 (% 30.6)	45 (% 21.5)
	SYP	<i>n (%)</i>	15 (% 6.9)	32 (% 14.7)	62 (% 28.6)	57 (% 26.3)	51 (% 23.5)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	56 (% 6.5)	127 (% 14.7)	240 (% 27.7)	242(% 28.0)	200 (% 23.1)
Oyun salonları	BESÖ	<i>n (%)</i>	42 (%18.8)	49 (%21.9)	58 (%25.9)	44 (%19.6)	31 (%13.8)
	REK	<i>n (%)</i>	50 (%23.3)	49 (%22.8)	59 (%27.4)	27 (%12.6)	30 (%14.0)
	AEP	<i>n (%)</i>	45 (%21.5)	41 (%19.6)	52 (%24.9)	46 (%22.0)	25 (%12.0)
	SYP	<i>n (%)</i>	56 (%25.8)	41 (%18.9)	61 (%28.1)	45 (%20.7)	14 (%6.5)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	193 (%22.3)	180 (%20.8)	230 (%26.6)	162 (%18.7)	100 (%11.6)

BESÖ: Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, REK: Rekreasyon, AEP: Antrenörlük Eğitimi Programı, SYP: Spor Yöneticiliği Programı
SBFÖ: Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencileri

Çizelge 4.25.’de görüldüğü üzere, araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin % 54.4’ü “*evde*”, % 69.5’i “*okulda*”, % 78.8’i “*spor tesisleri*”, % 56.9’u “*oyun salonlarında*”, şeklinde boş zaman etkinliklerine genellikle katılma yerlerini belirttiler.

Çizelge 4. 26. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “*boş zaman etkinliklerine genellikle katılma yerleri*” dağılımı (devamı)

BOŞ ZAMAN ETKİNLİKLERİNE GENELLİKLE KATILMA YERLERİ							
SORU	BÖLÜMLER		KESİNLİKLE KATILMIYORUM (1)	ZAYIF (2)	ORTA (3)	İYİ (4)	KESİNLİKLE KATILIYORUM (5)
Dernek, lokal, sendika vb. yerler	BESÖ	<i>n (%)</i>	97 (%43.3)	51 (%22.8)	40 (%17.9)	24 (%10.7)	12 (%5.4)
	REK	<i>n (%)</i>	72 (%33.5)	38 (%17.7)	53 (%24.7)	31 (%14.4)	21 (%9.8)
	AEP	<i>n (%)</i>	86 (%41.1)	35 (%16.7)	41 (%19.6)	34 (%16.3)	13 (%6.2)
	SYP	<i>n (%)</i>	95 (%43.8)	52 (%24.0)	47 (%21.7)	16 (%7.4)	7 (%3.2)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	350 (%40.5)	176 (%20.3)	181(%20.9)	105 (%12.1)	53 (%6.1)
Açık ve kırsal alanlar	BESÖ	<i>n (%)</i>	40 (%17.9)	33 (%14.7)	73 (%32.6)	44 (%19.6)	34 (%15.2)
	REK	<i>n (%)</i>	37 (%17.2)	24 (%11.2)	69 (%32.1)	54 (%25.1)	31 (%14.4)
	AEP	<i>n (%)</i>	32 (%15.3)	26 (%12.4)	60 (%28.7)	56 (%26.8)	35 (%16.7)
	SYP	<i>n (%)</i>	42 (%19.4)	22 (%10.1)	63 (%29.0)	57 (%26.3)	33 (%15.2)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	151 (%17.5)	105 (%12.1)	265 (%30.6)	211 (%24.4)	133 (%15.4)
İnternet-cafe	BESÖ	<i>n (%)</i>	98 (%43.8)	37 (%16.5)	50 (%22.3)	22 (%9.8)	17 (%7.6)
	REK	<i>n (%)</i>	105 (%48.8)	32 (%14.9)	34(%15.8)	27 (%12.6)	17 (%7.9)
	AEP	<i>n (%)</i>	79 (%37.8)	46 (%22.0)	38 (%18.2)	27 (%12.9)	19 (%9.1)
	SYP	<i>n (%)</i>	101 (%46.5)	35 (%16.1)	42 (%19.4)	23 (%10.6)	16 (%7.4)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	383 (%44.3)	150 (%17.3)	164 (%19.0)	99 (%11.4)	69 (%8.0)
El sanatları uygulama merkezleri	BESÖ	<i>n (%)</i>	123 (%54.9)	38 (%17.0)	26 (%11.6)	23 (%10.3)	14 (%6.3)
	REK	<i>n (%)</i>	98 (%45.6)	53 (%24.7)	31 (%14.4)	24 (%11.2)	9 (%4.2)
	AEP	<i>n (%)</i>	108 (%51.7)	33 (%15.8)	36 (%17.2)	24 (%11.5)	8 (%3.8)
	SYP	<i>n (%)</i>	118 (%54.4)	38 (%17.5)	29 (%13.4)	14 (%6.5)	18 (%8.3)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	447 (%51.7)	162 (%18.7)	122 (%14.1)	85 (%9.8)	49 (%5.7)

BESÖ: Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, REK: Rekreasyon, AEP: Antrenörlük Eğitimi Programı, SYP: Spor Yöneticiliği Programı
SBFÖ: Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencileri

Çizelge 4.26.’da görüldüğü üzere, araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin % 39.1’i “*Dernek, lokal, sendika vb. yerlerde*”, % 70.4’ü “*Açık ve kırsal alanlarda*”, % 38.4’ü “*internet-cafe*”, % 29.6’sı “*el sanatları uygulama merkezleri*”, şeklinde boş zaman etkinliklerine genellikle katılma yerlerini belirttiler.

Çizelge 4. 27. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “*boş zaman etkinliklerine genellikle katılma yerleri*” ortalama değerleri

BOŞ ZAMAN ETKİNLİKLERİNE GENELLİKLE KATILMA YERLERİ	\bar{X}	SS
Ev	2.70	1.28
Okul	3.06	1.16
Spor tesisleri	3.46	1.18
Oyun salonları	2.76	1.30
Dernek. lokal. sendika vb. yerler	2.23	1.26
Açık ve kırsal alanlar	3.08	1.29
İnternet-cafe	2.21	1.32
El sanatları uygulama merkezleri	1.99	1.25

Çizelge 4.27.’de görüldüğü üzere, araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin şeklinde boş zaman etkinliklerine genellikle katılma yerlerini şu şekilde sıralayabiliriz;

- 1) Spor tesisleri (% 78.8)
- 2) Açık ve kırsal alanlar (%70.4)
- 3) Okul (% 69.5)

Çizelge 4. 28. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “*boş zaman etkinliklerine yönlendirmeye sebep olan etkenlerin*” dağılımı

BOŞ ZAMAN ETKİNLİKLERİNE YÖNLENDİRMeye SEBEP OLAN ETKENLERİN DERECEsİ							
SORU	BÖLÜMLER		KESİNLİKLE KATILMIYORUM (1)	ZAYIF (2)	ORTA (3)	İYİ (4)	KESİNLİKLE KATILYORUM (5)
Yazılı ve Görsel Basın (radyo,t.v,dergi ,gazete,kitap,si nema,bilgisayar -internet)	BESÖ	<i>n (%)</i>	42 (%18.8)	37 (%16.5)	74 (%33.0)	43 (%19.2)	28 (%12.5)
	REK	<i>n (%)</i>	41 (%19.1)	42 (%19.5)	65 (%30.2)	36 (%16.7)	31 (%14.4)
	AEP	<i>n (%)</i>	38 (%18.2)	31 (%14.8)	68 (%32.5)	31 (%14.8)	41 (%19.6)
	SYP	<i>n (%)</i>	35 (%16.1)	35 (%16.1)	74 (%34.1)	36 (%16.6)	37 (%17.1)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	156 (%18.0)	145 (%16.8)	281 (%32.5)	146 (%16.9)	137 (%15.8)
Aile	BESÖ	<i>n (%)</i>	54 (%24.1)	52 (%23.2)	67 (%29.9)	37 (%16.5)	14 (%6.3)
	REK	<i>n (%)</i>	43 (%20.0)	54 (%25.1)	65 (%30.2)	35 (%16.3)	18 (%8.4)
	AEP	<i>n (%)</i>	28 (%13.4)	48 (%23.0)	66 (%31.6)	37 (%17.7)	30 (%14.4)
	SYP	<i>n (%)</i>	42 (%19.4)	40 (%18.4)	86 (%39.6)	25 (%11.5)	24 (%11.1)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	167 (%19.3)	194 (%22.4)	284 (%32.8)	134 (%15.5)	86 (%9.9)
Arkadaş	BESÖ	<i>n (%)</i>	17 (%7.6)	26 (%11.6)	69 (%30.8)	72 (%32.1)	40 (%17.9)
	REK	<i>n (%)</i>	17 (%7.9)	26 (%12.1)	65 (%30.2)	63 (%29.3)	44 (%20.5)
	AEP	<i>n (%)</i>	8 (%3.8)	20 (%9.6)	77 (%36.8)	55 (%26.3)	49 (%23.4)
	SYP	<i>n (%)</i>	19 (%8.8)	14 (%6.5)	68 (%31.3)	71 (%32.7)	45 (%20.7)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	61 (%7.1)	86 (%9.9)	279 (%32.3)	261 (%30.2)	178 (%20.6)
Okul	BESÖ	<i>n (%)</i>	16 (%7.1)	28 (%12.5)	76 (%33.9)	62 (%27.7)	42 (%18.8)
	REK	<i>n (%)</i>	27 (%12.6)	24 (%11.2)	88 (%40.9)	51 (%23.7)	25 (%11.6)
	AEP	<i>n (%)</i>	20 (%9.6)	39 (%18.7)	67 (%32.1)	46 (%22.0)	37 (%17.7)
	SYP	<i>n (%)</i>	27 (%12.4)	37 (%17.1)	73 (%33.6)	50 (%23.0)	30 (%13.8)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	90 (%10.4)	128 (%14.8)	304 (%35.1)	209 (%24.2)	134 (%15.5)
Kulüp	BESÖ	<i>n (%)</i>	50 (%22.3)	46 (%20.5)	64 (%28.6)	39 (%17.4)	25 (%11.2)
	REK	<i>n (%)</i>	42 (%19.5)	43 (%20.0)	60 (%27.9)	50 (%23.3)	20 (%9.3)
	AEP	<i>n (%)</i>	30 (%14.4)	39 (%18.7)	52 (%24.9)	47 (%22.5)	41 (%19.6)
	SYP	<i>n (%)</i>	52 (%24.0)	42 (%19.4)	53 (%24.4)	40 (%18.4)	30 (%13.8)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	174 (%20.1)	170 (%19.7)	229 (%26.5)	176 (%20.3)	116 (%13.4)

BESÖ: Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, REK: Rekreasyon, AEP: Antrenörlük Eğitimi Programı, SYP: Spor Yöneticiliği Programı
SBFÖ: Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencileri

Çizelge 4.28.'de görüldüğü üzere, araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin % 65.2'si “yazılı ve görsel basın”, % 58.2'si “aile”, % 83.1'i “arkadaş”, % 74.8'i “okul”, % 60.2'si “Kulüp” şeklinde boş zaman etkinliklerine yönlendirmeye sebep olan etkenleri belirttiler.

Çizelge 4. 29. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “*boş zaman etkinliklerine yönlendirmeye sebep olan etkenlerin*” dağılımı (devamı)

BOŞ ZAMAN ETKİNLİKLERİNE YÖNLENDİRMEYE SEBEP OLAN ETKENLERİN DERECESESİ							
SORU	BÖLÜMLER		KESİNLİKLE KATILMIYORUM (1)	ZAYIF (2)	ORTA (3)	İYİ (4)	KESİNLİKLE KATILYORUM (5)
Antrenör	BESÖ	<i>n (%)</i>	67 (%29.9)	42 (%18.8)	52 (%23.2)	42 (%18.8)	21 (%9.4)
	REK	<i>n (%)</i>	42 (%19.5)	40 (%18.6)	69 (%32.1)	37 (%17.2)	27 (%12.6)
	AEP	<i>n (%)</i>	34 (%16.3)	33 (%15.8)	49 (%23.4)	47 (%22.5)	46 (%22.0)
	SYP	<i>n (%)</i>	55 (%25.3)	44 (%20.3)	52 (%24.0)	45 (%20.7)	21 (%9.7)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	198 (%22.9)	159 (%18.4)	222 (%25.7)	171 (%19.8)	115 (%13.3)
İlgili kamu ve özel kuruluşların yaptıkları cazip programlar	BESÖ	<i>n (%)</i>	66 (%29.5)	37 (%16.5)	69 (%30.8)	33 (%14.7)	19 (%8.5)
	REK	<i>n (%)</i>	55 (%25.6)	47 (%21.9)	65 (%30.2)	36 (%16.7)	12 (%5.6)
	AEP	<i>n (%)</i>	50 (%23.9)	48 (%23.0)	53 (%25.4)	34 (%16.3)	24 (%11.5)
	SYP	<i>n (%)</i>	70 (%32.3)	47 (%21.7)	52 (%24.0)	28 (%12.9)	20 (%9.2)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	241 (%27.9)	179 (%20.7)	239 (%27.6)	131 (%15.1)	75 (%8.7)
Üniversitenin serbest zamanları değerlendirecek imkanlara sahip olması	BESÖ	<i>n (%)</i>	34 (%15.2)	35 (%15.6)	71 (%31.7)	61 (%27.2)	23 (%10.3)
	REK	<i>n (%)</i>	43 (%20.0)	43 (%20.0)	69 (%32.1)	42 (%19.5)	18 (%8.4)
	AEP	<i>n (%)</i>	38 (%18.2)	42 (%20.1)	66 (%31.6)	41 (%19.6)	22 (%10.5)
	SYP	<i>n (%)</i>	47 (%21.7)	51 (%23.5)	51 (%23.5)	45 (%20.7)	23 (%10.6)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	162 (%18.7)	171 (%19.8)	257 (%29.7)	189 (%21.8)	86 (%9.9)
İlin boş zamanları değerlendirmeye yönelik imkanlara sahip olması	BESÖ	<i>n (%)</i>	45 (%20.1)	43 (%19.2)	59 (%26.3)	42 (%18.8)	35 (%15.6)
	REK	<i>n (%)</i>	41 (%19.1)	46 (%21.4)	61 (%28.4)	47 (%21.9)	20 (%9.3)
	AEP	<i>n (%)</i>	42 (%20.1)	34 (%16.3)	64 (%30.6)	42 (%20.1)	27 (%12.9)
	SYP	<i>n (%)</i>	56 (%25.8)	51 (%23.5)	65 (%30.0)	28 (%12.9)	17 (%7.8)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	184 (%21.3)	174 (%20.1)	249 (%28.8)	159 (%18.4)	99 (%11.4)

BESÖ: Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, REK: Rekreasyon, AEP: Antrenörlük Eğitimi Programı, SYP: Spor Yöneticisi Programı
SBFÖ: Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencileri

Çizelge 4.29.’da görüldüğü üzere, araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin % 58.8’si “*antrenör*”, % 51.4’ü “*ilgili kamu ve özel kuruluşların yaptıkları cazip programlar*”, % 61.4’ü “*üniversitenin serbest zamanları değerlendirecek imkanlara sahip olması*”, % 58.6’sı “*İlin boş zamanları değerlendirmeye yönelik imkanlara sahip olması*” şeklinde boş zaman etkinliklerine yönlendirmeye sebep olan etkenleri belirttiler.

Çizelge 4. 30. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “*boş zaman etkinliklerine yönlendirmeye sebep olan etkenlerin*” ortalama değerleri

BOŞ ZAMAN ETKİNLİKLERİNE YÖNLENDİRMEYE SEBEP OLAN ETKENLERİN DERECEŚİ	\bar{X}	SS
Yazılı ve Görsel Basın (radyo.t.v.dergi.gazete.kitap.sinema.bilgisayar-internet)	2.95	1.30
Aile	2.74	1.21
Arkadaş	3.47	1.13
Okul	3.19	1.17
Kulüp	2.87	1.31
Antrenör	2.82	1.34
İlgili kamu ve özel kuruluşların yaptıkları cazip programlar	2.56	1.27
Üniversitenin serbest zamanları değerlendirecek imkanlara sahip olması	2.84	1.24
İlin boş zamanları değerlendirmeye yönelik imkanlara sahip olması	2.78	1.28

Çizelge 4.30.'da görüldüğü üzere, araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin şeklinde boş zaman etkinliklerine yönlendirmeye sebep olan etkenleri şu şekilde sıralayabiliriz;

- 1) Arkadaş (% 83.1)
- 2) Okul (% 74.8)
- 3) Yazılı ve Görsel Basın (% 65.2)
- 4) Kulüp (% 60.2)
- 5) Üniversitenin serbest zamanları değerlendirecek imkanlara sahip olması (% 61.4)

Çizelge 4. 31. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “*boş zaman etkinliklerinin bıraktığı etkiler*” dağılımı

BOŞ ZAMAN ETKİNLİKLERİNİN BIRAKTIĞI ETKİLER							
SORU	BÖLÜMLER		KESİNLİKLE KATILMIYORUM (1)	ZAYIF (2)	ORTA (3)	İYİ (4)	KESİNLİKLE KATILIYORUM (5)
Dinlendirici buluyorum	BESÖ	<i>n (%)</i>	17 (%7.6)	28 (%12.5)	64 (%28.6)	53 (%23.7)	62 (%27.7)
	REK	<i>n (%)</i>	19 (%8.8)	23 (%10.7)	61 (%28.4)	62 (%28.8)	50 (%23.3)
	AEP	<i>n (%)</i>	24 (%11.5)	25 (%12.0)	56 (%26.8)	51 (%24.4)	53 (%25.4)
	SYP	<i>n (%)</i>	19 (%8.8)	23 (%10.6)	55 (%25.3)	56 (%25.8)	64 (%29.5)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	79 (%9.1)	99 (%11.4)	236 (%27.3)	222 (%25.7)	229 (%26.5)
Eğlenceli ve heyecan verici buluyorum	BESÖ	<i>n (%)</i>	6 (%2.7)	23 (%10.3)	49 (%21.9)	74 (%33.0)	72 (%32.1)
	REK	<i>n (%)</i>	9 (%4.2)	28 (%13.0)	52 (%24.2)	62 (%28.8)	64 (%29.8)
	AEP	<i>n (%)</i>	14 (%6.7)	19 (%9.1)	52 (%24.9)	59 (%28.2)	65 (%31.1)
	SYP	<i>n (%)</i>	8 (%3.7)	21 (%9.7)	38 (%17.5)	65 (%30.0)	85 (%39.2)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	37 (%4.3)	91 (%10.5)	191 (%22.1)	260 (%30.1)	286 (%33.1)
Mutlu edici buluyorum ve zevk alıyorum	BESÖ	<i>n (%)</i>	7 (%3.1)	16 (%7.1)	50 (%22.3)	72 (%32.1)	79 (%35.3)
	REK	<i>n (%)</i>	6 (%2.8)	17 (%7.9)	53 (%24.7)	64 (%29.8)	75 (%34.9)
	AEP	<i>n (%)</i>	8 (%3.8)	20 (%9.6)	46 (%22.0)	63 (%30.1)	72 (%34.4)
	SYP	<i>n (%)</i>	9 (%4.1)	14 (%6.5)	38 (%17.5)	70 (%32.3)	86 (%39.6)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	30 (%3.5)	67 (%7.7)	187 (%21.6)	269 (%31.1)	312 (%36.1)
Eğitici buluyorum	BESÖ	<i>n (%)</i>	13 (%5.8)	35 (%15.6)	48 (%21.4)	64 (%28.6)	64 (%28.6)
	REK	<i>n (%)</i>	9 (%4.2)	21 (%9.8)	60 (%27.9)	69 (%32.1)	56 (%26.0)
	AEP	<i>n (%)</i>	17 (%8.1)	16 (%7.7)	61 (%29.2)	61 (%29.2)	54 (%25.8)
	SYP	<i>n (%)</i>	8 (%3.7)	32 (%14.7)	49 (%22.6)	51 (%23.5)	77 (%35.5)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	47 (%5.4)	104 (%12.0)	218 (%25.2)	245 (%28.3)	251 (%29.0)
Rahatlatıcı ve can sıkıntılarından uzaklaştırıcı buluyorum	BESÖ	<i>n (%)</i>	8 (%3.6)	22 (%9.8)	52 (%23.2)	61 (%27.2)	81 (%36.2)
	REK	<i>n (%)</i>	8 (%3.7)	18 (%8.4)	50 (%23.3)	69 (%32.1)	70 (%32.6)
	AEP	<i>n (%)</i>	14 (%6.7)	23 (%11.0)	41 (%19.6)	67 (%32.1)	64 (%30.6)
	SYP	<i>n (%)</i>	8 (%3.7)	18 (%8.3)	31 (%14.3)	73 (%33.6)	87 (%40.1)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	38 (%4.4)	81 (%9.4)	174 (%20.1)	270 (%31.2)	302 (%34.9)

BESÖ: Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, REK: Rekreasyon, AEP: Antrenörlük Eğitimi Programı, SYP: Spor Yöneticiliği Programı
SBFÖ: Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencileri

Çizelge 4.31.’da görüldüğü üzere, araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin % 79.5’i “*dinlendirici buluyorum*”, % 85.3’ü “*eğlenceli ve heyecan verici buluyorum*”, % 88.8’i “*mutlu edici buluyorum ve zevk alıyorum*”, % 82.5’i “*eğitici buluyorum*”, %86.2’si “*rahatlatıcı ve can sıkıntılarından uzaklaştırıcı buluyorum*” şeklinde boş zaman etkinliklerinin bıraktığı etkileri belirttiler.

Çizelge 4. 32. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “*boş zaman etkinliklerinin bıraktığı etkiler*” dağılımı (devam)

BOŞ ZAMAN ETKİNLİKLERİNİN BIRAKTIĞI ETKİLER							
SORU	BÖLÜMLER		KESİNLİKLE KATILMIYORUM (1)	ZAYIF (2)	ORTA (3)	İYİ (4)	KESİNLİKLE KATILIYORUM (5)
Sağlığımı olumlu etki yapıyor	BESÖ	<i>n (%)</i>	17 (%7.6)	20 (%8.9)	35 (%15.6)	71 (%31.7)	81 (%36.2)
	REK	<i>n (%)</i>	9 (%4.2)	23 (%10.7)	52 (%24.2)	69 (%32.1)	62 (%28.8)
	AEP	<i>n (%)</i>	10 (%4.8)	18 (%8.6)	51 (%24.4)	71 (%34.0)	59 (%28.2)
	SYP	<i>n (%)</i>	9 (%4.1)	19 (%8.8)	38 (%17.5)	66 (%30.4)	85 (%39.2)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	45 (%5.2)	80 (%9.2)	176 (%20.3)	277 (%32.0)	287 (%33.2)
Farklı yaşantılar buluyorum	BESÖ	<i>n (%)</i>	17 (%7.6)	24 (%10.7)	52 (%23.2)	68 (%30.4)	63 (%28.1)
	REK	<i>n (%)</i>	6 (%2.8)	25 (%11.6)	56 (%26.0)	67 (%31.2)	61 (%28.4)
	AEP	<i>n (%)</i>	9 (%4.3)	22 (%10.5)	55 (%26.3)	64 (%30.6)	59 (%28.2)
	SYP	<i>n (%)</i>	10 (%4.6)	20 (%9.2)	49 (%22.6)	62 (%28.6)	76 (%35.0)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	42 (%4.9)	91 (%10.5)	212 (%24.5)	261 (%30.2)	259 (%29.9)
İnsanlarla daha kolay ilişki kurabiliyorum, çevrem genişliyor	BESÖ	<i>n (%)</i>	9 (%4.0)	28 (%12.5)	54 (%24.1)	60 (%26.8)	73 (%32.6)
	REK	<i>n (%)</i>	12 (%5.6)	15 (%7.0)	57 (%26.5)	69 (%32.1)	62 (%28.8)
	AEP	<i>n (%)</i>	8 (%3.8)	28 (%13.4)	48 (%23.0)	54 (%25.8)	71 (%34.0)
	SYP	<i>n (%)</i>	14 (%6.5)	23 (%10.6)	40 (%18.4)	55 (%25.3)	85 (%39.2)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	43 (%5.0)	94 (%10.9)	199 (%23.0)	238 (%27.5)	291 (%33.6)
Sosyal statü sağlıyor	BESÖ	<i>n (%)</i>	18 (%8.0)	23 (%10.3)	61 (%27.2)	56 (%25.0)	66 (%29.5)
	REK	<i>n (%)</i>	14 (%6.5)	25 (%11.6)	46 (%21.4)	70 (%32.6)	60 (%27.9)
	AEP	<i>n (%)</i>	9 (%4.3)	20 (%9.6)	59 (%28.2)	59 (%28.2)	62 (%29.7)
	SYP	<i>n (%)</i>	15 (%6.9)	16 (%7.4)	43 (%19.8)	53 (%24.4)	90 (%41.5)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	56 (%6.5)	84 (%9.7)	209 (%24.2)	238 (%27.5)	278 (%32.1)

BESÖ: Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, REK: Rekreasyon, AEP: Antrenörlük Eğitimi Programı, SYP: Spor Yöneticiliği Programı
SBFÖ: Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencileri

Çizelge 4.32.’de görüldüğü üzere, araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin % 85.5’i “*sağlığımı olumlu etki yapıyor*”, % 84.6’sı “*farklı yaşantılar buluyorum*”, % 84.1’i “*insanlarla daha kolay ilişki kurabiliyorum, çevrem genişliyor*”, % 83.8’i “*sosyal statü sağlıyor*” şeklinde boş zaman etkinliklerinin bıraktığı etkileri belirttiler.

Çizelge 4. 33. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “*boş zaman etkinliklerinin bıraktığı etkiler*” ortalama değerleri

BOŞ ZAMAN ETKİNLİKLERİNİN BIRAKTIĞI ETKİLER	\bar{X}	SS
Dinlendirici buluyorum	3.48	1.24
Eğlenceli ve heyecan verici buluyorum	3.77	1.14
Mutlu edici buluyorum ve zevk alıyorum	3.88	1.08
Eğitici buluyorum	3.63	1.17
Rahatlatıcı ve can sıkıntılarından uzaklaştırıcı buluyorum	3.82	1.13
Sağlığıma olumlu etki yapıyor	3.78	1.15
Farklı yaşantılar buluyorum	3.69	1.14
İnsanlarla daha kolay ilişki kurabiliyorum. çevrem genişliyor	3.74	1.17
Sosyal statü sağlıyor	3.69	1.20

Çizelge 4.33.'da görüldüğü üzere, araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin boş zaman etkinliklerinin bıraktığı etkileri şu şekilde sıralayabiliriz;

- 1) Mutlu edici buluyorum ve zevk alıyorum (% 88.8)
- 2) Rahatlatıcı ve can sıkıntılarından uzaklaştırıcı buluyorum (% 86.2)
- 3) Sağlığıma olumlu etki yapıyor (% 85.5)
- 4) Eğlenceli ve heyecan verici buluyorum (% 85.3)
- 5) Farklı yaşantılar buluyorum (% 84.6)

Çizelge 4. 34. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “*boş zaman etkinliklerine yeterince katılmama nedenleri*” dağılımı

BOŞ ZAMAN ETKİNLİKLERİNE YETERİNCE KATILMAMA NEDENLERİ							
SORU	BÖLÜMLER		KESİNLİKLE KATILMIYORUM (1)	ZAYIF (2)	ORTA (3)	İYİ (4)	KESİNLİKLE KATILIYORUM (5)
İlgili kurumların bana hitap eden programları olmadığı için	BESÖ	<i>n (%)</i>	45 (%20.1)	50 (%22.3)	65 (%29.0)	38 (%17.0)	26 (%11.6)
	REK	<i>n (%)</i>	36 (%16.7)	49 (%22.8)	66 (%30.7)	32 (%14.9)	32 (%14.9)
	AEP	<i>n (%)</i>	30 (%14.4)	38 (%18.2)	63 (%30.1)	39 (%18.7)	39 (%18.7)
	SYP	<i>n (%)</i>	51 (%23.5)	34 (%15.7)	66 (%30.4)	35 (%16.1)	31 (%14.3)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	162 (%18.7)	171 (%19.8)	260 (%30.1)	144 (%16.6)	128 (%14.8)
Ekonomik yetersizlik	BESÖ	<i>n (%)</i>	41 (%18.3)	61 (%27.2)	63 (%28.1)	29 (%12.9)	30 (%13.4)
	REK	<i>n (%)</i>	39 (%18.1)	54 (%25.1)	58 (%27.0)	39 (%18.1)	25 (%11.6)
	AEP	<i>n (%)</i>	32 (%15.3)	43 (%20.6)	64 (%30.6)	47 (%22.5)	23 (%11.0)
	SYP	<i>n (%)</i>	36 (%16.6)	48 (%22.1)	61 (%28.1)	34 (%15.7)	38 (%17.5)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	148 (%17.1)	206 (%23.8)	246 (%28.4)	149 (%17.2)	116 (%13.4)
Hangi faaliyeti nasıl ve niçin yapacağına dair bir bilgiye sahip değilim	BESÖ	<i>n (%)</i>	52 (%23.2)	50 (%22.3)	71 (%31.7)	35 (%15.6)	16 (%7.1)
	REK	<i>n (%)</i>	47 (%21.9)	41 (%19.1)	73 (%34.0)	36 (%16.7)	18 (%8.4)
	AEP	<i>n (%)</i>	32 (%15.3)	45 (%21.5)	73 (%34.9)	37 (%17.7)	22 (%10.5)
	SYP	<i>n (%)</i>	57 (%26.3)	34 (%15.7)	72 (%33.2)	33 (%15.2)	21 (%9.7)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	188 (%21.7)	170 (%19.7)	289 (%33.4)	141 (%16.3)	77 (%8.9)
Serbest zamanları belirli faaliyetlerle doldurmak gibi bir alışkanlığım yok.	BESÖ	<i>n (%)</i>	66 (%29.5)	49 (%21.9)	75 (%33.5)	23 (%10.3)	11 (%4.9)
	REK	<i>n (%)</i>	64 (%29.8)	40 (%18.6)	68 (%31.6)	31 (%14.4)	12 (%5.6)
	AEP	<i>n (%)</i>	35 (%16.7)	39 (%18.7)	77 (%36.8)	36 (%17.2)	22 (%10.5)
	SYP	<i>n (%)</i>	77 (%35.5)	39 (%18.0)	59 (%27.2)	14 (%6.5)	28 (%12.9)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	242 (%28.0)	167 (%19.3)	279 (%32.3)	104 (%12.0)	73 (%8.4)
Bulduğum çevre bu tür faaliyetlere katılmama engel oluyor	BESÖ	<i>n (%)</i>	79 (%35.3)	49 (%21.9)	54 (%24.1)	26 (%11.6)	16 (%7.1)
	REK	<i>n (%)</i>	59 (%27.4)	46 (%21.4)	55 (%25.6)	36 (%16.7)	19 (%8.8)
	AEP	<i>n (%)</i>	46 (%22.0)	45 (%21.5)	57 (%27.3)	35 (%16.7)	26 (%12.4)
	SYP	<i>n (%)</i>	74 (%34.1)	48 (%22.1)	54 (%24.9)	16 (%7.4)	25 (%11.5)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	258 (%29.8)	188 (%21.7)	220 (%25.4)	113 (%13.1)	86 (%9.9)

BESÖ: Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, REK: Rekreasyon, AEP: Antrenörlük Eğitimi Programı, SYP: Spor Yöneticisi Programı
SBFÖ: Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencileri

Çizelge 4.34.’de görüldüğü üzere, araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin % 61.5’i “*ilgili kurumların bana hitap eden programları olmadığı için*”, % 59.0’ı “*ekonomik yetersizlik*”, % 58.6’sı “*hangi faaliyeti nasıl ve niçin yapacağına dair bir bilgiye sahip değilim*”, % 52.7’si “*serbest zamanları belirli faaliyetlerle doldurmak gibi bir alışkanlığım yok.*”, % 48.4’ü “*bulduğum çevre bu tür faaliyetlere katılmama engel oluyor*” şeklinde boş zaman etkinliklerine yeterince katılmama nedenlerini belirttiler.

Çizelge 4. 35. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “*boş zaman etkinliklerine yeterince katılmama nedenleri*” dağılımı (devamı)

BOŞ ZAMAN ETKİNLİKLERİNE YETERİNCE KATILMAMA NEDENLERİ							
SORU	BÖLÜMLER		KESİNLİKLE KATILMIYORUM (1)	ZAYIF (2)	ORTA (3)	İYİ (4)	KESİNLİKLE KATILIYORUM (5)
Faaliyetlere yönlendirecek arkadaş ve sosyal çevre teşviklerine sahip değilim	BESÖ	<i>n (%)</i>	74 (%33.0)	43 (%19.2)	68 (%30.4)	24 (%10.7)	15 (%6.7)
	REK	<i>n (%)</i>	53 (%24.7)	40 (%18.6)	69 (%32.1)	33 (%15.3)	20 (%9.3)
	AEP	<i>n (%)</i>	45 (%21.5)	45 (%21.5)	55 (%26.3)	39 (%18.7)	25 (%12.0)
	SYP	<i>n (%)</i>	60 (%27.6)	49 (%22.6)	58 (%26.7)	26 (%12.0)	24 (%11.1)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	232 (%26.8)	177 (%20.5)	250 (%28.9)	122 (%14.1)	84 (%9.7)
Etkinliklere katılmama teşvik edici tesis, araç-gereç yeterli değil, programları bana uymuyor	BESÖ	<i>n (%)</i>	63 (%28.1)	49 (%21.9)	71 (%31.7)	26 (%11.6)	15 (%6.7)
	REK	<i>n (%)</i>	44 (%20.5)	48 (%22.3)	61 (%28.4)	31 (%14.4)	31 (%14.4)
	AEP	<i>n (%)</i>	42 (%20.1)	35 (%16.7)	65 (%31.1)	34 (%16.3)	33 (%15.8)
	SYP	<i>n (%)</i>	61 (%28.1)	43 (%19.8)	51 (%23.5)	34 (%15.7)	28 (%12.9)
	SBFÖ	<i>n (%)</i>	210 (%24.3)	175 (%20.2)	248 (%28.7)	125 (%14.5)	107 (%12.4)

BESÖ: Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, REK: Rekreasyon, AEP: Antrenörlük Eğitimi Programı, SYP: Spor Yöneticiliği Programı
SBFÖ: Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencileri

Çizelge 4.35.’de görüldüğü üzere, araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin % 52.7’si “*faaliyetlere yönlendirecek arkadaş ve sosyal çevre teşviklerine sahip değilim*”, % 55.6’sı “*etkinliklere katılmama teşvik edici tesis, araç-gereç yeterli değil, programları bana uymuyor*” şeklinde boş zaman etkinliklerine yeterince katılmama nedenlerini belirttiler.

Çizelge 4. 36. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “*boş zaman etkinliklerine yeterince katılmama nedenleri*” ortalama değerleri

BOŞ ZAMAN ETKİNLİKLERİNE YETERİNCE KATILMAMA NEDENLERİ	\bar{X}	SS
İlgili kurumların bana hitap eden programları olmadığı için	2.89	1.30
Ekonomik yetersizlik	2.86	1.27
Hangi faaliyeti nasıl ve niçin yapacağına dair bir bilgiye sahip değilim	2.71	1.22
Serbest zamanları belirli faaliyetlerle doldurmak gibi bir alışkanlığım yok.	2.53	1.24
Bulduğum çevre bu tür faaliyetlere katılmama engel oluyor	2.51	1.30
Faaliyetlere yönlendirecek arkadaş ve sosyal çevre teşviklerine sahip değilim	2.59	1.28
Etkinliklere katılmamı teşvik edici tesis. araç-gereç yeterli değil. programları bana uymuyor	2.70	1.31

Çizelge 4.36.'da görüldüğü üzere, araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin boş zaman etkinliklerine yeterince katılmama nedenlerini şu şekilde sıralayabiliriz;

- 1) İlgili kurumların bana hitap eden programları olmadığı için (% 61.5)
- 2) Ekonomik yetersizlik (% 59.0)
- 3) Hangi faaliyeti nasıl ve niçin yapacağına dair bir bilgiye sahip değilim (%58.6)
- 4) Etkinliklere katılmamı teşvik edici tesis. araç-gereç yeterli değil. programları bana uymuyor (% 55.6)

4.1. Zaman Yönetimi Becerisine Yönelik Bulgular

Çizelge 4. 37. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin zaman yönetimi envanteri puanlarının dağılımı

	N	MİN	MAX	\bar{X}	SS
ZAMAN PLANLAMASI	865	16	79	49.80	10.77
ZAMAN TUTUMLARI	865	11	35	22.48	3.30
ZAMAN HARCATTIRICILAR	865	4	20	12.16	3.28
GENEL ZAMAN YÖNETİMİ	865	47	124	84.45	11.78

Çizelge 4. 37’de görüldüğü üzere, araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin zaman planlaması alt boyutu ortalaması (49.80 ± 10.77), zaman tutumları alt boyutu ortalaması (22.48 ± 3.30), zaman harcattırıcılar alt boyutu ortalaması (12.16 ± 3.28) ve genel zaman yönetimi ortalaması (84.45 ± 11.78) olarak bulundu. Bu bağlamda spor bilimleri öğrencilerin genel zaman yönetimlerinin orta düzeyde (64-99) olduğunu söyleyebiliriz.

Çizelge 4. 38. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “cinsiyet” değişkenine göre, “*genel zaman yönetimi*” ve “*alt boyutlarına*” ilişkin görüşlerini içeren mann whitney u test sonuçları

	CİNSİYET	n	\bar{X}	SS	z	p
ZAMAN PLANLAMASI	Kadın	295	51.16	11.37	-2.511	0.012*
	Erkek	570	49.10	10.38		
ZAMAN TUTUMLARI	Kadın	295	22.76	3.14	-2.000	0.046*
	Erkek	570	22.33	3.38		
ZAMAN HARCATTIRICILAR	Kadın	295	12.42	3.46	-1.774	0.076
	Erkek	570	12.03	3.18		
GENEL ZAMAN YÖNETİMİ	Kadın	295	86.35	12.13	-3.327	0.001*
	Erkek	570	83.47	11.48		

*p<0.05

Çizelge 4. 38’de görüldüğü üzere, araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin cinsiyet değişkenine göre, “Zaman harcattırıcıları” alt boyutuna ilişkin görüşlerinde ise istatistiksel anlamlı bir farklılık bulunamadı ($p > 0.05$). “Zaman planlaması”, “Zaman tutumları” alt boyutları ve “Genel zaman yönetimi” ilişkin görüşlerinde istatistiksel anlamlı bir farklılık bulundu ($p < 0.05$). Bu farklılık kadın Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin lehine olduğu görülmektedir.

Çizelge 4. 39. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “bölüm” değişkenine göre, “*genel zaman yönetimi*” ve “*alt boyutlarına*” ilişkin görüşlerini içeren kruskal wallis test sonuçları

	BÖLÜM	n	\bar{X}	SS	Ki- kare	p	FARK
ZAMAN PLANLAMASI	BESÖ	224	49.53	11.18	1.513	0.679	-
	REK	215	49.74	10.09			
	AEP	209	50.58	10.47			
	SYP	217	49.39	11.29			
	SBFÖ	865	49.80	10.77			
ZAMAN TUTUMLARI	BESÖ	224	22.74	3.33	8.849	0.031*	BESÖ-REK REK-SYP
	REK	215	22.00	3.10			
	AEP	209	22.34	3.36			
	SYP	217	22.82	3.37			
	SBFÖ	865	22.48	3.30			
ZAMAN HARCATTIRICILAR	BESÖ	224	12.00	3.00	9.320	0.025*	BESÖ- SYP REK- SYP AEP- SYP
	REK	215	12.00	3.32			
	AEP	209	11.96	3.45			
	SYP	217	12.68	3.33			
	SBFÖ	865	12.16	3.28			
GENEL ZAMAN YÖNETİMİ	BESÖ	224	84.28	11.95	2.048	0.563	-
	REK	215	83.76	10.90			
	AEP	209	84.89	11.67			
	SYP	217	84.89	12.55			
	SBFÖ	865	84.45	11.78			

BESÖ: Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, REK: Rekreasyon, AEP: Antrenörlük Eğitimi Programı, SYP: Spor Yöneticisi Programı
SBFÖ: Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencileri

* $p < 0.05$

Çizelge 4. 39’de görüldüğü üzere, araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin bölüm değişkenine göre, “Zaman planlaması” alt boyutu ve “Genel zaman yönetimi” ilişkin görüşlerinde ise istatistiksel anlamlı bir farklılık bulunamadı ($p > 0.05$). “Zaman tutumları” ve “Zaman harcattıricıları” alt boyutlarına ilişkin görüşlerinde istatistiksel anlamlı bir farklılık bulundu ($p < 0.05$). Bu farklılık “Zaman tutumları” alt boyutunda BESÖ ile REK bölümü öğrencileri ve REK ile SYP bölümü öğrencileri arasında, “Zaman harcattıricıları” alt boyutunda ise, BESÖ ile SYP bölümü öğrencileri, REK ile SYP bölümü öğrencileri ve AEP ile SYP bölümü öğrencileri arasında olduğu görülmektedir.

Çizelge 4. 40. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin “sınıf” değişkenine göre, “*genel zaman yönetimi*” ve “*alt boyutlarına*” ilişkin görüşlerini içeren kruskal wallis test sonuçları

	SINIF	n	\bar{X}	SS	Ki- kare	p	FARK
ZAMAN PLANLAMASI	<i>1.Sınıf</i>	183	48.18	11.22	9.760	0.045*	1.SINIF - 3.SINIF 1.SINIF - 4.SINIF
	<i>2.Sınıf</i>	299	49.46	10.58			
	<i>3.Sınıf</i>	160	50.91	10.30			
	<i>4.Sınıf</i>	138	50.89	10.82			
	<i>5.Sınıf ve üzeri</i>	85	50.67	10.93			
	<i>SBFÖ</i>	865	49.80	10.77			
ZAMAN TUTUMLARI	<i>1.Sınıf</i>	183	22.45	3.47	1.326	0.857	-
	<i>2.Sınıf</i>	299	22.44	3.24			
	<i>3.Sınıf</i>	160	22.60	3.13			
	<i>4.Sınıf</i>	138	22.42	3.26			
	<i>5.Sınıf ve üzeri</i>	85	22.55	3.62			
	<i>SBFÖ</i>	865	22.48	3.30			
ZAMAN HARCATTIRICILAR	<i>1.Sınıf</i>	183	12.04	2.99	7.997	0.092	-
	<i>2.Sınıf</i>	299	12.06	3.19			
	<i>3.Sınıf</i>	160	12.77	3.41			
	<i>4.Sınıf</i>	138	12.26	3.67			
	<i>5.Sınıf ve üzeri</i>	85	11.48	3.19			
	<i>SBFÖ</i>	865	12.16	3.28			
GENEL ZAMAN YÖNETİMİ	<i>1.Sınıf</i>	183	82.68	12.75	12.420	0.014*	1.SINIF - 3.SINIF 1.SINIF - 4.SINIF 2.SINIF - 3.SINIF
	<i>2.Sınıf</i>	299	83.96	11.33			
	<i>3.Sınıf</i>	160	86.29	11.18			
	<i>4.Sınıf</i>	138	85.58	11.64			
	<i>5.Sınıf ve üzeri</i>	85	84.70	12.03			
	<i>SBFÖ</i>	865	84.45	11.78			

SBFÖ: Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencileri
* $p < 0.05$

Çizelge 4. 40’de görüldüğü üzere, araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin sınıf değişkenine göre, “Zaman tutumları” ve “Zaman harcattırıcıları” ilişkin görüşlerinde ise istatistiksel anlamlı bir farklılık bulunamadı ($p > 0.05$). “Zaman planlaması” alt boyutu ve “Genel zaman yönetimi” görüşlerinde istatistiksel anlamlı bir farklılık bulundu ($p < 0.05$). Bu farklılık “Zaman planlaması” alt boyutunda 1.sınıf ile 3.sınıf öğrencileri ve 1.sınıf ile 4.sınıf öğrencileri arasında, “Genel zaman yönetimi” alt boyutunda ise, 1.sınıf ile 3.sınıf öğrencileri, 1.sınıf ile 4.sınıf öğrencileri ve 2.sınıf ile 3.sınıf öğrencileri arasında olduğu görülmektedir.

5. TARTIŞMA

Bu araştırmada, Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin boş zaman değerlendirme alışkanlıkları ve zaman yönetimi düzeyleri araştırılmıştır.

Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencileri boş zamanlarında dahil oldukları etkinlik türleri açısından farklı tercihler de bulunduğu görüldü (Bak. Çizelge 4.2). Spor Bilimleri Fakültesi öğrencileri sportif etkinlikleri (% 61.8) diğer (*sosyal etkinlikler: % 28.4, kültürel/sanatsal etkinlikler: % 5.2, diğer etkinlikler: % 4.5*) etkinlik türlerinin tümünden daha çok tercih ettiler. Spor Bilimleri Fakültesi bünyesinde sportif etkinliklerin imkanları diğer etkinliklerden daha fazladır. Bu durum öğrencilerin tercih sebebini etkilemiş olabilir. Aynı zamanda, üniversite kampüsü içinde diğer bölümlerde ya da fakültelerde yapılan organizasyonlar yerel düzeyde kalmakta Spor Bilimleri Fakültesi öğrencileri tarafından katılım olmadığı düşünülmektedir. Bununla birlikte Spor Bilimleri Fakültesi bünyesinde sosyal ve kültürel/sanatsal etkinlik alanlarının eksikliği etkili olduğu söylenebilir.

Üstün ve Kalkavan (2013) 7 ayrı üniversitenin Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencileri üzerinde yaptıkları çalışmada, öğrencilerin %31.8'i (n=261) boş zamanlarını "ev içi etkinliklere" katılarak, %32.1' i (n=264) "fiziksel etkinliklere" katılarak, %18,4' ü (n=151) "kültürel veya sanatsal etkinliklere" katılarak, %8,2' si (n=67) "açık alanda yapılan etkinliklere" katılarak, %3,8' i (n=31) "turistik etkinliklere katılarak", %5,8' i ise "diğer" etkinliklere katılarak değerlendirdiklerini belirtmişlerdir. Kültürel-sanatsal etkinliklere katılım bizim çalışmamızdan daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu durum üniversite içi etkinliklerin daha fazla olmasından kaynaklanabilir. Çalışmamızda sportif etkinliklere katılımın daha fazla olması Spor Bilimleri Fakültesi imkanlarının daha ulaşılabilir olmasından kaynaklanabilir. Ekinci ve diğ. (2014) üniversite öğrencileri üzerine yaptıkları çalışmalarında, % 36' sının (n=122) boş zamanlarını ev içi aktivitelere katılarak, %19,2' sinin sportif aktivitelere katılarak, %26.8 ise kültürel/sanatsal etkinliklere katılarak değerlendirdiklerini belirtmişlerdir. Çalışmamızın sonuçlarından farklı olmasının sebebi olarak araştırma grubunun mühendislik fakültesi ve fen-edebiyat fakültesi öğrencilerinden oluşturulmasından kaynaklı olabilir.

Özdağ ve diğ. (2009) devlet memurları üzerine yaptıkları çalışmada, memurların ilk tercihlerini % 37.30'la çeşitli amaçlı geziler oluşturmakta, % 25.39'u spor faaliyetlerine, % 15.87'si sosyal-kültürel faaliyetlere katılmakta, % 11.11'i diğer seçenekleri ve % 10,3'i mesleki gelişmeye yönelik faaliyetleri tercih ettiklerini belirtmişlerdir.

Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencileri % 16.1'i 1-5 saat, % 26.4'ü 6-10 saat, % 24.2'si 11-15 saat, % 14.8'i 16-20 saat, %18.6'sı ise 21 saat ve üzeri haftalık boş zaman sürelerinin olduğunu belirttiler (Bak. Çizelge 4.3).

Ekinci ve diğ. (2014) Mühendislik ve Fen-Edebiyat Fakültesi öğrencileri üzerinde yaptığı çalışmalarında, %33,9'un haftalık "16 saat ve üzerinde" boş zaman süresine sahip olduğunu belirtmişlerdir. Spor Bilimleri Fakültesi öğrencileri hem teorik hem de uygulama derslerinin yoğunluğu sebebiyle çalışmamızda daha az boş zaman süresine sahip olduklarını belirtmiş olabilirler. Kahraman ve diğ. (2017) Kocaeli ilinde lise öğrencileri üzerine yaptıkları çalışmalarında, Spor lisesi öğrencilerinin % 47'si, Anadolu lisesi öğrencilerinin % 37'si haftalık "6-10 saat" boş zaman sürelerine sahip olduklarını belirtmişlerdir. Çalışmamızda Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin en fazla haftalık boş zaman süreleri 6-10 saat (%26.4) olarak belirlenmiştir. Farklı eğitim düzeylerinde olan bu iki grup için benzer boş zaman süreleri olduğu söylenebilir.

Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin %84.7'si üniversitenin sahip olduğu rekreasyon alanlarının yeterli olmadığını ve % 81.8'i Kocaeli ilinin sahip olduğu rekreasyon alanlarının yeterli olmadığını belirttiler (Bak. Çizelge 4.5, Çizelge 4.7) Öğrenciler üniversitenin ve ilin sahip olduğu rekreasyon alanlarını haftalık 1-5 saat (üniversite:%60.6, il:% 64.3) arası kullandıklarını belirttiler (Bak. Çizelge 4.6, Çizelge 4.8). Öğrencileri %83.9'u 5 saatten daha fazla boş zamana sahipken rekreasyon alanlarının 1-5 saat kullanımı hem üniversitenin hem de ilin sahip olduğu rekreasyon alanlarının yetersizliği ve etkinlik çeşitlerinin yetersizliğini öne çıkarabilir. Bu durumla ilgili olarak öğrencilerin % 11.9'u her zaman, % 63.2'si bazen, % 24.9'u hiçbir zaman boş zamanlarını değerlendirmekte güçlük çektiklerini belirttiler (Bak. Çizelge 4.4)

Üstün ve Kalkavan (2013) 7 ayrı üniversitenin Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencileri üzerinde yaptıkları çalışmada, Dumlupınar Üniversitesi (% 94.7)'si, Celal Bayar Üniversitesi (%93.3)'ü, Balıkesir Üniversitesi (%94.6)'sı, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi (%72.6)'sı, Adnan Menderes Üniversitesi (%86.1)'i, Ege Üniversitesi (%82.2)'si ve Afyon Kocatepe Üniversitesi (%92.9)'u öğrencileri üniversitenin rekreasyon alanlarının yeterli olmadığını belirtmişlerdir. Erçevik ve Önal (2011) İstanbul ilinde üniversite öğrencileri üzerine yaptıkları çalışmada, Koç Üniversitesi (Kent Dışı Kampüs) öğrencilerinin %52'si, Bahçeşehir Üniversitesi (Kent Üniversitesi) öğrencilerinin %92'si, Yıldız Teknik Üniversitesi (Kent İçi Kampüs) öğrencilerinin %90'ı sosyal ve kültürel etkinlik alanlarını yetersiz

olduğunu belirtmişleridir. Literatürdeki ve çalışmamızdaki bulgular doğrultusunda, üniversitelerin rekreasyon alanlarının yeterli olmadığı, üniversite öğrencilerinin rekreatif etkinliklere katılımlarını arttırmaları için yeterli sportif, sosyal ve kültürel etkinlik alanlarının oluşturulması gerektiğini söyleyebiliriz.

Özşaker (2012) üniversite öğrencileri üzerine yaptığı çalışmada, öğrencilerin %7.6'sı her zaman, %66.5'inin bazen günlük çektiklerini belirtirken, % 25.9'u ise hiçbir zaman etkinliklere katılmada günlük çekmediklerini belirtmiştir. Karaçar ve Paslı (2014) Turizm ve Otel İşletmeciliği Programı Öğrencileri üzerine yaptığı çalışmada, öğrencilerin %55.6'sı her zaman, %44.4'ü bazen boş zaman değerlendirmede günlük çektiklerini belirtmişlerdir. Araştırmamızın sonuçlarıyla benzerlik göstermektedir. Güngörmüş ve diğ. (2006) Ankara'daki Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokullarında Görev Yapan Öğretim Elemanları üzerinde yaptıkları çalışmada, öğretim elemanlarının %59.2'si boş zamanları değerlendirmede zorluk çekmedikleri, %13.6'sı boş zamanları değerlendirmede zorluk çektikleri, %27.2'si ise bazen zorluk çektiklerini belirtmişlerdir. Bu sonuçların araştırmamızdan farklı olmasının birinci sebebi öğretim elemanları üzerinde yapılmasıdır. Ayrıca, öğretim elemanlarının boş zamanlarını etkin olarak değerlendirmede öğrencilere oranla daha bilinçli olduklarından olabilir. İkinci sebep ise, öğretim elemanlarının öğrencilere nazaran gelir düzeyinin yüksek olması boş zaman değerlendirmede bazı etkinlik türlerinin ücrete dayalı olması da öğretim elemanlarının öğrencilere göre boş zamanlarını değerlendirmede zorluk çekmediği olabilir. Ayrıca, Ankara ilindeki rekreatif etkinlik alanlarının ve ulaşım ağlarının alternatif olarak fazla olması olabilir.

Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin % 27.2'si kampüs içinde, % 72.8'i kampüs dışında sahip oldukları boş zamanlarını değerlendirdiklerini belirttiler (Bak. Çizelge 4.9). Bu bağlamda, üniversitenin Sağlık, Kültür ve Spor Daire (SKSD) Başkanlığı bünyesindeki kulüp ve toplulukları kampüs içerisinde düzenlemiş oldukları etkinliklerin duyurulması, tanıtılması ve öğrencilere ulaşma noktasında bir takım eksiklikler olduğu düşünülebilir. Bu kapsamda, kampüs içerisindeki kulüp aktiviteleri ve SKSD başkanlığı aktivitelerinin öğrenciler tarafından takip edilmesi sürecinde yeni çalışmalar yapılması katılımı artırabilir. Aynı zamanda SBF öğrencilerine yönelik fakülte bünyesinde de var olan bilgilendirme çalışmalarının geliştirilmesi öğrencilerin katılımı noktasında olumlu katkıda bulunacaktır.

Genelde üniversitelerde öğrencileri boş zaman etkinliklerine yönlendirecek kurum Sağlık, Kültür ve Spor Daire (SKSD) Başkanlığı bünyesindeki kulüp ve topluluklardır. Öğrencilerin boş zamanlarını kampüs içinde değerlendirmemeleri SKSD yöneticilerinin, birimin kuruluş, amaç ve kapsamını öğrencilere yeterince yansıtmadığının bir göstergesi sayılabilir. SKSD Başkanlığı ile üniversite yöneticileri topluluk, kulüp ve kurslara katılımı sağlayacak sportif, sosyal, kültürel ve sanatsal boş zaman etkinliklerini öğrencilerin ilgisini çekecek ve cazip hale getirecek şekilde sıkça periyodik olarak organize edilmelidir. Düzenlenen rekreatif etkinliklere katılımı arttırmak için fakülte yöneticilerinin de öğrencilerine eğitici bilgiler vererek öğrencileri bu etkinliklere yönlendirmeleri öğrencilerin daha fazla rekreatif etkinliklere katılarak boş zamanlarını kampüs içinde değerlendirebilirler (Akt. Hacıcaferoğlu ve diğ. 2014).

Ekinci ve diğ. (2014) çalışmasında üniversite öğrencilerinin % 92,6'sının boş zamanlarını "Kampus Dışında" geçirdiklerini belirttiler. Çalışmamızın sonuçlarıyla benzerlik göstermektedir.

Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin % 57.5'i zamanlarını orta düzeyde, %26.6'sı ise zamanlarını iyi düzeyde kullandıkları belirtmişlerdir (Bak. Çizelge 4.10). Aynı zamanda, öğrencilerin %46.7'si zamanı iyi değerlendirme ile ilgili yayın-makale okuduğunu belirttiler. (Bak. Çizelge 4.11). Bu bağlamda, elde edilen bulgularımız da genel zaman yönetimi becerilerinin de orta düzeyde (64-99) olduğu görüldü (Bak. Çizelge 4. 37).

Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin %93.1'i zaman yönetimi eğitimi almadığını belirttiler. (Bak. Çizelge 4.12). Bu durumdan dolayı zaman yönetimi becerilerinin de orta düzeyde olduğu söylenebilir.

Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin % 45.2'si haftalık okulda bulunma süresinin 20 saat ve daha az olduğunu belirttiler. (Bak. Çizelge 4.14).

Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin boş zamanlarda en çok tercih ettikleri etkinlik çeşitleri sırayla, 1.Müzik dinlerim (% 87.5), 2.Spor yaparım (% 83.2), 3.Spor yarışmalarını izlerim (%76.5), 4.Arkadaş ziyaretlerine giderim (% 76.2), 5.Çarşı. pazar. fuar. park gibi gezintilere çıkarım (%75.4), 6.kitap ve gazete okurum (%65.9) şeklinde belirlendi (Bak. Çizelge 4.18).

Arslan (2014) üniversite öğrencileri üzerine yaptığı çalışmasında, öğrencilerin boş zamanlarını %84'ü Spor yapma aktivitelerine katılarak, % 87.9'u TV'de dizi eğlence,

yarışma, spor v.b. programları izleyerek, % 88.9'u Çarşı, Pazar, fuar, park gibi şehir içi gezintilere çıkararak, %98.3'ü Arkadaşlarıyla birlikte zaman geçirerek, % 95.3'ü Roman, dergi, gazete ve çeşitli alanlarda kitap okuyarak geçirdiklerini tespit etmiştir. Bu çalışmanın sonuçları çalışmamızdaki kitap ve gazete okurum yüzdesindeki farklılık dışında genel anlamda üniversite öğrencilerinin boş zamanlarındaki etkinlik çeşitleri benzerlik gösterdiğini söyleyebiliriz.

Akyüz (2015) Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Bölümünde Öğrenim Gören Üniversite Öğrenciler üzerine yaptığı çalışmada, öğrencilerin boş zamanlarda yaptıkları etkinlikler sırasıyla 1.müzik dinleme (%72.5), 2.aktif katılım getiren spor yapma (%53.6), 3.sinema ve tiyatroya gitme (%50.9), 4.TV izleme (%48.8), 5.spor yarışmalarını izleme (% 47.4) şeklinde olduğunu belirtmiştir. Çalışmamızda ilk beş sıralama içine giremeyen sinema ve tiyatroya gitme (% 63.7) ile TV izleme (%55.4) etkinlik çeşitleri dışında diğer etkinlik çeşitleri çalışmamızla benzerlik göstermektedir.

Güngörmüş ve diğ. (2006) öğretim elemanları üzerinde yaptıkları çalışmada, öğretim elemanları boş zamanlarını %15.7'si spor yaparak, %10.2'si spor müsabakalarını seyrederek, %10.2'si gezerek, % 9.5'i pikniğe giderek, %9.2'si arkadaş ziyaretlerine giderek, %5.2'si müzik dinleyerek geçirdiklerini tespit etmiştir. Bu çalışmadaki en çok tercih edilen etkinlik çeşitleri çalışmamızdaki müzik dinleme yüzdesi dışında diğer etkinlik çeşitleri benzerlik göstermektedir.

Ardahan ve Lapa (2010) üniversite öğrencileri üzerine yaptıkları çalışmada, öğrencilerin boş zamanlarda yaptıkları etkinlikler sırasıyla % 69.2'si müzik dinleyerek, %52.1'i sinema, tiyatro gibi sosyal aktivitelere katılarak, % 49.5'i kitap okuyarak, %42.6'sı şehir içindeki mekanlarda, %39.2'si sportif aktivitelere katılarak boş zamanlarını değerlendirdiklerini belirtmişlerdir.

Şahin ve diğ. (2009) Eğirdir Meslek Yüksekokulu öğrencileri üzerine yaptıkları çalışmada, öğrencilerin boş zamanlarda yaptıkları etkinlikler sırasıyla %67.1'i açık havada dolaşarak % 65.6'sı müzik dinleyerek, %59.9'u internet-bilgisayar kullanarak, %57.5'i TV seyrederek, %50.3'ü yürüyüş yaparak, %47.6'sı kafeteryada, %46.1'i kitap okuyarak, %44.3'ü spor faaliyetlerine katılarak, %42.2'si tiyatro-sinemaya giderek boş zamanlarını değerlendirdiklerini belirtmişlerdir.

Arat ve alımlı (2017) Turizm Fakültesi öğrencileri üzerine yaptıkları çalışmada, öğrencilerin boş zamanlarda yaptıkları etkinlikler sırasıyla 1. müzik dinleyerek, 2. arkadaşlarıyla sohbet ederek veya kafeteryaya giderek, 3. sinema, konser ve tiyatroya giderek, 4. boş zamanımı evimde geçirerek boş zamanlarını değerlendirdiklerini belirtmişlerdir.

Yağmur ve Ocak (2013) Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencileri ile Farklı Bölümlerdeki Öğrenciler üzerine yaptıkları çalışmada, BESYO öğrencilerin %51.2'si spor ve oyun, %16.8'i müzik uğraşı, %15.3'ü hobi faaliyetlerine katılarak, DB öğrencilerin %24.8'i spor ve oyun, %30.9'u müzik uğraşı, %16'sı hobi faaliyetlerine katılarak boş zamanlarını değerlendirdiklerini belirtmişlerdir.

Kurar ve Baltacı (2015) Alanya halkının üzerinde yaptıkları çalışmada, öncelikli önem derecelerine göre ilk beşi değerlendirildiğinde; katılımcıların % 59,5'inin pikniğe giderken, % 52,6'sı da arkadaş ziyaretlerine gittiğini, % 46,6'sının yüzerek, % 42,2'sinin gazete ve dergi okuyarak ve % 40,5'inin de internette vakit geçirerek boş zamanlarını değerlendirdiklerini belirtmişlerdir.

Afyon ve Kırkpınar (2014) lise son sınıfı öğrencileri üzerine yaptıkları çalışmada, öğrencilerin %12'si Kitap, Gazete ve Dergi okuyarak, % 11'i müzik dinleyerek, %10'u gezerek, % 10'u TV seyrederek boş zamanlarında tercih ettikleri etkinlik çeşitleri olduğunu belirtmiştir.

Gömlüksiz (2004) Malatya ili üniversiteye hazırlık dershanelerine giden öğrencilerine yaptığı çalışmada, öğrencilerin boş zamanlarında en çok müzik dinleyerek, arkadaş toplantılarına katılarak, sohbet ederek, televizyon seyrederek, yürüyerek ve bilgisayar-internet gibi etkinlikleri gerçekleştirdiklerini belirtmiştir.

Çınar ve Sanioğlu (2004) beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin serbest zamanlarında katıldıkları faaliyetlerin çoğunlukla; televizyon seyretme, gazete okuma ve müzik dinleme olduğunu ifade etmektedirler.

Önder (2003) üniversite öğrencilerinin üzerine yaptığı çalışmada, öğrenciler boş zamanlarını sinema (% 74.39) başta olmak üzere internet bilgisayar salonları (% 59.82), kafeterya-pastane (% 56.29), açık hava ve park gezintileri (% 53.99), okey-bezik-briç salonları (% 50.46) gibi alanlarda değerlendirdiklerini belirtmiştir.

Ertem (2000) futbolcular üzerine yaptığı çalışmada, futbolcuların boş zamanlarında genellikle müzik dinledikleri, TV izledikleri, dinlendikleri, gazete-dergi okuduklarını belirtmiştir (akt. Akyüz 2015).

İncelenen litaretürler ve çalışmamızın bulguları doğrultusunda, üniversite öğrencilerinin boş zamanlarını değerlendirmedeki etkinlik çeşitleri açısından benzerlik gösterdiği söylenebilir.

Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin boş zaman etkinliklerinin en çok tercih edilme nedenlerini sırayla, 1. En iyi yapabildiğim ve yeteneklerime uygun olduğu için (% 84.0), 2. Güzel bir ortam sağlamak için (% 83.9), 3. Sağlığımı korumak için (% 82.8) 4. Arkadaşlarımla birlikte olabileceğim için (% 81.8) 5. Rahatlama ve iş ortamından uzaklaşmak için (% 80.2) şeklinde belirlendi (Bak. Çizelge 4.22).

Şahin ve diğ. (2009) Eğirdir Meslek Yüksekokulu öğrencileri üzerine yaptıkları çalışmada, öğrencilerin %76.3'ü sıkıntıdan kurtulduğum için, %69.8'i beni mutlu ettiği için, %66.2'si arkadaşlarımla beraber olduğum için, %58.4'ü dinlendirici bulduğum için, %32.3'ü bilgi ve kültürümü arttırdığı için boş zaman etkinliklerini tercih etme nedenleri olarak belirtmişlerdir.

Ardahan ve Lapa (2010) üniversite öğrencileri üzerine yaptıkları çalışmada, öğrencilerin %74.0'ı eğlenmek için, %64.4'ü arkadaşlarıyla birlikte olmak için, %55.2'si rahatlamak için, %39.9'u günlük stresi azaltmak için, %33.8'i yeni şeyler öğrenmek için boş zaman etkinliklerini tercih etme nedenleri olarak belirtmişlerdir.

Akyüz (2015) Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Bölümünde Öğrenim Gören Üniversite Öğrenciler üzerine yaptığı çalışmada, öğrencilerin % 31.6'sı eğitici ve yararlı bulduğu için, %25.1'i arkadaşlarla birlikte olmak için, %17.5'i bilgi ve kültürümü artırma imkanı bulduğum için, %10.3'ü mutlu olduğum için boş zaman etkinliklerini tercih etme nedenleri olarak belirtmiştir.

Güngörmüş ve diğ. (2006) öğretim elemanları üzerinde yaptıkları çalışmada, öğretim elemanlarının %24.8'i dinlendirici bulduğu için, %18.4'ü sağlığima olumlu etki yaptığı için, %16.8'i eğlendirici bulduğu için, %16.1'i zevk verici bulduğu için boş zaman etkinliklerini tercih etme nedenleri olarak belirtmişlerdir.

Arat ve Çalımlı (2017) Turizm Fakültesi öğrencileri üzerine yaptıkları çalışmada, öğrencilerin en çok tercih sebepleri sırasıyla 1.“hayatta mutlu olmak için boş zaman aktivitelerine katılmak istiyorum”, 2. “boş zamanlarımda kesinlikle iyi bir ruh halinde olmayı istediğim için”, 3.“boş zamanımı değerlendirerek kendimi özgür hissediyorum”, 4.“kişisel düzeyde gelişim sağlamanın bir yolu olarak gördüğüm için” boş zaman etkinliklerini tercih etme nedenleri olarak belirtmişlerdir.

Süzer (2000) Üniversite öğrencileri üzerine yaptığı çalışmada, öğrencilerin (% 40.9) boş zamanlarında “bilgi ve beceri arttırmayı” önemli buldukları, %19.5’inin “arkadaşlarıyla beraber olmayı” önemli buldukları, %14.7’sinin de “dinlenmeyi” önemli buldukları için boş zaman etkinliklerine katıldıklarını belirtmiştir.

Yetiş (2008) yaptığı çalışmada, çalışanların daha çok arkadaşlarıyla birlikte olmak istediğini, güzel bir ortam olduğu için ve büyük çoğunluğu dinlendirici, rahatlatıcı, iş stresinden uzaklaştırıcı etkisi olduğundan boş zaman etkinliklerine katıldıklarını belirlemiştir. Yine Göktaş (2015) yaptığı çalışmada, boş zaman değerlendirmesinin çalışanların büyük çoğunluğu %62.6’sı “dinlendirici”, %50.9’u “rahatlatıcı”, %60.8’i “iş stresinden uzaklaştırıcı bir etkisi olduğundan boş zaman etkinliklerine katıldıklarını belirlemiştir.

İncelenen literatürler ve çalışmamızın bulguları doğrultusunda, üniversite öğrencilerinin boş zaman etkinliklerini tercih etme nedenleri açısından benzerlik gösterdiği söylenebilir.

Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencileri boş zaman etkinliklere en çok katılma şekilleri sırayla, 1. Arkadaşlarıyla (% 82.9), 2.Yalnız (%53.7), 3. Ailele (% 44.2), 4. Uzman kişilerin rehberliğinde (% 40.6) şeklinde belirlendi (Bak. Çizelge 4.24). Bu bağlamda, Spor Bilimleri Fakültesi öğrencileri boş zamanlarını genellikle arkadaşlarıyla geçirdiklerini söylenebilir.

Güngörmüş ve diğ. (2006) öğretim elemanları üzerinde yaptıkları çalışmada, öğretim elemanlarının %48.6’sının arkadaş grubuyla, %31.1’inin ailesiyle, %20.3’ünün yalnız boş zaman faaliyetlerine katıldığını belirtmiştir.

Süzer (2000) Üniversite öğrencileri üzerine yaptığı çalışmada, üniversite öğrencilerinin boş zamanlarını, anlaştıkları bir arkadaş grubuyla geçirmeyi tercih etme oranları yüksektir (%60.1). Dağılım içinde en düşük oran boş zamanlarını yalnız geçirmeyi tercih eden öğrencilere aittir (%5.2) olduğunu belirtmiştir.

Şahin ve diğ. (2009) çalışmalarında, Üniversite öğrencilerin çoğunluğu (%51) etkinliklere okul arkadaşları ile %24'ü ise ev arkadaşları ile ve sadece %4'ü ailesi ve %4'ü mahalle arkadaşları ile etkinliklere katılmayı tercih ettiğini belirtmiştir. Kurar ve Baltacı (2015) Alanya halkının üzerinde yaptıkları çalışmada, katılımcıların % 46,6'sının arkadaşlarıyla, % 29,3'ünün eşi ve çocuklarıyla, % 16,4'ünün yalnız, % 14,7'sinin eşiyle ve % 4,3'ünün çocuklarıyla boş zaman faaliyetinde bulduklarını belirtmişlerdir.

Özdağ ve diğ. (2009) devlet memurları üzerine yaptıkları çalışmada, memurların % 35.61'i ile eş ve çocuklardan ilk grubu oluşturmakta, bunu % 34.24'i ile arkadaş grubu takip etmekte, % 14.38'i yalnız ve eş demekte, % 1.36'de başka seçeneği tercih ettiklerini belirtmiştir.

Afyon ve Kırkpınar (2014) lise son sınıfı öğrencileri üzerine yaptıkları çalışmada, öğrencilerin %50'si arkadaş grubuyla, %28'i yalnız, %20'si ailesiye %2'si başka kişilerle boş zaman etkinliklerine katıldıklarını belirtmiştir.

İncelenen litaretürler ve çalışmamızın bulguları doğrultusunda, üniversite öğrencilerinin boş zamanlarını değerlendirmedeki etkinlik katılım şekilleri açısından benzerlik gösterdiği söylenebilir.

Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencileri boş zaman etkinliklere en çok katılma yerleri sırayla, 1. Spor tesisleri (% 78.8), 2.Açık ve kırsal alanlar (%70.4), 3.Okul (% 69.5) şeklinde belirlendi (Bak. Çizelge 4.27). Bu bağlamda, Spor Bilimleri Fakültesi öğrencileri boş zamanlarında spor tesislerini kullandıklarını söyleyebiliriz.

Şahin ve diğ. (2009) çalışmalarında, öğrencilerin %71'i dış mekânda ve kapalı alanlarda etkinliklere katıldıklarını, %17'si sadece kapalı alanlardaki, %12'si ise sadece dış mekânlardaki etkinliklere katılmayı tercih ettiğini belirtmişlerdir.

Süzer (2000) çalışmasında, üniversite öğrencilerinin boş zamanlarını, dağılım içinde en yüksek oranda %62.3'ü açık hava, park bahçe vb. yerlerde geçirmeyi, %42.1'i evlerinde, %25.5'i ise arkadaş evinde geçirmeyi tercih ettiklerini belirtmiştir.

Kurar ve Baltacı (2015) Alanya halkının üzerinde yaptıkları çalışmada, katılımcıların %52.1'i açık alanda, %32.1'i evde, %12.9'u spor tesislerinde, %2.9'u diğer (disko, bar, eğlence kulüplerinde ve plajda) yerlerde geçirdiğini belirten katılımcılar takip ettiğini belirtmişlerdir.

Özdağ ve diğ. (2009) devlet memurları üzerine yaptıkları çalışmada, memurların boş zaman etkinliğine katılım yeri olarak, % 44.02'si evi, % 26.41'i açık ve kırsal alanı, % 11.32'si kahvehaneyi, % 9.43'ü spor tesislerini, % 3.14'ü dernek-sendika faaliyetlerini ve % 0.62'side diğer seçeneğini tercih ettiklerini belirtmişlerdir.

Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencileri boş zaman etkinliklerine yönlendirmeye sebep olan etkenleri sırasıyla, 1. Arkadaş (% 83.1), 2. Okul (% 74.8), 3. Yazılı ve Görsel Basın (% 65.2), 4. Kulüp (% 60.2), 5. Üniversitenin serbest zamanları değerlendirecek imkanlara sahip olması (% 61.4) şeklinde belirlendi (Bak. Çizelge 4.30). Bu bağlamda, Spor Bilimleri Fakültesi öğrencileri boş zaman etkinliklerine katılmalarından arkadaşlarının etkili olduğunu söyleyebiliriz.

Akyüz (2015) Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Bölümünde Öğrenim Gören Üniversite Öğrenciler üzerine yaptığı çalışmada, öğrencilerin %51.5'i arkadaşlarımdan, %17.5'i toplumdaki, %11.3'ü ailesinden, %10.7'si diğer, %7.9'u TV'den etkilenerek boş zaman değerlendirdiklerini belirtmiştir. Bu çalışma çalışmamızla benzerlik göstermektedir.

Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin boş zaman etkinliklerinin bıraktığı etkileri sırasıyla, 1. Mutlu edici buluyorum ve zevk alıyorum (% 88.8) 2. Rahatlatıcı ve can sıkıntılarını uzaklaştırıcı buluyorum (% 86.2) 3. Sağlığıma olumlu etki yapıyor (% 85.5), 4. Eğlenceli ve heyecan verici buluyorum (% 85.3), 5. Farklı yaşantılar buluyorum (% 84.6) şeklinde belirlendi (Bak Çizelge 4.33).

Önder (2003) üniversite öğrencilerinin üzerine yaptığı çalışmada, öğrenciler rekreasyonel etkinliklerin kendilerinin üzerinde en çok rahatlatıcı ve sıkıntılardan uzaklaştırıcı (%28.68) etkisi olduğunu belirtirken, % 20.25'i dinlendirici, % 16.41 mutlu edici ve zevk verici bulmakta, % 15.64 insanlarla kolay ilişki kurduğunu ve çevresinin genişlediği için % 15.03'ü ise sağlığına olumlu katkısı olduğu için faaliyetlere katılmayı tercih ettiklerini belirtmiştir.

Özdağ ve diğ. (2009) devlet memurları üzerine yaptıkları çalışmada, memurların % 25.78'u sıkıntı azaltıcı, % 25.26'i dinlendirici, % 14.21'si eğlendirici, % 11.05'i sağlık verici, % 8.42'si eğitici, % 7.89'i mutluluk verici bulurken % 7.36'ide kendisine sosyal statü sağladığını belirtmiştir.

Afyon ve Kırkpınar (2014) lise son sınıfı öğrencileri üzerine yaptıkları çalışmada, öğrencilerin %18'i dinlendirici, %17'si eğitici, %14'ü sağlığına olumlu etki ettiği, 14'ü eğlendirici ve heyecan verici bulunduğunu belirtmiştir.

Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin boş zaman etkinliklerine yeterince katılmama nedenleri sırasıyla, 1. İlgili kurumların bana hitap eden programları olmadığı için (% 61.5), 2. Ekonomik yetersizlik (% 59.0), 3. Hangi faaliyeti nasıl ve niçin yapacağına dair bir bilgiye sahip değilim (%58.6), 4. Etkinliklere katılmamı teşvik edici tesis. araç-gereç yeterli değil. programları bana uymuyor (% 55.6) şeklinde belirlendi (Bak. Çizelge 4.36).

Arat ve Çalimli (2017) Turizm Fakültesi öğrencileri üzerine yaptıkları çalışmada, öğrencilerin boş zaman aktivitelerine en çok katılmama nedenleri En yüksek katılım “çevremde bu tür etkinlikler için yeterince tesis, araç- gereç malzeme yok” olduğunu, İkinci en yüksek “boş zaman aktivitelerine katılmak için yeterli ekonomik gücüm yok”, üçüncü en yüksek “boş zaman aktivitelerine katılmam konusunda beni yönlendiren kimse yok” şeklinde olduğunu belirtmiştir.

Şahin ve diğ. (2009) Eğirdir Meslek Yüksekokulu öğrencileri üzerine yaptıkları çalışmada, öğrencilerin boş zaman aktivitelerine en çok katılmama nedenleri olarak sırayla, %54.2'si maddi nedenler, %33.5'i içinde bulunduğum ortamın engel olması, %23.7'si faaliyetler konusunda bilgim olmaması, %19.5'inin ise alışkanlığım olmadığı için şeklinde olduğunu belirtmiştir.

Demirel ve Harmandar (2009) üniversite öğrencileri üzerine yaptıkları çalışmada, serbest zaman etkinliklerine katılımdaki en büyük engelin sosyal ortam ve bilgi eksikliği olduğu ortaya çıktığını belirtmiştir.

Göktaş (2015) Balıkesir Vergi Dairesi Başkanlığı'nda çalışan personeli üzerine yaptığı çalışmada, personelin boş zaman etkinliklerine yeterince katılmama nedenleri olarak; % 39.8 ' i “kurumda istediğim tür etkinlikler yok” , % 24'ü “boş zamanları değerlendirmek gibi bir alışkanlığım yok”, % 22.2'si “araç- gereç malzemeler yeterli değil ”, % 20.5 'i “etkinlikleri değerlendirecek yetkililer konuyla ilgili değil”, % 17 'si “programları bana uymuyor”, % 15.8 ' i “tesisler yeterli değil”, % 15.2'si “boş zamanların değerlendirme isteklerimizle ilgilenen yok”, %1.8'i “tesisler sürekli kapalı” şeklinde görüş bildirdiklerini belirtmiştir.

Karaçar ve Paslı (2014) Turizm ve Otel İşletmeciliği Programı Öğrencileri üzerine yaptıkları çalışmada, tesis donanımının ve ihtiyaca yönelik tesislerin yetersiz olması kesinlikle önemli olarak belirtilmiştir. Bununla birlikte kendini yorgun hissetmek, nerede katılacağını bilmemek, tesislerin kalabalık olması, eve yakın imkânların olmaması, arkadaşlarının zamanının olmaması, iş zamanının yoğun olması, sosyal etkinlikler için zaman ayırmak zorunluluğu katılımcıların büyük bir çoğunluğu için engel olarak karşımıza çıktığını belirtmişlerdir.

Binarbaşı (2006) çalışmasında, öğretmenlerin %46.9'unun ekonomik yetersizliğin boş zaman değerlendirme etkinliklerine engel olduğunu düşündüklerini belirtmiştir.

Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin zaman planlaması alt boyutu ortalaması (49.80±10.77), zaman tutumları alt boyutu ortalaması (22.48±3.30), zaman harcattırıcılar alt boyutu ortalaması (12.16±3.28) ve genel zaman yönetimi ortalaması (84.45±11.78) olarak bulundu (Bak. Çizelge 4. 37). Bu bağlamda spor bilimleri öğrencilerin genel zaman yönetimlerinin orta düzeyde (64-99) olduğunu söyleyebiliriz.

Zekioğlu ve diğ. (2015) sporcu öğrenciler üzerine yaptıkları çalışmada, Manisapor altyapısında futbol oynayan sporcu öğrencilerin genel zaman yönetimi puan ortalamaları 81.10±14.69 olduğunu belirtmişlerdir. Yavaş ve diğ. (2012) Tıp Fakültesi öğrencileri üzerine yaptıkları çalışmada, öğrencilerin genel zaman yönetimi puan ortalaması 79,06±14,07 olduğunu belirtmişlerdir. Başak ve diğ. (2008) Hemşirelik Yüksek Okulu Öğrencileri üzerine yaptıkları çalışmada, öğrencilerin ZYE'den aldıkları toplam puan ortalamalarının 89.41±12.71 olduğunu belirtmiştir. İşcan (2008) yüksek lisans tezinde, Pamukkale Üniversitesi öğrencilerinin zaman yönetimi puan ortalamaları 67.30±7.79 olduğunu yani “orta beceri” düzeyine sahip olduğunu belirtmiştir. Erdem ve diğ (2005) yaptıkları çalışmada, üniversite öğrencilerin genel zaman yönetimi puanı orta düzeyde olduğunu belirtmişlerdir.

Gözel ve Halat (2010) İlköğretim okulu öğretmenleri üzerine yaptıkları çalışmada, tüm öğretmenlerin zaman yönetimi puan ortalaması 71.08 (zaman planlaması: 33.50; zaman tutumları: 20.89; zaman harcattırıcılar: 16.67) olduğunu belirtirken, branşa göre baktığında ise beden eğitimi öğretmenlerinin zaman yönetimi puan ortalaması 68.28 (zaman planlaması: 32.80; zaman tutumları: 20.09; zaman harcattırıcılar: 15.38) olduğu görülmüştür.

İncelenen literatürdeki araştırmaların sonuçlarıyla çalışmamızın zaman yönetimi puan ortalamaları benzerlik göstermektedir. Yani çoğu çalışmanın zaman yönetimi becerisi

çalışmamızdaki gibi orta düzeyde olduğunu söyleyebiliriz. Fakat, Erdul (2005) yaptığı çalışmada, öğrencilerinin zaman yönetimi becerilerinin yüksek düzeyde olduğu belirtmiştir. Çalışmamızın sonuçlarıyla çelişmektedir. Bunun nedeni Erdul (2005) tarafından yapılan çalışmanın 5 farklı ildeki üniversiteyi kapsadığından kaynaklanıyor olabilir.

Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin cinsiyet değişkenine göre, “Zaman harcattırıcıları” alt boyutuna ilişkin görüşlerinde ise istatistiksel anlamlı bir farklılık bulunamadı ($p>0.05$). “Zaman planlaması”, “Zaman tutumları” alt boyutları ve “Genel zaman yönetimi” ilişkin görüşlerinde istatistiksel anlamlı bir farklılık bulundu ($p<0.05$) (Bak. Çizelge 4. 38). Bu farklılık kadın Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin lehine olduğu görülmektedir.

Sugötüren ve diğ. (2011) Spor Bilimleri ve Teknolojisi Yüksekokulu öğrencileri üzerine yaptıkları çalışmada, cinsiyete göre karşılaştırdıklarında öğrencilerin Zaman Planlama ve Zaman Tutumları alt boyutunda anlamlı bir farklılık görülmediği, Fakat Zaman Harcattırıcılar alt boyutunda ve Genel Ortalama puanda kadın öğrenciler lehine anlamlı bir fark tespit etmişlerdir. Kadın öğrencilerin “Zaman Harcattırıcıları” alt boyutundan ve toplam puandan sırasıyla ($\bar{X}= 3.66$, $\bar{X}= 3.43$) erkeklere ($\bar{X}=3.39$, $\bar{X}= 3.30$) oranla daha yüksek puan aldıklarını belirtmiştir.

Caz ve Tunçkol (2013) Beden Eğitimi ve Spor Öğretmeni Adayları üzerine yaptıkları çalışmada, cinsiyet değişkene göre, zaman planlaması alt boyutunda ve genel zaman yönetiminde kadın öğrenciler lehine anlamlı farklılık tespit etmişlerdir.

Erdul (2005) üniversite öğrencileri üzerine yaptığı yüksek lisans tezinde, cinsiyete göre karşılaştırdığında, ZYE toplam puan, zaman planlaması ve zaman harcattırıcıları alt boyutlarından anlamlı farklılık bulurken, zaman tutumları alt boyutunda anlamlı farklılık bulamamıştır. Bulunan farklılıklarda kadınların ortalamaları erkeklere oranla daha yüksek olduğunu belirtmiştir.

Çağlıyan ve Gural (2009) Meslek Yüksekokulu Öğrencileri üzerine yaptıkları çalışmada, cinsiyete göre karşılaştırdıklarında, zaman planlaması ve zaman tutumları alt boyutları ile genel zaman yönetimi toplam puanında anlamlı farklılık bulmuşlardır. Bu farklılıkta bayanların erkek öğrencilere göre ölçekten aldıkları puanlar daha yüksek olduğunu belirtmişlerdir.

Caz ve Tunçkol (2015) Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenleri üzerine yaptıkları çalışmada, cinsiyet değişkenine göre, “zaman harcattırıcılar” alt boyutuna ilişkin görüşlerinde anlamlı bir farklılık tespit etmişlerdir ve bu fark kadın öğretmenlerin lehine olduğunu belirtmişlerdir.

Çimen ve diğ. (2017) Üniversite Öğretim Elemanları üzerine yaptıkları çalışmada, cinsiyetlerine göre zaman yönetimi becerilerinde anlamlı bir farklılık tespit edilemediğini belirtmişlerdir.

Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin bölüm değişkenine göre, “Zaman planlaması” alt boyutu ve “Genel zaman yönetimi” ilişkin görüşlerinde ise istatistiksel anlamlı bir farklılık bulunamadı ($p>0.05$). “Zaman tutumları” ve “Zaman harcattırıcıları” alt boyutlarına ilişkin görüşlerinde istatistiksel anlamlı bir farklılık bulundu ($p<0.05$) (Bak. Çizelge 4. 39). Bu farklılık “Zaman tutumları” alt boyutunda BESÖ ($\bar{X}=22.74$) ile REK ($\bar{X}=22.00$) bölümü öğrencileri ve REK ($\bar{X}=22.00$) ile SYP ($\bar{X}=22.82$) bölümü öğrencileri arasında, “Zaman harcattırıcıları” alt boyutunda ise, BESÖ ($\bar{X}=12.00$) ile SYP ($\bar{X}=12.68$) bölümü öğrencileri, REK ($\bar{X}=12.00$) ile SYP ($\bar{X}=12.68$) bölümü öğrencileri ve AEP ($\bar{X}=11.96$) ile SYP ($\bar{X}=12.68$) bölümü öğrencileri arasında olduğu görülmektedir.

Sugötüren ve diğ. (2011) Spor Bilimleri ve Teknolojisi Yüksekokulu öğrencileri üzerine yaptıkları çalışmada, bölüme göre karşılaştırdıklarında Zaman Planlama, Zaman Tutumları, Zaman Harcattırıcıları alt boyutları ve genel toplam puanları arasında anlamlı bir fark olmadığını belirtmiştir. Bu durumda çalışmamızla “Zaman planlaması” alt boyutu ve “Genel zaman yönetimi ile benzerlik gösterirken, “Zaman tutumları” ve “Zaman harcattırıcıları” alt boyutlarında benzerlik söz konusu değildir.

Araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin sınıf değişkenine göre, “Zaman tutumları” ve “Zaman harcattırıcıları” ilişkin görüşlerinde ise istatistiksel anlamlı bir farklılık bulunamadı ($p>0.05$). “Zaman planlaması” alt boyutu ve “Genel zaman yönetimi” alt boyutlarına ilişkin görüşlerinde istatistiksel anlamlı bir farklılık bulundu ($p<0.05$) (Bak. Çizelge 4.40). Bu farklılık “Zaman planlaması” alt boyutunda 1.sınıf ($\bar{X}=48.18$) ile 3.sınıf ($\bar{X}=50.91$) öğrencileri ve 1.sınıf ($\bar{X}=48.18$) ile 4.sınıf ($\bar{X}=50.89$) öğrencileri arasında, “Genel zaman yönetimi” alt boyutunda ise, 1.sınıf ($\bar{X}=82.68$) ile 3.sınıf ($\bar{X}=86.29$) öğrencileri, 1.sınıf ($\bar{X}=82.68$) ile 4.sınıf ($\bar{X}=85.58$) öğrencileri ve 2.sınıf ($\bar{X}=83.96$) ile 3.sınıf ($\bar{X}=86.29$) öğrencileri arasında olduğu görülmektedir.

Sugötüren ve diğ. (2011) Spor Bilimleri ve Teknolojisi Yüksekokulu öğrencileri üzerine yaptıkları çalışmada, sınıfa göre karşılaştırdıklarında Zaman Planlaması, Zaman Harcattırıcılar alt boyutları ve genel toplam puanları arasında anlamlı bir farklılık görülmediğini, Fakat Zaman Tutumları puanları arasında ise istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu tespit etmişlerdir. Bu farkın 1. sınıf öğrencilerinin ($\bar{X}=3.54$) Zaman Tutum alt boyutundan aldıkları puanın 2. sınıf öğrencilerinden ($\bar{X}=3.27$) daha yüksek olduğu belirtmişlerdir.

Caz ve Tunçkol (2013) Beden Eğitimi ve Spor Öğretmeni Adayları üzerine yaptıkları çalışmada, sınıf değişkene göre, zaman planlaması alt boyutunda anlamlı farklılık tespit etmiştir. Bu farklılık için 1. sınıf öğrencilerinin zaman planlaması puanı 2, 3 ve 4. sınıf öğrencilerinin puanlarından daha düşük olduğunu belirtmişlerdir.

Caz ve diğ. (2015) Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencileri üzerine yaptıkları çalışmada, sınıf değişkenine göre zaman yönetimi toplam puanında anlamlı farklılık tespit etmişlerdir. Farklılığın 3.sınıfta öğrenim gören öğrencilerin ZYE puanları (3.25), 1.sınıfta öğrenim görenlerden (2.99) daha yüksek olduğunu belirtmişlerdir.

Başak ve diğ. (2008) Hemşirelik Yüksek Okulu Öğrencileri üzerine yaptıkları çalışmada, sınıflara göre ZYE toplam puan ve alt ölçek puanları açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunduğunu belirtmiştir.

Çağlıyan ve Güral (2009) Meslek Yüksekokulu Öğrencileri üzerine yaptıkları çalışmada, sınıfa göre karşılaştırdıklarında zaman harcattırıcıları alt boyutunda anlamlı farklılık bulmuşlardır. Bu durum birinci sınıf öğrencilerinin zaman harcattırıcılardan daha fazla etkilendikleri şeklinde yorumlamışlardır. Özellikle birinci sınıf öğrencilerinin yaşadıkları çevreyle yeni tanışmış olmaları, daha önce hiç bulunmadıkları bir sosyal çevreyle karşılaşmış olmaları, ailelerinden yeni ayrılmış olmaları gibi etkenlerin bu süreçte etkili olduğu ileri sürmüşlerdir.

Chen ve diğ. (2011) Tayvan'daki üniversite öğrencileri üzerine yaptıkları araştırmada, kampüs dışında stajını tamamlamış öğrencilerde boş zaman yönetim düzeyini incelenmiştir. Öğrencilerin staj döneminde elde ettiği kazanımlardan olması beklenen boş zaman yönetimi noktasında olumlu kazanımlar elde ettikleri, bunun yanı sıra öğrencilerin sosyal ilişkilerinde de beceri elde ettiklerini belirtmişlerdir.

6. SONUÇ VE ÖNERİLER

6.1. Sonuçlar

Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin boş zaman değerlendirme alışkanlıkları ve zaman yönetimi düzeylerinin incelendiği çalışmadan elde edilen bulgular sonucunda,

- ❖ Sportif etkinliklere katılım Spor Bilimleri Fakültesi öğrencileri tarafından diğer etkinliklere göre daha çok tercih edildi.
- ❖ Spor Bilimleri Fakültesi öğrencileri boş zaman değerlendirmelerinde günlük çektikleri tespit edildi.
- ❖ Spor Bilimleri Fakültesi öğrencileri tarafından üniversitenin ve Kocaeli ilinin rekreasyon alanlarının yeterli olmadığı tespit edildi.
- ❖ Spor Bilimleri Fakültesi öğrencileri sahip oldukları boş zamanları kampüs dışında geçirdikleri tespit edildi.
- ❖ Spor Bilimleri Fakültesi öğrencileri zamanı iyi değerlendirme ile ilgili yayın-makale okuma durumları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunamadı. ($X^2=6.706$; $p>0.05$).
- ❖ Spor Bilimleri Fakültesi öğrencileri zaman yönetim ile ilgili eğitim almadıkları tespit edilmiştir. Öğrencilerinin zaman yönetimi ile ilgili eğitim alma durumları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulundu ($X^2=36.217$; $p<0.05$).
- ❖ Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin boş zamanlarda en çok tercih ettikleri etkinlik çeşitleri sırayla, 1. Müzik dinlerim, 2. Spor yaparım, 3. Spor yarışmalarını izlerim, 4. Arkadaş ziyaretlerine giderim, 5. Çarşı. pazar. fuar. park gibi gezintilere çıkarım, 6.kitap ve gazete okurum yönünde olduğu tespit edildi.
- ❖ Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin boş zaman etkinliklerinin en çok tercih edilme nedenlerini sırayla, 1. En iyi yapabildiğim ve yeteneklerime uygun olduğu için, 2. Güzel bir ortam sağlamak için, 3. Sağlığımı korumak için, 4. Arkadaşlarımla birlikte olabileceğim için, 5.Rahatlama ve iş ortamından uzaklaşmak için tercih ettikleri yönünde olduğu tespit edildi.
- ❖ Spor Bilimleri Fakültesi öğrencileri boş zaman etkinliklere en çok katılma şekilleri sırayla, 1. Arkadaşlarımla, 2. Yalnız, 3. Ailemle, 4. Uzman kişilerin rehberliğinde tespit edildi.

- ❖ Spor Bilimleri Fakültesi öğrencileri boş zaman etkinliklere en çok katılma yerleri sırayla, 1. Spor tesisleri, 2. Açık ve kırsal alanlar, 3. Okul yönünde tespit edildi.
- ❖ Spor Bilimleri Fakültesi öğrencileri boş zaman etkinliklerine yönlendirmeye sebep olan etkenleri sırasıyla, 1. Arkadaş, 2. Okul, 3. Yazılı ve Görsel Basın, 4. Kulüp, 5. Üniversitenin serbest zamanları değerlendirecek imkanlara sahip olması yönünde tespit edildi.
- ❖ Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin boş zaman etkinliklerinin bıraktığı etkileri sırasıyla, 1. Mutlu edici buluyorum ve zevk alıyorum, 2. Rahatlatıcı ve can sıkıntılarından uzaklaştırıcı buluyorum, 3. Sağlığıma olumlu etki yapıyor,, 4. Eğlenceli ve heyecan verici buluyorum, 5. Farklı yaşantılar buluyorum yönünde tespit edildi.
- ❖ Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin boş zaman etkinliklerine yeterince katılmama nedenleri sırasıyla, 1. İlgili kurumların bana hitap eden programları olmadığı için, 2. Ekonomik yetersizlik, 3. Hangi faaliyeti nasıl ve niçin yapacağına dair bir bilgiye sahip değilim, 4. Etkinliklere katılmamı teşvik edici tesis. araç-gereç yeterli değil. programları bana uymuyor yönünde tespit edildi.
- ❖ Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin genel zaman yönetim becerilerinin orta düzeyde olduğunu tespit edildi.
- ❖ Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin ZYE puanları cinsiyet değişkenine göre, “Zaman planlaması”, “Zaman tutumları” alt boyutları ve “Genel zaman yönetimi” ilişkin görüşlerinde istatistiksel anlamlı bir farklılık bulundu ($p<0.05$).
- ❖ Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin ZYE puanları bölüm değişkenine göre, “Zaman tutumları” ve “Zaman harcattırıcıları” alt boyutlarına ilişkin görüşlerinde istatistiksel anlamlı bir farklılık bulundu ($p<0.05$).
- ❖ Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin ZYE puanları sınıf değişkenine göre, “Zaman planlaması” alt boyutu ve “Genel zaman yönetimi” alt boyutlarına ilişkin görüşlerinde istatistiksel anlamlı bir farklılık bulundu ($p<0.05$).

6.2. Öneriler

- ❖ Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin sosyal, kültürel ve sanatsal etkinliklere katılımını arttıracak kampüs içinde ve Spor Bilimleri Fakültesi içinde organizasyonlar planlanarak düzenlenebilir.
- ❖ Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin katılımı kolaylaştıracak etkinlikler gerçekleştirilebilir.
- ❖ Kampüs içindeki rekreasyon alanlarının genişletilerek, öğrencilerin kolay ulaşılabilirliği sağlanabilir.
- ❖ Üniversite öğrencilerinin kampüs içinde boş zamanlarını değerlendirmelerini sağlamak için Sağlık Kültür Daire Başkanlığına bağlı Rekreasyon Hizmetleri birimi kurularak Rekreasyon uzmanları tarafından düzenli olarak sportif, sosyal, kültürel ve sanatsal etkinliklere organize edilebilir.
- ❖ Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin öğrenci toplulukları kurma ve diğer toplumlara üyelik noktasında yönlendirilebilir.
- ❖ Yapılan çalışmalarda, zaman yönetimi eğitimi sonrası öğrencilerin ZYE toplam puanının artmış olduğu görüldü. Bu bağlamda, üniversite öğrencilerine Spor Bilimleri Fakültesinde ve diğer fakültelerde zaman yönetimi eğitimi almaları sağlanarak gerek üniversite hayatında gerekse meslek yaşamında başarılı olmalarında fayda sağlayacağı düşünülmektedir.
- ❖ Bu çalışmadaki boş zaman değerlendirme anket ve zaman yönetimi envanteri farklı üniversite ve fakülte öğrencilerine uygulanarak literatüre katkı sağlanabilir.

KAYNAKLAR

- Afyon Y. A., Kırkpınar M.** Lise Son Sınıf Öğrencilerinin Serbest Zaman Faaliyetlerine Katılım Biçimlerinin Değerlendirilmesi. *Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Dergisi*, 2014; (33): 147-163.
- Akatay A.** Örgütlerde Zaman Yönetimi, Selçuk Üniversitesi, *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 2003; 10: 282-300.
- Akyüz H.** Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu Bölümünde Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Faaliyetlerini Değerlendirilme Biçimlerinin İncelenmesi. *International Journal of Science Culture and Sport*, 2015; 3(3): 301-316.
- Alay S., Koçak S.** Üniversite Öğrencilerinin Zaman Yönetimleri ile Akademik Başarıları Arasındaki İlişki. *Kuram ve uygulamada eğitim yönetimi*, 2003;35(35): 326-335.
- Amman T., Aykora E., Tekin G., Kılıç M.** Açık Ve Kapalı Alan Rekreasyoncularının Denetim Odağı ve Benlik Tasarımı Açısından Karşılaştırılması. *Türkiye Kickboks Federasyonu Spor Bilimleri Dergisi*, 2010; 2(2): 1-13.
- Andıç H.** Üniversite Öğrencilerinin Zaman Yönetimi Becerileri İle Akademik Başarıları Arasındaki İlişki. Yüksek lisans tezi, Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Afyonkarahisar, 2009.
- Arat T., Çalimli Y.** Üniversite Öğrencilerinin Boş Zamanlarını Değerlendirme Tercihleri: Selçuk Üniversitesi Turizm Fakültesi Örneği. *Çatalhöyük Uluslararası Turizm ve Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 2017; 2: 77-98
- Ardahan F., Lapa T.Y.** Gelire ve Geline Yerleşim Birimine Göre Öğrencilerin Rekreatif Etkinliklere Katılma ve Katılmama Nedenlerinin Değerlendirilmesi: Akdeniz Üniversitesi Örneği. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2010; 5.3: 87-96.
- Ardahan F., Turgut T., Kalkan A.K.** Her Yönüyle Rekreasyon. Detay Yayıncılık, Ankara, 2016.
- Arslan H.** Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Değerlendirme Tercihleri: Çankırı Karatekin Üniversitesi Örneği. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 2015; 40: 193-208.
- Aydoğan İ., Gündoğdu F.B.** Kadın Öğretim Elamanlarının Boş Zamanlarını Değerlendirme Etkinlikleri. Erciyes Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, Kayseri. 2006.

- Balcı V., İlhan A.** Türkiye'deki Üniversite Öğrencilerinin Rekreatif Etkinliklere Katılım Düzeylerinin Belirlenmesi. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2006; 4(1):11-18
- Başak T., Uzun Ş., Arslan F.** Hemşirelik Yüksek Okulu Öğrencilerinin Zaman Yönetimi Becerileri. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 2008; 7(5): 429-434.
- Binarbaşı S.** Kütahya İlinde İlköğretim Okullarında Görev Yapan Öğretmenlerin Boş Zamanlarını Değerlendirme Alışkanlıklarının Tespiti ve İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Kütahya Dumlupınar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı, 2006.
- Can S.** Muğla Üniversitesi Eğitim Fakültesi İlköğretim Bölümü Öğrenci Ailelerinin Boş Zaman Faaliyetlerine Katılım Biçimlerinin Belirlenmesi, *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 2010;18(3):861-870.
- Caz Ç., Aydoğdu V., Tunçkol H., Öncü E.** Zaman Yönetimi Becerisi Ve Stres İlişkisi: Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencileri Örneği. *Akademik Bakış Uluslararası Hakemli Sosyal Bilimler Dergisi*, 2015; (50): 278-287.
- Caz Ç., Tunçkol H.** Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Zaman Yönetimi Becerilerinin İncelenmesi. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 2015; 6 (2): 91-100.
- Caz Ç., Tunçkol H.** Beden Eğitimi ve Spor Öğretmeni Adaylarının Zaman Yönetimi Becerilerinin İncelenmesi. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2013; 8 (2): 23-29.
- Chen C.T., Hu J. L., Wan, C. C., Chen C.F.** A study of the effects of internship experiences on the behavioural intentions of college students majoring in leisure management in Taiwan. *Journal of Hospitality Leisure Sport & Tourism Education*, 2011; 10(2): 61-73.
- Cohen L., Manion L., Morrison K.** Research methods in education. 5th ed. London New York: Routledge Falmer, 2000.
- Covey R.S., Merrill A.R. ve Merrill R.R.** Önemli İşlere Öncelik. Çev. Metin Celâl Varlık Yayınları, İstanbul, 2006.
- Çağlıyan V., Güral R.** Zaman Yönetimi Becerileri: Meslek Yüksekokulu Öğrencileri Üzerine Bir Değerlendirme. *Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Sosyal ve Ekonomik Araştırmalar Dergisi*, 2009; (2): 174-189.

- Çınar, V., Sanioğlu, A.** Farklı Branşlardaki beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu Öğrencilerinin Rekreasyon Faaliyetlerine Katılımlarının Değerlendirilmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 2004; (11): 261-271.
- Çimen K., Ekinci N., Altınok B., Özdilek Ç.** Üniversite Öğretim Elemanlarının Zaman Yönetimi Anlayışlarının İncelenmesi. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 2017; 4 (2): 111-118.
- Demiray U.** Açıköğretim Fakültesi Öğrencilerinin Boş Zamanları Değerlendirme Eğilimleri, Rekreasyon (Boş Zamanları Değerlendirme). Anadolu Üniversitesi Yayınları. Eskişehir, 1987.
- Demirel M., Harmandar D.** Üniversite Öğrencilerinin Rekreasyonel Etkinliklere Katılımlarında Engel Oluşturabilecek Faktörlerin Belirlenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 2009; 6(1): 838-846.
- Demirtaş H., Özer N.** Öğretmen Adaylarının Zaman Yönetimi Becerileri İle Akademik Başarısı Arasındaki İlişkisi. *Eğitimde Politika Analizleri ve Stratejik Araştırmalar Dergisi*, 2007; 2(1): 34-47.
- Ekinci N. E., Kalkavan A., Üstün Ü. D., Gündüz B.** Üniversite öğrencilerinin sportif ve sportif olmayan rekreatif etkinliklere katılmalarına engel olabilecek unsurların incelenmesi. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 2014, 1.1: 1-13.
- Erçevik B., Önal F.** Üniversite Kampüs Sistemlerinde Sosyal Mekan Kullanımları. *Megaron*, 2011; 6(3): 151-161
- Erdem R. Kocabaş İ.** Yönetici Adayı Öğretmenlerin Kişisel Zaman Yönetimi Davranışları, *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 2003; 13, (2) : 203-210.
- Erdem R., Pirinççi, E. Dikmetaş E.** Üniversite Öğrencilerinin Zaman Yönetimi Davranışları ve Bu Davranışların Akademik Başarı ile İlişkisi. *MANAS Journal of Social Studies*, 2005;7(14): 167-177.
- Erdul G.** Üniversite Öğrencilerinin Zaman Yönetimi Becerileri ile Kaygı Düzeyleri Arasındaki ilişki. Yüksek Lisans Tezi, Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bilim Dalı Bursa, 2005.
- Erkal M.E., Güven Ö., Ayan D.** Sosyolojik Açından Spor. Der Yayınları, İstanbul, 2014.
- Erkılıç T. A.** Zaman Yönetimi. Etkili Sınıf Yönetimi, Anı Yayıncılık, Ankara, 2005.

- Foulquie P.** Pedagoji Sözlüğü, Boş Zaman. Çev. Cenap Karakaya. Sosyal Yayınlar, İstanbul, 1994.
- Göktaş Z.** Vergi Dairesi Başkanlığında Çalışan Personelin Boş Zamanlarını Değerlendirmesi Üzerine Bir Araştırma. *Spor Yönetimi ve Bilgi Teknolojileri*, 2015; 2(2): 16-23.
- Gömlüksiz M. N.** Üniversiteye Hazırlık Dershanelerine Giden Öğrencilerin Boş Zamanlarını Değerlendirme Etkinlikleri (Malatya İli Örneği). *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2004;4(2):13-32.
- Gözel E.** İlköğretim Okulu Öğretmenlerinin Zaman Yönetimi Hakkındaki Görüşleri. Yüksek lisans tezi, Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İlköğretim AnaBilim Dalı, Afyonkarahisar, 2009.
- Gözel E., Halat, E.** İlköğretim Okulu Öğretmenleri ve Zaman Yönetimi. *Pamukkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 2010; 6: 73-89.
- Güçlü N.** Zaman Yönetimi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 2001; 7(1): 87-100.
- Gül T., Karaçar E., Kement Ü., Pahlı M.M., Yayla Ö., Erol E., Göker, G.** Rekreasyon Olgusuna Genel Bakış. A. Yaylı (Ed.). Rekreasyona Giriş içinde. Detay Yayıncılık, Ankara. 2014.
- Gümüşgül O.** Avrupa Birliği'ne Üye Ülkelerde ve Türkiye'de Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Zaman Yönetimi Anlayışlarının Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi. Yüksek lisans tezi, Dumlupınar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kütahya, 2013.
- Güngörmüş H.A., Yetim A.A., Çalık C.** Ankara'daki Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokullarında Görev Yapan Öğretim Elemanlarının Boş Zamanlarını Değerlendirme Biçimlerinin Araştırılması. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 2006; 14(1): 285-298.
- Gürbüz B.** Kentsel Yaşam Sürecinde Rekreasyonel Katılım Sorunları. Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Doktora tezi, Ankara. 2006.
- Gürbüz M., Aydın A. H.** Zaman kavramı ve yönetimi. *Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 2012; 9(2):1-20.
- Hacıcaferoğlu S., Gündoğdu C., Hacıcaferoğlu B., Yücel A.S.** Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin Serbest Zaman (Rekreasyon) Aktivitelerine Katılımlarının Belirlenerek İncelenmesi (İnönü Üniversitesi Örneği). *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 2014; 5.(1): 5-17.

- Hacıoğlu N., Gökdeniz A., Dinç Y.** Boş Zaman ve Rekreasyon Yönetimi. Detay Yayıncılık, Ankara, 2009.
- Harris D.** Key Concepts in Leisure Studies, Sage Publications, 2005.
- İşcan S.** Pamukkale Üniversitesi Öğrencilerinin Zaman Yönetimi Becerilerinin Akademik Başarıları Üzerindeki Etkisi. Yüksek lisans tezi, Pamukkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Eğitim Yönetimi Denetimi Planlaması ve Ekonomisi Bilim Dalı, 2008.
- Jones K.** Zamanı Kullanma: Kendi Kendini Geliştirme Programı, Çeviren: Akkoyunlu AC. İstanbul, Doğan Kitapçılık, 2000.
- Kahraman G., Çolak E., Bayazıt B., Yılmaz O.** Lise Öğrencilerinin Rekreasyonel Faaliyetlere Katılmalarını Etkileyen Faktörlerin İncelenmesi. *İstanbul Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 2017; 7(1), 28-40.
- Karaçar E., Paşlı M.M.** Turizm ve Otel İşletmeciliği Programı Öğrencilerinin Rekreasyonel Eğilimleri ve Rekreasyonel Etkinliklere Katılımına Engel Olan Faktörler, *Turizm Akademik Dergisi*, 2014; 1 (1): 29-38.
- Karakuş S.** Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulunda Okuyan Öğrencilerin Fiziksel Sağlıkları ile Serbest Zaman ve Sigara Kullanımı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Gazi Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi*, 2005; 6(2): 1-13.
- Karaküçük S., Ekinci G.** Okulların Boş Zamanları Değerlendirme (Rekreasyon) Eğitimindeki Rolü. *Milli Eğitim*, 1995; (128): 62-66.
- Karaküçük S., Gürbüz B.** Rekreasyon ve Kent(li)leşme. Gazi Kitabevi, Ankara, 2007.
- Karaküçük S.,** “Rekreasyon” Boş Zamanları Değerlendirme, Gazi Kitabevi, Ankara, 2008.
- Karaküçük S., Akgül B.M.** Ekorekreasyon: Rekreasyon ve Çevre, Gazi Kitabevi, Ankara, 2016.
- Karasar N.** Bilimsel Araştırma Yöntemi. Nobel yayın Dağıtım, Ankara, 2006.
- Kılbaş Ş.** Rekreasyon Boş Zamanı Değerlendirme. 4. Baskı. Gazi Kitabevi, Ankara, 2010.
- Kılbaş Ş.** Rekreasyon. Anaca Yayınları, Adana, 2001.
- Kılbaş Ş.** Varoluşçu Eğitim Felsefesi Açısından Eğitsel Etkinlikler. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2001; 2(19): 34-35.

- Kibar B.** Karabük Üniversitesi Öğrencilerinin Zaman Yönetimi Becerileri İle Akademik Başarıları Arasındaki İlişki, Yüksek Lisans Tezi, Karabük Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Kamu Yönetimi Anabilim Dalı, Karabük. 2014.
- Koch R.** The 80/20 Principle: The Secret of Achieving More With Less, Bantam Doubleday Dell Publishing Group, New York. 1998.
- Köktaş Ş.K.** Rekreasyon Boş Zamanı Değerlendirme. Nobel Yayın Dağıtım, Ankara. 2004.
- Kurar İ., Baltacı F.** Halkın boş zaman değerlendirme alışkanlıkları: Alanya Örneği. *International Journal of Science Culture and Sport*, 2015; 2(2): 39-52.
- Macan, T. M., Shahani, C., Dipboye, R. L., Phillips, A. P.** College Students' Time Management: Correlations With Academic Performance And Stress", *Journal of Educational Psychology*, 1990; 82(4): 760-768.
- McLean D.D., Hurd A., Rogers N.** Kraus' Recreation and Leisure in Modern Society, Jones&Barlett Publishers, Sudbury, MA, 2017.
- Önder S.** Selçuk Üniversitesi Öğrencilerinin Rekreatif Eğilim ve Taleplerinin Belirlenmesi Üzerinde Bir Araştırma. Selçuk Tarım ve Gıda Bilimleri Dergisi, 2003;17(32): 31-38.
- Örücü, E., Kanbur, M. T.** Farklı Sektörlerde Faaliyetlerini Sürdüren İşletmelerde Zaman Yönetimi Üzerine Ampirik Bir Araştırma: Bursa İli Örneği. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*,2007; 6(20): 9-31.
- Özdağ, S., Yeniçeri, M., Fişekçioğlu, İ. B., Akçakoyun, F., Kürkcü, R.** Devlet Memurlarının Boş Zaman Değerlendirme Eğilimleri, Antropometrik Ve Fiziksel Uygunluk Seviyeleri. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 2009; (22):307-323.
- Özgen C.** Etkili Zaman Yönetimi. Bilkent Üniversitesi, Ankara, 2002.
- Özşaker M.** Gençlerin serbest zaman aktivitelerine katılmama nedenleri üzerine bir inceleme. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 2012; 14.(1): 126-131.
- Passig D.** Future-time-span as a cognitive skill in future studies. *Futures Research Quarterly*, 2003; 19(4), 27-48.
- Sabuncuoğlu Z., Paşa M.** Zaman Yönetimi. Ezgi Kitabevi, Bursa, 2002.
- Sayan İ.** Yönetici Hemşirelerde Zaman Yönetimi. Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Hemşirelikte Yönetim Anabilim Dalı, İstanbul, 2005.

- Scoot M.** Zaman Yönetimi, Çeviren: Aslı Çıngıl Çevik, Rota Yayınları, İstanbul. 1997.
- Smith H.W.** Hayatı ve Zamanı Yönetmenin 10 Doğal Yasası. Çev: Adalet Çelbiş. Sistem Yayıncılık, İstanbul, 2007.
- Sugötüren M., Ballı Ö. M., Gökçe H.** Spor Bilimleri ve Teknolojisi Yüksekokulunda Öğrenim Gören Öğrencilerin Zaman Yönetimi Davranışları. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2011; 9.3: 91-96.
- Süzer, M.** Üniversite Öğrencilerinin Boş Zamanlarını Değerlendirme Alışkanlıkları. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2000; 8(8): 123-133.
- Şahin C.K., Akten S., Erol U.E.** Eğirdir Meslek Yüksekokulu Öğrencilerinin Rekreasyon Faaliyetlerine Katılımlarının Belirlenmesi Üzerine Bir Çalışma. *Artvin Çoruh Üniversitesi Orman Fakültesi Dergisi*, 2009; 10.1: 62-71.
- Şimşek H. ve Yıldırım A.** Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri. Seçkin yayıncılık, Ankara, 2004.
- Tengilimoğlu D., Altınöz, M., Başpınar, N.Ö., Erdönmez, C.** Zaman Yönetimi. Tutar, H., (Ed). Seçkin Yayıncılık, Ankara, 2015.
- Tezcan M.** Sosyolojiye Giriş. Anı yayıncılık, Ankara, 2015.
- Tolukan E.** Özel Yetenekle İlgili Bölümlerde Okuyan Üniversite Öğrencilerinin Rekreasyonel Aktivitelere Katılımlarına Engel Olabilecek Unsurların Belirlenmesi, Yüksek lisans tezi, Niğde Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Niğde. 2010.
- Topal N.** Derste Zaman Yönetimi: İlköğretim 3. Sınıf Hayat Bilgisi Dersine Yönelik Bir İnceleme, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana. 2009.
- Torkildsen G.** Leisure and Recreation Management, Routledge- Taylor & Francis, London and New York, 2005.
- Turgut T.** Suya Dayalı Rekreasyon ve Antalya İlinde Suya Dayalı Rekreasyon Alanında Faaliyet Gösteren İşletmelerin Profillerini Belirlemeye Yönelik Bir Uygulama, Yüksek Lisans Tezi, Akdeniz Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Spor Yöneticiliği Ana Bilim Dalı, Antalya, 2012.
- Tutar H.** Zaman Yönetimi, Nobel Yayın Dağıtım. Ankara. 2015.

- Türk Dil Kurumu. (2017).** Genel Türkçe Sözlük. İstanbul: TDK. http://www.tdk.gov.tr/index.php?option=com_gts&arama=gts&guid=TDK.GTS.59f28d22511546.77882548 Erişim tarihi (27.10.2017)
- Türkmen M., Kul M., Genç E., Sarıkabak M.** Konaklama İşletmesi Yöneticilerinin Rekreasyon Algı ve Tutumlarının Değerlendirilmesi: Batı Karadeniz Bölgesi Örneği. *Turkish Studies, International Periodical For the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic*, 2013; 8(8): 2139-2152.
- Üstün Ü.D., Kalkavan A.** Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerini Rekreatif Faaliyetlere Katılmaya Motive Eden Faktörlerin Araştırılması, *II. Rekreasyon Araştırma Kongresi: 31 Ekim–3 Kasım 2013, Kuşadası, Aydın*
- Varışoğlu B., Şeref İ., Yılmaz İ.** Türkçe Öğretmeni Adaylarının Zaman Yönetimi Algılarına Yönelik Bir İçerik Analizi. *Gazi Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2012; 32(2): 377-394.
- Yağmur R. Ocak Y.** Afyon Kocatepe Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu Öğrencileri İle Farklı Bölümlerdeki Öğrencilerin Serbest Zaman Aktivitelerinin Karşılaştırılması. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 2013; 4.1: 5-16.
- Yavaş Ü., Öztürk G., Açikel C. H., Özer M.** Tıp Fakültesi Öğrencilerinin Zaman Yönetimi Becerilerinin Değerlendirilmesi. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 2012; 11(1):5-10.
- Yetim A.A.** Sosyoloji ve Spor. Topkar Matbaacılık, Ankara. 2000.
- Yetiş Ü.** Kamu Kuruluşlarında Çalışan Devlet Memurlarının Boş Zaman Faaliyetlerini Değerlendirme Alışkanlıkları (Tuğsaş Örneği)/Leisure Time Habbits Of Employee Of Government. *Journal of Physical Education and Sport Sciences*, 2008, 10.2: 34-45.
- Yılmaz Ş.** Rekreasyon Faaliyetlerinin Yönetim ve Organizasyonu “Antalya Bölgesindeki Beş Yıldızlı Otel İşletmelerine Yönelik Bir Uygulama”. Yüksek Lisans Tezi, Akdeniz Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Antalya, 2007.
- Yılmaz Z.** Kütahya ili orta öğretim kurumlarındaki öğrencilerin serbest zaman faaliyetlerinin dağılımı ve değerlendirilmesi. Dumlupınar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Yüksek lisans tezi, Kütahya, 2002.
- Yurdağül S.** Aktif Spor Yapan Bireylerde Zaman Yönetimi Demografik Farklılıklar Elazığ İli Örneği, Yüksek lisans tezi, Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim dalı, Elazığ. 2016.

Zekioğlu A., Erdoğan N., Türkmen M. Sporcu ğrencilerin Zaman Yönetimi Becerileri Ve Akademik Başarıları Arasındaki İlişki. *Uluslararası Hakemli Psikiyatri ve Psikoloji Araştırmaları Dergisi*, 2015; 4: 24-37.

Zengin E., Sertbaş K., Kolayış H., Kocaeli Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu ğrencilerinin Boş Zaman Profilleri Ve Raket Sporlarına Gösterdikleri İlgisi Düzeylerinin Araştırılması, *Spor Yönetimi Ve Bilgi Teknolojileri Dergisi*, 2001; 1(1): 17-28.



ÖZGEÇMİŞ

1. Bireysel Bilgiler

Adı Soyadı: Ozan YILMAZ

Doğum yeri ve tarihi: Wetzlar /ALMANYA – 19.06.1991

Uyruğu: Türkiye Cumhuriyeti

Medeni Durumu: Bekar

Askerlik Durumu: Tecilli

Çalıştığı kurum: Çalışmıyor

İletişim Adresi ve telefonu: 28 Haziran Mah. Bahriye Sok. Vadikent Konutları
Blok:3 Daire:21 İzmit / KOCAELİ - 0 533 600 57 91

2. Eğitimi (tarih sırasına göre)

İlköğretim:

- (1998-2005) Yenikonak Yatılı İlköğretim Bölge Okulu, Ayancık/SİNOP

Ortaöğretim:

- (2006-2010) Ayancık Lisesi - Sosyal Bilimler (72.64/100) Ayancık/SİNOP

Lisans:

- (2010-2014) Kocaeli Üniversitesi - Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Rekreasyon (2,93/4.00- 79.3/100)

Yüksek Lisans:

- (28.08.2015 – 29.11.2017) Kocaeli Üniversitesi – Sağlık Bilimleri Enstitüsü
Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Sporda Performans ve Kondisyon Programı
Tez konusu: *Çocuklarda Motor Beceri ve İmgeleme Çalışmalarının Psikomotor Gelişime Etkisi*
Danışman: Doç. Dr. Betül BAYAZIT
- (28.01.2016 - ...) Kocaeli Üniversitesi – Sağlık Bilimleri Enstitüsü
Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı
Tez konusu: *Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Boş Zaman Değerlendirme Alışkanlıkları ve Zaman Yönetim Becerilerinin İncelenmesi*
Danışman: Doç. Dr. Kürşad SERTBAŞ

3. Mesleki Deneyimi:

- **Buz Pateni Öğretmeni**
Bilfen Okulları – Kurtköy Şubesi
10.2016 – 06.2017 İstanbul/Kurtköy – Türkiye
- **Spor Okulları Koordinatör**
Kocaeli Büyükşehir Belediyesi Spor Şube Müdürlüğü
02.2015- 12.2015 Kocaeli - Türkiye
- **Beden Eğitimi Öğretmeni**
Maşukiye Anadolu Lisesi
10.2014-06.2015 Kocaeli - Türkiye (Ücretli)
- **Beden Eğitimi Öğretmeni**
Atılım Anadolu Lisesi
09.2013-12.2013 Kocaeli - Türkiye Stajyer
- **Tur Operatörü**
ErcanTur
02.2013-03.2013 Kocaeli - Türkiye Stajyer
- **Masör Terapist**
34. Vodafone İstanbul Avrasya Maratonu
11.2012-11.2012 İstanbul(Avr.) - Türkiye Proje Bazlı
- **Antrenör**
Kocaeli Futbol Akademisi (Futbol)
10.2012-06.2013 Kocaeli - Türkiye
- **Antrenör**
Ayancık Belediyesi Yaz Spor Okulları (Futbol,Basketbol,Voleybol,Tenis,Eğlenceli Atletizm)
06.2012-09.2012 Sinop - Türkiye
- **Antrenör**
İzmit Powerplate Studio Powerplate Eğitmeni
04.2012-05.2012 Kocaeli - Türkiye
- **Antrenör**
Ayancık Belediyesi Yaz Spor Okulları (Futbol,Basketbol,Voleybol,Tenis,Eğlenceli Atletizm)
06.2011-09.2011 Sinop – Türkiye

4. Üye Olduğu Bilimsel Kuruluşlar

- **The European College of Sport Science ECSS (Avrupa Spor Bilimleri Koleji) – 2017**

5. Bilimsel Etkinlikler

A. Uluslararası hakemli dergilerde yayımlanan makaleler:

A1. Arda ÖZTÜRK, Betül BAYAZIT, Ozan YILMAZ “Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü Öğrencilerinin Eleştirel Düşünme Eğilimlerinin İncelenmesi, The Investigation of Critical Thinking Dispositions of The Students at Physical Education and Sports Teaching Department” Niğde University Journal of Physical Education And Sport Sciences Vol 10, Issue 1, 2016.

A2. Ahmet GÖNENER, Ozan YILMAZ, Utku GÖNENER, Zafer DAMA “Determination of Physical Self-Perceptions of Turkish National Freestyle Wrestlers”. International Journal of Science Culture and Sport, 5(2): 95-101. June 2017.

A3. Ahmet GÖNENER, Utku GÖNENER, Ozan YILMAZ, Tuğçe Horoz, Deniz Demirci “The Effect of 8-week Thera-band Exercises on Male Swimmers’ 100 m Freestyle Swimming Performance”. Journal of Human Sciences, 14(4), 3950-3955. 2017. doi:10.14687/jhs.v14i4.4825

A4. Mustafa GÜLER, Betül BAYAZIT, Ozan YILMAZ, Ece ONGÜL “Eğlenceli Atletizm Çalışmalarının Psikomotor Gelişime Etkisi, The Effect of Fun Athletics Exercises on Psychomotor Development” Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi, 4 (1), 1-8, 2017

A5. Ahmet GÖNENER, Arda ÖZTÜRK, Ozan YILMAZ “Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Mental(Psikolojik) İyi Olma Düzeylerinin Mutluluk Düzeylerine Etkisi, The Effects of Mental (Psychological) Well Being Levels on Happiness Levels of Kocaeli University Faculty of Sports Science” Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi, 4(1), 44-55, 2017

A6. Ahmet GÖNENER, Deniz DEMİRCİ, Utku GÖNENER, Beyza ÖZER, Ozan YILMAZ “13-15 Yaş Grubu Erkek Yüzücülerde 8 Haftalık Core Antrenmanının Sırt Üstü Stili 100 M Performansına Etkisi, The Effect of 8-Week Core Training on 100 m Backstroke Swimming Performance on 13-15 Age Male Swimmers”. Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi, SI (1), 29-37, 2017.

B. Uluslararası bilimsel toplantılarda sunulan ve bildiri kitaplarında (*proceedings*) basılan bildiriler:

B1. Okan Serhat TUNCIL, Betül BAYAZIT, Ozan YILMAZ, Aydın TURHAN, Selami UÇAR “10-12 Yaş Grubu Erkek Çocuklara Uygulanan Yüzme Antrenman Programının Bazı Motorik Özelliklere Etkisi” 6 th International Conference on Science, Culture, and Sport, 25-27 April 2018, Lviv, Ukraine (Sözel Sunum)

- B2.** Utku GÖNENER, Ozan YILMAZ “Yelken Milli Takım Sporcularının Milli Takım ve Kulüp Antrenör Davranışlarını Değerlendirmesi / Evaluation of Sailing Club Coaches And Sailing National Team Coaches' Behavior By Sailing National Team Athletes”. 6. International Congress on Current Debates in Social Science / December 14-16, 2017, İstanbul, Turkey (Sözel Sunum)
- B3.** Ahmet GÖNENER, Utku GÖNENER, Ozan YILMAZ, Yaşar KABAKÇIOĞLU “Determination of the State Anxiety of Sailing Athletes Before the Regional Regatta.” 10th Annual International Conference: Physical Education Sport & Health,(PESH) 23rd- 24th of November 2017, Pitesti, ROMANIA (Poster Sunum)
- B4.** Orhan Şükrü BOSNA, Betül BAYAZIT, Ozan YILMAZ “Üniversite Öğrencilerinin Rekreatif Eğilimleri ve Rekreatif Etkinliklere Katılımlarına Engel Olan Faktörlerin İncelenmesi (Üsküdar Üniversitesi Örneği)”. Dünya Spor Bilimleri Araştırmaları Kongresi, 23- 26 Kasım 2017, MANİSA (Sözel Sunum)
- B5.** Barış ÇAVDAR, Yezdan CİNEL, Betül BAYAZIT, Ozan YILMAZ ”Fitness Merkezlerinde Egzersiz Yapan Bireylerin Supplement Kullanımı İle İlgili Görüşlerinin Belirlenmesi, Determination Of The Opinions Of Supplement Use Of Exercise Individuals In Fitness Centers“ 15. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi- 15-18 Kasım 2017, Lara-ANTALYA (Poster Sunum)
- B6.**Arda ÖZTÜRK, Mürşit AKSOY, Bahar O. ÖZGÜR, Turgay ÖZGÜR, Ozan YILMAZ “Spor Okullarındaki Adelösanların Sportif Faaliyetlere Katılım ve Sosyal Uyum Düzeylerinin İncelenmesi (Kocaeli İli Örneği)” Uluslararası Balkan Spor Bilimleri Kongresi (The International Balkan Conference in Sport Sciences), 21-23 Mayıs 2017, BURSA (Poster sunum)
- B7.** Mustafa Güler, Betül BAYAZIT, Ozan YILMAZ, Ece ONGÜL “Eğlenceli Atletizm Çalışmalarının Psikomotor Gelişime Etkisi, The Effect of Fun Athletics Studies on Psychomotor Development” 14. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, 01-04 Kasım 2016, Belek-ANTALYA (Poster Sunum)
- B8.** Ozan YILMAZ, Enis ÇOLAK, Betül BAYAZIT, Serap ÇOLAK, Hakan AKDENİZ “Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu Öğrencileri İle Üniversitenin Diğer Bölümlerinde Okuyan Öğrencilerin Seçtikleri Seçmeli Derslerin Yaşam Kalite Düzeyleri Üzerine Etkisi, The Effect of Quality of Live Level İs Physical Education and Sports Students With Other Departments of The University Students in Elective Courses” 13. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, 7-9 Kasım 2014, KONYA (Poster Sunum)
- B9.** Dilek AKDAĞ, Hakan AKDENİZ, Yeşim KÖRMÜKÇÜ, Şebnem TELCİ, Ozan YILMAZ “Kocaeli Üniversitesi ve Sakarya Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerini Rekreatif Faaliyetlere Katılmaya Motive Eden Faktörlerin Araştırılması, A Study on The Factors That Motivate Kocaeli University and Sakarya University Physical Education and Sport Department Students to Participate in Recreational Activities” 13. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, 7-9 Kasım 2014, KONYA (Poster Sunum)

B10. Murat AKTÜMER, Hakan AKDENİZ, Gülşah SEKBAN, Oğuzhan OKUMUŞ, **Ozan YILMAZ** “Boş Zamanlarında Fitness Merkezlerine Gelen Bireylerin Müşteri Memnuniyeti Üzerine Bir Araştırma (Green Park Otel Örneği), A Study on The Customer Satisfaction of Individuals Coming to Fitness Centers (The Green Park Hotel Example)” 13. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, 7-9 Kasım 2014, KONYA (Poster Sunum)

C. Yazılan ulusal/uluslararası kitaplar veya kitaplardaki bölümler:

C1. Yazılan ulusal/uluslararası kitaplar:

C2. Yazılan ulusal/uluslararası kitaplardaki bölümler:

C2.1. Utku GÖNENER, **Ozan YILMAZ** “Yelken Milli Takım Sporcularının Milli Takım ve Kulüp Antrenör Davranışlarını Değerlendirmesi / Evaluation of Sailing Club Coaches And Sailing National Team Coaches' Behavior By Sailing National Team Athletes”. CURRENT DEBATES IN EDUCATION VOLUME 5, (Edited by: O. Nejat Akfırat, Donald F. Staub, Gürkan Yavaş) IJOPEC Publication, First Edition, December 2017.

D. Ulusal hakemli dergilerde yayımlanan makaleler:

D1. Ece ONGÜL, Betül BAYAZIT, **Ozan YILMAZ**, Mustafa GÜLER “Oyun ve Fiziki Etkinlikler Dersinin Çocuklarda Seçilmiş Motorik Özellikler Üzerine Etkisi, The Effect on the Selected Motoric Characteristics of Children in the Game and Physical Activities Lesson” Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi /J Sport Sci Res, 2(1):45-52.2017

D2. Gözde KAHRAMAN, Enis ÇOLAK, Betül BAYAZIT, **Ozan YILMAZ** “Lise Öğrencilerinin Rekreatif Faaliyetlere Katılmalarını Etkileyen Faktörlerin İncelenmesi” İstanbul Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi, 7 (1), 28-40. 2017.

E. Ulusal bilimsel toplantılarda sunulan ve bildiri kitaplarında basılan bildiriler:

E1. Gözde KAHRAMAN, Enis ÇOLAK, Betül BAYAZIT, **Ozan YILMAZ** “Lise Öğrencilerinin Rekreatif Faaliyetlere Katılmalarını Etkileyen Faktörlerin İncelenmesi” 3. Rekreatif Araştırmaları Kongresi, 5 - 7 Kasım 2015, ESKİŞEHİR (Sözlü Sunum)

- **Seminerler, Kongre ve Kurslar**

- **CURRENT DEBATES İN SOCIAL SCIENCE - İSTANBUL**
6. International Congress on Current Debates in Social Science / December 14-16, 2017, İstanbul, Turkey
- **ULUSLARARASI BALKAN SPOR BİLİMLERİ KONGRESİ - BURSA**
The International Balkan Conference in Sport Sciences, 21-23 Mayıs 2017, Bursa
- **14. ULUSLAR ARASI SPOR BİLİMLERİ KONGRESİ – ANTALYA**
14th International Sport Sciences Congress, 01-04 Kasım 2016, Belek-Antalya
- **2015 KOCAELİ SPOR ŞURASI – KOCAELİ**
İzmit Belediyesi 25.11.2015
- **REKREASYON ARAŞTIRMALARI KONGRESİ – ESKİŞEHİR**
Anadolu Üniversitesi - 9 Eylül Üniversitesi 5 – 7. 11. 2015
- **13. ULUSLARARASI SPOR BİLİMLERİ KONGRESİ - KONYA**
Spor Bilimleri Derneği ve Selçuk Üniversitesi 07 - 09. 11.2014
- **MASÖR VE MASÖZ KURSU**
Türkiye Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon Derneği 12.11.2011 – 15.01.2012 (128 Saat)
- **MASÖR VE MASÖZ KURSU**
Milli Eğitim Bakanlığı, Hayat Boyu Öğrenme Gen.Müd. 05.12.2011 – 12.02.2012 (608 Saat)
- **5.ULUSLARARASI RAKET SPORLARI SEMPOZYUMU**
Kocaeli Üniversitesi - 09.12.2011-10.12.2011 (24 Saat)

- **Sertifikalar**

- **ZAMAN YÖNETİMİ**
İstanbul İşletme Enstitüsü – *Sertifika No:* 110945107409 (2017)
- **YÖNETİM VE ORGANİZASYON**
İstanbul İşletme Enstitüsü – *Sertifika No:* 110944107046 (2017)
- **1.KADEME TENİS ANTRENÖRLÜĞÜ**
Türkiye Tenis Federasyonu – (2017)
- **1.KADEME CURLİNG ANTRENÖRLÜĞÜ**
Türkiye Curling Federasyonu – (2017)
- **1.KADEME BUZ PATENİ ANTRENÖRLÜĞÜ**
Türkiye Buz Pateni Federasyonu – (2015)
- **KIN-BALL TURKEY CERTİFİCATION REFEREEİNG AND COACHİNG**
Kin-Ball Turkey Certification Refereeing and Coaching (2013)
- **IAAF CECS KİDS ATHLETİCS LECTURER CERTİFİCATE**
IAAF Cecs Kids Athletics Lecturer Certificate (2012)
- **MASÖR SERTİFİKASI**
Türkiye Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon Derneği Masör Sertifikası (2012)
- **MASÖR SERTİFİKASI**
Milli Eğitim Bakanlığı Masörlük Sertifikası (2012)
- **POWERPLATE**
Powerplate Basic Fitness Academy Trainer Certificate (2010)

EKLER

Ek 1: Veri toplama aracı örneği

Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Boş Zaman Değerlendirme Alışkanlıkları ve Zaman Yönetim Becerilerinin İncelenmesi

Sayın Katılımcı;

Bu çalışma, “*Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Boş Zaman Değerlendirme Alışkanlıkları ve Zaman Yönetim Becerilerinin İncelenmesi*” konulu yüksek lisans tezi için bilgi toplamayı amaçlamaktadır. Araştırmanın yürütülmesi için aşağıda yer alan soruları cevaplamanız gerekmektedir. Sizlerden sağlanan veriler, bu araştırma çerçevesinde kalacak ve kesinlikle başka bir amaç için kullanılmayacaktır. “*Formu doldurup teslim etmeniz çalışmaya katılmaya onam verdiğiniz anlamına gelir.*”

Vereceğiniz samimi cevaplarınızı, ilginiz ve katkılarınız için teşekkür ederiz.

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

Boş Zamanları Değerlendirme: İnsanların boş zamanlarında gönüllü olarak katıldıkları ve kişisel olarak doyum sağladıkları aktivitelerdir.

Zaman Yönetimi: Zamanın, amaçları, sorumlulukları, zevkleri ve sosyal yaşamın içerdiği etkinlikleri bir arada yürütebilecek biçimde planlanması anlamına gelmektedir.

Tez Danışmanı
Doç. Dr. Kürşad SERTBAŞ
Kocaeli Üniversitesi
Spor Bilimleri Fakültesi

Yüksek lisans Öğrencisi
Ozan YILMAZ
Kocaeli Üniversitesi
Sağlık Bilimleri Enstitüsü
Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı

KİŞİSEL BİLGİ FORMU

- Yaşınız?
- Cinsiyetiniz? Kadın Erkek
- Bölümünüz? BESÖ REK AEP SYP
- Sınıfınız? 1.sınıf 2.sınıf 3.sınıf 4.sınıf 5.sınıf ve üzeri
- Öğretim Türü? I.öğretim II. öğretim
- Genel Başarı Durumunuz?
 0.00-0.50 1.01-1.50 2.01-2.50 3.01-3.50
 0.51-1.00 1.51-2.00 2.51-3.00 3.51-4.00
- İkamet ettiğiniz yer? Ailemle Arkadaşımle Yalnız Yurtta
- Gelir Durumunuz? Düşük Orta İyi Çok iyi
- Boş zamanlarınızı genellikle hangi tür etkinliklere katılarak değerlendirirsiniz? (Tek seçecek işaretleyiniz)
 Sportif Etkinlikler
 Sosyal etkinlikler
 Kültürel/Sanatsal Etkinlikler
 Diğer (Belirtiniz)
- Boş zaman sürenizi haftalık olarak belirtiniz?
 1-5 saat 6-10 saat 11-15 saat 16-20 saat 21 saat ve üzeri

11. Boş zamanlarınızı değerlendirmekte ne sıklıkla güçlük çekiyorsunuz?

- Her zaman Bazen Hiçbir zaman

12. Üniversitemizin sahip olduğu rekreasyon alanlarının yeterliğini değerlendiriniz?

- Kesinlikle Yetersiz Yetersiz Kısmen Yeterli Kesinlikle Yeterli

13. Üniversitemizin sahip olduğu rekreasyon alanlarını ne sıklıkla kullanıyorsunuz? (haftalık)

- 1-5 saat 6-10 saat 11-15 saat 16-20 saat 21 saat ve üzeri

14. Kocaeli İlinin sahip olduğu rekreasyon alanlarını yeterliğini değerlendiriniz?

- Kesinlikle Yetersiz Yetersiz Kısmen Yeterli Kesinlikle Yeterli

15. Kocaeli İlinin sahip olduğu rekreasyon alanlarını ne sıklıkla kullanıyorsunuz?

- 1-5 saat 6-10 saat 11-15 saat 16-20 saat 21 saat ve üzeri

16. Sahip olduğunuz boş zamanı daha çok nerede değerlendiriyorsunuz?

- Kampus içinde Kampus dışında

17. Genel olarak zamanınızı nasıl kullandığınızı düşünüyorsunuz?

- Zayıf Orta İyi

18. Zamanı iyi değerlendirme ile ilgili yayın-makale okuyor musunuz?

- Okuyorum Bazen okuyorum Okumuyorum

19. Zaman yönetimi ile ilgili eğitim aldınız mı? Evet Hayır

Yanıtınız evet ise katıldığınız eğitimin içeriğini ve süresini kısaca açıklayınız:

20. Çalışıyor musunuz? Evet Hayır

Yanıtınız evet ise;

İşiniz :

Haftada kaç gün çalışıyorsunuz?gün Günde kaç saat çalışıyorsunuz?saat

21. Okulda haftada toplam bulunma süreniz?

- 20 saat ve daha az 21-25 saat 26-30 saat 31-35 saat 36-40 saat
 41 saat ve üzeri

**REKREATİF FAALİYET ALANLARINA KATILIM ŞEKİLLERİ,
DÜZEYLERİ, KATILAMAMA SEBEPLERİ VE KİŞİYE KAZANDIRDIKLARI**

Boş Zamanlarda Tercih Edilen Etkinlik Çeşitleri	Kesinlikle katılmıyorum(1)	Zayıf (2)	Orta (3)	İyi (4)	Kesinlikle katılıyorum (5)
Genellikle kitap ve gazete okurum					
Genellikle müzik dinlerim					
Genellikle T.V seyredirim					
Genellikle sinema ve tiyatroya giderim					
Genellikle çarşı, pazar, fuar, park gibi gezintilere çıkarım					
Genellikle spor yaparım					
Genellikle beceri gerektiren el işleri ve sanatla uğraşırım					
Genellikle spor yarışmalarını izlerim					
Genellikle sivil toplum örgütleri ve derneklerin faaliyetlerine katılırım					
Genellikle öğretmen evi, lokal gibi yerlere giderim					
Genellikle bir müzik aleti çalarım, orkestra, solo, koro, gibi faaliyetlere katılırım					
Genellikle internette sörf, chat yaparım veya bilgisayar oyunu oynarım					
Genellikle arkadaş ziyaretlerine giderim					
Genellikle ilmi ve kültürel faaliyetlere katılırım					
Genellikle şans oyunları oynarım					
Boş Zaman Etkinliklerinin Tercih Edilme Nedenleri	1	2	3	4	5
En iyi yapabildiğim ve yeteneklerime uygun olduğu için					
Arkadaşlarımla birlikte olabileceğim için					
Fazla para harcamamı gerektirmediği için					
Faaliyetlere katılmamı engelleyecek çevre ve aile baskısının olmadığı için					
Rahatlama ve iş ortamından uzaklaşmak için					
Faaliyet merkezine kolayca ulaşabildiğim için					
Güzel bir ortam sağlamak için					
Faaliyet yapmak istediğim etkinlik alanlarıyla ilgili tesis ve araç-gereçlerin yeterli olması					
Faaliyet yapmak istediğim etkinlik alanlarıyla ilgili hazırlanmış programların olması					
Aldığım eğitimin yönlendirilmesi					
Sağlığımı korumak için					
Sağlığımı kazanmak için					
Kilo problemlerim yüzünden					
Alışkanlık kazandığım ve bu alışkanlığı sürdürmek için					
Boş Zaman Etkinliklerine Genellikle Katılma Şekli	1	2	3	4	5
Genellikle yalnız					
Genellikle ailemle					
Genellikle arkadaşlarımla					
Genellikle uzman kişilerin rehberliğinde					

Boş Zaman Etkinliklerine Genellikle Katılma Yerleri	Kesimlikle katılmıyorum(1)	Zayıf (2)	Orta (3)	İyi (4)	Kesimlikle katılıyorum (5)
Ev					
Okul					
Spor tesisleri					
Oyun salonları					
Dernek, lokal, sendika vb. yerler					
Açık ve kırsal alanlar					
İnternet-cafe					
El sanatları uygulama merkezleri					
Boş Zaman Etkinliklerine Yönlendirmeye Sebep Olan Etkenlerin Derecesi	1	2	3	4	5
Yazılı ve Görsel Basın (radyo,t.v,dergi,gazete,kitap,sinema,bilgisayar-internet)					
Aile					
Arkadaş					
Okul					
Kulüp					
Antrenör					
İlgili kamu ve özel kuruluşların yaptıkları cazip programlar					
Üniversitenin serbest zamanları değerlendirecek imkanlara sahip olması					
İlin boş zamanları değerlendirmeye yönelik imkanlara sahip olması					
Boş Zaman Etkinliklerinin Bıraktığı Etkiler	1	2	3	4	5
Dinlendirici buluyorum					
Eğlenceli ve heyecan verici buluyorum					
Mutlu edici buluyorum ve zevk alıyorum					
Eğitici buluyorum					
Rahatlatıcı ve can sıkıntılarından uzaklaştırıcı buluyorum					
Sağlığıma olumlu etki yapıyor					
Farklı yaşantılar buluyorum					
İnsanlarla daha kolay ilişki kurabiliyorum, çevrem genişliyor					
Sosyal statü sağlıyor					
Boş Zaman Etkinliklerine Yeterince Katılmama Nedenleri	1	2	3	4	5
İlgili kurumların bana hitap eden programları olmadığı için					
Ekonomik yetersizlik					
Hangi faaliyeti nasıl ve niçin yapacağıma dair bir bilgiye sahip değilim					
Serbest zamanları belirli faaliyetlerle doldurmak gibi bir alışkanlığım yok.					
Bulduğum çevre bu tür faaliyetlere katılmama engel oluyor					
Faaliyetlere yönlendirecek arkadaş ve sosyal çevre teşviklerine sahip değilim					
Etkinliklere katılmamı teşvik edici tesis, araç-gereç yeterli değil, programları bana uymuyor					

ZAMAN YÖNETİMİ ENVANTERİ

<i>Bu envanter sizi tanımlayabilecek 27 soru içermektedir. Lütfen her soruyu okuyunuz ve sonra sizi en iyi tanımlayan ve ilgilendiren uygun kategoriye soruların yanındaki parantezlerden birinin içine işaret koyarak belirleyiniz. Örneğin, eğer birinci soruda “her zaman” seçeneği size uygunsa “her zaman” seçeneğinin altındaki parantezin içine işaret koyunuz. Sizin nasıl olmak istediğinizle değil, nasıl düşündüğünüzle ilgilendiğinizi unutmayınız. 27 sorunun tamamını cevapladığınızdan emin olunuz. Zaman planlaması anketi zamanınızı nasıl kullandığınızı ve yönettiğinizi değerlendiren bir envantere aittir. Bu bir test değildir. “Doğru” veya “yanlış” yanıt yoktur, içtenlikle cevaplamanız önemlidir. İlginize teşekkürler.</i>	<i>Her zaman</i>	<i>Sık Sık</i>	<i>Bazen</i>	<i>Nadiren</i>	<i>Hic</i>
Zaman Planlaması (Kısa ve Uzun Vadeli Planlama)					
1. Güne başlamadan önce gününüzü planlar mısınız?					
2. Hafta başlarında her hafta için bir dizi amaçlar saptar mısınız?					
3. Her gün planlama için zaman harcar mısınız?					
4. Her gün kendiniz için bir takım amaçlar belirler misiniz?					
5. Her gün yapmak zorunda olduğunuz şeylerin listesini yapar mısınız?					
6. Okul günlerinizde yapmak zorunda olduğunuz aktivitelerin programını yapar mısınız?					
7. Bir sonraki hafta için ne başarmak istediğiniz net olarak belirgin mi?					
8. Çalışmalarınızı bitirmek için kendinize tarih saptar mısınız?					
9. Çok uğraş gerektiren çalışmalarınız için en iyi zamanınızı programlamaya çalışır mısınız?					
10. Sizin için önemli tarihleri (örn., sınav tarihleri, ödev teslim tarihleri vs.) bir takvim üzerinde işaretler misiniz?					
11. Bir akademik dönem için bir dizi amaçlar belirler misiniz?					
12. Makaleleri şimdi gerekli olmasalar bile gelecekte olabilir diye dosyalar veya fotokopisini çeker misiniz?					
13. Yakın tarihte sınavınız olmasa bile, ders notlarınızı düzenli olarak tekrar eder misiniz?					
14. Üzerinde çalışabileceğiniz şeyleri boş zaman bulduğunuzda yapabilmek için yanınızda taşır mısınız?					
15. Önceliklerinizi belirler ve onlara uyar mısınız?					
*16. Her hafta sizinle ilgili olan şeyleri önceden bir plan yapmadan ve gerektiği gibi önceden takip etmeden yapar mısınız?					
Zaman Tutumları					
1. Zamanınızı yapıcı olarak kullanır mısınız?					
*2. Zamanınızı planlama işinde kendinizi geliştirmeye ihtiyaç duyuyor musunuz?					
3. Genel olarak kendi zamanınızı kendiniz planladığınızı hisseder misiniz?					
4. Genellikle amaçlarınızın hepsini size verilen hafta içerisinde çoğunlukla başarabileceğinizi düşünür müsünüz?					
5. Küçük kararları çabucak verebiliyor musunuz?					
*6. İnsanlara hayır diyememekten ötürü kendinizi sık sık okul işlerinizi engelleyen işlerle meşgul durumda bulur musunuz?					
*7. Yapacak bir şeyiniz yoksa kendinizi uzun süre bekliyor durumda bulur musunuz?					
Zaman Harcattırıcılar					
*1. Normal bir okul gününde, okul işlerinden kendi özel işlerinizle daha çok zaman harcar mısınız?					
*2. Fayda sağlamayan alışkanlıklara veya aktivitelere devam eder misiniz?					
*3. Günde ortalama bir paket sigara içiyor musunuz?					
*4. Önemli okul ödevinin son teslim gününden bir gece önce hala onun üzerinde çalışır mısınız?					

Ek 2: Normallik testi sonucu

Tests of Normality						
	Kolmogorov-Smirnov^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Zaman Planlaması	,047	865	,000	,995	865	,006
Zaman Tutumları	,122	865	,000	,971	865	,000
Zaman Harcattırıcılar	,104	865	,000	,986	865	,000
Genel Zaman Yönetimi	,058	865	,000	,995	865	,006

a. Lilliefors Significance Correction

Descriptives					
				Statistic	Std. Error
Zaman Planlaması	Mean			49,8069	,36625
	95% Confidence Interval for Mean		Lower Bound	49,0881	
			Upper Bound	50,5258	
	5% Trimmed Mean			49,8988	
	Median			49,0000	
	Variance			116,031	
	Std. Deviation			10,77177	
	Minimum			16,00	
	Maximum			79,00	
	Range			63,00	
	Interquartile Range			14,00	
	Skewness			-,073	,083
	Kurtosis			,139	,166
	Zaman Tutumları	Mean			22,4832
95% Confidence Interval for Mean		Lower Bound	22,2623		
		Upper Bound	22,7041		
5% Trimmed Mean			22,3715		
Median			22,0000		
Variance			10,956		
Std. Deviation			3,30999		
Minimum			11,00		
Maximum			35,00		
Range			24,00		
Interquartile Range			4,00		
Skewness			,560	,083	
Kurtosis			,736	,166	
Zaman Harcattırıcılar		Mean			12,1665
	95% Confidence Interval for Mean		Lower Bound	11,9470	
			Upper Bound	12,3859	
	5% Trimmed Mean			12,1981	
	Median			12,0000	
	Variance			10,813	
	Std. Deviation			3,28824	
	Minimum			4,00	
	Maximum			20,00	
	Range			16,00	
	Interquartile Range			4,00	
	Skewness			-,158	,083
	Kurtosis			-,186	,166
	Genel Zaman Yönetimi	Mean			84,4566
95% Confidence Interval for Mean		Lower Bound	83,6704		
		Upper Bound	85,2429		
5% Trimmed Mean			84,4297		
Median			84,0000		
Variance			138,797		
Std. Deviation			11,78121		
Minimum			47,00		
Maximum			124,00		
Range			77,00		
Interquartile Range			14,00		
Skewness			,070	,083	
Kurtosis			,316	,166	

Ek 3: Etik Kurul Onayı



T.C.
KOCAELİ ÜNİVERSİTESİ

GİRİŞİMSEL OLMAYAN KLİNİK ARAŞTIRMALAR
ETİK KURULU



Etik Kurul Bilgileri	Adı	Kocaeli Üniversitesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu
	Adres	Kocaeli Üniversitesi Tıp Fakültesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu Ara Kat 41380 Umuttepe Yerleşkesi /KOCAELİ
	Telefon	0262 303 74 50
	Faks	0262 303 74 63
	E-Posta	gokaetikkurul@kocaeli.edu.tr

Başvuru Bilgileri	Araştırmanın Adı	Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Boş Zaman Değerlendirme Alışkanlıkları ve Zaman Yönetim Becerilerinin İncelenmesi			
	Araştırma Proje Numarası	KÜ GOKAEK 2017/76			
	Sorumlu Araştırmacı Unvanı/Adı/Soyadı	Doç. Dr. Kürşad SERTBAŞ			
	Sorumlu Araştırmacının Uzmanlık Alanı	Spor Bilimleri			
	Araştırma Merkezi	Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi			
	Destekleyici				
	Araştırmanın Türü	Yüksek Lisans Tezi			
	Araştırmaya Katılan Merkezler	Tek Merkezli <input checked="" type="checkbox"/>	Çok Merkezli <input type="checkbox"/>	Ulusal <input checked="" type="checkbox"/>	Uluslararası <input type="checkbox"/>

Değerlendirilen Belgeler	Belge Adı	Var	Yok	Açıklama
	Başvuru Dilekçesi	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	Başvuru Formu	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	Araştırmanın Türü	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Anket çalışması
	Araştırma Protokolü	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	Kullanılacak Form Örnekleri	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	Aydınlatılmış Onam Formu	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	Araştırma Bütçesi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	Literatür Örneği	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	Taahhütname	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	Biyolojik Materyal Transfer Anlaşması	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	İzin Belgeleri	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	Başhekimlik Onayı	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	Özgeçmişler	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	Değişiklik Bilgi Formu	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Proje Sonuç Formu	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
Diğer	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		

KÜ Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu Onay Formu	Belge Kodu	Rev. Tarihi / No.su:	Sayfa
	Onay formu	21.09.2016/KOGOEK01.1	1/2

Karar Bilgileri	Karar No: KÜ GOKAEK 2017/5.12 Proje No: 2017/76 Tarih: 12/06/ 2017
	Doç. Dr. Kürşad SERTBAŞ sorumluluğunda yapılan ve yukarıda bilgileri verilen araştırma başvuru dosyası ve ilgili belgeler, araştırmanın gerekçesi, amacı, yaklaşım ve yöntemleri, gönüllüler için beklenen yarar ve riskler dikkate alınarak değerlendirilmiş ve araştırmanın ilgili protokol doğrultusunda belirtilen merkezlerde yürütülmesi etik açıdan, <input type="checkbox"/> Uygun bulunmuştur. <input checked="" type="checkbox"/> Eksikliklerin tamamlanması koşulu ile uygun bulunmuştur.* <input type="checkbox"/> Uygun bulunmamıştır.*

Dayanakları	Hasta Hakları Yönetmeliği (01.08.1998/23420); Biyoloji ve Tıbbın Uygulanması Bakımından İnsan Hakları ve İnsan Haysiyetinin Korunması Sözleşmesi; İnsan Hakları ve Biyotıp Sözleşmesinin Uygun Bulunduğuna Dair Kanun (09.12.2003/25311); Biyotıp Araştırmalarına İlişkin İnsan Hakları ve Biyotıp Sözleşmesine Ek Protokolün Onaylanmasının Uygun Bulunduğuna Dair Kanun (29.03.2011/27899); İlaç ve Biyolojik Ürünlerin Klinik Araştırmaları Hakkında Yönetmelik (13.04.2013/28617); Tıbbi Cihaz Klinik Araştırmaları Yönetmeliği (06.09.2014/29111); Dünya Tıp Birliği Helsinki Bildirgesi; İyi Klinik Uygulamaları Kılavuzu; Türk Tabipleri Birliği Hekimlik Meslek Etiği Kuralları; Türk Tabipleri Birliği Araştırma Etiği Bildirgesi
-------------	--

Etik Kurul Üyeleri

Unvanı/Adı/Soyadı	Uzmanlık Alanı	Kurumu	Cinsiyet		Araştırma ile İlişki		Toplantıda Bulunma		İmza
			E	K	E	H	E	H	
Prof. Dr. Kadir Babaoğlu Başkan	Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları	Kocaeli Üniversitesi Tıp Fakültesi	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Prof. Dr. İ. Erdem Okay Üye	Genel Cerrahi	Kocaeli Üniversitesi Tıp Fakültesi	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Prof. Dr. Haluk Emre Özel Üye	Restoratif Diş Tedavisi	Kocaeli Üniversitesi Diş Hekimliği Fakültesi	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Doç. Dr. Canan Baydemir Üye	Biyostatistik	Kocaeli Üniversitesi Tıp Fakültesi	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Doç. Dr. Selcen Göçmez Üye	Farmakoloji	Kocaeli Üniversitesi Tıp Fakültesi	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	
Doç. Dr. Özlem Yıldız Gündoğdu Üye	Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları	Kocaeli Üniversitesi Tıp Fakültesi	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Doç. Dr. Yusufhan Yazır Üye	Histoloji ve Embriyoloji	Kocaeli Üniversitesi Tıp Fakültesi	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Yrd. Doç. Dr. Aslıhan Akpınar Raportör	Tıp Tarihi ve Etik	Kocaeli Üniversitesi Tıp Fakültesi	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Yrd. Doç. Dr. Ceyla Eraldemir Üye	Biyokimya	Kocaeli Üniversitesi Tıp Fakültesi	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	

* Gerekçe ve öneriler: *Değerlendirme uygunluğunu onay alınması ✓*
Atılacak

KÜ Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu Onay Formu	Belge Kodu	Rev. Tarihi / No.su:	Sayfa
	Onay formu	21.09.2016/KOGOEK01.1	2/2

Ek 4: Fakülte Araştırma İzni

**Kocaeli Üniversitesi
Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kuruluna,**

Doç. Dr. Kürşad SERTBAŞ sorumluluğunda yürütülecek olan **“Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Boş Zaman Değerlendirme Alışkanlıkları ve Zaman Yönetim Becerilerinin İncelenmesi”** isimli araştırma projesinin uygulama kısmının fakültemizde yürütülmesi uygundur.

10.03.2012.

Doç. Dr. Kürşad SERTBAŞ
Doç. Dr. Kürşad SERTBAŞ
Doç. Dr. Kürşad SERTBAŞ

İmza
Adı, Soyadı
Unvanı
Birim yetkilisi

Prof. Dr. Haluk Demirel

Ek 5: Tez Denetleme Listesi

Tez, aşağıdaki denetimler yapılarak tamamlanmıştır.

- Kapak ve iç kapak sayfalarında BİLİM UZMANLIĞI ya da DOKTORA şeklinde elde edilen unvanlar yazıldı (Kapak sayfasına danışman adı yazılmamalıdır).
- Kapak sayfasına mezun olunan PROGRAMIN (Anabilim dalının değil) adı yazıldı.
- Tez kapağı sırt kısmına kılavuzda belirtilen çizimde (yazının yönüne dikkat!) ad, program, yıl yazıldı.
- Onay sayfası uygun çizimde hazırlandı (kazanılan unvanlar BİLİM UZMANLIĞI ya da DOKTORA olmalıdır) imzalatıldı (Enstitü Müdürü'nün imzası da gereklidir, imzaların aynı renk kalemle atılmasına dikkat edilmelidir).
- Dizinler kılavuzda belirtildiği gibi sıralandı.
- Ön sayfalara i, ii, iii şeklinde Roma rakamları konuldu.
- Sayfa numaraları kılavuzda belirtildiği şekilde konuldu.
- Sayfa düzeni kılavuzda belirtildiği şekilde yapıldı.
- Ana metin yazı boyutu 12 olacak biçimde basıldı.
- Dipnot yazı boyutu 10 olacak şekilde basıldı.
- Ana metin satır aralığı 1.5 olacak şekilde yazıldı.
- Kaynaklar abecesel sıralamaya göre yazıldı.
- Kaynak gösterme ilkelerine ve yazım kurallarına uyuldu.
- Ekler kılavuzda belirtildiği gibi verildi.


03 / 07 / 2018

Doç. Dr. Kürşad SERTBAŞ