

SPOR BİLİMLERİNDE GÜNCEL AKADEMİK ÇALIŞMALAR

6

Editörler

Doç. Dr. Rafet ÜNVER

Dr. Öğr. Üyesi Döndü UĞURLU



**SPOR
BİLİMLERİNDE
GÜNCEL
AKADEMİK
ÇALIŞMALAR**

6

Editörler

Doç. Dr. Rafet ÜNVER

Dr. Öğr. Üyesi Döndü UĞURLU



Spor Bilimlerinde Güncel Akademik Çalışmalar-6

Editörler: Doç. Dr. Rafet ÜNVER

Dr. Öğr. Üyesi Döndü UĞURLU

Genel Yayın Yönetmeni: Berkan Balpetek

Yayın Tarihi: Ağustos 2025

Yayıncı Sertifika No: 49837

ISBN: 978-625-5698-21-6

© Duvar Yayınları

853 Sokak No:13 P.10 Kemeraltı-Konak/İzmir Tel:

0 232 484 88 68

www.duvar yayinlari.com

duvarkitabevi@gmail.com

İÇİNDEKİLER

1. Bölüm 5

Egzersiz Psikolojisi: Teorik Yaklaşımlar ve Uygulamalı Perspektifler

Leyla AYDOĞAN, Ramazan BAYER

2. Bölüm 26

Spor Kulübü Antrenörlerinin İletişim Becerilerinin Sporcu Gelişimi ve Performansı Üzerindeki Etkisi

Nur Elvan KOÇ DOĞAN

3. Bölüm 35

Öğrencilerin Fiziksel Aktiviteye Katılım Düzeylerini Belirleyen Sosyal ve Çevresel Faktörler

NUR ELVAN KOÇ DOĞAN

4. Bölüm 46

Fiziksel Aktivitelerin Psikolojik İyi Oluş Üzerindeki Etkilerinin Analizi

Orhan GÖK

5. Bölüm 56

Okullarda Fiziksel Aktiviteye Katılımın Öğrencilerin Akademik Başarı ve Psikososyal Gelişimlerine Etkisi

Orhan GÖK

6. Bölüm 64

Boş Zaman ve Rekreasyonel Hizmetlerin Yönetiminde Spor Yöneticiliğinin Kurumsal Rolü

Engin VURAL, Halil İbrahim GENÇ

7. Bölüm 82

Yüzme Antrenmanlarında Kol Hareketi Dinamiklerinin

Performansa Yansımaları

Ali ÖZÜAK, Gökhan TUNA

8. Bölüm 101

Basketbolda Pliometrik Antrenmanların

Atletik Performansa Etkisi ve Önemi

Tuncay KIRATLI

6. Bölüm

Boş Zaman ve Rekreatif Hizmetlerin Yönetiminde Spor Yöneticiliğinin Kurumsal Rolü

Engin VURAL¹, Halil İbrahim GENÇ²

1. GİRİŞ

Rekreasyon, bireyin zorunlu görev ve sorumluluklarının dışında kalan boş zamanını; fiziksel, ruhsal ve sosyal yönden yenilenmesini sağlayacak biçimde, gönüllü olarak seçtiği, sağlıklı ve anlamlı bir yaşam sürdürmeye katkı sağlayan etkinliklerle değerlendirme süreci olarak tanımlanabilir (Kraus, 1985). Rekreasyon kavramı, bireylerin boş zamanlarını değerlendirmelerine yönelik faaliyetleri ifade etmekle birlikte, literatürde farklı şekillerde tanımlanmıştır. Kökeni Latince “recreate” sözcüğüne dayanan bu kavram; ilk anlamıyla yenilenme, tazelenme ve yeniden yaratılma gibi anlamlar taşımaktadır. Zamanla bu anlam evrilmiş ve günümüzde daha çok bireyin zihinsel, ruhsal ve manevi açıdan yeniden canlanmasını sağlayan etkinlikleri ifade etmek amacıyla kullanılmaktadır (Gözen, 2019).

Rekreasyonel etkinlikler, fiziksel mekâna bağlı olarak hem açık hem de kapalı alanlarda uygulanabilmektedir. Futbol, tenis ve voleybol gibi sporlar ise açık alanda gerçekleştirilen rekreatif etkinliklere örnek teşkil etmektedir (Göker ve Ünlüöner, 2019, Uğurlu ve ark.2023). Bireyler, farkında olarak ya da olmayarak çeşitli rekreasyonel etkinliklere katılım göstermekte ve bu süreçte boş zamanlarını farklı biçimlerde değerlendirmektedirler (Gözen, 2019). Boş zamanın değerlendirilmesi süreci, çoğunlukla rekreasyonel etkinliklerle ilişkilendirilmekte ve bu kapsamda ele alınmaktadır (Tütüncü ve diğ., 2019). Günümüzde boş zaman olgusu, bireylerin yaşam biçimlerini etkileyen kültürel bir unsur hâline gelmiş ve toplumsal yaşam içerisinde önemli bir yer edinmiştir (Karaküçük, 2014; Deryahanoğlu, 2024, Uğurlu ve ark.2024). Boş zamanın bireyler için giderek daha önemli bir hâle gelmesi, bu zaman diliminde gerçekleştirilen rekreasyonel etkinliklerin de değer kazanmasına neden olmuştur. Bu durum, rekreasyon yönetiminin hem gelişim sürecinde hem de

¹ Milli Eğitim Bakanlığı, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmeni, Bitlis, Türkiye, enginvural06@gmail.com, ORCID ID: 0000-0002-7717-4928

² Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, Turizm Fakültesi, Sakarya, Türkiye halilgenc@subu.edu.tr, ORCID: 0000-0003-2303-0758

sürdürülebilirliğinde belirleyici bir etken olarak öne çıkmaktadır (Munusturlar, 2014). Spor kültürünün şekillenmesinde temel unsur, sporun rekreasyonel boyutunun toplumun sosyokültürel yapısıyla bütünleşmesidir. Rekreasyonel yönetimin gerçekleşmesinde, spor yöneticiliği alanında eğitim alan bireylerin de toplumsal ihtiyaçlara yanıt verebilecek vizyona ve hedeflere sahip şekilde yetiştirilmesi gereklidir (Alaeddinoğlu, 2024). Rekreasyon yönetimini daha anlamlı bir hale getirebilmek için ilk olarak yönetim kavramının anlaşılması oldukça önemlidir. Yönetim, bir organizasyonda belirlenen hedeflere ulaşmak amacıyla yürütülen faaliyetlerin planlı bir şekilde düzenlenmesi ve bu faaliyetlerin ortak bir amaca yönlendirilmesini kapsayan süreçtir (Efil, 1999). Rekreasyon yönetimi, bireylerin boş zamanlarını değerlendirmeye yönelik etkinliklerin planlanması, organize edilmesi, yönlendirilmesi ve denetlenmesini kapsayan bir süreçtir. Bu kapsamda; rekreasyonel hizmet sunan işletmelerin kurulması, gerekli altyapının hazırlanması ve çeşitli rekreatif etkinliklerin katılımcı ve izleyicilere ulaştırılması yönetim sürecinin temel unsurlarını oluşturmaktadır. Rekreasyon yönetimi, söz konusu faaliyetlerin sosyal amaçlı ya da ticari hedefli olmasına bağlı olarak farklı alanlarda uygulama bulmaktadır (Hazar, 2009). Rekreasyon yönetimi, çevresel koşullara bağlı olarak farklı ölçeklerdeki etkinlikleri kapsar. Zamanla bu faaliyetler genişleyerek çeşitli rekreasyon organizasyonlarının oluşmasına zemin hazırlamıştır. Her ne kadar etkinlikler ve yöneticiler farklılık gösterse de, temel yönetim işlevlerinin yerine getirilmesi rekreasyon yönetimi için de geçerlidir. Bu alanda yöneticinin işe bağlılığı, enerjisi ve hizmet kalitesi, süreci etkileyen belirleyici unsurlar arasında yer alır (Karaküçük, 2014; Sevil, 2018).

2. BOŞ ZAMAN KAVRAMI

İngilizcede "boş zaman" anlamına gelen *leisure* teriminin kökeni, Latince'de "izin verilmek" ya da "serbest olmak" anlamına gelen *licere* fiiline dayanmaktadır. Aynı kökten türeyen kavramlar arasında, Fransızcadaki "boş zaman" karşılığı olan *loisir* ile İngilizcedeki "özgürlük" (*liberty*) ve "ruhsat" ya da "yetki" anlamlarına gelen *licence* terimleri de bulunmaktadır (Aytaç, 1997). Antik Yunan'da *scholē* kavramı, boş zamanın öğrenme, düşünsel faaliyetler ve felsefi diyaloglarla değerlendirildiği anlamlı ve değerli bir süreç olarak görülmekteydi. Buna karşın modern toplumlarda boş zaman, bireylerin iş yaşamı ve diğer zorunlu yükümlülüklerden arta kalan sürelerde gerçekleştirdikleri çeşitli etkinlikleri kapsar. Boş zaman, genel çerçevede, gündelik sorumluluklardan ve zorunluluklardan azade, bireysel tercih, özgür irade ve özerk hareket edebilme kapasitesiyle ilişkilendirilen bir özgürlük alanı olarak tanımlanmaktadır (Allon, 2012). Boş zaman, bireylerin hoşlandıkları

faaliyetlerle ilgilenerek eğlenme ve haz alma imkânı buldukları bir yaşam alanı sunar. Spor etkinlikleri, müzik dinleme, sinema izleme, el işi uğraşları ya da oyun oynama gibi hobiler, bireylerin yaratıcılık düzeylerini artırırken genel yaşam doyumlarını da olumlu yönde etkiler (Turan ve Güngör, 2024; Ayrancı ve Aydın, 2022; Sarıkabak, 2019). Eğlence temelli boş zaman aktiviteleri, aynı zamanda sosyal ilişkilerin güçlenmesine, duygusal denge kurulmasına ve bireylerin yaşamdan daha fazla anlam ve tatmin elde etmelerine katkı sağlar (Becchetti ve diğ., 2012; Masood ve Khan, 2023; Schulz ve diğ., 2018). Bununla birlikte, pek çok birey boş zamanını bilinçli ve üretken bir biçimde değerlendirmek yerine, plansız ve amaçsız şekilde geçirmektedir. Bu tür kullanım biçimi genellikle yalnızca zaman geçirmek, sıkıntıdan uzaklaşmak ya da boşluk hissini bastırmak amacıyla yapılan etkinlikleri içermektedir (Wang ve diğ., 2010). Bireylerin boş zamanlarını verimli ve anlamlı bir biçimde değerlendirebilmeleri açısından, bu zaman dilimlerinin planlanması ve etkin biçimde yönetilmesi büyük önem arz etmektedir. Boş zamandan en yüksek faydayı sağlayabilmek için, zaman yönetiminde etkinliklerin çeşitliliğiyle elde edilmek istenen sonuçlar arasında dengeli bir ilişki kurulması gerekmektedir (Malkoc ve Tonietto, 2019).

2.1. Boş (Serbest) Zaman Tanımı

Tarihsel süreç boyunca serbest zaman kavramı, farklı dönemlerde çeşitli biçimlerde tanımlanmış ve farklı toplumsal bağlamlarda değişen anlamlarla yorumlanmıştır (Silveira ve Santos, 2019). Serbest zaman, bireylerin zorunlu iş yükümlülüklerinden, görevlerinden ve sorumluluklarından bağımsız olarak, kişisel tercih ve istekleri doğrultusunda değerlendirebilecekleri zaman aralığına işaret eder. Bu süre zarfı, bireylerin hem fiziksel hem de zihinsel anlamda yenilenmelerine, sosyal ilişkilerini geliştirmelerine, kişisel ilgi alanlarına yönelmelerine ve genel yaşam kalitelerini yükseltmelerine olanak tanır. Spor faaliyetleri, hobi temelli etkinlikler ve medya kullanımı gibi boş zaman aktiviteleri; biçim, süre ve katılım düzeyi açısından çeşitlilik göstererek bireyin bireysel gelişimine ve iyi oluşuna anlamlı katkılar sunabilir (Turan, Öcal ve Cengiz, 2022; Turan ve Çirimi, 2021; Fave ve diğ., 2011). Boş zaman, en temel tanımıyla bireyin zorunlu görev ve iş yükümlülüklerinden arta kalan, rahatlama, dinlenme, zihinsel yenilenme ve kendini yeniden yapılandırma sürecine olanak tanıyan bir zaman dilimi olarak görülmektedir (Yumuk ve Güngörmüş, 2021). Bu çerçevede, boş zaman yalnızca fiziksel ya da zihinsel gevşemeyi değil; aynı zamanda bireyin stres kaynaklarından uzaklaşmasını, rutin yaşamın baskılarından geçici olarak kurtulmasını ve özgürlük duygusunu deneyimlemesini de içermektedir (Ceyhan ve Ödemiş, 2024; Uygurtaş, 2011).

2.2. Boş Zaman Çeşitleri ve Sınıflandırılması

Boş zaman süreleri bireysel düzeyde değerlendirildiğinde, bu zaman dilimlerinin süresine bağlı olarak iki ana kategoriye ayrıldığı görülmektedir (Sevil ve diğ., 2012). Boş zaman süreleri, bireylerin yaşam döngüsündeki konumlarına ve zaman aralıklarına göre farklı biçimlerde sınıflandırılabilir. Uzun süreli boş zamanlar; çocukluk döneminde toplumsallaşma süreciyle ilişkili olarak daha pasif geçirilen zaman dilimlerini, yıllık izinleri ve emeklilik dönemini kapsarken; kısa süreli boş zamanlar ise günlük mesai saatleri sonrasında, hafta sonlarında ya da kısa süreli tatillerde değerlendirilen zamanları içermektedir (Aslan, 2005). Boş zaman faaliyetleri, bireylerin ilgi ve tercihleri doğrultusunda çeşitli kategorilere ayrılabilir. Bu bağlamda, sportif boş zaman, bireylerin herhangi bir zorunluluk ya da profesyonel beklenti olmaksızın, gönüllü olarak ve keyif alarak gerçekleştirdikleri sportif etkinlikleri kapsar. Yaratıcı boş zaman, bireylerin sanatsal ve el becerilerine dayalı etkinlikler (örneğin resim, heykel ya da el sanatları) yoluyla kendilerini ifade ettikleri zaman dilimini ifade eder. Sosyal boş zaman, sosyal etkileşimin ön planda olduğu, aile üyeleri, arkadaşlar ya da yakın çevreyle gerçekleştirilen sosyal buluşmalar ve ziyaretleri içerir. Turistik boş zaman ise bireylerin turizm faaliyetlerine katılmak amacıyla ayırdıkları zaman dilimini ifade eder ve bu süre zarfında zorunlu aktiviteler dışında kalan serbest zamanları kapsar (Hazar, 2009).

2.3. Boş Zamanı Etkileyen Faktörler

Bireylerin boş zamanlarında katıldıkları etkinlikleri seçme süreçleri çeşitli değişkenlerden etkilenmektedir. Bu değişkenler genel olarak sosyal faktörler, ekonomik faktörler ve demografik faktörler olmak üzere üç temel başlık altında incelenmektedir. Sosyal çevre, gelir düzeyi ve bireysel özellikler gibi unsurlar, bireylerin boş zaman etkinliklerine yönelimlerini belirleyici rol oynamaktadır (Yağcı, 2015). Kültürel değerlerin ve toplumsal normların öğrenildiği ve benimsendiği ilk sosyal çevre olan aile, bireyin boş zaman etkinliklerine yönelik davranışlarının şekillenmesinde temel bir rol üstlenir. Boş zamanla ilgili bilgi, tutum, değer ve becerilerin kazandırıldığı; bu alandaki farkındalığın geliştirildiği süreçte ailenin yönlendirici ve destekleyici etkisi oldukça belirleyicidir (Aslan ve Cansever, 2012). Sosyal sınıf ile gelir düzeyi arasındaki ilişki dikkate alındığında, bireylerin mesleklerine dayalı olarak tanımlanan sosyal sınıf konumlarının, boş zaman etkinlik tercihlerinde belirleyici bir unsur olduğu görülmektedir (Torkildsen, 1999). Gelir düzeyi yüksek olan toplumlarda boş zaman etkinliklerine katılımın hem daha yoğun hem de daha çeşitli olduğu gözlemlenmektedir. Ekonomik refah, bireylerin etkinlik tercihleri ile bu

etkinliklerin türü, sıklığı ve yaygınlığı üzerinde belirleyici bir etkidir. Özellikle spor gibi kitlesel etkinliklerin topluma yayılması, ekonomik olarak gelişmiş ülkelerde daha fazladır (Aslan, 2005; Karaküçük, 2014).

2.4. Boş Zamanın Temel Fonksiyonları

Serbest zaman kavramı, bireyin yaşamında üç temel işleve hizmet etmektedir: dinlenme, eğlenme ve kişisel gelişim (Karaküçük, 2014). Yoğun iş temposu, şehir yaşamının getirdiği kalabalık ve stres gibi etkenler göz önünde bulundurulduğunda, dinlenme işlevi; bireyin fiziksel ve zihinsel olarak gevşemesi ve yeniden enerji toplaması açısından temel bir ihtiyaç hâline gelmektedir (Tarıncı, 2021). Brotherton (1991), eğlenme işlevini bireylerin can sıkıntısını azaltarak onlara keyif ve rahatlama sağlayan bir süreç olarak tanımlamaktadır. Eğlenme, yalnızca zaman geçirmek ya da can sıkıntısından uzaklaşmak amacıyla değil; aynı zamanda bireyin kaygı, merak ve benzeri duygularını dengelemek için başvurduğu bir boş zaman işlevi olarak da değerlendirilmektedir (Güngörmüş ve diğ., 2023; Karaküçük, 1997). Gelişim fonksiyonu, bireyin yaşamında karşılaştığı rutin ve tekdüze süreçlere karşı, sosyal etkileşimler aracılığıyla kendini ifade etme becerisini geliştirmesine katkı sağlayan dinamik bir süreç olarak değerlendirilmektedir (Aydın ve Altungül, 2022). Serbest zamanın gelişim boyutu, bireylerin bilgi düzeylerini artırmalarına ve kişisel yetkinliklerini geliştirmelerine olanak tanırken, aynı zamanda toplumsal sorumluluk bilinciyle hareket etmelerine zemin hazırlayan önemli bir işlevi yerine getirmektedir (Karaküçük, 2014).

3. REKREASYON KAVRAMI

Türkçeye dışarıdan geçmiş olan “rekreasyon” terimi, kökenini Latince “recreatio” kelimesinden almakta olup; yeniden yaratılma, yapılanma, yenilenme ve tazelenme gibi anlamları içermektedir (Belli ve Gürbüz, 2012; Girti Gültekin ve diğ., 2013).Rekreasyon, bireyin boş zamanlarında kendi isteğiyle katılım gösterdiği, keyif alarak gerçekleştirdiği ve bu süreçte haz duyduğu etkinlikleri ifade eden bir kavramdır (Karaküçük ve Başaran, 1996). Rekreasyon kavramı, bireyin hem fiziksel hem de zihinsel sağlığını desteklemeyi amaçlayan; bununla birlikte toplumsal etkileşimi güçlendiren ve yaşam kalitesini yükseltmeyi hedefleyen çok disiplinli bir yaklaşımı temsil etmektedir (Çelebi, 2016). Bireylerin bir kısmı boş zamanlarını, kişisel gelişimlerini destekleyeceğini düşündükleri farklı sosyal çevrelere katılım, bedensel ve zihinsel sağlığı koruma, stresle başa çıkma ve çevresel değişimlere uyum sağlama gibi amaçlarla değerlendirmektedir. Diğer bireyler ise çalışmanın

dışında kalan zamanlarını, kendilerini yenileyip dinç kalmalarına katkı sağlayacak etkinliklere yönelerek geçirmeyi tercih etmektedir (Albayrak, 2012).

3.1. Rekreasyonun Tanımı

Türkçede genellikle “serbest zamanları değerlendirme” ifadesiyle karşılanan rekreasyon kavramı, Latince “re” (yeniden) ve “creare” (yaratmak) sözcüklerinin birleşiminden türetilmiştir. Rekreasyon, bireylerin ya da toplumsal grupların boş zamanlarında gönüllülük esasına dayalı olarak gerçekleştirdikleri, dinlendirici ve eğlendirici nitelikteki etkinlikleri ifade etmektedir (Ozankaya, 1995). Rekreasyon, bazı tanımlamalarda bireyin tatmin, neşe ve eğlence arayışı doğrultusunda, çoğunlukla boş zamanlarında gönüllü olarak katıldığı etkinlikler ve yaşantılar bütünü olarak değerlendirilmektedir (Horner ve Swarbrooke, 2005). Bir başka yaklaşıma göre rekreasyon, bireyin günlük yaşamın rutinleri, iş yükü ve çeşitli olumsuzluklar nedeniyle yıpranan bedensel ve ruhsal bütünlüğünü yeniden yapılandırabilmesi amacıyla, boş zamanlarında gönüllü olarak gerçekleştirdiği etkinlikleri içermektedir (Erenci, 2006).

3.2. Rekreasyonun Özellikleri

Rekreasyon, bireyin yoğun iş yükü, monoton yaşam biçimi ve çevresel stres faktörlerinden kaynaklanan bedensel ve ruhsal yıpranmayı dengelemek, sağlığını korumak ve sürdürmek amacıyla; zevk, haz ve kişisel doyum elde etmek üzere, zorunlu görevlerden arta kalan bağımsız zaman diliminde, bireysel ya da grup hâlinde, gönüllü olarak seçtiği etkinlikleri kapsayan bir süreçtir (Karaküçük, 1997). Rekreasyonun en temel özellikleri şunlardır;

- Rekreasyon, bireyin kendi isteğiyle katılım gösterdiği ve boş zamanını değerlendirmek amacıyla seçtiği etkinlikleri içeren bir süreçtir (Serarslan ve Bakır, 1988).
- Rekreasyon, çok boyutlu yapısıyla yalnızca bireysel değil; fiziksel, sosyal, kültürel ve ekonomik düzeyde de değerlendirilebilen bir olgu olarak ele alınmaktadır (Orel ve Yavuz, 2003).
- Rekreasyon, bireylerin gönüllü katılımıyla gerçekleşen ve herhangi bir ticari amaç taşımayan serbest zaman etkinliklerini kapsar.
- Rekreasyonel faaliyetler, fiziksel, zihinsel ve duygusal gelişime katkı sağlayan çok yönlü etkinliklerdir; bazıları tek bir boyuta hitap ederken, bazıları bu üç niteliği bir arada barındırabilir.
- Bu etkinlikler bireylerin yaş, cinsiyet gibi demografik özelliklerinden bağımsız olarak herkes için uygun alternatifler sunar.

- Rekreasyon, gündelik zorunluluklardan farklı olarak bireyin keyif, haz ve eğence deneyimi yaşamasını amaçlar.
- Katılım süreci bireyin  zg r iradesine dayanır; birey etkinlikleri tek başına ya da grup hâlinde, planlı ya da plansız şekilde gerçekleştirebilir.
- Rekreasyonel faaliyetlerin gerçekleştirilmesinde belirli bir mekâna bağlılık söz konusu değildir; açık veya kapalı alanlarda yapılabilir.
- Rekreasyon, bireyin zamanını nitelikli biçimde değerlendirmesini sağlayan aktif bir süreçtir; dolayısıyla edilgenlik ya da tembellik içermemektedir.
- Bu tür etkinlikler bireyler üzerinde dikkat çekici ve motive edici bir etki yaratmakta, onları etkinliğe katılma konusunda teşvik edici bir işlev görmektedir (Orhan, 2019).

3.3. Rekreasyonun Sınıflandırılması

Rekreasyon kavramı, literatürde tekil ve sabit bir tanımla sınırlandırılmamaktadır; bu nedenle rekreasyonel etkinlikler çoğunlukla farklı temalara göre ana kategoriler altında sınıflandırılmaktadır. Bu doğrultuda, rekreasyon türleri de söz konusu faaliyetleri kapsayarak içerik ve biçim açısından çeşitlilik arz etmektedir (alış, 2024). Rekreasyon türlerinin sınıflandırılmasında etkinliğin gerçekleştiği mekân, taşıdığı amaç ve üstlendiği işlev gibi ölçütler belirleyici rol oynamaktadır. Ancak bazı rekreasyonel etkinlikler, çok boyutlu yapıları nedeniyle birden fazla kategori içinde değerlendirilebilmektedir. Örneğin, dizi izleme eylemi hem pasif rekreasyon hem kültürel rekreasyon hem de ev ortamına özgü rekreasyon kapsamında ele alınabilirken; golf ve kayak gibi etkinlikler açık hava rekreasyonu ile sportif rekreasyon türleri arasında ortak bir alanı temsil edebilmektedir (Uygur, 2022). Başka bir tür ise rekreasyon terapisi'dir. Rekreasyon terapisi, bireylerin yaşamlarında karşılaştıkları geçici ya da kalıcı sınırlılıkları, çeşitli keyif verici etkinlikler aracılığıyla aşmalarını destekleyen bir rekreasyon türüdür (Bayraktar ve diğ., 2025). Rekreasyonel etkinlikler, faaliyetlerin gerçekleştiği mek nsal özelliklere göre iki temel kategori altında incelenebilir: İnsan eliyle düzenlenmiş yapay ve kapalı ortamlarda gerçekleştirilen aktiviteler ile doğal evre içerisinde sürdürülen ekorekreasyonel açık alan faaliyetleri (Orel ve Yavuz, 2003).

3.4. Rekreasyona Duyulan İhtiyaç Nedenleri

Rekreasyon, yaşamın çeşitli alanlarında bireylerin ihtiyaç duyduğu temel bir unsur olarak öne çıkmaktadır. Bireyler, rekreasyonel etkinliklere yönelerek

özlemini duydukları bir durumu telafi etme ya da belirli bir ihtiyacı karşılama arayışı içerisinde (Sevil ve diğ., 2012; Toprak ve diğ., 2014).

Köktaş Kılbaş (2004), bireylerin rekreasyonel etkinliklere katılımında sekiz temel ihtiyacın karşılandığını belirtmektedir. Bu gereksinimler şu şekilde sıralanabilir:

- Kendini yenilenme ihtiyacı
- Ödünleme ihtiyacı
- Eğitim ihtiyacı
- Gözlem ihtiyacı
- İletişim ihtiyacı
- Bütünleşme ihtiyacı
- Gruplaşma ihtiyacı
- Kültürel etkileşim ihtiyacı (Köktaş Kılbaş, 2004).

3.5. Rekreasyonun Boş Zamandaki Rolü

Boş zaman ve rekreasyon, bireylerin hem fiziksel hem de zihinsel sağlıklarını koruyabilmeleri adına başvurdukları temel yöntemlerden biri olarak değerlendirilmektedir (Tekin ve diğ., 2013). Rekreasyon kavramı, temelde boş zaman kapsamında değerlendirilmekte olup; bireylerin serbest zamanlarında gönüllü olarak katıldıkları çeşitli etkinliklerle doğrudan ilişkilidir (Yumuk ve Güngörmüş, 2023). Bu bağlamda, rekreasyonun boş zaman anlayışıyla örtüştüğü ve bu zaman diliminde gerçekleştirilen faaliyetleri içerdiği görülmektedir (Sevil ve diğ., 2012). Rekreasyonel etkinlikler, bireyin fiziksel ve zihinsel yorgunluğunu azaltarak yeniden enerji kazanmasına ve olumlu duygular geliştirmesine olanak tanır; bu sayede boş zamanların daha anlamlı ve verimli bir biçimde değerlendirilmesine katkı sağlar (Gulam, 2016). Ayrıca doğa temelli rekreasyonel aktivitelerin artan mutluluk, yükselen prososyal davranış, gelişmiş sosyal bağlar, olumlu katılım ve iyileşmiş algılanan yaşam kalitesi ile ilişkili olduğunu bilinmektedir (Ceyhan, 2024).

3.6. Rekreasyon Yönetimi

Rekreasyonel etkinlikler, bireyin yaşamla yeniden bağ kurmasına ve kendisine daha iyi imkânlar sunmasına yardımcı olur. Sınırlı boş zaman dilimlerinde gerçekleştirilen bu faaliyetler, bireysel iyilik hâlini artırma açısından önem taşır. Bu bağlamda, rekreasyon yönetimi hem bireysel gelişim hem de kültürel mirasın korunması ve çevresel etkilerin dengelenmesi açısından stratejik bir rol üstlenmektedir (Karaküçük, 2014). Rekreasyon yönetimi, yönetim süreçleri bağlamında; rekreasyonel faaliyetlerin planlanması, organize

edilmesi, yönlendirilmesi, koordinasyonu ve denetimi olarak tanımlanmaktadır (Sevil, 2018). Rekreasyon yönetiminin temel amaçları arasında; fiziksel aktiviteyi teşvik ederek toplum sağlığını ve refahını artırmak, sosyal etkileşim yoluyla toplumsal uyumu güçlendirmek, kültürel etkinliklere katılımı destekleyerek bireylerin sanatsal gelişimine katkı sağlamak, turizm odaklı faaliyetlerle ekonomik katkı sunmak ve doğa temelli etkinliklerle çevre bilincini geliştirmek yer almaktadır (Gözen, 2019). Rekreasyon alanları, bireylerin boş zamanlarını etkin ve keyifli şekilde değerlendirebilmeleri için kritik öneme sahip mekânlardır. Bu alanların planlanması ve yönetimi, fiziksel ve sosyal ihtiyaçların karşılanmasında temel bir rol üstlenmektedir. Özellikle parklar ve yeşil alanlar, kent sakinlerinin doğayla temas kurduğu önemli mekânlar olarak öne çıkmaktadır (Yumuk, 2023). Bu alanların etkin yönetimi, yeşil alanların korunması, düzenli bakımı, temizlik faaliyetleri ve güvenliğin sağlanması gibi çok yönlü sorumlulukları içerir (Toker, 2021).

4. SPOR YÖNETİMİ KAVRAMI

Spor yönetimi, bir spor kuruluşunun ya da organizasyonun faaliyetlerini planlı, etkili ve sistematik biçimde yürütme süreci olarak değerlendirilebilir. Bu süreçte temel amaç, yönetilen yapının başarı düzeyini artırmak ve sürekliliğini sağlamaktır. Spor yönetiminin sahip olması gereken başlıca nitelikler arasında; koordinasyona dayalı bir yapı, belirli hedeflere yönelme, bireyler ve topluluklarla etkileşim kurma, evrensel geçerliliğe sahip uygulama ilkeleri yer almaktadır (Doğar, 2019). Spor yönetimi, temel ürünü veya hizmeti spor ya da fiziksel hareketliliğe dayanan organizasyonlarda; planlama, uygulama, yönlendirme, denetim, bütçeleme, liderlik ve değerlendirme gibi yönetim fonksiyonlarını kapsayan bir süreç olarak tanımlanmaktadır (Kelley ve diğ., 1994). Spor yönetimi, doğrudan ya da dolaylı olarak insanı merkezine alan bir disiplindir. Tüm gelişim alanlarını pozitif yönde etkileyerek bireyin en iyi halini ortaya çıkarmasına katkı sağladığını söyleyebilmek mümkündür (Yılmaz ve diğ., 2024). Öyle ki bu alanda her geçen gün yeni araştırma alanlarının artması, araştırmaların sporu yönetenler üzerine olması gerektiğini de işaret etmiştir (Dönmez ve diğ., 2025). Sosyal bir yapı niteliği taşıyan spor yönetimlerinin temel amacı; bireylerin fiziksel, zihinsel, ruhsal ve sosyal davranışlarını geliştirmek, spor yoluyla sağlıklı ve dengeli bir yaşam sürmelerine katkı sağlamak ve bu yolla toplumsal fayda üretmektir (Sunay, 2009). Nitekim spor bireyin beden ve ruh sağlığın korunması noktasında önemli rol oynayarak nitelikli toplumların oluşturulması noktasında önemli bir misyona sahiptir (Yılmaz ve diğ., 2024). Dahası spor yapmanın ve spora devamın sağlanmasının

bireyde spora olan bağıllığı beraberinde getireceği unutulmamalıdır (Toçoğlu ve diğ., 2025).

4.1. Spor Yönetiminin Tanımı ve Anlamı

Spor yönetimi, spordaki yönetim unsurlarının yapı ve işleyişini inceleyen ve bu unsurların en etkili biçimde yönlendirilmesi için uygun yönetim tekniklerini geliştirmeye odaklanan spor biliminin bir alt dalı olarak değerlendirilmektedir (Demirci, 1986). Spor yönetimi, sporla ilgili kurum ve faaliyetlerin belirli hedefler ve ilkeler doğrultusunda insan ve maddi kaynaklarını en verimli şekilde kullanabilmeleri için karar alma ve bu kararları uygulamaya koyma süreci olarak tanımlanmaktadır (Fişek, 1998). Spor yönetimi, spor faaliyetlerinin bilimsel ve rasyonel temellere göre yürütülmesini sağlamak amacıyla yöntemler geliştiren ve bu süreçleri genel ilkelere dönüştüren bir disiplindir. Ayrıca, sporla ilgili politika ve hedeflerin uygulanmasına yönelik personel yönetimi, program geliştirme ve tesis organizasyonu gibi alanları da kapsar (İmamoğlu, 1992).

4.2. Spor Yönetiminin Önemi

Spor yönetimi, hedeflerin belirlenmesi, örgütsel yapının etkin şekilde yönlendirilmesi ve birimler arası koordinasyonun sağlanması gibi işlevleri kapsar. Bu süreçlerin spor alanına etkili biçimde yansıtılması, spor faaliyetlerinin verimliliğini artırırken, katılımı da teşvik eder. Nüfusa oranla spora katılan birey sayısındaki artış, yalnızca sportif başarıyı değil, bu başarının sürekliliğini de destekleyen temel bir göstergedir. Spor yönetiminin temel önemi, toplumda daha fazla bireyin sporla buluşmasını sağlamak olmalıdır. Bu doğrultuda, spor yönetimindeki başarının en anlamlı göstergelerinden biri, spora katılan birey sayısının artışıdır (Eroğlu, 2012). Ayrıca teknolojik gelişmelerle birlikte sporcuların performansı olumlu yönde etkilenmiştir (Akbaş ve Satılmış, 2023). Spor yöneticiliği bölümü; spor endüstrisi, rekreasyon alanları ile kamu ve özel sektördeki spor kuruluşları, okullar ve üniversitelerde görev alabilecek nitelikli profesyoneller yetiştirmeyi hedefleyen bir lisans programıdır (Yaşar, 2023).

4.3. Spor Yönetiminin Amacı ve Kapsamı

Spor yönetiminin temel amacı, bu alanı oluşturan unsurlar ve kaynakların en etkili biçimde kullanılmasını sağlayacak yöntemleri belirlemektir. Bu bağlamda; sınırlı insan gücü, bütçe, malzeme, zaman ve mekân gibi kaynaklarla maksimum verim elde etmek hedeflenir. Başka bir ifadeyle, kaynak israfını önleyerek en iyiye ulaşmak spor yönetiminin esas amacıdır (Tanır, 2007). Spor

yönetimi, sporun kendine özgü dinamiklerini göz önünde bulundurarak, sporla ilgili kurum ve kuruluşların etkili ve verimli bir şekilde yönetilebilmesi için gerekli bilgileri sağlamalı; bu doğrultuda ilke ve yöntemler geliştirerek bunları uygulamaya geçirmelidir (Demir, 2006). Spor yönetimi, sporcu ile yönetici, sporcu ile spor teşkilatı ve spor teşkilatı ile toplum arasındaki ilişkileri düzenleyen bir sistem olarak da ele alınabilir. Ayrıca, spor kulüpleri ile ulusal ve uluslararası spor örgütlerinin faaliyetleri göz önünde bulundurulduğunda, spor yönetiminin oldukça geniş ve çok boyutlu bir yapıya sahip olduğu anlaşılmaktadır (Sunay, 1998).

4.4. Spor Yönetimi Alanları

Spor yönetimi, farklı yaklaşımlar doğrultusunda çeşitli şekillerde sınıflandırılabilir. Bazı araştırmacılar sporu resmî ve özel olmak üzere iki gruba ayırırken, bazı kaynaklar bu ayrımı daha çok teknik ve fonksiyonel temellere dayandırmaktadır. Spor yönetimi; sağlık, beden eğitimi, boş zaman değerlendirme ve dans gibi alanlarla birlikte ele alınmakta ve tanımlar genellikle bu işlevsel alanlara göre yapılmaktadır. Bu bağlamda, genel bir spor yöneticisi yerine; okul sporu, kulüp sporu, sağlık odaklı spor ya da rekreatif spor gibi uzmanlaşmış alanlarda yönetim ve işletme bilgisine sahip profesyonellere ihtiyaç duyulmaktadır (Abakay, 2004). Ayrıca farklı yöntemlerle özel gereksinimli bireylerin spora katılımı da amaçlanmaktadır (Akbaş ve diğ., 2023).

5. SONUÇ

Boş zaman ve rekreasyonel hizmetlerin etkin şekilde yönetilmesi, çağdaş toplumlarda bireylerin fiziksel, zihinsel ve sosyal iyilik hâlini destekleyen temel bir ihtiyaç olarak öne çıkmaktadır. Bu sürecin planlanması, uygulanması ve sürdürülebilir kılınması ise yalnızca iyi tasarlanmış programlarla değil, aynı zamanda bu hizmetleri yönetecek nitelikli insan kaynağıyla mümkündür. Bu noktada spor yöneticiliği, yalnızca sportif organizasyonların değil; aynı zamanda boş zaman ve rekreasyonel hizmetlerin yönetiminde de kritik bir kurumsal rol üstlenmektedir.

Spor yöneticileri, kamu, özel sektör ve yerel yönetimler bünyesinde yürütülen rekreatif faaliyetlerin hem planlama hem de uygulama aşamalarında önemli sorumluluklar taşımaktadır. Rekreasyonel etkinliklerin bireylerin serbest zamanlarında anlamlı ve üretken şekilde değerlendirilmesini sağlama amacı, spor yöneticilerini sadece operasyonel değil, aynı zamanda stratejik düzeyde karar verici aktörler hâline getirmiştir. Bu bağlamda spor yöneticiliği bölümlerinden mezun bireylerin; yönetim bilgisi, liderlik becerisi ve toplumsal

ihtiyaçlara duyarlılığı yüksek profesyoneller olarak yetiştirilmeleri, alanın gelişimi açısından büyük önem taşımaktadır.

Sonuç olarak, boş zaman ve rekreasyonel hizmetlerin bireylerin yaşam kalitesini artırmadaki rolü dikkate alındığında, bu hizmetlerin kurumsal düzeyde etkili şekilde yönetilmesi gerekliliği açıkça ortaya çıkmaktadır. Spor yöneticiliği disiplini ise bu ihtiyaa cevap verebilecek donanımlı insan kaynağını sunarak, yalnızca sporun değil, toplum sağlığının, sosyal bütünleşmenin ve bireysel gelişimin desteklenmesinde de işlevsel bir rol üstlenmektedir. Dolayısıyla, spor yöneticiliği yalnızca sportif organizasyonların yönetimi ile sınırlı kalmamakta; aynı zamanda rekreasyonel hizmetlerin niteliğini belirleyen temel kurumsal yapı taşlarından biri olarak değerlendirilmektedir.

KAYNAKÇA

- Abakay, U. (2004). *Türkiye'deki amatör spor kulüplerinin yönetim yapısı ve yönetici problemleri* (Yüksek lisans tezi). Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Akbaş, D., & Satılmış, N. (2023). *Technological development in the cycling*. I. Bayraktar (Ed.), *The use of developing technology in sports içinde* (ss. 67–82). Özgür Yayınları. doi:10.58830/ozgur.pub315.
- Akbaş, D., Erkan, D. ve Bayraktar, I. (2023). Özel gereksinimi olan bireylerin uzun vadeli sporcu gelişimi (LTAD) modelinde incelenmesi. *Herkes için Spor ve Rekreasyon Dergisi*, 5(2), 35-48. <https://doi.org/10.56639/jsar.1375119>.
- Alaeddinoğlu, V. (2024). Türkiye’de spor altyapısının gelişiminde turnuvaların önemi: Türkiye Tenis Federasyonu örneği. S. Özbay, M. Turan & İ. S. Ağırbaş (Ed.), *Spor yönetiminde sürdürülebilirlik ve nitel araştırmalar* (Bölüm 1). Özgür Yayınları
- Albayrak, A. (2012). İstanbul’daki konaklama işletmelerinin rekreasyon faaliyetlerinin değerlendirilmesi. *Online Academic Journal of Information Technology*, 3(8), 43–58.
- Allon, F. (2012). The labour of leisure: The culture of free time. *Annals of Leisure Research*, 15(1), 106–107.
- Aslan, N. (2005). *Üniversite öğrencilerinin boş zaman değerlendirme eğilimi: Öğretmen yetiştiren kurumlarda karşılaştırmalı bir araştırma* (2. baskı). Ege Üniversitesi Yayınları.
- Aslan, N., & Cansever, B. A. (2012). Ergenlerin boş zaman değerlendirme algısı. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 42(42), 38–49.
- Aydın, E., & Altungül, O. (2022). *İnfaz koruma memurlarının sportif serbest zaman ilgilenimi ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri*. İksad Yayınevi.
- Ayrancı, M., & Aydın, M. K. (2022). Çocuklar için oyun ve duygu ölçeği (ODÖ-Ç): Türkçeye uyarlama, geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Mediterranean Educational Research Journal/Akdeniz Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 16(42).
- Aytaç, Ö. (1997). Modern toplumda boş zaman olgusu. S. Geniş (Ed.), *Dünya’da ve Türkiye’de sosyolojik gelişmeler* (ss. 341–356). Sosyoloji Derneği Yayınları.
- Bayraktar, G., Yumuk, E. D., & Güngörmüş, H. A. (2025). Almanya’daki terapötik rekreasyon merkezlerinin (Kurorte-Kür beldelerinin) sağlık ve spor turizmi açısından incelenmesi. *The Online Journal of Recreation and Sports (TOJRAS)*, 14(1), 99–113.
- Becchetti, L., Ricca, E., & Pelloni, A. (2012). The relationship between social leisure and life satisfaction: Causality and policy implications. *Social Indicators Research*, 108, 453–490.

- Belli, E., & Gürbüz, A. (2012, Nisan 12–15). *Mimar Sinan Güzel Sanatlar Üniversitesi akademik personelinin rekreasyon faaliyetlerinin incelenmesi*. I. Rekreasyon Araştırmaları Kongresi, Antalya, Türkiye.
- Brotherton, B. (1991). Konaklama, turizm ve eğlence tanımları: Görüş açıları, problemler ve çıkan sonuçlar. *Turizmde Seçme Makaleler*, 11, 18–26.
- Ceyhan, O. (2024). Outdoor therapeutic recreation. Ed. Yıldız İrfan, *International studies and evaluations in the field of social sciences and humanities* (ss. 423–457). Serüven Yayınevi. ISBN 978-625-5955-63-0
- Ceyhan, O., & Odemis, M. (2024). *Açık alan rekreasyonunda algılanan özgürlük, stres ve stresle başa çıkma*. Gazi Kitabevi. ISBN 978-625-365-880-9
- Çalış, M. C. (2024). *Çorum şehrinin rekreasyon alanlarının ve rekreasyonel faaliyetlerinin yaşanabilirlik kriterleri kapsamında değerlendirilmesi* (Yüksek lisans tezi). Balıkesir Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Balıkesir.
- Çelebi, M. (2016). Eğitimde rekreasyon program uygulamaları: Topluma hizmet uygulamalarında yaşayarak öğrenme. *International Journal of Social Sciences and Research*, 5(1), 33–44.
- Demir, H. (2006). *Türk spor teşkilatı: Tarihsel gelişim, kapsam ve bir araştırma*. Çizgi Kitabevi Yayınları.
- Demirci, N. (1986). *Sporda yönetim, teşkilatlanma ve organizasyonlar*. Milli Eğitim Basımevi.
- Deryahanoğlu, G., Ayrancı, M., & Arıcı, M. (2024). Rekreasyon ve yaşam kalitesi: Bibliyometrik bir perspektiften uluslararası araştırma eğilimleri. *Spor ve Rekreasyon Araştırmaları Dergisi*, 6(2), 1-12.
- Doğar, Y. (2019). *Türkiye’de spor yönetimi*. Gece Kitaplığı. <https://avesis.inonu.edu.tr/yayin/9584ec83-8e78-47a7-8959-09cfea74bac5/turkiyede-spor-yonetimi>.
- Dönmez, A., Baykara, C., Toçoğlu, S., Şahin, M. O., & Cana, H. (2025). Hokey hakemlerinin karar verme sürecinde bilişsel esnekliğin rolü. *Spor ve Bilim Dergisi*, 3(1), 57-68.
- Efil, İ. (1999). *İşletmelerde yönetim ve organizasyon*. Alfa Yayınları.
- Erenci, T. (2006). *Bir üniversite yerleşkesinde rekreasyon ihtiyacı ve planlanması (Umuttepe örneği)* (Yüksek lisans tezi). Kocaeli Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Kocaeli.
- Eroğlu, E. (2012). *Türkiye’de 1990–2010 yılları arasında spor yönetiminde meydana gelen gelişmeler* (Yüksek lisans tezi). İnönü Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Malatya.
- Fave, A., Massimini, F., & Bassi, M. (2011). Free time: An opportunity for growth, recreation, or stagnation. In A. D. Fave, F. Massimini, & M. Bassi (Eds.),

- Psychological selection and optimal experience across cultures: Social empowerment through personal growth* (pp. 177–197). New York: Springer.
- Fişek, K. (1998). *Devlet politikası ve toplumsal yapıyla ilişkileri açısından spor yönetimi: Türkiye’de ve Dünya’da*. Bağırhan Yayınevi.
- Girti Gültekin, P., Kaya, S., & Müderrisoğlu, H. (2013, Ekim 31 – Kasım 13). *Düzce Üniversitesi akademik personelinin rekreatif tercihlerinin belirlenmesi*. I. Rekreasyon Araştırmaları Kongresi, Aydın, Türkiye.
- Göker, G., & Ünlüöner, K. (2019). Açık alanda yapılan doğa temelli rekreatif etkinlikler ve destinasyon markalaşması: Ilgaz Dağı Milli Parkı örneği. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 18(70), 774–789.
- Gözen, E. (2019). Rekreasyon yönetimi bölümü lisans öğrencilerinin rekreasyon kavramına ilişkin metaforik algıları. *Stratejik ve Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 3(3), 397–416.
- Gulam, A. (2016). Recreation – Need and importance in modern society. *International Journal of Physical Education, Sports and Health*, 1(2), 157–160.
- Güngörmüş, H. A., Yumuk, E. D., & Gürbüz, B. (2023). Turkish adaptation of adventure behavior seeking scale: A validity and reliability study. *The Online Journal of Recreation and Sports*, 12(4), 617–623.
- Hazar, A. (2009). *Rekreasyon ve animasyon*. Detay Yayıncılık.
- Horner, S., & Swarbrooke, J. (2005). *Leisure marketing: A global perspective*. Elsevier Butterworth-Heinemann.
- İmamoğlu, A. F. (1992). Fonksiyonel açıdan spor yönetiminin anlam ve önemi. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8(1), 22–23, 32–33.
- Karaküçük, S. (1997). *Rekreasyon: Boş zamanları değerlendirme kavram, kapsam ve bir araştırma*. Seren Ofset.
- Karaküçük, S. (2014). *Rekreasyon: Boş zamanları değerlendirme*. Gazi Kitabevi.
- Karaküçük, S. (2019). *Boş zaman, rekreasyon ve İslamiyet*. Gazi Kitabevi.
- Karaküçük, S., & Başaran, Z. (1996). Stresle başa çıkmada rekreasyon faktörü. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 4, 55–64.
- Kelley, D. R., Beitel, P. A., DeSensi, J. T., & Blanton, M. D. (1994). Undergraduate and graduate sport management curricular models: A perspective. *Journal of Sport Management*, 8(2), 93–101.
- Köktaş Kılbaş, Ş. (2004). *Rekreasyon: Boş zamanı değerlendirme* (Geliştirilmiş 3. baskı). Nobel Yayınevi.
- Kraus, R. G. (1985). *Recreation program planning today*. Scott, Foresman Company.
- Malkoc, S. A., & Tonietto, G. N. (2019). Activity versus outcome maximization in time management. *Current Opinion in Psychology*, 26, 49–53.

- Masood, F., & Khan, N. R. (2023). The more I have fun, the more I experience life satisfaction: Gender moderated and engagement-mediated model of life satisfaction. *Paradigm*, 27(1), 60–77.
- Munusturlar, S. (2014). *Boş zaman eğitiminin benlik saygısı ve öznel iyi oluş üzerine etkisi* (Doktora tezi). Anadolu Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Orel, F. D., & Yavuz, M. C. (2003). Rekreatyonel turizmde müşteri potansiyelinin belirlenmesine yönelik bir pilot çalışma. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (11), 61–76.
- Orhan, M. (2019). *Rekreasyon yönetiminde sürdürülebilirlik: 12 Dev Adam basketbol okullarına yönelik bir durum çalışması* (Yüksek lisans tezi). Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bolu.
- Ozankaya, Ö. (1995). *Toplumbilimleri terimleri sözlüğü* (4. baskı). Cem Yayınevi.
- Sarıkabak, M. (2019). Predictor of life satisfaction in physical education and sport teacher candidates: Self discipline. *International Journal of Applied Exercise Physiology*, 8(4), 28-36.
- Schulz, P., Schulte, J., Raube, S., Disouky, H., & Kandler, C. (2018). The role of leisure interest and engagement for subjective well-being. *Journal of Happiness Studies*, 19, 1135–1150.
- Serarslan, M. Z., & Bakır, M. (1988). Turizm pazarlamasında sporun yeri ve Türkiye açısından değerlemesi. *Pazarlama Dünyası*, 2(9), 28–30.
- Sevil, T. (2018). Boş zaman ve rekreasyon: Kavram ve özellikler. In S. Kocaekşi (Ed.), *Boş zaman ve rekreasyon yönetimi* (ss. 2–25). T.C. Anadolu Üniversitesi Yayını.
- Sevil, T., Yıldırım Şimşek, K., Katırcı, H., Çelik, V. O., & Çeliksoy, M. A. (2012). Boş zaman ve rekreasyon yönetimi. In S. Kocaekşi (Ed.), *Boş zaman ve rekreasyon yönetimi* (Yay. No: 2497; İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Yay. No: 1468). Anadolu Üniversitesi Yayınları.
- Silveira, L. Á., & Santos, N. (2019). A society that has leisure more and more as a basic need: The evolution of leisure seen by the Portuguese perspective. *Cadernos de Geografia*, (40), 23–35.
- Sunay, H. (1998). Spor yöneticilerinin nitelikleri ve eğitimi. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3(1), 59–68.
- Sunay, H. (2009). *Spor yönetimi*. Gazi Kitabevi.
- Tanır, H. (2007). *2006–2007 Turkcell Süper Liginde seçilmiş futbol kulüplerinin yönetici yeterliliklerinin mukayeseli olarak karşılaştırılması (Konyaspor, Sivasspor ve Trabzonspor örneği)* (Yüksek lisans tezi). Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.

- Tarınç, A. (2021). Rekreasyon motivasyonu. A. Tarınç (Ed.), *Rekreasyon ve turizm araştırmaları* (s. 14). Çizgi Kitabevi Yayınları.
- Tekin, Ö., Birsen, A. G., & Özer, Ö. (2013, Ekim 31–Kasım 13). *Konya destinasyonundaki rekreasyonel olanakların değerlendirilmesi ve rekreasyonel potansiyelin araştırılması* [Sözlü bildiri]. II. Rekreasyon Araştırmaları Kongresi, Aydın, Türkiye.
- Toçoğlu, S., Bolat, C., Dönmez, A., & Genç, H. İ. (2025). Spora bağlılıkta öz denetimin rolü: beden eğitimi ve spor öğretmeni adaylarında bir araştırma. *Trakya Eğitim Dergisi*, 15(1), 334-351.
- Toker, A. (2021). Yayınla veya yok ol! Rekreasyon yönetimi araştırmaları nereye gidiyor? Bibliyometrik bir değerlendirme. *Türk Turizm Araştırmaları Dergisi*, 5(3), 2107–2126.
- Toprak, L., Serçek, S., & Serçek, G. Ö. (2014, Nisan 4–5). *Öğrencilerin üniversiteden rekreasyon aktiviteleri konusunda beklentileri*. VII. Lisansüstü Turizm Öğrencileri Araştırma Kongresi, Aydın, Türkiye.
- Torkildsen, G. (1999). *Leisure and recreation management* (4th ed.). E & FN Spon, Taylor & Francis Group.
- Turan, S., & Çirimi, E. (2021). Investigation of empathy skills and moral decision-making attitudes in athlete students in terms of some variables. *Journal of Educational Issues*, 7(2), 275-287.
- Turan, S., & Güngör, N. B. (2024). Futbolcularda zihinsel enerjinin sporcu yaratıcılığına etkisi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 18(3), 350-358.
- Turan, S., Öcal, T., & Cengiz, Ö. (2022). Effect of digital game addiction and social anxiety levels on recreational active adolescents. *Education Quarterly Reviews*, 5(1), 40-47.
- Tütüncü, Ö., Akgündüz, Y., & Yeşilyurt, C. (2019). Rekreasyon yönetimi ve turizm işletmeciliği bölüm müfredatlarının karşılaştırılması. *Anatolia: Turizm Araştırmaları Dergisi*, 30(2, Özel Sayı), 112.
- Uğurlu, D., Emlek, B., Yapıcı, H., Gök, O., Ünver, R., Sofuoğlu, M., ... & Yılmaz, A. (2023). Examination of physical activity levels of Turkish adults living in Rural and Urban Areas. *Journal of Exercise Science & Physical Activity Reviews*, 1(1), 12-23.
- Uğurlu, D., Yapıcı, H., Emlek, B., Gök, O., Ünver, R., & Güllü, M. (2024). Comparison of some parametric characteristics of adolescents and their attitudes towards physical activity. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 9(2), 238-256.
- Uygur, Ö. Ç. A. (2022). Açık alan rekreasyon etkinliklerinin sınıflandırılması. *Social Sciences Studies Journal (SSSJJournal)*, 5(36), 2818–2826.

- Uygurtaş, M. (2011). *Alışveriş merkezlerinde çalışan gençlerin serbest zaman kullanımları üzerine bir çalışma* (Yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Wang, W., Kao, C., Huan, T.-C., & Wu, C.-L. (2010). Free time management contributes to better quality of life: A study of undergraduate students in Taiwan. *Journal of Happiness Studies*, 12(4), 561–573.
- Yağcı, P. (2015). *Lisans düzeyinde rekreasyon bölümü müfredatlarının incelenmesi ve örnek müfredat çalışması* (Yüksek lisans tezi). Balıkesir Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Balıkesir.
- Yaşar, Ş. (2023). *Spor yöneticiliği bölümünde öğrenim gören öğrencilerin spor yönetimi ile ilgili problemlere bakış açılarının değerlendirilmesi* (Yüksek lisans tezi). Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Burdur.
- Yılmaz, B. H., Erer, H., İlhan, E. L., & Yılmaz, S. H. (2024). Egzersizden kaçınma nedenleri ölçeği (EKNÖ) geçerlik ve güvenirlik çalışması; Yetişkin Formu. *Nigde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 18(3). 359-367.
- Yılmaz, H., Yılmaz, B., & Erer H. (2024). Zihinsel engelli bireylerde sporun etkilerine yönelik tutum ve farkındalık; spor bilimleri fakültesi öğrencileri üzerine bir araştırma, *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 33 (1), 160-173.
- Yumuk, E. D. (2023). Tech in Rec: Technology use in outdoor recreation. *The Use of Developing Technology in Sports*, 151.
- Yumuk, E. D., & Güngörmüş, H. A. (2021). Modern don quixotes: Sample of horror themed escape rooms as an alternative adventure activity. *International Journal of Life science and Pharma Research. Health and Sports Sciences-2021 (Special Issue)*, 342-346.
- Yumuk, E. D., & Güngörmüş, H. A. (2023). Macera rekreasyonu: Kuramlar ve yaklaşımlar. Özgür Publications. DOI: <https://doi.org/10.58830/ozgur.pub378>. License: CC-BY-NC 4.0.