

SPOR BİLİMLERİNDE GÜNCEL AKADEMİK ÇALIŞMALAR

7

Editörler
Doç. Dr. Fatih KARAKAŞ
Doç. Dr. Tuna TURĞUT



**SPOR
BİLİMLERİNDE
GÜNCEL
AKADEMİK
ÇALIŞMALAR**

7

Editörler

Doç. Dr. Fatih KARAKAŞ

Doç. Dr. Tuna TURĞUT



Spor Bilimlerinde Güncel Akademik Çalışmalar-7
Editörler: Doç. Dr. Fatih KARAKAŞ,
Doç.Dr. Tuna TURĞUT

Genel Yayın Yönetmeni: Berkan Balpetek
Yayın Tarihi: Eylül 2025
Yayıncı Sertifika No: 49837
ISBN: 978-625-5698-47-6

© Duvar Yayınları
853 Sokak No:13 P.10 Kemeraltı-Konak/İzmir Tel:
0 232 484 88 68

www.duvar yayinlari.com
duvar kitabevi@gmail.com

İÇİNDEKİLER

1. Bölüm5

**Erken Yaş Döneminde Sporum ve Fiziksel Aktivitenin Gelişim Açısından
Önemi: Sistematiik Derleme (2015-2025)**

Özlem ERKAN, Kubilay KOÇ

2. Bölüm22

**Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin
Mutluluk Düzeyleri ve Beğenilme Arzusu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**

Ceren SONGÜR, Elif KUCUR, Reşat SADIK

3. Bölüm40

Fitness Endüstrisi ve Franchise Sistemi

Serdar ŞAHİN

4. Bölüm50

Yüzme Egzersizi: Sedanter Bireylerin Gizli Gücü

Serdar ŞAHİN

5. Bölüm64

Fiziksel Sağlık Göstergelerinin Psikolojik İyi Oluş Üzerindeki Etkileri

Selçuk OKUYUCU

6. Bölüm73

Pliometrik Antrenmanların Sporcuların Genel Sağlıkları Üzerine Etkisi

Selçuk OKUYUCU

7. Bölüm83

Antik Roma'dan Günümüze Modern Çağın Gladyatörleri: Futbolcular

Yetmir GAŞ

8. Bölüm96

**Engelli Bireylerde Ulaşım Engellerinin Fiziksel Aktivite Katılımı
Üzerindeki Etkilerinin İncelenmesi**

Okan SARI

9. Bölüm107

**Rekreatif Etkinliklerin Engelli Bireye Sahip Ailelerin
Yaşam Memnuniyetine Etkisi**

Okan SARI

10. Bölüm115

**Rekreasyonel Amaçlı Doğa Sporları Turizmi:
Türkiye - Almanya Karşılaştırması**

Engin VURAL, Gülru BAYRAKTAR

11. Bölüm136

**Spor Turizminin Kavramsal Çerçevesi ve Dinamikleri:
Türkiye - Almanya Karşılaştırması**

Engin VURAL, Gülru BAYRAKTAR

10. Bölüm

Rekreasyonel Amaçlı Doğa Sporları Turizmi: Türkiye - Almanya Karşılaştırması

Engin VURAL¹, Gülru BAYRAKTAR²

1. GİRİŞ

Bireyler, günlük yaşam içerisinde farklı uzunluk ve sıklıklarda ortaya çıkan serbest zaman dilimlerini çeşitli amaçlar doğrultusunda değerlendirmektedirler. Bu amaçlar arasında gündelik rutinden uzaklaşma, bedensel ve zihinsel dinlenme, çevre değişimi, yeni yerler görerek kültürel birikim kazanma, sağlıklarını koruma veya geliştirme, sosyal etkileşimlerde bulunma, heyecan verici deneyimler yaşama ve farklı yaşam biçimleriyle tanışma gibi unsurlar öne çıkmaktadır. Rekreasyonel etkinlikler, bireylerin tercih ve ihtiyaçlarına göre açık ya da kapalı mekânlarda, pasif veya aktif biçimlerde, kentsel ortamlarda ya da kırsal alanlarda gerçekleştirilebilmektedir. Toplamların sosyo-ekonomik yapıları ve sınıfsal farklılıkları da bu etkinliklerin niteliğini ve çeşitliliğini belirleyen önemli faktörler arasında yer almaktadır. Dolayısıyla, farklı sosyal gruplar tarafından benimsenen rekreasyon biçimleri, bireylerin yaşam tarzları ve toplumsal yapıyla yakından ilişkili olarak çok geniş bir yelpazede şekillenmektedir (Karaküçük, 2008). Rekreasyon, bireylerin günlük yaşamda yerine getirmek zorunda oldukları iş ve sorumlulukların dışında kalan zaman dilimlerini değerlendirme biçimi olarak tanımlanmaktadır. Bu süreç, kişiye hem fiziksel hem de ruhsal açıdan yenilenme ve dinçlik kazandırmakta, sosyal ilişkilerini güçlendirmesine olanak tanımakta ve sağlıklı bir yaşam sürmesine katkı sağlamaktadır. Rekreasyonel faaliyetler, bireyin kendi özgür iradesiyle seçtiği ve keyif alarak gerçekleştirdiği etkinlikler aracılığıyla boş zamanın nitelikli bir şekilde değerlendirilmesine imkân vermektedir. Böylece rekreasyon, mutluluk, tatmin ve yaşam kalitesinin artmasına hizmet eden önemli bir olgu olarak ortaya çıkmaktadır (Kraus, 1985). Günümüzde spor, doğa, sağlık ve estetik değerler üzerinden önemli bir rekreasyon aracı haline gelmiştir. Ulaşılabilir ve düşük maliyetli branşlar yaygınlaşırken, yüksek maliyetli ve özel imkân gerektiren sporlar sınırlı katılımıla kalmaktadır (Karaküçük, 1997). Spor, tarih boyunca

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

² Doç. Dr. Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi, Turizm Fakültesi, gulru.bayraktar@alanya.edu.tr

bireylere disiplin, irade kontrolü ve başarma isteği kazandırarak, onların yıkıcı dürtülerini olumlu yönler kanalize eden önemli bir sosyal olgu olarak görülmektedir. Aynı zamanda bireyin topluma uyum sağlamasına, ruh ve beden sağlığını korumasına ve demokratik kişilik gelişimine katkı sunmaktadır. Ruh sağlığı yerinde olan bireyler, çevreleriyle daha uyumlu ve olumlu ilişkiler kurarak toplumsal bütünleşmeye destek olmaktadır (Kuru & Persil, 2003). Kültürel ve bireysel gelişim üzerinde belirleyici bir rol oynayan spor (Toçoğlu ve diğ., 2025), aynı zamanda farklı disiplinlerde yer alan sporcular ile geniş kitleleri buluşturan evrensel bir olgudur (Dönmez ve diğ., 2025). Bunların yanı sıra özellikle beden ve ruh sağlığını iyileştirici ve koruyucu etkileri bulunmakta olup tüm bu yönleri ile bireyi ve toplumu iyileştiren bir misyon üstlenmektedir (Yılmaz ve diğ., 2024). Rekreatif bir etkinlik olarak spora yönelik ilginin giderek artması, çeşitli toplumsal kurumları bu alanda organizasyonlar yapmaya yöneltmektedir. Özellikle okullar, spor kulüpleri, sivil toplum kuruluşları ve kamu kurumları, yarışma odaklı olmayan, daha çok rekreatif amaç taşıyan sportif faaliyetler düzenlemeye başlamıştır. Bu doğrultuda trekking, kampçılık ve rafting gibi doğa temelli sporlar ön plana çıkmış, farklı spor branşlarının tanıtılması ve yaygınlaşması için zemin hazırlanmıştır. Doğa sporlarının bireylerin fiziksel ve ruhsal sağlıklarını desteklemesi, kent yaşamının yoğun ve stresli yapısının olumsuz etkilerini azaltması ve kişiler arası sosyal etkileşimi artırması, bu etkinliklerin önemini daha da artırmaktadır (Yılmaz, 2006). Türkiye’de korunan doğal alanlar, son yıllarda artan çevresel farkındalık ve rekreasyona olan ilginin etkisiyle daha da önem kazanmıştır. Bu alanlar, sahip oldukları doğal kaynak değerleri ve barındırdıkları rekreasyonel olanaklar sayesinde hem yerel halk hem de ziyaretçiler tarafından yoğun biçimde kullanılmaktadır. Milli parklar, tabiat parkları ve benzeri koruma statüsüne sahip bölgeler; yürüyüş, kampçılık, kuş gözlemciliği ve doğa sporları gibi farklı rekreasyonel etkinliklere imkân tanıyarak bireylerin doğayla bütünleşmesine olanak sağlamaktadır. Dolayısıyla korunan doğal alanlar, yalnızca ekosistemin korunmasına hizmet etmekle kalmayıp aynı zamanda bireylerin fiziksel, ruhsal ve sosyal ihtiyaçlarının karşılanmasına da önemli katkılar sunmaktadır. Bu özellikleri, söz konusu alanların günümüz rekreasyon ve turizm anlayışı içerisinde stratejik bir konuma sahip olduğunu göstermektedir (Özkan, 2017). Doğada gerçekleştirilen spor ve rekreasyonel etkinliklere yönelik talebin giderek artması, doğal çevre üzerinde olumsuz etkiler yaratabilmektedir. Özellikle çevresel dengenin bozulması, habitatların zarar görmesi ve kirlilik oranlarının yükselmesi bu sürecin en önemli sorunları arasında yer almaktadır. Bu tür olumsuzlukların önlenmesi için öncelikli olarak doğal çevrenin korunması ve sürdürülebilir kullanımına ilişkin bilincin toplumsal düzeyde içselleştirilmesi gerekmektedir. Bununla birlikte,

çevre ve doğa korumasına yönelik kapsamlı planların hazırlanması ve bu planların uygulandığı alanlarda etkili ve bilinçli bir yönetim anlayışının geliştirilmesi büyük önem taşımaktadır. Bu yaklaşımlar hem ekolojik dengenin korunmasına hem de rekreasyonel faaliyetlerin uzun vadede sürdürülebilir bir biçimde devam ettirilebilmesine katkı sağlayacaktır (Balcı & Koçak, 2014). Alternatif turizm türlerinden biri olarak gelişen doğa sporları turizmi, günümüzde giderek daha fazla önem kazanmaktadır. Bu turizm türü, özellikle kent yaşamının yoğun temposundan ve stresinden uzaklaşmak isteyen, aynı zamanda macera deneyimi arayan bireyleri doğal ortamlara çekmektedir. Geleneksel turizm mekânlarının dışında gerçekleştirilen doğa sporları turizmi, farklı turizm türlerini bir arada sunabilme kapasitesi sayesinde hem yerel hem de küresel turizm pazarında yükselen bir ivme göstermektedir. Bunun yanında, doğal kaynak potansiyeli yüksek kırsal bölgelerin sürdürülebilirlik ilkeleri çerçevesinde korunarak planlanması ve ekonomik gelişimlerinin desteklenmesi açısından da stratejik bir fırsat alanı oluşturmaktadır. Bu yönüyle doğa sporları turizmi, turizm politikalarında dikkate alınması gereken önemli bir alternatif olarak değerlendirilmektedir (Yalçın, 2019).

2. REKREASYON

Rekreasyon kavramı, kökeni Latince recreatio sözcüğüne dayanmaktadır ve kelime anlamı olarak yenilenme, yeniden yapılanma veya yeniden yaratılma biçiminde ifade edilmektedir. Türkçede ise bu kavram genellikle “boş zamanı değerlendirme” karşılığıyla kullanılmaktadır. Bu bağlamda rekreasyon, bireylerin ya da toplumsal grupların serbest zamanlarında kendi istekleriyle katıldıkları, hem dinlendirici hem de eğlendirici özellik taşıyan etkinlikler bütünü olarak tanımlanmaktadır (Karaküçük, 1997). Rekreasyon, bireylerin boş zamanlarını değerlendirmek amacıyla tamamen kendi istekleri doğrultusunda katıldıkları ve gerçekleştirme sürecinde haz, mutluluk ve doyum sağladıkları faaliyetler olarak tanımlanmaktadır (Karaküçük & Başaran, 1996). Günümüzde, özellikle sanayileşmiş toplumlarda rekreasyon ve rekreasyona duyulan ihtiyaç giderek daha önemli bir konuma ulaşmıştır. Boş zamanların değerlendirilmesi olarak tanımlanan rekreasyon, bireylerin özelliklerine, toplumsal koşullara ve çevresel faktörlere bağlı olarak farklı biçimlerde ortaya çıkabilmektedir. Bu çeşitlilik; yaş, cinsiyet, sosyo-ekonomik düzey, coğrafi koşullar ve toplumun kültürel değerleri gibi değişkenlerden etkilenmektedir. Ayrıca bireylerin eğitim düzeyleri ve içinde bulundukları toplumun değer yargıları da boş zamanların değerlendirilmesinde benimsenen anlayış ve alışkanlıkların şekillenmesinde belirleyici rol oynamaktadır (Yazıcı, 1998). Rekreasyonun genel özellikleri incelendiğinde, öncelikle boş zamanlarda gerçekleştirilen ve iş niteliği taşımayan

etkinlikler olduğu görülmektedir. Rekreasyon faaliyetleri, herhangi bir kazanç amacı gütmeyip, bireylerin gönüllü katılımına dayanmaktadır. Bu yönüyle bireyler, tamamen kendi tercihleri doğrultusunda bu etkinliklere katılmakta ve süreçten keyif, mutluluk ve neşe duymaktadır. Rekreasyon, kişisel doyum sağlamanın ötesinde, toplumsal yararlar da ortaya çıkarmakta ve sosyal bütünleşmeye katkıda bulunmaktadır. Aynı zamanda, toplumun değer yargılarına aykırı olmayan bu faaliyetler, bireylerin fiziksel, sosyal ve ekonomik açıdan boş zamanlarını verimli bir biçimde değerlendirmelerine imkân tanımaktadır. Temel yaşamsal ihtiyaçlardan farklı olarak rekreasyon, birey için hayati bir zorunluluk değil, ancak yaşam kalitesini yükselten önemli bir olgu olarak karşımıza çıkmaktadır. Her bireye farklı katkılar sunan rekreasyon, kimi zaman kişisel bir amaç olarak görülürken, kimi zaman da grup temelli katılım biçimleriyle sosyal bağların güçlenmesine aracılık etmektedir. Bu kapsamıyla rekreasyon faaliyetleri, fiziksel, psikolojik ve sosyal boyutlarıyla bireylerin yaşamlarına değer katan çok yönlü bir süreçtir (Karaküçük, 2008; Tezcan, 1994). 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 & Ödemiş, 2024). Rekreasyonun önemi, bireylerin yaşamına çok yönlü katkılar sunmasından kaynaklanmaktadır. Fiziksel sağlığı destekleyerek bedenin daha güçlü ve dayanıklı olmasına yardımcı olan rekreasyon, aynı zamanda ruhsal iyilik halini olumlu yönde etkilemektedir. Sosyal etkileşim imkânı sunarak bireylerin toplumsal yaşama daha etkin katılımını sağlaması, kişilere mutluluk ve tatmin duygusu kazandırması da bu sürecin temel işlevleri arasındadır. Bunun yanı sıra, yaratıcılığı teşvik ederek kişisel gelişimi desteklemesi, iş yaşamında başarı ve verimliliği artırması, demokratik bir toplum yapısının gelişmesine katkıda bulunması gibi yönleri, rekreasyonun gerekliliğini ortaya koyan önemli unsurlar olarak değerlendirilmektedir (Karaküçük, 2008). Rekreasyon, bireyin yenilenme ve tazelenme ihtiyacını karşılayan bir olgu olarak değerlendirilmektedir. Bu gereksinimin farkına varıldıkça, insanlar günlük yaşamlarında daha fazla boş zaman yaratma çabası içine girmekte ve ihtiyaçlarını sürekli yenilemektedir. Böylece rekreasyona yönelik eğilimler artmakta, geniş kitleleri etkileyen toplumsal bir olgu olarak düşünsel boyutta yeni anlamlar kazanmaktadır. Özellikle sanayileşmenin getirdiği üretim artışı ve iş yaşamının yeniden düzenlenmesi, rekreasyon ihtiyacını daha belirgin hale getirmiş ve bireylerin bu alandaki olanaklarını genişletmiştir (Başoğlu, 2011). Rekreasyonun farklı sınıflandırılmaları bulunmakla beraber bu sınıflandırmalardan ilk olarak mekânsal olarak açık ve kapalı alan rekreasyonu daha sonra ise aktivite türüne

göre sınıflandırmanın içinde barındırdığı doğa ile ilgili rekreasyon türü dikkat çekmektedir. Açık alan rekreasyonu, belirli bir mekânsal sınırlamaya bağlı olmaksızın doğal çevrenin sunduğu olanaklara göre şekillenen faaliyetleri ifade etmektedir. Bu tür etkinlikler, doğanın sunduğu imkânlardan yararlanılarak gerçekleştirilmekte ve bireylerin doğa ile doğrudan etkileşim kurmalarına olanak tanımaktadır. Dolayısıyla açık alan rekreasyonu, doğal ortamlarda gerçekleştirilen ve bireyin çevreyle bütünleşmesini sağlayan rekreatif aktiviteler bütünü olarak değerlendirilmektedir (Yazıcı, 1998). Bununla beraber doğa temelli açık alan rekreasyonel aktivitelerin artan mutluluk, yükselen prososyal davranış, gelişmiş sosyal bağlar, olumlu katılım ve iyileşmiş algılanan yaşam kalitesi ile ilişkili olduğunu bilinmektedir (Ceyhan, 2024). Kapalı alan rekreasyonu, genel olarak binalar içerisinde ya da üzeri çeşitli çatı sistemleriyle kapatılmış mekânlarda gerçekleştirilen rekreatif etkinlikleri ifade etmektedir. Bu tür aktiviteler, mekânın fiziksel özellikleri sayesinde dış çevre koşullarından bağımsız olarak sürdürülebilmekte ve bireylere boş zamanlarını değerlendirme fırsatı sunmaktadır (Mieczkowski, 1990). Doğa temelli rekreasyon örnekleri arasında doğa yürüyüşleri, kampçılık, dağcılık ve tırmanış, balıkçılık, yelken, kano ya da kürek sporları, kuş gözlemciliği, bisiklet turları, doğa fotoğrafçılığı, ekolojik yaşam kampları, sürdürülebilir tatil uygulamaları ve piknik gibi etkinlikler yer almaktadır. Bu tür faaliyetler bireylere yalnızca boş zamanlarını değerlendirme imkânı sunmakla kalmamakta, aynı zamanda doğayla daha yakın bir ilişki kurma ve çevre dostu bir yaşam tarzını deneyimleme fırsatı da vermektedir. Dolayısıyla söz konusu etkinlikler, sürdürülebilir bir yaşam anlayışının gelişmesine katkı sağlamakta ve bireylerin hem fiziksel hem de psikolojik açıdan yenilenmelerine destek olmaktadır (Bulut ve diğ., 2022).

3. DOĞA SPORLARI

Spor, ilkel toplumlarda öncelikle savaş ayinleri ve dini törenlerin bir parçası olarak ortaya çıkmıştır. Bu süreci, Eski Yunanlıların tanrılarını onurlandırmak amacıyla düzenledikleri oyunlar, atletik müsabakalar ve festivaller izlemiştir. Tarihsel gelişim dikkate alındığında, Yunanlıların spor oyunlarının ardından Romalıların gladyatör dövüşleri gelmektedir. Uygarlıkların gelişimini tamamlamasıyla birlikte ise insanların boş zamanlarını değerlendirme kavramı ön plana çıkmış ve spor, bu bağlamda giderek daha önemli bir rol üstlenmiştir. İnsanlar boş zamanlarını spor aracılığıyla değerlendirmeye başlamış, böylelikle spor toplumsal bir olgu niteliği kazanmıştır (Yavaş, 2005). Spor, bireylerin serbest zamanlarında hobi ya da meslek olarak gerçekleştirebilecekleri çok yönlü bir kavramdır. Hem bireysel olarak hem de toplulukla birlikte icra edilebilen spor, kimi zaman çeşitli araç ve gereçler kullanılarak, kimi zaman ise herhangi bir

malzemeye ihtiyaç duyulmadan yapılabilmektedir. Müsabaka çerçevesinde gerçekleştirildiğinde ise önceden belirlenmiş kurallar doğrultusunda uygulanmaktadır. Sosyalleşme, toplumsal bütünleşme, bireysel yeteneklerin sergilenmesi ve becerilerin geliştirilmesi gibi amaçlarla yapılan spor, aynı zamanda bireylere ruhsal, zihinsel, psikolojik ve fiziksel açıdan önemli katkılar sunan toplumsal bir olgu niteliği taşımaktadır (Erkal, 1982). Spor kavramı, Latince’de “dağıtmak” ve “birbirinden ayırmak” anlamına gelen *disportere* veya *deportere* sözcüklerinden türemiştir. Zamanla bu sözcükler aşınmaya uğrayarak *disport* biçiminde kullanılmaya başlanmış, 17. yüzyıldan itibaren ise günümüzdeki *sport* formunu almıştır. Türkçede ise uluslararası dil etkileşiminin bir sonucu olarak “sport” kelimesi “spor” şeklinde benimsenmiş ve dilin zenginliğine dâhil edilmiştir (Kuter & Atasoy, 2005). Farklı bir tanıma göre ise spor, önceden belirlenmiş kurallar çerçevesinde, maddi bir karşılık elde etmek ya da yalnızca zevk amacıyla gerçekleştirilebilen; araçlı ya da araçsız, bireysel veya takım hâlinde icra edilen bir etkinlikler bütünüdür. Kişinin kendisiyle, doğayla ya da başkalarıyla rekabet esasına dayalı mücadelesini içeren spor, bireylerin fiziksel ve zihinsel yeteneklerini kullanmalarına ve geliştirmelerine imkân tanır. Ayrıca bu alanla uğraşan meslek gruplarını ve ilgili faaliyetleri de kapsayan çok boyutlu bir kavramdır (Erten, 2006). Günümüzde spor, toplumsal bir olgu niteliği kazanmıştır. Bu sosyal olgunun bireyin psikolojik ve fiziksel sağlığı üzerindeki etkisi ise geniş kesimler tarafından kabul edilmektedir. Düzenli olarak gerçekleştirilen egzersizler, kas, kemik ve eklemlerin yanı sıra kalp-damar sisteminin ve ilgili fizyolojik fonksiyonların en uygun biçimde çalışmasına katkı sağlamaktadır (Demir & Filiz, 2004). Satılmış (2023) çalışmasında düzenli egzersizin obezite öyküsü olan bireylerde antioksidan sistemi pozitif yönde etkilediğini ve oksidatif stresi ise baskıladığını ortaya koymuştur. Ayrıca rekreasyonel amaçlı bisiklet kullanan bireyler üzerine yapılan bir çalışmada hem bireysel sağlığın korunmasında hem de toplum sağlığının desteklenmesinde etkili olduğu belirtilmiştir (Akbaş ve diğ., 2024). Spor türlerinden biri olan doğa sporlarının modern anlamdaki başlangıcı, 1786 yılında biri doktor olmak üzere iki Fransız’ın Avrupa’nın en yüksek doruğu olan ve Güneydoğu Fransa’da yer alan Mont Blanc’a (4807 m; Alp Dağları’nın Fransa’daki en yüksek noktası) gerçekleştirdikleri tırmanışa dayandırılmaktadır (Ekinci, 2012). Doğa sporları, açık alan rekreasyon faaliyetleri içerisinde önemli bir yere sahiptir. Bu sporlara katılan bireyler, hem ilgili spor branşının kendine özgü özellikleri hem de doğal çevrenin sunduğu deneyim sayesinde doğa ile uyum içinde hareket ederek kişisel yeterliliklerini geliştirme imkânı bulurlar (Plummer, 2009). Özellikle doğada olma isteği, fiziksel aktivite yapma arzusu, dinlenmek ve eğlenmek, kendini geliştirmek, yeni yetiler edinebilmek, rutinden uzaklaşmak, stres ve kaygıdan

arınma düşüncesi bireyin doğa sporlarına katılımını etkileyen faktörler arasında gösterilmektedir (Yılmaz, 2023). Doğa sporları, bireyin bilinç düzeyini derinleştiren ve kendi sınırlarını fark etmesine imkân tanıyan bir deneyimdir. Doğanın karşısında hissedilen güçsüzlük ve yalnızlık duygusu, bireyleri dayanışmaya yöneltmektedir. Bu bağlamda doğa sporları, doğayla mücadele etmekten ziyade onunla uyum içinde yaşamayı öğreten bir süreçtir. Bireysel keşif yoluyla kişi hem fiziksel sınırlarını hem de varoluşuna ilişkin farkındalığını tanır. Bu deneyim; sorumluluk, disiplin, dayanışma, dostluk, özdenetim ve bilinçlilik gibi değerlerin gelişmesine katkı sağlamaktadır (Gürer, 2012). Açık alan rekreasyonu kapsamında değerlendirilen doğa sporlarında esas olan, bireyin doğal çevreyle uyum içerisinde hareket edebilmesidir. Bu nedenle insan gücünün ön planda tutulması temel bir özellik olarak öne çıkar. Doğa sporları, çoğunlukla yalnızca insanın fiziksel kapasitesiyle veya sınırlı ekipman kullanımıyla gerçekleştirilen etkinliklerdir. Bununla birlikte, bazı spor dalları doğa ortamında icra edilmesine rağmen motor ya da hayvan gücünden yararlanılması nedeniyle doğa sporları kategorisine dâhil edilmemektedir. Örneğin motokros, off-road yarışları, motorlu tekne kullanımı, araba yarışları, ata binme ve köpekli kızak gibi branşlar bu kapsamın dışında değerlendirilmektedir (Priest & Gass, 2005). Doğa sporlarının dikkat çeken özelliklerinden biri, bireyleri günlük yaşamın sunduğu konfor alanlarının dışına çıkmaya teşvik etmesidir. Konfor alanından uzaklaşmayı tercih etmeyen kişiler, çoğu zaman kendi potansiyellerini ortaya koyma ve geliştirme konusunda sınırlı kalmaktadır. Buna karşın, doğa sporlarıyla ilgilenen bireyler doğal çevrenin sunduğu zorluklarla karşılaşarak kendilerini sınar ve potansiyellerini açığa çıkarma fırsatı elde ederler. Bu süreç, kişisel gelişime katkı sağlamakla kalmaz, aynı zamanda mevcut kapasitenin etkin kullanılmasına ve daha da artırılmasına olanak tanır (Reece & Reece, 2018). Doğa sporlarının açık alanlarda icra edilmesi, bu etkinliklerin gerçekleştirildiği mekânlara göre sınıflandırılmasını doğal kılmaktadır. Bu doğrultuda doğa sporlarını genel olarak kara, hava, su ile kar ve buz ortamlarında yapılan faaliyetler şeklinde dört temel grupta ele almak mümkündür (Hazar, 2003).

4. TURİZM

Turizm kavramı, kökenini Latince’de “dolaşmak, dönmek ve bulunduğu yere geri gelmek” anlamına gelen tornus sözcüğünden almaktadır. Bu terim zamanla İngilizceye touring biçiminde geçmiş, ardından Fransızcada tourisme olarak kullanılmaya başlanmış ve nihayetinde Türkçeye “turizm” şeklinde aktarılmıştır (Küçük, 2013). Turizm ve rekreasyon, bireylerin yaşam standartlarını yükselten ve haz duygusunu besleyen önemli etkinliklerdir. Her iki kavram da boş zamanların değerlendirilmesine olanak tanısa da aralarında belirgin farklılıklar

bulunmaktadır. Rekreasyon çeşitli boş zaman aktivitelerini kapsarken, turizm bundan ayrılarak özellikle “dinlenme ve tatil yapma amacıyla gerçekleştirilen seyahatler” şeklinde tanımlanmaktadır (Kaymaz, 2018). Turizm, bireylerin kişisel tatmin amacıyla, kendi özgür iradeleri doğrultusunda ve herhangi bir maddi kazanç elde etme amacı gütmeksizin, sürekli yaşadıkları yerlerden geçici bir süreliğine ayrılarak farklı bir merkeze gitmeleri ve orada bulundukları süre içinde gerçekleştirdikleri faaliyetler bütünü olarak tanımlanmaktadır (Orel & Yavuz, 2003). Dünya Turizm Örgütü’ne göre turizm; bireylerin herhangi bir kazanç amacı gütmeyen, dinlenme, eğlence, kültürel etkinlikler, spor veya sağlık gibi gerekçelerle gerçekleştirdikleri, süresi bir günden kısa ve bir yıldan uzun olmayan mekânsal hareketlilikleri kapsayan tüm faaliyetler olarak tanımlanmaktadır (Çuhadar, 2006; Kahraman, 2016). Şehir yaşamında karşılaşılan gürültü, hava ve toprak kirliliği, tekdüze yaşam biçimi ile günlük yoğunluk ve monotonluk, bireyler üzerinde yıpratıcı etkiler yaratmaktadır. Yaşam doyumuna ulaşmak, bütüncül sağlık durumunu yeniden kazanmak ve mutluluğu artırmak, günlük rutinin dışına çıkmakla mümkün olabilmektedir. Bu bağlamda bir seyahatin spor turizmi kapsamında değerlendirilebilmesi için hem turizm hem de spor tanımına uygun olması ve sportif amaç taşıması gerekmektedir. Doğa yürüyüşleri, dağ tırmanışları, kayak, yüzme ve rafting gibi sporların yapılması, izlenmesi ya da öğrenilmesi amacıyla bireysel veya grup halinde gerçekleştirilen seyahatler ve turlar bu duruma örnek teşkil etmektedir (Hazar, 2007). Turizmin kapsamı ve önemi incelendiğinde; turizm, bireylerin farklı ülkeleri ziyaret ederek yeni kültürlerle tanışmalarını, farklı deneyimler kazanmalarını ve unutulmaz anılar biriktirmelerini sağlayan seyahatler bütünü olarak tanımlanmaktadır (Duman ve diğ., 2021). Ülkeler arasındaki karşılıklı etkileşimde turizm faaliyetlerinin önemli bir rolü bulunmaktadır. Toplumların sahip oldukları sosyal ve kültürel değerler ise, onların varlıklarını devam ettirebilmeleri açısından anlam kazandıran temel unsurlar arasında yer almaktadır (Elyiğit, 2021). Turizm, bireylerin çalışma ve ekonomik kazanç elde etme faaliyetlerinin ötesinde gerçekleştirdikleri çeşitli seyahatleri kapsamaktadır. Bu seyahatlerin amaçları; doğal güzellikleri ve tarihi eserleri keşfetmek, kültürel değerleri tanımak, merak duygusunu gidermek, sportif etkinliklere katılmak, balayı gibi özel dönemleri geçirmek, birine eşlik etmek, iş ya da eğitim amacıyla yolculuk yapmak, dinlenmek, eğlenmek, aile, akraba ve dost ziyaretlerinde bulunmak, alışveriş yapmak veya toplantı, fuar, festival ve gösterilere katılmak şeklinde çeşitlenmektedir. Turizm aynı zamanda, gidilen yerde en az bir gece konaklamayı ve en az 24 saat süren geçici seyahatleri içermektedir. Bu süre, yurt içi seyahatlerde en fazla altı ay, yurt dışı seyahatlerde ise en fazla bir yıl olarak sınırlandırılmaktadır (Yaylı, 2014). Turizmin türleri Kültür turizmi, Kırsal turizm,

Eğitim turizmi, Tarım turizmi, Ticari turizm, Kış turizmi, İnanç turizmi, Gastronomi turizmi, Deniz turizmi, Eko-turizm, Sağlık turizmi, Doğa turizmi, Doğa sporları turizmi olarak ayrılabilir.

5. TURİZM VE REKREASYON İLİŞKİSİ

Sağcan'a (1986) göre turizm; bireylerin sürekli ikamet ettikleri yerlerin dışında, kalıcı olarak yerleşme amacı taşımaksızın ve özellikle politik ya da ticari hedefler gütmeyen, özgür bir ortam içerisinde gerçekleştirdikleri seyahatleri kapsamaktadır. Bu seyahatler; iş, merak, din, sağlık, spor, dinlenme, kültür ve hatta prestij arayışı gibi çeşitli amaçlarla yapılabilmektedir. Ayrıca aile ziyareti, kongre ya da seminerlere katılım gibi nedenlerle bireysel veya toplu şekilde gerçekleştirilen yolculuklar da bu kapsamda değerlendirilir. Turizm, gidilen yerde 24 saati aşan konaklamaları içermekte olup, hem ekonomik bir endüstri hem de sosyal bir olgu niteliği taşımaktadır (Sağcan, 1986). Ekici ve arkadaşları (2002) rekreasyon faaliyetlerini; aktif ya da pasif katılımın söz konusu olabildiği, bireysel veya grup halinde gerçekleştirilebilen, açık ya da kapalı mekânlarda yaş farkı gözetmeksizin yapılabilen çok çeşitli etkinliklerin bütünü ifade etmektedir. Rekreasyon ile turizm arasındaki ilişki, mutluluk, eğlence, boş zaman ve hoşnutluk gibi kavramlarla sık sık birlikte anılmaktadır. Bu durum, zaman zaman her iki kavramın birbirinin yerine kullanılmasına yol açmaktadır (Karaküçük, 2008). Rekreasyon ve turizm birbirinden farklı olgular olmakla birlikte, aynı alanı, zamanı ve kaynakları paylaşmaları ile benzer aktiviteleri içermeleri nedeniyle aralarında güçlü bir ilişki bulunmaktadır. Bu ilişki üç boyut altında değerlendirilebilir: sosyal, ekonomik ve mekânsal. Sosyal açıdan bakıldığında, her iki faaliyetin de boş zamanlarda gerçekleştirilmesi temel ortak noktayı oluşturmaktadır. Artan boş zaman kullanımı ve bireylerin maddi imkânlarının genişlemesi, rekreatif katılımları turistik bir boyuta taşımaktadır. Ekonomik açıdan ise rekreasyon ve turizm arasında karşılıklı fayda sağlayan bir ortak yararlanma ilişkisi söz konusudur. Mekânsal açıdan değerlendirildiğinde ise her iki olgunun da benzer alanlarda gerçekleştiği görülmektedir (Küçüktopuzlu, 2003). Rekreasyon ile turizm arasında mekânsal açıdan da önemli ilişkiler bulunmaktadır. Her iki olgu, benzer etkinlik türlerini ve bu etkinliklerin gerçekleştirildiği alanları ortak şekilde kullanabilmektedir. Turizm ile açık alanlarda yapılan rekreasyon faaliyetleri, hem hizmet ve imkânların sunulması (arz) hem de bu faaliyetlere katılım isteği (talep) bakımından iki temel ortak özelliğe sahiptir. Bu arz ve talep süreçleri ekonomik ve sosyal etkiler doğurmakta, böylece rekreasyonel etkinliklere katılan bireylerle turistler çoğu zaman aynı faaliyetleri gerçekleştiren kişiler olarak değerlendirilebilmektedir (Karaküçük, 2008).

6. DOĞA SPORLARI VE TURİZM İLİŞKİSİ

“Spor” sözcüğü, kökenini disport (dis ve portare) teriminden almakta olup, bu ifade “işten uzaklaşma” ve “eğlence” anlamlarını taşımaktadır. Spor, çalışmadan farklı olarak oyun yönüyle öne çıkan bir etkinliktir. Spor faaliyetlerinde esas olan, yalnızca sonuç değil; katılım sürecinde alınan haz, eğlence, dinlenme, toplumsal ilişkilerin gelişmesi ve sağlığa katkı gibi unsurlardır. Bununla birlikte, elde edilen başarılar ve doyurucu sonuçlar da yaşanan hazzı artırmaktadır. Bu yönüyle spor, oyun boyutu baskın olan bir faaliyetler bütünü olarak değerlendirilebilir. Başka bir ifadeyle, belirli kurallara bağlı ve sürekli gelişim gösteren bir oyun niteliği taşımaktadır (Doğan, 2005). Spor, bireyin doğal çevresini beşerî çevreye dönüştürürken kazandığı yeteneklere katkı sağlayan; belirli kurallar çerçevesinde araçlı veya araçsız, bireysel ya da toplu olarak gerçekleştirilebilen bir faaliyettir. Hem boş zaman etkinliği hem de profesyonel bir meslek olarak icra edilebilen spor, bireylerin sosyalleşmesine, toplumla bütünleşmesine, ruhsal ve fiziksel gelişimlerine katkı sunan; rekabet, dayanışma ve kültürel boyutlarıyla öne çıkan çok yönlü bir olgu niteliği taşımaktadır (Yetim, 2000). Spor ve turizm, kökenleri bakımından ortak özellikler taşıyan ve birbirleriyle yakın ilişki içerisinde bulunan iki toplumsal olgudur. Turizm daha çok deneyim temelli bir faaliyet olarak öne çıkarken, spor performans dayalı bir etkinlik niteliği taşımaktadır. Bu yönleriyle her iki olgu birbirini tamamlamakta ve karşılıklı etkileşim içinde bulunmaktadır (Duman ve diğ., 2021). Spor türlerinden biri olan doğa sporları, bireyleri doğayla bütünleştiren, uygulandığında keyif ve heyecan yaratan, izlenildiğinde ise hem coşku uyandıran hem de doğaya yönelik özlemi ortaya çıkaran bir spor türü olarak tanımlanmaktadır (Mengütay, 2003). Doğa sporları faaliyetleri, gerçekleştirildikleri mekâna göre farklı kategoriler altında ele alınmaktadır. Havada yapılan doğa sporları arasında paraşüt, yamaç paraşütü, yelken (delta) kanat, planör (gliding), base jumping (sabit nokta veya uçurum atlayışı) ve wingsuit flying (kanatlı tulum uçuşu) yer almaktadır. Suda gerçekleştirilen etkinlikler ise rafting, yüzme, tüplü veya tüpsüz dalış, nehir ve deniz kayağı, rüzgâr ve nehir sörfü, kano, yelken ve yamaç dalışı (cliff diving) gibi sporlardan oluşmaktadır. Karada yapılan doğa sporları kapsamında ise dağcılık, zirve tırmanışı, trekking, hiking, ekspedisyon, kaya tırmanışı, ferrata tırmanışı, mağaracılık, kanyon geçişi, oryantiring, bisiklet ve kayak faaliyetleri bulunmaktadır. Bu sınıflandırma, doğa sporlarının çeşitliliğini ve farklı mekânsal özellikler doğrultusunda nasıl şekillendiğini göstermektedir (Bentley ve diğ., 2001). Doğa sporları turizmi doğa ile bütünleşmiş ortamlarda, doğal peyzajlarda ve çoğunlukla dağlık alanlarda gerçekleştirilen spor ve turistik etkinlikler ekoturizm kapsamında değerlendirilmektedir. Bu turizm türü; doğayı seven, macera arayışında olan ve açık hava aktivitelerinden keyif alan bireylerin ilgisini

çekmektedir (Lascurain, 1996). Doğa sporları turizmi, insanın doğayla çatışmadan uyum ve etkileşim içerisinde gerçekleştirdiği sportif faaliyetlere dayalı, çok boyutlu bir turizm türüdür. Motor veya hayvan gücü kullanılmaksızın bireyin bilgi, beceri ve fiziksel kapasitesine dayanan bu etkinlikler, doğal çevrede gerçekleşmeleri nedeniyle coğrafi bir nitelik taşımaktadır. Aynı zamanda ekolojik duyarlılık, sürdürülebilirlik ve yerel kültüre saygı ilkeleriyle uyumlu olması, bu turizm türünü farklı kılmaktadır. Çoğunlukla bireysel ya da küçük gruplarla yapılan, katılımcıların aktif rol üstlendiği ve sonuçları önceden kesin olmayan bu faaliyetler, macera ve risk unsurlarıyla kitle turizmine alternatif oluşturmaktadır. Doğa turizmi, spor turizmi, kış turizmi ve macera turizmi gibi farklı turizm türleriyle doğrudan ilişkili olmakla birlikte, kendi içinde de çok sayıda alt etkinlik ve sportif faaliyeti barındırmaktadır (Yalçın, 2019).

7. REKREASYONEL DOĞA SPORLARI

Rekreasyon, birey ile yaşam arasında olumlu bir bağ kurarak, dinlendirici, eğlendirici, meşgul edici veya haz verici etkinliklere katılım yoluyla fiziksel, zihinsel, ruhsal ve manevi açıdan canlılık ve gelişim sağlayan bir süreç olarak tanımlanmaktadır (Karaküçük, 2019). Doğa sporları ise bireyin sahip olduğu bilgi, beceri ve fiziksel kapasitesini kullanarak, herhangi bir motorlu araç ya da hayvan gücünden yararlanmaksızın, doğanın sunduğu zorluk ve risklere karşı mücadele etmeyi ve bu süreçte yaşamını sürdürmeyi amaçlayan etkinlikler olarak ifade edilmektedir (Koçak & Balcı, 2010). Buna ek olarak, bireylerin özellikle macera temelli rekreasyonel etkinliklere ölümlü olma gerçeğine meydan okuma ve bireysel limitlerini aşma gibi motivasyonlarla katıldığı öne sürülmektedir (Yumuk & Güngörmüş, 2023). İnsanların keşif ruhu ve merak duygusu, doğada farklı spor türlerinin ortaya çıkmasına zemin hazırlamıştır. Bu bağlamda, teknolojinin de katkısıyla akarsuların güçlü akıntılarında rafting, dağ yolları ve patikalarında bisiklet sürme, yüksek tepelerden yamaç paraşütü ile süzülme gibi etkinlikler gelişmiştir. Aynı şekilde, insanın doğal tırmanma içgüdüsünden beslenen kaya tırmanışı, dar ve suyla dolu geçitlerde yapılan kanyon geçişleri, doğayla iç içe vakit geçirmeyi amaçlayan kampçılık, doğal yöntemlerle gerçekleştirilen ata binme ve rüzgâr gücünden faydalanılarak yapılan rüzgâr sörfü bu faaliyetlere örnek gösterilebilir. Ayrıca yüksek dalgalarda uygulanan dalga sörfü ile dar ve karanlık geçitlere sahip mağaralarda yapılan mağaracılık da doğa sporları arasında yer almaktadır. Tüm bu etkinlikler, insanların hem doğayı keşfetme hem de fiziksel ve psikolojik sınırlarını zorlama isteğinin bir yansımasıdır. Rekreasyonun amacı dinlenme, yenilenme ve haz sağlamaktır. Bu bağlamda doğa sporları, rekreatif faaliyetler için en uygun alanlardan biridir (Uğurlu, 2005). Özellikle, teknolojik gelişmelerin de etkisi ile bireylerin açık alan

rekreasyonunda elde ettikleri psiko-sosyal çıktılar günümüzde daha da önemli bir hale gelmiştir (Yumuk, 2023).

8. REKREASYONEL AMAÇLI DOĞA SPORLARI TURİZMİ ALMANYA ÖRNEĞİ

Bu bölümde Almanya’da rekreasyonel amaçlı doğa sporları turizminin kavramsal çerçevesi çizilecek, tarihsel gelişim, spor ve turizm ilişkisi, doğa sporlarının çeşitleri ve rekreasyon boyutu ele alınacak, sonrasında Türkiye ile karşılaştırmalı bir değerlendirme yapılacaktır.

8.1. Rekreasyon Kavramı ve Almanya’da Rekreasyon Kültürü

Rekreasyon kavramı, bireylerin boş zamanlarını fiziksel, kültürel veya sosyal faaliyetlerle değerlendirmesi olarak tanımlanır. Almanya’da rekreasyon kültürü, 19. yüzyıldan itibaren “Freizeitbewegung” (boş zaman hareketi) olarak adlandırılan toplumsal eğilimler çerçevesinde şekillenmiştir (Bausinger, 1991).

Sanayileşme döneminde işçi sınıfının tatil ve boş zaman haklarının yasal güvence altına alınmasıyla birlikte rekreasyon, toplumsal yaşamın ayrılmaz bir parçası haline gelmiştir. Günümüzde Almanya’da rekreasyon kültürü; spor, müzik, sanat, doğa etkinlikleri ve seyahat ile bütünleşmiş durumdadır (Opaschowski, 2006).

Türkiye’de ise rekreasyon kavramının toplumsal ölçekte kurumsallaşması daha geç bir dönemde, özellikle 1980’lerden sonra gerçekleşmiştir. Almanya’da bu sürecin daha erken başlamış olması, doğa sporları turizminin gelişiminde önemli bir avantaj sağlamıştır.

8.2. Almanya’da Doğa Sporları ve Tarihsel Gelişim

Almanya, coğrafi çeşitliliği sayesinde çok sayıda doğa sporuna ev sahipliği yapmaktadır. Alpler, Kara Orman (Schwarzwald), Harz Dağları, Ren ve Elbe nehirleri, göller bölgesi ve Kuzey-Batı kıyıları doğa sporları için geniş imkânlar sunmaktadır (Breuer & Hallmann, 2011).

19. Yüzyılda dağcılık ve yürüyüş (Wandern) hareketi, Alman doğa sporlarının temelini oluşturmuştur. 1869’da kurulan Deutscher Alpenverein (DAV – Alman Dağcılık Kulübü), dünyadaki en eski ve en büyük doğa sporları organizasyonlarından biridir (DAV, 2020). Bu gelenek, günümüzde yaklaşık 1,3 milyon üyeli bir topluluk olarak varlığını sürdürmekte ve doğa sporları turizminin kurumsal çerçevesini oluşturmaktadır.

Kuzey Almanya’da yelken, kano ve rüzgâr sörfü; güneyde dağcılık, kayak ve bisiklet sporları öne çıkmaktadır. Bu çeşitlilik, Almanya’nın rekreasyonel doğa sporları turizmini yılın dört mevsimine yaymasını sağlamaktadır.

Türkiye’de ise doğa sporlarının kurumsal gelişimi 1990’lı yıllardan sonra hız kazanmıştır. Dolayısıyla Almanya’daki tarihsel öncülük, turizmle entegrasyon açısından dikkate değer bir avantaj yaratmaktadır.

8.3. Almanya’da Turizm ve Doğa Sporları İlişkisi

Turizm sektörü Almanya’da uzun yıllardır kültür, tarih ve sağlık temelli olarak güçlü bir yapıya sahiptir. 21. yüzyılda ise doğa sporları turizmi, sürdürülebilir turizm politikaları ve sağlıklı yaşam trendleri doğrultusunda hızla gelişmektedir (Müller, 2015).

Özellikle Nationalpark (milli park) ve Naturpark (doğa parkı) uygulamaları, rekreasyonel doğa sporlarının kurumsal altyapısını desteklemektedir. Almanya’da 16 milli park, 104 doğa parkı ve yüzlerce korunan alan bulunmaktadır (Bundesamt für Naturschutz, 2021). Bu alanlarda yürüyüş, bisiklet, kano, dağcılık, kaya tırmanışı ve kuş gözlemi gibi sporlar kontrollü şekilde turizmle bütünleştirilmektedir.

Türkiye’de doğa sporları turizmi genellikle belirli destinasyonlarda (Antalya, Kapadokya, Kaçkar Dağları) yoğunlaşırken, Almanya’da ülke geneline yayılan bir çeşitlilik söz konusudur.

9. ALMANYA’DA REKREASYONEL DOĞA SPORLARININ TÜRLERİ

9.1. Yürüyüş ve Trekking

Yürüyüş, Almanya’nın en yaygın doğa sporudur. Deutscher Wanderverband (Alman Yürüyüş Birliği) verilerine göre, ülkede 200 binden fazla işaretli yürüyüş rotası bulunmaktadır (DWV, 2019). Rennsteig, Harzer-Hexen-Stieg ve Eifelsteig gibi rotalar uluslararası turizm çekiciliği yaratmaktadır.

9.2. Bisiklet Turizmi

Bisiklet, hem ulaşım hem de rekreasyon aracı olarak Almanya’da güçlü bir konuma sahiptir. Elberadweg, Rheinradweg ve Donau-Radweg gibi uzun mesafeli bisiklet yolları, her yıl milyonlarca turisti çekmektedir (Lamont, 2009).

9.3. Kış Sporları

Bavyera Alpleri, kayak ve snowboard turizminin merkezlerindendir. Garmisch-Partenkirchen, Oberstdorf ve Berchtesgaden, hem ulusal hem de uluslararası düzeyde önemli destinasyonlardır (Weed & Bull, 2009).

9.4. Su Sporları

Kuzey Denizi ve Baltık Denizi kıyıları, ayrıca Mecklenburg Gölle Bölgesi, kano, yelken ve rüzgâr sörfü için tercih edilmektedir. Bu sporlar hem yerli turistler hem de özellikle Hollanda, Danimarka ve İsveç'ten gelen ziyaretçiler için cazip seçeneklerdir (Higham & Hinch, 2018).

9.5. Macera ve Dağ Sporları

Dağcılık, kaya tırmanışı, dağ bisikleti ve kanyon geçişi gibi sporlar, Almanya'da geniş bir katılım alanı bulmaktadır. DAV'nin desteğiyle bu tür faaliyetler hem amatör hem profesyonel düzeyde yaygındır.

10. ALMANYA'DA REKREASYONEL DOĞA SPORLARININ EKONOMİK, SOSYO-KÜLTÜREL VE ÇEVRESEL ETKİLERİ

10.1. Ekonomik Etkiler

Almanya'da doğa sporları turizmi, yerel ekonomilere ciddi katkılar sağlamaktadır. Örneğin, yalnızca bisiklet turizminin yıllık ekonomik hacminin 10 milyar Euro'yu aştığı tahmin edilmektedir (ADFC, 2018). Kış sporları ve dağcılık destinasyonları, otelcilik ve yeme-içme sektörleri için çarpan etkisi yaratmaktadır.

10.2. Sosyo-Kültürel Etkiler

Rekreasyonel doğa sporları, Almanya'da toplumsal yaşamın ayrılmaz bir parçasıdır. Aileler, okullar ve gönüllü dernekler bu faaliyetlere katılımı teşvik etmektedir. Ayrıca doğa sporları, göçmen kökenli toplulukların entegrasyonu için de önemli araçlar olarak değerlendirilmektedir (Merkel, 2014).

10.3. Çevresel Etkiler

Almanya'da doğa sporları turizmi, sürdürülebilirlik ilkeleri çerçevesinde yürütülmektedir. Milli parklar ve doğa parklarında etkinlikler sıkı düzenlemelere tabidir. "Leave No Trace" (İz Bırakma) ilkeleri, eğitim programları ve çevre dostu altyapılarla desteklenmektedir (Higham & Hinch, 2018).

11. TÜRKİYE İLE ALMANYA KARŞILAŞTIRMALI GENEL DEĞERLENDİRME

- **Tarihsel Süreç:** Almanya, doğa sporları turizmini 19. yüzyıldan itibaren kurumsallaştırmışken, Türkiye bu alandaki gelişimi daha çok 1990'lardan sonra hızlandırmıştır.

- **Coğrafi Çeşitlilik:** Türkiye dağcılık ve deniz sporları açısından eşsiz bir potansiyele sahipken, Almanya daha çok yürüyüş, bisiklet ve kış sporlarıyla öne çıkmaktadır.
- **Altyapı:** Almanya’da dernekler, kulüpler ve milli park sistemleriyle güçlü bir kurumsal yapı söz konusudur. Türkiye’de ise yeni yatırımlar ve destinasyon geliştirme projeleri öne çıkmaktadır.
- **Ekonomik Katkılar:** Almanya’da doğa sporları turizmi milyarlarca Euro’luk hacim yaratırken, Türkiye’de ekonomik katkı potansiyeli yüksek olmakla birlikte henüz tam anlamıyla değerlendirilmemiştir.
- **Sürdürülebilirlik:** Almanya’da çevre koruma ve sürdürülebilirlik doğa sporları turizminin temel ilkelerinden biridir. Türkiye’de bu konuda ilerleme kaydedilmekle birlikte daha fazla kurumsallaşmaya ihtiyaç vardır.

12. SONUÇ

Rekreatif amaçlı doğa sporları turizmi, günümüz toplumlarının değişen yaşam biçimleri, artan boş zaman olanakları ve sürdürülebilirlik anlayışları doğrultusunda giderek daha fazla önem kazanan bir alan haline gelmiştir. Bireylerin bedensel ve ruhsal sağlıklarını destekleyen, sosyalleşmelerine katkı sağlayan ve doğa ile bütünleşmelerine imkân tanıyan bu turizm türü, aynı zamanda kent yaşamının stres ve monotonluğuna alternatif sunmaktadır. Doğa sporlarının rekreatif niteliği, bireylere yalnızca fiziksel bir aktivite değil, aynı zamanda kişisel gelişim, dayanıklılık, sorumluluk bilinci ve doğaya karşı duyarlılık kazandırmaktadır. Spor ve turizmin kesişim noktası olarak görülen doğa sporları hem deneyim hem de performans boyutlarını içermesiyle çok boyutlu bir yapıya sahiptir. Katılımcıların aktif rol üstlendiği, çoğu zaman bireysel ya da küçük gruplar hâlinde gerçekleştirilen bu faaliyetler, macera ve risk unsurlarıyla öne çıkarak kitle turizmine alternatif bir seçenek oluşturmaktadır. Bu durum, doğa sporları turizmini yalnızca bir boş zaman değerlendirme biçimi değil, aynı zamanda kültürel, sosyal ve ekonomik açıdan değerli bir etkinlikler bütünü haline getirmektedir. Türkiye’nin sahip olduğu zengin doğal kaynaklar, korunan alanlar ve kültürel çeşitlilik, doğa sporları turizminin gelişimi için önemli bir potansiyel sunmaktadır. Ancak bu potansiyelin sürdürülebilir biçimde değerlendirilebilmesi için çevresel duyarlılık ilkelerinin gözetilmesi, doğal alanların korunması ve bilinçli yönetim modellerinin uygulanması gerekmektedir. Aksi halde, doğa sporlarının temelini oluşturan ekolojik denge zarar görebilir ve bu alanların turizm açısından cazibesi azalabilir. Sonuç olarak, rekreatif amaçlı doğa sporları turizmi hem bireysel hem de toplumsal düzeyde çok yönlü katkılar sunan, aynı zamanda ekonomik kalkınmaya da destek olabilecek stratejik bir turizm türüdür. Almanya,

rekreasyonel amaçlı doğa sporları turizmini hem toplumsal kültür hem de ekonomik kalkınma açısından güçlü bir biçimde kurumsallaştırmıştır. Türkiye ile karşılaştırıldığında, Almanya'nın tarihsel öncülüğü ve kurumsal yapısı belirgin bir avantaj sağlarken, Türkiye sahip olduğu doğal potansiyeliyle gelecekte daha büyük bir rekabet gücüne ulaşma imkânına sahiptir. Bu bağlamda, ilgili kurum ve kuruluşların doğa sporları turizmini teşvik edici politikalar geliştirmesi, çevresel sürdürülebilirliği gözeten uygulamaları hayata geçirmesi ve toplumda doğa bilincini artıracak faaliyetlere öncelik vermesi büyük önem taşımaktadır. Böylelikle doğa sporları turizmi, günümüzün yükselen alternatif turizm türlerinden biri olarak hem yerel hem de küresel ölçekte gelişimini sürdürebilecektir.

KAYNAKÇA

- ADFC (Allgemeiner Deutscher Fahrrad-Club). (2018). *Fahrradtourismus in Deutschland 2018*. Berlin: ADFC.
- Akbaş, D., Mızrak, O., Yaman, Ç., & Bayraktar, I. (2024). *Rekreasyonel bisikletçilerde merak ve keşfetme ile heyecan arayışı ilişkisi*. B. Gürbüz ve H. A. Güngörmüş (Ed.), 5th Recreation and Sport Management Congress içinde (ss. 150–151). Antalya.
- Balcı, V., & Koçak, F. (2014). Spor ve rekreasyon alanlarının tasarımı ve kullanımında çevresel sürdürülebilirlik. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 5(2), 46–58.
- Başoğlu, U. (2011). *İstanbul ili, Bahçelievler Belediyesi sorumluluğundaki spor salonlarının rekreasyon sporları ve rekreasyon liderleri açısından geliştirilmesi ve faydalılık durumu* (Doktora tezi). Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Bausinger, H. (1991). *Kultur und Alltag*. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Bentley, T., Page, S., & Laird, I. (2001). Accidents in the New Zealand adventure tourism industry. *Safety Science*, 38(1), 31–48.
- Breuer, C., & Hallmann, K. (2011). Sport tourism in Germany: An overview. *European Journal of Sport and Society*, 8(3), 145–165.
- Bulut, S., Şahin, G., Kiraz, H. K., & Çoşkun, G. (2022). Fen bilgisi öğretmenliği ve rekreasyon bölümü lisans öğrencilerinin doğayla ilişki düzeylerinin belirlenmesi. *Akdeniz Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(2), 321–339.
- Bundesamt für Naturschutz. (2021). *Naturschutz und erholung*. Bonn: BfN.
- 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.
- Ceyhan, O., & Ödemiş, M. (2024). *Açık alan rekreasyonunda algılanan özgürlük, stres ve stresle başa çıkma*. Gazi Kitabevi.
- Çuhadar, M. (2006). *Turizm sektöründe talep tahmini için yapay sinir ağları kullanımı ve diğer yöntemlerle karşılaştırmalı analizi (Antalya ilinin dış turizm talebinde uygulama)* (Doktora tezi). Süleyman Demirel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Isparta.
- DAV (Deutscher Alpenverein). (2020). *Jahresbericht 2020*. München: DAV.
- Demir, M., & Filiz, K. (2004). Spor egzersizlerinin insan organizması üzerindeki etkileri. *Gazi Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 5(2), 109–114.

- Demirci-Orel, F., & Yavuz, M. C. (2003). Rekreatyonel turizmde müşteri potansiyelinin belirlenmesine yönelik bir pilot çalışma. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 11(11), 61-76.
- Doğan, O. (2005). *Spor psikolojisi* (2. bs.). Nobel Kitabevi.
- 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.
- Duman, S., Şahin, H. M., Uluç, E. A., & Bulut, Ç. (2021). Spor turizminin Türkiye açısından ekonomik boyutu. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 6(4), 367-383.
- DWV (Deutscher Wanderverband). (2019). *Wandern in Deutschland*. Kassel: DWV.
- Ekici, S., & Yenel, F. (2002). Yükseköğretim gençliğinin boş zamanlarını değerlendirme alışkanlıkları ve turizme katılımları üzerine bir araştırma. *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 6(1), 123-134.
- Ekinci, E. (2012). *Bireyleri doğa yürüyüşlerine katılıma motive eden nedenlerin belirlenmesi: Ankara örneği* (Yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Elyiğit, U. (2021). *Anadolu coğrafyasında görülen arkeolojik, sanatsal ve kültürel faaliyetler*. Eğitim Yayınevi.
- Erkal, M. E. (1982). *Sosyolojik açıdan spor*. Filiz Kitabevi.
- Erten, R. (2006). Türk sporunun yapısal düzeni. *Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi Hukuk Fakültesi Dergisi*, 10(1), 117-136.
- Gürer, B. (2012). *Doğa sporlarında ve arama kurtarmada liderlik becerilerinin incelenmesi* (Doktora tezi). Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bolu.
- Hazar, A. (2003). *Rekreasyon ve animasyon* (2. bs.). Detay Yayıncılık.
- Hazar, A. (2007). *Spor ve turizm*. Detay Yayıncılık.
- Higham, J., & Hinch, T. (2018). *Sport and sustainable tourism*. Routledge.
- Kahraman, A. (2016). *Otel işletmeciliği* (1. bs.). Eğitim Yayınevi.
- Karaküçük, S. (1997). *Rekreasyon Boş Zamanları Değerlendirme Kavram Kapsam ve Bir Araştırma* (2. bs.). Seran Ofset.
- Karaküçük, S. (2008). *Rekreasyon: Boş zamanları değerlendirme* (6. bs.). 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*, 1(4), 55-64.

- Kaymaz, Ç. K. (2018). *Artvin ilinin ekoturizm potansiyeli ve sürdürülebilir yönetimi* (Doktora tezi). Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.
- Koçak, F., & Balcı, V. (2010). Doğada yapılan sportif etkinliklerde çevresel sürdürülebilirlik. *Ankara Üniversitesi Çevre Bilimleri Dergisi*, 2(2), 213–222.
- Kraus, R. G. (1985). *Recreation program planning today*. Scott, Foresman Company.
- Kuru, E., & Persil, Y. (2003). Polis milli futbol takımında oynayan üst düzey elit sporcu polislerle, spor yapmayan polislerin psikolojik ihtiyaçlarının karşılaştırılması. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23(2), 195–220.
- Kuter, F. Ö., & Atasoy, B. (2005). Küreselleşme ve spor. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18(1), 11–22.
- Küçük, M. A. (2013). Din-turizm ilişkisi çerçevesinde Yahudilikte, Hristiyanlıkta ve İslamiyette hac uygulamasına genel bakış. *Dini Araştırmalar*, 16(42), 101–128.
- Küçüktopuzlu, F. (2003). Turizm ile rekreasyon faaliyetleri arasındaki ilişkiler ve doğa sporlarının turizmde kullanılması: Antalya Köprülü Kanyon rafting uygulaması. *1. Gençlik Boş Zaman ve Doğa Sporları Sempozyumu Bildiriler Kitabı*. Türk Hava Kurumu Basımevi İşletmeciliği.
- Lamont, M. (2009). Reinventing the wheel: A definitional discussion of bicycle tourism. *Journal of Sport & Tourism*, 14(1), 5–23.
- Lascourain, C. H. (1996). *Tourism, ecotourism and protected areas: The state of nature-based tourism around the world and guidelines for its development*. Gland, Switzerland & Cambridge, UK: IUCN.
- Mengütay, S. (2003). Boş zamanları değerlendirme paneli. *1. Gençlik Boş Zaman ve Doğa Sporları Sempozyumu Bildiri Kitabı* (ss. 246–272). Ankara.
- Merkel, U. (2014). Football fandom and migrant integration in Germany. *Soccer & Society*, 15(3), 411–432.
- Mieczkowski, Z. (1990). *World trends in tourism and recreation*. Peter Lang Publishing.
- Müller, M. (2015). What makes an event a mega-event? Definitions and sizes. *Leisure Studies*, 34(6), 627–642.
- Opaschowski, H. W. (2006). *Freizeitökonomie: Marktanalysen, Trendforschung, Zukunftsperspektiven*. Wiesbaden: VS Verlag.
- Özkan, D. G. (2017). Kullanıcı memnuniyeti ve çevre yanlısı davranış eğilimi: Uzungöl Tabiat Parkı ziyaretçileri örneği. *Social Sciences Studies Journal*, 3(10), 1508–1516.

- Plummer, R. (2009). *Outdoor recreation* (1. bs.). Routledge.
- Priest, S., & Gass, A. M. (2005). *Effective leadership in adventure programming* (2. Baskı). Human Kinetics.
- Reece, B., & Reece, M. (2018). *Etkili insan ilişkileri: Bireylerarası ve örgütsel uygulamalar* (B. Ural, Çev.). Gençlik ve Spor Bakanlığı Yayınları.
- Sağcan, M. (1986). *Rekreasyon ve turizm*. Cumhuriyet Basımevi.
- Satılmış, N. (2023). *Obez çocuklara uygulanan aerobik egzersizin antioksidan ve oksidan sistem üzerine etkileri*. Nobel Kitabevi.
- Tezcan, M. (1994). *Boş zamanların değerlendirilmesi sosyolojisi*. Atilla Kitabevi.
- Toçoğlu, S., Bolat, C., Dönmez, A., & Genç, H. İ. (2025). Spora bağlılıkta öz denetimin rolü: Beden eğitimi ve spor öğretmeni adaylarında bir araştırma. *Trakya Journal of Education*, 15(1), 334-351.
- Uğurlu, A. (2005). *Rekreasyonel amaçlı doğa sporlarının turizmde kullanılması: Antalya Köprülü Kanyon rafting uygulaması* (Yüksek lisans tezi). Akdeniz Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Antalya.
- Weed, M., & Bull, C. (2009). *Sports tourism: Participants, policy and providers* (2nd ed.). Butterworth-Heinemann.
- Yalçın, V. (2019). *Sakarya'da doğa sporları turizmi*. (Yüksek lisans tezi). Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.
- Yavaş, Ö. (2005). *Sporun ekonomi içindeki yeri ve spor pazarlama: Üç büyük spor kulübünde uygulamalı bir araştırma* (Yüksek lisans tezi). Trakya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Edirne.
- Yaylı, A. (2014). *Rekreasyona giriş* (1. bs.). Detay Yayıncılık.
- Yazıcı, M. (1998). *Üniversite öğrencilerinin boş zamanlarını değerlendirme anlayış ve alışkanlıkları üzerine karşılaştırmalı bir araştırma* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Yetim, A. (2000). Sporun sosyal görünümü. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 5(1), 63-72.
- Yılmaz, B. (2006). *Doğa sporlarına katılımın sosyal bütünleşmeye etkisi*. (Doktora tezi). Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Yılmaz, B.H., Erer, H., İlhan, E.L., & Yılmaz, S.H. (2024). Egzersizden kaçınma nedenleri ölçeği (EKNÖ) geçerlik ve güvenirlik çalışması; Yetişkin formu. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*. 18(3), 359-367. DOI: 10.61962/bsd.1531591
- Yılmaz, S. H. (2023). Doğa sporları perspektifinden; Bartın. İçinde M. Altınok (Ed.), *Spor Bilimleri Alanında Uluslararası Teori, Araştırma ve Derlemeler* (ss. 45-55). Serüven Yayınevi.

- Yumuk, E. D. (2023). Tech in rec: Technology use in outdoor recreation. *The Use of Developing Technology in Sports*, 151. Özgür Yayınları.
- Yumuk, E. D., & Güngörmüş, H. A. (2023). *Macera rekreasyonu: Kuramlar ve yaklaşımlar*. Özgür Publications.