

Makalenin Türü / Article Type : Araştırma Makalesi / Research Article
Geliş Tarihi / Date Received : 11.11.2019
Kabul Tarihi / Date Accepted : 16.03.2020
Yayın Tarihi / Date Published : 02.06.2020



 <https://dx.doi.org/10.17240/aibuefd.2020..-645364>

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN SERBEST ZAMANLARINDA FİZİKSEL ETKİNLİKLERE KATILIMLARINI ETKİLEYEN FAKTÖRLERİN İNCELENMESİ “BOLU ABANT İZZET BAYSAL ÜNİVERSİTESİ ÖRNEĞİ”

Murat Fırat BAYDAR¹, Ali AYCAN², Gazanfer DOĞU³

ÖZ

Bu çalışmanın amacı, üniversite öğrencilerinin serbest zamanlarında fiziksel etkinliklere katılımlarını etkileyen faktörlerin düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesidir. Araştırmanın örneklemini, Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi'nin merkez yerleşkesindeki (Gölköy Kampüsü) fakülte ve yüksekokullarda öğrenim gören gönüllü 627 lisans öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırma verileri internet üzerinden katılım yoluyla elde edilmiştir. Araştırmanın verileri Özbey (1994) tarafından geliştirilen “Orta Doğu Teknik Üniversitesi öğrenci, akademik ve idari personelin serbest zamanlarında fiziksel etkinliklere katılma/katılmama nedenleri ölçeği” ile toplanmıştır. Araştırma sonuçlarına göre öğrenciler, yaş, gelir düzeyi, fakülte, sınıf, katılım zamanı, katılım şekli ve katılım türü değişkenleri açısından SZFE'ye katılımlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklara sahiptir. Rekreasyon ve SZFE felsefesi, üniversite yönetimleri tarafından üniversite öğrencileri için akademik eğitimin bir parçası olarak algılanmalı, üniversite öğrencilerinin SZFE'ler ile ilgili farkındalıkları sağlanmalıdır.


Anahtar Kelimeler: Üniversite Öğrencileri, Serbest Zaman, Fiziksel Etkinlik.


THE INVESTIGATION OF THE FACTORS AFFECTING THE PARTICIPATION TO FREE TIME PHYSICAL ACTIVITIES OF THE UNIVERSITY STUDENTS: EXAMPLE OF BOLU ABANT İZZET BAYSAL UNIVERSITY


ABSTRACT

The purpose of this study was to investigate the level of factors that affect the participation to free time physical activities of the university students in terms of some variables. The sample of this study was composed of 627 undergraduate students at the Bolu Abant İzzet Baysal University. Research data were obtained through participation on the internet. Data were collected with “Middle East Technical University students, academic and administrative staff in their free time scale” developed by Özbey (1994). Results of this study showed that the university students had statistically significant differences in their participation in SZFE in terms of their age, income level, faculty, class, time of participation, type of participation and kind of participation. Recreation and SZFE philosophy should be perceived by university administrations as a part of academic education and university students should be made aware of SZFE.

Keywords: University Students, Free Time, Physical Activity.

¹ Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Tıp Fakültesi, baydar_m@ibu.edu.tr,  <https://orcid.org/0000-0002-1498-9804>

² Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, aycan_a1@ibu.edu.tr,  <https://orcid.org/0000-0002-4354-2526>

³ İstanbul Aydın Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, gazanferdogu@gmail.com,  <https://orcid.org/0000-0003-1489-7237>

1.GİRİŞ

Bireylerin yaşam biçimi, kişisel özellikleriyle birlikte ailesi ve sosyal çevresi, içinde bulunduğu coğrafyası, sosyo-kültürel ve fiziksel özellikleri gibi birçok değişken nedeniyle farklılık gösterebilmektedir. İnsanlar bir taraftan günlük yaşantılarının tekdüzeliklerinden, sıradanlığından ve çevresindeki olumsuzluklardan uzaklaşmak, iş ya da eğitim hayatının yarattığı ruhsal ve bedensel yorgunluğunu atmak, daha aktif olmak veya kendini gösterebilmek için, diğer taraftan da vücut sağlığını koruyarak sağlıklı yaşam için ilgi duyduğu ve yeteneğine uygun serbest zaman fiziksel etkinliklerine (SZFE) gönüllü olarak yönelebilirler. Bu nedenle, genç-yaşlı, öğrenci-çalışan, engelli ya da engelsiz tüm bireylerin rekreatif etkinliklere gereksinimlerinin bulunduğu ve tüm bireylerin bu fiziksel aktivite ihtiyaçlarının da zamanla arttığını söyleyebiliriz. Esentaş, Güzel, Yıldız ve Çokşen (2018) bireylerin serbest zamanlarında fiziksel aktiviteye katılım düzeylerini arttırmaları ve buna bağlı olarak grup etkinliklerine katılmalarının yaşam kalitesini etkileyen önemli unsurlardan birisi olduğunu ifade etmişlerdir.

Değişen yaşam standartları, gelişen yeni teknolojiler ve hızlı kentleşmeyle (TÜİK'in 2017 yılı verilerine göre Türkiye'de kentleşme oranı % 92,3'tür. Kaynak: <http://www.TÜİK.gov.tr>) birlikte, nitelikli ulaşım araçlarının çoğalması, televizyon, cep telefonu, internet ve sosyal medya kullanımının yaygınlaşması, hayat şartlarının giderek zorlaşması, insanların eğlenmeye, dinlenmeye ve sosyalleşmeye ayıracak gelir kaynaklarının azalması, robot ve otomasyon sistemlerinin gelişmesinin de olumsuz etkileriyle ortaya çıkan bu hareketsiz ve pasif yaşam biçimi, insanların bedensel enerji harcama düzeylerini azaltmaktadır. Bunun sonucunda, bireylerde hareketsizlik, mental-zihinsel- bir yorgunluk, anti sosyalleşme ve rekreatif etkinliklere katılım ile spor yapma alışkanlıklarında giderek azalma görülmektedir. Oysaki fiziksel hareketliliğin bireylerin sağlıklı yaşamları için bir gereklilik olduğu bir gerçektir. Çünkü fiziksel aktivitelerin bireylerde, bilişsel işlevler ve ruh sağlığına kattığı olumlu etkiler yoluyla, kişisel gelişime ve öğrenme süreçlerine olumlu katkıları da yadsınamaz (Satman, 2018).

Yükseköğretim kurumları olan üniversiteler ise, paydaşları olan öğrencilerinin sürekli etkileşim içinde buldukları eğitimcilerden, arkadaşlarından ya da sosyal çevrelerinden, güvenli bir ortamda ve ilerideki yaşamlarında kullanabilecekleri bilgi, beceri ve değerleri öğrendikleri ve bunları paylaştıkları eğitim kurumlarıdır. Bu nedenle üniversiteler, eğitim-öğretim ve araştırmalardaki başarılarını artırmanın yanında, öğrencilerin memnuniyetleri ve yararları için mevcut imkânlarını zenginleştirerek daha etkin ve daha nitelikli bir şekilde kullanmalı, bunları yaparken de öğrencilerinin de aidiyet duygularını geliştirerek kurumlarına olan saygınlığı ve güveni sağlamalıdır.

1.1. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı, üniversite öğrencilerinin ders dışı serbest zamanlarında fiziksel etkinliklere (SZFE) katılımlarında etkili olan faktörlerin, öğrencilerin bazı demografik ve kişisel özelliklerine göre ne yönde farklılaştığının tespit edilmesidir.

1.2. Araştırmanın Önemi

Üniversite gençlerinin serbest zamanlarını etkin ve nitelikli faaliyetlerle değerlendirmeleri çok yönlü gelişmelerinde önemli katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bu faaliyetlerin en önemlilerinden birisi de bedensel etkinliklerdir. Bu etkinliklerin gerçekleştirilmesi önündeki engellerin bilinmesi, üniversite yönetimleri tarafından gerekli düzenlemelerin yapılabilmesi açısından önem arz etmektedir. Bu çalışma Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi öğrencileri örneğinde konuya ilişkin bazı bulguların ortaya çıkarılması ve ilgili sorunların çözümüne yönelik önerilerin sunulması açısından önemlidir. Ayrıca bu çalışmanın diğer üniversite yönetimlerine, alan yazına ve uygulayıcılara önemli bir katkı sağlayacağı, yine çalışma ile elde edilen bulguların ve bilgilerin kazandıracağı toplumsal yararların, eğitim ve spor zümreleri açısından da konunun önemine dikkat çekmek bakımından değerli olacağı düşünülmektedir.

2. YÖNTEM

2.1. Araştırma modeli

Bu araştırma tarama modellerinden kesit alma yaklaşımına göre yapılmıştır.

2.1. Araştırmanın evreni ve örnekleme

Bu araştırmanın evreni, Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi'nin Gököy yerleşkesindeki fakülte ve yüksekokullarda öğrenim gören üniversite öğrencilerinden oluşmaktadır. Örneklemini ise kolayda örnekleme yöntemiyle belirlenmiş 627 lisans öğrencisi oluşturmaktadır.

2.2. Veri toplama aracı

Araştırma verilerinin elde edilmesinde, Özbey'in (1994) "Orta Doğu Teknik Üniversitesi öğrenci, akademik ve idari personelin serbest zamanlarında fiziksel etkinliklere katılma/katılmama nedenleri" başlıklı ölçeği kullanılmıştır. Ölçek toplam 50 soru ve 10 alt boyuttan (zaman, farkındalık, karar verme, estetik, aile baskısı-kaygı, maddi durum-gelir düzeyi, ilgi-merak, sosyal uygunsuzluk, beceri-yetenek ve tesis durumu) oluşmaktadır. Ölçek, beşli Likert derecelendirmesi (1=Kesinlikle katılmıyorum, 5=kuvvetle katılıyorum) puanlanan ifadelerden oluşan bir yapıya sahiptir. Ölçekte ters puanlanan bir ifade bulunmamaktadır. Araştırmada kullanılan veri toplama aracının tamamı için "Cronbach's Alpha" ($\alpha=0,845$) olarak hesaplanmıştır.

2.3. Veri toplama yöntemi

Araştırma verilerinin toplanması için gerekli resmi izinler alındıktan sonra, ölçme aracı Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesinin Öğrenci İşleri Dairesi Başkanlığının web sayfasında duyurular bölümünde 01.11.2018 ile 31.01.2019 tarihleri arasında yayımlanmıştır. Araştırmaya yalnızca merkez kampüste öğrenim gören fakülte ve yüksekokul (lisans) öğrencilerinin erişim sağlayabilmesi için IP sınırlaması yapılmıştır. Öğrencilerin araştırmaya katılımını teşvik etmek için hazırlanan afişler, üniversitenin fakülte ve yüksekokullarının öğrenci ilan panolarına asılmıştır. Ayrıca, öğrenci topluluklarına ve öğrenci temsilciliklerine çalışmaya sosyal medya aracılığıyla bilgilendirme yapılmıştır.

2.4. Verilerin Analizi

Araştırma verilerinin analizinde parametrik testler kullanılmıştır. Katılımcılara ilişkin kişisel bilgilerin analizinde yüzde ve frekans dağılımı testleri, grup sayısı iki olan değişkenler arasındaki farklılıkları belirlemek için bağımsız gruplar t-testi, grup sayısı ikiden fazla olan değişkenler arasındaki farklılıklara tek yönlü varyans analizi (ANOVA), farklılıkları oluşturan grupları belirlemede Tukey Post Hoc (TPH) testi ve gruplandırılmayan sürekli sayısal veriler için pearson korelasyon katsayısı analizi uygulanmıştır.

2.5. Araştırmanın etik izinleri

Yapılan bu çalışmada "Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi" kapsamında uyulması belirtilen tüm kurallara uyulmuştur. Yönergenin ikinci bölümü olan "Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiğine Aykırı Eylemler" başlığı altında belirtilen eylemlerden hiçbiri gerçekleştirilmemiştir.

Etik kurul izin bilgileri

Etik değerlendirmeyi yapan kurul adı= Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimlerde İnsan Araştırmaları Etik Kurulu

Etik değerlendirme kararının tarihi= 21.11.2018

Etik değerlendirme belgesi sayı numarası= 2018/09

3. BULGULAR

3.1.SZFE Alt Boyutlarına İlişkin Genel Tanımlayıcı İstatistikler

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin, serbest zaman fiziksel etkinlikleri (SZFE) alt boyutlarına ilişkin puanların aritmetik ortalamaları ve standart sapmaları Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1.

Alt Boyutların Aritmetik Ortalama ve Standart Sapmaları

	Katılımcı Sayısı (n)	Aritmetik Ortalama (\bar{x})	Standart Sapma (S)
Zaman	627	3,36	,93
Farkındalık	627	2,80	,99
Karar verme	627	2,69	,79
Estetik	627	1,99	,86
Aile baskısı – kaygı	627	1,98	,67
Maddi durum – gelir düzeyi	627	2,88	1,02
İlgi - merak	627	2,20	,76
Sosyal uygunsuzluk	627	2,71	,88
Beceri – yetenek	627	2,48	,97
Tesis durumu	627	3,18	1,00

Tablo 1 incelendiğinde, üniversite öğrencilerinin serbest zamanlarında fiziksel etkinliklere katılımlarını etkileyen faktörler sırasıyla “zaman” ($\bar{x}=3,36\pm 0,93$), “farkındalık” ($\bar{x}=2,80\pm 0,99$), “karar verme” ($\bar{x}=2,69\pm 0,79$), “estetik” ($\bar{x}=1,99\pm 0,86$), “aile baskısı-kaygı” ($\bar{x}=1,98\pm 0,67$), “maddi durum” ($\bar{x}=2,88\pm 1,02$), “ilgi-merak” ($\bar{x}=2,20\pm 0,76$), “sosyal uygunsuzluk” ($\bar{x}=2,71\pm 0,88$), “beceri-yetenek” ($\bar{x}=2,48\pm 0,97$), ve “tesis durumu” ($\bar{x}=3,18\pm 1$), oldukları görülmektedir. Bu sonuçlara bakıldığında; katılımcıların “zaman” alt boyutunda diğer alt boyutlara göre daha yüksek, “aile baskısı-kaygı” alt boyutunda ise daha düşük puana sahip oldukları anlaşılmaktadır.

3.2. Araştırmaya katılan Öğrencilere İlişkin Genel Tanımlayıcı İstatistikler

Araştırmaya katılan öğrencilerin kişisel bilgilerine (yaş, gelir, fakülte, sınıf, nelere ve ne zaman katılıyor) ait veriler tablo 2’de yer almaktadır.

Tablo 2.

Araştırmaya Katılan Öğrencilere Ait Kişisel Bilgiler

	Gruplar	n	%
Yaş	18-21	383	61
	22-25	213	34
	26-29	31	5
Gelir	Düşük	87	13,9
	Orta	339	54,0
	Yüksek	201	32,1
Fakülte	Sağlık bilimleri	186	30
	Sosyal bilimler	372	58,9
	Teknik bilimler	69	11,1
Sınıf	Hazırlık-1. sınıf	187	29,8
	2,3 ve 4. sınıf	386	61,6
	5 ve 6. sınıf	104	8,6
Nelere katılıyor	Bireysel etkinlik	149	23,8
	Takım sporları	127	20,3
	Diğer	351	55,
Ne zaman katılıyor	Hafta içi	75	12
	Hafta sonu	62	9,9
	Vakit bulduğunda	240	38,3
	Diğer	250	39,8

3.3. Üniversite Öğrencilerinin SZFE’ye Katılımlarını Etkileyen Faktörlerin “Yaş” Değişkenine Göre İncelenmesi

Tablo 3

Yaş Değişkenine Göre Faktörlerin Korelasyon Analizi Sonuçları

	Zaman	Farkındalık	Karar verme	Estetik	Aile baskısı	Maddi durum	İlgi-merak	Sosyal uyum	Beceri-yetenek	Tesis durumu
cor	,147**	-,157**	-,76	-,61	,052	,062	-,027	-,039	-,081*	,037
sig	,000	,000	,058	,129	,196	,122	,498	,332	,043	,357
F	3,840	2,149	,677	,966	,724	1,990	,758	,482	1,498	1,056

*P<0,01; **p<0,05

Üniversite öğrencilerinin serbest zamanlarında fiziksel etkinliklere katılımlarını etkileyen faktörler ile “yaşları” arasında ilişkiyi belirlemek amacı ile yapılan pearson korelasyon katsayısı analiz sonuçları Tablo 3’de verilmiştir. Tablo 3 incelendiğinde; araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin yaşları ile “zaman” alt boyutu arasında pozitif ve düşük düzeyde ($r=0,147$) anlamlı ilişki görülmektedir. Bunun yanında, üniversite öğrencilerinin yaşları ile “farkındalık” alt boyutu arasında negatif/ters orantılı ve düşük düzeyde ($r=-0,157$) ve yaşları ile “beceri-yetenek” alt boyutu arasında negatif/ters orantılı ve yüksek düzeyde ($r=-0,81$) anlamlı bir ilişki görülmektedir.

3.4. Üniversite Öğrencilerinin SZFE'ye Katılımlarını Etkileyen Faktörlerin “Fakülte Grupları” Değişkenine göre Karşılaştırılması

Tablo 4

Fakülte Değişkenine Göre ANOVA ve Tukey Post Hoc (TPH) Sonuçları

		n	\bar{x}	S	F	p	TPH sonucu
Zaman	A-Sağlık bilimleri	186	3,66	,97	21,87	,001	B-A B-C
	B-Sosyal bilimler	372	3,16	,87			
	C-Teknik bilimler	69	3,61	,88			
Farkındalık	A-Sağlık bilimleri	186	2,93	,97	12,31	,001	A-B A-C B-C
	B-Sosyal bilimler	372	2,65	,96			
	C-Teknik bilimler	69	3,22	1,04			
Karar verme	A-Sağlık bilimleri	186	2,90	,74	10,25	,001	A-B, A-C B-C
	B-Sosyal bilimler	372	2,58	,82			
	C-Teknik bilimler	69	2,76	,71			
Estetik	A-Sağlık bilimleri	186	2,17	,90	6,80	,001	A-B A-C B-C
	B-Sosyal bilimler	372	1,89	,82			
	C-Teknik bilimler	69	2,07	,88			
Aile baskısı-kaygı	A-Sağlık bilimleri	186	1,97	,60	,89	,388	
	B-Sosyal bilimler	372	1,97	,71			
	C-Teknik bilimler	69	2,08	,67			
Maddi durum	A-Sağlık bilimleri	186	2,66	1,02	6,42	,001	B-A C-A
	B-Sosyal bilimler	372	2,98	1,02			
	C-Teknik bilimler	69	2,99	,97			
İlgi-merak	A-Sağlık bilimleri	186	2,44	,77	13,35	,001	A-B A-C
	B-Sosyal bilimler	372	2,09	,72			
	C-Teknik bilimler	69	2,19	,81			
Sosyal uygunsuzluk	A-Sağlık bilimleri	186	2,74	,80	6,06	,002	C-A C-B
	B-Sosyal bilimler	372	2,64	,90			
	C-Teknik bilimler	69	3,04	,88			
Beceri-yetenek	A-Sağlık bilimleri	186	2,74	,97	15,60	,001	A-B C-B
	B-Sosyal bilimler	372	2,30	,91			
	C-Teknik bilimler	69	2,71	1,07			
Tesis durumu	A-Sağlık bilimleri	186	3,24	,95	5,67	,003	C-A C-B
	B-Sosyal bilimler	372	3,09	1,00			
	C-Teknik bilimler	69	3,51	1,10			

ANOVA ve Tukey Post Hoc (TPH) test sonuçları: A,B,C gruplar arası farklılığı gösterir.

Üniversite öğrencilerinin serbest zamanlarda fiziksel etkinliklere katılımlarını etkileyen faktörlerin “fakülte gruplarına” göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacı ile uygulanan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ve farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla yapılan tukey post hoc analizi sonuçları Tablo 4’te verilmiştir. Genel olarak değerlendirildiğinde, SZFE’ye katılımı etkileyen bütün faktörlerin, “sosyal bilimler” öğrenci grubu açısından daha az etkili olduğu görülmektedir.

3.5. Üniversite Öğrencilerinin SZFE'ye Katılımlarını Etkileyen Faktörlerin “Sınıf Grupları” Değişkenine göre Karşılaştırılması

Üniversite öğrencilerinin serbest zamanlarda fiziksel etkinliklere katılımlarını etkileyen faktörlerin “sınıf gruplarına” göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacı ile uygulanan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ve farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla yapılan TPH analizi sonuçları Tablo 5’te verilmiştir. Tablo-5 incelendiğinde; sınıf grupları değişkenine göre üniversite öğrencilerinin SZFE’ye katılımlarında zaman ($F=24,33$; $p<0,05$) ve aile baskısı-kaygı ($F=5,73$; $p<0,05$) faktörlerinde anlamlı farklılıklar görülmektedir.

Tablo 5.
Sınıf Değişkenine Göre ANOVA ve Tukey Post Hoc (TPH) Sonuçları

		n	\bar{x}	S	F	p	TPH sonucu
Zaman	A- Hazırlık-1. sınıf	187	2,99	,88	24,33	,001	C-A, C-B B-A
	B- 2-3-4. sınıf	386	3,47	,90			
	C- 5-6. sınıf	54	3,80	,94			
Farkındalık	A- Hazırlık-1. sınıf	187	2,84	,98	,96	,384	
	B- 2-3-4. sınıf	386	2,80	1,01			
	C- 5-6. sınıf	54	2,63	,97			
Karar verme	A- Hazırlık-1. sınıf	187	2,61	,78	1,91	,149	
	B- 2-3-4. sınıf	386	2,72	,80			
	C- 5-6. sınıf	54	2,81	,83			
Estetik	A- Hazırlık-1. sınıf	187	1,90	,79	1,76	,173	
	B- 2-3-4. sınıf	386	2,04	,88			
	C- 5-6. sınıf	54	2,02	,91			
Aile baskısı- kaygı	A-Hazırlık-1. sınıf	187	1,89	,58	5,73	,003	C-A, C-B
	B- 2-3-4. sınıf	386	2,00	,68			
	C- 5-6. sınıf	54	2,23	,84			
Maddi durum – gelir düzeyi	A- Hazırlık-1. sınıf	187	2,73	,94	3,25	,059	
	B- 2-3-4. sınıf	386	2,95	1,05			
	C- 5-6. sınıf	54	2,93	1,01			
İlgi - merak	A- Hazırlık-1. sınıf	187	2,10	,69	2,62	,073	
	B- 2-3-4. sınıf	386	2,24	,79			
	C- 5-6. sınıf	54	2,32	,79			
Sosyal uygunsuzluk	A- Hazırlık-1. sınıf	187	2,68	,79	,21	,815	
	B- 2-3-4. sınıf	386	2,73	,91			
	C- 5-6. sınıf	54	2,71	,91			
Beceri - yetenek	A- Hazırlık-1. sınıf	187	2,42	,97	,53	,589	
	B- 2-3-4. sınıf	386	2,50	,95			
	C- 5-6. sınıf	54	2,52	1,07			
Tesis Durumu	A- Hazırlık-1. sınıf	187	3,12	,92	,51	,604	
	B- 2-3-4. sınıf	386	3,21	1,05			
	C- 5-6. sınıf	54	3,23	,97			

ANOVA ve Tukey Post Hoc (TPH) test sonuçları; A,B,C gruplar arası farklılığı gösterir.

Genel olarak değerlendirildiğinde, SZFE’ye katılımı etkileyen bütün faktörlerin, “hazırlık ve 1.sınıf” öğrenci grubu açısından daha az etkili olduğu görülmektedir.

3.6. Üniversite Öğrencilerinin SZFE'ye Katılımlarını Etkileyen Faktörlerin “Gelir Düzeyi” Değişkenine göre Karşılaştırılması

Üniversite öğrencilerinin serbest zamanlarda fiziksel etkinliklere katılımlarını etkileyen faktörlerin “maddi durum/gelir düzeyi” değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla uygulanan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ve farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla yapılan Tukey post hoc (TPH) analizi sonuçları Tablo 6’da gösterilmiştir.

Tablo 6.
Gelir Düzeyi Değişkenine Göre ANOVA ve Tukey Post Hoc (TPH) Sonuçları

		n	\bar{x}	S	F	P	TPH Sonucu
Zaman	A-Yüksek	201	3,30	,99	3,20	,042	C-A, C-B
	B-Orta	339	3,33	,91			
	C-Düşük	87	3,59	,86			
Farkındalık	A-Yüksek	201	2,80	1,03	,25	,781	
	B-Orta	339	2,78	,974			
	C-Düşük	87	2,86	1,00			
Karar verme	A-Yüksek	201	2,69	,80	,96	,385	
	B-Orta	339	2,67	,80			
	C-Düşük	87	2,80	,77			
Estetik	A-Yüksek	201	2,01	,88	,08	,928	
	B-Orta	339	1,98	,82			
	C-Düşük	87	1,99	,97			
Aile baskısı-kaygı	A-Yüksek	201	1,96	,67	3,92	,020	C-A, C-B
	B-Orta	339	1,95	,62			
	C-Düşük	87	2,17	,85			
Maddi durum – gelir düzeyi	A-Yüksek	201	2,31	,78	119,45	,001	C-B, C-A B-A
	B-Orta	339	2,93	,91			
	C-Düşük	87	4,03	,88			
İlgi-merak	A-Yüksek	201	2,30	,80	2,25	,106	
	B-Orta	339	2,15	,71			
	C-Düşük	87	2,21	,83			
Sosyal uygunsuzluk	A-Yüksek	201	2,65	,92	7,78	,001	C-A, C-B
	B-Orta	339	2,67	,82			
	C-Düşük	87	3,06	,92			
Beceri-yetenek	A-Yüksek	201	2,52	1,05	,62	,536	
	B-Orta	339	2,44	,90			
	C-Düşük	87	2,54	1,05			
Tesis durumu	A-Yüksek	201	3,15	1,02	4,70	,009	A-B, A-C
	B-Orta	339	3,13	,96			
	C-Düşük	87	3,49	1,10			

ANOVA ve Tukey Post Hoc (TPH) test sonuçları; A,B,C gruplar arası farklılığı gösterir.

3.7. Üniversite Öğrencilerinin SZFE’ye Katılımlarını Etkileyen Faktörlerin “Nelere Katılıyor” Değişkenine göre Karşılaştırılması

Tablo 7.
Nelere Katılıyor Değişkenine Göre T-Testi Sonuçları

		n	\bar{x}	S	t	p
Zaman	Bireysel etkinlik	149	3,27	,84	1.24	,215
	Takım sporu	127	3,14	,90		
Farkındalık	Bireysel etkinlik	149	2,72	,90	3,51	,001
	Takım sporu	127	2,35	,84		
Karar verme	Bireysel etkinlik	149	2,63	,78	3,50	,001
	Takım sporu	127	2,30	,79		
Estetik	Bireysel etkinlik	149	1,99	,85	3,72	,000
	Takım sporu	127	1,64	,73		
Aile baskısı -kaygı	Bireysel etkinlik	149	2,04	,65	2,88	,004
	Takım sporu	127	1,81	,70		
Maddi durum – gelir düzeyi	Bireysel etkinlik	149	2,90	,95	2,23	,026
	Takım sporu	127	2,64	,93		

Tablo 7. devamı

		n	\bar{x}	S	t	p
İlgi - Merak	Bireysel etkinlik	149	2,21	,70	4,10	,000
	Takım sporu	127	1,85	,76		
Sosyal Uygunuzluk	Bireysel etkinlik	149	2,79	,86	3,25	,001
	Takım sporu	127	2,43	,96		
Beceri-Yetenek	Bireysel etkinlik	149	2,50	,88	5,56	,000
	Takım sporu	127	1,93	,80		
Tesis Durumu	Bireysel etkinlik	149	3,31	,96	2,48	,014
	Takım sporu	127	3,00	1,10		

* $p < 0.05$

Üniversite öğrencilerinin serbest zamanlarında fiziksel etkinliklere katılımlarını etkileyen faktörlerin, “nelere katılıyor” değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacı ile uygulanan bağımsız gruplar t-testi analizi sonuçları Tablo 7’de verilmiştir. Tablo 7’de yer alan veriler incelendiğinde; “nelere katılıyor” değişkenine göre üniversite öğrencilerinin SZFE’ye katılımlarını etkileyen faktörlerde anlamlı farklılıklar bulunduğu anlaşılmaktadır. Genel olarak değerlendirildiğinde, SZFE’ye katılımı etkileyen bütün faktörlerin, “bireysel etkinliklere katılım sağlayanlar” grubu açısından daha önemli düzeyde olduğu görülmektedir.

3.8. Üniversite Öğrencilerinin SZFE’ye Katılımlarını Etkileyen Faktörlerin “Ne Zaman Katılıyor” Değişkenine göre Karşılaştırılması

Tablo 8.*Ne Zaman Katılıyor Değişkenine Göre T-Testi Sonuçları*

		n	\bar{x}	S	t	p
Zaman	Hafta içi	75	3,02	,82	-2,62	,010
	Hafta sonu	62	3,39	,80		
Farkındalık	Hafta içi	75	2,40	,91	-2,66	,009
	Hafta sonu	62	2,85	1,04		
Karar verme	Hafta içi	75	2,32	,79	-2,78	,006
	Hafta sonu	62	2,69	,72		
Estetik	Hafta içi	75	1,74	,80	-2,10	,037
	Hafta sonu	62	2,02	,76		
Aile baskısı-kaygı	Hafta içi	75	1,81	,72	-2,68	,008
	Hafta sonu	62	2,13	,63		
Maddi durum - gelir düzeyi	Hafta içi	75	2,56	,92	-2,00	,047
	Hafta sonu	62	2,88	,98		
İlgi - merak	Hafta içi	75	1,94	,68	-2,40	,018
	Hafta sonu	62	2,21	,63		
Sosyal uygunuzluk	Hafta içi	75	2,25	,87	-3,88	,001
	Hafta sonu	62	2,80	,79		
Beceri-yetenek	Hafta içi	75	2,07	,79	-2,59	,011
	Hafta sonu	62	2,43	,85		
Tesis durumu	Hafta içi	75	2,68	,94	-4,48	,001
	Hafta sonu	62	3,40	,93		

 $p < 0,05$

Üniversite öğrencilerinin serbest zamanlarında fiziksel etkinliklere katılımlarını etkileyen faktörlerin, “ne zaman katılıyor” değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacı ile uygulanan bağımsız gruplar t-testi analizi sonuçları Tablo 8’de verilmiştir. Tablo 8 incelendiğinde; “ne zaman katılıyor” değişkenine göre üniversite öğrencilerinin SZFE’ye katılımlarını etkileyen faktörlerde anlamlı farklılıklar bulunduğu anlaşılmaktadır: zaman ($t = -2,62$; $p = ,010$), farkındalık ($t = -2,66$; $p = ,009$), karar verme ($t = -2,78$; $p = ,006$), estetik ($t = -2,10$; $p = ,037$), aile baskısı-kaygı ($t = -2,68$; $p = ,008$), maddi durum ($t = -2,00$; $p = ,047$), ilgi-merak ($t = -2,40$; $p = ,018$), sosyal uygunuzluk ($t = -3,88$; $p = < ,000$), beceri-yetenek ($t = -2,59$; $p = ,011$) ve tesis durumu ($t = -4,48$; $p = < ,000$). Genel olarak değerlendirildiğinde, serbest zamanlarda fiziksel etkinliklere katılımı etkileyen bütün faktörlerin, *hafta sonu* katılım sağlayan öğrenci grubu açısından daha yüksek düzeyde etkili olduğu görülmektedir.

4.TARTIŞMA ve SONUÇ

Araştırma bulguları incelendiğinde, SZFE'ye katılımda üniversite öğrencilerinin yaşları ile “zaman” alt boyutu arasında pozitif yönde ve düşük düzeyde ($r = 0,147$), “farkındalık” alt boyutu arasında negatif yönde ve düşük düzeyde ($r = -0,157$), “beceri-yetenek” alt boyutunda arasında ise negatif yönde ve yüksek düzeyde ($r = -0,81$) anlamlı bir ilişki görülmüştür. Bu sonuçlara göre, üniversite öğrencilerinin SZFE'ye katılımlarında “yaş” faktörünün önemli bir etkisinin olduğu anlaşılmaktadır. Diğer bir ifadeyle, küçük yaştaki katılımcıların büyük yaştakilere göre SZFE'ye katılımlarında zaman faktörünün etkisi azalırken, farkındalık ve beceri-yetenek faktörlerinde ise etkisi artmaktadır. Bunun nedeni olarak, küçük yaştaki katılımcıların üniversite eğitimlerine yeni başlamış olmalarından dolayı yeteri kadar serbest zamanlarının olmasına rağmen, çevreyi tanıma ve oryantasyon sürecinde oldukları için kampüsteki SZFE'lerin farkında olmamaları gösterilebilir. Ayrıca, küçük yaştaki katılımcıların yapılan faaliyetlerin niteliklerini ve çeşitlerini bilmemeleri beceri-yetenek faktörünün etkisinin yüksek olmasının nedeni olarak görülebilir. Türkiye’de 18-24 yaş aralığındaki genç bireylerin serbest zaman etkinliklerini büyük yaş gruplarındaki bireylere göre daha çok tercih ettikleri, bu yaş grubundaki öğrencilerin serbest zaman rekreatif etkinlikleri tercih şekilleri ile diğer yaş gruplarının tercihleri oranları arasında anlamlı farkların bulunduğu belirlenmiştir (Demirtaş, 2018; Ekinci, Kalkavan, Üstün ve Gürbüz, 2014). Mansuroğlu (2002) 17-29 yaş aralığındaki üniversite öğrencileri ile yapmış olduğu bir çalışmada, gelişen teknolojilerle birlikte insanların serbest zamanlarındaki artış oranı, eğitim ve gelir düzeylerinin yükselmesi ile yaşam sürelerinin uzaması gibi etkenlerin sonucu olarak rekreatif etkinliklere olan talebin de arttığını açıklamıştır.

Üniversite öğrencilerinin SZFE'ye katılımlarını etkileyen faktörlerin “fakülte grupları” değişkenine göre karşılaştırılması için yapılan analizler sonucunda; fakülte grupları arasında zaman, farkındalık, karar verme, estetik, maddi durum, ilgi-merak, sosyal uygunsuzluk, beceri-yetenek ve tesis durumu alt boyutlarında anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Elde edilen bulgulara göre; fakülte grupları içerisinde sosyal bilimler öğrencilerinin zaman, farkındalık ve beceri-yetenek alt boyutları, sağlık bilimleri öğrencilerinin karar verme, estetik, maddi durum ve ilgi-merak alt boyutları ve teknik bilimlerdeki öğrencilerin de sosyal uygunsuzluk ve tesis alt boyutları puanlarının daha yüksek olduğu, başka bir ifadeyle bu boyutların SZFE'ye katılımlarını olumsuz yönde etkileyen önemli faktörlerden olduğunu söyleyebiliriz. Bu faktörler bilhassa sosyal bilimlerdeki katılımcıları diğer fakülte gruplarına göre daha düşük düzeyde etkilemektedir. Bu bulguya neden olarak, öğrencilerin bölümlerindeki derslerinin ağırlığı ve yoğunluğu, fakülte kültürleri, SZFE alanlarına olan uzaklıkları ve sahipliklerinin farklılığı gösterilebilir. Araştırma bulgularına benzer şekilde gerçekleştirilen bir çalışmada, serbest zamanlarını iyi yöneten bireylerin fiziksel aktivite düzeylerinin fakülteye göre anlamlı farklılık gösterdiği, bilhassa mimarlık fakültesi (teknik bilimler) öğrencilerinin diğer fakülte öğrencilerine göre daha düşük fiziksel aktivite düzeyine sahip oldukları belirlenmiştir (Cengiz, İnce ve Çiçek, 2009). Kibar ve arkadaşlarının yaptığı bir çalışmada, üniversite öğrencilerinin öğrenim gördükleri fakülteye göre zamanlarını yönetme becerilerinin farklılaştığı tespit edilmiştir (Kibar, Fidan ve Yıldırım, 2014). Çamcı ve arkadaşları ise, sağlık bilimlerinde öğrenim gören öğrencilerin sosyal bilimlere göre fiziksel aktivitelerin yaşam kalitesi ve kalp sağlığına olumlu etkisinin farkında olduklarını, sosyal bilimler öğrencilerinin ise fiziksel aktiviteleri yalnızca sosyalleşebilmek için yaptıklarını açıklamışlardır (Çamcı, Oğuz ve Yılmaz, 2018).

Üniversite öğrencilerinin SZFE'ye katılımlarını etkileyen faktörlerin “sınıf grupları” değişkenine göre karşılaştırılması için yapılan analizler sonucunda; sınıf grupları arasında zaman ve aile baskısı-kaygı alt boyutlarında anlamlı farklılıklar görülmüştür. Sınıf grupları değişkenine göre farklılıkları oluşturan gruplar: zaman alt boyutunda bütün sınıf grupları arasında (hazırlık-1.sınıf, 2-3-4. sınıf ve 5-6. sınıf arasında), aile baskısı-kaygı alt boyutunda ise farklılığı oluşturan grup 5-6. sınıf grubu olmuştur. Hazırlık ve 1. sınıftaki katılımcıların zaman alt boyutundaki puanlarının düşük olmasının, küçük yaş grubundaki katılımcılara benzer nedenlerden dolayı SZFE'ye katılmak için daha fazla serbest zamanlarının olması gösterilebilir. Bilhassa 5. ve 6. sınıflardaki katılımcıların, mezun olma çabası içerisinde oldukları, mesleki anlamda gelecek kaygılarının yoğun yaşandığı ve ailelerinin de kendilerinden beklentilerinin arttığı bir dönemde bulunmaları, SZFE'ye katılımlarındaki “aile baskısı-kaygı” boyutu etkisinin artmasının nedeni olabilir. Kibar ve diğerleri (2014) yapmış oldukları bir çalışmada, sınıf düzeylerine göre serbest zaman kullanımlarının ve zaman yönetimi becerilerinin farklılaştığı, Işcan (2008) ise 3. sınıf öğrencilerinin diğer sınıflardaki öğrencilere göre zaman yönetiminde daha başarılı oldukları bulgusuna ulaşmışlardır. Balcı ve Doğanay (2017) yapmış oldukları bir çalışmada, SZFE'ye katılan öğrencilerden 4.sınıftakilerin kendilerini daha özgür hissetme, yapılan fiziksel etkinlikleri sevme, sosyal çevre edinme ve yeni beceriler kazanma amacını güttükleri için düzenli olarak yapılan egzersizleri tercih ettiklerini, 2. ve 3. sınıf öğrencilerinin ise düşük gelir düzeyi, yapılan etkinliklerin farkında olamama ve bilgi eksikliği gibi nedenlerle SZFE'ye zaman ayırmadıklarını belirlemişlerdir. Bosna, Beyazıt ve Yılmaz (2018) üniversite öğrencilerinin sınıf değişkenine göre rekreatif etkinliklere katılımlarına engel olan faktörleri inceledikleri çalışmalarında, zaman, ilgi eksikliği ve birey psikolojisi alt boyutlarda istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulduklarını belirtmişlerdir.

Üniversite öğrencilerinin SZFE'ye katılımlarını etkileyen faktörlerin "maddi durum-gelir düzeyi" değişkenine göre karşılaştırılması için yapılan analizler sonucunda; gelir grupları (yüksek-orta-düşük) arasında zaman, aile baskısı-kaygı, maddi durum, sosyal uygunsuzluk ve tesis durumu alt boyutlarında anlamlı farklılıklar olduğu görülmüştür. Buradaki farklılığı oluşturan gruplar; zaman, aile baskısı-kaygı ve sosyal uygunsuzluk alt boyutlarında "düşük gelir düzeyi" grubu, tesis durumu alt boyutunda "yüksek gelir düzeyi" grubu olurken, maddi durum alt boyutunda ise bütün gelir düzeyi grupları olmuştur. Düşük gelir düzeyi grubunun, diğer gruplarla arasında farkın olduğu alt boyutları SZFE'ye katılımı diğer gruplara göre daha büyük bir engel olarak gördükleri söylenebilir. Bunun nedeni olarak, gelir düzeyi düşük olan öğrencilerin; SZFE'ye katılım için kendilerini maddi yönden yetersiz görebilecekleri, gelecek kaygılarının daha fazla olabileceği ve bu nedenle akademik gelişimlerine daha fazla zaman ayırmış olabilecekleri gösterilebilir. Bunun yanında, yüksek gelir düzeyine sahip grubun mevcut tesisleri ve yapılan rekreatif faaliyetleri kendileri açısından diğerlerine oranla düşük bir engel olarak görmeleri, bu grubun üniversite dışında ücretli tesisleri kullanabilecek maddi imkânlarla sahip olmalarından kaynaklanabileceği söylenebilir. Müderrisoğlu ve arkadaşları, kırsal kesimden gelen ve maddi durumları düşük düzeyde olan 1.sınıf üniversite öğrencilerinin SZFE'ye katılım düzeylerinin daha düşük olduğunu, diğer öğrencilere göre özgüven eksikliği ve içsel nedenlerin bu durumu ortaya çıkarttığı sonucuna ulaşmışlardır (Müderrisoğlu, Kutay ve Esen, 2015). Balcı ve Doğanay (2017) tarafından gerçekleştirilen bir araştırmada, yüksek gelire sahip üniversite öğrencilerinin sağlığına daha çok dikkat ettikleri, eğlence ve sosyal çevre amaçlı sportif etkinliklere katıldıkları, diğer taraftan düşük gelire sahip öğrencilerin ise insanlardan uzak kalmak istedikleri, derslerine daha fazla yoğunlaştıkları ve egzersiz yapabilecekleri uygun ortam bulamadıkları için katılım sağla(ya)madıkları sonucuna varmışlardır. Paksoy, Çalık, Yaşartürk ve Çimen'e (2016) göre, üniversite öğrencilerinin rekreasyonel etkinliklere katılımlarını; öğrencilerin yaşlarının yanı sıra gelir düzeyleri de etkili olmaktadır (Paksoy ve ark. 2017: 239-252). Holman ve Epperson (1984) ise, ailenin gelir düzeyinin artmasının bireylerin SZFE davranışları üzerinde pozitif yönde etkili olduğunu belirtmişlerdir. Hawkins vd. (1999) tarafından gerçekleştirilen bir çalışmaya göre; bireylerin gelir düzeyleri arttıkça, rekreasyonel faaliyetlere katılım için en önemli engellerden birisinin ortadan kalkacağını ifade etmişlerdir (akt. Özkan 2018: 62).

Üniversite öğrencilerinin sportif rekreatif SZFE'ye katılımlarını etkileyen faktörlerin "nelere katılıyor" değişkenine göre karşılaştırılması için yapılan analizler sonucunda; farkındalık, karar verme, estetik, aile baskısı-kaygı, maddi durum, ilgi-merak, sosyal uygunsuzluk, beceri-yetenek ve tesis durumu alt boyutlarında anlamlı farklılıklar olduğu ve bireysel etkinliklere katılım sağlayanların puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Genel olarak değerlendirildiğinde; hem bireysel hem de grup etkinliklerine katılanlar açısından SZFE'ye engel teşkil eden en etkili faktörlerin tesis ve zaman olduğu görülmektedir. Bunun nedeni olarak, üniversite kampüsündeki tesislerin yetersizliği ve bu tesislerin kullanım zaman dilimlerinin kısıtlılığı gösterilebilir. Tesislerin grup faaliyetlerine izin veren yapıları, öğrenci topluluklarının faaliyetleri ve grup halinde tesis kullanımı ile ilgili karşılaşılan problemlerin çözümünün kolaylığı vb. faktörler bu grubun diğer gruba göre SZFE'ye katılımı daha düşük etken olarak algılanmasının nedeni olabilir. Balcı ve İlhan (2006) üniversite öğrencilerinin rekreatif etkinliklere katılım düzeylerini belirlemek amacıyla gerçekleştirdiği bir araştırmada, grup halinde yapılan sportif etkinliklerin bireysel etkinliklere oranla daha fazla tercih edildiği sonucuna ulaşılmıştır. Lapa ve Ardahan (2009) üniversite öğrencileriyle ilgili yapmış oldukları bir çalışmada ise, öğrencilerin serbest zamanlarını büyük oranda kampüs dışında geçirdiklerini, bunun nedeni olarak da kampüste yeterli ve ilgi çekici etkinliklerin olmaması ve öğrencilerin bu etkinliklerden haberdar olmamasını göstermişlerdir.

Üniversite öğrencilerinin SZFE'ye katılımlarını etkileyen faktörlerin "ne zaman katılıyor" değişkenine göre karşılaştırılması için yapılan analizler sonucunda; zaman, farkındalık, karar verme, estetik, aile baskısı-kaygı, maddi durum, ilgi-merak, beceri-yetenek ve tesis durumu alt boyutlarında anlamlı farklılıklar olduğu görülmüştür. Genel olarak değerlendirildiğinde; hafta sonu katılımcılarının tüm faktörleri daha yüksek oranda SZFE'ye katılımı etkileyen faktör olarak algıladıkları söylenebilir. Bunun nedeni olarak, akademik faaliyetlerin büyük bir kısmının hafta içinde yapılıyor olması dolayısıyla, hafta içi SZFE'ye katılımı zorluk yaşayanlar mecburi olarak hafta sonu bu etkinlikleri gerçekleştirmek zorunda kalmaktadırlar. Fakat hafta sonu üniversite kampüsündeki tesislerin sınırlı düzeyde kullanıma açık olması verilen hizmetin yetersizliğine neden olabilmekte ve bu durumun katılımcıların SZFE'ye katılımına engel oluşturabileceği söylenebilir. Yine, üniversite yerleşkesinin bulunduğu coğrafi bölgenin iklim koşulları da, özellikle eğitim öğretim döneminde dış alan sportif etkinliklerin yapılmasını zorlaştırmaktadır. Tesislerin konumu ve kampüs yerleşkesine dağılımı ile hafta sonlarında etkin kullanıl(a)maması ve dış mekân etkinliklerine katılımın da zorlukları nedeniyle hafta sonu katılımcıları açısından SZFE'ye katılımı etkileyen faktörlerin daha belirleyici olduğu söylenebilir. Somuncu ve arkadaşları (2015) üniversite öğrencilerinin eğitim-öğretim zamanları dışında hafta içi ve hafta sonu yeteri kadar serbest zamanlarının bulunduğunun, ancak öğrencilerin bunun farkında olmadıklarını ya da bu zamanlarını iyi planlayamadıklarını ve sosyal çevrenin ve toplumsal değerlerin etkisi nedeniyle her türlü sosyal etkinliklerini sınırladıklarını belirlemişlerdir. Düzenli, Tarakçı ve Alpak (2019) ise, üniversite kampüsünde yer alan açık mekânların, havanın iyi olduğu hafta içi ve hafta sonu 12:00-13:25 ve 17:00-18:25 saatleri arasında en yoğun kullanım düzeyine eriştiğini tespit etmişlerdir.

Bu araştırmada; çalışmaya katılan üniversite öğrencilerin serbest zaman fiziksel etkinliklerine (SZFE), gün içerisinde yeteri kadar zaman ayıramamalarına derslerin yoğunluğunun neden olduğu, oryantasyon dönemindeki hazırlık veya birinci sınıf öğrencileri için zaman faktörünün SZFE'ye katılımlarında en önemli etken olduğu, son sınıflardaki öğrencilerin ise mesleki ve gelecek kaygıları SZFE'ye katılımlarına engel teşkil ettiği, öğrencilerin SZFE'ye katılımlarına kampüsündeki serbest zaman etkinliklerinin yetersizliği engel olarak algıladıkları ve üniversitedeki mevcut rekreatif tesislerin verimli ve etkin kullanılmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Özkatar Kaya, Yıldız ve Kaya (2018) sedanter ve sedanter olmayan bireyler üzerinde yapmış oldukları çalışmada benzer şekilde hayatın her alanında fiziksel aktiviteye katılımın önemi işaret etmişlerdir. Aynı çalışma sonuçları yaşam tatmin düzeyinin yükseltilmesinde fiziksel aktivitenin önemli bir etkisi olduğunu göstermektedir. Fiziksel aktivite ortamlarına ulaşım özellikle fiziksel aktivite etkinliklerinin yapılabilirliğini etkileyen faktörlerin başında geldiği düşünülmektedir. Bu kapsamda özellikle üniversiteler gibi eğitim kurumları öğrencilerin sosyal etkileşim kurabilecekleri fiziksel aktiviteye daha fazla katılabilecekleri ortamlar haline dönüştürülmelidir. Gürsel, Güzel ve Yıldız (2019) yapmış oldukları çalışmada fiziksel aktivite alanlarının ulaşılabilir alanlar olması gerekliliğini vurgulamışlardır.

Araştırma daha fazla sayıda öğrenci ile yapılmalı, öğrencilerin araştırmaya katılımı farklı yöntemlerle de teşvik edilmeli, araştırma nitel verilerle desteklenmeli, çalışma grubuna yönelik güncel bir ölçek geliştirilmeli ve öğrencilerle yapılan bu çalışma, kampüslerdeki diğer paydaşlar ile birlikte de yapılmalıdır. Rekreasyon ve SZFE felsefesi, üniversite yönetimleri tarafından üniversite öğrencileri için akademik eğitimin bir parçası olarak algılanmalı, kampüs rekreasyon programlarının önemi ve yararları öğrencilere öğretilmeli ve tüm üniversite öğrencilerinin SZFE'ler ile ilgili farkındalıkları sağlanmalıdır. Üniversitelerdeki ortak kullanım alanları, kampüsün yerleşim planına, mevsim şartlarına ve öğrencilerin ihtiyaç ve tercihlerine göre konuşlandırılmalı ve rekreatif etkinlik alanları ve merkezlerinin öğrencilerin bütüncül yaşam kalitesi yararına kullanılması sağlanmalı, rekreatif alanlar ve programlar hazırlanırken, temel eğitimin amaçlarıyla birlikte öğrencilerin gereksinimleri ile istekleri –tercihleri- göz önünde bulundurulmalıdır. Bunların yanısıra SZFE'lere katılımı etkileyen faktörler (etkinlik zamanlarının ders programına göre ayarlanması, tesislerin güvenlik ve sağlık önlemleri ve açık tutulma zamanları, etkinliklere kolay ulaşım sağlanması, parasal unsurlar-maliyetler ve etkili iletişim-bilgilendirme vb.) iyileştirilmeli ve bunun için kişisel, kurumsal ve çevresel faktörler birlikte dikkate alınmalıdır. Ayrıca, kampüslerdeki rekreasyonel faaliyetler erişilebilir olmalı ve öğrencilerin fiziksel aktivitelere gönüllü katılımları da teşvik edilmelidir.

KAYNAKÇA

- Ardahan, F., Turgut, T. ve Kaplan Kalkan, A. (2016). *Her Yönüyle Rekreasyon*. 1. Baskı, Ankara: Detay Yayıncılık.
- Balcı, V. (2003). "Ankara'daki Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Etkinliklerine Katılımlarının Araştırılması", *Milli Eğitim Dergisi*, (158): 1-173.
- Balcı, V. ve İlhan, A. (2006). "Türkiye'deki Üniversite Öğrencilerinin Rekreatif Etkinliklere Katılım Düzeylerinin Belirlenmesi". *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2006, IV (1) 11-18.
- Bosna, O.Ş., Bayazıt, B., ve Yılmaz, O. (2018). "Üniversite Öğrencilerinin Rekreatif Etkinliklere Katılımlarına Engel Olan Faktörlerin İncelenmesi (Üsküdar Üniversitesi Örneği)". *Celal Bayar Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13(2), s.200-211.
- Cengiz, C., İnce, M.L. ve Çiçek, Ş. (2009). "Üniversite Öğrencilerinin Fiziksel Aktivite Düzeyleri Ve Fiziksel Aktivite Tercihleri". *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 14(2009), 2: 23-32.
- Çamcı, G., Oğuz, S. ve Yılmaz, R.K. (2018). "Üniversite Öğrencilerinin Fiziksel Aktivite Yapma Durumu ve Fiziksel Aktivitenin Kalp Sağlığına Etkisini Bilme Durumu". *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*. 2018; 7(1): 54-61.
- Çakır, V.O., Harmandar Demirel, D., Demirel, M. ve Serdar, E. (2017). "Üniversite Öğrencilerinin Serbest Zaman Algı Düzeyleri İle Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişki" *Sosyal Bilimler Dergisi*, 2017; 4(18): 549-560.
- Düzenli, T., Tarakçı, E.E. ve Alpak, E.M., (2019). "Gençlerin Açık Mekân Kullanımları: KTÜ Kanuni Kampüsü Örneği", *Social Sciences(NWSASOS)*, 14(1): 33-45, DOI:10.12739/NWSA.2019.14.1.3C0182.
- Ekinci, N.E., Kalkavan, A., Üstün, Ü.D. ve Gündüz, B. (2014). "Üniversite Öğrencilerinin Sportif ve Sportif Olmayan Rekreatif Etkinliklere Katılmalarına Engel Olabilecek Unsurların Belirlenmesi", *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 2014, 1(1): 1-13.
- Enke, S. (1968). "On the Economics of Leisure". *Journal of Economic Issues*, 2(4), 437-440.
- Esentaş, M., Güzel, P., Yıldız, K., & Çokşen, M. (2018). Huzurevinde yaşayan bireylerde serbest zaman aktivitelerine katılımının yaşam kalitesindeki rolü. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 12(3), 235-241.
- Gürsel, N., Güzel, P., & Yıldız, K. (2019). Kadınların rekreatif faaliyetlere katılımında motivasyon ve engelleri ile ilgili durum tespiti: Manisa İli Örneği. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 10(2), 164-174.
- Holman, T.B. ve Epperson, A. (1984). "Family and Leisure: A Review of The Literature with Research Recommendations". *Journal of Leisure Research*, 16(4):277-294.
- İşcan, S. (2008). "Pamukkale Üniversitesi Öğrencilerinin Zaman Yönetimi Becerilerinin Akademik Başarıları Üzerindeki Etkisi", *Denizli: Pamukkale Üniversitesi SBE Yüksek Lisans Tezi*.
- Joseph, R.P., Royse, K.E., Benitez, T.J ve Pekmezi, D.W. (2014). "Physical Activity And Quality Of Life Among University Students: Exploring Self-Efficacy, Self-Esteem, And Affect As Potential Mediators". (<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23928820>).
- Kibar, B., Fidan, Y. ve Yıldırım, C. (2014). "Öğrencilerin Zaman Yönetimi Becerileri İle Akademik Başarıları Arasında İlişki: Karabük Üniversitesi". *Business & Management Studies: An International Journal*, 2(2): 136-153.
- Lapa, T. ve Ardahan, F. (2009). "Akdeniz Üniversitesi Öğrencilerinin Serbest Zaman Etkinliklerine Katılım Nedenleri Ve Değerlendirme Biçimleri". *Spor Bilimleri Dergisi*, 20 (4), 132-144. (Retrieved from <http://dergipark.org.tr/sbd/issue/16391/171414>).
- Mansuroğlu, S. (2002). "Akdeniz Üniversitesi Öğrencilerinin Serbest Zaman Özellikleri ve Dış Mekan Rekreasyon Eğilimlerinin Belirlenmesi", *Akdeniz Üniversitesi Ziraat Fakültesi Dergisi*, 15(2), s:53-62.
- Müderrişoğlu, H., Kutay, E.L. ve Esen, S. (2005). "Kırsal Rekreatif Faaliyetlerde Kısıtlayıcılar", *Tarım Bilimleri Dergisi* 2005, 11 (1) 40-44.
- Özbey, S. (1994). "ODTÜ Bayan Öğrenci, Personel ve Öğretim Üyelerin Fiziksel Rekreatif Aktivitelere Katılım Oranlarını Etkileyen Faktörler", Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Yüksekokulu.
- Özkan, S. (2018). "Kamu Personelinin Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımlarına Engel Teşkil Eden Faktörler İle Serbest Zaman Etkinliklerine Katılımı Kolaylaştıran Faktörlerin İncelenmesi". Kütahya: Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yüksek Lisans tezi, 2018: 1-101.
- Özkatar Kaya, E., Sarıtaş, N., Yıldız, K., & Kaya, M. (2018). Sedanter olan ve olmayan bireylerin fiziksel aktivite ve yaşam tatmin düzeyleri üzerine araştırma. *Celal Bayar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 5(3), 89-94.
- Paksoy, M., Çalık, F., Yaşartürk, F. ve Çimen, K. (2016). Abdullah Gül Üniversitesi Öğrencilerinin Rekreasyon Etkinliklerine Katılımını Etkileyen Faktörler. *International Journal Of Science Culture And Sport (Intjcs)*, 4(3), 39-50.

- Satman, M. (2018). "Fiziksel Aktivite: Bilinenin Çok Ötesi". *Spormetre, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 16 (4), 158-178 (<http://dergipark.gov.tr/spormetre/issue/40788/456024>, 02.02.2019'da erişildi).
- Somuncu, M., Gültekin, A.S., Ceylan, S. 2015. "Ankara'daki Üniversite Öğrencilerinin Rekreasyon Eğilimlerinin Saptanması", *III.Rekreasyon Araştırmaları Kongresi Bildiri Kitabı*, 5-7 Kasım 2015, Anadolu Üniversitesi, Eskişehir:304-316.
- TUIK, 2017 (<http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=27598>).
- Türkiye Cumhuriyeti Anayasası (1982).
- Türkiye Cumhuriyeti sağlık Bakanlığı
- Vural, Ö., Eler, S. ve Güzel, A.N. (2010). "Masa Başı çalışanlarda Fiziksel Aktivite Düzeyi ve Yaşam Kalitesi İlişkisi", *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi* 8.cilt, 2. Sayı; 69-75.
- Yetim, A. A. (2000). *Sosyoloji ve Spor*. Ankara: Topkar Matbaacılık, 2000:128-131.
- <http://yok.gov.tr>.
- <https://www.who.int/ncds/surveillance/steps/WHOTurkeyRiskFactorsA4TR>.

EXTENDED ABSTRACT

1. Introduction

Individuals' lifestyle can vary due to many variables such as personal characteristics as well as family and social environment, geography, socio-cultural and physical characteristics.

People may be willing to take up appropriate leisure time physical activities (LTPA) to get away from the uniformity and boredom of the daily life and the negativity around them, to get rid of the mental and physical fatigue of work and course load, to be more active or to gain self confidence on the one hand; to maintain the fitness of their body and for a sustainable healthy life on the other hand. Therefore, it can be said that all individuals including the young, the old, the students, the working class, disabled or non-disabled need recreational activities and all individuals' physical activity needs to be increased over time. Because, through the positive effects on cognitive functions and mental health in individuals, positive contributions of physical activities to personal development and learning processes cannot be denied (Satman 2018: 158-178).

Operating as higher education institutions, universities are the educational institutions where students as their stakeholders learn and share the knowledge, skills and values they can use in a safe environment and in their future lives from the educators, friends or social environments they interact with. For this reason, universities should increase their success in education and research, enrich their existing opportunities for the satisfaction and benefits of the students and use them more effectively and in a more qualified way, while ensuring the respect and trust of their students in their institutions.

The aim of this study is to determine in what ways the participation of university students in physical activities in their free time (LTPA) out of class differs according to some demographic and personal characteristics of them.

2. Method

This research was carried out according to the approach of sectioning from screening models. The population of this research consists of university students studying at the faculties and higher schools of the Göküy Campus of Bolu Abant İzzet Baysal University. The sample of the study consists of 627 undergraduate students who are easily identified by sampling method.

In order to collect the research data, Özbey's (1994) scale titled 'The reasons for participating / not participating in physical activities of Middle East Technical University students, academic and administrative staff in their free time' was used. The scale has a structure of 50 questions and 10 sub-dimensions in total, consisting of expressions scored with a five-point Likert rating (1 = strongly disagree, 5 = strongly agree). Percentage and frequency distribution tests were administered to analyze the personal information of the participants, independent groups t-test was used to determine the differences between two groups, one-way analysis of variance (ANOVA) for differences between groups more than two, Tukey Post Hoc (TPH) test for determining the groups which differ from the others and Pearson correlation coefficient analysis was used for continuous numerical data that cannot be grouped.

3. Findings, Discussion and Results

Factors affecting the participation of university students in physical activities in their free time were respectively "time" ($\bar{x} = 3.36 \pm 0.93$), "awareness" ($\bar{x} = 2.80 \pm 0.99$), "decision making" ($\bar{x} = 2.69 \pm 0.79$), "aesthetics" ($\bar{x} = 1.99 \pm 0.86$), "family pressure-anxiety" ($\bar{x} = 1.98 \pm 0.67$), "financial situation" ($\bar{x} = 2.88 \pm 1.02$), "interest-curiosity" ($\bar{x} = 2.20 \pm 0.76$), "social inconvenience" ($\bar{x} = 2.71 \pm 0.88$), "skill-ability" ($\bar{x} = 2.48 \pm 0.97$), and "facilities" ($\bar{x} = 3.18 \pm 1$). When these results are examined, it is understood that the participants had higher scores in the "time" sub-dimension than the other sub-dimensions, and lower scores in the "family pressure-anxiety" sub-dimension.

There is a positive and low-level ($r = 0.147$) * significant relationship between the ages and "time" sub-dimension of university students participating in the study. In other words, while the effect of time factor decreases on the participation of younger participants in LTPA compared to older ones, the effect of awareness and skill-ability factors increases. This may be due to the fact that young participants are not aware of LTPAs on campus because they are in the process of getting to know the environment and orientation even though they have enough free time because they have just started university education. In a study he conducted with university students aged 17-29, Mansuroğlu explained that the demand for recreational activities increased as a result of factors such as the increase in the free time of people, the increase in the level of education and income, and the prolongation of life span along with the developments in technology. (Mansuroğlu 2002: 53-62).

In the evaluation made between faculty groups, all factors affecting participation in LTPA were less effective for the “social sciences” student group. The reason for this finding is the load and intensity of the courses in their departments, faculty cultures, the distance to LTPA areas and the differences in their availability. In a study conducted by Kibar et al., it was found that university students' ability to manage their time differed according to the faculties they studied in (Kibar et al. 2014: 136-153). On the other hand, Çamcı et al. stated that students studying in health sciences are aware of the positive effects of physical activities on quality of life and heart health compared to social sciences, whereas social sciences students do physical activities only for socializing (Çamcı et al. 2018: 54-61).

According to the variable of class groups, it was found that the “time” ($F = 24.33$; $p < 0.05$) and “family pressure-anxiety” ($F = 5.73$; $p < 0.05$) factors of university students' participation in LTPA were significantly effective in terms of the 5th and 6th grades students compared to other groups. The “family pressure-anxiety” dimension of the participation in LTPA may be the reason for the 5th and 6th grade participants to be in a period in which they are trying to graduate, where their future concerns are intense in their professional sense and the expectations of their families are on the rise.

In a study conducted by Kibar et al., it was found that free time usage and time management skills differ according to class levels (Kibar et al. 2014: 136-153). Bosna et al. reported that they found significant differences in time, lack of interest and individual psychology sub-dimensions in their studies examining the factors that prevented university students from participating in recreational activities according to class variable (Bosna et al. 2018: 200-211).

It was determined that time, family pressure-anxiety, social inconvenience and facility status factors were significantly more effective for participation in the LTPA for the low-income students than the other groups. As the reason for this, it may be shown that low-income students may consider themselves financially inadequate to participate in LTPA, that they may have more future concerns, and therefore they may have devoted more time to their academic development. According to Paksoy et al., in the participation of university students in recreational activities income levels are also effective in addition to the age of the students (Paksoy et al. 2017: 239-252). Holman and Epperson, on the other hand, stated that the increase in the income level of the family had a positive effect on LTPA behaviours of individuals (Holman and Epperson 1984: 277-294).

As a result of the research, it was found that the students mostly participated in the activities that can be done individually at the weekend. When evaluated in general; it is seen that the most effective factors that prevent participation in LTPA of both individuals and groups are facility and time. This may be attributed to the inadequacy of facilities on the university campus and the limited timeframe of their use. Somuncu et al. stated that university students have enough free time during week and weekend apart from their school hours, but the students are not aware of this or cannot plan this time well and they limit all kinds of social activities due to the impact of social environment and social values (Somuncu et al. 2015: 304-316). On the other hand, Düzenli et al. found that the outdoor facilities on the university campus reached the highest level of usage between 12: 00-13: 25 and 17: 00-18: 25 during the week when the weather is good and at the weekend (Düzenli et al. 2019: 36).

In this study it was concluded that the intensity of the courses was the reason for university students' not being able to allocate enough time to participate in leisure time physical activities (LTPA), that time was the most important factor for the prep school students who are in the process of orientation or first-year students' participation in LTPAs, that the last year students' professional and future concerns were preventing them from taking part in these physical activities, that students perceived the lack of free time activities on campus as an obstacle to their participation in LTPAs, and that the existing recreational facilities in the university were not used efficiently and effectively.

ÇALIŞMANIN ETİK İZİNİ

Yapılan bu çalışmada “Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi” kapsamında uyulması belirtilen tüm kurallara uyulmuştur. Yönergenin ikinci bölümü olan “Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiğine Aykırı Eylemler” başlığı altında belirtilen eylemlerden hiçbiri gerçekleştirilmemiştir.

Etik Kurul İzin Bilgileri

Etik değerlendirmeyi yapan kurul adı=Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimlerde İnsan Araştırmaları Etik Kurulu

Etik değerlendirme kararının tarihi=21.11.2018

Etik değerlendirme belgesi sayı numarası=2018/09