



ISSN:1306-3111

e-Journal of New World Sciences Academy
2010, Volume: 5, Number: 4, Article Number: 2B0058

SPORTS SCIENCES

Received: August 2010
Accepted: October 2010
Series : 2B
ISSN : 1308-7312
© 2010 www.newwsa.com

Süleyman Can
Mugla University
scan0767@gmail.com
Mugla-Turkey

**TÜRKİYE HALTER ŞAMPİYONASINDAKİ HALTERCİLERİN ORTA VE UZUN DÖNEMDEKİ
REKREASYON FAALİYETLERİNE KATILIM BİÇİMLERİ**

ÖZET

Tarama modelinde yapılan bu araştırmanın amacı, Kulüpler Arası Türkiye Halter Şampiyonası'na (KATHŞ) katılan sporcuların orta ve uzun dönemdeki rekreasyon faaliyetlerine katılım biçimlerini değerlendirmektir. 2008 yılında Muğla'da yapılan KATHŞ'na 40 kulüpten, 186 sporcu katılmıştır. Verilerde frekans, yüzde dağılım, ortalamalar ve "t testi" kullanılmıştır. Anlamlılık düzeyi ise $p < 0.05$ 'dir. Haltercilerin serbest zamanlarını müzik dinleme, dinlenme, gezme, tv seyretme, spor müsabakalarını izleme, arkadaş ve akraba ziyaretine gitme şeklinde değerlendirdiklerini; fakat federasyonlarından ve kulüplerinden sağlıklı bir şekilde bilgi alamadıkları, kulüplerinin imkânlarını yeterli bulmadıkları ve serbest zaman faaliyetlerine yeterince katılmadıkları, sebep olarak da ekonomik yetersizliği göstermektedirler. Katılım şekillerinin ise spor tesislerinde, evde, yurttan arkadaş gruplarıyla beraber olduğunu; faaliyetlerin kendilerinde dinlendirici, mutlu edici, zevk verici, rahatlatıcı ve can sıkıntısından uzaklaştırıcı etki bıraktığını; genelde serbest zaman değerlendirmelerini geleceğe yönelik olarak bilinçli şekilde değil de, pasif olarak geçirdikleri görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Rekreasyon, Halter, Spor, Spor Kulüpleri,
Beden Eğitimi

**MEDIUM AND LONG TERM RECREATION ACTIVITY PARTICIPATION PATTERNS OF THE
WEIGHT LIFTERS PARTICIPATING IN TURKISH WEIGHT LIFTING CHAMPIONSHIP**

ABSTRACT

The aim of this study in search model is to investigate the medium and long-term recreation activity participation patterns of the weight lifters participating in Turkish Inter-club Weight-lifting Championship (KATHŞ). 186 sportsmen from 40 clubs participated in KATHŞ held in Muğla in 2008. Frequencies, percentages, mean and "t-test" were found with data. Meaningfulness level is $p < 0.05$. It is found that weight lifters spend their leisure time by listening to music, resting, walking around, watching TV, watching athletic competition, visiting friends and relatives, but they are unable to have adequate information from their federations and clubs, they do not find the opportunities provided by their clubs adequate, they do not adequately participate in leisure activities, and they show financial problems as the reason. It is seen that their participation is usually at a sports facility, house or dormitory with friend groups; activities help them to feel relaxed, happy, enjoyed, at ease and eliminate the boredom; and generally they do not use their leisure activities consciously aiming some future benefits, instead use them as passive.

Keywords: Recreation, Weight Lifting, Sports, Sports Clubs,
Physical Education

1. GİRİŞ (INTRODUCTION)

Geleceğimizin teminatı olan sporcu gençlerimizi yetiştirip yeni bilgilerle donatarak, yarınlar hazırlama vazifesi, ilgili federasyonların yöneticilerinin ve antrenörlerin sorumluluğundadır. Gelişmiş ülkeler, gelirinden büyük bir bölümünü sporcuya ve onun eğitime harcamakta, sporcuların çalışma ortamını düzenleyici ve iyileştirici tedbirler almaktadır. Ülkemizde de nitelikli sporcu ve spor alanlarının sayısı ve bunların refah düzeylerinin yükseltilmesi, yarınlar güvenle ve umutla bakabilmemiz için son yıllarda gözle görülür bir çaba sarf edilmektedir ve ona göre yatırımlar yapılmaktadır.

Milletlerin geleceği, yetişmiş ve yetişmekte olan gençlerin fiziksel ve ruhsal olgunluğuna bağlıdır. Uygarlık, bireye verilen önem ve bu önemle bağlantılı olarak ona verilen eğitime dayanır. Fertleri fiziksel, zihinsel, duygusal ve toplumsal yönleriyle bir bütün olarak yetiştirmek modern eğitimin temel ilkelerindendir (Erkal, 1981).

Yaşadığımız dünyada büyük insan kitlelerini etkilemesi bakımından çok büyük öneme sahip olan sporun ve branşların gelecekte onu öğretip geliştirecek olan aktif sporcularının içinde buldukları toplumlardaki yaşayış şekilleri, davranışları ve zamanlarını nasıl, ne şekilde değerlendirdikleri hepimizin ilgisini çekmektedir.

Dolayısıyla Beden Eğitimi ve Spor; cinsiyet, yaş, ırk, din, dil farkı gözetmeksizin bireysel anlaşma, toplumsal kaynaşma ve milletler arası ilişkiler kurma, birlik ve beraberlik gösterme açısından oldukça büyük öneme sahiptir (Can, 2002).

Beden Eğitimi ve Spor bireylerin fiziksel, zihinsel, duygusal ve toplumsal gelişimlerini sağlayan; yaratıcılık, liderlik gibi yeteneklerini pekiştiren, boş-serbest zamanların değerlendirilen; mücadelecilik, azimli, uyumlu, üretken kararlı olma gibi kişilik özelliklerini pekiştiren ve bireyleri sorunlardan uzaklaştıran, stres atmalarını sağlayan bir bilimdir (Simon, 1985).

Spor, geçmişten günümüze, birçok fonksiyonu ile beraber amatör ve profesyonel şekilleriyle intikal etmektedir. Sporun profesyonel yönü, onun meslekleşmiş halini ifade eder. Sporun amatör yönü ise rekreasyonla çeşitli durumlarda ilişkilendirebilecek, ancak zaman zaman amatör görüntüsüne rağmen meslekleşmiş bir durum ortaya çıkarmıştır (Karaküçük, 1992). İşte bu yüzden gelişmiş toplumlarda rekreasyon etkinlikleri o kadar önemsenmektedir ki, ülke yönetimleri işe el atmış ve hükümetlerde bu konu ile ilgili bakanlıklar bile kurulmuştur. Örneğin; bir süredir Fransa'da Serbest zamanları Değerlendirme Bakanlığı bulunmaktadır. Bu bakanlığa göre; serbest zamanları değerlendirmenin hem insanların doğal hakkı, hem de toplumsal hayatın anlamlı bir parçası olduğu kabul edilmiştir. Esas dayanak noktası ise; serbest zamanları değerlendirme faaliyetleri, iş-ev-okul yaşantısı arasında hayatın dengesini oluşturmaktadır. Bununla birlikte serbest zamanları değerlendirme, sosyal hayatın devamlılığına ve gelişimine bir katkı olarak görülmüştür. Sosyolojik açıdan ise; serbest zamanları değerlendirmenin topluma katkıları olan bir "fonksiyon" olduğu söylenebilir (Warm Sue, 1999).

Addington'ın 1993'te yaptığı çalışmaya göre; zamanın, insanların sonsuzluk ölçüsü olduğunu ve şimdiye kadar zamanla ilgili doğal kabul edilen her şeyin, insan düşüncesinin ürünü ve göreceli olduğunu belirtir.

Serbest zaman, bireyin yaşamak için başvurması gereken uğraşların dışında bireysel tercihlerine ayıracağı zaman olarak tanımlanmaktadır. Bir başka tanıma göre serbest zaman, günlük hayatın uyku, dinlenme ve çalışma dışında kalan bireyin istediği gibi kullanabileceği zamandır. Serbest zamanın değerlendirilmesi, bireyin istediği bir uğraşla, zevk ve doyum sağlamak amacı ile bireysel veya grupla yapılan etkinliklerdir (Gökçe, 1984; Karaküçük, 1995; Müftügil, 1993; Rossman, R.J., 1983).

Zamanı verimli ve etkili kullanabilme, öncelikle bir eğitim işidir. Bu ise okulların ve ailenin üzerinde olan bir sorumluluktur. Zamanın yanlış

ve verimsiz kullanımından ortaya çıkan hastalıklar, kişiyi ve bütün toplumu etkilemektedir. Bu ise bedeni hastalıklardan bile daha tehlikeli olabilmektedir (Karaküçük, 1997). Ayrıca insanın gelişmesinde ve mesleki başarısında, zaman anlayışının payı büyüktür. "Zamanı iyi kullanabilmek, insanın kendisine, çalışma ve sosyal hayatına, eğlenmesine, biyolojik ve fizyolojik gereksinimlerinin karşılanmasına ayırdığı zaman arasında dengeyi iyi kurabilmesine bağlıdır (Erkan, 1980).

İşte bundan dolayı günümüzde serbest zaman eğitimi önemli, derecede bir eğitim-öğretim konusu olmuştur. Ayrıca toplum yaşamında serbest zamanın giderek artması, yetişkinler eğitiminin önem ve kapsamına yeni boyut getirmiş; serbest zamanın, dinlenme ve eğlenmenin yanı sıra öğrenme amaçları için de kullanılmasına olanak sağlamıştır (Geray, 1978). Fakat serbest zaman eğitimi konusunda ülkemizde hem örgün hem de yaygın eğitim alanında konunun ciddiyetinin ve öneminin yeterince kavranamamasından dolayı büyük bir eksiklik ve yetersizlik söz konusudur.

Toplumsal ve ekonomik gelişimi ilke edinmiş ülkeler, serbest zamanla ilgili problemleri halletmeye yönelik çalışmalar yapmayı göz önünde tutmuşlardır. Ekonomik alandaki gelişmeler, makineleşme, otomasyon, fazla üretim ve hayat şartlarının iyileşmesi gibi sebeplerden dolayı çalışma saatleri azalmış ve buna karşılık serbest zaman konusunda artış meydana gelmiştir. Ayrıca sanayileşmekte olan toplumlarda işsizlik nedeniyle doğal olarak ortaya çıkan bir serbest zaman problemi mevcuttur. Özellikle bizim gibi gelişmekte olan ülkelerde zaman anlayışının çok iyi idrak edilmediği ortadadır. İnsanımız kendi sağlığı açısından olumlu sonuçlar verecek herhangi bir serbest zaman organizasyonuna katılma konusunda teşvik edilse bile pek rağbet göstermemektedir. Bunun sebepleri araştırıldığında insanımızın çoğu, özellikle bu etkinliklere katılmak için zamanlarının yokluğundan şikayet etmektedirler. Serbest zamanların olumlu değerlendirilmesi bireyi bedensel, psikolojik ve toplumsal açıdan rahatlatıp çalışma başarısını ve iş verimini artırırken bilgi, beceri ve yeteneklerinin gelişmesine de yardımcı olmaktadır (Binarbaşı ve arkadaşları, 2006). Buna bağlı olarak ekonomik verimliliğin artması ve çalışma koşullarının iyileştirmesi ile ortaya çıkan serbest zamanın bilinçli bir şekilde değerlendirilmesi, pozitif sonuçları olacak bütünsel bir çaba olmalıdır. Bu konuda yapılan çalışmalarda, serbest zamanın pozitif kullanımının artmasının, kendini gerçekleştiren ve ruhen sağlıklı gençlerin yetişmesine katkıda bulunduğu yaygın olarak ifade edilmektedir (Kılbaş, Köktaş, 2004). Bu yüzden insan yaşamında serbest zamanın giderek artması ve ihtiyaç haline gelmesi, kişilerin eğitiminin önem ve kapsamına yeni bir boyut getirmiş, serbest zamanın dinlenme ve eğlenmenin yanı sıra öğrenme amaçları için de kullanılması imkânını sağlamıştır.

Bilim ve teknolojik gelişmeler de bir taraftan insan hayatını kolaylaştırırken, diğer taraftan kendisine fazla zaman ayırma imkânı vermektedir. Bu nedenledir ki insanoğlu, çalışma zamanının dışında kalan zamana da önem göstermektedir. (Can, Durukan ve Özmeden, 2006). Dolayısıyla bireylerin sağlıklı olması, kendini tanıması, yetenek ve yeterliliklerinin farkında olması, potansiyelini tümüyle gerçekleştirebilmesi için serbest zamanlarını bilinçli bir biçimde değerlendirmesi gerekir. İnsanın organizmasının sağlıklı kalabilmesi ve dinamikliği, hareketliliğine bağlı olduğundan, sportif etkinliklere katılmak çocukların ve gençlerin bedensel, ruhsal gelişimi ve sosyalleşmesi; yetişkin ve yaşlıların sağlıklı yaşayabilmeleri için zorunludur (Çamlıyer, 1992).

Serbest zaman yerinde ve değerli kullanılabilirdiğinde, insana kendi kendine kalmak, kendi özgürlüğünü yaşamak, kendini bulmak olanağı verir. Serbest zamanın iyi değerlendirilmesi; kişinin kendini ifade etmesini, yaratıcılığını geliştirmesini, yeni deneyimler kazanmasını, toplumsal çevresini geliştirmesini ve üretkenliğinin arttırmasını sağlar.

Ancak kısa sürede rekreasyon anlayışları da değişmiştir. Yeni etkinlikler geliştirilmiştir. Televizyon, modern teknolojinin bir aracı

olarak kitlelerin serbest zamanlarını değerlendirmeyi sağlamıştır. Modern toplumda milyonlarca genç için ciddi problemler oluşturan alkolizm ve uyuşturucu bağımlılığını, cinsel davranışlara ilişkin ahlaki ölçütleri değiştirmiştir. Bu nedenle rekreasyon yetkilileri sadece eğlendirmek ve hoş vakit geçirtmekle ilgilenmekle yetinmeyip, bunun yerine özellikle avantajsız ve marjinal nüfus gruplarının toplumsal etkinliklerle anlamlı olarak bilgilendirilmesini amaçlamışlardır. Spor programları, toplumsal etkinlikler, kültürel olaylar ve gönüllü proje servisleri aracılığıyla sosyal-ekonomik, etnik ve dinsel özgeçmişleri farklı grupların toplumla bütünleştirilmesini sağlamak asıl sorumlulukları olmuştur. (Kraus&Curtis, 1977).

Dolayısıyla demokratik bir toplumda serbest zaman bireyin ayrıcalığıdır. Serbest zamanın doğru kullanımı ile bireyin davranış, tutum ve isteklerinde istendik değişiklikler meydana getirmek olasıdır. Serbest zaman bu anlamda sadece bireyler için değil, onların oluşturduğu toplumlar açısından da önemlidir. Kaliteli bir kültürün oluşturulması, iyi vatandaşlar yetiştirilmesi, başarılı bir öğretim süreci, serbest zamanın doğru kullanımı ile yakından ilgilidir (Tekin ve arkadaşları, 2006). Bu amaçla spora duyulan ilginin giderek arttığı ve her geçen gün biraz daha yaygınlaştığı görülmektedir. Büyük stadyumların, spor salonlarının ve spor alanlarının insanlarla dolup taşması; bir yandan da radyo, televizyon ve basın gibi çağımızın etkin kitle iletişim araçlarının uzun yayın sürelerini ve sayfalarını spora ayırmaları, bu toplumsal olguya verilen önemi göstermektedir. Her toplum, özellikle kendi ülkesinin seçkin sporcularını yakından tanımakta, özellikle gençler kendilerini onlarla özdeşleştirmektedirler (Türkmen, 1986).

Bu bağlamda toplumların ve bireylerin bilinçli olarak spor yapma anlayış ve imkanlarına kavuşturulması, günümüzde çağdaşlıkla özdeş olarak kabul edilmektedir (Yetim, 2000). Dolayısıyla spor ve insan yaşamı, birbirinden ayrılmaz bir bütün haline gelmiştir. Her sağlam, güvenilir bir nesil yetiştirilmenin, kalkınabilmenin hatta ulusça çağın içinde ilerlemenin en etkili faaliyetlerinden birinin spor olduğu, bizdeki uygulamanın dışında, bütün dünya milletleri tarafından tartışmasız kabul edilmektedir (Yaman ve Yerlisu, 2003). Bunun sonucu olarak, serbest zamanları değerlendirme sorunları, her ülke ve millet için olduğu gibi ülkemizin de sosyal, kültürel, ekonomik, politik ve yönetim şekli gibi ana sistemleriyle çok yakın ilgi ve ilişkiler içerisindedir (Mutlutürk 1991). İşte bu yüzden serbest zamanların bilinçli, verimli değerlendirilmesi, uygarlığın ve gelişmişliğin bir göstergesi olarak kabul edilmiştir.

2. ÇALIŞMANIN ÖNEMİ (RESEARCH SIGNIFICANCE)

Serbest zaman değerlendirme alışkanlıkları, gençliğin aldığı eğitime, yetiştikleri ve içinde buldukları ortama, kendi kişisel tercihlerine, isteklerine ve beklentilerine göre tamamen farklılık göstermektedir. Sporcular için hayatın hazırlık evrelerini oluşturan, onların geleceğine yön verip şekillendirecek olan gençlik dönemi, haltercilerin yaşamlarının en önemli dönemi olup, haltercinin sürekli ve düzenli olan spor hayatının nerede, ne şekilde, ne konuda olacağını belirleme aşamasıdır.

Burada asıl olan, haltercilerin antrenmanlardan ve müsabakalardan sonra geri kalan serbest zamanlarının arttırılmasının yanında, en iyi, en verimli biçimde değerlendirilmesidir. Bu yeni anlayışa göre sporcu için antrenman yapmak, müsabakaya çıkmak kadar, sportif başarılarını arttırmak için bilinçli ve düzenli olarak serbest zaman etkinliklerine zaman ayırmak da günümüz dünyasında önemli bir yaklaşım olmuştur. Bu bağlamda günümüzde zamanın iyi ve verimli kullanmanın önemi de artmıştır. Bunun için zamanı üç bölüme ayırmaktayız. Kısa dönem; sporcu için birkaç saatten 1-2 güne kadar olan zaman dilimidir. Orta dönem; sporcu için müsabaka hazırlık ve müsabaka dönemi içerisinde yer alan 3-5 gün arası olan zaman dilimidir. Uzun dönem;

sporcu için müsabaka dönemi ve sonrası dinleme dönemlerinde yer alan zaman dilimidir (ara ve yaz tatilleri gibi).

Buradan hareketle bu çalışmanın amacı; Kulüpler Arası Türkiye Halter Şampiyonası'na katılan erkek ve kadın haltercilerin orta ve uzun dönemdeki rekreasyon faaliyetlerine katılım biçimlerini değerlendirmektir.

3. YÖNTEM (METHOD)

Haltercilerin etkin şekilde serbest zaman faaliyetlerine katılımı, onların başarılı ve verimli olmalarına zemin hazırlayacak yaşam tarzını benimsemelerini sağlamaktadır. Bu nedenle, Kulüpler Arası Türkiye Halter Şampiyonası'na katılan erkek ve bayan sporcuların orta ve uzun dönemdeki serbest zaman faaliyetlerine katılım biçimlerini değerlendirmeyi amaçlayan bu çalışmada, Survey (Tarama) yöntemi kullanılmıştır. Survey yöntemi; olayların, objelerin, varlıkların, kurumların, grupların ve çeşitli alanların ne olduğunu tasvir etmeye, açıklamaya çalışan bir yöntemdir.

3.1. Araştırma Grubu (Study Group)

Araştırmanın evrenini, Türkiye'deki kulüplerin bünyelerinde halter branşında aktif olarak spor yapanlar oluşturmaktadır. Örneklemini ise, 7-9 Kasım 2008 tarihinde Muğla ilinde yapılan Kulüpler Arası Türkiye Halter Şampiyonası'na katılan 40 değişik kulübün sporcuları oluşturmaktadır. Örneklemini oluşturan toplam 186 haltercinin 66'sı bayan, 120'si erkektir.

3.2. Verilerin Toplanması (Collection of data)

Çalışmamızda veri toplama aracı olarak, yerli ve yabancı temel yayın ve kitaplardan ve konu ile ilgili ulaşılabilen literatürden yararlanılarak araştırmacının ve uzmanların görüşleri doğrultusunda bir anket formu hazırlanmıştır. (Karaküçük, 1999; Torkildsen, 1999; Cushman, 2005). Bu bağlamda 13 kişisel ve 25 serbest zamanla ilgili sorudan oluşan anketin pilot çalışması, Muğla Üniversitesi Eğitim Fakültesi'nde aktif olarak değişik branşlarda spor yapan öğrencilerle yapılmıştır. Yüz yüze ve anket yoluyla yapılan bu pilot çalışmaya 100 sporcu öğrenci katılmış ve anket formlarında ortaya çıkan anlaşılmayan sorular giderilip tekrar uzmanların tetkikinden geçirilerek ankete son şekli verilmiştir.

3.3. Verilerin Analizi (Data Analysis)

Verilerin değerlendirilmesinde, SPSS istatistik paket programı kullanılmıştır. Frekans, yüzde dağılım ve "t testi" sonuçları tablolar ile gösterilmiş ve bu verilere göre yorumlanıp, sonuçlandırılmıştır. Anlamlılık düzeyi $P < 0.05$ olarak alınmıştır.

4. BULGULAR (FINDINGS)

Çalışmamıza, Kasım 2008 tarihinde Muğla ilinde yapılan Kulüpler Arası Türkiye Halter Şampiyonası'na katılan 40 spor kulübünde sporcu olan 66'sı (%35,5) kadın ve 120'si (%64,5) erkek toplam 186 kişi katılmıştır. Katılımcıların; % 59,7'si 18 yaş ve altı, %26,3'ü 19-22 yıl arası, %10,2'si 23-26 yıl arası, %2,7'si 27-30 yıl arası, %1,1'i 31 yıl ve üstüdür.

Ayrıca Kulüplerarası Türkiye halter şampiyonasına katılan toplam 186 halterciden 2 tanesi (%1,1) lisansüstü, 52 tanesi (%28) üniversite, 107 tanesi (%57,5) lise, 16 tanesi (%8,6) ortaokul, 9 tanesi (%4,8) ilkökul öğrenimi almışlardır. Haltercilerin öğrenim durumlarında çoğunun lise mezunu olduğu görülmüştür.

Kulüplerarası Türkiye Halter Şampiyonasına katılan haltercilerin ailelerinin çalışma durumlarına göre dağılımlarında ise 5 tanesi (%2,7) "annem çalışıyor", 128 tanesi (%68,8) "babam çalışıyor", 30 tanesi (%16,1) "her ikisi de çalışıyor", 11 tanesi (%5,9) "ikisi de çalışmıyor", 12 tanesi (%6,5) "başka" yanıtını vermişlerdir. Haltercilerin ailelerinde geçimlerini sağlamak için çoğunlukla babalarının çalıştığı görülmektedir.

Kulüplerarası Türkiye Halter Şampiyonasına katılan haltercilerin cumartesi veya pazar günleri gelir getirecek herhangi bir işte çalışıp-çalışmadıklarına baktığımızda, 186 haltercinin 35 tanesi (%18,8) "evet", 121 tanesi (%65,1) "hayır", 30 tanesi (%16,1) "bazen" yanıtını vermiştir. Haltercilerin büyük bir çoğunluğunun hafta sonları çalışmadıkları görülmektedir.

Kulüplerarası Türkiye Halter Şampiyonasına katılan haltercilerin, serbest zamanlarını değerlendirme açısından yöneticileri tarafından kendilerine yeterli imkanın sağlandığını düşünüp düşünmediklerine baktığımızda, toplam 186 haltercinin, 58 tanesi (%31,2) "evet", 86 tanesi (%46,2) "hayır", 42 tanesi (%22,6) "kısmen" yanıtını vermiştir. Haltercilerin yaklaşık olarak yarısına yakınının serbest zamanlarını değerlendirme açısından yöneticileri tarafından kendilerine yeterli imkanın sağlanmadığını düşünmekte oldukları söylenebilir.

Tablo 1. Çalışmaya katılan haltercilerin "spor yaptığınız alandan memnun musunuz?" sorusuna verdikleri yanıtlara göre dağılımları
(Table 1. The answer frequency of the weight-lifters participating in the study to the question "Are you satisfied with your sport field?")

Değişkenler	Cinsiyet		Toplam	
	n	%	n	%
Evet	E-89	62,7	142	76,3
	B-53	37,3		
Hayır	E-16	76,2	21	11,3
	B-5	23,8		
Kısmen	E-15	65,2	23	12,4
	B-8	34,8		
			186	100

Tablo 1'de görüldüğü gibi, çalışmaya katılan toplam 186 haltercinin 142 tanesi (%76,3) "evet", 21 tanesi (%11,3) "hayır", 23 tanesi (%12,4) "kısmen" yanıtını vermiştir. Sporcuların halter branşını severek ve büyük bir memnuniyetle yaptıklarını söylemek mümkündür.

Tablo 2. Çalışmaya katılan haltercilerin "antrenmanınızın olmadığı saatlerde genellikle neler yapıyorsunuz?" sorusuna verdikleri yanıtlara göre dağılımları
(Table 2. The answer frequency of the weight-lifters participating in the study to the question "What are you doing at hours when you do not have training generally?")

Değişkenler	N	%
Başka branşta spor yaparım veya izlerim.	70	37,6
Dinlenirim.	98	52,7
Kitap, gazete ve dergi okurum.	81	43,5
Part-time çalışırım.	26	14
Lokal, kıraathane veya pastaneye giderim.	23*	12,4*
Müzik dinlerim.	110	59,1
Arkadaşlarımla birlikte olurum.	95	51,1
Kendi spor branşıyla ilgili yayınları takip eder veya izlerim.	65	34,9
Televizyon seyredirim.	82	44,1
Sinema veya tiyatroya giderim.	58	31,2

* Bu soruda birden fazla seçenek işaretlendiğinden n=186'dan fazladır.

Tablo 2'de görüldüğü gibi, çalışmaya katılan haltercilerden 70 tanesi (%37,6) "başka branşta spor yaparım veya izlerim", 98 tanesi (%52,7) "Dinlenirim", 81 tanesi (%43,5) "Kitap, gazete ve dergi okurum". 26 tanesi (%14) "Part-time çalışırım", 23 tanesi (%12,4) "Lokal, kıraathane veya pastaneye giderim", 110 tanesi (%59,1) "Müzik dinlerim", 95 tanesi (%51,1)

"Arkadaşlarımla birlikte olurum", 65 tanesi (%34,9) "Kendi spor branşıyla ilgili yayınları takip eder ve izlerim", 82 tanesi (%44,1) "Televizyon seyredirim", 58 tanesi (%31,2) "Sinema veya tiyatroya giderim" görüşünü ortaya koymuşlardır. Haltercilerin en çok müzik dinlemeyi, dinlenmeyi, arkadaşlarıyla birlikte olmayı ve televizyon seyretmeyi tercih etmeleriyle birlikte, spor açısından diğer branşlara da ilgisiz kalmadıklarını söyleyebiliriz

Tablo 3. Çalışmaya katılan haltercilerin "ara ve yaz tatilindeki serbest zamanlarınızda neler yaparsınız?" sorusuna verdikleri yanıtlara göre dağılımları

(Table 3. The answer frequency of the weight-lifters participating in the study to the question "What are you doing in your leisure times during mid-term and summer holiday?")

Değişkenler	n	%
Kitap,gazete ve dergi okurum.	76	40,9
Başka branşta spor yaparım veya izlerim.	51	27,4
Ava giderim, balık tutarım.	25	13,4
Yüzmeye giderim.	69	37,1
Kendi spor branşıyla ilgili yayınları takip eder veya izlerim.	70	37,6
Arkadaş ve akraba ziyaretlerine giderim.	82	44,1
Kahve, lokal veya kıraathaneye giderim.	24*	12,9*
Dinlenirim.	94	50,5
Alışveriş yaparım.	66	35,5
Müzik dinlerim.	109	58,6
Bar, birahane veya gazinoya giderim.	21*	11,3*
Sinema veya tiyatroya giderim.	55	29,6
Müzik aleti çalarım.	33	17,7
Pikniğe giderim.	63	33,9
Gezerim.	96	51,6
Televizyon seyredirim.	83	44,6
Başka.	5	2,7

*Bu soruda birden fazla seçenek işaretlendiğinden n=186'dan fazladır.

Tablo 3'de görüldüğü gibi, çalışmaya katılan haltercilerden 76 tanesi (%40,9) "Kitap, gazete ve dergi okurum", 51 tanesi (%27,4) "Başka branşta spor yaparım veya izlerim", 25 tanesi (%13,4) "Ava giderim, balık tutarım", 69 tanesi (%37,1) "Yüzmeye giderim", 70 tanesi (%37,6) "Kendi spor branşıyla ilgili yayınları takip eder veya izlerim", 82 tanesi (%44,1) "Arkadaş ve akraba ziyaretlerine giderim", 24 tanesi (%12,9) "Kahve, lokal veya kıraathaneye giderim", 94 tanesi (%50,5) "Dinlenirim", 66 tanesi (%35,5) "Alışveriş yaparım", 109 tanesi (%58,6) "Müzik dinlerim", 21 tanesi (%11,3) "Bar, birahane veya gazinoya giderim", 55 tanesi (%29,6) "Sinema veya tiyatroya giderim", 33 tanesi (%17,7) "Müzik aleti çalarım", 63 tanesi (%33,9) "Pikniğe giderim", 96 tanesi (%51,6) "Gezerim", 83 tanesi (%44,6) "Televizyon seyredirim" görüşünü ortaya koymuştur. Haltercilerin en çok müzik dinlemeyi, gezmeyi, dinlenmeyi ve televizyon seyretmeyi; en az ise bar, birahane, gazino ve kahve, lokal gibi yerlere gitmeyi tercih ettikleri görülmektedir.

Tablo 4. Çalışmaya katılan haltercilerin "kulübünüzde serbest zaman eğitimi ile ilgili bilgiler alıyor musunuz?" sorusuna verdikleri yanıtlara göre dağılımları

(Table 4. Participating types of the weight-lifters participating in the study for the question "Do you have any information related with leisure-time education in your club?")

Değişkenler	Cinsiyet		Toplam	
	n	%	n	%
Evet	E-30	54,5	55	29,6
	B-25	45,5		
Hayır	E-68	68,7	99	53,2
	B-31	31,3		
Kısmen	E-22	68,8	32	17,2
	B-10	31,2		
			186	100

Tablo 4'de görüldüğü gibi, çalışmaya katılan toplam 186 haltercinin 55 tanesi (%29,6) "evet", 99 tanesi (%53,2) "hayır", 32 tanesi (%17,2) "kısmen" yanıtını vermiştir. Haltercilerin yarısının, kulüplerinden serbest zaman eğitimi ile ilgili istenen düzeyde bilgi almadıkları söylenebilir.

Tablo 5. Çalışmaya katılan haltercilerin "serbest zaman faaliyetlerine yeterince katılabiliyor musunuz?" sorusuna verdikleri yanıtlara göre dağılımları

(Table 5. Participating types of the weight-lifters participating in the study for the question "Do you participate in leisure-time activities adequately?")

Değişkenler	Cinsiyet		Toplam	
	n	%	N	%
Evet	E-55	63,2	87	46,8
	B-32	36,8		
Hayır	E-65	65,7	99	53,2
	B-34	34,3		
			186	100

Tablo 5'de görüldüğü gibi, çalışmaya katılan toplam 186 halterciden 87 tanesi (%46,8) "Evet", 99 tanesi (%53,2) "Hayır" şeklinde katılım gerçekleştirmişlerdir. Haltercilerin yarısından çoğunun, serbest zaman faaliyetlerine yeterince ve istenen düzeyde katılamadıkları söylenebilir.

Tablo 6. Çalışmamıza katılan haltercilerin "serbest zaman faaliyetlerine yeterince katılmama nedenin nedir?" sorusuna verdikleri yanıtlara göre dağılımları

(Table 6. Participating types of the weight-lifters participating in the study for the question "What is your reason of not participating in leisure-time activities?")

	n	%
Ekonomik yetersizlik.	47	25,3
Hangi faaliyeti nasıl ve niçin yapacağıma dair bir bilgiye sahip değilim.	21	11,3
Faaliyetleri yönlendirecek arkadaş ve sosyal teşviklere sahip değilim.	26	14
Serbest zamanları belirli faaliyetlerle doldurmak gibi bir alışkanlığım yok.	24	12,9
Etkinliklere katılmaya teşvik edici tesis, araç-gereç yeterli değil, programları bana uymuyor.	36	19,4
Bulduğum çevre bu tür faaliyetlere katılmamı engelliyor.	18	9,7
Yeterli vaktim yok.	46	24,7
Başka.	3	1,6

* Bu soruda birden fazla seçenek işaretlendiğinden n=186'dan fazladır.

Tablo 6’da görüldüğü gibi, çalışmaya katılan haltercilerin 47 tanesi (%25,3) “Ekonomik yetersizlik”. 21 tanesi (%11,3) “Hangi faaliyeti nasıl ve niçin yapacağıma dair bir bilgiye sahip değilim”. 26 tanesi (%14) “Faaliyetleri yönlendirecek arkadaş ve sosyal teşviklere sahip değilim”. 24 tanesi (%12,9) “Serbest zamanları belirli faaliyetlerle doldurmak gibi bir alışkanlığım yok”. 36 tanesi (%19,4) “Etkinliklere katılmaya teşvik edici tesis, araç, gereç yeterli değil, programları bana uymuyor”. 18 tanesi (%9,7) “Bulduğum çevre bu tür faaliyetlere katılmamı engelliyor”. 46 tanesi (%24,7) “Yeterli vaktim yok”. 3 tanesi (%1,6) “Başka” nedenlerden dolayı katılım şekilleri bu şekilde olmuştur. Haltercilerin serbest zaman faaliyetlerine yeterince katılmama sebepleri olarak en çok ekonomik yetersizlik, yeterli vakit olmayışı ve etkinliklere katılmaya teşvik edici tesis ve araç-gerecin yeterli olmadığı, programların kendine uymadığı görüşünde oldukları söylenebilir.

Tablo 7. Çalışmamıza katılan haltercilerin “serbest zaman faaliyetlerine nerede katılırsınız ” sorusuna verdikleri yanıtlara göre dağılımları
(Table 7. Participating types of the weight-lifters participating in the study for the question “Where do you participate in the in the leisure-time activities?”)

Değişkenler	N	%
Evde ve yurttta.	69	37,1
Spor tesislerinde.	90	48,4
Açık alanlarda.	60	32,3
Dernek/ Kulüp gibi kuruluşlarda.	28	15,1
Kahvede/ Lokalde.	22	11,8
Deniz kenarında.	26	14

* Bu soruda birden fazla seçenek işaretlendiğinden n=186’dan fazladır.

Tablo 7’de görüldüğü gibi, çalışmaya katılan haltercilerden 69 tanesi (%37,1) “Evde ve yurttta”. 90 tanesi (%48,4) “Spor tesislerinde”. 60 tanesi (%32,3) “Açık alanlarda”. 28 tanesi (%15,1) “Dernek/kulüp” gibi kuruluşlarda, 22 tanesi (%11,8) “Kahvede/lokalde”. 26 tanesi (%14) “Deniz kenarında” olarak katılım biçimlerini ortaya koymuşlardır. Haltercilerin serbest zaman faaliyetlerine en çok spor tesislerinde, evlerinde ve yurtlarında; en az ise kahve, lokal gibi yerlerde katılmayı tercih ettikleri görülmektedir.

Tablo 8. Çalışmamıza katılan haltercilerin “serbest zaman faaliyetlerinin sizde bıraktığı etki nedir?” sorusuna verdikleri yanıtlara göre dağılımları
(Table 8. Participating types of the weight-lifters participating in the study for the question “What is the affect of leisure-time activities on you?”)

Değişkenler	n	%
Dinlendirici buluyorum.	111	59,7
Mutlu edici ve zevk verici buluyorum.	89	47,8
Rahatlatici ve can sıkıntılarımdan uzaklaştırıcı buluyorum.	78	41,9
Sağlığıma olumlu etki yapıyor.	60	32,3
İnsanlarla daha kolay ilişki kurabiliyorum, çevrem genişliyor.	62	33,3
Sosyal statü sağlıyor.	43	23,1
Eğlendirici ve heyecan verici buluyorum.	51	27,4
Eğitici buluyorum.	52	28
Farklı yaşantılar buluyorum.	54	29
Başka.	2	1,1

* Bu soruda birden fazla seçenek işaretlendiğinden n=186’dan fazladır.

Tablo 8’de görüldüğü gibi, çalışmaya katılan haltercilerden 111 tanesi (%59,7) “Dinlendirici buluyorum”. 89 tanesi (%47,8) “Mutlu edici ve

zevk verici buluyorum". 78 tanesi (%41,9) "Rahatlatıcı ve can sıkıntılarımın uzaklaştırıcı buluyorum". 60 tanesi (%32,3) "Sağlığıma olumlu etki yapıyor". 62 tanesi (%33,3) "İnsanlarla daha kolay ilişki kurabiliyorum, çevrem genişliyor". 43 tanesi (%23,1) "Sosyal statü sağlıyor". 51 tanesi (%27,4) "Eğlendirici ve heyecan verici buluyorum". 52 tanesi (%28) "Eğitici buluyorum". 54 tanesi (%29) "Farklı yaşantılar buluyorum". 2 tanesi (%1,1) "Başka" şeklinde görüş belirtmiştir. Halterciler serbest zamanlarının kendilerinde bıraktığı etkiyi çok dinlendirici, mutlu edici, zevk verici bulmakla birlikte, rahatlatıcı ve can sıkıntılarının uzaklaştırıcı bir etki olarak belirtmektedirler.

Tablo 9. Çalışmamıza katılan haltercilerin "kulübünüzün imkanlarını, sizin serbest zamanınızı değerlendirme açısından yeterli buluyor musunuz?" sorusuna verdikleri yanıtlara göre dağılımları

(Table 9. Participating types of the weight-lifters participating in the study for the question "Do you think your clubs facilities are enough for using your leisure-times?")

	Cinsiyet		Toplam	
	n	%	n	%
Evet	E-37	57,8	64	34,4
	B-27	42,2		
Hayır	E-48	70,6	68	36,6
	B-20	29,4		
Kısmen	E-35	64,8	54	29
	B-19	35,2		
			186	100

Tablo 9'da görüldüğü gibi, çalışmaya katılan toplam 186 haltercinin 64 tanesi (%34,4) "Evet", 68 tanesi (%36,6) "Hayır", 54 tanesi (%29) "Kısmen" şeklinde katılım göstermişlerdir. Haltercilerin kulüplerinin imkânlarını serbest zamanlarını değerlendirme açısından pek de yeterli buldukları söylenemez.

Tablo 10. Cinsiyete göre çalışmamıza katılan haltercilerin, serbest zaman faaliyetleri ile ilgili görüşleri
(Table 10. The ideas of the weight-lifters participating in the study according to the gender)

Sorular	Değişkenler ve (N)	Ortalama \bar{x}	Standart sapma	t	sig	P
1. Şu an spor yaptığınız alandan memnun musunuz?	E-120	1,3833	,70034	,612	,541	P>0,05
	B-66	1,3182	,68296			
*2. Federasyonunuzun sağladığı maddi ve manevi imkanları yeterli buluyor musunuz?	E-120	1,9500	,65913	2,977	,003	P<0,05
	B-66	1,6364	,73665			
*3. Kulübünüzün sağladığı maddi ve manevi imkânları yeterli buluyor musunuz?	E-120	1,9167	,72857	,208	,002	P<0,05
	B-66	1,5606	,72597			
*4. Kulübünüz yöneticileri boş zamanların değerlendirilmesi için sizlere imkân sağlıyor mu?	E-120	2,0250	,69164	2,805	,005	P<0,05
	B-66	1,7121	,75986			
5. Kulübünüzde boş zaman eğitimi ile ilgili bilgiler alıyor musunuz?	E-120	1,9333	,65764	1,560	,121	P>0,05
	B-66	1,7727	,69715			
6. Boş zamanların değerlendirilmesi ile ilgili yayınlar okuyor musunuz?	E-120	2,0083	,75030	1,006	,316	P>0,05
	B-66	1,8939	,72597			
7. Antrenörleriniz boş zamanlarınızın değerlendirilmesi ile ilgili bilgiler veriyor mu?	E-120	1,8417	,84013	-	,248	P>0,05
	B-66	1,9848	,91974			
8. Aileniz boş zamanlarınızın değerlendirilmesi ile ilgili bilgiler veriyor mu?	E-120	1,7917	,85892	1,085	,279	P>0,05
	B-66	1,6515	,81321			
9. Boş zamanlarınızı doldurmakta zorluk çekiyor musunuz ?	E-120	2,0500	,59196	,696	,487	P>0,05
	B-66	1,9848	,64432			
10. Günde kaç saat boş zaman faaliyetlerine katılıyorsunuz?	E-120	2,9833	1,57706	1,113	,267	P>0,05
	B-66	2,7121	1,61498			
11. Haftada kaç saat boş zaman faaliyetlerine katılıyorsunuz?	E-120	2,3833	1,25144	,900	,369	P>0,05
	B-66	2,2121	1,22179			
12. Boş zaman faaliyetlerine yeterince katılabiliyor musunuz?	E-120	1,5417	,50035	,345	,730	P>0,05
	B-66	1,5152	,50360			
13. Boş zaman faaliyetlerine katılım şekliniz nedir?	E-120	2,3250	,94524	-	,285	P>0,05
	B-66	2,4697	,74874			
14. Boş zamanlarınızı verimli kullandığınıza inanıyor musunuz?	E-120	1,9500	,90610	,754	,452	P>0,05
	B-66	1,8485	,82727			
15. Bulduğunuz ilin imkânlarını sizin boş zamanınızı değerlendirme açısından yeterli buluyor musunuz?	E-120	1,8000	,85602	,330	,742	P>0,05
	B-66	1,7576	,80500			
16. Kulübünüzün imkânlarını, sizin boş zamanınızı değerlendirme açısından yeterli buluyor musunuz?	E-120	1,9833	,77766	,856	,393	P>0,05
	B-66	1,8788	,83233			

S.D.=120+66-2
=184

Tablo 10'da görüldüğü gibi, çalışmaya katılan erkek ve kadın halterciler tarafından yanıtlanan serbest zaman ile ilgili 16 soruya ilişkin bulgular bulunmaktadır. P<0,05 anlamlılık düzeyinde 184, s.d. t değerleri 1,61498 ile 0,50035 arasında bulunmuştur. Bu bulguların sonucunda ise 2, 3 ve 4. sorularda erkeklerin lehine istatistiksel açıdan anlamlı farklılık bulunmuştur. Diğer sorularda cevaplarda ise istatistiksel açıdan anlamlı farklılığa rastlanmamıştır.

Serbest zamanla ilgili kavramlarda, erkek ve kadın haltercilerin görüşlerinde istatistiksel açıdan anlamlı farklılığa rastlanmamıştır.

Dolayısıyla haltercilerin; serbest zamanla ilgili bilgi alış-verişi, bu zamanın değerlendirilmesi, doldurulması, iyi ve verimli kullanılması, yeterli katılıma ve katılım şekli, kulübün imkânları açısından geleceğin yıldız haltercileri olarak branşlarını sevdiğini ve bu yönde özverili, sağlıklı ve pozitif yönde tutum ve davranış sergilediklerini söyleyebiliriz.

5. TARTIŞMA (DISCUSSION)

Kulüplerarası Türkiye Halter Şampiyonası'na katılan haltercilerin orta ve uzun dönemdeki serbest zaman faaliyetlerine katılım biçimlerini değerlendirerek, onların başarıları ve verimlerini arttırma yollarını belirlemeye yönelik olarak yapılan bu çalışmaya katılan haltercilerin n=120'si (%64,5) erkek, n=66'sı (%35,5) kadındır.

Haltercilerin yaşlarının çoğunlukla 18 yaş ve altı (%59,7) ile 19-22 yıl (%26,3) arasında olduğu görülmekle birlikte, % 10,2'si 23-26 yıl arası, % 2,7'si 27-30 yıl arası, % 1,1'i 31 yıl ve üstü şeklindedir.

Hem bayan hem erkek haltercilerin çoğunun lise 107 (%57,5) mezunu olduğu görülmektedir.

Haltercilerin n=128 (%68,8)'inin ailelerinin gelirlerini ve geçimlerini babaların sağladığı belirlenmiştir. Ayrıca haltercilerin n=12 (%6,5)'inin geçimlerini ise, anne ve babalarından hiç birinin sağlamadığı görülmüştür. Türk toplumunun genelinde aile gelirini ve geçimini babaların sağladığı gibi bu durum haltercilerde de aynı şekilde görülmektedir.

Sporcuların n=142 (%76,3)'sinin halter branşını gönüllü, severek ve büyük bir memnuniyetle yaptıkları belirlenmiştir. Burada n=21 (%11,3) halterci, hayır cevabını vermiştir. Bu sonuç, ülkemiz halterinin geleceği açısından son derece sevindirici ve mutlu edicidir. Artık günümüz Türkiye'sinde halter de spor branşları arasında hak ettiği yere doğru yükselmektedir.

Kulüplerinin sağladığı maddi ve manevi imkânları haltercilerin %36,6 yeterli ve istenen düzeyde bulmamakla birlikte, %29 kısmen yeterli bulmaktadır. Halter branşının milli takım düzeyinde başarılı olabilmesi için halterciler, yetkililer tarafından özendirilmeli ve desteklenmelidir.

Korucu ve arkadaşlarının (2006) "Sınıf Öğretmeni Adaylarının Serbest Zaman Alışkanlıkları ile Spora Olan İlgilerinin İncelenmesi" adlı çalışmasındaki bulgular ile bu bulgu benzerlik göstermektedir. Halter branşında faaliyet gösteren kulüplerimiz hem ülke, hem il - ilçe yöneticileri hem de çeşitli sponsorlar tarafından maddi yönden desteklenmelidir.

Haltercilerin %65,1'i cumartesi ve pazar günleri gelir getirecek herhangi bir işte çalışmadıkları sadece %16,1'inin bazen çalıştıkları belirlenmiştir. Bu sonuç haltercilerin gelirlerini ve geçimlerini babalarının sağlaması ile doğrulanmaktadır. Dolayısıyla sporcuların her zaman halter ile iç içe ve başarılı olmak istediklerini söyleyebiliriz. Bu bulgumuz; Can'ın (2008) İlköğretim Bölümü Öğretmen Adayları'nın Eğitim - Öğretim Döneminde Serbest zaman Faaliyetlerine Katılım Biçimlerinin Belirlenmesi adlı çalışmasındaki cumartesi ve pazar günleri gelir getirecek herhangi bir işte çalışmadıkları bulgusu ile benzerlik göstermektedir.

Haltercilerin, antrenmanlarının olmadığı saatlerdeki serbest zamanlarını en çok müzik dinleyerek (%59,1), dinlenerek (%52,7), arkadaşlarıyla birlikte olarak (%51,1), televizyon seyrederek (%44,1), en az ise lokal, kiraathane gibi yerlerle giderek (%12,4) geçirdikleri görülmüştür. Sonuçlarımız Özkökeli'nin (1998) çevik kuvvet şube müdürlüğü birim elemanları, Afyon ve arkadaşlarının (2000) öğretim elemanları ve öğretmenler, Balcı'nın (2003) üniversite öğrencileri, Özdemir ve arkadaşlarının (2006) işçiler, Kandaz ve Hergüner'in (2006) beden eğitimi ve spor öğretmenleri, Yeniçeri ve arkadaşlarının (2006) devlet memurlar, Zorba ve arkadaşlarının (2006) beden eğitimi ve spor yüksekokulu bölümünde öğrenim gören öğrenciler, Can ve arkadaşlarının (2007) ilköğretim bölümü

öğretmen adayları üzerinde yaptıkları çalışmalarını bulgularıyla benzerlik göstermektedir. Ayrıca haltercilerin lokal vb. yerleri tercih etmeyip, başka spor branşlarına ilgisiz (%37) kalmayıp ilgi göstermeleri de sporla iç içe olduklarının bir göstergesi olarak görülebilir.

Haltercilerin, uzun dönem olarak adlandırdığımız ara ve yaz tatillerindeki serbest zamanlarını en çok müzik dinleyerek (%58,1), gezerek (%51,6), dinlenerek (%50,5), televizyon seyrederek (%44,6), arkadaş ve akraba ziyaretlerine giderek (%44,1), en az ise birahane, gazino (%11,3) ve kahve, lokal (%12,9) gibi yerlere gitmeyi tercih ederek geçirdikleri görülmektedir. Sonuçlarımız Afyon ve arkadaşlarının (2000) öğretim elemanı ve öğretmenler, Balcı'nın (2003) üniversite öğrencileri, Kandaz ve Hergüner'in (2006) beden eğitimi ve spor öğretmenleri, Can'ın ve arkadaşlarının (2007) ilköğretim bölümü öğretmen adayları, Can'ın (2008) İlköğretim Bölümü Öğretmen Adaylarının Ara ve Yaz Tatillerinde ki Serbest Zaman Faaliyetlerine Katılım Biçimlerinin Değerlendirilmesi adlı çalışmalarındaki bulgular ile benzerlik göstermektedir. Ayrıca haltercilerin sporun gereğini yerine getirip, kötü alışkanlıklarının gerçekleşeceği yerleri tercih etmemelerinin, Türk sporu ve Türk milli takımlarında yer alacak sporcularımız için son derece sevindirici ve mutlu edici bir sonuç olduğunu söylememiz mümkündür.

Haltercilerin yarısı (%53,2), kulüplerinden kendilerine serbest zaman eğilimi ile ilgili istenen düzeyde bir bilgi verilmediğini belirtmiştir. Buna göre kulüp çalışanlarının, serbest zamanı iyi ve bilinçli değerlendirme açısından halter üzerine istenen ve beklenen düzeyde bilgi akışını sağlayamadıklarını söyleyebiliriz. Buna göre kulüp yöneticileri, haltercinin başarısını ve performansını, serbest zamanını iyi ve verimli değerlendirmesinin arttıracığını tam olarak bilmeli, buna göre önlemler alıp planlar yapmalıdırlar.

Haltercilerin orta dönem olarak belirttiğimiz hafta sonlarındaki serbest zamanlarında en çok dinlenmeyi (%51,6), gezmeyi (%50,5), müzik dinlemeyi (%50), spor müsabakaları izlemeyi (%42,5), en az ise bar, birahane, gazino, kahve, lokal, kıraathane (%12,9) gibi yerlere gitmeyi tercih ettikleri görülmektedir. Sonuçlarımız, Afyon ve arkadaşlarının (2000) öğretim elemanları ve öğretmenler, Balcı'nın (2003) üniversite öğrencileri, Kandaz ve Hergüner'in (2006) beden eğitimi ve spor öğretmenleri, Can'ın ve arkadaşlarının (2007) ilköğretim bölümü öğretmen adayları, Can'ın (2008) İlköğretim Bölümü Öğretmen Adayları'nın Eğitim - Öğretim Döneminde Serbest zaman Faaliyetlerine Katılım Biçimlerinin Belirlenmesi adlı çalışmalarındaki bulgular ile benzerlik göstermektedir. Buna göre halterciler orta dönemdeki serbest zamanlarında, sporunun başarısı, sağlığı ve performansı için son derece olumsuz etkileri olan yerleri en az tercih ederek diğer etkinliklerle serbest zamanlarını geçirmeyi daha çok tercih ederek, hafta içinde daha verimli ve iyi olmayı hedeflediklerini söylememiz olasıdır.

Haltercilerin uzun ve orta dönemdeki serbest zamanlarını doldurmakta zorluk çekmedikleri (%62,9) görülmektedir. Bu bulgu Kandaz ve Hergüner'in (2006) beden eğitimi ve spor öğretmenleri üzerinde yaptıkları araştırmanın bulgularıyla paralellik göstermektedir.

Haltercilerin yarısından çoğunun (%53,2) serbest zaman faaliyetlerine yeterince ve istenen düzeyde katılmadıkları görülmektedir. Buna göre haltercilerin serbest zaman faaliyetlerine katılmaya istekli olmakla birlikte bunu çeşitli nedenlerden dolayı gerçekleştiremediklerini söylememiz olasıdır. Ayrıca bu sonuç Göktaş ve Çolak'ın (2006) vergi dairesi çalışanları üzerinde yaptığı çalışma ile Yetiş'in (2000) kamu kuruluşlarında çalışan devlet memurları üzerinde yaptığı çalışma ile benzerlik göstermektedir.

Halterciler, serbest zaman faaliyetlerine yeterince katılmama nedeni olarak en çok ekonomik yetersizliği (%25,3), yeterli vakit olmamasını (%24,7) ve etkinliklere katılmaya teşvik edici tesis, araç-gereçlerin

yeterli olmayıp programların da kendilerine uymadığını (%19,4) belirtmektedirler. Bu bulgular; Yetiş'in (2000) kamu kuruluşlarında çalışan devlet memurları, Afyon ve arkadaşlarının (2000) öğretim elemanları ve öğretmenler, Göktaş ve Çolak'ın (2006) vergi dairesinde çalışan personel, Kandaz ve Hergüner'in (2006) beden eğitimi ve spor öğretmenleri üzerinde yaptıkları çalışmaların bulgularıyla benzerlik göstermektedir.

Haltercilerin serbest zaman faaliyetlerine en çok spor tesislerinde (%48,4), evde ve yurttta (%37,1), en az ise kahve, lokal (%11,8) gibi yerlerde katılmayı tercih ettikleri görülmektedir. Bu sonuçla haltercilerin evcimen bir yapıya sahip olduklarını branşlarını da sevdiklerini ve sahiplendiklerini söylemek olasıdır. Dolayısıyla bu bulgular; Karaküçük ve Ekinci'nin (1995) "Okulların Serbest Zamanları Değerlendirme Eğitimindeki Rolü" adlı çalışmasıyla, Öcalan'ın (1996) "Öğretmenlerin Serbest Zamanlarında Yaptıkları Faaliyet ve Sporun Yeri", Pulur'un (2003) "Üniversite Personelinin Serbest Zamanlarında Tercih Ettikleri Etkinlikler" adlı çalışmalarındaki bulgularla paralellik göstermektedir.

Serbest zaman faaliyetlerinin haltercilerde bıraktığı etkiler hep olumlu yönde olup çok değişiklik göstermektedir. Bununla birlikte halterciler en çok dinlendirici (%59,7), mutlu edici ve zevk verici (%47,8), rahatlatıcı ve can sıkıntılarından uzaklaştırıcı (%41,9) bir etkinin serbest zaman faaliyetlerine katılmaları sonucunda gerçekleştiğini belirtmişlerdir. Bu bulgumuz Afyon ve arkadaşlarının (2000) öğretim elemanları ve öğretmenler, Özışık'ın (2003) kara harp okulu öğretim elemanları, Binarbaşı ve arkadaşlarının (2006) öğretmenler, Kandaz ve Hergüner'in (2006) beden eğitimi ve spor öğretmenleri üzerinde yaptıkları çalışmalarının bulgularıyla benzerlik göstermektedir.

Haltercilerin %43' ü serbest zamanlarını verimli kullandığına inanmakta, %22,6' sı inanmamakta, %34,4' ü kısmen inanmaktadır. Buna göre haltercilerin serbest zamanlarını kendilerince verimli kullandıklarına inandıklarını söyleyebiliriz.

"Kulübünüzün İmkânlarını, Sizin Serbest Zamanlarınızı Değerlendirme Açısından Yeterli Buluyor Musunuz?" görüşünde haltercilerin %34,4'ü "Evet", %36,6'sı "Hayır", %29' u "Kısmen" yeterli buluyorum görüşünü belirtmişlerdir. Buna göre haltercilerin serbest zamanları değerlendirme açısından kulüplerinin imkânlarını bir nebze de olsa yeterli bulmakla birlikte, bunun günümüz şartlarında yeterli olduğunu söylememiz olası değildir.

Cinsiyete göre haltercilerin serbest zamanlarını değerlendirme alışkanlıklarında 2, 3 ve 4. soruda erkeklerin lehine anlamlı farklılaşma olduğu, diğer sorularda anlamlı bir farklılaşmanın olmadığı tespit edilmiştir. 2. soruda "Federasyonunuzun Sağladığı Maddi ve Manevi İmkânları Yeterli Buluyor Musunuz?" ve 3. soruda "Kulübünüzün Sağladığı Maddi Ve Manevi İmkânları Yeterli Buluyor Musunuz?" görüşlerinde erkek halterciler, bayan haltercilere göre hem kulüplerinin hem de federasyonlarının sağladığı maddi ve manevi imkânları yeterli bulmaktadırlar. Dolayısıyla erkek haltercilerin, kadın haltercilere göre kulüplerini ve federasyonlarını daha çok benimsedikleri söylenebilir. 4. soruda "Kulübünüz Yöneticileri, Serbest Zamanların Değerlendirilmesi İçin Sizlere İmkân Sağlıyor Mu?" görüşlerinde erkek halterciler, kadın haltercilere göre kulüp yöneticilerinin kendilerine serbest zamanları değerlendirme açısından yeterli imkân sağladıklarını düşünmektedirler. Dolayısıyla, hemen hemen her branşta olduğu gibi hem federasyonlar bazında hem de kulüpler bazında halterdeki kulüp yöneticilerinin de bu tür organizasyonlardaki maddi ve manevi imkânları erkek sporcuların lehine daha çok kullandıklarını söylememiz olasıdır. Ayrıca cinsiyetle ilgili bu bulgularımıza göre halter federasyonunun ve kulüplerin, erkek sporculara daha çok ilgi ve önem verdiklerini söyleyebiliriz. Bu görüşümüzü de Kulüplerarası Türkiye Halter Şampiyonası'na katılan erkek haltercilerin %64.5, kadın haltercilerin ise %35.5 oranında olmaları desteklemektedir.

Bununla birlikte sporcuların halter branşını seçmede sosyo-ekonomik yapılarının etkili olduğu; sporcuların kültürlerine ve ekonomik güçlerine göre, doğup büyüdüğü çevrede talep gören ve benimsenen spor branşına yönlendikleri görülmektedir.

Kentleşme ve sanayileşme ile sportif etkinliklerin gelişmesi arasında da paralellik bulunmaktadır. Başka bir anlatımla, yükselen yaşam düzeyi, daha iyi ulaşım ve iletişim imkânları, gelişen teknoloji sayesinde nitelik ve nicelik yönünden mükemmelleşen araç ve gereçler sporu teşvik etmekte ve yaygınlaştırmaktadır. Bu bağlamda, kentte oturma, spora katılımı gerçekleştirdiği gibi seçilen spor dalını da etkilemektedir. Toplumsal bir olgu olarak spor, ailenin sosyo-ekonomik koşullarına bağlı olarak gelişmekte ve yaygınlık kazanmaktadır (Pepe ve Can, 2003).

Serbest zamanların, haltercilerin kendi isteği, seçtiği ve benimsediği çeşitli faaliyetlerle dolu olması; onun spordaki verimliliğinin ve başarısının yükselmesi kadar sağlıklı bir vücut yapısına ve dengeli bir ruh sağlığına sahip olup, pozitif düşünen mutlu bir sporcu olması bakımından da çok büyük önem arz etmektedir.

Buna bağlı olarak haltercilerin serbest zamanlarını olumlu yönde değerlendirmesi, rekreatif faaliyetlere katılması, bu faaliyetleri organize etmesi ve yönlendirmesi, sporcu kişiliğinin gelişmesinde önemli bir rol üstlenir. Ülkemiz ve milli takımımız için geleceğimizin teminatı olarak gördüğümüz haltercilerimize; serbest zamanlarını iyi, verimli ve sağlıklı bir şekilde geçirebilmeleri için gerekli olan bu ortamı hazırlamak, halter federasyonun ve ilgili kulüp yöneticilerinin en başta gelen görevleri arasındadır. Bu bağlamda serbest zamanları değerlendirme etkinliklerine katılımın bilinçli, yeterli ve istenen düzeyde olmadığı, araştırmamızda görülmektedir. Haltercilerin çoğu, serbest zaman faaliyetlerinin amaçlarından olan zamanı iyi, sağlıklı ve verimli değerlendirmeyi; çoğunlukla müzik dinlemek, dinlenmek, gezmek, televizyon seyretmek, arkadaşlarla beraber olmak olarak görmektedirler. Toplum olarak bu konuda henüz tam bir bilince sahip olmadığımızdan, sporcunun serbest zaman faaliyetlerinin çok daha önemli getirileri olan sosyalleşme, sporcunun kendini geliştirmesi, sağlıklı, bağımsız kişilik kazanması ve kültürel değerleri tanınması geri plana atılmakta, önemi ve faydası bilinmemektedir.

6. SONUÇ (CONCLUSION)

Sonuç olarak, aktif halter branşını yapan erkek ve kadın haltercilerin, serbest zamanlarını değerlendirmeye yeterli ve istenen düzeyde önem vermedikleri ortaya çıkmıştır. Federasyon ve ilgili kulüplerce serbest zamanların bilinçli değerlendirilmesi için yeterli bilgilendirme ve uygulamaların yapılmaması, bu sonucun çıkmasında etkilidir. Serbest zaman etkinliklerinin halterciler üzerinde dinlendirici, huzur verici, mutlu edici, zevk verici, rahatlatıcı, can sıkıntılarını uzaklaştırıcı ve eğlendirici bir etki bıraktığı görülmektedir. Serbest zaman etkinliklerine katılım arttırılabildiğinde daha çok dinlenen, huzur bulan, mutlu olan, rahatlayan, zevk alan, daha çok eğlenen sporcu olacağından başarılarının ve verimlerinin de artacağını ve de buna bağlı olarak dünyada, ülkemizin ve bayrağımızın daha iyi temsil edilebileceğini söylemek mümkündür. Bundan dolayı halter federasyonu ve ilgili kulüpler kendi bünyelerindeki haltercileri; sağlıklı, güvenilir, tatminkâr serbest zaman faaliyet programları ile geliştirmek; bu programları yaygınlaştırmak için gerekli projeleri uzmanlarla birlikte hazırlamak ve uygulamak zorundadırlar.

Çalışmamızdaki haltercilerin büyük çoğunluğu aynı yaşlar arasında yer almaktadır. Yapılan serbest zaman faaliyetlerine katılımın yüksek olması dinlenme, rahatlama, huzur bulma, mutlu olma, can sıkıntısından uzaklaşma ve arkadaşları ile birlikte olma, zevk alma duygusunun ön plana çıkmasından ileri gelmektedir. Bunun yanında ekonomik yetersizlik, yeterli zaman bulamama, tesis ve araç-gereçlerdeki yetersizlik serbest zaman

faaliyetlerine istenen ve beklenen düzeyde katılımı sınırlamaktadır. Bu bağlamda elde edilen tüm bulgulara göre, Türkiye şampiyonasına katılan haltercilerin cinsiyet ayrımı gözetmeden büyük bir kısmı serbest zamanlarında değişik rekreatif etkinlikler yapmaktadırlar. Serbest zamanlarında seçtikleri faaliyetler ise halter federasyonunun ve ilgili kulüplerinin sağladığı maddi ve manevi imkânlarla birlikte, tesis, araç-gereçlerin el verdiği ölçüde olmaktadır. Dolayısıyla henüz gençlik devresinde ve spor hayatının başlangıcında olan; çeşitli, bilgi, beceri ve alışkanlıkları kazanma çağındaki bulunan halterciler, çağın şartlarına ve yeni tekniklere uygun olarak, diğer ülkelerle yarışabilecek donanımlara sahip bir şekilde yetiştirilmeli, maddi ve manevi olarak daha çok desteklenmelidir.

Haltercilerin uzun vadeli başarısının planlamasında, yaşam tarzı dolayısıyla serbest zamanların etkili şekilde değerlendirilmesi önemli bir rol oynamaktadır. Federasyon ve kulüpler, sadece haltercilerin antrenmanlarını değil, eğitim ile birlikte serbest zaman faaliyetlerini de dikkatlice planlamalıdır.

KAYNAKLAR (REFERENCES)

1. Addington, Ö.E., (1993), "% 100 Düşünce Gücü" (Çev: B. Çetinkaya), Akaşa Yayınları, İstanbul
2. Afyon, Y.A., Hazar, F.C., Saygın, Ö., (2000), "Öğretim Elemenları ve Öğretmenlerin Boş Zamanlarını Değerlendirme Biçimlerinin Araştırılması", I. Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Kongresi Bildirileri, II.Cilt, Sporda Psikososyal Alanlar/ Spor Yönetim Bilimleri, Ankara, 161-168
3. Balcı, V., (2003), "Ankara'daki Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Etkinliklerine Katılımlarının Araştırılması", Milli Eğitim, Kültür ve Sanat Dergisi, Bahar,158,161-173.
4. Binarbaşı, S., Özdülek, Ç., Kalkavan, A., Demirel, M., (2006) "Kütahya İlinde Görev Yapan Öğretmenlerin Serbest zamanlarını Değerlendirme Faaliyetlerinin İncelenmesi", The 9. International Sports Sciences Congress 3-5 November, Muğla University - Muğla / Turkey, 91.
5. Can, S., (2002) ,"Resmi ve Özel Kurumlardaki Okul Yöneticileri ve Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Liderlik Davranışları Yönünden Karşılaştırılması", Yayınlanmamış Doktora Tezi, Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Erzurum.
6. Can, S. (2008), "İlköğretim Bölümü Öğretmen Adaylarının Ara ve Yaz Tatillerinde ki Serbest zaman Faaliyetlerine Katılım Biçimlerinin Değerlendirilmesi", 7. Ulusal Sınıf Öğretmenliği Eğitimi Sempozyumu, 2-3-4 Mayıs, Çanakkale.
7. Can, S. (2008), "İlköğretim Bölümü Öğretmen Adaylarının Eğitim - Öğretim Döneminde Serbest zaman Faaliyetlerine Katılım Biçimlerinin Belirlenmesi", 7. Ulusal Sınıf Öğretmenliği Eğitimi Sempozyumu, 2-3-4 Mayıs, Çanakkale.
8. Can, S., Durukan E., Özmaden, M., (2006), "Bir Rekreasyon Faaliyeti Olarak Üniversitelerarası Müsabakalara Katılan Sporcu Öğrencilerin Liderlik Davranışlarının Karşılaştırılması", II. Balıkesir Ulusal turizm Kongresi, 20-22 Nisan, Balıkesir.
9. Can, S., Durukan, E., Ökmen, A.Ş., (2007), "İlköğretim Bölümü Öğretmen Adaylarının Serbest Zaman Faaliyetlerini Katılım Biçimlerinin Belirlenmesi", 4. Uluslararası Akdeniz Spor Bilimleri Kongresi, 9-11 Kasım, Antalya, Türkiye.
10. Cushman, G., (2005), " Free Time and Leisure Participation: International Perspectives ", Cabi Publishing, Wallingford, Oxfordshire, U.K.
11. Çamlıyer, H., (1992), "Spor ve Serbest Zaman Etkinlikleri", Milli Eğitim Basımevi, Ankara, 63.

12. Erkal, M., (1981), "Sosyolojik Açından Spor", Filiz Kitapevi, İstanbul, 119.
13. Erkan N., (1980), "Sağlıklı Yaşam İçin Spor", Güven Yayınları, Ankara,
14. Geray, C., (1978), "Halk Eğitimi", A.Ü. Eğitim Fakültesi Yayınları No:73 İkinci Baskı, A.Ü. Basımevi, Ankara.
15. Gökçe, B., (1984), "Ortaöğretim Gençlerinin Beklenti ve Sorunları", M.E.B. Yayını, Ankara, 18
16. Gökmen, H., (1985), "Yükseköğrenim Gençlerinin Serbest Zaman Etkinliklerini Gerçekleştirme Düzeyleri", Milli Eğitim Basımevi, Ankara, 23
17. Göktaş, Z., Çolak, M., (2006), "Vergi Dairesi Başkanlığında Çalışan Personelin Boş Zamanlarını Değerlendirmesi Üzerine Bir Araştırma (Balıkesir örneği)", The 9. International Sports Sciences Congress 3-5 November, Muğla University - Muğla / Turkey, 16
18. Hacıoğlu, N., Gökdeniz, A. ve Dinç, Y., (2003), "Serbest zaman- Rekreasyon Yönetimi", Detay yayıncılık, I. Baskı, Ankara.
19. Kandaz, G., N., Hergüner, G., (2006), "Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenlerinin Serbest Zamanları Değerlendirme Biçimlerinin incelenmesi", The 9. International Sports Sciences Congress 3-5 November, Muğla University - Muğla / Turkey, 49
20. Karaküçük, S., (1992), "Sporun Rekreatif Fonksiyonları", Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi, C: VIII, S.1, Gazi Üniversitesi Yayınları, Ankara, 7
21. Karaküçük S., (1995), "Rekreasyon, Serbest zamanları Değerlendirme, Kavram Kapsam ve Bir Araştırma", Seren Matbaacılık Yayınları, Ankara, 5-6
22. Karaküçük, S., (1997), "Rekreasyon Serbest zamanları Değerlendirme", Seren Ofset, 2. Baskı, Ankara.
23. Karaküçük, S., (1999), "Rekreasyon Serbest zamanları Değerlendirme", Bağırhan Yayınmevi, 3. Bası, Ankara.
24. Kaya, S., (2003), "Yetiştirme Yurtlarında Kalan Gençlerin Boş Zaman Değerlendirme Eğilimi ve Etkinliklerin Sosyalleşmeye Etkisi", Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Ankara.
25. Kesim, Ü., (2003), "Türkiye'de İş Yerlerinde Rekreasyon Uygulamaları", Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, İstanbul.
26. Kılbaş, Köktaş, Ş., (2004), "Rekreasyon, Boş Zamanı Değerlendirme", Nobel Yayın Dağıtım, Ankara.
27. Korucu, G., Yetim, A., Güllü, M., (2006), " Sınıf Öğretmeni Adaylarının Serbest zaman Alışkanlıkları İle Spora Olan İlgilerinin İncelenmesi", The 9. International Sports Sciences Congress 3-5 November, Muğla University - Muğla / Turkey, 86
28. Kraus, R., Curtıs, J., (1977), "Creative Administration in Recreation and Parks", Second Edition, The C.V. Mosby Company, Saint Louis.
29. Mete B., Ağaoğlu S. A., (2003), "19 Mayıs Üniversitesi Kurupelit Kampüsü Akademik ve İdari Personeli Rekreatif Aktivitelere Katılım ve Bakış Açılarının İncelenmesi", Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Sporda Sosyal Alanlar Kongresi 10-11 Ekim Ankara, 421
30. Mutlutürk, N., (1991), "Yükseköğrenimde Beden Eğitimi ve Spor Sorunları", 9 Eylül Üniversitesi, Buca Eğitim Fakültesi, İzmir.
31. Müftügil, S., (1993), "Dinlenme ve Turizm İlişkisi", Derleyen: Ş. Yarcın, Seyahat Yönetimi, Boğaziçi Yayını, İstanbul, 63
32. Öcalan, M., (1996), "Doğu İl Merkezlerinde Görev Yapan Öğretmenlerin Boş Zamanlarında Yaptıkları Faaliyetler ve Sporun yeri" ,Fırat Üniversitesi Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Elazığ

33. Özdemir, A.S., Karaküçük, S., Gümüş, M., Kıran, S., (2006), "Türkiye Taş Kömürü Kurumu Genel Müdürlüğünde Çalışan Yer Altı İşçilerinin boş Zamanları Değerlendirme Alışkanlıklarının Belirlenmesi", The 9. International Sports Sciences Congress 3-5 November, Muğla University - Muğla / Turkey, 9
34. Özışık, Y., (1998), "Kara Harp Okulu Öğretim Elemanlarının Rekreasyon Sorunları Üzerine Bir Araştırma", Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara, 56, 57, 58.
35. Pepe, K., Can, S., (2003), "Spor Branşlarına Katılımın Sosyoekonomik Boyutunun Araştırılması", Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Sporda Sosyal Alanlar Kongresi, 10-11 Ekim, Ankara, 484
36. Pulur, A., (2003), "Üniversitede Görev Yapan Öğretim Elemanları ve İdari Personellerin Serbest zamanlarının Sporla Değerlendirme Eğilimlerinin Araştırılması (Kırıkkale Örneği)", Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Sporda Sosyal Alanlar Kongresi, 10-11 Ekim, Ankara, 427
37. Rossman, R.J., (1983), "Participant Satisfaction with Emplaye Recreation" Joperd, October, 60,
38. Simon, R.L., (1985), "Sports and Social Valve, Englewood Clifts", New Jersey: Prentice. Holl. Inc,
39. Tekin, A., Tekin, G., Amman, M., T., (2006), "Serbest Zamanlarda Yapılan Fiziksel Egzersizliğin Üniversite Öğrencilerinin Depresyon Ve Atılğanlık Düzeylerine Etkisi", The 9. International Sports Sciences Congress 3-5 November, Muğla University - Muğla / Turkey 19
40. Warm S., (1999), "Recreation and Tourism", Stanley Thornes (Publishers) Ltd.
41. Yaman, V., Yerlisu, T., (2003), "Ankara'da Spor Eğitimi Veren Yüksekokullarda Okuyan Öğrencilerin Serbest Zaman Alışkanlıkları İçerisinde Sporun Yeri", Beden Eğitimi ve Sporda Sosyal Alanlar Kongresi 10-11 Ekim, Ankara, 512
42. Yeniçeri, M., Kürkçü, R., Özdağ, S., (2006), "Devlet Memurlarının Serbest Zaman Değerlendirme Eğilimleri, Antropomerik Yapıları Ve fiziksel Uygunluk Seviyelerinin Araştırılması", The 9. International Sports Sciences Congress 3-5 November, Muğla University - Muğla / Turkey 34
43. Yetim, A., A., (2000), "Sporun Sosyal Görünümü", Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, Cilt 5 Sayı 1, Ankara.
44. Yetiş, Ü., (2000), "Kamu Kuruluşlarında Çalışan Devlet Memurlarının Boş Zaman Faaliyetlerini Değerlendirme Üzerine Bir Araştırma", Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
45. Zorba, E., Kesim, Ü., Ağılönü, A., Cerit, E., (2006), "Üniversite Öğrencilerinin Rekreatif etkinliklere Katılım Düzeylerinin Belirlenmesi (Muğla Üniversitesi Örneği) The 9. International Sports Sciences Congress 3-5 November, Muğla University - Muğla / Turkey, 43