

Üniversite Öğrencilerinin Rekreasyon Fayda Düzeyleri ile Akademik Öz Yeterlikleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi


Recep AYHAN¹ 

Buğra AKAY^{1*} 

Mehmet ÖÇALAN¹ 

Rüstem ORHAN¹ 

¹Kırıkkale Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, KIRIKKALE

 DOI: 10.31680/gaujss.1146884

Orijinal Makale / Original Article

Geliş Tarihi / Received: 22.07.2022

Kabul Tarihi / Accepted: 15.08.2022

Yayın Tarihi / Published: 22.09.2022

Öz

Bu çalışmanın amacı üniversite öğrencilerinin rekreasyon fayda düzeyleri ile akademik öz-yeterlikleri arasındaki ilişkiyi incelemektir. Araştırma ilişkisel tarama modeline göre yürütülmüştür. Araştırma grubu kolayda örnekleme yöntemi ile seçilen 356 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Verilerin analizinde betimsel istatistik, Cronbach Alpha iç tutarlık analizi, t-testi, ANOVA ve pearson korelasyon analizleri SPSS 26.0 paket programı kullanılarak yapılmıştır. Öğrencilerin cinsiyet değişkeni ile rekreasyon fayda ölçeği (RFÖ) ve alt boyutları arasında kadınların lehine anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Katılımcıların sınıf değişkenine göre akademik öz-yeterlik ölçeği (AÖÖ) "bilişsel uygulamalar" alt boyutu arasında 3. ve 4. Sınıfların lehine anlamlı farklılık bulunmuştur. Öğrencilerin not ortalaması ile RFÖ "bilişsel fayda" alt boyutu arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Katılımcıların not ortalamaları ile AÖÖ ve alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Öğrencilerin yaş değişkeni ile RFÖ arasında anlamlı farklılık tespit edilmezken; AÖÖ "sosyal statü" alt faktörü arasında düşük düzeyde ve pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Üniversite öğrencilerinin rekreasyon fayda ölçeği ile akademik öz-yeterlik ölçeğinden elde ettiği puan ortalamaları arasında orta düzeyde pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir. Sonuç olarak üniversite öğrencilerinin rekreatif faaliyetlere katılımı elde ettiği fiziksel, psikolojik ve sosyal faydalar, onların akademik öz-yeterlik algılarını olumlu yönde etkilediğini söyleyebiliriz.

Anahtar Kelimeler: Rekreasyon, Rekreasyon Fayda, Akademik Öz-Yeterlik, Üniversite Öğrencileri.

Investigation of Recreation Benefit Levels and Academic Self-Efficacy of University Students

Abstract

The aim of this study is to examine the relationship between the recreational benefit levels and academic self-efficacy of the university students. The research was carried out according to the relational screening model. The sample of the study consists of 356 university students selected by convenient sampling method. In the analysis of the data, descriptive statistics, Cronbach Alpha internal consistency analysis, t-test, ANOVA and pearson correlation analyzes were performed using SPSS 26.0 package program. While a significant difference was found between the gender variable of the students and the Recreation Benefit Scale (RBS) and its sub-dimensions in favor of female students. According to the class variable of the participants, a significant difference was found between the "cognitive practices" sub-dimension of academic self-efficacy scale (ASS) in favor of the 3rd and 4th grades. A significant difference was found between the students' grade point average and the RBS "cognitive benefit" sub-dimension. A significant difference was found between the grade averages of the participants and the RBS and all its sub-dimensions. While no significant difference was found between the students' age variable and RBS; A low-level and positive significant relationship was found between ASS "social status" sub-factor. It has been determined that there is a moderately positive and significant relationship between the academic self-efficacy scale and recreational benefit scale of university students. As a result, we can say that the physical, psychological and social benefits that university students gain by participating in recreational activities positively affect their academic self-efficacy levels.

Keywords: Recreation, Recreation Benefit, Academic Self-Efficacy, University Students.

Giriş

Rekreasyon, serbest zaman diliminde öncelikle zevk ve memnuniyet için açık veya kapalı alanda, aktif veya pasif şekilde aktivitelere gönüllü olarak katılım sağlanmasıdır (Akyüz ve diğerleri, 2018). Rekreasyon, kişinin serbest zamanlarında gerçekleştirdiği ve devam ettirdiği deneyimler ve etkinlikler anlamına gelir; temel amacı deneyim ve izlenmeye yönelik faaliyetlerin verimli ve etkili bir şekilde gönüllü katılımları içeren faaliyetlerin bütünüdür (Ap, 1986; Paksoy ve diğerleri, 2016). Rekreasyonun faydası, bireylerin serbest zaman faaliyetleri esnasında deneyimledikleri olumlu etkiler olarak tanımlanmaktadır (Driver, 1990). Rekreasyon faaliyetlerinin birçok faydası olduğu söylenebilir. Bu bağlamda Hung (2012) Rekreasyon faaliyetlerinin faydalarını; fizyolojik, psikolojik ve sosyal faydalar olarak üç ana başlıkta otuz madde ile sınıflandırmıştır. Son yıllarda yaşanan hızlı gelişmeler bireyleri hareketsiz bir yaşam tarzına sürüklemiştir. Bireyler, günün önemli bölümünde sabit olarak çalışmakta, zamanının büyük bir bölümünü bilgisayar ve televizyon gibi teknolojik aletlerin önünde hızlı gıdalar tüketerek harcamakta ve sonuç olarak sedanter yaşama bağlı, obezite ve kronik hastalık riskini arttırmaktadır (Ayhan ve Öçalan, 2022). İnternet ve sosyal ağların insanlığı özellikle de gençlerimizi çepeçevre sarması, bağımlılıklara, yalnızlığa neden olmakta ve insanları tehdit etmektedir. Yaşadığımız çağda yalnızlık duygusu bireylerin sürekli olarak karşılaştığı bir durumdur. Bireylerin bu olumsuz durumlardan kaçınması veya atlatabilmesi (Siyahtaş, 2020), sosyalleşmesi ve fiziksel-zihinsel sağlıklarını koruması açısından rekreasyon aktiviteleri önemlidir (Orhan ve diğerleri, 2021).

Kampüs rekreasyon programlarına öğrenci katılımı ve akademik başarı 1930'lara kadar uzanan birkaç on yıl boyunca incelenmiştir. Washke (1940) tarafından yapılan ilk araştırmalar kampüs içi sporlara katılıma odaklandı. O zamandan beri sayısız kampüs rekreasyon programları hayata geçirildi ve bu programlar öğrencilerin ilgisini çekmede başarılı oldu (örneğin grup egzersiz dersleri, su sporları programları, öğrenci sağlık programları) (Todd ve diğerleri, 2009). Rekreasyonel spor fırsatlarına katılan üniversite öğrencilerinin sağlık ve zindeliklerinde olumlu katkılarının yanında zaman yönetimi, akademik başarı performansları, sosyalleşme, iletişim, grup yönetimi gibi öğrenme çıktılarında da iyileşmeler olmuştur. Birden fazla etkinliklere sürekli olarak katılan öğrencilerde ise daha da fazla fayda sağlandığı gözlemlenmiştir (Forrester, 2014). Bir görevin başarılı bir şekilde sonuçlandırılmasında nelerin belirleyici olduğu özellikle eğitim ortamlarını inceleyen araştırmalarda sıklıkla ele alınmaktadır. Bu

belirleyicilerin ilk sıralarında da öz-yeterlik kavramı yer almaktadır. Öz-yeterlik, kişinin kendi yetkinliklerine duyduğu inanç olarak ifade edilmektedir. Öz-yeterlik kavramı genel bir ifadeyle kişinin verilen bir görevi ne derece başarılı şekilde tamamlayacağına dair inancına karşılık gelmektedir. Günümüzde öz-yeterliğe dayalı onlarca kavram bulunmaktadır. Örneğin, sosyal öz-yeterlik, bilgi okuryazarlığı, matematik, fen, internet, teknoloji, kariyer ve mesleki öz-yeterlik, öz-yeterlikten türetilen kavramlardır. Ayrıca akademik öz-yeterlik, Bandura'nın (1997) ortaya koyduğu öz-yeterlikten türetilen bir başka kavramdır. Öz-saygı, öz-yeterlik kavramına çok benzer olmasına rağmen, öz-saygı, bireyin kendi değerine ilişkin duygusal değerlendirmesini içerir. Buna karşılık öz-yeterlik, bir bireyin bir hedefe ulaşmak için kendi yeteneğinin değerlendirmesini veya bunu yapmak için kendine olan inancını içerir. Örneğin, akademik bir durumda, öz-yeterlik algısı yüksek öğrencilerin öğrenme motivasyonunun daha yüksek olduğu ve daha yüksek akademik başarı ile sonuçlandığı varsayılabilir. Çünkü bu öğrenciler hedeflerine ulaşma yeteneğine sahip olduklarına inanırlar (Yokoyama, 2019). Öz-yeterliğin cinsiyet, yaş ve dersin alanından etkilendiği bilinmektedir. Huang (2012)' in konu ile alakalı yapmış olduğu meta-analizde, katılımcıların akademik öz-yeterlik algıları ile cinsiyet, yaş ve ayrıca matematik ve sosyal bilimler gibi alanlar arasında farklılık gösterdiğini bildirmiştir. Aynı zamanda akademik öz-yeterliliğin öğrencilerin akademik başarısı üzerinde olumlu etkisi olduğu bilinmektedir (Bhati, Baral ve Meher, 2022). İlgili alanyazın incelendiğinde, farklı eğitim kademelerindeki öğrencilerin öz-yeterlikleri ile akademik başarıları arasındaki ilişkiyi inceleyen birçok araştırma göze çarpmaktadır. Ancak yapılan alanyazın taraması sonucunda üniversite öğrencilerinin rekreasyon faaliyetlerine katılımdaki fayda düzeyleri ile akademik öz-yeterlikleri arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmaya rastlanmamıştır. Bu kapsamda çalışmanın alanyazına katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bu çalışmada, üniversite öğrencilerinin rekreasyon fayda düzeyleri ile akademik öz-yeterlik algıları arasındaki ilişkinin incelenmesi; rekreasyon fayda düzeyi ile akademik öz-yeterlik inançlarının cinsiyete, sınıf düzeyine, not ortalamasına ve yaşa göre farklılaşma ve ilişki durumlarının belirlenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem

Araştırmanın Modeli

Bu araştırma ilişkisel tarama modeline göre yürütülmüştür. İlişkisel tarama modeli iki ya da daha fazla değişkenin birlikte değişiminin incelendiği bir araştırma türüdür (Büyüköztürk, Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demiral, 2018). Araştırma 2021-2022 eğitim-öğretim yılında gerçekleştirilmiştir. Çalışmanın etik ilkelere uygulduğu Kırıkkale Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu'nun 22.04.2022-04 sayılı kararıyla onaylanmıştır.

Araştırma Grubu

Araştırma grubu kolayda örnekleme yöntemi ile seçilen, $21,5 \pm 2,22$ yaş ortalaması sahip, 356 (168 kadın, 188 erkek) spor bilimleri fakültesi öğrencilerinden oluşmaktadır. Katılımcıların demografik bilgileri Tablo 1'de sunulmuştur.

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Bilgileri (n=356)

Değişkenler	Grup	N	%
Cinsiyet	Kadın	168	47,2
	Erkek	188	52,8
Sınıf	1.Sınıf	77	21,6
	2.Sınıf	125	35,1
	3.Sınıf	92	25,9
	4.Sınıf	62	17,4
Genel Ağırlıklı Not Ortalaması	2.00'den az	14	3,9
	2.00-2.50 arası	55	15,4
	2.51-3.00 arası	101	28,4
	3.01-3.50 arası	158	44,4
	3.51-4.00 arası	28	7,9

Verilerin Toplanması

Veri toplama araçları 3 bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümünde, cinsiyet, sınıf, genel ağırlıklı not ortalaması ve yaş değişkenlerinin yer aldığı kişisel bilgi formu; diğer iki bölümde ise "Rekreasyon Fayda Ölçeği" ve "Akademik Öz-Yeterlik Ölçeği" yer almaktadır.

Rekreasyonel fayda düzeylerini ölçmek amacıyla Ho (2008) tarafından hazırlanan ve geliştirilen Türkçe uyumu, geçerlik ve güvenirliği Akgül, Ertüzün ve Karaküçük (2018) tarafından gerçekleştirilen "Rekreasyon Fayda Ölçeği (The Leisure Benefits Scale)" uygulanmıştır. Rekreasyon Fayda Ölçeği 5'li Likert tipi bir ölçek olup, 24 madde ve 3 faktörden oluşmaktadır. Derecelendirme "Hiç katılmıyorum=1, Tamamen katılıyorum=5" olarak yapılmaktadır. Ölçeğin Cronbach Alpha değeri 0.83 olup üç alt boyut için ise iç tutarlılık katsayıları 0.80-0.86 arasında değişmektedir.

Anketin son bölümünde “Akademik Öz-Yeterlik Ölçeği (Academic Self Efficacy)” kullanılmıştır. Bu ölçek Owen ve Froman tarafından (1988) hazırlanmıştır. Ekici tarafından (2012) ise geçerlilik ve güvenilirliği yapılmıştır. Yapılan Faktör Analizinde toplam varyansın %45,8’ ini açıklayan 33 madde ve 3 alt boyuttan (Sosyal statü alt boyutu, bilişsel uygulamalar alt boyutu ve teknik beceriler alt boyutu) oluşan ölçme aracı elde edilmiştir. Ölçek 5’li Likert tipindedir. Derecelendirme “Oldukça Az=1, Çok Fazla=5” şeklinde yapılmaktadır. Ölçeğin geneli için Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı 0,86 olarak hesaplanmıştır.

Verilerin Analizi

Verilerin normalliği belirlemeye yönelik basıklık ve çarpıklık değerleri incelenmiştir. Normallik varsayımı için basıklık ve çarpıklık değerlerinin ± 2 aralığında olması önerilmektedir (George ve Mallery, 2003). Araştırmada kullanılan ölçeklerin basıklık ve çarpıklık değerleri incelendiğinde normal dağılım sergilediği görülmektedir (Tablo 2). Verilerin analizinde t-Testi, ANOVA, pearson korelasyon analizleri yapılmıştır. Ölçeklerin güvenilirliğini belirlemek için Cronbach's Alpha analizi uygulanmıştır.

Tablo 2. RFÖ ve AÖÖ Ölçeği Güvenirlik ve Normallik Değer Tablosu

Ölçekler	Madde Sayısı	N	\bar{X}	SD	Çarpıklık	Basıklık	Cronbach's Alpha
RFÖ	24	356	4.02	0.90	-1.325	1.633	0.97
AÖÖ	33	356	3.22	0.78	0.94	-0.382	0.95

Tablo 2’ye göre ölçek değer tablosu incelendiğinde, RFÖ puan ortalaması 4.02; standart sapması 0.90 olduğu görülmektedir. Ölçme aracının çarpıklık (-1.325) ve basıklık (1.633) değerleri incelendiğinde, normallik varsayımını sağladığı söylenebilir. Ölçeğin (24 madde) iç tutarlık katsayısı 0.97 hesaplanmıştır. AÖÖ puan ortalaması 3.22; standart sapması 0.78 olarak bulunmuştur. AÖÖ çarpıklık (0.94) ve basıklık (-0.382) değerleri incelendiğinde, normallik varsayımını sağladığı görülmektedir. Ölçeğin (33 madde) iç tutarlık katsayısı 0.95 olarak bulunmuştur.

Bulgular

Araştırmanın bu bölümünde elde edilen bulgulara ve yorumlara sırasıyla yer verilmiştir.

Tablo 3. Cinsiyete yönelik RFÖ ve AÖÖ t-testi sonuçları

Alt Boyutlar	Cinsiyet	N	\bar{X}	SD	t	P
Fiziksel Fayda	Kadın	168	4.17	.76	2.629	.009*
	Erkek	188	3.92	1.02		
Psikolojik Fayda	Kadın	168	4.16	.79	2.595	.010*
	Erkek	188	3.91	1.00		
Sosyal Fayda	Kadın	168	4.13	.79	2.352	.019*
	Erkek	188	3.90	1.04		
RFÖ (Toplam)	Kadın	168	4.15	.76	2.585	.010*
	Erkek	188	3.91	.99		
Sosyal Statü	Kadın	168	3.14	.76	-.765	.445
	Erkek	188	3.20	.82		
Bilişsel Uygulamalar	Kadın	168	3.32	.78	1.338	.182
	Erkek	188	3.20	.83		
Teknik Beceriler	Kadın	168	3.17	.93	-.348	.728
	Erkek	188	3.21	.99		
AÖÖ (Toplam)	Kadın	168	3.24	.75	.505	.614
	Erkek	188	3.20	.81		

*p<0.05

Tablo 3’de cinsiyetin RFÖ üzerindeki etkisini incelemeye yönelik yapılan t-testi sonucunda; cinsiyet değişkeni ile RFÖ ($t_{(356)}=2.585$; $p<0.05$) ve “Fiziksel” ($t_{(356)}=2.629$; $p<0.05$), “Psikolojik” ($t_{(356)}=2.595$; $p<0.05$), “Sosyal” ($t_{(356)}=2.352$; $p<0.05$) fayda alt boyutları arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Katılımcıların cinsiyet değişkeni ile AÖÖ arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p>0.05$).

Tablo 4. Sınıf değişkenine göre RFÖ ve AÖÖ ANOVA sonuçları

Alt Boyutlar	Fakülte	\bar{X}	N	F	P	Anlamlı Fark.
Fiziksel Fayda	1. sınıf (1)	3.93	77	.607	.601	
	2. sınıf (2)	4.10	125			
	3. sınıf (3)	4.09	92			
	4. sınıf (4)	4.02	62			
Psikolojik Fayda	1. sınıf	3.94	77	.415	.743	
	2. sınıf	4.08	125			
	3. sınıf	4.00	92			
	4. sınıf	4.07	62			
Sosyal Fayda	1. sınıf	3.91	77	.720	.540	
	2. sınıf	4.05	125			
	3. sınıf	3.96	92			
	4. sınıf	4.12	62			
RFÖ (Toplam)	1. sınıf	3.92	77	.586	.625	
	2. sınıf	4.07	125			
	3. sınıf	3.99	92			
	4. sınıf	4.09	62			
Sosyal Statü	1. sınıf	3.03	77	2.379	.070	
	2. sınıf	3.14	125			
	3. sınıf	3.16	92			
	4. sınıf	3.40	62			
Bilişsel Uygulamalar	1. sınıf	3.04	77	2.953	.033*	1<3, 4
	2. sınıf	3.26	125			
	3. sınıf	3.30	92			
	4. sınıf	3.44	62			

Teknik Beceriler	1. sınıf	3.08	77	.752	.522
	2. sınıf	3,20	125		
	3. sınıf	3.18	92		
	4. sınıf	3.33	62		
AÖÖ (Toplam)	1. sınıf	3.05	77	2.488	.060
	2. sınıf	3.22	125		
	3. sınıf	3.24	92		
	4. sınıf	3.41	62		

*p<0.05

Katılımcıların sınıf değişkenine yönelik yapılan ANOVA testi sonucunda; sınıf değişkeni ile RFÖ arasında anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Diğer bir ifadeyle sınıf değişkeninin, öğrencilerin rekreatif etkinliklere katılım sonucunda elde ettiği fayda düzeyleri üzerinde anlamlı etkisinin olmadığı görülmüştür. Katılımcıların sınıf değişkeni ile AÖÖ arasında anlamlı farklılık tespit edilmezken “bilişsel” (F(352)=2.953, p<0.05) alt faktöründe anlamlı farklılık tespit edilmiştir. 3. ve 4. sınıf öğrencilerinin bilişsel akademik öz-yeterlik algısı, 1. sınıf öğrencilerine göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur.

Tablo 5. Not ortalamasına göre RFÖ ve AÖÖ ANOVA sonuçları

Alt Boyutlar	Not Ortalaması	\bar{X}	N	F	P	Anlamlı Fark.
Fiziksel Fayda	2.00'den az (1)	3.96	14	2.298	.059	
	2.00-2.50 arası (2)	3.83	55			
	2.51-3.00 arası (3)	3.95	101			
	3.01-3.50 arası (4)	4.12	158			
	3.51-4.00 arası (5)	4.38	28			
Psikolojik Fayda	2.00'den az	3.94	14	2.779	.027*	2<4, 5 3<5
	2.00-2.50 arası	3.74	55			
	2.51-3.00 arası	4.00	101			
	3.01-3.50 arası	4.08	158			
	3.51-4.00 arası	4.41	28			
Sosyal Fayda	2.00'den az	3.95	14	1.715	.146	
	2.00-2.50 arası	3.85	55			
	2.51-3.00 arası	3.96	101			
	3.01-3.50 arası	4.03	158			
	3.51-4.00 arası	4.40	28			
RFÖ	2.00'den az	3.95	14	2.260	.062	
	2.00-2.50 arası	3.81	55			
	2.51-3.00 arası	3.97	101			
	3.01-3.50 arası	4.07	158			
	3.51-4.00 arası	4.40	28			
Sosyal Statü	2.00'den az	2.93	14	3.904	.004*	1, 2, 3, 4<5
	2.00-2.50 arası	3.00	55			
	2.51-3.00 arası	3.08	101			
	3.01-3.50 arası	3.23	158			
	3.51-4.00 arası	3.63	28			
Bilişsel Uygulamalar	2.00'den az	2.75	14	9.923	.000*	1, 2, 3<4, 5 4<5
	2.00-2.50 arası	2.94	55			
	2.51-3.00 arası	3.11	101			
	3.01-3.50 arası	3.40	158			
	3.51-4.00 arası	3.82	28			
Teknik Beceriler	2.00'den az	2.69	14	4.737	.001*	1, 2, 3<4, 5

	2.00-2.50 arası	2.92	55			
	2.51-3.00 arası	3.06	101			
	3.01-3.50 arası	3.34	158			
	3.51-4.00 arası	3.58	28			
AÖÖ	2.00'den az	2.80	14	7.673	.000*	1, 2, 3<4, 5 4<5
	2.00-2.50 arası	2.96	55			
	2.51-3.00 arası	3.09	101			
	3.01-3.50 arası	3.34	158			
	3.51-4.00 arası	3.73	28			

*p<0.05

Katılımcıların not ortalaması değişkenine yönelik yapılan ANOVA testi sonucunda; öğrencilerin not ortalamaları ile RFÖ “psikolojik fayda” alt boyutu arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($F_{(352)}=2.779$, $p<0.05$). Not ortalaması “3.01-3.50” ile “3.51-4.00” arasında olan öğrencilerin “psikolojik fayda” alt boyutundaki toplam puanları, not ortalaması “2.00-2.50” arasında olan öğrencilerden anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur. Katılımcıların not ortalamaları ile AÖÖ ($F_{(352)}=7.673$, $p<0.05$) ve “sosyal statü” ($F_{(352)}=3.904$, $p<0.05$), “bilişsel uygulamalar” ($F_{(352)}=9.923$, $p<0.05$), “teknik beceriler” ($F_{(352)}=4.737$, $p<0.05$) alt faktörleri arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. AÖÖ toplam puanlarındaki bu farklılık not ortalaması 3.01 ile 4.00 arasında olan öğrencilerin lehine olduğu bulunmuştur. Üniversite öğrencilerin not ortalamalarının artması ölçek genelinde ve tüm alt boyutlarda akademik öz-yeterlik algılarını anlamlı olarak arttırdığı görülmektedir.

Tablo 6. Yaş değişkeni, RFÖ ve AÖÖ arasındaki korelasyon tablosu

	Yaş	F1	F2	F3	F4	F5	F6	F7	F8
Yaş	1								
F1	.005	1							
F2	-.019	.962**	1						
F3	.013	.980**	.929**	1					
F4	.017	.973**	.893**	.932**	1				
F5	.092	.326**	.289**	.317**	.338**	1			
F6	.112*	.310**	.269**	.299**	.299**	.936**	1		
F7	.090	.320**	.290**	.313**	.326**	.982**	.866**	1	
F8	.028	.275**	.232**	.267**	.295**	.881**	.782**	.832**	1

(*p<0.05) (**p<0.05) F1= RFÖ, F2=Fiziksel Fayda, F3=Psikolojik Fayda, F4=Sosyal Fayda, F5= AÖÖ, F6= Sosyal Statü, F7= Bilişsel Uygulamalar, F8= Teknik beceriler.

Tablo 6’da üniversite öğrencilerinin yaş değişkeni, RFÖ ve AÖÖ arasındaki ilişkiyi incelemek için korelasyon analizi yapılmıştır. Yapılan analiz sonucunda yaş değişkeni ile RFÖ ve alt boyutları arasında anlamlı ilişki tespit edilmezken; yaş değişkeni ile AÖÖ “sosyal statü” alt boyutu arasında düşük düzeyde ve pozitif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir ($r=.112$, $p<0.05$). RFÖ ile AÖÖ arasında pozitif yönlü orta düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r=.326$, $p<0.05$).

Tartışma ve Sonuç

Çalışmanın sonuçlarına göre; cinsiyetin rekreasyon fayda düzeyleri üzerindeki etkisini incelemeye yönelik yapılan t-testinde, cinsiyet değişkeni ile rekreasyon fayda ölçeği ve fiziksel, psikolojik, sosyal fayda alt boyutları arasında kadınların lehine anlamlı farklılık bulunmuştur. Çalışmamızın aksine Bülbül, Ölçücü ve Akyol'un (2021) spor elemanları ile yaptığı bir araştırmada; RFÖ ile cinsiyet arasında anlamlı bir fark bulunmazken, erkeklerin rekreasyon fayda düzeyleri kadınlardan anlamlı olmasa da yüksek olduğu tespit edilmiştir. Ertüzün, Hadi ve Fidan (2020) spor merkezlerine üye olan bireyler ile yaptığı çalışmasında, cinsiyet değişkenine göre rekreasyon fayda düzeyi arasında anlamlı farklılık tespit etmemiştir. Karaküçük, Durhan, Akgül, Aksın ve Özdemir (2019) katılımcıların cinsiyet değişkenine göre rekreasyon fayda düzeyleri arasında anlamlı farklılık olmadığını bulmuştur. Chen, Cheng ve Lin (2013) öğretmenler üzerine yaptığı çalışmada, erkek öğretmenlerin rekreasyon fayda düzeylerinin kadın öğretmenlerden anlamlı düzeyde yüksek olduğunu tespit etmiştir. Araştırma bulgularımızla örtüşen şekilde Philipp (1997) Avrupalı ve Afrikalı Amerikalılar üzerine yaptığı çalışmasında, Avrupalı Amerikan kadınların rekreasyon faaliyetlerine yönelik fiziksel ve sosyal fayda düzeylerini erkeklerden yüksek olduğunu tespit etmiştir. Kocaer (2019) kadın katılımcıların rekreasyon fayda düzeylerini erkeklerden anlamlı olmasa da yüksek bulmuştur. Kocaer bu durumun sebebini kadınların sağlıklı olma, zayıflama ya da formunu koruma amacı ile yapılan faaliyetlere daha fazla katılım sağlamasına bağlamıştır. Çalışmamızın sonucunda kadınların rekreasyon faaliyetlerine katılımındaki psikolojik faydalar erkeklerden anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur. Literatürde cinsiyetin psikolojik iyi olma durumuna etkisi incelendiğinde; kadınların psikolojik iyi olma durumlarının daha iyi seviyede olduğu görülmektedir (Eşigül, 2013; Girgin, 2018; Ayhan, 2020). Bu durum kadınların rekreatif etkinliklere katılım sonucunda elde ettiği psikolojik faydaların anlamlı düzeyde yüksek olmasının sebebi olarak açıklanabilir.

Çalışmamızda katılımcıların cinsiyet değişkeni ile AÖÖ arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır. Cinsiyetin, üniversite öğrencilerinin akademik öz-yeterlik algısına anlamlı etkisinin olmadığı görülmektedir. Buna mukabil Koç ve Arslan (2017) ve Yaşartürk (2019) kadınların akademik öz-yeterlik algılarını, erkeklerden anlamlı düzeyde yüksek bulmuştur. Küçükkaya Özdemir ve Kahyaoğlu Süt (2022) hemşirelik

öğrencileriyle yaptıkları bir araştırmada, kız öğrencilerin akademik öz-yeterliklerinin erkeklerden anlamlı düzeyde fazla olduğu bulunmuştur. İtalya'nın merkezinde büyük üniversitelerin hemşirelik programında öğrenim gören öğrencilerle yapılan bir araştırmada araştırmamızın aksine erkek katılımcıların akademik öz-yeterliklerinin kız öğrencilerden anlamlı düzeyde fazla olduğu görülmektedir (Bulfone ve diğerleri, 2021). Çalışmamızda bilişsel uygulamalar alt boyutunda kadınların puan ortalamaları erkeklerden yüksek olduğu tespit edilmiştir. Öz-yeterlik algısı toplumun o alanla ilgili cinsiyete yönelik bakış açısından etkilenebilmektedir. Örneğin araştırmacılar, matematik, fen ve teknoloji gibi alanların erkek alanı olarak algılandığını gözlemişlerdir (Eisenberg, Martin ve Fabes, 1996). Yazma ise öğrenciler tarafından kadın alanı olarak algılanmakta ve öğrenciler bu alanlarla ilgili başarıyı cinsiyetleri ile ilişkili bir zorunluluk olarak görmektedir (Schunk ve Pajares, 2001). Bu durum onların öz-yeterlik algılarını etkilemektedir. Fakat akademik öz-yeterlik ile ilgili alanyazın incelemesi sonucunda birçok araştırmamızın bulguları çalışmamızı desteklemektedir (Çuhadar, Gündüz ve Tanyeri, 2013; Tunca ve Alkın-Şahin, 2014; Oğuz, 2012; Choi, 2005).

Katılımcıların sınıf değişkenine yönelik yapılan ANOVA testi sonucunda; sınıf değişkeni ile RFÖ arasında anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Diğer bir ifadeyle sınıf düzeyinin, öğrencilerin rekreatif etkinliklere katılım sonucunda elde ettiği faydalar üzerinde anlamlı etkisinin olmadığı görülmüştür. Üstün ve Üstün'ün (2020) Üniversite öğrencileri ile yaptığı bir araştırmada, çalışmamıza benzer şekilde öğrencilerin Rekreasyon Fayda Farkındalık düzeylerinin sınıf değişkenine göre anlamlı bir fark oluşturmadığı görülmüştür. Konu ile ilgili yapılan çalışmalar araştırma bulgularımızı desteklemektedir.

Katılımcıların sınıf değişkeni ile AÖÖ arasında anlamlı farklılık tespit edilmezken "bilişsel" alt faktöründe anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Bilişsel akademik öz-yeterlik algısı, 3. ve 4. sınıf öğrencilerinin 1. sınıf öğrencilerine göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur. Necmettin Erbakan Üniversitesi Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi 18 ayrı bölümde öğrenimine devam eden öğrencilerle yapılan bir araştırmada çalışmamıza benzer şekilde sınıf değişkenine göre akademik öz-yeterliğin değişiklik gösterebileceği görülmüştür (Korucu ve Çınar, 2017). Yalmancı ve Aydın (2014) öğretmen adaylarıyla yaptığı çalışmada; 3. ve 4. sınıfların akademik öz-yeterlik algılarını 1. ve 2. sınıf öğrencilerinden anlamlı ölçüde yüksek bulmuştur. Benzer şekilde Akyürek (2020) çalışmasında, 4. Sınıf öğretmen adaylarının akademik öz-

yeterlik algılarını 1. ve 2. sınıf öğretmen adaylarından anlamlı düzeyde daha yüksek olduğunu tespit etmiştir. Üniversite öğrencileri ile ilgili yapılan çalışma sonuçları araştırmamızın sonuçları ile paralellik göstermektedir. Diğer bir ifade ile üniversite örneklemini ile yapılan çalışmalarda sınıf düzeyinin artması üniversite öğrencilerin öz-yeterlik algıları artmaktadır. Bu durumun sebebi olarak öğrencilerin eğitim yaşantılarının artması akademik öz-yeterlik algılarını arttırdığı söylenebilir. Schunk ve Pajares (2001) okulun öğrencilere bazı beceriler kazandırdığını ve sınıf ilerlemesi ile birlikte bu becerilerinde arttığını, bununla birlikte öz-yeterlik algılarının da artacağını belirtmiştir.

Katılımcıların not ortalaması değişkenine yönelik yapılan ANOVA testi sonucunda; öğrencilerin not ortalamaları ile RFÖ “psikolojik fayda” alt boyutu arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Not ortalaması “3.01-3.50” ile “3.51-4.00” arasında olan öğrencilerin “psikolojik fayda” alt boyutundaki toplam puanları not ortalaması “2.00-2.50” arasında olan öğrencilerden anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur. Yalçınkaya (2019) spor bilimleri öğrencileri ile yaptığı bir araştırmada ise; öğrencilerin not ortalamalarının yalnızca psikolojik fayda alt boyutunda değil diğer alt boyutlarda da anlamlı farklılıklar oluşturduğu sonucuna varılmıştır. Çalışmamızda not ortalaması yüksek öğrencilerin rekreasyon fayda ölçeği ve tüm alt boyutlarında puan ortalamaları not ortalaması düşük olan öğrencilere göre yüksek olduğu tespit edilmiştir. Rekreasyon etkinlikleri ile ilgili yapılan çalışmalar incelendiğinde; akademik başarısı yüksek olan öğrencilerin boş zaman engelleri ile başa çıkmada daha başarılı olduğu (Öz, Yazıcı, Kayalar ve Yıldızhan, 2019), boş zamanı değerlendirilmenin ise akademik başarıyı arttırdığı (Akyüz ve Türkmen, 2016) belirtilmektedir. Dolayısıyla öğrencilerin akademik alandaki başarısı, onların rekreasyon etkinliklere katılımı ile birlikte elde ettiği fiziksel, sosyal ve psikolojik fayda düzeylerini de arttırmış olabilir.

Katılımcıların not ortalamaları ile AÖÖ ve sosyal statü, bilişsel uygulamalar, teknik beceriler alt boyutları arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. AÖÖ toplam puanlarındaki bu farklılık not ortalaması 3.01 ile 4.00 arasında olan öğrencilerin lehine olduğu tespit edilmiştir. Üniversite öğrencilerin not ortalamalarının artması ölçek genelinde ve tüm alt boyutlarda akademik öz-yeterlik algılarını anlamlı olarak arttırdığı görülmektedir. Çalışmamızın bulgularıyla örtüşen şekilde Turgut (2013) lisans öğrencileri üzerinde yaptığı çalışmada; öğrencilerin akademik performanslarının, akademik öz-yeterlik puanları üzerinde anlamlı etkisinin olduğunu tespit etmiştir.

Eroğlu ve Yıldırım (2018) beden eğitimi öğretmen adaylarının akademik öz-yeterlik algılarını incelendiği bir çalışmada, araştırmamıza benzer nitelikte öğrencilerin not ortalamalarının artmasıyla akademik başarılarının da arttığı görülmektedir. Eroğlu, Yıldırım ve Şahan (2017) çalışmada, not ortalaması yüksek olan öğrencilerin akademik öz-yeterlik algılarını anlamlı düzeyde yüksek olduğunu bulmuştur. Özetle çalışmalar akademik öz-yeterliği yüksek olan kişilerin akademik başarılarının da olacağını göstermiştir (Yokoyama, 2019; Honicke ve Broadbent, 2016; Lent, Brown ve Larkin, 1986).

Üniversite öğrencilerinin yaş değişkeni ile RFÖ ve AÖÖ arasındaki ilişkiyi incelemek için korelasyon analizi yapılmıştır. Yapılan analiz sonucunda yaş değişkeni ile RFÖ ve alt boyutları arasında anlamlı ilişki tespit edilmezken; yaş değişkeni ile AÖÖ “sosyal statü” alt boyutu arasında düşük düzeyde ve pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Benzer şekilde Güldür ve Yaşartürk (2020) yaptığı araştırmada RFÖ toplam puan ortalamaları ve alt boyutları arasında anlamlı ilişki tespit etmemiştir. Tekeli (2017) öğretmen adaylarının yaş değişkeni ile AÖÖ “sosyal statü” alt faktörü arasında anlamlı farklılık tespit etmiştir. Araştırmada yaşı büyük olanların sosyal statü düzeyleri daha iyi seviyede olduğu sonucuna varılmıştır. Ceylan (2011) yaş unsurunun toplumsal statü için önemli bir ölçüt olduğunu ifade etmiştir. Yaşın sosyal statü üzerindeki etkisi topluma göre farklılık gösterebilmektedir. Örneğin Japonya’da yaşlılara hürmet edilmekte, bilgi birikimi ve tecrübelerinden faydalanılmakta ve sosyal statülerinin gençlere göre daha yüksek olduğu gözlenmekteyken, İngiltere’de yaşlılar değersiz, tuhaf ve güçsüz kişiler olarak görülmektedir (Uyanık, 2017). Araştırma sonuçlarımız da yaşın sosyal statü üzerinde olumlu etkisinin olduğunu göstermekte ve konu ile ilgili araştırma sonuçlarımız alanyazın ile örtüşmektedir.

RFÖ ile AÖÖ arasında yapılan korelasyon analizinde pozitif yönlü orta düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Sonuç olarak üniversite öğrencilerinin rekreasyon etkinliklere katılımı elde ettiği fayda düzeyleri arttıkça onların akademik öz-yeterlik algılarını da arttığı söylenebilir. Aslan ve Karaküçük (1997) üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada; öğrencilerin, %86,4’ü rekreasyonun akademik başarıyı arttırdığını düşündüklerini ifade etmiştir. Serbest zaman tatmini öğrencilerin akademik başarılarına olumlu etkisinin olduğunu gibi (Karoğlu ve Atasoy, 2018) öğretmenlerin de mesleki öz-yeterlik inançlarını arttırmaktadır (Akay, 2021). Eccles, Barber, Stone ve Hunt (2003) serbest zaman etkinliklerinin öğrencilerin okul başarılarını ve okula gelme

sıklıklarını arttırdığını ifade etmiştir (Marsh ve Kleitman, 2002). Yaşartürk, Akay ve Ayhan (2021) çalışmasında, üniversite öğrencilerinin serbest zaman etkinliklerine yönelik olumlu tutumlarının sınav kaygısını azalttığını belirtmiştir. Mahoney (2000) yaptığı boylamsal çalışmada okul dışı etkinliklere katılan yüksek riskli kız ve erkek çocukların okulu bırakma ve cezai tutuklanma oranlarında azalma olduğunu gözlemlemiştir. Öğrenciler, bu etkinliklerle birlikte okulda kullanabilecekleri becerilerini geliştirirler, diğer insanlarla sosyal ilişkiler kurarlar ve zor görevlerin üstesinden gelirler (Eccles ve diğerleri, 2003). Alanyazın doğrultusunda rekreasyon etkinliklerine katılımı edinilen faydalar, öğrencilerin akademik başarısının artmasını ve bu konudaki yeterlik algısının gelişmesine katkı sağlayacaktır. Araştırma sonuçlarımız; rekreasyon etkinliklerinin, akademik öz-yeterlik ve akademik başarı durumu inceleyen araştırma bulguları ile benzerlik göstermektedir.

Kaynaklar

- Akay, B. (2021). Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin serbest zaman doyumunu ile öz yeterlik inançları arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Bartın Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bartın.
- Akgül, B., Ertüzün, E. ve Karaküçük, S. (2018). Leisure benefit scale: a study of validity and reliability. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 23(1), 25-34.
- Akyürek, M. İ. (2020). Öğretmen adaylarında akademik öz-yeterlik ve akademik güdülenme ilişkisi: Hacettepe Üniversitesi örneği. *Medeniyet Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 4(2), 101-115.
- Akyüz, H. ve Türkmen, M. (2016). Üniversite öğrencilerinin boş zaman faaliyetlerine yönelik tutumlarının incelenmesi: Bartın üniversitesi örneği. *International Journal of Sport Culture and Science*, 4(1), 340-357.
- Akyüz, H., Yaşartürk, F., Karataş, İ., Türkmen, M. ve Zorba, E. (2018). Rekreasyon bölümünde öğrenim gören öğrencilerin serbest zaman motivasyonlarının mutluluk düzeyi üzerine etkisi. *Journal of Human Sciences*, 15(2), 1086-1096. doi:10.14687/jhs.v15i2.5355.
- Ap, J.(1986) Recreation trends and implications for government. In R. Castle, D. Lewis & J. Mangan (eds) *Work, Leisure and Technology*. Melbourne, Longman Cheshire,167-83.

- Aslan, S. ve Karaküçük, S. (1997). Devlet yurtlarında kalan bayan öğrencilerin rekreasyonel sorunları.(Ankara Örneği). *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2(3), 51-71.
- Ayhan, A. S. (2020). Üniversite öğrencilerinde öz anlayış ve bağlanma stillerinin psikolojik iyi oluş üzerinde yordayıcılığın incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Ayhan, R. ve Öçalan, M. (2022). Uçurtma sörfü (kitesurfing) ile ilgilenen bireylerin serbest zaman egzersiz düzeyleri serbest zaman engelleri ve motivasyonlarının incelenmesi. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 27 (1) , 13-32 . DOI: 10,53434/gbesbd.971451.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: W.H. Freeman.
- Bhati, K., Baral, R. ve Meher, V. (2022). Academic self-efficacy and academic performance among undergraduate students in relation to gender and streams of education. *Indonesian Journal of Contemporary Education*, 4(2), 80-88.
- Bulfone, G., Badolamenti, S., Biagioli, V., Maurici, M., Macale, L., Sili, A. ve Alvaro, R. (2021). Nursing students' academic self-efficacy: A longitudinal analysis of academic self-efficacy changes and predictive variables over time. *Journal of Advanced Nursing*. doi:10.1111/jan.14771.
- Bülbül, A., Ölçücü, B. ve Akyol, G. (2021). Spor elemanlarının rekreasyon fayda farkındalığı ile bedenlerini beğenme düzeyleri arasındaki ilişki. *Karadeniz Uluslararası Bilimsel Dergi*, 1(50), 110-123. doi:10.17498/kdeniz.934526.
- Büyükoztürk, Ş., Çakmak, E. K., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. ve Demiral, F. (2018). *Eğitimde bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi.
- Ceylan, T. (2011). Toplumsal Sistem Analizinde Toplumsal Statü ve Rol. *Journal of Graduate School of Social Sciences*, 15(1), 89-104.
- Chen, C. C., Cheng, C. H. ve Lin, S. Y. (2013). The relationship among leisure involvement, leisure benefits, and happiness of elementary school teachers in Tainan county. *International Research in Education*, 1(1), 29-51. doi: 10.5296/ire.v1i1.3970.
- Choi, N. (2005). Self-efficacy and self-concept as predictors of college students' academic performance. *Psychology in the Schools*, 42(2), 197-205.
- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The psychology of optimal experience*. New York: Harper & Row Publishers.

- Çuhadar, C., Gündüz, Ş. ve Tanyeri, T. (2013). Bilgisayar ve öğretim teknolojileri bölümü öğrencilerinin ders çalışma yaklaşımlarının ve akademik öz-yeterlik algılarının incelenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 9(1), 251-259.
- Driver, B.L. (1990). *The North American experience in measuring the benefits of leisure*. In E. Hamilton-Smith (Ed.), *Proceedings Nationa*.
- Eccles, J. S., Barber, B. L., Stone, M. ve Hunt, J. (2003). Extracurricular activities and adolescent development. *Journal of Social Issues*, 59(4), 865-889.
- Eisenberg, N., Martin, C. L. ve Fabes, R. A. (1996). Gender development and gender effects. In D. C. Berliner & R. C. Calfee (Eds.), *Handbook of educational psychology* (pp. 358-396). New York: Macmillan.
- Ekici, G. (2012). Akademik öz-yeterlik ölçeği: Türkçeye uyarlama, geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2012(43), 174-185.
- Eroğlu, O. ve Yıldırım, Y. (2018). Beden eğitimi ve spor öğretmeni adaylarının akademik öz-yeterlik düzeylerinin belirlenmesi. *Türkiye Spor Bilimleri Dergisi*, 2(2), 67-73.
- Eroğlu, O., Yıldırım, Y. ve Şahan, H. (2017). Spor bilimleri fakültesindeki öğrencilerin akademik öz-yeterlik ve akademik güdülenme düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi: *Akdeniz Üniversitesi örneği*. *Türkiye Spor Bilimleri Dergisi*, 1(1), 38-47.
- Ertüzün, E., Hadı, G. ve Fidan, E. 2020. Spor Merkezine Üye Bireylerin Rekreasyon Fayda Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*. doi:10.17155/omuspd.657210.
- Eşigül, E. (2013). Üniversite öğrencilerinin algıladıkları stres ile psikolojik iyi olma arasındaki ilişkide sosyal problem çözmenin aracı ve düzenleyici rolünün incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Forrester, S. (2014). *The benefits of campus recreation*. Corvallis, OR: NIRSA.
- George D, and Mallery, P. (2003) *SPSS for Windows step by step: A simple guide and reference*. 11.0 update (4th ed.). Boston: Allyn & Bacon.
- Girgin, (2018). Üniversite öğrencilerinin yaşam anlamı ve psikolojik iyi oluşları arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.

- Güldür, B. B. ve Yaşartürk, F. (2020). Okul öncesi öğretmenlerinin rekreasyon faaliyetlerine katılımındaki fayda ve yaşam doyum düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *International Journal of Contemporary Educational Studies*, 6(2), 495-506.
- Ho, T. K. (2008). A study of leisure attitudes and benefits for senior high school students at Ping-Tung City and country in Taiwan (Unpublished doctoral dissertation). United States Sports Academy, Daphne, AL.
- Honicke, T. ve Broadbent, J. (2016). The influence of academic self-efficacy on academic performance: A systematic review. *Educational research review*, 17, 63-84. doi:10.1016/j.edurev.2015.11.002.
- Huang, C. (2013). Gender differences in academic self-efficacy: A meta-analysis. *European Journal of Psychology of Education*. 28(1), 1-35. doi: 10.1037/cou0000219.
- Hung, H. J. (2012). A study on leisure benefits breaking through leisure activities. *Journal of National Taiwan Normal University*, 3(4), 77-92.
- Karaküçük, S. , Ayyıldız Durhan, T. , Akgül, B. M., Aksın, K. ve Özdemir, A. S. (2019). Oryantiring sporcularında ekosentrik, antroposentrik, antipatik yaklaşımların rekreasyon fayda ile ilişkisi. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 39(3), 1263-1288. doi:10.17152/gefad.578109.
- Karoğlu, A. K. ve Atasoy, B. (2018). Sosyal medya kullanımı ile serbest zaman tatmini arasındaki ilişki. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 14(2), 826-839.
- Kocaer, G. (2019). Beden eğitimi ve spor öğretmenleri ve adaylarının öğretmenlik mesleğine yönelik tutum, serbest zaman ilgilenim ve rekreasyon faaliyetlerine yönelik fayda düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi (Bartın ili örneği). Yüksek Lisans Tezi. Bartın Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bartın.
- Koç, C. ve Arslan, A. (2017). Ortaokul öğrencilerinin akademik öz yeterlik algıları ve okuma stratejileri bilişüstü farkındalıkları. *Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 14(1), 745-778.
- Korucu, A. T. ve Çınar, D. (2017). Eğitim fakültesi öğrencilerinin akademik öz-yeterlik durumlarının incelenmesi. *Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 14(1), 73-101.

- Küçükkaya, B. , Özdemir, B. ve Kahyaoğlu Süt, H. (2022). Hemşirelik Öğrencilerinde Sosyal Medya Kullanımı ile Akademik Başarı ve Akademik Özyeterlik Arasındaki İlişki. *Sağlık Akademisyenleri Dergisi*, 9(1), 31-41.
- Lent, R. W., Brown, S. D. ve Larkin, K.C. (1986). Self-efficacy in the prediction of academic performance and perceived career options. *Journal of Counseling Psychology*, 33, 265-269. doi:10.1037/0022-0167.33.3.265.
- Mahoney, J. L. (2000). School extracurricular activity participation as a moderator in the development of antisocial patterns. *Child Development*, 71(2), 502-516. doi:10.1111/1467-8624.00160.
- Marsh, H. ve Kleitman, S. (2002). Extracurricular school activities: The good, the bad, and the nonlinear. *Harvard Educational Review*, 72(4), 464-515. doi:10.17763/haer.72.4.051388703v7v7736.
- Oğuz, A. (2012). Sınıf öğretmeni adaylarının akademik öz yeterlik inançları. *Anadolu Journal of Educational Sciences International*, 2(2), 15-28.
- Orhan, R., Ayan, S., Yapıcı, H. ve Ünver, R. (2021). Evaluation of recreational areas in ankara (turkey) in terms of their functionality and demographic characteristics of their users. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 92(5), 27-34.
- Owen, S. V. ve Froman, R. D. (1988). Development of a college academic self-efficacy scale. In Annual Meeting of the National Council on Measurement in Education. (Retrieved from ERIC, ED298158).
- Öz, R., Yazıcı, M., Kayalar, M. T. ve Yıldızhan, Y. Ç. (2019). Öğretmen adaylarının rekreasyonel faaliyetlere katılımlarına engel oluşturabilecek unsurların incelenmesi. *Sakarya University Journal of Education*. 9(3), 522-536. doi:10.19126/suje.538356.
- Paksoy, M., Çalık, F., Yaşartürk, F. ve Çimen, K. (2016). Abdullah Gül Üniversitesi öğrencilerinin rekreasyon etkinliklerine katılımını etkileyen faktörler. *International Journal of Sport Culture and Science*, 4(1), 39-50. doi:10.14486/IntJSCS532.
- Philipp, S. F. (1997). Race, gender, and leisure benefits. *Leisure Sciences*, 19(3), 191-207. doi:10.1080/01490409709512249.
- Schunk, D. (1985). Self-efficacy and school learning. *Psychology in the Schools*. 22(2), 208-223.

- Schunk, D. H. (1989). *Attributions and perceptions of efficacy during self-regulated learning by remedial readers*. Paper presented at the annual meeting of the American Educational Research Association, San Francisco.
- Schunk, D. H. ve Pajares, F. (2002). The development of academic self-efficacy. In A. Wigfield & J. Eccles (Eds.), *Development of achievement motivation* (pp. 15–31). San Diego, CA: Academic Press.
- Siyahtaş, A. (2020). Serbest zaman etkinliklerine katılan bireylerin yalnızlık düzeyleri ile doyum düzeylerinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Tekeli, Ş. C. (2017). Beden eğitimi ve spor öğretmeni adayları ile diğer öğretmen adaylarının sosyal görünüş kaygısı ve akademik öz-yeterlik düzeylerinin karşılaştırılması. Yüksek Lisans Tezi. Bartın Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bartın.
- Todd, M. K., Czyszczon, G., Carr, J. W. ve Pratt, C. (2009). Comparison of health and academic indices between campus recreation facility users and nonusers. *Recreational Sports Journal*, 4(33), 43-53. doi:10.1123/rsj.33.1.43.
- Tunca, N. ve Alkın-Şahin, S. (2014). Öğretmen adaylarının bilişötesi (üst biliş) öğrenme stratejileri ile akademik öz yeterlik inançları arasındaki ilişki. *Anadolu Journal of Educational Sciences International*, 4(1), 47-48. doi:10.18039/ajesi.89592.
- Turgut, M. (2013). Academic self-efficacy beliefs of undergraduate mathematics education students. *Acta Didactica Napocensia*, 6(1), 33-40.
- Uyanık, Y. (2017). Yaşlılık, yaşlanan nüfus ve sosyal politika. *İş ve Hayat*, 3(5), 67-100.
- Üstün, Ü. D. ve Üstün, N. A. (2020). Üniversite öğrencilerinin rekreasyonel etkinliklerin faydaları hakkındaki farkındalıklarının incelenmesi. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 7(1), 38-48. doi:10.33468/sbsebd.128.
- Washke, P. (1940). A study of intramural sports participation and scholastic attainment. *Research Quarterly*, 11(2), 22-27. doi:10.1080/10671188.1940.10624645.
- Yalçinkaya, N. (2019). Üniversite öğrencilerinin rekreasyon fayda algıları ile mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü. Sakarya.

- Yalmanlı, S. G. ve Aydın, S. (2014). Fen bilgisi öğretmen adaylarının akademik öz-yeterlik algılarının incelenmesi. *Kafkas Üniversitesi e – Kafkas Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 1(2), 21-27.
- Yaşartürk, F. (2019). Analysis of the relationship between the academic self-efficacy and leisure satisfaction levels of university students. *Journal of Education and Training Studies*, 7(3), 106-115. doi:10.11114/jets.v7i3.3988.
- Yaşartürk, F., Akay, B. ve Ayhan, B. The Relationship Between Leisure Management and Exam Anxiety Levels of University Students. *Pakistan Journal of Medical and Health Sciences*, 15(10), 2915-2921.
- Yokoyama, S. (2019). Academic self-efficacy and academic performance in online learning: a mini review. *Frontiers in Psychology*, 9, 2794. doi:10.3389/fpsyg.2018.02794.