

### GELENEKSEL REKREATİF OYUNLAR: YENİ KORONAVİRÜS (COVID-19) SALGINI SÜRECİNDE BOŞ ZAMAN DEĞERLENDİRME ÖNERİLERİ

Samet USLU<sup>1</sup>AD, Mihri Barış KARAVELİOĞLU<sup>2</sup>AD, Osman GÜMÜŞGÜL<sup>3</sup>AD

<sup>1</sup>Dumlupınar Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Kütahya, TÜRKİYE

<sup>2</sup>Doç.Dr., Dumlupınar Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Kütahya, TÜRKİYE

A Çalışma Deseni (Study Design)

B Verilerin Toplanması (Data Collection)

C Veri Analizi (Statistical Analysis)

D Makalenin Hazırlanması (Manuscript Preparation)

E Maddi İmkânların Sağlanması (Funds Collection)

#### ÖZET

#### Derleme

Yeni Tip Koronavirüs salgını tüm dünyaya yayılmış ve küresel boyutta yaygın bir pandemi halini almıştır. Birçok insanın ölümüne neden olan bu salgın, hayatı ciddi anlamda tehdit etmektedir. Beklenmeyen bir zamanda ortaya çıkan ve hızla yayılan virüse karşı tüm ülkeler seferber olmakta gerekli önlemleri ivedilikle almaktadır. Ülkemizde ise durum yetkili resmi kurumlar tarafından yürütülmektedir. Yurt içi ve yurt dışı yolculukların kısıtlanması, büyük ve küçük çapta tüm etkinliklerin durdurulması, kısmi sokağa çıkma yasaklarının uygulanması, insanların bir arada bulunabilecekleri açık ve kapalı mekanların faaliyetlerinin sınırlandırılması alınan önlemlerin başında gelmektedir. Bunun yanında üniversiteler dahil tüm eğitim ve öğretim kademelerine geçici olarak ara verilmiştir. Tüm bu kısıtlamalar insanların sağlıklarını tehdit eden Koronavirüs salgınından korunmak amaçlı yapılmaktadır. Ancak bu kısıtlamaların neden olacağı olumsuzlukları düşünüp bu doğrultuda bilgilendirici ve yönlendirici bir takım uygulamaların halkla paylaşılması büyük önem arz etmektedir. Özellikle genç ve yaşlı nüfusun dışarı çıkamamasından kaynaklı hareketsizliğin yaratacağı fiziksel, fizyolojik ve psikolojik rahatsızlıkların önlenmesi elzem bir durumdur. Bu kapsamda ev içerisinde yapılabilecek egzersizler ön plana çıkarken zamanın birlikte ve daha eğlenceli bir şekilde geçirilmesi hususunda rekreatif faaliyetler daha da önem kazanmıştır. Sınırlı hareketliliğin ve sosyal paylaşımın oluşturacağı sağlık sorunlarının önüne geçebilmek adına ev ortamında, içerisinde fiziksel aktivite ve eğlence barındıran geleneksel rekreatif oyunlar iyi bir tercih olacaktır. Bu çalışmada koronavirüs salgını nedeniyle evde kalmak zorunda olan insanların oynayabileceği geleneksel oyunlar incelenmiş ve günümüze uyarlanmıştır. Sonuç olarak ev ortamında oynanacak geleneksel rekreatif oyunlar kişilerin fiziksel aktivite düzeylerini artıracığı, zamanlarının daha eğlenceli geçeceği ve bağışıklık sistemlerinin güçleneceği düşünülmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Koronavirüs, Rekreasyon, Boş Zaman, Geleneksel Rekreatif Oyunlar

### TRADITIONAL RECREATIONAL GAMES: SUGGESTIONS DURING STAYING HOME DUE TO NOVEL CORONAVIRUS-COVID 19

#### ABSTRACT

#### Review

The Novel Coronavirus epidemic has spread all over the world and has become a common global pandemic. This epidemic, which has killed many people, is seriously threatening life. All countries are mobilizing against the virus that has emerged at an unexpected time and spread rapidly, and takes the necessary measures immediately. In our country, the situation is carried out by authorized official institutions. Restricting domestic and international trips, stopping all activities on a large and small scale, implementing partial curfews, limiting the activities of indoor and outdoor spaces where people can coexist are among the measures taken. In addition, all education and training levels, including universities, were temporarily suspended. All these restrictions are made to protect against the Coronary virus epidemic that threatens people's health. However, considering the negativities caused by these restrictions, it is very important to share some informative and guiding practices with the public. It is essential to prevent physical, physiological and psychological disorders caused by immobility caused by the young and old population not being able to go out. In this context, while the exercises that can be done at home come to the fore, recreative activities have gained more importance in spending time together and in a more fun way. In order to prevent health problems caused by limited mobility and social sharing, traditional recreational games with physical activity and entertainment will be a good choice in the home environment. In this study, the traditional games that people who have to stay at home due to the coronavirus epidemic can play are studied and adapted to the present day. As a result, traditional recreational games to be played in the home environment are thought to increase the physical activity levels of people, their time will be more fun and their immune systems will be strengthened.

**Key Words:** Coronavirüs, Recreation, Free Time, Traditional Recreation Games

\*Sorumlu Yazar, Corresponding Author: Samet Uslu, samet10.ul@gmail.com,

Çıkar Çatışması, Yok - Conflict of Interest, No, Etik Kurul Raporu veya Kurum İzin Bilgisi- Ethical Board Report or Institutional Approval, Yok/No

## 1. GİRİŐ

İlk kez Çin'in Vuhan eyaletinde Aralık ayının sonlarında solunum yolu belirtileri (ateş, öksürük, nefes darlığı) gelişen bir grup hastada yapılan araştırmalar sonucunda 13 Ocak 2020'de tanımlanan yeni koronavirüs (COVID-19) hastalığı son yıllarda dünyanın karşı karşıya kaldığı en büyük tehditlerden birisi olmuştur (T.C. Sağlık Bakanlığı, 2020).

Çin, İtalya, İran, G. Kore, Hindistan, İsviçre, Tayvan, ABD, İsveç, Singapur, Sri Lanka, Fransa, Avustralya, Malezya, İspanya, Brezilya, Birleşik Arap dahil olmak üzere 200'den fazla ülke / bölge onaylanmış COVID-19 vakaları bildirmiştir ve 10 Haziran 2020'de Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ-WHO) tarafından yayınlanan rapora göre salgın 400 binden fazla insanın ölümüne neden olmuştur. Aslında kimsenin beklemediği bir zamanda ortaya çıkan ve küresel çapta pandemi olarak ilan edilen bu virüse karşı tüm dünya seferber olmakta ve ivedilikle önlemler almaktadır (Karcıoğlu, 2020). Fakat Virüs her geçen gün artan ölümlere neden olmakta ve hızlı bir yayılım göstermektedir (T.C. Sağlık Bakanlığı, 2020). Bu nedenle, hükümetler, sağlık personeli, ve halkın genel olarak dayanışma göstermesi ve pandeminin önlenmesi ve kontrol altına alınması için omuz omuza mücadele etmesi gerekmektedir (Yoo, 2020).

Alınan önlemler arasında tavsiye niteliğinde bildirimlerle birlikte caydırıcı nitelikte yasaklar da yer almaktadır. Bu önlemlerin başında yurtiçi ve yurt dışı yolculukların kısıtlanması, kısmi sokağa çıkma yasaklarının uygulanması, büyük organizasyonların yanında küçük çaptaki etkinliklerin de durdurulması yer almaktadır. Ayrıca üniversiteler dahil bütün eğitim ve öğretim kademelerine geçici olarak ara verilmesi kararı alınmıştır (Milli Eğitim Raporu, Mart 2020). Bununla birlikte T.C İçişleri Bakanlığı Genelgesi (16.03.2020) ile tüm illerde, insanların toplu halde bulunabilecekleri ve virüsün bulaşmasına zemin hazırlayacak sinema, tiyatro, gösteri merkezi, konser salonu gibi sanatsal mekanların, nişan/kına/düğün salonu, çalgı/müzik içerikli lokanta/kafe, gazino, birahane, kahvehane, kafeterya gibi eğlence mekanlarının, her türlü oyun salonlarının, alışveriş merkezlerinin, milli parkların, çay bahçesi, kır bahçesi, piknik alanları gibi aile mekanlarının, yüzme havuzu, kaplıca, hamam, masaj salonu, sauna, SPA ve spor merkezlerinin faaliyetlerini geçici olarak durdurmuştur. Uzmanlar virüsün yayılmasını yavaşlatmak veya durdurmak için İnsanların arasındaki 1-2 metrelik mesafeyi koruyan sosyal mesafe kuralına uymaları gerektiğini vurgulamışlardır (Turkistani, 2020). Yalnız tüm bu uygulamaların sağlık, ekonomik, çevresel ve sosyal zorluklar yarattığı görülmüştür (Chakraborty ve Maity, 2020). Bu zorlukların üstesinden gelmek için neler yapılabileceği konusunda ortaya konacak bilimsel veriler son derece önem arz etmektedir.

Ayrıca salgın sürecinde tedbir amaçlı alınan bu önlemler insanların boş zamanlarını ciddi anlamda artırmıştır. Bu artıştan dolayı evde geçirilen boş zamanların nasıl değerlendirileceği hakkında bazı yönlendirmelere ihtiyaç duyulduğu görülmektedir. Bu yönlendirmelerle insanların boş zamanlarını daha kaliteli geçirmeleri hedeflenmekte ve zamanlarını belli seviyede fiziksel aktivite yaparak geçiren kişilerin bağışıklık sisteminin güçleneceği ifade edilmektedir (Özdengöl ve ark. 1999).

Rekreasyon kişilerin boş zamanlarında eğlenmek, dinlenmek, canlanmak vb. amaçlarla gönüllü olarak yaptıkları etkinlikler bütünüdür (Karaküçük, 2014). Boş zaman ise kişinin çalışmadığı, yaşamında yapmakla yükümlü olduğu sorumluluklarına ve biçimsel görevine ayırdığı zamanın dışında kalan ve kişinin özgürce kullanabileceği zaman olarak tanımlanmaktadır (Tezcan, 1982). Ayrıca çalışmalarda, boş zamanın pozitif olarak kullanımının artmasının bireylerin kendini

gerçekleştirme ve psikolojik anlamda daha sağlıklı olmalarına katkı sağladığı belirtilmektedir (Passmore ve French, 2001).

Dolayısıyla evde hareketsiz kalmanın oluşturabileceği fiziksel, fizyolojik ve psikolojik sıkıntıların oyun ile ortadan kaldırılabileceği düşünülmektedir. Oyun “yetenek ve zekâ geliştirici, belli kuralları olan, iyi vakit geçirmeye yarayan eğlence” veya “bedence ve kafaca yetenekleri geliştirmek amacıyla yapılan, çevikliğe dayanan her türlü yarışma” olarak tanımlanmaktadır (TDK, 2020). Özellikle çocuklar için oyun yaşamın ilk evrelerinde çevrelerini anlamlandırmaları ve dünyayı tanıyabilmeleri, sevgi, merak, kıskançlık, hırs, mutluluk gibi duyguları ifade edebilmeleri açısından kullandıkları en etkili yollardan biridir (Kaugars ve Russ, 2009; Oktay, 1999).

Bireylerin serbest zamanlarında, isteyerek ve gönüllü olarak, kâr amacı gütmeyen, kendilerini hoşnut edip eğlenecekleri, hareket ve fiziksel aktivite içerebilen, açık veya kapalı alanlarda oynanabilen oyunlara “Rekreatif Oyun” denir (Gümüşgöl ve Aydoğan, 2020). Geleneksel rekreatif oyunlar ise ev içerisindeki boş zamanlar için tavsiye edilebilecek etkinliklerden olup ebeveynlere eskiyi anımsatacak çocuklara ise kendi kültürlerindeki oyunları oynama fırsatı sunabilecek aynı zamanda içinde barındırdığı fiziksel aktiviteyle sağlıklı kalmayı destekleyeceği düşünülmektedir.

## **2. MATERYAL ve YÖNTEM**

Araştırma doküman incelemesi ve tarama modeli ile yapılmıştır (Yıldırım ve Şimşek, 2012). Araştırmada yeni koronavirüs ile ilgili literatür taraması yapılmış olup bu süreçte yetkili merci ve uzmanlar tarafından evde kalınması gerektiği ile ilgili ciddi tavsiyeler verilmiş ve bu doğrultuda bireylerin evde geçirdikleri boş zamanlarında oynayabileceği geleneksel rekreatif oyunlar ev içine uyarlanmıştır. Araştırma kapsamında ele alınan rekreatif oyunlar, bir toplumun var olmasını sağlayan kültürel değerleri içinde barındırması ve bu değerleri nesilden nesile aktarmada sözü edilen oyunların araç olarak kullanılabilmesi açısından geleneksel olarak nitelendirilebilir. Ayrıca oyunların yeniden uyarlanması, ev ortamı ve evde kolaylıkla bulunabileceği düşünülen malzemeler dikkate alınarak gerçekleştirilmiştir. Bu araştırma, evde oynanabilecek rekreatif oyun örnekleri ortaya koymuştur.

## **3. BULGULAR**

Bazıları ev içerisine yeniden uyarlanmakla birlikte evde oynanabilecek geleneksel rekreatif oyunlar şunlardır:

### **1.Oyun: Yüzük Oyunu**

Malzemeler: Fincan, Yüzük, Tepsi

Yüzük oyunu için 7, 9 veya 11 adet fincan ve bir yüzük gerekir. Bu oyunda oyuncular iki takıma ayrılır ve fincanları kaldırma işlemi için her takımdan bir adet “yüzükçübaşı” seçilir. Oyuna başlanırken tepsi üzerine 11 fincan konulur ve iki takımın da yüzükçübaşısı sıra ile fincanları kaldırarak oyuna önce hangi takımın başlayacağını belirlerler. Yüzüğü bulan takım tepsiyi ve fincanları alarak gizli bir şekilde yüzüğü tepsi içinde ters dizili fincanlardan herhangi birinin altına saklayıp tepsiyi karşı tarafın önüne koyar. Karşı takımın tepside ters dizili olan fincanların altından yüzüğü bulması gerekmektedir.

Karşı takım oyuncularını kendi aralarında tartışır ve yüzüğün hangi fincanda olduğunu bulmaya çalışır. Yüzükçübaşının elleri fincanların üzerinde gezmeye başladığında, kendi takım oyuncularını fincanı saklayan oyuncuların yüzlerine bakar ve onların yüz ifadelerinde bir değişiklik var mı bunu anlamaya çalışır. Dolu fincan üzerindeyken herhangi birinin yüzünde bir değişiklik olursa, o fincanı kaldırması konusunda yüzükçübaşını uyarırlar.

Yüzüğü arayan takımın yüzükçübaşısı “Boşa” diyerek fincanları kaldırmaya başlar. Fincanın ilk veya son iki kaldırılışında yüzük bulunursa 10 sayı kazanılır. Eğer, bu esnada boşa diyerek kaldırılan fincanlardan birinin altında yüzük çıkarsa arayan taraf tepside kalan fincan sayısı kadar sayı kazanır ve yüzük yeniden saklanır. Eğer son iki fincan kalıncaya kadar kaldırılan fincanların altından yüzük çıkmazsa, yüzüğün saklı olduğu fincanı tahmin etmek için oyuncular görüş bildirirler. Çoğunluğun görüşüne uyularak fincan kaldırılır. Yüzük bulunursa 10 sayı kazanılır. Eğer bulunamazsa yüzüğü saklayan takım son fincanı da kaldırarak yüzüğü gösterir ve grubuna 10 sayı almış olur. Oyunun başında belirlenmiş olan sayıya ulaşan takım oyunu kazanır. (Çakır, 2005).

## **2.Oyun: Beş Taş Oyunu**

Malzemeler: 5 adet Yuvarlak Taş

Oyunu oynamak için beş adet yuvarlak taş ya da misket gereklidir. Oyunu başlatan kişi öncelikle beştaşı yere atar. Daha sonra yerden herhangi bir taşı alarak havaya atar ve aynı anda yerden aldığı bir taş ile beraber havaya atmış olduğu taşı da yakalarsa birleri bitirmiş olur. Havaya atmış olduğu taşı yere düşmeden tutamayan oyuncu oyun dışı kalır. Birler tamamlandıktan sonra ikilere geçilir.

İkilerde de benzer şekilde oyuncu yerdeki taşlardan herhangi birini alır havaya atar. Oyuncu birlerde olduğu gibi attığı taşı yere düşürmeden aynı eliyle yerde bulunan taşlardan iki adetini avuç içine almalı ve havaya attığı taşı tutmalıdır. Oyuncu ikileri de geçebilirse üçlere başlar.

Üçlerde ve dörtlerde oyun aynı şekilde devam eder. Oyuncu avucuna üçlerde üç taş, dörtlerde dört taş alıp havadaki taşı tutmalıdır. Dörtlerden sonra oyuncu artık “analar” aşamasına geçmiş olur.

Analarda durum öncekilerden biraz farklıdır. Oyuncu beş adet taşı aralarında mesafe olacak şekilde yere dizer. Sol elinin baş ve işaret parmaklarının ucu yere değecek şekilde bir tünel oluşturur. Daha sonra yerdeki taşlardan birini havaya atar o esnada havadaki taş yere düşmeden yerdeki taşlardan birini tünelden içeri atmalıdır. Oyuncu tünele taşları atarken tünel önünde taşlar birbirine dokunmamalıdır. Oyuncu yerde bulunan tüm taşları tünele attıktan sonra puan alma sistemine geçilir. Oyunun en zor kısmı burasıdır.

Oyuncu beştaşı birden avuç içine alır ve havaya doğru atar aynı anda elini ters döndürerek havadaki taşları elinin tersiyle yakalamaya çalışır. Oyuncu elinin tersiyle tuttuğu taşları havaya fırlatır ve hepsini yere düşürmeden yakalaması gerekir. Oyuncu elinin tersiyle yakalamış olduğu taşların tümünü tekrar avuç içiyle yakalarsa taşın sayısına göre puan alır. Bu durum ikilerde iki taş, üçlerde üç taş, dörtlerde dört taş ve beşlerde beş taş olmak üzere elin tersiyle tutulup avuç içinde yakalanacak şekilde sürdürülür. Oyuncu elinin tersiyle eksik taş yakalar ya da taşları avucu ile tutamazsa yanar ve sıra karşı tarafa geçer. Yukarıdaki tüm hareketleri başarıyla tamamlamış olan oyuncu bir puan alır (Irmak, 2016).

### **3.Oyun: Sek Sek Oyunu**

Malzemeler: Elektrik Bandı, Sünger veya Madeni Para

Oyunda evin salonundaki zemine, elektrik bandından birbirini izleyen kareler şeklinde sek sek çizgileri çizilir ve kareler numaralandırılır. Oyuna katılmak isteyen herkesin elinde yassı taş büyüklüğünde sünger, madeni para veya benzer bir madde olmalıdır. Sayışma yapılarak oyuna başlama sırası belirlenir. Bu oyunda oyuncular dengeli ve dikkatli olmalıdır.

Oyun ilk oyuncunun süngeri birinci kareye atmasıyla başlar. Oyuncu tek ayakla birinci kareye basmadan ikinci kareye atlar ve bu şekilde süngerin bulunduğu kareleri atlayarak bütün kareleri sekerek dolaşır. Dönüşte süngeri bulunduğu kareden alır başlangıç noktasına geri döner. Eğer oyuncu tek ayakla sekerken çizgilere basarsa veya süngeri karelerin dışına ya da çizgiye denk gelirse sıra diğer oyuncuya geçer. Birinci turu başarı ile tamamlayan oyuncular ikinci turda oyun çizgilerine ters dönerek sünger atıp oyunu zorlaştırabilir.

Başka bir seksek türünde ise yine başarılı bir atışın ardından tek ayağı üzerinde sekerken bir yandan da taşı yerdeki ayağıyla iterek bütün karelerden geçirmesi gerekir. Oyuncu havadaki ayağıyla yere değdiğinde veya sekerken çizgilere bastığında yanar ve sıra diğer oyuncuya geçer. Oyun aslında iki tur şeklindedir. İlk turda oyuncu taşı birinci kareden sekizinci kareye kadar iterek devam eder ikinci turda ise sekizinci kareden başlayarak geri gider (Töret, 2017; Irmak, 2016).

### **4.Oyun: Hımbıl (Bom) Oyunu**

Malzemeler: Kağıt, Kalem, Makas

Hımbıl oyunu genellikle 4 kişinin kağıtlar yardımıyla oynadığı bir oyundur. Küçük kare şeklinde kesilen 16 adet kâğıt parçasına il isimleri veya mevsim, yiyecek, renk isimleri yazılarak yazısı görülmeyecek şekilde katlanır. Bu kâğıtlara yazılan isimler 4 farklı isimdir. Yani 16 kâğıtta 4'er farklı isim bulunmaktadır. Katlanan kâğıtlar iyice karıştırıldıktan sonra, oyunculardan biri kâğıtları masanın üzerine doğru atar. Yerde veya masanın çevresinde bulunan oyuncular, bu kâğıtlardan 4'er tanesini alırlar. Kağıtları atan oyuncu oyuna başlar ve sıra ile bir yanındakine bir kâğıt verilir. Kağıtlar verilirken yazının gözükmemesine dikkat edilir. Amaç aynı isimdeki kâğıtları en önce elinde toplayabilmektir. 4 ismi en önce toplayan oyuncu "hımbıl" diyerek ortaya elini koyar. Bunun ardından diğer oyuncular da ellerini hızlı bir şekilde hımbıl diyen oyuncunun elinin üzerine koymaya çalışır, böylelikle oyunun kazananı hımbıl yapan olmuştur. Daha sonra sırasıyla hımbılın elinin üstüne elini koyan 2'inci, 3'üncü ve sonuncu seçilir (Gökşen, 2014).

### **5.Oyun: Yattı Kalktı Oyunu**

Malzemeler: Herhangi bir malzemeye ihtiyaç yoktur.

Oyuncular evdeki geniş bir odada daire olacak şekilde otururlar. Aralarından bir ebe seçilir ve her bir oyuncu meyve veya sebze adı alır. Daha sonra ebe oyunu başlatır. Örneğin ebenin ismi "patates" bir oyuncunun adı ise "kavun" olsun. Ebe "patates yattı kalktı kavuna.." der. Kavun adını alan oyuncu ise hemen namaz kılar gibi secdeye yatar, iki elinin arasında başını yere koyar ve "kavun yattı kalktı marula" der. Aynı şekilde adı söylenen oyuncu önce kendi adını sonra da diğer oyuncunun adını söyleyerek oyuna devam eder. Oyunda söylenen isimlere karşı hızlı ve doğru bir şekilde tepki vermek çok önemlidir. Secde halini alamayan ya da geç alan ve isimleri söyleyemeyen ya da yanlış söyleyen cezalandırılır.

Bu oyunun köylerde oynandığı çeşidinde ise bir delikanlıbaşı veya lider seçilir. Delikanlıbaşının cezalıya vurmak için elinde havlu bulunur. Oyuncular yukarıdaki hatalardan birini yaptığında delikanlıbaşı havlu ile onları cezalandırır (Cenikoğlu, 1998: 100).

### **6.Oyun: Vız Vız Oyunu**

Malzemeler: 1 adet Şapka

Oyun 3 kişiyle ayakta durarak oynanır. Ebe seçilen oyuncu ortaya geçer, sağında ve solunda bulunan oyuncuların kıpırdamamaları için ayaklarına basar. Dıştaki iki oyuncu ebeye bakan yüz taraflarını ellerinin tersiyle kapatırlar. Diğer ellerini ise ebenin şapkasını düşürmekte kullanacaklardır. Ebe ise elleriyle burun ve ağızını kapatarak bir arı gibi “vız vız” diye ses çıkartır. Bu esnada istediği taraftaki oyuncunun eline vurabilir ancak vurduktan sonra başındaki şapkayı düşürmemek için gelen darbelerden kaçmaya çalışır. Dıştaki oyuncular ise kendilerine vurulduğu an tepki gösterirler ve ebenin şapkasını en kısa sürede düşürmeye çalışırlar. Düşüremezlerse dayak yemekten kurtulamazlar (Cenikoğlu, 1998: 101).

### **7.Oyun: Yüzük Kimde?**

Malzemeler: Yüzük ve Havlu

Oyuncu sayısı 4 kişiden fazla olmalıdır. Oyuncular oyuna başlamadan önce bir ebe seçerler. Ebe eline ucu düğümlenmiş bir havlu ve bir yüzük alır; elinde bulundurduğu yüzüğü oyuncuların avuçlarının içine koymak için tüm oyuncuların kapalı tuttuğu avuçlarının arasına elini sokar, bu esnada istediği oyuncunun avucuna yüzüğü koyar, yüzüğü alan kişi aldığını sezdirmeden oyun sürdürülür. Ancak yüzüğü alan oyuncu yüzüğün kendinde olduğunu tavırlarından belli ederse yüzük ondan geri alınır ve saklama işlemi ile oyuna yeniden başlanır. Yüzük saklandıktan sonra ebe istediği herhangi bir oyuncunun önünde gelir. Oyuncu bir elini uzatır ve ebe havluyla oyuncunun eline vurarak Yüzük Kimde? diye sorar. O da oyunculardan yüzüğün onda olduğuna düşündüğü oyuncunun adını söyler, eğer yüzük ondaysa eline havluyla vurulan ebe olur, değilse ebe adı söylenen oyuncunun eline vurarak ona yüzük kimde diye sorar. O da başka birinin adını söyler, yüzük bulununcaya kadar oyun sürdürülür ve bulan kişi ebe olur ve yüzüğü saklama hakkı elde eder, sonra tekrar yüzüğü aratır (Onur ve Güney 2002: 501).

### **8.Oyun: Körebe**

Malzemeler: Mendil veya Bez parçası

Oyun 2’den fazla kişiyle oynanmalıdır ve oyun için geniş ve engelsiz bir oda kullanılmalıdır. Oyuncular birlikte bir ebe seçerler. Seçilen ebenin gözleri mendil veya bez parçası ile bağlanır. Gözü bağlanan kişi Körebedir. Burada dikkat edilmesi gereken şey körebenin mendilin altından oyuncuları görmemesidir. Ebenin görevi diğer oyuncuları yakalayabilmektir. Ebe ortaya alınır ve oyun başlar. Ebe, oyuncuları yakalamaya çalışırken çevresindeki oyuncular da boş durmazlar. Ebeye elleriyle dokunup, hafifçe iter veya vururlar. Bu esnada biri yakalanırsa ebe olur ve oyun böyle devam eder. (Onur ve Güney 2002: 505).

### **9.Oyun: 9 Taş (Dokurcum)**

Malzemeler: Kağıt, Kalem, Taş

Oyun iki kişi ile oynanan strateji ve zekâ oyunudur. Düzgün ve geniş bir kağıda iç içe üç kare çizilir. Karelerin kenarlarının orta noktaları birleştirilir. Karelerin 12 adet köşelerinde 12 adet kenarlarında olmak üzere toplam 24 nokta

ortaya çıkar. Oyuncular, sırayla taşlarını birer birer olacak şekilde istedikleri noktalara bırakırlar. Dokuzar adet taşlarını yerleştiren oyuncular, sırayla hamlelerini yaparlar. Herhangi üç taşı dikey ya da yatay bir şekilde dizibilen oyuncu, karşısındaki oyuncunun bir taşı kırar yani oyun dışı bırakır; fakat kırılan taş, dizilmiş üçlü içinde yer alan bir taş olamaz. İki taşı kalan oyuncu, oyunu kaybetmiş olur (Gürbüz, 2016).

### **10.Oyun: Köşe Kapmaca**

Malzemeler: Minder veya benzeri eşya

Oyun en az 5 kişi oynanmalıdır. Bu oyunda evde oyunu oynamaya elverişli bir oda var ve odanın köşeleri yok ise minder veya benzeri bir eşya ile köşeler belirlenir. Ebe seçilir, oyuncularından her biri bir köşeyi tutar ve ebe ortada durur. Oyun başlayabilir. Oyuncular sık sık köşelerini değiştirir bu esnada ebe olan kişi onların köşelerini kapmaya çalışır. Köşesini kaptıran oyuncu ortada kalır ve ebe olur (Ersoy, 2010).

### **11.Oyun: İsim Şehir Oyunu**

Malzemeler: Kağıt ve kalem

İsim şehir oyunu herhangi bir yerin, bitkinin, eşyanın ve hayvanın ismini bulmaya yönelik bir oyundur. Oyun 2 kişiyle oynanabileceği gibi daha fazla kişiyle de oynanabilir. Oyuncular oyuna başlamadan önce ellerine birer kağıt ve kalem alırlar. Kazanılan puanların toplanması için, başka bir kağıda da bütün oyuncuların adları yazılır. Oyuncular bulacakları insan, şehir, eşya, bitki, hayvan vb. adları bu başlıklar altında sınıflandırarak yazar ve oyun başlar. Önce istenilen şeyin baş harfi söylenir. Daha sonra ise yukarıda yazılan her başlık için bir örnek bulması istenir. Örneğin, şehir isteniyorsa, bu şehrin istenilen harfle başlaması gerekir. Daha sonra oyuncularından bütün isimleri tamamlamaları istenir. Bu iş belli bir sürede yapılması gerekir. Süre bittikten sonra ismi bulup bulamadıkları oyunculara teker teker sorulur. Eğer bulmuşlarsa oyuncular cevapları birbirleriyle karşılaştırır, aynı ismi bulanlar 5'er puan farklı isimleri bulanlar 10'ar puan kazanır. Eğer bulamamışlarsa o başlıktan "0" puan alırlar. Bu şekilde herkes bütün başlıkları tamamlar. Söylenen harfe göre yazılan isimlerin puanları toplanır kendi hanelerine yazılır. Oyunun sonunda kazanılan toplam puanlar hesaplanır ve en çok puan kazanan birinci olur (Gökşen, 2014).

### **12.Oyun: Pancarım Sökme**

Malzeme: Herhangi bir malzemeye ihtiyaç yoktur.

Oyun başlamadan önce oyuncular kendi aralarında bir kişiyi ebe seçerler. Ebe haricindeki tüm oyuncular arka arkaya geçip bir önündekinin belinden ellerini kenetler ve sıkıca tutarlar. Arka arkaya sıralanmış oyuncuların, aralarında en güçsüz olan oyuncu en önde, en güçlü olan ise en arkada olacak şekilde sıralanmaları önemlidir. Ebe, en arkadaki oyuncunun arkasına geçtikten sonra o oyuncunun belinden sağlam bir şekilde tutar ve sağa, sola çekerek onu diğer oyuncularından ayırmaya çalışır. Oyun en baştaki çocuğa ulaşıncaya kadar devam eder (Gürbüz, 2016).

### **13.Oyun: Hırsız Polis**

Malzeme: Saklanabilecek herhangi bir eşya

Oyuna başlamadan önce bir hırsız ve bir polisin seçilmesi gerekir. Seçilen hırsız, öncelikle oyuncularından birinin eşyasını saklar. Polis ise o anda olay yerinden uzak bir yerde bulunmalıdır. Hırsız eşyayı sakladığında, polis içeri gelerek saklanan

eşyayı aramaya koyulur. Diğer oyuncular polis eşyaya yaklaştığında sıcak, uzaklaştığında ise soğuk diyerek onu yönlendirirler. Eğer polis olan çocuk eşyayı bulursa oyunu kazanır, bulamazsa kaybeder. Oyuna devam etmek istenirse başlangıçta olduğu gibi yeniden hırsız ve polis seçilir. Oyun aynı şekilde sürdürölür (Gökşen, 2014).

#### **4. TARTIşMA**

Salgın aslında beklenmeyen bir zamanda ortaya çıkmış ve hızlı bir ivme yakalamıştır. Birçok insanın hazırlıksız yakalandığu bu duruma aynı hızda adapte olması olası görölmemektedir. Dolayısıyla önemli tedbirler doğrultusunda evde kalınan sürenin artması bireyleri fiziksel ve ruhsal olarak etkilemektedir. Ancak bu durumun olumsuz sonuçlarının engellenebilmesi için halkın bilinçlendirilmesi ve alınan önlemlerin uygulanması zaruri görölmemektedir. Bu kapsamda evde kalınan sürede boş zamanların aktif ve eğlenceli olarak değerlendirilmesi belki de bireylerin evde kalmalarını kolaylaştıracak ve enfekte riskini en aza indirecektir.

Fiziksel hareketliliğin harcanan enerji miktarını artırarak kiloyu azaltma ve koruma yanı sıra kas kuvveti ve dayanıklılığını arttırma, kronik hastalık ve tromboz riskini azaltma, kan yağ ve glikoz düzeylerini düşürme, ruhsal durumu ve uyku kalitesini iyileştirme, esnekliği geliştirme, kemik mineral yoğunluğunu arttırarak kemik hastalıklarına yakalanma riskini azaltma, omurga sağlığını koruma, bazı kanser tiplerini ve kronik ağrıyı azaltma gibi çok sayıda olumlu etkilerinin olduğu bilinmektedir (Lee ve ark. 2012). Ayrıca sağlık açasından düşük şiddetli fiziksel aktiviteler önerilmektedir (İnce ve ark. 2020). Geleneksel rekreatif oyunlar fiziksel hareketler barındırdığından dolayı bireylerin hareketsiz kalmalarını engelleyeceği ve onlara fiziksel açından yardımcı olacağı düşünülmektedir. Nitekim Taşkıran ve Kaya (2015)'nin yaptığu çalışmada hareket gerektiren rekreatif faaliyetler içinde bulunan bireylerin fiziksel, fizyolojik ve vücut yağ yüzdeleri üzerinde olumlu etkilerinin olduğu belirtilmektedir.

Rekreatif spor faaliyetleri; vücut ağırlıkları, vücut kitle indeksi, vücut yağ oranı (%), MaxVO<sub>2</sub> gibi kişilerin form durumlarını gösteren parametrelerini olumlu yönde etkilemektedir (Yiğit, Kolukısa ve Aydoğan, 2012). Ayrıca bilişsel ve davranışsal etkinliklerin stresi azalttığu bilinmektedir (Lupe, Keefer ve Szigethy, 2020). Wike (2015) gençlerde fiziksel aktivitelere katılım gösterenlerin psikolojik olarak iyi olma düzeylerinin daha yüksek olduğunu belirtmiştir. Benzer şekilde Güllü ve Çiftçi (2016) fiziksel aktivitelere katılan yetişkin bireylerin yaşam kalitelerinin yüksek olduğunu vurgulamışlardır. Bunların yanında rekreasyon etkinliklerinin, bireylerin fiziksel durumlarını olumlu bir şekilde etkilediği (Carter ve ark. 2019; Işık, 2018; Lawson ve ark. 2019; Lee ve ark. 2019) aynı zamanda ruhsal durumlarında da olumlu sonuçlar gösterdiği ortaya konmuştur (Akandere, 2003; Bağcı, Uslu ve Sarıçam, 2019; Ekinci ve Özdilek 2019; Gümüşgöl ve Gümüşgöl 2019; Işık ve Demirel 2018; Zhang ve Chen 2019; Serdar ve ark. 2018; Üstün ve Yapıcı 2019).

#### **5. SONUÇ VE ÖNERİLER**

Yaşanılan bu salgın sürecinde geleneksel rekreatif oyunların insanların streslerini azaltacağı, bireylere ruhsal anlamda destek olacağı ve duygu durumlarını olumlu etkileyeceği ifade edilebilir. Bu doğrultuda geleneksel rekreatif oyunların insanların bağışıklık sistemleri ve ruhsal durumlarına olumlu katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Diğer taraftan teknolojik bağımlılığın etkisiyle artan hareketsizliği



engelleyeceği, sosyal etkileşimleri artırıp aile bağlarını kuvvetlendireceği ifade edilebilir.

Ayrıca salgının etkisinin ne kadar daha devam edeceği bilinmemekte, ileride yaşanabilecek bu tür durumlarda ve evde geçirilen sürelerde aile bireyleri ile verimli boş zaman geçirilmesi adına örnek teşkil edeceği düşünülmektedir.

Sonuç olarak geleneksel rekreatif oyunlar bireylerin hareketsizliklerinin önlenmesi, olumsuz duygu durumlarının iyileşmesi, sosyal etkileşimlerinin artması dolayısıyla evde kalınan sürecin kolay geçirilmesi için fayda sağlayacaktır.

## 6. ÇIKAR ÇATIŞMASI VE ETİK KURUL ONAY

**Çıkar Çatışması:** Yazarlar tarafından çıkar çatışması olmadığı bildirilmiştir.

**Finansal Destek:** Yazarlar tarafından finansal destek olmadığı bildirilmiştir.

**Etik Kurul Onayı:** Etik kurul onayı bulunmamaktadır.

## 7. KAYNAKÇA

- Akandere, M. (2003).** Huzurevinde kalan yaşlılarda fiziksel aktivitelerin yaşam doyum düzeylerine etkisi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (18), 1-9.
- Bağcı, R., Uslu, S., & Sarıçam, H. (2019).** Rekreatif etkinliklere katılan ve katılmayan bireylerin mutluluk yönelimlerinin incelenmesi. *Uluslararası Spor Bilimleri Öğrenci Çalışmaları*, 1(1), 27-34.
- Carter, W. M., Morse, W. C., Brock, R. W., & Struempfer, B. (2019).** Peer reviewed: improving physical activity and outdoor recreation in rural alabama through community coalitions. *Preventing chronic disease*, 16.
- Cenikoğlu, G. T. (1998).** Akşehir'de sıra yârenleri. İstanbul: Türk Dünyası Araştırmaları Vakfı Yayınevi.
- Chakraborty, I., & Maity, P. (2020).** Covid-19 outbreak: migration, effects on society, global environment and prevention. *Science of The Total Environment*, 138882.
- Çakır, V. (2005).** Konya'nın geleneksel eğlence kültürü. *Selçuk Üniversitesi Türkiyat Araştırmaları Dergisi*, 1(17), 355-382
- Ekinci, N. E., & Ozdilek, C. (2019).** Investigation of university students' awareness of recreational activities. *International Online Journal of Educational Sciences*, 11(2), 53-66.
- Ersoy, H. Y. (2010).** Başkurt çocuk oyunları. *Milli Folklor*, 22(86), 75-86.
- Gökşen, C. (2014).** Oyunların çocukların gelişimine katkıları ve gaziantep çocuk oyunları. *Atatürk Üniversitesi Türkiyat Araştırmaları Enstitüsü Dergisi*, (52).
- Güllü, S., & Çiftçi, E. G. (2016).** Spor merkezlerine üye olan bireylerin yaşam kalitesinin incelenmesi. *International Journal of Social Sciences and Education Research*, 2(3), 1251-1265.
- Gümüşgöl, O. & Aydoğan, R. (2020).** Yeni tip koronavirüs-covid 19 kaynaklı evde geçirilen boş zamanların ev içi rekreatif oyunlar ile değerlendirilmesi [Recreational games to be played at free time period staying home due to novel coronavirus-covid 19], *Spor Eğitim Dergisi*, 4 (1), 107-114.
- Gümüşgöl, O., & Gümüşgöl, C. (2019).** The effect of recreational sport participation on academic motivation. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 6(1), 64-73.
- Gürbüz, D. Ö. (2016).** Geleneksel çocuk oyunları ve eğitimsel işlevleri: emirdağ örneği. *Electronic Turkish Studies*, 11(14).
- Irmak, Y. (2016).** Bingöl geleneksel çocuk oyunları. *Bingöl Araştırmaları Dergisi*, 3(1), 67-86.
- Isik, U. (2018).** How to be a serious leisure participant? (a case study). *Journal of Education and Training Studies*, 6(9), 146-151.
- Isik, U., & Demirel, M. (2018).** Turkish adaptation of study-leisure conflict scale, its validity and reliability. *European Journal of Education Studies*. 4(3), 31-43.
- İnce, D. İ., Yağlı, N. V., Sağlam, M., & Kütükcü, E. Ç. (2020).** Covid-19 enfeksiyonunda akut ve post-akut fizyoterapi ve rehabilitasyon. *Türk Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Dergisi*, 31 (1), 81-93. Doi: 10.21653/tjpr.718877
- Karaküçük, S. (2014).** Rekreatif oyunlar: boş zamanları değerlendirme. Ankara: Gazi Kitabevi.

- Karcioğlu, Ö. (2020).** What is coronaviruses, and how can we protect ourselves?. *Anka Tıp Dergisi*, 2(1), 66-71.
- Kaugars, A. S., & Russ, S. W. (2009).** Assessing preschool children's pretend play: preliminary validation of the affect in play scale-preschool version. *Early Education and Development*, 20(5), 733-755.
- Kaya, E. Ö., Sarıtaş, N., Yıldız, K., & Kaya, M. (2018).** Sedanter olan ve olmayan bireylerin fiziksel aktivite ve yaşam tatmin düzeyleri üzerine araştırma. *Celal Bayar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 5(3), 89-94.
- Lawson, L. M., Bandy, M., Kadolph, A., Le, A., & Pettersson, S. (2019).** The descriptive study of concerns of parents of children with asd and factors related to obesity. *Therapeutic Recreation Journal*, 53(2), 117-131.
- Lee, I. M., Shiroma, E. J., Lobelo, F., Puska, P., Blair, S. N., Katzmarzyk, P. T., & Lancet Physical Activity Series Working Group. (2012).** Effect of physical inactivity on major non-communicable diseases worldwide: an analysis of burden of disease and life expectancy. *The Lancet*, 380(9838), 219-229. Doi: 10.1016/S0140-6736(12)61031-9
- Lee, K. H., Heo, J., Jayaraman, R., & Dawson, S. (2019).** Proximity to parks and natural areas as an environmental determinant to spatial disparities in obesity prevalence. *Applied Geography*, 112, 102074.
- Lupe, S. E., Keefer, L., & Szigethy, E. (2020).** Gaining resilience and reducing stress in the age of COVID-19. *Current Opinion in Gastroenterology*. Doi: 10.1097/mog.0000000000000646
- MEB (2020).** Milli Eğitim Bakanlığı Raporu. Ankara: MEB.
- Oktay, A. (1999).** Yaşamın sihirli yılları: okul öncesi dönem. İstanbul: Epsilon Yayınları.
- Onur, B., & Güney, N. (2002).** Türkiye'de çocuk oyunları: derlemeler. Ankara: Ankara Üniversitesi Çocuk Kültürü Araştırma ve Uygulama Merkezi Yayınları.
- Özdengül, F., Uysal, H., Gökbel, H., Çelik, İ., & Altındış, M. (1999).** Akut submaksimal egzersizin immün sisteme etkisi, *Genel Tıp Dergisi*, 9(3), 99-104.
- Passmore, A., & French, D. (2001).** Development and administration of a measure to assess adolescents' participation in leisure activities. *Adolescence*, 36(141), 67-67.
- Serdar, E., Demirel, M., Harmandal Demirel, D., & Donuk, B. (2018).** Üniversite öğrencilerinin serbest zaman doyum düzeyleri ve mutluluk düzeyleri arasındaki ilişki. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 5(28), 429-438.
- T.C. İçişleri Bakanlığı. (2020).** 81 il valiliğine koronavirüs tedbirleri konulu, 16.03.2020.
- T.C. Sağlık Bakanlığı. (2020).** Covid-19 rehberi, Mart 2020.
- Taşkıran, A., & Kaya, İ. (2015).** Huzurevinde kalan yaşlılara uygulanan 12 haftalık sportif rekreasyon programının bazı antropometrik ve fizyolojik parametrelere etkisinin incelenmesi. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 2(1), 23-30.
- Tezcan, M. (1982).** Sosyolojik açıdan boş zamanları değerlendirme. Ankara: A. Ü Yayınları.
- Töret, A. B. (2017).** Balıkesir oyun evlerinde oynanan geleneksel çocuk oyunlarının işlevleri üzerine bir değerlendirme. *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*. (28).
- Türk Dil Kurumu (2020).** Güncel türkçe sözlük. Ankara: Türk Dil Kurumu Yayını.
- Turkistani, K. A. (2020).** Precautions and recommendations for orthodontic settings during the covid-19 outbreak: a review. *American Journal of Orthodontics and Dentofacial Orthopedics*. Doi: 10.1016/j.ajodo.2020.04.016
- Üstün, Ü. D., & Yapıcı, A. (2019).** A comparison of perceived social anxiety among individual and team sports participant high school students. *World Journal of Education*, 9(6).
- Wike, H. K. (2015).** Examining the relationship between physical activity, psychological well-being, and stress in a college population. Master thesis. The University of Tennessee, Chattanooga.
- World Health Organization, (2020).** Situation reports. WHO. Retrieved from [https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/situation-reports/20200610-covid-19-sitrep-142.pdf?sfvrsn=180898cd\\_2](https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/situation-reports/20200610-covid-19-sitrep-142.pdf?sfvrsn=180898cd_2) (Erişim Tarihi: 11.06.2020).
- World Health Organization, (2020).** Clinical management of severe acute respiratory infection when novel coronavirus (2019-ncov) infection is suspected: interim guidance, (Accessed date: 18 April 2020).
- Yıldırım, A., & Şimşek, H. (2012).** Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri. Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Yiğit, O., Kolukısa, Ş., & Aydoğan, A. (2012).** Rekreatif amaçlı spor yapan bayanların fizyolojik değişimlerinin araştırılması. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 4(1), 17-22.
- Yoo J.H., (2020).** The fight against the 2019-ncov outbreak: an arduous march has just begun. *Journal of Korean Medical Science*, 35(4), 35-56. Doi: 10.3346/jkms.2020.35.56

**Zhang, Z., & Chen, W. (2019).** A systematic review of the relationship between physical activity and happiness. *Journal of Happiness Studies*, 20(4), 1305-1322. Doi: 10.1007/s10902-018-9976-0

## **Extended Summary**

### **Introduction**

Novel Coronavirus (COVID-19) pandemic which was identified on January 13, 2020 as a result of research conducted in a group of patients who developed respiratory tract symptoms (fever, cough, shortness of breath) for the first time in Wuhan Province in China in late December, is the largest in the world in recent years. has been one of the threats (Ministry of Health, 2020). The whole world is mobilized and takes precautions against this Coronavirus (Covid-19), which occurs at a time that no one expects and is declared as a global pandemic (Karcioğlu, 2020). Governments, healthcare professionals and all public people need to fight shoulder to shoulder to show solidarity in general and to prevent and control pandemics (Yoo J.H., 2020). These precautionary measures taken during the epidemic have significantly increased people's leisure time. Due to this increase, it is seen that some guidance is needed about how to spend free time at home. With these orientations, it is aimed that people spend their free time with a higher quality and that the immune system of those who spend their time by doing a certain level of physical activity will be strengthened. Games that can be voluntarily played indoor or outdoor areas, which include fun activities and physical activity, where individuals can enjoy themselves in their free time are called "Recreational Games" (Gümüşgöl and Aydoğan, 2020). Traditional recreational games are among the activities that can be recommended for leisure time at home and it is thought that it will provide the children with the opportunity to play games in their own culture while supporting the children who will remind the old, and also to stay healthy with the physical activity they contain. In this study, the traditional games that people who have to stay at home due to the coronavirus epidemic can play are studied and adapted to the present day.

### **Method**

The research was carried out with document review and survey model. In the research, a literature review related to the Novel Coronavirus (COVID-19) was applied and in this process, serious advice was given by the competent authority and experts about the need to stay at home and accordingly, traditional recreational games that individuals can play in their free time were adapted into the home. This research has revealed examples of recreational games that can be played during staying at home.

### **Findings, Discussion and Results**

One of the Games: Ring Game

Game Materials: Cup, Ring, Tray

The ring game requires 7, 9 or 11 cups and a ring. In this game, players are divided into two teams, and one "leader" is selected from each team for lifting the cups. While starting the game, 11 cups are placed on the tray and the leader of both teams removes the cups in turn and determines which team will start the game first. The team that finds the ring takes the tray and the cups and secretly hides the ring under any of the reverse-aligned cups in the tray and puts the tray in front of the other side. The opposing team must find the ring under the cups in reverse order on the tray.

The opposing team discusses the players among themselves and tries to find out in which cup the ring is. When the ringer's hands begin to hover over the cups, his team players look at the faces of the players who hid the cup and try to understand if there is a change in their facial expressions. If anyone changes their face while they are on the full cup, they will warn the leader to lift that cup.

The leader of the team looking for the ring says "Wasted" and starts to lift the cups. If a ring is found in the first or last two lifts of the cup, 10 points are earned.

If at the same time a ring appears under one of the cups removed by saying that it is wasted, the caller gets the number of cups left in the tray and the ring is stored again. If no rings are removed under the cups that have been lifted until the last two cups have been left, players will give their opinion to guess the cup in which the ring is hidden. The cup is lifted in accordance with the majority's view. If a ring is found, 10 points are won. If it is not found, the team that hides the ring also removes the last cup and shows the ring and gets 10 points to its group. The team that reaches the specified number at the beginning of the game wins the game. (Cakir, 2005).

**How to cite:** Uslu, S., Karavelioğlu, M.B., Gümüřđđl, O. (2020). Traditional Recreational Games: Suggestions During Staying Home Due To Novel Coronavirus-Covid 19. *Journal of Sport and Recreation Researches*, 2(SI1), 14-25.