



## TÜRKLERDE ÇOCUKLAR İÇİN UYGULANAN REKREATİF FAALİYETLER

Cuma ECE<sup>1</sup>\*ADE, Gülşen ÜNSAL<sup>1</sup>BD, Fehmi ÇALIK<sup>1</sup>AE

<sup>1</sup>Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, – Sakarya, 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 Makale

Nesiller arası kültürel aktarımında önemli bir rol olan rekreatif oyunlar, çocuklarda etkili bir iletişim kurabilmenin en kolay ve en doğal yoludur. Çocuk her toplum için gelecek demektir. Bugünün küçükleri yarının büyükleridir. Toplumun ve devletin geleceği olarak görülen çocuk her toplumda değer görmüştür. Oyun vasıtasıyla çocuklar; iletişim kurmayı, bir şeyleri etrafındakilerle paylaşmayı, yardımlaşmayı, arkadaşlarıyla iş birliği halinde olmayı, kurallara uymayı, bireysel sorumluluğu, saygı duymayı, hakkını gözetmeyi ve sosyalleşmeyi öğrenir. Toplumun geleceği bakımından, çocukların ve genç insanların serbest zamanlarında daha iyi ve kaliteli rekreatif aktivitelere yönlendirilmeleri gerekmektedir. Günümüzde rekreasyon çok önemli bir kavramdır. Özellikle rekreasyon faaliyetlerine katılım sonrası insanların gelişimi ve olumlu anlamda değişimi ayrıca bir önem taşımaktadır. Küçük yaşlara inildikçe çocuklara ve gençlere katacağı değerler hayatları boyunca onları etkileyecektir. Oyun ve rekreasyon kavramları gerçekte birbirlerine çok yakın ve özdeştir. Rekreasyon içerisinde oyun ve türlerini kapsayabilirken, oyun da normal olarak temelinde rekreasyon ile ilgili olarak bir takım ortak özellikleri kapsayabilmektedir. Oyun, eğlence rekreasyonun temel taşlarından biridir. Çocuklar oyun ve rekreatif faaliyetlere aktif bir şekilde katıldıklarında birtakım gelişimler gösterirler. Bu derlemede Türklere çocuklarda uygulanan rekreatif faaliyetlere dair kapsamlı bir bilgilendirme yapıldıktan sonra, çocuklarda uygulanan rekreatif faaliyetlerin olası faydaları alanyazın taraması yoluyla araştırılmış ve ayrıca çocuklara uygulanan rekreatif faaliyetlerin çocukların her yönden gelişimi ve değişimleri göz önüne alınarak faydalı ve önemli olduğu saptanmıştır.

**Anahtar kelimeler:** spor, çocuk, oyun, rekreasyon, rekreatif faaliyetler

## RECREATIONAL ACTIVITIES PRACTICED IN CHILDREN IN TURKS

### ABSTRACT

### Review Article

Recreational games, which play an important role in intergenerational cultural transfer, are the easiest and most natural way for children to establish effective communication. The child means the future for his society. Today's little ones are tomorrow's adults. The child, who was seen as the future of society and society, was seen as the value of every society. Children playing with; They learn communication, sharing things with those around them, helping each other, cooperating with friends, obeying the rules, individual responsibility, respecting, observing freedom and socializing. For the future of society, children and young people need to be directed to better and higher quality recreational activities in their free time. Today, recreation is a very important concept. People's development and positive change, especially after participating in recreational activities, will be given special importance. The values that will be added to children and young people as they get older are present in them throughout their lives. The concepts of play and recreation are very close and identical to each other. While recreation may include play and content within it, play may also normally encompass a number of common features associated with holistic recreation. Gaming is one of the cornerstones of entertainment recreation. Children's play and recreational activities show the development of the parts when they actively participate. After a summary of the recreational care procedures applied in these components was provided, the possible benefits of the recreational treatments applied to the body were investigated through literature review, and also the growth and changes of each of the recreational treatments applied in separate sections were treated as beneficial and important for eye healing.

**Key Words:** sports, children, play, recreation, recreational activities

\*Sorumlu Yazar, Corresponding Author: Cuma ECE, cumaece@subu.edu.tr

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

## 1. GİRİŞ

Rekreasyon, kişilerin temel yaşamsal fonksiyonlarını canlı tutan, onları dinlendiren, eğlendiren, neşe, haz veren ve iyi oluş düzeylerini artıran faaliyetlere katılarak bedenen ve ruhen yenilenme olarak tanımlanmaktadır (Karaoğlu, 2018). Bir terim olarak rekreasyon kavramına baktığımızda; rekreasyon olgusu yenilenme ya da toparlanma olarak ifade edilen Latince “recreation” kelimesinden meydana gelmektedir (Karaoğlu ve ark., 2018). Türkçede genel olarak boş zamanı değerlendirme olarak ifade edilmekte ve kullanılmaktadır (Karakoç, 2015). Bireylerin rekreasyonel etkinliklerde aktif rol almaları yaşam kalitesini yükselterek, yaşam memnuniyetini olumlu yönde etkilemekte ve kişilere birçok fiziksel, sosyal ve psikolojik yönden faydalar sağlamaktadır (Aksoy, 2020). Rekreasyon insanların ilgi, dürtü, amaç ve katılım şekillerine ve daha birçok faktöre göre farklılık gösterebilir (Savran, 2020). Toplumların serbest zamanlarında kültürlerindeki ritüellere göre yaptıkları eylemler, kültürel farklılık göstermektedir ve boş zamanda yapacakları etkinlikler katılımlarını etkilemektedir (Kül ve Karaküçük, 2019).

Rekreatif oyunlar ise ev içinde uygulanabilecek rekreasyon faaliyetleri için önerilebilecek aktivitelerdir. Çocukların, gençlerin, yaşlıların ve diğer bireylerin rekreasyon kavramı içerisinde olan vakitlerinde, gönüllülüğe dayalı olarak, herhangi bir maddi kazanç beklentisi olmadan, kendilerini eğlendirip keyif alacakları, içerisinde fiziksel aktivite barındırabilen, açık veya kapalı alanlarda oynanabilen oyunlara “Rekreatif Oyun” denir (Gümüşgül ve Aydoğan, 2020). Geleneksel rekreatif oyunlara baktığımız zaman ise ev içerisindeki boş zamanlar içinde tavsiye edilebilir uygulanacak etkinliklerden olup anne ve babalara eskiyi hatırlatacak çocuklara ise kendi içinde buldukları kültürlerindeki oyunları oynama fırsatı verebilecek ve aynı anda içinde barındırdığı fiziksel aktivitelerle ve hareketlerle sağlıklı bir yaşam sürmeyi destekleyeceği varsayılmaktadır (Uslu ve ark., 2020). Çok küçük yaşlarda uygulanan sportif rekreatif aktivite programlarının çocukların ihtiyaçlarına yönelik bir şekilde planlanması ve uygulanması sonucunda bedensel, psikolojik ve sosyal yönden gelişimlerine önemli katkılar sağlamanın yanında öz saygılarını da arttırıp geliştirileceği düşünülmektedir (Bayazıt ve ark., 2020).

Bu çalışmanın amacı Türklerde çocuklar için uygulanan rekreatif faaliyetleri saptamak ve bu uygulanan faaliyetlerin çocuklara etkisini araştırmaktır.

## 2. KAVRAMLAR

### 2.1. Bebeklik

0-1 yaş dönemi, çocuğun süt çocukluğu ya da bebeklik olarak tanımlanan çağını içermektedir. Bebeğin bu dönemde tam anlamıyla anneye bağlı olduğu görülmektedir. Bebeğin bu dönemde en temel ihtiyacı ise güven duygusu olmaktadır. Bebeğin kendisini güvensiz konumda hissettiği anda güvensizlik duygusu gelişmektedir. Bu dönemde güven ve güvensizliği tanımlayan bazı durumlar meydana gelmektedir. Örneğin, bebeğin karnının acıkması, altını pisletmesi, annesinin yanında olmaması durumları güvensizlik duygusu ile açıklanırken, çocuğun karnının doyurulması, altının temizlenmesi ve annesinin yanında olması ise güven duygusu ile açıklanmaktadır (MEB, 2014). Bebeklik dönemi bir canlının hayatının tüm evreleri açısından en önemli dönemdir (Özmert, 2006).

## 2.2. Çocuk ve Çocukluk

Doğumla başlayıp ergenlik çağına kadar geçen döneme çocukluk dönemi denir. Bu dönemi yaşayanlara ise çocuk denir (Yazibaşı, 2017). Çocuk ve çocukluk her zaman pek çok bilim dalının önemseydiği, üzerinde durduğu ve hakkında düşünüp yazdığı bir kavram olmuştur (Wright, 2015). Çocuk, tarih boyunca tüm bilim dallarının en önemli olgularından biri olmuştur (Yatmaz ark., 2018). Sivil ve askerî alanın bir bütün olduğu eski Türklerde, hayat biçiminin esası olarak aileden başlayıp gelerek içinde yaşanan çevre çocuklar için büyük bir yaşam okuluydu. Bu yaşam okulundaki eğitim sisteminin temeli teoriden çok uygulamaya yani yaşayarak, tecrübe ederek öğrenme temelliydi (Ahmetbeyoğlu, 2018). Çocuk Hakları Sözleşmesi çocuğu, 'on sekiz yaşından küçük her insan' biçimde tanımlamaktadır. Genel anlamda biyolojik olarak, ergenlik çağından önceki bireyler çocuk olarak tanımlanabilir. Ergenlikten önceki bu dönemde çocuk genel anlamda ailesine bağımlı birisi olarak görülmekte, bir birey olarak kabul edilmemekte özgür bir kişiliği olmadığı düşünülmektedir (Kılbaş ve Köktaş 2004). Çocuk, yaşamı için gerekli olan birçok hal ve hareketi, bilgi ve becerileri genellikle oyun ortamında farkına varıp öğrenir (Koçyiğit ve ark., 2007). İnsanın, gelişim zamanı içerisindeki en masum ve en özel hali olan çocukluk evresi, geçmişten günümüze bilim insanlarının, düşünürlerin, din adamlarının, eğitimcilerin, kısaca çocukla ilgilenen hemen herkesin kendi görüşünü ortaya atarak tanımlamaya çalıştığı çok özel bir dönemdir (Sağlam ve Aral, 2016).



**Şekil 1.** Osmanlıda Çocuk Olmak

(<https://yedikita.com.tr/osmanlida-cocuk-olmak/>)

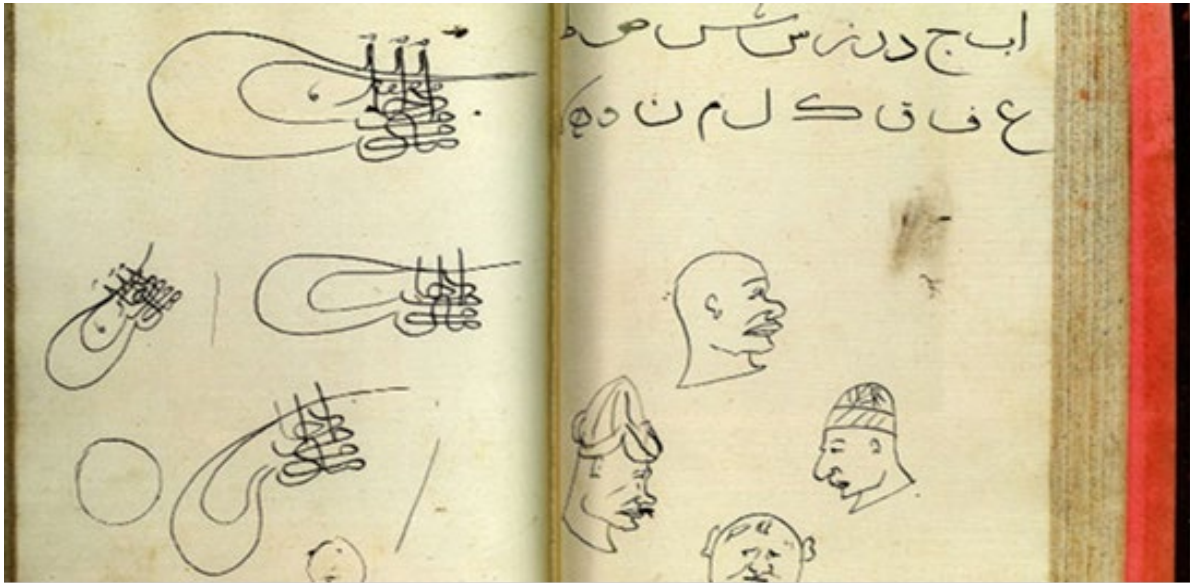
## 2.3. Çocuk ve Oyun

İnsanlık tarihi kadar eski ve köklü bir geçmişe sahip olan oyunlar, dünyanın dört bir köşesinde farklı toplumsal özelliklere, biçimlere ve kurallara aldırış edilmeden oynanmaya devam etmektedir. Farklı kültürel özellikler ve oyuna yüklenen anlamlardan dolayı oyun kavramı ile ilgili olarak çeşitli tanımlamalar



yapılmıştır (Alkış Küçükaydın, 2020). Oyun; çocuğun psikomotor gelişim ve becerilerinin elde edilmesi, sosyal ve dil gelişimleri için çok gerekli bir araçtır. Farklı gelişim dönemlerinde değişik oyunlar ve oyuncaklarla yapılan her etkinlik çocuk gelişiminde önemli bir aşamadır (Turgut ve Yılmaz, 2010). Oyun, çocuğun sağlığına, beden ve zihin gelişimine hizmet eden bir araçtır. Oyun, çocuğun en sade, en çok ruhsal tatminini sağlayan uğraşısıdır (Özer ve ark., 2006). Oyun çocuğun arzularını, hedeflerini dile getiren, onu isteklerine ulaştıran ve yaşama hazırlayan çok etkili bir araçtır. Çocuk, hayat için gerekli hal ve hareketleri, bilgi ve becerileri oyun esnasında kendiliğinden öğrenmektedir. Çocuğun fiziksel ve ruhsal bakımdan sağlıklı bir şekilde büyüüp gelişmesi için oyun da beslenme ve uyku gibi önemli bir gerekliliktir (Kaytez ve Durualp, 2014). Genel anlamda oyun, çocuğun birçok yönden etkilenmesine ve gelişmesine katkıda bulunur. Oyunların çeşitlerine göre etkileri değişiklik yaratırken genel etkileri şu şekilde sıralanabilir:

- 1- Fiziksel açıdan oyunun etkisi.
- 2- Sosyal açıdan oyunun etkisi.
- 3- Psikolojik ve duygusal açıdan oyunun etkisi.
- 4- Zihinsel açıdan oyunun etkisi (Özer ve ark., 2006).



**Şekil 2.** Fatih Sultan Mehmed'in Çocukluk Defterinden Bir Resim

(<https://www.panoramikmuze.com/tr/fatih-sultan-mehmedin-cocukluk-defteri-haber-49>)

#### **2.4. Çocuklara Uygun Geleneksel Rekreatif Aktiviteler**

Çocukluk döneminde gelişim ve büyümeyi destekleyici rekreatif faaliyetler yapılması gereklidir. Buradaki esas amaç çocuğun fiziksel aktivite yaparak fizyolojik, psikolojik, zihinsel ve sosyolojik açıdan fayda görmesidir (Orhan, 2019). Rekreasyonel aktivitelere katılım için birçok faktör vardır. Rekreasyonel bir etkinlikte aktif olabilmek için uygun bir zaman dilimi ayarlamak en temel şeydir. Burada ise etkinliklere katılan çocukların dikkat ve koordinasyonunun aktif olduğu saatleri göz önünde bulundurmak çok önemlidir. Zaman, sosyal çevre, ailenin içinde bulunduğu

maddi manevi şartlar ve fiziksel koşullar da rekreasyonel aktivitelere katılımı önemli etkenlerdendir (Yiğitbaş, 2020).

Haz, eğlence ve mutluluk veren serbest zaman etkinliklerinde bulunan çocuklar aşağıdaki olumlu duyguları davranışlarına yansıtırlar (Luo, 2005).

1-Zihinsel (düşünme) aktiviteleri; Bireyin düşünce ve zihinde oluşturduğu uyguladığı aktivitelerdir.

2-Spor ve egzersiz; Egzersiz ve spor alanında katıldıkları aktiviteleri içerir.

3-Müzik; Bireyin aktif veya pasif olarak katıldıkları aktiviteleri kapsar. Bu aktivitelere örnek; ıslık çalmak, beste yapmak, konserlere katılmak vb.

4-Resim; Çizim yapmak, gezmek, resim sergilerine katılmak vb.

5-Dans; Oryantal dans, modern dans, halkoyunları, aerobik dans, tango, zeybek vb.

6-Hobiler; Elbise dikmek, yemek yapmak, bahçe işlerle uğraşmak, kitap okumak, müzik dinlemek, resim yapmak, yüzmek, spor yapmak vb.

7-Oyunlar; Puzzle, elektronik oyunlar, ezber oyunları, saklambaç, körebe hokkabazlık, seksek, birdirbir vb.

8-Rahatlama; Masaj, müzik dinleme, sıcak duş, doğayı seyretmek, yürüyüş yapmak vb.

9-Sosyal aktiviteler; Akraba ziyaretleri, arkadaş görüşmeleri, belli başlı kurslar vb. sosyal aktivitelerdir.

Kültürel değerlerin sürdürülmesinde en etkili yöntem, eğlence faktörünün kullanılmasıdır. Oyun ve eğlencenin bir araç olarak ele alındığı bu ortamlarda, temel amaç, toplumu oluşturan kişiler tarafından gelenek ve göreneklerin canlandırılması, gösterim yoluyla yeni nesillere aktarılmasıdır (Esen, 2008). Çocuk oyunları, Türk kültür tarihi açısından önemli bir konuma sahip olup, Kaşgarlı Mahmud'un Divânu Lugâti't-Türk adlı eseri ile Dede Korkut hikayelerinde çokça konu olmaktadır. Bilhassa Türkistan coğrafyasında oynandığı bilinen bu geleneksel oyunlarda Türklerin sosyolojik açıdan izlerini takip etmek mümkündür (Sallabaş, 2020). Türk kültüründe çok önemli bir yere gelmiş olan oyuna genel anlamda bakıldığında; insanların bireysel veya toplandıklarında zaman geçirmek, eğlenmek, mutlu olmak, eğlenirken ve mutlu olurken öğrenmek için belli kurallar içerisinde düzenledikleri etkinliklerdir (Kayabaşı, 2019). "Çocuğun yaşamı, dünyayı öğrenmesi, varlığı ve geri kalan her şeyi oyundan ibarettir. Oyun; çocuğun ruhsal, duygusal hem de sosyal doyumunu, hayata adım atmakta uyum sağlamasını gerçekleştiren en temel ve etkili araçlardan birisidir." (Özer ve ark., 2006). İlgili amaç doğrultusunda araştırmanın inceleme sonucunda Türkiye' de oynanan geleneksel çocuk oyunlarının bazıları şunlardır; "Aç Kapıyı Bezirgân Başu Oyunu, Mendil Kapmaca, Yedi Kiremit, Uçak, Sıçratan Top, Abu Damya, Üçgen Peynir Dilimleri, Yakan Top, Hacı Yatmaz, Ben Çarşıya Gittim, Sekiz Kuyulu Taş, Cırtcak, Topal Karga, Eski Minder, Tribom, Patlangaç, Pembe Nine, Sek Sek, Yattı Kalktı, Alaylar, Yağ Satarım Bal Satarım, Dönmece, Ateşim, Saklambaç, Himbil, Kurt Kardeş ve Kale oyunu (Sallabaş, 2020).



Şekil 3. Yedi Kiremit Oyunu



Şekil 4. Aç Kapıyı Bezirgân Başu Oyunu

(<https://www.haymanahaber.net/cocuklugumun-haymanasindan-2/>)

## 2.5. Çocukların Günümüzde Oynadığı Oyun Türleri

Oyunlar birçok farklı kriterlere göre sınıflandırılabilir. Çocukların ilgilendikleri şeyler yaşlarına göre farklılık gösterdiği için, gelişim dönemleri bir gruplandırma ölçütü olabilir. Oyunların oynandığı yere göre; açık alanlar veya kapalı alanlar, masa oyunları denilebilir. Katılımcı sayısına göre; bireysel, iki kişilik ve ekip oyunlarından bahsedilebilir (MEGEP, 2006). Çocuklar eğlenmek maksadıyla çeşit çeşit oyunlar oynarken yetişkinler de beraber olabilmek, birlikte vakit geçirebilmek ve eğlenmek maksadıyla yetişkinlere özgü geleneksel oyunlar oynamışlar ve aynı sırada bu oynadıkları bazı oyunlarla da halkı eğlendirmişlerdir. Oynanan bu oyunlar, sosyalleşmeyi sağlamak ve insanlar arasındaki bağı kuvvetlendirmek gibi çok farklı işlevlere de sahiptir (Serbest, 2020).

### Yarışmalı Oyunlar:

Tek kişi olarak veya takım şeklinde, iki ya da daha fazla tarafın oynamış olduğu oyunlardır. Bu şekilde oynanan oyunlarda esas hedef kazanmaktır. Fakat oyuncuların kesinlikle kurallara uyma şartı vardır. Oyunu yönetebilmek için bir hakem olabilir. Günümüzde çok yaygın olan, elektrikli ve kumandalı oyuncaklarla yapılan bir sürü yarışma vardır. Bunun yanında çocuklar için yetenek yarışmaları, koşu yarışmaları, dart, halk oyunları ve yüzme yarışmaları sayılabilir. Aynı şekilde okul yaşındaki çocuklar için bilgi yarışmaları da bir çeşit oyun türüdür. Yarışmalı oyun türleri arasında en yaygın olanları içinde bilgisayar oyunları da vardır. Takım halinde oynanan oyunlar bütünlük, beraberlik, iş paylaşımı ve de iş birliği ister. Temelde önemli ve gerekli olan olay şudur ki; çocuklar için yapılan yarışmalarda kaybetmenin kötü bir durum veya son olmadığı, kötü karşılanacak ya da kötü hissedilecek bir olay olmadığı farkındalığı kazandırmaktır. Yarışmalarda oyunların hem rekabet yönünün hem de eğitici, öğretici ve eğlenceli yönlerinin ön plana çıkartılması gereklidir (MEGEP, 2006).

### Havuz Oyunları

Özellikle otel işletmelerinde, mini kulüplerde en fazla oynanan oyunlardır. Havuzdaki oynanan oyunlar animatör beraberinde yapıldığında riski çok yoktur. Fakat çocuklar bu şekildeki oyunlarda çok hızlı yorulur. Bu oyunlar kısa mesafe yüzme, top yakalama, kaydıraklar, su altında en uzun süre ile kalabilme, su topu ve havuza atılan bir cismi çıkartma ve benzeri oyunlardır. Bu tür oyunlarda dikkat

edilmesi gereken şeyler yüzmeyi bilen çocukların havuza alınması veya çocuk havuzlarının tercih edilmesidir (MEGEP, 2006).

### Masa Oyunları

Bu oyun türleri arasında satranç, masa futbolu (langırt), dama, tombala, pinpon, ve iskambil kâğıtlarıyla oynanan oyunlar vardır. Oynanan bu oyunların bazılarında deneyime ve özel beceriye ihtiyaç duyulur. Dokuz yaşında olan ve daha büyük çocuklar arasında yukarıda bahsedilen oyunlar oynanmaktadır. Dokuz yaşından daha küçük olan çocuklar için ise boyama, kesme ve yapıştırma gibi oyunlar uygundur. Çocuklar için çok faydalı olan masa oyunlarından birisi satrançtır. Satranç sayesinde çocuk; risk alma, düşünme ve karar verme gibi becerilerini geliştirir (MEGEP, 2006).



**Şekil 5.** Satranç Oyunu

(<https://www.trthaber.com/haber/guncel/afyonkarahisarda-satranc-turnuvasi-tamamlandi-684787.html>)

### Doğal Maddelerle Oyunlar

Bu oyunlara su, kum, toprak, taş, çamur, kar, bitkiler ve başka doğal maddelerle oynanan oyunlar dahil edilebilir. Genel olarak bu oyunlar açık alanlarda oynanırlar. Okuldan daha çok okul dışında uygulanabilecek oyun türleridir. Doğa sevgisini ve aynı zamanda doğayı koruyup kollama bilincini oluşturmak için bu oyunlar çok önemli fırsatlardır. Çocukları kontrol altına alarak su ve toprak ile serbestçe oynamaları sağlanmalıdır. Çamur ve hamurdan heykeller kumdan kaleler ve kil yapmak; taşlarla evler, yollar, araçlar gibi şeyler inşa etmek, bitkilere, hayvanlara ve doğaya zarar vermeden onlarla oynamak çocuklara son derece keyifli ve öğretici gelecektir. Doğal maddelerle oynanan oyunlar her yaş çocuk için vazgeçilmezdir. Diğer tür oyunlardan en temel farkı; bu oyunların çocuklar için her vakitte uygulanabilir olmasıdır. Elektronik oyuncaklar ve robotlar gibi maddiyat gerektiren ürünler çocuklara satın almaktansa, onları doğal maddelerle gerçekleştirilen

oyunlarla tanıştırmak daha güzel ve doğrudur. Bu ise savurganlığı engelleyecek ve çocukların yaratıcı olmalarına neden olacaktır (MEGEP, 2006).

### Hayali Oyunlar

0-6 yaş grubu küçük çocuklar için hayal kurma çok genel ve yaygın bir olaydır. 3-6 yaş grubu çocuklar genel olarak hayali kişilerle oyunlar oynamaktadırlar. Örnek verecek olursak; 3-4 yaşlarındaki bir çocuğunun oyuncak bebeğini uyutmak için uğraşması, annesini örnek alarak onu sevmesi, ona ilgi göstermesi ya da onu azarlaması, karnını doyurması ve altını temizlemesi çokça karşılaştığımız oyundur. Hayalperestlik ve yaratıcılık 3-6 yaş grubu çocuklarda çok önemlidir. Çocuklar bazı zamanlarda çizgi film, masal ve film karakterleriyle kendi kendilerini özdeşleştirerek oyunlar oynarlar. Bu oyunları oynayan çocuklar genel olarak dramalarda, canlandırmalarda ve doğaçlamalarda çok yeteneklidirler. Canlandırmalar, aksesuarlar, yüz boyamalar, maskeler ve kostümler eşliğinde süslenebilir. Burada önemli olan, çocuğun yaratıcılığını ve hayal gücünü kullanarak kendini rahatça açıklayabilmesidir. Çocukların gerçek hayattan kahramanlar seçtiklerine de hayali oyunlar oynarken tanık oluruz. Doktorlar, askerler, öğretmenler, mankenler, polisler ve benzerleri çok fazla özenilip taklit edilenlerdir. Bu gibi meslekler giysisinden, tavırlarına, kullandıkları aletlere kadar her yönü bakımından oyunlarda canlandırılır (MEGEP, 2006).

## **2.6. Çocuklarda Rekreatif Faaliyetlerin Faydası**

Rekreasyon aktiviteleri, kişinin hareketli sosyal çevrelere katılımına fırsat veren bir sosyal aktivite olması özelliğinden dolayı bireyin sosyalleşmesinde çok önemli bir etkiye sahiptir. Bütün insanlar çok küçük yaştan itibaren oyun, spor ve diğer aktiviteler ile aktifleşip sosyalleşmektedirler. Rekreasyon faaliyetinin her türü sosyal bir tecrübe oluşturmaktadır (Yenigün ve Doğduay, 2012). Rekreasyon etkinlikleri ya bireysel ya da toplu bir şekilde gerçekleştirilsin, insanların sosyalleşme gereksinimlerini tatmin etmektedir. Öte yandan, bu aktiviteler kişilerin çocukluk döneminden hayatlarının son evresine kadar karakterini ve toplumsal değerlerin öğrenilmesini desteklemektedir. (Yağmur ve İçigen, 2016).

Çocukların oynadığı oyun ve rekreasyon kavramlarının aralarındaki ilişki oldukça sıklıdır. Rekreasyonun bünyesinde oyun ve çeşitlerini kullanılabilirken, oyun da rekreasyon ile ilgili benzer özellikleri taşımaktadır. Çocuklar, oyun ve rekreatif faaliyetlere katıldıklarında bedensel ve zihinsel olarak gelişmektedirler. Oyun, çocukların eğlenerek öğrendiği ve rekreasyonu da barındıran bir etkinliktir. Oyunu barındıran rekreasyonun faydaları şunlardır (Aslan ve Halli, 2022):

- Çocuklar, yeteneklerinin farkına varmakta ve becerilerini geliştirmektedir.
- Çocuklar; oyun içinde gerçekliği, hayalleştirerek öğrenir ve öğrendiklerini günlük hayatına uygular. Öte yandan karşısına çıkacak olan zorluklarla nasıl baş edebileceğini öğrenir.
- Çocuk, çevresindekilerle uyumlu bir biçimde yaşamayı öğrenir.
- Çocuğun hayal kurma yeteneği ve problem çözme becerisi gelişir.
- Çocuğun yardım etme duygusu, sorumluluk alma bilinci ve sorumluluğunun üstesinden gelme becerisi gelişir.



- Bireysel ve grupla çalışma, problemlere çözüm üretebilme becerisi gelişir.

### 3. SONUÇ

Rekreasyon çağımızda tüm dünya üzerinde çok önemli bir konuma sahiptir. Ülkemizde çocuklar için yeni yeni keşfedilmeye başlayan rekreasyon ve rekreatif etkinlikler çok önemlidir. Yapılan ve yapılmış olan hemen hemen her faaliyette çocukların gelişimlerine olumlu etkiler sağladığı görülmektedir. Rekreasyonun çocuklar için önemli yararlarından biri de fiziksel sağlığa katkısıdır. Çocuklar enerjilerinin büyük çoğunluğunu oyunlara ve diğer rekreatif faaliyetlere ayırmaktadır. Çocuğu hareketsiz yaşamdan uzaklaştırmak için rekreatif faaliyetlerin yeri büyüktür. Hareketli oyunlarla karşılaşan çocuk hem zihniyle hem de bedeniyle bu oyunu öğrenir (Aslan ve Halli, 2022). Rekreatif aktivitelerin vücudun tamamını etkilemesi nedeniyle, insanı tümüyle olumlu ve yararlı yönde etkileyecek şekilde seçilmesinin gerekliliği önemlidir. Rekreatif amaçlı gerçekleştirilen fiziksel faaliyetler, sorunlarla baş edebilme yeteneğini geliştirerek yeni becerilerin farkına varılmasına katkı sağlamakla birlikte başarı ve başarısızlık hislerini tecrübe etmeyi sağlayarak yeni metotlar oluşturabilmek için fırsatlar verebilmektedir (Ekinci ve ark., 2014). Rekreatif faaliyetlerin, çocuk ve gençlerin gelişimi üzerindeki önemi sosyal ve fiziksel açılarından incelendiğinde günümüzde en büyük sorun haline gelen teknoloji bağımlılığını kısıtlamada çok etkili bir unsur olacağına ulaşılmıştır (Aydın ve Birol, 2019). Rekreasyon etkinlikleriyle bedensel, zihinsel, duygusal ve de sosyal olarak yaşam kalitesini iyileştirip geliştirmesine etkide bulunulacağı belirtilmektedir (Smith ve Zook, 1988). Ayriyeten açık hava faaliyetlerinin çevreye ve bireyin bizzat kendisine karşı olan hal, hareket ve değerlerini biçimlendirme ve farkına varması için bir şans vereceği belirtilmektedir. (Yerkes ve Haras, 1997). Öte yandan rekreasyonel etkinliklere katılım kişide, yeni arkadaşlıklar edinme, tecrübe kazanma, başarı hissi, fiziksel kuvvetlilik, güzelliğin farkına varma, hayal edebilme, duygusal haz ve dinlenme vb. birçok doyum oluşturmaktadır ki bunların içinde mutlu olma da vardır. Sonuç olarak Türklerde çocuklarda uygulanan rekreatif faaliyetler bireylerin hareketsizliklerinin engellenmesi, kötü duygu durumlarının iyileşmesi, sosyal ilişkilerinin artması nedeniyle çocuklar açısından çok fazla önem arz etmektedir.

### 4.ÖNERİLER

- İlgili kişiler tarafından ailelere rekreatif aktivitelerin çocukların gelişimleri üzerindeki etkisi yönünde farkındalık oluşturulmalıdır.
- Çocuklar küçük yaşta rekreatif aktivitelerle tanıştırılmalıdır.
- Aileler çocuklarını rekreatif faaliyetlerin içinde bulunacağı ortamlara götürmelidir.
- Rekreatif etkinlikler sayesinde çocuklar için önemli olan sosyalleşme ortamı oluşur bu yüzden çocuklar bu ortamlara dahil edilmelidir.
- Rekreatif etkinliklerin olduğu alanlar artırılmalıdır.

### 5. ÇIKAR ÇATIŞMASI VE ETİK KURUL ONAY

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

**Finansal destek:** Herhangi bir finansal destek alınmamıştır.

**Etik Kurul Onayı:** Bu araştırma için herhangi bir etik kurul iznine ihtiyaç duyulmamaktadır. Tüm sorumluluk yazarlara aittir.

## 6. KAYNAKÇA

**Aksoy, Y. (2020).** Rekreatif Faaliyet Olarak Fiziksel Aktivitelerin Otizmlili Çocuklarda Sosyal İletişime Yönelik Etkileri. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 5(1), 1-9. Doi: 10.31680/Gaunjs.689747

**Alkış Küçükaydın, M. (2020).** İlkokul Eğitiminde Eğitsel Oyunlar ve Güncel Uygulamalar. Nobel Akademik Yayıncılık.

**Özer, A., Gürkan, A. C., & Ramazanoğlu, O. (2006).** Oyunun çocuk gelişimi üzerine etkileri. *Fırat Üniversitesi Doğu Araştırmaları Dergisi*, 4 (3), 54-57.

**Aslan, A., & Halli, E. (2022).** Çocuklarda Rekreatif Aktivite. *Rekreasyon ve Spor*, 31.

**Aydın, E., & Birol, S. Ş. (2019).** Yerel Yönetimlerde Çocuk ve Gençlere Yönelik Rekreasyon Planlaması Üzerine Bir Araştırma: Karaman Örneği. *Journal Of International Social Research*, 12(66).

**Bayazıt, B., Atabay, S., & Uzuner, M. E. (2020).** Ortaokul Öğrencilerine Uygulanan Sportif Rekreatif Etkinliklerin Öğrencilerin Benlik Saygısına Etkisinin İncelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 28(4), 1770-1775. Doi: 10.24106/Kefdergi.3680

**Ekinci, N. E., Kalkavan, A., Üstün, Ü. D., & Gündüz, B. (2014).** Üniversite Öğrencilerinin Sportif ve Sportif Olmayan Rekreatif Etkinliklere Katılmalarına Engel Olabilecek Unsurların İncelenmesi. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 1(1), 1-13.

**Erdiller-Yatmaz, Z. B., Erdemir, E., & Erbil, F. (2018).** Çocuk ve Çocukluk: Okulöncesi Öğretmen Adayları Anlatıyor. *Eğitimde Nitel Araştırmalar Dergisi*, 6(3), 284-312.

**Esen, M. A. (2008).** Geleneksel Çocuk Oyunlarının Eğitimsel Değeri ve Unutulmaya Yüz Tutmuş Ahıska Oyunları. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 21(2), 357-367.

**Cerit, E., Gümüüşdağ, H., Ağılönü, A., Evli, F., Evli, M. (2013).** Muğla Vali Hüseyin Aksoy Çocuk Yuvasında Barınan Çocuklara Rekreatif Etkinlik Olarak Uygulanan Halk Oyunları Çalışmasının Bazı Fiziksel Gelişimleri Üzerine Etkisi. *Uluslararası Hakemli Aile Çocuk ve Eğitim Dergisi* 1(1): 43-54

**Gumusgul, O., & Aydoğan, R. (2020).** Yeni Tıp Koronavirüs-Covid 19 Kaynaklı Evde Geçirilen Boş Zamanların Ev İçi Rekreatif Oyunlar ile Değerlendirilmesi. *Spor Eğitim Dergisi*, 4(1), 107-114.,

**Karakoç, B. (2015).** 12 Haftalık Rekreatif Fiziksel Etkinlik Programının Eğitilebilir Zihinsel Engellilerin ve Ailelerinin Üzerine Etkileri.

**Karaoğlan, M. F. (2018).** 12-14 Yaş Obez Çocuklarda Rekreatif Amaçlı Yürüme Egzersizinin Benlik Saygısı Üzerine Etkisinin İncelenmesi (Master's Thesis, Batman Üniversitesi).

**Karaoğlua, B., Turana, M. B., & Koça, K. (2018).** Aile Yanında Yaşayan ve Yaşamayan Çocukların Rekreatif Etkinliklere Katılımlarının Önündeki Engellerin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Erpa* 2018, 390.

**Kayabaşı, R.G. (2019).** Ata Yurttan Ana Yurda Çocuk Oyunlarının Yolculuğu Taşeli Yöresi Çocuk Oyunları. Konya: Kömen Yayınları.

**Kaytez, N., & Durualp, E. (2014).** Türkiye’de Okul Öncesinde Oyun ile İlgili Yapılan Lisansüstü Tezlerin İncelenmesi. *Uluslararası Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 2014(2), 110-122.

**Kılbaş, Ş., Köktaş, V. (2004).** Rekreasyon Boş Zaman Değerlendirme, 3.Basım, Nobel Yayın Dağıtım, S.:25-28, Ankara

**Koçyiğit, S., Tuğluk, M. N., & Mehmet, K. Ö. K. (2007).** Çocuğun Gelişim Sürecinde Eğitsel Bir Etkinlik Olarak Oyun. *Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi*, (16), 324-342.

**Lu, L., & Hu, C. H. (2005).** Personality, Leisure Experiences And Happiness. *Journal Of Happiness Studies*, 6(3), 325-342.

**Mesleki Eğitim ve Öğretim Sistemini Güçlendirme Projesi (Megep), (2014),** Aile ve Tüketici Hizmetleri, Tüketici Karar Süreci, Millî Eğitim Bakanlığı (Meb), Ankara.

**Orhan, R. (2019).** Çocuk Gelişiminde Fiziksel Aktivite ve Sporun Önemi. *Kırıkkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 9(1), 157-176.

**Özer, A. Gürkan, A. C., & Ramazanoğlu, O. (2006).** "Oyunun Çocuk Gelişimi Üzerine Etkileri". *Doğu Anadolu Bölgesi Araştırmaları* 4(3): 54- 57

**Özmert, N. E. (2006),** "Erken Çocukluk Gelişiminin Desteklenmesi-İn", *Aile, Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi*, S:49, 256-273.

**Sağlam, M., & Aral, N. (2016).** Tarihsel Süreç İçerisinde Çocuk Ve Çocukluk Kavramları. *Çocuk ve Medeniyet*, 1(2), 43-56.

**Sallabaş, M. (2020).** Halk Biliminin İşlevleri Bağlamında Geleneksel Çocuk Oyunları: Rütük Çocuk Oyunları. *Milli Folklor*, 16(126), 99-109.

**Uslu, S., Karavelioğlu, M. B., & Gumusgul, O. (2020).** Geleneksel Rekreatif Oyunlar: Yeni Koronavirüs (Covid-19) Salgını Sürecinde Boş Zaman Değerlendirme Önerileri. *Spor Ve Rekreasyon Araştırmaları Dergisi*, 2(Özel Sayı 1), 14-25.

**Savran, S. (2020).** Özel Gereksinimli Çocukların Rekreatif Etkinliklere Katılımları ile Yaşam Kaliteleri Arasındaki İlişkinin Ebeveyn Rolü Açısından İncelenmesi: Manisa İli Örneği (Master's Thesis, Sosyal Bilimler Enstitüsü).

**Serbest, K. (2020).** Nevşehir Yöresi Geleneksel Eğlence Unsurlarının Turizmde Kullanımı. *Motif Akademi Halkbilimi Dergisi*, 13(30), 745-761.

**Kül, S., Karaküçük, S. (2019).** Farklı Kültürlerde Boş Zaman Davranışları: Aleviler Örneği. *Spor ve Rekreasyon Araştırmaları Dergisi*, 1(2), 9-20.

**Smith E., Zook S. (1988)** The Aging Process: Benefits Of Physical Activity, Oxon

**Turgut, H., Yılmaz, S. (2010).** Ekolojik Temelli Çocuk Oyun Alanlarının Oluşturulması.

**Wright, H. R. (2015).** The Child In Society. London: Sage.

**Yağmur, Y., & İçiğen, E. T. (2016).** Üniversite Öğrencilerinin Sosyalleşme Süreci ve Rekreasyon Faaliyetlerinin İncelenmesi Üzerine Bir Çalışma. *Anatolia: Turizm Araştırmaları Dergisi*, 27(2), 227-242.

**Yazıbaşı, M. A. (2017).** Çocukluk Döneminde Din ve Din Eğitiminin Çocuklara Kazandırdıkları. *İtobiad: Journal Of The Human & Social Science Researches*, 6(1).

**Yenigün, Ö., Doğduay, G. (2012).** Mental Retardasyonlu Çocuklarda Rekreasyon Faaliyetlerinin Sosyal Gelişime Etkilerinin İncelenmesi. *Antalya: I. Rekreasyon Araştırmaları Kongresi Bildiri Kitabı*, 12-15 Nisan 2012 Ss. 1013- 1021

**Yerkes R., Haras K. (1997).** Outdoor Education And Environmental Responsibility, Charleston University, U.S.A.

**Yiğitbaş, H. A. (2020).** 6-8 Yaş Arası Çocuklarda Rekreasyonel Bale ve Jimnastik Eğitiminin Denge, Esneklik ve Eklem Mobilitesine Etkisinin Araştırılması (Master's Thesis, Hasan Kalyoncu Üniversitesi).

#### **İnternet Kaynakları**

<https://gelenekselcocukoyunlari.com/oyun.aspx?id=15&idkat=37>

<https://www.haymanahaber.net/cocuklugumun-haymanasindan-2/>

<https://www.panoramikmuze.com/tr/fatih-sultan-mehmedin-cocukluk-defteri-haber-49>

<http://www.tesistanbul10.org/eski-turklerde-cocuk-egitimi-y3>

<https://www.trthaber.com/haber/guncel/afyonkarahisarda-satranc-turnuvasi-tamamlandi-684787.html>

<https://yedikita.com.tr/osmanlida-cocuk-olmak/>

### **Extended Summary**

Recreation is defined as physical and mental renewal by participating in activities that keep people's basic vital functions alive, rest them, entertain them, give joy, pleasure and increase their well-being. Recreational games, on the other hand, are activities that can be recommended for recreational activities that can be applied at home. Games that can be played indoors or outdoors, where children, young people, the elderly and other individuals can entertain and enjoy themselves on a voluntary basis, without any expectation of financial gain, during their time within the concept of recreation, are called "Recreational Games". It is necessary to carry out recreational activities that support development and growth in childhood. The main purpose here is to benefit the physical development of the child. There are many specific factors for participation in recreational activities. Setting a suitable time frame to be active in a recreational activity is the most basic thing. Here, it is very important to consider the hours when the attention and coordination of the children participating in the activities are active. The relationship between the concepts of play and recreation played by children is quite tight. While games and its varieties can be used within the recreation, the game also has similar features related to recreation. Children also develop physically and mentally when they participate in play and recreational activities. Games are activities that children learn by having fun and also develop and have recreation. These activities are very important for the child to gain his place in the society in the future, to lead a healthy life, to be protected from various diseases, and to be in complete physical and psychological well-being. The benefits of the game hosting the game are: In terms of time, the social environment is one of the important factors in participating in recreational activities in the material and moral conditions and physical conditions of the family. There are many specific factors for participation in recreational activities. Setting a suitable time frame to be active in a recreational activity is the most basic thing. Recreational activities have a very important effect on the socialization of the individual, as it is a social activity that allows the individual to participate in active social environments. All people become active and socialize with games, sports and other activities from a very young age. All types of recreational activities constitute a social experience. In our age of recreation, it has a very important position all over the world. In our country, recreation and recreational activities, which are just beginning to be discovered, are very important for children. It is seen that almost every activity that is done or done has positive effects on the development of children. One of the most basic and important benefits of recreation for children is the benefits it provides to physical health. Children devote most of their energies to games and other recreational activities. This creates peace and relaxation for the child. It is important for the development of motor skills. Recreational activities have a great place in getting the child away from sedentary life and preparing for the future. The child who encounters active games learns this game both with his mind and body. When the importance of recreational activities on the development of children and young people is examined in terms of social and physical aspects, it has been concluded that it will be an effective factor in limiting technology addiction, which has become the biggest problem today. As a result, recreational activities applied to children in Turks are of great importance for children because of the prevention of inactivity of individuals, the improvement of bad moods, and the increase in social relations.

**How to cite:** Ece, C., Unsal, G., Calık, F. (2023). Recreational Activities Practiced in Children in Turks. *Journal of Sport and Recreation Researches*, 5(2), 96-107. Doi: 10.52272/srad.1327408