

Çocuklarıyla Baby Gym Aktivitelerine Katılan Ebeveynlerin Rekreasyon Fayda Düzeylerinin İncelenmesi¹

Tebessüm AYYILDIZ DURHAN²

Suat KARAKÜÇÜK²

² Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi - ANKARA

Özet

Baby gym ebeveynlerin ve çocuklarının birlikte katıldığı rekreasyonel bir faaliyet türüdür. Araştırmanın amacı, çocukları baby gym aktivitelerine katılan ebeveynlerin rekreasyon fayda düzeylerinin incelenmesidir. Araştırmada Akgül ve Ertüzün'ün 2015 yılında geçerlik güvenirlik çalışması yaparak Türkçe versiyonunu geliştirdikleri "Rekreasyon Fayda Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırmanın örneklem grubunu Ankara ilindeki özel cimnastik salonlarından tesadüfi örneklem yöntemlerinden basit rastgele örnekleme tekniği yoluyla seçilen 3-5 yaş arası 200 çocuğun ebeveynleri oluşturmuştur. Araştırmada ebeveynlerin RFÖ puanlarının çocuk ile yakınlık derecesi, çocuğun cinsiyeti, ebeveynlerin cinsiyeti, ebeveynlerin medeni hali ve ebeveynlerin boş zamanlarını verimli kullanmalarına göre değişip değişmediği Bağımsız Tek Örneklem T testi ile test edilmiş, ebeveynlerin RFÖ puanlarının çocuğun yaşı, ebeveynlerin yaşı, ebeveynlerin algıladıkları gelir düzeyine göre değişip değişmediği Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile test edilmiştir. Elde edilen bulgulara göre; ebeveynlerin çocuk ile yakınlık derecesi, çocuğun cinsiyeti, ebeveynlerin cinsiyeti değişkenleri ile RF düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamışken, ebeveynlerin medeni hali, ebeveynlerin algıladıkları gelir seviyeleri, ebeveynlerin boş zamanlarını verimli kullanmalarına dair değişkenler ile RF düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler saptanmıştır. Sonuç olarak çocuklarıyla beraber babygym aktivitelerine katılan ebeveynlerden evli olanların, algılanan gelir düzeyi orta olanların ve boş zamanlarını verimli kullandıklarını ifade eden ebeveynlerin boş zamanlarını geçirdikleri rekreatif etkinliklerden elde ettikleri fayda düzeylerini daha yüksek buldukları araştırma sonucunda elde edilmiştir. Ebeveynlerin çocukları ile yaptığı egzersizler dolayısıyla hem birlikte zaman geçirmeleri söz konusuysa, hem de rekreatif anlamda bir fayda elde ettikleri söylenebilir. Bu bağlamda ebeveynlerin de çocukları ile birlikte dahil olduğu daha fazla egzersiz modelinden yararlanmanın bu kazanımları artıracacağı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Babygym, Rekrasyon, Fayda

Orijinal Makale

Yayın Bilgileri

Gönderi Tarihi: 27.10.2017

Kabul Tarihi: 07.12.2017

Yayın Tarihi: 18.12.2017

Sorumlu Yazar

e-mail: tebessum@gazi.edu.tr

Examination of Recreation Benefit of Parents Participating in Baby Gym Activities With Their Children

Abstract

Baby gym is a recreational activity which parents and child attend together. The aim of this study is examination of recreation benefit of parents participating in baby gym activities. The data were obtained by the "Recreation Benefit Scale" which was examined for reliability and validity, and developed a Turkish version by Akgül and Ertüzün (2015). The sample group of the research consists of participations who attended baby gym activities in private gymnastic center from 3-5 year old child's 200 parents were chosen randomly in Ankara. In analysis of the study t-test is used to determinate the parents relationship with the child, gender of child, gender of parents, marital status of parents and efficient using of leisure effect of RB levels, meanwhile One Way Variance Analysis (ANOVA) is used to determinate differences of age of child, age of parents, perceived income level variables' effect on RB level. The results of this study indicated that; there are not statistical significant differences between parents relationship with the child variable, gender of child and parents and RBS. There are significant relationships between marital status of parents, perceived income level, efficient using of leisure and RBS. As result; the married parents and who have medium perceived income level and who use their lesiure efficient have more RB. It can be said that because of the exercises the parents have with their children, they both get time together and have RB. In this context, it is considered that parents will benefit from using more exercise models that are participating with their children.

Key Words: Babygym, Recreation, Benefit

Original Article

Article Info

Received: 27.10.2017

Accepted: 07.12.2017

Published: 18.12.2017

Corresponding Author

e-mail: tebessum@gazi.edu.tr

¹ "15-18 Kasım 2016 tarihinde Antalya'da gerçekleşen, 14. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi'nde sözel sunum olarak sunulmuştur."

Giriş

Hareket çocuğun fiziksel, zihinsel ve duygusal gelişiminin önemli bir parçasıdır. Çocuklarda hareketsizlik yaşam şekline bağlı hastalıklarda risk faktörü olarak görülmektedir. Bu nedenle okul öncesi dönemden başlayarak çocukların düzenli ve bilinçli olarak hareket etmeleri sağlanmalıdır. Bu gereklilik okul öncesi dönemde optimal gelişim için fiziksel aktivitenin türünü ve miktarını tanımlamayı gerekli kılmaktadır (Kerkez, 2012).Yapılan araştırmalar, sporda beklenen başarıya ulaşabilmek için çocuğun mümkün olan en küçük yaşta beden eğitimi ve sporla ilgili aktivitelere başlamasını gerektirmektedir. Çocukların erken yaşlarda belli bir spor dalından daha çok hareket gelişimi içeren oyunlara ve çeşitli spor aktivite programlarına katılmaları gerekir (Demirel ve ark., 2016). Bebeklerde egzersiz hareketleri özellikle 2-6 aydan sonraki bütün hayatı için fiziksel ve ruhsal gelişim açısından oldukça önemlidir. Bu gelişimin yanı sıra babygym, özellikle anne ve bebek arasındaki bağı da güçlendirmekte, bebeğin anneye olan güven duygusu gelişmekte ve egzersiz yapmanın sağladığı tüm olumlu faktörler anneyi ve çocuğu doğrudan etkilemektedir.

Çocukların spor aktivitelerine katılımı, büyük ölçüde anne-babalarının konuya olan bakış açısıyla ilgilidir. Ailelerin bu konudaki yaklaşımı, çocuklarının bu aktivitelere katılıp katılmamaları noktasında neredeyse en belirleyici unsurdur. Bazı aileler, sporun çocuk gelişimi ve sosyalleşme süreci üzerindeki olumlu etkisinin bilincinde olup çocuklarının bu aktivitelere katılımını desteklerken çoğu aile ise; çocuklarının bu faaliyetlere katılımına sıcak bakmamaktadır. Günümüzde aileler eskiye göre spora daha olumlu yaklaşmakta ve çocuklarını spora yönlendirmektedir (Güven ve Öncü, 2006).

Spor aktiviteleri bir boş zaman değerlendirme aracı olarak günümüzde artan bir arz talep olgusunu oluşturmaktadır. Spor bilincine sahip aileler çocuklarını bu aktivitelere yönlendirme yolunu seçmekte, farklı aktivitelere çocukları ile birlikte yer alma şansına sahip olmaktadır. Bu aktivitelere biri olan babygym aktiviteleri ebeveynlerin çocukları ile sportif rekreasyon aktivitelerine katılarak boş zamanlarını verimli değerlendirmelerini sağlamaktadır. Bebek egzersizleri, şarkılar, danslar, güvenli oyuncak ve özel salıncaklar eşliğinde yapılan bu aktiviteler bebek ve ebeveyn arasındaki etkileşimi arttırmak, ebeveynlerin sosyalleşmesi ve çocuklarıyla birlikte fiziksel aktivitelere katılımı anlamında fırsatlar sunmakta, bebeklerinin gelişimine bizzat tanıklık etmelerini sağlamaktadır. Bu süreçte boş zamanlarını etkili ve verimli

kullanan bireyler boş zamanlarında yaptıkları aktiviteler dolayısıyla belirli bir fayda elde etmektedirler. Boş zamanları değerlendirme yani rekreasyonel aktiviteler genel olarak; fiziki sağlığı geliştirir, ruh sağlığını korur ve sürdürülmesine katkı sağlar, insanı sosyalleştirir, bireysel beceri ve yeteneğin gelişmesini sağlar, yaratıcı gücü geliştirir, insanı mutlu eder, çalışma başarısı ve iş verimini artırır, ekonomik hareketi geliştirir, toplumsal dayanışma ve bütünleşmeyi sağlar, demokratik toplumun yaratılmasına imkan sağlar, yaşam kalitesini artırır, eğitimsel açıdan yarar sağlar, heyecan ve macera ihtiyacını giderir, duygusal gereksinimi giderir (Ardahan ve ark., 2016; Caltabiano, 2006; Karaküçük, 2005; Karaküçük ve Akgül, 2016; Leitner ve Leitner, 2012; Lankford ve ark., 2007; Ho, 2008). Bu parametrelerden yola çıkarak rekreasyon fayda düzeyini fiziksel, psikolojik, sosyal, eğitimsel, rahatlama, estetik yararlar olarak sınıflandıran araştırmalar da bulunmaktadır (Bammel, 1996; Hung, 2012; Heintzman, 2009; Mensink ve ark., 1999; Yue, 2012).

Böylelikle babygym aktivitelerine çocukları ile birlikte katılan ebeveynlerin, katıldıkları aktiviteler sebebi ile hem kendileri hem de çocuklarının yaşamlarına pozitif yönlü etkiler kazandırmaları beklenmektedir. Araştırma kapsamında çocuklarıyla babygym aktivitelerine katılan ebeveynlerin rekreasyon fayda düzeylerinin incelenerek, rekreasyon fayda düzeylerini hangi değişkenlerin ne doğrultuda etkilediği araştırılmaktadır.

Yöntem

Evren ve Örneklem

Araştırmanın örneklem grubunu Ankara ilindeki özel cimnastik salonlarından tesadüfi örneklem yöntemlerinden basit rastgele örneklem tekniğiyle seçilen 3-5 yaş arası 200 çocuğun ebeveynleri oluşturmuştur.

Veri Toplama Aracı

Araştırmada Ho (2008)'nun geliştirdiği Akgül ve Ertüzün'ün (2015) yılında geçerlik güvenirlik çalışması yaparak Türkçe'ye uyarladıkları "Rekreasyon Fayda Ölçeği" (Leisure Benefit Scale LBS) kullanılmıştır. Bu araştırma kapsamında Cronbach Alpha katsayısı .93 olarak bulunmuştur.

Araştırmanın sınırlılıkları

Araştırmaya Ankara ilinde hizmet veren özel cimnastik salonlarında babygym faaliyetlerine katılan 3-5 yaş arası 200 çocuğun ebeveyni ile sınırlandırılmıştır. Babygym aktivitelerinin özel cimnastik salonlarında uygulanıyor olması, bilinirliğinin fazla olmaması, teçhizat noktasında salonlara maddi külfet getirisi olması dolayısıyla programın yaygın şekilde uygulanıyor olmaması ve ebeveynler tarafından katılımın fazla olmaması araştırmanın diğer sınırlılıklarını oluşturmaktadır.

Verilerin Analizi

Araştırmada ebeveynlerin rekreasyon fayda ölçeği puanlarının çocuk ile yakınlık derecesi, çocuğun cinsiyeti, ebeveynlerin cinsiyeti, ebeveynlerin medeni hali ve ebeveynlerin boş zamanlarını verimli kullanmalarına dair değişkenlerine göre değişip değişmediği Bağımsız Tek Örneklem T testi ile test edilmiş, ebeveynlerin rekreasyon fayda ölçeği puanlarının çocuğun yaşı, ebeveynlerin yaşı, ebeveynlerin algıladıkları gelir düzeyi değişkenleri göre değişip değişmediği Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile test edilmiştir.

Bulgular

Elde edilen bulgulara göre; ebeveynlerin çocuk ile yakınlık derecesi, çocuğun cinsiyeti değişkenleri ile rekreasyon fayda düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamışken, ebeveynlerin medeni hali, ebeveynlerin algıladıkları gelir seviyeleri, ebeveynlerin boş zamanlarını verimli kullanmalarına dair değişkenler ile rekreasyon fayda düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler saptanmıştır. Anlamlı ilişkilere dair tablolar aşağıda belirtilmiştir.

Tablo 1. Katılımcılara ilişkin demografik değişkenlerin sıklık ve yüzdelik dağılımları

	N=(200)		
	Değişken	f	%
Ebeveynlerin Yakınlık Derecesi	Anne	116	58,0
	Baba	84	42,0
Çocuğun Yaşı	3	54	27
	4	103	51,5
	5	43	21,5
Çocuğun Cinsiyeti	Kız	104	52,0
	Erkek	96	48,0
Ebeveynlerin Yaşı	30<	32	16
	30-40	111	55,5
	41>	57	28,5
Ebeveynlerin Medeni Durumu	Evli	187	93,5
	Bekar	13	6,5
Ebeveynlerin Algıladıkları Gelir Durumu	Yüksek	33	16,5
	Orta	121	60,5
	Düşük	46	23,0
Ebeveynlerin Verimli Boş Zamana Sahip Olma Durumu	Evet	110	55,0
	Hayır	90	45,0

Elde edilen verilere göre katılımcıların %58,0'i anne, %42,0'si baba, çocuklar ağırlıklı olarak 4 yaşındadır (%51,5) ve kız (%52,0) katılımcılardan oluşmaktadır. Ebeveynlerin yaş grubu çoğunlukla (%55,5) 30-40 yaş arasında, medeni durumları ise büyük oranda (%93,5) evli olarak belirtilmiştir. Algılanan gelir düzeylerinde ise katılımcıların %60,5'inin orta gelir grubunda olduğu gözlenmektedir. Verimli boş zamana sahip olduğunu ifade eden ebeveynlerin oranı da %55,0 olarak saptanmıştır.

Tablo 2. Rekreasyon fayda ölçeğinin aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri

	N=(200)			
	\bar{x}	ss	Min	Max.
Rekreasyon fayda ölçeği	99,58	11,67	57,00	120,00
Fizyolojik	29,59	3,76	19,00	35,00
Psikolojik	37,72	4,64	22,00	45,00
Sosyal	32,26	4,96	11,00	40,00

Tablo 2 incelendiğinde katılımcıların yüksek bir rekreasyon fayda düzeyi ($99,58 \pm 11,67$) ortaya koyduğu gözlenmektedir. Alt boyutlara bakıldığında en yüksek aritmetik ortalama değerinin, ölçeğin alt boyutlarından psikolojik alt boyutta

(22,00±4,64), en düşük aritmetik ortalamasının ise sosyal alt boyutta (11,00±4,96) olduğu belirlenmiştir.

Tablo 3. Katılımcıların rekreasyon fayda ölçeği puanlarının ve alt boyutlarının algılanan gelire göre karşılaştırılması

	Algılanan gelir	N	\bar{x}	ss	F	p
Rekreasyon fayda ölçeği	Yüksek	40	93,92	17,73	11,30	0,00*
	Orta	124	101,91	11,83		
	Düşük	36	89,27	21,89		
Fizyolojik alt boyut	Yüksek	40	27,90	5,26	13,20	0,00*
	Orta	124	30,24	3,71		
	Düşük	36	25,83	6,96		
Psikolojik alt boyut	Yüksek	40	35,62	7,07	8,89	0,00*
	Orta	124	38,62	4,70		
	Düşük	36	34,38	8,17		
Sosyal alt boyut	Yüksek	40	30,40	7,05	7,62	0,00*
	Orta	124	33,05	5,18		
	Düşük	36	29,05	7,15		

*p<0,05 istatistiksel olarak anlamlıdır.

Tablo 3'e bakıldığında algılanan gelir düzeyi ile katılımcıların rekreasyon fayda düzeyleri ve rekreasyon fayda ölçeği alt boyutları arasında anlamlı farklılık bulunmaktadır. Buna göre; algılanan gelir düzeyini orta olarak belirten katılımcıların toplam Rekreasyon Fayda puanları ve Rekreasyon Fayda alt boyut puanları algılanan gelir düzeyini yüksek ve düşük olarak niteleyen katılımcılardan daha yüksektir. Ayrıca algılanan gelir düzeyini yüksek olarak niteleyen katılımcıların toplam RF ve RF alt boyutlarına dair puanları gelirini düşük olarak belirten katılımcılara göre daha yüksektir.

Tablo 4. Katılımcıların rekreasyon fayda ölçeği puanlarının ve alt boyutlarının katılımcıların boş zamanlarını verimli kullanma değişkenlerine göre karşılaştırılması

	Verimli Boş Zaman	N	\bar{x}	ss	sd	t	p
Rekreasyon Fayda Ölçeği	Evet	110	101,29	11,11	200	2,317	0,02**
	Hayır	90	97,48	12,04			
Fizyolojik Alt Boyut	Evet	110	30,19	3,72	200	2,529	0,01**
	Hayır	90	28,85	3,69			
Psikolojik Alt Boyut	Evet	110	38,32	4,32	200	2,041	0,04**
	Hayır	90	36,98	4,94			
Sosyal Alt Boyut	Evet	110	32,77	4,48	200	1,607	0,11
	Hayır	90	31,64	5,44			

**p<0,05 istatistiksel olarak anlamlıdır.

Tablo 4'te Rekreasyon fayda ölçeği ve alt boyutlarının katılımcıların verimli boş zamana sahip olma durumları ile aralarındaki ilişki ortaya koyulmuştur. Tablo 4' te görüldüğü gibi; toplam rekreasyon fayda puanları, fizyolojik ve psikolojik alt boyutlar ve verimli kullandıkları boş zamana sahip olduğunu söyleyen ebeveynlerin lehine anlamlı farklılık saptanmıştır.

Tartışma ve Sonuç

Araştırmada ele alından çocuklarıyla baby gym aktivitelerine katılan ebeveynlerin bu aktiviteler dolayısıyla boş zamanlarında yaptıkları rekreatif faaliyet olan baby gym aktivitelerinden hangi düzeyde rekreasyonel fayda elde ettikleri, bu fayda düzeyini belirli değişkenlerin etkileyip etkilemediği bulgularla ortaya koyulmuştur. Literatürde sıkça rastlanmayan baby gym aktiviteleri ve bunun yanı sıra rekreasyon fayda araştırmaları açısından bakıldığında rekreasyonel aktivitelerin bireyler ve aileler üzerindeki etkisini değerlendirmek önem arz etmektedir. Ebeveynlerin boş zaman değerlendirme ve baby gym gibi fiziksel aktivite unsurları içeren faaliyetlere katılmak suretiyle fiziksel, sosyal ve psikolojik parametrelerinde olumlu değişimler ortaya koyması beklenmektedir. Araştırma bulguları da bu hipotezi doğrular niteliktedir. Araştırma bulgularına göre katılımcılar yüksek bir rekreasyon fayda düzeyi sergilemişken, psikolojik alt boyutta en yüksek puanı almışlardır. Bu noktadan yola çıkarak rekreasyon fayda düzeyi en çok psikolojik boyutta kendisini göstermekte denilebilir. Araştırma bulgularına paralel olarak Heintzman'ın (2009) yaptığı araştırma da boş zaman değerlendirmenin psikolojik iyi oluş, psikolojik deneyim, psikolojik olarak stresle başa çıkma gibi etkenleri olumlu yönde etkilediğini derlediği araştırmalarla da ortaya koymuştur. McDonald ve Schreyer (1991) rekreasyonun spiritüel açıdan olumlu etkileri olduğunu ifade etmişlerdir. Bu araştırmaların yanı sıra; Mensink ve ark., (1999) yaptıkları çalışmada boş zamanlarda yapılan fiziksel aktivitenin fizyolojik anlamda kardiyovasküler risk parametrelerini aşağı çektiği ifade edilmiştir. Yue ise (2012) de yaptığı araştırma sonucunda katılımcıların rekreasyon fayda ölçeği alt boyutlarından sosyal alt boyutta en yüksek rekreasyon fayda puanı ortaya koyduğunu gözlemlemiştir. Aynı zamanda rekreasyon faaliyetlerine katılımın bilişsel fonksiyonlar anlamında etkili ve faydalı olduğu da Rundek ve Bennett'in (2006) ya yaptıkları araştırmada ortaya koyulmuştur.

Literatürde rekreasyon fayda ölçeği ile farklı bir çok ölçeğin ilişkisini ortaya koyan araştırmalara rastlanmaktadır. Kuo'nun (2013) yapmış olduğu araştırmada

rekreasyon fayda düzeyinin yaşam kalitesini doğrudan etkilediğini ve yaşam kalitesi üzerinden iş tatminini dolaylı olarak etkilediğini ortaya koymaktadır. Chiung ve ark., (2014) yılında yapmış olduğu araştırmaya göre de boş zaman katılımı rekreasyon fayda ve boş zaman motivasyonu üzerinde orta düzeyde bir etki yapmaktadır. Yan Wu da (2013) bu araştırma sonuçlarına benzer olarak boş zamanın değeri boş zaman motivasyonu ile rekreasyon fayda ölçeği arasında kayda değer düzeyde anlamlı ilişki saptanmıştır. Chao ve ark., (2013) yaptığı araştırmada ortaokul öğretmenlerinin boş zaman katılımı, rekreasyon fayda düzeyleri ve mutluluk düzeyleri ve bu değerler arasındaki ilişki araştırılmıştır. 3015 katılımcıyla gerçekleştirilen araştırmada rekreasyon fayda düzeyi yüksek olarak bulunmuştur. Shyu (2012) boş zaman yönetiminin, rekreasyon fayda düzeyi üzerinde pozitif etkisi olduğu, boş zaman engellerinin rekreasyon fayda düzeyi üzerinde negatif etkisi olduğunu araştırma sonucunda elde etmiştir. Araştırma bulgularımıza göre ebeveynlerin cinsiyeti ile ebeveynlerin rekreasyon fayda düzeyleri arasında anlamlı ilişki bulunamamıştır. Araştırma bulgumuzun aksine bir diğer araştırmada erkek öğretmenlerin ise kadın öğretmenlere oranla rekreasyon fayda düzeyi yine yüksek olarak bulunmuştur (Chao ve ark., 2013). Philipp'in (1997) 99 Afrikan Amerikan ve 107 Avrupalı Amerikan üzerinde rekreasyon fayda düzeylerini araştırdığı çalışmasında cinsiyetin erkeklerin lehine anlamlı farklılık ortaya koyduğu gözlenmiştir. Algılanan gelir düzeyinin rekreasyon fayda ölçeği ile ilişkisine bakıldığında anlamlı fark saptanamamıştır, araştırma bulgularına paralel olarak Dergance ve ark., (2003) yılında yaptığı araştırmada gelir düzeyinin rekreasyonel anlamda fiziksel aktivite yapan bireylerin elde ettikleri fayda düzeyine bir etkisi olmadığı ifade edilmiştir.

Bu araştırmaların yanı sıra; Ortner ve Mancini (1990) çalışmalarında rekreatif faaliyetlerin aile bağlarını güçlendirdiğini ifade etmişlerdir. Ailenin bir arada katıldığı rekreatif faaliyetler doğru boş zaman kullanımı açısından oldukça önemli ve faydalıdır denilebilir (Kelly, 1978).

Araştırma sonuçlarından yola çıkılarak, hali hazırda evli ve bu doğrultuda bir aile hayatına sahip, yeterli düzeyde gelire sahip ebeveynler ve boş zamanlarını verimli kullandıklarını düşünen bireyler boş zamanlarında katıldıkları aktiviteler dolayısıyla daha fazla fayda elde ettiklerini düşünmekte ve bunu ortaya koymaktadırlar.

Sonuç olarak, çocuklarıyla baby gym aktivitelerine katılan ebeveynlerden evli olanların boş zamanlarında elde ettiklerini düşündükleri fayda düzeyi daha yüksek,

orta gelir grubuna sahip bireylerin rekreasyon fayda düzeyleri diğer algılanan gelir gruplarına göre daha yüksek ve boş zamanlarını verimli kullandıklarını ifade eden ebeveynlerin rekreasyon fayda düzeyleri daha yüksek olarak saptanmıştır. Baby gym aktiviteleri ebeveyn ve çocuğun bir arada etkinliklere katıldığı, fiziksel, sosyal ve psikolojik anlamda kazanımlar elde ettiği faaliyetler olarak nitelendirilebilir. Bu anlamda baby gym aktivitelerinin yurt genelinde popülerlik kazanması anlamında çalışmalar yapılabilir. Ebeveynlerin rekreasyonel faaliyetler anlamında bilinçlenmesi sağlanabilir, ailelerin çocuklarıyla birlikte katıldığı aktivitelerden biri olan baby gyme yönelik tanıtımlar artırılabilir. Ülkemizde çok sayıda olmayan rekreasyon fayda araştırmaları genişletilerek uygulanabilir, katılımcılardan elde edilen veriler doğrultusunda yapılacak analizlerle branşa ve katılımcı portföyüne yönelik düzenlemelerle baby gym gibi alanda yenilikçi olan rekreatif programlar ortaya koyulabilir, ayrıca araştırmalar farklı örneklem gruplarıyla, katılımcı sayısı artırılarak yapılabilir.

Kaynaklar

- Akgül, B., Ertüzün, E. (2015). Leisure benefit scale: A study of validity and reliability. ERPA International Congresses on Education 2015, 4-7.
- Ardahan, F, Turgut T, Kaplan Kalkan A. (2016). Her yönüyle rekreasyon. Detay Yayıncılık, Ankara.
- Bammel, G., Burrus Bammel, L. L. (1996). Leisure and human behavior. Dubuque, Iowa: W. C. Brown.
- Caltabiano, M. L. (2006). Measuring the similarity among leisure activities based on a perceived stress-reduction benefit. *Leisure Studies*, 13(1): 17-31.
- Chao, C. C. (2013). The relationship among leisure involvement, leisure benefits, and happiness of elementary schoolteachers in Taiwan county. *International Research in Education*, 1(1): 29-51.
- Chiung, E. H, Cheng, Y. T., Shane, C. L. (2014). A study of the influence of college students' exercise and leisure motivations on the leisure benefits – using leisure involvement as a moderator. *International Scholarly and Scientific Research & Innovation*, 8(8): 2382-2386.

- Demirel, N., Şirinkan, A., Şirinkan, Ş.Ö. (2016). Yaz spor okulunda cimnastik eğitimi alan okul öncesi çağı öğrencilerinin eurofit testleriyle fiziksel gelişimlerinin incelenmesi (Erzurum örneği). *International Journal of Social Sciences and Education Research*, 2(2): 850-858.
- Dergance, J.M., Calmbach, W.L., Dhanda, R., Miles, T. P., Hazuda, P. H., Mouton, C. P. (2003). Barriers to and benefits of leisure time physical activity in the elderly: differences across cultures. *J Am Geriatr Soc.*, 51: 863–868.
- Güven, Ö., Öncü, E. (2006). Beden eğitimi ve spora katılımı aile faktörü. *Aile ve Toplum Eğitim Kültür ve Araştırma Dergisi*, 8(3): 81-90.
- Heintzman, P. (2009) The spiritual benefits of leisure. *Leisure/Loisir*, 33(1), 419-445.
- Ho, T. K. (2008). A study of leisure attitudes and benefits for senior high school students at Ping- Tung City and county in Taiwan. *Spor Yönetimi, Doktora Tezi, Alabama*, 39.
- Hung, H. J. (2012). A study on leisure benefits breaking through leisure activities. *Journal of National Taiwan Normal University*, 3(4):77-92.
- Kelly, J. R. (1978). Family leisure in three communities. *Journal of Leisure Research*. 10: 1-47.
- Karaküçük, S., Akgül, M. (2016). *Ekorekreasyon. Gazi Kitabevi. Ankara*,13
- Kerkez, F. İ. (2012) Sağlıklı büyüme için okulöncesi dönemdeki çocuklarda hareket ve fiziksel aktivite. *Spor Bilimleri Dergisi Hacettepe J. of Sport Sciences*. 34.
- Kuo, C. T. (2013). Leisure involvement, leisure benefits, quality of life, and job satisfaction. *International Review of Management and Business Research*, 2(2): 421-428.
- Lankford, S.V., Kowalski, C., Grybovich, O., Schuarte, G., Neal, L. L. (2007). An examination of the benefits of leisure and recreation opportunities to residents of a remote and isolated community: a study of the northwest territories of Canada. *Journal of Research*, 1(2): 19-23.
- Leitner, M. J., Leitner, S. F. (2012). *Leisure enhancement. 4. Baskı. Sagamore Publishing LLC, Urbana, USA*,14.
- McDonald, B.L., Schreyer, R. (1991). Spiritual benefits of leisure participation and leisure settings. Driver, B.L., Brown, P.J., Peterson G.L. (Editör), *Benefits of leisure* (179 - 194). State College, PA: Venture Publishing.

- Mensink, G. B. M., Ziese, T., Kok, F. J. (1999). Benefits of Leisure-time physical activity on the cardiovascular risk profile at older age. *International Journal of Epidemiology*, 28: 659-666.
- Ortner, D.K., Mancini, J.A. (1990). Leisure Impacts on family interaction and cohesion. *Journal of Leisure Research*. 22: 125-137.
- Philipp, S. F. (1997). Race, gender and leisure benefits. *Leisure sciences*,19: 191-207.
- Rundek, T., Bennett D.A. (2006). Cognitive leisure activities, but not watching TV, for future brain benefits. *Neurology*, 66: 794–795.
- Shyu, C. S. (2012).A study on the relationship among free-time management, leisure constraints and leisure benefits of employees in resort hotel. *The Journal of Global Business Management*, 8(1): 166-174.
- Yan, W. (2013). Correlations of consumers, leisure motivation and leisure value with leisure benefits - a case study on Taiwan international orchid show. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 3(3): 267-276.
- Yue, G. J. (2012). The relationship between leisure involvement of remote control plane activities and leisure benefits. University of the Great Leaf. School of Management. Master Thesis.