

Üniversite Öğrencilerinin Rekreasyon Aktivitelerine Katılım Motivasyonu Üzerine Karşılaştırmalı Bir Çalışma*

Oktay AKYÜZ¹  Rumeysa ALPER^{1†}  Betül BAYAZIT² 

¹Kocaeli Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kocaeli
Kocaeli Üniversitesi, Spor Bilimler Fakültesi, Kocaeli

Araştırma Makalesi

Gönderi Tarihi: 20/03/2023

Kabul Tarihi: 10/09/2023

Online Yayın Tarihi: 31/12/2023

Öz

Çalışmada, Üniversite öğrencilerinin rekreasyon aktivitelerine katılım motivasyonlarını belirlemek ve çıkan bulgular üzerinden katılımcıları üniversitelerine, bölümlerine ve bazı demografik özelliklerine göre karşılaştırmalı olarak ele alıp, sonuçlarını ortaya koymak amaçlanmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Gözen (2020) tarafından geliştirilen Rekreasyon Aktivitelerine Katılım Motivasyonu Ölçeği kullanılmıştır. Analiz yöntemi olarak, bağımsız iki grubu karşılaştırmak için Mann Whitney U ve çoklu grupları karşılaştırmak için ise Kruskal-wallis testi kullanılmıştır. Ayrıca değişkenlere ait tanımlayıcı istatistik tablosu oluşturulmuştur. Elde edilen verilerin analizini yapmak için SPSS 26.0 paket programı kullanılmıştır. Bulgular incelendiğinde, cinsiyet, üniversite, en çok katılım gösterilen rekreatif aktivite ve rekreatif aktivitelere katılım gösterme süresi değişkenlerinde anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Sonuç olarak cinsiyet, öğrenim görülen üniversite ve aktivite çeşidi değişkenleri öğrencilerin rekreasyon aktivitelerine katılım motivasyonlarını etkilemektedir.

Anahtar Kelimeler: Üniversite öğrencileri, Rekreasyon, Motivasyon

A Comparative Study on University Students' Motivation to Participate in Recreation Activities

Abstract

The aim of this research is to determine the motivation of university students to participate in the recreation activities and to compare the participants to their universities, departments and some demographic characteristics through the findings. The data collection tools to be used in this research is Motivation Scale for recreational activities developed by Gözen (2020). As analysis method, Mann Whitney U test was used to compare two independent groups and Kruskal-Wallis test was used to compare multiple groups. In addition, a descriptive statistics table for the variables was created. SPSS 26.0 package program will be used for the analysis of the obtained data. When the findings are analyzed, it was determined that there were significant differences in the variables of gender, university, the most attended recreational activity and the duration of participation in recreational activities. As a result, gender, university of study and activity type variables affect students' motivation to participate in recreation activities.

Keywords: University student, Recreation, Motivation

† Sorumlu Yazar: Rumeysa Alper, E-posta: rumeysaalper@duzce.edu.tr

GİRİŞ

Rekreasyon, bedensel ve ruhsal yönden faydalı, aktif ya da pasif olarak katılım sağlanabilen, zevkli, zindelik veren ve kendimizi tanıma fırsatları yaratan aktivitelerin genel adıdır (Çelebi ve Özbey, 2020). Rekreasyon faaliyetlerinin, özellikle de düzenli katılım sağlandığı takdirde sağlık üzerinde birçok olumlu etkisi olduğu yapılan araştırmalarda ortaya konmuştur (Alanoğlu, 2020; Brymer ve ark., 2021; Karaküçük ve Başaran, 1996; Milanović ve ark., 2019; Sato ve ark., 2014). Empati duygularının gelişimi, diğer insanlarla samimi ilişkiler kurabilme, plan yapabilme, farkındalık kazanabilme, takdir edebilme, iş birliğine yatkınlık, problem çözebilme ve duygu düzenleme gibi sosyal becerilerde artış rekreasyon faaliyetlerine katılımın faydalarından bazılarıdır (Szabo ve Ábrahám, 2013; Umaç, 2021). Özellikle de açık havada yapılan rekreatif faaliyetler solunum ve dolaşım sistemlerine faydalı olmakla beraber, hastalıkların ve kötü alışkanlıkların önlenmesinde de rol oynamaktadır (Chan ve ark., 2023; Ferreira-Silva ve ark., 2022; Garn ve Simonton, 2022; Gulam, 2016; Kinczel ve ark., 2020).

Motivasyon, farklı sebeplere ve faktörlere bağlı olarak değişkenlik gösteren bütüncül bir kavramdır. Açlık, susuzluk gibi biyolojik nedenlerle ya da başarı arzusu, statü kazanma gibi psikolojik nedenlerle de ortaya çıkabilmektedir. İçsel motivasyon ve dışsal motivasyon şeklinde ikiye ayrılmaktadır. İçsel motivasyon bireyin ilgi ve merak düzeyiyle ilgili iken, dışsal motivasyon daha çok performansa dayalı ve sosyal beklentiler içeren bir motivasyon çeşididir. İkisi de yaşamın farklı zamanlarında farklı şekillerde ortaya çıkabilmektedir (Kinczel ve ark., 2020). Rekreasyonel etkinliklere bakıldığında her iki motivasyon türünün de etkinliklere katılımı rol oynadığı görülmektedir (Müderrişoğlu ve ark., 2006).

Rekreatif etkinlikler için duyulan motivasyon, kişiden kişiye değişen bir durum olmakla birlikte motive olmayı sağlayan birçok faktör bulunmaktadır. Yenilenmek ve iyileşmek, sosyal etkileşim ve iletişim kurmak, zihni açmak, özgür hissetmek, içsel farkındalık kazanmak ve mutlu olmak bu faktörlerden başlıcalarıdır (Jenkins ve Pigram, 2006). Sayılan sebeplerden yola çıkarak, rekreasyon gereksiniminin hem bireysel hem de toplumsal yönden ele alınmasının gerekli olduğu düşünülmektedir. Çünkü rekreasyonel gereksinimler tek bir nedenden dolayı katılım sağlanan aktiviteler değildir. Kendini keşfetme, sosyalleşme, fiziksel ve zihinsel aktivite gerçekleştirme, hoşça vakit geçirme, bir gruba ait hissetme ya da yeni deneyimler kazanma arzusu rekreatif etkinliklere katılımı motive edici sebepler arasındadır (Geri ve ark., 2019; Karaküçük ve Gürbüz, 2007; Kondric ve ark., 2013).

Alanyazın incelendiğinde bireylerin rekreasyonel etkinliklere katılma motivasyonlarının ele alındığı çalışmaların sınırlı olduğu görülmektedir. Özellikle de Spor Bilimleri Fakültesi öğrencileri gibi rekreatif etkinliklere aşina olan bir grubun bu konudaki görüşlerinin ve motivasyonlarının bilinmesinin değerli ve gerekli olduğu düşünülmektedir. Bu bağlamda araştırmanın amacı, Üniversite öğrencilerinin rekreasyon aktivitelerine katılım motivasyonlarını belirlemek ve çıkan bulgular üzerinden katılımcıları bazı demografik özelliklerine göre karşılaştırmalı olarak ele alıp, sonuçlarını ortaya koymaktır.

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Bu çalışma, betimsel yöntemlerden biri olan genel tarama modelindedir. Araştırmalarda, bir durumu tam ve titiz bir şekilde tanımlamak için betimsel yöntem kullanılmaktadır. Tarama araştırmaları da bir grubun önceden belirlenmiş özelliklerini ortaya koymak için yapılan nicel araştırmalardır (Büyüköztürk, 2016: 14-23). Bu çalışmada da Spor Bilimleri Fakültelerindeki öğrencilerin rekreasyon aktivitelerine katılım motivasyonlarına ilişkin verilerin ortaya konması amaçlanmaktadır.

Hipotezler:

H1. Katılımcıların cinsiyetine göre rekreasyon aktivitelerine katılım motivasyonları arasında anlamlı fark vardır.

H2. Katılımcıların yaşlarına göre rekreasyon aktivitelerine katılım motivasyonları arasında anlamlı fark vardır.

H3. Katılımcıların öğrenim gördüğü üniversitelerine göre rekreasyon aktivitelerine katılım motivasyonları arasında anlamlı fark vardır.

H4. Katılımcıların bölümlerine göre rekreasyon aktivitelerine katılım motivasyonları arasında anlamlı fark vardır.

H5. Katılımcıların sınıf düzeylerine göre rekreasyon aktivitelerine katılım motivasyonları arasında anlamlı fark vardır.

H6. Katılımcıların yaşadıkları yere göre rekreasyon aktivitelerine katılım motivasyonları arasında anlamlı fark vardır.

Çalışma Grubu

Çalışmaya katılan Kocaeli Üniversitesi, Düzce Üniversitesi, Marmara Üniversitesi, Gelişim Üniversitesi ve Rumeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi ile Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu bölümlerinde okuyan lisans öğrencilerinin tamamı evrenimizi oluşturmaktadır. Seçkisiz örnekleme yöntemi kullanılarak bu evrenden, evreni temsil edebilecek en yüksek sayıda öğrenciye ulaşılmaya çalışılmıştır (Büyüköztürk, 2016). Örneklem ise, 2022-2023 eğitim öğretim yılı güz döneminde yukarıda bahsi geçen üniversitelerde öğrenim gören ve çalışmaya gönüllü katılım gösteren 313 öğrenci oluşturmaktadır. Çalışmada, 1 yanıt birbirini takip eden cevapları içerdiğinden çalışmadan çıkarılmış olup kabul edilen 312 kişi araştırmaya dahil edilmiştir.

Veri Toplama Aracı

Rekreasyon Aktivitelerine Katılım Motivasyon Ölçeği: Gözen (2020) tarafından geliştirilen ve geçerliliği, güvenilirliği yapılan Rekreasyon Aktivitelerine Katılım Motivasyonu Ölçeği beş alt boyutlu ve 36 maddeli bir ölçektir. Bu boyutlar “Başarı Odaklılık (BO)”, “Zorluklara Meydan Okuma (ZMO)”, “Risk Alma (RA)”, “Bireysellik (BB)” ve “Yenilik (YB)” tir. Ölçek beşli Likert (1: Hiç uygun değil; 5: Tamamen uygun) tipindedir. Ters soru bulunmamaktadır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 36, en yüksek puan ise 180’dir. Ölçeğin güvenirlik katsayısı değerleri ise, “Başarı Odaklılık (BO)” alt boyutunda 0,83; “Zorluklara Meydan Okuma (ZMO)” alt boyutunda 0,86; “Risk Alma (RA)” alt boyutunda 0,85; “Bireysellik (BB)” alt boyutunda 0,80 ve “Yenilik (YB)” alt boyutunda ise 0,80’dir. Tüm

alt boyutlardaki güvenilirlik katsayısı değeri 0,80 üzerinde olduğu için ölçeğin güvenilir olduğunu söyleyebiliriz.

Araştırma Etiği

Çalışmamız Kocaeli Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulu 07.11.2022 tarihli E-10017888-204.01.07-319985 sayılı kararına göre etik olarak uygun görülmüş ve onayı alınmıştır.

Verilerin Analizi

Kişisel bilgi formu ve ölçekten ortaya çıkan veriler SPSS 26 paket programı ile analiz edilmiştir. Çalışmada yer alan değişkenler normal dağılım göstermediğinden, öğrencilerin demografik bilgileri ile ölçek puanlarını karşılaştırmak için nonparametrik testler kullanılmıştır.

Bağımsız iki örnekleme karşılaştırmak için Mann Whitney U testi kullanılırken, çoklu grup karşılaştırılmasında Kruskal-wallis testi kullanılmıştır. Farkın hangi gruplardan kaynaklandığını anlamak için ise post-hoc testlerinden Bonferroni testi kullanılmıştır. Ayrıca değişkenlere dair tanımlayıcı istatistik tablosu oluşturulmuştur. Anlamlılık seviyesi 0,05 olarak belirlenmiştir.

BULGULAR

Demografik Bulgular

Spor bilimleri alanında öğrenim gören lisans öğrencilerin, Rekreasyon Aktivitelerine Katılım Motivasyonlarının, demografik özelliklere göre farklılık gösterip göstermediğini inceleyen bu araştırmada, 2022-2023 eğitim öğretim yılında aktif olan öğrencilerden, çevrim içi anket yoluyla toplanan verilerin analizi ve araştırmanın problemlerinin çözümüne yönelik bulgular başlıklar halinde sunulmuştur.

Bu kısımda, katılımcıların cinsiyet, yaş, öğrenim gördüğü üniversite, bölüm, sınıf, yaşadıkları yer, çalışma durumları, ilk kez katıldığı rekreatif faaliyet, en çok katıldığı rekreatif faaliyet ve haftalık rekreatif faaliyet durumu hakkında bulgular yer almaktadır.

Araştırmaya katılım gösteren katılımcıların demografik verilerine ait frekans (F) ve yüzde (%) değerleri Tablo 1’de verilmiştir.

Tablo 1. Katılımcıların demografik özelliklerine ilişkin frekans dağılımı

Cinsiyet	Frekans	Yüzde(%)
Kadın	145	46,5
Erkek	167	53,5
Yaş	Frekans	Yüzde(%)
18-20 arası	98	31,4
21-23 arası	163	52,3
24 ve üstü	51	16,3
Öğrenim Görülen Üniversite	Frekans	Yüzde(%)
Düzce Üniversitesi	60	19,2
İstanbul Gelişim Üniversitesi	33	10,06
İstanbul Rumeli Üniversitesi	116	37,02
Kocaeli Üniversitesi	69	22,1
Marmara Üniversitesi	34	10,9

Tablo 1. Devamı

Bölüm	Frekans	Yüzde(%)
Antrenörlük Eğitimi Bölümü	57	18,3
Beden Eğitimi Öğretmenliği Bölümü	61	19,6
Spor Yöneticiliği Bölümü	102	32,7
Rekreasyon Bölümü	44	14,1
Egzersiz ve Spor Bilimleri	25	8,0
Engellilerde Egzersiz ve Spor Bilimleri	23	7,4
Sınıf	Frekans	Yüzde(%)
1. sınıf	113	36,2
2. sınıf	83	26,6
3. sınıf	49	15,7
4. sınıf	67	21,5
Yerleşim Durumu	Frekans	Yüzde(%)
Aile	203	65,1
Yurt	78	25,0
Arkadaş(lar)ımla	31	9,9
Çalışma Durumu	Frekans	Yüzde(%)
Çalışıyor	129	41,3
Çalışmıyor	183	58,7
İlk Kez Katılım Sağlanan Rekreatif Faaliyet	Frekans	Yüzde(%)
Sportif Faaliyet	204	65,4
Sanatsal Faaliyet	29	9,3
Kültürel Faaliyet	40	12,8
Turizm Faaliyeti	39	12,5
En Çok Katılım Sağlanan Rekreatif Faaliyet	Frekans	Yüzde(%)
Sportif Faaliyet	232	74,4
Sanatsal Faaliyet	39	12,5
Kültürel Faaliyet	12	3,8
Turizm Faaliyeti	29	9,3
Haftada kaç saat rekreatif faaliyete katılırsınız?	Frekans	Yüzde(%)
1 saat	82	26,3
2 saat	66	21,2
3 saat	43	13,8
4 saat	37	11,9
5 saat	13	4,2
6 saat	13	4,2
7 saat ve üstü	58	18,6

Hipotezlerin Analizine İlişkin Bulgular

Bu bölümde katılımcıların demografik özelliklerine göre, Rekreasyon Aktivitelerine Katılım Motivasyonları incelenmiştir.

Tablo 2. Katılımcıların rekreasyon aktivitelerine katılım motivasyonlarının, cinsiyete göre whitney-u analizi sonuçları

Ölçek Alt Boyut	Cinsiyet	N	Sıra Ort.	Z	p
Başarı Odaklılık	Kadın	145	166.14	-1,765	,078
	Erkek	167	148.12		
Yenilik	Kadın	145	153.35	-,5790	,563
	Erkek	167	159.23		
Zorluklara Okuma	Meydan Kadın	145	157.84	-,2470	,805
	Erkek	167	155.32		

Tablo 2. Devamı

Risk Alma	Kadın	145	144.89	-2,129	,033*
	Erkek	167	166.57		
Bireysellik	Kadın	145	156.33	-,0310	,975
	Erkek	167	156.64		

*p<0.05

Tablo 2 incelendiğinde, katılımcıların rekreasyon aktivitelerine katılım motivasyonu alt boyutlarının cinsiyete göre anlamlı olarak farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan analizde, risk alma boyutunda cinsiyete göre anlamlı farklılık olduğu anlaşılmıştır (p<0,05). Tabloya göre, erkek katılımcıların risk alma puanı kadın katılımcılara göre anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur.

Tablo 3. Katılımcıların rekreasyon aktivitelerine katılım motivasyonlarının, yaşa göre kruskal-wallis testi analizi sonuçları

Ölçek Alt Boyut	Yaş	N	Sıra Ort.	x ²	p
Başarı Odaklılık	18 – 20 yaş arası	98	152.494	1,352	0,509
	21 – 23 yaş arası	163	154.779		
	24 yaş ve üstü	51	169.696		
Yenilik	18 – 20 yaş arası	98	149.306	0,938	0,625
	21 – 23 yaş arası	163	159.380		
	24 yaş ve üstü	51	161.117		
Zorluklara Meydan Okuma	18 – 20 yaş arası	98	151.198	0,496	0,780
	21 – 23 yaş arası	163	158.907		
	24 yaş ve üstü	51	158.990		
Risk Almak	18 – 20 yaş arası	98	158.280	0,778	0,678
	21 – 23 yaş arası	163	152.769		
	24 yaş ve üstü	51	165.000		
Bireysellik	18 – 20 yaş arası	98	153.750	0,401	0,818
	21 – 23 yaş arası	163	159.533		
	24 yaş ve üstü	51	152.088		

Tablo 3 incelendiğinde, katılımcıların rekreasyon aktivitelerine katılım motivasyonu alt boyutlarının yaşa göre anlamlı olarak farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan analizde, anlamlı farklılık olmadığı anlaşılmıştır (p>0,05).

Tablo 4. Katılımcıların rekreasyon aktivitelerine katılım motivasyonlarının, öğrenim gördüğü üniversiteye göre Kruskal-wallis testi analizi sonuçları

Ölçek Alt Boyut	Öğrenim Gördüğünüz Üniversite	N	Sıra Ort.	x ²	p	Farkın kaynaklandığı grup
Başarı Odaklılık	Düzce Üni.	60	160.808	11.792	0.018*	2>4 p=0.037
	İstanbul Gelişim Üni.	33	199.348			
	İstanbul Rumeli Üni.	116	153.051			
	Kocaeli Üni.	69	135.246			
	Marmara Üni.	34	162.205			

Tablo 4. Devamı

Ölçek Alt Boyut	Öğrenim Gördüğünüz Üniversite	N	Sıra Ort.	x^2	p	Farkın kaynaklandığı grup
Yenilik	Düzce Üni.	60	170.900	15.413	0.003*	2>3
	İstanbul Gelişim Üni.	33	202.984			p=0.020
	İstanbul Rumeli Üni.	116	140.198			2>4
	Kocaeli Üni.	69	146.086			p=0.012
	Marmara Üni.	34	162.720			
Zorluklara Meydan Okuma	Düzce Üni.	60	159.858	6.326	0.17	-
	İstanbul Gelişim Üni.	33	187.045			
	İstanbul Rumeli Üni.	116	145.939			
	Kocaeli Üni.	69	150.942			
	Marmara Üni.	34	168.235			
Risk Almak	Düzce Üni.	60	165.016	4.965	0.29	-
	İstanbul Gelişim Üni.	33	183.939			
	İstanbul Rumeli Üni.	116	151.737			
	Kocaeli Üni.	69	146.043			
	Marmara Üni.	34	152.308			
Bireysellik	Düzce Üni.	60	184.900	9.102	0.05	-
	İstanbul Gelişim Üni.	33	161.924			
	İstanbul Rumeli Üni.	116	142.918			
	Kocaeli Üni.	69	150.594			
	Marmara Üni.	34	159.441			

*p<0.05

Tablo 4 incelendiğinde, katılımcıların rekreasyon aktivitelerine katılım motivasyonu alt boyutlarının öğrenim görülen üniversiteye göre anlamlı olarak farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan analizde, başarı odaklılık ve yenilik boyutlarında anlamlı farklılık olduğu anlaşılmıştır (p<0,05). (p<0,05). Farkın hangi gruplardan kaynaklandığını anlamak için uygulanan post-hoc testlerinden Bonferroni testi analizinde;

İstanbul Gelişim Üniversitesi öğrencilerinin Kocaeli Üniversitesi öğrencilerine göre başarı odaklı puanları anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu,

Yenilik alt ölçek puanları açısından bakıldığında İstanbul Gelişim Üniversitesi öğrencilerinin puanları, İstanbul Rumeli Üniversitesi ve Kocaeli Üniversitesi öğrencilerine göre anlamlı şekilde yüksek olduğu görülmüştür.

Tablo 5. Katılımcıların rekreasyon aktivitelerine katılım motivasyonlarının, bölümlerine göre kruskal-wallis testi analizi sonuçları

Ölçek Alt Boyut	Bölümü	N	Sıra Ort.	x^2	p
Başarı Odaklılık	Antrenörlük Eğitimi Bölümü	57	151.596	9.808	0.080
	Beden Eğitimi Öğretmenliği Bölümü	61	153.073		
	Spor Yöneticiliği Bölümü	102	161.044		
	Rekreasyon Bölümü	44	153.738		
	Egzersiz ve Spor Bilimleri	25	197.300		
	Engellilerde Egzersiz ve Spor Bilimleri	23	118.521		

Tablo 5. Devamı

Ölçek Alt Boyut	Bölümü	N	Sıra Ort.	x ²	p
Yenilik	Antrenörlük Eğitimi Bölümü	57	141.394	3.925	0.560
	Beden Eğitimi Öğretmenliği Bölümü	61	166.434		
	Spor Yöneticiliği Bölümü	102	160.352		
	Rekreasyon Bölümü	44	147.443		
	Egzersiz ve Spor Bilimleri	25	172.520		
	Engellilerde Egzersiz ve Spor Bilimleri	23	150.413		
Zorluklara Meydan Okuma	Antrenörlük Eğitimi Bölümü	57	143.692	6.498	0.260
	Beden Eğitimi Öğretmenliği Bölümü	61	170.204		
	Spor Yöneticiliği Bölümü	102	161.406		
	Rekreasyon Bölümü	44	143.454		
	Egzersiz ve Spor Bilimleri	25	176.280		
	Engellilerde Egzersiz ve Spor Bilimleri	23	133.586		
Risk Alma	Antrenörlük Eğitimi Bölümü	57	146.254	7.011	0.219
	Beden Eğitimi Öğretmenliği Bölümü	61	161.926		
	Spor Yöneticiliği Bölümü	102	151.240		
	Rekreasyon Bölümü	44	155.784		
	Egzersiz ve Spor Bilimleri	25	198.280		
	Engellilerde Egzersiz ve Spor Bilimleri	23	146.782		
Bireysellik	Antrenörlük Eğitimi Bölümü	57	154.649	4.114	0.533
	Beden Eğitimi Öğretmenliği Bölümü	61	158.0000		
	Spor Yöneticiliği Bölümü	102	166.245		
	Rekreasyon Bölümü	44	137.068		
	Egzersiz ve Spor Bilimleri	25	164.840		
	Engellilerde Egzersiz ve Spor Bilimleri	23	142.000		

Tablo 5 incelendiğinde, katılımcıların rekreasyon aktivitelerine katılım motivasyonu alt boyutlarının bölümlere anlamlı olarak farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan analizde anlamlı farklılık olmadığı anlaşılmıştır ($p>0,05$).

Tablo 6. Katılımcıların rekreasyon aktivitelerine katılım motivasyonlarının, sınıflarına göre kruskal-wallis testi analizi sonuçları

Ölçek Alt Boyut	Sınıfı	N	Sıra Ort.	x ²	p
Başarı Odaklılık	1. Sınıf	113	163.486	1.653	0.647
	2. Sınıf	83	146.795		
	3. Sınıf	49	157.306		
	4. Sınıf	67	156.149		
Yenilik	1. Sınıf	113	155.402	0.724	0.867
	2. Sınıf	83	155.192		
	3. Sınıf	49	150.785		
	4. Sınıf	67	164.149		
Zorluklara Meydan Okuma	1. Sınıf	113	154.703	0.609	0.894
	2. Sınıf	83	153.132		
	3. Sınıf	49	156.285		
	4. Sınıf	67	163.858		

Tablo 6. Devamı

Ölçek Alt Boyut	Sınıfı	N	Sıra Ort.	x ²	p
Risk Alma	1. Sınıf	113	161.163	0.660	0.882
	2. Sınıf	83	154.885		
	3. Sınıf	49	149.183		
	4. Sınıf	67	155.985		
Bireysellik	1. Sınıf	113	155.610	3.244	0.355
	2. Sınıf	83	143.897		
	3. Sınıf	49	162.061		
	4. Sınıf	67	169.544		

Tablo 6 incelendiğinde, katılımcıların rekreasyon aktivitelerine katılım motivasyonu alt boyutlarının sınıflarına göre anlamlı şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan analizde anlamlı farklılık olmadığı anlaşılmıştır ($p>0,05$).

Tablo 7. Katılımcıların rekreasyon aktivitelerine katılım motivasyonlarının, yaşadıkları yere göre kruskal-wallis testi analizi sonuçları

Ölçek Alt Boyut	Yaşadıkları Yer	N	Sıra Ort.	x ²	p
Başarı Odaklılık	Aile	203	163.172	3.235	0.198
	Yurt	78	143.044		
	Arkadaş(lar)ımla	31	146.661		
Yenilik	Aile	203	154.790	0.213	0.898
	Yurt	78	159.858		
	Arkadaş(lar)ımla	31	159.241		
Zorluklara Meydan Okuma	Aile	203	159.460	0.634	0.728
	Yurt	78	151.397		
	Arkadaş(lar)ımla	31	149.951		
Risk Alma	Aile	203	159.928	0.853	0.652
	Yurt	78	149.717		
	Arkadaş(lar)ımla	31	151.112		
Bireysellik	Aile	203	152.162	2.123	0.345
	Yurt	78	159.820		
	Arkadaş(lar)ımla	31	176.548		

Tablo 7 incelendiğinde, katılımcıların rekreasyon aktivitelerine katılım motivasyonu alt boyutlarının yaşadıkları yere göre anlamlı şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan analizde anlamlı farklılık olmadığı anlaşılmıştır ($p>0,05$).

Tablo 8. Katılımcıların rekreasyon aktivitelerine katılım motivasyonlarının, çalışma durumlarına göre Mann Whitney-u testi analiz sonuçları

Ölçek Alt Boyut	Çalışma Durumu	N	Sıra Ort.	Z	p
Başarı Odaklılık	Evet	129	169.27	-2,108	,035*
	Hayır	183	147.49		
Yenilik	Evet	129	155.80	-,1150	,908
	Hayır	183	156.98		
Zorluklara Meydan Okuma	Evet	129	167.61	-1,832	,067
	Hayır	183	148.66		

Tablo 8. Devamı

Ölçek Alt Boyut	Çalışma Durumu	N	Sıra Ort.	Z	p
Risk Alma	Evet	129	164.22	-2,276	,202
	Hayır	183	151.05		
Bireysellik	Evet	129	154.65	-,0304	,761
	Hayır	183	157.79		

*p<0.05

Tablo 8 incelendiğinde, katılımcıların rekreasyon aktivitelerine katılım motivasyonu alt boyutlarının çalışma durumlarına göre anlamlı şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan analizde, başarı odaklılık boyutunda anlamlı farklılık olduğu anlaşılmıştır (p<0,05). Tabloya göre, çalışan katılımcıların başarı odaklılık puanlarının çalışmayan katılımcılara göre anlamlı şekilde daha yüksek olduğu anlaşılmıştır.

Tablo 9. Katılımcıların rekreasyon aktivitelerine katılım motivasyonlarının, ilk kez katıldıkları rekreatif aktivite durumuna göre Kruskal-wallis testi analiz sonuçları

Ölçek Alt Boyut	İlk Kez Katıldıkları Rekreatif Aktivite	N	Sıra Ort.	x ²	p
Başarı Odaklılık	Sportif Faaliyet (koşu, tırmanma, yürüyüş, müsabakaya katılma ya da izleme vb.)	204	157.225	2.363	0.500
	Sanatsal Faaliyet (Konser, resim sergisi, sanat galerisi, sinema vb.)	29	134.327		
	Kültürel Faaliyet (Müze, tiyatro vb.)	40	167.275		
	Turizm Faaliyeti (Gezi turu, tatil vb.)	39	158.141		
Yenilik	Sportif Faaliyet (koşu, tırmanma, yürüyüş, müsabakaya katılma ya da izleme vb.)	204	163.963	7.046	0.070
	Sanatsal Faaliyet (Konser, resim sergisi, sanat galerisi, sinema vb.)	29	118.431		
	Kültürel Faaliyet (Müze, tiyatro vb.)	40	148.075		
	Turizm Faaliyeti (Gezi turu, tatil vb.)	39	154.410		
Zorluklara Meydan Okuma	Sportif Faaliyet (koşu, tırmanma, yürüyüş, müsabakaya katılma ya da izleme vb.)	204	156.747	1.402	0.704
	Sanatsal Faaliyet (Konser, resim sergisi, sanat galerisi, sinema vb.)	29	139.189		
	Kültürel Faaliyet (Müze, tiyatro vb.)	40	161.262		
	Turizm Faaliyeti (Gezi turu, tatil vb.)	39	163.192		
Risk Almak	Sportif Faaliyet (koşu, tırmanma, yürüyüş, müsabakaya katılma ya da izleme vb.)	204	156.762	4.600	0.203
	Sanatsal Faaliyet (Konser, resim sergisi, sanat galerisi, sinema vb.)	29	130.844		
	Kültürel Faaliyet (Müze, tiyatro vb.)	40	153.125		
	Turizm Faaliyeti (Gezi turu, tatil vb.)	39	177.666		
Bireysellik	Sportif Faaliyet (koşu, tırmanma, yürüyüş, müsabakaya katılma ya da izleme vb.)	204	158.063	4.510	0.211
	Sanatsal Faaliyet (Konser, resim sergisi, sanat galerisi, sinema vb.)	29	133.931		
	Kültürel Faaliyet (Müze, tiyatro vb.)	40	145.150		
	Turizm Faaliyeti (Gezi turu, tatil vb.)	39	176.743		

Tablo 9 incelendiğinde, katılımcıların rekreasyon aktivitelerine katılım motivasyonu alt boyutlarının ilk kez katıldıkları rekreatif aktivite durumuna göre anlamlı şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan analizde anlamlı farklılık olmadığı anlaşılmıştır (p>0,05).

Tablo 10. Katılımcıların rekreasyon aktivitelerine katılım motivasyonlarının, en çok katılım gösterilen rekreatif faaliyet durumuna göre Kruskal-wallis testi analiz sonuçları

Ölçek Boyut	Alt En Çok Katıldıkları Rekreatif Aktivite	N	Sıra Ort.	χ^2	p	Farkın kaynaklandığı grup
Başarı Odaklılık	Sportif Faaliyet (koşu, tırmanma, yürüyüş, müsabakaya katılma ya da izleme vb.)	232	164.549	13.659	0.003*	3>2 p=0.004
	Sanatsal Faaliyet (Konser, resim sergisi, sanat galerisi, sinema vb.)	39	107.679			
	Kültürel Faaliyet (Müze, tiyatro vb.)	12	169.375			
	Turizm Faaliyeti (Gezi turu, tatil vb.)	29	152.431			
Yenilik	Sportif Faaliyet (koşu, tırmanma, yürüyüş, müsabakaya katılma ya da izleme vb.)	232	164.633	8.711	0.053	
	Sanatsal Faaliyet (Konser, resim sergisi, sanat galerisi, sinema vb.)	39	123.897			
	Kültürel Faaliyet (Müze, tiyatro vb.)	12	126.750			
	Turizm Faaliyeti (Gezi turu, tatil vb.)	29	147.586			
Zorluklara Meydan Okuma	Sportif Faaliyet (koşu, tırmanma, yürüyüş, müsabakaya katılma ya da izleme vb.)	232	161.926	6.867	0.076	
	Sanatsal Faaliyet (Konser, resim sergisi, sanat galerisi, sinema vb.)	39	124.615			
	Kültürel Faaliyet (Müze, tiyatro vb.)	12	132.958			
	Turizm Faaliyeti (Gezi turu, tatil vb.)	29	165.706			
Risk Almak	Sportif Faaliyet (koşu, tırmanma, yürüyüş, müsabakaya katılma ya da izleme vb.)	232	164.127	7.339	0.061	
	Sanatsal Faaliyet (Konser, resim sergisi, sanat galerisi, sinema vb.)	39	125.384			
	Kültürel Faaliyet (Müze, tiyatro vb.)	12	138.875			
	Turizm Faaliyeti (Gezi turu, tatil vb.)	29	144.620			
Bireysellik	Sportif Faaliyet (koşu, tırmanma, yürüyüş, müsabakaya katılma ya da izleme vb.)	232	157.202	2.075	0.556	
	Sanatsal Faaliyet (Konser, resim sergisi, sanat galerisi, sinema vb.)	39	157.935			
	Kültürel Faaliyet (Müze, tiyatro vb.)	12	121.041			
	Turizm Faaliyeti (Gezi turu, tatil vb.)	29	163.620			

*p<0.05

Tablo 10 incelendiğinde, katılımcıların rekreasyon aktivitelerine katılım motivasyonu alt boyutlarının en çok katılım gösterilen rekreatif faaliyete göre anlamlı şekilde farklılaşmış farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan analizde, başarı boyutunda anlamlı farklılık olduğu anlaşılmıştır (p<0,05). Farkın hangi aktivite gruplardan kaynaklandığını anlamak için uygulanan post-hoc testlerinden Bonferroni testi analizinde; kültürel faaliyete katılım gösteren

öğrencilerin sanatsal faaliyete katılım gösteren öğrencilere göre başarı odaklılık puanları anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur.

Tablo 11. Katılımcıların rekreasyon aktivitelerine katılım motivasyonlarının, haftalık saat bazında katılım gösterme süresine göre Kruskal-wallis testi analizi sonuçları

Ölçek Alt Boyut	Rekreatif Aktivitelere Haftalık Saat Bazında Katılım Gösterme Süresi	N	Sıra Ort.	χ^2	p	Farkın kaynaklandığı grup
Başarı Odaklılık	1 Saat	82	128.207	12.730	0.047*	7>1 p=0,008
	2 Saat	66	158.893			
	3 Saat	43	162.860			
	4 Saat	37	163.945			
	5 Saat	13	165.692			
	6 Saat	13	171.269			
	7 Saat ve üstü	58	178.939			
Yenilik	1 Saat	82	132.804	10.672	0.099	
	2 Saat	66	164.803			
	3 Saat	43	151.616			
	4 Saat	37	179.270			
	5 Saat	13	150.461			
	6 Saat	13	184.576			
	7 Saat ve üstü	58	164.706			
Zorluklara Meydan Okuma	1 Saat	82	141.329	6.601	0.359	
	2 Saat	66	152.416			
	3 Saat	43	149.023			
	4 Saat	37	174.067			
	5 Saat	13	174.115			
	6 Saat	13	183.076			
	7 Saat ve üstü	58	167.025			
Risk Alma	1 Saat	82	139.682	6.697	0.349	
	2 Saat	66	155.272			
	3 Saat	43	148.500			
	4 Saat	37	170.554			
	5 Saat	13	170.230			
	6 Saat	13	179.576			
	7 Saat ve üstü	58	170.387			
Bireysellik	1 Saat	82	157.701	0.780	0.992	
	2 Saat	66	157.227			
	3 Saat	43	154.069			
	4 Saat	37	157.364			
	5 Saat	13	153.269			
	6 Saat	13	175.000			
	7 Saat ve üstü	58	151.801			

*p<0.05

Tablo 11 incelendiğinde, katılımcıların rekreasyon aktivitelerine katılım motivasyonu alt boyutlarının rekreatif aktivitelere haftalık saat bazında katılım gösterme süresine göre anlamlı şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan analizde, başarı boyutunda anlamlı farklılık olduğu anlaşılmıştır (p<0,05). Farkın hangi zaman (saat) grupları arasında olduğunu anlamak için uygulanan post-hoc testlerinden Bonferroni testi analizi sonucunda; rekreatif faaliyetlere haftalık 7 saat ve üzeri katılım gösteren öğrencilerin; rekreatif faaliyetlere haftalık 1 saat katılım gösteren öğrencilere göre başarı odaklı puanları anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Katılımcıların rekreasyon aktivitelerine katılım motivasyonlarının, cinsiyete göre yapılan analiz sonuçları incelendiğinde, erkek katılımcıların risk alma puanının kadın katılımcılara oranla daha yüksek bulunmuştur. Kilpatrick ve arkadaşları (2005), yaptıkları çalışma sonucunda erkek öğrencilerin kadın öğrencilere oranla meydan okuma ve mücadele konularında daha istekli olduklarını bulgulamışlardır. Bu sonuçtan yola çıkarak risk alma faktörünün erkek katılımcılarda rekreasyon motivasyonunu olumlu etkileyen bir faktör olduğunu söyleyebiliriz. Demir ve Çetin (2020) sporcuların rekreasyonel motivasyonlarını inceledikleri bir çalışma sonucunda, rekreasyonel aktivitelerine katılım motivasyonunun cinsiyete göre değişkenlik göstermediğini ortaya koymuşlardır. Çalışma sonuçlarının farklılık göstermesi bu alanda daha fazla çalışma yapılması gerektiğini göstermektedir.

Öğrencilerin rekreasyon aktivitelerine katılım motivasyonlarının, yaşa göre yapılan analiz sonuçları incelendiğinde, gruplar arasında anlamlı farklılığa rastlanmamıştır. Benzer çalışmalar incelendiğinde rekreasyonel motivasyon konusunda yaşa göre anlamlı farklılık elde eden çalışmaların (Demir ve Çetin, 2020) yanında yaşa göre anlamlı farklılığa rastlamayan çalışmalar (Can ve ark., 2009; Kondric ve ark., 2013; Yılmaz ve ark., 2019) da bulunmaktadır. Genel bir sonuca varabilmek için daha fazla çalışma yapılması gerektiği düşünülmektedir.

Katılımcıların rekreasyon aktivitelerine katılım motivasyonlarının öğrenim görülen üniversiteye göre yapılan analiz sonuçları incelendiğinde, başarı odaklılık ve yenilik alt boyutlarında anlamlı farklılık olduğu anlaşılmıştır. Analiz sonucunda, İstanbul Gelişim Üniversitesi öğrencilerinin Kocaeli Üniversitesi öğrencilerine göre başarı odaklı puanlarının anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu ve Yenilik puanları açısından bakıldığında ise İstanbul Gelişim Üniversitesi öğrencilerinin İstanbul Rumeli Üniversitesi ve Kocaeli Üniversitesi öğrencilerine göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu anlaşılmaktadır. Bu sonuçtan yola çıkarak yenilik ve başarı odaklı olma faktörlerinin rekreasyonel motivasyon konusunda İstanbul Gelişim Üniversitesi öğrencilerini daha fazla motive ettiği söylenebilir. Bu durumun üniversitenin yenilik ve başarı konularına daha fazla önem vermesinden kaynaklandığı düşünülmektedir.

Katılımcıların rekreasyon aktivitelerine katılım motivasyonlarının bölümlerine göre uygulanan analiz sonuçlarına bakıldığında, gruplar arasında anlamlı bir farklılık olmadığı anlaşılmıştır. Bu durum Spor Bilimleri Fakültelerinde öğrenim gören öğrencilerin, rekreasyonel aktivitelerine katılım motivasyonu konusunda benzer davranışlara sahip olduklarını düşündürmektedir.

Katılımcıların rekreasyon aktivitelerine katılım motivasyonlarının sınıflara göre uygulanan analiz sonuçlarına bakıldığında, gruplar arasında anlamlı bir farklılık olmadığı anlaşılmıştır. Bu sonuç yaşla ilgili olan bulguları da desteklemektedir.

Katılımcıların rekreasyon aktivitelerine katılım motivasyonlarının yaşadıkları yere göre uygulanan analiz sonuçlarına bakıldığında, gruplar arasında anlamlı farklılık olmadığı anlaşılmıştır. Bu durum, bireylerin yaşadıkları yerin, rekreasyon aktivitelerine katılım motivasyonlarını etkilemediğini göstermektedir.

Katılımcıların rekreasyon aktivitelerine katılım motivasyonlarının çalışma durumlarına göre uygulanan analiz sonuçları incelendiğinde, çalışan katılımcıların başarı odaklılık puanları çalışmayan katılımcılara göre anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. Çalışan katılımcıların hem amaçları doğrultusunda ilerliyor olmaları hem de belirli bir gelir seviyesine sahip olmaları sebebiyle rekreasyon aktivitelerine katılım motivasyonlarının daha yüksek olduğu düşünülmektedir.

Katılımcıların rekreasyon aktivitelerine katılım motivasyonlarının ilk kez katılım gösterilen rekreatif faaliyetlere göre uygulanan analiz sonuçlarına bakıldığında, gruplar arasında anlamlı bir farklılık olmadığı anlaşılmıştır.

Katılımcıların rekreasyon aktivitelerine katılım motivasyonlarının en çok katılım gösterilen rekreatif faaliyete göre yapılan analiz sonuçları incelendiğinde, kültürel faaliyete katılım gösteren öğrencilerin sanatsal faaliyete katılım gösteren öğrencilere göre başarı odaklılık puanları anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. Bu sonuç, kültürel faaliyetlere önem veren bireylerin başarılı olmaya da önem verdiklerini düşündürmektedir.

Katılımcıların rekreasyon aktivitelerine katılım motivasyonlarının rekreatif aktivitelere katılım gösterme süresine göre yapılan analiz sonuçları incelendiğinde, rekreatif faaliyetlere haftalık 7 saat ve üzeri katılım gösteren öğrencilerin; rekreatif faaliyetlere haftalık 1 saat katılım gösteren öğrencilere göre başarı odaklılık puanları anlamlı şekilde daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. Rekreatif etkinliklere katılım iyi oluşu olumlu etkilemektedir ve bu durum etkinliklere daha uzun süre katılan öğrencilerin başarılı olmak konusunda daha fazla istekli olmalarını sağlamış olabilir (Herbert ve ark., 2020; Williams & Williams, 2011). Sporcuların katılım gösterdikleri bir çalışma sonucunda sporcuların serbest zaman tatmin düzeylerinin boş zaman motivasyonlarını olumlu yönde etkilediği anlaşılmıştır (Saç ve Par, 2021). Serbest zaman aktivitelerinden daha çok keyif alan bireylerin bu aktivitelere daha çok katılım göstermesi beklenmektedir.

Bulgular incelendiğinde, katılımcıların rekreasyon aktivitelerine katılım motivasyonlarında; yaş, bölüm, sınıf, yaşadıkları yer ve ilk kez katılım gösterilen rekreatif faaliyet değişkenlerine göre anlamlı farklılık olmadığı anlaşılmaktadır. Öte yandan, cinsiyet, öğrenim görülen üniversite, en çok katılım gösterilen rekreatif aktivite ve rekreatif aktivitelere katılım gösterme süresi değişkenlerine göre alt boyutlarda anlamlı farklılıklar olduğu görülmektedir.

Sonuç olarak cinsiyet, öğrenim görülen üniversite, en çok katılım gösterilen rekreatif aktivite ve rekreatif aktivitelere katılım gösterme süresi öğrencilerin rekreasyon aktivitelerine katılım motivasyonlarını etkileyen değişkenlerdir. Bu sonuçtan yola çıkarak bu aktivite çeşitlerinin artırılması ve daha ulaşılabilir hale getirilmesi ile öğrencilerin motivasyonlarının artabileceği düşüncesine varılmıştır. Konuyla ilgili, farklı değişkenlerin ve katılımcıların dahil olduğu çalışmalar yapılabilir.

Çıkar Çatışması: Çalışma kapsamında herhangi bir kişisel ve finansal çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Araştırmacıların Katkı Oranı Beyanı: Araştırma Fikri: OA, RA, BB; Araştırma Tasarımı: OA, RA, BB; Veri Toplama: OA, RA, BB; Veri Analizi: OA; Kaynak Taraması: OA, RA; Makale Yazımı: OA, RA; Eleştirel İnceleme: BB

Etik Kurul İzni ile ilgili Bilgiler:

Kurul Adı: Kocaeli Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulu

Tarih: 07.11.2022

Sayı/Karar No: E-10017888-204.01.07-319985

KAYNAKLAR

- Alanoğlu, Ş. (2020). *Düzenli rekreasyonel aktivitelerin yetişkin kadınların stres, mutluluk ve yaşam tatminleri üzerine etkisi*. Yüksek lisans tezi, Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Sakarya.
- Brymer, E., Crabtree, J., & King, R. (2021). Exploring perceptions of how nature recreation benefits mental wellbeing: A Qualitative enquiry. *Annals of Leisure Research*, 24(3), 394-413. <https://doi.org/10.1080/11745398.2020.1778494>
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E. K., Akgün, Ö.E., Karadeniz, Ş., ve Demirel, F. (2016). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Pegem Akademi.
- Can, Y., Güven, H., Soyer, F., Demirel, M., Bayansalduz, M., ve Şahin, K. (2009). Elit taekwondo sporcularında aile-antrenör-kulüp desteği ve başarı motivasyonu arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 6 (2), 240-252. Erişim adresi: <https://www.j-humansciences.com/ojs/index.php/IJHS/article/download/1071/476/3242>
- Chan, W. Y., Rodriguez, A., Shih, R. A., Tucker, J. S., Pedersen, E. R., Seelam, R., & D'Amico, E. J. (2023). How do college students use their free time? A Latent profile analysis of leisure activities and substance use. *Leisure Sciences*, 45(4), 331-350. <https://doi.org/10.1080/01490400.2020.1829520>
- Çelebi, M., ve Özbey, S. (2020). Rekreasyon. Mirzeoğlu, N. (Edt.) *Spor bilimlerine giriş* içinde (ss.265-294). Spor Yayınevi ve Kitabevi.
- Demir, A., ve Çetin, A. (2020). Rekreasyonel spor etkinliğine katılan ve profesyonel olmayan sporcuların motivasyon boyutları: Tarihi yarımada bisiklet turu üzerine bir araştırma. *Herkes için Spor ve Rekreasyon Dergisi*, 3(2), 73-82. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/2055934>
- Ferreira-Silva, R. M., Mendonça, C. R., Azevedo, V.D., Raof Memon, A., Noll, P. R. E. S., & Noll, M. (2022). Barriers to high school and university students' physical activity: A Systematic review. *PloS one*, 17(4), Article e0265913. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0265913>
- Garn, A. C., & Simonton, K. L. (2022). Motivation beliefs, emotions, leisure time physical activity, and sedentary behavior in university students: A full longitudinal model of mediation. *Psychology of Sport and Exercise*, 58, Article 102077. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2021.102077>
- Geri, S., & Açıkıllı, R. (2019). *Psikososyal boyutlarıyla boş zaman ve rekreasyon bilimi*. Efe Akademi Yayınevi.
- Gözen, E. (2020). Açık alan rekreasyon aktivitelerine katılmayı motive eden faktörlere yönelik ölçek geliştirme çalışması. *Türk Turizm Araştırmaları Dergisi*, 4(3), 2197-2209. <https://doi.org/10.26677/TR1010.2020.475>
- Gulam, A. (2016). Recreation-need and importance in modern society. *International Journal of Physiology, Nutrition and Physical Education*, 1(2), 157-160. Erişim adresi: <https://www.journalofsports.com/pdf/2016/vol1issue2/PartC/1-2-38-552.pdf>
- Herbert, C., Meixner, F., Wiebking, C., & Gilg, V. (2020). Regular physical activity, short-term exercise, mental health, and well-being among university students: The results of an online and a laboratory study. *front. Frontiers in Psychology*, 11, 509. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00509>
- Karaküçük, S., ve Başaran, Z. (1996). Stresle başa çıkmada rekreasyon faktörü. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 1(4), 55-64. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/289232>
- Karaküçük, S. & Gürbüz, B. (2007). *Rekreasyon ve kent(li)leşme*. Gazi Kitabevi.
- Kilpatrick, M., Hebert, E., & Bartholomew, J. (2005). College students' motivation for physical activity: Differentiating men's and women's motives for sport participation and exercise. *Journal of American College Health*, 54(2), 87-94. <https://doi.org/10.3200/JACH.54.2.87-94>
- Kinzel, A., Maklári, G., & Müller, A. (2020). Recreational activities and motivation among young people. *Geosport for Society*, 12(1), 53-65. <https://doi.org/10.30892/gss.1206-059>
- Kondric, M., Sindik, J., Furjan-Mandic, G., & Schiefler, B. (2013). Participation motivation and student's physical activity among sport students in three countries. *Journal of Sports Science & Medicine*, 12(1), 10. Erişim adresi: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3761756/pdf/jssm-12-10.pdf>

- Milanović, Z., Pantelić, S., Čović, N., Sporiš, G., Mohr, M., & Krustup, P. (2019). Broad-spectrum physical fitness benefits of recreational football: A systematic review and meta-analysis. *British Journal of Sports Medicine*, 53(15), 926-939. <http://dx.doi.org/10.1136/bjsports-2017-097885>
- Müderisoğlu, H., Aşıkkutlu, H. S., Kalaycı, A., ve Salantur, B. (2006). Rekreasyonel motivasyonların belirlenmesi: Spor tesisi örneği. *Düzce Üniversitesi Orman Fakültesi Ormancılık Dergisi*, 2(2), 15-23. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/274886>
- Jenkins, J., & Pigram, J. (2006). *Outdoor recreation management. (Second Edt.)*. Routledge.
- Prochniak, P. (2016). Need for achievement in outdoor recreation: Scale construction and validation, *Journal of Psychology and Behavioral Science*, 4(2), 142-151. <https://doi.org/10.15640/jpbs.v4n2a13>
- Saç, A., ve Par, H. (2021). Güreş eğitim merkezlerindeki sporcuların rekreasyonel faaliyetlere katılım, motivasyon ve tatmin düzeyleri. *Rol Spor Bilimleri Dergisi*, 2(3), 54-66. <https://doi.org/10.29228/roljournal.51933>
- Sato, M., Jordan, J. S., & Funk, D. C. (2014). The Role of physically active leisure for enhancing quality of life. *Leisure Sciences*, 36(3), 293-313. <https://doi.org/10.1080/01490400.2014.886912>
- Szabo, A., & Ábrahám, J. (2013). The psychological benefits of recreational running: A Field study. *Psychology, Health & Medicine*, 18(3), 251-261. <https://doi.org/10.1080/13548506.2012.701755>
- Umaç, H. H. (2021). *Rekreasyon etkinliklerine katılan bireylerin liderlik davranışlarını ve sosyal becerilerini tespit etmeye yönelik bir araştırma*. Doktora Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi.
- Williams, K., & Williams, C. (2011). Five key ingredients for improving motivation. *Research in Higher Education Journal*, 11. Erişim adresi: <http://aabri.com/manuscripts/11834.pdf>
- Yılmaz, A., Kırmoğlu, H. ve Kaynak, K. (2019). Türkiye görme engelliler yüzme şampiyonasına katılan sporcuların spora özgü başarı motivasyon düzeylerinin incelenmesi. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 10(3), 270-281. <https://doi.org/10.17155/omuspd.481491>

