



Covid 19 Sürecinde Elazığ İlindeki Futbolcuların Boş Zaman Yönetimlerinin İncelenmesi

Süreyya Yonca SEZER¹, Baha Engin ÇELİKEL²

Özet

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 24.10.2021
Kabul Tarihi: 21.12.2021
Online Yayın Tarihi:
21.12.2021

Bu çalışmada Covid 19 sürecinde Elazığ ilindeki futbolcuların boş zaman yönetiminin bazı değişkenler açısından incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışmaya gönüllü olarak 99 futbolcu katıldı. Katılımcılara demografik özelliklerin sorgulandığı anket formu ile Boş zaman Yönetim Ölçeği uygulandı. Verilerin analizinde SPSS 22 paket programı kullanıldı. Analizlerde, medeni durum ve boş zamanlarınızda antrenman yapma durumu ile boş zaman yönetimi arasındaki farkı belirleyebilmek için t-testi, yaş, eğitim durumu ve gelir durumu ile boş zaman yönetimi arasındaki farkı belirleyebilmek için tek yönlü Anova testi kullanıldı. Anova testi sonrasında farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek amacıyla post-hoc analizi olarak Tukey testi kullanıldı. Analizlerde anlamlılık düzeyi $p<0,05$ olarak belirlendi. Covid 19 sürecinde futbolcuların; yaş, gelir durumu ve boş zamanlarda antrenman yapma durumu değişkenleri açısından boş zaman yönetimi ölçeği alt boyutlar düzeylerinde anlamlı fark olduğu görülürken ($p<0,05$), medeni durum ve eğitim durumu değişkeni açısından alt boyutlarda anlamlı fark olmadığı görüldü ($p>0,05$). Sonuç olarak çalışmamızda futbolcuların, boş zaman yönetimi alt boyut düzeylerinde bazı değişkenlere göre farklılık görüldüğü ve futbolcuların boş zaman yönetim düzeylerinin yüksek olduğu bulunmuştur. Futbolcuların zaman yönetimleri incelendiğinde zamanı iyi değerlendirdikleri bulunmuştur. Katılımcıların boş zamanlarında aktivitelere katılımı ve covid 19 sürecinde bireysel spor yapmaları için teşvik edilmesi gerektiği düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler

Covid, Boş Zaman,
Rekreasyon.

Investigation of the Leisure Time Management of Football Players in Elazığ Province During the Covid 19 Process

Abstract

Article Info

Received: 24.10.2021
Accepted: 21.12.2021
Online Published:
21.12.2021

In this study, it is aimed to examine the leisure management of football players in Elazığ in terms of some variables during the Covid 19 process. 99 football players participated in the study voluntarily. A questionnaire form in which demographic characteristics were questioned and Leisure Management Scale were applied to the participants. SPSS 22 package program was used in the analysis of the data. In the analyses, the t-test was used to determine the difference between marital status and leisure time training and leisure management, and the one-way Anova test was used to determine the difference between age, education status and income status and leisure management. Tukey test was used as post-hoc analysis to determine between which groups the differences were after the Anova test. The level of significance in the analyzes was determined as $p<0.05$. During the Covid 19 process, football players; While it was seen that there was a significant difference in the sub-dimensions of the leisure time management scale in terms of age, income status and leisure time training variables ($p<0.05$), there was no significant difference in the sub-dimensions in terms of the marital status and educational status variable ($p>0.05$). As a result, in our study, it was found that there was a difference in the leisure time management sub-dimension levels of the football players according to some variables and the leisure time management levels of the football players were high. When the time management of the football players was examined, it was found that they used the time well. It is thought that the participants should be encouraged to participate in activities in their spare time and to do individual sports during the covid 19 process.

Keywords

Covid, Leisure, Recreation.

¹ Munzur Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Tunceli /Türkiye.

² Fırat Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Elazığ /Türkiye.

Giriş

Tüm dünyayı etkisi altına alan salgınlara pandemi denmektedir (KiecoltGlaser, 2009). Salgınların önlenmesi ve kontrol altına alınabilmesi için, hasta olanların takibi ve izolasyonu önem taşımaktadır. Bu sebeplerden dolayı Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) içinde bulunduğumuz zaman diliminde Covid-19 hastalığını pandemi olarak ilan etmiştir (Cihan ve Pirinççi, 2020). Tüm dünyada sokağa çıkma sınırlaması getirilmiş, insanlara evlerinde daha fazla vakit geçirmeleri için çağrılar yapılmıştır (Tural, 2020). Dolayısıyla salgınlar hem bedensel ve hem de ruhsal sağlığı pek çok yönü ile etkilemektedir. Salgınların bedensel etkileri önemli ve hayatidir. Ancak bunun yanı sıra ortaya çıkan psikolojik etkileri de çok uzun süre devam etmektedir. (Kiecolt-Glaser, 2009). Son yıllarda artan salgınların insanların hayatlarını olumsuz etkilemiştir. Bu salgınlar sonucunda insanlara dışarı çıkma yasağı gelmiştir. Bu yasaklar sonucunda insanların özellikle sporla uğraşanların boş zamanları artmaktadır.

Türk Dil Kurumu'na göre zaman; "olayların oluş ve akış sırasını belirleyen, düzenli ve dönemli gök olaylarını birim olarak kullanan sanal bir kavram" olarak tanımlamaktadır (TDK, 2021). Zaman, soyut ve birçok anlam taşıyan kavram olduğu gibi ölçü birimi olarak da kullanılır. Uzaklık, yakınlık, geçmiş ve gelecek anlamlarını da içermektedir. "Dün", "Bugün", "Yarın" sözcükleriyle bahsedildiğinde ise belli bir süre anlatılmak istenmektedir (Abadan, 1961). İnsanlar zaman sürelerini farklı algılar ve yorumlar fakat herkes yaşamlarını zaman olgusuna bağlı olarak sürdürmektedir. Bireyler tarafından psikolojik açıdan farklı algılanan zaman, olay ve olguların kendi içerisinde bağlantılı olmasında önemli etkenlerden biridir. Yaşanan anıların etkisi ve gelecek zaman için yapılan arzu ve isteklerin gerçek zaman olarak ölçülen saat kavramıyla, kişiler tarafından daha kısa veya daha uzun olarak algılanmasına yol açmaktadır (Abadan, 1961).

İnsanların hedefleri doğrultusunda amaçladığı sonuçlara ulaşmada etkin rol oynayan zamanı, verimli kullanma çabasına zaman yönetimi denir. Teknolojinde gelişmesiyle günümüzde daha da önemli bir durum haline gelen zaman yönetimi, insanlar tarafından dikkat edilmesi gereken bir konudur. Zaman yönetiminin önemi sadece zaman kontrolü anlamına gelmezken, zaman kontrolü bireylerin yaşam şartlarını yükseltmede en önemli unsurlardan biridir (Alay, 2000). Zamanı iyi değerlendirmek; bireyin fizyolojik ihtiyaçları, eğlenmeye ayırdığı zaman, iş hayatı, sosyal hayatı ve sosyal çevresi gibi özel yaşantısı için ayrılan zamanı iyi kullanabilmesine bağlıdır. Zamanı verimli kullanmak bir eğitim işi olduğu gibi bu eğitimde sorumluluk öncelikle kişinin ailesine ve sonrasında okulların üzerine düşmektedir (Karaküçük, 2005). Zamanlarını kendi hedef ve amaçları doğrultusunda nasıl yönetmesi gerektiğini genellikle birçok insan bilmemektedir. Bu tür insanlar hayatlarını şekillendirmede ve düzenlemede sorun yaşamaktadırlar. Bu açıdan bakıldığında zaman yönetimi kişinin hayatını etkili şekilde yaşayabilmesi için son derece önem arz etmektedir (Hendry, 2004). Kişisel başarının temellerini etkileyen önemli unsurlardan biri olan zamanın iyi kullanılması ve yönetilmesi gerekmektedir. Zamanını planlamada ve doğru kullanmada sorun yaşayan kişiler dinlenme ve düşünmeye de zaman bulamaz. Kişinin çok çalışması ile sonuçların olumlu olması arasında doğrusal bir orantı bulunmamaktadır. Önemli olan kişinin zamanını iyi yönetebilmesi ve hayatını planlı olarak sürdürdüğünde en iyi sonuca ulaşmasıdır. (Efil, 1999).

Covid 19 sürecinde Elazığ ilindeki futbolcuların boş zamanlarını değerlendirme düzeyleri nedir?

Covid 19 sürecinde Elazığ ilindeki futbolcuların boş zamanları yönetiminin alt boyutlarına ilişkin puanlarında değişkenlere göre anlamlı fark var mıdır?

Materyal ve Yöntem

Araştırmanın Modeli

Bu araştırmada betimsel yöntem modeli kullanılmıştır. Betimleme yöntemi geçmişte ya da halen var olan bir durumu olduğu şekliyle betimlemeyi amaçlayan araştırma yöntemidir. Bu doğrultuda Elazığ ilindeki amatör futbolcuların boş zaman yönetimini incelemek için yapılan bu çalışma betimsel bir çalışma olarak tasarlanmıştır.

Araştırma Grubu

Araştırma grubunu, Elazığ ilinde amatör takımlarda futbol oynayan lisanslı sporcular oluşturmaktadır. Örneklemine ise bu takımlarda oynayan futbolcular arasından gönüllü olarak seçilen 99 sporcu oluşturmaktadır.

Verilerin Toplanması

Bu çalışmada veriler; katılımcıların demografik özelliklerini belirlemek için araştırmacı tarafından oluşturulan beş soruluk bir form ve boş zaman yönetimlerinin incelenmesi için Boş Zaman Yönetim Ölçeği kullanılarak toplanmıştır. Oluşturulan anket formu Google forms ile online ortama aktarılmıştır ve internet aracılığıyla sporculara gönderilmiştir. Araştırmada kullanılan ölçüm araçları ve test protokolleri aşağıda belirtilmiştir.

Kişisel Bilgi Formu

Kişisel bilgi formu, sporcuların demografik bilgilerini elde edebilmek için; medeni durum, yaş, eğitim durumu, gelir durumu ve boş zamanlarda antrenman yapma durumu sorularından oluşturuldu.

Boş Zaman Yönetim Ölçeği

Boş Zaman Yönetim Ölçeği; Wang ve ark. (2011) tarafından geliştirilmiş, Akgül ve Karaküçük (2015) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Ölçek 5'li likert tipinde olup (1= Tamamen Katılıyorum, 5= Hiç Katılmıyorum) 15 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin dört alt boyutu bulunmaktadır. Ölçek alt boyutlarına ait bilgiler aşağıda verilmiştir:

Amaç Belirleme ve Yöntemi alt boyutu: 1. 2. 3. 6. 7. ve 8. maddeler

Boş Zaman Tutumu alt boyutu: 10. 11. ve 12. maddeler

Programlama alt boyutu: 3. 14. ve 15. maddeler

Değerlendirme alt boyutu: 4. 5. ve 9. maddeler

Verilerin Analizi

Verilerin çözümlenmesi aşamasında SPSS 22 istatistik paket programı kullanıldı. Analizlerde öncelikle normallik testi yapıldı ve verilerin normal dağıldığı (Büyüköztürk ve ark., 2017) gözlemlendi. Analizlerde, medeni durum ve boş zamanlarınızda antrenman yapma durumu ile boş zaman yönetimi arasındaki farkı belirleyebilmek için t-testi, yaş, eğitim durumu ve gelir durumu ile boş zaman yönetimi arasındaki farkı belirleyebilmek için tek yönlü Anova testi kullanıldı. Farklılığın hangi gruplar arasında

olduğunu belirlemek için ise post-hoc analizi olarak Tukey testi kullanıldı. Analizlerde anlamlılık düzeyi ($p<0,05$) olarak belirlendi.

Bulgular

Tablo 1. Sporcuların Demografik Özellikleri

Değişkenler	Kategori	Frekans	%
Yaş	16-20	52	52,50
	21-25	28	28,30
	26-30	9	9,10
	31+	10	10,10
Medeni Durum	Evli	12	12,10
	Bekâr	87	87,90
Eğitim Düzeyi	Lise	51	51,50
	Ön Lisans	14	14,10
	Lisans	34	34,30
Aylık Gelir	0-500	48	48,50
	501-1000	13	13,10
	1001-1500	9	9,10
	1501 +	29	29,30
Boş Zaman	Evet	72	72,70
	Hayır	27	27,30

Katılımcıların yaş değişkenine göre yüzde- frekans dağılımları incelendiğinde, 16-20 yaş arasında 52 kişi (%52,5), 21-25 yaş arasında 28 kişi (%28,3), 26-30 yaş arasında 9 kişi (%9,1) 31 ve üstü yaş arasında 10 kişi (%10,1) olduğu görülmüştür. Tablo incelendiğinde katılımcılardan 99 kişinin 12 kişisi (%12,1) evli, 87 kişi (%87,9) bekar olduğu görülmektedir. İncelendiğinde lise seviyesinde olan katılımcılar 51 kişi (%51,5), ön lisans seviyesinde olanlar 14 kişi (%14,1) ve lisans seviyesinde olan 34 kişi (%34,3) olduğu görülmüştür. Tablo incelendiğinde 0-500 TL arasında 48 kişi (%48,5) kişi, 501-1000 TL arasında 13 kişi (%13,1), 1001-1500 TL arasında 9 kişi (%9,1) ve 1501 TL ve üzeri geliri olanların 29 kişi (%29,3) olduğu görülmüştür. Spor yaşına göre tablo incelendiğinde 0-3 yıl arasında 38 kişi (%38,4), 4-7 yıl spor yaşına sahip 32 kişi (%32,3), 8-10 yıl arasında spor yaşına sahip 14 kişi (%14,1), 11 yıl ve daha fazla olanların 15 kişi (%15,2) olduğu görülmüştür. Boş zamana sahip olanlar 72 kişi (%72,7), olmayanların ise 27 kişi (%27,3) olduğu görülmektedir.

Tablo 2. Covid 19 Sürecinde Futbolcuların Medeni Durumlarının Boş Zaman Yönetimi Ölçeğinin Alt Boyutlarına Göre Analizi

Alt Boyutlar	Medeni Durum	n	Ort	Ss	t	p
Amaç Belirleme Yöntemi	Evli	12	3,86	0,73	1,328	0,235
	Bekar	87	3,49	0,92		
Değerlendirme	Evli	12	4,05	0,81	1,683	0,227
	Bekar	87	3,58	0,92		
Boş Zaman Tutumu	Evli	12	4,08	1,17	0,458	0,574
	Bekar	87	3,95	0,91		
Programlama	Evli	12	2,44	1,06	-1,196	0,700
	Bekar	87	2,84	1,08		

Sporcuların Covid 19 sürecinde medeni durumlarının boş zaman yönetimi ölçeğinin alt boyutlarına göre analizi incelendiğinde alt boyutlarda istatistiksel açıdan anlamlı fark olmadığı saptanmıştır. ($p>0,05$). Amaç belirleme yöntemi, değerlendirme ve boş zaman tutumu alt boyutlarında evli olan sporcuların ortalama değerleri yüksek olup, programlama alt boyutunda ise bekar olan sporcuların ortalama değerlerinin yüksek olduğu görülmüştür.

Tablo 3. Covid 19 Sürecinde Futbolcuların Boş Zamanlarınızda Antrenman Yapma Durumunun Boş Zaman Yönetimi Ölçeğinin Alt Boyutlarına Göre Analizi

Alt Boyutlar	Boş Zamanlarınızda Antrenman Yaptınız Mı?	n	Ort.	Ss	t	p
Amaç Belirleme Yöntemi	Evet	72	3,70	0,74	3,218	0,006*
	Hayır	27	3,08	1,13		
Değerlendirme	Evet	72	3,78	0,75	2,587	0,001*
	Hayır	27	3,25	1,19		
Boş Zaman Tutumu	Evet	72	3,99	0,94	0,420	0,745
	Hayır	27	3,90	0,95		
Programlama	Evet	72	2,83	1,14	0,648	0,080
	Hayır	27	2,67	0,91		

Sporcuların Covid 19 sürecinde boş zamanlarınızda antrenman yapma durumuna göre t testi incelendiğinde, amaç belirleme yöntemi ve değerlendirme alt boyutlarında istatistiksel açıdan anlamlı fark olduğu gözlemlenmiş olup ($p<0,05$), boş zaman tutumu ve programlama alt boyutlarında istatistiksel açıdan anlamlı fark olmadığı tespit edilmiştir ($p>0,05$).

Tablo 4. Covid 19 Sürecinde Futbolcuların Yaş Değişkeninin Boş Zaman Yönetimi Ölçeğinin Alt Boyutlarına Göre Analizi

Alt Boyutlar	Yaş	n	Ort	Ss	F	p	Fark
Amaç Belirleme Yöntemi	16-20	52	3,50	0,86	0,718	0,543	
	21-25	28	3,41	0,93			
	26-30	9	3,70	1,26			
	31+	10	3,86	0,67			
Değerlendirme	16-20	52	3,53	0,85	1,307	0,277	
	21-25	28	3,58	0,98			
	26-30	9	4,11	1,25			
	31+	10	3,90	0,66			
Boş Zaman Tutumu	16-20	52	3,82	0,93	1,532	0,211	
	21-25	28	4,03	0,98			
	26-30	9	3,96	1,09			
	31+	10	4,50	0,45			
Programlama	16-20	52	2,89	1,12	2,833	0,042*	2>3
	21-25	28	3,03	0,99			
	26-30	9	2,11	0,72			
	31+	10	2,23	1,06			

Sporcuların Covid 19 sürecinde yaş değişkenine ilişkin dağılımları incelendiğinde, amaç belirleme yöntemi, değerlendirme, boş zaman tutumu alt boyutlarında istatistiksel açıdan anlamlı fark olmadığı saptanmıştır ($p>0,05$). Programlama alt boyutunda istatistiksel açıdan anlamlı fark olduğu tespit edilmiştir ($p<0,05$). Bu anlamlılığın 21-25 yaş ve 26-30 yaş arasında olduğu saptanmıştır.

Tablo 5. Covid 19 Sürecinde Futbolcuların Eğitim Durumu Değişkeninin Boş Zaman Yönetimi Ölçeğinin Alt Boyutlarına Göre Analizi

Alt Boyutlar	Eğitim Durumu	n	Ort	Ss	F	p
Amaç Belirleme Yöntemi	Lise	51	3,70	0,89	1,949	0,148
	Ön lisans	14	3,44	0,47		
	Lisans	34	3,32	1,02		
Değerlendirme	Lise	51	3,75	0,92	1,112	0,333
	Ön lisans	14	3,69	0,40		
	Lisans	34	3,45	1,04		
Boş Zaman Tutumu	Lise	51	3,95	0,98	0,422	0,657
	Ön lisans	14	3,78	0,83		
	Lisans	34	4,05	0,92		
Programlama	Lise	51	2,88	1,17	0,351	0,705
	Ön lisans	14	2,73	0,62		
	Lisans	34	2,68	1,10		

Sporcuların Covid 19 sürecinde eğitim durumu değişkeni ile boş zaman yönetim ölçeği alt boyutları arasında istatistiksel açıdan anlamlı fark olmadığı saptanmıştır ($p>0,05$).

Tablo 6. Covid 19 Sürecinde Futbolcuların Gelir Durumu Değişkeninin Boş Zaman Yönetimi Ölçeğinin Alt Boyutlarına Göre Analizi

Alt Boyutlar	Gelir Durumu	n	Ort	Ss	F	p	Fark
Amaç Belirleme Yöntemi	0-500	48	3,39	0,97	1,436	0,237	
	501-1000	13	3,57	0,87			
	1001-1500	9	4,05	0,50			
	1501+	29	3,59	0,86			
Değerlendirme	0-500	48	3,44	1,01	1,657	0,182	
	501-1000	13	3,84	0,74			
	1001-1500	9	4,03	0,45			
	1501+	29	3,7	0,89			
Boş Zaman Tutumu	0-500	48	3,78	1,04	2,820	0,043*	3>2
	501-1000	13	3,66	1,06			
	1001-1500	9	4,40	0,43			
	1501+	29	4,26	0,67			
Programlama	0-500	48	2,79	1,01	1,239	0,300	
	501-1000	13	3,28	1,12			
	1001-1500	9	2,51	1,27			
	1501+	29	2,65	1,10			

Sporcuların Covid 19 sürecinde gelir durumu değişkenine göre boş zaman yönetimi ölçeğinin alt boyutlarında amaç, değerlendirme ve programlama alt boyutlarında istatistiksel açıdan anlamlı fark olmadığı tespit edilmiştir ($p>0,05$). Boş zaman tutumu alt boyutunda ise istatistiksel açıdan anlamlı farklılık olduğu saptanmıştır ($p<0,05$). Bu farklılığın 1500 ve üzeri 501-1000 arasında olduğu tespit edilmiştir.

Tartışma ve Sonuç

Bu bölümde yapılan analizler doğrultusunda analiz sonuçlarına ve literatür taraması sonucunda elde edilen verilere yer verilmiştir.

Çalışmaya katılan futbolcuların boş zaman yönetim ölçeğinin alt boyutlarına verdiği cevaplara bakıldığında Amaç Belirleme Yöntemi, Değerlendirme, Boş Zaman Tutumu, Programlama ortalamanın üstünde olduğu görülmüştür. Covid 19 sürecinde futbolcuların medeni durumuna bakıldığında boş zaman yönetim ölçeğinin alt boyutlarında istatistiksel açıdan herhangi bir anlamlılık olmadığı saptanmıştır. Yapılan bazı çalışmalarda evli olan futbolcuların bekar olan futbolculara göre değerlerinin yüksek olduğu

belirlenmiştir (Shinew ve ark., 1996; Arı, 2017;). Yapılan bu çalışmalar ile bizim çalışmamız benzerlik göstermektedir. Yapılan başka çalışmalarda ise (Aksoy, 2019; Gürer ve ark., 2016; Kaygusuz ve Gümüş, 2021) bekarların ortalama değerlerinin evli olanlara göre yüksek olduğu belirlenmiştir.

Futbolcuların boş zamanlarınızda antrenman yaptınız mı sorusuna verdikleri cevaplar açısından incelendiğinde boş zaman yönetimi ölçeğinin amaç belirleme yöntemi ve değerlendirme alt boyutlarında istatistiksel açıdan anlamlılık olduğu saptanmıştır. Boş zaman tutumu ve programlama alt boyutlarında ise istatistiksel açıdan anlamlılık olmadığı tespit edilmiştir. Boş zamanlarınızda antrenman yaptınız mı sorusuna evet cevabı verenlerin ortalamalarına bakıldığında hayır diyenlerden daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Futbolcuların yaş değişkeni açısından boş zaman yönetim ölçeğinin alt boyutları incelendiğinde amaç belirleme yöntemi, değerlendirme ve boş zaman tutumu alt boyutlarında istatistiksel açıdan anlamlılık olmadığı saptanmıştır. Programlama alt boyutunda ise istatistiksel açıdan anlamlılık olduğu saptanmıştır. Bu anlamlılığın ise 20-25 ve 26-30 yaş arasındaki katılımcılardan kaynaklandığı tespit edilmiştir. Çakır (2017) üniversite öğrencilerinin serbest zaman doyum düzeyleri ile serbest zaman yönetimleri arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında yaş alt boyutlarından boş zaman tutumu ve değerlendirme alt boyutlarında anlamlı sonuçlar tespit etmiştir.

Futbolcuların eğitim durumu değişkeni açısından boş zaman yönetim ölçeği alt boyutlarında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir. Yazıcıoğlu (2010) yapmış olduğu çalışmada eğitim durumuna göre fiziksel aktiviteye katılımı, hobiler ve iç mekân etkinliklerinde ve gönüllü ve sosyal sorumluluk etkinliklerinde farklılıklar olduğu sonucuna ulaşmıştır. Ardahan (2013) ise yapmış olduğu çalışmada eğitim düzeyinin artmasıyla rekreatif etkinliklere katılımın arttığı sonucuna ulaşmıştır.

Futbolcuların gelir düzeyleri incelendiğinde boş zaman yönetim ölçeğinin amaç belirleme yöntemi, değerlendirme ve programlama alt boyutlarında anlamlılık olmadığı saptanmıştır. Boş zaman tutumu alt boyutunda ise istatistiksel açıdan anlamlılık olduğu tespit edilmiştir. Oluşan bu farklılığın, 500-1000 ve 1500 ve üzeri gelire sahip olan katılımcılardan kaynaklandığı tespit edilmiştir. Çuhadar ve ark. (2019) lise öğrencilerinde boş zaman yönetimi ve gelecek beklentisi ilişkisi isimli çalışmalarında gelir düzeyinde istatistiksel açıdan anlamlı fark olmadığı saptanmıştır.

Sonuç olarak çalışmamızda futbolcuların, boş zaman yönetimi alt boyut düzeylerinde bazı değişkenlere göre farklılık görüldüğü ve futbolcuların boş zaman yönetim düzeylerinin yüksek olduğu bulunmuştur. Futbolcuların zaman yönetimleri incelendiğinde zamanı iyi değerlendirdikleri bulunmuştur. Katılımcıların boş zamanlarında aktivitelere katılımı ve covid 19 sürecinde bireysel spor yapmaları için teşvik edilmesi gerektiği düşünülmektedir.

Öneriler

- Katılımcıların boş zamanlarında aktivitelere katılımı ve Covid 19 sürecinde bireysel spor yaparak formda kalmaları için teşvik edilmesi önerilmektedir.
- Konuya ilişkin çalışmaların farklı branşlara uygulanması gençlerle ilgili olarak daha ayrıntılı veriler elde edilmesine ve alan yazınına önemli katkılar sağlayacaktır.

Kaynaklar

- Akgül, B. M., Karaküçük, S. (2015) Boş zaman yönetimi ölçeği (geçerlik güvenirlik çalışması). *International Journal Of Human Science*, 12, (2), 1867-1880.
- Aksoy, A. (2019). Beden eğitimi öğretmenlerinin boş zaman yönetimi, işkoliklik ve iş yaşam dengesi açısından incelenmesi (Antalya merkezi örneği). Yüksek Lisans Tezi, Akdeniz Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Antalya.
- Ardahan, F. (2013). Rekreasyonel egzersiz güdüleme ölçeğinin rekreatif spor türüne göre incelenmesi: Antalya örneği. *İğdır Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 4(4), 95-108.
- Arı, Ç. (2017). Pedagojik formasyonda kayıtlı öğretmen adaylarının boş zaman yönetimleri ve yaşam kaliteleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. Doktora Tezi. Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Cihan, E., Şahbaz Pirinççi, C. (2020). Covid-19 pandemi sürecinde genç popülasyonu yaşam kalitesinin fiziksel aktivite seviyesi ve depresyon düzeyi ile ilişkisi. *Selçuk Sağlık Dergisi*, 1, 41-53.
- Çakır V. O. (2017). Üniversite öğrencilerin serbest zaman doyum düzeyleri ile serbest zaman yönetimleri arasındaki ilişki. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 2(3).
- Çuhadar, A., Demirel, M., Er, Y., Serdar, E. (2019). Lise öğrencilerinde boş zaman yönetimi ve gelecek beklentisi ilişkisi. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 12.
- Gürer, B., Dedeşah, U. E., Öz, N. & Acun, A. (2016). Beden eğitimi öğretmenlerinin zaman yönetiminin incelenmesi. *İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3(3), 1-11.
- Kaygusuz, Ö. & Gümüş. H. (2021). Çalışan kadınlarda boş zaman yönetimi ve sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının incelenmesi. *Türkiye Spor Bilimleri Dergisi*, 5(1), 45-53.
- Kiecolt-Glaser, J.K. (2009). Psychoneuroimmunology: Psychology's gateway to the biomedical future. *Perspectives on Psychological Science*, 4, 367-9.
- Shinew, K. J., Floyd, M. F. McGuire, F.A. & Noe, F. P. (1996). Class polarization and leisure activity preferences of African Americans: Intragroup comparisons. *Journal of Leisure Research*, 28(4), 219-232.
- Tural, E. (2020). Covid 19 pandemi dönemi ev karantinasında fiziksel aktivite düzeyinin yaşam kalitesine etkisi. *Van Sağlık Bilimleri Dergisi*, 13, 10-7.
- Wang, W.C., Kao, C.H., Huan, T. C, Wu, C.C. (2011). Free time management contributes to better quality of life: a study of undergraduate students in Taiwan. *Journal of Happiness Studies*, 12(4), 561-573.
- Yazıcıoğlu, M. (2010). Boş zaman yönetimi ve rekreatif faaliyetler: memur emeklilerinin rekreatif faaliyetlerinin analizine ilişkin bir uygulama. Yüksek Lisans Tezi. Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Makale Alıntısı

Sezer, S.Y. & Çelikel, B.E. (2021). Covid 19 Sürecinde Elâzığ İlindeki Futbolcuların Boş Zaman Yönetimlerinin İncelenmesi [Investigation of the Leisure Time Management of Football Players in Elazığ Province During the Covid 19 Process], *Spor Eğitim Dergisi*, 5 (3), 135-142.



Bu eser Creative Commons Atıf-GayriTicari 4.0 Uluslararası Lisansı ile lisanslanmıştır.