

Araştırma Makalesi

SPOR ODAKLI REKREASYON ALANLARININ TOPLUMSAL SAĞLIK VE SOSYAL ETKİLEŞİM ÜZERİNDEKİ ROLÜ

THE ROLE OF SPORTS-BASED RECREATION AREAS IN PUBLIC HEALTH AND SOCIAL INTERACTION

Gönderilen Tarih: 20/11/2024
Kabul Edilen Tarih: 23/12/2024

Görkem TURAÇ
Bağımsız Araştırmacı
Orcid: 0000-0003-3420-3810

Spor Odaklı Rekreasyon Alanlarının Toplumsal Sağlık ve Sosyal Etkileşim Üzerindeki Rolü

ÖZ

Bu çalışma, spor odaklı rekreasyon alanlarının toplumsal sağlık ve sosyal etkileşim üzerindeki rolünü kapsamlı bir şekilde ele almaktadır. Araştırma, spor temelli rekreasyon alanlarının bireylerin fiziksel sağlıklarını iyileştirme, ruhsal sağlığı destekleme ve toplumsal dayanışmayı güçlendirme potansiyeline odaklanmaktadır. Araştırmada, spor odaklı rekreasyon alanlarının, bireylerin fiziksel aktiviteye katılımını nasıl teşvik ettiği ve bu alanlarda sağlanan sosyal etkileşimlerin toplumsal sağlığa olan etkileri yordanarak, konuyla ilgili literatürde yer alan 42 çalışmaya araştırmacı tarafından hazırlanan araştırma soruları çerçevesinde MAXqda programından yararlanılarak içerik analizi yapılmıştır. Kentleşme sürecinde yeşil alanların azalması ve spor alanlarına erişimdeki eşitsizlikler, bireylerin fiziksel aktivite alışkanlıklarını olumsuz yönde etkilemektedir. Araştırma, düşük gelirli bölgelerde kamuya açık spor alanlarının artırılmasının, dezavantajlı grupların fiziksel aktiviteye katılımını destekleyeceğini, spor alanlarının eşit dağılımının, toplum genelinde sağlıklı yaşam alışkanlıklarının yayılmasına katkıda bulunacağını belirtmektedir. Çalışmada, katılım engelleri (fiziksel, ekonomik, sosyal ve psikolojik) ve tercih etkenleri (çevresel özellikler, hizmet kalitesi, sosyal olanaklar ve güvenlik) ayrıntılı bir şekilde ele alınmıştır. Kentleşmenin getirdiği yeşil alan eksikliği ve spor tesislerine erişim eşitsizlikleri, fiziksel aktivite alışkanlıklarını olumsuz etkileyen temel faktörlerdir. Rekreasyon alanlarının erişilebilirliği ve kalitesi, bireylerin bu alanlardan daha etkin bir şekilde yararlanmalarını sağlamaktadır. Sosyal aktiviteler ve grup sporları, bireylerin yalnızlık ve sosyal izolasyon sorunlarını azaltarak toplumsal dayanışmayı desteklemektedir. Sonuç olarak, spor odaklı rekreasyon alanları bireylerin fiziksel ve ruhsal sağlığını desteklerken toplumsal uyumu artıran mekanlar olarak modern kentleşmede kritik bir role sahiptir. Yerel yönetimlerin ve kent planlamacılarının, bu alanların erişilebilirliğini artırarak toplumsal refahı destekleyecek stratejiler geliştirmesi önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Spor odaklı rekreasyon, rekreasyon alanları, toplumsal sağlık

The Role of Sports-Based Recreation Areas in Public Health and Social Interaction

ABSTRACT

This study comprehensively addresses the role of sports-based recreation areas on social health and social interaction. The study focuses on the potential of sports-based recreation areas to improve individuals' physical health, support mental health and strengthen social solidarity. In the study, how sports-based recreation areas encourage individuals' participation in physical activity and the effects of social interactions provided in these areas on social health were predicted, and content analysis was conducted using the MAXqda program within the framework of the research questions prepared by the researcher for 42 studies in the literature on the subject. The decrease in green areas and inequalities in access to sports areas in the urbanization process negatively affect individuals' physical activity habits. The study states that increasing public sports areas in low-income regions will support the participation of disadvantaged groups in physical activity, and the equal distribution of sports areas will contribute to the spread of healthy living habits throughout the society. In the study, participation barriers (physical, economic, social and psychological) and preference factors (environmental characteristics, service quality, social facilities and security) were discussed in detail. The lack of green areas brought about by urbanization and inequalities in access to sports facilities are the main factors that negatively affect physical activity habits. The accessibility and quality of recreational areas allow individuals to benefit from these areas more effectively. Social activities and group sports support social solidarity by reducing the problems of loneliness and social isolation of individuals. As a result, sports-oriented recreational areas have a critical role in modern urbanization as spaces that increase social harmony while supporting the physical and mental health of individuals. It is recommended that local governments and urban planners develop strategies that will support social welfare by increasing the accessibility of these areas.

Keywords: Sports-based recreation, recreation areas, public health.

GİRİŞ

Günümüz toplumlarında artan kentleşme, fiziksel aktivitenin azalması ve sosyalleşme eksikliği, toplumsal sağlık açısından endişe verici bir durum yaratmaktadır. Bu bağlamda spor odaklı rekreasyon alanları, bireylerin sağlıklı yaşam alışkanlıkları kazanmaları ve sosyal ilişkilerini geliştirmeleri için önemli bir fırsat sunmaktadır¹. Rekreasyon alanlarının, özellikle spor temelli aktivitelerle donatıldığında, bireyleri fiziksel olarak aktif olmaya teşvik ettiği ve topluluk içinde sosyal bağları güçlendirdiği, literatürde geniş bir biçimde desteklenmektedir².

Modern toplumlarda kentleşme, bireylerin fiziksel aktivite alışkanlıklarını ve sosyal etkileşim biçimlerini önemli ölçüde etkilemektedir. Bu kentleşme süreci, bireylerin sağlıklı yaşam tarzlarını sürdürmelerini güçleştirirken toplumsal etkileşimi azaltan unsurların başında gelmektedir. Bu bağlamda, spor temelli rekreasyon alanları, bireylere fiziksel olarak aktif olma ve sosyal ilişkiler kurma fırsatı sunan, sağlık ve sosyal refah üzerinde olumlu etkiler sağlayan mekanlar olarak ön plana çıkmaktadır³. Spor temelli rekreasyon alanları, bireylerin fiziksel aktiviteye katılımını artıran ve topluluk içinde sosyal bağların kurulmasını destekleyen alanlar olarak toplumsal sağlığı önemli ölçüde etkiler. Spor parkları, yürüyüş parkurları, açık hava spor sahaları ve fitness alanları gibi çeşitli mekanlar, bireylerin düzenli egzersiz yapmasını teşvik etmekte ve fiziksel sağlığın iyileşmesine katkı sağlamaktadır⁴. Bu alanlar, özellikle toplumda hareketsiz yaşam tarzının yaygınlaşmasına karşı bir çözüm sunmakta, bireylerin fiziksel aktivite seviyelerini artırarak sağlık açısından olumlu etkiler yaratmaktadır. Gilchrist ve Wheaton (2017)⁵, spor temelli rekreasyon alanlarının toplumsal eşitsizliği azaltan bir araç olarak değerlendirilebileceğini, farklı sosyo-ekonomik geçmişe sahip bireylerin bu alanlarda bir araya gelerek ortak aktivitelerde bulunabileceğini belirtmektedir.

Spor temelli rekreasyon alanları, bireylerin fiziksel sağlıklarını korumalarına ve geliştirmelerine olanak tanıyan mekanlar sunmaktadır⁶. Özellikle kalp hastalıkları, obezite ve diyabet gibi sağlık sorunlarına karşı koruyucu etkisi olan fiziksel aktivite, bu tür alanlarda düzenli olarak gerçekleştirildiğinde bireylerin sağlık düzeyini önemli ölçüde artırmaktadır⁷. Ayrıca spor alanlarında fiziksel aktivitenin bireylerin ruh sağlığı üzerinde de olumlu etkileri vardır; stresin azalması, depresyonun hafifletilmesi ve genel bir iyi olma hali gibi faydalar, düzenli spor yapmanın ruhsal sağlık üzerindeki etkilerini desteklemektedir⁸. Ruhsal sağlığa ek olarak, spor temelli rekreasyon alanları, bireylerin sosyal destek ağlarına katılmalarına ve toplulukla daha fazla etkileşimde bulunmalarına imkân tanır. Bu alanlarda yapılan sosyal aktiviteler ve spor etkinlikleri, bireylerin yalnızlık ve sosyal izolasyondan uzaklaşmasına katkı sağlayarak sosyal refahı artırmaktadır⁹. Gilchrist ve Wheaton (2017)⁵, bireylerin spor temelli rekreasyon alanlarında sosyalleşme fırsatlarını değerlendirdiklerinde, toplumla olan bağlarının güçlendiğini ve toplumsal uyum düzeylerinin arttığını belirtmektedir. Bu durum, bireylerin sosyal etkileşim ihtiyacını karşılayarak toplumda daha sağlıklı ilişkiler kurulmasına olanak tanır. Bu tür alanlar, farklı yaş ve sosyal gruptan bireylerin bir araya gelmesine ve toplumsal kaynaşmanın sağlanmasına katkı sağlar. Corvino ve ark. (2023)⁶, spor odaklı sosyal programların, toplumsal bütünleşmeyi artırıcı bir etkisi olduğunu, farklı sosyo-kültürel geçmişlere sahip bireylerin bu alanlarda bir araya gelerek ortak hedefler doğrultusunda iş birliği yapabildiklerini vurgulamaktadır. Spor temelli rekreasyon alanları, bireylerin toplulukla bütünleşmesini sağlamakla kalmaz, aynı zamanda sosyal eşitsizliklerin azalmasına da katkıda bulunur.

MATERYAL VE METOT

Araştırmanın Amacı ve Önemi

Bu çalışmada, spor odaklı rekreasyon alanlarının toplumsal sağlık ve sosyal etkileşim üzerindeki rolünü ele alarak, spor odaklı rekreasyon alanlarının, fiziksel sağlık düzeyine katkıları, sosyal bağların gelişimindeki rolleri ve bu alanların toplumsal refaha sağladığı katkıların literatürde yer alan çalışmaların içerik analizi yöntemiyle incelenerek değerlendirilmesi amaçlanmıştır. Bu çalışma, spor odaklı rekreasyon alanlarının sağlık ve sosyal etkileşim üzerindeki rollerine ilişkin kapsamlı bir inceleme sunması açısından önemlidir. Önceki çalışmalardan elde edilen bulguların incelenmesi, bu alanların sağlığa ve sosyal etkileşime katkı sağlayacak şekilde tasarlanması ve kullanılmasına yönelik öneriler geliştirilmesine katkı sağlayacaktır¹⁰. Araştırmacıların bu alanda yaptığı çalışmaların odağı, konuların yayımlanan dergi türlerine ve yıllara göre dağılımı spor odaklı rekreasyon alanlarının toplumsal sağlık ve sosyal etkileşim üzerindeki rolü ile ilgili çalışma yapacak olan araştırmacılara fikir vermesi açısından önemlidir. Ayrıca kent planlamacıları ve yerel yönetimlerin bu araştırma sonuçlarına göre spor alanlarının tasarımını iyileştirme ve ihtiyacı belirleme fırsatlarını ortaya koymaktadır.

Araştırma Yöntemi

2000-2024 yılları arasında yayımlanmış bilimsel dergilerde yer alan makalelerdeki spor odaklı rekreasyon alanlarının toplumsal sağlık ve sosyal etkileşim üzerindeki rolüne ilişkin literatürde yer alan çalışmalar, araştırmacı tarafından hazırlanan sorular çerçevesinde nicel içerik analizi yöntemiyle incelenmektedir. Krippendorff (1980)¹¹, içerik analizini "iletişim metinlerinin içeriklerini sistematik, nesnel ve ölçülebilir bir şekilde tanımlamayı ve yorumlamayı amaçlayan bir araştırma yöntemi" olarak tanımlamıştır. Araştırmada, spor odaklı rekreasyon alanlarının, bireylerin fiziksel aktiviteye katılımını nasıl teşvik ettiği ve bu alanlarda sağlanan sosyal etkileşimlerin toplumsal sağlığa olan etkileri yordanarak, konuyla ilgili literatürde yer alan 42 çalışmanın aşağıdaki araştırma soruları çerçevesinde Maxqda paket programından yararlanılarak içerik analizi yapılmıştır. Bilimsel makalelere Google Akademik, Core, Public Library of Science (PLOS), ScienceOpen, Social Science Research Network (SSNR), Directory of Open Access (DOAJ), PubMed, E-Theses Online Service (EThOS), BioMed Central ve Bielefeld Academic Search Engine veri tabanlarından ulaşılmıştır.

- Makalelerde spor odaklı rekreasyon alanlarına ilişkin hangi konular ele alınmaktadır?
- Dergi türlerine göre spor odaklı rekreasyon alanları ile ilgili konuların dağılımı nasıldır?
- Yıllara göre spor odaklı rekreasyon alanları ile ilgili konuların dağılımı nasıldır?

Fiziksel Aktivite ve Kentleşme Dinamikleri

Kentleşme süreci, bireylerin yaşam tarzını ve fiziksel aktivite düzeyini etkileyen birçok faktörü beraberinde getirmektedir. Kentsel alanlarda yaşayan bireylerin iş, ulaşım, sosyal etkinlikler ve günlük aktiviteler üzerindeki değişimleri, fiziksel aktiviteye katılımı doğrudan etkilemektedir¹².

Kentleşme, bireylerin yaşam tarzında belirgin değişikliklere yol açmaktadır. Araştırmalar, kentleşmenin yaygınlaştığı bölgelerde insanların daha az fiziksel aktivite yapma eğiliminde olduğunu göstermektedir. Bunun başlıca nedeni, kentsel alanlardaki

yüksek trafik yoğunluğu, yaya alanlarının sınırlılığı ve yeşil alan eksikliğidir. Örneğin, Huang ve ark. (2018)¹³, kentleşmenin yaşlı yetişkinlerin fiziksel aktivite düzeyini düşürdüğünü ve bunun sağlık üzerinde olumsuz etkiler yarattığını belirtmektedir. Kentleşme, aynı zamanda ulaşım alışkanlıklarını değiştirmekte; toplu taşıma ve özel araç kullanımı yaygınlaşırken yürüme ve bisiklet sürme gibi aktiviteler azalmakta, dolayısıyla bireylerin günlük fiziksel aktiviteleri sınırlanmaktadır¹⁴.

Kentleşme sürecinde yeşil alanların azalması, bireylerin fiziksel aktivitelerini olumsuz yönde etkilemektedir. Yeşil alanlar, bireylerin spor yapabileceği, yürüyüş yapabileceği veya sosyal etkileşimde bulunabileceği mekanlar olarak fiziksel ve ruhsal sağlığı destekleyici bir işleve sahiptir¹⁵. Özellikle çocukların fiziksel aktivite yapabilecekleri alanların azalması, sedanter yaşam tarzının yaygınlaşmasına neden olmaktadır. McCloskey ve ark. (2017)¹⁶, kentsel alanlarda yeşil alanlara erişimin fiziksel aktivite düzeylerini artırdığını ve bu alanların toplum sağlığı üzerindeki olumlu etkilerini vurgulamaktadır.

Kentleşmenin, bireylerin sosyo-ekonomik durumuna bağlı olarak fiziksel aktivite alışkanlıklarını farklı biçimlerde etkilediği görülmektedir. Yüksek gelirli bölgelerde yer alan spor tesisleri, düşük gelirli bölgelerde daha sınırlı olup, fiziksel aktiviteye katılımı doğrudan etkileyen önemli bir faktördür¹⁷. Boakye ve ark. (2023)¹⁸, sosyo-ekonomik durumu düşük bireylerin kentsel alanlarda fiziksel aktivite yapma oranlarının daha düşük olduğunu ve bu bireylerin sağlık üzerinde daha fazla risk taşıdığını belirtmektedir.

Kentleşme süreci yalnızca fiziksel aktiviteleri değil, aynı zamanda ruhsal sağlığı da dolaylı olarak etkilemektedir. Kent yaşamının getirdiği stres, sosyal izolasyon ve hareketsizlik, ruhsal sağlık sorunlarını artırmakta, depresyon ve anksiyete gibi ruhsal rahatsızlıkların yaygınlaşmasına neden olmaktadır¹⁹. Liu ve Walker (2015)²⁰, fiziksel aktivitenin ruhsal sağlık üzerindeki olumlu etkilerini vurgularken, kentleşmenin bireylerin spor yapma alanlarını sınırlayarak bu etkileri zayıflattığını belirtmektedir. Kentleşme sürecinde bireylerin fiziksel ve ruhsal sağlıklarının korunması için yeşil alanların artırılması, yaya dostu alanların planlanması ve toplumsal bütünleşmeyi destekleyen sosyal alanların yaratılması önerilmektedir.

Literatürde Spor Odaklı Rekreasyon Alanları Kavramı

Spor odaklı rekreasyon alanları, genellikle bireylerin spor yapabileceği açık alanlar olarak tanımlanır ve sağlıklı yaşam alışkanlıkları kazandırmaya yönelik aktiviteler sunar²¹. Literatürde "toplumsal sağlık", bireylerin fiziksel, ruhsal ve sosyal açıdan sağlıklı olma durumu olarak tanımlanırken, "sosyal etkileşim" ise bireylerin bu alanlarda kurduğu ilişkilerin niteliğini ifade etmektedir. Spor odaklı alanlar, bireylerin birbirleriyle iletişime geçmesini teşvik eden ve toplum içindeki dayanışmayı artıran özelliklere sahiptir²².

Spor odaklı rekreasyon alanları, bireylerin düzenli olarak fiziksel aktivite yapmalarına olanak tanıyan ve aynı zamanda sosyal etkileşimi teşvik eden kamusal alanlar olarak tanımlanmaktadır. Bu alanlar, yalnızca spor ve fiziksel aktivite için ayrılmış yerler değil; aynı zamanda bireylerin sosyal bağ kurduğu, rekreatif etkinliklerde bulunduğu ve fiziksel sağlığın yanı sıra ruhsal iyilik halini destekleyen çok amaçlı mekanlardır. Kentleşmenin yoğunlaştığı modern dünyada, bu tür alanlar giderek daha büyük bir önem kazanmaktadır². Araştırmalara göre, spor odaklı rekreasyon alanları bireylerin

fiziksel aktiviteye katılım oranını artırırken, sosyal bütünleşme ve toplum sağlığını destekleyici etkiler sağlamaktadır²³.

Spor Odaklı Rekreasyon Alanlarının Çeşitleri

Spor odaklı rekreasyon alanları, genellikle bireylerin fiziksel aktivite yapabilmesi ve bu aktiviteler aracılığıyla sosyal bağ kurabilmesi amacıyla tasarlanmış alanları kapsar. Bunlar, spor parkları, yürüyüş parkurları, açık hava spor sahaları, fitness alanları ve çocuk oyun alanları gibi farklı türlerde olabilir. Örneğin, yürüyüş parkurları ve bisiklet yolları gibi alanlar bireylerin doğa ile iç içe spor yapabilmesini sağlarken, futbol, basketbol veya tenis gibi grup sporları için ayrılmış sahalar, bireylerin grup içi etkileşimlerini artırarak toplumsal dayanışmayı güçlendirir¹⁰. Doğa sporları alanları, bireylerin doğa ile iç içe fiziksel aktivite yapmalarını sağlayan yürüyüş parkurları, dağ bisikleti parkurları ve kaya tırmanışı alanları gibi mekanları kapsamaktadır. Bu alanlar, fiziksel sağlığı iyileştirmenin yanı sıra bireylerin doğa ile bağ kurmasına yardımcı olur. Suzuki (2017)²⁴, doğa ve macera sporlarının bireylerin stres düzeylerini azalttığını ve doğa ile bütünleşmelerine olanak tanıyarak ruhsal sağlık üzerinde olumlu etkiler sağladığını belirtmektedir. Bu tür sporlar, özellikle genç yaş grubunda macera ve keşif duygusunu destekleyerek fiziksel aktivite alışkanlığını geliştirmektedir.

Park (2022)²⁵, spor parklarının bireyleri fiziksel olarak aktif olmaya teşvik ettiğini ve toplum sağlığını desteklediğini belirtmektedir. Ayrıca bu alanlar, toplumda sosyal bütünleşmenin güçlenmesine de katkı sağlar. Johnson ve ark. (2022)²⁶, bu tür alanların fiziksel aktivite için uygun mekanlar olmanın ötesinde, bireylerin sosyal etkileşim kurabilecekleri, rekreatif etkinliklere katılabilecekleri ve aile üyeleri ile zaman geçirebilecekleri sosyal mekanlar olarak tasarlandığını vurgulamaktadır. Özellikle çocukların gelişiminde önemli bir rol oynayan oyun alanları, sosyal becerilerin gelişmesine katkı sağlamakta, toplumsal uyumun erken yaşlardan itibaren güçlenmesine yardımcı olmaktadır. Böylece spor odaklı rekreasyon alanları, farklı yaş ve sosyal gruplardan bireylerin bir araya gelerek sosyal bağlar kurabilmesi için önemli bir işlev üstlenmektedir²³.

Spor Odaklı Rekreasyon Alanlarının Kent Planlamasındaki Yeri

Kentleşme sürecinde hızla artan beton yapılar ve yeşil alanların azalması, insanların fiziksel aktivite yapabilecekleri alanları kısıtlamaktadır. Bu durum, toplum sağlığı üzerinde olumsuz etkiler yaratmakta ve insanların spor yapma motivasyonunu azaltmaktadır. Bu bağlamda, spor odaklı rekreasyon alanlarının kent planlamasında öncelikli bir yere sahip olması gerektiği önerilmektedir. Beutler (2008)²⁷, bu alanların bireylerin günlük fiziksel aktivitelerini artırma potansiyeline sahip olduğunu ve düzenli egzersizin sağlık üzerindeki olumlu etkileri göz önünde bulundurulduğunda, bu alanların kent içinde daha geniş ve erişilebilir hale getirilmesi gerektiğini belirtmektedir. Kentleşme, modern toplumlarda hızla ilerleyen bir olgu haline gelmiş ve insanların yaşam biçimlerini, sosyal ilişkilerini ve fiziksel aktivitelerini derinden etkilemiştir. Yoğun kentleşme, bireylerin yeşil alanlara ve spor yapabilecekleri açık alanlara erişimini sınırlamakta; bu durum, fiziksel aktivitenin azalmasına, hareketsiz yaşam tarzının yaygınlaşmasına ve toplumsal sağlığın zayıflamasına neden olmaktadır. Bu bağlamda, kent planlamasında spor odaklı rekreasyon alanlarının oluşturulması ve bu tür alanların erişilebilirliğinin artırılması, toplum sağlığı açısından büyük bir öneme sahiptir³⁴. Kent planlamasında spor odaklı rekreasyon alanlarına yer vermek, bireylerin spora erişimini kolaylaştırarak sağlıklı yaşam tarzlarını destekler. Turaç (2023)²⁸, yerel

yönetimlerin illerdeki nüfus yoğunluğuna göre imar planlarında, sağlık ve zindeliğe yönelik spor tesislerine yer vermeleri gerektiğini vurgulamaktadır.

Sanatkah (2021)²⁹, kent planlamacıları ve yerel yönetimlerin, spor alanlarının kent içinde homojen bir biçimde dağıtılması gerektiğini vurgulamakta, böylece her yaşta bireyin bu alanlara kolayca ulaşabilmesi ve düzenli olarak fiziksel aktivite yapabilmesinin sağlanacağını ifade etmektedir. Spor alanlarının kentte homojen bir dağılıma sahip olması, özellikle çocuklar, yaşlılar ve dezavantajlı gruplar için fiziksel aktiviteye katılımı kolaylaştırmakta ve toplumun her kesiminde sağlıklı yaşam alışkanlıklarının gelişmesini teşvik etmektedir.

Kent planlamasında spor odaklı rekreasyon alanlarının oluşturulması, kent sakinlerinin sağlıklı yaşam sürdürmelerine yönelik olanaklar sunar. Bu tür alanlar, kentlerde fiziksel aktiviteyi teşvik eden bir yapı oluşturarak, toplum sağlığını destekler ve bireylerin daha aktif bir yaşam tarzı benimsemelerini sağlar. Araştırmalar, düzenli fiziksel aktivitenin kalp-damar sağlığını iyileştirdiğini, obezite riskini azalttığını ve genel sağlık üzerinde olumlu etkiler yarattığını göstermektedir³⁰. Bu bağlamda, kent planlamasında spor odaklı rekreasyon alanlarının sayısının artırılması ve bu alanların erişilebilirliğinin kolaylaştırılması, toplumsal sağlık açısından olumlu sonuçlar doğuracaktır.

Kent planlamacıları ve yerel yönetimler, spor odaklı rekreasyon alanlarının toplumun her kesimi tarafından erişilebilir olmasını sağlamakla sorumludur. Bu alanların, kentin farklı bölgelerinde homojen bir biçimde dağıtılması, toplumun tüm kesimlerine hitap eden kapsayıcı bir kent yapısının geliştirilmesine katkıda bulunur³¹. Özellikle düşük gelirli mahallelerde spor alanlarının sınırlı olması, bu alanların toplumda eşitsizliklerin azaltılması açısından da önemini ortaya koymaktadır. Horozoğlu ve Gündüz (2024)³², spor ve fiziksel aktiviteye katılımın desteklenerek aktif olarak fitness ile uğraşan bireylerin sosyal medya kullanımı konusunda bilinçli davrandıklarını ifade etmektedir.

Rekreasyon Alanlarının Toplumsal Uyum Üzerindeki Rolü

Spor odaklı rekreasyon alanlarının bir diğer önemli fonksiyonu, toplumsal uyum ve sosyal dayanışmayı teşvik etme kapasitesidir. Bireylerin ortak spor alanlarını kullanarak bir araya gelmesi, toplumda sosyal bütünleşmeyi güçlendirici bir etki yaratır. Özellikle farklı sosyal, kültürel ve ekonomik geçmişlere sahip bireylerin bu alanlarda bir araya gelerek etkileşimde bulunması, sosyal ayrışmanın önüne geçer ve toplumsal kaynaşmayı teşvik eder³³.

Toplumsal uyumun sağlanmasında spor odaklı rekreasyon alanları, bireylerin sosyal bağlarını güçlendirirken aynı zamanda psikolojik bir destek sunar. Mastnak (2017)³⁴, bu alanların topluluk duygusunu pekiştiren mekanlar olarak toplumsal bütünlüğü sağlama sürecinde önemli bir rol üstlendiğini ve bu tür alanların toplum genelinde ruh sağlığını olumlu yönde etkileyerek dayanışma ve uyum duygularını artırdığını vurgulamaktadır. Özellikle sosyal izolasyon riskinin yüksek olduğu kentlerde, spor odaklı alanlar, bireylerin güven duygusunu pekiştirir ve sosyal bağlarını kuvvetlendirir. Spor odaklı rekreasyon alanları, bireylerin sosyal bağlarını güçlendirme ve toplumsal uyumu sağlama açısından da önemli bir rol oynar. Bu tür alanlar, farklı yaş gruplarından ve sosyo-kültürel geçmişlerden bireyleri bir araya getirerek toplumsal bağları güçlendirir. Spaaij (2011)³⁵, spor alanlarının bireylerin sosyal etkileşimini artıran bir ortam sunduğunu, bu alanlarda gerçekleştirilen aktivitelerin ise toplumsal dayanışmayı teşvik ettiğini belirtmektedir. Spor temelli rekreasyon alanlarında yapılan

grup etkinlikleri, bireyler arasında güven duygusunu pekiştirir ve toplumsal bütünlüğün sağlanmasına katkı sağlar.

Kent yaşamında sosyal izolasyonun önlenmesi açısından da spor odaklı alanlar büyük önem taşır. Yoğun kent yaşamı ve stresli iş temposu, bireylerin sosyal ilişkilerini zayıflatabilir. Bu bağlamda, spor odaklı alanların sosyalleşme imkânı sunması, bireylerin yalnızlık duygusunu azaltarak daha sağlıklı bir ruh haline kavuşmalarına yardımcı olur³⁶. Kentlerde bu tür sosyal etkileşim alanlarının çoğaltılması, toplumsal sağlığın iyileştirilmesinde ve bireylerin topluma olan aidiyet duygusunun artırılmasında etkili bir strateji olarak değerlendirilmektedir.

Rekreasyon Alanlarının Sosyal ve Fiziksel Sağlığa Katkıları

Spor odaklı rekreasyon alanları, bireylerin fiziksel aktivite yapmalarını sağlarken, aynı zamanda ruhsal sağlıklarını da desteklemektedir. Literatürde bu alanların, stres seviyelerinin azalması, ruhsal rahatlama ve depresyon riskinin azaltılması gibi ruhsal sağlık yararları ile ilişkili olduğu belirtilmektedir³⁷. Bu alanların sunduğu sosyal etkileşim fırsatları, bireylerin yalnızlık ve sosyal izolasyon duygularını azaltırken toplumsal refah düzeyini artırır. Özellikle genç yaş grubunda sosyal becerilerin gelişimine olan katkısı ile dikkat çeken spor odaklı alanlar, çocukların ve gençlerin sağlıklı sosyal ilişkiler kurmalarını destekleyici bir yapıya sahiptir. Bunun yanında, spor odaklı rekreasyon alanları bireylerin fiziksel sağlığını da koruma ve geliştirme imkânı sağlar. Fiziksel aktivite düzeylerini artırarak obezite, diyabet ve kalp hastalıkları gibi kronik sağlık sorunlarını önleme potansiyeline sahiptir. Spor alanları, bireylerin fiziksel sağlığını iyileştirirken aynı zamanda genel refah düzeyini artırarak sağlıklı bir toplum yapısının oluşmasına katkıda bulunmaktadır³⁸.

Rekreasyon Alanlarının Kullanımında Katılım Engelleri ve Tercih Etkenleri

Rekreasyon alanları, bireylerin boş zamanlarını değerlendirmek, fiziksel aktivite yapmak, sosyalleşmek ve zihinsel olarak rahatlamak için tercih ettikleri mekanlardır. Ancak, her birey bu alanları aynı şekilde ve sıklıkla kullanamamaktadır. Rekreasyon alanlarına katılım, birçok sosyal, ekonomik, fiziksel ve psikolojik engel tarafından sınırlanabilmektedir³⁹. Katılım engelleri, bireylerin rekreasyon alanlarını kullanmalarını sınırlayan veya tamamen ortadan kaldıran faktörleri içerirken; tercih etkenleri, bireylerin hangi tür rekreasyon alanlarını seçtiklerini ve bu alanlarda neleri aradıklarını ortaya koymaktadır⁴⁰.

Katılım Engelleri

Rekreasyon alanlarına katılımı sınırlayan başlıca engeller, fiziksel, ekonomik, sosyal ve psikolojik olmak üzere dört ana kategoride toplanabilir. Fiziksel engeller, bireylerin rekreasyon alanlarına ulaşmalarını veya bu alanlarda etkinliklere katılmalarını zorlaştıran coğrafi ve fiziksel unsurları içerir. Örneğin, rekreasyon alanlarının bireylerin yaşadığı yerlere uzak olması, ulaşım imkanlarının sınırlı olması veya engelli bireyler için uygun olmayan fiziksel tasarımlar, bu tür engellere örnek olarak gösterilebilir⁴¹. Özellikle yaşlılar ve fiziksel engelliler, bu tür alanlara erişimde daha fazla zorluk yaşamaktadır. Jackson (1983)⁴² tarafından yapılan bir çalışma, mesafe ve ulaşım yetersizliğinin, özellikle kırsal alanlarda yaşayan bireyler için rekreasyon alanlarına erişimi zorlaştıran başlıca fiziksel engeller olduğunu ortaya koymuştur.

Ekonomik engeller ise bireylerin rekreasyon alanlarını kullanmaları için gereken maliyetlerle ilgilidir. Bazı rekreasyon alanları, giriş ücretleri veya ekipman kiralama bedelleri gibi mali yükler gerektirebilir. Bu durum, özellikle düşük gelirli bireylerin bu

alanlardan faydalanmasını kısıtlayabilir. Özdemir (2016)⁴³, ekonomik durumun rekreasyon alanlarına katılım üzerinde belirleyici bir faktör olduğunu ve düşük gelirli bireylerin ücretsiz veya düşük maliyetli alanları tercih ettiklerini belirtmiştir. Wright ve Goodale (1991)⁴⁴, düşük gelirli bireylerin çoğu zaman finansal engeller nedeniyle rekreasyonel fırsatlardan yararlanamadığını, düşük gelirli ailelerin bu tür faaliyetlerden daha az yararlandığını vurgulamaktadır.

Sosyal engeller ise bireylerin sosyal çevrelerinden veya toplumdan gelen baskı ve normlarla ilişkilidir. Örneğin, bazı kadınlar, kültürel normlar veya toplumsal baskılar nedeniyle spor ve rekreasyon alanlarına gitmekte zorlanabilirler. Ayrıca, bireylerin aile sorumlulukları, özellikle kadınların çocuk bakımı gibi ev içi görevleri, rekreasyon alanlarına katılımı sınırlandırabilir⁴⁵. Hultsman (1993)⁴⁶ tarafından yapılan bir çalışmada, sosyal çevrenin özellikle ergenler üzerindeki etkisinin rekreasyon katılımını sınırladığı, bunun da çoğunlukla akran baskısı veya aile beklentileri nedeniyle olduğu belirtilmiştir. Psikolojik engeller, bireylerin kendi iç dünyalarındaki faktörlerden kaynaklanan engellerdir. Öz güven eksikliği, rekreasyon alanlarındaki etkinliklere katılımı azaltabilir. Bazı bireyler, kendilerini fiziksel olarak yeterli hissetmediklerinde veya kalabalık ortamlarda kendilerini rahatsız hissettiklerinde bu tür alanlara gitmek istemeyebilirler³⁹. Ayrıca, depresyon veya kaygı gibi ruhsal sağlık sorunları da bireylerin rekreasyon alanlarına katılımını engelleyebilmektedir. Crawford ve Godbey (1987)⁴⁷, öz güven eksikliği veya yaralanma korkusu gibi psikolojik engellerin, özellikle yetişkinler arasında rekreasyon aktivitelerine katılımı azalttığını belirtmektedir.

Tercih Etkenleri

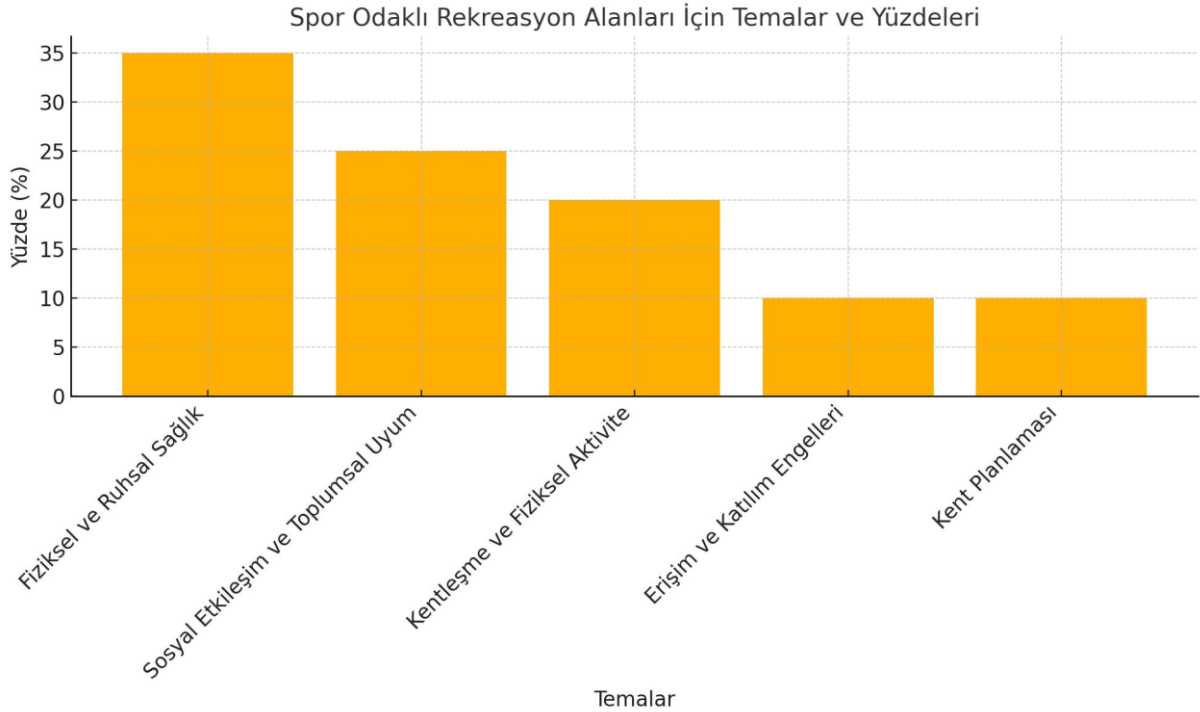
Rekreasyon alanlarına yönelik tercih etkenleri, bireylerin bu alanları seçerken dikkate aldıkları faktörleri ifade eder. Bu etkenler genellikle çevresel özellikler, hizmet kalitesi, sosyal olanaklar ve güvenlik gibi faktörleri içerir. Çevresel özellikler, bireylerin doğayla iç içe olabilecekleri, yeşil alanlara sahip rekreasyon alanlarını tercih etmelerini sağlamaktadır. Güler ve Özdemir (2015)⁴⁸, bireylerin doğayla iç içe olan, temiz ve sakin ortamlara sahip rekreasyon alanlarını daha fazla tercih ettiğini belirtmektedir. Özellikle şehir yaşamının stresinden kaçmak isteyen bireyler, doğa temelli rekreasyon alanlarını seçme eğilimindedir. Tsai ve Coleman (2007)⁴⁹, estetik açıdan çekici ve doğal özelliklere sahip rekreasyon alanlarının, özellikle rahatlama ve zihinsel yenilenme arayan bireyler tarafından daha fazla tercih edildiğini bulmuştur.

Hizmet kalitesi de tercih etkenlerinden biridir. Rekreasyon alanlarında sunulan hizmetlerin kalitesi, bireylerin bu alanları tercih etmelerinde belirleyici bir rol oynamaktadır. Tuvalet, soyunma odası, kafe gibi olanakların varlığı, bireylerin alanı kullanma sıklığını artırmaktadır. Ayrıca, alanların temizliği ve düzenliliği de tercih açısından önemlidir⁴⁰. Temple (2007)⁵⁰ tarafından yapılan bir ankete göre, özellikle çocuklu aileler, güvenli, temiz ve bakımlı rekreasyon alanlarını tercih etmektedir. Sosyal olanaklar ise bireylerin rekreasyon alanlarında başkalarıyla etkileşime geçme isteğiyle ilgilidir. Özellikle grup aktiviteleri veya aile etkinliklerine uygun alanların varlığı, bireylerin bu alanları tercih etmelerini sağlamaktadır. Arkadaşları veya aileleriyle birlikte vakit geçirmek isteyen bireyler, sosyalleşme imkânı sunan rekreasyon alanlarını tercih etmektedirler. Ghimire ve Poudyal (2014)⁵¹ tarafından yapılan bir çalışma, aile ve grup aktiviteleri için uygun tesislerle donatılmış rekreasyon alanlarının daha fazla ziyaretçi çektiğini ve bu olanakların, grupların çeşitli ilgilerine hitap ettiğini ortaya koymaktadır. Güvenlik ise bireylerin tercihlerini etkileyen kritik bir faktördür. Rekreasyon alanlarının güvenli olması, özellikle kadınlar ve çocuklu aileler için

önemlidir. Aydınlatmanın yetersiz olduğu, güvenlik görevlilerinin bulunmadığı veya çevresel risklerin bulunduğu alanlar, bireyler tarafından tercih edilmemektedir. Demir ve Kocabaş (2015)⁴¹, güvenliğin, rekreasyon alanlarının kullanım sıklığını artıran en önemli etkenlerden biri olduğunu belirtmiştir.

BULGULAR

İçerik analizini yapmak ve nicel veriler üretmek için literatürde yer alan spor odaklı rekreasyon alanları ile ilgili makaleler incelenmiştir. Makalelerde yer alan temel temalar, fiziksel ve ruhsal sağlık, sosyal etkileşim ve toplumsal uyum, kentleşme ve fiziksel aktivite, erişim ve katılım engelleri, kent planlaması konulardan oluşmaktadır. Bu veriler, makalenin odaklandığı ana konuları vurgulamaktadır. “Fiziksel ve ruhsal sağlık ve sosyal etkileşim ve toplumsal uyum” en sık kullanılan kavramlar arasında öne çıkmaktadır.



Grafik 1. Yukarıdaki grafikte, spor odaklı rekreasyon alanlarıyla ilgili ele alınan ana temaların yüzdeleri dağılımları görselleştirilmiştir.

Fiziksel Sağlık: Spor odaklı alanların, obezite, diyabet, kalp hastalıkları gibi kronik rahatsızlıkların önlenmesindeki rolü sıkça vurgulanmıştır^{6,7}.

Ruhsal Sağlık: Stres, depresyon ve sosyal izolasyonun azaltılmasında bu alanların katkısı tartışılmıştır^{8,37}.

Sosyal Etkileşim ve Toplumsal Uyum: Spor odaklı rekreasyon alanlarının toplumsal eşitlik, sosyal bağlar ve dayanışmayı teşvik etme potansiyeli vurgulanmıştır^{5,23}.

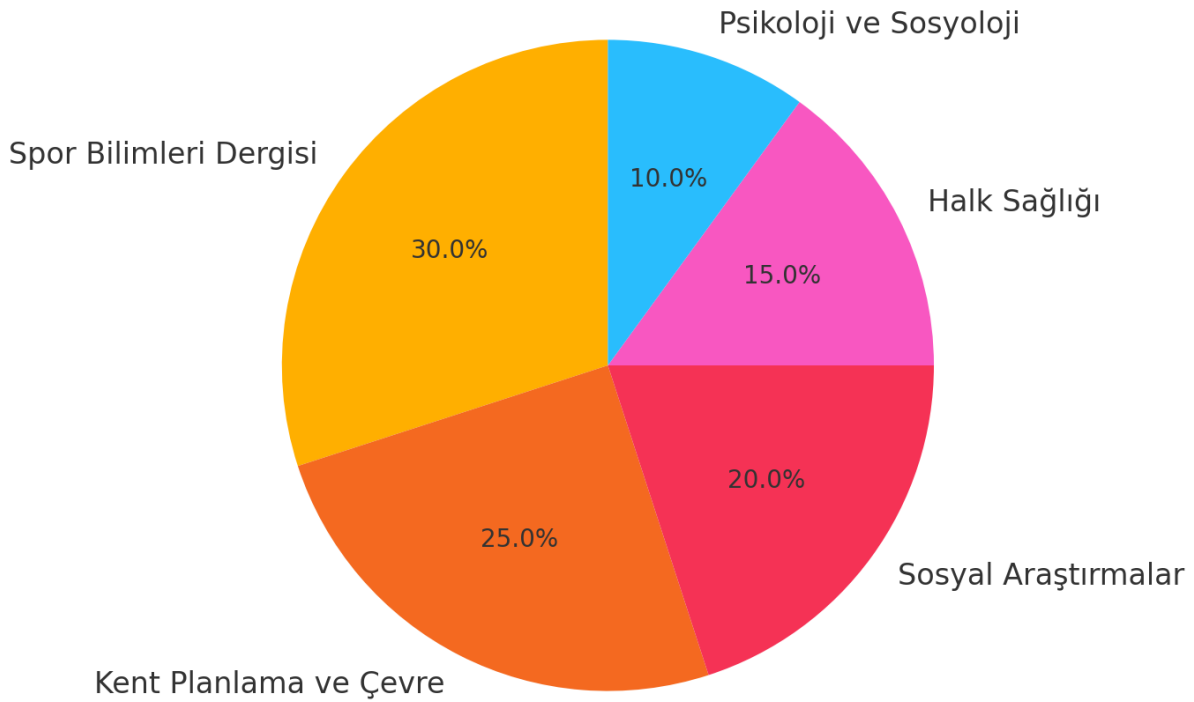
Kentleşme ve Yeşil Alanlar: Kentleşmenin bireylerin fiziksel aktivite alışkanlıklarına olan olumsuz etkileri ve spor alanlarının bu etkileri azaltmadaki katkıları analiz edilmiştir^{15,20}.

Erişim ve Katılım Engelleri: Düşük gelirli grupların, engelli bireylerin ve kadınların spor alanlarına erişimde yaşadığı zorluklar tartışılmıştır^{42,43}.

Kent Planlaması: Spor alanlarının kent planlaması süreçlerindeki önemi, özellikle dezavantajlı grupların erişimini kolaylaştırmaya yönelik önerilerle ele alınmıştır^{28,31}.

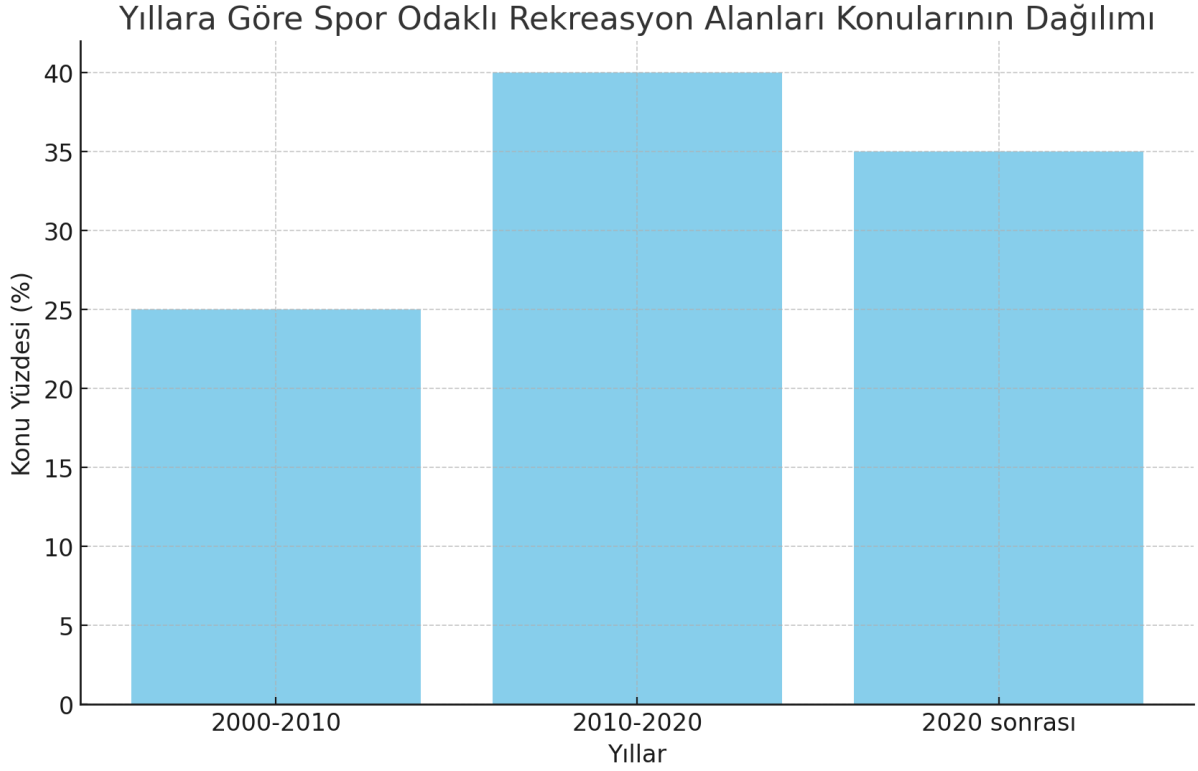
Yapılan çalışmalarda farklı dergi türlerinde yer alan ana konular “spor bilimleri dergisi, kent planlama ve çevre dergisi, sosyal araştırmalar dergisi, halk sağlığı dergisi, psikoloji ve sosyoloji dergisi” şeklinde sınıflandırılmıştır. Bu dağılım, spor odaklı rekreasyon alanlarının farklı disiplinlerde geniş bir araştırma odağına sahip olduğunu göstermektedir.

Dergi Türlerine Göre Spor Odaklı Konuların Dağılımı



Grafik 2. Dergi Türlerine Göre Spor Odaklı Rekreasyon Alanları İle İlgili Konuların Dağılımı

Yıllara göre konuların yoğunluğu aşağıdaki gibi bir eğilim göstermektedir. Özellikle 2020 sonrası yapılan çalışmalarda pandeminin spor alanlarına olan etkisi öne çıkmıştır. Bu dönem, fiziksel aktivitenin ruhsal sağlık üzerindeki etkilerinin daha fazla ele alındığı bir dönem olarak dikkat çekmektedir.



Grafik 3. Yıllara Göre Spor Odaklı Rekreasyon Alanları İle İlgili Konuların Dağılımı.

TARTIŞMA

Bu araştırma, analiz edilen makalelerin kapsamını ve içeriğini sayısal verilerle desteklemekte ve içerik hakkında derin bir bakış açısı sunmaktadır. Çalışma, geniş bir yelpazede yapılan literatür taraması sonucu elde edilen nicel bulgularla, spor odaklı rekreasyon alanlarının toplumsal faydalarını detaylı bir şekilde ortaya koymaktadır. Spor odaklı alanların sağlık üzerindeki etkileri ve sosyal etkileşim odaklı tartışmalar, en geniş yer kaplayan bölümlerdir. Literatürde yer alan araştırmalar temel olarak spor odaklı rekreasyon alanlarının sağlık, sosyal bağlar ve kentleşme üzerindeki etkilerine odaklanmıştır. Fiziksel aktivite ve sosyal uyum, en sık tartışılan temalar arasındadır. Araştırmalar disiplinler arası bir perspektife sahiptir, spor bilimlerinden sosyal araştırmalara kadar geniş bir yelpazeye yayılmıştır. Kentleşmenin etkileri, pandeminin sosyal boyutları ve sağlık üzerindeki etkileri farklı yıllarda öne çıkan temalar olmuştur.

Bu çalışma, spor odaklı rekreasyon alanlarının fiziksel, ruhsal ve toplumsal sağlık üzerindeki çok yönlü katkılarını ele alarak, bu alanların toplum sağlığı açısından taşıdığı kritik önemi ortaya koymuştur. Rekreasyon alanlarına katılımı etkileyen engellerin ve tercih faktörlerinin anlaşılması, bu alanların daha erişilebilir ve etkili bir şekilde kullanılmasını sağlamak adına önemli bir yol haritası sunmaktadır. Fiziksel, ekonomik, sosyal ve psikolojik engellerin bireylerin bu alanlardan faydalanmasını sınırlandırdığı görülmektedir. Bununla birlikte, çevresel özellikler, hizmet kalitesi, sosyal olanaklar ve güvenlik gibi tercih faktörleri, bireylerin bu alanları seçme eğilimlerini belirleyerek katılımı teşvik eden unsurlar olarak öne çıkmaktadır. Rekreasyon alanları, bireylerin düzenli fiziksel aktivite yapmalarını sağlayarak yalnızca fiziksel sağlığı desteklemekle kalmaz, aynı zamanda ruhsal sağlığın iyileştirilmesine

ve toplumsal bağların güçlendirilmesine katkıda bulunur. Bu alanların bireylerin yaşam kalitesini artırmadaki rolü, özellikle kentleşmenin hızlandığı modern toplumlarda daha da belirgin hale gelmektedir. Özellikle düşük gelirli bölgelerde kamuya açık ve düşük maliyetli spor alanlarının yaygınlaştırılması, toplumsal eşitsizliklerin azaltılmasına ve sağlıklı yaşam alışkanlıklarının tüm toplum geneline yayılmasına önemli katkılar sağlayabilir. Literatürde de vurgulandığı gibi, spor odaklı rekreasyon alanlarının fiziksel aktiviteyi desteklemesi, modern toplumlarda yaşam kalitesinin artırılmasında ve sağlık sorunlarının önlenmesinde etkili bir araçtır²⁷.

Bireylerin rekreasyon alanlarından daha fazla yararlanabilmesi için yerel yönetimlerin ve kent planlamacılarının, bu alanları toplumun tüm kesimlerinin erişimine açık hale getirecek stratejiler geliştirmesi büyük önem taşımaktadır. Kent planlamasında spor odaklı alanların öncelikli olarak ele alınması hem bireysel hem de toplumsal refahın artırılmasında etkili bir yaklaşım olacaktır. Spor alanlarının sadece fiziksel sağlık üzerindeki etkileriyle değil, aynı zamanda sosyal etkileşim ve toplumsal dayanışmayı teşvik eden özellikleriyle ele alınması, daha uyumlu ve sağlıklı bir toplum yapısının inşa edilmesine katkı sağlayacaktır⁵². Sağlıklı yaşam kültürünün yaygınlaşması için spor alanlarının herkesin erişimine açık ve kolay ulaşılabilir olması gerekmektedir. Özellikle kentleşmenin arttığı toplumlarda, bireylerin bu alanları kullanım sıklığı ve motivasyonları üzerinde duran araştırmalar, spor alanlarının tasarımını iyileştirme fırsatlarını ortaya koymaktadır²³.

ÖNERİLER

- Rekreasyon alanlarının her yaş ve sosyo-ekonomik gruptan birey için erişilebilir olması sağlanmalıdır. Özellikle düşük gelirli bölgelerde, kamuya açık ve düşük maliyetli spor alanlarının sayısının artırılması, dezavantajlı bireylerin katılımını teşvik edecektir.
- Rekreasyon alanlarının güvenli ve düzenli olması, bireylerin bu alanları tercih etmelerini sağlayan temel unsurlardır. Bu bağlamda, aydınlatma, temizlik ve güvenlik personeli gibi temel hizmetlerin iyileştirilmesi gerekmektedir.
- Rekreasyon alanlarının toplumsal bağları güçlendirecek şekilde tasarlanması önemlidir. Grup sporları ve topluluk etkinlikleri gibi sosyal aktiviteler, bireylerin topluma olan aidiyet duygularını artırabilir.
- Rekreasyon alanlarının doğa ile bütünleşik bir şekilde planlanması, çevresel sürdürülebilirlik açısından önemli bir adımdır. Doğa temelli spor alanları hem bireylerin stres düzeylerini azaltacak hem de çevresel farkındalığı artıracaktır.
- Spor odaklı rekreasyon alanlarının sağlık üzerindeki uzun vadeli etkilerini incelemek adına kapsamlı ve disiplinler arası araştırmalar yapılmalıdır. Bu çalışmaların bulguları, toplum sağlığını iyileştirmek için daha etkili politika ve stratejiler geliştirilmesine katkıda bulunabilir. Araştırma sonuçları, kent planlaması ve halk sağlığı politikalarında daha etkili stratejiler geliştirmek için kullanılabilir.

Sonuç olarak, spor odaklı rekreasyon alanları, bireylerin fiziksel ve ruhsal sağlığını desteklemenin yanı sıra, toplumsal dayanışmayı ve sosyal etkileşimi artıran mekanlar olarak öne çıkmaktadır. Kentleşmenin yoğunlaştığı modern toplumlarda bu alanların artırılması, toplumun genel refahını artırmaya yönelik stratejik bir adım olacaktır. Bu bağlamda, yerel yönetimlerin, kent planlamacılarının ve politika yapıcıların bu alanlara öncelik vermesi, daha sağlıklı ve sosyal bir toplumun inşasında kritik bir rol oynayacaktır.

KAYNAKLAR

1. Mammadova A. (2023). Spor alanlarının toplumsal refah üzerine etkileri. *Spor Bilimleri Dergisi*.14(1), 45-58.
2. Czupich M. (2020). Sport as an instrument of social development the example of London. *Journal of Physical Education & Sport*. 20(4). 1572-1577.
3. Elsborg P., Nielsen G., Klinker CD., Melby PS., Christensen JH., Bentsen P. (2019). Sports-based recreation as a means to address social inequity in health: why, when, where, who, what, and how. *BioMed Central Public Health*. 19(1), 1084.
4. Marlier M., Cardon G., De Bourdeaudhuij I., Willem A. (2014). A capacity building approach to increase sports participation in disadvantaged urban communities: a multilevel analysis. *Journal of Urban Health: Bulletin of the New York Academy of Medicine*. 91(6), 1114–1128.
5. Gilchrist P., Wheaton B. (2017). The social benefits of informal and lifestyle sports: a research agenda. *International Journal of Sport Policy and Politics*. 9(1), 1–10.
6. Corvino C., D'Angelo C., Gozzoli C. (2023). Social work and social inclusion in sports-based programs: A qualitative study. *Journal of Social Work*. 23(6), 1099-1117.
7. Vella SA., Cliff DP., Magee CA., Okely AD. (2022). Sports participation and health outcomes in youth: A systematic review. *Journal of Youth & Adolescence*.
8. Richards J. (2011). Evaluation of the impact of a sport-development intervention on the physical and mental health of young adolescents in Gulu, Uganda, a post-conflict setting in a low-income country. Doctoral dissertation. Oxford University, England.
9. Zou X., Kayani S., Wang J., Imran M., Zagalaz Sánchez ML., Amador Jesús L. S., Qurban, H. (2019). A study on the relationship between urban residents' perceptions and participation in recreational sports: based on gender differences. *Sustainability*. 11 (19), 5466.
10. Hoekman R., Breedveld K., Kraaykamp G. (2017). Sport participation and the social and physical environment: explaining differences between urban and rural areas in the Netherlands. *Leisure Studies*. 36(3), 357–370.
11. Krippendorff K. (1980). *Content analysis: an introduction to its methodology*. Sage Publications.
12. Gordon-Larsen P., Monda KL., Stevens J. (2007). China's transition: the effect of rapid urbanization on adult occupational physical activity. *Social Science & Medicine*. 64(10), 2202–2215.
13. Huang NC., Kung SF., Hu SC. (2018). The relationship between urbanization, the built environment, and physical activity among older adults in Taiwan. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 15(5), 836.
14. Boakye K. (2022). *Urbanization, the built environment, and physical activity*. Oregon State University.
15. Chen J., Chen S., Landry PF., Davis DS. (2014). How dynamics of urbanization affect physical and mental health in urban China. *The China Quarterly*. 218, 1017–1044.
16. McCloskey ML., Tarazona-Meza CE., Tarazona-Meza CE. (2017). Disparities in dietary intake and physical activity patterns across the urbanization divide in the Peruvian Andes. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*. 14(5), 455–462.

17. Lee KJ., Kim J., Chen N., Kim CG. (2021). The moderating effect of urbanization on the association between socioeconomic status and physical activity in Chinese adults: A cross-sectional study. *Exercise Science*. 30(4), 361–373.
18. Boakye K., Bovbjerg M., Schuna Jr J., Branscum A. (2023). Urbanization and physical activity in the global prospective urban and rural epidemiology study. *Scientific Reports*. 13, 26406.
19. Phillips DR. (1993). Urbanization and human health. *Parasitology*. 106(1), 101-112.
20. Liu H., Walker GJ. (2015). The effects of urbanization, motivation, and constraint on Chinese people's leisure-time physical activity. *Leisure Sciences*. 37(6), 562–576.
21. MacGregor J., Risisky D., & McGinniss K. (2020). Recreational sport opportunities for youth with disabilities: Perspectives of recreation directors in New England. *The Sport Journal*, 24.
22. Martensson F., Jansson M. (2014). Urban green spaces as spaces of wellbeing. *Journal of Environmental Psychology*.
23. Jiang Z., Yin J. (2022). Role of program curriculum in building social skills and sports coaching in academic and career development under sports humanities and sociology. *Frontiers in Psychology*. 13, 852331.
24. Suzuki N. (2017). A capability approach to understanding sport for social inclusion: Agency, structure and organisations. *Social Inclusion*. 5(2), 150-158.
25. Park H. (2022). Participatory city branding through community-based sport and recreational physical activity: A case study of Ottawa. *University of Ottawa Repository*.
26. Johnson U., Hertting K., Ivarsson A., Lindgren EC. (2022). Favorable Adaptation during SARS-CoV-2-pandemic as told by student-athletes-a longitudinal and behavioral study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 19(19), 12512.
27. Beutler I. (2008). Sport serving development and peace: Achieving the goals of the United Nations through sport. *Sport in Society*, 11(4), 359–369.
28. Turaç G. (2023). Türkiye’de spor hizmet politikaları: sağlık ve zindelik tesisleri modeli. İstanbul Üniversitesi- Cerrahpaşa, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Spor Yönetim Bilimleri ABD. Doktora Tezi. İstanbul.
29. Sanatkah A. (2021). Sociology and sport, the analysis of social grounds affecting the tendency of citizens toward the public sport in Iran: case study: the City of Kerman in 2020.
30. Demir ÖÜA. (2022). Spor bilimleri alanında uluslararası araştırmalar. Eğitim Yayınevi.
31. Demirci N., Yıldırım İ., Toptaş Demirci P., Ersöz Y. (2018). Why should we do physical activity? more active people for a healthier world. *International Journal of Disabilities Sports and Health Sciences*. 1(2), 1-14.
32. Horozoğlu MA., Gündüz G. (2024). Fitness ile aktif olarak ilgilenen bireylerde sosyal medya bağımlılığı, sosyal medya tükenmişliği ve egzersiz bağıllığı arasındaki ilişkinin araştırılması. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*. 7(2), 351-364.
33. Khazova SA., Begidova SN., Lyakh GY., Klimenko AA., Mamadiev AK. (2019). Designing sports and recreation content to support development of competitiveness among students. İçinde: Bataev DK. (Editör). *Social and Cultural Transformations in the Context of Modern Globalism*. European Proceedings of Social and Behavioural Sciences. Future Academy.

34. Mastnak W. (2017). Sports and martial arts activities for public health purposes: The musician's risk profiles and exercise-based health care as a model. *Journal of Public Health*. 25, 231-241.
35. Spaaij R. (2011). *The social impact of sport: cross-cultural perspectives*. 1. Baskı. Routledge.
36. Yılmaz S. (2023). *Scientific approaches in landscape architecture*. Livre de Lyon.
37. Van Hoya A., Johnson S., Geidne S., Donaldso, A., Rostan F., Lemonnier F., Vuillemin A. (2021). The health promoting sports club model: an intervention planning framework. *Health Promotion International*. 36(3), 811–823.
38. Manzheley IV. (2013). Environmental approach in formation of sports lifestyle of young students. *Theory and Practice of Physical Culture*. <http://www.teoriya.ru/en/node/1704> [Erişim Tarihi: 21.10.2024].
39. Aydın E., Kara H. (2012). Rekreasyon alanlarına katılımı etkileyen psikolojik faktörler. *Spor Bilimleri Dergisi*. 5(2), 145–158.
40. Öztürk S., Güler A. (2014). Rekreasyon alanlarında hizmet kalitesinin katılım üzerindeki etkisi. *Toplum ve Spor Dergisi*. 3(4), 82–95.
41. Demir M., Kocabaş A. (2015). Fiziksel aktivite alanlarının güvenlik ve erişilebilirlik boyutu. Kent Yayınları.
42. Jackson EL. (1983). Activity-specific barriers to recreation participation. *Leisure Sciences*. 6(1), 47–60.
43. Özdemir H. (2016). Ekonomik durumun rekreasyon alanlarına katılım üzerindeki etkisi. *Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi*. 12(2), 25–40.
44. Wright BA., Goodale TL. (1991). Beyond non-participation: Validation of interest and frequency of participation categories in constraints research. *Journal of Leisure Research*. 23(4), 314-331.
45. Yıldız F., Bayram S. (2018). Rekreasyon alanlarının sosyo-kültürel etkenler çerçevesinde kullanım eğilimleri. *Sosyal Araştırmalar Dergisi*. 11(1), 30–48.
46. Hultsman WZ. (1993). The influence of others as a barrier to recreation participation among early adolescents. *Journal of Leisure Research*. 25(2), 150-164.
47. Crawford DW., Godbey G. (1987). Reconceptualizing barriers to family leisure. *Leisure Sciences*. 9(2), 119-127.
48. Güler N., Özdemir R. (2015). Doğal rekreasyon alanlarının tercih edilme nedenleri üzerine bir araştırma. *Çevre ve Rekreasyon Araştırmaları Dergisi*. 4(1), 55–70.
49. Tsai EH., Coleman DJ. (2007). Preferences for active recreation and perceived constraints to regular active recreation participation: A cross-cultural study of Hong Kong and Australian university students. *Leisure*. 31,155- 189.
50. Temple VA. (2007). Barriers, enjoyment, and preference for physical activity among adults with intellectual disability. *International Journal of Rehabilitation Research*. 30(4), 281–287.
51. Ghimire R., Poudyal NC. (2014). An analysis of perceived constraints to outdoor recreation participation. *Journal of Park and Recreation Administration*. 32(4), 52-67.
52. Delaney L., Fahey T. (2005). *Social and economic value of sport in Ireland*. Economic and Social Research Institute.