



Rekreatif etkinlik olarak spor aktiviteleri yapan akademik personelin spora katılım güdüsü ile rekreasyonel fayda düzeylerinin incelenmesi

İhsan YAĞCI¹, Cüneyt SEYDİOĞLU²

¹Milli Eğitim Bakanlığı, Afyon Lisesi, Afyonkarahisar, Türkiye

²İstanbul Topkapı Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul, Türkiye

Araştırma Makalesi/Research Article

DOI: 10.5281/zenodo.10035283

Gönderi Tarihi/ Received:
21.06.2023

Kabul Tarih/ Accepted:
24.10.2023

Online Yayın Tarihi/ Published:
29.10.2023

Öz

Bu çalışmaya İstanbul Topkapı Üniversitesi, İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul Kültür Üniversitesi, İstanbul Medipol Üniversitesi'nde görev alan 365 Akademisyen gönüllü olarak katılmıştır. Çalışmada veri toplama aracı olarak birinci bölümde araştırmacılar tarafından oluşturulan kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Akademisyenlerin spora katılım güdülerini ölçmek için "Spora Katılım Güdüsü Ölçeği" kullanılmıştır. Ölçek otuz maddeden ve sekiz alt boyuttan (Başarı/Statü, Fiziksel Uygunluk, Takım Ruhunu, Arkadaş, Eğlence, Yarışma, Beceri Gelişimi, Hareket/Aktif Olma) oluşmaktadır. Üçüncü bölümde bireylerin rekreasyon faaliyetlerinde fayda düzeylerini belirlemek amacıyla "Rekreasyon Fayda Ölçeği" kullanılmıştır. Veriler anket tekniği uygulanarak online ortamda toplanmıştır. Elde edilen verilerin analizinde T-testi ve ANOVA testleri kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki fark $p < 0,05$ anlamlılık düzeyi esas alınarak yorumlanmıştır. Araştırma sonucunda akademisyenlerin spora katılım güdülerinin iyi olduğu ve yüksek spora katılım düzeyine sahip oldukları görülmektedir. Diğer taraftan akademisyenlerin cinsiyetlerine ilişkin spora katılım güdüsü karşılaştırılmasında; Başarı/Statü alt boyutunda erkek katılımcılar lehine anlamlı farka rastlandığı görülmüştür. Akademisyenlerin unvanlarına ilişkin rekreasyonel fayda karşılaştırılmasında sosyal fayda alt boyutunda Profesör ünvanına sahip katılımcıların puan ortalamalarının Araştırma Görevlisi ünvanına sahip katılımcılara göre anlamlı derecede yüksek olduğu görülmüştür ($p < 0,05$).

Anahtar Kelimeler: Aktivite, etkinlik, güdülenme, rekreasyon, spor

Examination of the motivation to participate in sports and recreational benefit levels of academic staff who do sports activities as recreational activities

Abstract

In this research, 365 Academicians working at Istanbul Topkapi University, Istanbul Gelisim University, Istanbul Kultur University and Istanbul Medipol University voluntarily participated in the study. In the study, the personal information form created by the researchers in the first part was used as a data collection. It was used "Participation of Motivation Questionnaire=PMQ" to measure the motivation of academicians to participate in sports. The scale consists of thirty items and eight sub-dimensions (Achievement/Status, Physical Fitness, Team Spirit, Friends, Entertainment, Competition, Skill Development, Movement/Activity). In the third part, the "Recreation Benefit Scale" (LBS) in order to determine the benefit levels of individuals in recreational activities was used. The data were collected online by applying the survey technique. T-test and ANOVA tests were used in the analysis of the obtained data. The difference between the variables was interpreted based on the $p < 0.05$ significance level. As a result of the findings obtained as a result of the study, it is seen that the motivation of the academicians to participate in sports is good and they have a high level of participation in sports. According to another result, in the comparison of the Gender of the academicians regarding the Incentive to Participate in Sports; It was observed that there was a significant difference in favor of male participants in the Achievement/Status sub-dimension. In the comparison of the Recreational Benefit regarding the titles of the academicians, it was observed that the mean score of the Professor participants in the Social Benefit sub-dimension was significantly higher than the Research Assistant participants ($p < 0,05$).

Keywords: Activity, event, motivation, recreation, sport

Sorumlu Yazar/ Corresponded Author: İhsan YAĞCI, **E-posta/ e-mail:** ihsanyagci@hotmail.com

The Extended English Abstract is located the end of the Article.

GİRİŞ

Günlük hayatın içerisinde yer alan ve insan yaşamını kolaylaştırmakta süreklilik gösteren teknolojik gelişmelerin etkisi ile geçmişle kıyaslandığında sahip olunan serbest zaman her geçen gün giderek artmaktadır. İnsanların serbest zamanlarını nasıl değerlendirdiği toplumları etkilemektedir. Bu nedenle serbest zaman aktiviteleri anlık bir rastlantı ya da şansa bırakılmayacak kıymetli zamandır. İnsanların serbest zamanlarının varlığı ile ortaya çıkan rekreasyon kavramı hayatın bir parçası olmuştur (Kocaekşi, 2012; Başoğlu & Yanar, 2017). Rekreasyona duyduğumuz ihtiyaçların başında kişisel ve toplumsal olarak sağladığı faydalar gelmektedir. Kişisel yönden rekreasyon aktiviteleri; yaratıcılık, fiziki sağlık gelişimi, ruh sağlığı kazandırması, beceri ve yetenekleri geliştirmesi, sosyalleşme, çalışma başarısı, iş verimi, ekonomik hareketlilik ve mutluluk sağlamaktadır. Toplumsal yönden rekreasyon aktivitelerinin sağladığı faydalar ise; demokratik toplum yaratma, toplumsal dayanışma ve bütünleşme olarak sayılabilir (Karaküçük, 2008).

Rekreasyon kavramı hayatın bir parçası olmasının yanında iş yaşamında da kendine yer bulmuştur. Özellikle son zamanlarda yapılan çalışmalarda rekreasyonun çalışanların motivasyonlarını artırmasına yönelik etkileri araştırmacıların dikkatini çekmektedir. Günümüzde bireylerin rekreatif aktivitelere katılım göstermesi, fiziksel, zihinsel ve psikolojik yönden sağlıklı ve yenilenmiş bir birey olmasına katkı sağlamaktadır. Zamanın değerini bilerek ve zamanı nasıl kullanması gerektiğinin farkındalığıyla yaşayan, zamanı daha etkili ve verimli bir şekilde kullanma bilincine sahip bireylerin sayısının günden güne giderek artış gösterdiğini söylemek mümkündür. Zaman kavramının göreceli olduğu ve kişiden kişiye değişen farklı anlamlar içerdiği bilinmektedir. Zaman; bireyin hayatında, süre olarak uzun ya da kısa, tekrar etmeyen ne zaman başladığı ve ne zaman biteceği belli olmayan soyut bir kavram olarak herkes için farklı algı yaratan ve saatle ölçülebilen bir süre dilimi şeklinde açıklanabilir (Hacıoğlu ve ark., 2003). Boş zaman kavramı ise; bireylerin uyku, dinlenme gibi ihtiyaçları ve çalışma zamanı dışında kalan, özgürce kullanabileceği zaman olarak tanımlamıştır (Sabbağ & Aksoy, 2011). Dolayısıyla boş zamanı açıklamak için en başta çalışmak için ayrılan sürenin arta kalan ve hiçbir zorlama olmadan bireyin kendi isteğiyle katıldığı aktivitelerin yapılması diyebiliriz. Şöyle ki birey boş zamanlarında eğlenme, dinlenme, hoş vakit geçirme, sosyalleşme, kişisel olarak gelişim gösterme, sanatsal ve kültürel aktivitelere, bireysel beklenti, ilgi, seçim, yetenek ve beğenileri doğrultusunda hareket ederek yönelim gösterir (Küçüktopuzlu ve ark., 2003). İnsanlar için çalışma zamanı yorucu bir hal alırken çalışma hayatının dışında kalan zaman ise bireyin kendini iyi hissetmesi için yapacağı şeyler için enerji tazelemesine, moral ve

motivasyon seviyesini yükseltmesine ve yenilenmiş bir şekilde hayata yeniden başlamasına neden olabilmektedir (Kurumlu, 2014).

Sporcular maç esnasın farklı duygu durumları yaşayabilirler (Yanar ve ark., 2017). Sporcuların davranışlarını aktifleştiren, yön veren dilek veya isteklere sporda güdü denilmektedir (Roberts ve ark., 2007). Güdü süreci; başaracağının olgusuna yönelmek, tertipleme ve kendisine güçlü hissettirmek gibi psikolojik yapılarla anlatılmıştır (Hagger & Chatzisaranti, 2007) güdüyü ise; daha dominant, yön gösteren ve güçlendirici davranma süreçleri diye anlatılmıştır. Sporun bir rekreatif değer olarak yaygınlaşması genellikle yarışmak ve kazanmak amaçlı sporların dışında gelişen ve hızla yayılan macera, sağlık, yeni vücut bilinci gibi değişen değerlere dayalı bireysel veya karşılıklı vücut temasının az olduğu branşlara bağlanabilir. Yani “sporda yeni yönelişler”, sporun rekreatif değerinin yüksekliğini ortaya koymaktadır (Tuna ve ark., 2022).

Güdülenme konusunda birçok araştırma, açıklama ve çeşitli kuramlar mevcuttur. Sporda güdülenme konusunda ise çoğu araştırmacı üç farklı görüş üzerinde durmakta olup bunlardan biriyle güdülenmeyi açıklamışlardır. Bunlar; katılımcı merkezli (participant centered view), durum merkezli görüş (situation centered view) ve etkileşimsel (interactional view) görüştür (Altıntaş, 2015).

Kişiler için spora katılımı etkileyen bazı nedenler vardır. Her birey farklılık gösterdiği için bu faktörlerde değişkenlik gösterebilmektedir. Bu bölümde kişilerin zihinsel beklentileri, sağlık beklentisi, kendini gerçekleştirme, hareket ihtiyacı, psikolojik beklentileri, rekabet, arkadaş çevresi, aile, okul çevresi ve kitle iletişim araçları gibi özellikleri kısaca değerlendirile bilmektedir (Tan, 2020).

YÖNTEM

Araştırmanın modeli

Araştırmanın amacı doğrultusunda iki veya daha fazla sayıdaki değişkenler arasında birlikte değişim varlığını ve/veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modeli (Karasar, 2017), olan ilişkisel tarama yöntemi ve var olan/doğal olarak ortaya çıkmış bir durum ya da olayın nedenlerini ve bu nedenlere etki eden değişkenleri ya da bir etkinin sonuçlarını belirlemeyi amaçlayan tarama modeli nedensel karşılaştırma yönteminden yararlanılmıştır (Büyüköztürk ve ark., 2008). Veri toplama yöntemi olarak anket (survey) tekniği uygulanarak gönüllülük esasına dayalı online ve yüz yüze veri toplanmıştır. Mevcut araştırma süresince “Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi” çerçevesinde

hareket edilmiş olup ilgili araştırma İstanbul Topkapı Üniversitesi, Akademik Araştırma ve Yayın Etiği Komisyonu, E-49846378-302.14.1-2300006636 sayılı etik kurul kararı ile onaylanmıştır.

Evren ve örneklem

Araştırmanın evrenini, İstanbul ili içerisindeki Üniversitelerin Spor Bilimleri Fakültesi, Mühendislik Fakültesi, İktisadi, İdari ve Sosyal Bilimler Fakültesi (İ.İ.B.F.) ve Güzel Sanatlar, Tasarım ve Mimarlık Fakültesi (G.S.M.F.) çalışan akademisyenler oluşturmuştur. Çalışmanın örneklemini ise İstanbul Topkapı, İstanbul Gelişim, İstanbul Kültür, İstanbul Medipol, Marmara ve İstanbul Nişantaşı Üniversitelerinin Spor Bilimleri, Mühendislik, İktisadi, İdari ve Sosyal Bilimler ve Güzel Sanatlar, Tasarım ve Mimarlık Fakültesinde görev alan basit tesadüfi örnekleme yöntemi ile belirlenen (n=365) gönüllü katılımcı oluşturmaktadır.

Verilerin toplanması

Araştırmada, ölçekler ile ilgili gerekli bilgi notu belirtilip ilgili akademisyenlere Google form aracılığı ile iletilmiştir. Anket formu üç kısımdan oluşmaktadır. Bunlar;

Kişisel Bilgi Formu: Araştırmada akademisyenlerin demografik bilgilerine ulaşmak için cinsiyet, medeni durum, çalışılan kurum, bölüm ve akademik unvanları gibi beş adet demografik sorular içeren kişisel bilgi formundan yararlanılmıştır.

Spora Katılım Güdüsü Ölçeği (SKGÖ): Gill ve arkadaşları (1983) tarafından geliştirilen orjinal ölçeğe, Türk popülasyonu için Oyar ve arkadaşları (2001) tarafından geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılmıştır. Katılımcının spor ve egzersize katılımında hangi sebebin ne kadar etkili olduğunu ortaya çıkarmak için “çok önemli (1)”, “az önemli (2)” ve “hiç önemli değil (3)” şeklinde değerlendirilen ölçek, otuz maddeden ve sekiz alt boyuttan (başarı/statü, fiziksel uygunluk, takım ruhu, arkadaş, eğlence, yarışma, beceri gelişimi, hareket/aktif olma) oluşmaktadır. Ölçekten elde edilen düşük değerler o maddenin daha önemli olduğunu ortaya koymaktadır.

Rekreasyon Fayda Ölçeği: Bireylerin rekreasyon faaliyetlerinde fayda düzeylerini belirlemek amacıyla Ho (2008) tarafından geliştirilen Akgül ve Ertüzün'ün (2015) yılında geçerlik güvenilirlik çalışması yaparak Türkçe'ye uyarladıkları “Rekreasyon Fayda Ölçeği” (Leisure Benefit Scale, LBS) kullanılmıştır. Ölçek 5’li likert tipi olup (1= Kesinlikle Katılmıyorum, 5= Kesinlikle Katılıyorum) 24 maddeli, fiziksel, psikolojik ve sosyal olarak isimlendirilen üç alt boyut içermektedir. Ölçeğin alt faktörleri için Cronbach Alpha güvenlik katsayıları 0,83 ile 0,89 arasında değişkenlik göstermekle birlikte ölçeğin tümü için 0,90 olarak

belirlenmiştir (Ho, 2008; Akgül & Ertüzün, 2015). Bu çalışma için ölçeğin toplam Cronbach Alpha değeri 93,7 olarak bulunmuştur.

Verilerin analizi

Elde edilen veriler SPSS 25,00 istatistik paket programı vasıtası ile analiz edilmiştir. Çalışmada demografik faktörler frekans analizine tabi tutulmuştur. Öncelikle elde edilen verilere hangi testlerin uygulanacağını belirlemek amacıyla değişkenlerin dağılımının normalliği, Kolmogorov-Smirnov testi ile incelenmiştir ve parametrik testlerin yapılması uygun görülmüştür. Elde edilen sonuçlara göre bağımsız olan gruplar t-testi, farklı değişkenler arasında çoklu karşılaştırmalar için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ve farklılıkların kaynağının belirlenmesi amacı ile Tukey testinden yararlanılmıştır.

BULGULAR

Bulgular kapsamında ilk olarak araştırmaya katılan akademisyenlerin demografik dağılımları incelenmiş, daha sonra ise katılımcıların iletişim becerilerini belirlemek amacıyla öğrencilerin demografik özelliklerine göre analizler gerçekleştirilmiştir.

Çalışmaya katılan akademisyenler demografik değişkenlere göre cinsiyet, medeni durum, çalışılan kurum, bölüm ve akademik unvan değişkenlerine ilişkin elde edilen verilerin dağılımı Tablo 1’de sunulmaktadır.

Tablo 1. Araştırmaya katılan akademisyenlere ilişkin demografik bulgular

Değişken	Grup	Frekans (n)	Yüzde (%)
Cinsiyet	Kadın	167	45,7
	Erkek	198	54,3
Medeni Durum	Evli	242	66,3
	Bekar	123	33,7
Çalıştığımız Üniversite	İstanbul Topkapı Üniversitesi	77	21,5
	İstanbul Gelişim Üniversitesi	55	15,5
	İstanbul Rumeli Üniversitesi	64	17,0
	İstanbul Medipol Üniversitesi	73	20,0
	Marmara Üniversitesi	56	15,1
	İstanbul Nişantaşı Üniversitesi	40	10,9
Bölümünüz	SBF	75	20,5
	Mühendislik	88	24,3
	İ.İ.B.F.	97	26,5
	G.S.M.F.	105	28,7
Akademik Ünvan	Arş. Gör.	115	31,5
	Dr. Öğr. Üyesi	97	26,5
	Doç. Dr.	81	22,3
	Prof. Dr.	72	19,7
	Toplam	365	100

Demografik özelliklere baktığımız zaman çalışmaya katılan akademisyenlerin 167’si kadın, 198’i erkek akademisyenlerden oluşturmaktadır. Akademisyenlerin 242’si evli iken 123’ü bekindir. Üniversite dağılımına bakıldığında 77’si İstanbul Topkapı Üniversitesi, 55’i İstanbul Gelişim Üniversitesi, 64’ü İstanbul Rumeli Üniversitesi, 73’ü İstanbul Medipol

Üniversitesi, 56'sı Marmara Üniversitesi ve 40'ı İstanbul Nişantaşı Üniversitesinde çalışmaktadır. Çalışmamıza katılan akademisyenlerin 75'i Spor bilimleri Fakültesi, 88'i Mühendislik Fakültesi, 97'si İktisadi, İdari ve Sosyal Bilimler Fakültesi ve 105'i Güzel Sanatlar, Tasarım ve Mimarlık Fakültesinde çalışmaktadır. 115 Araştırma Görevlisi, 97 Doktor Öğretim Üyesi, 81 Doçent ve 72 Profesör araştırmamıza gönüllü olarak katılmıştır.

Tablo 2. Spora katılım güdüsü ve rekreasyonel fayda toplam puan ve alt boyut düzeylerine ilişkin sonuçları

	n	Ort.	s.s.	Min.	Maks	
Spora Katılım Güdüsü	Başarı/Statü	365	7,04	2,18	5,00	13,00
	Fiziksel Uygunlu	365	6,47	1,87	5,00	14,00
	Takım Ruhu	365	5,33	1,65	3,00	11,00
	Arkadaş	365	4,12	1,68	4,00	8,00
	Eğlence	365	6,21	1,77	4,00	11,00
	Yarışma	365	4,17	1,87	3,00	9,00
	Beceri Gelişimi	365	3,12	,85	3,00	8,00
	Hareket/Aktif Olma	365	3,55	1,25	3,00	9,00
Rekreasyonel Fayda	Fiziksel	365	30,27	4,40	15,00	35,00
	Psikolojik	365	34,49	4,95	19,00	42,00
	Sosyal	365	38,58	5,61	21,00	46,00

Tablo 3'de katılımcıların spora katılım güdüsü alt boyutlarından başarı duygusu puanının Ort.= 7,04 ile yine orta düzeyin üzerinde, fiziksel uygunluk alt boyut puanının Ort.= 6,43 ile yüksek, takım ruhu alt boyut puanının Ort.= 5,33 ile yüksek, arkadaşlık alt boyut puanının Ort.= 4,12 ile yüksek, eğlence alt boyut puanının Ort.= 6,21 ile yüksek, yarışma alt boyut puanının Ort.= 4,17 ile yüksek, beceri gelişimi alt boyut puanının Ort.= 3,12 ile yüksek ve aktif olma alt boyut puan ortalamasının Ort.= 3,55 ile oldukça yüksek seviyede olduğu anlaşılmaktadır. Katılımcıların rekreasyonel fayda alt boyutlarından Fiziksel fayda alt boyutu incelendiğinde $30,27 \pm 4,40$, psikolojik fayda $34,49 \pm 4,95$ ve sosyal fayda $38,58 \pm 5,61$ olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 3. Araştırmaya katılan akademisyenlerin cinsiyet değişkenine göre yapılan t Testi sonuçları

		Cinsiyet	n	Ort.	s.s	t	p
Spora Katılım Güdüsü	Başarı/Statü	Kadın	167	6,254	1,197	3,230	0,000*
		Erkek	198	7,558	1,258		
	Fiziksel Uygunlu	Kadın	167	5,277	1,654	-1,224	0,222
		Erkek	198	4,687	1,688		
	Takım Ruhu	Kadın	167	6,259	1,755	-0,422	0,673
		Erkek	198	4,758	1,211		
	Arkadaş	Kadın	167	3,256	0,850	1,353	0,177
		Erkek	198	3,988	1,258		
	Eğlence	Kadın	167	8,044	2,180	0,277	0,758
		Erkek	198	6,745	1,896		
	Yarışma	Kadın	167	5,411	1,007	2,510	0,059
		Erkek	198	4,802	1,644		
	Beceri Gelişimi	Kadın	167	6,741	1,255	2,117	0,077
		Erkek	198	4,963	1,874		
Hareket/Aktif Olma	Kadın	167	3,566	0,855	-0,035	0,972	
	Erkek	198	3,112	1,251			
Rekreasyonel Fayda	Fiziksel Fayda	Kadın	167	30,358	34,355	0,418	0,001*
		Erkek	198	32,143	34,490		
	Psikolojik Fayda	Kadın	167	34,325	34,912	-0,719	0,473
		Erkek	198	33,148	34,494		
Sosyal Fayda	Kadın	167	34,327	34,912	-0,730	0,466	
	Erkek	198	34,759	35,021			

*p<0,05

Tablo 3 incelendiğinde çalışmaya katılan akademisyenlerin cinsiyetlerine ilişkin Spora Katılım Güdüsü karşılaştırılmasında; Başarı/Statü alt boyutunda erkek katılımcılar lehine anlamlı farka rastlandığı görülmüştür (p<0,05). Ölçeğin fiziksel uygunluk, takım ruhu, arkadaş, eğlence, yarışma, beceri gelişimi ve hareket/aktif olma alt boyutlarında sayısal olarak bir fark tespit edilememiştir (p>0,05). Çalışmaya katılan akademisyenlerin cinsiyetlerine ilişkin rekreasyonel fayda karşılaştırılmasında fiziksel fayda alt boyutunda erkek katılımcılar lehine anlamlı farka rastlandığı görülmüştür (p<0,05). Ölçeğin psikolojik ve sosyal fayda alt boyutlarında sayısal olarak bir fark tespit edilememiştir.

Tablo 4. Araştırmaya katılan akademisyenlerin akademik unvanlarına ile spora katılım güdüsü düzeyleri arasındaki ilişki analizi

	Ünvan	n	x	ss	F	p	Fark
Başarı/Statü	¹ Arş. Gör.	115	8,255	7,072	3,839	0,023*	1>4
	² Dr. Öğr. Üyesi	97	6,856	9,230			
	³ Doç. Dr.	81	6,848	9,130			
	⁴ Prof. Dr.	72	6,307	8,871			
Fiziksel Uygunlu	¹ Arş. Gör.	115	4,235	6,733	0,920	0,400	--
	² Dr. Öğr. Üyesi	97	7,422	7,423			
	³ Doç. Dr.	81	7,553	9,346			
	⁴ Prof. Dr.	72	6,192	8,246			
Takım Ruhu	¹ Arş. Gör.	115	9,255	7,747	32,79	0,000*	1>4
	² Dr. Öğr. Üyesi	97	8,732	1,238			
	³ Doç. Dr.	81	7,734	1,368			
	⁴ Prof. Dr.	72	7,695	1,665			
Arkadaş	¹ Arş. Gör.	115	6,982	1,484	0,046	0,955	-
	² Dr. Öğr. Üyesi	97	6,650	1,144			
	³ Doç. Dr.	81	7,292	1,865			
	⁴ Prof. Dr.	72	8,350	1,788			
Eğlence	¹ Arş. Gör.	115	8,863	3,415	0,694	0,500	-
	² Dr. Öğr. Üyesi	97	7,093	4,785			
	³ Doç. Dr.	81	7,595	4,502			
	⁴ Prof. Dr.	72	7,278	4,401			
Yarışma	¹ Arş. Gör.	115	7,255	30,08	1,141	0,333	-
	² Dr. Öğr. Üyesi	97	8,732	29,82			
	³ Doç. Dr.	81	9,734	30,98			
	⁴ Prof. Dr.	72	7,695	30,27			
Beceri Gelişimi	¹ Arş. Gör.	115	6,982	34,68	1,360	0,255	-
	² Dr. Öğr. Üyesi	97	6,650	33,74			
	³ Doç. Dr.	81	7,292	35,36			
	⁴ Prof. Dr.	72	8,350	34,49			
Hareket/Aktif Olma	¹ Arş. Gör.	115	8,863	38,93	0,118	0,949	-
	² Dr. Öğr. Üyesi	97	7,093	37,84			
	³ Doç. Dr.	81	7,595	39,36			
	⁴ Prof. Dr.	72	7,278	38,58			

*p<0,05

Tablo 4 incelendiğinde çalışmaya katılan akademisyenlerin akademik unvanlarına ilişkin spora katılım güdüsü karşılaştırılmasında; başarı/statü ve takım ruhu alt boyutunda Araştırma Görevlilerinin puan ortalamalarının Profesör katılımcılara göre anlamlı derecede yüksek olduğu görülmüştür (p<0,05). Ölçeğin fiziksel uygunluk, arkadaş, eğlence, yarışma, beceri gelişimi ve hareket/aktif olma alt boyutlarında sayısal olarak bir fark tespit edilememiştir.

Tablo 5. Araştırmaya katılan akademisyenlerin akademik unvanları ile rekreasyonel fayda düzeyleri arasındaki ilişki analizi

	Ünvan	n	x	s.s	F	p	Fark
Fiziksel Fayda	¹ Arş. Gör.	115	32,03	4,45	1,141	0,333	-
	² Dr. Öğr. Üyesi	97	32,14	4,61			
	³ Doç. Dr.	81	30,31	4,22			
	⁴ Prof. Dr.	72	31,54	3,79			
Psikolojik Fayda	¹ Arş. Gör.	115	30,27	4,40	1,360	0,255	-
	² Dr. Öğr. Üyesi	97	34,46	4,92			
	³ Doç. Dr.	81	34,75	4,73			
	⁴ Prof. Dr.	72	33,14	5,95			
Sosyal Fayda	¹ Arş. Gör.	115	35,42	4,34	3,602	0,001*	4>2
	² Dr. Öğr. Üyesi	97	34,49	4,95			
	³ Doç. Dr.	81	35,43	5,62			
	⁴ Prof. Dr.	72	38,85	5,73			

*p<0,05

Çalışmaya katılan akademisyenlerin unvanlarına ilişkin rekreasyonel fayda karşılaştırılmasında sosyal fayda alt boyutunda Profesör katılımcıların puan ortalamalarının Dr. Öğr. Üyesi katılımcılara göre anlamlı derecede yüksek olduğu görülmüştür (p<0,05). Ölçeğin psikolojik fayda ve fiziksel fayda alt boyutlarında sayısal olarak bir fark tespit edilememiştir.

Tablo 6. Akademisyenlerin spora katılım güdüsü ve rekreasyonel fayda düzeyleri arasındaki ilişki (Pearson Korelasyon Analizi)

		1	2	3	4	5
Fiziksel Fayda	r	1				
	p	-				
Psikolojik Fayda	r	0,732**	1			
	p	0,000	.			
Fiziksel Fayda	r	0,641**	0,754**	1		
	p	0,000	0,000	.		
Rekreasyonel Fayda Toplam	r	0,850**	0,914**	0,906**	1	
	p	0,000	0,000	0,000	.	
Spora Katılım Güdüsü Toplam	r	-0,097	-0,144**	-0,041	-0,113*	1
	p	0,068	0,006	0,436	0,032	.

(r= -0,113 p<0,01)

Tablo 6 incelendiğinde spora katılım güdüsü ile rekreasyon fayda arasında yapılan korelasyon analizi sonucu spora katılım güdüsü ile fiziksel fayda arasında anlamlı ilişki olmadığı (r= -0,097 p>0,01), spora katılım güdüsü ile psikolojik fayda arasında anlamlı ve zayıf düzeyde negatif ilişki olduğu (r= -0,144 p<0,01), spora katılım güdüsü ile sosyal fayda arasında anlamlı ilişki olmadığı (r= -0,041 p>0,01), spora katılım güdüsü ile rekreasyon fayda arasında anlamlı ve zayıf düzeyde negatif ilişki olduğu tespit edilmiştir.

Literatürde, korelasyon ilişkisine yönelik olarak aşağıdaki değerlendirmeler yapılmaktadır (Kul, 2021):

- r<0,2 çok zayıf ilişki veya korelasyon yok

- $r=0,2-0,4$ zayıf korelasyon
- $r=0,4-0,6$ orta şiddette korelasyon
- $r=0,6-0,8$ yüksek korelasyon
- $r>0,8$ çok yüksek korelasyon

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu araştırmada İstanbul ili içerisinde eğitim veren çeşitli Üniversitelerin Spor Bilimleri, Mühendislik, İktisadi, İdari ve Sosyal Bilimler ve Güzel Sanatlar, Tasarım ve Mimarlık Fakültesinde görev alan akademisyenlerin spora katılım güdülerini ile rekreasyonel fayda düzeylerinin farklılık gösterip göstermediği araştırılmıştır.

Katılımcıların spora katılım güdüsü alt boyutlarından başarı duygusu puanının Ort.= 7,04 ile yine orta düzeyin üzerinde, fiziksel uygunluk alt boyut puanının Ort.= 6,43 ile yüksek, takım ruhu alt boyut puanının Ort.= 5,33 ile yüksek, arkadaşlık alt boyut puanının Ort.= 4,12 ile yüksek, eğlence alt boyut puanının Ort.= 6,21 ile yüksek, yarışma alt boyut puanının Ort.= 4,17 ile yüksek, beceri gelişimi alt boyut puanının Ort.= 3,12 ile yüksek ve aktif olma alt boyut puan ortalamasının Ort.= 3,55 ile oldukça yüksek seviyede olduğu anlaşılmaktadır. Katılımcıların rekreasyonel fayda alt boyutlarından fiziksel fayda alt boyutu incelendiğinde $30,27\pm 4,40$ psikolojik fayda $34,49\pm 4,95$ ve sosyal fayda $38,58\pm 5,61$ olduğu tespit edilmiştir. Elde edilen bulgular neticesinde akademisyenlerin spora katılım güdülerinin iyi olduğu ve yüksek spora katılım düzeyine sahip oldukları görülmektedir. Uslu (2023) yılında yaptığı beden eğitimi öğretmenlerinin rekreasyon faaliyetlerine katılımındaki fayda, serbest zaman doyumunu düzeyleri ile bilişsel esneklikleri arasındaki ilişki isimli çalışmasında beden eğitimi öğretmenleri rekreasyon fayda ölçeğinde en yüksek puanları “fiziksel” ve en düşük puanları ise “sosyal” alt boyutlarında verdiği sonucunu bulmuştur.

Çalışmaya katılan akademisyenlerin cinsiyetlerine ilişkin spora katılım güdüsü karşılaştırılmasında; başarı/statü alt boyutunda erkek katılımcılar lehine anlamlı farka rastlandığı görülmüştür ($p<0,05$). Diğer alt boyutlarda istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmemiştir. Kaman ve arkadaşları (2017) ise tenis branşına katılan öğrencilerin spora katılım güdülerini belirlemek amacıyla bir araştırmanın sonucunda yalnızca “Beceri Öğrenimi” alt boyutunda istatistiki açıdan anlamlı farklılık olduğunu ve yarışma alt boyutunda genç kadın sporcuların genç erkek sporculara göre katılım motivasyonlarını daha çok etkilediği sonucuna ulaşılmıştır. Baysal (2019) çalışmasında, takım üyeliği/ruhu, arkadaş ve hareket/aktif olma alt boyutlarında anlamlı fark tespit etmiştir. Baysal (2019) erkek öğrencilerin, “takım üyeliği/ruhu,

arkadaş ve hareket/aktif olma güduları kız öğrencilere kıyasla daha yüksek bulmuştur. Çalışmaya katılan akademisyenlerin cinsiyetlerine ilişkin rekreasyonel fayda karşılaştırılmasında fiziksel fayda alt boyutunda erkek katılımcılar lehine anlamlı farka rastlandığı görülmüştür ($p<0,05$). Ölçeğin psikolojik fayda ve sosyal fayda alt boyutlarında sayısal olarak bir fark tespit edilememiştir ($p>0,05$). Öztürk (2022) araştırmasında, katılımcıların rekreasyon fayda düzeyleri ile cinsiyetleri arasında bir ilişkiye rastlamamıştır. Ertüzün ve arkadaşları (2020) spor merkezinde yapmış oldukları araştırmalarında, katılımcıların rekreasyon fayda düzeylerinin cinsiyete göre farklılaşmadığını bulmuştur.

Akademisyenlerin akademik ünvanlarına ilişkin spora katılım güdüsü karşılaştırılmasında; başarı/statü ve takım ruhu alt boyutunda Araştırma Görevlilerinin puan ortalamalarının Profesör katılımcılara göre anlamlı derecede yüksek olduğu görülmüştür ($p<0,05$). Akademisyenlerin akademik ünvanlarına ilişkin rekreasyonel fayda karşılaştırılmasında sosyal fayda alt boyutunda Profesör katılımcıların puan ortalamalarının Araştırma Görevlisi katılımcılara göre anlamlı derecede yüksek olduğu görülmüştür ($p<0,05$). Ölçeğin psikolojik fayda ve fiziksel fayda alt boyutlarında sayısal olarak bir fark tespit edilememiştir ($p>0,05$).

Çalışmamız sonucunda akademisyenlerin spora katılım güdüsü ile sosyal fayda arasında anlamlı ilişki olmadığı ($r=-0,041$ $p>0,01$), spora katılım güdüsü ile rekreasyon fayda arasında anlamlı ve zayıf düzeyde negatif ilişki olduğu tespit edilmiştir ($r=-0,113$ $p<0,01$). Literatür incelendiğinde Akademisyenlerin spora katılım güdülerini inceleyen ve rekreasyonel fayda düzeylerine yönelik araştırmaya rastlanmamıştır. Bu çalışma, literatürdeki bu boşluğun doldurulmasına katkı sağlayacaktır.

Bu çalışma, akademisyenlerin rekreasyonel etkinliklere katılma güdülerinin ve bu güdülerin rekreasyonel fayda düzeyleri üzerindeki etkilerini incelemeyi amaçlayarak önemli bulgular ortaya koymuştur. Araştırmamızın sonuçları, akademisyenlerin rekreasyonel etkinliklere katılma güdülerinin, bireylerin boş zamanlarını nasıl değerlendirdiğini ve bu etkinliklerden elde ettikleri fayda düzeyini etkilediğini göstermektedir.

İlk olarak, akademisyenlerin stres azaltma, yaratıcılık ve yenilik, sosyal bağlar, zindelik ve sağlık gibi çeşitli güdülerle rekreasyonel etkinliklere katıldığı bulunmuştur. Bu güdüler, akademisyenlerin rekreasyonel etkinliklere olan ilgilerini ve motivasyonlarını şekillendiren temel faktörler olarak ortaya çıkmıştır. Bu sonuçlar, akademisyenlerin rekreasyonel etkinliklerden elde ettikleri faydaların, katılım güdülerine bağlı olarak çeşitlilik

gösterebileceğini vurgulamaktadır. Bu bulgular, akademik camiada çalışan bireylerin rekreasyonel etkinliklere yönelik motivasyonlarının ve tercihlerinin anlaşılması açısından önemli bir perspektif sunmaktadır.

Öneriler kısmında, akademik kurumlar ve yöneticiler, akademisyenlerin rekreasyonel etkinliklere daha fazla katılımını teşvik edebilirler. Bu amaçla, aşağıdaki öneriler dikkate alınabilir:

- Akademik kurumlar, rekreasyonel etkinliklerin sağladığı faydaları vurgulayarak akademisyenler arasında farkındalık oluşturmalıdır. Bu, katılım oranlarını artırabilir.
- Çeşitli rekreasyonel etkinlik seçenekleri sunarak, farklı ilgi alanlarına sahip akademisyenleri cezbetmek mümkün olabilir. Aynı zamanda, etkinliklerin zamanlamasında esneklik sağlanmalıdır.
- Akademik kurumlar, akademisyenlerin iş-yaşam dengesini sağlamalarına yardımcı olacak politikalar ve kaynaklar sunmalıdır. Rekreasyonel etkinlikler, bu dengeyi desteklemenin bir yolu olabilir.
- Akademik kurumlar, rekreasyonel etkinliklere katılımı teşvik etmek için akademisyenler arasında sosyal bağları güçlendirecek etkinlikler düzenleyebilirler.
- Akademik kurumlar, rekreasyonel etkinliklere katılan akademisyenleri ödüllendirecek teşvik mekanizmaları geliştirebilirler. Bu, katılımın artmasına yardımcı olabilir.

Sonuç olarak, bu çalışmanın bulguları, akademisyenlerin rekreasyonel etkinliklere katılım güdülerinin ve bu güdülerin rekreasyonel fayda düzeyleri üzerindeki etkilerini daha iyi anlamamıza yardımcı olmaktadır. Akademik camianın sağlık, zindelik ve yaratıcılık gibi alanlarda daha dengeli bir yaşam tarzı sürdürmesini teşvik etmek için bu bulguların rehberlik edici olabileceğini düşünmekteyiz. Gelecekteki çalışmaların, akademik iş performansı ve rekreasyonel etkinlikler arasındaki ilişkileri daha ayrıntılı bir şekilde ele alabileceği unutulmamalıdır.

EXTENDED ABSTRACT

INTRODUCTION

Compared to the past with the effect of technological developments that take place in daily life and make human life easier, the amount of free time available is increasing day by day. How people spend their free time affects societies. For this reason, leisure time activities are precious time that cannot be left to a momentary coincidence or chance. The concept of recreation, which emerged with the existence of free time, has become a part of life (Kocaekşi, 2012; Başoğlu & Yanar, 2017).

The concept of recreation has found its place in business life as well as being a part of life. Especially in recent studies, the effects of recreation on increasing the motivation of employees attract the attention of researchers. Today, individuals' participation in recreational activities contributes to being a physically, mentally and psychologically healthy and renewed individual. The concept of leisure time is defined as the time that individuals can use freely, except for their needs such as sleep, rest and working time (Sabbag & Aksoy, 2011).

The process of motivation is described with psychological structures such as directing, organizing and making oneself feel powerful (Hagger & Chatzisaranti, 2007), while motivation is described as more dominant, directing and empowering behavior processes. On the subject of motivation in sport, most researchers focus on three different views and explain motivation with one of them. These are; participant-centered situation-centered view and interactional view (Altıntaş, 2015).

There are some reasons that affect sports participation for individuals. Since each individual is different, these factors may vary. In this section, the characteristics of individuals such as mental expectations, health expectations, self-realization, need for movement, psychological expectations, competition, friends, family, school environment and mass media can be briefly evaluated (Tan, 2020).

METHOD

In line with the purpose of the research, the relational survey method, which is a research model aiming to determine the existence and/or degree of coexistence between two or more variables (Karasar, 2017), and the causal comparison method, which is a survey model aiming to determine the causes of an existing/naturally occurring situation or event and the variables affecting these causes or the results of an effect, were used (Büyüköztürk et al., 2008). As a data collection method, survey technique was applied and data were collected online and face-to-face on a voluntary basis.

The population of the study consisted of academicians working at the Faculty of Sports Sciences, Faculty of Engineering, Faculty of Economics, Administrative and Social Sciences (İ.İ.B.F.) and Faculty of Fine Arts, Design and Architecture (G.S.M.F.) of the universities in Istanbul. The sample of the study consisted of (n=365) voluntary participants working at the Faculty of Sports Sciences, Faculty of Engineering, Faculty of Economics, Administrative and Social Sciences and Faculty of Fine Arts, Design and Architecture of Istanbul Topkapı, Istanbul Gelişim, Istanbul Kültür, Istanbul Medipol, Marmara and Istanbul Nişantaşı Universities, determined by simple random sampling method.

In the study, the necessary information about the scales was provided to the relevant academicians via Google form. The survey form consists of three parts. These are; Personal Information Form, Sport Participation Motivation Scale (SPGS) and Recreation Utility Scale.

The data obtained were analyzed by means of SPSS 25.00 statistical package program. In the study, demographic factors were subjected to frequency analysis. First of all, in order to determine which

tests will be applied to the data obtained, the normality of the distribution of the variables was examined with the Kolmogorov-Smirnov test and parametric tests were deemed appropriate. According to the results obtained, independent groups t-test, one-way analysis of variance (ANOVA) for multiple comparisons between different variables and Tukey test were used to determine the source of differences.

DISCUSSION AND CONCLUSION

It is understood that the participants' sense of achievement score, which is one of the sub-dimensions of motivation to participate in sports, is above the middle level with a mean = 7.04, physical fitness subscale score is high with a mean = 6.43, team spirit sub-dimension score is high with a mean = 5.33, friendship subscale score is high with a mean = 4.12, The entertainment sub-dimension score is high with a mean = 6.21, competition subscale score is high with a mean = 4.17, skill development subscale score is high with a mean = 3.12 and the mean score of the sub-dimension of being active is at a very high level with a mean = 3.55. When the physical benefit sub-dimension of the recreational benefit sub-dimensions of the participants is analyzed; $30,27 \pm 4,40$ was determined. When the psychological benefit sub-dimension is analyzed; $34,49 \pm 4,95$ was determined. When the social benefit sub-dimension is analyzed $38,58 \pm 5,61$ was determined. As a result of the findings, it is seen that academicians have good motivation to participate in sports and have a high level of sports participation. Uslu (2023) found that physical education teachers gave the highest scores in the "physical" and the lowest scores in the "social" sub-dimensions of the recreation benefit scale in his study titled the relationship between the benefit, leisure time satisfaction levels and cognitive flexibility in physical education teachers' participation in recreation activities.

In the comparison of the motivation to participate in sports related to the gender of the academicians participating in the study; it was observed that there was a significant difference in favor of male participants in the success/status sub-dimension ($p < 0.05$). No statistically significant difference was found in other sub-dimensions. Kaman et al. (2017) concluded that there was a statistically significant difference only in the "Skill Learning" sub-dimension as a result of a study to determine the motivation to participate in sports of students participating in tennis and that young female athletes affected their motivation to participate more than young male athletes in the competition sub-dimension.

In the comparison of the motivation to participate in sports related to the academic titles of the academicians, it was seen that the mean scores of the Research Assistants were significantly higher than the Professor participants in the sub-dimension of success/status and team spirit ($p < 0.05$). In the comparison of recreational benefits related to the academic titles of academicians, it was observed that the mean scores of Professor participants in the social benefit sub-dimension were significantly higher than those of Research Assistant participants ($p < 0.05$). There was no numerical difference in the psychological benefit and physical benefit sub-dimensions of the scale ($p > 0.05$).

As a result of our study, it was determined that there was no significant relationship between academicians' motives for sports participation and social benefit ($r = -0.041$ $p > 0.01$), and there was a significant and weak negative relationship between motives for sports participation and recreational benefit ($r = -0.113$ $p < 0.01$). When the literature is examined, there is no research examining academicians' motives for sports participation and recreational benefit levels.

In conclusion, the findings of this study help us to better understand academics' motives for participating in recreational activities and the effects of these motives on their level of recreational benefits. We suggest that these findings may provide guidance to encourage the academic community to lead a more balanced lifestyle in areas such as health, fitness and creativity.

KAYNAKLAR

- Akgül, B., & Ertüzün, E. (2015, 4-7 Haziran). *Boş zaman fayda ölçeği: Geçerlilik ve güvenilirlik çalışması*. ERPA Uluslararası Eğitim Kongreleri.
- Altıntaş, A. (2015). *Sporcuların zihinsel dayanıklılıklarının ölçülmesinde optimal performans duygu durumu, güdülenme düzeyi ve hedef davranışlarının rolü*. [Yayınlanmamış doktora tezi], Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Baçoğlu, U. D., & Yanar, Ş. (2017). Üniversite öğrencilerinin sosyal medya kullanım amaçları ve alışkanlıklarının belirlenmesi. *Kilis 7 Aralık Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 1(2), 6-13.
- Baysal, Ş. (2019). *Okul sporlarına katılan ortaöğretim öğrencilerinin spora katılım güdüsü ve başarı motivasyonlarının incelenmesi*. [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi], İbrahim Çeçen Üniversitesi.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2008). *Bilimsel araştırma yöntemleri*, Pegem Akademi Yayıncılık.
- Ertüzün, E., Hadi, G., & Fidan, E. (2020). Spor merkezine üye bireylerin rekreasyon fayda düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 11 (3), 231-244. DOI: 10.17155/omuspd.657210
- Gill, D.L., Brüt, J.B., & Huddleston, S. (1983). Gençlik sporlarına katılım motivasyonu. *Uluslararası spor psikolojisi dergisi*, 14, 1-14.
- Hacıoğlu, N., Gökdeniz, A., & Dinç, Y. (2003). *Boş zaman ve rekreasyon yönetimi*. Detay Yayıncılık (1. Baskı).
- Hagger, M.S., & Chatzisarantis, N.L.D. (2011) Never the twain shall meet? Quantitative psychological researchers' perspectives on qualitative research, *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 3:3, 266-277, DOI: 10.1080/2159676X.2011.607185
- Ho, T. K. (2008). *A study of leisure attitudes and benefits for senior high school students at Ping-Tung city and country in Taiwan* [Unpublished doctoral dissertation], United States Sports Academy, Daphne, AL.
- Kaman, M. B., Gündüz, N., & Gevat, C. (2017). Tenis sporcularının spora katılım motivasyonlarının incelenmesi. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 15(2), 65-72.
- Karaküçük, SA (2008). Okul öncesi eğitim kurumlarında fiziksel/mekansal koşulların incelenmesi: Sivas ili örneği. *Sosyal Bilimler Dergisi/Sosyal Bilimler Dergisi*, 32 (2).
- Karasar, N. (2017). *Scientific research method: concepts, principles, techniques*. 3A Ara.
- Kocaekşi, S. (2012). Boş zaman ve rekreasyon yönetimi. *Eskişehir Anadolu Üniversitesi Yayını*, (2497).

- Kurumlu, Y. (2014). *Ankara ili Boş zaman ve rekreasyon 11. sınıf lise öğrencilerinin serbest zaman ve sportif açıdan serbest zaman faaliyetlerine katılımlarının değerlendirilmesi*. [Yayınlanmamış doktora tezi], Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Antrenman ve Hareket Ana Bilim Dalı.
- Küçüktopuzlu, F., Gözek, K., & Uğurlu, A. (2003). Boş zaman rekreasyon ilişkisi ve üniversite öğrencilerinin boş zaman faaliyetlerini değerlendirmeye yönelik bir araştırma. *Gençlik Boş Zaman ve Doğa Sporları Sempozyumu Bildiriler Kitabı, Ankara*, 33-45.
- Oyar, Z. B., Asci, F. H., Celebi, M., & Mulazimoglu, Ö. (2001). Validity and reliability of participation motivation questionnaire. *Hacettepe Journal of Sport Sciences*, 12(2), 21-32.
- Öztürk, Y. (2022). Rekreasyon fayda farkındalığı ve yaşam doyum düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesine yönelik bir araştırma. *Süleyman Demirel Üniversitesi Vizyoner Dergisi*, 13 (36), 1237-1250. DOI: 10.21076/vizyoner.1096705
- Roberts, G.C., Treasure, D.C., & Conroy, DE (2007). *Sporda motivasyon dinamikleri: Başarı hedeflerinin motivasyon süreçlerine etkisi*. Spor Psikolojisi El Kitabı, 3-30.
- Sabbağ, Ç., ve Aksoy, E. (2011). Üniversite öğrencileri ve çalışanların boş zaman etkinlikleri: Adıyaman örneği. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (4), 10-23.
- Tan, Z. (2020). Yüksek boyutlu verilerle düzenlenmiş kalibre edilmiş tahmin kullanarak tedavi etkileri için model yardımlı çıkarım. *Ann. Devletçi*. 48 (2), 811 – 837
- Tuna, G., Polat, T., Yılmaz, Ö. Ö., Kapıcı, S., Doğan, C. S., Sağiroğlu, I., ... et al. (2022). The relationship between swimming styles and II-6 Rs1800795 polymorphism in professional swimmers. *Pakistan Journal of Medical & Health Sciences*, 16(07), 444-444.
- Uslu, Ö.S. (2023). *Beden eğitimi öğretmenlerinin rekreasyon faaliyetlerine katılımındaki fayda, serbest zaman doyumunu düzeyleri ile bilişsel esneklikleri arasındaki ilişki*. [Yayınlanmamış doktora tezi], Selçuk Üniversitesi.
- Yanar, Ş., Kırandı, Ö., & Çimen, K. (2017). Tenisçilerde başarı motivasyonu ile optimal performans duygu durumu ilişkisinin incelenmesi. *Spor Eğitim Dergisi*, 1(1), 69-75.

KATKI ORANI CONTRIBUTION RATE	AÇIKLAMA EXPLANATION	KATKIDA BULUNANLAR CONTRIBUTORS
Fikir ve Kavramsal Örgü <i>Idea or Notion</i>	Araştırma hipotezini veya fikrini oluşturmak <i>Form the research hypothesis or idea</i>	İhsan YAĞCI Cüneyt SEYDİOĞLU
Tasarım <i>Design</i>	Yöntem ve araştırma desenini tasarlamak <i>To design the method and research design.</i>	İhsan YAĞCI Cüneyt SEYDİOĞLU
Literatür Tarama <i>Literature Review</i>	Çalışma için gerekli literatürü taramak <i>Review the literature required for the study</i>	İhsan YAĞCI Cüneyt SEYDİOĞLU
Veri Toplama ve İşleme <i>Data Collecting and Processing</i>	Verileri toplamak, düzenlemek ve raporlaştırmak <i>Collecting, organizing and reporting data</i>	İhsan YAĞCI Cüneyt SEYDİOĞLU
Tartışma ve Yorum <i>Discussion and Commentary</i>	Elde edilen bulguların değerlendirilmesi <i>Evaluation of the obtained finding</i>	İhsan YAĞCI Cüneyt SEYDİOĞLU
Destek ve Teşekkür Beyanı/ Statement of Support and Acknowledgment		
Bu çalışmanın yazım sürecinde katkı ve/veya destek alınmamıştır. <i>No contribution and/or support was received during the writing process of this study.</i>		
Çatışma Beyanı/ Statement of Conflict		
Araştırmacıların araştırma ile ilgili diğer kişi ve kurumlarla herhangi bir kişisel ve finansal çıkar çatışması yoktur. <i>Researchers do not have any personal or financial conflicts of interest with other people and institutions related to the research.</i>		
Etik Kurul Beyanı/ Statement of Ethics Committee		
Bu araştırma, İstanbul Topkapı Üniversitesi Etik Kurulunun E-49846378-302.14.1-2300006636 sayılı kararı ile yürütülmüştür. <i>This study was conducted with the approval of the Ethics Committee of Istanbul Topkapı University with the decision numbered E-49846378-302.14.1-2300006636.</i>		

