

5.

Chapter

RECREATIONAL SPORTS AND IDEAL HEALTH ASPECTS

Mustafa Sabır BOZOĞLU¹

Fatma ARSLAN²

1. INTRODUCTION

In the historical process, the differentiation of lifestyles of individuals and societies has been researched by many disciplines and gained importance in the literature. This differentiation was negatively affected by development of technology and speed of industrialization in many aspects. Factors in people's lives such as business life, financial conditions, sedentary life culture, education, entertainment, rest have been changed. In general, intense business tempo prevented efficient utilization of leisure time and therefore negative conditions such as decrease in success rate, increase in anxiety level and unhappiness have occurred (Cabbaroğlu, 2019). For this reason, utilization of environment and nature for business life which is required for their lives, essential physical needs and activities to spend their leisure times have become an important condition. At this point, recreational activities can be shown as

¹ Dr. Öğr. Üyesi, Necmettin Erbakan Üniversitesi, Turizm Fakültesi, Rekreasyon Yönetimi, bozo27_hokey@hotmail.com

² Prof. Dr. Necmettin Erbakan Üniversitesi, Turizm Fakültesi, Rekreasyon Yönetimi, fatmaarslan2003@yahoo.com

References

- A.S.K.B. (2010). Sağlıklı bir şehir aktif bir şehirdir: Bir Fiziksel Aktivite Planlama Rehberi, Avrupa Sağlıklı Kentler Birliği, Bursa.
- Açıkkada, C., & Ergen, E. (1990). Bilim ve Spor. Ankara: Büro Tek Ofset Matbaacılık.
- Ardahan, F. Turgut, T. Kalkan, A.Kaplan. (2016). Her Yönüyle Rekreasyon. Ankara: Detay Yayıncılık.
- Cabbaroğlu M. (2019). Sportif Rekreasyon Etkinliği Olarak Zumba Ve Pilates'in Yaşam Doyumu Ve Mutluluk Üzerine Etkisi (Muğla İli Örneği). Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Rekreasyon Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi, Muğla.
- Caldwell, L. (2005). Leisure and health: Why is leisure therapeutic? British Journal of Guidance & Counselling, 33(1), 7-26.
- Çalışkan, Z. (2008). Sağlık Ekonomisi: Kavramsal Bir Yaklaşım. H.Ü. İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi, 26(2), 29-50.
- Corfield, P.J. (2007). Time and the shape of history. London: Yale University Press, 1.
- Dağ, M. (1975). Yunan ve İslam Felsefesinde Aristocu zaman görüşüne tepkiler. İslam İlimleri Enstitüsü Dergisi, 2, 71-89.
- Dolev, Y. (2007). Time and realism: Metaphysical and Antimetaphysical Perspectives. London: The MIT Press, 8.
- Edginton, C.R. Hanson, C.J. & Edginton, S.R. (1992). Leisure programming: Concepts, trends, and professional practice, Dubuque, IA: Brown & Benchmark.
- Edwards, H. (1973). Sociology of Sport, Homewood: The Dorsey Press.
- Ferrell, P. & Lundegren, H. (1999). The Process of Recreation Programming Theory and Technique, 3th Edition, venture Pub. 207.
- Fişek, K. (1998). Türkiye'de ve Dünyada Spor Yönetimi. Ankara: Bağırhan Yayınevi, 45-46.
- Gazanfer, D. & Aşçı, H. (2006). Spor Bilimlerine Giriş. Mirzaoğlu N. (Ed.), Spor Yayınevi, Ankara 2006.
- Güçlü, M. & Yentür, J. (2008). Milli takım düzeyindeki elit bayan sporcuların kişisel ve sosyal uzum düzeyleri ile bedenlerini algılama düzeylerinin karşılaştırılması. Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 6(4), 184.
- Gürbüz, M. & Aydın, A.H. (2012). Zaman kavramı ve yönetimi. KSÜ Sosyal Bilimler Dergisi, 9(2), 1-20.
- Harmancı, M. (2014). Zaman bilinci: 25. saat etkinliği. (4. Baskı). İstanbul: Nesil Yayınları, 29-33.
- Hazar, A. (2014). Rekreasyon ve Animasyon. Ankara: Detay Yayıncılık
- Jensen, C.R. (1977). Leisure and recreation: Introduction and overview. Philadelphia: Lea&Febiger, 7.
- Karaküçük, S. (1997). Rekreasyon (İkinci Basım). Ankara: Seren Ofset, 16.
- Karaküçük, S. (1999). Rekreasyon boş zaman değerlendirme, Ankara: Bağırhan Yayınları.
- Karaküçük, S. (2005). Rekreasyon. Ankara: Gazi Kitabevi.

- Karaküçük, S. (2008). *Rekreasyon Boş Zamanları Değerlendirme*. Ankara: Gazi Kitabevi.
- Kılbaş, Ş. (2005). *Rekreasyon ve Boş Zamanı Değerlendirme*, Anaca Yayınları, İstanbul.
- Kılıç, L. (2017). *Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışlarının Bazı Değişkenlere Göre Değerlendirilmesi*, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul: İstanbul Gelişim Üniversitesi Yayınları.
- Koca, C. (2016). *Beden Eğitimi ve Spor Alanında Toplumsal Cinsiyet İlişkileri*. Hacettepe Spor Bilimleri Dergisi, 17(2), 81-89.
- Kraus, R.G. (1977). *Recreation today: Program Planning and Leadership*. Santa Monica: CA: Goodyear Pub.
- Medicine, ACSM. (2018). *ACSM's Guidelines for Exercise Testing and Prescription* [e-book] Wolters Kluwer Health (10. ed).
- Mieczkowski, Z. (1990). *World Trends in Tourism and Recreation*. New York: P. Lang.
- Patrick, D.L. & Erickson, P. (1993). *Health status and health policy: Quality of life in health care evaluation and resource allocation*. New York: Oxford University Press.
- Şahan, H. (2007). *Üniversite Öğrencilerinin Sosyalleşme Sürecinde Spor Aktivitelerinin Rolü*. Yüksek Lisans Tezi, Konya Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya, 33-35.
- Solmaz, B. & Aydın, B.O. (2012). *Popüler Kültür ve Spor Merkezlerine Yönelik Bir Araştırma*. Gümüşhane Üniversitesi İletişim Fakültesi Elektronik Dergisi, 67-82.
- Somuncuoğlu, S. et al. (2012). *Sağlık Kurumları Yönetimi-I*, Tatar M (Ed.), Anadolu Üniversitesi, TC Anadolu Üniversitesi Yayını (No:2631), Açıköğretim Fakültesi Yayını, 1599.
- Suiçmez, H. (2000). *Türkiye ve İngiltere'deki sportif rekreasyon yöneticilerinin karakteristik özellikleri*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, K.T.Ü, Trabzon
- Tanrıverdi, H. (2012). *Spor Ahlakı ve Şiddet*. The Journal of Academic Social Science Studies France: Publication of Association Esprit, Société et Rencontre Strasbourg, 5(8), 1071-93.
- Tekin, A. (2009). *Rekreasyon*. Ankara: Ata Ofset Matbaacılık.
- Tekin, A., & Tekin, G. (2014). *Antik Yunan Dönemi: Spor ve Antik Olimpiyat Oyunları*, Tarih Okulu Dergisi, s.121-140. doi:http://dx.doi.org/10.14225/Joh480,
- Tekin, G. Amman, M.T. & Tekin, A. (2009). *Serbest zamanlarda yapılan fiziksel egzersizin üniversite öğrencilerinin depresyon ve atılganlık düzeylerine etkisi*. Uluslararası insan bilimleri dergisi, 6(2), 148-159.
- Temel, AS. & Tükel, Y. (2020). *14-16 yaş rekreatif amaçlı spor etkinliklerine katılan çocukların özgüven düzeylerinin farklı değişkenler açısından incelenmesi*. Sosyal Bilimler Dergisi / The Journal of Social Science, 7(45), 194203. DOI: http://dx.doi.org/10.29228/SOBIDER.41940.
- Tezcan, M. (1982). *Sosyolojik Açından Boş Zamanların Değerlendirilmesi*. Ankara: AÜEF Yayınları, 116, 78.

- Tordkilsen, G. (2005). *Leisure and Recreation Management*. 5. Edition. New York: Routledge, Taylor and Francis Group.
- Tükel, Y. (2018). Sportif Rekreasyon Faaliyeti Olarak Masa Tenisi Oynayan Sporcuların Spora Yönelik Tutumlarının Cinsiyete ve Medeni Duruma Göre Değerlendirilmesi. *Sportive*, 1(1), 12-18.
- Watkins, M. & Bond, C. (2007). Ways of experiencing leisure. *Leisure Sciences*, 29(3), 287- 307.
- Yetim, A. (2000). Sporun Sosyal Görünümü. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 63.
- Yıldız, G. (2015). I. ve II. Rekreasyon Araştırmaları Kongrelerinde Sunulan Bildirilerde Yararlanılan Teorilere İlişkin Bir İnceleme, III. Rekreasyon Araştırmaları Kongresi. 2015, Eskişehir, 24-31.
- Yıldız, S.M . (2009). Spor ve Fiziksel Etkinlik Hizmetleri: Geniş Bir Sınıflama. *Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 22, 1-10.
- Zorba, E. (2006). *Vücut yapısı ölçüm yöntemleri ve şişmanlıkla başa çıkma*. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- Zorba, E., & Bakır, M. (2004). Serbest Zaman Kavramı. *Sporda Sosyal Alanlar Seçme Konular 1*. Ramazanoğlu F (Ed), Bıçaklar Kitabevi, Ankara, 106.
- Zorba, E., Kesim, Ü., Ağılönü, A., & Cerit, E. (2006). Üniversite Öğrencilerinin Rekreatif Etkinliklere Katılım Düzeylerinin Belirlenmesi (Muğla Üniversitesi Örneği). 9. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi Kitapçığı, 2006, Muğla, 226-239.