

**REKREASYON ALANLARINA KATILIMI ENGELLEYEN  
UNSURLARIN VÜCUT KİTLE İNDEKSİ  
PERSPEKTİFİNDE DEĞERLENDİRİLMESİ**

**PROJE NO: 16.KARİYER.97**

**Proje Yöneticisi: Arş. Gör. Dr. İlkey DOĞAN**

**Araştırmacılar: Arş. Gör. Dr. Hüseyin GÜMÜŞ**

**Aralık, 2016  
AFYONKARAHİSAR**

**T.C.  
AFYON KOCATEPE ÜNİVERSİTESİ  
KARİYER DESTEK PROJESİ SONUÇ RAPORU**

**REKREASYON ALANLARINA KATILIMI ENGELLEYEN UNSURLARIN  
VÜCUT KİTLE İNDEKSİ PERSPEKTİFİNDE DEĞERLENDİRİLMESİ**

**PROJE NO: 16.KARİYER.97**

**Proje Yöneticisi** : Arş. Gör. Dr. İlkay DOĞAN  
**Araştırmacılar** : Arş. Gör. Dr. Hüseyin GÜMÜŞ  
**Başlama Tarihi** :19.07.2016  
**Bitiş Tarihi** :13.12.2016

**Afyon Kocatepe Üniversitesi  
AFYONKARAHİSAR -2016**

## İÇİNDEKİLER

<b>İÇİNDEKİLER.....</b>	<b>i</b>
<b>1- GİRİŞ .....</b>	<b>1</b>
<b>2- GEREÇ ve YÖNTEM .....</b>	<b>6</b>
<b>3- BULGULAR.....</b>	<b>8</b>
<b>4- TARTIŞMA .....</b>	<b>14</b>
<b>5- ÖZET .....</b>	<b>20</b>
<b>6- SUMMARY .....</b>	<b>21</b>
<b>7- KAYNAKLAR .....</b>	<b>22</b>
<b>8- EKLER .....</b>	<b>27</b>

## 1. GİRİŞ

Çağımızda yaşam koşulları insanoğlunu daha az hareket eder duruma getirmektedir. Bugün birçok insan gün boyu oturarak çalışmakta, zamanlarının büyük çoğunluğunu saatlerce ekran karşısında televizyon seyrederek ya da bilgisayar başında geçirmekte ve bu arada yiyecek bir şeyler atıştırmaktadır. Bireylerin harcadıklarından çok aldıkları enerji, hareketsiz yaşam sonucu vücut yağ kitlesinde artışa ve şişmanlığa yol açmaktadır. Buna benzer birçok faktöre bağlı olarak şişmanlık günümüzde çok karşılaşılır bir sorun haline gelmiştir. Koroner kalp hastalıkları, diyabet gibi birçok kronik hastalığın oluşmasına zemin hazırlamaktadır. Şişmanlığın önlenmesinde diyetin yanı sıra egzersizin de olması daha etkili ve sağlıklı sonuç alınması açısından vazgeçilmezdir (Yıldırım ve ark., 2012).

Tarihsel süreç içerisinde aşırı kilo ve obezite hemen hemen bütün toplumlarda sağlık ve zenginlik belirtisi olarak algılanmaya başlamıştır. İnsanoğlunun tarih boyunca açlık, kıtlık ve yokluklarla mücadele ettiği düşünüldüğünde bu algının olması doğal karşılanabilir.

Açlık ve yokluk günümüzde hala bazı topluluklarda var olsa da artık, beslenme noksanlığı ve enfeksiyon hastalıklarına bağlı sağlık sorunları yerini, çoğu yerde aşırı beslenme ve obezitenin getirdiği sağlık sorunlarına bırakmıştır. Obezite, başlangıçta gelişmiş ülkelerin sorunu olarak kabul edilirken gelişmekte olan ülkelerde de endüstriyel gelişmeler, gelir düzeylerinin artması, batı yaşam tarzının benimsenmesi, enerji alımı artarken enerji harcanmasının azalması ve nihayet kırsaldan kente göç olgusu ile birlikte kaçınılmaz olmuştur (TEMD, 2014).

Son yüzyılda özellikle gelişmiş ülkelerde, çevresel değişim hızının artması insan yapısını önemli ölçüde etkilemekte ve insanlar yüksek enerjili pek çok besinin olduğu bir hayata kolaylıkla uyum sağlamaktadır. Teknolojik gelişmelere bağlı

olarak taşımacılık, otomasyon, ev, iş ve alışveriş yerlerindeki araç ve gereçlerdeki değişim hareket gereksinimini önemli derecede azaltmıştır. İşyerinde çalışırken, araba kullanırken, televizyon izlerken kısacası günlük yaşantımızın büyük bir bölümünde devamlı oturmakta, ucuz ve ulaşılabilir elektronik eğlenceler evleri çekici ve insanları da daha az aktif hale getirmektedir (Yıldırım ve ark., 2012).

Obezitenin artışına paralel olarak birçok zayıflama yönteminin ortaya çıkışı ve birçoğunun zararlı olduğu konusundaki yayınlar insanların zayıflama konusundaki motivasyonunu bozmaktadırlar. Zayıflama reçeteleri uygulayan bireylerde görülen rahatsızlıkların başında kilo düşerken bedenin temel yapı taşlarının (kas kütlesi, kemik mineral içeriği) eksildiği görülmektedir (Özer, 2006).

Tükettiğimiz yiyecek ve içecekler kalite ve miktar yönünden büyük ölçüde ilgimizi çekmekle birlikte, fiziksel aktivite yoluyla harcadığımız enerji konusuna daha az önem vermekteyiz. Oysaki yiyecek ve içeceklerle enerji alımı ve aktivite sonucu enerji harcaması birbiriyle çok yakından ilişkilidir. Avcı-toplayıcı olarak insan nesli, geniş mesafelere yayılan besinleri araştırabilmek, ulaşabilmek için yeterli enerji deposu ve aktiviteye gereksinim duymuştur. Bu durum insanların milyon yıllık bir sürenin üzerinde başarılı bir şekilde hayatta kalmalarında yardımcı olmuştur. İnsanlara “hayatı kolaylaştırmak” daha kolay “fiziksel aktivite/ zindelik düzeylerini korumak için vakit bulmak ve motive olmak” daha zor gelmektedir. Bunun sonucunda, özellikle batı ülkelerindeki nüfusun yaklaşık %70’i ideal sağlık ve enerji dengesi için yetersiz düzeyde aktif hale gelmiştir (Yıldırım ve ark., 2012). Bu nedenle spor ve egzersiz kavramları obezite ile mücadele reçetelerinin vazgeçilmez birer parçası haline gelmiştir. Rekreatif bir davranış biçimi olarak spor, bireylerin ideal vücut ölçülerine sahip olmalarından psikolojik rahatlama ve yenilenmeye kadar birçok görev üstlenmiştir. Bu nedenle sağlıklı bir nesil yetiştirmede devletin spor politikaları ve bu politikaların sevk ve idarecileri ayrı bir öneme sahiptir.

Spor kavramıyla doğrudan ve ya dolaylı ilişki içerisinde olan rekreasyon alanlarının planlanmasında yerel yönetimlerin çalışmalarına hız verdikleri görülmektedir. Özellikle büyükşehirlerdeki yerel yönetimler, insanlara boş zamanlarını verimli hale dönüştürme fırsatı veren rekreasyon kavramını öğretmekte, onları iş, yaşam ve geçim sıkıntısından bir parça da olsa uzaklaştırmaya çalışmakta ve yaşam kalitesini artırmayı hedeflemektedir. Bu amaçlar doğrultusunda yerel yönetimler; sportif faaliyetler, eğlendirici oyunlar, eğitici ve bilgiye dayanan çeşitli oyun ve etkinlik seçenekleri ile bu etkinlikleri en verimli şekilde uygulayabilecekleri rekreasyon alanlarını kamuoyunun hizmetine sunmaya devam etmektedirler (Koçyiğit ve Yıldız, 2014).

Bilimsel ve teknolojik gelişmelerin insanların yaşam tarzlarını ve sağlıklarını etkilediği şüphe götürmez bir gerçektir. Teknolojik gelişmeler insanları hareketsizliğe yönlendirdiği gibi, insanların beslenme alışkanlıklarında da değişikliklere neden olmuş, sağlıklarını da olumsuz etkilemiştir. Literatürde 20. yüzyılın son çeyreğinde başlamak üzere obezite sadece gelişmiş ülkelerde değil, dünya genelinde yüz yüze kalınan önemli problemlerden biri haline gelmiştir (Freedman ve ark., 1999). Türkiye’de de birçok dünya ülkesinde olduğu gibi yetersiz ve dengesiz beslenme önemli bir problem haline gelmeye başlamıştır. Ayaküstü beslenme olarak adlandırılan “fastfood” alışkanlıklarının yaygınlaşması ve fizik aktivitenin azalıp daha inaktif bir yaşam sürdürülmesi özellikle dengesiz beslenmenin en önemli sonucu olan şişmanlık sıklığının artışının temelinde yatan nedenler arasında yer almaktadır (Ilgaz, 2001).

Obezite tedavisinin amacı, gerçekçi bir vücut ağırlığı kaybı hedeflenerek, obeziteye ilişkin morbidite ve mortalite risklerini azaltmak, bireye yeterli ve dengeli beslenme alışkanlığı kazandırmak ve yaşam kalitesini yükseltmektir. Vücut ağırlığının 6 aylık dönemde % 10 azalması, obezitenin yol açtığı sağlık sorunlarının önlenmesinde önemli yarar sağlamaktadır (Sağlık Bakanlığı Araştırma Raporu, 2015).

Literatürde yapılan çalışmalar sadece beden kitle indeksi yüksek kişilerin değil, beden kitle indeksi düşük olan bireylerinde bir çok hastalık için risk faktörü oluşturduğunu göstermektedir (Baş ve ark., 2014; Ejike, 2013; Sunwoo ve ark., 2011).

Erişkinlerde fiziksel aktivite ve beden kitle indeksi ilişkisinin araştırıldığı çalışmada düzenli olarak yapılan egzersizlerin, yetişkinlerin ideal vücut ağırlığının korunmasına yardımcı olurken, BKİ'nin normal seviyelerde tutulmasında oldukça önemli bir role sahip olduğunu belirterek, Bu amaçla hareketsiz yaşayan yetişkin bireylerin BKİ hakkında bilgilendirilmesi gerektiğinin önemine değinilmiştir (Sevimli, 2008). BKİ'in ideal düzeyde tutulması noktasında tıbbi müdahalelerden ziyade dengeli beslenme ve fiziksel aktivite ön plana çıkmaktadır.

Dünya sağlık örgütüne göre; teknolojik gelişmeyle beraber fiziksel aktivite düzeyinde kayda değer oranda bir azalma olduğu ve buna bağlı olarak her yıl 2 milyonu aşkın insanın hayatını kaybettiği belirtilmektedir (World Health Organization, 2010). Bireylerin fiziksel aktivite düzeyini artırma noktasında rekreasyon alanları önemli bir misyon üstlenmiştir. İçinde bulunduğumuz yüzyılda giderek betonlaşan yaşam alanları, sanayileşen ve her geçen gün daha da artan nüfus şehirlerin, insanların rahat hareket edebileceği, spor yapabileceği, rekreasyonel faaliyetlere katılabileceği ve daha da önemlisi şehrin stresinden arınıp, dinlenebileceği; halka açık ve yeşil rekreasyon alanlarının önemini artırmaktadır. Rekreasyon alanları her ne kadar erkek dünyasına ait, hegemonizmin yaşandığı “cinsiyetleşmiş mekânlar” olarak algılansa da (Kara, 2014) beton yığınları arasında sıkışıp kalan kent sakinlerinin temiz, nezih, aktivite çeşitliliği sunan ve olabildiğince yeşil rekreasyon alanlarına olan yoğun talepleri yadsınamaz bir gerçektir (Şahin ve Kocabulut, 2014).

Yapılan alışmalar Türkiye’de bireylerin boş zamanlarını daha çok inaktif aktivitelerle geçirdiğini göstermektedir (ztrk ve ark., 2015; Tural, 2004; Ayan, 2009; ztrk, 2016). Aktif bir yaşam tarzı için yerel yönetimler bireylerin rekreasyonel etkinliklere katılım ihtiyaçlarını karşılama konusunda sorumluluğu olan kurum ve kuruluşlar olarak özellikle son zamanlarda modern park ve rekreasyon alanlarının inşa edilmesine, eskilerinin ise modernize edilmesine yönelik çalışmalara girişmişlerdir (Gümüş ve ark., 2015). Dolayısıyla bireylerin rekreasyon alan tercihlerinde etkili olan faktörlerin bilinmesi, hedef kitlenin bu alanları daha yoğun ve aktif bir şekilde kullanması ve literatürde bu konuda bir eksikliği giderme noktasında katkı sağlayıcı olacaktır. Bu nedenle rekreasyon alanlarının daha fazla insan tarafından kullanılması noktasında bu çalışmanın amacı beden kitle indeksi ve rekreasyon alan tercihi arasındaki ilişkinin incelenmesidir.



## 2. GEREÇ ve YÖNTEM

Araştırmanın evreni Ankara ilinde yaşayan 18 yaş üzeri bireyler oluşturmaktadır. Örneklem seçimi, olasılıklı olmayan örnekleme yöntemlerinden kasti örnekleme (amaca yönelik - purposive sampling) yöntemi yardımıyla gerçekleştirilmiştir. Araştırmaya gönüllü olarak 487 birey katılmıştır. Elde edilen verilerin incelendiğinde bazı katılımcıların cevapları geçersiz sayılmış (67 katılımcı) ve örneklem grubu son noktada 420 katılımcıdan oluşmuştur ( $\bar{X}_{yaş} = 31,11$   $ss_{yaş} = 10,99$ ).

Veri toplama aracı olarak demografik bilgi formu ve rekreasyon alanı tercih etkenleri ölçeği kullanılmıştır. Kişisel bilgileri elde etmek amacıyla yaş, boy, vücut ağırlığı, cinsiyet, medeni durum, eğitim ve gelir düzeylerine ilişkin sorular yer almaktadır.

Obezitenin tanınmasında ve belirlenmesinde pek çok yöntem olmasına rağmen, tanı koymak için basit bir gözlem genellikle yeterlidir. Bununla birlikte sınıflayabilmek ve obezitenin tipini belirlemek için sıklıkla beden kitle indeksi (BKİ) ve bel çevresi ölçümü yapılmaktadır.

BKİ kilogram cinsinden vücut ağırlığının, metre cinsinden boyun karesine bölünmesiyle [ $\text{Vücut ağırlığı/boy}^2$ ] kolayca hesaplanabilir ve birimi  $\text{kg/m}^2$ 'dir. BKİ'nin  $18,5 \text{ kg/m}^2$ 'den küçük olması zayıflık,  $18,5\text{-}25 \text{ kg/m}^2$  olması normal,  $25\text{-}30 \text{ kg/m}^2$  kilo fazlalığı, gürbüz, toplu ya da preobez olarak kabul edilir. Otuz  $\text{kg/m}^2$ 'den büyük BKİ ise obeziteyi gösterir. Obezite evre I (BKİ 30-40), evre II (BKİ 40-50) ve evre III (BKİ >50) olarak alt sınıflara ayrılabilir (TEMD, 2014).

Rekreasyon alanı tercih etkenleri ölçeği Gümüş (2016) tarafından geliştirilen ve bireylerin gidecekleri rekreasyon alanını seçerken nelere önem verdiklerini ölçen 5 alt boyut (Sportif Çeşitlilik, Personel, Konum, Fiziki İmkanlar, Aktivite) ve toplam 24 maddeden oluşan 5’li Likert türü ölçektir (1: Hiç önemli değil, 5: Çok önemli).

Veri toplama formları Ankara’nın 9 farklı ilçesinde yaşayan bireylere uygulanmıştır. Veri toplama araçları uygulanmadan önce, uygulamanın ortalama 6 dakika sürdüğü, her bir sorunun cevaplanması gerektiği, elde edilen bilgilerin sadece bu araştırma kapsamında kullanılacağı araştırmacılar tarafından ayrıca ifade edilmiştir.

Veri toplama aracıyla elde edilen bilgiler SPSS paket programına aktarılmış ve betimsel istatistiğın yanı sıra (yüzde, frekans) iki grubun karşılaştırılmasında t testi, ikiden fazla grubun karşılaştırılmasında varyans analizi (ANOVA) uygulanmıştır.

### 3. BULGULAR

Beden kitle indeksi ve rekreasyon alan tercihi arasındaki ilişkinin incelenmesinin amaçlandığı bu çalışmada katılımcılara ait demografik özellikler Tablo 1’de verilmiştir.

**Tablo 1.** Araştırma grubunun demografik bilgileri

Değişkenler		Sayı (f)	Yüzde (%)
Cinsiyet	Kadın	239	56,9
	Erkek	181	43,1
Medeni Durum	Evli	207	49,3
	Bekâr	213	50,7
Yaş	18-29	220	52,4
	30-42	120	28,6
	43-55	80	19,0
Beden Kitle İndeksi	Zayıf	50	11,9
	Normal	165	39,3
	Hafif şişman	148	35,2
	Obez	57	13,6
Eğitim Durumu	İlköğretim (ilk-ort.)	50	11,9
	Lise	80	19,0
	Üniversite	290	69,1

Tablo 1 incelendiğinde, araştırmaya katılanların %56,9’u (f=239) kadın ve %43,1’i (f=181) erkek; %50,7’si (f=213) bekâr, %49,3’ü (f=207) evli olarak tespit edilmiştir. Katılımcıların %52,4’ü “18-29” yaş aralığında ve %69,1’i (f=290) üniversite mezunu olduğunu bildirmiştir. Bununla birlikte araştırmaya katılanların beden kitle indeksi değerleri incelendiğinde %35,2’si (f=148) “hafif şişman”, %39,3’ü “normal”, %13,6’sı (f=57) obez ve %11,9’u (f=50) “zayıf” olarak sınıflandırılmıştır.

**Tablo 2:** Rekreasyon Alanları Tercih Etkenleri Ölçeği Alt Boyutlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Cinsiyet	N	Ortalama	Standart Sapma	t	p
<b>Sportif Çeşitlilik</b>	ERKEK	181	3,81	0,62	-2,472	0,014*
	KADIN	239	3,95	0,58		
<b>Personel</b>	ERKEK	181	4,13	0,77	-2,834	0,005**
	KADIN	239	4,32	0,56		
<b>Konum</b>	ERKEK	181	3,65	0,85	-3,614	0,001**
	KADIN	239	3,92	0,71		
<b>Fiziki imkân</b>	ERKEK	181	3,68	0,93	-1,881	0,061
	KADIN	239	3,85	0,87		
<b>Aktivite</b>	ERKEK	181	4,01	0,81	-0,353	0,724
	KADIN	239	4,03	0,74		

\*p<0,05; \*\*p<0,01

Rekreasyon alanları tercih etkenleri ölçeği alt boyutlarının cinsiyete göre karşılaştırılması sonuçları Tablo 2’de verilmiştir. Tablo 2 incelendiğinde; katılımcıların cinsiyetleri ile rekreasyon alanı tercih etkenleri ölçeğinin sportif çeşitlilik, personel ve konum alt boyutlarında istatistiksel olarak fark olduğu belirlenmiştir ( $p<0,05$ ). Bunun yanı sıra, katılımcıların cinsiyetleri ile rekreasyon alanı tercih etkenleri ölçeğinin fiziki imkan ve aktivite alt boyutlarında istatistiksel olarak farklılık tespit edilmemiştir ( $p>0,05$ ). Buna göre; kadınlar rekreasyon alanlarının sportif çeşitliliğine ( $\bar{x}=3,95$ ), alanda çalışan personele ( $\bar{x}=4,32$ ) ve rekreasyon alanının konumuna ( $\bar{x}=3,92$ ) erkeklere göre daha fazla önem vermektedir.

**Tablo 3:** Rekreasyon Alanları Tercih Etkenleri Ölçeği Alt Boyutlarının Medeni Duruma Göre Karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Medeni durum	N	Ortalama	Standart Sapma	t	p
<b>Sportif Çeşitlilik</b>	Evli	207	3,96	0,46	2,479	0,014*
	Bekâr	213	3,82	0,70		
<b>Personel</b>	Evli	207	4,40	0,63	5,137	0,001**
	Bekâr	213	4,08	0,66		
<b>Konum</b>	Evli	207	3,83	0,79	0,716	0,475
	Bekâr	213	3,78	0,77		
<b>Fiziki imkân</b>	Evli	207	3,60	1,11	-4,107	0,001**
	Bekâr	213	3,95	0,58		
<b>Aktivite</b>	Evli	207	4,09	0,83	1,862	0,063
	Bekâr	213	3,95	0,70		

\*p<0,05; \*\*p<0,01

Rekreasyon alanları tercih etkenleri ölçeği alt boyutlarının medeni duruma göre karşılaştırılması sonuçları Tablo 3’de verilmiştir. Buna göre; katılımcıların medeni durumları ile rekreasyon alanı tercih etkenleri ölçeğinin sportif çeşitlilik, personel ve fiziki imkan alt boyutlarında istatistiksel olarak fark olduğu tespit edilmiştir (p<0,05). Bunun yanı sıra, katılımcıların medeni durumları ile rekreasyon alanı tercih etkenleri ölçeğinin konum ve aktivite alt boyutlarında istatistiksel olarak farklılık tespit edilmemiştir (p>0,05). Sonuç olarak, evli olan katılımcıların rekreasyon alanlarının sportif çeşitliliğine ( $\bar{x}$ =3,96) ve alanda çalışan personele ( $\bar{x}$ =4,40) bekarlara göre daha fazla önem vermektedir. Bekar katılımcılar ise rekreasyon alanının fiziki imkanlarına ( $\bar{x}$ =3,95) evli olan katılımcılara göre daha fazla önem vermektedir.

**Tablo 4:** Rekreasyon Alanları Tercih Etkenleri Ölçeği Alt Boyutlarının Yaş Gruplarına Göre Karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Yaş	N	Ortalama	Standart Sapma	F	p
<b>Sportif Çeşitlilik</b>	18-29	220	3,83 <sup>b</sup>	0,64	5,272	0,005**
	30-42	120	3,88 <sup>b</sup>	0,59		
	43-55	80	4,08 <sup>a</sup>	0,48		
<b>Personel</b>	18-29	220	4,13 <sup>b</sup>	0,60	8,499	0,001**
	30-42	120	4,28 <sup>ab</sup>	0,73		
	43-55	80	4,48 <sup>a</sup>	0,70		
<b>Konum</b>	18-29	220	3,82	0,79	0,324	0,723
	30-42	120	3,83	0,80		
	43-55	80	3,74	0,75		
<b>Fiziki imkân</b>	18-29	220	4,02 <sup>a</sup>	0,53	19,630	0,001**
	30-42	120	3,61 <sup>b</sup>	1,08		
	43-55	80	3,37 <sup>b</sup>	1,17		
<b>Aktivite</b>	18-29	220	3,96	0,69	1,646	0,194
	30-42	120	4,08	0,74		
	43-55	80	4,11	0,99		

\*p<0,05; \*\*p<0,01; a,b: farklı harfleri içeren gruplar arasındaki farklar önemlidir.

Rekreasyon alanları tercih etkenleri ölçeği alt boyutlarının yaş gruplarına göre karşılaştırılması sonuçları Tablo 4’de verilmiştir. Tablo 4 dikkate alındığında; katılımcıların yaş grupları ile rekreasyon alanı tercih etkenleri ölçeğinin sportif çeşitlilik, personel ve fiziki imkan alt boyutlarında istatistiksel olarak fark olduğu belirlenmiştir (p<0,05). Bunun yanı sıra, katılımcıların yaş grupları ile rekreasyon alanı tercih etkenleri ölçeğinin konum ve aktivite alt boyutlarında istatistiksel olarak farklılık belirlenmemiştir (p>0,05). Yaş grubu yüksek olan katılımcılar (43-55) sportif çeşitlilik ( $\bar{x}$ =4,08) ve alanda çalışan personele ( $\bar{x}$ =4,48) diğer yaş gruplarına göre daha fazla önem verirken, yaş grubu düşük olan katılımcılar (18-29) fiziki imkânlar ( $\bar{x}$ =4,02) diğer yaş gruplarına göre daha fazla önem vermektedir.

**Tablo 5:** Rekreasyon Alanları Tercih Etkenleri Ölçeği Alt Boyutlarının Eğitim Durumlarına Göre Karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Eğitim Durumu	N	Ortalama	Standart Sapma	F	p
<b>Sportif Çeşitlilik</b>	İlköğretim	50	4,04	0,47	2,226	0,109
	Lise	80	3,93	0,55		
	Üniversite	290	3,86	0,63		
<b>Personel</b>	İlköğretim	50	4,55 <sup>a</sup>	0,63	6,344	0,002*
	Lise	80	4,23 <sup>b</sup>	0,60		
	Üniversite	290	4,19 <sup>b</sup>	0,68		
<b>Konum</b>	İlköğretim	50	3,92	0,79	1,104	0,333
	Lise	80	3,71	0,84		
	Üniversite	290	3,81	0,76		
<b>Fiziki imkân</b>	İlköğretim	50	3,30 <sup>b</sup>	1,19	11,382	0,001*
	Lise	80	3,63 <sup>b</sup>	0,97		
	Üniversite	290	3,90 <sup>a</sup>	0,78		
<b>Aktivite</b>	İlköğretim	50	4,21	0,83	1,853	0,158
	Lise	80	3,95	0,76		
	Üniversite	290	4,01	0,76		

\*p<0,01; a,b: farklı harfleri içeren gruplar arasındaki farklar önemlidir.

Rekreasyon alanları tercih etkenleri ölçeği alt boyutlarının eğitim durumlarına göre karşılaştırılması sonuçları Tablo 5'te verilmiştir. Buna göre; katılımcıların eğitim durumları ile rekreasyon alanı tercih etkenleri ölçeğinin personel ve fiziki imkan alt boyutlarında istatistiksel olarak fark olduğu tespit edilirken (p<0,05), sportif çeşitlilik, konum ve aktivite alt boyutlarında istatistiksel olarak farklılık tespit edilmemiştir (p>0,05). Eğitim durumları ilköğretim seviyesinde olan katılımcılar alanda çalışan personele ( $\bar{x}$ =4,55) diğer gruplarına göre daha fazla önem vermektedir. Bunun yanı sıra, eğitim durumları üniversite seviyesinde olan katılımcılar fiziki imkânlara ( $\bar{x}$ =3,90) diğer gruplara göre daha fazla önem vermektedir.

Rekreasyon alanları tercih etkenleri ölçeği alt boyutlarının beden kitle indeksine göre karşılaştırılması sonuçları Tablo 6’da verilmiştir.

**Tablo 6:** Rekreasyon Alanları Tercih Etkenleri Ölçeği Alt Boyutlarının Beden Kitle İndeksine Göre Karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Beden Kitle İndeksi	N	Ortalama	Standart Sapma	F	p
<b>Sportif çeşitlilik</b>	Zayıf	50	4,06	0,68 <sup>b</sup>	35,217	0,001*
	Normal	165	3,65	0,64 <sup>c</sup>		
	Hafif şişman	148	3,88	0,37 <sup>b</sup>		
	Obez	57	4,47	0,45 <sup>a</sup>		
<b>Personel</b>	Zayıf	50	4,35	0,51 <sup>a</sup>	7,636	0,001*
	Normal	165	4,05	0,74 <sup>b</sup>		
	Hafif şişman	148	4,32	0,65 <sup>a</sup>		
	Obez	57	4,44	0,48 <sup>a</sup>		
<b>Konum</b>	Zayıf	50	3,99	0,66	1,892	0,130
	Normal	165	3,74	0,78		
	Hafif şişman	148	3,76	0,77		
	Obez	57	3,92	0,90		
<b>Fiziki imkân</b>	Zayıf	50	3,95	0,76 <sup>a</sup>	6,141	0,001*
	Normal	165	3,81	0,80 <sup>ab</sup>		
	Hafif şişman	148	3,56	1,07 <sup>b</sup>		
	Obez	57	4,09	0,63 <sup>a</sup>		
<b>Aktivite</b>	Zayıf	50	3,95	0,67 <sup>ab</sup>	5,407	0,001*
	Normal	165	4,14	0,70 <sup>a</sup>		
	Hafif şişman	148	4,04	0,82 <sup>ab</sup>		
	Obez	57	3,68	0,82 <sup>b</sup>		

\* $p < 0,01$ ; *a, b, c: farklı harfleri içeren gruplar arasındaki farklar önemlidir.*

Tablo 6 dikkate alındığında; araştırma grubunun beden kitle indeksleri ile rekreasyon alanı tercih etkenleri ölçeğinin sportif çeşitlilik, personel, fiziki imkanlar ve aktivite alt boyutlarında istatistiksel olarak fark olduğu tespit edilmişken ( $p < 0,001$ ); konum alt boyutunda istatistiksel olarak farklılık tespit edilmemiştir ( $p > 0,05$ ). Buna göre; obez bireyler rekreasyon alanlarının sportif çeşitliliğine ( $\bar{x}=4,47$ ), fiziki imkanlarına ( $\bar{x}=4,09$ ) ve alanda çalışan personele ( $\bar{x}=4,32$ ) diğer gruplara göre daha fazla önem vermektedir. Benzer şekilde, beden kitle indeksi normal olan bireyler ise rekreasyon alanlarında yapılan sosyal ve sanatsal aktivitelere ( $\bar{x}=4,14$ ) diğer gruplara göre daha fazla önem vermektedir.



#### 4. TARTIŞMA

Beden Kitle İndeksi ve rekreasyon alan tercihleri arasındaki ilişkinin incelenmesinin amaçlandığı bu çalışmada araştırmaya yaşları 18-55 arasında 420 birey katılmıştır.

Yapılan analizler neticesinde araştırma grubunun rekreasyon alanı tercih etkenleri ölçek puanları sportif çeşitlilik, personel ve konum altboyutlarında cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermektedir. Kadın personelin her üç altboyuta da verdikleri önem erkek personele göre daha olumludur. Bu bulgu rekreasyon alanı tercihi ile cinsiyet arasında anlamlı bir ilişki olduğu şeklinde yorumlanabilir. Ardahan ve Yerlisu (2011) erkeklerin rekreasyon tercihleri konusunda iş, aile, toplumsal sorumluluklar gibi sosyal kurumların da desteklediği yapılardan dolayı daha aktif ve rahat olduğunu ve kadınların ise üstlendikleri roller gereği rekreasyonel tercihlerde daha kısıtlı fırsatlara sahip olduklarını belirtmişlerdir. Thapa ve ark. (2004) erkeklere oranla daha kısıtlı fırsatlara sahip olması, gidecekleri rekreasyon alanlarını seçerken, alanın kolay ulaşılabilir olması gibi faktörlerin önemsenmesini zorunlu kıldığı düşünülmektedir. Kurdoğlu ve Düzgüneş (2011) yaptıkları çalışmada konumun rekreasyon alanı kullanımında önemli bir etkisinin olduğunu vurgulamıştır. Emekli (2001) ise insanların rekreasyonel etkinlikler için ayırdıkları zaman dilimlerine bağlı olarak rekreasyon alanlarının konumunun önemli olduğunu hatta yürüyüş mesafesinde olmasının tercih sebebi sayılabileceğini belirtmiştir. Ayrıca Çetinkaya ve ark. (2015) rekreasyon alanlarında erkeklerin bayanlara oranla daha fazla etkinliğe katılım sağladıklarını belirtmişlerdir. İskender ve ark. (2015) erkeklerin sportif boş zaman değerlendirme alışkanlıklarının kadınlara oranla daha yüksek olması sebebiyle, kadınların rekreasyonel tercihlerde rekreasyonel etkinliklere katılan kişilerin memnuniyetini en fazla etkileyen kriterlerden birinin rekreasyon alanının yakın oluşu ve kolay ulaşılabilmesi olduğunu belirtmişlerdir. Ülkemizde kadının anne olmak, eş olmak, yemek, temizlik gibi ev işlerinin sorumlulukları ve bunlar için ayrılması gereken zaman dilimi düşünüldüğünde ilgili alt boyutların kadın katılımcılar için daha önemli olmasını anlaşılabilir kılmaktadır.

Araştırmanın bir başka bulgusuna göre araştırma grubunun rekreasyon alanı tercih etkenleri ölçek puanları sportif çeşitlilik, personel ve fiziki imkân alt boyutlarında medeni duruma göre anlamlı bir farklılık göstermektedir. Evli bireylerin sportif çeşitlilik ve personel alt boyutlarına verdikleri önem bekârlara göre daha fazlayken, bekâr personelin fiziki imkân alt boyutuna verdikleri önem evli bireylere göre daha olumludur. Bu bulgu rekreasyon alanı tercihi ile medeni durum arasında anlamlı bir ilişki olduğu şeklinde yorumlanabilir. Bu bulgunun oluşmasında evli bireylerin rekreasyon alanlarını genellikle hafta sonları ve aileleri ile birlikte kullanmalarının etkili olduğu düşünülmektedir. Evli olmanın ve bir aile olmanın getirdiği sorumluluklara bağlı olarak, evli bireylerin güvenlik, temizlik danışma gibi alanlarda personel alt boyutunu, aile bireyleriyle ortak gerçekleştirecekleri faaliyetler için ise sportif çeşitlilik alt boyutunu bekârlara oranla daha fazla önemsedikleri söylenebilir.

Araştırmanın bir diğer bulgusuna göre rekreasyon alanı tercih etkenleri ölçek puanları sportif çeşitlilik, personel ve fiziki imkân alt boyutlarında yaş gruplarına göre anlamlı bir farklılık göstermektedir. Bireylerin sportif çeşitlilik ve personel alt boyutlarına verdikleri önem yaş gruplarıyla doğru orantılı olarak artarken fiziki imkânlar alt boyutunda bu durumun tersi söz konusudur. Bu bulgu rekreasyon alanı tercihi ile yaş grupları arasında anlamlı bir ilişki olduğu şeklinde yorumlanabilir. Kervankıran ve Eryılmaz (2014) yaptıkları çalışmada rekreasyon alanındaki düzenlemelerin, temizliğin, ekosistemin kısacası fiziki imkanların alanlara gelen ziyaretçi sayısını etkilediğini belirtmişlerdir. Sabbağ ve Aksoy (2011) ise yaptıkları çalışmada fiziki imkânların yetersizliği nedeniyle bireylerin rekreasyonel etkinliklere katılamadıklarını belirtmişlerdir. Fiziki imkânlar alt boyutunda 18-29 yaş aralığındaki bireylerin puanları, diğer bireylerin puanlarından daha yüksektir. Bu sonuç 18-29 yaş aralığındaki bireylerin fiziki imkânlar alt boyutunu diğer bireylere göre daha fazla önemsediklerini ifade etmektedir. Kelly (1983) yaş ile birlikte bireylerin tercih ettiği rekreasyonel etkinliğe aktif katılımın azaldığını belirtmiştir.

Ayrıca Soyuer F ve Soyuer A (2008) yaşlıların gençlere oranla daha az fiziksel aktiviteye katıldığını ve daha çok yürüyüş aktivitesini tercih ettiklerini belirtmişlerdir. Bu nedenle bu bulgunun oluşmasında 18-29 yaş aralığındaki bireylerin rekreasyon alanlarını diğer bireylere oranla daha aktif kullanmalarının etkili olduğu düşünülmektedir. Kelly (1983)'e göre gençler daha çok güce dayalı ve aktif katılımı gerektiren etkinlikleri tercih ederken, ileri yaşta olanlar daha çok pasif katılımı tercih etmektedirler. 20'li yaşlarda açık alan aktivitelerine aktif katılan bir kişi 60'lı, 70'li yaşlarda kampçılık gibi, karavan gezileri gibi daha pasif olunan etkinlikleri tercih etmektedir (Akt. Ardahan ve Yerlisu, 2011). 18-29 yaş aralığındaki bireylerin, diğer bireylere oranla fiziki imkânları daha fazla önemsemesinin bir başka nedeninin ise alanda daha fazla vakit geçirmek istemelerinden kaynaklandığı söylenebilir. Tütüncü ve ark., (2011) genç yaşta bireylerin diğer bireylere oranla rekreasyonel etkinliklere katılımında daha istekli olduklarını belirtmişlerdir. Bu çıkarımdan yola çıkılarak fiziki imkânlar alt boyutuna ilişkin maddeler incelendiğinde rekreasyon alanında daha fazla vakit geçirmeye imkan sağlayacak maddelerin olmasının ortaya çıkan farklılıkta etkili olduğu düşünülmektedir.

Araştırmadan elde edilen bulgular rekreasyon alanı tercih etkenleri ölçek puanları personel ve fiziki imkânlar altboyutlarında eğitim seviyesine göre anlamlı bir farklılık göstermektedir. Bireylerin eğitim seviyesi arttıkça fiziki imkân altboyutuna verilen önem artarken personel boyutunda tam tersi bir durum söz konusudur. Personel boyutunda eğitim seviyesi arttıkça personel boyutuna verilen önem azalmaktadır. Bu bulgu rekreasyon alanı tercihi ile eğitim seviyesi arasında anlamlı bir ilişki olduğu şeklinde yorumlanabilir.

Tablo 6 incelendiğinde rekreasyon alanı tercih etkenleri ölçeğinin sportif çeşitlilik alt boyutunda en yüksek değer ( $\bar{x}=4,47$ ) obez bireylerde olduğu görülmektedir. Bu bulgu rekreasyon alanlarında obez bireylerin diğer bireylere oranla sportif çeşitliliğe daha fazla önem verdiği şeklinde yorumlanabilir. Dolayısıyla rekreasyon alanlarında yürüyüş yollarının olması, bisiklet yolunun

bulunması ve alanın farklı spor türlerini yapmaya imkan sağlaması bu alanların obez sınıfında bulunan bireyler tarafından daha fazla tercih edilebilir olmasını sağlayacaktır.

Araştırmanın bir başka bulgusunda ise personel alt boyutunda en yüksek ortalama ( $\bar{x}=4,44$ ) obez sınıfında olan bireylere aittir. Bu bulgu obez bireylerin gidecekleri rekreasyon alanlarını seçerken personel alt boyutuna diğer bireylerden daha fazla önem verdiklerini göstermektedir. Personel alt boyutundaki maddeler dikkate alındığında, rekreasyon alanlarının obez bireyler tarafından daha yoğun kullanılması için alanda spor yaptıracak eğitmenlerin olması, yeterli sayıda temizlik personelinin bulunması, alanda danışabilecek personelin bulunması, yeteri kadar güvenlik personelinin bulunması gibi önlemlerin alınmasının faydalı olacağı düşünülmektedir. Nitekim yapılan çalışmalar rekreasyonel aktivitelere katılımıda güvenliğin gerek cinsiyet temelli gerekse etnik köken temelli önemli bir engel teşkil ettiğini göstermiştir (Kara, 2013; Taylor, 2001; Floyd ve Gramann, 1993). Araştırmanın bir diğer bulgusunda ise konum altboyutunda gruplar arası anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır. Bu bulgu rekreasyon alanının şehir merkezine yakın olması, eve yakın olması ve toplu taşıma araçları ile ulaşılabilir olması gibi maddelerin tüm sınıflamalar için aynı öneme sahip olduğunun göstergesidir. Zanon ve ark. (2013) rekreasyon alanlarına katılımıda konum boyutunun gençleri kısıtladığını belirtmişlerdir. Ayrıca Gümüş (2016) kadınların toplumsal rolleri ve ailevi yükümlülükleri nedeniyle konum boyutuna erkeklere oranla daha fazla önem verdiklerini belirtmiştir. Araştırmadan elde edilen bir başka bulguya bireylerin rekreasyon alan tercihlerinde fiziki imkanlar alt boyutunda en yüksek ortalamaların ( $\bar{x}=4,09$ ) obez bireylerde olduğu görülmektedir. Buradan hareketle obez bireylerin diğer bireylere oranla rekreasyon alanlarında temizliğe, yeşil alanlara, kiralanabilecek ekipmanlara, bilgilendirici levhalara daha çok önem verdiği söylenebilir. Kervankıran ve Eryılmaz (2014) yaptıkları çalışmada rekreasyon alanındaki düzenlemelerin, temizliğin, ekosistemin kısacası fiziki imkanların alanlara gelen ziyaretçi sayısını etkilediğini belirtmişlerdir. Sabbağ ve Aksoy (2011) ise yaptıkları araştırmada fiziki imkânların yetersizliği nedeniyle öğrencilerin

rekreasyonel etkinliklere katılmadıklarını belirtmişlerdir. Araştırmanın bir diğer bulgusunda, rekreasyon alanı tercih etkenlerinin aktivite boyutunda anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Diğer bulgulardan farklı olarak bu alt boyutta en düşük ortalamaya obez sınıftaki bireyler ( $\bar{x}=3,68$ ) sahiptir. Bu bulgu rekreasyon alanlarında yapılan sosyo-kültürel etkinliklerin (konser, tiyatro vs.), sportif organizasyonların (turnuva, yarışma vs.), söyleşi, kongre, sempozyum vb. etkinliklerin diğer bireylere oranla obez sınıfta olan bireyler için önemli olmadığı şeklinde yorumlanabilir. Aktivite alt boyutunda en yüksek ortalama ( $\bar{x}=4,14$ ) normal bireylerde tespit edilmiştir. Bu bulgu rekreasyon alanlarındaki sosyal aktivitelerin normal vücut ölçüsüne sahip bireyler için önemli etkenler olduğunu göstermektedir. Gürbüz ve Henderson (2014) yaptıkları çalışmada sosyo-ekonomik durumu iyi olan öğrencilerin diğer öğrencilere oranla sosyal rekreasyonel etkinliklere daha sık katıldığını tespit etmişlerdir.

Sonuç olarak rekreasyonel etkinliklerin bireyde sağladığı fizyolojik ve psikolojik gelişmeleri ortaya koyan çok sayıda bilimsel çalışma olmakla birlikte rekreasyonel olanaklar konusunda gerek bilinç düzeyi gerekse tesisleşme anlamında çok ileri bir toplum olmadığımız şüphe götürmez bir gerçektir. Bu bilinci geliştirmede en büyük sorumluluğa sahip olması gereken devlet kurumları ve yerel yönetimler de rekreasyon olanaklarını artırmalı ve bu konuda gerekli tedbirleri almalıdırlar.

Ülkemizde son yıllarda artan tesisleşme oranına bağlı olarak spor ve fiziksel aktivite konusunda yerel yönetimlerin halka yönelik geliştirdikleri politikalar göze çarparken (Gümüş ve Karakullukçu, 2015) Amerika'da yüz yılı aşkın bir süredir yerel yönetimler, boş zaman ve rekreasyon hizmetleri sunmak amacı ile rekreasyon alanları yaratma iddiasındadırlar ve bu iddia çoğunlukla boş zaman ve rekreasyonun, yaşam kalitesine olumlu katkısına dayandırılmaktadır. Birçok araştırmacı, rekreasyon ve boş zaman hizmetleri ile programlarının toplumdaki insanların yaşam kalitesini artırabileceği için gerekli olduğunu savunmaktadırlar. Bu nedenle, rekreasyona katılımın toplumun yaşam kalitesini koruyan ya da yükselten etkileri dikkate

alındığında, rekreasyonel hizmetleri sunmak yerel yönetimlerin öncelikli sorumluluğu olmalıdır (Baker ve Palmer, 2006).

Sağlıklı bir kent ve kentli oluşmasını sağlamak amacı ile yerel yönetimler tarafından planlanacak rekreasyon alanlarının daha fazla birey tarafından kullanılması amaçlanmalıdır. Rekreasyon alanlarına daha fazla birey çekebilmek açısından, kullanıcıların rekreasyon alanlarını tercih etmelerinde etkili olan unsurların bilinmesi ve yeni yapılacak rekreasyon alanlarının bu bilgiler ışığında planlanması veya eskilerinin bu bilgiler doğrultusunda modernize edilmesi son derece önemlidir.

## ÖZET

Bireylerin vücut kompozisyonları, beslenme alışkanlıklarından giyim tarzlarına kadar yaşama dair birçok tercihlerinde etkili olmaktadır. “Kişilerin zayıf, kilolu ya da obez olmaları gidecekleri rekreasyon alanlarını tercih etmelerinde etkili midir?” sorusundan hareketle bu araştırmanın amacı rekreasyon alanı tercihi ve beden kitle indeksi arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

Araştırmaya gönüllü olarak katılan 487 bireyden elde edilen verilerin 420 tanesi araştırma kapsamına alınmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak demografik bilgi formunun yanı sıra 5 alt boyut ve toplam 24 maddeden oluşan rekreasyon alanı tercih etkenleri ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizinde betimleyici istatistiğin yanısıra t testi ve tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır.

Analiz sonuçlarına göre, araştırma grubunun beden kitle indeksleri ile rekreasyon alanı tercih etkenleri ölçeğinin sportif çeşitlilik, personel, fiziki imkanlar ve aktivite alt boyutlarında anlamlı bir fark olduğunu gösterirken; konum alt boyutunda herhangi bir farklılık tespit edilememiştir. Obez bireyler rekreasyon alanlarının sportif çeşitliliğine, fiziki imkanlarına ve alanda çalışan personele diğer gruplara göre daha fazla önem vermektedir. Beden kitle indeksi normal olan bireyler ise rekreasyon alanlarında yapılan sosyal ve sanatsal aktivitelere diğer gruplara göre daha fazla önem vermektedir. Sonuç olarak bireylerin rekreasyon alan tercihlerinde beden kitle indekslerinin etkili olduğu söylenebilir.

**Anahtar Kelimeler:** Beden Kitle İndeksi, Rekreasyon, Alan tercihi, Rekreasyon Alanı Tercih Etkenleri Ölçeği.

## SUMMARY

Body composition of individuals has an impact on many preferences from eating habits to dress style. "Is it effective people who is weak, fat or obese prefer to recreational area where they go?" based on this question the purpose of this study was to investigate the relationship between the recreation area preference and body mass index.

Among the 487 subjects voluntarily participated in the study and 420 were included in the study. Recreation Area Preference Agents scale, consist of 5 factors and 24 items was used as a data collection form besides demographic information form. For data analysis besides descriptive statistics, t test and One-way ANOVA was used.

The results showed that there is significant difference in sporting diversity, staff, physical facilities and activity factors of Recreation Area Preference Agents scale according to body mass index but there is no significant difference in location factor of Recreation Area Preference Agents scale according to body mass index. Obese individuals give more importance to sporting diversity of recreation areas, physical facilities and staff who working in the area than other groups. The person whose body mass index is normally gives more importance to social and art activities than other groups. As a result, it can be said that body mass index can be effective in recreational area preference.

**Key Words:** Body Mass Index, Recreation, Area preference, Recreation Area Preference Agents Scale.



## KAYNAKLAR

- ARDAHAN, F., YERLİSU, L. T. (2011). Açık alan rekreasyonu: Bisiklet kullanıcıları ve yürüyüşçülerin doğa sporu yapma nedenleri ve elde ettikleri faydalar. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, **8 (1)**:1327-1341.
- AYAN, N. (2009). Sakarya Emniyet Müdürlüğü İl Merkezinde Görevli Polis Memurlarının Serbest Zaman Değerlendirme Alışkanlıklarının İncelenmesi. Yüksek lisans tezi, Sakarya Üniv. Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- BAKER, D. A., PALMER, R. J. (2006). Examining the effects of perceptions of community and recreation participation on quality of life. *Social Indicators Research*, **75 (3)**: 395-418.
- BAŞ, F. Y., ARSLAN, B., TÜRKER, Y. (2014). Beden kitle indeksi düşük kişilerin biyopsikososyal yönden değerlendirilmesi. *Türkiye Aile Hekimliği Dergisi*, **20 (2)**: 64-71.
- ÇETİNKAYA, G., ERMAN, A., UZUN, M.S. (2015). Rekreasyonel amaçlı park kullanıcılarının memnuniyet ve memnuniyetsizlik faktörlerinin belirlenmesi. *International Journal of Human Sciences*, **12 (1)**: 851-869.
- EJİKE, C. (2013). Association between anxiety and obesity: A study of a young-adult Nigerian population. *Journal of Neurosciences in Rural Practice*, **4 (1)**: 13-18.
- EMEKLİ, G. (2001). Bergama'nın Turizm Coğrafyası ve Turizmin Sosyo-Ekonomik Etkileri. Bergama Belediyesi Kültür Yayınları, İzmir.

- FLOYD, M., GRAMANN, J. (1993). Effects Of Acculturation and Structural Assimilation in Resource Based Recreation: The Case Of Mexican Americans. *Journal of Leisure Research*, **25(1)**: 6- 21.
- FREEDMAN, D. S., DIETZ, W. H., SRINAVASAN, S. R., BERENSON, G. S. (1999). The relation of overweight to cardiovascular risk factors among children and adolescents, the Bogalusa heart study. *Pediatric*, **103**: 1175-82.
- GÜMÜŞ, H., KARAKULLUKÇU, Ö. F. (2015). Leisure satisfaction in football and basketball fans: A sample of Afyonkarahisar. *International Journal of Science Culture and Sport*, **3 (3)**: 401-409.
- GÜMÜŞ, H., ÖZGÜL, A. S., KARAKILIÇ, M. (2015). Fiziksel aktivite mekânı değerlendirme ölçeği (famdö): Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Hacettepe Spor Bilimleri Dergisi*, **26 (1)**: 1-18.
- GÜRBÜZ, B., HENDERSON, K. A. (2014). Leisure activity preferences and constraints: Perspectives from Turkey. *Word Leisure Journal*, **56 (4)**: 300-316.
- ILGAZ, Ş. (2001). Obezite ve Tedavisi. Sağlık Bakanlığı Ana Çocuk Sağlığı ve Aile Planlaması Genel Müdürlüğü Yayınları, Ankara.
- İSKENDER, A., AVCI, C., YAYLI, A. (2015). Gençlerin serbest zaman değerlendirme aracı olarak rekreatif faaliyetlere katılım düzeylerinin belirlenmesi. *Journal of Recreation and Tourism Research*, **2(1)**: 36-42.
- KARA, F. M. (2013). Kadınların serbest zaman davranışı, etnik grup perspektifi. *Pamukkale Journal of Sport Sciences, Special Issue*, **4**: 48-58.
- KARA, F. (2014). Gendered Space; Recreation and Women. 13th International Sport Science Congress, Konya, Turkey.

- KERVANKIRAN, İ., ERYILMAZ, A. G. (2014). Isparta ili milli parklarının rekreasyonel faaliyetlerde kullanımı. *Marmara Coğrafya Dergisi*, **29**: 81-110.
- KOÇYİĞİT, M., YILDIZ, M. (2014). The Recreation Applications in Local Administrations: The Sample of Konya City. *International Journal of Science Culture and Sport*, **(2)**: 211-223.
- KURDOĞLU, O., DÜZGÜNEŞ, E. (2011). Artvin kent ormanının rekreasyon olanakları ve kullanıcı tercihlerinin irdelenmesi. *Artvin Çoruh Üniversitesi Orman Fakültesi Dergisi*, **12 (2)**: 199-210.
- ÖZER, M. K. (2006). Fiziksel Uygunluk. Nobel Yayınevi, Ankara.
- ÖZTÜRK, H. (2016). Recreation habits of the students staying at residence. *The Online Journal of Recreation and Sport*, **1(5)**: 25-33.
- ÖZTÜRK, H., ERDOĞAN, B., ÇEVİK, M., AKIN, A. (2015). Kahveye giden kişiler boş zaman değerlendirme alışkanlıklarının incelenmesi. *International Journal of Science Culture and Sport, Special Issue*, **4**: 349-358.
- SABBAĞ, Ç., AKSOY, E. (2011). Üniversite öğrencileri ve çalışanların boş zaman etkinlikleri: Adıyaman örneği. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, **3(4)**: 10-23.
- SAĞLIK BAKANLIĞI. (2015). İstanbul Sağlık Müdürlüğü Çalışanlarında Obezitenin Değerlendirilmesinde Beden Kitle İndeksinin İncelenmesi. İstanbul Sağlık Müdürlüğü Sağlık Araştırmaları Şube Müdürlüğü, İstanbul.
- SEVİMLİ, D. (2008). Erişkinlerde Fiziksel Aktivite - Beden Kitle İndeksi İlişkisinin Araştırılması. *TAF Prev Med Bull*, **7(6)**: 523-528.

- SOYUER F. SOYUER, A. (2008). Yaşlılık ve Fiziksel Aktivite. *İnönü Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, **15 (3)**: 219-224.
- SUNWOO, Y. K., BAE, J. N., HAHM, B. J., LEE, D. W., PARK, J. I., CHO, S. J., LEE, J. Y., KİM, J. Y., CHANG, S. M., JEON, H. J., CHO, M. J. (2011). Relationships of Mental disorders and weight status in the Korean adult population. *J. Korean Med Sci*, **26(1)**: 108-15.
- ŞAHİN, İ., KOCABULUT, Ö. (2014). Sportif rekreasyon aktivitelerine düzenli katılımı engelleyen faktörlerin incelenmesi: Akdeniz üniversitesi turizm fakültesi öğrencileri üzerine bir araştırma. *Journal of Recreation and Tourism Research*, **1(2)**: 46-67.
- TAYLOR, T. (2001). Cultural Diversity and Leisure: Experiences of Women in Australia. *Society and Leisure*, **24(2)**: 535-555.
- THAPA, B., CONFER, J. J., MENDELSON, J. (2004). Trip motivations among water-based recreationists. 2nd International Conference on Monitoring and Management of Visitor Flows in Recreational and Protected Areas. pp. 208-212. Rovaniemi, Finland.
- TOTAL, Y. (2004). Öğretmenlerin Boş Zamanlarını Değerlendirme Biçimleri (Isparta Örneği). Yüksek lisans tezi, Isparta Üniv. Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- TÜRKİYE ENDOKRİNOLOJİ VE METABOLİZMA DERNEĞİ (2014). Obezite tanı ve tedavi kılavuzu.
- TÜTÜNCÜ, Ö., AYDIN, İ., KÜÇÜKUSTA, D., AVCI, N., TAŞ, İ. (2011). Üniversite öğrencilerinin rekreasyon faaliyetlerine katılımını etkileyen unsurların analizi. *Spor Bilimleri Dergisi*, **22(2)**: 69-83.

WORLD HEALTH ORGANİZATİON. (2010). World Health Raport. Erişim:  
[<http://www.who.int/whr/2010/en/index.html>] Erişim Tarihi: 18.03.2015.

YILDIRIM, M., AKYOL, A., ERSOY G. (2012). Şişmanlık (Obezite) ve Fiziksel Aktivite, Enerji Dengesinin Aktivite Yönüne Bir Bakış. Sağlık Bakanlığı Yayınları, Ankara.

ZANON, D., DOUCOULİAGOS, C., HALL, J., LOCKSTONE-BİNNEY, L. (2013). Constraints to park visitation: A meta-analysis of north Amerikan studies. *Leisure Sciences*, **35**: 475-493.

## EKLER

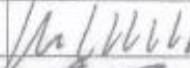


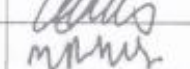
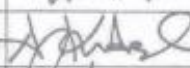
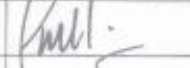

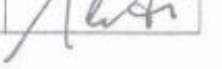

**T.C.**  
**AFYON KOCATEPE ÜNİVERSİTESİ**  
**BİLİMSEL ARAŞTIRMA VE YAYIN ETİĞİ KURUL KARARLARI**

TOPLANTI SAYISI : 05

KARAR TARİHİ : 09.06.2016

### KARAR 2016/85

Veteriner Fakültesi Biyoistatistik Anabilim Dalı öğretim elemanı Araş.Grv.Dr.İlkay DOĞAN'ın "Rekreasyon Alanlarına Katılımı Engelleyen Unsurların Vücut Kitle İndeksi Perspektifinde Değerlendirilmesi" başlıklı çalışma için hazırlanan Etik Değerlendirme Başvuru Formu ve Ölçeklerin etik açısından sakıncalı olmadığına katılanların oy birliği ile karar verildi.

ÜYENİN ADI SOYADI	İMZA
Prof. Dr. Mehmet KARAKAŞ (Başkan) Sosyal ve Beşeri Bilimler	
Prof. Dr. Abdullah ERYAVUZ (Başkan Yardımcısı) Sağlık Bilimleri, İnsan ve Hayvan Sağlığı	
Prof. Dr. H. Hüseyin BAYRAKLI Hukuk	
Prof. Dr. Mustafa GÜLER Sosyal ve Beşeri Bilimler	
Prof. Dr. Murat PEKER Fen Bilimleri ve Mühendislik Bilimleri	
Doç. Dr. Ahmet KARAARSLAN Fen Bilimleri ve Mühendislik Bilimleri	
Doç. Dr. Kürşad ZENGİN Sağlık Bilimleri, İnsan ve Hayvan Sağlığı	
Doç. Dr. İ. Hakkı NAKİLCİOĞLU Güzel Sanatlar-Müzik	
Doç. Dr. İhsan Cemil DEMİR Meslek Yüksekokulları Temsilci	

ASLI GİBİDİR

Prof. Dr. Mehmet KARAKAŞ  
Bil. Araş. ve Yayın Etik Kurul Başkanı