

REKREASYON ÇEŞİTLERİ

Rekreasyon çeşitleri mekân, yaş, fonksiyon gibi kriterlere göre sınıflandırılmaktadır. Bazı rekreasyon çeşitleri ise (kayak, golf, vb.) birden çok rekreasyon çeşidini kapsamaktadır. Bu durum rekreasyonun çok yönlü olması ile ilgilidir.

Etkinliklere Katılma Şekline Göre Rekreasyon Çeşitleri

Etken (aktif) Rekreasyon

Bireylerin rekreatif bir etkinliğe aktif olarak katılmaları durumudur.

Edilgen (pasif) Rekreasyon

Bireylerin rekreatif etkinlikte izleyici konumunda olmaları durumudur.

Mekansal Açıdan Rekreasyon Çeşitleri

Açık Alan Rekreasyonu

Düzenlenen rekreatif etkinliğin açık bir alanda gerçekleşmesi durumudur.

Kapalı Alan Rekreasyonu

Düzenlenen rekreatif etkinliğin kapalı bir mekânda gerçekleşmesi durumudur.

Katılımcıların Milliyeti Göre Rekreasyon Çeşitleri

Ulusal Rekreasyon

Düzenlenen rekreatif etkinliğin ülke sınırları içinde gerçekleşmesi durumudur.

Uluslararası Rekreasyon

Düzenlenen rekreatif etkinliğin ülke sınırları dışında gerçekleşmesi durumudur.

Katılımcıların Yaşlarına Göre Rekreasyon Çeşitleri

- Çocuk rekreasyonu
- Gençlik rekreasyonu
- Yetişkin rekreasyonu
- Üçüncü kuşak rekreasyonu

Katılımcıların Sayısına Göre Rekreasyon Çeşitleri

Bireysel Rekreasyon

Bireylerin tek başlarına gerçekleştirdikleri rekreatif etkinliklerdir.

Grup Rekreasyonu

Bireylerin grup halinde gerçekleştirdikleri rekreatif etkinliklerdir.

Fonksiyonel Açıdan Rekreasyon Çeşitleri

Rekreasyonun fonksiyonel açıdan sınıflandırılması mekân, yaş, milliyet gibi dış unsurlardan bağımsız olarak çeşitlenmektedir. Fonksiyonlar, rekreatif etkinliklerin türleri olarak düşünülebilir.

MATERYAL GELİŞTİRMEDE KULLANILAN MALZEMELER VE ÖZELLİKLERİ

Rekreasyonel materyal geliştirme başlığı “hazır materyaller” ve “materyal geliştirme” olarak iki alt başlık altında sınıflandırılabilir.

Hazır Materyaller

Laptop Bilgisayar

Etkinlikte kullanılacak görsel ve işitsel teknolojik aygıtların kumanda merkezi konumundadır.

Özellikle etkinliklerde kullanılacak müziğin, ses efektlerinin ve program akışının takibi için önemli bir materyaldir.

Ses Sistemi

Ses sistemi farklı aygıtların bir araya gelmesi ile oluşan materyal grubunun genel adıdır.

Katılımcıların genel atmosfere uyum sağlaması ve kendilerini rahat hissetmesi için müziğin gücünden yararlanılmaktadır. Ses sistemini oluşturan ana materyaller şu şekildedir.

Amfi

Mikser

Hoparlör

Mikrofon

Telsiz mikrofon

Yaka mikrofonu

Kafa (Headset) mikrofonu

Gerçekleştirilen etkinliğin büyüklüğüne göre ses sistemini kullanması için bir tonmaister (tonlama şefi) veya DJ (disc jockey) görevlendirmek çok önemlidir çünkü bu tür materyalleri kullanmak için

belli bir mesleki deneyim gerekmektedir.

Mikrofon ses sistemini oluşturan ana materyaller içinde farklı bir yere sahiptir. Bu farklılığın nedeni ses sistemini komuta eden tonmaister ya da DJ'in dışında ayrı bir kullanıcıya olan ihtiyaçtır. Sunucu (MC - Master of Ceremony) olarak isimlendirilen bu kişiler, mikrofon kullanarak etkinliği yöneten, katılımcılara bilgilendirmeler yapan ve ses ekibi ile sürekli iletişim halinde olan deneyimli meslek elemanlarıdır.

Işık Sistemi

Işık sistemi, kapalı mekânlarda ve akşam gerçekleştirilen açık alan etkinliklerinde, sahne ya da platform gibi alanları aydınlatmak için ayrıca spotlar, takip ışıkları, lazer ışıkları, renkli ışıklar gibi ışıklandırmalar kullanılarak da katılımcı ya da izleyicilerde göz dolduran bir etki bırakmak için kullanılmaktadır.

Materyal Geliştirme

Rekreasyonel materyal geliştirmede amaç, farklı araç gereçler geliştirip dönüştürerek yeni rekreasyonel materyaller oluşturmaktır. Bu geliştirme ve dönüştürme süreci için ise yaratıcılık gücünden yararlanılır.

Yaratıcılık, odaklanılan meslek grubu hangisi ise o olandaki deneyimler ve alanla ilgili yapılan araştırmalar sonucunda gelişir ve bireyde üretebilme yeteneği olarak tezahür eder. Bu nedenle rekreatif etkinliklerle ilgili uygulamaları yakından takip etmek yaratıcılığın gelişmesi için ilk adım olacaktır. Rekreatif materyal geliştirme kavramının içeriğini dolduracak en iyi uygulamalar rekreatif oyunlardır.

REKREATİF OYUNLARDA MATERYAL KULLANIMI

Rekreatif oyunlarda kullanılan materyallerle ilgili hususları kullanım ile ilgili hususlar, sürdürülebilirlik ile ilgili hususlar ve güvenlik ile ilgili hususlar olarak üç alt başlık altında incelemek mümkündür.

Kullanım İle İlgili Hususlar

Materyallerde Yaş Gruplarının Dikkate Alınması

Rekreatif oyunlarda hangi çocuğun hangi oyunlara katılmak isteyeceği veya katılabileceği hakkında bilgi sahibi olmak materyal tercihleri için önemlidir. Bebekler (doğumdan sonraki iki yıl) henüz gelişim dönemlerinin başlarında oldukları için rekreatif oyunlara katılmaları mümkün olamayacaktır. Okulöncesi döneme gelen 3-6 yaş arası erken çocukluk dönemi; 7-11 yaş arası ilköğretim dönemine denk gelen ikinci çocukluk dönemi ve son olarak 11-18 yaş arasına gelen dönem ise ergenlik dönemi olarak kabul edilir (Erden ve Akman, 2014). Bu nedenle rekreasyon yöneticisinin tasarladığı oyun için kullanacağı materyalleri dikkatle belirlemesi, çocukların etkinlik sırasında kullanım zorluğu çekeceği materyallerden uzak durması gerekmektedir.

Materyallerin Basit, Sade ve Anlaşılır Olması

Fazla karışık ya da daha önceden aşına olunmayan materyallerin kullanımını, katılımcıların oyundan keyif almasının önüne geçebilir. Oyundaki zorluk seviyesi, karmaşık materyallerin kullanımından ziyade, basit materyallerle daha çok tekrarlama esasına göre planlanmalıdır.

Materyallerin Kurulum ve Sökümünün Kolay Olması

Geliştirilen materyaller tek kullanımlık değil farklı zamanlarda defalarca kullanılabilir, kurulumu ve sökümü kolay olan malzemelerden olmalıdır. Ayrıca kolay taşınabilen, çok fazla küçük bileşenden oluşmayan materyaller tercih edilmelidir.

Materyallerin Farklı Duyu Organlarına Hitap Etmesi

Oyunlar genel olarak koşma (hız) becerisi ve görme duygusu üzerine planlanmaktadır. Ancak koklama, işitme, dokunma veya tatma duyu organlarına da hitap eden oyunların kullanımı hem oyunlara renk katacak hem de materyal havuzumuzu genişletecektir.

Materyallerin Zorluk Seviyesinin Ayarlanabilmesi

Oyunlar kurgulanırken tasarlanacak materyallerin farklı yaş ve fizyolojik özelliklere göre (boy, kilo vb.) planlanması daha fazla gruba hitap edebilmesi bakımından önemlidir. Bu nedenle geliştirilen materyalin eksiltilebilir artırılabilir, büyütülebilir küçültülebilir bir tasarımla yapılması fazla sayıda materyal kullanımının önüne geçecektir.

Sürdürülebilirlik İle İlgili Unsurlar

Materyallerin uzun ömürlü ve yeniden kullanılabilir olması

Tercih edilen malzemenin taşımaya ve kurulum sökülmeye karşı dayanıklı olması, soğuk ve sıcak havaya maruz kaldığında bozulmaya karşı dirayetli olması önemlidir. Sert plastik malzemeler, hafif alüminyum ve hafif ahşap malzemeler sağlık ve dayanıklılık için doğru tercihler olabilir.

Materyallerin Geliştirilebilir ve Güncellenebilir Olması

Materyaller, kolaylıkla müdahale edilebilecek, gerektiğinde eksiltmeler ya da eklemeler yapılarak revize edilebilecek malzemelerden tercih edilmelidir.

Güvenlik İle İlgili Unsurlar

Rekreatif etkinliklerde zaman zaman bireyler etkinliğin dinamizmine kendilerini kaptırıp enerjilerinin dozajını ayarlayamayabilir ve farkında olmadan güvenliklerini tehlikeye atacak eylemlerde bulunabilirler. Bu nedenle etkinliği planlayan rekreasyon yöneticileri, güvenliği tehdit edecek unsurları

dikkatlice hesaplamalı, kesici, delici, yanıcı veya zehirleyici hiçbir malzemeyi tercih etmemelidir.

Örnek Oyun, Materyal Kullanımı ve Materyal Geliştirme

Oyunun Adı

Mini parkur

Oyunun Yeri

Çim alanlar, spor salonları, okul bahçesi, parklar gibi düzlük alanlar.

Oyuncu Sayısı

En az iki veya ikinin katları olacak kadar oyuncu

Oyunun Amacı

En kısa sürede parkurdaki görevleri tamamlama.

Gerekli Materyaller

İki adet basketbol topu, oniki adet plastik koni, iki adet top sepeti, iki adet hulahop çember, iki adet atlama ipi, altı adet plastik ya da ahşap kasnak.

Oyunun Düzeni

Birbirinin aynısı olacak şekilde iki parkur hazırlanır. Başlangıç ve bitiş noktaları ölçülerek belirlenir.

Parkurun başlangıç çizgisinden üç metre uzağa basketbol topu, devamına ise beş adet uzunlamasına hizalanmış koniler koyulur. Konilerin bitiminden iki metre uzağa bir hulahop çember koyulur.

Çemberden de iki metre uzağa bir adet top sepeti koyulur. Top sepetinin yanına bir adet atlama ipi koyulur. Atlama ipinden iki metre uzakta üç adet kasnak ve onlardan da iki metre uzakta bir adet koni olmalıdır. Oyuna başlamadan önce animatörler tarafından tanıtım yapılır.

Oyunun Uygulanışı

Başlangıç çizgisinde bekleyen oyuncular, animatörün işareti ile aynı anda oyuna başlar. Oyuncular önce basketbol topunu yerle temasını kesmeden sürerek konilerin arasından geçirir. Top sürme bitince topla birlikte yerdeki hulahop çemberin içine koşarak çemberden çıkmadan topu sepete atmaya çalışır. Girmeyen top her defasında alınır ve aynı çembere gelerek tekrar denir. Top sepete atılınca atlama ipine koşulur. Beş kere atlama ipinde atlayan oyuncu ipi bırakıp bir sonraki çemberin içine koşar. Yerdeki üç kasnağı alıp hulahop çemberden çıkmadan koniye atarak takmaya çalışır. Üç kasnağı da takan oyunu kazanır.

Materyal Geliştirme

Oyunda kullanılan materyallerin birçoğunun yerine benzer malzemeler kullanılabilir hatta geri dönüşüm malzemeleri kullanılarak bu materyaller tasarlanabilir. Yukarıda verilen örnek oyun için gereken basketbol topu yerine futbol, voleybol veya hentbol topu kullanılabilir. Ancak yaratıcılığımızı kullanarak kâğıtlardan ya da eski gazetelerden top yapmak da mümkündür. Slalom konileri yerine farklı plastik malzemeler kullanılabilir (örneğin üç adet litrelik pet su şişesi bantla birbirine bağlanıp düşmemesi için içlerine su koyulabilir). Top sepeti için temizlenmiş plastik çöp kovaları tercih edilebilir. Hulahop çember yerine kartonlara çizilen daire şekilleri makasla kesilerek çember şekli elde edilebilir. Atlama ipi yerine metre ile alınan halat ipler ya da eski hortumlar tercih edilebilir. Kasnak yerine ise, eski gazete kâğıtları sıkıştırılarak şerit şekli verildikten sonra bantla sarılıp sertleştirilerek halka şekli elde edilebilir.

REKREATİF OYUNLARIN PLANLANMASI

Planlama aşamasını dokuz başlık altında incelemek mümkündür.

Oyuna İsim Verme

Rekreatif oyunlara, oyuncular ve uygulayıcılar tarafından kolay hatırlanması ve iletişim kurarken sorun yaşanmaması için, oyun hakkında ipuçları içeren kısa bir isim verilmesi gerekmektedir.

Oyunun Amacının Belirlenmesi

Rekreatif oyunlarda amaç fiziksel bir çaba ile ya en erken sürede görevleri tamamlama ya da süre kısıtlaması olmadan, elenmeden oyunun sonunu getirebilme esasına dayanmaktadır. Bu nedenle oyunların amaçları oyunculara hem sunucu hem de animatörler tarafından kısa tanıtım yapılarak anlatılmalıdır.

Süreyi Belirleme

Oyunlar belli bir süre zarfında gerçekleştirilmeli ve bu süre çok uzun ya da çok kısa olmamalıdır. Etkinliğin süresi belirlenirken en çok dikkat edilmesi gereken unsur katılımcı sayısıdır. Oyunlarda en verimli süre toplamda bir saattir. Bu nedenle oyunların süreleri animatörler tarafından süre tutularak belirlenmeli ve katılımcı sayısı ile çarpılarak bir oyunun tahminen ne kadar süreceği önceden hesaplanmalıdır.

Kaynakların Belirlenmesi

Oyunlarda kullanılacak materyallerde sınır yoktur ancak yüksek maliyetli malzeme ve materyaller tercih edilmemeli ve tüm giderler (insan gücü, malzeme vb.) dikkatlice hesaplanarak maliyet tablosu oluşturulmalıdır.

Gerekli Materyallerin Tespiti

Etkinlikte kullanılacak materyaller planlanan oyunlarla ilgilidir. Bu nedenle rekreasyon yöneticilerinin kendileri için oluşturdukları bir materyal havuzu ve oyun havuzu olmalıdır. Bu materyal havuzu farklı

oyunların benzer materyallerle oynanması ve yeni oyunların geliştirilmesi için fayda sağlayacağı gibi maliyet ve zaman tasarrufu da sağlayacaktır.

Hitap Ettiği Grubun Belirlenmesi

Oyunların farklı yaş gruplarına hitap edebilmesi önemlidir. Basit bir oyun yaşça büyük olan gruba sıkıcı gelebileceği gibi zor bir oyun da küçük yaş grubundaki oyunculara ağır gelecek ve oyuncular kaçınma davranışı sergileyecektir.

Yer Tespiti

Çok büyük bir alana ihtiyaç duyulan oyunlarda koordinasyonu sağlamak zorlaşırken, çok küçük alanlarda istenen etkiyi sağlamak zorlaşacaktır. Bu gibi nedenler için etkinlik alanlarını önceden görmek ve oyunlar için gereken fiziksel alanları bilmek önemli bir unsurdur.

Oyunların Yürütülmesi

Rekreatif oyunlarda yol gösterici olan animatörlere ihtiyaç duyulmaktadır. Animatör kullanmadan gerçekleştirilen oyunlarda aksaklık yaşanma riski yüksektir.

Değerlendirme

Etkinlik aşamasında rekreasyon yöneticisi oyunun akışını ve zorluk seviyesini gözlemlemeli; aksaklıkları ve gereksiz materyalleri tespit etmelidir. Gerekirse bazı oyunlar oyun havuzundan çıkarılmalıdır.

Bazı Önemli Hatırlatmalar

Rekreasyon yöneticisinin temel amacı, katılımcıların güvenli bir şekilde eğlenebilmeleri olmalıdır.

Organizasyon tam zamanında başlamalı ve hiçbir aksaklık olmadan gereken sürede sonlanmalıdır.

Etkinlikler ilgi çekici, merak uyandırıcı türde olmalı, katılımcılarda tekrar deneme hissi ve heyecan uyandırmalıdır.

Etkinliğin yapılacağı alan yerinde tespit yapılmalı; olası aksaklıklar için bir "B" planı tasarlanmalıdır.

Rekreasyon Kavramı ve Tanımlar

Rekreatif etkinlikler hayatımızı güzelleştirmemize, mutlu bir yaşam sürdürmemize yardımcı olan etkinliklerdir. Bu etkinlikler ile bireyler sağlıklı bir yaşam sürerek hoşça vakit geçirmektedir (Başaran vd.,2018). Rekreasyonel etkinlikler; kişilere fiziksel, ruhsal ve sosyal açıdan tam bir iyilik hali sunar (Pense ve Ertüzün, 2018). Gunter (1987) rekreasyonun önemli özelliklerinden bahsetmiştir. Bireyin yaşamdan kendini soyutlaması, bireyin etkinlikleri özgürce seçebilmesi, etkinliklerden zevk alma duygusu, doğal bir şekilde oluşu, zamanın önemi ve kıymeti, bireyin bu süreçte yaratıcı olması, macera ve keşfetme, en sonda ise kişinin kendini gerçekleştirmesidir (Aktaran: Köktaş, 2004).

Rekreasyon, kişilerin dinlenme, eğlence, spor, kültürel etkinlikler veya turistik faaliyetler gibi amaçlarla boş zamanlarını değerlendirmek için yaptıkları etkinliklerin genel bir terimidir. Rekreasyon, bireylerin stresi azaltmasına, fiziksel ve zihinsel sağlıklarını desteklemesine ve genel yaşam kalitesini artırmasına yardımcı olabilir.

Rekreasyonun Özellikleri

Rekreasyonun ihtiyacı insanların temel gereksinimleri ve istekleri doğrultusunda meydana gelmektedir. Rekreasyon sayesinde kişiler ve toplumlar belli başlı ihtiyaçlarını dile getirme şansını bulurlar. Rekreasyonun en önemli özelliği de bireylere yol gösterici olmasıdır. Rekreasyon aktiviteleri kişilerin yaş ve diğer kriterlerine göre belirlenerek kişilere anlatılmaktadır. İnsanlar başarılı olma, yeni heyecanlara ortak olma, sevgi, saygı gibi değerleri önemser ve bu doğrultuda oluşturulacak rekreasyonun temel özellikleri açığa çıkacaktır. (Cevahircioğlu, 2007).

Rekreasyon Çeşitleri

Rekreasyon etkinlik alanları serbest zaman şekline, süresine, katılımın tarzına, iklim, ekonomik, coğrafi durumlar ile toplum kültürüne göre farklılıklar ya da çeşitlilikler gösterebilmektedir.

Müzik faaliyetleri (Enstrümanlı, orkestralı, solo, koro v.b.)

Spor faaliyetleri (Takım, ferdi, doğa, mücadele ve zihin sporları gibi)

Oyunlar (Her yaş kesimi için eğitsel oyunlar)

Dans (Halk oyunları, modern ve ritmik danslar gibi)

Sanat ve hüner gerektiren faaliyetler (Plastik, deri, grafik, seramik, metal, fotoğraf, resim, ahşap gibi.)

Mekan dışı faaliyetler (Kamp kurmak, piknik yapmak, çevrecilik yapmak gibi)

Bilimsel ve kültürel faaliyetler (Edebiyat, tiyatro çalışmaları, tiyatro, bilimsel tartışma toplantıları gibi) (Karaküçük 1999).

Rekreasyonun Sınıflandırılması

Rekreasyon sınıflandırmasında esas alınan prensip genellikle kişiyi rekreasyonel faaliyetlere katılmaya sevk eden amaçlar, istekler ve zevklerdir. Ayrıca çeşitli kriterlere göre ayrı gruplamalar da yapılmaktadır. Rekreasyonun sınıflandırılması, rekreasyonun işlevlerine ve çeşitli kriterlere göre şekillenmektedir.

Amaçlarına Göre Rekreasyon Sınıflandırılması

Dinlenme amaçlı gerçekleştirilen rekreasyonel faaliyetler tamamen boş zaman tarafından tüketilmektedir. Dinlenmek, yani bedensel ve ruhsal sağlığı korumak veya korumak amacıyla yürütülen faaliyetler aracılığıyla değerlendirilmektedir.

Kültürel amaçlı rekreasyonel faaliyetler boş zaman, eski sanat eserleri ve tarihi eserlerin, müzelerin ve diğer kültürel etkinliklerin ziyaret edilmesi ile değerlendirilmektedir.

Sosyal amaçlı rekreasyonel etkinlikler, sosyal ilişkiler kurmaya yöneliktir ve bunlar kişinin hayatını iyileştiren sosyal amaçlı boş zaman etkinlikleridir.

Sportif amaçlı rekreasyonel faaliyetler, aktif spor veya pasif faaliyetler yapılarak yapılabilir. Seyirci, destekçi, yönetici veya diğer boş zaman sporu faaliyetleri aracılığıyla değerlendirilen faaliyetlerdir.

Turizm amaçlı gerçekleştirilen rekreasyonel faaliyetler öncelikle tatil dönemlerinde serbest zamanın başka yerleri ziyaret etmek ve görmek için kullanılmasından oluşmaktadır.

Sanatsal amaçlı rekreasyonel faaliyetler, boş zamanın birçok sanat dalından bir veya birkaçıyla meşgul olarak değerlendirilmesidir.

Sağlık amaçlı rekreasyonel faaliyetler engelliler, hamileler, yaşlılar, şişmanlar vb. için uygundur.

Bunlar toplumdaki insanların boş zaman aktiviteleridir (Zorba 2004).

Çeşitli Kriterlere Göre Rekreasyon Sınıflandırılması

Yaş faktörüne göre (örneğin, çocuk, genç, yetişkin vb.)

Faaliyete katılanların sayısına göre (örneğin, bireysel veya toplu olarak)
Zaman göre (örneğin, mevsimlere, günlere veya haftalara göre.)
Kullanılan mekâna göre (örneğin, açık veya kapalı alanlar)
Sosyolojik muhteviyata göre (örneğin, lüks, yöresel ve geleneksel) (Karaküçük 1999).
Özel İşlevlerine Göre Rekreasyon Sınıflandırılması
Ticari rekreasyon (belirli bir ücret ödeyerek katıldığımız aktiviteler)
Sosyal rekreasyon (toplu olarak yapılan aktiviteler)
Uluslararası rekreasyon (uluslararası etkinliklere katılım)
Estetik rekreasyon (sanatsal olayları izlemek veya ünlü müzik yapıtlarını dinlemek)
Fiziksel rekreasyon (spor amaçlı açık veya kapalı alanlarda yapılan faaliyetler)
Orman rekreasyonu (piknik, oryantiring, avcılık, climbing, izcilik veya trekking vb. doğal alanlarda yapılan faaliyetler) (Karaküçük 1999).

Rekreasyonun Etkinlik Alanları

Spor ve Fiziksel Aktiviteler: Futbol, basketbol, voleybol, tenis, yüzme, koşu, bisiklet sürme, fitness gibi spor aktiviteleri.

Doğa ve Açık Hava Aktiviteleri: Yürüyüş, kamp, dağcılık, dağ bisikleti, piknik, balık tutma, kuş gözlemciliği gibi doğa etkinlikleri.

Su Sporları: Yelken, sörf, kano, kayak, sörf, su kayağı, dalış, yüzme gibi suyla ilgili etkinlikler.

Sanatsal ve Kültürel Etkinlikler: Müze ziyaretleri, sanat galerileri, tiyatro, sinema, konserlere katılma, dans etme, resim yapma, enstrüman çalma gibi sanatsal ve kültürel etkinlikler.

Eğlence Parkları ve Tema Parkları: Lunaparklar, su parkları, hayvanat bahçeleri, mini golf sahaları, tema parkları, macera parkları gibi eğlence ve adrenalin dolu etkinlikler.

Oyun ve Rekabet: Bilardo, masa tenisi, satranç, video oyunları, kart oyunları, bulmacalar gibi oyunlar.

Seyahat ve Gezi: Yeni yerler keşfetmek, farklı kültürleri deneyimlemek için yapılan seyahatler ve gezi etkinlikleri.

Sosyal Etkinlikler: Restoranlarda yemek yeme, kafelerde buluşma, partilere katılma, arkadaşlarla vakit geçirme gibi sosyal etkileşimleri içeren etkinlikler (Karaküçük 1999).

Bu etkinlik alanları, rekreasyonun geniş yelpazesini kapsayan örneklerdir. Ancak, rekreasyon etkinlikleri çok çeşitli olabilir ve kişisel tercihlere, ilgi alanlarına ve yaşam tarzına bağlı olarak değişebilir.

Rekreasyon İhtiyacı

Rekreasyon ihtiyacını açıklamadan önce “ihtiyaç” kavramının ne anlama geldiği ve insanlar arasında nasıl farklılık gösterebileceği konusunda bir değerlendirme yapmak gerekmektedir. İhtiyaç genel olarak bir eksiklik duygusuyla birlikte gelir ve bu duyguyu giderme isteği ya da doğal ve toplumsal yaşamdan kaynaklanan bir zorunluluğun ifadesidir. İnsan bir şeylerin eksik olduğunu hissettiğinde, bu eksikliği gidermek için amaçlı eylemlerde bulunarak bu eksikliği gidermeye çalışır. Amaçlı eylemler ihtiyacı karşılamaya yöneliktir. Davranışı başlatma ve sürdürme ihtiyacı duyar. İhtiyaçlar insanların düşüncelerinin ve karakterlerinin belirlenmesinde doğrudan etkilidir. Her birey için gereksinimler aynı olsa da çeşitlilik ve büyüklük açısından farklılık gösterir (Kaya, 2011).

Rekreasyonel faaliyetlere olan ihtiyacın artmasında sanayileşme ve kentleşme gibi faktörlerin etkisi büyüktür. İnsanlar fiziksel gelişim, farklı deneyimler kazanma, kişisel gelişim, yaratıcılık, sosyalleşme ve sağlık gibi amaçlarla rekreasyonel faaliyetlere katılmayı tercih etmektedirler. Ancak bu gereklilik kişiden kişiye değişir. Özellikle nüfusun kentsel alanlarda yoğunlaşması ve monoton yaşamdan kaçma isteği rekreasyonel faaliyetlere katılımı etkileyen önemli faktörler arasında yer almaktadır (Ardahan vd, 2016).

Rekreasyonun Birey Üzerindeki Etkileri

Rekreasyon etkinlikleri, fiziksel sağlığı destekler. Spor ve fiziksel aktiviteler, kas gücünü artırır, kardiyovasküler sistem sağlığını destekler, kilo kontrolüne yardımcı olur ve genel olarak fiziksel formun korunmasına katkıda bulunur.

Rekreasyon, stresi azaltır ve zihinsel sağlığı iyileştirir. Eğlence, sosyal etkileşim ve hoş vakit geçirme, stresi azaltır, ruh halini yükseltir ve zihinsel refahı artırır. Aynı zamanda zihinsel tazeleme sağlar, yaratıcılığı teşvik eder ve zihinsel becerilerin gelişmesini destekler.

Rekreasyon, bireyler arasında sosyal bağlantıların oluşmasına ve güçlenmesine katkıda bulunur. Grup etkinlikleri ve takım sporları, insanlar arasında iletişimi teşvik eder, arkadaşlıkların ve sosyal ağların oluşmasına yardımcı olur. Bu da yaşam kalitesini artırır ve kişinin kendini daha bağlı hissetmesini sağlar (Zorba 2004).

Rekreasyonel Etkinliklerde Materyal Geliştirme

- Amaç Belirleme: Materyal geliştirme sürecinin başlangıcında, belirli bir amacı veya hedefi tanımlamak önemlidir. Amacınız, eğitici bir içerik sunmak, katılımcıları eğlendirmek, belirli bir beceriyi geliştirmek veya belirli bir konuyu öğretmek olabilir.
- Hedef Kitleyi Belirleme: Materyallerin hedef kitleye uygun olması için hedef kitlenizi tanımlamanız gerekmektedir. Hedef kitlenizin yaş grubu, ilgi alanları, yetenek seviyeleri ve

gereksinimleri gibi faktörleri göz önünde bulundurarak materyallerin içeriğini ve sunum şeklini belirleyebilirsiniz.

- İçerik Oluşturma: Materyal geliştirme sürecinde içerik oluşturma aşaması önemlidir. İçeriği belirlemek için konuyla ilgili araştırma yapılabilir, uzman görüşlerine başvurulabilir ve kaynak materyallerden yararlanabilirsiniz. İçeriği düzenlemek, açıklayıcı ve ilgi çekici bir şekilde sunmak için dikkatli bir planlama yapmak önemlidir.
- Görsel ve İşitsel Unsurlar: Materyallerin etkili olması için görsel ve işitsel unsurlara da dikkat etmek gerekmektedir. Görsel materyaller, resimler, grafikler, videolar veya infografikler gibi görsel unsurlar kullanılarak desteklenebilir. İşitsel materyallerde ise ses kayıtları, müzik veya ses efektleri kullanılabilir. Bu unsurlar materyallerin ilgi çekiciliğini artırır ve anlatılanı daha iyi anlamalarını sağlar.
- Etkileşimli Öğrenme Araçları: Materyallerin etkileşimli olması, katılımcıların aktif bir şekilde öğrenmesini sağlar. Örneğin, quizler, bulmacalar, etkinlikler veya grup çalışmaları gibi etkileşimli öğrenme araçları materyallerin etkisini artırabilir.
- Uygulama ve Değerlendirme: Materyalleri uygulamadan önce test etmek ve değerlendirmek önemlidir. Öğrenci veya katılımcı geri bildirimleri almak, materyallerin etkisini değerlendirmek ve gerektiğinde iyileştirmeler yapmak için önemli bir adımdır (Amy ve Denise, 2010).

Rekreasyonel Faaliyetlerde Kullanılan Materyal Türleri ve Hedef Kitlenin İhtiyacı

Spor ve Oyun Malzemeleri: Futbol, basketbol, voleybol, tenis gibi sporlarda kullanılan top, raket, file gibi malzemeler, rekreasyonel faaliyetlerde sıklıkla kullanılır. Ayrıca, hokey sopaları, golf sopaları, badminton raketleri gibi sporlar için özelleşmiş malzemeler de bulunur.

Outdoor Ekipmanları: Kampçılık, dağcılık, doğa yürüyüşleri gibi açık hava faaliyetlerinde kullanılan malzemeler, rekreasyonel faaliyetlerin önemli bir parçasıdır. Bu malzemeler arasında çadırlar, uyku tulumları, yürüyüş ayakkabıları, tırmanma ekipmanları, haritalar ve pusulalar yer alır.

Sanat ve El Sanatları Malzemeleri: Rekreasyonel faaliyetlerde sanat ve el sanatları etkinlikleri sıklıkla kullanılır. Boyama malzemeleri, çizim kalemleri, fırçalar, yapıştırıcılar, kağıt ve karton gibi malzemeler, bu tür etkinliklerde kullanılan materyallere örnek olarak verilebilir.

Müzik Aletleri: Müzikle ilgilenenler için rekreasyonel faaliyetlerde kullanılan enstrümanlar ve müzik aletleri önemlidir. Örneğin, gitar, piyano, davul, flüt gibi enstrümanlar, müzik etkinliklerinde kullanılan materyallere örnek olarak verilebilir.

Oyuncaklar ve Oyun Malzemeleri: Çocuklar ve aileler için rekreasyonel faaliyetlerde kullanılan oyuncaklar ve oyun malzemeleri büyük bir öneme sahiptir. Örneğin, yüzme havuzları, salıncaklar, masa oyunları, puzzle'lar, yapbozlar ve yapım setleri gibi materyaller, eğlenceli ve etkileşimli faaliyetler için kullanılır.

Materyal ihtiyacı, faaliyetin türüne, katılımcıların yaşlarına ve ilgi alanlarına bağlı olarak değişebilir. Katılımcıların beklentilerini ve ihtiyaçlarını anlamak için anketler, geri bildirimler ve gözlem gibi yöntemler kullanılabilir. Bu şekilde, rekreasyonel faaliyetlerde kullanılacak materyallerin çeşitliliği ve uygunluğu sağlanabilir, katılımcıların daha keyifli ve etkili bir deneyim yaşaması hedeflenebilir (Amy ve Denise, 2010).

Materyal Geliştirme Sürecinde Dikkate Alınması Gereken Diğer Faktörler

Materyal geliştirirken, belirli öğrenme hedeflerini belirlemek önemlidir. Materyalin amacına uygun olarak, hangi konuların öğrenileceği, hangi becerilerin geliştirileceği veya hangi bilgilerin aktarılacağı gibi hedeflerin net bir şekilde belirlenmesi gerekmektedir.

Materyallerin hedef kitlenizle uyumlu ve uygun olması önemlidir. Yaş grubu, dil seviyesi, kültürel arka plan ve özel ihtiyaçlar gibi faktörleri göz önünde bulundurarak materyalleri tasarlamak ve sunmak gerekmektedir.

Materyallerin erişilebilir olması, herkesin faydalanabilmesini sağlar. Özellikle engelli bireyler veya özel ihtiyaçları olan bireyler için uygun materyallerin tasarlanması ve sunulması önemlidir. Örneğin, görme engellilere yönelik sesli açıklamaların veya işitme engellilere yönelik altyazıların sağlanması gibi önlemler alınabilir.

Materyallerin çeşitliliği ve kapsayıcılığı, farklı arka planlara, kültürlere ve deneyimlere sahip olan bireyleri kapsayacak şekilde tasarlanmalıdır. Farklı perspektifleri yansıtan örnekler, çeşitli temalar ve görsel sunumlar kullanarak materyallerin kapsayıcılığını artırabilirsiniz (Amy ve Denise, 2010).

Rekreasyonel Materyal Geliştirmede Hedef Kitle

Demografik Özellikler: Hedef kitlenin demografik özelliklerini anlamak, materyalleri buna göre tasarlamayı sağlar. Bireylerin yaşları, eğitim düzeyleri, dil becerileri, kültürel ve sosyoekonomik arka planları gibi faktörler, materyallerin içeriği, dil kullanımını ve karmaşıklığı ile ilgili kararlarınızı etkiler.

İhtiyaçları ve İlgileri Anlamak: Hedef kitleyi belirlemek, rekreasyonel materyal geliştiricilerinin hedef kitleye yönelik ihtiyaçları, ilgi alanları ve tercihleri anlamalarına yardımcı olur. Bu sayede, materyallerin ilgi çekici, etkili ve katılımcı odaklı olması sağlanabilir. Hedef kitleyi tanımak için

bireylerin öğrenme ihtiyaçlarını ve hedeflerini anlamak önemlidir. Bu, materyallerin içeriğini, derinlik düzeyini, konu seçimini ve öğrenme hedeflerini belirlemede yardımcı olur. Bireylerin belirli bir konuda hangi bilgilere veya becerilere ihtiyaç duyduklarını belirlemek, materyalleri onların öğrenme hedeflerine uygun hale getirmenizi sağlar.

Öğrenme Stilleri ve Tercihleri: Hedef kitleye uygun materyaller geliştirmek için kişilerin öğrenme stillerini ve tercihlerini anlamak önemlidir. Görsel, işitsel veya kinestetik öğrenme stillerine sahip olan bireyler, materyalleri bu tercihler doğrultusunda tasarlandığında daha etkili bir şekilde öğrenebilirler. Bu nedenle materyalleri çeşitlendirerek ve farklı öğrenme stillerini destekleyerek daha kapsayıcı bir öğrenme deneyimi sağlayabilirsiniz.

Programın Uygunluğunu Sağlamak: Hedef kitleyi belirleyerek, rekreasyonel materyallerin hedef kitleye uygun olmasını sağlamak mümkün olur. Örneğin, çocuklar için hazırlanan materyaller, çocukların beceri düzeylerine, ilgi alanlarına ve gelişim aşamalarına uygun olmalıdır.

Erişilebilirlik ve Katılımı Artırmak: Hedef kitleyi doğru bir şekilde tanımlamak, rekreasyonel materyallerin hedef kitleye ulaşmasını kolaylaştırır. Bu, materyallerin daha etkili bir şekilde dağıtılmasını, tanıtılmasını ve hedef kitle tarafından fark edilmesini sağlar. Ayrıca, hedef kitleye uygun olmayan materyallerin katılımı azaltılabileceği veya ilgiyi kaybettirebileceği unutulmamalıdır. **Dil ve Okuma Seviyesi:** Hedef kitleye uygun materyaller geliştirirken öğrencilerin dil becerilerini ve okuma seviyelerini dikkate almak önemlidir. Dil kullanımını, cümle yapısını ve kelime seçimi, materyallerin anlaşılabilirliğini etkiler. Bireylerin dil becerilerine uygun bir dil kullanarak, materyalleri onların anlayabileceği bir düzeyde sunabilirsiniz.

Etkinliklerin ve Programların Etkinliğini Artırmak: Hedef kitleyi belirlemek, rekreasyonel etkinliklerin ve programların etkinliğini artırmaya yardımcı olur. Hedef kitleye özgü ihtiyaçlar ve beklentiler dikkate alınarak, etkinlikler daha verimli, keyifli ve hedeflenen sonuçları elde etmeye yönelik olarak tasarlanabilir.

İlgi ve Motivasyon: Hedef kitleyi motive etmek ve ilgisini çekmek, materyallerin etkili olmasını sağlar. Bireylerin ilgi alanlarını ve motivasyon unsurlarını anlamak, materyallerin içeriğini ve sunumunu belirlemede önemlidir. Kişilerin günlük hayatlarından örnekler kullanmak, ilgi çekici hikayeler anlatmak veya etkileşimli öğrenme yöntemlerini kullanmak gibi yöntemlerle ilgi ve motivasyonu artırabilirsiniz (Amy ve Denise, 2010).

Materyal Geliştirmede Hedef Kitleyi Anlamak İçin Kullanılan Yöntemler

Bireylere anketler veya soruşturmalar uygulayarak, hedef kitle hakkında bilgi toplanabilir. Anketler, bireylerin demografik bilgilerini, öğrenme tercihlerini, ihtiyaçlarını ve beklentilerini belirlemede yardımcı olur. Örneğin, öğrencilerin hangi konular üzerinde daha fazla çalışmak istedikleri veya hangi öğrenme materyallerini tercih ettikleri öğrenilebilir.

Bireyleri sınıfta veya öğrenme ortamında gözlemleyerek, onların öğrenme stillerini, ilgi alanlarını ve öğrenme zorluklarını anlayabilirsiniz. Gözlem yaparak, hangi materyallerin bireylerin dikkatini çektiğini, hangi öğrenme yöntemlerinin daha etkili olduğunu ve hangi konuların daha fazla ilgi uyandırdığını görebilirsiniz.

Bireylerden geri bildirim almak, materyallerin etkinliğini değerlendirmek ve iyileştirmeler yapmak için değerli bir kaynaktır. Bireylerden materyalleri değerlendirmelerini, neyin işe yaradığını ve neyin daha iyi olabileceğini paylaşmalarını isteyebilirsiniz. Geri bildirimler, materyalleri hedef kitleye uygun hale getirmek için önemli ipuçları sağlayabilir.

Bu yöntemler, hedef kitleyi anlamak için kullanılacak etkili araçlardır. Bu şekilde materyalleri hedef kitleye uygun hale getirerek, bireylerin öğrenme deneyimlerini iyileştirebilir ve başarılarını destekleyebilirsiniz (Amy ve Denise, 2010).

TARİHSEL SÜREÇTE BOŞ ZAMAN VE REKREASYON

Tarih Öncesi Dönemler

İnsanlığın ilk dönemlerini kapsayan vahşet döneminde yaşayan insanlar küçük heykelcikler, mağara duvarlarına resimler ve kabartmalar yapmışlardır. Vahşet döneminde bizim bugün anladığımız anlamda bir boş zaman faaliyetinden söz etmek olanaksızdır. Yeni Taş Devri ya da Neolitik Çağ olarak adlandırılan dönemde ise insanın doğa ile işbirliği yaptığı, yavaş yavaş doğaya egemen olmaya başladığı, hayvanları evcilleştirdikleri ve bitki yetiştirdikleri bilinmektedir.

Tunç ve Bakır Çağı'na gelindiğinde, tunçtan yapılan mızraklar, savaş arabalarının üretimi ve hayvan gücünün üretime sokulması bu dönemde boş zaman kavramının yavaş yavaş şekillenmeye başladığının göstergesi olmuştur. Özellikle demirin bulunuşu ile talan savaşları başlamış ve demir savaş aletlerinde yaygın bir biçimde kullanılmıştır. Böylelikle toprağı işleyebilmek için emeğe olan ihtiyaç artmış; bu emek ihtiyacı nedeni ile savaş tutsaklarının köleleştirilmesi süreci başlamıştır. Bu nedenle esirler artık öldürülmek yerine köleleştirilerek haklarından mahrum bırakılmış, emek gücü üretebildiği sürece çalıştırılmaya devam edilmiştir. Bu süreç toplumsal sınıfların doğmasına neden olmuş, üretime sahip olanlar ayrıcalıklı sınıfı oluştururken, üretimi yapanlar ise köle sınıfını temsil etmiştir. Üretime sahip olan ayrıcalıklı sınıf, tüm gereksinimlerini köleler sayesinde karşıladıkları için çalışmaya ihtiyaç duymamış, kendilerine kalan bu zaman dilimlerini sanat, felsefe, spor, eğlence gibi fiziksel ve düşünsel etkinliklerle geçirerek rekreatif etkinliklerin temelini atmıştır.

Antik Çağ ve Antik Çağ Sonrası Dönem

Antik Yunan ve Roma uygarlığında en önemli boş zaman aktivitelerinin beden eğitimi ve spor müsabakaları olduğu bilinmektedir. Beden eğitimi, Antik Yunan uygarlığında felsefi açıdan ele alınırken, Roma İmparatorluğu'nda savaşçı amaçlar kapsamı içinde değerlendirilmiştir. Orta Çağ'da skolastik düşüncenin etkisiyle bedenden ziyade ruh ön plana çıkmış, beden insanı tanrıdan uzaklaştıran dünyasal zevklerin ve gösterişin kaynağı olduğuna inanılmıştır. Bu dönemde toplum, soylular, çalışanlar (köleler), askerler ve din adamlarından oluşan bir sosyal tabakalaşma içindedir. Çalışanların görevi, askerleri ve kilise adamlarını beslemektir. Bu nedenle çalışanlar sayesinde boş zamana hakim olan yöneticilerken, boş zamanı olmayan tabaka sadece kölelerdir.

Rönesans ve Reform

Yeniden doğuş anlamına gelen Rönesans, Avrupa tarihindeki 14,15 ve 16. yüzyılları içine alan, kültür ve sanatın ön plana çıktığı bir dönemin adıdır. Roma ve eski Yunan kültürünün canlandırıldığı bu dönemde pusula, kağıt, matbaa ve barut, yaygın kullanım alanı bulmuştur. Bu dönem aynı zamanda Orta Çağ'ın skolastik düşünce biçiminin yerini, daha ideolojik, daha bireyci ve özgürlükçü düşünce biçimine bıraktığı bir dönemdir ve hümanist düşünce egemen olmaya başlamıştır. Hümanizm, Orta Çağ düşünce yaşamına hakim olan ve skolastik felsefeyi yaratan din adamlarınca değil, kilise dışındaki kültür adamlarınca başlatılmıştır. Orta Çağ'ın başlangıcında bir değeri olmayan zaman, yavaş yavaş değer kazanmaya başlamış ve çalışmak yüceltilmiştir. Rönesans'la birlikte kapitalizm de yavaş yavaş uç vermeye başlamıştır.

Reform hareketi ise Hıristiyanlık dini içinde protestanlığın ortaya çıkmasında etken olan Martin Luther ve Jean Calvin'in öncülüğünde ortaya çıkmış bir devrimdir. İnsanın çok çalışıp emek harcamasının onu tanrıya o denli yakınlatacağı inancına dayanan protestan ahlaka göre yoksulluk istenmeyen bir konumdur ve insanı mesleki ve dinsel yaşamından uzaklaştırdığı düşünülen spor ya da eğlence gibi etkinlikler yasaklanmıştır. Çalışıp para kazanmayı yücelten ve tutumluluğu özendiren bu öğretiler, kapitalizmin ihtiyaç duyduğu sermaye birikiminin sağlanmasında önemli rol oynamıştır.

Sanayi Devrimi ve Kapitalizm

Sanayi devrimini ateşleyen buhar makinesinin icadı, enerji için ihtiyaç duyulan akarsu ve rüzgar gücünün yerini almıştır. Makineleşme, dokuma, tarım ve maden işçiliği gibi meslekleri, hızlı üretim nedeni ile sekteye uğratmış, işsiz kalan insanların kentlerdeki fabrikalara akın etmelerine neden olmuştur. Bu değişim, emeklerinden başka sermayeleri olmayan işçi (proletarya) sınıfı ile üretim araçlarına sahip olan burjuva sınıfının doğmasına sebep olmuştur. Günde 16 saate kadar, üstelik karın tokluğuna çalıştırılması sosyalist düşünce akımının oluşmasına neden olmuş, bu akım devamında işçi haklarını koruyan sendikaların oluşmasına vesile olmuştur. Sendikaların oluşması boş zaman kavramları hiç olmayan işçi sınıfı için önemli bir gelişmedir. Sendikal hareketlerin hız kazanması ile fabrikaları daha nitelikli yerler haline getirme amacı güdülmüş ve fabrikalarda işçilerin dinleneceği

parklar ve spor salonları yapılmaya başlanmıştır.

Kapitalizm ile bireyin sadece çalışma zamanı değil, boş zamanı da sistem tarafından yönetilir hale gelmiştir. Uzun çalışma süreleri sonucunda işçiler, asıl zamanın çalışılarak geçirilen zaman olduğunu, boş zamanın ise bundan arta kalan süreler olduğunu kabullenmek zorunda bırakılmıştır. Yaşam boyu öğrenme, performans değerlendirmesi, tam zamanlı üretim, atipik çalışma düzeni gibi sistemler, çalışanları, boş zamanlarında da, çeşitli sertifika programlarına, bilgisayar ve dil kurslarına, kişisel gelişim seminerlerine katılmaya zorlamaktadır. Çünkü tatmin edici koşullarda bir iş bulmanın tek yolunun, sonu gelmez kişisel gelişim etkinliklerinden geçtiğine koşullandırılmışlardır. Sonuç olarak Kapitalizm, insanların boş zamanlarında özgürce seçimler yapmalarını engellemiş ve onları kapitalist üretim ilkelerine uymaya zorlamıştır.

Toplumları derinden etkileyen tarihsel süreçteki bu değişimler, bireyin çalışma şekilleri ve statüleri üzerinde etkili olduğu kadar sosyal yaşamları ve boş zamanları üzerinde de önemli etkilere sahiptir. Bu etkileri merak bilim insanları, boş zaman ve rekreasyon kavramını farklı boyutları ile araştırmış ve farklı kuramlar ortaya koymuşlardır.

BOŞ ZAMAN VE REKREASYON KURAMLARI

Artık Enerji Kuramı

Bu kuram, insanların hayvansı bir ruha (animal spirits) sahip olduklarını, biriktiremeyecekleri kas enerjisini belli bir noktadan sonra dışa vurma eğiliminde olacaklarını ve oyunlarla bu fazla enerjiyi harcadıkları esasına dayanan bir teoridir. Teoriye göre canlıların yaşamada kalabilmek için ihtiyaç duyduklarından daha fazla enerjiye sahip olmaları nedeni ile fizyolojik olarak bir gerginlik duyarlar ve bu gerginliği oyunlar yoluyla atarlar.

Yaşama Hazırlık Kuramı

Bu kurama göre oyunsal etkinlikler, doğuştan gelen ve eğitsel deneyimlerin bir parçasıdır. Birey oyunlar sayesinde hayat deneyimi kazanır ve yaşama hazırlık yapmaya başlar. Kalıtsal olan bu davranış sayesinde birey, çocukluk dönemlerinde ebeveynlerin davranışlarını, avcılık, aşk, taklitçilik, yarışma gibi oyunsallaştırmaktan zevk alır, onları taklit eder ve yetişkinlik evresine hazırlık yapar.

Akış Kuramı

Bir davranışın sürdürülme ve devam ettirilme nedenlerini anlama amacından hareketle ortaya atılan bu teori, kişinin gerçekleştirdiği bir etkinlik sırasında (örneğin dans, spor, oyun vb.) etkinliğe enerji ve odaklanmış halde katılıp keyif alması halindeki zihinsel durumu şeklinde ifade edilebilir. Zorluk derecesi ile gereken beceri arasındaki denge, 'akış' olarak adlandırılmaktadır. Akış gerçekleşince birey yaptığı etkinlikten zevk duyar. Eylem kişinin yeteneklerini aşıyorsa kaygı düzeyi artacağı için akış gerçekleşmeyecektir. Ya da tam tersine eylem kişinin kapasitesinin altında kalıyorsa, sıkılmaya neden olacak ve yine akış gerçekleşmeyecektir. Ancak eylemin zorluğu ve beceri seviyesi doğrusal olarak artıyorsa o zaman birey akış kanalında kalmaya devam edecektir.

Eğlenceli Benlik Teorisi

Bireyin boş zamanlarında gerçekleştirmeyi tercih ettiği rekreatif etkinliklerin kişilik özellikleri ile ilişkili olduğunu savunmaktadır. Teoriye göre rekreatif etkinliklerden yüksek tatmin sağlayan kişiler, eğlenceli benlik özellikleri daha yüksek bireylerdir. Düşük düzeyde eğlenceli benliğe sahip kişilerde ise boş zamanı dolduramama ve sıkılma şikayetleri oluşmaktadır.

Ciddi Boş Zaman Teorisi

Teori, sıradan boş zamandan farklı olarak bireylerin deneyim, bilgi ve beceri gerektiren faaliyetlerde doyumla ulaştıkları, aynı anda sistematik bir şekilde katılım sağlayıp bu etkinliklerde kariyer elde etmeyi amaçladıkları gönüllü faaliyetler olarak tanımlanmaktadır. Ciddi boş zamanı Amatörler, hobiciler ve gönüllüler olarak üç alt başlık altında sınıflayan teori, amatörlerin spor, sanat, bilim gibi alanlarda uğraş gösterdiklerini; hobicilerin koleksiyonculuk, üretim, tamirat gibi alanlarda aktif olduklarını, gönüllülerin ise, insanlara, hayvanlara ve doğaya yardım ederek doyum sağlayan bireylerden oluştuğunu ifade etmektedir.

Neulinger'in Boş Zaman Paradigması

Boş zamanın zihinsel bir sürecin ortaya konulması durumu olduğunu, faydalı bir amaca hizmet etme zorunluluğunun olmadığını ve özgürlüğü temsil ettiğini savunan bir teoridir. Teori algılanan özgürlük ve algılanan baskı olmak üzere iki sınıfa ayrılmaktadır; algılanan özgürlük boş zamanın en önemli kriteridir ve özgürlüğü bireyin kendi iradesi ile yaptığı seçimler olarak açıklamaktadır. Algılanan baskı ise boş zaman dışında kalan aktivitelerden oluşmaktadır.

Algılanan özgürlük ve algılanan baskı kavramını birbirinden ayırmak için içsel ve dışsal motivasyon kavramları kullanılmıştır. Hem içsel hem de dışsal motivasyon bileşenlerinden oluşan model, altı bölümden oluşmaktadır.

Saf Boş Zaman: Sadece içsel motivasyon ve özgürlük hakimdir. Bireyin bu içsel motivasyonu ile özgürce ve tamamen kendini iyi hissetmesi amacıyla gerçekleştirdiği aktivitelerdir. Haftasonu kampları, turistik geziler, doğa yürüyüşleri, sinema, tiyatro, opera, bale ve müzik dinletileri örnek olarak gösterilebilir.

Boş Zaman-Çalışma: Hem içsel hem de dışsal ödüller hakimdir. Birey özgürce karar verir ve sadece

içsel tatmin değil sonuçtan elde ettiği kazanımlarla da tatmin sağlar. Örneğin, düzenli olarak fiziksel aktivite yapmayı tercih eden bir birey içsel bir motivasyonla hareket etmektedir ancak yaptığı bu fiziksel aktivite sayesinde iyi bir vücuda da sahip olacağını bilmesi dışsal motivasyonla ilgilidir. Boş Zaman-İş: Özgürce bir katılım sağlanan ve sadece dışsal motivasyon ile gerçekleşen aktivitelerdir. Kilolu bir insanın sadece fit bir vücuda sahip olmak için egzersize başlaması örnek olarak gösterilebilir.

Saf Çalışma: İçsel motivasyonla fakat baskı altında gerçekleşen eylemlerdir. Boş zaman tatminine benzer hisler söz konusu olsa da bu tür eylemlerde özgürlük hissinden yoksunluk söz konusudur. İşini severek yapan bireyler bu kategoriye örnek olarak gösterilebilir.

Çalışma-İş: Hem içsel hem de dışsal motivasyonla, baskı altında gerçekleştirilen eylemlerdir. Doyum hem içsel hem de dışsal kazançlar nedeni ile olabilir. Tatmin ne kadar çok olursa olsun bu eylemlerin boş zaman dışı eylemler olduğu eylemi yapan tarafından bilinmektedir. Bir sporcunun mesleğini yaparken haz duyması ve aynı anda maddi gelir elde edeceğini bilmesi örnek olarak gösterilebilir.

Saf İş: Sadece dışsal motivasyon söz konusudur. Saf boş zamanın tam zıddıdır. Eylem sadece yaşamını sürdürmek için gereken kazancı elde etmek içindir. Ödül sadece dışsaldır. Şoförlük, bankacılık, garsonluk, muhasebecilik gibi hizmet sektörü çalışanları örnek olarak gösterilebilir.

Hiyerarşik Boş Zaman Kısıtları Teorisi

Boş zaman aktivitelerine katılımın önüne geçen kısıtların olduğunu ve bunların bireysel, bireyler arası ve yapısal engeller olduğunu savunan teoridir (Crawford, Jackson, Godbey 1991).

Bireysel Engeller: Bu engeller bireysel tercihleri etkileyen depresyon, stres, duygu durumu gibi psikolojik faktörlerdir.

Bireyler Arası Engeller: Rekreatif etkinliklere katılımı kısıtlayan unsurlar ikinci kişiler, sosyal ortamlar ya da bu ortamdaki kişilerle olan etkileşimle ilgilidir.

Yapısal Engeller: Rekreatif etkinliklere katılım önündeki en büyük engel türü olarak ifade edilmektedir. Birey rekreatif etkinliklere katılma niyetinde olsa da kişilerin kendi kontrolü dışında olan dışsal unsurlar bu duruma engel olmaktadır.

Rekreatyonel materyaller gelişigüzel oluşturulan materyaller değildir. Bir amacı gerçekleştirmek, yakın ve uzak hedeflere varmak, bireyde istendik davranış değişiklikleri oluşturmak amacıyla tasarlanır, geliştirilir ve sürece katılırlar. Rekreatyonel materyaller tasarlanmadan ve geliştirilmeden önce ilgili uzmanın birtakım ilkeleri göz önünde bulundurması gerekir. Bu ilkeler aşağıdaki gibi özetlenebilir.

Rekreatyonel Materyaller Basit, Sade ve Anlaşılır Olmalıdır: Rekreatyonel etkinliklerde, oyuna ve spor dallarının becerilerinin öğretimine dönük bütün öğrenme ortamlarında, materyal kullanmanın amaçlarından biri de ortamı daha etkin kılarak anlaşılır olmasını sağlamaktır. Rekreatyonel etkinlikler için hazırlanacak olan materyaller konu alanı ile ilgili öğrenme ve uygulamaları basitleştirmeli, gereksiz ayrıntıları ortadan kaldırmalıdır. Rekreatyon uzmanının bu alandaki deneyimi, aldığı eğitim, yaratıcılık yeteneği, hazırbulunuşluk düzeyi materyal geliştirmede önemli rol oynar. Rekreatyonel materyaller sade ve anlaşılır olmalıdır. Tasarlanan ve geliştirilen her materyal katılımcıların tamamı tarafından kullanılabilir özelliklere sahip olmalıdır.

Rekreatyonel Materyal Konuyla İlgili Etkinlikleri Desteklemeli, Hedef ve Kazanımlara Uygun Olmalıdır: Rekreatyonel materyallerin tasarlanması, geliştirilmesi ve seçimini etkileyen faktörlerden biri de etkinliklerle ulaşılması gereken hedefler ve hedef kazanımlardır. Materyaller tasarlanır, geliştirilir ve seçilirken bu durum göz önünde bulundurulmalıdır. Her rekreatyonel etkinliğin bir amacı ve bir hedefi vardır. Uygulamaya katılanlar, uygulama sonunda bir takım beceriler elde ederler ve bu beceriler onların kazanımları olarak yaşamları boyunca kullanılır.

Rekreatyonel Materyal Bir Konuyu Oluşturan Bütün Bilgileri Değil, Önemli Vurgulamalar İçeren Özet bilgiler Yansıtmalıdır: Rekreatyonel etkinlikleri çeşitlendirmek, karmaşık ve zor öğrenmeleri basitleştirmek, anlaşılması zor olanları anlaşılır kılabilmek için özgün rekreatyonel materyallere gereksinim duyulur. Rekreatyon uzmanı önemli vurgulamaları yapacak olan materyali tasarlamak, geliştirmek ve seçmek için düşünür, tasarlar ve üretir. Örnek: Tahta, metal, plastik ve benzeri maddelerden yapılmış engeller üzerinden sıçrayarak geçmeye yönelik bir etkinlikte, katılımcıların bir kısmının çarpma ve yaralanma korkusuyla etkinliğe katılmadığı görülebilir. Bunların yerine sünger, lastik bant gibi nesnelere oluşturulmuş engeller kullanıldığında katılımcıların tamamının etkinliğe katıldığını görürsünüz. Yani, özgün materyaller sayesinde etkinlikler eleyici olmaz, kimseyi etkinlik dışına itmez.

Bazen bir konuyu oluşturan bütün bilgiler etkinlik içeriğini oluştururken, bazen de konu içinde öğrenilmesi zor ancak vazgeçilmez önemde olan ayrıntı ve vurgulamalara yer verilir. Ders ve rekreatyonel materyaller geliştirilir ve seçilirken bu durum dikkate alınır. Eğer bir materyalle konu alanına özgü bilgiler aktarılıyor ancak ayrıntı ve vurgulamaların öne çıkarılmasına yetmiyorsa, ayrıntı ve vurgulamaları öne çıkaran başka bir materyal tasarlanmalı ve konu alanını oluşturan etkinliklere uygulanmalıdır.

Rekreatyonel Materyalde Görsel Vurgular da Önemlidir: Birden fazla duyu organına yönelen etkinliklerin öğrenmeyi daha etkili ve kalıcı gerçekleştirdiği bilimsel bir saptamadır. Görsel ve işitsel vurgulamaları öne çıkaran materyallerle yapılan etkinliklerin katılımcıların daha çok dikkatini çektiği, özellikle öğrencilerin güdülenmesinde etkin rol oynadığı söylenebilir. Burada dikkat edilmesi gereken konu aşırılığa kaçmamaktır. Bir etkinlikte daha fazla görsellik ve daha fazla işitsellik dikkat dağılmasına neden olabilir. İyi bir denge kurmak önemlidir.

Özellikle küçük yaş gruplarının yer aldığı etkinliklerde materyallerin görsel vurguları önemlidir. Görselliği artırılmış materyallerin kullanılabilirliği de artar ve böylece materyalden istenilen yarar sağlanmış olur. Görsel vurgular yapılmış onlarca materyal geliştirebilirsiniz. Burada dikkat edilmesi gereken önemli konulardan biri de vurgulamaların materyali kullanacak olanların içinde buldukları yaş düzeyidir. Üzerinde sevimli hayvan karakterlerin bulunduğu materyaller çocuklarda heyecan uyandırırken, yaşlılarda herhangi bir tepkiye neden olmayabilir.

Rekreatyonel Materyalde Kullanılan Görsel, İşitsel Öğeler Eğitim Değeri Taşınmalı, Yaşama Dönük Olmalıdır: Her rekreatyonel etkinlik bir amaca dönük yapılır ve bu etkinliklerin sonunda birtakım kazanımlar elde edilir. Bu durum her yaş grubu için geçerli bir durumdur. Rekreatyonel etkinliklere katılan her yaş grubundaki insanlar etkinlik sonunda bilişsel, duyuşsal ve psikomotor alanlarda kazanım elde ederler. Rekreatyonel etkinlikler düzenlenirken katılımcıların bilişsel, duyuşsal ve psikomotor hazırbulunuşluk düzeyleri dikkate alınmalı, etkinlik içerikleri buna göre

düzenlenmeli ve kullanılacak olan materyaller buna göre seçilmelidir.

Rekreasyonel materyallerdeki görsel ve işitsel öğeler yaşama dönük olmalıdır. Yani yaşama ilişkilendirilmelidir. Uygulandığında, içinde, yaşamın diğer alanlarına da transfer edilebilecek öğrenmeler bulunan rekreasyonel etkinlikler hedeflere uygun etkinlikler olacaktır.

Rekreasyonel Materyal Etkinliğe Katılanların Alistırma Yapma, Uygulayarak Deneme ve Kendi Yeterliliklerini Sınamaya Olanak Tanınmalıdır: En kalıcı öğrenme ve kazanım elde etme bireyin

katılarak, yaşayarak ve yaparak buldukları etkinlik ortamlarında gerçekleşir. Rekreasyonel etkinlikler için tasarlanan, geliştirilen ve seçilen materyaller katılımcıların uzman gözetimi olmaksızın da alıştırma yapmalarına, kendilerini denemelerine, beceri ve yeteneklerini ölçmelerine ve bir başkası ile kıyaslama yapabilmelerine olanak tanıyan özellikler taşınmalıdır.

Rekreasyonel bir etkinlikte katılımcıların tamamının alıştırma yapma, uygulayarak deneme ve kendi yeterliliklerini sınamaları isteniyorsa uygulamadaki yöntem “katılım yöntemi” olmalıdır. Katılım Yönteminde bir çalışmada çeşitli performans düzeylerine olanak tanıyan farklı bir anlayış getirilir. Bu yöntemde, katılımcıya hangi performans düzeyinde alıştırma yapacağı konusunda seçenekler sunulur.

Rekreasyonel Materyal, Olabildiğince Gerçek Yaşama Dönük Olmalı Ya da Kullanılırken Gerçek Yaşama İlişkilendirilmeye Olanak Tanınmalıdır: Eğitim ve öğretimin en önemli amaçlarından biri

bireyi yaşama hazırlarken, yaşama uzun erimli mücadele becerisi kazandırmaktır. Çağdaş toplumlarda eğitim –öğretimin bütün içeriği buna göre düzenlenir. Rekreasyonel etkinliklerde bir eğitim-öğretim işidir ve eğitimin diğer bir ayağını oluşturur. Daha yaygındır ve her yaş grubunu kapsayarak şu ya da bu şekilde etkiler. Tasarlanan ve geliştirilen bütün rekreasyonel materyaller bireyde bulunduğu inanılan ortak özelliklerin ve yeteneklerin ortaya çıkarılmasına olanak tanıyan özelliklerde geliştirilirse, birey yaşamın uzun erimli mücadelesine hazırlanmış olur

Rekreasyonel Materyal Sadece Rekreasyon Uzmanının Kullanabileceği Türden Değil, Bütün Katılımcıların Rahatlıkla Kullanabilecekleri Özellikte Tasarlanmalı ve Geliştirilmelidir: Sadece

uygulatıcı uzmanın kullandığı, katılımcıların izlediği materyaller ile istenilen amaca ulaşılamaz. Uzman uygulatıcının rehberliği olmadan da materyaller kullanılabilir, katılımcıların denemelerine fırsat tanımalıdır. Bu durum beden eğitimi ve spor öğretiminin her aşamasında önemli bir özellik olduğu gibi, rekreasyonel etkinliklerde de öne çıkarılması gereken önemli bir özelliktir.

Bütün bunlara rağmen sadece rekreasyon uzmanının kullanabileceği materyallerde olacaktır. Hedefler ve hedef kazanımların kalıcı becerilere dönüştürülme süreci materyallerin tasarlanma ve geliştirilmesini de belirlemektedir. Bazı hedefler vardır bu hedeflere ulaşmak için kullanılan materyaller uzman denetiminde kullanılabilir. Örnek: , Bilişsel, sözel ve görsel rekreasyonel etkinlikler için kullanılması gereken slayt, bilgisayar, animasyon cihazları gibi teknoloji ürünü materyaller sadece uzmanın yönlendirdiği materyaller olabilir.

Eğlendirmeye, eğlenirken öğrenmeye dayalı rekreasyonel etkinlikler için tasarlanan materyaller genellikle bütün katılımcıların rahatlıkla kullanabileceği özellikler taşınmalıdır. Katılımcıların aktif olabilmeleri için bu gereklidir. Basit ve ucuz maddelerden birçok materyal geliştirilerek bütün katılımcıların kullanımına sunulabilir.

Rekreasyonel Materyal Dayanıklı ve Yeniden Kullanılabilir Özellikte Olmalıdır: Rekreasyonel etkinlikler ister kuramsal isterse hareket eğitimine dönük olsun, tasarlanan ve geliştirilen materyallerin dayanıklı ve yeniden kullanıma olanak sağlayan özelliklerde tasarlanması ve geliştirilmesi gerekir. En azından bir amacı, bir hedefi, bir kazanımı gerçekleştireceği süre kadar dayanmalıdır. Kolay bozulan ve bir kullanımlık materyaller hem zaman kaybına hem de maddi kayıplara neden olurlar Dayanıklı ve yeniden kullanıma olanak tanıyan materyallerin geliştirilmesi, materyali tasarlayan ve geliştiren rekreasyon uzmanının yaratıcılığına, düş gücüne, hazırbulunuşluk düzeyine ve eğitim-öğretim bilgisine dayanır.

Bazı materyaller etkinlik süresini tamamlamadan yıpranır ya da özelliğini kaybederler. Bu gibi durumlarda etkinlik akışı bozulur ve istenilen amaca ulaşılamaz. Bu durumları önlemek için geliştirilen materyallerin etkinlikten önce denenmesinde fayda vardır. Materyalin dayanıklılığı test edilerek etkinlik sırasında ortaya çıkabilecek olumsuzluklar önlenmiş olur.

Rekreasyonel Materyal Geliştirilebilir ve Güncellenebilir Özellikte Olmalıdır: Rekreasyonel bir etkinlik için geliştirilen materyal güncellenebilir özellik taşınmalıdır. Bir konu, hedef ve kazanım için tasarlanan materyal bir başka konu, amaç ve kazanım için geliştirilebilir ve güncellenebilir özellikte olmalıdır. Bu durum hem zaman hem de ekonomik kolaylıklarda sağlar. Bilgisayar bir öğretim materyali olarak kullanılabilir. Rekreasyonel etkinlikler için de kullanılabilir. Bilgisayar rekreasyonel bir etkinlik için kullanılabilen teknolojik bir araçtır. Bu araç gelişen teknolojiye uygun birtakım donanımlarla etkinliğini yeniden sürdürebilir.

Teknolojik olmayan, atık, ucuz ve basit maddelerden tasarlanan, bilişsel ve psikomotor öğrenmelere dönük materyallerinde geliştirilebilir ve güncellenebilir özelliklerde olmasının birçok yararı vardır. Bir materyal birden çok etkinlikte kullanılabilir ve birden çok hedef kazanımları gerçekleştiriyorsa uygun bir materyal olarak değerlendirilir. Eğer, güncellenebilir özellikte ise daha da önemli bir materyal özelliği taşır.

Rekreasyonel Materyaller Her Katılımcının Kolayca Ulaşabileceği Özellikte ve Yerde Olmalıdır:

Rekreasyonel materyaller her katılımcının rahatlıkla kullanabileceği özellikte tasarlanmalı ve geliştirilmelidir. Geliştirilen materyal bazı katılımcılar tarafından kullanılıyor bazıları kullanım zorluğu çekiyorsa işlevsel ve amaca uygun bir materyal geliştirilmemiştir. Örnek: Atlama etkinliği için tasarlanan bir materyalin yüksekliği ayarlanabilir özellikte değilse, bu materyal kısa boylu katılımcılar için zorluk yaratan, uzun boylu katılımcılara kolaylık sağlayan bir işlev görür. Materyal her katılımcının özelliğine göre ayarlanabilen ve değiştirilebilen özelliklerde olduğunda ulaşılabilir olur.

Bireyin katılımının sağlandığı her etkinlik bir öğrenmeyle sonuçlanır. Öğrenme bir bilgi, kavram ya da beceri olabilir. Yani bütün öğrenmeler bilişsel, duyuşsal ve psikomotor öğrenme alarından biri ya da birkaçında birlikte gerçekleşir. Bilişsel öğrenme alanına yönelik bir etkinlik bu alanda bir kazanım sağlarken belirli bir oranda da duyuşsal ya da psikomotor alanda kazanımlar sağlar. Bu diğerleri içinde geçerli bir kuraldır. Psikomotor harekete dönük bir etkinlik ile bir beceri kazanılırken, aynı zamanda bilişsel ve duyuşsal alana özgü kazanımlarda elde edilir.

Farklı mekan ve alanlarda yapılan rekreatyonel etkinliklerde birer öğrenme ortamlarıdır. Burada yapılan etkinlikler ile birçok hedef ve kazanımlara ulaşılır. Her ne kadar, rekreatyonel etkinliklerin sadece eğlendirmeye dönük etkinlikler oldukları düşünülse de her eğlenmenin bir öğrenmeyi, bir kazanımı bir hedefi gerçekleştireceği unutulmamalıdır. Rekreatyonel etkinlikler hangi öğrenme alanına özgü gerçekleşirse gerçekleşsin, araç-gereç ve materyaller bu etkinliklerin vazgeçilmez unsurlarıdır.

Rekreatyonel etkinliklerde araç-gereç ve materyal kullanmanın önemi aşağıdaki gibi özetlenebilir: Çoklu öğrenme ortamı sağlarlar: Rekreatyonel bir etkinlikte yeterli araç-gereç ve materyaliniz yoksa içerik daha çok sözlü anlatımdan oluşur. Bu da etkinlikten beklenen yararı yeterince sağlayamaz. Yeterli materyal ile yapılan etkinlik ortamı katılımcıların birden fazla duyu organına hitap eder, böylece yeterli kazanım elde etme ortamı da sağlanmış olur. Bazı insanlar dinleyerek, bazıları görerek, bazıları yaparak yani dokunarak, bazıları da konuşarak daha çok öğrenirler. Ama birden fazla duyu organına hitap eden uyaranlar daha çok öğrenme sağlar.

Zaman sabit tutulduğunda;
Okuduklarımızın %10'unu,
İşittiklerimizin %20'sini,
Gördüklerimizin %30'unu,
Hem görüp, hem işittiklerimizin %50'sini,
Söylediklerimizin %70'ini,
Yapıp söylediklerimizin %90'ını öğreniriz.

Bunun içindir ki rekreatyonel materyaller çoklu öğrenmeye olanak tanıyacak şekilde geliştirilmeli ve çeşitlendirilmelidir. Rekreatyonel etkinliklerin tamamına yakınında uygulamalar işitsel, görsel, dokunsal ve devinişsel tarzlarda gerçekleşmektedir. Ancak, uygulamanın ne kadarının hangi tarzda gerçekleşeceği hedeflere ve rekreatyon uzmanının yeterliliğine göre değişmektedir.

Katılımcıların bireysel gereksinimlerini karşılarlar: Her bireyin doğuştan getirdiği özellikleri vardır. Bu özellikleri onun toplum içindeki yerini belirler. Birey, bireysel özellikleri ile var olur ve gelişir. Herkesin aynı olduğu bir toplum yapısı düşünülemez. Farklılıklar zenginlik olarak görülür ve bu farklılıkların korunması yönünde gerekli çaba gösterilir.

Her birey yapısı gereği farklı öğrenme tarzı ile öğrenir. Rekreatyonel her etkinlik yapılması her katılımcıda aynı düzeyde öğrenmeler gerçekleştirmesini sağlar. Bazıları dinleyerek, bazıları okuyarak, bazıları yaparak, bazıları da gözlemleyerek öğrenirler. Rekreatyonel etkinlikler kurgulanırken ve bu etkinliklerde kullanılacak araç-gereç ve materyaller seçilirken bu durum göz ardı edilmemelidir.

Öğrenme-öğretme etkinliklerinde olduğu gibi, rekreatyonel etkinliklere materyal geliştirirken katılımcıların bireyselliklerinin göz önünde bulundurulması durumu en az ulaşılan hedeflerdir. Bir rekreatyonel etkinlikte katılımcıların bireysel farklılıklarını bilmek çok da kolay bir iş değildir. Bilinse dahi, bir etkinlik içinde birden fazla amacı gerçekleştirmeye dönük materyal geliştirmek çok kolay olmayabilir. Rekreatyon uzmanının bu konuda kendini çok iyi yetiştirmiş olması gerekir. Rekreatyonel materyallerin, katılımcıların bireysel gereksinimlerini karşılayacak şekilde tasarlanıp geliştirilebilmesi için "bireysel öğretim modeli" ilkelerinden yararlanır. Bireysel öğretim modelinde öğrenci yapabildiği kadar hızlı, gereksinim duyduğu kadar yavaş ilerler. Bu model, her öğrencinin önceden planlanmış öğrenmeler için kendi hızlarında ilerlemeleri temeline dayanır.

Dikkat çekerler, motive ederler: Sosyal yapı, kültür, gelenek ve görenekler, eğitim düzeyi gibi etkenler rekreatyonel etkinliklerden elde edilen kazanımların düzeyini de belirler. Geleneksel eğitim-öğretimde etkinliklerin önemli bir bölümü öğreten merkezli sürüp gider. Pasif konumdaki öğrenenlerin ne kadar öğrendiği ile ilgili bilgi sahibi olunamaz. Bu rekreatyonel etkinlikler için de böyledir. Etkinliğe özgü materyaller iyi seçildiklerinde çoklu öğrenme sağlayacağı gibi katılımcıların konu üzerinde yeterli motivasyonunu da sağlar.

Rekreasyonel etkinliklerde materyaller dikkat çekmek, motive etmek için önemli işlevler görürler. Geliştirilen materyallerde bu özelliklerin bulunması gerekir. Özellikle bir bilginin, bir kavramın vurgulandığı etkinliklerde pasif konumda bulunan katılımcıların dikkati 15-20 dakika kadardır. Bu süreden sonra dikkatler dağılmaktadır. Katılımcıların konu üzerinde dikkatlerinin yoğunlaşması ve uzun süre devam edebilmesi için materyallerin dikkat çekici ve motive edici özelliklerinden yararlanılır.

Anımsamayı kolaylaştırır: İnsanın duyu organları yolu ile aldığı algıların ve izlenimlerin filtrelendiği ve süzgeçten geçtiği yer beyindeki bellektir. Bellek, beyindeki nöron sayılarından çok nöronların birbiriyle olan iletişimlerinin kalitesine göre depolama yapar. Nöron ağ tabakası ne kadar yoğun ve çok olursa, belleğin gücü de o oranda artacaktır. Diğer bir ifadeyle, insan düşündükçe, öğrendikçe ve belleğini etkin bir şekilde kullandıkça, algı ve bilgi kalıpları arasındaki bağlar güçlenecek ve belleği de güçlendirecektir (Ürkmmez, 2006).

Rekreasyonel etkinlikler 20 dakikanın üzerinde sürdürüldüğünde, kısa süreli belleğe yerleşen algı ve uyarılar ileride anımsanmak üzere uzun süreli belleğe alınır. Rekreasyonel etkinliklerde yer alan sözel ve görsel uyaranlar aynı şekilde sözel ve görsel olarak uzun süreli belleğe kaydedilir.

Rekreasyonel bir etkinlikte yer alan sözel, görsel ve dokunsal materyallerin tamamı anımsamayı kolaylaştırmaktadır. Yani birden çok duyu organına hitap eden materyaller uzun süreli bellekte yer alarak anımsamayı kolaylaştırır.

Soyut olguları somutlaştırır: Öğrenme-öğretme süreçlerinin tamamına yakınında öğretim soyut ve somut kavramlar birlikte kullanılarak yürütülmektedir. Kavramların ne oranda soyut ne oranda somut olacağı durumu öğrenmenin de derecesini belirlemektedir. Rekreasyonel etkinlikler içinde yer alan işitsel, duyuşsal ve psikomotor her davranış bu alanla ilgili birtakım öğrenmeleri de sağlamaktadır. Bir bilginin, bir ifadenin ya da bir eylemin soyut olmaktan çıkarak somut bir kavrama dönüşmesi için araç-gereç ve materyallere gereksinim duyulur.

Bütün etkinlikler ve öğrenmeler somut kavramlar üzerinden yürütülmelidir. Kavramları somut kılan ise etkinliğe özgü düzenlenmiş araç-gereç ve materyallerdir. Kelimeler görsel araç-gereç ve materyaller gibi simgeledikleri şeylere benzemezler. Kelimelerle anlatılanlar dinleyenlerin algılama biçimlerine göre şekillenirler.

Bu durum rekreasyonel etkinlikler için de geçerlidir. Rekreasyonel etkinliklerle de öğrenmeler gerçekleşmektedir. Öyleyse, Araç-gereç ve materyal kullanımını bu tür etkinliklerde de soyut öğrenmeleri somuta döndürmek için etkin ve sürekli kılmak gerekir.

Zamanın etkili ve verimli kullanılmasını sağlarlar: Etkinliklerin düzenlenmesi ve uygulanmasında araç-gereç ve materyallerin kullanılması zamanın etkili ve verimli kullanılmasında önemli bir vurgudur. 40 kişilik bir gruba top oyunlarına dönük rekreasyonel bir etkinlik düzenlemek isterseniz ve sadece iki adet topunuz olsa, etkinliğe katılanların topa dokunmak için uzun süre sıra beklemeleri gerekir. Bu oyun formunda düzenlense dahi her kişinin topla buluşma süresi uzar. Bunun yerine her dört kişiye bir top düşecek şekilde materyal sayısını artırdığınızda, katılımcının topla buluşma sayısı çok daha fazla olur.

Bazen bir fotoğraf, karikatür, resim, grafik yüzlerce sayfa dolusu yazının anlatamadığını bir çırpıda anlatır. Dünyada gelir adaletsizliği hızla büyümekte, bölgeler arası dengesizlikler her geçen gün daha da derinleşmektedir. Buna bağlı olarak açlık ve yoksullukta tırmanmaktadır. Bu durumu anlatan yüzlerce makale, araştırma ve kitap yayınlanmaktadır. Bunların hiçbirisi açlıktan bir deri bir kemik kalmış bir çocuğun fotoğrafından daha etkili olamaz. İşte materyalin gücü budur. Zaman etkili ve verimli kullanılmıştır

Rekreasyonel etkinlikler içinde aynı durum söz konusudur. Zamanın etkili ve verimli kullanılması, etkinlik ortamına çok sayıda materyali taşımakla olanaklıdır. Bu materyaller sayesinde çok zaman alabilecek etkinlik ve öğrenmeleri daha kısa zamanda gerçekleştirebilirsiniz.

Güvenli gözlem yapma olanağı tanır: Beden eğitimi ve spor öğretiminde bilgi edinilecek her konu sınıf ortamına taşınmaz. Bunun ekonomik sosyal, bölgesel birçok farklı nedenleri olabilir. Eğitim araç-gereç ve materyalleri bu durumun ortadan kalkmasını sağlayabilir. Güvenli olmayan ancak öğrenilmesi gereken birçok konu öğretim araç-gereç materyalleri yardımıyla güvenli bir şekilde öğrenilebilir

Örnek 1: Bir yanardağın patlama anını ve sonrasında oluşacak durumları yanardağın yakınına varmadan teknoloji araç gereçleri yardımıyla güvenli bir şekilde izleyebilir, bu konuda bilgilenebilirsiniz.

Örnek 2: Çekiç atma atletizminin atma dallarından biridir ve okul müfredatında yer alır. Çekiç atmayı beden eğitimi dersinde öğrencilerine tanıtmak ve deneme yapmalarını sağlamak isteyen beden eğitimi öğretmeni bu konuda çok zorlanacaktır. Çekiç 7.260 kg. ağırlığında bir araçtır ve okul bahçesinde atmaya ve öğrencilerin deneme yapmasına olanak tanımaz. Güvenli değildir. Öğrencilere telafisi olmayan zararlar verebilir. Bunun yerine yardımcı materyallerden yararlanılarak çekiç atma tekniği tanıtılabilir ve öğretilebilir. Bir çuval içine herhangi bir branşın topu konularak bağlanır ve çuvalın bir ucu çekiç sapı olarak kullanılır. Hatta eskimiş toplara bir delik açılıp ip bağlanarak çekiç gibi kullanılabilir. Bu materyal güvenlidir. Öğrencilerin deneme yapmasına izin verir ve herhangi bir yaralanmaya neden

olmaz.

İster teknolojik, isterse basit ve ucuz maddelerden tasarlanmış ve geliştirilmiş olsunlar, rekreasyonel materyaller güvenli gözlem yapmaya ve kullanmaya olanak tanıyan özelliklerde üretilmeli ve geliştirilmelidir.

Farklı zamanlarda birbiriyle tutarlı içerik sunumunu kolaylaştırır: Bir rekreasyon uzmanı aynı düzeydeki kişilere aynı içerikli rekreasyonel etkinlikler düzenleyebilir. Bu tek bir program ve akış içinde sürdürülür. Tıpkı Ortaokul 7. Sınıfın A, B, C, D şubelerinde ders veren bir beden eğitimi öğretmeni gibi. İster görsel, ister işitsel, isterse hareket eğitimine dönük olsun, çok iyi tasarlanmış ve geliştirilmiş rekreasyonel materyaller ile araç-gereçler etkinliklerin birbiriyle tutarlı içerik sunumunda önemli rol oynarlar. Rekreasyon uzmanı bir etkinlikteki çok önemli vurgulamaları aklında tutamayabilir. Bir başka gün bir başka gruba sunmak istediğinde birçok şey eksik kalabilir. Bunu önlemek, farklı zamanlarda birbiriyle tutarlı içerik sunumları gerçekleştirebilmek ve rekreasyonel etkinlikten en üst verim alabilmek için öğretim teknolojilerinin etkinlik ortamına uyarlandığı araç-gereç ve materyallerden yararlanır.

İyi düzenlenmiş materyaller ile farklı zamanlarda birbiriyle tutarlı içerik sunumu kolaylaştırılır. Tasarlanan, geliştirilen materyallerin teknoloji materyalleri ile uyumlaştırılarak, farklı zaman ve farklı mekânlardaki içerik sunumunun bellek yitimine çözüm üretilmiş olur.

Yeniden kullanma olanağı tanırlar: Eğitim-öğretim faaliyetlerinde olduğu gibi, rekreasyonel etkinliklerde de teknoloji ürünleri rekreasyonel materyallere dönüştürülerek yeniden kullanılabilirler. Televizyon, bilgisayar, müzik seti, radyo, slayt makinesi gibi birçok teknolojik araç rekreasyonel etkinliklerde kullanılabilir ve bu araçların her zaman yeniden kullanılma olanağı vardır. Bunların yanında; iyi düzenlenmiş bir sunum, kartonlar üzerine çizilmiş şekil ve grafikler, afiş ya da fotoğraflar rekreasyonel etkinlikler için yeniden kullanılabilirler.

Birçok rekreasyonel etkinlik için yeniden kullanılma olanağı tanıyan çok sayıda materyal geliştirilebilir. Rekreasyon uzmanının beceri ve yetenekleri bu durumu belirleyen en önemli ölçüdür. Nerede görevli olursanız olun, okulda spor kulübünde, turistik bir otelde. İşinizi en iyi bir şekilde yapabilmemiz için birtakım materyali etkinlik ortamında kullanmak durumundasınız. Materyaller teknolojik materyaller olabileceği gibi, atık ve ucuz maddelerden geliştirilerek de oluşturulabilir. İçeriğin anlaşılır düzeyde basitleştirilmesine olanak tanırlar: Her rekreasyonel etkinliğin bir hedefi vardır ve bu hedeflere varmak için birçok farklı yoldan gidilir ve bu yolda birçok araç-gereç ve materyalden yararlanır. Materyaller hedefe ulaşmak için başvurduğumuz araçlardır. Bütün öğrenme – öğretim ortamlarında bu böyledir. Öğrenme-öğretim ortamını düzenleyen öğretmenin (rekreasyonel etkinliklerde bu kişi rekreasyon uzmanıdır) en büyük kaygısı içeriği anlaşılır kılarak hedeflere varmaktır, yani içeriği etkinlik ortamına uygulayabilmektir.

Rekreasyonel bir etkinliğin içeriği bazen çok karmaşık görünebilir. Konuyu basitleştirmek ve anlaşılır hale getirmek için görsel materyallerden yararlanır. Bir fotoğraf, resim, harita ve benzeri görseller konunun daha çabuk anlaşılmasını sağlayabilir. Uygulamaların basitleştirilmesi, herkes tarafından uygulanır hale getirilmesi tasarlanan ve geliştirilen materyallerle sağlanabilir

Araç kullanılarak yapılan spor dallarının becerilerinin öğretiminde de içeriğin anlaşılır düzeyde basitleştirilmesi için gerçek eşyalar yerine yardımcı materyaller kullanılır. Örnek: Atletizmin atma ve atlama dallarının tekniksel öğretimde tümevarım yöntemi kullanılır. Yani parçadan bütüne gidilir. Yine bu spor dallarında teknik öğretim sırasında spor dalına özgü gerçek eşyalar kullanılmaz. Bunun yerine tasarlanan ve geliştirilen yardımcı, model materyallerden yararlanır. Gerçek eşyalar ilk başlarda tekniksel öğretimi zora sokar. Hafif, basit benzeri materyallerden yararlanılarak öğretim sürdürülür.

Günümüzde kentlerin gelişip büyümesiyle bunaltıcı, rahatsız edici ortamlardan uzaklaşarak kent dışı kırsal alanlara gitme ve doğayla baş başa kalma özlemi giderek artmaktadır (Güleç, 1983). İnsanların bu durumlara bağlı olarak yeniden canlılık kazanmak, dinlenmek, eğlenmek, günlük rutinden uzaklaşmak amacıyla genellikle serbest zamanları içerisinde yaptıkları etkinliklerin rekreatyon olarak adlandırılmaktadır.

Rekreatyon faaliyeti kişiden kişiye değişen bir anlayış olmakla birlikte toplumlar arası da farklılıklar göstermektedir. Farklılaşmalara neden olan etmenleri yaş, çevre, gelenek-görenekler, kültürel ve ekonomik durum, kişisel ilgi, ihtiyaç ve arzular, madeni hal, sağlık durumu olarak belirtebiliriz (Bayraktar, 1975). Tüm bunların gerçekleşebilmesi için yerel yönetim ve devlete bağlı kuruluşların geniş halk kitlelerine hitap eden, halkın ilgisini çeken etkinlik alanlarını ve etkinlikleri destekleyerek halka sunmalıdır.

Akdenk (1989)'a göre, belediyelerin, sınırları içinde yaşayan halkı için temel ihtiyaçlarının karşılanması dışında serbest zamanlarında rahatlayabilecekleri, eğlenebilecekleri, aileler-arkadaşlarla keyifli zaman geçirebilecekleri fırsat ve imkanları sağlamak ve hizmet sunmak en baş görevleridir. Betonlaşan şehirlerde halkın nefes almasını, spor yapmasını, rekreatif faaliyetlere katılmasını, dinlenmesini ve şehrin stresini atmasını sağlayacak temiz, nezih, bol yeşil alana sahip, güvenli rekreatyon alanları sağlamak gerekmektedir.

REKREASYONEL ALANLAR

Rekreatyon alanları halkın kullanımı için şehirlerde; eğlenme ve dinlenme, yeşil alan, mesire alanları, açık gösteri alanları, parklar ve spor tesisleri gibi yerlerin imara dahil edilerek halkın kullanımına açıldığı yerlerdir (Uçar,2021). Bu yerlerin varlığı kişilerin serbest zaman durumuna ve süresine, katılım şekline, maddi imkanına, coğrafi konum ve mevsim durumuna, kültürel şartlara, sosyal çevre yapısına göre şekillenir.

Ülkemizde Kültür ve Turizm Bakanlığı rekreatyon alanı etkinlik konusunu 5'e ayırmıştır:

Deniz ve Kum: Her türlü su aktivitelerini içerir (sörf, dalgıçlık, kürek, balıkçılık).

Dağcılık ve Kış sporları: Kaya tırmanışı, buz pateni, kayak vb. aktiviteler.

Tabiat ve Yeşil Turizm: Kamplar, avcılık, rafting, akarsu gezileri, traking, botanik, balıkçılık vb. doğada gerçekleştirilen aktiviteleri içerir.

Sosyal Hayat İlişkileri: Festivaller, gruplarla yapılan eğlence amaçlı sporlar (tenis, golf, halı saha maçları, atıcılık vb.), karting, paraşüt.

Kültür Sanat ve El işleri: Maket (model) yapımcılığı, takı ve el işleri, çiçekçilik, resim, heykel, dans, müzik, tiyatro, sinema, bilimsel kamplar ve fuarlar vb. alanlarda yapılan faaliyetleri içerir (Rekreatyon alanı, 2022).

İnsanların yaşamlarının ve mekanların birbirine benzediği bu dönemde, insanlar farklı bir atmosferde doğa ile iç içe olmak amacıyla rekreatyon etkinliklerine yönelmiştir. Buna bağlı olarak da tabiat parkları ve milli parklar hem yerli hem de yabancı turistlerin rekreatyon etkinlikleri için doğal alanlar haline gelmiştir. Bu alanlar sayesinde insanlar, kampçılık, piknik, fotoğraf, avcılık, yaban hayatın gözlenmesi gibi etkinlikler yapabilmektedir (Bell ve Tyrvaianen, Sievanen, Pröbstl, ve Simpson, 2007).

REKREASYONEL FAALİYETLER VE MATERYAL TÜRLERİ

Yaş Guruplarına Göre Rekreatyonel Faaliyetler Ve Materyal Türleri

Her bireye hitap eden çok çeşitli rekreatyonel faaliyetler (açık ve kapalı alan rekreatyon faaliyetleri vb.) vardır. Bu rekreatyonel faaliyetleri yaş guruplarına göre belirlerken dikkat edilmesi gereken etkenler vardır. Bunlar;

Hazırbulunuşluk; organizmanın çevresine karşı duyarlı ve farkında olması durumu olarak düşünülebilir. Kişilerin kendi hazırbulunuşluklarına uygun aktiviteleri tercih etmesi gerekmektedir.

Fiziksel Çevre; Fiziksel çevre arsa kullanım şekilleri, ulaşım sistemleri, kentsel tasarım, yeşil alanlar ve insanlarca oluşturulan yapı ve alanları (okul, ev, işyeri ve rekreatyon alanları) kapsar.

Fiziksel uygunluk; Kişinin kuvvetinin, koordinasyonunun, dayanıklılığının ve çabukluğunun birlikte çalışmasına bağlı olarak kişinin çalışma kapasitesi olarak tanımlanır.

Vücut ağırlığı; Rekreatyonel faaliyetlerde kişilerin kendi vücut ağırlığına uygun etkinlikleri seçmesi sağlıkları açısından önem teşkil etmektedir.

İstekli ve gönüllü olmak; Kişilerin aktivitelerdeki istekliliği onların daha fazla keyif alması, kendini mutlu hissetmesi, arınması gibi etkilere fayda sağlamaktadır.

Ulaşılabilirlik; Rekreasyonel aktivitelerin hem maddi olarak hem de ulaşımda kolaylık sağlaması kişilerin aktivitelere olan katılımını arttırdığı için önemlidir.

Eğlenceli olma ve keyif alma; Kişiler aktivitelere ne kadar eğlenirse o kadar keyifte alır. Bununla birlikte kişilerin aktivitelere olan katılımı artacağı düşünülmektedir.

Aktivitenin ihtiyaç gereksinimlerine göre planlanmış olması; Kişilerin kendi ihtiyaçlarına göre faaliyetlere katılması kendilerini daha iyi hissetmelerine neden olacağı için önemlidir.

Ekonomik durum; Kişilerin bütçesine uygun aktivitelere katılması rekreasyonel faaliyetlerde çeşitliliği arttırmaktadır.

Güvenlik; Kişilerin aktiviteler sırasında her şeyden önce güvenlik tedbirlerini alması, sağlıklarını tehlikeye atmayacak malzemeler kullanmaları gerekmektedir.

Çocuk Rekreasyonu

Çocukların kendilerini bedensel ve ruhsal olarak yeterli hissetmesi, kendi yaptıklarının sorumluluklarını alması, çevresi ile kolay iletişim sağlaması, daha özgüvenli yetişmesi ve kendi becerilerinin farkına varması için rekreatif faaliyetlere ihtiyacı vardır (Beyazıt, 2007). Çocuklar bu ihtiyaçlarını daha çok oyun yoluyla sağlamaktadır.

Çocukların kendilerine göre kurguladığı meslek oyunları, müzik dinleme, evcilik, çeşitli sergi ve müzeleri gezme futbol, seksek, basketbol, bahçe oyunları, resim yapma, voleybol, parkta oynanan oyunlar, zeka oyunları, yürüyüş yapma, kitap okuma, el işi ile yapılan oyunlar, balık tutma, (Pala ve Kolayış, 2012); tiyatro ve sinemaya gitme; spor salonlarındaki faaliyetler, kır gezintisi, okul içinde etkinlik kulüplerine katılım, okul dışında aileyle geçirilen vakitler çocukların katılabilecekleri rekreatif faaliyetlerdir.

Bu faaliyetler çocukların bedensel ve zihinsel olarak da gelişmesini sağlamaktadır. Çocukların kendi yeteneklerinin farkına varmasını sağlayarak becerilerini geliştirme fırsatı sunmaktadır. Çocuklar, oyunla birlikte gerçekliği hayal gücüyle yorumlayarak öğrenir ve öğrendiklerini kendi günlük hayatlarında uygularlar. Çocuk rekreatif faaliyetler sayesinde bedensel olarak eklemeleri ve kas sağlığını da korur (Pala ve Kolayış, 2012).

Çocuklar İçin Rekreasyonel Faaliyetler

0-2 yaş Dönemi:

Bebeğin kavrayacağı büyüklükte canlı renkte nesnelere (müzikli kutular, diş kaşığıları, çingiraklar vb.) tutma, kavrama, uzanma, atma, yuvarlama hareketleri, dolaşan ışığı ya da hareket eden küçük nesnelere emekleyerek izleme, banyo oyunları, bebek masajı, İt - çek oyunu (oyuncak bebek arabası sürme gibi), Kutuları-minderleri üst üste koyma, koltuk-sandalyeye tırmanma, müzik eşliğinde dans gibi aktiviteler önerilmektedir.

2-3 yaş Dönemi:

Yakın çevrede yürüyüş, park ve bahçe oyunları, yuvarlanma, çocuk bowlingi, kum veya top havuzu oyunları gibi aktiviteler yer almaktadır.

3-4 Yaş Dönemi:

Koşma, atlama, tırmanma, zıplama gibi açık alan oyunları, su içi ve kum aktiviteleri, yaşa uygun oyuncaklar ile oynama, grup aktiviteleri, dans etme ve aile ya da diğer çocuklarla oyun vb. aktiviteler önerilir.

4-5 Yaş Dönemi:

Konsantrasyon ve denge oyunları, köşe kapmaca, sek-sek, saklambaç, mendil kapmaca, top oyunları, yakalamaca gibi aktiviteler yer alır.

5-7 yaş Dönemi:

Sıçrama (çizgi oyunları ya da ip atlama), tutma ve yuvarlama oyunları, jimnastik, kayak, atletizm, futbol-voleybol- basketbol gibi top ile oynanan branş oyunları, yüzme gibi aktiviteler önerilir.

8-9 yaş Dönemi:

Halk oyunları, vurma-yakalama oyunları, masa tenisi- kort tenisi, eskrim, karete- taekwondo, yoga gibi bireysel sporlar, basketbol, voleybol, futbol, hentbol gibi takım sporları önerilir.

10-11 yaş Dönemi:

Doğa yürüyüşleri, izcilik – kampçılık gibi doğa sporları, ev-bahçe işleri, alışveriş, eğlence merkezleri gibi yerlerde aile ile yapılan aktiviteler yer almaktadır.

12-18 yaş Dönemi:

Aile etkinlikleri, hızlı koşma, tempolu yürüme, kış sporları, su sporları, bisiklet- at binme, takım ya da bireysel sporlar, tırmanış gibi birçok spor ve kendi vücut ağırlığıyla egzersiz bantları ya da toplar kullanarak egzersiz yapmak önerilmektedir.

Genç Rekreasyonu

Gençlik döneminde bireyler kişiliklerini oluşturur ve biçimlendirir. Gençler bu dönemde, psikolojik yapıları gereği maceraya atılmaya istekli, hareketli ve değişime daha açık olurlar (Kozak, Kozak ve Kozak, 20014). Bu nedenle gençlik döneminde rekreasyon faaliyetine katılan bireyler, özgüvenlerini ve kendilerini geliştirme, akranları ile birlikte sosyalleşme, yeteneklerini geliştirme gibi faydalar elde edebilirler.

Yetişkin Rekreasyonu

Yetişkinlik döneminde kişilerin ne tür rekreasyon faaliyetlerine istekli olduklarını anlamak açısından iki bölüme ayrılmıştır (Gül, 2014). Bunlardan ilki genç yetişkinlik rekreasyonu, 19-35 yaş yaşına kadar olan zamanı kapsamaktadır. Genç yetişkinlik dönemi içinde kişilerin hayat kalitesi ve yaşam koşullarına bağlı olarak etkin veya edilgen olarak katılım sağladıkları rekreasyon türlerinin hepsi bu açıdan ele alınmalıdır (Can vd., 2010).

İkinci dönem olan orta yetişkinlikte ise, 35 yaş ve 60 yaşları kapsamaktadır. Orta yetişkinlikte bireylerin üretken olması, farklı alanlara dönük ilgilerin gelişmesi, mesleki doyum arama ihtiyacı, sorumluluklarının artması, gelecek kuşakların yetişmesine fayda sağlaması, sosyal ihtiyaçların yükselmesi gibi gereksinimler oluşturmaktadır (Gürses ve Kılavuz, 2011). Bunlara bağlı olarak orta yetişkinlik dönemindeki rekreatif faaliyetlerin daha çok bu ihtiyaçları karşılayacak biçimde planlanması gerekmektedir.

İleri Yaş Rekreasyonu

Daha çok 55 yaş üstü bireyleri kapsayan bir dönemdir. Bu dönemde bireylerin güçleri azalmakta, emeklilik dönemine geçiş bu dönemde uyum sağlamaya çalışmakta, sağlıkları bozulmakta ve bireyler elde ettiği serbest zamanları azami ölçüde değerlendirmeye çalışmaktadırlar (MEGEP, 2012). Bireyler kendi gelenek ve göreneklerine göre etkinliklere katılarak, kurslara giderek, isteğe göre hobiler, el işçilikleri, balıkçılık gibi farklı faaliyetlere yoğunlaşmaktadırlar (Aydemir ve Kılıç, 2017).

OYUN VE SPOR TİF UYGULAMALARDA YAŞ GRUPLARINA GÖRE MATERYAL GELİŞTİRME

İnsanların günümüzde çeşitli bir çok sporu (yüzme, teniz, squash, golf, kayak, yelken, sörf, badminton, voleybol, basketbol vb.) herhangi bir yere bağlı olmadan yapabildiği bilinmektedir. Buna bağlı olarak da yapılan çevre planlamalarında yeni alanlar ile insanların rekreatif sporlar yapması desteklenebilir (Uyar ve Sunay, 2019). Atasoy vd, (2018), bireylerin spor sahası içerisinde oyun topları gördüklerinde, keyifle fiziksel aktiviteye yöneldikleri ve kolayca tanışmadıkları diğer bireyler ile iletişim kurdukları gözlemlenmiştir. Bu nedenle, bireylerin serbest zamanlarında rekreatif spor etkinliklerine yönelmesinde ulaşılabilirliği kolay olan oyun materyallerinin oldukça etkili olduğu görülmüştür.

Okul içi rekreatif alanları oluştururken, çocukların tırmanma, kayma, sıçrama, atlama, hız, koşma, denge ve koordinasyon gibi motor becerilerinin gelişimini desteklerken, fen ve doğa çalışmalarının da yürütülebileceği, bilişsel, sosyal- duyuşsal ve öz bakım becerilerinin gelişimine destek sunan bir bahçe olması için uygun materyallerin kullanılmasıyla düzenlenmesi gerekmektedir (Arabacı ve Çıtak, 2017).

Kent yöneticileri, halkın ihtiyaçlarına yönelik rekreasyon ve park alanlarına, rekreatif faaliyetlerin olduğu organizasyonlara ve hizmetlere daha da fazla önem vermelidirler. Çünkü şehirlerde artan nüfus ile birlikte insanların serbest/boş zaman etkinliklerini gerçekleştirebilecekleri alanlara da ihtiyaç artmaktadır (Koçyiğit ve Yıldız, 2014). Tüm bireylerin rekreasyon aktivitelerine katılımı sağlamak için, başta spor sahaları ve semt çocuk parklarının uygun ve yakın yerlerine yürüyüş yolları yapmak ve buraları her yaş grubunun kullanımına açmak, yine bu alanlarda çeşitli aletler konularak bireylerin kültür-fizik hareketleri yapmalarını sağlamak olacaktır. Aynı zamanda uygun yolların ve caddelerin kaldırımlarının bir bölümüne bisiklet ve yürüyüş yollarının yapılması önemlidir (Fırat, 2006).

Kentsel Alanlarda Spor ve Boş Zamanları Değerlendirme ilkelerine göre; Tüm kent sakinlerinin, dinlenme, spor faaliyetler ve eğlencede yer alma hakkı, spor alanlarının güvenli ve sağlıklı olarak tasarlanması, tüm kent sakinlerinin kişisel potansiyelleri doğrultusunda istediği sporu yapma hakkı verilmelidir(Kaya, Şentürk, Danış ve Şimşek, 2007). Bu nedenle, kent yönetimlerinin, her yaş, her kültür ve gelir düzeyine uygun 'sağlıklı ortam' gereksinimlerini karşılaması gerekmektedir.

İngilizce "recreate" sözcüğünden türetilen rekreasyon, gençleşme, rahatlama ve keyif gibi anlamlar taşır. Kökleri "yenilenme" veya "yenilenme" anlamına gelen Latince bir terimdir. Rekreasyonun temel amacı, çalışma nedeniyle tükenen fiziksel ve zihinsel kaynakların yeniden canlandırılmasıdır. Psikolojik açıdan bakıldığında rekreasyon insan duygularıyla ilişkilidir ve rekreasyonel aktiviteler ilham verici deneyimlerle sonuçlanır. Sağlık, yalnızca herhangi bir hastalığın olmaması değil, fiziksel, zihinsel ve sosyal refahı kapsayan bütünsel bir durumdur. İnsanların uzun ve sağlıklı yaşama özlemi rekreasyonel faaliyetlere yönelmektedir. Günümüzün hızlı tempolu yaşam tarzında birçok birey sağlık sorunları, stres ve yorgunlukla karşı karşıya kalabilir. Rekreasyon bu zorlukların aşılmasında ve yaşam kalitesinin artırılmasında önemli bir kaynaktır. Rekreasyon faaliyetleri, boş zamanları değerlendirmenin ilgi çekici ve anlamlı yollarını içerir. Fiziksel sağlığı geliştirir, stresi azaltır ve genel yaşam kalitesini artırır. Egzersiz ekipmanları, rehabilitasyon cihazları ve tedavi araçları gibi sağlık ve rehabilitasyon amaçlı tasarlanmış malzemeleri de içerir. Bu materyaller sağlıklarını iyileştirmek, iyileşmek ve refahlarını korumak isteyenler için kritik öneme sahiptir. Rekreasyonel materyaller eğlence, çeşitlilik, taşınabilirlik, dayanıklılık, güvenlik, eğitim, beceri geliştirme, sosyal etkileşim, erişilebilirlik, ihtiyaca uygunluk gibi niteliklere sahiptir. Bu materyaller açık hava aktivitelerini, spor ve egzersizi, su sporlarını ve sanatsal yeteneklerin geliştirilmesi, müzik ve balıkçılık gibi diğer çeşitli alanları desteklemektedir. Rekreasyonel materyallerin açık hava aktivitelerini desteklemekten spor ve egzersizi teşvik etmeye, doğada yürüyüş yapmaktan su sporları yapmaya kadar geniş bir uygulama alanı vardır. Bu materyaller bireylerin boş zamanlarını etkili bir şekilde geçirmelerine olanak tanıyarak fiziksel, zihinsel ve duygusal iyilik hallerini artırır. Sonuç olarak, rekreasyonel materyaller sağlığın teşviki ve yaşam kalitesinin iyileştirilmesi için çok yönlü bir araç olarak hizmet etmektedir.

Rekreasyonel terapi sağlık amaçlı olarak genellikle iki ana alana ayrılır: koruyucu sağlık hizmetleri ve rehabilitasyon/restorasyon hizmetleri. Koruyucu sağlık hizmetleri sağlıklı bireylere, rehabilitasyon ve restorasyon hizmetleri ise engelli veya sağlık sorunu olan bireylere yöneliktir. Rekreasyon terapisi, bireylerin fiziksel, zihinsel, duygusal ve sosyal ihtiyaçlarını karşılamayı, iyileşme sürecini desteklemeyi ve yaşam kalitesini iyileştirmeyi amaçlayan özel bir terapötik yaklaşımdır. Rekreasyon terapisi hem hastalıkların tedavisi hem de sağlığın önlenmesi ve restorasyonu amacıyla kullanılabilir. Özellikle fiziksel, zihinsel ve duygusal engelli bireyler için tasarlanmış olup spor, oyun, sanat, doğa aktiviteleri gibi rekreasyonel aktiviteleri tedavi edici bir yaklaşımla bir araya getirmektedir. Rekreasyon terapisinin temel amacı bireylerin bağımsız yaşam tarzlarına ulaşmalarına yardımcı olmaktır.

Rekreasyon terapisi, uzun süre hastanede yatan kronik hastaların motivasyonunu artırmak ve tedavi sırasında destek sağlamak amacıyla uygulanmaktadır. Ayrıca yaşlılarda sosyal katılımı teşvik etmek ve stresi yönetmek için de kullanılır. Rekreasyon terapisinin faydaları arasında yaşam kalitesinin iyileştirilmesi, fiziksel sağlığın geliştirilmesi, ahlaki, motivasyonel ve güven artırıcı etkilerle zihinsel sağlığın geliştirilmesi, bilişsel gelişimin teşvik edilmesi, fiziksel ve zihinsel rahatsızlıkların önlenmesi veya azaltılması ve sosyalleşmenin ve grup katılımının teşvik edilmesi yer alır. Bu terapötik yaklaşım, çeşitli alanlarda uygulanabileceği gibi, bireylerin özel ihtiyaçlarına ve hedeflerine göre de şekillendirilebilmektedir. Yüzme, sanat terapisi, açık hava etkinlikleri, müzik terapisi ve grup terapisi gibi rekreasyonel terapiye dahil edilebilecek etkinliklere örnekler.

Sağlık ve rehabilitasyonda kullanılan malzemeler, hastaların tedavi süreçlerinde iyileşmesini, konforunu ve fonksiyonel bağımsızlığını teşvik etmede önemli rol oynamaktadır. Bu malzemeler arasında tekerlekli sandalye, koltuk değneği, protez ve diş telleri, fizik tedavi ekipmanları ve egzersiz aletleri gibi çeşitli ürünler yer alıyor. Bu malzemelerin özellikleri arasında etkinlik, güvenlik, konfor, ayarlanabilirlik ve tepki verme, taşınabilirlik, dayanıklılık, kullanım kolaylığı, temizlik ve hijyen, görünürlük ve standartlara uygunluk gibi özellikler yer alıyor. Rekreasyon terapisi günümüzde birçok alanda yaygın olarak kullanılmakta olup sürekli gelişerek insanların yaşam kalitesini iyileştirmeyi ve sağlıklarını desteklemeyi amaçlamaktadır. Bu terapi türü, çeşitli sağlık sorunlarının tedavisi ve iyileştirilmesine yönelik multi-disipliner yaklaşımlarda kritik bir rol oynamaktadır.

Unutulmamalıdır ki, Rekreasyon terapisi, lisanslı ve alanında yetkin bir rekreasyon terapisti veya bir sağlık profesyoneli tarafından uygulanmalıdır. Eğitim ve lisans, terapistin rekreasyon terapisi ilkelerini ve uygulama tekniklerini anlamasını sağlar. Bu terapistin uygulanması, bireylerin özel ihtiyaçlarına ve

hedeflerine uygun bir programın geliştirilmesini gerektirir. Her bireyin ihtiyaçları farklıdır, bu nedenle rekreasyon terapisi öncesinde bireyin fiziksel, zihinsel, duygusal ve sosyal durumu değerlendirilmelidir. Bu değerlendirme, terapistin bireyin güçlü yönlerini, zayıflıklarını, hedeflerini ve özel ihtiyaçlarını belirleme konusunda rehberlik eder. Değerlendirme sonuçlarına dayanarak, rekreasyon terapisti bireye özel bir program tasarlar. Bu program, bireyin ihtiyaçlarına ve hedeflerine uygun rekreasyonel aktiviteleri içerir. Örneğin, fiziksel rehabilitasyon amacıyla egzersizler, zihinsel sağlığı desteklemek için sanat terapisi veya sosyal becerilerin geliştirilmesi için grup aktiviteleri vb. Terapist, bireyin rekreasyonel aktiviteleri sırasında rehberlik etmeli ve destek sağlamalıdır. Bu süreçte, bireyin ilerlemesini takip etmeli, gerekirse programı güncellemeli ve motivasyonu yüksek tutmalıdır. Rekreasyon terapisi, spor, oyun, sanat, doğa etkinlikleri, müzik gibi çeşitli aktiviteleri içerir. Bu çeşitlilik, bireyin terapötik hedeflerine yönelik en etkili yaklaşımı bulma konusunda esneklik sağlar. Terapist, bireyle etkili iletişim kurmalı ve güvenilir bir ilişki geliştirmelidir. Ayrıca, diğer sağlık profesyonelleri, aile üyeleri veya bakıcılarla işbirliği içinde çalışarak bireyin genel sağlık ve refahını desteklemelidir. Multi-disipliner yaklaşımla vurgulanmak istenen de budur. Tüm bu bilgiler ışığında kişinin veya hasta bireyin ihtiyaçları doğrultusunda uygulamalar yapılması bireylerin yaşam kalitelerini önemli ölçüde arttıracak katkılar sunar.

Yeni doğan her birey, içine doğduğu ailenin ve toplumsal çevrenin uyarlarıyla şekillenir ve bu çevreden aldıklarıyla kişilik oluşturarak toplumsal yapı içindeki yerini alır. Aileler, devletler, iktidarlar, kurumlar bireyin toplumsal yaşam içindeki yerini belirlemek için birtakım düzenli, planlı ve programlı uyarıları bireye yansıtır ve onun çağın gerektirdiği ve yaşadığı toplumun gereksinim duyduğu bilgi, beceri ve yetilerle donatılmasını sağlamaya çalışırlar. İşte, bireye planlı, programlı, sistemli ve istendik olarak sunulan zorunlu uyarılar sürecine “eğitim” diyoruz.

Eğitim süreci içindeki öğrenmeler bireye farklı araç-gereç ve materyallerle sunulur ve bireyin beceri ve yetenekleri doğrultusunda kazanımlar elde etmesi sağlanarak toplumsal yaşam içindeki rolü belirlenir. Bireyi eğitmenin bir yolu da beden eğitimi, spor, sanat ve rekreatyonel etkinliklerdir. Bu etkinlikler genel eğitimin bütünleyici bir parçasıdır.

Oyun tanımları ve kavramsal yaklaşımlar: Oyun ve oynamak sözcüğünün Türkçe karşılığı birçok anlam ifade etmektedir. İster çocukların oynadıkları dans, tiyatro, gösteri, kâğıt, zar ve benzeri oyunlar olsun, isterse spor ve hareket becerilerinden oluşan eylemler olsun, tamamı oyun sözcüğü ile ifade edilmektedir.

Oyun, ilk insanlardan bugüne, her yaş ve cinsteki insanın yaşamında şu ya da bu şekilde yer almıştır. İnsanın doğasına en yakın bedensel eylemler olan oyun insanın büyüme, gelişme ve yaşamını dengeli bir şekilde sürdürme sürecinden ayrı tutulamaz.

Antik dönemde yaşayan büyük düşünürlerden Platon ve Aristoteles çocukların eğitiminde oyunun çok önemli olduğunu vurgulamışlardır. Platon “devlet” adlı yapıtında eğitimden söz ederken, çocuklara zor kullanmayacaksınız. Eğitimin onlar için bir oyun olmasını sağlayacaksınız. Böylece onların yaradılıştan neye daha elverişli olduklarını daha iyi anlarsınız diyerek oyunun önemini vurgulamıştır.

Aydınlanma döneminde eğitimi yeni baştan kurmaya çalışan Fransız Filozof J.J. Rousseau, “çocuğun yaşamında oyunun anlamlı ve önemli bir yeri vardır ve bu nedenle çocuk oyun oynamalıdır” demektedir. Bu savıyla oyunun eğitim değeri taşıdığını ve önemli olduğunu vurgulamıştır.

Oyun: Belli bir amaca yönelik olan veya olmayan, kurallı ya da kuralsız gerçekleştirilen fakat her durumda çocuğun isteyerek ve hoşlanarak katıldığı fiziksel, bilişsel, dilsel, duygusal ve sosyal gelişimin temeli olan, gerçek hayatın bir parçası ve çocuk için en etkin öğrenme sürecidir (Pegem Akademi, 2019).

Oyunlar yoluyla ulaşılabilecek ortak eğitimsel amaçlar iki grupta toplanabilir.

Bilişsel-duyuşsal amaçlar

Psikomotor amaçlar

Çocuk kavramları, cisimleri, toplumsal kuralları, haklarını ve mücadele etmeyi oyun içerisinde önce “algılar”, sonra “anlar”, sonra da “öğrenir” ve “geliştirir”.

Spor tanımları ve kavramsal yaklaşımlar: Spor için aşağıdaki farklı tanımlar yapılmıştır.

Diem’e göre; spor bireyin özgür istenci ile yapılan, belli değer ölçülerine sahip, kendine özgü töresi olan, yarışma, doğa sevgisi ve sevinci taşıyan, geliştirilmiş ve tipikleştirilmiş, kuralları olan, mükemmel olmayı amaçlayan bedensel bir etkinliktir (akt. Özsu, 2002).

Bu hareketler doğrultusunda insanoğlu, yer değiştirme gereksiniminden doğan ve içgüdüsel olarak oluşan yürümeyi, avını yakalayabilmek veya daha güçlü bir havyandan kaçabilmek için koşmayı, açık alanda uzun atlamayı, tırmanmayı ve asılmayı uygulamışlardır. İnsanoğlu, yaşam mücadelesinde başarılı olabilmek için hızlı, dayanıklı, çevik olunması gerekliliğinin farkına varmış ve bedenlerinin eğitilmesi gerekliliği ortaya çıkmıştır.

Animasyon tanımları ve kavramsal yaklaşımlar

Animasyon kelimesinin Türkçe karşılığı “canlandırma” anlamına gelmektedir. Animation kelimesinden türetilmiştir. Latince “animare” canlandırmak, hayat vermek demektir. Birden fazla resim, fotoğraf, çizim arka arkaya hızlı bir şekilde gösterilerek elde edilmektedir. İşte bu canlandırma, hareketlendirme, hareket ettirme işi animasyon olarak ifade edilmektedir.

Animasyon yapan kişiler, uzmanlar görevliler “animatör” olarak adlandırılırlar. İlk insanlardan günümüze insanın kendini başka canlıları ifade etme isteği hep var olmuştur. Bu ifade etme biçimi çağın ve teknolojinin gelişimine paralel bir ivme izleyerek günümüze kadar gelmiştir.

Çocuk-oyun ve materyaller: Oyunun, çocuk gelişimi üzerindeki etkileri bilimsel verilerle ortaya konulmuş bir gerçekliktir. Yetişkinler için “iş” ne ise çocuklar içinde “oyun” odur. Oyun yoluyla gerçekleştirilen öğretme ve öğrenmeler hem eğlenceli hem de kalıcılık sağlaması açısından önemlidir.

Oynayarak öğrenme bütün eğitim bilimcilerin üzerinde durdukları ve önem verdikleri bir konudur. Çocukları oyunlardan ve oyun ortamlarından uzak tutan her davranış çocuğun gelişim sürecinin kesintiye uğramasını da beraberinde getirir.

Oyun materyalleri öğrenme alanlarına göre sınıflandırılarak geliştirilebilir. Bu sınıflama yapılırken bir öğrenme materyalinin birden fazla öğrenme alanına yönelik olduğu da düşünülmelidir. Psikomotor öğrenme alanına yönelik bir materyalle yapılan bir etkinlikte bilişsel, duyuşsal ve sosyal öğrenmelerinde belirli oranda gerçekleşeceği göz önünde bulundurulmalıdır.

Spor materyalleri: Çok yaygın olan ve toplumun her yaş ve cinsten bireylerini ilgilendiren ve ilgi duyulan spor olgusunu boş zaman etkinliği, rekreasyonel etkinlikler ve benzeri alanlarda kullanmak için iyi bir planlama yapılması gerekmektedir. Sporun eğlencenin içine nasıl sokulacağı ve eğlenmenin bir aracı haline getirileceği düşüncesi rekreasyon uzmanlarının ve çalıştırıcıların sorgulamaları gereken bir durumdur.

Rekreasyonel etkinlikler olarak uygulamaya konulan spor dallarının amaca daha iyi hizmet etmesi için rekreasyonel materyallerin de işe katılarak etkinliklerin daha eğlenceli ve herkes tarafından yapılabilir hale getirilmesi gerekir. Burada dikkat edilmesi gereken önemli konulardan biri rekreasyonel materyallerin geliştirilmesi ve seçiminde amaca uygunluğun gözden kaçırılmaması.

Animasyon materyalleri: Günümüzde, animasyon eğitim-öğretim, turizm, eğlence sektörü, sinema, tiyatro gibi alanlarda kullanılmaktadır. Özellikle, tatil yörelerinde otellerde konaklayan yerli ve yabancı tatilcilerin eğlenmeleri ve hoşça vakit geçirmeleri için animasyon etkinlikleri düzenlenmektedir. Rekreasyonel etkinlikler olarak düzenlenen ve eğlenmeye dönük birçok uygulama animasyon kavramı içinde değerlendirilmektedir.

Animasyonlar eğitim-öğretimde öğrenme etkinlikleri düzenlenirken başvurulan seçeneklerden biridir. Fen eğitiminden matematiğe, sosyal bilgilerden coğrafya eğitimine, spor bilimleri ve beden eğitimine, sağlık bilimlerine kadar her alanda animasyondan yararlanılır. Teknolojik ürünlerin geliştirilmesiyle birlikte, bilgisayar destekli animasyon eğitim öğretim etkinliklerinde önemli bir yer tutmaya başlamıştır.

Zaman, sürekli akıp giden tam olarak ne olduğunu anlamadığımız, sorgulayamadığımız, sorgulasak bile kavrayamadığımız sinema filmi gibi sürekli akıp giden bir kavramdır (Bozkurt, 1992). Zaman hayattır ve zamanı boşa harcamak hayatı boşa harcamakla eş anlamlıdır (Baltaş ve Baltaş, 1987). Boş zaman, bireylerin fizyolojik ihtiyaçlarını karşılamak ve çalışma hayatı dışındaki kendi hür iradesiyle dinlenme, kişisel gelişme, başarı kazanma, eğlenme için kullandıkları zamandır (Tezcan, 1982). Rekreatyon bireylerin çağdaş ve temel ihtiyaçları olarak nitelendirilirken, bireyin boş zamanı için değerli olan faaliyetleri eğitimleri, imkanları ve danışmanlık hizmetlerinin tümünü içermektedir (Karaküçük, 2005). Bayer (1992), rekreatyonu bireyi eğlendiren, hayata bağlayan, meşgul edici, dinlendirici, zevk verici olay ve eylemleri yapmak yada bu etkinliklere katılmak suretiyle ruhen ve bedenen bir canlılığı elde etmek olarak tanımlamıştır. Bireyler pasif katılımcı olarak (seyirci), spor müsabakaları izleyebilir, grup ya da bireysel etkinlikler (aktif katılım) yapabilir. Aynı zamanda profesyonel bir hizmet satın alınabilir veya bir lider izinde katılımcı olabilir (Özbey ve Çelebi, 2011). Özellikle okul çağı dönemdeki çocuklarda rekreatif özellikli eğitsel oyunla eğitim birleştirildiğinde bireyler hareket etmekte ve duygu dünyalarını daha rahat duşa vurmaktadırlar. İlerleyen yaşlarla birlikte bireyler genellikle spor aktiviteleri dahilinde rekreatyon aktiviteleri yaparlar. Bireyler bu rekreatif katılımın hem aktif hem de pasif şekilde gerçekleştirilebilmesiyle sporların toplumda yaygınlaşmasının en önemli sebeplerinden biri olmuştur (Taşkın, 2019).

REKREASYON

Rekreatyon, insanların işlerinden arta kalan serbest zamanlarında kendi istekleriyle ve kendisini fiziksel ve zihinsel yönden yenilemek, rahatlamak, dinlenmek, spor yapmak, turizm gibi amaçlar doğrultusunda ekonomik, toplumsal, kültürel olanaklarla bağlantı halinde yaptıkları etkinliklerin hepsidir (Karaküçük, 2008; Koç ve Şahin, 1999).

Rekreatyon kavramının daha iyi açıklanabilmesi için şu tanımlayıcı temel ifadeler kullanılmaktadır (Bucher, 1972):

Rekreatyon iş değildir ve kar gayesi taşımaz. Boş zamanda yapılır.

Rekreatyonda birey, sadece kendi istek ve arzusu ile tamamen gönüllü olarak faaliyetlere katılır.

Rekreatyon faaliyetleri, katılan kişileri mutlu eder, zevk verir ve neşelendirir.

Rekreatyon faaliyetleri, hem toplumsal hem de kişisel fayda sağlar.

Yemek yemek ya da uyumak gibi hayati önem taşımaz ve toplumsal değerlere de aykırı değildir.

İnsanların boş zamanlarında yaşadığı yerden uzaklaşmak, dinlenmek, gezmek, sağlık, sevdikleri ile bir araya gelmek, heyecan duymak gibi amaçlarla şehirlerde ve kırsal alanlarda açık ya da kapalı alanlarda aktif ya da pasif olarak etkinliklere katılırlar. Bu durum insanların hayatında rekreatyonun yerini ve önemini arttırmaktadır ve her kesimden insanın günlük hayatında varlığını göstermektedir.

Kişiler rekreatif faaliyetlere katılım ile birçok fayda elde edebilirler. Bunlar (Akyürek, 2016; Kılıç, 2015; Koçyiğit ve Yıldız, 2014; Manning ve Valliere, 2001; Munusturlar, Kurnaz, Yavuz, Özcan ve Karaş, 2017; Yerlisu, Ardahan ve Yıldız, 2010);

- Grup dinamiği öğrenme ve liderlik
- Güven artırma
- Bireysel karar verebilme
- Risk yönetimi
- Kendisinin ve başkalarının sorumluluğunu üstlenebilme
- Beden ve kişilik oluşumunu olumlu yönde etkileme
- Yeni kişiler tanıma ve onlarla etkileşime geçerek sosyalleşme
- Güçlü ve sağlıklı hissetme
- Kişileri tatmin, mutlu edebilir ve moral verebilir
- Yeni şeyler öğrenme ve kişisel tatmin elde etme
- Çevre bilinci kazanma
- Daha verimli çalışma
- Bir topluluğa ya da guruba aidiyet duygusu yaşama
- Hayal gücünü ve yaratıcılığı geliştirir
- Kendisini daha önemli hissetme
- Kişisel gelişimi ve becerilerin gelişmesini sağlar

- Yaşam seviyesinin yükselmesine katkı sağlar
- Bireylere yeni deneyim imkanı sunar

Turizm

Turizmin en genel kabul gördüğü tanımı, 1954 yılında İtalya'nın Palermo kentinde yaptıkları toplantıda Uluslararası Turizm Uzmanlar Birliği (AIEST)'nin 'kazanç sağlama amacı olmadan ve sürekli yerleşmemek şartıyla yabancıların bir yere seyahat etme ve orada konaklamalarından sonucu ortaya çıkan ilişkilerin ve olayların bütünüdür' şeklinde yaptıkları tanımdır (Bayer, 1992; Tunç ve Saç, 1998). Turizm için başka bir tanımda, turist, ürün ve hizmet sunan işletmeler, misafir kabul eden ülke ve toplumlar arasındaki etkileşim sonucunda turistlerin ve ziyaretçilerin ağırlanması süresince meydana gelen ilişkilerin ve olayların hepsidir (Mc Intosh ve Goeldner, 1990).

Rekreasyon ve Turizm İlişkisi

Bireylerin iş hayatı ile birlikte kendilerini daha özgür hissedebilecekleri boş zamanlarının önemli bir ihtiyaç olduğunu kavramışlar ve bunu en iyi şekilde değerlendirme fikri yaygın hale gelmiştir. Rekreasyon faaliyetlerinin bireylerin hayat tarzını etkilediği, zaman içerisinde çeşitlilik kazandığı ve sürekli gelişim gösterdiği bilinmektedir.

Turizm ve rekreasyon insanların hayat standartlarını arttırmakta ve tatmin düzeylerini etkilemektedir. Bu yüzden rekreasyon ve turizm arasında ortak bir yaşam ilişkisi bulunmaktadır. Bir çok turizm olayının esasında bir rekreasyon olduğu ilişkiyi güçlendirmektedir. Çünkü turizm boş zaman kullanımında ortaya çıkmış bir gelişmedir. Rekreasyon faaliyetlerinin özellikle dışarda yapılanları turizm olayı ile zamanı, mekanı ve finans kaynaklarını kullanması açısından ortak yönler barındırmaktadır(Hacıoğlu, Gökdeniz ve Dinç, 2009). Ayrıca eğlenme, gelişme ve dinlenme özellikleri ile bütünleşmiş olan turizm, rekreasyonun bir yönünü ve oldukça önemli bir oluşturmaktadır.

Rekreasyonel Turizm

Rekreasyonel turizm, rekreasyon ve turizm arasındaki ilişkiyi ve bu ilişkinin her iki kavramı da kapsayan faaliyetleri çatısı altında toplayan bir kavramdır. Bireylerin gönüllü olarak katıldıkları, boş zamanları süresinde kendi istek ve tatminleri doğrultusunda yaptıkları, bireyde olumsuz etki uyandırmayan ve hoş giden faaliyetleri rekreasyonel turizm faaliyetleri olarak tanımlayabiliriz (Shivers ve DeLisle, 1997:102).

Turizm sektöründe deniz, güneş ve kum turizmine alternatif olacak farklı türlerin ortaya çıkmasıyla rekreasyon faaliyetleri de önem kazanmıştır. Buna bağlı olarak müşterilere sadece konaklama, eğlenme, yeme ve içme gibi faaliyetleri yetmemektedir. Bunlara ek olarak başarı, macera ve diğer fiziksel aktivitelerin de sağlanması gerektiği ortaya çıkmıştır. Günümüzde turistler açısından rekreasyonel faaliyetlerde tıpkı bu yeme içme ve konaklama temel özellikleri gibi önemli olmaya başlamıştır. Tüm bu gelişmelerle birlikte rekreasyonel faaliyetler turizm işletmelerinin olmazsa olması haline gelmiştir (Bayansalduz, 2021; Hacıoğlu, Gökdeniz ve Dinç, 2009).

Açık alan rekreasyonu

Kentleşme ve sanayileşmeyle birlikte insanlar daha fazla açık alanda rekreasyon gereksinimi duymaya başlamışlardır. Açık alan rekreasyonu, katılımcılar arası iletişim sağlayan, kişinin tamamen fiziksel, ruhsal, sosyal ve sağlık açısından çıkarlar güderek gerçekleştirdiği boş zaman faaliyetleri olarak açıklanabilir. İnsanlar çoğunlukla açık havada aktivite yapmayı ister. Bu nedenle kapalı ortamlara nazaran, doğala iç içe olmak daha kıymetli hale gelmiştir. Açık alan rekreasyonları oldukça çeşitlidir (Karaküçük, 2008). Bunlar;

- Orman Aktiviteleri
- Tatlı Su Aktiviteleri
- Dağ Aktiviteleri
- Hava Aktiviteleri
- Plaj ve Deniz Aktiviteleri
- Tarihi ve Kültürel Etkinlikler
- Çöl Aktiviteleri
- Kapalı alan rekreasyonu

İnsanlar boş zamanlarını daha etkin ve verimli geçirmek ve hayat standartlarını arttırmak için kapalı mekanlarda yaptıkları etkinlikler kapalı alan rekreasyonunu içerir. Etkinlikler mesai sonrası resmi kurumlarda, özel mekanlarda, evlerde, halkın istifadesine sunulmuş alanlarda ya da husisi şirketlerde yapılan etkinlikleri kapsar. (Tütüncü ve Aydın, 2014). Kapalı alan rekreasyonu çeşitli etkinliklerden oluşmuştur (Karaküçük, 2008). Bunlar;

Performans, müzik, sporla ilgili etkinlikler

Çocuklara yönelik olan ticari etkinlikler (Alışveriş merkezleri, oteller gibi)

Sanat galerisi, müze, yeraltı şehirleri ve diğer kapalı alan etkinlikleri

Tarihi yapılar, kapalı çarşılar, konaklar, saraylar, kütüphaneler, dini mekanlar, oteller, vakıf işleri gibi korunan yerlerdeki etkinlikler

Sertifika ve kurs gibi programlara katılmak

Kapalı alanlarda oynanan şans oyunları, tavla, satranç, kağıt oyunları gibi etkinlikler

Evlerdeki rekreasyon faaliyetleri (bakım-onarım yapmak, televizyon izlemek, radyo dinlemek, kitap okumak, dinlenmek gibi)

Rekreasyon Faaliyetlerinde Kullanılan Materyaller

Rekreasyon faaliyetlerinin çok çeşitli olması kullanılan materyallerinin de oldukça çeşitli olmasında etkilidir. Bu çeşitlilik arasında materyal seçimi yaparken şu sorulara cevap bulmak gerekir; Materyal yapılacak aktiviteye uygun mu?

Materyal kişiyi aktivite içerisinde güdüyor ve kişinin ilgisini çekiyor mu?

Materyal teknik özellik açısından aktivite için yeterli mi?

Materyalin aktivite için kullanım kılavuzu veya diğer metinleri mevcut mu?

Aktiviteye katılımı sağlıyor mu?

Rekreasyon Faaliyetlerinde Kullanılan Materyaller

Açık Alan Rekreasyonunda Materyaller: Orman aktiviteleri, kamp aktiviteleri, tatlı su aktiviteleri, balık tutma, dağ aktiviteleri, hava aktiviteleri, deniz ve plaj aktiviteleri gibi rekreasyon faaliyetlerini gerçekleştirirken kullanılan malzemelerin tümünü içerir.

Kapalı Alan Rekreasyonunda Materyaller: Performans, müzik, sporla ilgili etkinlikler, çocuklara yönelik olan ticari etkinlikler (alışveriş merkezleri, oteller gibi), sanat galerisi, müze, yeraltı şehirleri ve diğer kapalı alan etkinlikleri, tarihi yapılar, kapalı çarşılar, konaklar, saraylar, kütüphaneler, dini mekanlar, oteller, vakıf işleri gibi korunan yerlerdeki etkinlikler, kapalı alanlarda oynanan şans oyunları, tavlâ, satranç, kağıt oyunları gibi etkinlikler, evlerdeki rekreasyon faaliyetleri (bakım-onarım yapmak, televizyon izlemek, radyo dinlemek, kitap okumak, dinlenmek vb) gibi faaliyetleri gerçekleştirirken kullanılan malzemelerin tümünü içerir.

REKREASYON KAVRAMI, SINIFLANDIRMA VE MATERYALLER

Rekreatyon Kavramı

Rekreatyon insanların boş zamanlarında yaptıkları uzaklaşmak, dinlenmek, hava değişimi, gezme/görme, sağlık, beraber olma, heyecan duyma, farklı yaşantılar elde etme gibi pek çok amaçla ev dışında veya ev içinde, açık veya kapalı alanlarda, aktif veya pasif şekilde, kent içinde veya kırsal alanlarda katıldıkları etkinlikler bütünüdür (Doğan ve Ersoy, 2016).

Yukarıdaki rekreatyon tanımlaması, rekreatyonun sınıflandırılmasına ışık tutan bir tanımlama özelliği taşımaktadır. Bireylerin rekreatyonel etkinliklere katılma amaçları, istekleri, etkinliklerden aldıkları haz rekreatyonun sınıflandırılması gerektiğine vurgu yapmaktadır. Bireylerin arzu ve istekleri çeşitlendikçe rekreatyonda çeşitlenmektedir.

Rekreatyonun Sınıflandırılması

Rekreatyonun sınıflandırılması, rekreatyonun işlevine ve değerlendirme ölçütlerine göre yapılmaktadır. Yani bireyin amaç ve istekleri rekreatyon etkinliklerini çeşitlendirmekte ve her çeşitlendirme bir sınıflamayı beraberinde getirmektedir. Uzmanlar aşağıdaki farklı sınıflandırmaları yapmışlardır.

Yapılma amaçlarına göre rekreatyon sınıflandırması

Rekreatyonun hangi amaçla yapılıyor olması, onun amaçlara göre sınıflama gereğini doğurmuştur. Bireyin toplumsal yaşam içindeki yeri, yaşam biçimi, alışkanlıkları, davranışları, ilişkileri onun rekreatyonel etkinliklerdeki yerini belirlemektedir.

Dinlenme amacıyla yapılan rekreatyonel etkinlikler: Çok fazla fiziksel hareket gerektirmeyen, daha çok bilişsel ve duyuşsal öğrenme alanlarına yönelik etkinliklerdir. Sinema ve tiyatroya gitmek, defile ve benzeri etkinlikleri izlemek, gezi ve turlara katılmak, briç, satranç gibi oyunlara katılmak dinlenme amaçlı rekreatyon etkinliklere örnek olarak verilebilir.

Kültürel amaçlı yapılan rekreatyonel etkinlikler: Bireyin konser, festival, bale, balo, sergi ve benzeri etkinliklere katılması kültürel amaçlı yapılan rekreatyonlar olarak değerlendirilir.

Spor amaçlı yapılan rekreatyonel etkinlikler: Spor dallarına yönelik oyun ve uygulamalar bu kapsamda değerlendirilir. Atletizm dalları, salon sporları, su sporları, savunma sporları gibi spor dallarının kurallı ve esnek uygulamaları bu alana örnek olarak verilebilir.

Sanat amaçlı yapılan rekreatyonel etkinlikler: Heykel, resim, müzik, edebiyat, gösteri sanatları, medya sanatları (radyo, televizyon, fotoğrafçılık) gibi sanat dallarından biri ya da birkaçı ile ilgili etkinliklerde bulunmak sanat amaçlı rekreatyon olarak değerlendirilir.

Turizm amaçlı yapılan rekreatyonel etkinlikler: Bireyin bulunduğu alandan başka bir alana gezi, inceleme, görme, tatil yapma gibi amaçlarla seyahat etmesi turizm amaçlı rekreatyonel etkinlikler olarak görülür.

Ölçütlere göre rekreatyon sınıflandırması

Rekreatyonel etkinlikler; yaş, katılımcı sayısı, etkinlik alanı, sosyal yapı gibi ölçütlere göre de sınıflandırılır.

Yaş ölçütüne göre rekreatyonel etkinlikler: Her yaş grubunun kendine özgü özellikleri vardır. Bu özellikler bireyin fiziksel, fizyolojik, psikolojik ve sosyolojik özellikleri olarak ortaya çıkar ve bireyin toplumsal yaşam içindeki yerini belirler.

Etkinliğe katılan sayısına göre rekreatyonel etkinlikler: Katılımcı sayısı rekreatyonel etkinliğin ne şekilde yapılacağını da belirlemektedir. Bazı etkinlikler belirli sayıda katılımcı olmadan yapılamaz. Bazı etkinlikler de çok katılımcı ile yapılamaz. Örneğin; iki kişi olmadan masa tenisi, badminton, tenis etkinliği yapılamaz. Yine iki kişi olmadan Satranç oynayamazsınız.

Zamana ve mevsimlere göre rekreatyonel etkinlikler: Rekreatyonel etkinlikler zamana ve mevsimlere göre sınıflandırılabilir. Hafta içi, hafta sonu, sabah, akşam, günlük, aylık gibi zamana bağlı rekreatyonel etkinlikler düzenlenir. Mevsimlere göre de sınıflandırma yapılabilir. Kış etkinlikleri (kayak, kızak, kartopu oyunu, kardan adam ve hayvan figürleri yapma. Yaz etkinlikleri su sporları, festivaller, müzik dinletileri, açık hava sporları gibi.

Etkinlik ortamı ve mekâna göre rekreatyonel etkinlikler:

Rekreatyonel etkinlikler her ortam ve mekânda yapılamaz. Rekreatyonel bir etkinliğin amacına uygun bir şekilde yapılabilmesi için etkinliğe uygun bir mekânın/yerin bulunması gerekir.

Sosyal ve sosyolojik yapıya göre rekreatyonel etkinlikler:

Yaşamın diğer alanlarında olduğu gibi, rekreasyonel etkinliklerde de içerik sosyal yapıya ve sosyolojik tabakalaşmaya göre şekillenmektedir. Bireylerin içinde buldukları ekonomik, sosyal, kültürel ve sosyolojik yapı onların rekreasyonel etkinlik anlayış ve düzeylerini değiştirmektedir. Rekreasyonun özel işlevleri ve belirli eylem biçimleri göz önüne alındığında aşağıdaki gibi sınıflandırılmaktadır (Akasen, 1978. Karaküçük, 2008).

- Ticari rekreasyon
- Sosyal rekreasyon
- Uluslararası rekreasyon
- Estetik rekreasyon
- Fiziksel rekreasyon
- Dağ ve orman rekreasyonu

Rekreasyonel Materyallerinin Sınıflandırılması

Rekreasyon materyalleri rekreasyonun yapılma amaçlarına, işlevine, değerlendirme ölçütlerine ve katılımcılarda hedeflenen amaç ve kazanımlara göre tasarlanmakta, geliştirilmekte ve seçilmektedir. Rekreasyonel etkinliklerin sınıflandırma biçimi materyallerinde sınıflandırılma biçimini belirlemektedir

Yapılma amaçlarına göre rekreasyon materyalleri

Dinlenme amaçlı rekreasyonel etkinlik materyalleri:

Dinlenme amacıyla yapılan rekreasyonel etkinlikler bireyin bilişsel ve duyuşsal öğrenme alanlarına daha çok etki eden etkinliklerdir. Birey bu etkinlikler yoluyla bilgi edinme, sentezleme, yorumlama, depolama, problem çözme gibi kazanımlara ulaşır.

Sinemaya gitmek, tiyatro izlemek, defileye katılmak, okumak, televizyonda maç izlemek, briç oynamak gibi etkinlikler dinlenme amaçlı yapılan rekreasyonel etkinliklere örnek olarak verilebilir. Bu etkinlikler ve etkinlik materyalleri 4-5 yaş grubundan itibaren her yaş grubunu kapsayacak şekilde düzenlenebilir.

Kültürel amaçlı rekreasyonel etkinlik materyalleri:

Konser, bale, balo, festival, sergi, gezi, konferans gibi rekreasyonel etkinlikler kültürel amaçlı düzenlenen rekreasyonel etkinliklerdir. Ulusal ve uluslararası boyutta düzenlenebilir. Etkinliklerde kullanılacak olan materyaller her etkinliğin içeriğine göre tasarlanır ve geliştirilir. Bazı materyaller teknoloji ürünü araç-gereçlerden dönüştürülürken, bazıları katılımcılar tarafından elde edilir.

Spor amaçlı rekreasyonel etkinlik materyalleri

Günümüzde, spor amaçlı yapılan rekreasyonel etkinlikler toplam rekreasyonel etkinliklerin büyük bir kısmını oluşturmaktadır. Spor amaçlı rekreasyonel etkinliklerde sürece katılan materyallerin bir kısmı sanayi ürünü materyaller olurken, bir kısmı çok maliyet gerektirmeyen, geri dönüşüme uygun maddelerden geliştirilerek kullanılmaktadır.

Sanat amaçlı rekreasyonel etkinlik materyalleri

Heykel, resim, müzik, edebiyat, gösteri sanatları, medya sanatları (radyo, televizyon, fotoğrafçılık) gibi sanat dallarından biri ya da birkaçı ile ilgili etkinliklerde bulunmak sanat amaçlı rekreasyon olarak değerlendirilir.

Heykel için oyun hamurları, çamur, yontulmaya uygun ağaç parçaları, yontma araç-gereçleri materyal olarak kullanılır. Resim için; resim defteri, resim kartonları, kuru, sulu ve yağlı boyalar, renkli kalemler etkinlik materyali olarak kullanılır.

Turizm amaçlı rekreasyonel etkinlik materyalleri

Bireylerin yaşadıkları yerin dışında bir başka yeri görmek için yaptıkları gezi, seyahat benzeri etkinlikler turizm amaçlı rekreasyon olarak değerlendirilir. Bu tür etkinliklerde kullanılacak araç-gereç ve materyaller yaşama dönük araç-gereçlerdir. Kamp çadırları, karavancılık, uyku tulumu, seyahat çantaları, iklim koşullarına uygun giysiler turizm amaçlı rekreasyon etkinliklerinde kullanılabilecek araç-gereç ve materyallerdir.

Ölçütlere göre rekreasyon materyalleri

Yaş, katılımcı sayısı, zaman ve mevsimler, etkinlik ortamı ve mekân, sosyal ve sosyolojik yapı gibi ölçütler rekreasyonel materyallerin ölçütlere göre sınıflandırılma gerekçeleri olarak görülür.

Yaşa göre rekreasyon materyalleri

Bireylerin bireysel özellikleri rekreasyonel materyallerin tasarlanması, seçilmesi ve etkinlik ortamına uyarlanmasında göz önünde bulundurulması gereken önemli özelliklerdendir. Bu özelliklerden biri de “yaş” faktörüdür. Rekreasyonel etkinliklere materyal tasarlamak, seçmek ve geliştirmek durumunda olan görevlilerin, bireylerin içinde buldukları yaş faktörünü önemle göz önüne almaları gerekir. Bir yetişkinin kullandığı spor materyalleri 8-10 yaşındaki çocuk için işlevsel olmayabilir.

Katılan sayısına göre rekreasyonel materyaller

Rekreasyonel bir etkinliğe katılan sayısı rekreasyonel etkinlikte kullanılacak materyalin nitelik ve niceliğini belirler.

Ortam, mekân ve mevsimlere göre rekreasyon materyalleri

Ortam, mekân ve mevsimler rekreasyonel etkinliklerin nasıl, nerede, ne kadar ve ne ile yapılması

gerektiği belirler. Yine ortam, mekân ve mevsimler rekreasyonel etkinliklerde ne tür araç-gereç ve materyallerin kullanılacağı konusunda da önemli rol oynar.

Sosyal ve sosyolojik yapıya göre rekreasyonel materyaller

Materyallerin seçimi, geliştirilmesi ve kullanımı sosyal ve sosyolojik yapıya göre değişebilir. Tıpkı spor dallarına yönelimde olduğu gibi, ekonomik, sosyal ve kültürel olarak farklı bölgelerde yaşayan bireylerin materyal seçimi ve kullanımı da farklılaşmaktadır. Bu seçim ekonomik, sosyal ve sosyolojik yapılanmanın bir sonucu olarak ortaya çıkmaktadır.

REKREASYON ETKİNLİK ALANLARI VE MATERYALLER

İnsanların dinlenmeleri, eğlenmeleri ve hoşça vakit geçirebilmeleri için oluşturulan alanlara “rekreasyon etkinlik alanları” adı verilmektedir. Rekreasyon etkinlikleri ise her yaştan bireyin her ortamda katılabileceği etkinlikler olarak değerlendirilir. Rekreasyon etkinlik alanları, boş zamanın şekline, süresine, katılım tarzına, iklim, ekonomik, coğrafi durumlar ile toplum kültürüne göre farklılıklar ya da çeşitlilikler gösterebilmektedir” (Karaküçük , 2005).

Rekreasyon etkinlik alanları aşağıdaki gibi sınıflanmaktadır:

İçeriğe göre Etkinlik Alanları

Bireyin ne tür bir rekreasyonel etkinlikte bulunacağı onun içinde yaşadığı çevre koşulları ve bu çevrenin sağladığı olanaklar, ekonomik, sosyal, kültürel ve sosyolojik yapı, yaş ve cinsiyet özellikleri, bulunduğu yerin geleneksel yapısı ve arkadaş çevresi gibi etkenler belirlemektedir.

- Müzik etkinlikleri
- Sanat etkinlikleri
- Spor ve oyun etkinlikleri
- Açık hava etkinlikleri

Mekân ve Ortamlara Göre Etkinlik Alanları

Rekreasyonel etkinliklerin yapıldığı etkinlik alanları doğal alanlar ve yapay alanlar olarak iki farklı şekilde değerlendirilir. Doğal alanlar; göl kenarları, ormanlar, piknik alanları, akarsu kenarları ve dere yatakları, çayırılıklar doğal etkinlik alanlarıdır.

Yapay etkinlik alanları ise yerel yönetimler tarafından gerekli düzenlemeleri yapılarak halkın hizmetine açılan etkinlik alanlarıdır. Parklar, bahçeler, ormanlık alanlar, su yatakları gibi alanlar yapay etkinlik alanlarıdır.

Göçle gelen insanlar köy ve kasabalardaki yaşam biçimlerini, gelenek ve göreneklerini, kültürlerini de beraberinde getirerek şehir yaşamına eklemişlerdir. Şehir yaşam kültürüne uyum sağlayamayan ya da sağlamak istemeyen birçok kişi şehirleri kendi yaşam biçimlerine uydurmaya ve dönüştürmeye çalışarak “yapay ortamlar” oluşturmaya başlamışlardır. Bu ortamlarda yaşayan bireyler (çocuklar, gençler, yaşlılar) boş zamanlarını değerlendirmek, eğlenmek, hoşça vakit geçirmek için kendi oluşturdukları mekân ve ortamlarda rekreasyonel etkinlikler yapmaktadırlar.

Teknoloji

İnsanların boş zamanlarını değerlendirme yöntemlerini değiştirmiş, kültürel tercihlerini belirlemiş, sosyal bağlarını ve ağlarını geliştirmiştir (Bryce, 2001; Cheng, 2006). Geleneksel boş zaman aktivitelerinden farklı olarak internet ortamlarında gerçekleştirmiş olduğumuz boş zaman aktivitelerinin gerçekleştirildiği mekân, gerçekleşme zamanı ve süresinin kolay kolay tahmin edilemiyor oluşu kişinin bu boş zaman aktivitesinden aldığı hazzın, doyumun ve etkileşiminin de tahmin edilememesine yol açmaktadır.

Günümüz dünyasında hayatımızın her noktasına giren bilgi ve iletişim teknolojilerinin ürünlerine ayak uydurmak modern insan için bir gereksinim haline gelmiştir.

Boş zaman aktivitesi olarak insanlar farklı etkinlikler tercih edebilirler. En popüler boş zaman aktiviteleri alışveriş yapmak, seyahat etmek, yaşanan şehirde gezmek, spor veya fiziksel aktivite yapmak, kültürel veya sanatsal faaliyetlere katılmak, kitap okumak, film veya televizyon izlemek, arkadaşlarla dışarıya çıkmak olarak sayılabilir.

Popüler boş zaman aktivitelerinin geleneksel şekilleri bilgi ve iletişim teknolojilerinin hayatımıza girmesi ile birlikte biçim değiştirmeye başlamıştır. Geleneksel olanın yerini tutmaması ile birlikte sunmuş olduğu mekânsal ve zamansal fırsatlar bireylerin tercihleri üzerinde etkili olmaya başlamıştır. Türk Dil Kurumuna (TDK) göre bu kelimelerin anlamları sırasıyla şu şekildedir.

Çevrim içi: Bir bilgisayarın sunucuya ve bilgisayar ağına bağlı olarak çalışır olma durumu. **Siber:** Genel ağa ait olan. **Sanal:** Gerçekte yeri olmayıp zihinde tasarlanan; bilgisayar, tablet, cep telefonu vb. kullanılarak genel ağ ortamında oluşturulan. **Elektronik:** Serbest elektronların etkisiyle oluşan olayları inceleyen bilim dalı. **Dijital:** Sayısal; sanal (TDK,2023).

Bu tanımların dilimize yerleşmesi teknolojinin gelişimi ile hızlanmıştır. Tanımların çoğunda ortak olarak bahsedilen “genel ağ” terimini ise TDK şu şekilde tanımlamaktadır.

Genel ağ: Dünya üzerindeki tüm bilgisayarların birbirine bağlanmasını sağlayan genelleştirilmiş bilgi iletişim ağı; siber uzay, siber âlem, internet (TDK,2023).

Sadece tanımlardan yola çıkarsak bile normal dünyamızın (âlem) dışında bilgisayarların birbirlerine bağlanması sonucunda oluşan bir siber âlemin varlığını kabul etmemiz gerekmektedir.

ELEKTRONİK BOŞ ZAMAN

Geleneksel boş zaman aktiviteleri ile elektronik boş zaman aktiviteleri arasındaki en önemli fark, mekânsal boyuttur. Geleneksel boş zaman etkinlikleri, duyularımızla tanıdığımız, yaşam deneyimimiz ve sağduyumuza göre davrandığımız maddi, fiziksel ve sosyal dünyada gerçekleştirilirken (Berger ve Luckmann, 1967), elektronik boş zaman ise yukarıda da açıklamış olduğunuz “siber âlemde” gerçekleştirilmektedir.

Elektronik boş zaman gerçekleşmiş olduğu kendi âleminde geleneksel boş zamanın bir yansıması niteliğindedir. İlk bölümde sayılmış olan popüler boş zaman aktivitelerinin her birinin yansıması elektronik boş zamanın gerçekleştiği âlemin içerisinde vardır. Örneğin insanlar elektronik ortamda farklı müze seyahatlerinde bulunabilir, maç seyredebilir, arkadaşlarıyla birlikte vakit geçirebilir veya egzersiz yapabilirler (Chang ve Zhang, 2008; Lawson ve Leck, 2006; Nimrod, 2010; Üstün ve ark., 2022) Farklı bir alemden gerçekleştirilen bu aktiviteler gerçeğinin yerini tutmamakla birlikte gerçeğine göre daha farklı bir deneyim sunmaktadır. Aslında elektronik boş zaman aktivitelerini geleneksel boş zaman aktiviteleri ile kıyaslamak ve birbirinin yerine kullanılabilir olduğunu iddia etmek için çok daha fazla çalışmaya ihtiyaç vardır. Ancak şu söylenebilir ki geleneksel boş zaman aktiviteleri ile elektronik boş zaman aktivitelerinin âlemleri farklıdır ve her ikisinin de kişiye sağlamış olduğu deneyim bazı aktivitelerde oldukça benzer olmakla birlikte farklılaşmaktadır.

Elektronik boş zaman faaliyetlerini geleneksel boş zaman faaliyetlerinden ayırmak için Nimrod ve Adoni (2012) “zaman”, “faaliyet” ve “deneyim” temel boyutları altında bir inceleme gerçekleştirmiştir.

Geleneksel boş zaman ile elektronik boş zaman arasında hem sıklık hem de süre açısından farklılıklar vardır.

Sanayi devrimi ile bireylerin boş zamanlarında artış yaşanmıştır, ancak dijital devrimle boş zamanlarımızda daha da büyük bir alan ortaya çıkmıştır. Gelişen teknoloji ile işten arda kalan zamanda yapılan boş zaman aktiviteleri iş sırasında (televizyonda oyun oynamak, arkadaşlarla görüntü konuşmak) gerçekleştirilebilmekteyken; aynı şekilde boş zaman aktiviteleri sırasında da iş ile ilgili bir

aktivite (e-mailleri kontrol etmek, yazılım geliştirmek) gerçekleştirilebilmektedir. Bu durumun rekreasyon bilimi içerisinde yer alan tanımlarında kendini gncelleştirmesine yol aacağının göstergesidir.

Geleneksel boş zaman aktiviteleri ile elektronik boş zaman aktiviteleri arasında aktivitelerin sosyal boyutu açısından bir fark vardır. Geleneksel boş zaman aktiviteleri genel olarak bir grup aktivitesi olarak gerçekleşmektedir.

Alt yapının gelişmesi, elektronik boş zaman aktivitelerindeki çeşitlilik ile birlikte bu etkileşim artsa da gerçek bir etkileşimin yerini tutabilecek boyutlara ulaşması zaman alacaktır (Yıldırım,2022).

Elektronik boş zamanda ortaya çıkan son yıllardaki değişim ile fiziksel ve zihinsel gelişime daha fazla katkı sağlayabilecek bazı uygulamalar yaygınlaşmaya başlamıştır. Özellikle COVID-19'dan sonra yazılımcılar ev içi egzersiz, uzaktan konserler ve müze gezileri gibi boş zaman aktivitelerine daha fazla etkileşim alanı yaratmak için özel bir çaba göstermişlerdir.

Elektronik boş zaman aktivitelerini geleneksel boş zaman aktivitelerine göre dezavantajlı hale getirebilecek olan faktörlerden biri "katılımın kısıtlı" oluşu olabilir.

Kültürel eşitliliklerde elektronik veya geleneksel boş zaman tercihini etkileyen bir diğer önemli değişkendir.

Nimrod ve Adoni (2012) elektronik aktivitelerin kullanıcılara sunmuş olduğu diğer bir benzersiz özelliği ise "anonimlik" olduğunu vurgulamışlardır. Bu sayede kişiler katılım sağlamış oldukları aktivitelerde yaş, cinsiyet, ırk ve sosyal statü gibi sosyal ve fiziksel özelliklerini etkisizleştirerek sanal âlemde "görünmez" olabilmektedirler.

Kişiye sağlanan yaşam kalitesi, mutluluk, yaşam tatmini ve mental iyi oluşun geleneksel boş zaman aktivitelerinde mi yoksa elektronik boş zaman aktivitelerinde mi daha etkin olacağı araştırmacılar tarafından hala tartışılmaktadır (Işık ve ark.,2023). Ancak şu bir gerçektir ki elektronik boş zaman aktiviteleri özellikle COVID-19 sonrasında popülerliğini arttırmış ve geleneksel olan boş zaman aktivitelerine iyi bir alternatif olabileceğini her yönüyle kanıtlamıştır.

Teknolojinin hızlı gelişimi ile birlikte boş zaman tercihlerimizde ortaya çıkan bu değişimler gelişim devam ettikçe kendini yenileyecektir. Bu anlamda teknolojinin getirmiş olduğu fırsatları görerek rekreasyon bilimi içerisindeki yansımalarını insanın doğasını ve alışkanlıklarını da göz önüne alarak tahmin etmek rekreasyon uzmanlarına avantaj sağlayacaktır.

DİJİTAL BOş ZAMAN

Dijital boş zaman; "İnsanların boş zamanlarını değerlendirmek, dinlenmek, bedenlen ve zihnen yenilenmek, kaliteli zaman geçirmek vb. amaçlarla, sanal ortamlarda veya gerçek ortamlarla sanal uygulamaların birleştirildiği platformlarda, bilgisayarlar, akıllı cep telefonları, VR-BOX 3D gözlükler, oyun konsolları, joystickler vb. teknolojik araçlarla yapılan spor yapma, yarışma, seyahat etme veya gezi, kitap okuma, oyun oynama, sanatsal etkinlikler, vb. aktiviteler dijital boş zaman kapsamında değerlendirilebilir" (Aylan ve Aylan, 2020).

Dijital boş zaman, dijital teknolojinin rekreasyonel amaçlı kullanımını ifade eder. Dijital boş zaman içerisinde insanların dijital araçları ve platformları kullanarak keyif almak, rahatlamak ve boş zamanlarını geçirmek için katıldığı çok çeşitli aktivite ve deneyimleri kapsamaktadır.

Dijital boş zamanın içerisinde çeşitli eğence içerikleri, uygulamalar ve sosyal medya, oyun, evrimii topluluklar ve forumlar, sanal gerçeklik ve arttırılmış gerçeklik, dijital sanat ve yaratıcılık, e-spor ve rekabetçi oyun, aktif video oyunları, eğitim ve öğrenme podcasting ve evrimii radyo, sanal turizm gibi bir çok deneyim barındırmaktadır.

Dijital boş zaman, eğence ve dinlenme için çok çeşitli seçenekler sunarak modern yaşamın ayrılmaz bir parçası haline gelmiştir. Dijital teknolojilerin erişilebilirliği ve rahatlığı, boş zaman etkinlikleri olanaklarını önemli lde genişleterek insanların deneyimlerini ilgi alanlarına ve tercihlerine göre uyarlamalarına olanak tanımaktadır.

SANAL GERÇEKLİK

Sanal gerçeklik, yazılımlar ve kendine özgü donanımları olan, kullanıcıda gerçekmiş algısı yaratan kurgusal ortamlar olarak tanımlanmaktadır. Sanal gerçeklik, bilgisayarlı ortamda gerçekleştirilen 3D modellerin ve animasyonların teknolojik unsurlarla bireylerin zihinlerinde gerçeklemiş hissinde bulunmasına ek olarak, sanal ortam içerisinde bulunan bu nesnelere ile etkileşimini sağlayan teknoloji olarak ifade edilebilir (Steuer ve ark., 1995; Steffen ve ark.,2019). Sanal gerçeklik uygulamaları denge bozukluğu ve otizmlili bireylerin kişisel becerilerin geliştirilmesi, askeri personellerin eğitilmesi, mimari dekorasyonun tasarımı, duygu ve empatilerin geliştirilmesi, tıp alanında cerrahi işlemlerin pekiştirilmesi, turizm sektörü ve eğitim alanı gibi pek çok alanda kullanılmaktadır (Aydın, 2021). Sanal gerçeklik gözlükleri takılarak kullanılan en popüler boş zaman aktiviteleri oyunlar, sanal turizm uygulamaları, sanal konser ve tiyatrolar, korku ve eğence parkları, egzersiz uygulamaları, sanal konferans ve etkinliklerdir.

ARTTIRILMIş GERÇEKLİK

Arttırılmış gerçeklikte (AG) tıpkı sanal gerçeklik gibi çok farklı alanlarda kullanılmaktadır.

Arttırılmış gerçeklik sanal gerçekliğe oranla daha fazla iş sektöründe ve eğitim alanında

kullanılmaktadır. Cihaz kurulum ve tamiri, dekorasyon, inşaat sektörü, pazarlama ve emlak gibi sektörlerde arttırılmış gerçeklik uygulamaları çok sık bir şekilde kullanılmaktadır (Masoni ve ark., Aydın, 2021).

Arttırılmış gerçeklik uygulamaları en sık şekilde eğitim alanında kullanılmaktadır. Arttırılmış Gerçeklik (AG) uygulamalarında, görsel nesnelerin üç boyutlu olarak kullanılması, öğrencilerin ilgisini çekmek, katılımlarını arttırmak ve onları motive etmek açısından önemli bir rol oynamaktadır (Kerawalla ve ark., 2006). Ayrıca, bu teknoloji, öğrencilere farklı bakış açıları kazandırma fırsatı sunar.

Arttırılmış gerçeklik ile sanal gerçeklik arasındaki ilişkiyi anlamak için arasındaki farkları ve benzerlikleri üzerinde durmak gerekir. Arttırılmış gerçeklik gerçek hayattaki nesnelerin zenginleştirilmiş hallerini içerirken sanal gerçeklik tamamen hayal ürünü olan sanal bir dünyayı temsil etmektedir. Arttırılmış gerçeklikte varlık gerçek dünyadaki duyularına sahipken, sanal gerçeklikte duyular sistemin kontrolü altındadır. Arttırılmış gerçeklikte 3D içeriği sunmak için kullanıcının konumunun ve duruş pozisyonunun çok önemi yokken, sanal gerçeklikte bu bilgilere ihtiyaç duyulabilir (Lungu ve ark., 2021). Benzerlik açısından değerlendirdiğimizde ise hem arttırılmış gerçeklikte hem de sanal gerçeklikte 3 boyutlu modellere ihtiyaç duyulmaktadır, her ikisinde de benzer araçlara ihtiyaç duyulmaktadır. İki teknolojide el, göz, parmak, vücut takibi ve hareket takibini desteklemektedir.

METAVERSE

Metaverse, sanal gerçeklik başlıkları, arttırılmış gerçeklik uygulamaları, 3 boyutlu oyunlar, sanal dünya platformları, sosyal medya, kripto paralar ve blockchain teknolojisi gibi farklı dijital teknolojilerin bir araya getirilmesiyle oluşturulur. Bu teknolojiler, kullanıcıların kendi avatarlarını oluşturarak dijital dünyada dolaşmalarını, diğer kullanıcılarla etkileşimde bulunmalarını ve sanal mülkler satın almalarını veya oluşturmalarını sağlar. Farklı bir ifade ile sanal gerçeklik ve arttırılmış gerçeklik metaverse adı verilen âlemde gerçekleştirilir.

DİJİTAL BOŞ ZAMANI AÇIKLAYAN BAZI TEORİLER

Teknolojik kabul ve kullanım teorisi: Teknoloji kabul modeli, teknolojiyi kullanan kullanıcıların bu teknolojiyi kabullenmeleri ve kullanımını açıklayabilmek için yaygın olarak kullanılan teorilerdendir. (Davis, 1989) Bu model, bir bireyin kendisine verilmiş olan bir görevi yerine getirirken neden teknolojiden faydalanması gerektiği konusundaki kabullenişini açıklamaya çalışan ve bunu yaparken takındığı davranışlarını modelleyen bir teoridir. (Tsai ve ark., 2011).

Akış Teorisi: Csikszentmihalyi (1975) tarafından ortaya atılmış olan "akış teorisi" bireylerin herhangi bir aktivite içerisinde kalma yada uzaklaşma nedenlerini açıklamaya çalışmaktadır. Bu teoriye göre kişi becerilerinin zorluklarla dengelendiğini hissetmek ister. Farklı bir ifade ile kişi katılım sağlamış olduğu aktivite de zorlanmak ister ancak başaramıyorum hissine de kapılmak istemez.

Baudrillard, teknolojinin gelişmesiyle birlikte yaşamın değiştiğini, gerçekliğin kaybolduğunu ve medya ile iletişim araçlarıyla simüle edilmiş bir gerçeklik yaşadığımızı iddia eder. Baudrillard'a göre, gerçeklik artık ideal veya olumsuz örneklerle ölçülmüyor ve akıl kurallarına uymak zorunda değil. Gerçeklik, minyatür birimler, matrisler, bellek bankaları ve komut modelleri gibi yapılarla üretilir ve sınırsız sayıda yeniden üretilebilir. Bu nedenle, gerçek artık hayal tarafından kuşatıldığından, gerçek değil, simülasyon haline gelir (Baudrillard, 2011).

Milgram ve Kishino (1994), gerçek ve sanal ortamlar arasındaki ilişkileri açıklamak amacıyla "gerçeklik-sanallık sürekliliği" adını verdikleri bir model geliştirmişlerdir. Bu model, kullanıcının etkileşimde bulunduğu dünyanın ne kadar gerçek veya sanal olduğunu belirlemek için bir süreklilik arayışındadır. Bu sürekliliğin bir ucunda gerçek dünya bulunurken diğer ucunda tamamen bilgisayar tarafından yaratılan sanal bir dünya yer almaktadır.

Daldırma: Daldırma, kullanıcının gerçek dünyadan koparak sanal dünyada bulunma hissi yaşadığı bir deneyimi ifade eder (Murray, 1997). Daldırma, sanal dünyada yaşanan bir deneyimin içinde olmayı ifade eder. Fiziksel ve zihinsel katılım içerir ve kullanıcıyı farklı bir rol veya kimlik içine sokar

Bulunma algısı: Daldırma, katılımcının gerçek dünyayı unutup, sanal ortama tamamen kendini kaptırdığı bir inanç duygusunu ifade ederken; bulunma algısı, katılımcının artık sanal ortamın içinde var olduğunu hissettiği bir algıyı temsil eder (Mestre, 2006).

Teknoloji ürünü araç-gereç ve materyallerin rekreatyonel etkinliklerde kullanılması ve bir materyale dönüştürülmesi 2000’li yıllardan itibaren hızlanarak sürmektedir. Öğretim ortamında kullanılan birçok araç-gereç ve materyal rekreatyonel etkinliklerde de kullanılmaktadır. Özellikle turistik bölgelerdeki otellerde düzenlenen rekreatyon etkinlik programlarında görsel, işitsel, hem görsel hem işitsel ve teknoloji destekli araç-gereç ve materyallere daha çok yer verilmektedir.

Rekreatyonel etkinlikler, bireyi daha iyi ve içinde yaşadığı topluma ve dünyaya uyumlu bir birey haline getirebilmek için planlanmaktadır. Teknolojik araç-gereç ve materyaller bu plan ve programı desteklemek için sürece dahil edilirler. Eğitim-öğretimin her kademesinde olduğu gibi, rekreatyonel etkinliklerde de teknoloji araç-gereç ve materyallerinden yararlanılır.

Öğretme-öğrenme ortamlarında ve rekreatyonel etkinliklerde kullanılan teknoloji araç-gereç ve materyalleri aşağıdaki gibi sınıflandırılır:

Görsel Araç-Gereç ve Materyaller: Gerek eğitim-öğretim ortamlarında, gerekse rekreatyonel etkinliklerde görsel araç-gereç ve materyaller adı altında kitaplar, yazı ve gösterim tahtaları, resimler, gerçek eşyalar ve modeller, yansıtıcılar etkinlik sürecine katılırlar.

Kitaplar: Rekreatyonel etkinliklerde kitaplar, görsel öğrenmeler ve kazanımlar elde etme sürecinde etkinliklerde yer alırlar. Ders kitapları, öğretmen kitabı, alıştırma kitapları, başvuru kitapları, boyama kitapları, el kitapları, cep kitapları, kılavuz kitaplar, yardımcı kitaplar bu sınıflama içinde yer alır ve “ yazılı materyaller” olarak adlandırılırlar.

Yazı ve gösterim tahtaları: Eğitim –öğretim alanında en çok kullanılan materyallerdendir yazı ve gösterim tahtaları. Görsel araç-gereç ve materyalleri olarak değerlendirilirler. Çağın ve teknolojinin gelişimine paralel olarak her geçen gün yenilenmekte ve daha modern hale getirilmektedirler. Yazı ve gösterim tahtaları adından da anlaşılacağı gibi sadece yazı yazmak için kullanılmazlar. Gösterim amaçlı da kullanılırlar. Özellikle tekerlekli, her yöne hareket edebilen ve her iki yüzü de kullanılabilen tahtalar hem yazı hem gösterim amaçlı kullanmaya uygun araç-gereç ve materyallerdir. Bu tür tahtalar üzerine önceden hazırlana resim, grafik, duyuru, şekil, poster gibi görsel materyaller asılarak sergilenir.

Resimler, fotoğraflar, çizimler, grafikler, şemalar, karikatürler: Öğretim ve öğrenmenin bütün alanlarında olduğu gibi rekreatyonel etkinliklerde de sözel ve devinişsel (harekete özgü) öğrenmelerin desteklenmesi amacıyla resim, grafik, çizim, karikatür ve şemalardan yararlanılır. Örnek: Beden eğitimi ve spor öğretiminde, bir branşın becerisine yönelik öğretim sırasında, becerinin aşamaları resim, fotoğraf ve çizimlerle desteklenerek birden çok duyu organına hitap etmesi sağlanır.

Rekreatyonel etkinliklerde de aynı durum söz konusudur.

Bir resim, fotoğraf, çizim, karikatür, şema ile anlatılanlar bazen sayfalar dolusu yazının ve dakikalarca yapılan konuşmanın yaptığı etkiden çok daha fazlasını yapar.

Grafikler: Grafikler sayısal olarak ifade edilen bir takım verileri görselleştirerek karşılaştırma yapmak ve analiz etmek için kullanılan ateryallerdir. Bir kavram bir bilgi anlatılırken ya da öğretilirken grafiklerle desteklendiğinde daha kalıcı öğrenmeler ve kazanımlar elde edilir.

Grafikler sütun grafikler, pasta grafikler, çubuk grafikler, çizgi grafikler ve şemalar şeklinde çeşitlendirilirler. Verilerle ilgili bir bilgi verilmek istendiğinde “dilim grafik”, eğimler ve iniş çıkışları anlatmak için “çizgi grafikler”, herhangi bir veri ve bilgi karşılaştırılırken de sütun, çizgi grafikler ve şemalar kullanılır. Araştırmalar sonunda elde edilen değerlerin anlatım yöntemlerinden biri de “resimli grafiklerin” kullanılmasıdır. Grafikler üzerinde ilgili ürün ya da ürünlerin resimleri yer alır ve bulgular bu resimlerle ifade edilerek sonuçlandırılır.

Şemalar: Anlatılmak ya da öğretilmek istenen bir kavram, bir bilgi, bir hareket becerisi şemalar ile anlatılabilir. Şemalar grafikler gibi değerlendirilir ve bu grupta yer alırlar. Bir bilgiyi, bir hareketin akışını şemalarla açıklamak hem görsellik açısından hem de anlamlandırmak açısından önemli bir işlev görür. Kutucuklar, oklar, çizgiler ve benzeri görsel öğeler kullanılarak şema örnekleri hazırlanabilir.

Karikatürler: Karikatürler görsel materyallerdir. Bir bilgiye, kavrama ve harekete özgü açıklanmak ve vurgulanmak istenilenler karikatürize edilerek de açıklanabilirler. Karikatürize etmek, gerçeklerin ve değerlerin görsel mizah yolu ile anlatılma ve öğretilme biçimidir. Karikatürler güldürürken düşündürür, sorgulatır, akıl yürütmeyi sağlar, eleştirilerde bulunur.

Gerçek eşyalar ve modeller: Beden eğitimi ve spor öğretiminde hedeflere yönelik kalıcı öğrenmelerin

gerçekleşmesi için öğretmenlerin en çok yararlandıkları araç-gereç ve materyaller “gerçek eşyalar ve modellerdir”. Özellikle, hareket eğitimine yönelik öğrenmelerin gerçekleştirilmesi sırasında bu yola başvurulur. Bir spor dalının uluslararası kurallarla belirlenmiş araç – gereçleri gerçek eşyalardır. Bunların yanında birde modeller vardır. Modeller ilgili spor dalının becerileri öğretilirken ilk basamaklarında kullanılırlar, ya da rekreasyonel etkinliklerde gerçek eşyalar yerine modellerden yararlanılır.

Küçük çocuklara yönelik düzenlenen sportif, oyunsal ve rekreasyonel etkinliklerde özellikle model araç-gereç ve materyallerin kullanılması önerilmektedir.

İşitsel Araçlar: Teknoloji ürünü işitsel araçlar radyo, teyp, ses bantları, cd’ler, kompakt diskler şeklinde örneklendirilebilir. Bilimin ve teknolojinin hızla gelişmesi işitsel araçların da hızlı bir şekilde değişmesini ve gelişmesini beraberinde getirmektedir. İşitsel araçlar eğitim-öğretim süreçlerinde kullanılabilirdiği gibi rekreasyonel etkinliklerde de kullanılabilirler. Günümüzde birçok sportif ve rekreasyonel etkinlik müzik eşliğinde yapılmaktadır. Estetik ve görsele müzikte eklendiğinde etkinliği daha ilgi çekici hale getirmektedir.

İşitsel araç-gereç ve materyaller sadece sportif ve rekreasyonel etkinliklerde kullanılmazlar, eğitim – öğretimin farklı basamaklarında öğrenmenin gerçekleşmesi ve kalıcı hale dönüşmesi için de kullanılırlar. Teknolojik gelişmeler işitsel araçlarında sürekli yenilenmesini sağlarken, çok amaçlı kullanılabilirliğini artırmaktadır.

Görsel-İşitsel Araçlar: Birden fazla duyu organı ile algılanan bilgilerin daha kalıcı öğrenmelere dönüştüğü bilimsel bir gerçekliktir. Gördüklerimizin %30’unu, işittiklerimizin %20’sini öğreniriz. Hem görüp hem işittiğimizde ise %50 öğreniriz. Demek oluyor ki, görsel –işitsel araçlar sürece katıldıklarında aktarılanların yarısını öğrenmiş oluyoruz.

Eğitim-öğretimle ilgili bir ortamda bir kavram, bilgi, kural, genelleme öğretilirken görsel-ışitsel bir araç kullandığında öğrenmenin yarısı öğrenilmiş olur. Rekreasyonel etkinliklerde de görsel-ışitsel araçlar kullanılabilir. Toplu olarak yapılan bir etkinlikte etkinliğe özgü hareket akışları dev ekrandan yansıtılarak herkesin görmesi sağlanırken, aynı ekrandan sesin de gelmesi iki duyu organının birlikte hareketini sağlar.

Görsel- işitsel araçlar kitle iletişiminde ve kitlelerin eğitilmesinde önemli rol oynarlar. Elektriğin ulaştığı her yere ulaşırlar.

Görsel ve işitsel bir araç olan televizyonun haber verme, bilgilendirme, eğitme, tanıma ve eğlendirme gibi birçok işlevi vardır (Demirci, 2022).

Teknoloji Destekli Araçlar: Teknoloji destekli araçlar yaşamın her alanında kullanılmaktadır. Bilgiye dayalı toplum düzeni bu bilgileri işleyip insanlığın hizmetine sunan teknoloji destekli araçların üretimini ve kullanımını da yaygınlaştırmaktadır. Teknoloji destekli araçların üretilmesi ve elde edilmesi bir toplumun bilgi ve teknoloji çağındaki yerini belirlemez, bu yer teknoloji araçlarını kullanma ve onu yaşamın bütün alanlarında etkin kılmakla olanaklıdır.

Eğitim-öğretim alanında en yaygın kullanılan teknoloji aracı bilgisayarlardır. Bilgisayar destekli araçlara öğretim, iletişim ve üretim aracı olarak öğretme-öğrenme süreçlerinin bütün aşamalarında gereksinim duyulmaktadır.

İster öğretme-öğrenme süreçlerinde, isterse rekreasyonel etkinliklerde olsun, teknoloji araç-gereç ve materyallerini kullanmada dört aşama vardır (Liu ve Velazquez-Bryant, 2003, Akt. Perkmen ve Tezci, 2011).

Planlama: Hedefler belirlenir, konu analizi yapılır, öğrenenlerin ön bilgileri ve yetenekleri araştırılır, hangi teknoloji araç-gereç ve materyalin kullanılacağına karar verilir.

Tasarım: Öğrenmeyi gerçekleştirmek ve kazanımlara ulaşmak için hangi teknoloji araç ya da araçlarının kullanılacağı tasarlanır.

Uygulama: İlgili konunun işlenmesinin ne ile (hangi teknoloji aracı) nasıl ne kadar yapılacağına karar verilerek uygulanır.

Değerlendirme: Etkinliğe uyarlanan teknoloji araç-gereç ve materyallerin amaca ne oranda hizmet ettiği tartışılır, bir sonraki süreç için çıkarımlarda bulunulur.

Eğitim olgusunun bir toplumu değiştirmede ve dönüştürmede ne kadar etkili olduğunu görmekteyiz. Eğitim sistemlerini çağın gereklerine göre düzenleyen ve sürekli yenileyen toplumlar bilgi ve teknoloji üretiminin de sahipleri olmaktadır.

Bireylerin birçok kazanım elde ettikleri eğitim süreci, biryandan hızlı bilgi artışı, teknoloji ve iletişim alanındaki gelişmelerin kaynağı olarak rol oynarken, diğer yandan yenedünya düzeninin ihtiyacına cevap vermeye çalışmaktadır (Çalışkan ve Karadağ, 2013).

Teknoloji alanındaki hızlı gelişmeler eğitim dünyasında oluşan pek çok yenilik ve yöntemleri ortaya çıkarmakta, öğrenme-öğretme sürecini etkilemekte ve öğretmeden çok öğrenmenin daha önemli olduğu gerçeğini ortaya çıkarmaktadır (Demirel, 2014).

Her öğrenme bir kazanımdır ve davranış değişikliği ile kendini gösterir. Öğrenme yaşam boyu devam eden kültürlenme sürecidir. Öğretim araç-gereç ve materyalleri bu süreç içinde yer alan kültürleyici unsurlar olarak görülür

Eğitim: İnsanın doğuştan kazandığı gizli güçlerin ve yeteneklerin açığa çıkarılmasına, onun daha güçlü, daha olgun, yaratıcı ve yapıcı bir varlık olarak gelişme ve büyümesine hizmet etmiştir (Alkan, 1998). İnsanların yaşama farklı bakmaları, eğitim tanımına da yansımıştır. İdealistler eğitimi; tanıya ulaşmak için yapılan etkinlikler, realistler; bireyi toplumun değerlerine göre yetiştirme süreci, materyalistler; çelişkiyi en aza indirip üretimi artırma süreci, pragmatistler; yaşantılar yoluyla kişide istendik davranış değiştirme süreci, varoluşçular ise; insanı sınır durumuna getirme süreci olarak ele almışlardır (Demirhan, 2006).

Öğretim: Bir öğrenmeyi gerçekleştirmek ve kazanımlara dönüştürmek için yapılan planlı ve programlı eylemler olarak tanımlanabilir. Öğretim kasıtlı ve sistemattir. Bireyde istendik yönde davranış değişikliği oluşturmayı amaçlar.

Öğretim, öğretmen ve öğrenci arasında gelişen devamlı bir ilişkiler dizisidir. Bu ilişkiler öğrencinin bir birey ve fiziksel hareketlerde becerikli bir katılımcı olarak yetişmesine yardım eder (Moston, Ashworth, (2009).

Yaşantı: Gerek eğitim süreçlerinde gerekse rekreatyonel etkinliklerde birey çevresiyle bir etkileşim içine girer. Bu etkileşim bireye planlı ve programlı olarak sunulabileceği gibi, kendiliğinden de gelişebilir. İşte, birey ve çevre arasında meydana gelen etkinliğe yaşantı diyoruz.

Ortam: Genel olarak ortam denildiğinde; bireyin veya bireylerin yaşamlarını etkileyen etkinliklerin düzenlendiği ve içinde bazı objelerin bulunduğu yer, mekân olarak tanımlanır. Eğitim ortamı, eğitim etkinliklerinin yapıldığı yer, rekreatyon ortamı ise rekreatyon etkinliklerinin düzenlendiği yer olarak tanımlanır.

Araç: Yalın, aracı; bir iletişim kanalı yani kanalla (öğretmen) öğrenciler (alıcılar) arasındaki bilgi paylaşımına imkân sağlayan ortam olarak tanımlamaktadır (Yalın, 2002). Sever ise, herhangi bir işi yapma ve öğrenmede kolaylık sağlamak amacıyla başvuru ve kullanılan malzemeleri “araç” (yazı tahtası, kalem, projeksiyon makinesi gibi), olarak tanımlamaktadır (Sever, 2010).

Gereç: Eğitim gereçleri denildiğinde basılı ve yazılı materyaller anlaşılmaktadır. Sever ise, bir işi yapmada kullanılan ve tükenen maddeleri “gereç” olarak ifade etmektedir (Sever, 2010).

Materyal: Öğretim materyali, öğrenme sürecini desteklemek amacıyla öğretmen tarafından öğrencilere sunulan araçlardır. Yalın, öğretim materyalini farklı araçlarla sunulan bilgiler, mesajlar ve malzemeler olarak tanımlamaktadır (Yalın, 2002).

Rekreatyon: Rekreatyon; yenilenme, yeniden üretilme veya yeniden yapılanma anlamına gelen Latince recreatio kelimesinden gelmektedir. Türkçe karşılığı boş zamanları değerlendirme, eğlenme, hoşça vakit geçirme olarak kullanılmaktadır.

Rekreatyon eğitimi: Gelişmiş toplumlar makinenin ürettiği artı değerden az çalışan ya da çalışmayan diğer insanlara da yaşamını sürdürecekt ekonomik desteği sunmuştur. Böylece insanlar, zamanlarının bir kısmını dinlenmeye, eğlenmeye ve hoşça vakit geçirmeye yönelik uğraşlarla doldurmaya başlamışlardır. Rekreatyon kavramı da böyle ortaya çıkmıştır.

Rekreatyonel etkinliklerin daha verimli ve işlevsel yapılabilmesi için insanların bu konuda bilinçlendirilmesi gerektiği düşüncesi doğmuş, bu düşünce ışığında bireylerin rekreatyon eğitimi sağlamak için yaygın eğitimin, rekreatyon uzmanı yetiştirmek için de örgün eğitimin yapılması düşüncesi yaşama geçirilmeye başlanmıştır.

Rekreatyon eğitimi ilk ailede başlar. Ailenin boş zamanlarını değerlendirme biçimi çocuğu etkiler ve

onun ileriki yaşamında boş zaman alışkanlıklarına ışık tutar. Rekreasyon eğitiminin ikinci ayağını ise okullar oluşturur. Özellikle ilk ve Ortaokuldan itibaren çocuklara rekreasyon eğitimi verilmelidir. Bu yaştan itibaren boş zamanlarını daha etkin ve planlı programlı geçirme alışkanlıkları yerleşir ve bütün yaşam boyunca sürer

Rekreasyon Eğitimi ve Öğrenme

Her öğretim-öğrenme süreci belirli düzeyde öğrenme kazanımları ile sonuçlanır. Bu süreçte öğretim ortamları düzenlenirken, öğrenmenin beş temel duyu organını harekete geçiren üç ana öğrenme tarzıyla gerçekleştiği bilinmelidir. Her insanın öğrenme sürecinde etkin kullandığı öğrenme tarzı, diğer bir insandan farklılık gösterebilir (Ürkmez, 2008).

Üç ana öğrenme tarzı:

- Görsel öğrenme (görerek öğrenme).
- İşitsel öğrenme (duyarak öğrenme).
- Kinestetik/dokunsal öğrenme (dokunarak, hareket ederek, yaparak öğrenme).

Bireyler üç öğrenme tarzı ile de öğrenebilir. Ancak, öğrenme tarzlarından bir ya da birkaçı daha baskın olarak öne çıkar. Yani her öğrenci aynı tarzda öğrenemez. Öğrenme etkinliklerinde yer alan öğretim araç-gereç ve materyalleri düzenlenirken öğrenme ile ilgili bu durumun göz ardı edilmemesi gerekir.

Rekreasyonel Etkinlikler ve Öğrenme Alanları

İster rekreasyonel amaçlı yapılsınlar, isterse beden eğitimi ve spor öğretimine özgü olsun, beden eğitimi ve rekreasyonel etkinliklerin öğrenme ile ilgili üç temel amacı vardır.

- Motor gelişim amacı
- Bilişsel (zihinsel) gelişim amacı
- Duyuşsal gelişim amacı

Bu amaçlar aynı zamanda üç temel öğrenme alanına dayanmaktadır. Beden eğitimi, spor ve rekreasyonel etkinliklere katılan bir kişi duyuşsal, bilişsel ve psikomotor alanlarda öğrenmeler gerçekleştirir.

Öğrenme sadece bilme (düşünme) işi değil, hissetme(duygu) ve yapma (eylem, hareket) işidir.

Motor gelişim amaç; psikomotor amaç ya da devinişsel amaç olarak da tanımlanır. Devinmek, hareket etmek, yer değiştirmek motor, biyomotor, psikomotor kelimeleri ile ifade edilir. Motor amaç, etkinliklerin hareket becerilerine yönelik amaç ve kazanımlarını tanımlar.

Zihinsel gelişim amaç; bilişsel amaç olarak tanımlanır. Beden eğitimi, spor ve rekreasyon etkinlikleri içeriğinde yer alan algılama, düşünme, depolama, model alma, karar verme, problem çözme gibi zihinsel beceriler kazanılır.

Duyuşsal gelişim amaç; bireyde benlik kavramının oluşmasının temelini oluşturur. Benlik kavramı bireyin çevresiyle etkileşimi sonucu olmaktadır. Beden eğitimi, spor ve rekreasyonel etkinlikler sırasında birey gurup üyeleriyle kendisini karşılaştırmakta, güçlü-güçsüz yönlerinin ve yeteneklerinin farkına varmaktadır. Bu etkileşim bireyin kişilik kazanmasına ve benlik oluşumuna katkılar sunmaktadır.

Rekreasyonel Materyaller ve Öğrenme Alanları

Bireyler psikomotor, bilişsel ve duyuşsal olmak üzere üç farklı alanda öğrenmeler gerçekleştirirler. Beden eğitimi, spor, sanat, müzik ve benzeri rekreasyonel etkinlikler yoluyla bu öğrenme alanlarına yönelik hedef ve kazanımlara ulaşırlar.

Psikomotor alan: Devinişsel alan olarak da ifade adlandırılır. Bu alanla ilgili öğrenmeler algılama, kurulma, kılavuzlama, mekanikleşme, beceri oluşturma ve bir beceriyi yeniden yaratma şeklinde gerçekleşir.

Bilişsel alan: Zihinsel alan olarak da ifade edilir. Bilgi, kavrama, uygulama, analiz etme, sentezleme ve değerlendirme gibi öğrenmeleri tanımlar. Beden eğitimi, spor ve rekreasyonel etkinliklerdeki karşılığı bir karamı, kuralı, bilgiyi, hareket biçimini, hareketin oluşumunu, kurgusunu öğrenmeye dayalı alandır.

Duyuşsal alan: Beden eğitimi, spor, rekreasyonel etkinlikler, sanat ve müzik gibi etkinlik alanlarının içinde yer alan bireyler arkadaşlık, dostluk, paylaşma, yardımlaşma, birlikte başarma, güven-güvensizlik, özerklik, utanç, kuşku, girişkenlik, suçluluk, başarılı olma, aşağılık duygusu, Kimlik oluşturma, rol üstlenme, sevgi, saygı, önemsenmek gibi öğrenmeler sağlarlar. Bu öğrenmeler, duyuşsal öğrenme alanı içinde değerlendirilir.

Rekreasyonel materyaller öğrenme alanlarına göre gruplandırılırken çocukların içinde buldukları yaş ve gelişim özellikleri dikkate alınmalıdır. Materyaller tüm öğrenme alanlarını kapsayacak şekilde düşünülmeli, öğrenme alanlarına yönelik kazanımlar arasında bir denge kurulmalıdır. Denge bazı nedenlerden dolayı bozulsa dahi süreç içinde yeniden kurularak eksiklikler giderilmelidir. Kazanımlar hazırlanırken bir alanın tüm kazanımlarını ele almak gerekmez, önce basit ve alt kazanımlara yer erilmeli, daha sonra karmaşık ve üst kazanımlar hedeflenmelidir.

Günümüzde her yaştan çocuk, genç ve yetişkin bireyler daha önce yaşadıklarından farklı bir yaşamın içine sürüklenmektedirler. Teknoloji ürünü araç-gereç ve materyallerin yaşamın her alanına girmesiyle beraber yaşam biçimleri ve alışkanlıkları da değişmektedir. Daha çok yiyen ama daha az hareket eden insan sayısı her geçen gün artmaktadır.

Her yaştan bireyin beden eğitimi, spor ve rekreatyonel etkinlikler yoluyla oynayan, oynarken eğlenen, eğlenirken eğitilen, eğitilirken öğrenen ve öğrendikleriyle toplumun sağlıklı bir bireyi olmaları sağlanabilir. Bunu gerçekleştirmenin en önemli yollarından biri de etkinlik ve öğrenme ortamlarına araç-gereç ve materyalleri kazandırmak ve sürece uygulamaktır.

Öğrenme ortamlarına materyal tasarlama, geliştirme, seçme ve uygulama işi bu ortamı düzenleyenlerin önemle üzerinde durmaları gereken bir konudur. Etkili bir öğrenme ortamının hazırlanması ve katılımcıların öğrenme kazanımlarına daha kolay ulaşmaları doğru ve amaca uygun materyallerin tasarlanması, seçimi ve geliştirilmesiyle olanaklı hale gelir.

Rekreatyonel etkinlik ortamları öğrenme ortamlarıdır ve öğrenme ortamlarında dikkate alınan her ilke, kural ve işleyişin burada da göz önünde bulundurulması gerekir. Bu ünite de bunlar dikkate alınarak ve rekreatyonel etkinliklerin öğrenme ortamları oldukları düşüncesinden yola çıkılarak rekreatyonel materyal örneklerine ve bu materyallerle yapılabilecek etkinliklere yer verilmektedir.

REKREATYONEL MATERYAL TASARLAMA, GELİŞTİRME VE ETKİNLİK ÖRNEKLERİ

Materyal no: 1

Materyalin adı: SİLİNDİR (Fluri, 2005)

Yapılışı: İki kişinin aynı anda, el ele tutuşarak üzerinde durabilecekleri ağaç kütükler kesilerek silindir adı verilen materyal elde edilir. Ya da saç ve plastik variller temizlenerek, boyanarak görselliği artırılır ve materyal haline getirilir.

Kullanım amacı: Rekreatyonel etkinliklerde oyun ve yarışma amaçlı kullanılabilir. Bu materyal ile yapılan etkinliklerde koordinasyon, beceri, denge, işbirliği, çeviklik, vücut yönetim becerisi gibi kazanımlar gerçekleştirilir.

Yaş grubu: 8-10 yaş ve üzeri.

Öğrenme alanları önceliği sıralaması: Psikomotor, bilişsel, duyuşsal.

Materyalle yapılan etkinlik örnekleri: Dengede durma, yuvarlama, el ele tutuşarak yuvarlama, iterek yuvarlama gibi rekreatyonel etkinlikler yapılır.

Materyal no: 2

Materyalin adı: KARTON KUTU

Yapılışı: Karton kutular geri dönüşüm özelliği taşıyan nesnelere dir. Bakkal, market ve benzeri alışveriş merkezlerinin önünde farklı büyüklüklerde karton kutular bulunabilir. Elde edilmesi ve taşınması kolaydır. Materyal haline dönüştürmek için basit işlemlerden geçirilmesi yeterli olmaktadır.

Kullanım amacı: Rekreatyonel etkinliklerde farklı amaçlar için kullanılabilir. Özellikle, koşu ve koşu oyunları, sıçrama ve sekme oyunları, engel geçme oyunları gibi etkinliklerde kullanılır.

Yaş grubu: 7-9 yaşından itibaren her yaş grubuna yönelik etkinliklerde kullanılır.

Öğrenme alanları önceliği sıralaması: Psikomotor, bilişsel, duyuşsal.

Materyal ile yapılan etkinlik örnekleri: Koşu oyunları, sıçrama ve sekme oyunları, koordinasyon oyunları, taşıma oyunları gibi rekreatyonel etkinlikler yapılır.

Materyal no: 3

Materyalin adı: PARKE

Yapılışı: Tahta, sunta, MDF gibi maddelerden 15x15 ölçülerinde ve 2cm kalınlığında kesilerek parke adı verilen materyal oluşturulur. Katılımcı sayısı dikkate alınarak en az 20 tane olmasına özen gösterilir. Materyaller farklı renklere boyanarak görsellikleri artırılabilir.

Kullanım amacı: Yer değiştirme hareketleri, dengelenme, taşıma, basarak geçme, kule yapma gibi etkinlik ve etkinlik örneklerinde kullanılır.

Yaş grubu: 7-8 yaşından itibaren her yaş için düzenlenen etkinliklerde kullanılabilir.

Öğrenme alanları önceliği sıralaması: Psikomotor, bilişsel, duyuşsal.

Materyal ile yapılabilen etkinlik örnekleri: Farklı duruş ve şekillerde statik ve dinamik dengelenme oyunları yapılır.

Materyal no: 4

Materyalin adı: DİRENÇ LASTİĞİ

Yapılışı: Direnç lastiği adı verilen materyal küçük bir maddi bedel karşılığı hazır olarak elde edilebileceği gibi, bisiklet tekeri iç lastikleri 3-4cm eninde kesilerek lastik çemberler şeklinde düzenlenebilir. Direnç lastiklerinin uzun ya da kısa olması etkinliğin içeriğine bağlı olarak değişir. Kullanım amacı: Rekreatif etkinliklerde oyun ve spor amaçlı kullanılabilirliği gibi, motor özelliklerin (kuvvet, hız, kuvvette devamlılık, çabuk kuvvet, çeviklik vb.) geliştirilmesini amaçlayan etkinliklerde de kullanılır.

Yaş grubu: 12-14 yaşından başlayarak 18-20 yaş grubuna yönelik etkinliklerde kullanılır.

Öğrenme alanları önceliği sıralaması: Psikomotor, bilişsel, duyuşsal.

Materyalle yapılabilen etkinlik örnekleri: Direnen adam, at arabası, inatçı keçiler, boğalar ve atlar gibi birçok oyun ve oyunsal etkinlikler bu materyal ile gerçekleştirilirler.

Materyal no: 5

Materyalin adı: ÇEMBER VE AYAĞI

Yapılışı: Farklı kalınlıkta, farklı renklerde ve çapta jimnastik çemberleri materyal olarak kullanılır.

Çok maliyet gerektirmeyen materyaldir ve elde edilmesi kolaydır. Çember ayağı ise tahta, MDF, ağaç, sunta ve benzeri maddelerden yapılabilir. 1,2-2cm kalınlığında, 15x10 boyutlarında kesilerek hazırlanır. Bir marangoza götürülerek jimnastik çemberlerinin sıkışacağı şekilde gövdesine oyuklar açılır. Çember ayağı adı verilen bu materyalden etkinliğin içeriğine göre yeteri kadar elde edilir.

Kullanım amacı: Çember ve ayağı birlikte kullanılabilirliği gibi ayrı ayrı da kullanılabilir. Çember tek kullanıldığında koşu oyunları, sıçrama ve sekme oyunları, koordinasyon oyunları gibi etkinliklerde kullanılır. Çember ayağı ile birlikte kullanıldığında; eğilme, bükülme, sürünme, yengeç yürüyüşü, ördek yürüyüşü gibi etkinliklerde kullanılabilir.

Yaş grubu: 4-6 yaş grubundan itibaren her yaş için düzenlenen etkinliklerde kullanılır.

Öğrenme alanları önceliği sıralaması: Psikomotor, bilişsel, duyuşsal.

Materyalle yapılabilecek etkinlik örnekleri: Vücut yönetim becerileri, sıçrama ve sekme oyunları, koordinasyon oyunları bu materyaller sürece sokularak yapılabilir.

Materyal no: 6

Materyalin adı: KAYKAY

Yapılışı: 2-3cm kalınlığında sağlam tahtalar 40x40cm ölçülerinde kesilir. Kesilen tahtaların bir yüzüne 3 ya da 4 tane kendi ekseninde 360 derece dönebilen küçük tekerlekler takılarak "kaykay" adı verilen materyal üretilir. Kaykay kare görünümünde olabileceği gibi daire şeklinde de yapılabilir.

Materyalden en az 4 tane üretilmelidir.

Kullanım amacı: Koordinasyon, denge, vücut yönetim becerileri ve yarışmalı oyunlar.

Yaş grubu: 8-10 yaşından itibaren her yaş grubuna yönelik etkinlikler için kullanılabilir.

Öğrenme alanları önceliği sıralaması: Psikomotor, bilişsel, duyuşsal.

Materyal ile yapılabilen etkinlik örnekleri: Koordinasyon becerileri ve oyunları, statik ve dinamik denge oyunları, vücut yönetim becerileri ve oyunları.

Materyal no: 7

Materyalin adı: KEPÇE

Yapılışı: Eskimiş, çatlamış, kullanım dışı kalmış badminton raketlerinin kortajları sökülerek raketler karnak haline getirilir. Kullanım dışı kalmış tül perde parçaları, fileli soğan çuvalları ya da içi görülebilen şeffaflıkta kumaş parçaları badminton raketlerinin baş kısmı çapında kesilir. Kesilen parçalar çok derin olmayacak biçimde torba şeklinde dikilir. Torba görünümü alan parçaların uçları raket kasnağına geçirilerek dikilir ya da bağlanır. Böylece, "kepçe" adı verilen materyal üretilmiş olur. Materyalden rekreatif etkinlikleri sürdürebilecek sayıda üretilir.

Kullanım amacı: Kepçe adı verilen materyal ile birçok etkinlik yapılabilir. El-göz koordinasyonu, odaklanma, vücut yönetim becerileri, ince kas koordinasyonu ve ince motor beceriler gibi kazanımlar elde edilir. Her yaş grubundaki bireylerin severek katıldıkları etkinlikler yapılabilir.

Yaş grubu: 6-8 yaşından itibaren her yaş grubu.

Öğrenme alanları önceliği sıralaması: Bilişsel, psikomotor, duyuşsal.

Materyalle yapılan etkinlik örnekleri: Kelebek yakalama oyunu, yumurtalar tavaya gibi benzetimlerden yararlanılarak birçok oyun bu materyalle yapılabilir.

Materyal no: 8

Materyalin adı: KOCAAYAK

Yapılışı: Koca ayak ağaç, plastik, sunta ve benzeri maddelerden yapılır. 90-100cm uzunluğunda 15-18 cm genişliğinde, 2cm kalınlığında olmalıdır. Aynı ölçülerde iki tane üretilir. Seçilen materyalin kalınlığı 2 cm'yi geçmemelidir. Uç kısmından itibaren 20cm kadar ileriden başlayarak 12-15 yaşlarındaki bir çocuğun ayak boyu uzunluğunda her parçaya 4 delik açılır (ya da ilgili yerlere metal halkalar monte edilerek ipler bu halkalara bağlanır). Materyali 4 kişinin aynı anda kullanması amaçlanıyorsa 4 delik açılır. Materyali 2 ve 3 kişinin aynı anda kullanmasına yönelik olarak da tasarlayabilirsiniz. Aynı anda kaç kişinin kullanması isteniyorsa uzunluk ona göre düzenlenir. Deliklerin genişliği kalın ip parçalarının geçirilebileceği büyüklükte olmalıdır. 100-120cm uzunluğunda kesilen ip parçaları bu deliklerden geçirilir. Ayağın al tarafında kalan ucu düğüm

yapılarak ipin çıkması önlenir. Üstte kalan uca da düğüm atılarak tutuş kolaylığı sağlanır. Ya da ipin uçları halka şeklinde bağlanır.

Kullanım amacı: Koordinasyon, denge, ritim, yardımlaşma, birlikte hareket etme, liderlik yapma, ortak hedef gibi kazanımlara ulaşılması amaçlanır.

Yaş grubu: 8-10 yaşından itibaren her yaş grubu bireyler kullanabilir.

Öğrenme alanları önceliği sıralaması: Bilişsel, psikomotor, duyuşsal.

Materyalle yapılan etkinlik örnekleri: Ayı yürüyüşü, ayılar yarışıyor, yapışık adamlar gibi benzetmeler yapılarak birçok etkinlik yapılabilir.

Basit nesnelere materyal tasarlama, geliştirme ve rekreasyonel etkinliklerde kullanmaya dönük bir yapılanma ne yazık ki ülkemizde ortaya koyulamamıştır. Birkaç küçük çabanın dışında, bu yönde herhangi bir çaba görülmemektedir.

Bu üniteye yer alan basit materyaller geliştirme ve rekreasyonel etkinliklerde kullanma (Türkiye uygulamaları) adı altında verilen örneklendirmeler bu işe gönül vermiş birkaç kişinin bireysel çabalarının sonucu olarak ortaya çıkmıştır. Üniteye örneklendirmeler Naili Moran Atletizm Vakfı tarafından "eğlenceli atletizm" projesi için tasarlanan ve geliştirilen materyallerdir. Bu materyaller ile kapalı ya da açık her ortamda rekreasyonel etkinlikler yapılabilmektedir.

Yine bu üniteye yer alan basit materyaller ve etkinlik örnekleri (Peru-İtalya uygulamaları) ile dünyanın bir başka ülkesinde bu konuda neler yapılıyor düşüncesine ışık tutabilmek hedeflenmiştir. Atıl durumda, geri dönüşüme uygun birçok nesnenin istenildiğinde beden eğitimi, spor ve rekreasyonel etkinlikler için çok önemli materyallere dönüştürüleceğinin örnekleri sergilenmiştir.