

FİZİKSEL AKTİVİTE İÇİN PARK VE REKREASYON ALANLARINA GELEN KULLANICILARIN MEKÂN SEÇİMİNİ VE FİZİKSEL AKTİVİTEYE KATILIMINI ETKİLEYEN FAKTÖRLER*

Hüseyin GÜMÜŞ, Sema ALAY ÖZGÜL, Mehmet KARAKILIÇ

¹Afyon Kocatepe Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Afyon, ²Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul, ³Kırıkkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Kırıkkale

Geliş Tarihi:19.07.2016
Kabul Tarihi:08.11.2016

Öz: Bu araştırmanın amacı, fiziksel aktivite amaçlı park ve rekreasyon alanlarına gelen kullanıcıların mekân seçimini ve aktiviteye katılımlarını etkileyen faktörleri incelemektir. Araştırmaya gönüllü olarak 603 kişi katılmıştır. 603 veride bazı katılımcıların cevaplarının “geçersiz” olduğu saptanmış ve araştırmanın örneklemini 412 katılımcıdan oluşmuştur (16-63 yaş (\bar{x} = 26,80; ss = 7,609), % 59,5 (245)’i erkek). Veri toplama aracı olarak; Türkiye’ye uyarlamaları bu araştırma kapsamında yapılan ve geçerliği güvenilirliği ispatlanmış olan FAMDÖ (Fiziksel Aktivite Mekânı Değerlendirme Ölçeği) kullanılmıştır. 2 alt boyut ve 33 maddeden oluşan FAMDÖ, 5’li Likert tipindedir. Verilerin analizinde betimleyici istatistik ve tek değişkenli varyans analizi ile ilişkisiz örneklemler T-tesisi yöntemi kullanılmıştır. Araştırmanın bulgularına göre, park ve rekreasyon alanlarında fiziksel aktivitelere katılmama nedenleri cinsiyet, eğitim düzeyi ve sigara kullanım durumlarına göre anlamlı bir farklılık göstermektedir. Ancak, fiziksel aktivite amaçlı park ve rekreasyon alanlarına gelen kişilerin mekân seçimlerinde cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi, beden kitle indeksi ve sigara kullanımı bir farklılık yaratmamaktadır. Araştırma kapsamında değerlendirilen bağımsız değişkenler bağlamında, park ve rekreasyon alanlarını fiziksel aktivite mekânı olarak seçmeye iten unsurlar belirlenip bu mekânda fiziksel aktiviteye katılımı engelleyen unsurları en aza indirgeyebilecek uygulamalar yerel yöneticilere önerilmiş ve park ve rekreasyon alanlarının kullanımı ile ilgili bir takım istatistiksel bilgiler verilmiştir.

Anahtar kelimeler: Park, rekreasyon, fiziksel aktivite

THE FACTORS THAT HAS AN EFFECT ON THE ATTENDANCE AND LOCATION CHOICE OF THE VISITORS TO THE PARKS AND RECREATIONS CENTERS FOR PHYSICAL ACTIVITIES

Abstract: The purpose of this study is to examine the factors influencing the visitors coming to parks and recreation areas for physical activity. 603 people took part in the research voluntarily. After a thorough examination, some of the gathered data proved to be invalid to be analysed due to the participants’ invalid responses, therefore, the sample was composed of 412 participants. PAVES, whose adaptation was done for this research and whose validity is proved, was used as a tool for collecting data. With 2 sub-dimensions and consisting of 33 items, PAVES is 5-point Likert-type instrument. For data analysis, descriptive statistics and univariate analysis of variance and independent samples T-test method was used. According to the findings of the research, the causes of not participating in the physical activities in parks and recreational centers indicates a meaningful difference with regards to visitors’ gender, level of education and being a smoker or a non-smoker; however, gender, age, level of education, body mass index and whether being a smoker or not does not have any influence on the location choice of the people who come to parks and recreation centers. With regard to independent variables dealt within the research, the factors that motivate people to choose parks and recreation centers as places for engaging in physical activity as well as the ones preventing or discouraging people to go these places were identified and suggestions for minimizing the latter were made to the local authorities.

Key words: Parks, recreation, physical activity

* Bu çalışma Hüseyin Gümüüş’ün Yüksek Lisans tezinden türetilmiştir ve 12. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresinde sözel bildiri olarak sunulmuştur.

GİRİŞ

Yıllar önce kişiler fiziksel uygunluk ile sağlık arasında önemli bir bağlantının olduğuna inanırlardı. Bu inanış bugün modern toplumlarda daha da geçerli bir hal almıştır. Bu gün fiziksel uygunluğa erişmeye yönelik hareketler, çalışma ve onun yarattığı stres ortamına karşı koyabilmek için yapılmaktadır (Zorba, 2001). Fiziksel uygunluk anlayışı insanlık tarihinin bütün safhalarında insanların dünyaya bakış açılarından ve yaşam tarzlarından doğrudan etkilenmiş ve ona göre yönlendirilmiştir (Kanbir, 2001). Günümüzde de özellikle gelişmiş ülkelerde sağlığı koruma amaçlı spor yapmanın ne denli etkili olduğunun keşfedilmesi, sporun bir yaşam tarzı olarak ele alınmasına neden olmuştur (Mengütay, Demir ve Coşan, 2002). Spor, rekreasyonel bir araç olarak insanların; endüstrileşmeyle beraber açıkça hayat ve iş biçimlerini değiştirmeleri sonucu, şehir ve endüstriyel ortamlara taşınmaları, bir taraftan hayat standartlarının yükselmesi, diğer taraftan da negatif olarak zihinsel ve fiziksel eksikliklerin ortaya çıkardığı olumsuzlukları gidermek için önemli fonksiyonlar üstlenmiştir (Karaküçük, 2008). Spor kavramıyla dolaylı veya doğrudan ilişki içerisinde olan “boş zaman” ve “serbest zaman” terimleriyle ilgili alanyazında bir kavram kargaşası bulunmakla birlikte bu iki kavram çoğu zaman birbirinin yerine kullanılmaktadır (Gümüş, Alay Özgül, Karakılıç, 2015). Serbest zaman, bireyin hem kendisi hem de başkaları için bütün zorluklardan veya bağlantılardan kurtulduğu ve kendi isteği ile seçeceği bir etkinlikle uğraştığı, özgürce istediği gibi kullanabildiği zaman olarak tanımlanabileceği gibi (Bakır, 1990), kişinin yaşamını sürdürebilmek ya da yaşamın çalışma saatleri, uyuma ve yeme gibi fizyolojik ihtiyaçlarını karşılayabilmek için yapmak zorunda olduğu işlerinden arda kalan zaman olarak da tanımlanmaktadır (Torkildsen, 2005). Bu zaman aralığında bireylerin katıldıkları etkinlikler, “bireylerin özgür iradeleriyle seçtikleri ve belirli kurallara bağlı olmadan katıldıkları serbest zaman etkinlikleri” veya rekreatif etkinlikler olarak ifade edilmiştir (Ragheb ve Tate, 1993). İnsanlar sahip oldukları serbest zamanlarını birçok farklı nedenlerle ve beklentilerle değerlendirmek üzere açık veya kapalı alanlarda, pasif veya aktif olarak, kentsel veya kırsal alanlarda serbest zaman etkinliklerine katılmak istemektedir (Karaküçük,

2008). Serbest zamanların fiziksel egzersiz ve sportif aktivitelerle değerlendirilmesi, teknoloji ve şehirleşmenin birey ve toplum üzerinde meydana getireceği gerilimi önlemek veya oluşan stresi azaltmak için önemlidir (Tekin ve Ark., 2004). Hızla gelişen kentlerle birlikte insanın doğadan uzaklaşması, kentsel yaşam stresi ve gelişen teknolojinin yaşamı kolaylaştırarak git gide daha hareketsiz bir hale getirmesi, insanları fiziksel aktivite veya eğlence amaçlı rekreasyon alanlarına yönlendirmiştir. Bu nedenle devletin öncelikli görevlerinden olan halk sağlığının korunması ilkesine bağlı olarak hükümetlerin teşviki ile yerel yönetimler tarafından park ve rekreasyon alanları yapılmaya başlanarak halkın boş zaman faaliyetlerinde spor yapmaya teşvik edilmesi sağlanmıştır. Birçok ülke hayat boyu fiziksel aktiviteyi ve rekreatif etkinlikleri teşvik edici yatırımlar yaparken, farklı toplumlar da bu programları uygulamaya sevk eder. Bu programlar spor ve fiziksel aktiviteyle ilişkili olarak kazanılan faydalarının yanı sıra rekreasyonu da vurgulamaktadır (MacPhail ve Ark., 2010). Fiziksel aktiviteye teşvikte ve eğlence kültüründe önemli bir yer tutan rekreasyon alanları, hayatın olağan akışını değiştirmeyi sağlar (Özbey ve Çelebi, 2011). Bu nedenle park ve rekreasyon alanlarının fiziksel aktivite amaçlı kullanılmasında etkili olan nedenlerin belirlenmesi, kullanıcıları bu alanda kısıtlayan unsurların tespiti, mevcut alanların modernize edilmesinde ve yeni alanların yapılmasında dikkate alındığı takdirde planlama ve idari kısımlarda alınacak kararlar yeni alanların kullanıcılarında memnuniyet düzeyini artırıcı etki sağlayabilir. Bu bağlamda, bu araştırmanın amacı; fiziksel aktivite amaçlı park ve rekreasyon alanlarına gelen kullanıcıları kısıtlayan veya bu alanı tercih etmelerinde etkili olan unsurların incelenmesidir.

MATERYAL VE METOT

Araştırmanın evrenini, Ankara ilinde yaşayan 16 yaş üzerindeki park ve rekreasyon alanı kullanıcıları oluşturmaktadır. Araştırmanın evreninden araştırmaya gönüllü olarak gelişmiş güzel örneklem yöntemiyle seçilen 603 kişi katılmıştır. 603 kişiden elde edilen veriler incelendiğinde, bazı katılımcıların cevaplarının “geçersiz” olduğu saptanmış, bunun sonucunda araştırmanın örneklem

grubu 412 katılımcıdan oluşmuştur. Nicel araştırma yöntemlerinin tercih edildiği çalışmalarda, evren büyüklüğü 500000 ile 1000000 arasında ise 384 örneklem sayısına ulaşılması uygun olarak görülmektedir (Kozaklı, 2015). Çalışmada veri toplama aracı olarak kullanılan form üç bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde demografik bilgilerin yanı sıra gidilen park ve rekreasyon alanına ne sıklıkla, ne şekilde ve hangi amaçla gidildiğini sorgulayan ifadeler bulunmaktadır. İkinci bölümde ise kişilerin gittikleri mekânı fiziksel aktivite mekânı olarak seçmelerinde etken olan nedenleri sorgulayan, Stanis Schneider, Chavez ve Shinew (2009) tarafından geliştirilen Türkçe geçerlik güvenilirlik çalışması bu araştırma kapsamında Gümüş, Alay Özgül ve Karakılıç (2015) tarafından yapılan iki faktörlü Fiziksel Aktivite Mekânı Değerlendirme Ölçeği (FAMDÖ) bulunmaktadır. Fiziksel aktivite mekânı seçimi alt boyutu, park ve rekreasyon alanlarına fiziksel aktivite amaçlı gelen insanların, geldikleri mekânı fiziksel aktivite mekânı olarak seçmeye iten unsurları ölçmektedir ve 11 maddeden oluşmaktadır. Fiziksel aktiviteye katılımı engelleyen unsurlar alt boyutu ise kişilerin park ve rekreasyon alanlarına fiziksel aktivite için sıklıkla katılımları engelleyen unsurları ölçmektedir ve 15 maddeden oluşmaktadır. 5'li Likert türünde olan ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı birinci alt boyut için ,82; ikinci alt boyut için ,91 iken her iki alt boyut için toplam ,85 olarak bulunmuştur. Son bölümde ise fiziksel aktivite ile beden kitle indeksi arasındaki ilişkiyi ölçmek için Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi (UFAA) (International Physical Activity Questionnaire- IPAQ) bulunmaktadır. Veri toplama formları Ankara'da bulunan 6 farklı park ve rekreasyon alanında (Göksu Parkı, Gençlik Parkı, Kurtuluş Parkı, Botanik Park, Altın Park, Harikalar Diyarı) Beden eğitimi ve spor alanında eğitim alan ve daha önce benzer bilimsel çalışmalarda bulunmuş araştırmacılar tarafından uygulanmıştır.

Hafta sonu ve hafta içi farklı zaman dilimlerinde uygulanan anketler, park ve rekreasyon alanlarına gelen kullanıcılara uygulanmadan önce uygulamanın park ve rekreasyon alanlarının fiziksel aktivite amaçlı kullanımlarıyla ilgili olduğu, anketlere isim yazılmaması gerektiği ve her bir sorunun dikkatlice cevaplandırılması gerektiği araştırmacılar tarafından vurgulanmıştır. Gönüllülük esasına dayalı olarak araştırmaya katılan 603 kişiden elde edilen veriler incelemeye tabi tutulduğunda; eksik veya yanlış doldurulan anketler ile 16 yaş altı katılımcıların anketleri araştırma kapsamının dışında bırakılarak (191 Anket) 412 katılımcı araştırmaya dâhil edilmiştir. Verilerin analizinde kişisel bilgiler için betimsel istatistik yöntemleri frekans (n), yüzde (%), aritmetik ortalama (\bar{x}) ve standart sapma (ss) kullanılmıştır. Araştırmada ele alınan hipotezlerin sınanması için açıklayıcı istatistik yöntemleri kullanılmıştır. Fiziksel aktivite yapmak amaçlı park ve rekreasyon alanlarını kullanan bireylerin, bu yerleri fiziksel aktivite mekânı olarak seçmelerinde; cinsiyete, medeni duruma ve sigara kullanım durumuna göre anlamlı bir farklılık olup olmadığını sınamak için İlişkisiz (Bağımsız) Örneklemeler T-Testi; eğitim düzeyine, beden kitle indeksine ve yaş guruplarına göre, anlamlı bir farklılık olup olmadığını sınamak için İlişkisiz Örneklemeler İçin Tek Faktörlü Varyans Analizi yöntemi kullanılmıştır. Park ve rekreasyon alanlarını kullanan bireylerin, bu mekânlara fiziksel aktivite için sıklıkla katılımlarını engelleyen nedenlerde; cinsiyete, medeni duruma ve sigara kullanım durumlarına göre anlamlı bir farklılık olup olmadığını sınamak için İlişkisiz (Bağımsız) Örneklemeler T-Testi yöntemi; eğitim düzeyine, beden kitle indeksine ve yaş guruplarına göre, anlamlı bir farklılık olup olmadığını sınamak için İlişkisiz Örneklemeler İçin Tek Faktörlü Varyans Analizi yöntemi kullanılmıştır.

BULGULAR**Tablo 1.** Fiziksel aktivite amaçlı park ve rekreasyon alanlarına gelen kişilerin demografik bilgileri tablosu.

Değişkenler		N	%
Cinsiyet	Kadın	167	40,5
	Erkek	245	59,5
Medeni Hal	Evli	159	38,6
	Bekâr	253	61,4
Sigara Kullanımı	Evet	158	38,3
	Hayır	254	61,7
	Zayıf	69	16,7
BKI	Normal	216	52,4
	Hafif Şişman	127	30,8
	İlköğretim	59	14,3
Eğitim	Ortaöğretim-Lise	85	20,6
	Üniversite	268	65,1
Yaş	16-22 Yaş	139	33,0
	23-30 Yaş	153	37,1
	31 ve üzeri	120	29,9

Tablo 2. Mekân seçimi ölçek puanlarının cinsiyete, medeni duruma ve sigara kullanım durumuna göre t-testi sonuçları.

Değişkenler		N	\bar{X}	ss	Sd	t	p
Cinsiyet	Kadın	167	1,98	,646	,410	,927	,355
	Erkek	245	1,93	,567			
Medeni Durum	Evli	159	1,94	,567	,410	-,592	,554
	Bekâr	253	1,97	,644			
Sigara İçme	Evet	158	1,90	,597	,410	-1,635	,103
	Hayır	254	2,00	,597			

Tablo 3. Mekân seçimi ölçek puanlarının eğitim düzeyi, beden kitle indeksi ve yaş gruplarına göre tek faktörlü ANOVA sonuçları.

Değişkenler		N	\bar{X}	ss	Sd	F	p
Eğitim	İlköğretim	59	2,01	,699			
	Ortaöğretim	85	1,94	,523	2-411	,266	,767
	Üniversite	268	1,96	,624			
BKİ	Zayıf	69	1,93	,560			
	Normal	216	1,95	,597	2-411	,324	,724
	Hafif şişman	127	2,00	,674			
YAŞ	16-22 Yaş	139	1,92	,584			
	23-30 Yaş	153	1,95	,562	2-411	1,007	,326
	31 ve üzeri	120	2,02	,709			

Tablo 2 ve Tablo 3'te fiziksel aktivite amaçlı park ve rekreasyon alanlarına gelen kişilerin mekân seçimi ölçek puanlarının cinsiyete, medeni duruma ve sigara kullanım durumuna göre t-testi sonuçlarında ve eğitim düzeyi, beden kitle indeksi ve yaş grupları açısından yapılan tek faktörlü anova sonuçlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.

Fiziksel aktivite amaçlı park ve rekreasyon alanlarına gelen kişilerin bu alanlarda fiziksel aktivitelere katılımlarını engelleyen unsurlara ilişkin ölçek puanlarında cinsiyete göre anlamlı bir farklılık bulunmaktadır [$t_{(410)}=-4,106$, $p<,05$]. Kadınların ölçek puanı ortalamaları ($x=3,01$), erkek katılımcıların ölçek puanı ortalamalarından ($x=2,67$) daha yüksektir. Bu bulgu, kişilerin fiziksel aktivite amaçlı park ve rekreasyon alanlarında fiziksel aktivitelere katılımlarını engelleyen unsurların cinsiyete göre farklılaştığı şeklinde yorumlanabilir. Benzer olarak fiziksel aktivite amaçlı park ve rekreasyon alanlarına gelen kişilerin

bu alanlarda fiziksel aktiviteye katılımlarını engelleyen unsurlarda sigara içme durumuna göre anlamlı bir farklılık bulunmaktadır [$t_{(410)}=2,760$, $p<,01$]. Bu bulgu, kişilerin park ve rekreasyon alanlarında fiziksel aktiviteye katılımlarını engelleyen unsurların sigara kullanıp kullanmadıklarına göre farklılaştığı şeklinde yorumlanabilir.

Fiziksel aktivite amaçlı park ve rekreasyon alanlarına gelen kişilerin bu alanlarda fiziksel aktivitelere katılımlarını engelleyen unsurlara ilişkin ölçek puanlarında eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılık bulunmaktadır [$F(2-411)=3,806$, $p<,05$]. Bu bulgu, kişilerin fiziksel aktivite amaçlı park ve rekreasyon alanlarında fiziksel aktivitelere katılmama nedenlerine ilişkin ölçek puanlarının eğitim düzeyine göre farklılaştığı şeklinde yorumlanabilir. İlköğretim mezunlarının bu alanlarda fiziksel aktivitelere katılmama nedenlerine ilişkin görüşlerinin ortaöğretim ve üniversite mezunu olanlardan daha olumlu olduğu görülmüştür.

Tablo 4. Aktivitelere katılımı engelleyen unsurlar ölçek puanlarının demografik değişkenlere göre t-testi sonuçları

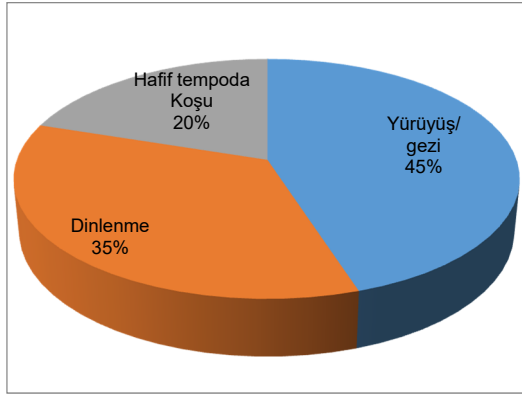
Değişkenler		N	\bar{X}	Ss	Sd	t	p
Cinsiyet	Erkek	245	2,67	,858	,410	-4,106	,001*
	Kadın	167	3,01	,785			
Medeni Durum	Evli	159	2,86	,826	,410	,954	,341
	Bekâr	253	2,78	,826			
Sigara İçme	Evet	158	2,95	,745	,410	2,760	,006*
	Hayır	254	2,72	,892			

* $p<,01$

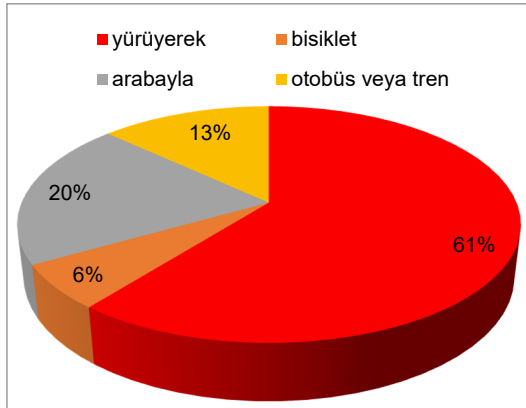
Tablo 5. Aktivitelere katılımı engelleyen unsurlar ölçek puanlarının eğitim düzeyine göre ANOVA sonuçları

Değişkenler		N	\bar{X}	ss	Sd	F	p
Eğitim	İlköğretim	59	3,05	,693	2-411	3,806	,023*
	Ortaöğretim	85	2,87	,843			
	Üniversite	268	2,73	,867			
BKİ	Zayıf	69	2,87	,787	2-411	,266	,766
	Normal	216	2,81	,861			
	Hafif şişman	127	2,78	,852			
Yaş	16-22 Yaş	139	2,79	,858	2-411	,094	,910
	23-30 Yaş	153	2,85	,838			
	31 ve üzeri	120	2,83	,844			

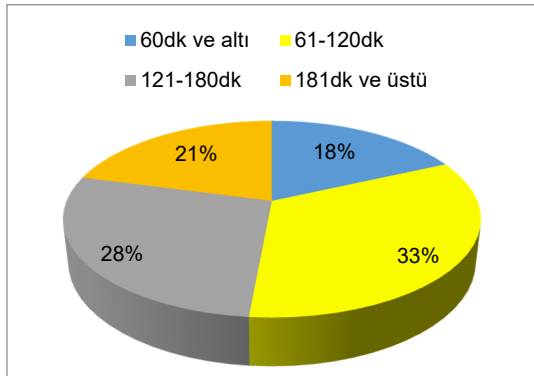
* $p<,05$



Şekil 1. Katılımcıların park ve rekreasyon alanlarına katılımdaki öncelikli 3 faaliyeti.



Şekil 2. Katılımcıların park ve rekreasyon alanlarına ulaşım şekli.



Şekil 3. Katılımcıların park ve rekreasyon alanlarında geçirdikleri süre.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Araştırma bulgularına göre katılımcıların fiziksel aktivite mekân seçimini ölçek puanlarında demografik değişkenler açısından herhangi bir farklılık bulunmazken; park ve rekreasyon alanlarında fiziksel aktiviteye katılımlarını engelleyen unsur-

larda cinsiyet açısından anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Yapılan çalışmada kadınların fiziksel aktiviteye katılımlarını kısıtlayan nedenlerin erkekler göre daha fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu farklılığın daha çok ailevi yükümlülüklerden ve güvenlik algısından kaynaklandığı düşünülmektedir. Toplumda kadına yüklenen ev işleri, alışveriş, temizlik, çocuk bakımı gibi sorumlulukların yanı sıra erkek egemen toplumdaki kadının konumu yaşamın birçok bölümünde olduğu gibi fiziksel aktiviteye katılım konusunda da bir engel teşkil etmektedir. Henderson (1990)'a göre bayanlar çocuk bakmak, ev işleriyle uğraşmak gibi rollerinden dolayı boş zamana katılımda erkekler nazaran daha az fırsata sahiptir. Buna ek olarak park ve rekreasyon alanlarının kullanımında kişisel güvenliğin önemli bir engel nedeni olduğunu gösteren pek çok çalışma bulunmaktadır (Ariane, Andrew ve Deborah, 2005; Cordell ve Ark., 1990; Scott ve Jackson, 1996; Marcuss ve Francis, 1998; Francis, 1983). Dolayısıyla bayanların park ve rekreasyon alanları içerisinde kendilerini güvende hissetmemeleri bu alanlarda fiziksel aktivitelere katılımlarını azaltabilir. Bu nedenle yani yapılacak rekreasyon alanlarının ışıklandırma açısından zengin olması ve çalışan güvenlik personeli sayısının artırılması önerilebilir. Araştırmanın bir diğer bulgusunda, park ve rekreasyon alanlarını ziyaret eden bireylerin bu alanlarda fiziksel aktivitelere katılımlarını engelleyen unsurlar bireyin sigara kullanım durumuna göre farklılık göstermektedir. Yapılan çalışmalar sigara içmeyenlerin, sigara içen bireylere oranla daha fazla düzenli fiziksel aktivitelere katıldığını göstermektedir (Milligan ve ark., 1997; Aydanağır, 2008). Günde bir tek sigara dahi içmenin egzersiz kapasitesini etkilediği, sigara kullanan bireylerin sigara kullanımından ötürü maruz kaldıkları olumsuz etkiler neticesinde erken yorgunluk hissi yaşamaları, buna bağlı olarak fiziksel aktivite egzersizlerine katılım bir yana, merdiven çıkmak gibi günlük işler de bile zorlandıkları bilinmektedir. Sigara kullanan bireylerin fiziksel aktiviteye katılım konusunda diğer bireylere oranla sağlık problemlerinden kaynaklı olarak daha fazla engelle karşılaşmaları beklenebilir. Nitekim Sağlık ve Arkadaşları (2008) sigara kullanan bireylerin daha çabuk yorulma, düşük fiziksel dayanıklılık, nefes darlığı, uyku bozukluğu gibi sağlık problemlerinden kaynaklı olarak fiziksel aktiviteye katılımda problem yaşadıkları ve yine aynı gerekçelerden kaynaklı fiziksel aktiviteye katılım konusunda bahane ürettiklerini belirtmektedir. Çalışmada park ve rekreasyon alanlarında fiziksel aktiviteye katılım engellerine ilişkin ölçek puanlarına bakıldığında; ilköğretim düzeyinde eğitime sahip bireyler, ortaöğretim-lise ve üni-

versite düzeyinde eğitime sahip bireylere göre daha fazla engel ile karşılaşmaktadırlar. Bu durumun, kullanıcıların eğitim düzeyine bağlı olarak beklentilerinin değişmesinden kaynaklandığı düşünülmektedir. Bu görüşe paralel olarak; Asıkkutlu (2008), parklara göre motivasyon ve kısıtlayıcıların kullanıcıların eğitim durumuna göre değişim gösterdiğini belirlemiştir. Benzer şekilde, Searle ve Jackson (1985) rekreasyona katılım engelleri üzerine yaptığı çalışmada eğitim düzeyi arttıkça kısıtlayıcıların etkisinin azaldığını belirtmektedir. Şekil 1 incelendiğinde park ve rekreasyon alanlarına gelen bireylerin % 45'inin yürüyüş/gezi), % 35'inin dinlenme ve % 20'sinin hafif tempoda koşu amaçlı geldiği görülmektedir. Bireylerin rekreasyon alanlarının kullanım önceliklerinin bilinmesi kullanıcı memnuniyeti açısından önemlidir. Örneğin % 45 gibi yüksek bir oranda "yürüyüş/gezi" amaçlı ziyaret edilen parkların yürüyüş parkurlarının geniş, etrafının ağaçlandırılmış, zemininin yürüyüşe uygun olması o parka olan talebi arttıracaktır. Yine aynı şekilde % 35'lik bir orana sahip olan "dinlenme" amaçlı parkların ziyaret edilmesi, yoğun kent yaşantısından bir kaçış yolu olarak görülmüş ve yerel yönetimlerin bu alanlarda kullanıcıları memnun etmek zorunluluğunu getirmiştir. Dolayısıyla park ve rekreasyon alanlarında oturma banklarının konforu olması, tuvalet ve çeşmelerin bulunması, tesisin bakımlı olması, temiz olması, gezi parkurlarının olması kullanıcıların bu alanlarda dinlenme gereksinimlerini daha rahat karşılamalarını sağlayabilir ve bu bağlamda park ve rekreasyon alanı planlayıcılarının mevcut park ve rekreasyon alanlarını bu doğrultuda revize etmesi ve yeni yapılacak rekreasyon alanlarında bu faktörlerin dikkate alınması kullanıcı memnuniyeti açısından önerilmektedir. Şekil 2'de kullanıcıların % 61'inin bu alanlara yürüyerek geldiği görülmektedir. Bu bilgi ışığında yeni yapılacak park ve rekreasyon alanlarının mevki olarak yerleşim yerlerine yakın olması, bu alanların fiziksel aktivite açısından daha fazla ziyaretçi tarafından kullanılmasını sağlayabilir. Kullanıcıların % 20'lik kısmı ise bu alanlara araba ile ulaşım sağlamaktadırlar, dolayısıyla yeni yapılacak park ve rekreasyon alanları otopark problemine yer bırakmayacak şekilde tasarlanmalıdır. Şekil 3 incelendiğinde, kullanıcıların büyük bir kısmı (% 79) park ve rekreasyon alanlarında 1-3 saat arası zaman geçirmektedir. Bireylerin rekreasyon alanlarında temalı park, hayvanat bahçesi, çocuk parkı, çay bahçesi gibi alanların bulunması park ve rekreasyon alanlarında geçirilen süreyi ve dolayısıyla fiziksel aktiviteyi artırıcı etki yapılabilir. Sonuç olarak park ve rekreasyon alanlarının fiziksel aktivite mekânı olarak değerlendirilmesi ile ilgili yapılan çalışma-

lar, kullanıcıların bu alanlara fiziksel aktivite amaçlı katılımlarını arttıran veya azaltan nedenlerin tespit edilmesi bakımından öneme sahiptir. Bu ve benzeri çalışmalardan elde edilecek veriler ışığında park ve rekreasyon alanlarının inşası sürecinde alınacak yönetim ve planlama kararları ile daha çok kullanıcının bu alanlardan fiziksel aktivite amaçlı faydalanmasını sağlamak mümkündür.

KAYNAKLAR

1. Ariane LBR, Andrew HM, Deborah AC (2005): The Significance of Park to Physical Activity and Public Health. *American Journal of Preventive Medicine*, 28: 159-168.
2. Aşıkutlu HS (2008): Rekreasyonel Motivasyon ve Kısıtlayıcılar; Ankara Göksu Parkı ve Harikalar Diyarı Parkı Örneği. Yüksek Lisans. Düzce: Düzce Üniversitesi.
3. Aydanağır AS (2008): Ankara İlinde Yaşayan 18 Yaş Üzeri Bireylerin Fiziksel Aktivite ve Egzersize Yaklaşımlarının Belirlenmesi. Yüksek Lisans. Ankara: Ankara Üniversitesi.
4. Bakır M (1990): Rekreasyon ve turizm ilişkisinin turizm politikalarının oluşturulmasındaki önemi. (Doktora Tezi, İstanbul Üniversitesi) İstanbul University Thesis Database.
5. Cordell HK, Betz C, Bowker JM, English DBK, Mou SH, Bergstrom JC, Teasley RJ, Tarrant MA, Loomis J (1990): Outdoor recreation participation trends. In: Cordell HK, ed. *Outdoor recreation in american life: a national assesment demand and supply trends*. Champaign IL: Sagamore Publishing. s. 219-322.
6. Francis M (1983): Negotiating between children and adult design values in open space projects. *Childhood City Q.* 10, 20-32.
7. Gümüş H, Alay Özgül S, Karakılıç M (2015): Fiziksel Aktivite Mekânı Değerlendirme Ölçeği (FAMDÖ): Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Hacettepe Spor Bilimleri Dergisi*. 26 (1), 1-8.
8. Henderson KA (1990): Anatomy is not Destiny: A Feminist Analysis of the Scholarship on Women's Leisure. *Leisure Sciences*. 12, 229-236.
9. Kanbir O (2001): Sporda Sağlık Bilinci ve İlkyardım. (2. Baskı) Bursa: Ekin Kitabevi.
10. Karaküçük S (2008). Rekreasyon Boş Zamanları Değerlendirme (6.Baskı) Ankara: Gazi Kitabevi.
11. Kozaklı M (2015). Bilimsel Araştırma: Tasarım, Yazım ve Yayım teknikleri. Ankara: Detay Yayıncılık.
12. MacPhail A, Lyons D, Quinn S, Hughes AM, Keane S (2010): A Frame work for Lifelong Involvement in Sport and Physical Activity: the Irish Perspective. *Leisure Studies*. 29 (1), 85-100.

13. Marcuss CC, Francis C (1998): People places: desing guidelİnes for urban open space. New York: Van Nostrand Reinhold.
14. Mengütay S, Demir A, Coşan F (2002): Olimpiyatlar İçin Sporcu Kaynağı Projesi, Türkiye’de Çocukların Spora Yönlendirilmesinde Uygulama Modeli, Temel Spor Eğitimi. (1.Baskı) İstanbul Olimpiyat Oyunları Hazırlık ve Düzenleme Kurulu, Eğitim Yayınları No:2.
15. Milligan RAK, Burke V, Dunbar DL, Spencer M, Balde E, Beilin LJ, Gracey MP (1997): Associati- ons between lifestyle and cardiovasculer risc factors in 18-year- old australians. 21 (3), 186-195.
16. Özbey S, Çelebi M (2011): Rekreasyon Temelleri. (N Mirzeoğlu, Ed.) Spor Bilimlerine Giriş. Anka- ra: Spor Yayınevi, s. 241-270.
17. Ragheb MG, Tate RL (1993): A behavioral model of leisure participation based on leisure attitude, motivation and satisfaction. Leisure Studies, 12, 61-70
18. Sağlam M, Güçlü MB, İnce Dİ, Savcı S, Arıkan H (2008): Sigara ve Fiziksel Aktivite. Sağlık Bakan- lığı Yayınları, yayın no: 731.
19. Scott D, Jackson EL (1996): Factors that limit and strategies that might encourage people’s use of public parks. J park Recreation Admin 14, 1-17.
20. Searle M, Jackson E (1985): Socio-economic variation in perceived barriers to recreation parti- cipation among would-be participants. Leisure Sciences. 7, 227-249.
21. Tekin A, Ramazanoğlu F, Tekin G (2004): Sporda Sosyal Alanlar Seçme Konular 1. Ankara: Bıçak- lar Kitabevi.
22. Torkildsen G (2005): Recreation and Leisure Management. (5th Edition). London and New York: Routledge, Taylor and Francis Group.
23. Zorba E (2001): Fiziksel Uygunluk (2.Baskı), Ankara: Gazi Kitabevi.