

Kampüs Rekreasyonunun Faydaları

Faik Orhun Tapşın¹

Fuat Orkun Tapşın²

Özet

Kampüs rekreasyonu, üniversite öğrencilerinin boş zamanlarını verimli bir şekilde değerlendirmelerine olanak sağlayan ve onların çok yönlü gelişimlerini destekleyen önemli bir uygulama alanıdır. Üniversite yaşamı boyunca öğrenciler akademik sorumlulukların yanı sıra sosyal, kültürel ve kişisel gelişim süreçlerini de deneyimlemektedir. Bu süreçte kampüs içerisinde sunulan rekreatif etkinlikler, öğrencilerin yaşam kalitelerinin artırılmasına ve üniversite yaşamına daha kolay uyum sağlamalarına katkıda bulunmaktadır. Bu bölümün amacı, kampüs rekreasyonunun öğrencilere sağladığı faydaları farklı boyutlarıyla ele almak ve bu faaliyetlerin önemini ortaya koymaktır. Kampüs rekreasyonu kapsamında gerçekleştirilen sportif, sosyal, kültürel ve sanatsal etkinliklerin öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerini artırdığı, sosyal ilişkilerini geliştirdiği ve kampüse aidiyet duygularını güçlendirdiği bilinmektedir. Bunun yanında rekreatif faaliyetlere katılımın öğrencilerin boş zamanlarını daha verimli değerlendirmelerini sağladığı ve genel yaşam memnuniyetlerine olumlu katkılar sunduğu ifade edilmektedir. Kampüs ortamında sunulan rekreasyon hizmetleri, öğrencilerin yalnızca eğlenmelerine değil, aynı zamanda çeşitli beceriler kazanmalarına ve kişisel gelişimlerini desteklemelerine de olanak tanımaktadır. Kampüs rekreasyonu, üniversite öğrencilerinin akademik yaşamlarını destekleyen, sosyal etkileşimlerini artıran ve yaşam kalitelerini geliştiren önemli bir unsur olarak değerlendirilmektedir. Bu nedenle üniversitelerde rekreasyon hizmetlerinin yaygınlaştırılması ve öğrencilerin bu faaliyetlere katılımının teşvik edilmesi önemli görülmektedir.

- 1 Dr. Öğretim Üyesi, Dicle Üniversitesi, Spor Yöneticiliği Bölümü, faik.tapsin@dicle.edu.tr, ORCID 0000-0002-7099-6929
- 2 Doktor, Kocaeli Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Spor Bilimleri, fuat_orkun@hotmail.com, ORCID 0000-0001-6374-534X

1. GİRİŞ

Üniversiteler, bireylerin yalnızca akademik bilgi edindikleri kurumlar değil, aynı zamanda bedensel, sosyal ve kişisel gelişim açısından gelişim gösterdikleri yaşam alanlarıdır (Erdem, 2015). Öğrenciler üniversite yıllarında dersler, sınavlar, akademik sorumluluklar ve geleceğe ilişkin planlamalar nedeniyle yoğun bir yaşam temposu içerisinde bulunmaktadır (Sevim, 2024). Bu süreçte öğrencilerin boş zamanlarını etkili biçimde değerlendirmeleri, yaşam kalitelerinin korunması ve üniversite yaşamına uyum sağlamaları açısından önem taşımaktadır.

Kampüs rekreasyonu, öğrencilerin ders dışındaki zamanlarını gönüllü olarak katıldıkları sportif, kültürel, sanatsal ve sosyal etkinliklerle değerlendirmelerine olanak sağlayan önemli bir uygulama alanıdır (Forrester, 2014). Kampüs rekreasyon faaliyetleri, öğrencilerin yalnızca eğlenmelerine değil; aynı zamanda bedensel, sosyal ve ruhsal açıdan gelişimlerine de katkı sağlayan önemli bir unsur olarak değerlendirilebilir. Kampüs ortamı, öğrencilerin bu çok yönlü gelişim sürecini destekleyen en önemli yaşam alanlarından biridir (Strange ve Banning, 2015).

Kampüsler yalnızca derslikler ve akademik birimlerden oluşan yapılar değil, aynı zamanda öğrencilerin sosyal etkileşimde bulunduğu, boş zamanlarını değerlendirdiği ve farklı etkinliklere katılım sağladığı dinamik alanlardır (Strange, 2003). Bu bağlamda kampüs içerisinde sunulan rekreatif faaliyetler, öğrencilerin üniversite yaşamına daha aktif katılım göstermelerine olanak tanımaktadır.

Kampüs rekreasyonu; spor etkinlikleri, kültürel organizasyonlar, sosyal etkinlikler, sanat faaliyetleri ve serbest zaman değerlendirme imkânlarını kapsayan geniş bir alanı ifade etmektedir (Hums ve MacLean, 2018). Bu faaliyetler, öğrencilerin akademik yoğunluk dışında farklı alanlara yönelmelerini sağlayarak yaşam dengesinin kurulmasına katkı sunmaktadır (Ammaar ve ark., 2024). Özellikle günümüz üniversite öğrencilerinin artan akademik stres ve performans beklentisi altında olduğu düşünüldüğünde, rekreatif etkinliklerin önemi daha da belirgin hale gelmektedir.

Rekreatif etkinliklere katılım, öğrencilerin yalnızca fiziksel olarak aktif olmalarını değil, aynı zamanda sosyal ilişkiler kurmalarını ve bu ilişkileri geliştirmelerini de desteklemektedir (Fancourt ve ark., 2021). Kampüs ortamında gerçekleştirilen grup etkinliklerinin öğrenciler arasında iletişimi artırarak sosyal bağlılık hissinin güçlenmesine katkı sağlamaktadır (Miller, 2011). Bu durum, öğrencilerin üniversiteye uyum sürecini kolaylaştırmakta ve kampüs yaşamına daha hızlı adapte olmalarına yardımcı olabilir. Bunun

yanında kampüs rekreasyonu, bireylerin kişisel gelişim süreçlerine de önemli katkılar sunmaktadır. Ayrıca rekreatif faaliyetler, bireylerin sorumluluk alma ve problem çözme gibi günlük yaşam becerilerinin gelişmesine de dolaylı olarak katkı sağlamaktadır (Türker, 2019; Kürkcü-Akgönül ve ark., 2023).

Kampüs rekreasyonu, üniversite kültürünün oluşmasında da önemli bir role sahiptir. Kampüs rekreasyonu, üniversite öğrencilerinin yalnızca boş zamanlarını değerlendirdikleri bir alan değil; aynı zamanda bedensel, sosyal ve kişisel gelişimlerini destekleyen önemli bir eğitim ve yaşam alanıdır. Bu nedenle üniversitelerde rekreasyon faaliyetlerine verilen önem, öğrencilerin daha sağlıklı, dengeli ve başarılı bir üniversite yaşamı sürmelerine katkı sağlamaktadır.

1.1. Rekreasyon

Rekreasyon, bireylerin boş zamanlarının giderek artmasıyla birlikte önem kazanan bir kavram olarak literatürde yer almaktadır. İnsanların mutluluğa ulaşma sürecinde çeşitli ihtiyaçlarına karşılık veren rekreasyon, bireylerin boş zamanlarında kendi tercihleri doğrultusunda katıldıkları ve keyif aldıkları etkinlikleri kapsamaktadır. Yaşam boyu bireye katkı sunması nedeniyle araştırmacılar ve uygulayıcılar tarafından önemli bir inceleme alanı olarak ele alınan rekreasyon, bilimsel yazında farklı şekillerde tanımlanmaktadır. Kökeni Latince “yenilenme” ve “tazelenme” anlamlarına gelen *recreatio* kelimesine dayanan bu kavram, Türkçeye bu şekilde geçmiştir (Metin ve ark., 2013).

Jensen ve Guthrie (2006) ise rekreasyonu, “ruhsal gücün ya da manevi enerjinin yeniden canlanması, adeta yeniden doğuş” biçiminde ifade etmiştir.

Birey ile ait olduğu toplum açısından önemli bir yere sahip olan rekreasyon, kişinin gelişim sürecine ve kişilik oluşumuna katkı sağlayan; boş zamanlarda gerçekleştirilen ve bireyin bulunduğu sosyal çevrenin ahlaki ile toplumsal değerlerini içeren etkinliklerin tümü olarak tanımlanmaktadır (Munusturlar, 2016).

Karaküçük (2001), rekreasyonu; bireylerin tekdüze yaşam akışından uzaklaştığı, uzun çalışma saatlerinin ardından dinlenme ve rahatlama imkânı bulunduğu, iyi oluş haline ulaştığı, bu durumu sürdürdüğü ve geliştirdiği; tamamen kendi isteğiyle katıldığı, bireysel olarak ya da grup halinde gerçekleştirilebilen etkinlikler olarak tanımlamaktadır.

1.2. Rekreasyonun Özellikleri

Alanyazın taraması sonucunda rekreasyon kavramına ilişkin farklı tanımların bulunduğu görülmektedir. Bir etkinliğin rekreasyon kapsamında yer alıp almadığının belirlenebilmesi için ise bazı sınırların net bir biçimde

ortaya konulması gereklidir. Bu zorunluluk doğrultusunda, rekreasyonu diğer faaliyetlerden ayıran ortak niteliklerin açıklığa kavuşturulması önem taşımaktadır. Bu çerçevede rekreasyonun temel özellikleri aşağıda şu şekilde sıralanabilir;

- Rekreasyon, bireysel bir nitelik gösterir ve insanların boş zamanlarında katıldıkları faaliyetler sonucunda doyum ve tatmin duygusu elde etmeleri beklenir (Torkildsen, 2005).
- Rekreasyon faaliyetlerine katılımın temelinde gönüllülük ilkesi yer almalıdır. Katılımcılar, tercih ettikleri etkinlikleri herhangi bir baskı olmaksızın, tamamen kendi özgür iradeleriyle seçerek sürece dâhil olmalıdır (Karaküçük ve Akgül, 2016).
- Rekreasyon, bireylerin iş ve temel fiziksel gereksinimlerini yerine getirdikleri zaman dilimi dışında kalan serbest zamanlarında ortaya çıkan ve bu süreçte herhangi bir yükümlülük ya da sorumluluk hissi olmadan yapılan etkinlikleri ifade eder (Kılıç ve Şener, 2013).
- Katılımcıların faaliyetlere dahil olduktan sonra devam etme zorunluluklarının olmaması ve diledikleri zaman etkinlikten ayrılabilme özgürlüğüne sahip olmaları gerekmektedir (Karaküçük, 2001).
- Rekreasyon, bireylerin çok yönlü gelişim ve değişimini amaçlayan bir süreç olarak ele alınmalı; bu süreçte gönüllülük temel bir unsur olmanın yanı sıra merak, özgürlük ve yarar sağlama gibi kavramlar da sürecin önemli bileşenleri arasında yer almalıdır (Luetkens, 2004).
- Rekreasyon, bireylerin günlük yaşamlarında karşılaştıkları tekdüze ve hareketsiz durumdan uzaklaşarak kendilerini yenileyebilecekleri bir alan olarak görülmektedir (Orel ve Yavuz, 2003).
- Rekreasyon faaliyetleri, belirli bir zaman ya da mekânla sınırlı olmaksızın gerçekleştirilebilmektedir. Bu etkinlikler, açık veya kapalı alanlarda ve yılın her döneminde uygulanabilme özelliğine sahiptir (Karaküçük, 2001).

1.3. Rekreasyon İhtiyacı ve Faydaları

İnsanlık tarihi boyunca bireyler, yaşamlarını sürdürebilmek için temel gereksinimlerini karşılamaya yönelik çözümler üretme çabası içinde olmuşlardır. Bu süreçte rekreasyon faaliyetlerinin gerçekleştiği boş zaman kavramı, bireylerin ihtiyaçlarını karşılama uğruna verdikleri yoğun mücadelenin sonunda elde edilen bir ödül niteliğinde değerlendirilebilmektedir. Yaşamı sürdürmeye yönelik bu çabanın zamanla monoton ve yorucu bir hale gelmesi, bireyleri

yenilenme ve tazelenme arayışına yöneltmiş; bu arayışlar ise rekreasyon etkinliklerinin ortaya çıkmasıyla sonuçlanmıştır.

Rekreasyon faaliyetlerine yönelik gereksinimler şu şekilde ifade edilmiştir:

- Bireylerin günlük rutinden uzaklaşarak farklı ve yeni deneyimler kazanması,
- Kendini emniyette ve güvende hissetme ihtiyacı,
- Kimlik geliştirme ve kendini tanıma süreci,
- Kontrol ve hâkimiyet duygusunu deneyimleme,
- Sorumluluk üstlenme ve sosyal etkileşim becerilerini geliştirme,
- Yaratıcı yönlerini ortaya çıkarma ve geliştirme,
- Fiziksel ve zihinsel etkinliklerin bir arada sağladığı canlılık ve zindelik kazanımı (Torkildsen, 2005).

Kılbaş (2010), rekreasyona ilişkin ihtiyaçları; bireyin kendini yenileme gereksinimi, kendini ödüllendirme isteği, kişisel gelişim ve öğrenme ihtiyacı, sosyal iletişimi sürdürme gereksinimi, toplum içinde kendini ifade etme ihtiyacı, bir gruba ait olma ve birlikte hareket etme isteği ile farklı kültürlerle etkileşim kurma ihtiyacı olarak sınıflandırmıştır.

Bireylerin söz konusu etkinliklerden yarar sağlayabilmeleri, belirtilen gereksinimlerin etkili bir şekilde karşılanmasına bağlıdır. Bu gereksinimlerin olumlu sonuçlar doğurarak bireyler için bir kazanca dönüşmesi durumunda rekreasyon; fiziksel gelişimi destekleyen, psikolojik iyi oluşu artıran ve sosyal ilişkileri güçlendiren çeşitli katkılar sunmaktadır (Güzel ve ark., 2014).

1.4. Rekreasyona Katılımı Etkileyen Faktörler

Rekreasyon faaliyetlerine katılım sürecinde bireyler arasında olduğu kadar toplumlar arasında da çeşitli farklılıklar görülebilmektedir. Rekreasyonun temel özelliklerinden biri, kişinin herhangi bir baskı ya da zorunluluk olmaksızın katılacağı etkinliği özgür iradesiyle seçebilmesidir. Bu durum, katılım davranışlarının bireyden bireye değişmesine neden olmaktadır. Rekreasyon etkinliklerine yönelimi etkileyen ve etkisinin düzeyi farklılık gösterebilen birçok unsur bulunmaktadır. Her ne kadar etkinliğe katılma kararını bireyin kendisi verse de bu kararın oluşumunda istek, ilgi ve gönüllü olma gibi etkenler önemli rol oynamaktadır (Demir ve Demir, 2006).

Katılımcıların bir etkinliğe yönelmesinde, yaşadıkları deneyimin niteliği, etkinlik sonrasında elde edilen kazanımlar ve bireyin bu deneyime yüklediği anlam önemli rol oynamaktadır. Bununla birlikte, etkinliğin işlevsel bulunması,

katılımcılara güven duygusu vermesi, zaman açısından esneklik sağlaması ve eğlenceli unsurlar içermesi katılım düzeyini artıran faktörler arasında yer almaktadır (Yeh ve ark., 2019). İnsanlar, günlük yaşamın tekdüzeliklerinden uzaklaşmak, farklı bilgi ve beceriler kazanmak, kişisel gelişimlerine katkı sağlamak, yeni arkadaşlıklar edinmek, mevcut sosyal bağlarını kuvvetlendirmek ve bireysel potansiyellerini ortaya çıkarmak amacıyla rekreasyon faaliyetlerine katılmayı tercih etmektedirler (Ardahan ve Yerlisu Lapa, 2011).

Rekreasyonel etkinliklere katılımı belirleyen unsurlar farklı şekillerde sınıflandırılabilir. Bu kapsamda, Torkildsen (2005) tarafından yapılan sınıflandırmada rekreasyon katılımı etkileyen etmenler; bireysel özellikler, fırsatlara ilişkin unsurlar ve sosyal ile durumsal koşullar olmak üzere üç temel başlık altında ele alınmıştır. Bunlar;

Kişisel Faktörler	Sosyal ve Durumsal Faktörler	Fırsat Faktörleri
Yaş	Meslek	Elverişli kaynaklar
Cinsiyet	Gelir	Tesisler
Medeni hal	Gelir fazlası	Duyarlılık
Bağlılık	Maddi zenginlik	Fırsat algısı
Bireysel yükümlükler	Elverişli zaman	Ulaşılabilirlik ve konum
Beceriler	Ev ve sosyal çevre	Etkinlik tercihi
Boş zaman algısı	Arkadaş grupları	Ulaşım
Davranış ve motivasyon	Sosyal rol ve ilişkiler	Maaliyet
İlgiler	Çevresel faktörler	Yönetim
Yetenek ve yeterlilik	Eğitim	Pazarlama
Kişilik, güven	Kültürel yapı	Programlama
Bulunulan Kültür	Görev ve yükümlülükler	Ulaşılabilirlik

Şekil 1: Rekreasyona katılımı etkileyen faktörler (Torkildsen, 2005)

1.5. Kampüs Rekreasyonu

Serbest zamanın verimli ve bilinçli biçimde değerlendirilmesine yönelik ilk örneklerden biri, Antik Yunan döneminde ortaya çıkan ve düşünsel üretimin merkezi olarak kabul edilen akademilerdir. Özellikle Plato tarafından kurulan akademi, bireylerin felsefi konular üzerine görüş alışverişinde bulunduğu, yaratıcı düşüncenin teşvik edildiği ve çeşitli fikirlerin tartışıldığı bir eğitim ortamı niteliği taşımaktaydı. Günümüzde İngilterede “okul” anlamında kullanılan “school” sözcüğünün kökenini oluşturan “scholē” kavramı ise o dönemde yalnızca eğitim faaliyetlerini değil, insanların düşünmeye zaman

ayırdığı, yararlı uğraşlarla meşgul olduğu, sanatla ilgilendiği ve yaşamın özüne ilişkin sorgulamalar gerçekleştirdiği zaman dilimlerini ifade etmekteydi. Plato'nun öncülüğündeki bu akademik yapının; okuma, yazma ve bağımsız düşünceyi desteklemesinin yanı sıra çeşitli eğlence etkinliklerine de yer verdiği bilinmektedir (Russell, 2013). Bu tarihsel ve felsefi miras göz önünde bulundurulduğunda, serbest zaman etkinliklerinin düşünsel gelişim ve keyif alma unsurlarını bir araya getiren uygulama alanlarının günümüzde en belirgin biçimde üniversiteler olduğu söylenebilir. Üniversiteler, bireylere hem zihinsel gelişimlerini destekleyecek fırsatlar sunmakta hem de eğlence ve sosyal etkileşim odaklı etkinliklere katılım imkânı sağlamaktadır.

Kampüsler, eğitim kurumlarına ait bina ve tesislerin bulunduğu; eğitim-öğretim faaliyetlerinin yanı sıra çeşitli etkinlik alanlarıyla öğrenciler için adeta yaşam alanı niteliği taşıyan yerler olarak değerlendirilebilir. Her ne kadar kampüs kavramı çoğunlukla üniversitelerle ilişkilendirilse de günümüzde ilkokuldan ortaöğretime kadar birçok eğitim kurumu da faaliyetlerini kampüs ortamlarında sürdürmektedir. Kampüsler, öğrenciler ile akademik ve idari personel açısından farklı anlamlar taşımakla birlikte, buldukları çevre ve toplumu da olumlu yönde etkileyen yapılardır. Fransızca kökenli olan “kampüs” kelimesinin Türkçe karşılığı ise “yerleşke” olarak ifade edilmektedir.

Yükseköğretim bağlamında değerlendirildiğinde, bir üniversitenin fiziksel altyapısı ve bulunduğu coğrafi konum önemli bir belirleyici unsur olarak öne çıkmaktadır. Eğitim kalitesi, modern üniversitelerin sahip olduğu fiziksel imkânlar ve kampüs olanaklarıyla doğrudan ilişkilidir. Öğrenciler, üniversite sürecinde elde ettikleri kazanımları yalnızca ders programı ve öğretim elemanlarıyla sınırlı örgün eğitim deneyimlerinden değil, aynı zamanda sınıf dışı etkinliklerden de elde etmektedirler. Bu nedenle üniversite kampüsleri, öğrenci kimliğinin gelişiminde kritik bir rol oynayan temel unsurlardan biri olarak kabul edilmektedir (Uzunyol, 2019).

Kampüs rekreasyonu, üniversiteyi oluşturan öğrenciler ile akademik ve idari personel dahil olmak üzere tüm bireylerin kampüs içinde boş zamanlarını değerlendirmek amacıyla katıldıkları etkinlikler bütünü olarak ifade edilebilir. Üniversiteler, kampüs rekreasyonu programları kapsamında mensuplarına çeşitli faaliyet olanakları sunmaktadır. Bu kapsamda dönemsel olarak düzenlenen şenlikler, öğrenci topluluklarının organize ettiği etkinlikler, mezuniyet törenleri, konserler, farklı fiziksel aktiviteler ve spor tesisleri ile uygun açık alanlarda gerçekleştirilen sportif etkinlikler kampüs rekreasyonu faaliyetleri arasında yer almaktadır (Mercanoğlu ve ark., 2015). Bu alanda yapılan çalışmalar, informal öğrenme ortamı niteliği taşıyan kampüs rekreasyonu etkinliklerinin

öğrencilerin yaşamları üzerinde olumlu katkılar sağladığını göstermektedir (Lindsey ve Sessoms, 2006).

Üniversiteler; bünyelerinde bulunan bireylerin akademik ve mesleki gelişimlerini desteklemeyi, araştırma olanakları sunarak bilimsel bilgi üretimine katkı sağlamayı, gençleri sorumluluk sahibi bireyler olarak toplumsal yaşama hazırlamayı ve toplumun eğitim, kültür ile bilinç düzeyinin gelişmesine yardımcı olmayı hedefleyen kurumlardır. Bu hedeflerin gerçekleştirilmesinde kampüslerde yer alan sosyal ve kültürel alanlar önemli bir işleve sahiptir. Farklı bölgelerden ve çeşitli kültürel geçmişlerden gelen öğrenciler, öğrenim hayatları boyunca ders saatleri dışında zamanlarının önemli bir bölümünü bu alanlarda geçirerek bir araya gelmekte ve etkileşim kurmaktadır (Erçevik ve Önal, 2011). Üniversiteler birden fazla kampüse sahip olabilmekte ve her kampüs kendine özgü bir kültürel yapıyı barındırabilmektedir. Kampüs kültürü; kurumun gelenekleri, uygulamaları, sosyal ilişkileri ve diğer kurumlardan ayrılmasını sağlayan etkileşim biçimleriyle şekillenen kendine has özellikleri ifade etmektedir. Kent yaşamı içerisinde küçük bir yerleşim alanı niteliği taşıyan kampüslerde, öğrenci sayısındaki artış ve yeni akademik alanlara duyulan ihtiyaç nedeniyle ortak kullanım alanlarının geliştirilmesi büyük önem taşımaktadır. Bu doğrultuda, sosyal etkileşimi destekleyen alanların düzenlenmesi, peyzaj çalışmalarının artırılması ve kullanım amaçlarına uygun şekilde işlevselliklerinin geliştirilmesi gerekmektedir. Bu alanların temel işlevleri ise şu şekilde sıralanabilir.

- Kampüs bünyesinde yer alan yapıların birbiriyle uyumlu bir bütün oluşturmasına yardımcı olur.
- Hava dolaşımının sağlanması ve açık havadan yararlanılması için uygun mekânlar sunar.
- Rekreatif etkinliklerin gerçekleştirilebilmesi için gerekli fiziksel alan gereksinimini karşılar.
- Kampüs kullanıcıları ile çevresel unsurlar arasında etkileşim ve bağlantı kurulmasına olanak tanır.
- Kampüsün mekânsal ve yapısal gelişim sürecini destekler.

Kampüsün çağdaş ve düzenli bir görünüme sahip olmasına estetik açıdan katkı sağlar (Sıramkaya ve Çınar, 2012; Çorbacı ve ark., 2005).

Kampüs yapısına sahip üniversiteler, diğer yükseköğretim kurumlarına göre rekreatif etkinliklerin çeşitliliği ve bu etkinliklere ayrılan zaman bakımından daha geniş olanaklar sunmaktadır. Rekreasyon faaliyetlerinin etkili bir şekilde yürütülebilmesi için gerekli planlamaların yapılması, programların

uygulanabileceği uygun tesislerin bulunması ve ihtiyaç duyulan ekipmanların sağlanması önemli bir gereklilik olarak görülmektedir (Bizati ve ark., 1999). Özellikle yurt dışındaki birçok üniversitede yaygın olarak bulunan kampüs rekreasyonu merkezleri veya birimleri, kampüs içinde gerçekleştirilen rekreasyon programlarının hazırlanması, tesislerin işletilmesi, personelin koordinasyonu ve sunulan hizmetlerin yönetilmesi gibi görevleri üstlenen profesyonel yapılar olarak değerlendirilebilir. Bu merkezler aracılığıyla sunulan etkinlikler ve olanaklar, öğrencilerin fiziksel aktivitelere katılımını desteklemenin yanı sıra yeni sosyal çevreler edinmelerine, kişiler arası etkileşimlerini geliştirmelerine ve üniversite topluluğuna daha güçlü bir şekilde aidiyet hissetmelerine katkı sağlamaktadır.

Üniversite kampüsleri, kampüs rekreasyonunun temel uygulama ortamları arasında yer almakta ve öğrencilerin serbest zamanlarını değerlendirebildikleri etkinliklerin düzenli olarak gerçekleştirildiği alanlar olarak öne çıkmaktadır. Günümüzde üniversitelerde öğrenim gören öğrenci sayısının artması ve öğrencilerin kampüs içerisinde yararlanmak istedikleri mekânlara yönelik beklentilerinin çeşitlenmesi, kampüslerin fiziksel ve işlevsel yapılarında zamanla değişimlerin yaşanmasına neden olmaktadır. 21. yüzyılın üniversite öğrencileri, yalnızca fiziksel aktivite yapabilecekleri olanaklar değil; aynı zamanda sosyal etkileşim kurabilecekleri, dinlenebilecekleri, eğlenebilecekleri ve gönüllülük faaliyetlerine katılabilecekleri rekreatif uygulamaların kampüs yaşamının bir parçası olmasını beklemektedir (Mack, 2011). Bu çerçevede, kampüs rekreasyonu kapsamında geliştirilecek yenilikçi etkinlikler, projeler ve programlar, üniversite gençliğinin aktif katılımını destekleyerek rekreasyon alanındaki tüm paydaşlara önemli katkılar sunabilecektir.

Kampüs rekreasyonu, rekreasyon alanı içerisinde giderek önem kazanan ve kapsamı genişleyen bir çalışma alanı olarak değerlendirilebilir. Öğrencilere sunulan çeşitli etkinlik ve uygulamalar, onların kampüs yaşamına daha aktif şekilde katılım göstermelerine katkı sağlayan önemli destek unsurlarıdır. Bu faaliyetlerin planlandığı ve yürütüldüğü rekreasyon merkezleri, öğrenci deneyimini geliştirmek ve eğitim ortamının niteliğini yükseltmek amacıyla üniversitelerin kurumsal hedefleri doğrultusunda faaliyet göstermektedir. Bu nedenle üniversiteler, kampüs rekreasyonuna yönelik kaynak ve yatırım ayırma konusunda her geçen yıl daha fazla önem vermektedir (Kozechian ve ark., 2012).

Kampüs rekreasyonu, başta öğrenciler olmak üzere akademik ve idari çalışanların boş zamanlarını verimli değerlendirebilmeleri amacıyla üniversiteler veya ilgili kurumlar tarafından sunulan rekreatif faaliyetlerin bütünüdür.

etmektedir. Mittelstaedt ve ark. (2006) kampüs rekreasyonunun başlıca hedefleri şunlardır:

- Üniversite kampüsünü kullanan öğrencilerin yanı sıra akademik ve idari personel ile yerel halkın fiziksel, sosyal ve zihinsel gereksinimlerini karşılamaya yönelik hizmetlerin sağlanması,
- Aktivitelere katılan bireylerin kendilerine yönelik daha olumlu bir benlik algısı geliştirmelerine ve sosyal etkileşimlerini artırmalarına imkân sağlamak, ayrıca fiziksel ve zihinsel sağlıklarını koruyup sürdürürebilmelerine katkıda bulunmak.
- Aktivitelere katılan bireylerin kendilerine yönelik daha olumlu bir benlik algısı geliştirmelerine ve sosyal etkileşimlerini artırmalarına imkân sağlamak, ayrıca fiziksel ve zihinsel sağlıklarını koruyup sürdürürebilmelerine katkıda bulunmak.

Üniversite kampüslerinde rekreasyon birimleri tarafından organize edilerek yürütülen etkinliklerin tümü genel olarak kampüs rekreasyonu olarak adlandırılmaktadır. Günümüzde birçok üniversite kampüsünde rekreatif faaliyetlerin gerçekleştirilebilmesi için spor salonları, fitness merkezleri, yüzme havuzları, raket sporlarına uygun sahalar ve tırmanma duvarları gibi farklı amaçlara hizmet eden tesisler yer almaktadır. Kampüs rekreasyon birimleri; öğrenciler ve üniversite personeli için turnuvalar, lig organizasyonları, çeşitli yarışmalar, spor kulüpleri, spor temelli programlar ve eğitim faaliyetleri düzenleyerek kampüs içerisindeki bireylerin ihtiyaç ve beklentilerine yanıt vermektedir. Ayrıca kampüs rekreasyon alanları, çok sayıda öğrencinin, akademik ve idari personelin bir araya geldiği ve sosyal etkileşim kurduğu ortamlar olarak değerlendirilmektedir (Huesman ve ark., 2009).

Ayrıca kampüs içerisinde düzenlenen öğrenci kulüpleri ve topluluk faaliyetleri, okul içi organizasyonlar, şenlik ve festivaller, kültürel buluşmalar ile sanatsal etkinlikler gibi rekreatif katılım gerektiren etkinlikler de kampüs rekreasyonu kapsamında değerlendirilebilir.

1.6. Kampüs Rekreasyonunun Amacı ve Önemi

Kampüs rekreasyon etkinlik programları; Spor Bilimleri Fakülteleri bünyesindeki rekreasyon birimleri, Devlet Konservatuvarları ve Güzel Sanatlar Fakülteleri, Beden Eğitimi ve Spor Bölüm Başkanlıkları ile Sağlık Kültür ve Spor Daire Başkanlıkları tarafından tasarlanması, uygulanması ve sürekli olarak geliştirilmesi gereken programlar arasında yer almaktadır.

Kampüs rekreasyonu, bireylerin boş zamanlarını nasıl deneyimlediklerini belirlemelerine ve bu zamanı nasıl değerlendirdiklerini sorgulamalarına

imkân tanırken, aynı zamanda boş zamana ilişkin tutum ve değerlerini de şekillendirmelerine katkı sağlar. Rekreasyonel spor olanakları ise akademik yaşam ile serbest zaman arasında bir denge kurulmasına yardımcı olmakta; fiziksel ve zihinsel iyilik halini destekleyerek bireylerin kişisel gelişim süreçlerine katkı sunan önemli bir araç olarak değerlendirilmektedir (Broughton ve Griffin, 1994).

1.7. Kampüs Rekreatif Etkinliklerinin Özellikleri

Rekreatif faaliyetlerin oldukça geniş bir yelpazeye sahip olması ve bireyler arasında farklılık göstermesi, bu etkinlikleri tek bir tanım altında toplama sürecini zorlaştırmaktadır. Bununla birlikte, literatürde araştırmacılar tarafından kabul gören ve rekreasyonu diğer etkinlik türlerinden ayıran bazı temel özellikler ortaya konulmuştur. Bu özellikler arasında bireyin etkinliklere katılımda tamamen serbest olması, seçtiği etkinliği sürdürme zorunluluğunun bulunmaması ve katılımın gönüllülük esasına dayanması yer almaktadır. Ayrıca bu etkinliklerin bireyde mutluluk ve keyif duygusu oluşturduğu, aynı zamanda yaratıcılığı destekleyerek deneyim kazanımına katkı sağladığı ifade edilmektedir (Karaküçük, 2001). Başlangıçta belirli bir amaç taşımadan gerçekleştirilen bu faaliyetlerin zamanla bireyin fiziksel, duygusal ve sosyal becerilerini geliştirmeye yönelik bir nitelik kazandığı ve iyi oluş haline katkı sağlayan bir amaca dönüştüğü de belirtilmektedir (Kılbaş, 2010).

1.8. Kampüs Rekreasyonunun Yararları

Rekreatif faaliyetler, bireyin yaşamında önemli bir etken olarak kabul edilmekte ve insanı insan yapan, bireylerin birlikte yaşamasını mümkün kılan özelliklerin temel kaynağı olarak değerlendirilebilir. Bu faaliyetler, bireyin doğumundan ölümüne kadar uzanan süreçte gelişim ve olgunlaşmasına katkı sağlayan birçok deneyim ve kazanımı içinde barındırır. Ayrıca seçim yapma özgürlüğü, içsel doyum, mutluluk, keyif, oyun, risk alma, mizah, rahatlama, ritüel, yalnızlık, aidiyet ve özellikle manevi tatmin gibi unsurların önemli bir kaynağıdır. Bununla birlikte rekreatif etkinliklerin hastalıkların önlenmesine dahi katkı sağlayabileceği düşünülmektedir. Bu bağlamda rekreasyon, bireylere iyi oluş, yaşam doyumu ve yüksek yaşam kalitesi sunmaktadır. Fiziksel, sosyal ve duygusal iyilik haline anlamlı katkılar sağlayabilme potansiyeline sahip olan bu etkinliklerin, doğru ve bilinçli biçimde tercih edilmesi gerekmektedir. Bazı rekreatif deneyimler ise son derece olumlu ve yoğun yaşantılar sunarak “zirve deneyimler” olarak adlandırılmaktadır (Russell ve Jamieson, 2008). “Akış” deneyimi ise yalnızca keyif alma durumunu değil, aynı zamanda derin bir tatmin hissini de ifade etmektedir (Clarke ve Haworth, 1994). Hedefe ulaşmak performansın değerlendirilmesi açısından önemli olsa da tek başına yeterli

değildir. Akış deneyimi, bireyin sıkılma ve kaygı sınırlarının dışında, etkinliğe tamamen odaklanarak sürdürme isteği hissetmesiyle ortaya çıkar. Kampüs rekreasyonu ise üniversite yaşamı boyunca öğrencilerin olumlu gelişimini desteklemeyi amaçlayan bir yapı olarak öne çıkmaktadır.

1.8.1. Kampüs Rekreasyonunun Psikolojik Yararları

Rekreasyonel etkinlikler, bireyin kendini tanıma, kendini ortaya koyma ve kişisel güçlenme hissini artırmaya katkı sağlayan bir araç olarak değerlendirilmektedir (Russell ve Jamieson, 2008). Bu tür aktiviteler çoğunlukla heyecan yaşama ve kendini sınama, rahatlama ve günlük yaşamdan uzaklaşma, stresin azaltılması ya da iş ve eğlence arasındaki dengenin kurulmasına yardımcı olma gibi işlevlerle ilişkilendirilebilir.

Boş zamanlarını rekreasyonel amaçla spor yaparak değerlendiren bireyler, psikolojik açıdan bazı olumsuz durumlara karşı daha dayanıklı hale gelmekte; aynı zamanda günlük yaşamlarındaki iş ve sorumluluklarını daha yüksek enerji ve verimlilikle yerine getirebilmektedir.

1.8.2. Kampüs Rekreasyonunun Sosyal Yararları

Bireyin kendini bir sosyal grubun üyesi olarak görme arzusu ve kendisine destek olacak, güven ilişkisi kurabileceği yakın arkadaşlıklar geliştirme ihtiyacı, rekreasyonel katılımın temel motivasyonları arasında yer almaktadır. Ayrıca takım içinde ortaya çıkan arkadaşlık ilişkileri ve sosyal bağlar, spor faaliyetlerinin önemli bir bileşeni olarak değerlendirilmektedir (McLean ve Hurd, 2011).

Birçok bireyin boş zamanlarını değerlendirme biçimi, sosyal etkileşimi giderek azaltmaktadır. Günümüzde insanlar, tiyatroya giderek başkalarıyla birlikte etkinlik izlemek yerine evde DVD üzerinden tek başına film izlemeyi; rekreasyon merkezlerinde grup halinde spor yapmak yerine kendi ekipmanlarıyla garaj gibi alanlarda egzersiz yapmayı; yüz yüze rekabet içeren ortamlara katılmak yerine ise bilgisayar üzerinden oyun oynamayı tercih eder hale gelmiş görünmektedirler (Russell ve Jamieson, 2008).

Üniversiteler; öğrenci, akademik ve idari personelin bir arada bulunduğu, farklı aile geçmişlerine, bölgelerine ve kültürel özelliklerine sahip bireyleri bünyesinde barındıran çok kültürlü yapılardır. Bu çeşitlilik içinde bireylerin birbirleriyle yakın ilişki ve etkili iletişim kuramaması, zamanla kişinin bulunduğu ortama yabancılaşmasına ve yalnızlık duygusu yaşamasına neden olabilir. Bu durum yalnızca öğrencilerle sınırlı olmayıp, akademisyenler de psikolojik, sosyolojik, ekonomik ve kültürel birçok sorunla karşı karşıya kalabilmektedir. Söz konusu sorunların tükenmişlik ve yalnızlık gibi boyutlara ulaştığı da ifade edilmektedir (Özdemir ve ark., 2017).

1.8.3. Kampüs Rekreasyonun Fiziksel Yararları

1980 ile 2014 yılları arasında dünya genelinde obezite görülme sıklığının iki kattan fazla arttığı bildirilmektedir. 2014 yılı verilerine göre, 18 yaş ve üzerindeki yetişkinlerin yaklaşık %39'unun (erkeklerde %38, kadınlarda %40) fazla kilolu olduğu, %13'ünün ise obez sınıfında yer aldığı belirlenmiştir. Obezite oranlarındaki bu artışın en önemli etkenlerinden biri fiziksel inaktivite olarak gösterilmektedir. Hareketsiz yaşamın yalnızca belirli bir yaş grubuna özgü olmadığı; çocukluk, gençlik ve yetişkinlik dahil olmak üzere tüm yaş dönemlerinde, farklı ırk, cinsiyet ve sosyoekonomik düzeylerde görülebildiği anlaşılmaktadır. Obezite, önlenebilir bir sağlık sorunu olarak değerlendirilmektedir. Dünya Sağlık Örgütü (WHO), düzenli fiziksel aktivite yapılmasını önermekte; çocuklar için günlük 60 dakika, yetişkinler için ise haftaya yayılan toplam 150 dakikalık aktiviteyi uygun görmektedir. Günümüzde iş yaşamının giderek daha sedanter hale gelmesi, ulaşım alışkanlıklarının değişmesi ve şehirleşmenin artması fiziksel hareketsizliği artırarak obezite riskini yükseltmektedir. Bu nedenle, toplum genelinde düzenli fiziksel aktiviteyi ve sağlıklı beslenme seçeneklerini herkes için erişilebilir kılan politikaların sürdürülmesi büyük önem taşımaktadır (WHO, 2017).

Bireylerin rekreasyonel fiziksel aktiviteye katılıp katılmama yönündeki tercihleri ne olursa olsun, üniversite kampüslerinde bu tür etkinliklere yönelik imkânların mevcut olması ve kolayca erişilebilir şekilde sunulması önemli ve anlamlı bir yaklaşımdır. Bu tesislerin kampüste bulunması, öğrencilerin düzenli fiziksel aktiviteye yönelme kararlarını doğrudan etkileyebilmektedir. Üniversite altyapısının planlanmasında rekreasyonel fiziksel aktivite alanlarının konumlandırılması, öğrencilerin fiziksel aktivite alışkanlıklarıyla ilişkili bir unsur olarak değerlendirilebilir. Ayrıca bu tesislerin kampüs içindeki yerleşimi, kadın ve erkek öğrencilerin fiziksel aktivite davranışlarını farklı biçimlerde etkileyebilmektedir. Öğrencilerin belirli rekreasyonel alanlardan haberdar olmaları ise çoğu zaman kampüs içindeki konumlarına bağlı olarak değişebilmektedir. Bireylerin çevresel faktörleri nasıl algıladıkları ve bu algının fiziksel aktivite davranışlarına etkisinin daha iyi anlaşılması, üniversite kampüslerindeki yapılandırılmış çevrenin yeniden düzenlenmesine katkı sağlayabilir (King ve ark., 1995).

1.9. Türkiye'de Kampüs Rekreasyonu

Türkiye'de üniversiteler, yalnızca eğitim öğretim hizmeti sunmakla sınırlı kalmayıp aynı zamanda öğrencilerine sağlık, kültür ve spor alanlarında da hizmet sağlamakla yasal olarak yükümlüdür. Bu sorumluluk, 2547 sayılı Yükseköğretim Kanunu'nun 47. maddesinde açık bir şekilde düzenlenmiştir.

Söz konusu maddede, yükseköğretim kurumlarının Yükseköğretim Kurulu tarafından oluşturulan plan ve programlar doğrultusunda öğrencilerin beden ve ruh sağlığını korumak, barınma, beslenme, çalışma, dinlenme ve boş zamanlarını değerlendirme gibi sosyal ihtiyaçlarını karşılamakla görevli olduğu ifade edilmektedir. Ayrıca üniversitelerin, bütçe imkânları çerçevesinde okuma salonları, yataklı sağlık merkezleri, mediko-sosyal birimler, öğrenci kantin ve lokantaları ile birlikte toplantı, sinema ve tiyatro salonları, spor tesisleri ve kamp alanları gibi imkânları oluşturması ve öğrencilerin bu hizmetlerden en iyi şekilde yararlanmasını sağlamak için gerekli önlemleri alması gerektiği de belirtilmektedir.

Üniversiteler, yasal olarak sorumlu oldukları sportif faaliyetlere ilişkin görevlerini, bünyelerinde oluşturulan SKS (Sağlık, Kültür ve Spor) birimleri, spor koordinatörlükleri, spor birlikleri ve kampüs rekreasyonu ofisleri aracılığıyla yürütmektedir. Öte yandan, ülke genelinde gerçekleştirilen üniversiteler arası spor organizasyonları ise Gençlik ve Spor Bakanlığı ile Türkiye Üniversite Sporları Federasyonu tarafından planlanmakta ve organize edilmektedir (Koçak ve Aslan, 2004; Karaküçük, 2001).

Türkiye’de kampüs rekreasyonu faaliyetleri çoğunlukla Sağlık, Kültür ve Spor Daire Başkanlıkları (SKS) tarafından yürütülmekte olup, bu kavrama ilişkin ilk kapsamlı tanımlamayı yapan kurum Eskişehir Teknik Üniversitesi olmuştur. Üniversite Senatosu’nun 7 Eylül 2021 tarihli ve 25/1 sayılı kararıyla SKS bünyesinde Kampüs Rekreasyonu Ofisi kurulmuştur. Söz konusu ofis, öğrenciler ve üniversite çalışanlarının hem fiziksel hem de ruhsal iyilik hallerini korumayı; mesleki gelişimlerini destekleyen eğitim faaliyetleri yürütmeyi; boş zamanları değerlendirmeye yönelik sosyal, kültürel, sanatsal ve sportif içerikli etkinlikleri planlayıp organize etmeyi, uygulamayı ve gerektiğinde diğer birimlerin etkinliklerine katkı sağlamayı temel amaç olarak ifade etmektedir. Bu genel amaç doğrultusunda ofisin belirlemiş olduğu alt hedefler ise şu şekilde sıralanmıştır (ESTÜ, 2024);

- Boş zamanlarda gerçekleştirilen, eğlence temelli sosyal, kültürel, sanatsal ve sportif etkinliklerin planlanmasına yönelik olarak ihtiyaçların tespit edilmesi amacıyla analiz çalışmalarının yapılması,
- Tespit edilen gereksinimler doğrultusunda, boş zamanlarda gerçekleştirilen; eğlence temelli sosyal, kültürel, sanatsal ve sportif faaliyetlerin planlanması ve uygulanmasıdır.
- Üniversite bünyesindeki farklı birimler tarafından gerçekleştirilen rekreasyon odaklı sanatsal, kültürel ve sportif faaliyetlere katkı sağlamak.

- Üniversite yerleşkesinde sosyal, kültürel, sportif ve rekreatif alanların geliştirilmesine yönelik yürütülen çalışmalara katkı sağlamak.
- Boş zaman aktivitelerinin artırılmasına yönelik öneriler geliştirmek, bu doğrultuda çeşitli etkinlikler planlamak, bu etkinliklerin sonuçlarını takip etmek ve değerlendirme sürecini yürütmek.

1.10. Dünyada Kampüs Rekreasyonu

Kampüs rekreasyonu anlayışının doğduğu ve en sistemli uygulamalarının gerçekleştirildiği bölge olarak Kuzey Amerika dikkat çekmektedir. Sportif etkinliklerin rekreasyon uygulamalarıyla bütünleşmesi, Amerika Birleşik Devletleri'nde kampüs rekreasyonu kavramının gelişiminde önemli bir rol oynamıştır (Taylor ve ark., 2003). İlk dönemlerinde mali kaynakların sınırlı olması ve fiziksel altyapının yetersizliği nedeniyle istenilen gelişim düzeyine ulaşamayan kampüs rekreasyonu, zamanla üniversite topluluğuna sağladığı katkıların daha iyi anlaşılması ve öğrenciler tarafından tercih edilen bir unsur haline gelmesiyle önemli bir ilerleme göstermiştir. 21. yüzyılın başlarından itibaren yapılan bilimsel çalışmaların konunun önemini ortaya koyması, kamu ve özel sektör desteğinin artmasına katkı sağlamış; böylece üniversitelerde kampüs rekreasyonu faaliyetlerine yönelik yatırımlar ve destekler yaygınlaşmaya başlamıştır.

Farklı ülkelerdeki üniversitelerde sunulan olanaklar ve yürütülen programlar aşağıda özetlenmiştir:

Kanada: Kanada'daki yükseköğretim kurumları, öğrencilerin ve personelin boş zamanlarını verimli değerlendirmelerine yönelik kapsamlı rekreasyon olanakları sunmaktadır. Bu kapsamda, University of British Columbia Vancouver yerleşkesinde uluslararası standartlara sahip spor ve fitness tesisleriyle dikkat çekmektedir. Benzer şekilde, McGill University tarafından yayımlanan kış dönemi rekreasyon etkinlikleri takviminde; grup fitness çalışmaları, yoga programları, eğitim kampları, rekreatif futbol, voleybol, basketbol, pickleball, badminton, buz pateni, buz hokeyi ve yüzme gibi çeşitli etkinliklere yer verilmektedir (McGill Üniversitesi, 2024).

Avustralya: Avustralya'daki yükseköğretim kurumları, öğrencilerin fiziksel aktivitelere katılımını desteklemek amacıyla kapsamlı spor ve rekreasyon olanakları sunmaktadır. Bu olanaklar arasında spor salonları, yüzme havuzları, tenis kortları ve çeşitli rekreatif alanlar yer almaktadır. Örneğin, Sydney Üniversitesi öğrencilerine gelişmiş spor altyapısına sahip bir merkez aracılığıyla hizmet vermektedir. Üniversite bünyesinde 220 adet kardiyo ve kuvvet antrenmanı ekipmanının bulunduğu iki fitness merkezi, 8 kulvarlı kapalı yüzme havuzu, 6 tenis kortu, 7 squash sahası, 4 basketbol sahası,

8 metre yüksekliğinde bir tırmanış duvarı, boks ringi ve dövüş sporlarına yönelik salonlar bulunmaktadır. Bu imkânlar sayesinde öğrenciler, modern spor tesislerinden ve çeşitli fitness programlarından yararlanabilmektedir (Sydney Üniversitesi, 2024).

Günümüzde kampüs rekreasyonuna verilen önemin bir göstergesi olarak, Amerika, Avrupa ve Avustralya'daki birçok yükseköğretim kurumunda kampüs rekreasyonu birimlerinin oluşturulduğu görülmektedir. Bu birimler, öğrencilerin yaşam kalitesini artırmayı ve bireysel gelişimlerini desteklemeyi amaçlayan faaliyetler yürütmektedir. Amerika Birleşik Devletleri'nde kampüs rekreasyonu birimine sahip bazı üniversitelerin, yaşam kalitesi ve kişisel gelişim odaklı misyon ifadeleri aşağıda sunulmuştur:

- Texas A&M Üniversitesi Rekreasyonel Sporlar Departmanı tarafından açıklanan misyon doğrultusunda, bireylerin yaşamları boyunca fiziksel olarak aktif kalmalarını ve sağlıklı yaşam alışkanlıkları geliştirmelerini destekleyen bir yaklaşım benimsendiği belirtilmektedir (Texas A&M Üniversitesi, 2024).
- University of Illinois bünyesinde faaliyet gösteren Kampüs Rekreasyonu Birimi, misyonunu öğrenciler ile üniversite topluluğunun diğer mensuplarının yaşam kalitesini geliştirmeye katkı sağlayacak rekreatif etkinlikler ve sağlıklı yaşam olanakları sunmak olarak tanımlamaktadır (Illinois Üniversitesi, 2024).
- Kampüs Rekreasyon Ofisi tarafından yapılan açıklamada, kampüs rekreasyonu faaliyetlerinin bireylerin günlük yaşamın getirdiği stresle başa çıkmalarına yardımcı olduğu ve sağlıklı yaşam alışkanlıklarının geliştirilmesini destekleyen önemli bir araç olarak değerlendirildiği ifade edilmiştir (Vanderbilt Üniversitesi, 2024).
- Utah Üniversitesi Kampüs Rekreasyon Hizmetleri, misyon ifadesinde eğitimin daha zengin hale getirilmesini, bireylerin bütüncül gelişiminin desteklenmesini ve yaşam boyu süren mutluluğun keşfedilmesini ön plana çıkarmaktadır (Utah Üniversitesi, 2024).

1.11. Sonuç ve Genel Değerlendirme

Kampüs rekreasyonu, üniversite öğrencilerinin fiziksel, sosyal ve kişisel gelişimlerine katkı sağlayan önemli bir unsurdur. Üniversite yaşamı boyunca öğrenciler yoğun akademik sorumluluklar ve farklı uyum süreçleri ile karşı karşıya kalmakta, bu durum zaman zaman stres ve yorgunluğa neden olabilmektedir. Bu noktada kampüs içerisinde sunulan rekreatif faaliyetler, öğrencilerin hem zihinsel hem de fiziksel olarak rahatlamalarına imkân

tanınmaktadır. Kampüs rekreasyonuna katılım, öğrencilerin sosyal ilişkiler kurmasını ve mevcut ilişkilerini geliştirmesini de desteklemektedir. Farklı gruplarla etkileşim kurma imkânı, iletişim becerilerinin gelişmesine ve kampüs yaşamına uyumun kolaylaşmasına katkı sağlamaktadır. Aynı zamanda bu faaliyetler, öğrencilerin kendilerini daha iyi ifade etmelerine ve özgüven kazanmalarına yardımcı olmaktadır. Sonuç olarak kampüs rekreasyonu, öğrencilerin yalnızca boş zamanlarını değerlendirdikleri bir alan değil, aynı zamanda çok yönlü gelişimlerini destekleyen önemli bir üniversite bileşenidir.

Kaynakça

- Ammaar, S., Cebilihle, K., Fikelepi, M., Ziyanda, M., & Johannes, M. M. (2024). The role of university sport and recreation activities in academic performance of student athletes. *International leisure review*, 13(1), 49-74.
- Ardahan, F. & Lapa, T. Y. (2011). "Açık alan rekreasyonu: bisiklet kullanıcıları ve yürüyüşçülerin doğa sporu yapma nedenleri ve elde ettikleri faydalar". *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 8(1), 1327-1341.
- Bizati, Ö., Göde, O., Köksal, N. (1999). Eğitim ve yönetim açısından kampüs rekreasyon programlarının organizasyonel etkinliğinin ölçülmesi. *Pamukkale Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü Dergisi*, 3(4):32-37.
- Broughton, J. C., & Griffin, D. (1994). Collegiate intramurals: where do they go from here?. *Recreational Sports Journal*, 18(2), 10-12.
- Clarke, S. G., & Haworth, J. T. (1994). 'Flow'experience in the daily lives of sixth-form college students. *British Journal of Psychology*, 85(4), 511-523.
- Çorbacı, Ö.L., Gülez, S., & Topay, M. (2005). ZKÜ Merkez kampüsü ısı merkezi yolu ve çevresi peyzaj ve rekreasyon projesi, *ZKÜ Bartın Orman Fakültesi Dergisi*, 7(7): 34-34.
- Demir, C. & Demir, N. (2006). "Bireylerin boş zaman faaliyetlerine katılmalarını etkileyen faktörler ile cinsiyet arasındaki ilişki: lisans öğrencilerine yönelik bir uygulama". *Ege Academic Review*, 6(1), 36-48.
- Erçevik, B. & Önal, F. (2011). Üniversite kampüs sistemlerinde sosyal mekan kullanımları, *Magaron Dergisi*, 6(3):151-161.
- Erdem, A. R. (2015) *Yükseköğretimi ve Üniversiteyi Farklılaştıran Kritik Öğe: Akademik strateji*. (Editör) Ahmet AYPAY, Türkiye'de Yükseköğretim: Alanı, Kapsamı ve Politikaları içinde (243-260), Ankara: PEGEM Akademi Yayıncılık.
- ESTÜ (2024). Eskişehir Teknik Üniversitesi Kampüs Rekreasyonu Ofisi. Erişim: 20.03.2024 <https://estukaro.eskisehir.edu.tr/tr/Icerik/Detay/yonergeler>
- Fancourt, D., Aughterson, H., Finn, S., Walker, E., & Steptoe, A. (2021). How leisure activities affect health: a narrative review and multi-level theoretical framework of mechanisms of action. *The Lancet Psychiatry*, 8(4), 329-339.
- Forrester, S. (2014). The Benefits of Campus Recreation. Corvallis, OR: NIRSA. Retrieved from http://rfc.wayne.edu/mort-harris/forrester_2014-report.pdf.
- Güzel, Ö., Türker, G. Ö. & Türker, A. (2014). "Bir pazarlama enstrümanı olarak rekreasyon faaliyetlerinin otellerin web sitelerinde kullanımı: antalya destinasyonunda bir araştırma". *İnternet Uygulamaları ve Yönetimi Dergisi*, 5(2), 5- 18.

- Huesman, R.J., Brown, A.K., Lee, G., Kellogg, J. P., & Radcliffe, P. M. (2009). Gym bags and mortarboards: Is Use of campus recreation facilities related to student success? *NASPA Journal*, 46(1), 50-71.
- Hums, M. A., & MacLean, J. C. (2018). Campus Recreation. In *Governance and Policy in Sport Organizations* (pp. 145-171). Routledge.
- Illinois Üniversitesi (2024). Campus Recreation. Erişim: 18.03.2024 <https://campusrec.illinois.edu/about>
- Jensen, C. R. & Guthrie, S. (2006). *Outdoor Recreation in America* (6th ed.). Human Kinetics, Champaign, IL.
- Karaküçük, S. (2001). *Rekreasyon boş zamanları değerlendirme* (4. Baskı). Gazi Kitabevi, Ankara. 38-53.
- Karaküçük, S. & Akgül, B.M. (2016). *Ekorekreasyon rekreasyon ve çevre* (1. Baskı). Gazi Kitabevi, Ankara.
- Kılbaş Ş. (2010). *Rekreasyon Boş Zamanı Değerlendirme*. (4. Baskı). Gazi Kitabevi, Ankara.
- Kılıç, M. ve Şener, G. (2013). “Üniversite öğrencilerinin rekreasyon etkinliklerine katılımlarındaki sosyolojik etmenler ve yapısal kısıtlamalar”. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, 3(3), 725-744.
- King, A. C., Jeffery, R. W., Fridinger, F, Dusenbury, L., Provence, S., Hedlund, S. A., & Spangler, K. (1995). Environmental and policy approaches to cardiovascular disease prevention through physical activity: issues and opportunities. *Health education quarterly*, 22(4), 499-511.
- Koçak, M.S. & Aslan, M. (2004). “Türkiye’deki üniversiteler arasındaki spor faaliyetlerinin sporcu, antrenör ve idareciler tarafından değerlendirilmesi”. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*. 9(4): 71-82.
- Kozechian, H., Heidary, A., Saiah, A., & Heidary, M. (2012). Campus recreation worldwide: a literature review. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 2(4): 132-139.
- Kürkcü-Akgönül, E., Musa, M., Bozkurt, Ç., & Bayansalduz, M. (2023). Rekreatif etkinliklere katılan yetişkin bireylerde rekreasyon fayda düzeylerinin incelenmesi. *Mediterranean Journal of Sport Science* (MJSS), 6.
- Lindsey, R. & Sessoms, E. (2006). “Assessment of a campus recreation program on student recruitment, retention, and frequency of participation across certain demographic variables”. *Recreational Sports Journal*, 30(1), 30-39.
- Luetkens, S.A. (2004). The Integration of Physical Activity and Social Youth WorkCommon Goals and Synergy Effects of Two Discrete Social System. 18-21 March. International Conference on Leisure, Tourism ve Sport-Education, Integration, Innovation, Cologne, Germany.

- Mack, C.E. (2011). Impact of Recreation Centers on Two New England Campuses. School of Education Doctoral Program in Educational Leadership, Johnson & Wales University.
- McGill Üniversitesi (2024). REC Activities ve Schedules. Erişim: 18.03.2024 <https://macdonaldcampusathletics.ca/REC-at-a-glance>.
- McLean, D., & Hurd, A. (2011). Kraus' recreation and leisure in modern society. Jones & Bartlett Publishers.
- Mercanoğlu, A. O., Çevik, H. & Şimşek, K. Y. (2015). "Kampüs rekreasyonu kapsamında düzenlenen sportif rekreasyon etkinliklerinin hizmet kalitesinin değerlendirilmesi: Anadolu Üniversitesi Örneği". III. Rekreasyon Araştırmaları Kongresi, 5-7 Kasım 2015, Anadolu Üniversitesi, Eskişehir. 92-102.
- Metin, T.C., Kesici, M. & Kodaş, D. (2013). "Rekreasyon olgusuna akademisyenlerin yaklaşımları". *Journal of Yaşar University*, 30 (8), 5021-5048.
- Miller, J. J. (2011). Impact of a university recreation center on social belonging and student retention. *Recreational sports journal*, 35(2), 117-129.
- Mittelstaedt, R., Robertson, B., Russell, K., Byl, J., Temple, J., & Ogilvie, L. (2006). Unique groups. introduction recreation and leisure. *Human Kinetics*, s.197-228.
- Munusturlar, S. (2016). *Boş zaman ve rekreasyon kavramı*. İçinde M. A. M. (Edt.), Rekreasyon yönetimi. Anadolu Üniversitesi, Eskişehir. 2-27.
- NACA, (2024). About NACA. Erişim:18.03.2024. <https://www.naca.org/about.html>
- Orel, F. D. & Yavuz, M. C. (2003). "Rekreasyonel turizmde müşteri potansiyelinin belirlenmesine yönelik bir pilot çalışma". *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 11(11), 61-76.
- Özdemir, S., Alkan, A., & Erdem, R. (2017). İş yaşamında yalnızlık ile mesleki tükenmişlik arasındaki ilişki: akademisyenler üzerine bir araştırma. *Journal of Suleyman Demirel University Institute of Social Sciences*, 29(4).
- Russell, R. (2013). *Pastimes-The Context of Contemporary Leisure*, 5. Edt., II: Sagamore Publishing.
- Russell, R. V., & Jamieson, L. M. (2008). *Leisure program planning and delivery*. Human Kinetics.
- Sevim, E. (2024). Öğrencilerin Lisansüstü eğitim sürecinde yaşanan sorunlara yönelik görüşleri. *Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 4(2), 20-45.
- Sıramkaya, S. & Çınar, K. (2012). Üniversite kampüs yerleşkelerinde ortak kullanım mekanlarının incelenmesi: selçuk üniversitesi aleaddin keykubat kampüsü örneği, *Selçuk Üniversitesi Mühendislik ve Mimarlık Fakültesi Dergisi*, 27(3):61- 72.

- Strange, C. C. (2003). *Dynamics of campus environments. Student services: A handbook for the profession*, 4, 297-316.
- Strange, C. C., & Banning, J. H. (2015). *Designing for learning: Creating campus environments for student success* (2nd ed.). San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Sydney Üniversitesi, (2024). Sport and Fitness, Our Facilities. Erişim: 18.03.2024. <https://susf.com.au/our-facilities/>
- Taylor, H., Canning, W. F., Brailsford, P. ve Rokosz, F. (2003). "Financial issues in campus recreation". *New Directions for Student Services*, 103, 73-86.
- Texas A&M University, (2024). Rec Sports Division of Staff. Erişim: 18.03.2024. <https://recsports.tamu.edu/about-us/>
- Torkildsen, G. (2005). *Leisure and Recreation Management*. (5th Edition). Routledge. Taylor and Francis Group, NewYork.
- Türker, M. (2019). *Rekreasyona katılımın problem çözme becerilerine etkisi*. Yüksek Lisans Tezi. Anadolu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Eskişehir.
- Utah Üniversitesi, (2024). Campus Recreation Services. Erişim: 18.03.2024 <https://campusrec.utah.edu/about/mission/index.php>
- Uzunyol, T. (2019). *The relationship between campus life and students' perception: effects of campus practices on the cultural capital of university students*. Master Thesis, Middle East Technical University, The Graduate School of Social Sciences, The Department of Sociology, Ankara.
- Vanderbilt Üniversitesi, (2024). Recreation and wellness center. Erişim: 18.03.2024 <https://www.vanderbilt.edu/recreationandwellnesscenter/>
- World Health Organization (WHO). Obesity and overweight. <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/en/>, 2017.
- Yeh, T. M., Pai, F. Y. & Jeng, M. Y. (2019). "The factors affecting older adults' intention toward ongoing participation in virtual reality leisure activities". *International Journal of Environmental Research And Public Health*, 16(3), 333.

