



JOURNAL OF SOCIAL AND HUMANITIES SCIENCES RESEARCH (JSHSR)

Uluslararası Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırma Dergisi



ISSN:2459-1149

Article Type
Research Article

Received / Makale Geliş
29.11.2020

Published / Yayımlanma
28.12.2020

<http://dx.doi.org/10.26450/jshsr.2200>

Doç.Dr. Burak GÜNER
Gaziantep Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Gaziantep / TÜRKİYE

Citation: Güner, B. (2020). Oryantiring sporu yapan gençlerin serbest zaman motivasyonlarının incelenmesi. *Journal of Social and Humanities Sciences Research*, 7(62), 3373-3379.

ORYANTİRİNG SPORU YAPAN GENÇLERİN SERBEST ZAMAN MOTİVASYONLARININ İNCELENMESİ¹

ÖZET

Oryantiring sporu son yıllarda hızla gelişen bir spor olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu gelişim ile beraber oryantiring sporuna olan ilgi ciddi bir artış göstermeye başlamıştır. Bu araştırmanın amacı, 15 yaşında oryantiring sporu yapan gençlerin serbest zaman motivasyonlarını incelemektir. Bu kapsamda araştırmamıza 188 (113 kadın, 75 erkek) oryantiring sporcusu katılmıştır. Veriler 2019 yılında Gaziantep ilinde yapılan Türkiye Oryantiring Federasyonu oryantiring gelişim kampında toplanmıştır. Verilerin toplanmasında Pelletier, Vallerand, Blais ve Brière (1991) tarafından geliştirilen, ilk kez Mutlu (2008) tarafından daha sonra Güngörmüş (2012) tarafından geçerlik güvenirlik çalışması yapılarak Türkçeye uyarlanan "Serbest Zaman Motivasyon Ölçeği" kullanılmıştır. Verilerin analizinde SPSS 22.0 istatistik programı kullanılmıştır. Verilerin normal dağılım gösterdiği görülmüştür. Verilerin Cronbach alpha güvenirlik katsayısı .80 olarak bulunmuştur. Sporcuların % 72,9'u 1-3 yıllık deneyime sahiptir. Cinsiyet, lisans ve başka doğa sporu yapıyor olma değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır. Deneyim alt boyutunda ise motivasyonsuzluk, bilmek ve başarmak, uyarın yaşama ve özdeşim/içe atım alt boyutlarında anlamlı farklar bulunmuştur. Bir serbest zaman etkinliği olarak oryantiring de, deneyimi fazla olanların serbest zaman motivasyonları daha yüksektir. Bu durum oryantiring sporuna katılımı etkileyebilmektedir. Deneyimi daha az olan sporcuların ise motivasyonsuzluk yaşadığı görülmüştür. Oryantiring sporcularını teşvik edici çalışmaların desteklenmesi ve yaygınlaştırılması önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Oryantiring, doğa sporu, motivasyon, serbest zaman

INVESTIGATION OF LEISURE TIME MOTIVATIONS OF YOUNG PEOPLE ENGAGED IN ORIENTEERING

ABSTRACT

Orienteering sport has emerged as a sport with its rapid development in recent years. With this development, interest in orienteering has started to increase significantly. The aim of study was to examine the leisure time motivations of 15-year-old youth engaged in orienteering. In this context, 188 (113 women, 75 men) orienteering athletes participated in our study. Data held in Gaziantep, Turkey Orienteering Federation in 2019 were collected in orienteering development camp. In the collection of data, "Leisure Time Motivation Scale" developed by Pelletier et al. (1991), first adapted to Turkish by Mutlu (2008) and later by Güngörmüş (2012), was used. SPSS 22.0 statistics program was used in the analysis of the data. It was seen that the data showed normal distribution. Cronbach alpha reliability coefficient of the data was found as .80. 72.9% of the athletes have 1-3 years of experience. No significant difference was found according to the variable of gender, undergraduate and considering other nature sports. In the experience sub-dimension, there are significant differences in the sub-dimensions of lack of motivation, knowing and achieving, stimulating life, and identification / introjection. In orienteering as a leisure activity, those with more experience have higher leisure time motivation. This situation may affect participation in orienteering sport. It has been observed that athletes with less experience lack of motivation. It is recommended to support and disseminate activities that encourage orienteering athletes.

Keywords: Orienteering, outdoor sports, motivation, leisure time

¹ Bu çalışma 18. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi'nde sözel bildiri olarak sunulmuştur.

1. GİRİŞ

Endüstriyel ve hatta gelişmekte olan ülkelerde gözlenen en büyük değişikliklerden biri boş zamanlardaki kayda değer artıştır. Boş zamanın artışı, bu zaman diliminde etkinlik yarışına giren sektörlerde canlanmaya neden olmaktadır. Örneğin turizm, spor, oyun, hobiler, tüketim, dinlenme ve eğlenceye dayalı endüstriyel alanlarda, boş zaman üzerinde hakimiyet mücadelesi veren sektörel faaliyetlerde yoğunlaşma görülmektedir (Aytaç, 2002). Yaşadığımız yüzyılda bilimsel ve teknolojik gelişmelerin hızla arttığı, yaşam koşullarında büyük kolaylıkların sağlandığını ve kişilerin çalışma saatlerinin azalması sonucunda serbest zamanların arttığı görülmektedir (Tolukan, 2010). İnsanların serbest zaman faaliyetlerini gerçekleştirme sebeplerine bakıldığında kişisel gelişim, sosyal yaşam, tedavi ve sağlık, ruhsal ve fiziksel iyi oluş, özgürlük, bağımsızlık gibi etkenler ortaya çıkmaktadır (Edginton, Jordan, DeGraaf ve Edginton, 1995; Karaca ve Yerlisu Lapa, 2016).

Kişilerin ruhsal durumlarını pozitif hale getirmek için serbest zamanlarında katılım sağladıkları fiziksel aktivite veya egzersizin etkili olduğu bilimsel çalışmalarla ortaya konmuştur (Iwasaki, Bryan ve Smale 1998; Mannell, 2007). Serbest zaman üzerine çok miktarda tanımlama yapılmıştır. Serbest zaman, başka etkenlerden gelen baskılara bağlı olmaksızın bireysel kontrolün sağlandığı, zorunluluğun olmadığı, bireylerin kendi iradeleri çerçevesinde seçtikleri, özgür olma isteğinden doğan, deneyim ve tecrübelerin yaşandığı, yenilenmenin vermiş olduğu etki ile fiziksel, zihinsel ve ruhsal olarak yeniden hazır hale gelmek için ayrılan zaman aralığıdır (Torkildsen, 2005). Losier, Bourque ve Vallerand (1993) boş zamanı, fırsat ve sınırlılıkların şekil verdiği güdüleyen etkenlere bağlı gerçekleşen bir eylem olarak tanımlamıştır.

Spor, kişinin sosyalleşme sürecinde bir araç olduğu gibi, içerisinde sosyalleşmeyi yansıtan hareket ve oyunlar sayesinde, duygularını ifade ederken aynı zamanda bireye kendini gerçekleştirebilme imkanı da vermektedir (Öztürk, 1983). Doğa sporu olarak ortaya çıkan oryantiring etkinliği, kapsamını genişleterek rekreasyon ve turizm etkinliği çerçevesinde her türlü doğal, kültürel ve kentsel mekanlarda yapılabilecek bir spor dalı olarak yaygınlaşmaktadır (Özaltın ve Gül, 2006). Oryantiring, fiziksel çabanın dayanıklılık ile karakterize olduğu bir spordur (Mleczko ve Trzmielewski, 1999). Oryantiring, pusula ve harita yardımı ile harita üzerinde işaretlenmiş olan hedef noktalarına arazi üzerinde en hızlı şekilde ulaşmayı gerektiren bir spordur. Sporcular hedef noktasına varabilmek için istedikleri rotayı seçmede özgürdürler. Oryantiring, sporcuların gidilebilecek rotayı en verimli şekilde belirlemeleri, harita ile arazi özelliklerini eşleştirebilmeyi ve bu işlerin hatasız ve doğru şekilde uygulayabilmesini zorunlu kılmaktadır (Seiler, 1996). Ayrıca oryantiring, fiziksel ve bilişsel bileşenlerden oluşan, koşu ile ilgili bir dayanıklılık sporu olarak da görülmektedir (Folan, 1982).

Sporun sosyalleşme sürecine olan etkisinin yanı sıra insanlar üzerinde hem zihinsel hem de bedensel olarak olumlu katkısı olduğu artık bilinen bir gerçektir. Oryantiring sporu da her iki unsuru bünyesinde barındıran bir spor türüdür (Orhan, 2012; Kalkan ve Güzel, 2018). Ayrıca oryantiring sporunda en önemli fiziksel etkenlerden birisi de dayanıklılıktır. Oryantiring, fiziksel performansın geliştirilmesi için mükemmel bir spor olarak karşımıza çıkmaktadır (Ladyga, Faff, Starczewska-Czapowska ve Jarosiński, 2004).

Oryantiring sporunun katkıları düşünüldüğünde araştırmanın amacı, bir serbest zaman sporu olarak düşünülen oryantiring sporu yapan genç sporcuların serbest zaman motivasyonlarını incelemektir.

2. YÖNTEM

Araştırmamızda nicel araştırma yöntemlerinden olan anket tekniği kullanılmıştır. Veriler toplanırken kişisel bilgiler ve Serbest Zaman Motivasyon Ölçeği olmak üzere iki anket kullanılmıştır.

3. EVREN VE ÖRNEKLEM

Araştırmamızın evrenini Türkiye'deki oryantiring sporcuları, örneklemini ise Gaziantep ilinde yapılan Türkiye Oryantiring Federasyonunun gelişim kampına katılan sporcular oluşturmuştur. Araştırmamıza 188 (113 kadın, 75 erkek) oryantiring sporcusu katılmıştır. Veriler 2019 yılında Gaziantep ilinde yapılan Türkiye Oryantiring Federasyonu 15 yaş oryantiring gelişim kampında toplanmıştır.

3.1. Veri Toplama Aracı

Verilerin toplanmasında Pelletier ve ark.,(1991) tarafından geliştirilen, ilk kez Mutlu (2008) tarafından daha sonra Güngörmüş (2012) tarafından geçerlik güvenilirlik çalışması yapılarak Türkçeye uyarlanan “Serbest Zaman Motivasyon Ölçeği” kullanılmıştır.

Orijinal ölçek, katılımcıları rekreasyona katılma motive edebilecek ve onların motivasyonlarını etkileyebilecek faktörleri içeren “bilmek” (içsel motivasyon), “başarmak” (içsel motivasyon), “uyarılmak” (içsel motivasyon), ”belirlemek” (dışsal motivasyon), “belirlemek” (dışsal motivasyon), “dışsal düzen” (dışsal motivasyon) ve “motivasyonsuzluk” gibi 7 alt boyut ve toplam 28 maddeden oluşmaktadır. Her bir alt boyutta toplam dört madde yer almaktadır. Ölçekte yer alan ifadeler “Hiç Katılmıyorum (1)” ve “Tamamen Katılıyorum (5)” şeklinde 5’li Likert tipi ölçek üzerinde değerlendirilmektedir. Anketin Türkçe sürümünün güvenilirliği ve geçerliğini test etmek için yapılan faktör analizi sonucuna göre, orijinal ankette yer alan 6 madde faktör yükleri .40’ın altında olduğu için anketin Türkçe sürümünden çıkarılmıştır. Anketin Türkçe sürümü toplam 22 maddeden ve (1) motivasyonsuzluk (2) bilmek ve başarmak, (3) uyarıcı yaşama, (4) özdeşim/içe atım ve (5) dışsal düzenleme gibi 5 alt boyuttan oluşmaktadır. Anketin toplam iç tutarlılık katsayısı ise .77’dir (Mutlu, 2008).

Ölçek alt boyutları;

Bilmek ve Başarmak: 6., 9., 13., 16., 20. ve 27. Maddeler,

Uyarıcı yaşama: 11., 18. ve 25. Maddeler,

Özdeşim/İçe atım: 10., 14., 17., 21., 24. ve 28. Maddeler,

Dışsal düzenleme: 1., 8., 15. ve 22. Maddeler,

Motivasyonsuzluk: 5., 12. ve 19. Maddelerdir.

3.2. Verilerin Analizi

Verilerin analizinde SPSS 22.0 istatistik programı kullanılmıştır. Verilerin normal dağılım gösterdiği görülmüştür. Verilerin analizinde Independent Samples t test ve Tek yönlü (One way) Anova testi kullanılmıştır. Gruplar arası farklılığı ortaya koymak için Post Hoc LSD testi yapılmıştır. Verilerin Cronbach alpha güvenilirlik katsayısı .80 olarak bulunmuştur.

4. BULGULAR

Tablo 1. Serbest Zaman Motivasyonunun Cinsiyete Göre Analizi

	Cinsiyet	N	Ort.	SS	t	p
Motivasyonsuzluk	Erkek	75	2.2444	1.04023	-.690	.494
	Kadın	113	2.3510	1.03399		
Bilmek ve Başarmak	Erkek	75	3.6956	.87266	-.017	.987
	Kadın	113	3.6976	.83081		
Uyarıcı Yaşama	Erkek	75	3.6800	.93712	.318	.751
	Kadın	113	3.6342	.98698		
Özdeşim/İçe atım	Erkek	75	3.7022	.88586	.659	.511
	Kadın	113	3.6195	.81299		
Dışsal Düzenleme	Erkek	75	2.7200	.82195	-.127	.899
	Kadın	113	2.7345	.73290		

Yapılan analiz sonucunda cinsiyete göre istatistiksel olarak bir farka rastlanmamıştır. Alt boyutlardaki ortalamaların birbirine oldukça yakın olduğu görülmektedir.

Tablo 2. Serbest Zaman Motivasyonunun Lisans Durumuna Göre Analizi

	Lisans	N	Ort.	SS	t	p
Motivasyonsuzluk	Var	88	2.2159	1.02838	-1.152	.251
	Yok	100	2.3900	1.03914		
Bilmek ve Başarmak	Var	88	3.7822	.80204	1.301	.195
	Yok	100	3.6217	.87900		
Uyaran Yaşama	Var	88	3.7311	.83789	1.063	.296
	Yok	100	3.5833	1.06403		
Özdeşim/İçe atım	Var	88	3.7235	.80424	1.086	.279
	Yok	100	3.5900	.87213		
Dışsal Düzenleme	Var	88	2.7585	.83171	.498	.619
	Yok	100	2.7025	.70951		

Yapılan analiz sonucunda lisansın olması değişkenine göre istatistiksel olarak bir farka rastlanmamıştır.

Tablo 3. Sporcuların Başka Doğa Sporu Yapmasına Göre Serbest Zaman Motivasyonu Analizi

	Başka doğa sporu yapma	N	Ort.	SS	T	p
Motivasyonsuzluk	Evet	81	2.1728	.98194	-1.570	.118
	Hayır	107	2.4112	1.06653		
Bilmek ve Başarmak	Evet	81	3.7963	.79189	1.408	.161
	Hayır	107	3.6215	.88000		
Uyaran Yaşama	Evet	81	3.7778	.92946	1.555	.122
	Hayır	107	3.5576	.98498		
Özdeşim/İçe atım	Evet	81	3.7510	.82079	1.401	.163
	Hayır	107	3.5779	.85301		
Dışsal Düzenleme	Evet	81	2.7932	.79529	1.002	.317
	Hayır	107	2.6799	.74590		

Yapılan analiz sonucunda yapılan başka doğa sporu değişkenine göre istatistiksel olarak bir farka rastlanmamıştır.

Tablo 4. Serbest Zaman Motivasyonunun Deneyime Göre Analizi

	Deneyim	N	Ort.	SS	F	p	Fark
Motivasyonsuzluk	1-3 yıl	137	2.4964	1.05651	9.399	.000	1-2 1-3
	4-7 yıl	37	1.8739	.84016			
	8 yıl ve üstü	14	1.6190	.59710			
Bilmek ve Başarmak	1-3 yıl	137	3.5803	.86581	5.003	.008	2-1
	4-7 yıl	37	4.0135	.55469			
	8 yıl ve üstü	14	4.0000	1.02948			
Uyaran Yaşama	1-3 yıl	137	3.5158	.96420	5.409	.005	2-1 3-1
	4-7 yıl	37	3.9820	.79328			
	8 yıl ve üstü	14	4.1190	1.09081			
Özdeşim/İçe atım	1-3 yıl	137	3.4964	.83516	9.484	.000	2-1 3-1
	4-7 yıl	37	4.0676	.55341			
	8 yıl ve üstü	14	4.0833	1.04544			
Dışsal Düzenleme	1-3 yıl	137	2.7135	.78681	1.426	.243	
	4-7 yıl	37	2.6622	.66723			
	8 yıl ve üstü	14	3.0536	.79770			

*P<.05; **p<.001

Yapılan analiz sonucunda deneyim alt boyutunda motivasyonsuzluk, bilmek ve başarmak, uyaran yaşama ve özdeşim/İçe atım alt boyutlarında anlamlı farklar bulunmuştur (P<.05; p<.001). Elde edilen sonuçlar 8 yıl ve üstü deneyime sahip olan sporcular lehinedir. Motivasyonsuzluk alt boyutunda ise 1-3 yıl deneyime sahip olan genç sporcuların skorları daha yüksektir.

5. TARTIŞMA VE SONUÇ

Araştırmamızda bir serbest zaman etkinliği olarak ele alınan on beş yaşındaki gençlerin oryantiring sporuna katılım motivasyonları incelenmiştir. Oryantiring sporunun bireysel katkıları birçok araştırmada ortaya konmaya çalışılmıştır. Araştırmamızda elde edilen önemli bulgular değerlendirilmiş ve literatür kullanılarak tartışılmıştır. Başka bir yandan oryantiring sporunun farklı derslerindeki

becerileri geliştirdiği gibi önemli bir katkısı olduğu da ortaya konmuştur (İmamoğlu ve İmamoğlu, 2018). Bu konular bir serbest zaman etkinliği olarak oryantiring sporunun önemini ortaya koymaktadır.

Araştırmamızda cinsiyet, lisans ve başka doğa sporu yapıyor olma değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır. Deneyim alt boyutunda ise motivasyonsuzluk, bilmek ve başarmak, uyarıcı yaşama ve özdeşim/içerme alt boyutlarında anlamlı farklar bulunmuştur. Pouya, Demir ve Demirel (2017), doğada gerçekleşen oryantiring etkinlikleri yolu ile şehir yaşamında sıkışık kalmış çocukların, doğada oyun oynamasını sağlayarak sosyal ve bireysel katkılar elde ettiği konusuna değinmiştir. Cinsiyet değişkeni, boş zaman değerlendirme etkinliklerinin kişi için taşıdığı anlamda değişiklik gösterebilmektedir. Erkekler için bir serbest zaman aktivitesi olurken, kadınlar için bir zorunluluk olabilmektedir (Kaya, 2003). Bu tip etkiler, araştırma sonuçlarımıza da etki etmiş olabilir. Araştırmamıza genç oryantiring sporcuları olarak kadınlar daha çok katılım göstermiştir (n=113). Kadın sporcu katılımının fazla olmasına rağmen istatistiksel olarak bir fark çıkmaması cinsiyetin oryantiring sporuna katılım açısından serbest zaman motivasyonunu etkilemediği şeklinde düşünülebilir. Cych (2007) araştırmasında, farklı yaş gruplarında harita okumaya ayrılan zaman farklılıkları olduğunu ve oryantiring yarışma sonuçları ile harita okumaya ayrılan süre arasında bir ilişki olduğu sonucuna ulaşmıştır. Cych (2007) ayrıca, en genç oryantiring sporcuları tarafından gerçekleştirilen faaliyetlerin yapısının analizine göre bireysel etkinlikler için kullanılan sürenin çocukların yaşı, cinsiyeti ve beceri düzeyiyle ilişkili olduğu sonucunu bulmuştur.

Harita okumak için kullanılan süre, oryantiring yarışmalarına katılan çocukların spor seviyesi, yaşı ve cinsiyetiyle ilgilidir (Cych, 2007). Araştırmamızda istatistiksel olarak fark oluşturmayan bir sonuç da genç sporcuların lisansının olması ya da olmamasının serbest zaman motivasyonuna etki etmemesidir. Bu durum lisansın sporcuları serbest zamanlarda oryantiring sporu yapmalarına yönlendirmek için etkilemediği şeklinde de yorumlanabilir. Aynı şekilde başka bir doğa sporunu yapıyor olmak oryantiring sporu için serbest zaman motivasyonuna istatistiksel bir katkı sağlamamıştır.

Ön plana çıkan bulgu, deneyim olmuştur. Genel olarak bakıldığında 8 yıl ve üstü deneyime sahip olan genç sporcuların olumlu duyguları daha iyidir. 1-3 yıl deneyime sahip olanların ise motivasyonsuzluk seviyelerinin daha yüksek olduğu görülmüştür. Yarışma ortamı, yarışma alanındaki arkadaşlık, eski sporcuların birbirini tanınması gibi etkenler deneyimsiz sporcuların motivasyonunu düşürmüş olabilir. Torkildsen (2005)'a göre serbest zaman etkinlikleri deneyimin de yaşandığı bir zaman aralığıdır. Yerlisu Lapa, Ağyar ve Bahadır (2012), serbest zaman motivasyonu ve serbest zaman aktivitelerine katılım sıklığı arasında pozitif ilişki bulmuştur. Bu sonuç deneyim ile de ilişkilendirilebilir. Kalkan ve Güzel (2018) çalışmasında, serbest zaman etkinliği olarak değerlendirilen oryantiringin bireyler üzerinde hem sosyalleşme hem de kararlılık düzeylerinde önemli etkilere sahip olduğunu tespit etmişlerdir.

Eccles, Walsh ve Ingledew (2006), oryantiring sporcuları ile yapmış olduğu araştırmasında, deneyimin önemli katkılar sunduğunu belirtmiştir. Serbest zaman aktivitelerinin, fiziksel gelişim ve beceri kabiliyetlerinin artmasının yanı sıra sosyal gelişme katkısı olduğu bilinmektedir (Çiçek, Koçak ve Kirazcı, 2002).

Sonuçta, bir serbest zaman etkinliği olarak oryantiring sporunda, deneyimi fazla olan genç sporcuların serbest zaman motivasyonları daha yüksektir. Bu durum oryantiring sporuna katılımı etkileyebilmektedir. Deneyimi daha az olan genç sporcuların ise motivasyonsuzluk yaşadığı görülmüştür. Yeni başlayan ve deneyimi az olan genç oryantiring sporcularını teşvik edici çalışmaların desteklenmesi ve yaygınlaştırılması önerilmektedir. Yarışmalar ya da hazırlık kampları öncesi sosyalleşme sağlayıcı alternatif etkinlikler düzenlenmesi özellikle genç sporcuların motivasyonunu arttırabilir.

KAYNAKLAR

- AYTAÇ, Ö. (2002). Boş Zaman Üzerine Kuramsal Yaklaşımlar. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 12, 231-260.
- CYCH, P. (2007). Structure of activities in children's orienteering. *Studies in Physical Culture & Tourism*, 14, 249-254.
- ÇİÇEK, S., KOÇAK, S. & KİRAZCI, S. (2002). Beden Eğitimi Derslerinde Çeşitli Öğretmen ve Öğrenci Davranışlarının Öğrencilerin Derse Katılımındaki Önemi ve Sergileme Sıklığı. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 4(4), 12-13.
- ECCLES, D. W., WALSH, S. E. & INGLEDEW, D. K. (2006). Visual attention in orienteers at different levels of experience. *Journal of Sports Sciences*, 24(1), 77-87.
- EDGINTON, C.R., JORDAN, D.J., DEGRAAF, D.G. & EDGINTON, S.R. (1995). *Leisure and Life Satisfaction: Foundational Perspectives*. Dubuque, IA: Brown and Benchmark.
- FOLAN, J. M. (1982). Orienteering injuries. *British Journal of Sports Medicine*, 16(4), 236-240.
- GÜNGÖRMÜŞ, H.A. (2012). The Study of Validity and Reliability of Turkish Version of Leisure Motivation Scale. *Energy Education Science and Technology Part B: Social and Educational Studies*, 4(3), 1209-1216.
- IWASAKI, Y., BRYAN, J. & SMALE, B. (1998). Longitudinal analyses of the relationship among life transitions, chronic health problems, leisure and psychological well-being. *Leisure Sciences*, 20(1), 25-52.
- İMAMOĞLU, M. ve İMAMOĞLU, A. (2018). Oryantiring Sporunun Ortaöğretim Coğrafya ve Beden Eğitimi ve Spor Derslerinin Kazanımlarına Etkisi. *Kesit Akademi Dergisi*, 4(16), 198-207.
- KALKAN, T. ve GÜZEL, P. (2018). Serbest zaman etkinlikleri kapsamında bireylerin sosyal ilişkilerinde kararlılık ve sosyalleşme düzeylerinin incelenmesi: Oryantiring örneği. *Celal Bayar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 5(4), 175-180.
- KARACA, A. A. & YERLİSU LAPA, T. (2016). Serbest zaman katılımı, psikolojik iyi olma ve serbest zaman engelleri ile baş etme stratejilerinin üniversite öğrencileri üzerinde incelenmesi. *Journal of Human Sciences*, 13(2), 3293-3304.
- KAYA, S. (2003). *Yetiştirme Yurtlarında Kalan Gençlerin Boş Zaman Değerlendirme Eğilimi ve Etkinliklerin Sosyalleşmeye Etkisi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.
- ŁADYGA, M., FAFF, J., STARCZEWSKA-CZAPOWSKA, J. & JAROSIŃSKI, S. (2004). Development of the aerobic fitness in elite young orienteers. *Biol Sport*, 21, 105-120.
- LOSIER, G. F., BOURQUE, P. E. & VALLERAND, R. J. (1993). A motivational model of leisure participation in the elderly. *Journal of Psychology*, 127, 153-170.
- PELLETIER, L.G., VALLERAND, R.J., BLAIS, M.R. & BRIÈRE, N.M. (1991). "Leisure Motivation Scale (LMS-28)", http://www.er.uqam.ca/nobel/r26710/LRCS/echelles_en.htm.
- MANNELL, R. (2007). Leisure, health and well-being. *World Leisure Journal*, 49(3), 114-128.
- MLECZKO, E. & TRZMIELEWSKI, R. (1999). *Biegi na orientację. Technika, taktyka, trening.* (Orienteering. Technique, tactics, training), Podręczniki i Skrypty, University School of Physical Education, Kraków, 6.
- MUTLU, İ. (2008). *Egzersiz Yapan Kişilerin Boş Zamanlarına Yönelik Tutumları Üzerine bir Araştırma (Kayseri İli Örneği)*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Niğde Üniversitesi, Niğde.
- ORHAN, R. (2012). *Oryantiring Sporcularının Kendi Kendine Liderlik Algıları*. Yüksek Lisans Tezi. Kırıkkale Üniversitesi, Kırıkkale.

- ÖZALTIN, O. ve GÜL, A. (2006). *Rekreasyon ve Turizm Kapsamında Orienteering (Hedef Bulma) Etkinliğinin Önemi ve Ülkemizdeki Durum Analizi*. Turizm ve Mimarlık Sempozyumu Bildiriler Kitabı. (s. 263-271). Antalya.
- ÖZTÜRK, Ü. (1983). *Orta Dereceli Okullarda Beden Eğitimi*. (2. Baskı), İstanbul: Kayı Yayıncılık.
- POUYA, S., DEMİR, S. ve DEMİREL, Ö. (2017). Engelli çocuklara yönelik oryantiring oyunları. *Kastamonu Üniversitesi Orman Fakültesi Dergisi*, 17(4), 608-618.
- SEILER, R. (1996). Cognitive Processes in Orienteering: A Review. *Scientific journal of orienteering*, 12(2), 50-65.
- TOLUKAN, E. (2010). *Özel Yetenekle İlgili Bölümlerde Okuyan Üniversite Öğrencilerinin Rekreasyonel Aktivitelere Katılımlarına Engel Olabilecek Unsurların Belirlenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Niğde Üniversitesi, Niğde.
- TORKILDSEN, G. (2005). *Leisure and recreation management*. Psychology Press. Routledge. New York.
- YERLİSU LAPA, T., AĞYAR, E. & BAHADIR, Z. (2012). Yaşam tatmini, serbest zaman motivasyonu, serbest zaman katılımı: Beden eğitimi ve spor öğretmenleri üzerine bir inceleme (Kayseri ili örneği). *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 10(2), 53-59.