



Rekreasyon

Prof. Dr. Bülent GÜRBÜZ
Ankara Üniversitesi
Spor Bilimleri Fakültesi

Bu Eđitimde Neler Paylařacađız?

- ✓ Serbest Zaman Kavramı ve Tarihsel Geçmiř
- ✓ Serbest Zamanın Anlamındaki Farklılıklar
- ✓ Serbest Zamanın Önemi
- ✓ Serbest Zaman Algısı

Serbest Zaman - Tarihsel

- Serbest zamanın tanımlanmasına yönelik ilk çalışmalar (M.Ö. 300'lü yıllar)
- Eski Yunanda Aristotle tarafından geliştirilen paradigma veya model
 - Homo ludens
 - Homo obligatus
 - Homo otiosus

Serbest Zaman

- Latince sırasıyla “serbest olma” ve “izin verme” anlamlarına gelen liberer ve licerer sözcükleri ile ifade edilir (Güven, 2019)
- Fransızca, “Loisir” ise, “bireye empoze edilen zorunlu iş ve görevler dışında kalan ve bireyin kendi istek ve tercihlerine göre kullandığı zaman

Serbest Zaman

- Sosyal bir sınıfın sembolü olarak serbest zaman
 - Zenginlik-Aristokrasi ve Serbest Zaman
 - Orta çağ ve soylular için serbest zaman hakkı
- Genellikle iş karşıtı bir kavram olarak algılanır
- Serbest zamanın anlamı kişiden kişiye göre değişebilir

Serbest Zaman Önemi

- Serbest zamanın en büyük belirleyicisi gelir elde etmek için çalışılan “iş” unsurudur
- Bireyin ne kadar serbest zamana sahip olacağı işe ayırmak zorunda olduğu süreyle ilişkilidir
- Biri azalırken diğeri artar veya tam tersidir

Serbest Zaman Önemi

- Negatif ve pozitif öğrenme ve kişisel gelişim sağlar
- Sadece bireyin kendi potansiyelini keşfetmesini sağlamaz aynı zamanda bireye kontrol etme ve seçme özgürlüğü sunarak bu boşluğun dolmasını sağlar

Serbest Zaman Önemi

- Bu zaman diliminde bireyin kaliteli bir takım etkinlikler yaparak bu süreyi verimli bir şekilde geçirmesi gerekliliği
- Serbest zaman bir özgürlük alanıdır, seçme hakkıdır, kendini ifade etmektir ve bu zevk alma veya memnuniyet durumu farklı yollar ve kaynaklar ile artırılabilir

Serbest Zaman Algısı

- Antik Yunan düşüncesi; bir tutum ve tavır olarak serbest zaman
 - Gymnasium
- Serbest zamanın sadece bir zaman dilimi ekseninde ele alınması
- Serbest zamanı bir aktivite ile ilişkilendirmek
 - Dumazadier

Serbest Zaman Algısı

- Serbest zaman kavramının **objektif** veya **subjektif** olgular (fenomenler) olarak algılanması

(Mannell ve Kleiber, 1997)

- **Objektif olarak;** belirli bir zamanda ve belirli bir alanda yapılan aktivite veya aktivite grubunu içine alan ve aktivite süresi veya aktivitenin özelliklerinin araştırmalarla ölçüldüğü bir olgu
- **Subjektif olarak,** bireyin bu zaman biriminde katıldığı aktivite sonrasında zihinsel olarak tatmin olması veya rahatlaması