Gönderim Tarihi: 21.03.2018

Kabul Tarihi: 23.07.2018

GENÇLİKTE YAŞLILIĞA SPORUN DEĞİŞEN ANLAMI The Changing Meaning of Sport from Youth to Old Age

Murat YÜKSEL

Dr. Öğr. Üyesi Ordu Üniversitesi
Fen Edebiyat Fakültesi Sosyoloji Bölümü
bdmurat81@hotmail.com

ORCID ID: 0000-0003-4448-4062

Çalışmanın Türü: Araştırma

Öz

Bu araştırmanın amacı, yaş ekseninde sporun nasıl farklılaştığını belirlemektir. İstanbul'da yapılan ve tesadüfi örnekleme tekniği ile 570 kişiye uygulanan araştırmada bilgiler anketle toplanmıştır. Bulgulara göre, gençlikten yaşlılığa spora katılımın azaldığı, ancak düzenli spor yapmanın arttığı görülmektedir. Gençlikten yaşlılığa, yüzme, atletizm, pilates, step-aerobik, fitness, uzakdoğu sporları, güreş, bisiklet, satranç gibi bireysel sporlar ile voleybol, basketbol, futbol gibi takım sporlarına katılımın azaldığı; yürüyüş, cimmastik branşlarında ise katılımın arttığı görülmektedir. Yaş arttıkça, yaşlanmayı geciktirme, zinde olma, fazla kiloları verme ve arkadaş kazanma amacıyla spor yapma isteğinin arttığı, bununla birlikte, düzgün bir vücuda sahip olma, eğlenme ve başarı arzusu amacıyla spor yapmanın azaldığı görülmektedir.

Anahtar Sözcükler: Yaş, Yaş Farklılıkları, Spor, Spor Yapma Oranı, Spor Yapma Amaçları.

Abstract

The aim of this study is to determine how the rate of sports differs by age. The study was carried out in Istanbul and the data were collected through a questionnaire created by the researcher and applied to 570 people following random sampling technique. The results showed that young, adults and the old do sport activities respectively, but the rate of doing sports regularly increases from youth to old age. The results indicated that participation increases as the age increases the participation for individual sports such as swimming, athletics, pilates, step aerobics, fitness, far east sports, wrestling, cycling and chess as well as team sports such as volleyball, basketball and football decrease, yet hiking, and gymnastics, participation increases as age increases. As the age increases, the desire to do physical exercises with the aim of delaying aging, being fit, giving more pounds and earning friends seems to increase; however, the desire to have a proper body, enjoyment and desire for success decrease.

Keywords: Age, Age Differences, Sports, Rate of Doing Sports, Aims of Doing Sports

1. GİRİŞ

Bir insanın hayatı bir bütün olarak önemlidir. Ancak, en genel şekliyle gençlik, yetişkinlik ve yaşlılık olarak ayırabileceğimiz yaşam akışının her evresi birbirini etkilese de birebir aynı değildir. Bir diğer ifadeyle, genç iken edindiğimiz alışkanlıklar, sahip olduğumuz imkanlar ve katıldığımız kültürel pratikler yetişkinliğimizi, yetişkin iken yaşadığımız deneyimler ve

hayatımızın kalitesi ise yaşlılığımızı etkiler. İnsanın hayatına her aşamada dokunan spor, gençlerin zinde olmalarını sağlayarak, onları kötü alışkanlıklardan uzak tutarak ve sağlıklı bir birey olarak yetişkinliğe hazırlarken, yetişkinleri yoğun yaşam temposundan kurtararak ve yenilenmelerini sağlayarak yaşlılığa ulaştırır. Yaşlıların ise yalnızlığını unutturarak bir toplumun genel olarak bütünlüğüne ve iyi olmasına katkı sağlar. Bu çalışma her bir yaşam evresinin sportif anlamda özel ihtiyaçlarının tespit edilmesine ışık tutacağı için önemlidir.

Bir insan doğumundan ölümüne kadar her yaş kategorisinde farklı deneyimler yaşamaktadır. Yaşam akışı içerisindeki her bir evre, hem bireyden bireye hem de toplumdan topluma farklılık göstermektedir. Ayrıca, her yaş kategorisinin kendine özgü biyolojik, psikolojik ve sosyolojik bir yönü vardır. Genç yaşlarda olanların biyolojik sağlığı, dünyayı algılaması ve sosyal olayları değerlendirışıyle, yetişkin veya yaşlı olanların, bir diğer ifadeyle yaşam tecrübesi daha fazla olanların düşünceleri, algıları, sağlığı ve beklentileri aynı olmayacaktır.

Gençlikten yetişkinliğe, yetişkinlikten yaşlılığa ortaya çıkan bu farklılıklar yaşam ile ilgili her noktada karşımıza çıkmaktadır. Bireylerin sahip olduğu kültürel, ekonomik, sınıfsal, cinsiyet ve etnik kimlik gibi birçok toplumsal unsur, yaşam evrelerinde de farklı şekilde karşımıza çıkmaktadır (Giddens & Sutton, 2016, s. 356). Her yaş evresinde karşımıza çıkan bu farklılıklar bütün kültürel pratiklerimize de yansımaktadır. Dolayısıyla, kültürel pratiklerimizden biri olan spor alanında da bunun yansımalarını görmek mümkündür.

Yaşam akışımızın her bir aşamasında karşımıza çıkan spor, gencin gençliğinin gereği, yaşlının yaşlanmadığının delili olabilmektedir (Amman, 2000, s. 100). Bir diğer ifadeyle spor, her yaş grubunun farklı anlamlar yüklediği ve farklı amaçlar için yaptığı bir faaliyettir. Ayrıca, her yaş grubunun spor yapma oranları, yaptığı ve arzu ettiği sporlar da birbirinden farklılık göstermektedir. (Şallı, Amman & Küçük, 2016, s. 42; Pepe, 2017, s. 63; Kandaz Gelen & Hergüner, 2006, s. 50).

Bu çalışma üç ana bölümden oluşmaktadır. İlk bölümde her bir yaşam evresi ile spor arasındaki ilişkinin literatür üzerinden değerlendirilmesi yapılmıştır. İkinci bölüm olan bulgular kısmında ise yapılan ampirik araştırma neticesinde, her bir dönemin sportif anlamda farklılıkları ortaya çıkarılmıştır. Çalışmanın son bölümü olan tartışma ve sonuç kısmında ise, daha önce yapılan literatür çalışmaları ile, ampirik araştırma sonuçları analiz edilmiş, diğer çalışmalar ile karşılaştırılmış ve öneriler sunulurken çalışma

tamamlanmıştır.

2. YAŞ VE SPOR

Yaş ve spor arasındaki ilişkiye değinmeden önce en genel şekliyle çocukluk, gençlik, yetişkinlik ve yaşlılık olarak nitelendirebileceğimiz insanın yaşam evrelerine ve bu evrelerde yaşanan genel değişimlere kısaca bakmak faydalı olacaktır. Araştırma grubunun on beş yaşın üzerinde olmasından dolayı, bu çalışmada çocukluk evresine değinilmeyecektir.

İnsanın yaşam akışında, özellikle insan ömrünün 40-50 yıl olduğu dönemlerde, gençlik ya çok kısa sürmüş ya da ayrı bir evre olarak düşünülmemiştir. Ortalama yaşam süresinin artmasından dolayı, modern zamana ait bir evre olarak gençlik, özellikle her geçen gün yaşanan batı toplumlarında önemi daha da artan bir olgudur. Gençlik ile ilgili, üzerinde hem fikir olunan bir tanım ve yaş aralığı bulunmamasına rağmen, Birleşmiş Milletler 15-24 yaş aralığındaki kişileri demografik açıdan genç kabul etmektedir (Emirgil, 2015, s. 407). Ancak farklı çalışmalar göz önüne alındığında, gençlik evresinin 12 ile 30 yaş aralığında değiştiği görülmektedir (Gür, Dalmış, Kırmızıdağ, Çelik & Boz, 2012, s. 22). Bireyin yaşam boyu gelişim sürecinde 12-18 yaş aralığına denk düşen ergenlik dönemi, bedensel, bilişsel, sosyal ve duygusal değişmelerin devam ettiği bir dönemdir (Cüceloğlu, 1997, s. 369-370). Bu dönemin hemen hemen gençlik evresinin başlangıcı ile örtüşmesi, fiziksel olarak bireylerin en hareketli ve enerji dolu olduğu ve sosyal çevrenin etkisinin arttığı bir dönem olması, spora katılımdan spor yapma amaçlarına kadar sporla ilgili birçok hususu etkilemektedir.

Yetişkinlik evresinde de bedensel, bilişsel, sosyal ve duygusal değişmelerin devam ettiği görülmektedir. Bu dönemde insanların yoğun bir iş temposuna girmesi ve evlenme ve çocuk sahibi olma gibi hayatlarında yaşadığı bazı önemli değişimler, özellikle gençlik evresinde sahip olunan serbest zamanın önemli oranda azalmasına neden olmakta ve spora katılımı önemli ölçüde azaltmaktadır (Ifedi, 2008, s. 19). İnsanların yaşam akışının önemli bir bölümünü oluşturan ve her açıdan yoğun olarak yaşanan bu evrede spora bakışın, sporun anlamının ve spordan beklentilerin de değiştiği gözlenmektedir.

Günümüz dünyasında başta batı toplumlarında olmak üzere, genç nüfus oranının düşmesiyle birlikte her geçen gün yaşlı nüfus oranının arttığı görülmektedir. Yükselen yaşam standartları ve gelişen sağlık teknolojilerinden dolayı ortalama yaşam süresi artmakta, dolayısıyla uzun yaşamak artık bir başarı olarak görülmemekte (Haviland, Prins, Walrath &

Mcbride, 2008 s. 545), ancak batı toplumunun temel kültürel dinamiğinin de etkisiyle ortaya çıkan ve her açıdan iyi olma haline atıf yapan “başarılı yaşlanma” kavramının (Nazlı, 2016, s. 3) daha sık kullanılmaya başlandığı da görülmektedir. Genel olarak 60 yaş ve sonrası dönem olarak kabul edilen yaşlılık biyolojik, psikolojik ve sosyolojik yönleri olan bir evredir (Giddens & Sutton, 2016, s. 367-368). Modern toplumlarda 65 yaşına ulaşan kişiler yaşlı olarak nitelendirilse de, bu yaş sınırı toplumdan topluma farklılık göstermektedir. (Yıldız Bozdoğan, 2015, s. 426-428). Ayrıca, bir zamanlar emekli olanlara verilen bir hediye olan geleneksel altın saatin, bireylerin yetişkinliğin sonu ile ölüm arasında kalan zaman dilimini simgelemesi (Turnbull’dan aktaran Haviland vd., 2008, s. 545) günümüzde özellikle batıda yaşlılara veya yaşlılığa bakış açısı hakkında önemli ip uçları vermektedir.

Genel olarak bakıldığında, yaşam akışı içinde birbirine benzerlik gösteren serbest zaman faaliyetleri, yaş ekseninde bazı sınırlılıklara sahiptir. Yaşlıları ilgilendiren bu sınırlılıklar, fiziksel, psikolojik, sosyal, ekonomik ve kültürel olmak üzere çeşitli şekillerde ortaya çıkmaktadır (Amman, 2007, s. 166). Yaşam akışının doğal bir evresi olan yaşlılık, genetik, beslenme, çevre ve kültürel bazı faktörlerin etkisi ile bir avantaj ya da dezavantaj olabilir. Bir diğer ifadeyle, yaşlılık evresinde, özellikle bireylerin fizyolojik kapasitelerindeki azalma ve artık üretken olmadıkları, tam tersine ekonomik bir yük olarak görülmesi ve topluma vereceği bir şey kalmadığı yönündeki değerlendirmeler, yaşlıların psikolojik olarak etkilenmesine ve yaşlılığın sosyolojik bir konu olmasına neden olmaktadır. Bu değerlendirmeler ekseninde yaşlılık evresinde, spor yapma oranından yaptığı spora, arzuladığı sporlardan spor yapma amaçlarına kadar birçok sportif pratiğin değiştiği görülmektedir.

Önceleri toplumun elit kesiminin serbest zaman faaliyeti olan spor, XX. yüzyılın ikinci yarısından itibaren, kitle iletişim araçlarının gelişmesi ve kitle kültürünün tartışılmasıyla birlikte popüler hale gelmiş, “spor herkesin olmak istiyor” sloganıyla toplumdaki herkesin katıldığı bir faaliyete dönüşmüştür (Amman, 2006, s. 24). Bir diğer ifadeyle spor, hangi yaşta olursa olsun bireylerin serbest zamanlarında meşgul olduğu önemli bir sosyal olgudur (Tel ve Köksalan, 2008, s. 264). Dolayısıyla günümüzde spor yediden yetmişe herkese hitap eden bir faaliyettir. Elit düzeyde yapanlar için bir meslek; hasta olan için sağlığını geri kazanmanın, sağlıklı olan için sağlığını korumanın; seyirci için rahatlamamanın bir yolu ve sahip olunan meslek, sınıf ve yaşa göre anlamının değiştiği bir aktivitedir (Amman, 2000, s. 100). Bir diğer ifadeyle spor, bir veya birden fazla amaçla ve farklı

anlamlar yüklenerek içinde olunan bir pratiktir. Dolayısıyla, konumuz çerçevesinde değerlendirdiğimizde farklı yaşta olan bireyler için de farklı anlamlar ihtiva etmektedir.

Bu çalışma kapsamında yaş ve spor ilişkisi, spora ayrılan zaman, yapılan ve arzu edilen sporlar ve spor yapma amaçları ekseninde değerlendirilmiştir.

Gençlik yıllarının büyük bir kısmının öğrenci olarak geçirilmesi, meslek yaşamına henüz girilmemesi gibi faktörler gençlerin yetişkinlere göre daha fazla serbest zamana sahip olduklarını göstermektedir. Günümüzde serbest zaman bir endüstriye dönüşmüştür. Serbest zaman endüstrisinin ya da kültür endüstrisinin en önemli faaliyetlerinden biri ise tartışmasız spordur. Sağlıklı bir toplumun, dolayısıyla sağlıklı bir gençliğin ortaya çıkmasında sporun önemli bir yeri vardır. Bu kapsamda gençlerin spora katılımının yanında, sportif pratikleri seçiminde de diğer yaş gruplarına göre bazı farklılıklar göze çarpmaktadır.

Yapılan araştırmalarda (Ertay Dölek, 2017, s. 1931-1932; Pepe, 2017, s. 63; Kandaz Gelen & Hergüner, 2006, s. 50; Lök & Lök, 2014, s. 252; Şanlı & Atalay Güzel, 2009, s. 27; Tel & Köksalan, 2008, s. 268) gençlerin yetişkinlere, yetişkinlerin yaşlılara oranla spora veya fiziksel aktiviteye daha çok katıldığı ya da gençlikten yaşlılığa fiziksel aktivite düzeyinin düştüğü ancak, düzenli spor yapma oranının gençlikten yaşlılığa doğru arttığı görülmektedir.

Her bir yaş evresinin özellikle fiziksel kapasite açısından farklı olduğu göz önüne alındığında, gençlikten yaşlılığa doğru bu kapasitede önemli bir azalma olmaktadır (Karan, 2006, s. 53). Bu azalma her bir yaş evresindeki spor branşı tercihinde de yansımaktadır. Muğla Üniversitesi'nde okuyan 1018 öğrenci üzerinde yapılan bir araştırmada (Zorba, Zorba, Kesim, Ağılönü & Cerit, 2006, s. 44) öğrencilerin futbol, basketbol, voleybol, tenis, fitness, dans, doğa yürüyüşü ve halk oyunları gibi branşlara daha çok katıldıkları görülmektedir. Bu noktada başta futbol, basketbol, voleybol gibi takım sporları olmak üzere, hemen hemen hepsinin yüksek bir efor gerektirdiği bilinmektedir. Haşıl Korkmaz (2010, s. 407) tarafından 500 genç üzerinde yapılan araştırmada da, takım sporlarının ilk sırada yer aldığı görülmektedir. Gençlik evresi bireylerin kuvvetlerinin arttığı, cesaretlerinin üst düzeylerde olduğu bir evre olarak, yapılan faaliyetlerin de bu fizyolojik yapıya uygun olduğu görülmektedir. Genel olarak spora ilgilerinin yüksek olduğu ve özellikle kuvvet, güç ve cesaret içeren başta takım sporları olmak üzere, yüzme, dans gibi sportif etkinliklere katılımın yaygın olduğu görülmektedir.

Gençlere göre daha olgun olan ve sorumlulukları artan yetişkinler, daha az kuvvet gerektiren etkinliklere yönelirken, fiziksel dayanıklılık ve kuvvetlerinde azalmayla beraber yaşam tempoları da düşen yaşlılar ise da ha çok yürüyüş yapmaktan hoşlanırlar (Kılbaş Köktaş, 2004, s. 85-86).

Kandaz Gelen ve Hergüner (2006, s. 50) tarafından, genç ve yetişkin yaş aralıklarında olan 69 kişiye uygulanan bir araştırma da, yapamadıkları ancak yapmayı arzu ettikleri sporların, yüzme, tenis, kayak, futbol, voleybol, basketbol ve dağcılık olduğu görülmektedir. Genç ve yetişkinler için arzulanan sporların da, aktif olarak katıldıkları sporlar ile paralellik taşıdığı görülmektedir.

Yaşlıların katıldığı rekreatif faaliyetler, onların biyolojik, ruhsal ve sosyal yönden gelişmelerini sağlayarak, daha kaliteli bir yaşama sahip olmalarını sağlarlar (Aydın & Tütüncü, 2017, s. 315). Bu bağlamda, yaşlıların çok yönlü – biyolojik, ruhsal ve sosyal – gelişimleri için spor önemli bir imkan sunmaktadır. Bu çok yönlü gelişim göz önüne alındığında, yaşlıların spordan beklentileri de gençlere kıyasla daha farklı olacaktır.

Bireylerin sahip olduğu her bir yaş evresinin kendine özgü bir takım özellikleri, her yaş evresinin sosyo-kültürel pratikleri algılamasını, bu pratiklere yüklediği anlamı da değiştirmektedir. Şallı, Amman ve Küçük (2016, s. 42) tarafından 742 kişi üzerinde yapılan bir araştırmada yaşa göre sporun değişen anlamı çok net bir şekilde görülmektedir. Buna göre, boks sporunu tehlikeli bir spor olarak değerlendirenlerin oranı, genç olarak nitelendirebileceğimiz 20-30 yaş aralığında % 43 iken, 51 ve üzeri yaş grubunda % 65 olduğu görülmektedir. Ayrıca, saldırgan bir spor olduğunu düşünenlerin oranı gençlikten (% 49), yaşlılığa (% 17) doğru düşmektedir. Bu durum, kültürel bir pratik olan sporun her yaş evresinde, o yaşı birtakım özelliklerine göre farklı algılandığını göstermektedir.

Her yaş evresinin biyolojik, psikolojik ve sosyolojik özelliklerine göre spor yapma amaçları da birbirinden farklılaşmaktadır. Kandaz Gelen ve Hergüner (2006, s. 50) tarafından, genç ve yetişkin yaş aralıklarında olan 69 kişiye uygulanan bir araştırma da, spor daha çok sağlık, eğitici ve yararlı olma ve statü için yapıldığı gözlenmektedir. 512 genç üzerinde yapılan bir başka araştırmada (Korucu, Yetim & Güllü, 2006, s. 89), gençler eğlenmek, serbest zamanlarını değerlendirmek, sağlıklı olmak, sportif performanslarını arttırmak için spor faaliyetlerine katıldıklarını belirtmişlerdir. Haşıl Korkmaz (2010, s. 407) tarafından 500 genç üzerinde yapılan bir başka araştırmada da, gençlerin daha çok eğlenmek, stres atmak ve form tutmak için spor yaptıkları görülmektedir. Buna karşın, yapılan bazı araştırmalarda (Turkay,

Dincer, & Dincer, 2014, s. 258; Taşmektepligil & Bostancı, 2000, s. 39), yaş arttıkça, sağlık, kilo verme amacıyla spor yapanların arttığı görülmektedir. Yaşam akışının her evresinde kaşımıza çıkan farklılıklar, spor yapma amaçlarında da çok net bir şekilde görülmektedir.

3. UYGULAMALI ARAŞTIRMA VE SONUÇLARI

3.1. Araştırma Yöntemi

Araştırma tesadüfî örnekleme tekniği ile 570 kişiye uygulanmıştır.

3.2. Araştırmanın Amacı ve Kuramsal Çerçeve

İstanbul’da yaşayan, sporcu kimliği olmayan (amatör ya da profesyonel spor yapmamış olan) fakat spor yapan, 15 yaş üzerindeki kişilerle anket tekniği ile gerçekleştirilmiş bir alan araştırması olan bu çalışmanın amacı, yaş ekseninde spor yapma oranının, yapılan ve arzulanan sporlar ile spor yapma amaçlarının nasıl farklılaştığını incelemektir.

Araştırmanın kuramsal çerçevesi, insanın gençlikten yetişkinliğe, yetişkinlikten yaşlılığa doğru ilerleyen yaşam akışında her evrenin kendine özgü biyolojik, psikolojik ve sosyolojik bir yönünün olduğu ve farklılıkların spor ekseninde nasıl ortaya çıktığının incelenmesini içermektedir. Yaş farklılıklarının sportif pratiklere yansıyan birtakım sonuçlarının olduğu görülmektedir. Araştırmanın giriş bölümünde değinilen bu farklılıklar, uygulamalı araştırma bulguları ile birlikte, ayrıca tartışma ve sonuç bölümünde de değerlendirilecektir.

3.3. Evren ve Örnekleme

Araştırmanın evrenini oluşturan kitle, sporcu kimliği olmayan (amatör ya da profesyonel spor yapmamış olan) fakat spor yapan, 15 yaş üzerindeki kişileri kapsamaktadır. Diğer bir deyişle, “kitle sporcusu” adı verilen, sporu bir meslek olarak ya da para kazanmak amacıyla değil, sağlık, zinde olma, eğlenme vb. amaçlarla yapan kişiler araştırmanın evrenini oluşturmaktadır.

Araştırmanın örnekleme 570 kişiden oluşmaktadır. Katılımcıların 104’ü 15-24, 154’ü 25-34, 182’si 35-44, 75’i 45-54 ve 55’i 55 ve üstü yaş aralığındadır.

3.4. Anket Formu ve Araştırmanın Uygulanması

Araştırmanın uygulama sürecinde, araştırmaya katılmayı kabul eden kişilere ilk önce yaşlarının da yer aldığı toplamda 10 sorunun olduğu genel sorular sorulmuştur. Sonrasında araştırmaya katılanlara sporla ilgili soruların yer aldığı anket formu uygulanmıştır. Özellikle yapılan ve arzulanan sporlar

ile ilgili, cevapların çeşitliliğinin fazla olması muhtemel sorular açık uçlu sorulmuştur. Açık uçlu sorulara verilen cevaplar araştırmacı tarafından kategorize edilerek değerlendirilmiştir. Anket 2012 yılının Haziran ayında uygulanmaya başlanmış ve aynı yılın Ekim ayında tamamlanmıştır.

3.5. Araştırmanın Analizi

Veriler, araştırmacı tarafından bilgisayarda istatistik programı ile değerlendirilmiştir. İstatistiksel çözümlemelerde değişkenler arasındaki ilişkilerin tespit edilmesinde ki-kare analizinden yararlanılmıştır. Ki-kare analizinin yapılamadığı yerlerde, değişkenler arasındaki ilişki oransal eğilime göre yorumlanmıştır.

3.6. Araştırmanın Hipotezleri

- 1-Gençlikten yaşlılığa doğru düzenli spor yapma oranı artmaktadır.
- 2-Gençlikten yaşlılığa doğru takım sporlarına katılım azalmaktadır
- 3-Gençlikte popüler spor branşlarına katılım artmaktadır.
- 4-Yaşlılıkta yaşlanmayı geciktirme, kilo verme, stres atma, zinde olma ve arkadaş kazanma amacıyla spor yapma oranı artmaktadır.
- 5-Gençlikte, eğlenme, başarı arzusu ve düzgün bir vücuda sahip olma amacıyla spor yapma oranı artmaktadır.

3.7. Bulgular ve Yorumlar

Yaş ve spor yapma oranı arasında (Tablo 1) anlamlı bir ilişki bulunmaktadır ($P<0.05$). Diğer bir ifadeyle yaş ve spor yapma oranı birbirinden bağımsız değildir.

“Her gün” ve “Gün aşırı” seçeneğini düzenli spor yapanlar olarak değerlendirdiğimizde, gençlikte yaşlılığa doğru düzenli spor yapma oranının arttığı görülmektedir. Bu durum, oluşturduğumuz hipotezin (hipotez 1) desteklendiği anlamına gelmektedir. Tabloyu bir başka açıdan değerlendirdiğimizde, spor yapma oranının gençlikten yaşlılığa azaldığı görülmektedir. Bir diğer ifadeyle, gençlikten yaşlılığa spor yapma oranı azalırken, düzenli spor yapma oranı artmaktadır.

Tablo 1 - Yaş ve Spor Yapma Oranı İlişkisi

	15-24 (%)	25-34 (%)	35-44 (%)	45-54 (%)	55 ve üstü (%)	Toplam (%)
Fırsat buldukça/ Yaz aylarında	41,3	58,4	48,4	44,0	43,6	48,8

3-4 günde bir/ Hafta sonları	41,3	25,3	32,4	26,7	20,0	30,2
Her gün/Gün aşırı	17,3	16,2	19,2	29,3	36,4	21,1
Toplam	18,2	27,0	31,9	13,2	9,6	100,0

 $X^2 = 24,026$

S.D.: 8

P: 0.002

Yaş ve yapılan sporlar arasındaki ilişki Tablo 2’de görülmektedir. Tabloyu incelediğimizde yüzme, atletizm, pilates, step-aerobik, fitness, uzakdoğu sporları, güreş, bisiklet, satranç gibi bireysel sporlar ile voleybol, basketbol ve futbol gibi takım sporlarına yaş arttıkça katılımın azaldığı; yürüyüş ve cimmastik branşlarında ise yaş arttıkça katılımın arttığı görülmektedir. Bu oransal eğilimler dikkate alındığında, oluşturduğumuz ikinci ve üçüncü hipotez de desteklenmiştir. Başka bir ifadeyle, yaş arttıkça takım sporlarına katılımın azaldığı çok net bir şekilde görülmektedir. Ayrıca, futbol, basketbol, voleybol ve yüzme gibi popüler spor branşlarına katılımın gençlikte çok daha yoğun olduğu çok bariz bir şekilde karşımıza çıkan bir diğer önemli bulgudur. Bu bulgular ışığında gençlikten yaşlılığa, satranç ve pilates dışındaki diğer branşlar ekseninde katılımı göz önüne aldığımızda, doğrudan fiziksel dayanıklılık, kuvvet ve güç ile ilişkili olduğu kaçırılmaması gereken bir başka önemli noktadır.

Tablo 2 - Yaş ve Yapılan Sporlar İlişkisi

	Yaş				
	15-24 (%)	25-34 (%)	35-44 (%)	45-54 (%)	55 ve üstü (%)
Yüzme	40,4	35,7	35,2	36,0	20,0
Atletizm	8,7	2,6	3,8	2,7	0,0
Yürüyüş	45,2	72,1	72,0	81,3	89,1
Fitness	20,2	27,9	19,2	22,7	12,7
Pilates	7,7	14,9	9,9	5,3	0,0
Step-aerobik	1,9	11,7	6,6	4,0	1,8
Uzakdoğu Sporları	7,7	3,9	3,3	1,3	0,0
Voleybol	26,0	8,4	6,0	1,3	3,6
Futbol	53,8	30,5	28,6	20,0	7,3
Basketbol	28,8	9,7	4,9	5,3	1,8
Güreş	3,8	1,9	0,5	0,0	0,0

Jimnastik	3,8	4,5	6,6	4,0	9,1
Kayak	1,9	0,6	1,1	1,3	0,0
Tenis	5,8	1,3	3,8	4,0	3,6
Bisiklet	26,0	14,3	9,9	4,0	3,6
Badminton	1,0	0,0	1,6	0,0	0,0
Satranç	11,5	8,4	2,2	2,7	1,8
Trekking	0,0	2,6	3,3	0,0	0,0
Dağcılık	0,0	1,3	0,5	2,7	0,0
Masa Tenisi	1,9	1,3	0,5	0,0	0,0
Diğer*	4,8	3,9	2,2	1,3	0,0

*Binicilik, golf, atıcılık, koşu, yelken, kürek, bilardo ve halk oyunları 0 ile 1,5 arasında olduğu için tabloda yer verilmemiştir.

Yaş ve arzulanen sporlar arasındaki ilişki Tablo 3'te görülmektedir. Tabloyu incelediğimizde, yaş arttıkça atletizm, uzakdoğu sporları, basketbol, binicilik, golf, kayak, bisiklet, okçuluk, eskrim, dağcılık, koşu, karate, boks, kick-boks, paraşüt, sörf ve hentbol gibi branşlara duyulan arzunun azaldığı; yüzme, yürüyüş, fitness, pilates, voleybol, futbol ve güreş gibi branşların ise daha çok arzulandığı görülmektedir. Futbol ve voleybol gibi popüler spor branşları tüm dünyada olduğu gibi Türkiye'de de popüler branşlar arasında yer almaktadır. Bu branşların gençlikten yaşlılığa doğru daha fazla arzulaması, bireylerin gençliğinde bu branşlara ilgi göstermesi ancak, katılma fırsatı bulamamasıyla açıklanabilir. Ayrıca, güreş branşına yaşlı bireylerin daha fazla arzu duyması, gelenek ile olan ilişki çerçevesinde yorumlanabilir. Bir diğer ifadeyle, ata sporu olan güreşe olan ilginin artması, yaş arttıkça gelenek ile olan bağın artmasıyla ilişkilendirilebilir. Tabloyu bir diğer açıdan incelediğimizde, yaş arttıkça daha az arzulanan sporlar, yüksek performans isteyen ve belirli oranda tehlike ve adrenalini bünyesinde bulunduran sporlar olduğu için, yaşlı bireylerin bu sporları yapamayacakları düşüncesiyle doğru orantılı olduğu söylenebilir.

Tablo 3 - Yaş ve Arzulanan Sporlar İlişkisi

	Yaş				
	15-24 (%)	25-34 (%)	35-44 (%)	45-54 (%)	55 ve üstü (%)
Yüzme	32,5	56,8	54,4	47,9	47,3
Atletizm	6,1	1,4	3,7	4,8	5,5

Yürüyüş	1,2	6,6	3,7	12,3	11,8
Fitness	5,5	9,8	5,4	8,2	7,3
Pilates	1,8	3,8	4,1	4,8	6,4
Step-Aerobik	0,6	2,4	3,7	0,7	0,9
Uzakdoğu Sporları	6,1	3,5	3,4	2,1	0,9
Voleybol	9,8	15,0	12,9	13,7	17,3
Futbol	17,8	11,5	12,9	26,0	22,7
Basketbol	12,3	16,0	13,3	19,9	9,1
Güreş	4,3	0,7	2,7	6,2	10,9
Cimnastik	2,5	2,1	3,7	1,4	2,7
Binicilik	16,0	11,1	9,5	6,2	10,0
Golf	6,1	2,8	5,4	2,1	1,8
Kayak	14,1	9,1	7,8	9,6	5,5
Tenis	12,9	20,6	20,1	11,6	12,7
Bisiklet	3,7	5,2	5,8	4,1	1,8
Okçuluk	7,4	3,5	1,7	1,4	0,9
Atıcılık	1,2	1,7	2,4	0,7	1,8
Eskrim	2,5	0,0	0,3	0,7	0,0
Dağcılık	8,6	4,5	5,8	2,1	3,6
Masa Tenisi	0,6	2,1	2,4	3,4	0,0
Koşu	5,5	5,6	4,8	10,3	2,7
Paraşüt	2,5	1,7	1,7	0,7	0,0
Karate	3,7	0,7	2,7	2,7	1,8
Taekwondo	0,6	2,1	1,0	0,7	0,9
Boks	3,7	1,0	0,7	4,1	1,8
Kick-Boks	2,5	0,7	0,7	0,7	0,0
Dalış	0,6	2,1	0,7	0,0	0,0
Sörf	2,5	0,3	0,7	2,1	0,0
Hentbol	2,5	1,0	0,3	0,0	0,0
Diğer*	23,3	15,0	9,5	11,6	6,4

*Badminton, satranç, trekking, yelken, capoeira, wushu, vücut geliştirme, aikido, yoga, su kayağı, tayland boks, buz pateni, halter, dans, amerikan futbolu, bungee jumping, bilardo, judo, kürek, beyzbol, su sporları, rafting, ralli, ekstrem sporlar, muay thai, sambo güreşi,

snowboard, çim hokeyi, wing chun, planör, yamakazi, oryantiring, safari, halk oyunları, buz hokeyi, kros, cirit, sutopu, otomobil sporları, çekiç atma ve curling sporları bütün eğitim düzeylerinde 0 ile 2 arasında değiştiği için tabloda yer verilmemiştir.

Yaş ve spor yapma amaçları arasındaki ilişki Tablo 4'te sunulmuştur. Bu amaçların her biri ayrı ayrı yaş ekseninde incelenmiş "çok önemli" ve "önemli" kategorilerinin birleştirilmiş yüzdeleri ile P değerleri tabloda belirtilmiştir. Spor yapma amaçları arasında yer alan "zinde olmak", "sağlıklı olmak" ve "stres atmak" ile ilgili ki-kare analizi yapılamamıştır. Ancak bu üç amaç ile ilgili oransal eğilimlere baktığımızda, bütün yaş evrelerinde yüksek bir öneme sahip olduklarını görmekle birlikte, gençlikten yaşlılığa doğru önemlerinin daha da arttıkları görülmektedir. Yaş ile düzgün bir vücuda sahip olmak, fazla kilolarımı vermek, başarı arzusu, boş zamanları değerlendirmek ve itibar kazanmak arasında yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki bulunurken; yaşlanmayı geciktirmek, eğlenmek, mutlu olmak, arkadaş kazanmak, grup duygusu yaşamak ve para kazanmak arasında ise anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır. Yaş arttıkça, yaşlanmayı geciktirme, zinde olma, fazla kiloları verme ve arkadaş kazanma amacıyla spor yapma isteğinin artması, yaşlıların yaşadığı fizyolojik değişim ve yalnızlaşma ile doğrudan ilgilidir. Bununla birlikte, düzgün bir vücuda sahip olma, eğlenme ve başarı arzusu amacıyla spor yapma gençlerde daha önemli olduğu görülmektedir. Bu sonuçlara göre dördüncü ve beşinci hipotezimizin de desteklendiği görülmektedir.

Tablo 4 - Yaş ve Spor Yapma Amaçları İlişkisi

	15-24 (%)	25-34 (%)	35-44 (%)	45-54 (%)	55 ve üstü (%)	P
Yaşlanmayı geciktirmek	56,7	68,4	74,2	73,3	74,5	P: 0,105
Zinde olmak	80,8	96,1	97,3	98,7	96,4	-
Düzgün bir vücuda sahip olmak	88,5	82,9	79,1	76	67,3	P: 0,001
Fazla kilolarımı vermek	54,9	73,7	80,8	86,7	81,8	P: 0,000
Sağlıklı olmak	95,2	99,4	98,4	97,3	100	-
Eğlenmek	69,9	61,2	64,3	58,7	54,5	P: 0,169
Mutlu olmak	76,7	78,3	84,6	85,3	78,2	P: 0,646
Stres atmak	76	83	86,3	89,3	83,6	-
Başarı arzusu	68,9	56,6	61	49,3	40	P: 0,000
Boş zamanları değerlendirmek	61,2	46,7	48,9	54,7	58,2	P: 0,001

Arkadaş kazanmak	39,8	32,9	48,4	46,7	52,7	P: 0.081
Grup duygusu yaşamak	44,7	35,5	47,8	50,7	40	P: 0.068
Para kazanmak	19,4	11,8	17	22,7	16,4	P: 0,371
İtibar kazanmak	46,6	27,6	35,2	36	41,8	P: 0.002

4. TARTIŞMA VE SONUÇ

Yaşam akışı içerisinde her bir yaş evresinin kendine özgü özellikleri vardır. Gençlikten yetişkinliğe, yetişkinlikten yaşlılığa bu deneyimler fizyolojik, psikolojik, sosyolojik, ekonomik ve kültürel eksenlerde farklı şekillerde karşımıza çıkmaktadır. Bir diğer ifadeyle, başta fiziksel kapasitenin düşmesiyle fizyolojik, özgüven eksikliği ve motivasyon kaybı gibi psikolojik, sosyal çevrenin kısıtlanması ve yeni arkadaşlar edinememe gibi sosyolojik farklılıklar yaş arttıkça ortaya çıkmaktadır. Yaş arttıkça dezavantajlı bir durumun ortaya çıkmasına neden olan bu fizyolojik, psikolojik ve sosyolojik farklılıklar, spor yoluyla avantaja dönüşebilmektedir. Bununla birlikte, farklı tecrübelerin yaşandığı her bir yaş evresinde, sporun anlamı da değişmektedir.

Gençlikten yaşlılığa doğru spora aktif katılım oranı azalırken, düzenli spor yapma oranı artmaktadır. Gençlerin okul yıllarında sahip olduğu serbest zaman, sosyal çevre ve tesisler spora daha çok katılmasında etkili olduğu söylenebilir. Alexandris and Carroll (1997, s. 114) ve Ifedi (2008, s. 26) tarafından yapılan araştırmalarda da gençlikten yaşlılığa doğru spora katılımın azaldığı görülmektedir.

Gençlikten yaşlılığa, özellikle fizyolojik bünyede yaşanan değişimler, spor branşı tercihinde açıkça görülmektedir. Genç bireylerin sahip olduğu enerji, heyecan, güç, kuvvet gibi yaşa özgü özellikler, spor branşı tercihinde de yansımaktadır. Bundan dolayı gençlerin, başta futbol, basketbol, voleybol gibi takım sporları ile yüzme, atletizm, pilates, step-aerobik, fitness, uzakdoğu sporları, güreş, bisiklet gibi bireysel sporlara yöneldiği görülmektedir. Şirin, Çağlayan, Çetin ve İnce, (2008, s. 102) tarafından yapılan bir araştırma bizim araştırma sonuçları ile paralellik taşımaktadır. Gençlerin sahip olduğu fizyolojik özellikler ve sosyal çevre, onlara bir taraftan yüksek performans, güç, kuvvet, tehlike, adrenalin vb. unsurları bünyesinde barındıran sporlara yönelmesine neden olurken, diğer taraftan sportif faaliyet çeşitliliğinin de arttığı gözlenmektedir. Buna karşın yaşlılar, bir taraftan fiziksel kapasitelerindeki düşüşten dolayı temposu düşük ve performans gerektirmeyen sporlara yönelirken, diğer taraftan kaybedilen sosyal çevrenin de etkisiyle katıldıkları sportif faaliyet çeşitliliği de azalmaktadır. Yüksel, Dinçer, Büyükköse ve Lale (2014, s. 110) tarafından

yaşlılar üzerine yapılan bir araştırma da, yürüyüş sporunun yapılması, bizim araştırma sonuçları ile paralellik taşımaktadır.

Gençlikten yaşlılığa arzulanan sporlarda da bazı farklılıklarına rağmen benzer sonuçlara ulaşılmıştır. Buna göre, yaş arttıkça atletizm, uzakdoğu sporları, basketbol, binicilik, golf, kayak, bisiklet, okçuluk, eskrim, dağcılık, koşu, karate, boks, kick-boks, paraşüt, sörf ve hentbol gibi branşlara duyulan arzunun azaldığı; yüzme, yürüyüş, fitness, pilates, voleybol, futbol ve güreş gibi branşların ise daha çok arzulandığı görülmektedir. Yaşlıların, tüm dünyada olduğu gibi ülkemizde de popüler olan futbol ve voleybol gibi takım sporlarını arzulamasının sebebi, gençlik yıllarında yapmak isteyip de yapamamasıyla, güreş branşına duyulan arzunun ise yaş ilerledikçe geleneksel değerlerin daha önem kazanması, dolayısıyla geleneksel ata sporu olan güreşe olan ilginin buna paralel bir şekilde artmasıyla açıklanabilir.

Her bir yaş evresinde farklı yönleri ile karşımıza çıkan fizyolojik, psikolojik, sosyolojik özellikler, özellikle spor yapma amaçlarında çok daha net bir şekilde görülmektedir. Yaş arttıkça, yaşlanmayı geciktirme, zinde olma, fazla kiloları verme ve arkadaş kazanma amacıyla spor yapma isteğinin artması, yaşlıların yaşlanmadığının delili ve kaybedilen sosyal çevrenin geri kazanılmasının vasıtasıdır. Yapılan bir araştırmada (Dionigi, 2002, s. 4) yaşlıların özellikle mücadeleci sporlara katılmasının iki önemli sebebi olduğu görülmektedir. Bunlardan ilki yaşlılık sürecine adaptasyon, ikincisi gençliğe vurgudur. Yapılan başka araştırmalarda da (Lee, Kim, & Yi 2014, s. 96; Ramazanoğlu, Karahüseyinoğlu, Demirel, Ramazanoğlu, & Altıngül, 2005, s. 156) sporun sosyalleşmenin, özellikle yaşlılar söz konusu olduğunda yeniden sosyalleşmenin önemli bir vasıtası olduğu görülmektedir. Buna karşın, düzgün bir vücuda sahip olma, eğlenme ve başarı arzusu amacıyla spor yapmanın ise gençlerde daha önemli olması gençlerin gençliğinin gereği olduğu söylenebilir. Allender, Cowborn and Faster (2006, s. 829) tarafından İngiltere’de yapılan bir araştırma bizim araştırma bulguları ile paralellik taşımaktadır. Buna göre, gençler vücut şekli, kilo yönetimi ve yeni sosyal ağlar için, yetişkinler başarı arzusu ve yetenek geliştirme için ve yaşlılar sosyal destek, sağlık yararları (yaşlanmayı engelleme, fit olma, torunlarıyla oynayabilme) ve zevk almak için spora katıldıkları görülmektedir.

Sonuç olarak, gençlikten yetişkinliğe, yetişkinlikten yaşlılığa doğru devam eden ve doğal bir yaşam akışı olan bu süreç, her bir evrede farklı şekilde yaşanmaktadır. Bireylerin her bir yaşam evresinde, değişen fizyolojik, psikolojik, sosyolojik, ekonomik ve kültürel durumlarının

etkisiyle, farklı deneyimleri, istek ve arzuları ortaya çıkmaktadır. Dolayısıyla, her bir evrede ortaya çıkan bu farklılıklar, kültürel ve sosyal bir olgu olan sporda da kendini göstermektedir. Spor yapma oranlarından, yapılan sporlara; arzulanan sporlardan, spor yapma amaçlarına yaşam akışı içerisindeki her bir yaş evresinin kendine özgü özelliklerini sportif pratikler ekseninde de görmek mümkündür.

Bu çalışma her bir yaş evresi ile ilgili daha spesifik çalışmalara ışık tutabilir. Spor, enerjik, hareketli ve alıcılarının açık olduğu bir dönemde gençlerinin bu enerjilerini toplumca kabul edilebilir bir biçimde atmalarında, rakibine saygı duyarak bir arada yaşama kültürünün geliştirilmesinde ve gençlerin kötü alışkanlıklardan korunmasında; yetişkinlerin yoğun iş temposundan ve kentleşme ile ortaya çıkan tekdüzelikten kurtulmasında ve yaşlıların ise zihinsel, fiziksel ve sosyal olarak daha başarılı bir yaşlanma evresi geçirmesinde ve onların kendilerini değersiz hissetmelerinin önlenmesinde önemli bir araçtır. Dolayısıyla spor, insanların hangi yaşta olurlarsa olsunlar insanların hayatına dokunan bir olgudur. Bundan dolayı, her bir yaş evresinin sportif anlamda özel ihtiyaçlarının tespit edilmesi ve buna uygun politikalar üretilmesi toplumsal düzen açısından oldukça önem arz etmektedir.

5. KAYNAKLAR

- Alexandris, K. & Carroll, B. (1997). Demographic differences in the perception of constraints on recreational sport participation: Results from a study in Greece. *Leisure Studies*, 16(2), 107-125.
- Allender, S., Cowborn, G. & Foster C. (2006). Understanding participation in sport and physical activity among children and adults: A review of qualitative studies. *Health Education Research*, 21 (6), 826-835.
- Amman, M. (2007). Yaşlılıkta serbest zaman faaliyetleri. M. F. Bayraktar (Ed.) *Yaşlılık Dönemi ve Problemleri* içinde (ss. 161-175). İstanbul: Ensar Neşriyat.
- Amman, M. (2006). *Kitle sporunun toplumsal dinamikleri*. İstanbul: Çamlıca Yayınları.
- Amman, M. (2000). Spor sosyolojisi. H. C. İkizler (Ed.) *Sporda Sosyal Bilimler* içinde (ss. 85-149). İstanbul: Alfa Yayınları.
- Aydın, İ. & Tütüncü, Ö. (2017). Yaşlılık ve rekreasyon. *Anatolia: Turizm Araştırmaları Dergisi*, 28 (2), 315-321.
- Cüceloğlu, D. (1997). *İnsan ve davranışı: Psikolojinin temel kavramları*. İstanbul: Remzi Kitapevi.
- Dionigi, R. (2002). Leisure and identity management in later life: Understanding competitive sport participation among older adults. *World Leisure Journal*, 44 (3), 4-15.
- Emirgil, B. F. (2015). Gençlere yönelik sosyal politikalar. A. Tokol ve Y. Alper (Ed.) *Sosyal Politika* içinde (ss. 407-425). Bursa: Dora Yayınları.

- Ertaş Dölek, B. (2017). 18 yaş üzeri sağlıklı yetişkin bireylerin, egzersiz alışkanlıklarının incelenmesi. *Journal of Human Sciences*, 14 (2), 1924-1937.
- Ifedi, F. (2008). *Sport participation in Canada*, 2005. Ottawa: Minister of Industry.
- Giddens, A., & Sutton, P. (2016). *Sosyoloji*. (Çev.: Mesut Şenol). İstanbul: Kırmızı Yayınları.
- Gür, B., Dalmış, İ., Kırmızıdağ, N., Çelik, Z. & Boz, N. (2012). *Türkiye'nin gençlik profili*. Ankara: SETA.
- Haşıl Korkmaz, N. (2010). Uludağ Üniversitesi öğrencilerinin spor yapma ve beslenme alışkanlıklarının incelenmesi. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23 (2), 399-413.
- Haviland, W., Prins, H., Walrath, D. & McBride B. (2008). *Kültürel antropoloji*. (Çev. İnan Deniz Erguvan Sarioğlu). İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Kandaz Gelen, N. & Hergüner, G. (2006). Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin serbest zamanlarını değerlendirme biçimlerinin incelenmesi (Sakarya İli Örneği). *9. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi*, Muğla.
- Karan, A. (2006). Yaşlılıkta egzersiz ve spor. *Türk Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon Dergisi*, 52 (Özel Ek A), 53-56.
- Kılbaş Köktaş, Ş. (2004). *Rekreasyon – boş zamanı değerlendirme*. İstanbul: Nobel.
- Korucu, G., Yetim, A. & Güllü, M. (2006). Sınıf öğretmeni adaylarının boş zaman alışkanlıkları ile spora olan ilgilerinin incelenmesi. *9. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi*, Muğla.
- Lee K. U., Kim, H.R. & Yi, E.S. (2014). The effect of push factors in the leisure sports participation of the retired elderly on re-socialization recovery resilience. *Journal of Exercise Rehabilitation*, 10(2), 92-99.
- Lök, N. & Lök, S. (2014). The relationship between physical activity and cognitive status in the elderly. *13th International Sport Sciences Congress*, Konya.
- Nazlı, A. (2016). Yaşlanma, birey ve toplum: Yaşlanmaya sosyolojik bakış. *Ege Tıp Dergisi*, 55 (Ek Sayı), 1-5.
- Pepe, K. (2017). Genç bireylerde spora katılım ve bu bireylerde spora katılımı etkileyen faktörlerin incelenmesi. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 5 (62), 60-71.
- Ramazanoğlu, F., Karahüseyinoğlu, F., Demirel, E., Ramazanoğlu, O. & Altıngül, O. (2005). Sporun toplumsal boyutlarıyla değerlendirilmesi. *Doğu Anadolu Bölgesi Araştırmaları*, 3(3), 153-157.
- Şallı, A. O., Amman, M. T., & Küçük, V. (2016). Sosyal belirleyiciler ekseninde sporun değişen imgeleri. *Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 1 (2), 37-47.
- Şanlı, E. & Atalay Güzel, N. (2009). Öğretmenlerde fiziksel aktivite düzeyi – yaş, cinsiyet ve beden kitle indeksi ilişkisi. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*. XIV, 3, 23-32.
- Şirin, E. F., Çağlayan, H. S., Çetin, M. Ç. & İnce, A. (2008). Spor yapan lise öğrencilerinin spora katılım motivasyonlarına etki eden faktörlerin belirlenmesi. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2 (2), 98-110.

- Taşmektepligil, Y. & Bostancı, Ö. (2000). Farklı özelliklere sahip fertlerin sportif faaliyetlere katılımlarını etkileyen faktörlerin belirlenmesi. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, V (2), 26-42.
- Tel, M. & Köksalan, B. (2008). Öğretim üyelerinin spor etkinliklerinin sosyolojik olarak incelenmesi (Doğu Anadolu örneği). *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 18 (1), 261-278.
- Turkay, I. K., Dincer, E. & Dincer, O. (2014). Making the objectives of individual sports body mass index by, age and gender analysis. *International Journal of Science Culture and Sport*, August, Special Issue 2, 255-260.
- Yıldız Bozdağ, S. (2015). Yaşlılara yönelik sosyal politikalar. A. Tokol ve Y. Alper(Ed.) *Sosyal Politika* içinde(ss. 426-443). Bursa: Dora Yayınları.
- Yüksel, M. Y., Dinçer, F., Büyükköse, H. T. & Lale, Z. (2014). Yaşlıların boş zaman değerlendirme üzerine bir inceleme. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 3 (1), 107-114.
- Zorba, E., Zorba, E., Kesim, Ü., Ağılönü, A. & Cerit, E. (2006). Üniversite öğrencilerinin rekreatif etkinliklere katılım düzeyinin belirlenmesi (Muğla Üniversitesi Örneği). *9. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi*, Muğla.