

AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ

SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ Antrenörlük Eğitimi Bölümü

TOPLUMSAL DUYARLILIK VE KATKI PROJELERİ PROJE DEĞERLENDİRME VE SONUÇ RAPORU

PROJENİN ÖZETİ:

Özel Çocukların annelerine sporu tanıtmak ,sevdirmek ,düzenli spor yapma alışkanlığı kazandırmayı amaçlayan “Özel Çocukların Özel Anneleri İçin Sağlıklı Yaşam Merkezi Projesi”, Özel çocukların annelerine yöneliktir. Hazırlıkları 2023-2024 Akademik Yılı, Güz Döneminde yapılan proje, Bahar Döneminde, haftalık en az üç (2) saat olmak üzere, 14 hafta uygulanmıştır. Sekiz (6) farklı etkinliği olan projeyi, yaklaşık on üç bin üç yüz (24.746) TL. karşılığı aynı yardımla, Akdeniz Üniversitesi, bazı yerel yönetimler ve sponsorlar desteklemiştir.

Proje hedefleri ve etkinlikleri doğrultusunda; Sporla fiziksel, duygusal ve sosyal gelişimlerine katkı sağlandığı, düzenli spor yapma alışkanlığı kazandırıldığı, annelerimizin spora olan ilgisinin artması, dolayısıyla yaşam kalitelerinin yükselmesine katkı sağlandığı belirlenmiştir:

On (10) kişinin yanıtladığı “Değerlendirme Anketi” sonuçlarına göre; paydaşların %100’ü, bu projenin uygulanmasını “gerekli / yararlı” bulurken;

% 100’ü, proje için yapılan hazırlıkların “yeterli” olduğunu; %100’ü, projede, başlangıçta belirlenen hedef ve sonuçlara “ulaşıldığını”; %50’si, projede, , “Ben Mutlu ve Sağlıklı Özel Çocuk Annesiyim”; % 40’i, “Doğru Spor, Güzel Adımlar”; % 10’u “Haydi Gel Birlikte Yürüyelim”;olduğunu belirtmiştir...

1. PROJENİN ADI / SLOGANI:

“Özel Çocukların Özel Anneleri İçin Sağlıklı Yaşam Merkezi Projesi”

“Mutlu, Sağlıklı Özel Anneler”

2. PROJENİN KONUSU:

Özel annelerin, spor ve rekreasyonla rehabilitasyonlarını sağlayacak bir merkez oluşturmak...

3. PROJENİN AMAÇLARI / HEDEFLERİ:

1. Özel çocukların annelerine sporu tanıtmak, sevdirmek, düzenli spor yapma alışkanlığı kazandırmak,
2. Fiziksel uygunluk, ilgi ve yeteneklerine göre spor dallarına yönlendirmek ve gelişmelerini takip etmek.
3. Sporla fiziksel, duygusal ve sosyal gelişimlerine katkı sağlamak; rahatlamalarını ve yaşam kalitelerini artırmak amaçlanmaktadır.

4. PROJENİN HEDEF KİTLESİ:

Özel Çocukların Anneleri, 30-50 yaş grubu ebeveynler (anne)

5. PROJEYİ DESTEKLEYEN KURULUŞLAR:

Akdeniz Üniversitesi;
Spor Bilimleri Fakültesi;
Aile ve Spor Hizmetler İl Müdürlüğü;
Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüğü;
Yerel Yönetimler;
Sponsorlar...

6. PROJE PERSONELİ:

Proje Danışmanı : Doç. Dr. Tuba MELEKOĞLU

Proje Asistanı : Öğr. Gör. Aylin ABDİOĞLU

Proje Sözcüleri : Sahara ÇELTEK (0507 066 44 79)

Proje Grubu	: Sultan ÜNAL	(20214803048)
	Mert Can YILMAZ	(20214803034)
	Gülseren AVCI	(20214803025)
	Sahara ÇELTEK	(20214803008)
	Soner ÖZDOĞANER	(20214803028)
	Kağan Mert KINCI	(20214803037)
	Diyar YILMAZ	(20214803003)
	Belinay SARI	(20214803022)
	Berke KONAY	(20234803602)
	Yavuz ÜNAL	(20214803005)

Proje Gönüllüleri	: Tubahan AÇIKBAŞ	(Antrenörlük Eğitimi Bölümü 2)
	Gökçen Sude ARICI	(Antrenörlük Eğitimi Bölümü 2)
	Hüseyin AKANSU	(Antrenörlük Eğitimi Bölümü 2)
	Hüseyin GÖKAY	(Antrenörlük Eğitimi Bölümü 2)
	Mevlüt Emir GÜRLEK	(Antrenörlük Eğitimi Bölümü 1)
	Serdar POYRAZ	(Antrenörlük Eğitimi Bölümü 1)

7. PROJENİN İŞLEYİŞİ:

- Proje personeli, bahar dönemi boyunca, bir hafta önce yapacağı periyodik toplantılarla, “**Proje İş Planını**” gözden geçirecek; Antalya’daki Özel Çocukların annelerine sportif- rekreatif ihtiyaçlarını ve önceliklerini dikkate alarak;
 1. Anneler, farklı spor dalları ile tanıştırmaya;
 2. Fiziksel uygunluk, ilgi ve yeteneklerine göre, spor dallarına yönlendirmeye;
 3. Psikolojik, fizyolojik ve zihinsel sağlıklarını daha iyi hale getirmeye yönelik öncelikleri uygulamaya koyacaktır.
- Mayıs-2024’ de, “**Ben Mutlu ve Sağlıklı Özel Çocuk Annesiyim ve Doğru Spor, Güzel Adımlar**” final etkinlikleri düzenlenmiştir...

8. PROJENİN SÜRESİ:

14 Hafta: 2023-2024 Akademik Yılı, Bahar Dönemi boyunca;
Haftada iki (2) saat uygulama...

9. PROJENİN ETKİNLİKLERİ:

1. Görüşme ve yazışmalar;
2. Spor dalları ve başarılı sporcular hakkında sunumlar yapılması;
3. Annelerin durumunu ölçmek için anketlerin yapılması;
4. Spor aktiviteleri öncesi, aktif ısınma ve stretching ile annelerin fiziksel aktivitelere hazırlanması;
5. Spor branşlarına göre, Yetenek Seçimi Testlerinin uygulanması
(Kick Boks, Basketbol, Voleybol, Futbol, Okçuluk, Eğitsel Oyunlar);
6. Test sonuçlarının değerlendirilmesi ve annelerin yönelenecekleri branşların tespiti;
7. Annelerin yeteneklerine göre yapacak olduğu branşların antrenmanlarına başlatılması...

10. PROJENİN MALİYETİ:

- Üniversitemiz, Fakültemiz, Aile ve Sosyal Hizmetler İl Müdürlüğü, Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüğü ve yerel yönetimleri öz kaynakları ile yürütülecek emek- yoğun bir projedir. Sponsorlardan, yirmi dört bin yedi yüz kırk altı (24.746) TL karşılığı, aynî katkı sağlanmıştır.

Bütçe Kalemleri		Özel Çocukların Özel Anneleri İçin Sağlıklı Yaşam Merkezi Projesi		
Giderler	Birim	Toplam Miktar	Birim Fiyatı (TL)	Tutar (TL)
1. Çevreci Çöp Poşeti	10 Paket	300	65.00	650.00
2. İçme Suyu (küçük)	20 Koli	480	94.80	1.896.00

3. Futbol topu	10 Adet	10	290.00	2.900.00
4. Voleybol topu	10 Adet	10	290.00	2.900.00
5. Basketbol topu	10 Adet	10	290.00	2.900.00
6. Boks eldiveni	3 Adet	3	400.00	1.200.00
7. Boks lapası	2 Adet	2	930.00	1.860.00
8. Pilates matı	10 Adet	10	420.00	4200.00
9. Antrenman yeleđi	20 Adet	20	170.00	3.400.00
10. Atlama ipi	10 Adet	10	40.00	400.00
11. Antrenman tabađı	1 Set	40	460.00	460.00
12. Antrenman hunisi	5 Set	20	300.00	1.500.00
13. Koordinasyon çemberi	2 Adet	24	240.00	480.00
TOPLAM				24.746

Bütçe Kalemleri	Özel Çocukların Özel Anneleri İçin Sağlıklı Yaşam Merkezi Projesi			
Gelirler/Kaynak	Birim	Toplam Miktar	Birim Fiyatı (TL)	Tutar (TL)
1. Çevreci Çöp Poşeti	10 Paket	300	65.00	650.00
2. İçme Suyu (küçük)	20 Koli	480	94.80	1.896.00
3. Futbol topu	10 Adet	10	290.00	2.900.00
4. Voleybol topu	10 Adet	10	290.00	2.900.00
5. Basketbol topu	10 Adet	10	290.00	2.900.00
6. Boks eldiveni	3 Adet	3	400.00	1.200.00
7. Boks lapası	2 Adet	2	930.00	1.860.00
8. Pilates matı	10 Adet	10	420.00	4200.00
9. Antrenman yeleđi	20 Adet	20	170.00	3.400.00
10. Atlama ipi	10 Adet	10	40.00	400.00
11. Antrenman tabađı	1 Set	40	460.00	460.00
12. Antrenman hunisi	5 Set	20	300.00	1.500.00
13. Koordinasyon çemberi	2 Adet	24	240.00	480.00
TOPLAM				24.746

11. PROJENİN SONUÇLARI, KATKILARI:

Özel çocukların annelerinin sporu sevmeleri, düzenli spor yapma alışkanlığı kazanmaları sağlandı.

Annelere, psikolojik açıdan iyileşmelerine destek olmak adına zihinsel olarak rahatlaması ve streslerinin azalması sağlandı.

12. PROJENİN SÜRDÜRÜLEBİLİRLİĞİ:

- Projenin birinci yılıdır. Proje, çıktıklarına bağlı olarak, gelecek yıl / yıllarda tüm anneler için spor salonlarında uygulanabilir.
- Projeye, Üniversitemizin ilçelerdeki birimleri de eklenebilir.
- Proje, diğer il ve üniversiteler için, örnek oluşturulabilir...

13. PROJENİN İŞ PLANI:

Projenin İş Planı

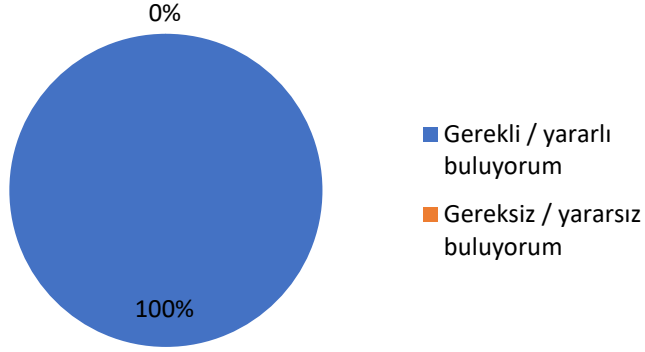
Etkinlik	Sorumluları	Tarihi	Notlar-Sonuç
Proje grubunun oluşturulması	Proje koordinatörü	4 Ekim 2023	Aktif-uyumlu çalışma önceliğiyle oluşturuldu...
Proje konusunun belirlenmesi	Proje grubu	6 Ekim 2023	Proje kurgulandı...
İletişim grubunun oluşturulması	Proje grubu sözcüsü	11 Ekim 2023	Oluşturuldu; TDP Yönergesi incelendi...
Projenin, gönüllülere tanıtılması	Proje grubu üyeleri	18 Ekim 2023	Projeye, sorumlu gönüllüler katıldı...
Projelendirmenin değerlendirilmesi	Proje grubu üyeleri	22 Kasım 2023	Proje, ara sınavda sunuldu...
Projenin, Bölüme teklif edilmesi	Doç. Dr. Tuba MELEKOĞLU	23 Kasım 2023	Proje, Fakülte Kurulunda onaylandı...
Proje grubu toplantılarının plânı	Proje üyeleri ve danışmanı	23 Kasım 2023	Toplantı plân, programları yapıldı...

Uygulamalar planlandı	Proje ekibi	24 Kasım 2023	Proje İş Plânı oluşturuldu...
Örnek uygulama	Proje ekibi	28 Kasım 2023	Anneler ile tanışıldı ve anketler yapıldı...
Projelendirmenin tamamlanması	Proje ekibi	21 Aralık 2023	Projeye son şekli verildi...
Proje hazırlıklarının sunumu	Proje ekibi	Ocak-2024	Proje hazırlıkları, final sınavında sunuldu...

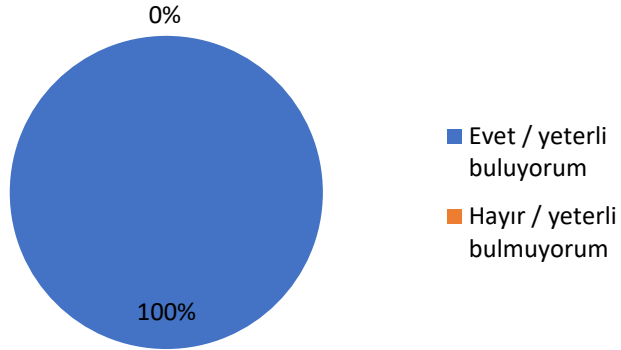
1. Hafta	Proje grubu, uygulamalar öncesi, son toplantısını yaptı; hazırlıkları gözden geçirdi.
2. Hafta	Uygulamalara yardımcı olacak malzemeler temin edildi; Uygulamalara başlandı.
3. Hafta	Özel çocukların anneleri ile tanışma ve kaynaşma etkinliği yapıldı.
4. Hafta	Annelere PANAS ve SF-36 testleri yapılarak sonuçları analiz edildi. Fiziksel uygunlukları tespit edildi.
5. Hafta	Annelerin yönlendirildiği branşlar doğrultusunda sportif- rekreatif amaçlı etkinliklere başlandı. Annelerle Zihinsel Yetersiz Çocukları Yetiştirme ve Koruma Vakfı'nda bir araya gelip yoga yaptık.
6. Hafta	Annelerimizle Engelsiz Kafe'de bir araya gelip yürüyüş etkinliğimizi tamamladık.
7. Hafta	Rahatlamalarına ve yaşam kalitelerini artırmaya katkı sağlayacak aktiviteler yaptırıldı.
8. Hafta	Annelerin sosyalleşmesi için grup çalışmaları yaptırıldı.(Voleybol – Futbol)
9. Hafta	Bahar Yılı Ara sınavı / Eğitsel oyunlar ile ilgili aktivite yapıldı.
10. Hafta	Düzenli sportif-rekreatif amaçlı etkinlikler yapılmaya devam edildi.(Kick Boks)
11. Hafta	Annelerin Psikolojik, fizyolojik ve zihinsel sağlıklarındaki iyileşmeler takip edildi.
12. Hafta	Düzenli sportif-rekreatif amaçlı etkinliklere devam edildi. Masa tenisi ve yoga egzersizleri yapıldı.
13. Hafta	Annelerin süreci değerlendirmeleri için anket yapıldı.
14. Hafta	“Proje Değerlendirme ve Sonuç Raporu” hazırlanandı.
15. Hafta	Projenin kamuoyuna sunumu yapılacak (26.05.2024); proje, AVESİS' e eklenecek...

14. DEĞERLENDİRME ANKETİ / SONUÇ RAPORU ÖZETİ:

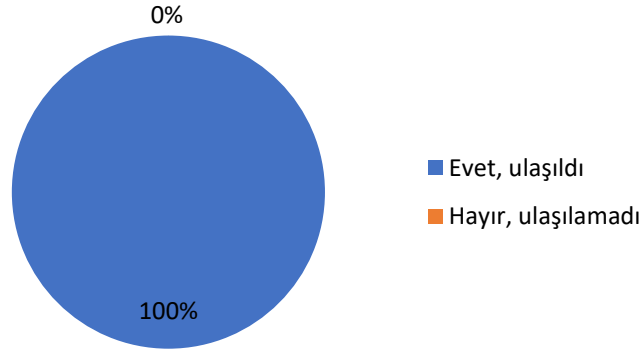
1. Yerleşkede, bu projenin uygulanmasını, nasıl değerlendiriyorsunuz?



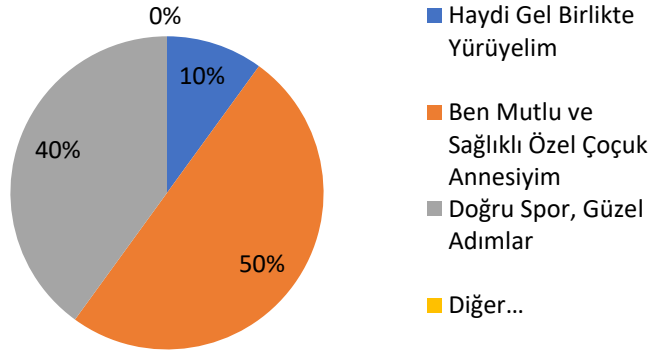
2. Proje için yapılan hazırlıkları, yeterli buluyor musunuz?



3. Projede sizce, başlangıçta belirlenen hedef ve sonuçlara ulaşıldı mı?



4. Projede, çok yararlı olduğunu gördüğünüz/düşündüğünüz etkinlik hangisiydi?



5. Proje / projede, keşke... (Lütfen tamamlayınız)

- Keşke, herkes buna benzer projeler yapsa...
- Seneye de yapılsa...
- Etkinliklerinizin arasında keşke yüzmede olsaydı...
- Her şey çok güzeldi...
- Projeniz harikaydı gerçekten...