

AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ

SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ

Spor Yöneticiliği Bölümü

TOPLUMSAL DUYARLILIK VE KATKI PROJELERİ

PROJE DEĞERLENDİRME SONUÇ RAPORU

PROJENİN ÖZETİ

İdari personele aktif yaşam ve rekreatif farkındalığı kazandırmayı amaçlayan "Akdeniz Üniversitesi İdari Personeline Sağlık İçin Spor Projesi ", Üniversitemizin idari personeline yöneliktir. Hazırlıkları 2024-2025 Akademik Yılı, Güz Döneminde yapılan proje, Bahar Döneminde, haftalık en az on (10) saat olmak üzere, 14 hafta uygulanmıştır. Dört farklı spor branşının olduğu projeyi, yaklaşık seksen bir bin yedi yüz doksan (81.790) TL karşılığı aynı yardımla, Akdeniz Üniversitesi ve Spor Bilimleri Fakültesi destekledi.

Proje hedefleri ve etkinlikleri doğrultusunda; Üniversitemizde tüm idari personele rekreatif etkinlikler kapsamında dört farklı spor branşı ile mesai saatleri dışında egzersiz yaptırıldı. Katılım sağlayan idari personelin, farklı spor branşlarını deneyimleme fırsatı sunulmuştur ve düzenli katılım ile spor disiplini kazandığı gözlemlendi.

Doksan sekiz (98) kişinin yanıtladığı "katılım Anketi" sonuçlarına göre; paydaşların % 99'u 'evet' diyerek katılım sağlayacağını belirtmiştir. Katılacağını belirtenlerin % 70'i kadınsa % 30'u erkektir. Proje yaş ortalaması otuz (30) ile altmış (60) yaş aralığındadır. Proje kapsamında yağ ölçümü, el pençe kuvveti ölçümü ve kilo-boy ölçümü yapıldı. Katılımcıların daha sağlıklı bir günlük hayat hedefi ve en az bir spor branşı öğrenmeyi amaçlandı. Proje uygulayıcıları ve katılımcıları ile seçilen dört spor branşında (Yüzme, Fitness, Tenis, Yoga) faaliyetler gerçekleştirildi.

1. PROJENİN ADI / SLOGANI:

" Akdeniz Üniversitesi İdari Personeline Sağlık İçin Spor Projesi"

" Aktif Yaşa, Verimli Çalış"

2. PROJENİN KONUSU:

Akdeniz Üniversitesi'nde görev alan idari personeli belirli zamanlarda fiziksel uygunluk, ilgi ve yeteneklerine göre sportif ve rekreatif etkinliklerle desteklemek.

3. PROJENİN AMAÇLARI / HEDEFLERİ:

1. Akdeniz Üniversitesinde görev yapan idari personeli, öğle aralarında, farklı spor dalları ile tanıştırmak, sporu sevdirmek ve düzenli-sürekli spor yapma alışkanlığı kazandırmak;
2. Fiziksel uygunluk, ilgi ve yeteneklerine göre, sportif ve rekreatif etkinliklerle desteklemek;
3. Kurumsal aidiyet duygularını geliştirmek; moral-motivasyonlarını, iş verimliliklerini, arttırmak amaçlanmaktadır.
4. Sporun insan hayatındaki yaşam kalitesine olan etkisini gözlemlemek.

4. PROJENİN HEDEF KİTLESİ:

Akdeniz Üniversitesinin idari personeli.

5. PROJEYİ DESTEKLEYEN KURULUŞLAR:

Akdeniz Üniversitesi;

Spor Bilimleri Fakültesi;

6. PROJE PERSONELİ:

Proje Danışmanı: Doç. Dr. Tuba MELEKOĞLU

Proje Asistanı: Arş. Gör. Yılmaz SUNGUR

Proje Sözcüleri: Yunus Emre ÇIRAK (501 102 0410)

Ahmet Eren AYDINLIOĞLU (544 364 9171)

Proje Grubu Üyeleri: Yunus Emre ÇIRAK (20224802013)

Ahmet Eren AYDINLIOĞLU (20224802035)

Taha ABİ (20224802046)

Alperen DOKUMACI (20224802026)

Semih GÖK (20214802051)

Ali AL (20204802042)

Osman ÜLKÜ (20224802034)

Proje Gönüllüleri:

Defne Elif GÖKER (Spor Yöneticiliği Bölümü 2. Sınıf)

Deniz NACAR (Spor Yöneticiliği Bölümü 2. Sınıf)

Arif ULAŞ (Spor Yöneticiliği Bölümü 2. Sınıf)

Emre GÖKGÖZ (Spor Yöneticiliği Bölümü 2. Sınıf)

Ayşegül ULAŞ (Spor Yöneticiliği Bölümü 2. Sınıf)

Esra GÜNGÖR (Spor Yöneticiliği Bölümü 2. Sınıf)

7. PROJENİN İŞLEYİŞİ:

- Proje grubundaki üyeler bahar dönemi boyunca yapacağı toplantılarla “Proje İş Planını” gözden geçirdi. Personelimizin serbest zamanlarını ve sağlığını dikkate alarak;
 1. Üniversitemizde / Fakültemizde gönüllü idari personelimizin serbest zamanlarını değerlendirildi.
 2. İdari personelimize egzersiz yaptırıldı.
 3. Farklı spor branşlarını deneyimleme imkânı sunuldu.
 4. Mayıs 20225'te “Akdeniz Üniversitesi İdari personeline Sağlık İçin Spor Projesi” son egzersizler yapıldı.

8. PROJENİN SÜRESİ:

14 Hafta: 2024-2025 Akademik Yılı, Bahar Dönemi boyunca;
Haftalık on (10) saat / günde altmış (60) dakika,
12.00 - 13.00 / 17.00 – 18.00 saatleri arasında uygulandı.

9. PROJENİN ETKİNLİKLERİ:

Dört spor branşında alan uygulamaları; yüzme havuzu, tenis kortu, fitness merkezi ve Spor Bilimleri Fakülte'sinde bulunan güreş salonunda yoga etkinlikleri yapıldı.

10. PROJENİN MALİYETİ:

Üniversitemizin ve Spor Bilimleri Fakülte'sinin öz kaynakları ile yürütülen emek-yoğun bir projedir. En çok, 81.790,00 TL aynî maliyetlidir. Giderler, ilgili kurumlarca karşılandı.

Bütçe Kalemleri	Akdeniz Üniversitesi İdari personeline Sağlık İçin Spor Projesi			
<i>Giderler</i>	Birim	Toplam Miktar	Birim Fiyatı (TL)	Tutar (TL)
1. Tenis Kortu	28 Saat	28	220	6.160
2. Tenis Topu	40 Adet	40	50	2.000
3. Tenis Raketi	10 Adet	10	700	7.000
4. Voleybol Topu	5 Adet	5	450	2.250
5. Mat	20 Adet	20	220	4.400
6. Plates Topu	10 Adet	10	700	7.000
7. Çember	20 Adet	20	40	800
8. Proje Afişi	20 Adet	20	5	100
9. Havuz Kulvarı	28 Saat	28	110	3.080
10. Spor Salonu	28 Saat	28	1.550	43.400
11. Stadyum Saha	28 Saat	28	100	2.800
12. Fitness Salonu	28 Saat	28	100	2.800
TOPLAM				81.790

Bütçe Kalemleri	Akdeniz Üniversitesi İdari personeline Sağlık İçin Spor Projesi			
<i>Geliler /Kaynak</i>	Birim	Toplam Miktar	Birim Fiyatı (TL)	Tutar (TL)
1. Tenis Kortu /Akdeniz Üniversitesi	28 Saat	28	220	6.160
2. Tenis Topu /Proje Ekibi	40 Adet	40	50	2.000
3. Tenis Raketi /Proje Ekibi	10 Adet	10	700	7.000
4. Voleybol Topu /SBF	5 Adet	5	450	2.250
5. Mat /SBF	20 Adet	20	220	4.400
6. Plates Topu /SBF	10 Adet	10	700	7.000
7. Çember /SBF	20 Adet	20	40	800
8. Proje Afişi /Proje Ekibi	20 Adet	20	5	100
9. Havuz Kulvarı /Akdeniz Üniversitesi	28 Saat	28	110	3.080
10. Spor Salonu /Akdeniz Üniversitesi	28 Saat	28	1.550	43.400
11. Stadyum Saha /Akdeniz Üniversitesi	28 Saat	28	100	2.800
12. Fitness Salonu /Akdeniz Üniversitesi	28 Saat	28	100	2.800
TOPLAM				81.790

11. PROJENİN SONUÇLARI, KATKILARI:

1. Üniversitemizin idari personeline farklı spor branşlarını deneyimleme fırsatı sunuldu.
2. Fakültemizin kaynaklarından yararlanılarak ölçümler yapıldı. Böylece katılımcılar durumları hakkında bilgi sahibi oldu.
3. İdari personele spor ve sporu günlük hayata uyarlama farkındalığı kazandırıldı.

12. PROJENİN SÜRDÜRÜLEBİLİRLİĞİ:

- Projenin 3. yılıdır. Proje ilk olarak 2022-2023 Eğitim Öğretim yılında faaliyete başlamıştır.2023-2024 Eğitim Öğretim yılında yılında, Akdeniz Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Toplumsal Duyarlılık ve Katkı Projeleri Koordinatörlüğünün “En Başarılı 1. Proje” Ödülü’ne lâyık görülmüştür. Proje, çıktılarına bağlı olarak, gelecek yıl / yıllarda üniversitemizin diğer birimlerinde de geliştirilerek uygulanabilir. Bunun için, projede diğer bölümlerden özellikle de 2. sınıflardan gönüllüler yer almıştır;
- Proje, kentimiz ve diğer üniversiteler için örnek oluşturabilir.

13. PROJENİN İŞ PLANI:

Etkinlik	Sorumluları	Tarihi	Notlar-Sonuç
Proje grubunun oluşturulması	Proje koordinatörü	3 Ekim 2024	Proje grup üyeleri belirlendi.
Proje konusunun belirlenmesi	Proje grubu	16 Ekim 2024	Proje danışmanı ile görüşme yapıldı, onay alındı.
İletişim grubunun oluşturulması	Proje grubu sözcüsü	18 Ekim 2024	Oluşturuldu; TDP Yönergesi incelendi.
Projenin, gönüllülere tanıtılması	Proje grubu üyeleri	28 Ekim 2024	Proje için gönüllüler belirlendi.

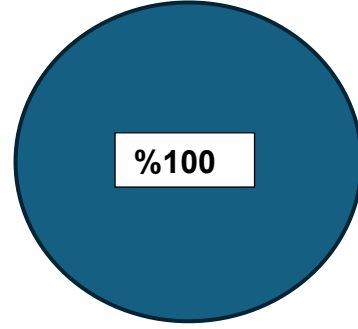
Projelendirmenin değerlendirilmesi	Proje grubu üyeleri	6 Kasım 2024	Proje, ara sınavda sunuldu.
Projenin, Bölüme teklif edilmesi	Doç. Dr. Tuba MELEKOĞLU	6 Kasım 2024	Proje, Bölüm Kuruluna sunulacak
Proje grubu toplantılarının plânı	Proje üyeleri ve danışmanı	13 Kasım 2024	Grup üyeleri ve danışman hoca ile toplantı yapıldı.
Uygulamalar planlandı	Proje ekibi	20 Kasım 2024	Proje İş Plânı oluşturuldu.
Proje Tanıtımı	Proje ekibi	9 Aralık 2024	Proje tanıtımı için fakültereye kayıt afişleri asıldı.
Projelendirmenin tamamlanması	Proje ekibi	16 Aralık 2024	Projenin son kontrolleri yapıldı.
Proje hazırlıklarının sunumu	Proje ekibi	25 Aralık 2024	Proje hazırlıkları, final sınavında sunuldu.
1. Hafta	Projenin tanıtımı ve kayıt alımı yapıldı.. (20.02.2025)		
2. Hafta	Projenin tanıtımı ve kayıt işlemleri devam etti. (24.02.2025)		
3. Hafta	Proje süreci ile ilgili bilgilendirme yapmak için gelen kayıtlar ile iletişim grubu oluşturuldu. (03.03.2025)		
4. Hafta	Tesis durumları ve uygunluğu kontrol edildi. (10.03.2025)		
5. Hafta	Tesis planlaması ve saatleri danışman hocamız Tuba MELEKOĞLU ile toplantı yapıp karar verildi. (17.03.2025)		
6. Hafta	Kayıt oluşturulmayan branşlar çıkartıldı. Tesis kullanım saatleri için izin istenildi. İdari personellerden yağ ölçümü, pençe kuvveti ölçümü, yaş, cinsiyet verileri alındı sene sonu bu verilerdeki farkı incelemek için tablo halinde işlendi. Tüm branşların planlaması idari personele aktarıldı. (24.03.2025)		
	Ara Sınav Sunumu hazırlıkları değerlendirildi		

7. Hafta	<p>Pazartesi günü atletizm egzersizi Semih GÖK tarafından gerçekleştirildi sonrasında yoga dersimizde gönüllü ekip arkadaşlarımız yardımlarıyla gerçekleştirildi. Programa göre pazartesi akşam yüzme dersleri Ahmet Eren AYDINLIOĞLU tarafından gerçekleştirildi. Salı günü yoga dersimizi gerçekleştirdik. Çarşamba günü öğlen fitness egzersizi Taha ABI tarafından gerçekleştirildi ardından akşam Tenis egzersizi Alperen DOKUMACI tarafından gerçekleştirildi. Perşembe günü öğlen yüzme teknik eğitimi Yunus Emre ÇIRAK tarafından gerçekleştirildi. Cuma günü öğlen tenis akşam fitness dersimizi gerçekleştirdik. Derslerimizde yardımcı antrenör olarak Osman ÜLKÜ bulunmuştur.</p> <p>(31.03.2025)</p>
8. Hafta	<p>Program aynı şekil uygulandı. (07.04.2025)</p>
9. Hafta	<p>Program aynı şekil uygulandı sınav programı ile denk gelmesinden dolayı pazartesi günü yoga, çarşamba günü fitness ve cuma günü tenis gerçekleştirilemedi. (14.04.2025)</p>
10. Hafta	<p>Pazartesi günü yüzme, Salı günü yoga, Cuma günü fitness dersi gerçekleştirilemedi. (21.04.2025)</p>
11. Hafta	<p>Program aynı şekilde uygulandı. Resmi tatillerde ders yapılmadı (28.04.2025)</p>
12. Hafta	<p>Program aynı şekilde uygulandı. Üniversiteler arası turnuva sebebiyle tenis dersi ve resmi tatil sebebiyle yüzme dersi gerçekleştirilemedi. (05.05.2025)</p>
13. Hafta	<p>Değerlendirme raporu için ekip toplantısı yapıldı. (12.05.2025)</p>
14. Hafta	<p>Son egzersizler yapıldı. Değerlendirme sonuç raporu teslim edildi. (20.05.2025)</p>
15. Hafta	<p>Proje kamuoyuna sunulacak. AVESİS'e eklenecek.</p>

14. DEĞERLENDİRME ANKETİ / SONUÇ RAPORU ÖZETİ:

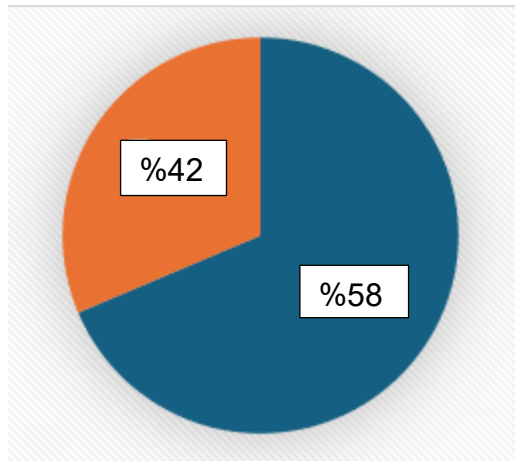
1. Yerleşkede, bu projenin uygulanmasını nasıl değerlendiriyorsunuz? (%)

- A) Yararlı buluyorum
- B) Yararsız buluyorum



2. Proje için yapılanları yeterli bulu? (%)

- A) Evet, yeterli buluyorum
- B) Kısmen yeterli buluyorum



3. Proje / projede geri dönüşler

- *Tenis hocamız çok ilgiliydi.*
- *Zaman kısıtlı olduğundan dolayı bazı bilgileri yeterli bir şekilde alamadık.*
- *Proje, her iki dönemde de uygulanırsa daha verimli olacağını düşünüyorum.*
- *Yoga için hocamıza çok teşekkür ediyorum. İlgili bir şekilde dersleri anlattı, katılmaya çalıştı ve her hafta derse hazırlıklı gelip yeni hareketler ekledi. Sadece yoga derslerini takip eden bir katılımcı olarak, etkinlik içeriği yeterli, hocamız ilgili ve bizler içinde verimli bir etkinlik oldu*
- *. Seneye de bu tarz projelerin okulumuzda Akademik ve İdari personel için devam etmesini isterim. Her şey için teşekkürler.*
- *Çoğu bölümün dersleri bu hafta son bulunca akademik ve idari personelin iş yükü azalacak muhtemelen spor tesislerinin de takvimi rahatlayacaktır. Dolayısıyla proje devam ettirilirse daha yüksek katılımlı ve verimli olacaktır diye düşünüyorum.*
- *Basketbol da eklenemez mi? Emekleriniz ve özveriniz için teşekkürler.*
- *Tenis için eline daha önce hiç raket almamış biri olarak bize çok güzel anlattı hocamız. Teşekkür ederiz*
- *Dersler çok verimli ve eğlenceli geçti bende her iki dönemde de olursa daha iyi olur kanaatindeyim, emek veren hocalarımıza çok teşekkür ederim. Her şey için teşekkürler*
- *Yoga hocamız gerçekten çok iyiydi. Emeği geçen, idari personeli dikkate alıp bu şekilde proje geliştiren tüm hocalarımıza teşekkürler. Sadece ben de diğer arkadaşlar gibi iki dönem şeklinde yapılması fikrine katılıyorum tabii böyle bir imkanınız var ise.*
- *Maalesef mesai saatlarından dolayı az katılım sağlayabildim ama spora tekrar başlamama vesile oldunuz, her şey için teşekkürler, emeklerinize sağlık.*