

AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ

SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ Antrenörlük Eğitimi Bölümü

TOPLUMSAL DUYARLILIK VE KATKI PROJELERİ PROJE FORMU

1. PROJENİN ADI / SLOGANI:

“Obez-Potansiyel Obez Ortaokul Öğrencilerine, Düzenli Egzersiz Ve Sağlıklı Beslenme Alışkanlığı Kazandırma Projesi”

“El Ele Verelim, Obeziteyi Yenelim!..”

2. PROJENİN KONUSU:

Obez-potansiyel obez ortaokul öğrencilerine, düzenli egzersiz ve sağlıklı beslenme alışkanlığı kazandırmak; obeziteyi azaltmak...

3. PROJENİN AMAÇLARI / HEDEFLERİ:

Obez-potansiyel obez ortaokul öğrencilerine;

1. Sporu sevdirmek, düzenli-sürekli egzersiz alışkanlığı kazandırmak;
2. Sağlıklı, dengeli ve düzenli beslenme alışkanlığı kazandırmak;
3. Kilo kontrolü bilinci kazandırmak;
4. Fiziksel ve sosyal gelişim süreçlerine katkıda bulunmak;
5. Yaşam kalitelerini arttırmak.

4. PROJENİN HEDEF KİTLESİ:

Gıyaseddin Keyhüsrev Anadolu İmam Hatip Lisesi/Ortaokulu obez-potansiyel obez öğrenciler...

5. **PROJEYİ DESTEKLEYEN KURULUŞLAR:**

Akdeniz Üniversitesi;

Spor Bilimleri Fakültesi;

Antalya Milli Eğitim İl Müdürlüğü;

Gıyaseddin Keyhüsrev Anadolu İmam Hatip Lisesi/Ortaokulu;

Antalya Özgecan Aslan Gençlik Merkezi;

Antalya Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüğü;

Görüşmeleri devam eden sponsorlar...

6. **PROJE PERSONELİ:**

Proje Danışmanı : Prof. Dr. Yaşar Gül ÖZKAYA

Proje Asistanı : Arş. Gör. Yılmaz SUNGUR
Arş. Gör. İrem VAROL
Arş. Gör. Bengisu Müge CANBAZOĞLU

Proje Sözcüleri : Hilal ALTUNTAŞ (544 244 93 12)
Bahar EKİNCİ (543 329 33 16)

Proje Grubu Üyeleri : Mustafa SÜLÜKER, Bahar EKİNCİ,
Nazmi Can ÖPÇİNER, Hilal ALTUNTAŞ

Proje Gönüllüleri : Nayime GÜNEŞ (Antrenörlük Eğitimi Bölümü-1)
Eslem DEMEZ (Antrenörlük Eğitimi Bölümü-1)
Evin SAYIN (Antrenörlük Eğitimi Bölümü-2)
İsa ÇELİK (Antrenörlük Eğitimi Bölümü-2)

7. **PROJENİN İŞLEYİŞİ:**

- Proje personeli, bahar dönemi boyunca, bir hafta önce yapacağı periyodik toplantılarla, “**Proje İş Planını**” gözden geçirecek; proje hedef kitlesinin (obez-potansiyel obez ortaokul öğrencileri) beklentilerini, ihtiyaçlarını ve önceliklerini de dikkate alarak;

1. Gıyaseddin Keyhüsrev Anadolu İmam Hatip Lisesi/Ortaokulu obez-potansiyel obez çocuklara sağlıklı beslenme ve düzenli egzersiz alışkanlığı kazandırmaya;
 2. Sporu sevdirmeye, düzenli-sürekli egzersiz alışkanlığı kazandırmaya;
 3. Sağlıklı, dengeli ve düzenli beslenme alışkanlığı kazandırmaya;
 4. Fiziksel ve sosyal gelişim süreçlerine katkıda bulunmaya;
 5. Yaşam kalitelerini artırmaya yönelik çalışmalar, uygulamalar yapılacaktır...
- Nisan 2023'te, "EI Ele Verelim, Obeziteyi Yenelim" final etkinliği yapılacaktır...

8. PROJENİN SÜRESİ:

14 Hafta: 2022-2023 Akademik Yılı, Bahar Dönemi boyunca;
Haftada en az iki (2) saat, planlanmış uygulamalar...

9. PROJENİN ETKİNLİKLERİ:

1. Görüşme ve yazışmalar;
2. Tanıtıcı-uyarıcı duyuru ve anket çalışmaları;
3. Velileri bilgilendirmeye yönelik toplantılar yapılması;
4. Onam Formlarının alınması;
5. Sağlık Raporlarının alınması;
6. Ölçüm Testlerinin yapılması;
7. Test sonuçları doğrultusunda, uygulamaların yapılması;
8. Sağlık beslenme konusunda öğrenci ve velilerin bilgilendirilmesi, bilinçlendirilmesi ve yönlendirilmesi;
9. Düzenli-sürekli egzersiz yaptırılması;
10. Verilerin değerlendirilmesi, analizi, raporlaması ve sunulması...

10. PROJENİN MALİYETİ:

Üniversitemiz, Fakültemiz, Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüğü, İl Millî Eğitim Müdürlüğü ve yerel yönetimlerin öz kaynakları ile yürütülecek emek-yoğun bir projedir. Sponsorlardan sağlanacak 18.546 TL. aynı maliyet öngörülmektedir.

Projenin maliyeti tablo halinde sunulacaktır.

11. PROJEDEN BEKLENEN SONUÇLAR, KATKILAR: **Hedefler**

Obez-potansiyel obez ortaokul öğrencilerine;

1. Spor sevdireldi, düzenli-sürekli egzersiz alışkanlığı **kazandırıldı;**
2. Sağlıklı, dengeli ve düzenli beslenme alışkanlığı **kazandırıldı;**
3. Kilo kontrolü bilinci **kazandırıldı;**
4. Fiziksel ve sosyal gelişim süreçlerine katkıda **bulunuldu;**
5. Yaşam kaliteleri **arttırıldı...**

12. PROJENİN SÜRDÜRÜLEBİLİRLİĞİ:

- Projenin ilk yılıdır. Proje, çıktılarına bağlı olarak, gelecek yıl / yıllarda, diğer eğitim kurumlarında da geliştirilerek uygulanabilir;
- Projeye, Üniversitemizin ilçelerdeki birimleri de eklenebilir;
- Proje; diğer il, okul ve üniversiteler için örnek oluşturabilir...

13. PROJENİN İŞ PLANI:

Etkinlik	Sorumluları	Tarihi	Notlar-Sonuç
Proje grubunun oluşturulması	Proje koordinatörü	28 Eylül 2022	Etkin-uyumlu çalışma önceliğiyle Oluşturuldu...
Proje konusunun belirlenmesi	Proje grubu	05 Ekim 2022	Proje tasarlandı...
İletişim grubunun oluşturulması	Proje grubu sözcüleri	05 Ekim 2022	Oluşturuldu; TDP Yönergesi incelendi...
Projenin, gönüllülere tanıtılması	Proje grubu üyeleri	12 Ekim 2022	Projeye, sorumlu gönüllüler katıldı...
Proje okulunun belirlenmesi	Proje grubu	19 Ekim 2022	Belirlendi; Gıyaseddin Kevhiser, Ortaokulu...
Uygulama alanının belirlenmesi	Proje grubu	26 Ekim 2022	Mekân ve servis ihtiyacı giderildi...
Proje içeriklerinin değerlendirilmesi	Proje ekibi	02 Kasım 2022	Proje formu, künyesi, sözleşme ve teklifi hazırlandı...
Projelendiriminin değerlendirilmesi	Proje grubu üyeleri	16 Kasım 2022	Proje, ara sınavla sunuldu...
Projenin, Bölüme teklif edilmesi	Prof. Dr. Yaşar Gül ÖZKAYA	18 Kasım 2022	Proje, Bölüm Kurulunda onaylandı...
Proje grubu toplantılarının plânı	Proje üyeleri ve danışmanı	23 Kasım 2022	Toplantı plân, programları yapıldı...
Uygulamalar planlandı	Proje ekibi	30 Kasım 2022	Proje İş Plânı oluşturuldu...
Uygulama alanı kontrol edildi	Proje ekibi	30 Kasım 2022	Uygulama ekipmanları tamamlandı...
Projelendiriminin tamamlanması	Proje ekibi	08 Aralık 2022	Projeye son şekli verildi...
Proje hazırlıklarının sunumu	Proje ekibi	Ocak-2023	Proje hazırlıkları, final sınavında sunuldu...

1. Hafta	Proje grubu, uygulamalar öncesi, son toplantısını yapacak, hazırlıkları gözden geçirecek...
2. Hafta	Velileri ve öğrencileri sağlıklı beslenme konusunda bilinçlendirmeye yönelik tanıtıcı-uyarıcı duyurucu ve anket çalışmaları yapılacak, onam formları ve sağlık raporları alınacak...
3. Hafta	Ölçüm testleri yapılacak, test sonuçları doğrultusunda uygulamalara başlanacak...
4. Hafta	Uygulamalara devam edilecek...
5. Hafta	Spora teşvik amaçlı öğrenciler spor müsabakası izlemeye götürülecek / Uygulamalara devam edilecek...
6. Hafta	Düzenli-süreklî egzersizler yaptırılmaya devam edilecek...
7. Hafta	"Tablet ve telefandan uzaklaş, sağlıklı hayata yaklaşıp" etkinliği yapılacak / Uygulamalara devam edilecek...
8. Hafta	Veriler alınıp değerlendirilecek. / Uygulamalara devam edilecek...
9. Hafta	Vize sunumu yapılacak. / Uygulamalara devam edilecek...
10. Hafta	Uygulamalara devam edilecek...
11. Hafta	Velilerle öğrenciler hakkında geri dönüş toplantısı yapılacak. / Uygulamalara devam edilecek...
12. Hafta	"El Ele Verelim, Obesiteyi Yenelim" etkinliği düzenlenecek. / Uygulamalara devam edilecek...
13. Hafta	"Paydaş Değerlendirme Anketleri" uygulanacak; proje sunumu hazırlıkları yapılacak. / Uygulamalar bitirilecek...
14. Hafta	"Proje Değerlendirme ve Sonuç Raporu" hazırlanacak...
15. Hafta	Projenin kamuoyuna sunumu yapılacak (26.05.2023); proje, AVESIS'e eklenecek...

14.PROJE MALİYET TABLOSU:

Bütçe Kalemleri	Obez-Potansiyel Obez Ortaokul Öğrencilerine, Düzenli Egzersiz <u>Ve</u> Sağlıklı Beslenme Alışkanlığı Kazandırma Projesi			
Giderler	Birim	Toplam Miktar	Birim Fiyatı (TL)	Tutar (TL)
1. Meyve	200 Kg	1000	15.00	3.000.00
2. İçme Suyu (küçük)	20 Koli	480	94.80	1.896.00
3. Süt (küçük)	1000 Adet	1000	5.15	5.150.00
4. Tişört	40 Adet	40	100.00	4.000.00
5. Fotokopi	300 Adet	300	3.00	900.00
6. Ulaşım giderleri	100 Km	100	20	2.000.00
7. Top	4 Adet	4	300	1.200.00
8. Huni	10 Adet	10	40	400.00
TOPLAM				18.546.00
Bütçe Kalemleri	Obez-Potansiyel Obez Ortaokul Öğrencilerine, Düzenli Egzersiz <u>Ve</u> Sağlıklı Beslenme Alışkanlığı Kazandırma Projesi			
Gelirler / Kaynak	Birim	Toplam Miktar	Birim Fiyatı (TL)	Tutar (TL)
1. Meyve	200 Kg	1000	15.00	3.000.00
2. İçme suyu(küçük) / <u>Ceysu</u>	20 Koli	480	94.80	1.896.00
3. Süt(küçük)	1000 Adet	1000	5.15	5.150.00
4. Tişört	40 Adet	40	100.00	4.000.00
5. Fotokopi	300 Adet	300	3.00	900.00
6. Ulaşım giderleri / <u>Özgecan Aslan Gençlik Merkezi</u>	100 Km	100	20	2.000.00
7. Top / <u>Özgecan Aslan Gençlik Merkezi</u>	4 Adet	4	300	1.200.00
8. Huni / <u>Özgecan Aslan Gençlik Merkezi</u>	40 Adet	40	10	400.00
TOPLAM				18.546.00

