

**T.C.**

**ATATÜRK ÜNİVERSİTESİ**

**TOPLUMSAL DUYARLILIK PROJELERİ UYGULAMA VE ARAŞTIRMA MERKEZİ**

**SONUÇ RAPORU**

**Proje Adı: BUZDA DANS**

**Proje Kodu: 6ca876a1-8008-4727-857f-2a833556526d**

**Proje Danışmanı: Arş. Gör.** **Enes TEKMAN**

**Proje Yürütücüsü**

Berfin İlknur ROMA

**Grup Üyeleri**

Betül CAN

Şevval ARSLAN

**EKİM 2023**

**Erzurum**

**İÇİNDEKİLER**

[ÖZET 3](#_Toc124967574)

[ABSTRACT 3](#_Toc124967575)

[GİRİŞ 4](#_Toc124967576)

[ETKİNLİK 4](#_Toc124967577)

[SONUÇLAR 5](#_Toc124967578)

[PROJE UYGULAMASINA AİT GÖRSELLER 5](#_Toc124967579)

# ÖZET

Bu proje kapsamında buz pateni sporunu desteklemeyi ve toplumda farkındalığını arttırmayı amaçlayan bir etkinlik planlanmıştır. Bu doğrultuda Atatürk Üniversitesi Eczacılık Fakültesi öğrencileri tarafından düzenlenen 7.Ulusal FARMAKON 2023 Kongresi kapsamında katılımcı eczacılık öğrencileri ile Tuncay ALTINOK hocamız başta olmak üzere diğer yardımcı hocalarımız eşliğinde buz pateni sporu başarılı bir şekilde tamamlanmıştır. Etkinlik alanında buz pateninin insanların düzenli fiziksel aktivite yapmalarını teşvik ettiği, kalp hastalıkları, diyabet gibi kronik hastalıkların riskini azalttığı ve genel sağlığı iyileştirdiği, Ayrıca, buz pateni tesisleri ve etkinlikleri topluluklar arasında sosyal bağları güçlendirdiği, gençlerin disiplin, özgüven, sabır ve kendini ifade etme becerilerini geliştirmelerine yardımcı olabileceği anlatılmıştır. Etkinlik esnasında bu sporu doğru bir şekilde gerçekleştirmek için alanında uzman eğitmen hocalardan destek alınmıştır. Bu proje Atatürk Üniversitesi Toplumsal Duyarlılık Projeleri tarafından desteklenmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Buz pateni, Farmakon, Denge, Buz sporları

 **ABSTRACT**

This project aims to support ice skating and raise awareness in the society. In this direction, within the scope of the 7th National FARMAKON 2023 Congress organized by the students of Atatürk University Faculty of Pharmacy, the ice skating sport was successfully completed with the participating pharmacy students and our other assistant lecturers, especially Tuncay ALTINOK. In the event area, it was explained that ice skating encourages people to do regular physical activity, reduces the risk of chronic diseases such as heart diseases, diabetes and improves overall health, In addition, ice skating facilities and activities strengthen social ties between communities and can help young people develop discipline, self-confidence, patience and self-expression skills. During the event, support was received from expert instructors to perform this sport correctly. This project was supported by Atatürk University Social Sensitivity Projects.

**Keywords**: Ice Skating, Farmakon, Balance, Ice Sports

*Etkinlik boyunca tüm fotoğraflarda kişilerin yazılı izni alınmıştır. İzni alınmayan görüntüler bulanık şekilde sunulmuştur. Bu konuda tüm sorumluluğun yürütücü ve araştırmacılara ait olduğunu beyan ederiz.*

# GİRİŞ

Spor, insanların ruhsal ve fiziksel sağlığı açısından oldukça önemlidir. Buz pateni sporu da sağlığı destekleyici niteliği olan karmaşık yapılan sporlardan biridir. Yani yapıldığında vücuda birden fazla beceri kazandırır; metabolizmayı güçlendirir, solunum kapasitesini arttırarak daha iyi bir kondisyon sağlar, kalp damar sağlığı açısından da koruma sağlamaktadır. Buz pateninin insan sağlığı üzerindeki etkilerine dikkat çekmek için bu proje tasarlanmıştır. ”BUZDA DANS” ile Atatürk Üniversitesi Eczacılık Fakültesi öğrencileri tarafından düzenlenen 7.Ulusal FARMAKON 2023 Kongresi kapsamında katılımcı eczacılık öğrencileri ile Tuncay ALTINOK hocamız ve diğer yardımcı hocalarımız eşliğinde buz pateni sporunun yapılışı ve sağlık üzerine etkilerinin anlatılmasıyla öğrencilerde farkındalık oluşturmak amaçlanmıştır. Yalnızca farkındalık oluşturmak değil, öğrencilere kapsamlı bilgi verilmiş, öğrenciler bu sporu düzenli olarak gerçekleştirmeleri konusunda teşvik edilmiştir.

# ETKİNLİK

**Araştırmanın Yapıldığı Yer ve Zaman:** Spor Genel Müdürlüğü Buz Pateni Salonu,27 Ekim 2023

**Kullanılan veya Dağıtımı Yapılan Malzemeler:** Yaka kartı, afiş, ikramlık

**Projenin Uygulanışı:** Atatürk Üniversitesi Eczacılık Fakültesi öğrencileri tarafından düzenlenen 7.Ulusal FARMAKON 2023 kongresi katılımcı öğrencileri ile 27.10.2013 tarihinde Nenehatun Kongre Merkezi önünde toplanıldı. Salon girişine öğrenciler yönlendirilip afişler asıldı. Katılımcı öğrencilere yaka kartları dağıtıldı. Buz pateni sporunun yapılacağı alana öğrenciler transfer edildi. Eğitmen eşliğinde kısa bir eğitim yapıldı ve gerekli ekipmanlar giyildi. Eğitmenlerin yardımıyla 2 saat boyunca spor etkinliği gerçekleştirildi. Spor etkinliği sonunda öğrenciler bir araya toplandı ve kahve ile kuru pastalar ikram edildi.

# SONUÇLAR

Projemiz kapsamında buz pateni sporu gerçekleştirilmiş, bu spor hakkında öğrenciler bilgilendirilerek farkındalık sahibi olmaları sağlanmıştır. Ayrıca spor tesisi çalışanları ve öğrenciler arasında sosyal ilişkiler kurulmuş olup öğrencilerin bu spora merakı ve ilgisi artmıştır. Sonuç olarak yapmış olduğumuz proje ile bu spor hakkında bilgisi ve deneyimi olmayan öğrenciler için eğitici ve keyifli bir etkinlik gerçekleştirilmiştir. Projemizi destekleyerek bize bu çok önemli fırsatı sağladığından dolayı Atatürk Üniversitesi Toplumsal Duyarlılık Projeleri Uygulama ve Merkezi’ne teşekkür ederiz.