



**T.C.**

**ATATÜRK ÜNİVERSİTESİ**

**TOPLUMSAL DUYARLILIK PROJELERİ UYGULAMA VE ARAŞTIRMA MERKEZİ**

**SONUÇ RAPORU**

**Proje Adı: Sağlık, Hareket, Temizlik: Mutluluğun Anahtarı**

**Proje Kodu: 51ba2cb0-24f4-48dc-88c1-c7c40c25d73b**

**Proje Yürütücüsü**

Doç. Dr. Hasret Yalçınöz Baysal

**Grup Üyeleri**

Bedirhan Baykara

Feyza Nur Murat

Elife tıraş

Mohamad Yahya khaled

Esra Göknel

Çağla Baycan

Hacer Öztürk

Kadriye Kılıç

Çiğdem Ecer

Bedirhan Baykara

**Aralık 2023**

**Erzurum**

## İÇİNDEKİLER

ÖZET.....	3
ABSTRACT.....	3
GİRİŞ.....	4
ETKİNLİK.....	4
SONUÇLAR.....	4
PROJE UYGULAMASINA AİT GÖRSELLER.....	6

## ÖZET

Planlanan proje kapsamında sunumlar hazırlandı ve araştırmacılar bu konuda eğitildi ve bilgilendirildi. eğitim kapsamında öğrencilere sağlıklı beslenme ve egzersizin önemi hakkında bilgi verildi. Ardından öğrencilerle soru cevap etkinliği yapıldı. Öđrencilerin farkındalık kazanması sağlandı.

**Anahtar Kelimeler:** Sağlık, Hareket, Temizlik:

## ABSTRACT

The presentations have been prepared within the scope of the planned project, and researchers have been trained and informed on the subject. As part of the training, information was provided to students about the importance of healthy eating and exercise. Following that, a question-and-answer session was conducted with the students, leading to the students gaining awareness.

**Keywords:** Health, Movement, Cleanliness:

*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

İlkokul çağındaki çocuklara sağlık, egzersiz ve temizlik konularında verilen eğitim, hayatları boyunca sürdürecekleri sağlıklı alışkanlıklar kazandırmak adına son derece önemlidir. Bu yaş döneminde alınacak sağlık eğitimi, çocuklara bedenlerini doğru bir şekilde anlamaları, fiziksel aktiviteyi benimsemeleri ve kişisel temizlik alışkanlıklarını geliştirmeleri konularında temel bilgiler sunar. Sağlık eğitimi, çocuklara sağlıklı beslenme, düzenli egzersiz ve hijyen konularında bilgi vererek, genç yaşta sağlıklı bir yaşam tarzını teşvik eder. Egzersiz, çocukların fiziksel gelişimini desteklerken aynı zamanda enerji seviyelerini artırarak odaklanma ve öğrenmeye katkı sağlar. Temizlik alışkanlıkları da ilkökul çağındaki çocuklar için kritik öneme sahiptir. El yıkama, diş fırçalama gibi temel hijyen uygulamaları, bulaşıcı hastalıkların önlenmesinde etkili rol oynar. Bu eğitimler, çocukların kendi sağlıklarına daha fazla sorumluluk duymalarını sağlar ve sağlıklı alışkanlıkları yaşamları boyunca sürdürmelerine yardımcı olur.

## ETKİNLİK

**Araştırmanın Yapıldığı Yer ve Zaman:** Bu proje Barbaros Hayrettin Paşa İlkokulu'nda 22-12-2023 tarihinde gerçekleştirilmiştir.

**Kullanılan veya Dağıtım Yapılan Malzemeler:** Slayt sunumları

**Projenin Uygulanışı:** Öğrencilere hazırlanmış olan eğitim sunumuyla ilk olarak sağlıklı beslenme ve egzersizin önemi anlatıldı. Daha sonra sağlıklı beslenme ve egzersiz yöntemleri görseller aracılığıyla gösterildi. Son olarak bilgileri pekiştirmek amacıyla oyunusal bir öğreti etkinliği düzenlendi.

## SONUÇLAR

Projemiz kapsamında belirlenen okula eğitimler gerçekleştirilmiş. Verilen eğitim kapsamında öğrencilere sağlık, egzersiz, temizliğin önemi hakkında farkındalık oluşturulmak istenmiştir. Bu farkındalık sayesinde sağlıklı davranış alışkanlıklarına gerekli olan özeni gösterip, bunu ailesine ve etrafındakilerde anlatıp onların da farkındalığı oluşturulmak istenmiştir.

Projemizi destekleyerek ilkökul çocukları için çok önemli bir aktivite ortamı sağladığından dolayı Atatürk Üniversitesi Toplumsal Duyarlılık Projeleri Uygulama ve Merkezi'ne teşekkür ederiz.

## TUTANAK


Atatürk Üniversitesi Toplumsal Duyarlılık Projesi kapsamında "Sağlık, Hareket, Temizlik: Mutluluğun Anahtarı" isimli proje ile ilgili Barbaros Hayrettin Paşa İlkokulunda 1.S.(Ortaokul)..şubeye sağlıklı beslenme ve egzersiz konusu hakkında proje ekibi tarafından eğitim verilmiştir.

22.12.2023

  
Uğur ÖREN  
Müdür Yardımcısı  
Okul Müdürü

Proje Yürütücüsü/Araştırmacı

Doç. Dr. H. Seret Jalgöz Baysal



## PROJE UYGULAMASINA AIT GÖRSELLER

