



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



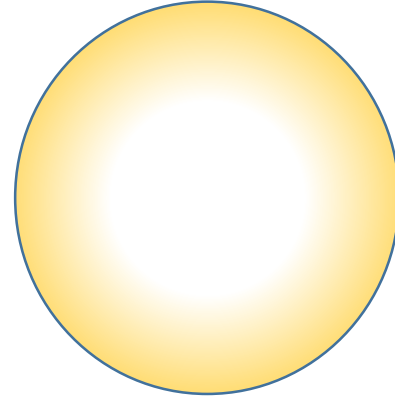
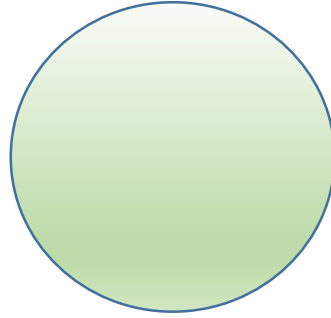
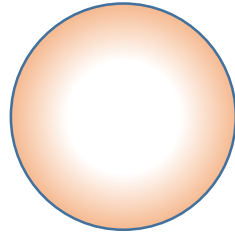
# SEARCH

SPORT EDUCATION FOR ACTIVE  
AND RESPONSIBLE CITIZENSHIP  
THROUGH HEALTH CARING



# MODÜL

## 3



# SPORUN SOSYAL İŞLEVİ

## **Bölüm 4**

# **Gençlik Eğitimi için Proje Yönetim Stratejisi**



◆ RİSKLİ ALANLARDA VEYA DEZAVANTAJLI AİLE DURUMLARINDA  
13-17 YAŞ GRUPLARINA ÖZEL SPOR PROGRAMLARI.

◆ GELİŞTİRME PROGRAMLARI

◆ SPOR LİDERLİĞİNİN ÖNEMİ

# GİRİŞ: SPOR PROGRAMLARININ ÖNEMİ



Yerel düzeyde genellikle toplum, okul ve sağlık çalışanları ve gönüllüleri, sporun gençler ile çalışmanın etkili bir yolu olduğunu düşünüyorlar.

Spor, risk altındaki gençlerin günlük yaşam zorluklarıyla daha iyi başa çıkmalarına ve şiddet, suça veya uyuşturucu kullanımından uzaklaşmalarına olanak tanıyan benzer beceriler geliştirmek için önemli bir fırsat sunar.



Sporun faydalarının özellikle aşağıdakilerle ilgili olduğu düşünülmektedir: yoksullar ve dışlanmış olanlar dahil en savunmasız kızlar ve kadınlar, engelliler, çatışma bölgelerinde yaşayanlar ve travmadan iyileşenler.

# Kimler risk altında kabul ediliyor?

Risk altındaki genç, yetişkinliğe başarılı bir geçiş için aşırı tehditlerle karşı karşıya olan bir çocuk veya ergendir. Risk altındaki gençlerin özellikleri arasında okuldan kaçma, akademisyenlere ilgisizlik ve okul ortamından kopukluk yer alır.□□□

- Risk kategorisine giren gençlere çeşitli faktörler katkıda bulunabilir:
  - Yoksulluk
  - Aile dengesizliği ve işlev bozukluğu
  - Kararsız okul ortamı
  - Yetersiz topluluk kaynakları
  - Olumsuz çocukluk deneyimleri



# Risk altındaki gençler için yetişkinlik sorunları

Risk altındaki bir genç yardım almadan ne kadar uzun süre kalırsa, diğer sorunlarla dolu bir hayata o kadar yatkındır. Uyarı işaretlerini göz ardı etmek, risk altındaki gençlik gösterileri, aşağıdakiler de dahil olmak üzere gelecekte sorunlara yol açabilir:

Bağımlılık

Şiddet

Kendi kendine zarar vermek

Madde bağımlılığı



- Risk altındaki gençlerin intihar düşünceleri ve hapsedme oranları daha yüksektir. Yardım olmadan, riskli etkiler sergileyen bir gencin geleceği tehlikede olabilir.

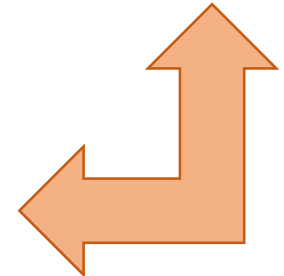
# Spor programlarının risk altındaki gençler üzerindeki etkisi

GENÇLER DÜNYADAKİ EN KIRILGAN KİŞİLERDİR. HAYATININ ÇOK ETKİLİ BİR ZAMANINDADIR VE GELİŞİMİNİN ÖNEMLİ BİR AŞAMASINDADIR.

GÜNÜMÜZ TOPLUMUNDA GENÇLER HER ŞEYDEN DAHA FAZLA BOZULMA YAPIYOR VE TEKNOLOJİ SONUCUNDA İZOLASYONDA DAHA FAZLA ZAMAN GEÇİYOR.

DAHA FAZLA ÇALIŞMA, SPORUN RİSK ALTINDAKİ GENÇLER ÜZERİNDE OLABİLECEĞİ OLUMLU ETKİLERİ GÖSTERMEKTEDİR VE BU SPOR PROGRAMLARININ ARTTIRILMASINA NEDEN OLDU

RİSKLİ GENÇLERİN SOSYAL ETKİLEŞİMLERE VE DİĞERLERDEN ZAMAN YATIRIMLARINA İHTİYACI VAR. AYRICA POZİTİF SONUÇLARA ULAŞMAK İÇİN FIRSAT SUNULMALIDIR.





# Spor programlarının risk altındaki gençler üzerindeki etkisi



SPOR, RİSKLİ GENÇLER  
TARAFINDAN DAHA AZ  
OLUMLU  
AKTİVİTELERDE  
KULLANILAN  
ZAMANLARI POZİTİF  
ŞEKİLDE DOLUYOR

EGZERSİZ DÜŞÜNME VE  
ÖĞRENME, DİKKAT VE  
ODAKLANMA DUYGUSAL  
DÜZENLEME, KENDİNİ  
KONTROL, STRES YÖNETİMİ,  
KAYGI VE DEPRESYONU  
İYİLEŞTİRİR

SPOR BECERİ  
GELİŞTİRME YOLUYLA  
MENTORLUK, DOSTLUK,  
LİDERLİK VE BAŞARI  
SAĞLAR

ÇOCUK GELİŞİMİ VE SAĞLIĞI  
İÇİN FAYDALARI

# Spor programlarının risk altındaki gençler üzerindeki etkisi



- Motor becerilerini artırır.
- Öz disiplini teşvik eder.
- Takım çalışmasını öğretir.
- Liderlik becerileri yaratır.
- Başkalarıyla işbirliği yapmanın gerekliliğini öğretir.
- Akran ilişkilerini güçlendirir.
- Akranlarına saygı duymayı öğretir.
- Hedef belirlemeyi teşvik eder.
- Gelecek için sağlıklı alışkanlıklar yaratır
- Depresyon riskini azaltır
- Hafızayı geliştirir
- Çoklu görev becerileri üretir
- Uyku düzenini iyileştirir
- Öğrenme kapasitesini genişletir
- Stresle baş etme yeteneğini artırır
- Ruh halini dengeler
- Can sıkıntısından kurtulmak için çeşitli aktiviteler sunar
- Bir başarı duygusu yaratır
- Problem çözme becerilerini geliştirir
- Kas tonusunu iyileştirir
- Uzun vadeli sağlık sorunları ihtimalini azaltır

# GELİŞTİRME PROGRAMLARI



□

- **Spor programı**, basketbol, beyzbol, futbol, futbol, atletizm veya diğer rekabetçi etkinlikleri içeren, okul içi veya okullar arası rekreasyon amacıyla düzenlenen bir yüksek öğrenim kurumunun veya bir devlet okulunun veya devlet dışı bir okulun bir programı veya bir bölümü anlamına gelir.
- **Spor programları** genellikle, sporun onları kurtaracağı varsayımıyla, okulda başarısız olma veya "ideal" bir yetişkinliğe geçememe riski taşıyan erkek çocukları hedef alır.
- Ayrıca spor programları, risk altındaki gençlerin gelişimine yardımcı olacak çeşitli konularla ilişkilendirilebilir.



# GELİŞTİRME PROGRAMLARI



SPOR YOLUYLA SAĞLIĞI GELİŞTİRMEK



SPOR YOLUYLA GENÇLİK GELİŐİMİNİ İLERLEME



SPOR YOLUYLA EĞİTİM HEDEFLERİNİ GELİŞTİRME



# GELİŞTİRME PROGRAMLARI



SPOR YOLUYLA BARIŐ VE İSTİKRARI GELİŞTİRMEK



SPOR YOLUYLA EŐİTLİĐİ VE KAPSAYICIYI  
GELİŞTİRMEK



CİNSİYET EŐİTLİĐİNİ SPORLA GELİŞTİRMEK



# SPOR LİDERLİĞİNİN ÖNEMİ



- **Liderlik, bireyleri ve grupları belirlenen hedeflere doğru etkileyen davranışsal bir süreç olarak düşünülebilir. Böylelikle bir lider, bireyi veya grubu başarıya götürürken oyuncu memnuniyetini sağlamak gibi ikili bir işleve sahiptir. Liderlik, başkasına yapılmasını istediğiniz bir şeyi yaptırma sanatıdır ve birçok farklı beceriyle kendilerine ve başkalarına doğru şeyi yapmalarına yardımcı olurlar. Bu beceriler daha sonra öğretmenden öğrenciye aktarılabilir, sadece onları daha iyi bir sporcu yapmakla kalmaz, aynı zamanda onları bir kişi olarak inşa eder.**
- **Başarılı takımların güçlü liderleri vardır ve bu rolün önemi tüm spor kategorilerinde belirgindir. Bir liderin performansı interaktif oyunlarda ve maçlar sırasında çok nettir. Birlikte aktif durumlarda daha az belirgin olsa da, liderin bir ekibin performansının etkinliğine katkısı da etkilidir.**



# SPOR LİDERLİĞİNİN ÖNEMİ



- İyi liderlik becerileri her yaşta sporcu koçu için önemlidir, çünkü ebeveynlerinden sonra sahip oldukları en büyük etkiyi koçu yapar, eğer bir koç iyi ve güçlü bir lider olarak görülüyorsa, onlara ulaşmak için daha çok çalışmalarını için ilham verir. istedikleri yerde.
- Liderlik becerilerinin çok önemli olmasının bir başka nedeni de, koğun beceri veya eğitim seansını çok fazla engel ve kesinti olmadan başarılı bir şekilde gerçekleştirebilmesidir. Birinin bu becerileri geliştirmesinin birçok yolu olabilir, bunlardan bazıları önemsiz şeyler olabilir, örneğin;



SPORT  
LIFE

# BAŞARILI LİDERLİĞİN UNSURLARI



Başarılı liderliğin örnekleri ve unsurları olarak görülebilecek pek çok farklı şey vardır. Bir koç için başarılı bir lider olmanın temel unsurlarından bazıları sporcularla veya öğrencilerle olumlu bir ilişki kurmak, sporcuya meydan okumak, onları desteklemek ve cesaretlendirmek, sonuçlar için onları yönlendirmektir:

- **Olumlu bir ilişki kurmak** : Güvendiğiniz birinden öğrenmek daha kolaydır, bu nedenle koçların öğrencileriyle güçlü bir pozitif ilişki kurmaya çalışması ve geliştirmesi gerekir. Sağlıklı ve etkili bir dizi sınır oluşturmak için dikkatli olmaları gerekir. Bu sınırlar, bu ilişkinin hem profesyonel hem de etkili kalmasına yardımcı olur.
- **Sporcuya meydan okumak** : Sporcuya meydan okumak, sporcunun gelişmesi için anahtardır ve onların yapabilecekleri ve yapamayacakları konusunda daha bilinçli olmanızı sağlar. Meydan okuma, antrenörün liderlik becerilerini geliştirmeye yardımcı olur çünkü sporcuların sporcularına ve ebeveynlerine her bir çocuğun sonuçlarıyla ilgilendiklerini ve onlara sadece başka bir çocuk gibi davranıp onlara aynı şekilde davranarak onları zorlamadıklarını gösterir Olabilecekleri en iyi sporcu olmalarını sağlamak için herhangi bir şekilde veya biçimde.



# **Anahtar Kelimeler**

**Liderlik**

**Geliştirme**

**Kazanım**

**Yaşam becerileri**

**Risk Altındaki Gençlik**

**Meydan okuma**

**Spor Programı**

**Fiziksel aktivite**

**Hedefler**



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

