

SOKAKLARDA ATLETİZM PARKURLARININ GERÇEKLEŞTİRİLMESİ İÇİN REHBER: “SOKAK SPORU EĞİTİMİ”

TRACK & FIELD, A RACE TOWARDS THE FUTURE: INCLUSION IN SPORT OF YOUNG PEOPLE FROM DISADVANTAGED BACKGROUNDS



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



Önsöz

Günümüzde hiç kimse eğitim hayatında spor çalışmalarının öğretici ve birleştirici taraflarını inkâr etmiyor, hatta bütün kurumlar nezdinde ne kadar gerekli olduğu, bireylere değerler eğitiminde, sağlıklı bir hayat ve toplumsal yaşam sunması konusunda ne kadar çok fayda sağladığı çalışma ve sosyal hayatı düzenleyenlerce de sık sık tekrar ifade edilmekte. Track&field4all Projesi de sadece topluma ve bireylere hizmet taşımakla kalmamakta ve bunun dışında eğitimcilerle, gençlere ve diğer katılımcılara birlikte bir yönetim imkânı da sağlamaktadır.

Gerçekleştirilen eğitimlerde bize ait olan değerleri, amaç ve hedefleri hemen paylaştık ve bu girişimi anlamlı bir deneyim ve kurumların ilgilendiği diğer eğitim alanlarında tekrarlanacak bir stratejik ve yenilikçi öğrenme araştırması olarak görüyoruz.

Uygulanan eğitimin sonuçları ve meyveleri hemen alınmaya müsait ve somuttur ve projenin gerçek değerini ve gücünü yansıtmaktadır, mevcut durumda dezavantajlı bireylerle çalışan sosyal ve spor kurumları eğitimlerden fayda sağlamışlar ve alanda yeni yolları keşfetmeye devam etmektedirler. Tüm bu nedenlerden dolayı, projedeki tüm aktörlere teşekkür ediyor, çocuklara iyi yolculuklar ve kendilerini meyveden tohumla dönüştürerek kendileri gibilere böyle önemli deneyimler yaşama fırsatı vermelerini diliyoruz.

Giriş

Mevcut bu rehber, projenin uygulanması sırasında ortaklarca hayata geçirilen gerçek deneyimlerin bir özettir. Projede amaç dezavantajlı geçmişe sahip gençlerin katılımını artırmak için yeni yaklaşımlar ve modeller geliştirmek ve spor aktivitelerini kaynaştırma aracı olarak kullanmalarını sağlamak olarak belirlenmiştir.

Proje ortaklığı belirlenen hedefe ulaşmak için yerelde çalışan eğitim kurumları, spor dernekleri ve STK işbirliğiyle yeni eğitim yollarını bir araya getirdi.

Sokak sporu eğitim yolu, eğitimcilerle gençleri sokak sporu etkinliklerine nasıl dâhil edeceklerini, onlara sporu ve değerlerini sevmeyi öğretmeye çalışmaktadır. Genel fikir, hem spor hem de eğitim alanlarında yeni yeterlilikleri değerlendirmektir. Proje deneyimi gençlik kurumları, spor dernekleri ve eğitim kurumları arasındaki sinerjiyi artırdı. Ortaklar veri toplamak için 2 sayılı fikri çıktı katılımcıları, ortakların kendileri ve yerel paydaşlarla gerçekleştirilen anketleri ve mülakatları kullanmıştır. Anketlere yerel Spor Federasyonlarının katılması ve verilerin onlarla paylaşılması da proje içerisinde gerçekleştirilmiştir. İtalya'daki proje uygulaması sırasında, İtalyan Atletik Federasyonu liderliğinde bizimkine oldukça benzeyen başka bir proje yürütülüyordu, bu nedenle sokak sporunun değerini daha iyi anlamak için koordinatör ortağımız sporu ve kapsayıcılığı uygulayacak bir figür olarak sokak sporu eğitimci konusuyla ilgili bir röportaj yapmak üzere federasyon ile temasa geçmiştir.

İÇİNDEKİLER

2	GİRİŞ	11	NASIL BİR SOKAK SPORU EĞİTMENİ?
4	GENÇLERDEN OLUŞAN HEDEF KİTLEYE NASIL ULAŞILIR?	15	SONUÇLAR
5	GENÇLERE VE ÇOCUKLARA ETKİLİ BİR ŞEKİLDE NASIL YAKLAŞILIR?	17	EK 1
5	SOKAK EĞİTİMİNİN UYGULANABİLİR YÖNLERİ	21	EK 2
7	SOKAKTA GERÇEKLEŞTİRİLMESİ MÜMKÜN OLAN SPOR ETKİNLİKLERİ		
9	SPOR VE EĞİTİM NASIL BİR ARAYA GETİRİLEBİLİR?		

Track&Field4All projemizin çıkış noktası spor etkinliklerini entegrasyonu kolaylaştıracak bir araç olarak kullanmaya çalışmak ve aynı zamanda sporu herkesin ulaşabileceği şekilde sokağa taşımaktır. Bu bakımdan bu hedef için atletizmin daha uygun olduğunu düşündük çünkü bu tarz çalışmalar yapmak için çok az sayıda alet gerektiği ve her yerde yapılabileceği gerçeği düşünüldüğünde, atletizm sporunun uygulaması diğerlerine nazaran daha kolay olduğu bir spor türü olarak karşımıza çıkıyor. Ana konsept, farklı dezavantajlı geçmişlere sahip genç grupları dahil etmek ve onlara spor yapmaya başlama imkanı sunmaktır. Katılımlarını kolaylaştırmak için sokak eğitimi konseptinden yola çıkarak spor aktivitelerini onlara ulaştırmayı ve bunu bir spor aktivitesine dönüştürmeyi düşündük. Bu nedenle çalışmamızda hem sokak sporu hem de sokak eğitiminin bir analizini ve bunları bir araya getirmenin nasıl mümkün olabileceğini inceledik. Esas olan, hem spor eğitmeni hem de eğitimci yeterliklerine sahip yeni bir figür, spor ile sokak arasında doğrudan temas kurulabilen bir sokak sporu eğitimcisi yaratmaya çalışmaktır.

Bunu başarmak için iki tür deneme çalışması yaptık; öncelikle sokak sporu eğitimcilerine yönelik bir kurs gerçekleştirilerek koçları, eğitimcileri, öğretmenleri, eğitmenleri dâhil ettik ve bunu yaparken istediğimiz yeni figürü ortaya çıkarma fikrinden beslendik. Sonrasında ise 6 ila 28 yaş arası genç grupları içeren çalışmalarla proje içerisinde geliştirilmiş eğitmen eğitimi ile edinilen eğitim yolunu birlikte daha da geliştirmeye çalıştık.

Bu nedenle, rehberin amacı, projemizin tüm Fikri Çıktıları sırasında yaptığımız çalışmaları ve testleri dikkate alarak bu sonuçlara nasıl ulaşılabileceğine dair bazı göstergeler sunmaktır.

Gençlerden oluşan hedef kitleye nasıl ulaşılır?

Belirlenmiş olan doğru yönde ilerleyebilmeniz için gençlerden oluşan potansiyel bir çalışma grubu oluşturmanın ilk adımı katılımcılarda aranan özellikler durum ve yaş açısından tanımlamaktır. Sonrasında ise yerel topluluklardaki gençlerle kimin doğrudan temas halinde olduğunu bulmak önemlidir, böylece hedef kitleye kendinizi onlar aracılığı ile tanıtabilir ve uygulanacak etkinliği tanıtabilirsiniz. Bundan sonra potansiyel katılımcılardan birlikte çalışmak için iyi bir grup oluşturmak da önemlidir, böylece ilgi ve katılımı artırmak daha mümkün olacaktır.

Bir spor kurumu adına çalışıyorsanız, bölgenizde göçmenlere, refakatsiz çocuklara veya şiddet mağduru kadınlara yönelik faaliyetler yürüten bir eğitim merkezi veya bir topluluk bulabilir ve katılımcıların arka planını da göz önünde bulundurarak mümkün olan en iyi sportif etkinliği önermek için onlarla birlikte çalışabilirsiniz. Yürüteceğiniz faaliyetler sırasında katılımcılar ile daha önce çalışan kişilerle sıkı bir görevdeşlik içinde çalışmak da yararlı olabilir çünkü hem gruplara yaklaşımda hem de yürüteceğiniz çalışmalara her zaman tam olarak aynı kişiler katılmıyorsa grup iletişiminize yardımcı olabilirler.

Dezavantajlı geçmişe sahip gençlerle çalışan bir STK iseniz, yaygın eğitim araçlarını kullanan ve yapmakta oldukları faaliyetleri farklı gruplarla uygulamaya açık olan bazı spor dernekleri bulabilir ve ortak çalışmalar düzenleyebilirsiniz.

Bizim faaliyetlerimizde, gençlerle eğitim gerçekleştiren tüm ortaklar yerel topluluklarla doğrudan temas kurabildiler ve böylece dezavantajlı gençlerden oluşan gruplarla çalışmak için iyi bir görevdeşlik yaratma şansına ve aynı zamanda katılımcılar için yapılandırılmış bir programa da sahip oldular.

Doğrudan irtibatı sağlayamıyorsanız, hedef gruplara ulaşmak için yararlı bir diğer yaklaşım ise aradığınız belirli alanda faaliyet gösteren tüm derneklerin bağlı olduğu resmi kurumla iletişime geçmek ve böylece

hedef kitlenize ulaşma hususunda yardım almak olabilir. Böylelikle siz yeni katılımcılara ulaşabilirsiniz ve ayrıca onlarla çalışan kurumlara etkinlik fikrinizi tanıtabilirsiniz.

Gençlere ve çocuklara etkili bir şekilde nasıl yaklaşılır?

Bir grup genç ile yeni bir etkinlik için iletişim kurmanın en iyi yolu, faydalı bir etkinlik yaparken eğlenebileceklerini görebilmeleri için programı mümkün olan en ilginç ve eğlenceli şekilde sunmaktır. Onlarla birlikte etkinliğe katılmak örneğin onlarla birlikte egzersizleri yapmak da iyi bir uygulama olabilir ve bazen aralarında küçük yarışmalar veya oyunlar oluşturmak katılımı daha eğlenceli hale getirebilir böylece her zaman daha iyisini yapmaları ve yeteneklerini geliştirmeleri için teşvik edilmiş olurlar.

Bazı durumlarda, neleri başarmanın mümkün olduğunu bizzat görmeleri için profesyonel sporcuların bazı videolarını izlemelerini sağlamak ve ayrıca yapılandırılmış programlar içerisinde spor yapan diğer gençleri görebilmeleri için tesislere gelmelerini önermek de yararlı olabilir ve belki de gördükleri onları daha da ilerlemeleri için teşvik edebilir. Sporcuların ve katılımcıların yer aldığı dostça bir müsabaka düzenlemek de ilginç olabilir, bu uygulama iki şekilde gerçekleştirilebilir: katılımcılar ve sporcular arasında müsabakalar veya karma takımlar halinde bir etkinlik denenebilir.

Yaratıcılık, gençlerin onlara sunduğunuz şeyle ilgilenmesini sağlamanın en iyi yoludur, çünkü onları her daim olumlu bir şekilde teşvik eder.

Bir sokak sporu eğitmeninin katılımının mümkün olmadığı bir durumda gençlerden oluşan bir grup ile etkinliği sürdürmenin en iyi yolu, ihtiyaç duyulan sonucun elde edilmesi için spor eğitmeni ile sosyal çalışmacı veya eğitmenlerin birlikte doğrudan bir işbirliğine sahip olduğu bir çalışma ortamı sağlamaktır.

Sokak eğitiminin uygulanabilir yönleri

Spor aktivitelerimizi sokaklarda gerçekleştirmeye çıkmak istediğimizi düşünüldüğünde bu ortamda nasıl faaliyet göstereceğimizi planlamak önemlidir. Bu nedenle sokak eğitimi kavramından yola çıkıp sokak sporu eğitimi fikrimizde uygulanabilir kavramlar oluşturmaya çalıştık.

Gerçekleştirdiğimiz çalışma ve deneme eğitimlerinden sonra, sokak eğitiminde en fazla ihtiyaç duyulan yönlerin; bir grup oluşturma yeteneği, yaygın eğitim araçları kullanan faaliyetler gerçekleştirme yeteneği, birçok farklı durumda çalışma yeteneği, dezavantajlı geçmişe sahip gençlerle iletişim kurma yeteneği, sahip olunan fikir uygulamada işe yaramadığında hızlı bir şekilde yeni bir uygulama ile değiştirme yeteneği ve eğitimi birlikte çalıştığınız insanlara uyarlama yeteneği olduğunu tespit ettik.

Göz önünde bulundurulması gereken bir diğer önemli husus da güvenli çalışma olarak karşımıza çıkmaktadır çünkü sokak sporu yapıldığında aktiviteyi gerçekleştirmek için elde olan alanı göz önünde bulundurarak normalde spor tesislerinde yapılan uygulamaları yeniden uyarlamak gereklidir. Sokak eğitimi ile ilgili bir diğer temel nokta da başlangıç sporumuz olan atletizmin farklı disiplinlere geçişte bol bol pratik yapma imkânı verdiği gerçeğini de göz önünde bulundurarak, en iyi şekilde hazırlanılması için çalışılacak alanın iyi tanınması gerekliliğidir.

Sonraki sayfada yetkinlikler hakkında ayrıntılar içeren bir tablo yer almaktadır.

Sokak Eğitimcisi Yetkinlikleri
VAR OLMASI GEREKEN - Yaygın eğitimle ilgili temel bilgiye ve bu konuya yönelik ilgiye sahip olma. - Çocuklarla ve gençlerle iyi iletişim kurma - Dezavantajlı gençlerle çalışmaya karşı olumlu tutum. Eleştirel anlayış - En son teknolojik trendlerin farkında olma - Gençler ile sokak eğitimi güçlendirmeye karşı olumlu düşünceye sahip olma
BEKLENTİ - Dış alanlarda ve standart dışı spor sahalarında kolayca öğretilebilecek ve takip edilebilecek spor aktiviteleri bilme, tanıma - Atletizme dayalı yaygın eğitim faaliyetlerinin planlanması, düzenlenmesi ve değerlendirilmesi - Sokak eğitimine atletizm araçlarını ekleme. - Kullanılan tüm platformlar, araçlar ve metodolojiler hakkında bilgi sahibi olma - Bağımsız olarak hareket etme ve kendini ortaya çıkan durumlara göre ayarlama yeteneği - Çeşitli etnik gruplardan oluşan bir katılımcı grubunun özelliklerine uygun bir eğitimin çeşitli oturumlarını planlamak ve düzenleme - Gençlerle kolay ilişki geliştirme: karşılıklı güven, kişisel gelişime bağlılık - Motive etme, öz yeterlilik ve özgüven oluşturma - Bir spor dalının temel ilkelerini, kurallarını, güvenlik prosedürlerini ve teknik dilini açıklamak ve öğretmek - Eğitimin belirli yönlerini alternatif bir şekilde elektronik olarak veya telefon, tablet gibi diğer araçlarla yürütme - Sağlıklı yaşantıyı ve yaşam kalitesini iyileştirmek veya sürdürmek için beslenmenin, düzenli egzersizin rolünü tanıma - Vücut yağ, kas ve diğerlerinin dağılımı ve kilo yönetimi değerlendirmesinin ilke ve yöntemlerini tanıma ve bilme - Gerekli su tüketimi için güncel bilgilere sahip olma

Sokakta gerçekleştirilmesi mümkün olan spor etkinlikleri

Projenin başlangıç fikri, atletizmi sokakta entegrasyon için bir araç olarak kullanmaya çalışmaktı, dolayısıyla eğitimler sırasında yerelde yaptığımız uygulama sporu kullanmak oldu. Atletizmin en büyük avantajı, özellikle yeni başlayanlar için pratik yapmak için çok fazla malzemeye ihtiyaç duyulmamasıdır, bu nedenle değişik disiplinlerin çoğu sokaklarda uygulanabilir. Diğer ilginç unsur ise, sokak sporu yapmak için bölgenin size sunduğu şeyleri bir araç veya bazı disiplinler olarak kullanabilmenizdir; örneğin sıralar engelli veya bir tür başlangıç bloğu olarak kullanışlıdır, çitler aynı zamanda engelli veya bazı yüksek atlama ön hazırlıklarını başlatmak için bir tür referans olarak, uzun atlama pisti olarak çim, ısınma koşusu veya hızlı koşu antrenmanları yapmak için basamaklar kullanışlıdır.

Resmi atletizm eğitimi düşünüldüğünde, koşmayla bağlantılı her şeyi sokağa aktarmak mümkündür, örneğin her tür ip atlama (hızlı, yavaş, dizler yükseğe çekilerek, dizler aşağıda vb.) veya bacaklar kalçaya vurularak yapılan yerinde koşu gibi koordinasyon ve hız üzerine yapılacak için tüm hazırlık çalışmaları sokakta yapılabilmektedir. Daha sonra her türlü hızlanma egzersizleri ve farklı uzunluklarda hız testleri ve ayrıca sporcunun direncini artırmak için uzun mesafelerde bazı çalışmalar önerilebilir. Çalıştığınız alanda imkânınız varsa, engelleri kullanarak bazı ön egzersizler de denenebilir, örneğin hareket kabiliyetine ve güç artırımına yardımcı olacak hem bacaklar hem de kollar ile engellerin doğru bir şekilde nasıl geçileceği üzerine çalışılmalar yapılabilir. Bunların dışında, atlamalar ve atışlarla bağlantılı tüm hazırlık egzersizlerini de sokağa aktarabilirsiniz.

Pozisyon alma, güç ve koordinasyon sağlayacak uzun, üç adım ve yüksek atlama başlangıç çıkışı ve hızlanma koşusu ile ilgili tüm ayrıntılar veya disk, çekiç, cirit ve gülle atma gibi farklı atış türlerinde gerekli olan harekete başlama, duruş, dönme ve koşma gibi tüm hareketler ve özel hazırlıklar dış alanlarda uygulanabilir.

Sokakta uygulanabilecek bir diğer çalışma ise bir sporcunun özellikleri göz önünde bulundurularak kuvvet geliştirmeye yönelik yapılacak çalışmalardır.

Sonraki sayfada yetkinlikler hakkında ayrıntılar içeren bir tablo yer almaktadır.

Spor Antrenörü Yetkinlikleri
VAR OLMASI GEREKEN - Spor yapma - Atletik dünyayı tanıma - Kültürel özellikler ve çevresel koşullarla uyum içinde olma - Fiziksel aktivite ve sıhhatli olma ile ilgili sosyal zorlukları tespit etme ve yeterli şekilde ele alma, bu zorluklara rağmen ilgililerin kendilerini mevcut durumlarından daha iyi bir duruma taşıyabilmeleri için onları cesaretlendirme becerisi ve tavrına sahip olma - Sporda ve yaşamda davranış şeklini ve adalet fikrini kademeli olarak geliştirmek: <u>fair play teşviki</u>



- Sporla barışık olma
- Hijyen, sağlıklı yaşam, anatomi, atletizm ile ilgili temel bilgilere sahip olma

BEKLENTİ

- **Bağlantılı atletik egzersizler ve çeşitli spor aktiviteleri gerçekleştirme**
- Spor antrenmanlarının **organizasyonu** ve planlaması
- Spor antrenmanlarının **koordinasyonu**
- **Öğretim ve eğitim oturumlarını planlama ve yürütme**
- Diğer takımlarla **dostluk maçları ve yarışmalar tertip etme**
- **Mسابakalar için sporcuların eğitimi**
- **Belirli becerilerin nasıl geliştirileceğini bilme**
- **Çeşitli egzersizleri yapmak için gerekli olan farklı ekipman setlerini tanıma**
- Katılımcılara doğru şekillerde antrenman ve egzersiz yaptırma: **sağlıklı bir yaşam tarzını sürdürmede ve kronik hastalıkları önlemede egzersizin rolü hakkında bilgi sahibi olma**
- Sağlığın korunmasının genel ilkelerini tanıma ve anlatma
- Sağlık eğitim programlarını geliştirme
- **Sporla ilgili yasal ve güvenlik konularında bilgi sahibi olma**
- Temel ilk yardım becerilerine sahip olma
- Yaralanma ve hastalık durumları hakkında değiştirilebilir/değiştirilemez risk faktörlerini ve mekanizmalarını tanıma
- **Bir katılımcının fiziksel durumunu değerlendirmek için spor eğitiminin ve egzersiz testlerinin izlenmesinin yapılması**
- **Yetenekli gençleri keşfetme:** performans sporları yapmak için sporcuların seçimini gerçekleştirme

Spor ve eğitim nasıl bir araya getirilebilir?

Projenin başlangıç fikri olan atletizmi yerel topluluklara ve sokaklara taşıma ve bunu yapmak için sokak eğitimini kullanma göz önünde bulundurularak, çalışmamızın ve deneme eğitimlerinin ana hedeflerinden biri, spor unsurları ile eğitici unsurları bir araya getirmenin bir yolunu bulmaya çalışmaktır. Böylelikle katılımcıların ve derneklerin gereksinimlerine mümkün olan en uygun kişileri eğitmen olarak dahil etmek hedeflenmektedir.

Bu amaca ulaşmak için iyi bir sokak eğitmeni ve iyi bir spor eğitmeni olmak için gereken temel özellikleri tespit etmeye çalıştık ve karma yetkinliklere sahip yeni bir figür elde edebilmek için bunları bir araya getirmeye çalıştık. Yetkinlikler için tüm ortaklar tarafından yapılan tüm çalışmalar temelinde, sokak sporu eğitmeni için önemli olduğunu düşündüğümüz tüm ana özellikleri barındıran bir sokak sporları eğitimcisi kurs programı oluşturduk. Normal bir spordan ve onu sokak durumuna uyarlayan bir antrenman yapılandırma yeteneğinden yola çıkarak, katılımcıların yaşı ve yetenekleri ve programın uygulama yeri dikkate alınarak önerilebilecek tüm farklı egzersiz türlerini gözden geçiren, her bir katılımcı için hangi disiplinin en iyi olduğunu belirlemeye ve onlara bu yönde mümkün olan en iyi yönlendirmeyi vermeye çalışan, farklı türdeki ihtiyaçlar nedeniyle (hava durumu, güvenlik, sporcunun verimliliği) gerektiğinde programı değiştirebilme yeteneğine sahip olan bir eğitimciye ihtiyacımız var. Sokak sporları yapan bir grup genç insan yaratma yönünde çalışmasının verimli olmasından emin olmak için iyi bir eğitimcide olması gereken tüm özellikleri tespit etmeye çalıştık. Bu bakımdan bir grup oluşturma yeteneğine sahip olma, gençlere karşı net ama aynı zamanda empatik olma, yaygın öğretim araçları ile çalışma, çalışılan yer veya aktiviteye katılan kişiler tarafından ortaya çıkabilecek her yeni duruma yeniden uyum sağlama yeteneklerini taşımak önem teşkil etmektedir. Örgün öğretim veya kurumsal olarak yapılandırılmamış bir spor ortamında olunmasından kaynaklanan tüm riskleri değerlendirmeli ve zor durumlarla karşılaşıldığında gerekirse bölgedeki gruplara ve topluluklara ulaşım yardım isteyebilmelidir.

Tüm bu yönleriyle oluşturduğumuz program fikrinin iki aşaması da ortaklar tarafından test edildi. İlk olarak uygulanacak kurumun ihtiyaç ve beklentilerine göre yapılandırılan eğitmen eğitimi spor eğitmenleri, eğitimciler ve öğretmenlerin katılımıyla düzenlendi. Daha sonra eğitmenler bu kurslar sırasında öğrendiklerini genç katılımcılar ile uyguladılar. Dolayısıyla, bu deneme eğitimleriyle oluşturduğumuz programların sokak sporu eğitimcisini ortaya çıkarırken gitmek istediğimiz yönde etkili ve faydalı olup olmadığını değerlendirebildik.

Sonraki sayfada yetkinlikler hakkında ayrıntılar içeren bir tablo yer almaktadır.

Çapraz/Sosyal Yetkinlikler

VAR OLMASI GEREKEN

- Bir grup içerisinde liderlik yetkinlikleri: **işbirliğine yatkın** ve bir ekip içinde iyi çalışabilen, **sinerji oluşturabilen, motive** edici, hedef odaklı, **esnek ve kendini uyarlayabilen**
- **Dürüstlük, sorumluluk** duygusu, **sabır**, merhamet, **empati, saygı** sahibi, işlerinde iddialı ve pozitif odaklı,

- **Yönetim, arabuluculuk ve çatışma çözme** becerileri
- **İletişim** becerileri,
- **Özgün ve özerk, uzun süreli öğrenme becerileri**
- **Analitik ve eleştirel düşünme** becerisi
- **Farklı kültürlere karşı açık olma**
- Sosyal medya hakkında temel bilgilere sahip
- **Yaratıcı ve becerikli olma**
- **Etik kurallara uyma**

BEKLENTİ

- **İletişim becerileri**
- Dinleme ve gözleme becerileri
- Tüm popüler **sosyal medya platformları** aracılığıyla çalışmakta olduğu grubuyla (bireysel ve toplu olarak) iletişim kurabilme
- **Hayatboyu öğrenme** alışkanlıkları
- **Sabırlı olma**
- **Grup içindeki karmaşık durumları yönetme**
- Katılımcıların her zaman yüksek düzeyde sağlıklı ve güvenlikle eğitim almalarını ve performans göstermelerini sağlama
- Fiziksel terapi, yaralanma ve beslenme konularında derin bilgiye sahip olma
- Saygılı olma
- **Çatışma çözümleme** becerileri
- **Yaratıcı olma**
- **Hevesli olma**
- **Güven** duyma
- **Kendini** adama
- **Organize** etme kapasitesi
- Kuvvetli bir **motive etme** becerisi: katılımcıları beceri, bilgi ve teknikleri elde etmeye ve geliştirmeye teşvik etme
- Her zaman yüksek bir yasal ve etik standartta çalışma
- Çocuk koruma, sağlık ve güvenlik gereksinimleri hakkında bilgili olma
- Bir katılımcının performansındaki güçlü ve zayıf yönleri **değerlendirme** ve daha fazla gelişme için gerekli

alanları belirleme

- Performans değerlendirme ve uygun **geri bildirim** sağlama
- Performansı izlemek ve ölçmek için BT tabanlı kaynaklarla çalışma

Nasıl bir sokak sporu eğitmeni?

Çalışmamızda daha önce de belirtildiği gibi, iyi bir sokak sporu eğitimcisinin, yapmak zorunda olduğu işin özelliklerinden dolayı spor yetkinlikleri ile eğitici becerilerini bir arada sunmak durumunda olduğu sonucuna vardık. Aşağıda sokak sporu eğitmeninin sahip olması gereken farklı gereklilikleri göz önünde bulundurarak iyi bir eğitim programı oluşturmak için çeşitli modül fikirleri bulabilirsiniz.

SOKAK ANTRENÖRLERİ EĞİTİM PROGRAMI

Konu	Başlık	Hedefler	Kaynak ve Metotlar	Süre	Modülü geliştiren ortak
1	Genel Metodoloji	Örgün ve yaygın eğitim arasındaki farkı bilmek; Kendi öğrenci profilini keşfetmek;	- Kolb'un 4 adımlı döngü broşürü -4 adımın tanımı -Kontrol listesi -Powerpoint sunumu - Öğrenme Stilleri Testi - Kolb Eğitim Rol Profilleri - Kolb öğrenme stili anketi	4	İzgem
1	Spor Antrenmanlarının Düzenlenmesi ve Planlanması	Eğitim oturumlarını planlama yeterliklerini geliştirmek Atletizme dayalı yaygın eğitim faaliyetlerini planlamak, organize etmek, yönetmek	. Eğitim (45') Alıştırma/eğitim (75') Uygulama (90')	4	TL/İzgem

			Powerpoint sunumları, videolar, çalışma notları		
2	Açık hava spor aktiviteleri	- Dışarıda ve standart dışı olan bir spor sahasında kolayca öğretilip takip edilebilecek niteliğe sahip farklı spor aktiviteleri. - Sokağı atletizm arenası olarak kullanmak. - Sokak eğitimine atletizm araçlarını eklemek.	Eğitim (45') Alıştırma/eğitim (75') Uygulama (90') Powerpoint sunumları, videolar, çalışma notları, atletizm gereçleri	4	ADV
3	Eğlenmek: güçlükler ve hayret verici olgular	Katılımcılar için şaşırtıcı ve yorucu ama eğlenceli etkinliklerin nasıl yapılandırılacağına ilişkin anlaşılması	Eğitim (45') Alıştırma/eğitim (75') Uygulama (90') Powerpoint sunumları, videolar, çalışma notları, araç gereçler	1,5	ADV
4	Egzersiz yaparken yaratıcı olmak	Bireyi kendi yaratıcılığını kullanmaya teşvik etmek Alıştırmalarda yaratıcı olunması: Hangi ekipmanların/ yardımcıların/ araçların kullanılabileceğinin öğrenilmesi	Ders/videolar (30') Problem Çözümü (30') Videolar, çalışma notları, araç gereçler	1	ADV
5	Dostluk maçları: Bilinçli ve Donanımlı	Eğitim ekipmanı ve yönetim stratejileri hakkında daha spesifik unsurlar sunan dostane bir yarışma organizasyonunun öğrenimi	Eğitim (45') Egzersiz (45') Uygulama (60') Videolar,	3	TL

			powerpoint sunumları, örnekler, saha çalışması, spor ekipmanları ve alanları Tüm katılımcılar için ders notları		
6	Performans geliştirme	Katılımcıların performansını artırmak için fizik güce dayalı oturumları koordine edebilmek	Videolar (60') Spor sahasında eğitim (120')	3	TL
7	Yeni yetenek keşfi	Yetenekleri nasıl tanıyacağını bilmek; doğru disiplini seçerek sporcuyla doğru yönde hareket ettirebilmek; Sporcunun spesifik teknik yeterliliklerini nasıl geliştireceğini bilmek	Örnekler, video, sah çalışması Tüm katılımcılar için ders notları	1,5	TL
8	Grup içi ilişkiler ve sorunlara müdahale	Sokak eğitimcisi ve katılımcılar arasında nasıl iyi bir ilişki kurulabilir; Problem durumunda nasıl hareket edileceğinin stratejilerin ve protokolün öğrenilmesi (uygun davranış): Çatışmanın üstesinden gelmek için teknik ve stratejiler	Eğitim (45') Alıştırma: simülasyon, rol yapma oyunu (90') Uygulama (75') Powerpoint sunumu, videolar, çalışma notları	4	ADV/EFA
9	Platformlar/araçlar ve metotlar: teknolojik yeterlilikler	Planlanan eğitimlerin gerçekleştirilmesi için tüm platformların/araçların ve metodolojilerin genel olarak anlaşılması	Eğitim, alıştırma, elektronik gereçler	3	IIT
10	Atletik Sistemin Yapısı	Atletik sistemin nasıl çalıştığı hakkında bilgi edinilmesi	Eğitim 40' Değerlendirme 20'	1	TL

			Videolar, powerpoint sunumları, örnekler. Tüm katılımcılar için ders notları		
11	Kurallar, ilkeler ve güvenlik prosedürleri	- Güvenlik önlemleri ve olası yaralanmalarla ilgili eğitim ve farkındalık bilgilerini geliştirmek - Yaralı sporcuların bakımı ve gerekli tıbbi yardımın talep edilmesi	Yönergeler, videolar, powerpointler ve örnek gösterimi (ilk yardım) gibi görsel materyallerle bilgilendirici ve uygulamalı yaklaşımların bir karışımı.	4	MP
12	Yaralanma önleme modeli	Yaralanma ve hastalık için değiştirilebilir/değiştirilemez risk faktörleri ve mekanizmaların belirlenmesi	Pistler ve diğer ilgili spor alanları ile ilgili yönergeler, videolar, powerpointler gibi görsel materyal.	2	MP
13	Önlem & Risk Faktörü	Doğuştan veya sonradan edinilmiş ve sık rastlanan anormallikleri, engelleri ve hastalıkları olan kişilerde fiziksel etkinlik ile ilişkili önlemler ve risk faktörleri.	Yönergeler, videolar, powerpointler gibi görsel materyal kullanılan ve daha ziyade teoriye dayalı bir yaklaşım.	2	MP

14	Çocuk koruma, sağlık ve güvenlik gereksinimleri	Spora katılım ile psikososyal gelişim arasında pozitif bir ilişki kurulmasını teşvik ederek ve çocuklara dürüstlük, takım çalışması ve saygı gibi temel değerleri öğretmek çocukların ve gençlerin sağlıklı gelişimini sağlamak.	Videolar, powerpoint sunumları, uygulamalar (ilk yardım) ve yönergeler ile bilgilendirici ve uygulamalı yaklaşımların bir karışımı.	2	MP
15	Sağlıklı yaşam tarzının teşviki ve sağlığın korunması	Yaşam kalitesini artırmak için sağlıklı yaşam tarzı, korunma, sağlıklı beslenme hakkında temel bilgiler vermek	Etkinlik kağıtları, grafikler ve resimler, eğitim kursu modülü içeriği, gösterim kartları.	4	GESEME
16	Değerlendirme	- Atletizme dayalı bir sokak eğitimi projesinin değerlendirilmesi - Katılımcıların performansının değerlendirilmesi	Powerpoint sunumu, etkinlik kâğıtları, yönergeler, araç ve gereçler	4	TL/EFA/İZGEM
				48	

Sonsöz

Projenin 2'nci fikri çıktısını oluşturmak için yaptığımız tüm çalışmaları ve hem eğitmenlerle hem de gençlerle yaptığımız tüm deneme eğitimlerini göz önünde bulundurduğumuzda, bu fikrin farklı açılardan faydalı olabileceğini ve ayrıca etkinliklere katılan topluluk üzerinde iyi bir etki yaratabileceğini gözlemledik.

Ayrıca yerel paydaşlar, Federasyonlar, Olimpiyat Komitesi ve deneysel faaliyetlerimize katılan kişilerle kısa bir yüzleşme gerçekleştirdik ve genel geri bildirim, bu yeni "sokak sporu eğitmeni" figürünün, dezavantajlı geçmişe sahip insanlarla çalışan yerel sosyal çalışmacılar (STK, Eğitim Merkezleri ve diğer kurumlar) tarafından geliştirilmesinin ilginç olabileceği yönündeydi. Çünkü bu eğitim gençlere yeni ve farklı bir şey sunma imkanı verdi ve aynı zamanda onlara veya çalışanlara, içinde büyüdükleri ve insanların bütünleşmesine, daha fazla dâhil olmasına ve kendilerini daha dâhil hissetmelerine yardımcı olabilecek ve ayrıca yeni bir şeyler öğrenebilecekleri iyi bir ortam yaratma konusunda ilham verici bir yapıya sahiptir.

Spor etkinliklerini topluluklara bizzat götürdüğümüzü düşünürsek, sportif konular açısından daha fazla kişiye ulaşmak daha kolay olacaktır. Ayrıca, spor ortamının gelişmesi ve yeni insanlar bulunması için farklı



kapasitelerde, sporcular veya paydaşların katılımını sağlamak yararlı olabilir. Birlikte çalışacak daha büyük bir kitle olacağından böylelikle yeni yetenekleri bulmanın farklı bir yolunu da hayata geçirmiş olacağız.

Daha kolay erişim sağlamak için sporu toplulukların ayağına götürme konseptine büyük ilgi söz konusudur, bu nedenle ilerlemeye devam etmeyi ve şu andan başlayarak aklımızda olan katılımcıları dâhil etme sürecini yeniden işletmeyi düşünüyoruz. Bizim düşüncemiz, sporun topluma dâhil edilmeyi ve dâhil olmayı kolaylaştırmak için iyi bir araç olabileceğidir ve bu rehberin hem spor hem de sosyal hizmet uzmanları için yararlı olabileceği ve "sokak sporu eğitmeni" farklı türden becerileri bir araya getirdiği için iki kere etkili bir araç olabilir.

Sokak sporu eğitmeni, somut bir sosyal ihtiyaca cevap veren, dezavantajlı geçmişe sahip gençlerin sorumlu ve aktif vatandaşlar olmaları için entegrasyon yollarına dahil edilmelerine yardımcı olan yenilikçi bir profesyonel figürdür. Bu karakterin önemi, Ukrayna'daki savaştan sonra oradan gelen tüm mültecilere yardım etmek için kapsayıcı faaliyetlere dâhil eden diğer tüm ülkeleri bakımından daha da arttı.

Ek 1

Aşağıda gençlerle yapılan etkinliklerde kullanılabilecek bazı oyun örneklerini bulabilirsiniz.

DAİRESEL BAYRAK KOŞUSU

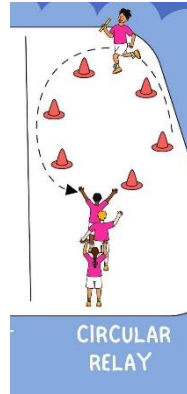
Talimatlar

- Katılımcılar iki takım oluşturur
- Antrenörler büyük (30-40m) bir daire oluşturur
- A takımının ve B takımının ilk oyuncuları birbirlerine güvenli bir mesafede koşmaya başlarlar.
- Her oyuncu bir tur koşar ve bayrağı başka bir takım arkadaşına verir
- İlk bitiren takım kazanır

Malzemeler

- Huni, slalom çubuğu, bant ve tebeşir

Güvenlik: Ezilme ve yaralanmaları önlemek için takımlar arasındaki mesafe doğru ayarlanmalıdır



ÇEMBERLE İŞBİRLİĞİ

Talimatlar

- Katılımcılar iki takım oluşturur
- Her oyuncu bir çemberin içinde durur ve her takımın arkasında yerde boş bir çember bırakılır.
- Grubun en arkasında duran oyuncu boş çemberi alır ve en öndeki ilk oyuncuya kadar önünde durana uzatır.
- En ön sıradaki oyuncu çemberi aldığı anda onu yere koyar ve içine atlar.
- Diğer oyuncular da takip ederek öndeki boş çemberin içine atlar

- En arkadaki çember artık tekrar boş kalır ve arkadaki oyuncu onu alarak oyuna başlar.
- Oyunu kazanmak için en öndeki çemberin bitiş çizgisine ulaşması gerekir ve çizgiye ilk ulaşan takım kazanır.

Malzemeler

- Katılımcı sayısından daha fazla sayıda çember
- Başlangıç ve bitiş çizgilerini çizmek için bant veya tebeşir



ÇİFT AYAK ATLAMA

Talimatlar

- Katılımcılar iki takım oluşturur
- Takımın ilk oyuncusu çift bacak atlama yapar
- Aynı takımın bir sonraki oyuncusu, bir önceki oyuncunun atladığı noktadan çift ayakla atlama yapar.
- Tüm takım zıplar ve daha ileri varan takım kazanır

Güvenlik: Herhangi bir yaralanmayı önlemek için bu oyunun oynanacağı alan düz olmalı ve herhangi bir taş veya nesne içermemelidir

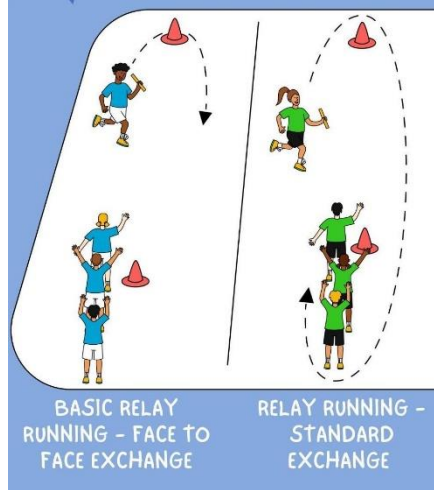
BAYRAK KOŞUSU

Talimatlar

- Katılımcılar iki takım oluşturur
- Eğitimciler iki adet dönüş noktası belirler
- A takımının ve B takımının ilk oyuncuları birbirlerine güvenli bir mesafede koşmaya başlarlar
- Her oyuncu bir tur koşar ve bayrağı başka bir takım arkadaşına verir
- İlk bitiren takım kazanır

Malzemeler

- Huni, bayrak ve slalom çubuğu



KOORDİNASYON KOŞUSU

Talimatlar

- Katılımcılar iki takım oluşturur
- Eğitimciler farklı parkurlar oluşturur
- Her oyuncu takımı adına bir parkurda yarışır
- Birinci parkurdaki oyuncunun başlamasıyla süre başlar. Parkur bitince takım arkadaşı diğer parkurdan devam eder
- Diğer takım oyuncular da aynı şekilde parkuru tamamlar
- Tüm parkurları ilk bitiren takım kazanır

Malzemeler

- Top, raket, plastik engel, slalom çubukları ve huni

HALAT ÇEKME

Talimatlar

- Katılımcılar iki takım oluşturur
- Eğitimciler ortaya bir çizgi çizer
- Takımlar ip tutar ve rakip takımı çizginin diğer tarafına çekmeye çalışır
- Güvenlik: İp kopmayacak kadar kalın olmalıdır. Oyuncular ipi hemen serbest bırakmamaları konusunda uyarılmalı ve herhangi bir yaralanmayı önlemek için her oyuncu eldiven giymelidir.

Malzemeler

- Halat, eldiven
- Tebeşir veya bant





Ek 2

Aşağıda, çalışmamızı geliştirmek için faydalı verileri bir araya getirmek amacıyla kurumlarla (Federasyonlar, yerel paydaşlar) ve katılımcılarla yaptığımız anketleri bulabilirsiniz.

Kurum Anketi:

1. Sokak sporu eğitimcisi figürünü daha önceden biliyor muydunuz?

EVET

HAYIR

2. Daha fazla bilgi sahibi olmayı ister misiniz?

EVET

HAYIR

3. Sizin çalışma sisteminizde fayda sağlayacağını düşünüyor musunuz?

Evet, çünkü

.....

.....

Hayır, çünkü

.....

.....

4. Deneyimin sizin gerçekliğinizde tekrarlanabilir olup olmadığını görmek için projenin oluşturacağı rehberden haberdar olmak ister misiniz?

Evet, çünkü

.....

.....

Hayır, çünkü

.....

.....



5. Rehberin yapısı hakkında bir öneride bulunabilseydiniz, ne önerirdiniz?

.....

.....

6. Proje bir yüz yüze etkinlik organize edilecek olsa katılmak ister misiniz?

EVET

HAYIR



Katılımcı Anketi:

1. Eğitimden nasıl haberiniz oldu?

Arkadaşımdan duydum

İnternette gördüm

Kurum tarafından iletildi

Diğer

2. Eğitimi ilginç buldunuz mu?

Çok – oldukça – biraz– hiç

3. Faydalı buldunuz mu?

Evet

Hayır

4. En çok ilginizi çeken unsurlar nelerdi?

.....

5. Sokak sporu eğitmeni profilini gelecek çalışmalar için daha da fazla geliştirmek mümkün müdür?

Evet

Hayır



6. Eğitim için önerileriniz var mı?

Evet,

Hayır