

BLM2537(AĞ TABANLI PROGRAMLAMAYA GİRİŞ) DERSİ FİNAL PROJESİ WEB SİTESİ RAPORU

İsim Soyisim: Ece İrem Şişer

No: 22290727

Github Hesap Adı ve Gömülü Proje Linki: [eceirem](https://github.com/eceirem)

Proje Konusu: Sağlıklı ve düzenli hayat konusunda yaşam koçluğu sitesi hazırlanması.

Proje İçeriği:

- Sitemdeki firma hayalimde Ece's Life adını verdiğim bir yaşam koçluğu firmasıdır. Bu firmanın sitesini tasarladım. Bu site insanları bilgilendirmek ve motive etmek için hazırlanmıştır.
- Web Sitesi hazırlama projemde totalde on altı adet sayfa bulunmaktadır. Bunlardan dört tanesi navigasyonda bulunan ana sayfalardır. Her sayfada logo, navigasyon barı ve footer bulunmaktadır.
 - Anasayfa
 - Sağlık
 - Spor
 - İletişim
- Anasayfada sırasıyla şu içerikler bulunur:
 - Banner
 - Sağlık Nedir?
 - Önce Ölçün Sonra Düşünün
 - Hakkımızda
 - Motivasyon
 - Ne Var Ne Yok?



[Anasayfa](#) [Sağlık](#) [Spor](#) [İletişim](#)



- Anasayfada en üst kısımda Canva'dan tasarladığım logo ve navigasyon barı bulunmaktadır. Logo üzerine tıklandığında anasayfaya yönlendirilmektedir. Navigasyonun alt kısmında banner bulunmaktadır. Altı adet farklı banner fotoğrafı vardır. Üç saniyede bir değişmektedir. Üzerine gelindiğinde ise banner sayfasını seçtiğinizi gösteren bir renkle üzeri şu şekilde kaplanır:



- "Önce Ölçün Sonra Düşünün" kısmı iki farklı sayfaya ölçüm yapmak ve sonucu kullanıcıya göstermek için yönlendiren bir bölümdür.

Sağlık Nedir?

Sağlık hem fiziksel hem de psikolojik açıdan iyi olma hâlidir. Fiziksel olarak iyi olmak için bazı diyetler uygulanabilir. İstedığınız kiloda olsanız bile sağlıklı yaşamak için sağlıklı beslenme felsefesini benimsememiz gerekir. **"Ne yerseniz o olursunuz."** Bu deyişi unutmadan yaşarsak mutlu ve sağlıklı bir hayatımız olabilir. Besinlerin koruyucu ve iyileştirici gücü bilimsel olarak kanıtlanmış bir gerçek. Diyet yaparken pratik tarifler, fit kalmaya yardımcı bilgiler ve kişisel özelliklerinize göre beslenme programı NE YEMELİ bölümünde sizleri bekliyor. Bu bölümleri okumadan önce ölçümünüze bakıp bilgilenebilirsiniz. Sizlerin bilgilenebilmesi için hazırladığımız **Önce Ölçün Sonra Düşünün** kısmından gerekli değerleri elde edebilirsiniz.



- Buradan yönlendirildiğimiz sayfalardan birinin örneği şu şekildedir:

Bazal Metabolizma Hızı Hesaplama Aracı

Yaşınızı Giriniz

Boyunuzu(cm) Giriniz

Kilonuzu(kg) Giriniz

Cinsiyet

Kadın ☐ Erkek ☐

Hesapla

Ece Life© 2023 Copyright. All Rights reserved.

- Gerekli hesaplamalar javascript ile yapıp sonuç kullanıcı ile paylaşılmaktadır.
- Haber ve makalelerin bulunduğu aslında köşe yazılarının bir örneği olan “Ne Var Ne Yok?” kısmı ise şu şekildedir:

Ne Var Ne Yok?

Bu bölümde sizlerle dünyadan sağlık ve yaşam alanında haberleri ve makaleleri paylaşıyor olacağız. Hepinize iyi okumalar!



Enerjik ve Sağlıklı Olmak İçin Ne Yapmalı?



Anne Sütü Bebeğin İlk Aşısıdır!



100 Yaşına Kadar Yaşamak Mümkün Mü?

Ece Life© 2023 Copyright. All Rights reserved.

- Üç adet yazı bulunmaktadır. Birisine girildiğinde diğer iki yazıya ekranın sağ tarafından da ulaşım sağlanabilir:

Anasayfa Sağlık Spor İletişim



Harvardlı Bilim İnsanı, Enerjik ve Sağlıklı Olmak İçin Nelerden Kaçındığını Altı Maddeyle Anlattı!

Harvardlı beyin uzmanı Christopher Palmer zinde, enerjik ve sağlıklı olmak adına kaçındığı şeyleri 6 maddeyle sıraladı. Psikyatrist ve sinistörün olarak 27 yıldır fizyoloji ve psikolojik sağlık arasındaki bağlantıları incelediğini belirten Palmer, 20'li yaşlarında da metabolik sendromdan mustarıp olduğunu açıkladı. Metabolik sendrom, kalp damar hastalıkları ve diyabet.



Anne Sütü Bebeğin İlk Aşısıdır!



100 Yaşına Kadar Yaşamak Mümkün Mü?

- Her sayfanın en alt kısmında da footer bulunmaktadır.
- Sağlık sayfamızda sırasıyla şu başlıklar bulunur:
 1. Sağlık Nedir?
 2. Önce Ölçün Sonra Düşünün
 3. Ne Yemeli?
 4. Tarifler

Ne Yemeli?



Duygusal Beslenme



Hastalıklarda Ne Yemeli?

Tarifler



Fit Pizza Tarifi



Fit Kurabiye Tarifi



Detoks Suyu Tarifi

- Herhangi bir içeriğe girildiğinde diğer iki okuma içeriği de sağ tarafta bulunmaktadır.

- Spor sayfamızda sırasıyla şu başlıklar bulunur:
 1. Sporun Önemi
 2. Neden Spor Yapmalıyız?
 3. Haftada Kaç Kere Spor Yapmalıyız?
 4. Önce Ölçün Sonra Düşünün
 5. Sporcular için Doğru Beslenme
 6. Egzersiz Önerisi

Sporcular İçin Doğru Beslenme



Yazıyı Okumak İçin Tıklayınız!

Egzersiz Önerisi

Yaş, bmi ve sağlık durumunuza göre sizlere üç farklı program önerilecektir. Unutmayınız ki bunlar öneridir, özel durumlarınızda doktorunuza danışınız. İyi sporlar, sağlıklı Kalın!

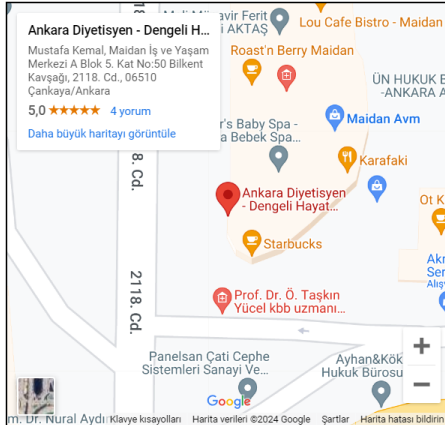
Yaş:

BMI:

Daha önce ameliyat oldunuz mu? ☐

Öneri Al

- Egzersiz önerisi üç farklı durumu göz önünde bulundurur. Bunlar yaş, bmi ve ameliyat geçirilme durumudur. Javascript kodları ile burada önerilen üç farklı spor videosu yeni bir sekmede youtube üzerinden açılır.
- İletişim sayfasında iframe kullanılarak sol tarafında Google maps görüntüsü bulunmaktadır. Sağ kısım ise iletişime geçmek için doldurulması gereken formdur. Danışanların randevu alma nedenlerini seçecekleri bir kısım da form da bulunmaktadır.



Adres: Mustafa Kemal, Maidan İş ve Yaşam Merkezi A Blok 5.
Kat No:50 Bilkent Kavşağı, 2118. Cd., 06510 Çankaya/Ankara
Telefon: 03122843645

Ad/Soyad

E-posta

Konuyu Seçiniz

Mesajınızı giriniz

Gönder