



ORTAOKUL BÜLTEN
LİSE BÜLTEN

HAFTALIK VELİ BÜLTENİ - 8 ARALIK 2023

İÇİNDEKİLER

HAFTA İÇİ VE HAFTA SONU ETKİNLİK TARİHLERİ

TÜRK KADININA SEÇME VE SEÇİLME HAKKI TANINMASININ YIL DÖNÜMÜ

17. IB GÜNÜ

ÖĞRENCİMİZ KUMSAL GÜRKAN'I TEBRİK EDİYORUZ.....

4. SINIFLARIMIZIN YAZAR NURDAN BAĞRIAÇIK SÖYLEŞİSİ VE İMZA GÜNÜ

PDR BÜLTENİ

EKO OKUL BÜLTENİ

International Baccalaureate PYP



HAFTA İÇİ VE HAFTA SONU ETKİNLİK TARİHLERİ

HAFTA SIRA NO	HAFTA İÇİ ETKİNLİK TAKVİMİ	HAFTA SONU ETKİNLİK TAKVİMİ
11. Hafta	04 - 08 Aralık	10 Aralık
12. Hafta	11 - 15 Aralık	16 Aralık
13. Hafta	18 - 22 Aralık	23 Aralık
14. Hafta	25 - 29 Aralık	30 Aralık
15. Hafta	---	06 Ocak
16. Hafta	08 - 12 Ocak	13 Ocak
17. Hafta	15 - 19 Ocak	20 Ocak

TÜRK KADININA SEÇME VE SEÇİLME HAKKI TANINMASININ YIL DÖNÜMÜ



5 Aralık 1934'te "Kadınlara Seçme ve Seçilme Hakkı" veren yasanın kabul edilmesiyle ülkemizde her yıl bugün, "Kadın Hakları Günü" olarak kutlanıyor. Mustafa Kemal ATATÜRK, 1925'te Kastamonu'da yaptığı konuşmada şöyle der: "Toplum kalkındırmak istiyorsak, izlememiz gereken daha emin ve daha etkili bir yol vardır. O da Türk kadınına çalışmalarımıza ortak etmek,

hayatımızı onunla birlikte yürütmek, kadının, bilimsel, toplumsal ve ekonomik hayatta erkeğin ortağı, arkadaşı, yardımcısı ve koruyucusu yapma yoludur." Bu konuşma ile kadın-erkek eşitliği ilkesini açıkça ortaya koyan ATATÜRK, Birleşmiş Milletlerin, 20 yıl sonra kabul ettiği Evrensel İnsan Hakları Bildirgesi'nin 1. ve 2. maddesi ile yayımladığı ilkeleri, çok daha önce dile getirmiştir. Mustafa Kemal ATATÜRK önderliğinde gerçekleştirilen inkılap, kadınların toplumda söz sahibi olmasına ve toplumunda ileriye yönelik adımlar atmasına katkı sağlamıştır. Kadınlarımız çok önemli siyasi, hukuki haklar elde etmişler ve bunun sonucunda da toplumsal alanda görünebilir olup, çalışma hayatına katılabilmişlerdir.

5 Aralık Dünya Kadın Hakları Günü, saygıdeğer Türk ve Dünya kadınlarına sağlık ve mutluluk getsin.

Kadın Hakları Gününüz Kutlu Olsun.

17. IB GÜNÜ



Erken Çocukluk ve 1. Sınıflar Kütüphane Öğretmenimiz Başak Gökcek ve Erken Çocukluk Bölümü İngilizce Öğretmenlerimizden Seray Yüksel 2 Aralık Cumartesi günü Yeditepe Üniversitesi'nde düzenlenen 17. IB Günü'nde okulumuzu temsilen uygulamalarını paylaştılar.

Öğretmenlerimize teşekkür ediyor, başarılarının devamını diliyoruz.

DÜNYA KÜLTÜRLERİ FESTİVALİ 2023

Ankara'da 55 büyükelçilik ve Yunus Emre Enstitüsü katılımıyla düzenlenen "Dünya Kültürleri Festivali 2023"ün açılışında sahnede Türk bayrağını taşıyarak ülkemizi temsil eden 2B sınıfı öğrencimiz Kumsal Gürkan'ı kutluyoruz.



4. SINIFLAR YAZAR SÖYLEŞİSİ VE İMZA GÜNÜ

4. sınıflarımız, Yer Kabuđu ve Dünya'mızın Hareketleri Ünitesi kapsamında yazar, astronom ve matematikçi sayın Nurdan Bağrıağık'ı okulumuzda konuk ettiler.

Ünite kapsamında okumuğu oldukları "Küçük Astronomlar - Kırmızı Teleskop" isimli kitap hakkında söyleşisini gerçekleştiren Nurdan Bağrıağık, aynı zamanda öğrencilerimizin astronomi ve uzay hakkında merak ettikleri sorulara da yanıt verdi. Yazarımızın yazıp bestelediği "Küçük Astronomlar" adlı şarkıyı birlikte söylediler. Keyifle geçen söyleşinin ardından öğrencilerimiz yazarımıza kitaplarını imzalattılar.

Etkinlik organizasyonu için Epsilon Yayınevine ve Kütüphane Öğretmenimiz Evrim Metin İnal'a teşekkür ediyoruz.





PDR BÜLTENİ



International Baccalaureate PYP



DAYANIKLI ÇOCUKLAR YETİŞTİRMEK

Bu hafta üçüncü sınıf düzeyinde "psikolojik dayanıklılık" çalışmaya başladık. Taş düşünceler ve pamuk düşünceleri öğrendik. Düşüncelerimizin duygularımızı, duygularımızın davranışlarımızı nasıl etkilediğini konuştuk. "Çocuk, At, Köstebek, Tilki" (Charlie Mackesy, 2019) kitabımızdaki şu güzel cümleden yola çıkarak psikolojik dayanıklılık konusuna küçük bir giriş yaptık: "Kara bulutlar geldiğinde... Yoluna devam et..." ve aynı kitaptan başka bir cümle ile dersi kapattık: "Sahip olduğumuz en büyük özgürlüklerden biri, olaylara nasıl tepki verdiğimiziz."



Veli görüşmelerimizde sıklıkla duyduğumuz bir şey var. "Çocuğumuz mutlu olsun, yeter." Elbette hiçbir anne baba kıyamaz çocuğunun bir damla göz yaşına, onu üzgün ve asık suratlı görmeye. Peki mutlu olmak bu kadar kolay mı? Çocuğumuzun her şeyine yetişerek, onunla daha çok ilgilenerek, onun yerine düşünüp, karar vererek, zorlukları onların yerine kolaylaştırarak onları gerçekten mutlu edecek miyiz? Herkesin "hayır" dediğini duyar

gibiyiz; çoğumuz bunları yapmaya çalışsa da...

Biz ne yaparsak yapalım, çocuğumuzun karşılaşacağı zorlukları, karşılaşacağı kişileri, hayatın getireceklerini çok da tahmin edemiyoruz. Büyümeye başladığı andan itibaren üstüne uzun uzun düşünüp kayıt yaptırdığımız okul, çocuğumuzun bir sebeple gitmek istemediği, istese dahi gidemediği bir yer olabiliyor. Çok sevineceğini düşünerek aldığımız bir hediye beklentisini karşılamıyor... Arkadaşlarıyla ilişkileri zorluklarla yürüyor... Örnekleri, bizlerde de kaygı yaratan, akran baskıları, iletişim sorunu yaşayan/ayrılan ebeveynler, hastalıklar, terör, savaş, açlık, salgın hastalık gibi küresel sorunlarla daha da tatsız hale getirmek mümkün. Üstelik bu örneklerin çoğu bizim kontrolümüzün dışında.



O halde şu sonuca varıyoruz; çocukların mutlu olmaları için dayanıklılıklarını arttırmak gerek! Düşüklerinde kalkabilmeleri için, kızdıklarında sakinleşebilmeleri için, "Her şeye rağmen hayat güzel" demeleri için... Daha da önemlisi kendilerini değerli ve güvende hissetmeleri için, dünya ile olumlu bir bağ kurmaları için...



Duyduğumuz, okuduğumuz pek çok başarı hikayesi var. Türlü yokluk ve zorluklar içinde imkansız başarıyan gençler, insanlar... Bir de sağlanmış tüm imkan ve gösterilmiş özene rağmen kendi ayakları üzerinde duramayan başka bir grup... Ne farkları var birbirlerinden?

Psikolojik dayanıklılık, işler pek de iyi gitmediğinde kişinin kendinde bulduğu güçtür. Olumsuzluğa karşı direnç gösterme, kendine olan inançla toparlanabilmedir. Peki bu çocuklara öğretilir mi?

Çocuklarımız bir gün içinde aslında o kadar çok sorunla karşılaşabiliyorlar ki. Aile içinde tartışmalar yaşanabiliyor, derse girmek istemiyorlar, arkadaşları onları üzebiliyor, yalnız kalıyorlar, ödevlerini unutmuş olabiliyorlar, sınavları kötü geçiyor, düşüyorlar, istedikleri yemek menüde olmuyor... Bir de çok sıkılıyorlar. İstedikleri yapılmayınca, yapacak bir şey bulamadıklarında... Sıkılmaya, beklemeye hiç tahammülü yok çoğu çocuğumuzun. Aslında tüm bunlar onların organizasyon becerilerini, çözüm becerilerini, iletişim becerilerini geliştiren, bir bakıma onları hayata hazırlayan zorluklar. Tüm bunlarla, uygun şekilde baş etmeyi sağlayabilirlerse, psikolojik dayanıklılıklarını da arttırmış olacaklar.

Bizler neler yapalım?

- Sıkılmak, üzölmek, kızmak; mutlu olmak kadar doğaldır. Çocuğunuzun bu duyguları yaşamasına izin verin.
- Her istediğimizi her zaman yapamayacağımızı fark ettirin. Hayat görevlerimizi ve sorumluluklarımızı yerine getirdiğimizde kolaylaşıyor.
- Çocuğunuzun üzüldüğü her konuyu çözmek için hemen harekete geçmeyin. Onu anladığınızı, duygusunun yanında olduğunuzu bilsin yeter. Bırakın çözmek için çaba harcayan çocuğunuz olsun.



- Onu koruyup, onun adına attığınız adımlarda "sen yapamazsın!" mesajı verdiğinizi unutmayın.
- Hatalarını telafi etmek yerine, hatalarının sonuçlarını yaşamalarını sağlayın. İnsan en çok hata yaptığında öğrenir.
- Güçlü yönlerini görüp takdir edin, kendine olan güveni artsın. Tamamladığı çalışmayı, yaşadığı duyguyu, gösterdiği tavrı ve davranışı gördüğünüzü bilmesini sağlayın, onaylayın.



- Uzun nasihatler verip, doğruyu anlatmaya çalışırken çok vakit kaybetmeyin. Söylediklerinizi anlamaları için daha fazla kelime kullanırken, fark etmeden dikkatlerini kaybedebilirsiniz. Konuşurken ona verdiğiniz mesaj, "Doğruyu bir tek ben bilirim, sen değil!" olmasın.
- Çocuğunuzun kendi gücüne, onun kararlarına güvenin.
- Cesareti kırıldığı zamanlarda motivasyonunu arttırın.
- Hayal kırıklığına izin verin. Kendi yaşadığınız olaylardan örnekler vererek duygusunu anlamasına yardım edin.
- Yardım etmek, saygılı olmak, adalet, hoşgörü, dürüstlük ve sabır gibi değerlerin, insanlara da, yaşama da değer katacağını öğretin.
- İyimserlik dayanıklılığı arttırır, çünkü sorunların çözülebileceğine ait bir bakış açısı sunar. İyimser olun.
- Birlikte eğlenin, gezin, oyun oynayın, yemek yapın, sohbet edin. Olumlu bağ kurmak için daha çok oyuncak ve harçlık yerine "anı" biriktirin.



KAYNAKÇA:

- "Psikolojik Dayanıklılık | Psikoloji İstanbul." Psikolojistanbul.Com, 2017, <http://www.psikolojistanbul.com/portfolio/psikolojik-dayaniklilik/>.
- "Psikolojik Dayanıklılık Ve Anne Tutumunun Psikolojik Dayanıklılık Gücüne Etkisi." 724Psikoloji.Com, 2017, <http://www.724psikoloji.com/?Syf=22&Mkl=751824>.
- Bektaş, Mahmut. "Yaşam Zorluklarıyla Başa Çıkmak Ve Psikolojik Dayanıklılık." Workingmother.Com.Tr, 2017, <http://www.workingmother.com.tr/index.php/item/416-yasam-zorluklarıyla-basa-cikmak-ve-psikolojik-dayaniklilik>.

EKO OKUL BÜLTENİ



International Baccalaureate PYP



HAVA KİRLİLİĞİ

HAVA KİRLİLİĞİNİ ÖNLEMELİK İÇİN NELER YAPABİLİRİZ?



Hava kirliliği yıllık 7 milyona yakın ölümlle ilişkilendiriliyor ve günümüzün en büyük çevresel sağlık tehdidi olarak görülüyor. Bunu önlemek için günlük hayatımızda dikkat etmemiz gereken bazı şeyler var.

Evlerimizde ve ofislerimizde harcadığımız elektrik, su ve doğalgaz gibi kaynaklar karbon ayak izi oluşumunda büyük etkilere sahip olduğu için bu kaynakları tutumlu kullanarak hem tasarruf edebilir hem de dünyaya bıraktığımız izi biraz olsun azaltabiliriz.

Toplu taşıma kullanabilir, kısa geziler için yürüme veya bisiklet gibi aktif ulaşım türlerini tercih edebilir ya da e-scooter, e-bisiklet gibi araç paylaşım hizmetlerinden yararlanabiliriz.

Küresel emisyonlar üzerinde etkisi olan, bir bireyin karbon ayak izinin neredeyse üçte birini oluşturan beslenme şeklimizi değiştirebilir ve sürdürülebilir beslenmeye yönelebiliriz.

Kağıt, plastik, metaller ve organik malzemeleri geri dönüştürebiliriz. Böylece çöp depolama tesislerine giden atık miktarı azalır ve daha az zararlı gaz açığa çıkar. Bunu yaparak sadece çevremizi temiz tutmakla kalmaz, aynı zamanda doğal kaynaklarımızı korur, enerji ve su israfını önleriz.



Plastik atıklar doğada uzun süre çözünmeden kaldığı için toprak ve su kirliliğine sebep oluyor. Ayrıca plastiklerin üretiminde zararlı gazlar atmosfere salınıyor. Bunun nedeni plastiklerin hammaddesinin petrol ve kömür gibi fosil maddeler olması. İşte bu yüzden plastik atıklarımızı azaltabiliriz.

Ateş yakmayarak, cam, plastik, izmarit gibi maddeleri atmamaya orman yangınlarını engelleyebiliriz. Doğaya zarar vermeyen, üretiminde hayvanlar üzerinde test yapılmayan, paraben, SLS, BHA gibi maddeler içermeyen sürdürülebilir kozmetik ürünlerini kullanabiliriz.

Çağımızın en büyük zorluklarından biri çevre ve iklim değişikliğiyle mücadele etmektir. Bu sorunların üstesinden gelmek için hepimizin bir rolü vardır. Fosil yakıtlardan kaynaklanan kirliliği azaltmak ve çevreyi korumak için temiz enerji ve yenilenebilir enerji kaynaklarına yönelmeliyiz. Karbon salınımını azaltmak için de karbon yakalama ve depolama teknolojilerini benimsemeliyiz. Ormanlarımızı korumak ve gıda israfını azaltmak da ekosistem için hayati önem taşır. Gelecek nesiller için daha iyi bir dünya yaratma hedefimizde, çevre dostu çözümleri öncelikli olarak değerlendirmeliyiz.

Hepimiz temiz hava solumayı hak ediyoruz. Tüm bunlara dikkat ederek hem kaynaklarımızı hem de havamızı koruyalım. Geleceğe iyi bakmak için dünyaya bugünden iyi bakalım!

KAYNAK: <https://www.bogaziciyonetim.istanbul/hava-kirliligi-nedir-nasil-onlenebilir/>