



İLKOKUL BÜLTENİMİZ

LİSE BÜLTENİMİZ

HAFTALIK VELİ BÜLTENİ – 15 MAYIS 2020

İçindekiler

- Ata'ya Sesleniş 2
- Psikolojik Danışma Ve Rehberlik Birimi..... 4
- Eğitimde İzlerimiz 6



Eğer bugün bayrağımız hür olarak vatan toprakları üzerinde dalgalanıyorsa, bunu borçlu olduğumuz büyük önder Mustafa Kemal Atatürk başta olmak üzere bütün şehitlerimizi ve gazilerimizi saygı ve minnetle anarken, 19 Mayıs Atatürk'ü Anma Gençlik ve Spor Bayramınızı kutlarız.

Yüce Önderimiz Mustafa Kemal Atatürk,

Bundan 101 yıl önce, 19 Mayıs 1919'da çıktığın Samsun'dan tüm yurda umudun aydınlığını yaydın. Bitkin, umutsuz, yenik ve yoksul bir ulusa; var olma inancını, var olma kararlılığını aşılayarak, Ulusal Bağımsızlık Savaşını başlattın.

Dört bir yanı işgal altındaki bu topraklarda, halkındaki özgürlük bilincini, ulusal onuru, gururu yeniden canlandırmak için harekete geçtin. Biliyordun ki "Bir kez yükselen bağımsızlık bayrağı indirilemez!", bir kez şahlanan ulusal coşku sindirilemez ve bir kez parlayan özgürlük ateşi söndürülemezdi.

Dışarıdan saldıran İtilaf Devletleri'yle içerden saldıran ve seni yolundan döndürmek isteyenlerle de savaşmak zorunda kaldın.

Üç yıl sonra, bize muhteşem bir zafer; dört yıl sonraysa eşsiz bir Cumhuriyet armağan ettin. Sana müteşekkiriz!

Ey Büyük Ata'm!

Kurtuluş mücadelemizin başladığı gün olarak kabul edilen 19 Mayıs'ı, Cumhuriyet muhafızları olarak gördüğün biz Türk gençliğine bayram olarak armağan etmeni ve bu armağanın önemini çok iyi kavıyoruz. Bir söylevinde, "Gençler, cesaretimizi destekleyen ve yönlendiren sizlersiniz. Siz, almakta olduğunuz terbiye ve eğitimle, insanlık ve uygarlığın, vatan sevgisinin, düşünce özgürlüğünün en değerli örneği olacaksınız. Yükselen yeni nesil, gelecek sizsiniz!" demiştin biz Türk gençlerine. Ne bu sözlerini ne de Cumhuriyet'i koruma ve kollama görevimizi unuttuk Ata'm! Gelecek bizimle daha aydınlık ve daha güzel olacak, bıraktığın emanet emin ellerde.

Eşsiz hatıranı duyduğumuz minnet ve şükran duygularıyla, önünde bir kez daha saygıyla eğiliyoruz.

Türk Gençleri

BANDIRMA VAPURU DESTANI

Bir ihtiyar gemi,

Yol alır,

Karanlıklar içinden güneşe doğru...

Bizi bir bağımsızlık ateşiyle ısındıralı,

Artık bütün gemiler umut bandıralı,

Artık bütün sevdalar birer Bandırma Vapuru!

Bir yolcusu var ki şanlı mı şanlı!

Bir yolcusu var ki, Kemal Paşa namı;

Ateşlemiş içimizde sönmekteki gururu!

O günden beridir, kazanlar yanar, çarklar döner,

Çalışır en eski makineler...

O günden beridir cümle sevdalar,

Aslında birer Bandırma Vapuru!..

Kararıyor Karadeniz, göklerde bulut,
Paslı bacalarda toplanan martıların,
Çıgıllıkları kaptan köşkünden duyuluyordu.

Binbaşı Kazım Bey'in çarpan yüreğiyle,
Sanki her dalgayla aniden,
Fırlayıp yerinden,
Karadeniz'e bir dalıp bir çıkıyordu.

Paşa döndü kamaraya, düşünceli...

Saat sabaha karşı üçtü.
Bir sandal gibi savrulan gemide,
Tanrım, uyumak ne kadar da güçtü!..

Gemi savrulmuyor artık, fırtına çoktan dindi.

Pencereden vuran güneşe karşın, hava biraz serindi,

Ve aynada altın saçlarıyla paşa
Doğan güneşin ve geceki düşün ışığında
Kendinden epeyce emindi...

Paşa yüzünü soğuk su ile yıkadı,
Yıkanırken Samsun şehri bir ışıkla,
Geriye doğru taradı sarı saçlarını
Silahını beline taktı

Ve başına haki samur kalpağını.
Anasının böreğinden yedi bir parça,
Yudumlarken sade kahvesini,

Bir cigara tellendirip
Gemi yanaşırken iskeleye,
Çıktı güneşle birlikte güverteye.

Bütün mürettebat geçti hazır ola!

Halatı, palamarı, çapası, zinciri,
Serene çekilen kolordu sancağı geçti hazır ola!
Önde Kazım ve ardında Nazım Beyler;
Çarkçısı, ateşçisi, tayfası ve Mehmet geçti hazır ola!
Gökte martısı,
Karşılamanın mavnası, takası;
İskelede askeri ve milli zevat;
Ana, baba, kız, kızan, evlat
Geçti hazır ola!

Ve limandan, yakından ve uzaktan,
Samsun'un dört bir yanından,
Davul ve zurna sesleri yükseliyordu...
Düğüne gidercesine cenge gidecek olan Anadolu,
Artık, Paşa'nın vereceği emirleri bekliyordu!..

Ve limanda Bandırma Vapuru,
Gıcırdayan paslı zincirlerinden,
Gelen büyük bir gürültüyle demirini indirirken,
İlk kez bu kadar huzurlu ve bu kadar gururluydu!
Artık içimizdeki bütün sevdalar "umut bandıralı"
Ve her biri de birer Bandırma Vapuruydu!

B. Ziya TEKİN

PSİKOLOJİK DANIŞMA VE REHBERLİK BİRİMİ

Sevgili Anne ve Babalar,

Düşünce ve duygularımızın farkında olmak aynı zamanda vücudumuzu duymaya ve anlamaya yönelik farkındalığımızı da geliştirir. Bu haftaki paylaşımımızda düşünce ve duyguların vücuttaki etkilerine yani somatizasyona ilişkin farkındalığa yer vermek istedik.

Sağlıklı ve farkındalık dolu günlere,

Psikolojik Danışma ve Rehberlik Birimi

VÜCUDUMUZU DİNLERKEN

Kendimizi duygusal olarak dengede hissettiğimizde vücudumuz da bu pozitifliği yansıtır. Memnuniyet gibi pozitif duygular beynimizin serotonin ya da dopamin gibi vücudumuzun iyi hissetmesini sağlayan, pozitif kimyasallar salgılamasını sağlar. Maalesef, bunun tam tersi de geçerlidir. Kendimizi iyi hissetmediğimiz zamanlarda bu zihinsel yorgunluk kendini vücudumuz yoluyla ifade edebilir. Örneğin, uzun süreli fiziksel, zihinsel ya da duygusal stres yaşadığında vücudumuz toksik seviyelerde kortizol salgılar. Beynimizin kimyasında yaşanan bu sıkıntılar fiziksel olarak yansır. Yüksek kortizol seviyeleri ya da adrenal yorgunluğu saptamak genellikle kolaydır. Ancak duygusal stres kendini çok farklı yollarla ifade edebilir. Çoğu kişi için kronik duygusal stres normal hissettirir. Hatta bazen dengesiz bir duygusal durumda olduğumuzu fiziksel bir ağrı hissedip sebebini anlamaya çalışmadan fark etmeyiz bile.

Kronik baş ya da bel ağrılarınız var mı? Tıbbi her yöntemi denediniz ama ağrınız bir türlü dinmiyor mu? Ağrının sebebini yanlış yerde arıyor olabilirsiniz. Çoğu ağrı tipi direkt olarak duygularımıza bağlıdır. Ancak ağrının sebebini belirlediğimiz zaman içeriden dışarıya iyileşmeye başlayabiliriz.

Psikosomatik ağrı nedir?

Psikosomatik ağrı, kronik ve fiziksel semptomları olan ancak tıbbi bir açıklaması olmayan bir rahatsızlıktır. Bu terim zihinsel durumumuzu anlatan *psike* ve vücut anlamına gelen *soma* kelimelerinden türemiştir. Yani psikosomatik ağrı kişinin psikolojik durumu tarafından tetiklenen fiziksel bir ağrı türüdür.

Duygularımız sinir yollarımızdan ilerlerken nöropeptid adında proteinler salgılar. Her duygunun kendi frekansı vardır ve eş zamanlı olarak reseptör aktif peptidler salgırlar. Molecules of Emotion kitabının yazarı Dr. Candace B. Pert, işlenmeyen duyguların vücutta sıkışıp kaldığını ve kişinin tüm sistemini etkilediğini yazmış.

Negatif duygu ve düşüncelerin enerji frekansları pozitiflerden farklıdır. Bu sebeple organ, doku ve hücrelere rahatsızlık verirler. Vücutlarımız bizleri onlara stres yaşattığımız için cezalandırırlar. Bazen negatif duygularımız, bizim kontrolümüz altında gelişmeyebilir ama vücudumuz bu farkı anlayamaz. Bizim suçumuz olmadığı halde, uzun süreli duygusal taciz ya da çocuklukta yaşanan bazı olaylar kendini kronik psikosomatik ağrı yoluyla yansıtabilir. Yine aynı şekilde, küçük duygusal sıkıntılar da kendilerini farklı ağrılar yoluyla gösterebilirler. Bu ağrı yıllarca sürebilir. Hatta vücudun başka bölümlerine sıçrayabilir. Genellikle böyle durumlarda fiziksel bir açıklama ya da tıbbi bir tedavi mümkün olmaz çünkü sorun bunlardan kaynaklı değildir.

Psikosomatik ağrı deyince bu ağrı ya da acıların kafanızda kurguladığınız bir şey olmadığının farkında olmak önemlidir; bu ağrılar beyninizin çalışma şekli ya da kimyasındaki değişikliklerin dışı yansıyan semptomlarıdır.

Vücudumuz ve zihnimiz eşzamanlı çalışır. Psikolojik acı sinirlere zarar vererek fiziksel ağrılara yol açabilir. Şanslıyız ki, zihnimizi bu ağrılardan kurtulmak için de kullanabiliriz. Eğer siz de tıbben sebebi açıklanamayan ağrılar yaşıyorsanız, belki de iyileşmeye zihninizden başlamanın negatif duygularınızdan ve yüzleşmediğiniz travmalarınızdan kurtulmanın zamanı gelmiştir.

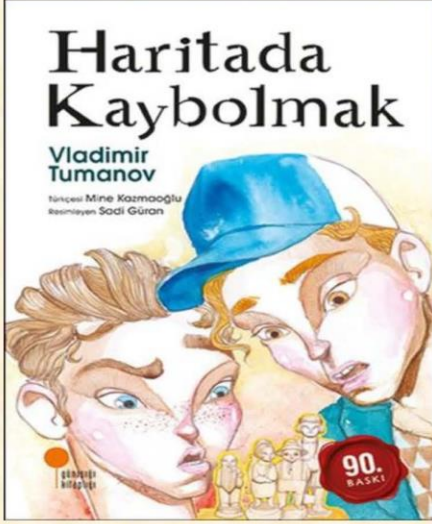
Kaynak: Davranış Bilimleri Enstitüsü <https://www.dbe.com.tr/Yetiskinveaile/tr/news/duygularinizla-direkt-baglantili-olan-7-agri-tipi/>

DİL VE EDEBİYAT DERSİ MYP ÇALIŞMALARINA BİR BAKIŞ

Dünya okulu olmanın ve dünya vatandaşları yetiştirmenin bilinciyle bu dönem de Zoom dersleri aracılığıyla IB felsefesini içselleştirdiğimiz derslerimize devam ediyoruz.

MYP T

BİLMECE BİLDİRMECE



5. sınıf öğrencilerimiz, Zoom dersi aracılığıyla dördüncü MYP üniteleri olan “Bilmece Bildirmece” ünitesine başlamadan önce, süreç boyunca üzerinde çalışacakları anahtar kavram olan iletişim; bağlantılı kavramlar olan karakter ve önem ile küresel bağlam olan kişisel ve kültürel ifade üzerine yaptıkları sorgulama çalışmaları ile ünitenin temelini oluşturdular.

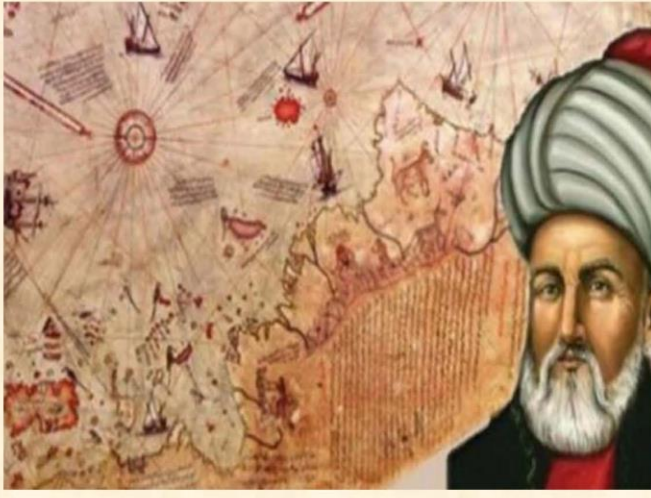
Dil ve Edebiyat dersi ünitelerinin edebi eser eşliğinde yapılandırılmasının dersin özünü

oluşturduğunu anlayan öğrencilerimiz; “Haritada Kaybolmak” kitabıyla ve bilmecelerle birlikte bir serüvene başladılar.

Ünite boyunca sorgulayacakları **“Dil zenginliklerimizden olan bilmecelerimiz; kendimizi ve kültürümüzü ifade edebildiğimiz en etkili iletişim araçlarından biridir.”** cümlesi üzerinden ünitenin içeriğiyle ilgili fikirlerini paylaştılar.

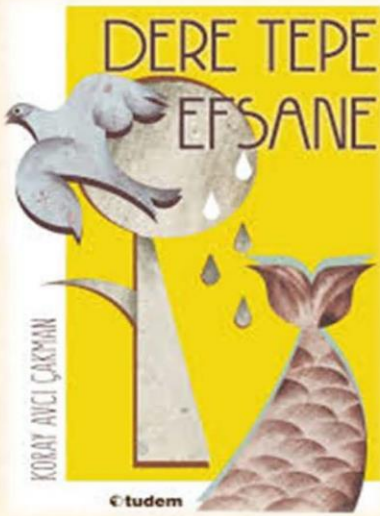
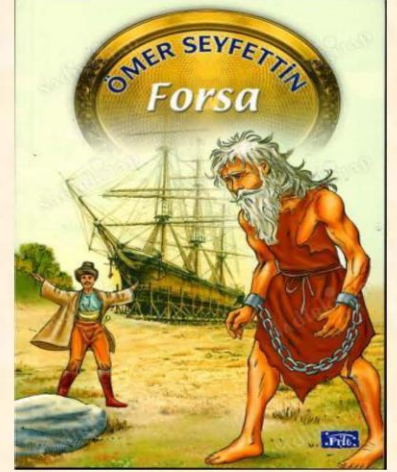
*Bilmece nedir?*Sizce bilmeceler okuduğunuz kitabın üslubunda nasıl bir fark yaratıyor?, Bunun sebebini nasıl açıklarsınız? sorularına cevap arayan öğrencilerimiz keyifli anlar yaşadılar. Dilimizin zenginliği olan “bilmece” türünü öğrendiler ve kendi bilmecelerini oluşturdular.





Piri Reis'i anlatan “Ufuk Çizgisiyle Geçen Hayat” adlı metin işleyen öğrencilerimiz moodle aracılığıyla paylaştığımız videodan yola çıkarak Piri Reis'in hayatı hakkında bilgi sahibi oldular.

“Forsa” adlı metin işlenerek Alt Kardeşler'in zamanla ve evlerinden ayrı kalmayla olan imtihanı Kara Memiş'in yaşadıklarıyla özdeşleştirdiler.



MYP 1

DESTANLAR İLE EBEDÎ VE EDEBÎ BİR YOLCULUK

6. sınıf düzeyinde son MYP ünitemiz olan “Destan” ünitesi ile eğitim-öğretim yılı yolculuğumuzun son durağına geldik. Ünite boyunca köklü ve zengin bir geçmişe sahip olan Türk dilinin meyvelerinden olan destan türü ile tanışıp; bu tür hakkında derinlemesine bilgiye sahip olduk.

Her destanın mutlaka bir tarihî olay ya da kahramandan doğduğunu, sözlü gelenek sayesinde günümüze taşındığını öğrendikten sonra, ünlü Türk destanlarından olan Oğuz Kağan, Ergenekon ve Göç destanlarını inceledik. “Motif” kavramının destanları şekillendiren bir unsur olduğunu ve Türk destanlarındaki motif çeşitlerini öğrendik.

Sınıf ortamını Zoom derslerimize yansıtmaya gayret gösterdiğimiz çalışmalarımızda, grup etkinlikleri ile öğrencilerimizin uzaktan eğitimden daha çok keyif almalarını sağladık.

Ünite sonunda öğrencilerimize destan ve efsane türleri hakkında son dönemde yazılmış bir kitap olan “Dere Tepe Efsane” adlı eseri muhakkak okumalarını belirttik.

MYP 2

HEPİMİZ BİR MUCİZEYİZ

7.sınıflarımızda Zoom dersi aracılığıyla işlediğimiz ünitemizin adı “HEPİMİZ BİR MUCİZEYİZ” idi. “Bakış Açısı” anahtar kavramı ve “özdeşlikler ve ilişkiler” evrensel bağlamıyla yola çıktık ve sorgulama cümlemizi: “**Kitap karakterlerinin olay ve durumlara karşı bakış açılarını irdeleyip, monologlarımız aracılığıyla bu unsurları ifade edebildiğimiz zaman kitabı yaşantımıza aktarabiliriz.**” olarak belirledik.

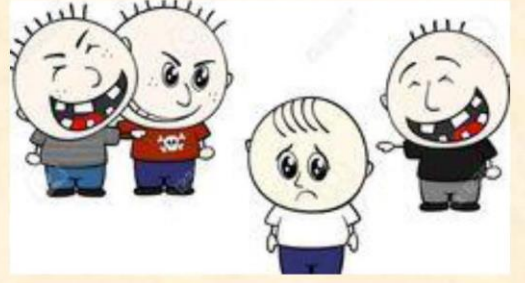


Süreç boyunca birçok çalışmayı barındıran MYP ünitemizde öğrencilerimiz “Mucize” kitabının büyülü dünyasında kaybolmaya başladılar.



Film ve kitap karşılaştırması yapan öğrencilerimiz, film konusundaki düşüncelerini arkadaşlarıyla paylaştılar.

Öğrencilerimiz, zorbalık konulu videoyu izledikten sonra okudukları kitaptan zorbalık kavramına örnekler verdiler.



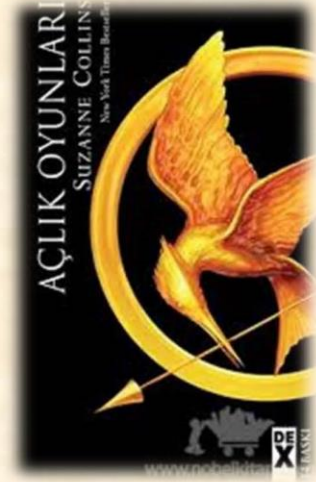
Ülkemizde ve dünyada yüz nakli yapılan insanların hayatlarını araştıran öğrencilerimiz ülkemizde yüz naklini başarılı bir şekilde yapan doktorlarla yapılan röportajları okuyarak edebî tür olarak röportaj kavramını öğrendiler.

MYP 3

EDEBİYATLA SANATIN DANSI

8. sınıf öğrencilerimiz, Zoom dersleri ile disiplinler arası öğretim modelinde Dil ve Edebiyat ile Görsel Sanatlar disiplinlerinin “akımlar” kavramı üzerinde ortak çalışmalarını yürüttüler.

Edebiyatın ve sanatın ortak alanı olan akımlardan bazılarını öğrenip; teorik bilgilerini resim ve yazın üzerinde değerlendirdiler. Üniteye girişte disiplinler arası öğretim modelini edebî yönden açıklayan “Kör Adam ve Fil” adlı şiir sayesinde IDU’nun felsefî temelleri üzerine düşünme fırsatı bulan öğrencilerimiz; Açlık Oyunları adlı eser ile öğrendikleri edebî akımların bir romanda nasıl yankı bulduğunu tartıştılar.



Distopya ve ütopya terimlerini öğrenen öğrencilerimiz; grup çalışmaları ile kendilerine verilen distopik eserleri araştırdılar. Thomas Moore’un ütopyası üzerinden karşıt tür hakkında bilgi sahibi olan öğrencilerimiz ünite sonunda iki türün kıyaslandığı değerlendirme paragrafları yazdılar.

Haftalık Bültenimizi takip ettiğiniz için teşekkür ederiz...