



İLKOKUL BÜLTENİMİZ

LİSE BÜLTENİMİZ

## HAFTALIK VELİ BÜLTENİ – 30 NİSAN 2021

### İçindekiler

- Sayın Velilerimiz ..... 1
- 14.Bahar Sempozyumumuz..... 2
- Eğitimde İzlerimiz ..... 3
- Psikolojik Ve Rehberlik Danışma Birimimizden ..... 3
- Eko Okul Köşemiz ..... 4

### ✚ SAYIN VELİLERİMİZ

26.04.2021 tarihinde Sayın Cumhurbaşkanımızın başkanlığında toplanan Cumhurbaşkanlığı Kabinesinde alınan kararlar doğrultusunda; hali hazırda uygulanmakta olan kısmi kapanma tedbirlerine yeni önlemler eklenerek tam kapanma dönemine geçilmiştir. 29 Nisan 2021 Perşembe günü saat 19.00'dan itibaren 17 Mayıs 2021 Pazartesi günü saat 05.00'e kadar sürecek olan tam kapanma döneminde;

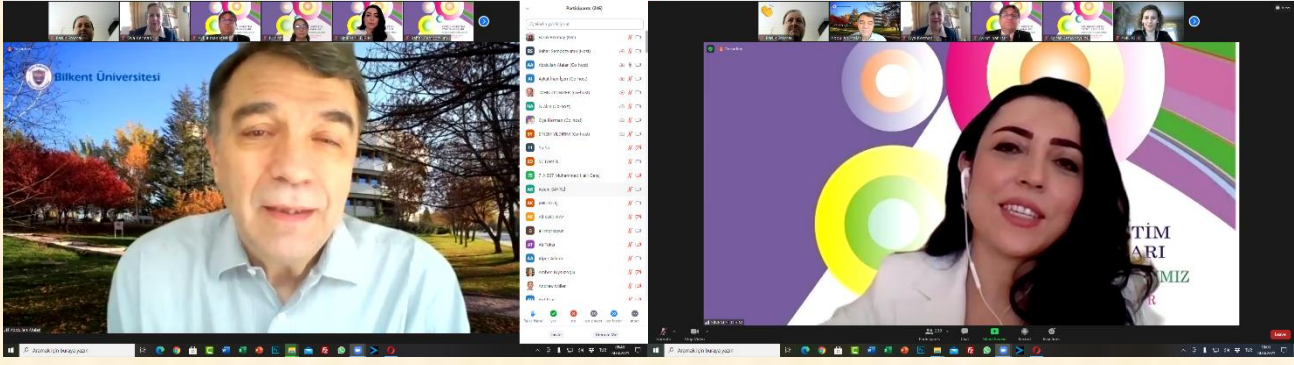
- 5.6.7. ve 8. Sınıflarımızda halen uygulanmakta olan ders programımız kullanılacaktır. Derslerimiz her gün 08.20-15.00 saatleri arasında uzaktan eğitim olarak yapılacaktır.
- 10-16 Mayıs tarihleri arasında daha önce planlandığı gibi Ramazan Bayramı tatili uygulanacaktır.
- 3 Mayıs 2021 Pazartesi günü yapılması planlanan Özel Bilkent Lisesi'ne Giriş Sınavı ertelenmiştir. Yeni sınav tarihi daha sonra Lise Yönetimi tarafından bildirilecektir.
- Öğrencilerimiz Haziran ayında hem MEB karnelerini, hem de MYP Karnelerini alacaklardır. Öğretim yılının sonuna yaklaşırken tüm öğrencilerimizin evden katılacakları uzaktan eğitim sürecinde bu karneler için değerlendirmeleri yapılacak olup, sizlerden öğrencilerimizi;  
-derslerini dikkatle ve ekranları açık olarak izlemeleri,  
-derse zamanında katılmaları ve verilen ödevleri zamanında teslim etmeleri konusunda yönlendirmenizi önemle rica ederiz.

MEB'den gelen yeni bilgiler doğrultusunda sizi bilgilendireceğiz.

Sağlıkla görüşmek dileğiyle.

Saygılarımızla

Ortaokul Yönetimi



24 Nisan 2021 günü 14.Bahar Sempozyumumuza Ankara, Antalya, Balıkesir, Bursa, Çanakkale, Çorum, Erzurum, Eskişehir, Gaziantep, İstanbul, İzmir, Kocaeli, Mersin, Muğla, Sakarya, Samsun, Şanlıurfa ve Zonguldak'ın yanısıra Kosova ve Azerbaycan'dan katılan 730 meslektaşımızla gerçekleştirdik.

14 yıldır büyük bir istekle ve kararlılıkla sürdürdüğümüz bu eğitim günümüzün onur konuğu Sayın Rektörümüz Prof. Dr. Abdullah Atalar idi. İçinde yaşadığımız toplumu oluşturan bireylerin her zaman yeniliklere açık, enerjik ve şevk dolu olmaları bilinciyle düzenlediğimiz bu eğitim programı kapsamında farklı branşlarda ve farklı düzeylerde bir IB okulu olarak Anasınıfından, Lise son sınıfa kadar pandemi sürecinde uyguladığımız başarılı örneklerimizi paylaştık.

Ortaokul adına katılan Sevgili Öğretmenlerimiz; Fatma Onan, Funda Yolcu, Mehtap Hacislimoğlu, Nil Şenkutlu, İlksen Sevil Uluçay, Birgül Yorulmaz, Nil Çelik, Ahu Kılıç, Göksu Toprak Kılıç, Ecem Merve Doğdu, Sibel Azrah, Çiğdem Karasu, Erol Saçak, Zişan Aybar, Carlos Lopez Santamaria alanlarında deneyimlerini meslektaşlarına aktardılar. Sempozyumun başlangıç bölümünde programı sunan Sevgili Sinem Yıldırım'a alanlarında sunum yapan tüm öğretmenlerimize ve bugünü adım adım tasarlayıp, organizasyonu yürüten Sevgili Suat Keskinsoy'a ve Türkan Makinacı'ya teşekkürlerimizi sunuyoruz.

<b>Uzaktan Eğitimde Çevrimiçi Araçlarla Dersleri Zenginleştirmek</b> Mehtap Hacislimoğlu, Nil Şenkutlu	MATEMATİK
<b>Disiplinlerarası Bir Çalışma: Gezegenimize Matematiksel Bakış</b> İlksen Sevil Uluçay, Birgül Yorulmaz	MATEMATİK SOSYAL BİLGİLER
<b>Uzaktan Eğitimde Laboratuvara Eş Simülasyon Destekli Çalışmalar</b> Fatma Onan, Funda Aslan Yolcu	FEN BİLİMLERİ
<b>Uzaktan Sanat Eğitimine Yeni Yaklaşımlar - Nil Çelik, Ahu Kılıç</b>	GÖRSEL SANATLAR
<b>Tanımlardan Uzakta Bir Tür "Şiirin İzinde" - Göksu Toprak Kılıç</b>	TÜRKÇE
<b>Supporting students' quality of motivation in online education - Ecem Merve Doğdu</b>	İNGİLİZCE
<b>HES (Hybrid &amp; Engaged Students) Code Confirmed! - Sibel Azrah</b>	İNGİLİZCE
<b>Tasarım Derslerinin Uygulanmasına Yönelik Örnekler - Çiğdem Karasu, Fatih Erol Saçak</b>	TEKNOLOJİ TASARIM
<b>Pandemik Müzik :) Garage Band Atölyesi... Zişan Aybar</b>	MÜZİK
<b>Focus Group discussion: "Why don't we flip the online classroom? Flipped learning approach in times of distance learning." Carlos Lopez Santamaria</b>	İNGİLİZCE

Lütfen [TIKLAYINIZ.](#)

### SİZLER İÇİN ÖNEMLİ TARİHLER

- |                         |   |
|-------------------------|---|
| - 10-15 Mayıs 2021      | - Ramazan Bayramı   |
| - 18 Mayıs 2021 (14.00) | - 4.sınıf velilerimize Ortaokul Programının tanıtımı          |
| - 18 Mayıs 2021 (20.00) | - Ortaokul Velilerimize MYP Karnesinin tanıtımı               |
| - 19 Mayıs 2021 (10.00) | - Atatürk'ü Anma Gençlik ve Spor Bayramı                      |
| - 24-28 Mayıs 2021      | - 5.Sınıfa geçen öğrenci kayıtları                            |
| - 1-4 Haziran 2021      | - 6.7.8.sınıfa geçen öğrenciler için kayıt yenileme işlemleri |
| - 21 Haziran 2021       | - 8.Sınıf Öğrencilerimiz için Liseye "Geçiş Töreni "          |
| - 22 Haziran 2021       | - Karne Günü ve Öğretim Yılıının sona ermesi                  |

## ✚ PSİKOLOJİK VE REHBERLİK DANIŞMA BİRİMİMİZDEN

### Sevgili Anne ve Babalar,

Geçtiğimiz hafta düşünceyi inceleme sürecini birlikte ele almıştık. Bu hafta bu kapsamda düşüncelerimizin ne kadar gerçekçi ve uygun olduğunu nasıl fark edeceğimize odaklanalım. Sağlıklı günler dileğiyle.

Psikolojik Danışma ve Rehberlik Birimi

### Düşüncemiz Ne Kadar Gerçekçi, Ne Kadar Uygun?

Siz de sahip olduğunuz tanımlayıcı olumsuz düşünceleri gerçeğe uygunluk açısından inceleyebilirsiniz. Bu konuda en çok işe yarayacak yöntem, en çok bilinen ve kullanılan "kanıt inceleme"dir. "Kanıt inceleme"de düşüncenin geçerliği ne kadar iyi tanımlayıp tanımlamadığına veya bu düşünce bir çıkarım (beni sevmedi) ya da tahminse (sınavda kalacağım), bu çıkarım ve tahmini destekleyen ve desteklemeyen neler olduğuna bakılır.

Olumsuz duygumuzla bağlantılı düşünceleri incelerken kendi kendimize ilk sormamız gereken soru, "Bunu nereden biliyorum?" sorusu olmalıdır. Örneğin, beni sevmedi düşüncesi için "Beni sevmediğini nereden biliyorum? Ya da "sınavda kalacağım" düşüncesi için "sınavda kalacağımı nereden biliyorum? gibi. Sonrasında, "beni sevmedi çünkü bana hiç gülümsemedi" ya da "sınavda kalacağım çünkü bilgim yetersiz," gibi. Devamında, "kanıt inceleme"nin ikinci kısmı gelir. Bu sefer hedef, bu düşüncenizin gerçekçi olmadığının ya da tamamıyla gerçekçi olmadığının kanıtının/kanıtlarının neler olabileceğini bulmaya çalışmaktır. Örneğin "Beni sevmedi" düşüncesi için "Beni sevdiğini gösteren bir şeyler var mı? ya da "Sınavda kalacağım" düşüncesi için "sınavda kalmayacağımı düşündüren bir şeyler var mı?" gibi. "Beni sevmiş olabilir çünkü bana yeniden görüşelim" dedi ya da "sınavda geçebilirim çünkü bildiğim konular da var, sorular oralardan gelebilir."

Bu incelemenin amacı: gerçekliğin sadece olumsuz anlık düşünceyi destekleyen olumsuz yanları yerine, olumlu yanlarını da dikkate alarak durumu daha iyi tanımlayan, daha gerçekçi bir alternatif oluşturmaktır. Örneğin evde yalnız olan birinin "yapayalnızım" düşüncesi yerine "Bu akşam insanlarla birlikte bir programım yok", Bu akşam beraber olabileceğim arkadaşlarım meşgul", "Arkadaşlarımın hiçbirinin aklına benim dışarıda veya onlarla olmayı istediğim gelmediği için evde yalnızım", "Ben hiç kimseyi arayıp buluşmayı teklif etmediğim için bu gece yalnızım" gibi farklı açıklamalar bulabiliriz. Bir diğer soru, "Eğer sevdiğim bir arkadaşım benim durumumda olsa ve "yapayalnızım" diye düşünse ben ona ne derdim? Sorusudur.

Alternatif açıklamaları bulmamıza yardımcı olabilecek diğer bir soru, "Aynı olayı yaşayan ve üzüntü duymayan birisi acaba bu olayı nasıl görür, nasıl değerlendirirdi? sorusudur.

Yapılabilecek açıklamalar içinde duruma en uygun olan açıklamayı bulmaya çalışmak, bazı durumlarda bizim için yol gösterici olur.

Bazen anlık düşüncelerimiz hiçbir zaman yanıtlanamayacak veya tam yanıtı bulunamayacak sorular biçiminde olabilir. Yanlış sorununsa doğru cevabı olmaz! “Geçmişini neden unutamıyorum?”, “Neden böyleyim?”, “Yaşamın anlamı nedir?”, “Niye hep bunlar benim başıma geliyor?” Bu yanıtlanamaz soruları düşünmek kendinizi kötü hissetmenizin garantili yollarından biridir. Belki kendimize sorduğumuz anda bize çok anlamlı ve önemli gelebilir ama bunlar aslında boş sorulardır. Düşünce incelemek için sorduğumuz soruyu hatırlayın: Bu düşüncenin bana ne yararı var? Eğer bulamıyorsanız, bunlar üzerinde de zaman harcamayın. Bunlar üzerinde düşünmenin bir yarar getirmediği netse, düşüncenizi bir kenara bırakıp, yani onun bir düşünce olduğunu hatırlayıp o gün, o anda, sizin açınızdan uygun olan veya yapmanızın normal karşılanacağı ne varsa onu yapmaya başlayın. Ya da daha değerlere dönük bir davranış geliştirmek en iyisi olabilir. “Kimse beni istemiyor, yapayalnızım” düşüncesine verebileceğimiz cevap: “Benim istediğim şey yalnız olmamak. Bu şekilde düşünmem bunun değişmesinde bana yardım etmeyecek. Sadece kendimi kötü hissettirecek. Yalnız olduğumu ve bunun değişmeyeceğini sürekli kendi kendime söylemenin yararı yok. Şu anda ihtiyacım olan şey insanlarla daha çok birlikte olmaya çalışmak ve bunun denemelerini yapmak. Eğer, kimse beni istemiyor, yapayalnızım, düşüncesine inanmayı ve buna uygun davranmayı sürdürürsem, denemek yerine vazgeçerim. O halde insanlarla bir arada olma fırsatlarını kaçırmamalı ve onlarla birlikte olmaya çalışmalıyım. Onlarla birlikteyken bu birliktelikten memnun olduğumu yansıtmalı ve insan ilişkilerinde daha istenilen şeyleri yapmaya çalışmalıyım.”

\* Prof. Dr. Hakan Türkçapar: Fark Et, Düşün, Hisset, Yaşa. 5. Baskı, Mart 2020. Epsilon Yayınevi, İstanbul.

## EKO OKUL KÖŞEMİZ

Değerli velilerimiz,

Bu hafta da sizlerle "Akıllı Dikey Tarım Ünitesi ile Evde Kendi Ürünlerinizi Yetiştirin!" başlıklı bir çalışmayı paylaşmak istedik. Sağlıklı günler dileriz...

<https://www.yeniisfikirleri.net/akilli-dikey-tarim-unitesi-ile-evde-kendi-urunlerinizi-yetistirin/>

*Haftalık Bültenimizi takip ettiğiniz için teşekkür ederiz...*