



## HAFTALIK VELİ BÜLTENİ - 14 NİSAN 2017

### İçindekiler

- Erasmus Plus Projesi Planlama Toplantısı ..... 1
- Değerli Velilerimiz ..... 2
- Sevgili Öğrencilerimiz Ve Değerli Velilerimiz ..... 2
- 6. Sınıflar Fransızca “Delf Prim A1” Sınavında ... 2
- Yöresel Yemek Günümüz ..... 3
- Eğitimde İzlerimiz ..... 4
- Meb Ve Müzik Bursları Hakkında ..... 10
- 11.Bahar Sempozyumumuz ..... 10
- Nisan Ayı Etkinliklerimiz ..... 10
- Eko-Okul Köşemiz..... 11

### ERASMUS PLUS PROJESİ PLANLAMA TOPLANTISI

Avrupa Birliği tarafından desteklenen Erasmus Plus Programı bünyesinde gerçekleştirmekte olduğumuz “I Know What I Want to be” isimli projemizin son planlama toplantısı 2-7 Nisan tarihleri arasında İngiltere’nin Newcastle kentinde gerçekleştirildi. Toplantı’ya İtalya,Finlandiya, Galler, Danimarka, Letonya ve Romanya’dan gelen öğretmenlerle okulumuzdan Erasmus Plus koordinatörümüz Sn. Ufuk Yakar ile PDR birimi bölüm başkanımız Sn. Jale Ataşalar katıldılar. Çalışmada projenin son ürünlerinin tasarımı yapıldı ve proje sonuçlarını duyurmak üzere bir web sitesi tasarlandı. Ayrıca proje kapsamında

gerçekleştirilecek olan öğretmen eğitiminin kapsamı ve aşamaları da toplantıda belirlendi. Öğretmenlerimiz farklı düzeydeki okullarda ders gözlemleri yaptılar. Uluslararası bilinç ışığında eğitim veren okulumuza önemli katkıları olacak bu projemiz ile ilgili gelişmeleri sizlerle paylaşmaya devam edeceğiz.



## DEĞERLİ VELİLERİMİZ,

- 5.6.7. ve 8.sınıf öğrencilerimizin akademik performanslarının değerlendirileceği veli toplantımız 22 Nisan 2017 Cumartesi günü 09:00-15:00 saatleri arasında ana branşlar dersliklerde, yardımcı branşlar Çok Amaçlı Salon'da düzenlenecektir. Tüm velilerimizi bekliyoruz.
- Sizlerden öğrencilerimizin okula gelirken üniforma dışında farklı renklerde giysiler giymemelerine, Growtopia ve Stres Çarkı gibi oyunları yanlarında getirmemelerine WhatsApp'ta kullandıkları iletişim diline özen göstermenizi rica ediyoruz. Desteğiniz ve anlayışınız için teşekkür ederiz.

Saygılarımızla  
Okul Yönetimi

## SEVGİLİ ÖĞRENCİLERİMİZ VE DEĞERLİ VELİLERİMİZ,

Özgür Pencere Edebiyat Grubu'nun düzenlediği Türkiye çapındaki öykü yarışmasında, okulumuzun 8. sınıf öğrencilerinden Dilay Sıla ÇELİK ve Alara DEMİRCİ'nin Türkiye dereceli öykülerinin yer aldığı imzalı kitabı 17.50 TL karşılığında satın alarak Menemen Ulukent İlkokulu öğrencilerinin eğitim giderlerine katkıda bulunabilirsiniz. Kitabın satışı 18-21 Nisan 2017 tarihleri arasında E Blok 8. sınıflar katında yapılacaktır. Katkılarınız için şimdiden teşekkür ediyoruz.

## 6. SINIFLAR FRANSIZCA "DEL F Prim A1" sınavında

Fransa Eğitim Bakanlığı tarafından tanınmakta olan ve Fransız Kültür Merkezi tarafından düzenlenen, "Dil Bilim Sınavları" olarak adlandırılan "DEL F Prim A1" sınavına 6.sınıflardan 10 kulüp öğrencilerimizle katıldık.

Eylül ayından bu yana kulüp saatlerinde haftada 2 saat büyük bir özverili çalışma ile hazırlanılan bu sınava girerken öğrencilerimiz son derece heyecanlıydılar. Güzel geçen sınavın ardından, öğrencilerin mutlulukları yüzlerinden okunmaktaydı. Öğrencilerimizin başarı sonuçlarını heyecanla beklemekteyiz.



## GÜNEYDOĞU ANADOLU BÖLGESİ

"Ben; onlarca asrın yorgun şehri,  
Ben, ücreti, varoşu olmayan Urfa.

Bozuldu sonunda tarihin sihri,  
Ben artık yokuşu olmayan Urfa.

Ben; Halil'in beşiği,  
Ben; Medeniyetin eşiği,  
Ben Mezopotamya...

Ben daha dün kadar henüz  
Cehennemini bitiştiği.

Ben onlarca asrın kem talihine,  
Anadolu'nun onlarca müreffeh iline  
Henüz haykırışı olmayan Urfa.."

Nejat Karagöz



İDV Özel Bilkent Ortaokulu - Bilintur A.Ş işbirliği çerçevesinde, her yıl geleneksel olarak sürdürdüğümüz Bölge ve Dünya Kültürleri projemizin yedincisi olan Güneydoğu Anadolu Bölgesi kültürü etkinliğimizi 10 Nisan 2017 Pazartesi günü gerçekleştirdik.

Bilintur mutfak görevlilerinin servis desteğiyle hazırladığı; Mercimek Çorba, Patlıcan Kebap, Bulgur Pilavı, Cevizli Baklava ve zengin Salata Bardan oluşan Güneydoğu Anadolu Bölgesi yemekleri damaklarda farklı bir lezzet bıraktı.

Yemekhane önündeki panoda sergilenen Güneydoğu Anadolu Bölgesi'ne ait tarihi ve turistik yerlerin resimleri, yemek kültürü projemizi anlamlı kıldı.

Mayıs'da, Dünya Kültürleri Projemizde buluşmak üzere...

## ✚ EĞİTİMDE İZLERİMİZ

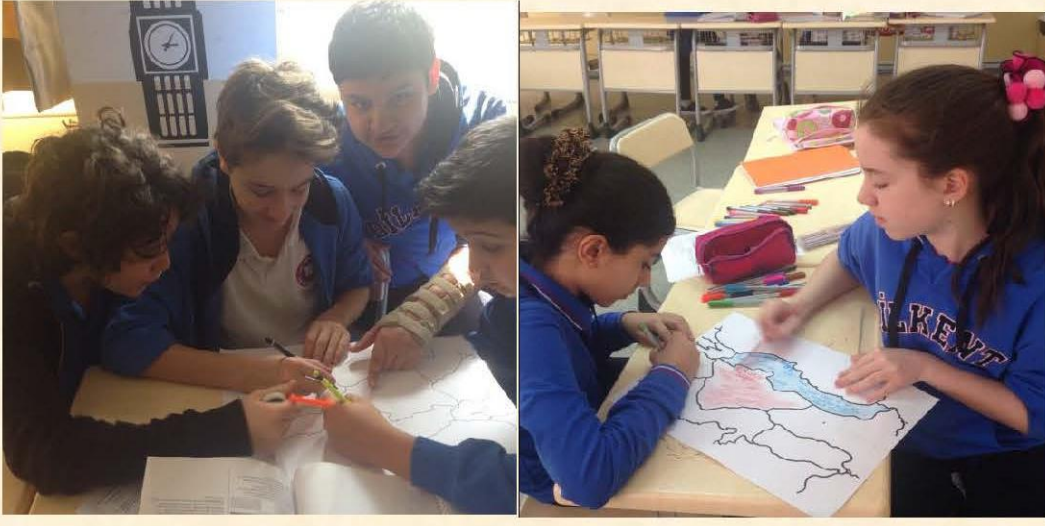
İslamiyet'ten Önceki İlk Türk Devletleri'nde sözlü edebiyat ürünlerinden birisi olan destanların önemini vurgulamak amacıyla öğrencilerimiz "Dede Korkut Destanı" kitabını okudular ve okudukları kitapta beğendikleri bölümleri farklı etkinliklerle sergilediler.



Tarih boyunca sanatın insan hayatındaki yeri ve önemini koruduğunu, müziğin ve dansın her zaman var olduğunu altını çizen etkinlikte öğrencilerimiz.



“Şaman müziği ve günümüz geleneksel halk danslarını yorumlayarak sınıfta sergilediler.



Geçmiş uygarlıkların kuruldukları coğrafyaların kimlik ve kültürlerine etkisini incelemek amacıyla Anadolu Medeniyetleri Müzesi'ne gezi yapıldı. Öğrencilerimiz Anadolu'nun geçmişten günümüze tarihi önemini araştırarak İlkçağ Uygarlıklarına ait eserleri , obje ve eşyaları incelediler geçmiş toplumların dünya kültür mirasına katkılarına yönelik çıkarımda bulundular.

### **Anadolu Medeniyetleri Müzesi Gezisi**

Öğrencilerimiz Araştıran- Sorgulayan öğrenen profili ile müze gezisi sırasında görsel materyaller, semboller, metofor ve benzetmeler yoluyla toplumların yaşadıkları coğrafi alanların kimliklerine etkisi üzerine çıkarımda bulundular.



## BİREYLER VE TOPLUMLAR - INDIVIDUALS AND SOCIETIES 6. SINIF

Okulumuzun 6. Sınıf seviyesinde “Yeryüzünde Yaşam” Uygarlıklar geçmişten günümüze seçtikleri yerleşim yerleri nedeniyle değişim yaşayabilir ve kimliklerini oluşturabilirler” sorgulama cümlemizdi.

Sorgulamaya başlarken;

Sınıfın dikkat çeken alanına geçmiş uygarlıklara ait farklı görseller, geçmiş uygarlıklarda kadınların kullandığı takılar materyaller , koyarak öğrencilerde merak uyandırıldı.

Öğrencilerin aşağıdaki sorular üzerine düşünceleri için fırsatlar yaratıldı.



- Yazının bulunması toplumların hangi alanlarda gelişmesini sağlamıştır?
  - İcatlar ve buluşların toplumların kuruldukları coğrafyaya etkisi hakkında neler düşünüyorsunuz?
  - Günümüz toplumları yerleşim yerleri olarak daha çok hangi alanları tercih ediyorlar?

Öğrencilere yöneltilen ve onların da merak ettiği sorgulama soruları tahtaya yazılarak çıkarımda bulunmaları sağlandı.



Öğrencilerimiz yöneltilen ve onların da merak ettiği sorgulama soruları üzerinde düşünerek çıkarımda bulundular, yorumlar yaptılar.



Geçmiş uygarlıkları ile günümüz toplumlarının askeri, kültür, sanat, gelenek ve görenekleri arasında benzer ve farklılıkları belirlemek amacıyla yapılan çalışmalardan örnekler ve uygarlıkların harita üzerinden yerlerinin bulunarak coğrafi mekanın kimlik ve yaşam şekillerine etkisi konusunda çıkarımlara varılması amacıyla “Harita Okuma” çalışması yapıldı.

Dünyanın herhangi bir ülkesi ya da bölgesinde görülen iklimin insan yaşantısına etkisinin neler olduğu hakkında araştırma ödevlerini arkadaşlarına sundular.



Dünyanın farklı yerlerindeki yeryüzü şekillerine örnekler ve öğrenciler tarafından gruplar halinde sınıfa getirilen bilgisayarlar üzerinden araştırma çalışmaları moodle ortamında paylaşıldı. Öğrencilerimiz yeni bilgisayarlarda çalışmayı çok sevdiler.

“İçine Düşen Herşeyi Öldüren Nehir, Aral Gölü, Orman Yangınları Sırasında Hayvanlar Ne Yapar” makalelerinin okuyarak yaptıkları çalışmalar eleştirel düşünme bakış açılarını geliştirmelerinde etkili oldu.

Sınıfta broşürler hazırlayarak sonuç değerlendirme çalışmaları yaptılar. Çalışma öncesinde kütüphanede çeşitli kitaplarda ve internetten yaptıkları araştırmaları broşür hazırlarken kullandılar. Kaynakça kullanımının akademik dürüstlük açısından önemini de hatırladılar.



## BİREYLER VE TOPLUMLAR - INDIVIDUALS AND SOCIETIES (SOSYAL BİLGİLER 5. SINIF)



“Yeryüzünün Dili” 3. MYP ünitemize ‘Coğrafi özellikler ve doğal kaynaklar bir yerin bilimsel ve teknik açıdan çeşitli şekillerde gelişmesine neden olabilir.’ Sorgulama cümlesi ile başladık.

“Everest ve Mariana Çukuru” ile ilgili videoları izleyen öğrencilerin görüşleri alındıktan sonra yeryüzü şekillerini

tanıdık. Yeryüzü şekillerinin İngilizcelerinin olduğu görselleri panomuzda sergilemeyi unutmadık. Gruplara ayrılan öğrencilerimiz işbirliği içerisinde bir sonraki derslerimize hazırlık yaptılar. Her gruba elindeki malzemeler ile kutu içerisine kendilerinin belirleyeceği yeryüzü şekillerini hamurlardan yapmaya başlamadan önce planlama yapmaları gerektiği hatırlatıldı. Bu çalışma öncesi dergi ve atlaslardan yeryüzü şekillerini incelediler. Çalışma bitiminde sınıf tahtasında ‘T’ şeması oluşturarak bu çalışmanın öğrenciler tarafından olumlu ve olumsuz (artı ve eksi) yönlerini anlatmaları istendi.



‘Haritada Kaybolmak’ adlı kitabı okuyan öğrencilerimiz kitapta kendilerince önemli buldukları bir konuyu arkadaşlarına anlattılar. Kitapta öğrendiklerinden sınav yapacak olsalardı soracakları üç soru ve cevabı yazdılar. Bir dünya haritası üzerinde kitabın kahramanlarının nerede yaşadığını ve kitapta adı geçen üç yeri işaretleyerek bu yerlerin özelliklerini belirtep gösterdiler. Kitap ile ilgili bir reklam afişi tasarladılar.





ATL Becerilerinden öğrencinin yeni fikir ve sorgulamalar üretmesi için beyin fırtınası yapma ve görsel şema kullanmaya yönelik etkinlikler yaptılar.



Geçmiş uygarlıkları ve günümüz toplumlarının yerleştikleri alanların benzer ve farklı özelliklerini Venn Şeması üzerinde gösterdiler.

Öğrencilerimiz gruplara ayrılarak yaptıkları çalışmayı sınıfta arkadaşları önünde yorumlarken.

### Tarihi Çizerek Anlatıyorum Etkinliği



Öğrencilerimiz yaptıkları çalışmada bireysel farklılıkları göz önünde bulundurarak ilgilerine, yetenek ve isteklerine göre etkinliklerde yer aldılar.

## MEB VE MÜZİK BURSLARI HAKKINDA

- 2017-2018 Öğretim Yılı için MEB ve Müzik Bursları başvuru formlarınızı öğrencilerimiz ile bugün gönderdik. Ayrıca web sayfamıza da koyduk. Bu formların doldurulup, gerekli evrakların hazırlanıp,
    - Müzik Bursu başvurularını Sayın Türkan Makinacı'ya ,
    - MEB Bursu başvurularının ise Muhasebe Müdürü Sayın Yaşar Seldüz'e **en geç 21 Nisan 2017 Cuma akşamına kadar teslim edilmesi** gerekmektedir.
- ✓ MEB Burslarının dağılımında şehit ve gazi çocuklarına öncelik verilir.
  - ✓ MEB Bursu'na 5-7.Sınıf öğrencilerimiz,
  - ✓ Müzik Bursu'na 5-8.Sınıf öğrencilerimiz başvurabilirler.
  - ✓ Formlar için tıklayınız.

[MEB Bursu Formu](#) / [Müzik Bursu Formu](#)

## 11.BAHAR SEMPOZYUMUMUZ

Bu yıl 11.sini düzenlediğimiz Bahar Sempozyumumuz 06 Mayıs 2017 Cumartesi günü yapılacaktır. Sayın Prof. Dr. Elif Barışkın'ın "Duygularla Başetme" ve Türk Yıldızları'nın "Gelecek Bizlerin" konulu söyleşileriyle onur konuklarımız olarak katılacakları sempozyumda öğretmenlerimiz başarılı çalışmalarını meslektaşları ile paylaşacaklardır. Siz de katılmayı arzu ediyorsanız lütfen web sayfamız kanalı ile başvurunuzu yapınız.



## NİSAN AYI ETKİNLİKLERİMİZ

Tarih	Etkinlik	Saat	Yer
21.04.2017	MEB ve Müzik Başvuru Formlarının teslim edilmesi için son gündür.		
22.04.2017	5-6-7-8.Sınıflar Veli Toplantısı	09:00-15:00	ÇAS-Derslikler
23.04.2017	23 Nisan Ulusal Egemenlik ve Çocuk Bayramı Töreni ve Konseri	09:30-12:00	ÇAS/Çim Alanı
26-27.04.2017	8.Sınıflarımızın TEOG Sınavı nedeni ile <b>5.6. ve 7.sınıf öğrencileri için tatildir.</b>	-	-

Sayın velilerimiz,

Bu hafta sizlerle yemeklerde kullanılan ve günümüzde uzak durulması gereken maddeler arasına giren üç beyaz olarak adlandırılan un, tuz ve şeker hakkında bilgilendirici bir yazıyı paylaşmak istedik. Sağlıklı günler dileklerimizle...

## **Üç Beyaz: Un, Tuz, Şeker**

Üç Beyaz Nedir?

Yemeklerde kullanılan ve üç beyaz olarak adlandırılan; un, tuz ve şeker günümüzde uzak durulması gereken maddeler arasına girmiştir. Bunun sebebi aşırıya kaçan kullanımların oluşturduğu hastalıklardır. Aksine gerekli besin maddeleri içinde yer alan bu “üç beyaz”ı incelediğimiz yazıda yararları ve zararları ile sizlere rehber olmaya çalışacağız.

### **Un**

Tahılların öğütülmesiyle elde edilen ince toza verilen addır. Başta ekmek ve hamur işleri olmak üzere pek çok gıdanın temel bileşenidir. Genellikle buğdaydan elde edilen toza denir. Arpa, yulaf, çavdar, mısır, nohut gibi bitkilerden elde edilen, yaygın olarak o tahılın adıyla birlikte mısır ve arpa unu biçiminde adlandırılır. Çeşitleri: buğday, çavdar, pirinç, kestane, nohut.

### **Tuz**

Kimyada sodyum klorür (NaCl) ismiyle bilinen beyaz kristal yapılı bir bileşiktir. Sofra tuzu doğada, denizlerde çözünmüş halde, kaya tuzu şeklinde ve kurumuş iç denizlerin yataklarında bulunur. İnsan dahil tüm canlıların besin kaynağıdır ve yemeklerde tatlandırıcı olarak kullanılır.

### **Şeker**

Şeker kamışı ve pancarından elde edilen bir madde. Hindistan ve Arap ülkelerinde, tropikal ve yarı tropikal bölgelerde yetiştirilmektedir. Yüzyıllardan beri insanların önemli gıda maddelerinden birisi olmuş ve 18. yüzyılın sonuna kadar sadece kamışından üretilmiştir. Şeker pancarı tarımı ve pancarından üretimi ise 19. yüzyılda başlamıştır. Tatlandırıcı olarak, ayrıca; unlu ürünler, dondurma, helva, reçel, marmelat, alkollü ve alkolsüz içecekler sanayilerinde kullanılır.

### **Kullanım Miktarları Nasıl Olmalıdır?**

#### **Un**

Temel besin maddesi olarak genellikle hamur işleri ve tatlılarda, ekmek yapımında kullanılır. Kullanım miktarı fazla olmamak kaydı ile günlük enerji ihtiyacımızın çoğunu karşılayabilir. Toplumumuzun olmazsa olmaz çay saatlerinde hamur işleri ve kekler fazla tüketildiğinde kişiye kilo ve mide rahatsızlığı olarak geri dönebilir.

#### **Tuz**

Günlük kullanımı için önerilen miktar 2-3 gramdır. Ancak Türk toplumu olarak bu maddeye olan sevgimizin yüksek olduğunu düşünürsek ülkemiz için 5-15 gram sınırlandırmasına gidilebilir.

Tuz kullanımı kişinin fizyolojik ve sosyal koşullarına göre değişiklik gösterebilir. Rahat ortamda çalışan kişilerin, zor ve sıcak ortamlarda çalışanlara göre daha az tükettiği görölmektedir. Aşırı idrar kaçıran, terleyen ve ishal olan kişilerin de yiyecek ve içeceklerinde bol bol tüketmeleri gerekir. Yeşil yapraklı sebzeler, süt, et ve yumurta gibi besinlerde bulunur.

## **Şeker**

Tek başına kullanıldığında enerji oluşturmayan bu maddenin aşırısı da zararlı. Bu nedenle “boş kalori kaynağı” olarak adlandırılır. Diş çürümelerine engel olmak için de çok tüketilmemeli ve ağız temizliğine önem verilmelidir. Yoğurt ve meyve tüketmek bu ihtiyacı karşılayabilir.

### **“Üç beyaz”ın Zararları Nelerdir? – Uzmanları Dinleyin!**

Her konuda söylenebilen “Azı karar, çoğu zarar.” atasözümüz bu üç beyaz besin maddesinin kullanımı konusunda tam karşılık bulur. Muhtemel zararlarına bakacak olursak:

Genel olarak üç maddenin de kullanımında ortaya çıkan birbirine yakın sonuçlar vardır.

Tuz çok kullanıldığında kan basıncını arttırır. Bu nedenle tansiyonu yüksek kişilere önerilmez.

Böbrek bozukluklarında, kalp rahatsızlıklarında, ödem durumlarında yemeklere eklenmemesi gerekir.

Tuz bağırsakların çalışmasındaki etkinliği azalttığından vitamin yetersizliği ve bağırsak rahatsızlıklarına sebep olabilir.

Çok şeker tüketimi şişmanlık ve diş çürümesine neden olur.

Kepeęi ve özü ayrılmadan değirmenlerde öğütölen un besinlerle alınan demir, kalsiyum, çinko gibi mineralleri azaltır.

Çocuklara şekerli mamalar çok verildiğinde büyüme ve gelişme durur. (Kuvaşiorkor)

Şeker kullanımı diş çürüklerine neden olur.

Tuz kan şekerinin aniden yükselip aniden düşmesine sebep olur. Buna bağlı halsizlik, yorgunluk, uyku gibi rahatsızlıklar oluşur.

Fazla şeker pankreası yorar, insülin üretmeye zorlar, diyabete neden olur. [www.saglikliyasam.com](http://www.saglikliyasam.com)

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