



HAFTALIK VELİ BÜLTENİ - 21 NİSAN 2017

“Ulusal Egemenlik ve Çocuk Bayramınız Kutlu Olsun!”



İçindekiler

- Teog'da Başarılar 2
- Ulusal Egemenlik Ve Çocuk Bayramı..... 2
- Velilerimiz İçin Hatırlatmalar 2
- Değerli 7.Sınıf Velilerinin Dikkatine 3
- Ortaokul Kültür Festivali 3
- Okulumuzda, Özgür Pencere Genç Kalemler Kitap Satışı Yapıldı..... 4
- 11.Bahar Sempozyumumuz..... 4
- Eğitimde İzlerimiz 5
- Nisan Ayı Etkinliklerimiz..... 13
- Ankara Eko-Okulları 7. Resim Ve Fotoğraf Sergisi 13
- Eko-Okul Köşemiz..... 13

TEOG'DA BAŞARILAR

8.Sınıf öğrencilerimize 2.TEOG sınavında başarılar diliyoruz.

ULUSAL EGEMENLİK VE ÇOCUK BAYRAMI

21 Nisan Cuma günü Ortaokul öğrencilerimiz, ilkokul öğrencilerimizin hazırlamış oldukları 23 Nisan Ulusal Egemenlik ve Çocuk Bayramı programını büyük bir mutluluk ile izlediler. Öğrencilerimiz Ulu Önder Atatürk'ün Türk çocuklarına armağan ettiği ve dünyada ilk kez çocuklara armağan edilen bir bayramı kutlamanın gururu ve mutluluğunu yaşadılar. Aynı zamanda ilk meclisimizin açıldığı gün olarak "23 Nisan 1920" ayrı bir önem taşımaktadır.



Tüm ulusumuzun ve çocuklarımızın bayramını kutlarken, bu vesile ile bu günleri bize armağan eden Büyük Önderimizi bir kez daha saygıyla ve minnetle anıyoruz.

23 Nisan 2017 Pazar günü 10:30-17:00 saatleri arasında yağmur yağmadığı takdirde Doğu Kampüs Çim Alanında ilkokulumuz tarafından gerçekleştirilecek olan Çocuk Şenliği'ne tüm velilerimizi bekliyoruz. Yağış olması durumunda şenlik iptal edilecektir.

VELİLERİMİZ İÇİN HATIRLATMALAR

- 26 ve 27 Nisan 2017 günleri 5., 6. ve 7.sınıf öğrencilerimiz için tatildir. 28 Nisan 2017 Cuma günü eğitim ve öğretime devam edilecektir.
- MEB ve Müzik Bursu başvuruları sona ermiştir. Gecikmeli başvurular alınmayacaktır.
- 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.

Çizelge için lütfen [TIKLAYINIZ.](#)

- 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. Desteginiz ve anlayışınız için teşekkür ederiz.

Saygılarımızla
Okul Yönetimi

DEĞERLİ 7.SINIF VELİLERİNİN DİKKATİNE

2015-2016 Eğitim ve Öğretim yılının başından itibaren yürütmekte olduğumuz Erasmus + ("I Know, What I Want To Be") projemizin ilk aşamasında, öğrencilerimizle birlikte kişisel mesleki hedefler belirleme açısından kişinin güçlü ve geliştirilebilir yanlarını tanımasının önemini vurgulamış ve konuyla ilgili bir dizi ders yürütmüştük. Projemizin bu yılki derslerinde, öğrencilerimiz ilgi ve yeteneklerin hayatımızdaki önemini ve mesleki ilgileri keşfetmede izlenecek yolları öğrendiler; araştırmak ve deneyimlemek istedikleri meslek alanına karar verdiler. Siz değerli velilerimizden ricamız, çocuğunuzun seçtiği meslek alanından bir kişiyle tanışması, gerekli randevuları alması, mesleğin icra edileceği yere gitmesi, dosyasında bulunan kriterler doğrultusunda gerekli soruları meslek sahibine yöneltmesi ve mümkünse mesleğin farklı icra alanlarını yerinde deneyimlemek üzere iş yerinde yeterli zaman geçirmesi konusunda çocuğunuza destek olmanızdır.

Öğrencilerimiz bilgi ve deneyimlerini, bilişim teknolojileri ve yazılım derslerinde dijital ortama aktaracaklar, birkaç dakikalık video ve sunumlar hazırlayacaklar; ardından, dönem sonunda düzenlenecek olan "TED-X Bilkent Meslekler Konuşuyor" etkinliği ile 6. Sınıf öğrencilerimize sunumlar gerçekleştireceklerdir. Bilişim Teknolojileri ve Yazılım dersi moodle sayfasından dökümanlara ulaşabilirsiniz.

Sevgili Veliler,

26 – 27 Nisan tarihlerinin, TEOG sınavı dolayısıyla öğrencilerimizin tatil günleri olması nedeniyle, söz konusu çalışmayı yürütebilecekleri verimli zaman dilimleri olacağı kanaatindeyiz.

Desteyiniz için teşekkür ederiz.

Ortaokul PDR Birimi

Her türlü sorunuz için iletişim bilgilerimiz:

Jale Ataşalar (atasalar@bilkent.edu.tr)

Nazar Tüysüzoğlu (tuysuzoglu@bilkent.edu.tr)

ORTAOKUL KÜLTÜR FESTİVALİ

5.sınıf öğrencilerimiz 18 Nisan 2017 tarihinde gerçekleştirilen Kültür Festivali ile müzik dersinde geliştirdikleri becerileri sergileme şansı elde ettiler. Kendi eylemlerinin sorumluluğunu aldıkları festivalde farklı kültürlerin müzikleri, dansları, yemekleri ve kıyafetlerini bizlere sergilediler. Ünite sürecini yaparak ve yaşayarak geçiren öğrencilerimiz öğrendikleri bilgileri yaşamlarına aktardılar ve kalıcı öğrenme sağladılar. Öğrenme sürecinde iş birliği ve organizasyon becerilerini de geliştirmiş oldular. Bu süreçte bizlere destek olan velilerimiz ve öğretmenlerimize çok teşekkür ederiz.



OKULUMUZDA, ÖZGÜR PENCERE GENÇ KALEMLER KİTAP SATIŞI YAPILDI

Okulumuzda; 18 Nisan- 12 Mayıs tarihleri arasında yapılacak olan, 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 kitap satışı gerçekleştirilmiştir. Satıştan elde edilen gelir, Menemen Ulukent İlkokulu öğrencilerinin eğitim giderlerini karşılamak amacıyla değerlendirilecektir.

Kitap satın alarak öğrenci kardeşlerinin eğitim yaşantılarına bir tuğla koyan tüm öğrencilerimize teşekkür ediyoruz.



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.

11.BAHAR SEMPOZYUMU

İD V ÖZEL BİLKENT LİSESİ, ORTAOKULU VE İLKOKULU

ETKİLİ ÖRETİM UYGULAMALARI

KONUK KONUŞMACILARIMIZ

Prof.Dr.Elif BARIŞKIN
Türk Yıldızları

ADRES: DOĞU KAMPÜS BİLKENT/ ANKARA TARİH: 06 MAYIS 2017

5.Sınıf Müzik derslerinde öğrencilerimiz 12 hafta süren (19 Aralık-24Mart) “Müzik Kültürü ve Farklı Kültürlere Yolculuk” ünitesi kapsamında keyifli bir öğrenme ve sorgulama yolculuğu geçirdiler.

“Kültürlerin müziksel kimlik ve tarzlarında benzerlik ve farklılıklar olabilir.” sorgulama cümlesi çerçevesinde” meraklarını ve keşiflerini şekillendirip, aynı zamanda grup çalışmaları ile iş birliği becerilerini geliştirdiler. Kültürlere ait sunumlarını sınıf ortamında gerçekleştirirken o kültüre ait öğeleri de arkadaşları ile paylaştılar. Bu doğrultuda 18 Nisan 2017 tarihinde yaptıkları Kültür Festivali ile geliştirdikleri becerileri sergileme şansı elde ettiler. Kendi eylemlerinin sorumluluğunu aldıkları festivalde farklı kültürlerin müzikleri, dansları, yemekleri ve kıyafetlerini bizlere sergilediler. Yapararak ve yaşayarak ünite sürecini geçiren öğrencilerimiz öğrendikleri bilgileri yaşamlarına aktardılar ve kalıcı öğrenme sağladılar. Öğrenme sürecinde işbirliği ve organizasyon becerilerini de geliştirmiş oldular.



Kültür nedir? Kültürü oluşturan öğeler nelerdir?

Teknolojik gelişimler kültürleri nasıl etkiler?

Kültürler değiştirilebilir mi?, sorularından yola çıkarak öğrencilerin üniteye duydukları merak artırılmış ve sorgulama çerçevesi genişletilmiştir. Öğrencilerimiz ünite boyunca sorgulama yaparken, farklı kültürlerin müziklerinde ki benzerlik ve farklılıkları araştırarak analiz keşfini geliştirdiler. Bununla beraber sorgulama kapsamında kültürler ile ilgili ödevlerini yaparken araştırma becerileri geliştirdiler ve keşiflerini arkadaşlarıyla sınıfta paylaştılar..



Ünitemiz sonunda öğrencilerimize öğrendikleri teorik bilgiler ve geliştirdikleri beceriler ile ilgili değerlendirme etkinlikleri yapılarak hangi düzeyde öğrenme gerçekleştirdikleri ölçülecektir. Bunun yanında öz değerlendirme ve akran değerlendirme ölçekleri uygulandı. Yapılan tüm çalışmalar müzik süreç defterlerimize kaydedilerek ünite sonlandırıldı. Bizleri Kültür Festivalinde yalnız bırakmadığınız ve süreç içerisinde ki desteğiniz için teşekkür ederiz.



6.Sınıf Müzik derslerinde öğrencilerimiz 12 hafta süren (19 Aralık-24 Mart) “Doğa'nın Müziği” ünitesi kapsamında yapararak yaşayarak keyifli bir öğrenme ve sorgulama yolculuğu geçirdiler. “Estetik bakış açısı kazanmak için, doğadaki denge ve uyumdan yararlanabiliriz” sorgulama cümlesi çerçevesinde ‘Estetik’ kavramını farklı disiplinlerle ilişkilendirdik. Edinilen bilgi ile yaratılan sanat eseri arasında ki bağlantıları ve alternatif bakış açılarını tanıdık.

Doğa'nın sesi nedir?

Doğada hangi sesler vardır?

Ses nasıl oluşur?

Sessizlik dinlenebilir mi?

Sessizlik de bir ses midir? , soruları ile sorgulama çerçevemizi genişletirken doğada dinlediğimiz ve keşfettiğimiz sesler ile bir kompozisyon çalışması gerçekleştirdik.



Yaratıcılık becerimizi geliştirerek doğa'da keşfettiğimiz sesleri çıkarabileceğimiz çalgılar yaptık. Daha sonra "Carl Orff" çalgılarını da kullanarak doğa olayları adlı doğaçlama müzik kompozisyonları oluşturduk. Grup çalışmaları ile yaptığımız doğaçlama orkestra çalışmalarında iş birliği ve yaratıcılık becerilerimizi geliştirdik.



Ünitemiz sonunda öğrencilerimize öğrendikleri teorik bilgiler ve geliştirdikleri beceriler ile ilgili değerlendirme etkinlikleri yapılarak hangi düzeyde öğrenme gerçekleştirdikleri ölçüldü. Bunun yanında öz değerlendirme ve akran değerlendirme ölçekleri uygulandı. Ünite sürecinde öğrenilen bilgiler ve yapılan kompozisyon çalışmaları da ünite sonunda süreç defterlerine kaydedildi. Yaparak ve yaşayarak geçirilen öğrenme süreci öğrencilerimizin edindikleri bilgileri yaşamlarına aktarmalarına imkan sağladı.



7.Sınıf Müzik derslerinde öğrencilerimiz ile 12 hafta süren (19 Aralık-24Mart) "Dinle, Söyle ve Çal" ünitesi kapsamında eğlenerek öğreneceğimiz keyifli bir öğrenme ve sorgulama yolculuğu geçirdik.



“Dinlemek, söylemek ve çalmak” kavramlarının kelime anlamlarından yola çıktığımız sorgulama yolculuğumuzda beyin fırtınası etkinlikleri gerçekleştirdik. “Yaratıcılık” kavramını farklı disiplinlerle ilişkilendirip farkındalık yarattık. Edinilen bilgi ile yaratılan sanat eseri arasında ki bağlantıları ve alternatif bakış açılarını tanıdık.

Ünitemiz enstrüman ailelerini tanıma çalışmaları ve çalma performansları, farklı dönemlere ait sanatçılar ve şarkı performansları (karaoke ve lising gibi) ve dinleme etkinlikleri ile devam etti. Ünitemiz süresinde öğrencilerin araştırma ve sorgulama becerileri, iletişim becerileri ve işbirliği becerileri gelişti. Topluluk önünde kendilerini rahatça ifade etme becerileri de kazandılar. Yapararak yaşayarak öğrenme ortamı yaratma çalışmaları ile öğrenmenin kalıcılığını artırdık. Keyifli bir süreç geçirdik.

Ünite Sürecimizden Fotoğraflar



Ünitemiz sonunda öğrencilerimize öğrendikleri teorik bilgiler ve geliştirdikleri beceriler ile ilgili değerlendirme etkinlikleri yapılarak hangi düzeyde öğrenme gerçekleştirdikleri ölçüldü. Bunun yanında öz değerlendirme ve akran değerlendirme ölçekleri uygulandı.

Myp 1 Görsel Sanatlar –“GO GREEN “ Ünitemize Başlıyoruz....



“Alice Harikalar diyarında” filmi izleyerek başladığımız ünitemizde yeşil çevreye doğaya sahip çıkmak korumak çevremize farkındalık kazandıracaktır.

Yeşil bir çevre, kötüye gitmeyen bir dünya için , kaynakların bilinçli kullanılması düşünerek tüketen bir toplum için neler yapabiliriz?

“Duyarlı Sanatçı, Kullandığı Malzemeyle Tavrı Almalı” Eşber Karayalçın



Çevreye, Topluma ve Sanata Katkısı Hedefledik.

GO GREEN ne demek?

"Yeşile dönmek" bu günlerde kuşatılmış popüler bir kavram . Peki yeşil renk ne anlama geliyor? Özünde, dünyayı ve çevrenizi kurtarmak için çeşitli günlük yöntemleri kullanmaya atıfta bulunur. Birçok kişi yeşilin gerçek bir yaşam tarzı olduğunu düşünüyor; Onlar için, eylemlerinizi dünyayı kurtarmak için çalışmaya dayandırmak demektir. En küçük ayrıntılardan en süpürme boyutlarına, yeşil bir yaşam tarzı uygulayarak dünyayı kurtarmak, giderek daha fazla insanın yapmayı hedeflediği bir şeydir.



Ünitemiz için atölyemizde ki sorgulama köşemiz –Bu ünite size neler çağırıyor?- Neler yapacağız ?

Statement of inquiry/ Sorgulama cümlemiz.

Sanatı kullanarak popüler tüketim alışkanlıklarına yenilikçi tutumlar geliştirilebilir ve çevrenin değişimine olumlu katkıda bulunabiliriz.

Anahtar kavramımız değişim, Bağlantılı kavramımız yenilik ,Evrensel Bağlantılarımız Sürdürülebilirlik Ve Küreselleşme Keşif noktamız -İnsanın çevre üzerindeki etkisi.

Sorgulama Sorularımız?

Sürdürülebilirlik ve sanatta Sürdürülebilirlik nedir?,Sürdürülebilirlik sanatı nasıl etkiler?Sanatta Sürdürülebilirlik çevremizi ve geleceğimizi nasıl etkiler.Ünitemiz 17 Nisan 2017 başlayıp haftası başlayıp,yaklaşık 9 hafta sürecektir.

Süreç değerlendirmede popüler tüketim alışkanlıklarımızdan yola çıkarak çevreye farkındalık kazandırmak için sürdürülebilir sanat anlayışı ile kağıt kahve bardaklarına tasarımlar yapacağız.



Sürdürülebilir Sanat Nedir? Yada Sanatın Sürdürülebilirliği ne demek?



1987'de Dünya Çevre ve Kalkınma Komisyonu, Brundtland Raporu'nda sürdürülebilirlik terimini ilk defa kullandığında "bugünün gereksinimlerini, gelecek kuşakların gereksinimlerini karşılama yeteneğinden ödün vermeden karşılayan kalkınma" şeklinde bir tanım olarak getirmiş. Bunun yanında, sürdürülebilirlik stratejilerini "insanların kendi aralarında veya doğa ile aralarında uyumu ilerletmek" şeklinde tanımlamak, böylece anlamını çevre bilinci ile sınırlamayıp sosyal kalıcılığı da amaç edineceği şekilde genişletmek olası. Bu stratejinin tasarım alanına uygulandığı örnekler giderek artarken "Sanatta da sürdürülebilir işler olabilir mi? Bu tam olarak ne demek?" sorusu çıkıyor ortaya. Buna verilebilecek cevaplardan birini Smart Museum of Art'ta 2005'te düzenlenen Beyond Green: Toward a Sustainable Art sergisi veriyor. „Aslında sürdürülebilir sanata, aktivist sanatın bir alt kategorisi gibi bakabiliriz. Galeriden dışarı çıkmış, değişik konulara değinme yoluyla bir diyalog yaratmakla kalmayıp doğrudan konu ile ilgili mekana giden, katılımcı, müdahaleci, geçici sosyal bir etkinlik olmaktan çıkıp yarattığı etkinin kalıcı bir iz bırakmasını amaç edinen işler. Burada zaman zaman tasarım

statejileriyle keşifler, tasarım dilininin kullanılması da karşımıza çıkıyor ortak sorunların her disipline nüfuz etmesi nedeniyle. Geçmişe gidip bu anlayışla yapılan sanat eserlerini arayacak olursak karşımıza Joseph Beuys'un 7000 Meşe Ağacı (1982), Harriet Feigenbaum'un Söğüt Halkaları (1985), Mel Chin'in Diriltme Sahası (1990-93) gibi örnekler çıkıyor.diye özetleyebiliriz. Bu konular hakkında ki ;Araştırmalarımızda Kütüphanemizden yararlanarak araştırma yapacağımız ünitemizde süreç günlüklerimizi aktif olarak kullanarak kanıt toplayacağız.

Toplum projemizi okulumuzda gerçekleştireceğiz.Bir sanat etkinliği oluşturacağız.



- ❖ Kumaş çanta boyama etkinliğimizde plastiğe karşı olduğumuzu günlük hayatımızda da alışverişlerimizde de kumaş çantalarımızın kullanılmasına dikkat çekmeyi planlıyoruz.
- ❖ Bahçe de doğa gezisi yapıp çevremizi yaşanılır bir hale getirmek için sesimizi çevremize duyurmayı planlıyoruz.Ve tabi ki en büyük aracımız Sanat



Kendi seçeceğimiz bir obje ile sürdürülebilirlik ve sanatı bir araya getirip kendi ürünümüzü oluşturacağız. Sonuç değerlendirme çalışmamızı da bu etkinlikle tamamlayacağız.

Öğrencilerimiz;

Seçtiği sürdürülebilir nesneyi kullanacağı ürün için eskiz yapar, tasarlalar.Yaptığı tasarıma uygun bir sürdürülebilir nesne seçerler. Tasarımına uygun sanat tekniği (akrilik boya, kolaj, assamblage, iki boyutlu, üç boyutlu) seçerek ,Özgün fikir ve yaratıcılığını çalışmasına yansıtırlar. Öğrenciler süreç başında oluşturduğu eskizini ve ortaya çıkan eserini karşılaştırırlar.Bu eseri yaparken neden ilham aldığı ,Sanatın hangi tekniklerini kullandığı ,Sanatta sürdürülebilirlik hakkında ön bilgisi ve son bilgisi arasında bağlantı kurarlar.

Öğrenciler bu sonuç değerlendirme etkinliğiyle tüketim alışkanlıklarına yenilikçi bir bakış açısı getirerek çevre ve sanat arasında bağlantı kurar ve çevrenin olumlu gelişimine katkıda bulunur.

Öğrenciler bu sonuç değerlendirme etkinliğiyle tüketim alışkanlıklarına yenilikçi bir bakış açısı getirerek çevre ve sanat arasında bağlantı kurar ve çevrenin olumlu gelişimine katkıda bulunur.

Bu ünitede ;Yaratıcı Düşünme Becerilerinin gelişiminin yanı sıra Gerçek sorunlara yeni çözümler getirme çekirdek becerilerini de destekleyecektir.

Yada Nesnelere ve/veya fikirler arasında beklenmedik ya da alışılmadık bağlantılar kuracağız.

Beyin fırtınası ile başlayan; fikirleri sentezleme, tasarlama, eskiz yapma, detaylandırma ve görsel sanat çalışmasını oluşturmaya kadar devam eden süreci yansıtan ürün oluşturur.



6.1.2.Görsel sanat çalışmasını oluştururken farklı materyalleri ve teknikleri kullanırlar.

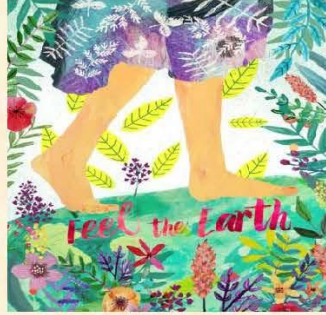
6.1.4. Seçilen tema ve konu doğrultusunda fikirlerini görsel sanat çalışmasına yansıtırlar.

Öğrenciler bu ünite de sanatsal süreç günlükleri etkili bir şekilde kullanırlar.

Sürdürülebilirlik konusunda yaptıkları her türlü araştırmalar bu deftere kaydedilir.

Sanat süreç günlüklerimizi aktif kullanacağız.

- Sayfaları numaralandırmayı ve tarihlendirilmeyi,
- Kaynakçada dipnot belirtmeyi, -MLA
- Bu çalışma alanlarına uygun fotoğrafları, eskizleri, resimleri, yazıları, grafikleri eklemeyi,
- Aslında, Herşeyin defter de sanatı kapsadığını ve senin çalışmalarını sergilediğini,
- Çalışmada sanatsal gelişim defterinde, dönüşümlü düşüncelerinin mutlaka not alınması gerektiğini şeklindedir.



SÜRDÜRÜLEBİLİR SANAT ve dünya üzerinde bu konuda kurulan toplulukları ve çalışmalarını inceleyeceğiz
örneğin illy cafe- YARATICILIK, EĞİTİM VE YEPYENİ BİR SANAT TOPLULUĞU

illy sürdürülebilir sanat projesi 2007'de çağdaş sanatı desteklemek ve gelişimine öncülük etmek adına illy tarafından kuruldu. Yeni yaratıcı alanlar bulmak için hazırlanan bu proje dünya üzerindeki birçok sanatçının bir araya geldiği, sergilerin, çeşitli işbirliklerinin ve sanat etkinliklerinin gerçekleştiği kapsamlı bir

kurgudur.2008'den 2015'e dek geçen sürede illy sürdürülebilir sanat projesi dijital platformlara da taşındı. Proje kapsamında hazırlanan bir iletişim platformu ve hergün büyüyen bir network ağı oluşturularak projenin büyümesi ve daha çok insana ulaşması sağlandı.



Kaynakça:

<http://www.yesilinasli.com/2012/06/05/modern-sanat-ve-surdurulebilirlik-baglantisii/>

<http://dugumkume.org/tag/sanatci/>

<https://tr.pinterest.com/pin/292171094562833210>

<http://ekoioq.com/%E2%80%9C%9Csurdurulebilir-sanat%E2%80%9D-degil-sanatin-surdurulebilirliigi/>

<http://www.barista.com.tr/tr/art-collection-148/teneke-kutular-150.html>

✚ NİSAN AYI ETKİNLİKLERİMİZ

Tarih	Etkinlik	Saat	Yer
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	10:30-17:00	ÇAS/Çim Alanı
26-27.04.2017	8.Sınıflarımızın TEOG Sınavı nedeni ile 5.6. ve 7.sınıf öğrencileri için tatildir.	-	-

✚ ANKARA EKO-OKULLARI 7. RESİM VE FOTOĞRAF SERGİSİ

Ortaokul öğrencilerimizden Ece Yılmazkaya, Yağmur Asya Şenol, Lara Derin Erten, Yağmur Tuna ve Işık Kazancıoğlu, Fen Bilimleri Öğretmenimiz ve Eko-okul koordinatörümüz Belma KARADENİZ rehberliğinde okulumuz ilkokul ve ortaokul öğrencilerimizin yapmış oldukları resim ve fotoğrafların da sergilendiği 18-19 Nisan 2017 tarihlerinde Cer Modern Sanatlar Merkezi'nde gerçekleştirilen resim teması "Doğanın Sihri", fotoğraf teması "Ankara'da Bahar" olan Ankara Eko-Okulları 7. Resim ve Fotoğraf Sergisi'nin açılış törenine katılarak okulumuzu temsil etmişlerdir. Öğrencilerimizi kutluyor, başarılarının devamını diliyoruz.



✚ EKO-OKUL KÖŞEMİZ

Sayın velilerimiz,

Bu hafta sizlerle 5. ve 6. sınıflarda Beden Eğitimi derslerinde MYP ünitesinde işledikleri "Vücut Kitle İndeksi" ile ilgili bir çalışmayı paylaşmak istedik. Sağlıklı günler dileklerimizle...

BEDEN KİTLE İNDEKSİ NEDİR VE NASIL HESAPLANIR ?

Sevgili Öğrencilerimiz,



Dünya Sağlık Örgütü'nün obezite sınıflandırması esas alınarak, obeziteyi belirlemek için yaygın olarak Beden Kitle İndeksi (BKİ) kullanılmaktadır. BKİ bireyin vücut ağırlığının (kg), boy uzunluğunun (m cinsinden) karesine ($BKİ=kg/m^2$) bölünmesiyle elde edilen değerdir. BKİ boy uzunluğuna göre vücut ağırlığının tahmin edilmesinde kullanılmakta vücutta yağ

dağılımı hakkında bilgi vermemektedir. DSÖ'ye göre uluslar arası obezite sınıflandırması çizelgede verilmiştir. Bu çizelgeye göre kendinizin ya da ailenizin ölçümlerini yapıp sonuçların hangi değerlerde olduğunu bulabilirsiniz.

Beden Kitle İndeksi Nedir ve Nasıl Hesaplanır?

Sınıflandırma	BKİ (kg/m ²)	
	Temel kesişim noktaları*	Geliştirilmiş kesişim noktaları*
Zayıf (düşük ağırlıklı)	<18.50	<18.50
Aşırı düzeyde zayıflık	<16.00	<16.00
Orta düzeyde zayıflık	16.00 - 16.99	16.00 - 16.99
Hafif düzeyde zayıflık	17.00 - 18.49	17.00 - 18.49
Normal	18.50 - 24.99	18.50 - 22.99
		23.00 - 24.99
Toplu, hafif şişman, fazla kilolu	≥25.00	≥25.00
Şişmanlık öncesi (Pre-obez)	25.00 - 29.99	25.00 - 27.49
		27.50 - 29.99
Şişman (Obez)	≥30.00	≥30.00
Şişman I. derece	30.00 - 34.99	30.00 - 32.49
		32.50 - 34.99
Şişman II. derece	35.00 - 39.99	35.00 - 37.49
		37.50 - 39.99
Şişman III. derece	≥40.00	≥40.00

Beden Kitle İndeksi (BKİ) ya da diğer adıyla Vücut Kitle İndeksi (VKİ); vücut ağırlığı ve boy ölçülerinin belirli bir matematiksel hesap ile oranlanması sonucu ortaya çıkan bir sayıdır. Bu sayının büyüklüğü veya küçüklüğüne bağlı olarak kişinin obezite, fazla kiloluk ve zayıflık durumlarının belirlenmesi sağlanmaktadır.

Beden Kitle İndeksi Tablosunun Açıklaması

Beden kitle indeksine göre kilo grubu açıklamaları şu şekilde sıralanmaktadır.

1) Zayıf: Boyunuza göre uygun ağırlıkta olmadığınızı, zayıf olduğunuzu gösterir. Zayıflık, bazı hastalıklar için risk oluşturan ve istenmeyen bir durumdur. Boyunuza uygun ağırlığa erişmeniz için yeterli ve dengeli beslenmeli, beslenme alışkanlıklarınızı geliştirmeye özen göstermelisiniz.

2) Normal: Boyunuza göre uygun ağırlıkta olduğunuzu gösterir. Yeterli ve dengeli beslenerek ve düzenli fiziksel aktivite yaparak bu ağırlığınızı korumaya özen gösteriniz.

3) Fazla Kilolu: Boyunuza göre vücut ağırlığınızın fazla olduğunu gösterir. Fazla kilolu olma durumu gerekli önlemler alınmadığı takdirde pek çok hastalık için risk faktörü olan şişmanlığa yol açar.

4) Şişman (Toplu 1.derece, hafif şişman 2.derece, fazla kilolu 3.derece) Boyunuza göre vücut ağırlığınızın fazla olduğunu bir başka deyişle şişman olduğunuzun bir göstergesidir. Şişmanlık, kalp-damar hastalıkları, diyabet, hipertansiyon v.b. kronik hastalıklar için risk faktörüdür. Bir sağlık kuruluşuna başvurarak hekim / diyetisyen kontrolünde zayıflayarak normal ağırlığa inmeniz sağlığınız açısından çok önemlidir. Lütfen, sağlık kuruluşuna başvurunuz.

Kaynak: World Health Organization. Obesity and Overweight Fact Sheet No: 311 Geneva WHO

<http://who.int/mediacentre/factsheets/fs311/en/>

Haftalık Bültenimizi takip ettiğiniz için teşekkür ederiz...