

## RÖPORTAJ



# OBEZİTE



### 1-Uzm. Dr. Zeynep Belma ŞENLİK kimdir?

1975 Yılında Mersin'in Tarsus ilçesinde doğdum. İlk, orta ve lise öğrenimimi Tarsus'ta tamamladım. Erciyes Üniversitesi Tıp Fakültesinden 2001 yılında mezun oldum. 2005 yılında Gazi Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Anabilim Dalında mastır yapmaya hak kazandım. 2011 yılında ihtisasımı tamamladım. Ankara Halk Sağlığı Müdürlüğünde bulaşıcı olmayan hastaneler ve programlarda şube müdürü olarak görev yapmaktayım. Evliyim, bir kız çocuğum var.

Sizinle toplumumuzun belli başlı sağlık sorunlarından özellikle gençlerde yaygın olan sorunlardan biri ile ilgili konuşmak istiyorum.

### 2-Obezitenin sebepleri nelerdir? Kimlere obez denir?

Obezite sağlığı bozacak ölçülerde vücutta aşırı yağ birikmesidir. Günlük alınan enerjinin harcanan enerjiden fazla olması vücutta aşırı yağ birikmesine neden olur. Sağlıklı yaşam sürdürmek için alınan enerji ile harcanan enerjinin dengeli olması gerekir.

Yetişkin erkeklerde vücudun %15-18'ini, kadınlarda ise %20-25'ini yağ dokusu oluşturmaktadır. Bu oranın erkeklerde %25 'in, kadınlarda %30 'un üzerine çıkması obezite olarak adlandırılır. Obezitenin hesaplanmasında birkaç yöntem vardır. Bunlardan biri de Beden Kütle İndeksi (BKİ)'dir. Beden Kütle İndeksi vücut ağırlığının boyun metrekaresine bölünmesi ile elde edilir.

*biliyor musunuz?*

*“Dünyanın en yaşlı ağacı Amerika Birleşik Devletleri'nin Kaliforniya eyaletinde yaşayan bir karaçamdır ve bu ağaç 4.600 yaşındadır.”*

*Bunları*

## Örnek verecek olursak:

18,5 ALTI	ZAYIF
18,50 -24,99 ARASINDA	NORMAL
25-30 ARASI	FAZLA KİLOLU
30 VE ÜSTÜ	OBEZ

50 kg ağırlığında 1.60 cm  
boyunda olan biri için

$$BKİ=50/1,6.1.6=50/2,56$$
$$=19,5$$



Ancak çocuklarda belli bir sınıflandırma bulunmamaktadır. Yetişkinlerde

BKİ genelde tek başına değerlendirilmez. Bel çevreleri ölçülür. Bel çevresinde

Kadınlarda 88, erkeklerde 102 cm'nin üzerinde olması kronik hastalıklar açısından risk oluşturur.

### **3- Obezitenin sebepleri nelerdir? Obeziteye sebep olan hastalıklar var mıdır? Bunlar nelerdir?**

Obezite alınan enerjinin harcanan enerjiden fazla olması olarak tanımlandığı için asıl sebep enerji fazlalığıdır. Ancak

bunun dışında obeziteye neden olabilen çok fazla hastalık var.

Birçok hastalık obeziteye neden olabilir. Bunların başında endokrin hastalıklar (hormonlarla ilgili bozukluklar) gelir. Öte yandan endokrin hastalıklar da obeziteye neden olabilir. Obezitenin sebep olduğu hastalıklar çok çeşitlidir. Diyabet (şeker hastalığı) bazı kanser türleri ve bel fitiği gibi hastalıklar obez olan kişilerde görülür.

### **4-Hangi beslenme türü obeziteye zemin hazırlar? Bize bir günlük sağlıklı ve sağlıksız beslenmeye örnek verebilir misiniz?**

Düzenli beslenme alışkanlığını yaşam tarzımız haline getirmeliyiz. Sabahları düzenli olarak kahvaltı yapmak, kahvaltı yapmadan evden çıkmamak gerekir. Ara öğünler her zaman olmalıdır.



Öğle yemeğinde sebze, et, yoğurt (mutlaka tüketilmelidir), salata ve az miktarda ekme tüketilmelidir. Ara öğünlerde meyve yanında bir bardak süt/ayran tüketilebilir. Akşam yemeği öğle yemeği gibi olmalıdır. Mümkün oldukça basit karbonhidratlardan (şekerler) uzak durulmalıdır. Cips ve asitli içeceklerin hem kalorisi fazla hem de sağlığa zararlıdır aslında hiç tüketilmemelidir.

ÖĞÜNLER	SAĞLIKLI	SAĞLIKSIZ
SABAH	ZEYTİN, PEYNİR, YUMURTA, SÜT, YEŞİLİK, EKMEK	AROMALI SÜT, PATATES KIZARTMASI, HAZIR SALATA, FAST -FOOD
ÖĞLEN	SEBZE YEMEĞİ, ET, YOĞURT, SALATA, EKMEK	FAST-FOOD
AKŞAM	SEBZE, ET, YOĞURT, SALATA EKMEK	HAZIR YEMEK, ASİTLİ İÇECEK, AROMALI SÜT
ARA ÖĞÜNLER	TAZE MEYVE, SÜT/AYRAN KURUYEMİŞ	CİPS, ASİTLİ İÇECEKLER VS



**5-Obezite ile mücadelede yapılması gerekenler nelerdir? Bu nasıl bir süreçtir? Sağlık Bakanlığının bu konuyla ilgili aldığı tedbirler nelerdir?**

Obezite ile mücadelede düzenli beslenme ve bol hareket etmek tedavide kullanılan başlıca yöntemlerdir. Eğer herhangi bir hastalık nedeniyle obezite varsa tedavisi ayrı yapılmaktadır. Sağlık Bakanlığı tarafından 2014 yılı Sağlıklı Yaşam ve Hareket Yılı olarak ilan edildi. Halk Sağlığı Müdürlükleri sağlıklı yaşam yürüyüşleri düzenlemektedir.

**6-Obezite ile mücadele eden kişilerin psikolojik durumları ile ilgili ne söyleyebilirsiniz? Obez olan insanlara son olarak ne önerebilirsiniz?**

Obeziteyle mücadele zor ve uzun bir süreçtir. Sabır gerektirir. Düzenli beslenme ve fiziksel aktivitelerin yaşam tarzı haline gelmesi önemlidir. Bu süre zarfında kişilere destek olunmalıdır.

Zeynep Şenlik (7B)

*biliyor musunuz?*

*“Bazı bitkilerin et yediklerini, sinekkapan bitkisinin yapraklarının, dokunulduğunda hızla kapandığını ve bu bitkinin, yaprağına konan böceklerle bestendiğini biliyor muydunuz?”*

*Bunları*



## Özledim Kokunu Anne

*Geceleri okuduğun hikâyeleri  
Sabahları ısıttığın sütü özledim anne  
Benim için her zorluğu aştın  
Ve bunu severek yapan hep sendin anne*

*Özledim o cennet kokunu anne  
Nur yüzünü, pamuk ellerini  
Kızıp kıyamadığın, sevip okşadığın  
Sözlerini özledim anne*

*Keşke burada olsan  
Her mutluluğumu görsen  
Beni üzenlere göğüs gersen  
Hala çocukmuşum gibi bana "dikkat et" desen anne*

*Kolum kanadım ol ki  
Kalbimde senin çiçeklerin tomurcuklansın  
Bahardan almışsın gözlerinin rengini anne  
Gülüşüm ol, yüreğim ısınsın*

Ceylin Aydoğan (7G)  
Kumsal Karataş (7/G)



# Ergenlik

## Dönemi

**E**rgenlik; çocukluktan yetişkinliğe geçiş dönemi olup bireyde biyolojik, fizyolojik, psikolojik ve sosyal değişimlerin yaşandığı bir süreçtir. Bu döneme "Yetişkinliğe ilk adım" evresi de diyebiliriz. Ergenlik bireydeki çocuksu tutum ve davranışların yerini yetişkin tutum ve davranışlarının almaya başladığı bir dönemdir. Bu dönemde:

Ergenlerin duygularında istikrarsızlıkların olduğu görülebilir.

◆ Bir gün çok mutlu ve enerjik olan birey ertesi gün kabuğuna çekilmiş ve bitkin olabilir. Duygular anlık bile değişebilir.

◆ Bu dönemde ergen duygularını çok dolu ve coşkulu yaşar. Diğer dönemlere göre daha fazla hayaller kurar.

◆ Ergen zaman zaman yalnız kalma isteği içinde de olabilir. Bu durumda ergen kendisi ile baş başa kalıp yaşadıklarının muhasebesini yapmak ihtiyacı hissedebilir.

◆ Yine bu dönemde ergenimiz yaşadığı bedensel değişimlere bağlı olarak vücudundan çekinebilir ve kendisini saklama ve çevreyi bu değişimlerden haberdar etmeme isteği içinde de olabilir.

Bu dönemde arkadaşlar ergenler için çok önemlidir ve daha yüzlerce değişim sıralanabilir bu dönemin içine.



*"Vücudumuzdaki tün damarları yan yana getirsek 19.200 km eder."*

**Bunları**

Bütün bu saydığımız davranışlar anne ve babayı kaygılandırır. Ancak bu ergenlik dönemi için normal sayılabilecek davranışlardır. Bu davranışlar geçicidir. Bu davranışlar bireyin kendi kişiliğini bulmak için geliştirdiği davranışlardır. Bu dönemde anne –baba olarak;

- Çocuğunuzu **DİNLEYİN**. Etkin dinleyin (sorgulamadan, karşı çıkmadan, göz teması kurarak dinleyin)
- **SABIRLI** olun.
- Duygularınızda **GERÇEKÇİ** olun ( Ona gerçekten mi yardımcı olmak istiyorsunuz yoksa “Çevre ne der? ” diye mi kaygılanıyorsunuz? )
- **SAKİN** olun. Onunla konuşurken sakın konuşun.
- En önemlisi **SEVGİNİZİ** ve **GÜVENİNİZİ** her fırsatta dile getirin ki bu fırtınalı dönem kolay atlatılsın. **KOŞULSUZ SEVİN**. Karşılığını beklemeden sevin, sevginizi gösterin.



***Dünyada ergen olmaktan daha zor bir şey varsa o da ergenlik çağındaki bir gencin anne babası olmaktır.***

Hem bedenlerini hem de duygularını keşfetmeye başladıkları, kimlik arayışı içinde gelgitler yaşadıkları ergenlik döneminin TEOG hazırlık süreci ile çakışması öğrencilerin ve velilerin bu dönemi zor ve üstesinden gelmekte zorlanılan bir dönem olarak görmelerine neden olmaktadır. Bu karmaşık dönemde çocuklarımızın her zamankinden daha çok onları anlayan ve onlara destek olan ve güven duyan anne babalara ihtiyaçları vardır.

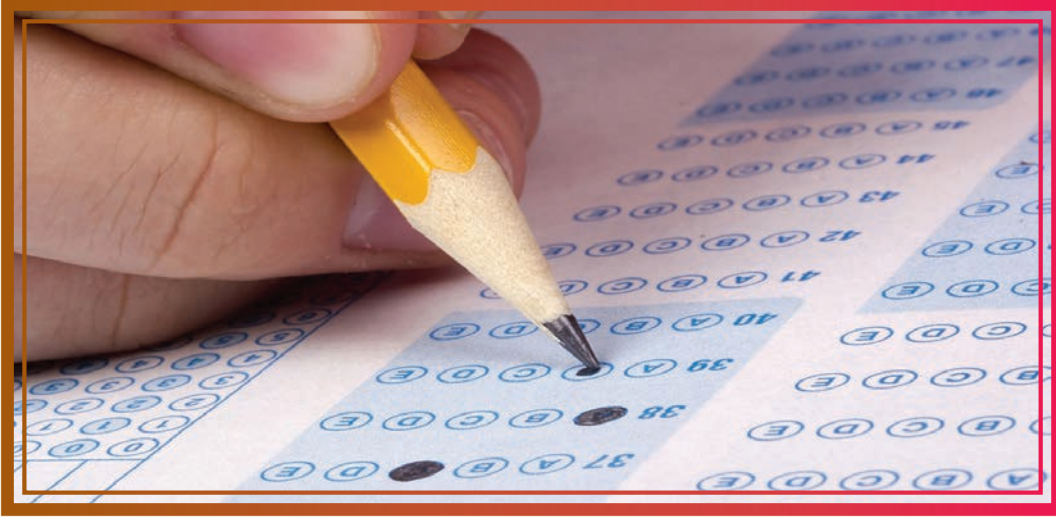


■ TEOG hazırlık sürecinde öğrencilerimizin bir hedef doğrultusunda planlı, programlı bir şekilde sınava hazırlık sürecini devam ettirdikleri takdirde başarılı olma olasılıkları yüksektir. Bu dönemde performanslarını belli bir disiplin içinde yöneterek, kendi yapabileceklerinin en iyisini yapmaya çalışmaları oldukça önemlidir.

■ Bu süreçte yazılı sonuçlarını ve 1.TEOG sonucunu kendi potansiyeliniz ve çalışmalarınız doğrultusunda değerlendirin. "Konu eksiklikleriniz mi var? Dikkatsizlikten dolayı okuma hataları mı yaptınız?" gibi soruları tespit edin ve buna yönelik çalışmalar yaparak diğer sınavlarda bu hataları yapmamak için önlemler alın.

■ Sonuçları başkalarıyla kıyaslayarak olumsuz düşüncelere kapılmayın. İkinci dönem için günlük tekrar yapın ve bu tekrarların ardından mutlaka konu testleri çözerek konuları pekiştirin.

## TEOG (TEMEL EĞİTİMDEN ORTA EĞİTİME GEÇİŞ SINAVI)



■ Çözdüğünüz sorulardan yapamadıklarınız ya da yanlış yaptıklarınızın doğru çözümünü araştırın. Çünkü size konuyu öğretecek olan "yapamadıklarınız ya da yanlış yaptıklarınız sorulardır".

■ Bu sınavları ölüm-kalım savaşı olarak görmeyin. Sınavların bir son değil sürecin bir parçası olduğunu unutmayın.

Bu süreçte velilere de önemli görevler düşmektedir. Veliler, öğrencilerin girdikleri bu sınavın sonuçları ne olursa olsun çocuklarını desteklemeli ve devam eden süreçte onları olumlu yönde motive etmelidirler.

Kişilik gelişiminin önemli dönemi olan ergenlik döneminde TEOG maratonu sonunda öğrencilerimizin geleceğini önemli ölçüde şekillendirecek olan karar aşamalarından biri de lise tercihleridir. Lise tercihi, günümüzde öğrencinin eğitim hayatının kilit noktası gibidir. İyi bir lise kıstasımız iyi bir öğretim vermesinin yanında kişisel gelişime de

*biliyor musunuz?*

*"Kurşun kalemlerin içindeki uç, içine kil katılarak sertleştirilmiş grafit maddesi olup kurşun madeni değildir."*

*Bunları*

katkıda bulunacak kaliteli bir ortamı öğrenciye sunmasıdır. Öğrencinin tercih edeceği lisenin eğitimi, fiziksel koşulları, sosyal etkinlikleri, kişisel özelliklerinin ve becerilerinin gelişmesinde önemli rol oynuyor.

İyi bir lise eğitimi, iyi bir üniversite ve iyi bir mesleğin ilk basamağıdır. Bu nedenle lise tercihlerini yaparken öğrencinin ve velinin iyi bir araştırma yapması önemlidir. Öğrencinin ilgisine, yeteneğine ve kişilik yapısına uygun bir seçim yapması mutlu bir geleceği beraberinde getirecektir.



### ***Tercih yaparken dikkat edilmesi gereken unsurlardan bazıları;***

- Tercih edilecek okulun bir önceki yıl oluşmuş yüzdeler dilimi ile öğrencinin yüzdeler dilimi birbirine yakın olmalı
- Öğrenci başarılı olduğu okul türüne yönlendirilmeli (Sözel başarısı yüksek olmayan öğrenci sosyal bilimler lisesine gitmemeli)



- Mesleki ve teknik eğitim liselerinin bir alanda uzmanlaşmak için iyi seçenekler olduğu unutulmamalı

Gitmek istediğiniz okul türünü belirledikten sonra dikkat edilecek diğer bir nokta ise o lise türündeki okulların giriş koşullarını öğrenmektir (sınıf mevcutları, laboratuvar, kütüphane, sosyal aktivite vs)

### ***8.sınıf sonunda tercih edilecek lise türleri***

- Fen Liseleri
- Anadolu Liseleri
- Sosyal Bilimler Liseleri
- Mesleki ve Teknik Anadolu Liseleri
- Çok Programlı Anadolu Liseleri
- Mesleki ve Teknik Eğitim Merkezleri
- Anadolu İmam-Hatip Liseleri
- Özel Okullar
- Açık Öğretim Kurumları

Tüm öğrencilerimize başarı ve mutlu bir eğitim hayatı diliyorum.8.sınıf öğrencilerimize de ilgi ve yetenekleri doğrultusunda istediği liseye yerleşmelerini temenni ediyorum

**Selda Ulusan**  
**Rehber Öğretmen**



# Okul Etkinlikleri

*biliyor musunuz?*

*“Topuklu ayakkabıların çamurdan daha az etkilenmek amacıyla kadınlardan önce erkekler tarafından giyildiğini biliyor muydunuz?”*

*Bunları*









*Bunları* “En sıcak gezegenin, Güneş’e en yakın olan Merkür değil, *biliyor musunuz?* Jüpiter gezegeni olduğunu biliyor musunuz?”







*Bunları "Kitap okumak bunamayı engelleyen en iyi ilaçtır." biliyor musunuz?*











*Bunları "Yerçekimsiz ortamda mum alevi küre şeklinde olur." biliyor musunuz?*







# DAYANIŞMA



Dayanışma sizce ne demektir? Bence varlıkların duygu ve düşüncelerinde birlik ve beraberlik içinde olmalarıdır. Buna karıncaları örnek verebiliriz.

Karıncalar bir yaz boyunca dayanışma içinde birbirlerine yardım ederek kışa yetecek kadar besin toplar.

İnsanlar bazen dayanışma içinde olur, bazen de olmaz. İnsanlarda dayanışma içgüdüsel değildir. Tam tersine duygu ve düşünce durumunun işin içinde olduğu bir etkinliktir.



Hayvanlar âleminde bu içgüdüselidir. Onlar kendileri karar vermez. Ama bu dayanışmadan zararlı çıkmazlar, bizde ise tamamen karşılıklıdır. Yanlış olan hangisi acaba bizimki mi, yoksa hayvanlarınkı mi? Buna siz cevap verin.

Dayanışma toplumu kalkındırır. Tıpkı karıncalardaki dayanışma gibi biz en zeki varlıklar olarak her zaman dayanışmaya önem vermeliyiz.



Eylül Başı (4/İ)

*Bunları “Kelebekler ayaklarıyla tat alabilirler.” biliyor musunuz?*



# HAYAT YOLU

Uzun bir yoldur bu öntümüzde  
uzayıp giden... Okul yoludur bu  
bizi yıllarca tozunda, taşında,  
toprağında ağırlayan. Tozlu  
dediğime bakmayın. Bu yolda  
paylaşılan acı, keder, hüznün,  
mutluluk, sevinç hepsi ama  
hepsi unutturur size yolun  
tozluluğunu.

Okuldur bizi hayata  
hazırlayan. Bu yüzden adı  
hayat yoludur ya zaten. Size  
burası öğretir ya kazanırken  
kaybetmeyi, kaybedince  
üzülmeyi, kaybedene destek  
olmayı. Ailenizden gördüğünüz  
terbiye ve çeşitli eğitimler burada  
devam eder ve ister istemez yıllanır.  
Ama bu eğitimi, en mükemmel şekilde  
sürdürmek, gerektiği yerde kendimizi  
bileyebilmek bizim başlıca  
görevlerimizden biridir. İşte tam olarak  
okulda bize bu gibi kurallar aşılır ve tabii ki  
en önemlisi dersleri de unutmamak gerek...

Hatırlayın okula ilk başladığınız günü, o küçük  
halinizi, mavi önlüğünüzü, beslenme çantanızı, küt  
küt çarpan minik kalbinizi. Lakin öğretmen sınıfa  
girdiğinde o nur gibi parlayan çehresini gördüğünüzde  
o heyecan biraz olsun yumuşar ve bu güzel, bu nurlu  
yüz unutturur size her şeyi. Mutluluktan gözleri parıl  
parıl parlayan öğretmeniniz sizi tanımaya çalışır. Yıllar  
geçer ve o tanıma faslı çoktan bitmiştir. O kalp  
çarpıntıları biter, derslerin yoğunluğu başlar. Bu sıralar  
hiçbir şey görmezsiniz, göremezsiniz. Ama bunun  
mükâfatını ileride mesleğinizi elinize alarak  
kazanacağınızı bilirsiniz. Bunları düşündükçe derslere  
daha çok sarılacaksınız, geleceğinizin derslerin elinde  
olduğunu bilecek ve bu geleceği derslerin elinden  
kurtaracaksınız. Öğretmenleriniz de sizin bu dersleri  
daha sıkı tutmanızı sağlayacak. Öğretmenlerimiz  
kanımız, canımız, tek ve en doğru bilgi  
pınarımızdır. Yeni nesli onlar yaratacaklardır  
bu hayat yolunda, okul yolunda.

Arif Hikmet Par'ın da dediği gibi  
“ÖĞRETMEN, TAZE RUHLARI İŞLEYEN  
USTADIR. NESİLLER YARATIR; ÜLKELER  
DEĞİL, GÖNÜLLER FETHEDER...”

Hatice Akdoğan (6/B)



# İLKBAHAR

*Şırl şırl akar şelale  
Gözlerimde uçar kelebekler  
Damla damla yağar yağmur  
Yine geldi güzel bahar*

*İnce ince eser rüzgâr  
İnsana ümit doğar  
Unutulur acılar, sıkıntılar  
Yine geldi güzel bahar*

*Çiçekler açar  
Kuşlar öter  
İnsanlar gezer  
Yine geldi güzel bahar*

*Bahara âşık isen  
Açılan bir gül isen  
Öten bülbül isen  
Yine geldi güzel bahar*

Berat Yiğit Katırcı (4/İ)

*Bunları “Yaşlı kediler insanlar gibi alzaymır olabilirler.” biliyor musunuz?*





## DOĞADA NE KADAR SÜREDE ÇÖZÜNÜRLER



MUZ

2-4 Hafta



KAĞIT  
TORBA

2 Ay



MUKAVVA  
KUTU

1 Ay

TENEKE  
KUTU

330 Yil



YÜN  
ÇORAP

1 Yil



BEBEK  
BEZİ

550 Yil

PLASTİK  
TORBA

1,000  
Yil



Bunları biliyor muydunuz?

Göplerin %75'inden fazlası geri dönüş-  
türebilir şeylerden oluşmaktadır, ancak sa-  
dece %30 kadarı geri dönüştürülebilmektedir.

Bunları biliyor muydunuz?

Amerikalıların %87'sinden fazlası,  
kaldırım kenarında veya yakın çevre-  
lerinde kağıt atık kumbaralarına ula-  
şabilir.

Yaren  
Nanmarlı



CAM  
ŞİŞE

1M.Yil



STRAFOR

2M+ Yıllan Fazla





*biliyor musunuz?*

“Japonya’da kişi başına düşen kitap sayısı yılda 25, Fransa’da 7, Türkiye’de ise 12.089 kişiye bir kitap düşmektedir.”

*Bunları*



# MESELA GÖKYÜZÜNE BAĞLAN

*Her şeyini kaybettiğinde  
Kaybetmekten korkmadıklarına bağlan  
Hep senin kalacakmış gibi sahiplen hatta*

*“O benim” diyebileceğin bir renge sahiplen  
Dumanın renkleri yerine  
Gözyaşlarının rengi olsun mesela*

*Herkesten kaçarken  
Saklanmak için  
Kendi gölgelerine bağlan*

*Bir gün gelir de bir an  
Geri dönmek istersen  
Geçmişine bağlan*

*Mutlu olmak istersen  
Bazen sadece gülümse dünyaya,  
Sonsuz gökyüzünün ve şehirlerin sessizliğine bağlan  
Denizin derinliğine bak ve gülümse sadece...*

*Bağlanacaksan bir şeye  
Ağaca bağlan  
Gökyüzüne, yıldızlara bağlan*

*İçine bir hava çekeceksen, sigara dumanı yerine  
Mesela deniz kokusu çek*

*İçine çektiğin duman yüzünden karanlıkta kalacaksan  
Gökyüzünün tüm sessizliğiyle evrenin tüm karanlığında kal*

*Bağlanmak gerekiyorsa ayakta kalman için  
Hayallerine bağlan*

*Tüm bu sonsuzlukta tek başına kalırsan  
Sadece, seninle kalacaklara bağlan*

*Mesela gökyüzüne, yıldızlara, rüzgâra, yağmurlara...*

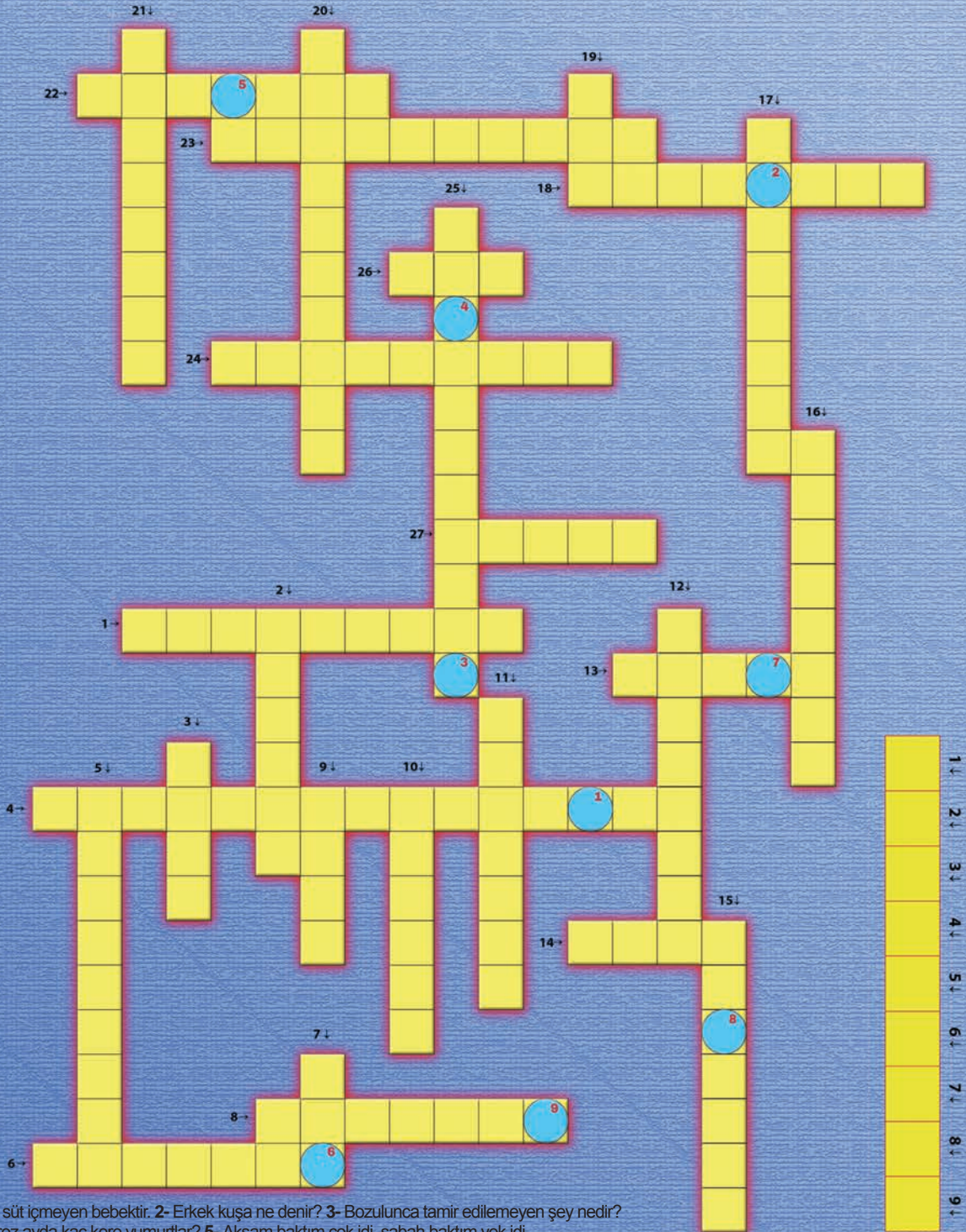
*Bir şeye bağlanacaksan  
Yağmurun yere düşüşünü izlerken  
Umutlarına bağlan*

Deniz Güreş (7/A)





# Bulmaca



1- Hiç süt içmeyen bebektir. 2- Erkek kuşa ne denir? 3- Bozulunca tamir edilemeyen şey nedir?

4- Horoz ayda kaç kere yumurtlar? 5- Akşam baktım çok idi, sabah baktım yok idi.

6- Zor kazanılıp çabuk kaybedilen şey nedir? 7- Mini mini fincan, içi dolu mercan 8- Patladığı halde ses çıkarmayan şey nedir? 9- Dört ayağı var ama yürümez. 10- Reyhan'ın babasının dört kızı vardır. Elif, Esma, Esra ise dördüncü kızının adı nedir? 11- Düşünen file ne denir? 12- Denizin altında kum var, ondan sonra ne var? 13- Kadınları ağlatan sonra onlar için kavruan kimdir? 14- En çok hap nerde satılır? 15- Sarı mendil mavi denize düşerse ne olur? 16- Korkunç bir rüya gördüğünü ne zaman anlarsın? 17- Hangi tasta su içilmez? 18- Sandır sallanır, dalında ballanır. 19- Dişi var, içi yok, tekme yer suçu yok. 20- Hangi bardağa su konulmaz? 21- Bazı aylar 30, bazı aylar 31 çeker. Kaç ayda 28 gün vardır?

22- Zilim var, kapım yok 23- Küçük kare kutu içi insan dolu

24- Tanrı ikinci zenciği yarattıktan sonra ne demiş? 25- En temiz böcek hangisidir?

26- Tarlada yeşil, markette siyah, evde kırmızı olan şey nedir?

27- Kolu var, eli yok, kamı yarık, kamı yok.









# BİZİM SÖZLÜĞÜMÜZ

**Tuvalete gidebilir miyim?**

**Dersi kaynatmak için söylenen sözdür.**

**Asıl amacı ise koridorda  
dolaşmaktır**

**Yes ay dozont...**

**İngilizce bilmeyen insanların  
kendilerini profesyonel  
sandıkları an**

**Beş dakika daha!**

**Hayatın en güzel dakikalarını  
yaşama isteğidir**

**Madem geldin dünyaya;  
çalış fizik kimyaya**

**Derste 2+2=4**

**Sınavda: Ali'nin iki elması var,  
otobüs A şehriden B şehrine gidiyor.  
Güneşin ağırlığını  
hesaplayınız**

**Beden dersinde dışarı çıkmak:  
Hayaller, hayatlar**

**Atmasyon:**

**Sınavda Allah'a sığınarak  
yapılan iş**

**Bilmemek ayıp değil;  
yeter ki çaktırma**

**Bunları** “Erkeklerde 7 litre, kadınlarda 5 litre kan bulunur.” **biliyor musunuz?**





**Ayva:**  
**Öğrencinin en sevdiği meyve**

**Bağırma:**  
**Öğrencilerin teneffüste karşıladıkları zaruri ihtiyaç**

**Gözün Kayması:**  
**Sınavda görülen bir göz hastalığı**

**Pembe:**  
**Sınıfı geçen öğrencinin dünyayı gördüğü renk**

**Zil:**  
**İşkencenin bittiği ve beraat etmenin güzel sesi**

**Toplantı anonsu:**  
**Boş ders alameti**







**Cuma günü son iki dersi  
matematik olan öğrencinin acı dramı.**

**Allah'ım sen konuyu biliyorsun:  
Sınava girerken edilen en kısa ve öz dua**

**Sözlüye kalkan ön sıraya sarılır**

**Kopyasız öğrenci  
meyvesiz ağaca benzer**

**Parmağını notuna göre kaldır**

**Bugün çok güzel görünüyorsunuz  
hocam(!):**

**Sözlüden önce kullanılan  
+10 puan isteme şekli**

**Okul beni bozar,  
yaşasın cumartesi pazar**



**biliyor musunuz?**

“Yıllara göre ortalama alındığında her sene eşekler tarafından öldürülen insan sayısının, uçak kazalarında ölenlerin sayısından daha fazla olduğunu biliyor musunuz?”

**Bunları**



erasmus

Okul

# Projelerimiz

**E**ğitim öğretim yılı içerisinde okulumuzda çok sayıda proje hazırlanmış ve çeşitli başarılar elde edilmiştir. 2015-2016 eğitim öğretim yılı içerisinde okulumuz, birinci kademe öğretmenleri tarafından hazırlanan ve Çek Cumhuriyetinin başkenti olan Prag şehrinde alınan eğitimin içeriği aşağıda ifade edilmiştir.



“Eğitimde Bilgi İletişim Teknolojilerinin Kullanılması” projesi Erasmus+ Programı Türkiye Ulusal Ajansı tarafından desteklenen “Erasmus+ Ana Eylem 1 Okul Eğitimi Personel Hareketliliği” projesidir. Proje 01.06.2015 – 31.05.2016 tarihleri arasında uygulanmıştır. Proje çerçevesinde 24 öğretmenimiz Çek Cumhuriyeti’nin başkenti Prag şehrinde 10 günlük, “Eğitimde Bilgi İletişim Teknolojilerinin Kullanımı” konulu eğitim almıştır. Proje çerçevesinde alınan eğitimle, aşağıdaki konuların öğrenilmesi ve öğretmenlerimizin, aldıkları eğitim bilgisini sınıflarında kullanmaları ve sonrasında öğrencilerin aktif bir şekilde faydalanması amaçlanmıştır. Diğer taraftan proje eğitimi sonrasında; Bilişim Teknolojilerinin Eğitimde Kullanım Alanları ve Faydaları, öğretmenlerin mevcut derslerine teknoloji eğitimini de katarak maksimum faydanın sağlanması, güncel internet akımları ve bu internet akımlarıyla ders oluşturulması, Bilişim Teknolojilerinin eğitimde ve gerçek yaşamda olası zararları ve bunlardan nasıl kaçınılacağı, öğrenme içeriklerini geliştirebilecekleri kaynaklar ve çeşitli eğitim araçları, Bilişim Teknolojilerinin gerek sınıfta gerekse sınıf dışında nasıl kullanılacağı ve kullanıcı ipuçları, Bilişim Teknolojileri yoluyla hem öğretmenin hem de öğrencinin motivasyonunu artırma ve yaratıcı düşünme yolları, var olan öğrenim yöntemlerine bilgi iletişim teknolojilerinin de katılması ve öğretim sürecinin aktifleştirilmesi hedeflenmiştir.



Rukiye Peker (Proje Yürütücüsü)