

HAFTALIK VELİ BÜLTENİ - 14 HAZİRAN 2024



Tüm öğrencilerimize ve öğretmenlerimize sağlıklı geçirecekleri mutlu bir tatil diliyoruz. Öğretmenlerimize emekleri için çok teşekkür ediyoruz.

İÇİNDEKİLER

BAŞARILAR.....	2
1. SINIFLAR MTA GEZİSİ	5
PDR BÜLTENİ	6
EKO OKUL BÜLTENİ.....	9



BAŞARILAR...

MEB Ankara Okul Sporları yüzme yarışlarına katılan öğrencilerimiz Kadir Akın Yavuzarslan, Hasan Çınar Köse, Defne Bilici, Can Aydın ve Ella Aydın okulumuzu başarı ile temsil etmişlerdir. Öğrencilerimizi kutluyor, başarılarının devamını diliyoruz.



3A sınıfı öğrencimiz Atlas Gökçay 8 Haziran 2024 tarihinde Ankara Yelken Kulübü tarafından Mogan Gölü'nde düzenlenen yarışlarda Junior kategorisinde 1. olmuş ve altın madalya kazanmıştır. Aynı yarışmada 1D sınıfı öğrencimiz Alin Sırımoğlu Bambino kategorisinde başarıyla yarışmış ve yarışlara katılan en genç sporcu olmuştur. Öğrencilerimizi kutluyor, başarılarının devamını diliyoruz.



1E sınıfı öğrencimiz Ela Engin bağlı bulunduğu kulüpte 2 Haziran 2024 tarihinde 1. Summer Fest "Day of The Stars" kapsamında Panora Sanat Merkezinde bale, ritmik cimnastik ve dans gösterilerine katılmıştır. Öğrencimizi kutluyor, başarılarının devamını diliyoruz.



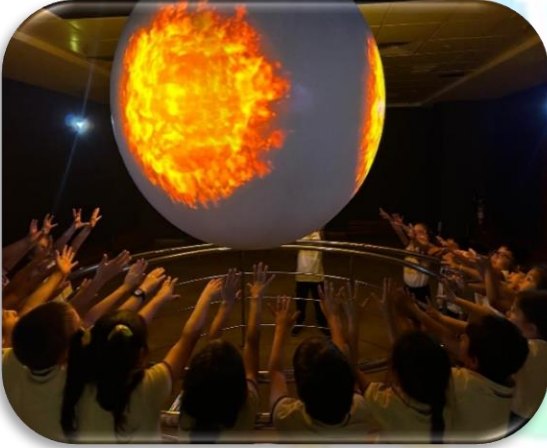
3A sınıfı öğrencimiz Toprak Kılıç'ın birbirinden yaratıcı tuval çalışmalarından oluşan bireysel resim sergisi ÇAS sergi alanında açılmıştır. Öğrencimizi kutluyor, başarılarının devamını diliyoruz. Sanal sergi için [tıklayınız.](#)



4A sınıfı öğrencilerimizden Mila Altay, 2 Haziran 2024 Pazar günü Bilkent Üniversitesi Müzik ve Sahne Sanatları Fakültesi tarafından sergilenen "Sfenks" adlı tiyatro oyununda yer almıştır. Aynı gün 'Dilara Altındaş'ın Piyano Öğrencileri Konseri'nde piyano resitali vermiştir. 7-13 Haziran tarihleri arasında Zafer Çarşısı Güzel Sanatlar Galerisi'nde düzenlenen Çocuklar Sergisi'ne yapmış olduğu resim ve seramik çalışmaları ile katılmıştır. Öğrencimizi kutluyor, başarılarının devamını diliyoruz.



1. SINIFLAR MTA GEZİSİ



1.sınıflar "Gökyüzünü ve mevsimlerin özelliklerini gözlemleyerek canlılardaki değişimleri fark ederiz" ana fikri kapsamında "Gökyüzünde gördüklerimiz" sorgulama hattına uygun olarak Şehit Cuma Dağ Tabiat Tarihi Müzesi'ne gitmişlerdir. Gittikleri bu gezide öğrendiklerini somutlaştırma fırsatı bulmuşlardır.



TATİL YAKLAŞIRKEN

Bir eğitim öğretim yılını daha bitirmeye yaklaşırken geride kalan koca yılı düşünürüz da, yolunda giden- gitmeyen, uzun zaman alan, aniden ortaya çıkan, çok keyif aldığımız, bir an önce bitmesini istediğimiz ne çok şey yaşamışız. Galiba yaşamın tam da kendisi bu.

Bunun yanında günlük telaşlarımız hep devam etti. Sabah erken kalkmak, çocukların hazırlanması, okula yetiştirme telaşı, varsa gideceğimiz mesai ve iş yoğunluğu, yoksa ev koşturması... Sonra çocukların okul sonrası çalışmalarına yetişmek, akşam eve gelince yine yemek telaşı, yapılması gereken çalışmalar, ödevler... Bedenimiz yorgun, ruhumuz yorgun... Beden yorgunluğumuz biraz uzanınca, yatıp dinlenince geçip gidiyor da peki ya manevi yorgunluğumuz nasıl geçecek?

Yorgunluğun pek çok türü var, elbette dinlenmenin de. Önce, herkesin içinde bulunduğumuz zamanda yorgunluğu en çok nasıl hissettiğini fark etmesi gerek. Hepimiz farklı türde yorulduk ve yıprandık. Dinlenmenin her türüsüne ihtiyacımız var ama önceliğimiz ne? Sadece boş boş dursak, ayağımızı uzatıp otursak dinlenmiş olur muyuz sahiden?

Fizksel Dinlenme: En çabuk şikayet ettiğimiz ama en kolay geçen yorgunluktur fiziksel yorgunluk. Dinlenmek için yapacaklarımız çok basit; daha çok uyumak, şekerleme yapmak, derin nefesler almak, gerinme-esneme hareketleri ile hafif egzersizler yapmak.



Zihinsel Dinlenme: En çok ihtiyaç duyduğumuz dinlenme türüdür. Zihnimizi boşaltmak, günümüzün çoğunu işgal eden iş yükünü biraz kenara bırakabilmek. Müzik dinlemek, meditasyon yapmak, sessizlik...



Duygusal dinlenme: Eskilerin deyimiyle "gönül yorgunluğu". Hayat döngüsünde hepimiz farklı sınavlarla sınanıyoruz. Üzülüyoruz, öfkeleniyoruz, bazen isyan ediyoruz. İyi bir dinleyici ile konuşmak, duygusal yükleri azaltmak, affetmek...

Sosyal dinlenme: Eski bir arkadaş ile hasret gidermek ya da tam tersi sosyalleşmeye kısa bir ara vermek çok iyi olabilir. Kimi zaman yüz yüze sosyalleşmeye kimi zaman da sosyal medyada geçirilen zamana ara vererek dinlenme.

Manevi dinlenme: Kendimizi iyi hissettiren şeyler yapmak, içimizin huzurla belki de tarifsiz bir mutlulukla dolmasına izin vermek. Bir dernek gönüllüsü olmak, bir sokak hayvanına sahip çıkmak, uzun zamandır görmediğimiz bir aile büyüğünü, yaşlı bir komşuyu ziyaret etmek, ihtiyaç sahiplerini ya da bir çocuğu sevindirmek, bir dosta nedensiz gönderilen bir armağan, çocuklarımıza yapacağımız küçük sürprizler...

Duyusal dinlenme: Ekran karşısında geçen saatler ve günler duyularımıza pek çok zararlar verdi. Elektronik aletleri kapatmak, ekrandan uzaklaşmak, belirli aralıklarla ekransız gün ya da ekransız saatler planlamak, doğa ile iç içe geçireceğimiz zamanlar duyularımızı dinlendirmek için çok işe yaramaz mı?

Bu dinlenmelere hem yetişkinlerin hem de çocukların ihtiyacı var. Tatilde bedenimizle birlikte ruhumuz da dinlensin. Sağlıkla kavuşmak dileğiyle.





EKO OKUL BÜLTENİ



International Baccalaureate PYP



İKLİM DEĞİŞİKLİĞİ KURAKLIĞI, KURAKLIK İKLİM DEĞİŞİKLİĞİNİ TETİKLİYOR...

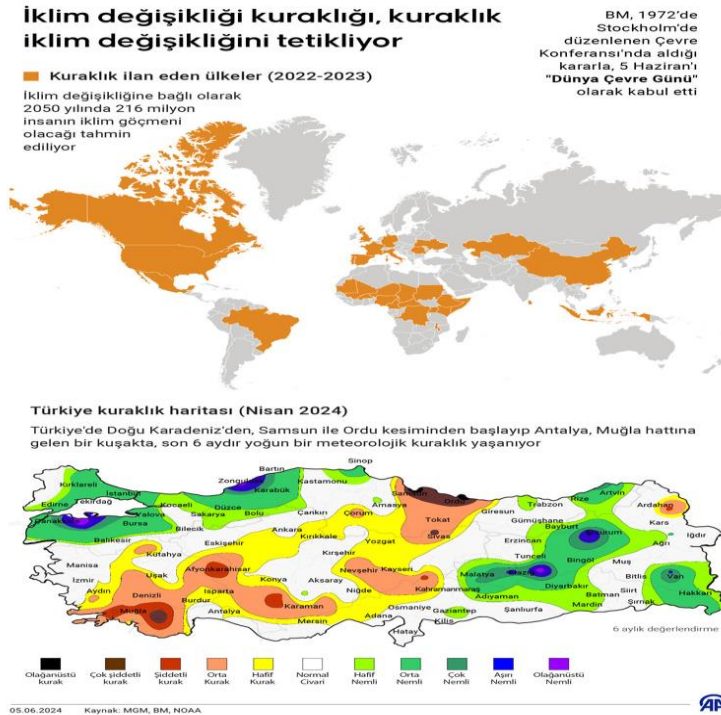
Ankara Üniversitesi Dil ve Tarih Coğrafya Fakültesi Fiziki Coğrafya Ana Bilim Dalı Başkanı Prof. Dr. İhsan Çiçek, iklim değişikliğiyle etkisini artıran kuraklığın Türkiye'nin birçok bölgesinde son 6 aydır şiddetli şekilde hissedildiğini söyledi.

Birleşmiş Milletler (BM), çevre sorunları hakkında farkındalık oluşturmak amacıyla, 1972 yılında İsveç'in başkenti Stockholm'de düzenlenen Çevre Konferansı'nda aldığı kararlar, 5 Haziran'ı "Dünya Çevre Günü" olarak kabul etti.

Her yıl farklı bir tema ve sloganın seçildiği Dünya Çevre Günü kapsamında bu yılki etkinlikler "Arazi restorasyonu, çölleşme ve kuraklığa dayanıklılık" teması ve "Nesil Restorasyonu" sloganıyla gerçekleştiriliyor.

ABD Ulusal Okyanus ve Atmosfer İdaresinin (NOAA) verilerine göre, bu yılın ocak ayında Kanada, Meksika, Güney Amerika, Afrika ve Asya'nın güney kesimlerinde kurak koşullar etkili oldu. Avrupa'da ise Akdeniz'in kıyı bölgeleri ve kuzey Avrupa'nın bazı kısımlarında normalden daha kurak, diğer illerde ise normalden daha nemli hava koşulları görüldü.

Aşağıda yer alan haritada kuraklık ilan edilen ülkeleri ve Türkiye kuraklık haritasını inceleyebilirsiniz.



KAYNAK: <https://www.aa.com.tr/tr/yesilhat/doqal-yasam/iklim-degisikligi-kurakligi-kuraklik-iklim-degisikligini-tetikliyor/1823239>

International Baccalaureate PYP

