

# ÖĞRETMEN MEHMET ALİ DENİZ İLKOKULU

SAYI : 6

MART 2025



Sevgi bir ailenin olması demektir.

Annenin olduğu her yer sevgi doludur.

Sevgi baharın gelişi,yazın bitişidir. Sevgi, annenin kucaklamasıdır.

Sevgi, dostluk, aile arkadaşlıktır.

Bence sevgi 8 ve 9 gibidir hiç ayrılmazlar. İster 58 olsun ister 28 hiç fark etmez. İnsan sevdiyse hiç bırakmaz. Sevgi yumuşaklıktır, şevkattir.

Sevgiyi bir insanla veya nesneyle anlatamam. Kısaca iyilik ve dürüstlük demek.

Sevgi, vicdandır, kalptir.

Mutluluktur, neşedir. Sevginin olduğu yerde küslük ve kavga olmaz. Sevginin olduğu her yer çiçek açar, kimse üzülmez, mutsuz olmaz.

Bir kişiyle arkadaş olmak onunla bir bağ oluşturur. Buna da sevgi denir.

Sevgi, arkadaşlık ve mutluluktur.

Sevgi benim için annemin bana sınıksı sarılmasıdır.

Sevgi bana göre bir kişiye veya varlığa gösterilen duygudur.

Sevgi bir ailenin kucağıdır. Sevdiğin şeyi kucaklamak onu görünce mutlu olmaktır.

Hayvanlarla oynamak benim için en büyük sevgidir.

Sevgi, mutluluktur, neşedir.

Sevgi, zaman geçse de olduğu yerde kalandır.

Sevgi, mutluluktur. Sevgi sonsuzdur.

# dergimiz

# İÇİNDEKİLER

<i>EDİTÖRDEN - ERKAN SEVİNDİK</i>	<b>1</b>
<i>ÇOCUKLARDA ESNEK DAYANIKLILIK</i>	<b>2-3</b>
<i>ÇÖLYAK HASTALIĞI</i>	<b>4-6</b>
<i>NİŞASTA DENEYİ</i>	<b>7</b>
<i>OKULDAN HABERLER</i>	<b>8-9</b>
<i>BİLMECE-BULMACA-ETKİLEŞİMLİ OYUN</i>	<b>10</b>
<i>ÇATLAK PATLAK OYUNU</i>	<b>11</b>
<i>TÜRKİYE'DE NESLİ TÜKENMEKTE OLAN HAYVANLAR</i>	<b>12</b>
<i>MİKADO</i>	<b>13</b>
<i>İNGİLTERE'DE İLKOKUL EĞİTİMİ</i>	<b>14-15</b>
<i>HOŞGELDİN RAMAZAN</i>	<b>16</b>
<i>SİVİL SAVUNMA NEDİR?</i>	<b>17</b>



"Çocuk sevgisi insan sevgisi için bir  
ihtiyaçtır."



#### SAHİBİ

Öğretmen Mehmet Ali Deniz  
İlkokulu Adına  
Erkan SEVİNDİK  
Okul Müdürü

#### YAZI İŞLERİ SORUMLUSU

Oğuz DUTKAN

#### YAYIN EKİBİ

Demet KARAKAŞ,  
Yoncagül SARISALTUN,  
Canan BİZİMTUNA,  
Arzu DEMİRCAN,  
Mert Can AKTAŞ,  
Yusuf COŞGUN,  
Nazlı SARIKAVAK,  
Meral YEMLİK.

#### TASARIM

Sinem YİĞİT

#### EDİTÖR

Erkan SEVİNDİK

"dergimiz" Aylık Olarak Sanal  
Ortamda Yayınlanacaktır.

Bu dergi MEB Kurumları Sosyal  
Etkinlikler Yönetmeliğinin 12.Maddesi  
Gereğince Hazırlanmıştır.

# EDİTÖRDEN

Sevgili okurlarımız;  
Ramazan ayına girdiğimiz bu  
günlerde bizde dergimizin son  
düzenlemelerini bitiriyoruz ve  
yayına hazır hale getirmeye  
çalışıyoruz. Tekrar yapılan  
kontroller, sizlere daha iyi bir  
baskı sunabilmek için.  
Bu sayımızda da bilgilendirici  
yazılarımız, bilmece  
bulmacalarımız, okuldan  
haberlerimizle karşınızdayız.  
Şubat ayında sevgiyi ön plana  
çıkardık ve hatta kapağımıza  
da bu temayı taşıdık.  
Dünya'daki her şeyin temelinin  
sevgiden geçtiğine inanıyoruz.  
Okul olarak bizim pusulamızda  
sevgiyi gösteriyor. İnsanları,  
doğayı ve diğer tüm canlıları  
sevmekten geçiyor Dünya'yı  
korumanın yolu.  
Güzel bir ramazan ayında tüm  
okuyucularımıza sevgi dolu  
günler diliyoruz.  
Gelecek sayıda görüşmek  
üzere keyifli okumalar...

**Erkan SEVİNDİK**  
**Okul Müdürü**

# ÇOCUKLARDA ESNEK DAYANIKLILIK

Esnek dayanıklılık ; zorlayıcı zamanlar ve sonrasında eskisi kadar iyi hissetmeye dönebilme yeteneğidir.

Hayatta yaşanan birtakım stres ve korkuların ardından tekrar hayata uyum sağlayabilmek, oyun oynayabilmek, arkadaş edinebilmek...

Esnek dayanıklılık; insanın hayatta kalma iç güdüsünden doğan bir beceri; dolayısıyla herkeste bulunabilen bir yetkinliktir.

**BİR BECERİ OLARAK İFADE EDİLDİĞİ İÇİN HERKES, HER YAŞTA BU BECERİSİNİ GELİŞTİRİP GÜÇLENDİREBİLİR.**

**ÇOCUKLARDA  
ESNEK  
DAYANIKLILIĞIN  
YOL HARİTASI İÇİN  
2 TEMEL YOL:**

Çocuklara beyinlerinin  
işleyişini ve KENDİ  
DUYUMSAMA  
FARKINDALIKLARININ izini  
sürmesini öğretmek

İLİŞKİDE SAĞLIKLI  
BAĞLANMANIN  
OLMAZSA OLMAZ 8  
PRENSİBİNİ  
KULLANMAK

## 1. YOL "DUYUMSAMA İÇİN İZ SÜRME BECERİSİ"

İz sürme becerisi kişinin, kendi bedenindeki sakinleşme ve gevşeme yönündeki değişimleri fark etmesidir.

**ÇOCUK, DUYUMSAMASININ FARKINA VARABİLİYORSA KENDİ BEDENİNİN PATRONU OLABİLİR. DUYGU VE DÜŞÜNCELERİNE DAHA KOLAY ULAŞABİLİR VE BİZE İFADE EDEBİLİR.**

ZORLAYICI BİR OLAYDA "NE OLDU? HAYDI BANA ANLAT.... " GIBI BİR SORUDA DÜŞÜNCEYE HIZLICA ULAŞABİLMEK VE ANLATABİLMEK ÖZELLİKLE BİR ÇOCUK İÇİN ÇOK DA KOLAY BİR SÜREÇ DEĞİLDİR;

Çünkü, beynimizin 3 bölümü de birbirinden farklı dilleri konuşur;

**Öğrenen beyin** → Kelimelerle konuşur.

**Sosyal beyin** → Duygular ve Hislerle konuşur

**İçgüdüsel-hayatta kalan beyin,** → Fiziksel Duyumsamalarla konuşur.

## 2. YOL “SAĞLIKLI BAĞLANMANIN OLMAZSA OLMAZ 8 PRENSİBİ”

- KAPSANMA ve sıcaklık ile sağlanan GÜVENDE hissetme
- YUMUŞAK Ortak BAKIŞLARDA buluşmak
- Paylaşılan DİKKAT ve ODAK; uyumlanma. Neye ihtiyacı var?
- TENDEN TENE TEMAS ve BAKIM VERENLE TEMAS
- SAKINLEŞTİRİCİ SESLER ve RİTMİK Hareketler
- Senkronize (eş zamanlı, beraber) Hareketler ve Yüz Hareketleri
- KEYİF:GÜLÜMSEME+OYUN+GÜLME, KAHKAHA
- Hem SESSİZ ve Hem de UYARIMI YÜKSELTEN Egzersizler

### ÇOCUĞUMDA ESNEK DAYANIKLILIĞI GELİŞTİRMEK İÇİN DOĞRU YOLDA GİTTİĞİMİ NASIL ANLARIM?

"Çocuklarla yanlış yoldan gittiğinizi anlamanın çok basit bir yolu vardır, direnirler, direniyorlarsa yanlış yoldan gidiyorsunuzdur"

Maggie Kline

Çocuklarınızın esnek dayanıklılığına daha çok temas etmeniz dileğiyle...

Bu içerik, Maggie Kline'm

"a heart-centered roadmap to trauma-proof our schools: buildings a better world through social-emotional intelligence and a culture of kindness" eğitiminden uyarlanmıştır.

# ÇÖLYAK HASTALIĞI

## Çölyak hastalığı kimlerde görülür?

Çölyak hastalığı genetik bir hastalıktır. Yani ne demek istiyorum; ailenizde, annenizde ya da babanızda çölyak hastalığı varsa yakalanma riskiniz %10 olacaktır.

## Peki Gluten nedir?

Gluten, buğday, arpa veya çavdar içeren yiyeceklerde bulunan bir proteindir.

**Sevgili çocuklar ve değerli veliler; çölyak hastalığı, glutene karşı bağışıklık tepkisinin neden olduğu bir ince bağırsak hastalığıdır.**

## Risk grubunda olan başka kimler vardır?

- Tip 1 şeker hastası olanlar.
- Down sendromu olanlar.

## Çölyak Hastalığı Tamamen İyileşir Mi?

Çölyak hastalığının kesin bir tedavisi yoktur; yalnızca glutensiz diyetle belirtiler kontrol altına alınabilir ve bağırsak hasarı zamanla iyileşir. Ancak gluten tüketimi yeniden başlarsa semptomlar geri döner ve hasar tekrar oluşur.

# ÇOCUKLARDA ÇÖLYAK HASTALIĞI BELİRTİLERİ

## ŞUNLARDIR:

- Mide bulantısı ve kusma



- Kronik ishal



- Şişmiş karın



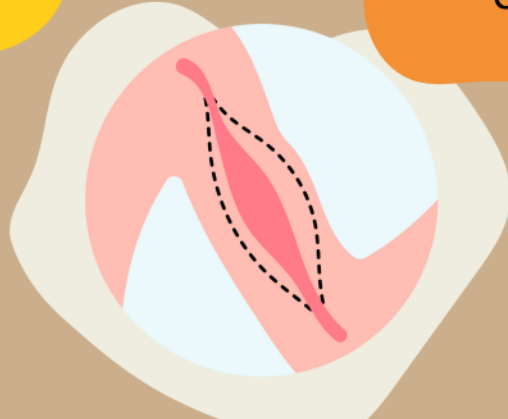
- Kabızlık



- Gaz çıkarma



- Kas erimesi



Sevgili veliler; çocuğunuzda iki haftadan uzun süren ishal veya sindirim rahatsızlığınız varsa en kısa sürede uzman bir doktora gitmelisiniz.

# BESINLERİN EMİLEMESİ ŞU SONUÇLARA YOL AÇABİLİR:

1

- Çocuklarda gelişme geriliği.

2

- Diş minesinin zarar görmesi.



3

- Kilo kaybı.

4

- Anemi.

5

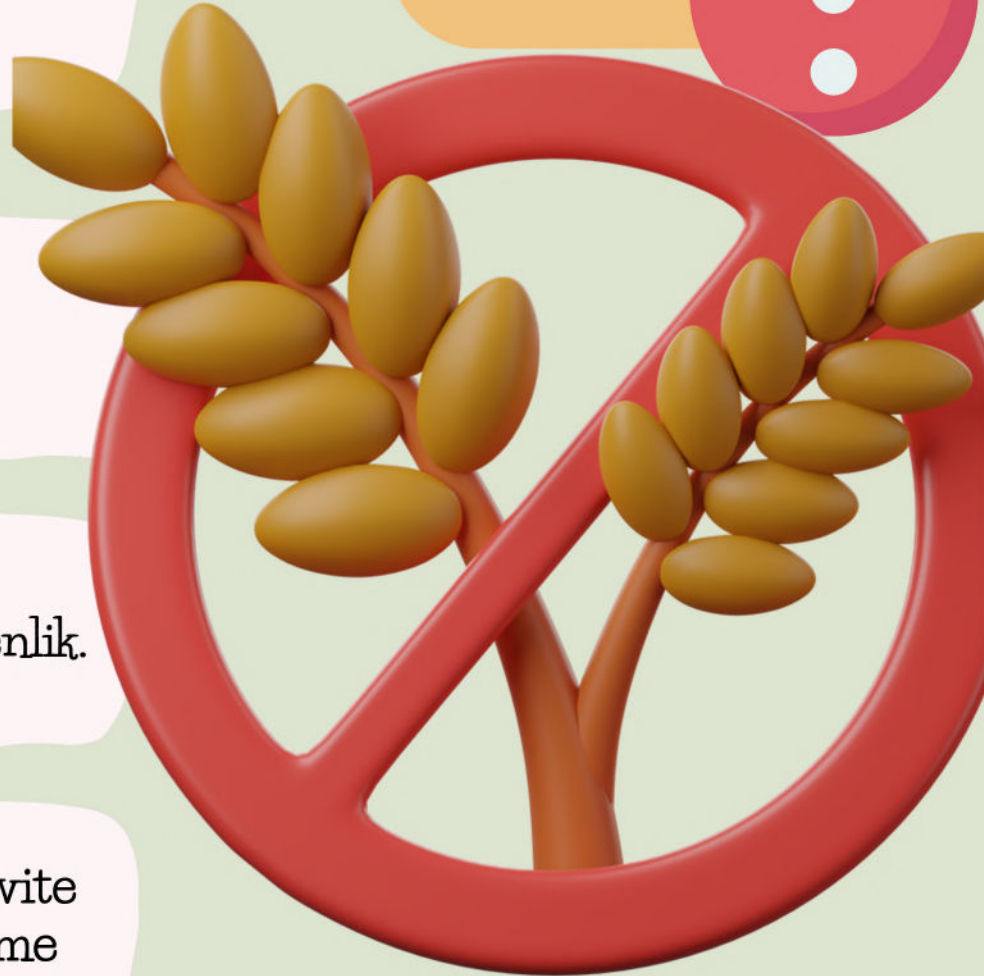
- Kısa boy.

6

- Gecikmiş ergenlik.

7

Dikkat eksikliği/hiperaktivite bozukluğu, öğrenme güçlüğü.







# NIŞASTA DENEYİ

## DENEYİMİZ İÇİN GEREKLİ MALZEMELER

Mısır Nişastası

Gıda boyası

Tabak

Su

## HAZIRLANIŞI

- Bir kaba mısır nişastasını koyalım.
- Hamur kıvamı elde edinceye kadar azar azar su dökelim.
- Karışımın içine bir kaç damla gıda boyası damlatalım.
- Karışımı yumuşak kıvam alıncaya kadar karıştıralım.
- Karışımımız hazır.
- Avucumuza karışımdan bir miktar alalım ve sıkalım.
- Avucumuzu serbest bıraktığımızda neler oldu ?
- Yumruğumuzla hızlı bir şekilde karışıma vuralım.Ne hissettik?

## KAZANIM

- \*Katı -Sıvı kavramını öğretir.
- \*Küçük -Büyük kasları geliştirir.
- \*Islak-kuru kavramını algılar.



1

# OKULDAN HABERLER



Hazır mısınız? Yeni bir e Twinning projesi geliyor. Türkiye, Yunanistan, Estonya, Ürdün, Ukrayna ve İspanya'dan öğretmenler birlikte bu proje için çalışıyor. Şubat ayı toplantısı yapıldı. Projemiz der ki Ben bir süper kahramanım. Peki ya sen?



3-D sınıfı Tema Vakfı - Yavru Tema Etkinlikleri kapsamında bir bitkinin yaşam döngüsünün bir bölümünü gözlemlemek amacıyla mercimek, nohut, fasulye tohumlarının çimlenme deney düzenliğini hazırladı.



Meral YEMLİK öğretmenimiz tarafından yürütülen Hobi Atölyesi çalışmalarını oldukça keyifli geçiyor.

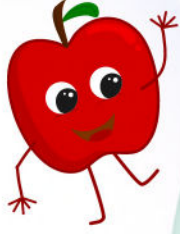


Oku\_yorum Kitap Kulübünde bu ay okulumuz öğretmenlerinden Nazlı YAĞCI'nın yazdığı "Ukulelemi Kim Çalıyor?" kitabını okuduk. Sonrasında düzenlenen söyleşi ve imza gününe katıldık.

KİTAPLAR İYİ Kİ VAR.

## BİLMECE

Akşam baktım çok idi  
Sabah kalktım yok idi



Dal üstünde al yanak  
İnanmazsan ye de bak.

Bir küçücük fıncık  
İçi dolu turşucuk.



## FIKRA

### YA TUTARSA

Nasreddin Hoca bir gün gölün kıyısına gider. Elinde koca bir kaşık yoğurdu da yanına almış. Nasreddin Hoca, kaşığındaki yoğurdu göle sokmuş ve yoğurdu göle boşaltmış. O sırada köylülerden biri onu görmüş ve şaşkınlıkla: "Hoca ne yapıyorsun?", diye sormuş. Hoca gülümseyerek: "Gölü mayalıyorum", demiş. Adam, Hoca'ya bakmış ve gülerек: "Ne diyorsun be Hoca, koskoca göl hiç maya tutar mı?", demiş. Hoca gülümsemesini hiç bozmadan: "Peki ama ya tutarsa", demiş.

## TEKERLEME

Küçük dostum gelsene  
Ellerini versene  
Ellerimizle şap şap şap  
Ayaklarımızla rap rap rap  
Bir şöyle, bir böyle  
Dans edelim seninle

## EĞLENCE



Eşini bul Sudoku Eş  
anamlılar

### CEVAPLARI GETİR HEDİYENİ GÖTÜR!

- 1) İnce ve renkli tahta çubuklarla oynanan bir zeka ve el beceri oyununun adı nedir?
- 2) Ramazan ayı, hicri takvime göre kaçınıcı aydır?
- 3) Dergimiz'de tanıtılan oyunun adı nedir?
- 4) Nişasta deneyi için gerekli malzemeler nelerdir?
- 5) Nazlı Yağcı öğretmenimizin yazdığı kitabın adı nedir?



Cevapları küçük bir kağıda yazıp müdür beyin odasına gelerseniz hediyeinizi alabilirsiniz.



# ÇATLAK PATLAK OYUNU

Sevgili çocuklar bu ay sizlere geleneksel çocuk oyunlarımızdan biri olan "Çatlak Patlak" oyununun nasıl oynandığını anlatacağım.

## Oyuna İlişkin Genel Kurallar:

- Çatlak Patlak oyunu en az 2 kişi ile oynanmaktadır.
- Oyuncu sayısı fazlalaştıkça oyuncuların oyundan aldıkları zevk o kadar artar.

## Oyunun Oynanışı

- ☺ Oyun en az iki kişiyle oynanır.
- ☺ Eğer iki kişi oynanırsa iki oyuncu karşılıklı ayakta durup birbirine döner.
- ☺ Karşılıklı olarak oyuncular ellerini üst üste koyar.
- ☺ Her oyuncunun sağ eli üstte olacak şekilde karşısındakinin sol elinin üstünde yer alır.
- ☺ Kalabalık oynandığında da oyuncular çember olur ve yine ellerini aynı şekilde tutar.
- ☺ Oyuncular yerini aldıktan sonra yandaki eğlenceli tekerlemeyi kelime kelime söylerken, yanındakinin eline vurur.
- ☺ Oyunun bu aşamasında her bir oyuncu diğerinin canını acıtmadan ilerlemeye özen gösterir.



"Çatlak patlak  
Yusuvarlak  
Kremalı börek  
Sütlü çörek  
Çek dostum çek  
Arabani yoldan çek  
Çek çek amca  
Burnun kanca  
Al sana bir bulmaca  
Bulmaca kaç parça  
Veriyorum 5 parça  
Bir, iki, üç, dört, beş."

# TÜRKİYE'DE NESLİ TÜKENMEKTE OLAN HAYVANLAR

İnsan yerleşimleri arttıkça hayvanların yaşam alanları daralıyor. Diğer yandan pek çok hayvan çeşitli nedenlerle insanlar tarafından öldürülüyor. Peki Türkiye'de hangi hayvanlar tehlike altında? İşte Türkiye'de nesli tükenmekte olan hayvanlar...

## Yaban Kedisi



## Yabani At



## Kızıl Akbaba



## Oklu Kirpi



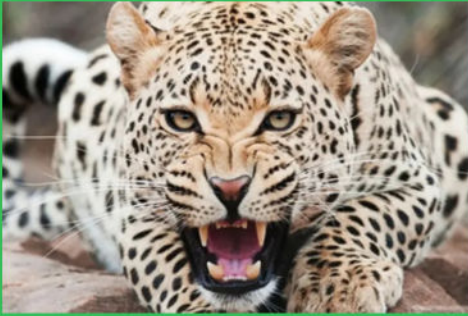
## Kızıl Geyik



## Leopar



## Çita



## Ceylan



## Vaşak



## Karakulak



## Hazar Kaplanı



## Akdeniz Foku



# MIKADO



## Japon mikado ne demek?

Mikado, ince ve renkli tahta çubuklarla oynanan bir zeka ve el beceri oyunudur. Şu anki ismini aynı isimli eski Japon Hükümdarından alır.

## Mikado nasıl oynanır kısaca?

- Mikado 41 çubukla oynanır. Oyuncu sayısında kısıtlama yoktur. Çubuklar bir demet olarak dik tutulup yere bırakılır; böylece masa üzerinde gelişigüzel bir şekilde yayılırlar. Amaç, diğer çubukları kıpırdatmadan bütün çubukları teker teker toplamaktır.



# İNGİLTERE'DE İLKOKUL EĞİTİMİ

İngiltere'deki ilkököl eğitimi,  
"Primary School" olarak  
bilinir ve  
iki kısımdan oluşur:

5-7 yaş arası  
(1-2. sınıf)

7-11 yaş arası  
(3-4-5-6. sınıf)

1.ve 2. sınıfta şu dersler  
vardır:

İngilizce  
Matematik  
Fen Bilgisi  
Tasarım ve Teknoloji  
Tarih  
Coğrafya  
Sanat ve Tasarım  
Müzik  
Beden Eğitimi  
Yabancı dil  
Bilgisayar Bilimi  
Din Eğitimi



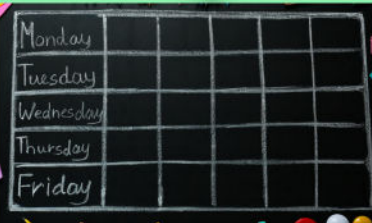
1.ve 2. sınıfta  
sınıf öğretmeni  
vardır.

Beden eğitimi,  
müzik ve yabancı  
dil derslerine  
başka  
öğretmenler  
girebilir.

3.,4.,5. ve 6.  
sınıflarda ise  
çoğu derse farklı  
öğretmenler  
girebilir.

3. sınıftan 6. sınıfa kadar  
ilk aşamadaki derslere ek  
olarak  
şu dersler vardır:

Kişisel eğitim  
Sosyal eğitim  
Sağlık eğitimi  
Ekonomi eğitimi  
Vatandaşlık eğitimi





Öğrenciler, belirli yaşlarda çeşitli değerlendirmelere girerler:

7 yaşında, İngilizce ve matematikte basit testler yapılır.

11 yaşında, öğrenciler daha kapsamlı bir sınav olur. Değerlendirme sonucu öğrenciler farklı okullara yönlendirilir.



3. sınıftan itibaren yabancı dil olarak

Fransızca

Almanca

veya

İspanyolca öğrenilir.

Dersler 08.30-09.00 gibi başlar,

15.00-15.30 gibi biter.

Günde 6-7 ders olabilir.



Bir okul yılı, Eylül ayında başlar ve Temmuz ayında sona erer. Okul yılı boyunca birkaç tatil vardır:

Yaz tatili (6 hafta, Temmuz-Ağustos)

Yarıyıl tatili (1 hafta, Ekim ve Şubat)

Paskalya tatili (2 hafta, Nisan)

Noel tatili (2 hafta, Aralık)

<https://cisedu.com>  
<https://en.wikipedia.org>  
<https://www.quora.com>

# HOŞGELDİN RAMAZAN



Ramazan, hicri takvime göre 9.ay ve İslam inancına göre Kur'an ayetlerinin indirilmeye başlandığı, Müslümanlarca oruç tutulmaya ve teravih namazının kılınmaya başlandığı aydır. Bu ayda oruç tutmak İslam'ın 5 temel şartından biridir.

Ramazan ayında tutulan orucun manevi mükafatlarının, yapılan yardımların, güzel ve doğru davranışların karşılığı olan sevapların katlanarak arttığına inanılır.

Bu ayda Müslümanlar sadece yiyecek ve içeceklerden değil günah olan davranışlardan da kaçınmaya çalışırlar; kendilerini daha çok ibadete (duaya, namaza, Kur'an okumaya vs.) adarlar.



Ramazan Ayı



Ramazan ayı Müslümanlar için önemli bir aydır.

Çünkü



Ramazan Kur'an ayıdır

Ramazan oruç ayıdır

Ramazan paylaşma ayıdır

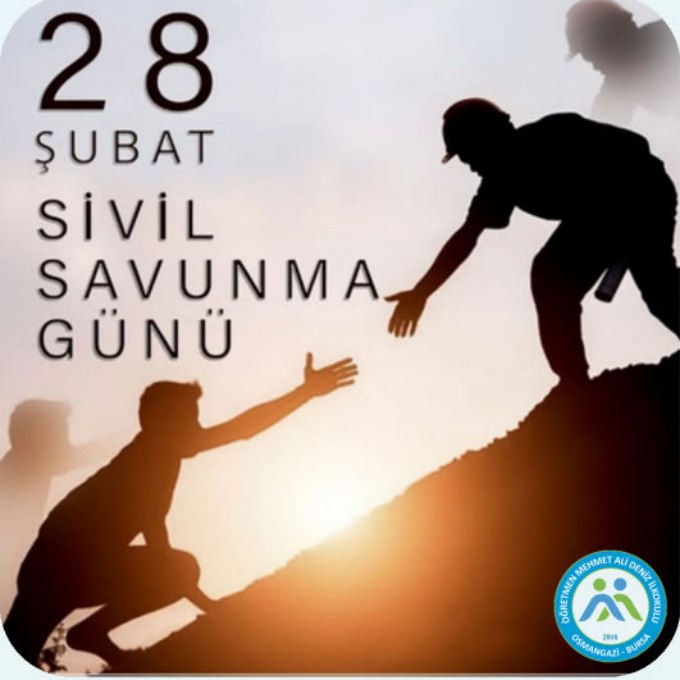
Ramazan sevinç ayıdır

Ramazan bereket ve rahmet ayıdır

# 28

ŞUBAT

SİVİL  
SAVUNMA  
GÜNÜ



# SİVİL SAVUNMA NEDİR ?

Sivil savunma, ülke savunmasının vazgeçilmez öğelerinden biri olup, yalnızca savaş zamanında değil barışta, yaşanan doğa kaynaklı afetlerde, halkın can ve mal kaybını en aza indirmek amacıyla yürütülen koruyucu ve kurtarıcı faaliyetlerin bütünüdür.

Topyekûn savunmanın en önemli unsurlarından biri olan; savaşta, afetlerde, yangınlarda ve diğer arama-kurtarma faaliyetlerinde halkın can ve mal kaybını en aza indirme amacını taşıyan sivil savunma konusuna dikkat çekmek amacıyla her yıl 28 Şubat günü ülkemizde Sivil Savunma Günü olarak kutlanıyor.

## SİVİL SAVUNMA GÜNÜNÜN TARİHÇESİ

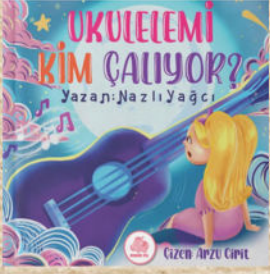
Yurdumuzda sivil halkın korunmasına ilişkin önlemlerin başlangıç tarihi 1928 olup, bu yılda "Cephe Gerisinin Havaya Karşı Müdafaa, Muhafazası" adı altında bir Talimname çıkarılmıştır. Bundan sonra çeşitli idari düzenlemelerle yürütülen hizmetler 1938 yılından itibaren 3502 sayılı Pasif Korunma Kanunu ile yerine getirilmeye çalışılmıştır.

II. Dünya Savaşı sırasında kullanılan uçakların ve silah menzillerinin cephe gerisine kadar uzanması nedeniyle bu savaşta sivillerin gördüğü zayıflık ve ekonomik tesislerin uğradığı hasarlar dikkate alınarak, Türkiye'nin 1952 yılında NATO üyeliğine kabulünden sonra, 1959 yılında bugünkü Sivil Savunma teşkilat ve faaliyetlerini düzenleyen "Sivil Savunma Kanunu" yürürlüğe konulmuştur.

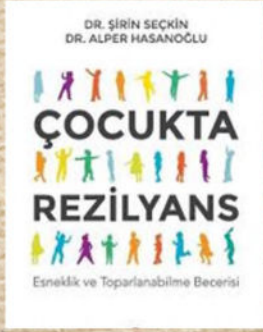


# KITAP

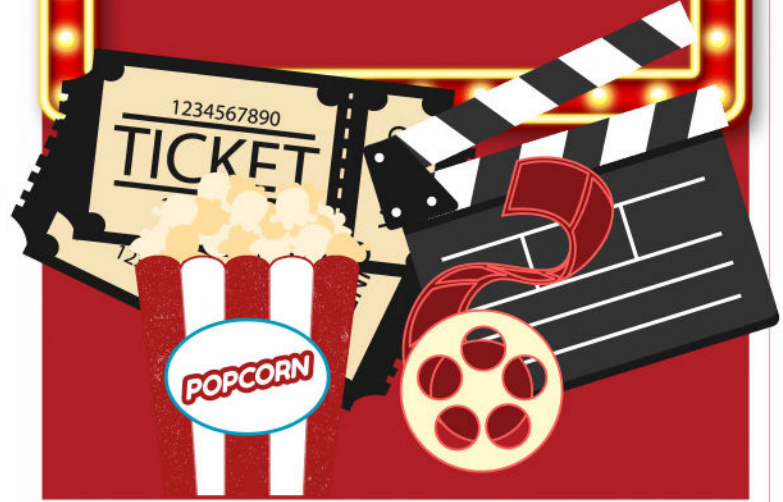
## ÖĞRENCİLER İÇİN



## VELİLER İÇİN



## FİLM



Panayır Mahallesi 2. Derman Caddesi No:169 Osmangazi / BURSA

(224) 257 00 53

761084@meb.k12

groups/omadiokulu

@omad16okulu

(224) 257 00 532

http://omad.meb.k12.tr

@omadiokulu

ÖğretmenMehmetAliDenizİlkokulu



<http://omad.meb.k12.tr>

dergimiz

