

# Özür Dilemek

Hiç dikkat ettiniz mi günde kaç kez birinden; arkadaşınızdan, kardeşinizden, anne babanızdan, öğretmeninizden ya da bir yetiştikenden özür diliyorsunuz? Peki ya siz birilerinden “Özür dilerim.” cümlesini ne sıklıkla duyuyorsunuz? Hiç düşündünüz mü belki de en çok duyduğunuz cümlelerden biridir “Özür dilerim!”

Bu cümlelerin size söylendiği bir anı anımsadığınızda kendinizi nasıl hissediyorsunuz? Siz en son bir arkadaşınıza ya da kardeşinize kızgınlığın yükselttiği sesinizle “Özür dile!” dediniz mi? Bu cümlelerin sonunda karşılık olarak aldığınız; harflerin birbirine karışarak homur homur çıktığı iki sözcüğün ilettiği duygu nasıl bir şey olabilir anımsamaya çalışın.



Bu tür özür dilemelerin genellikle ilettiği mesaj “Ben hatalıyım/kabahatliyim ve hatalı/kabahatli olmak hiç hoşuma gitmiyor,”dur. Eğer biz affedecek tarafsak, içimize pek de sinmeden kabul ettiğimiz bir özür, bizden özür dileyen arkadaşımıza farkında olmadan bir üstünlük kurmamıza neden olur. “Haydi, bu kez de affedeyim.” deriz genellikle ve de gerçekte daha kalbimizin neden kırıldığının bile farkına varamamışken...

Böyle olunca da bir ya da daha çok arkadaşımızla yaşadığımız ve içimizde hoş bir duygu bırakmayan deneyimlerin sevimsiz etkileri daha da büyür. Birbirimize yaklaşmamıza ve gönülden barışmamıza hizmet etmez. Daha çok bizi birbirimizden uzaklaştırır ve kendimize ya da arkadaşlarımıza daha da küsmemize neden olur.

Bedenimizde bir “özür dile” düğmesi varmış gibi davranmamayı seçebiliriz. Çünkü bu düğmeye çoğu zaman duygularımız ulaşmaz. Biraz durup da neler olduğunu düşünmeden, duygu ve gereksinimlerimizi fark etmeden özür dileyince robotlara benzeriz. Gelişen teknolojiyle her geçen gün becerileri artsa da robotlar bizler gibi canlı ve duygulu değildir.

Duygusal canlılığımızı duygularımıza borçluyuz; her an değişen ve bedenimizin farklı yerlerinde kendini belli eden duygularımıza... Arkadaşlarımızla, kardeşimizle, anne babamızla ya da öğretmenlerimizle yaşadığımız anlaşmazlıklarda duruma göre hemen özür dilemek veya karşımızdakinin özür dilemesini beklemek yerine öncelikle durup ne olduğunu düşünebiliriz. Anlaşmazlıklar gereksinimlerimizi karşılamak için seçtiğimiz yollar çatışınca ortaya çıkar.



Böyle durumlarda önce ne yaşandığını anımsamak ardından da bu yaşananların sonucunda neler hissettiğimizi fark etmek gerçek bir özür için atılacak ilk adımlar olacaktır. Kendi duygu ve gereksinimlerimizi fark etmek arkadaşımızı anlama yolundaki kapıyı açar.

Sonrası mı? Sonrası kolay. Karşınızdakiyle göz teması kurarak duygularınızı söylemek, onun duygularını paylaşmasına izin vermek her iki tarafa da bu ilişkinin değerini anımsatır. Böyle bir bağlantının içinde kurulan “Özür dilerim.” cümlesi içten olur. Bundan sonra da arkadaşlıklar ve öteki ilişkiler için sıcak bir umut taşır. Bir sonraki adımda artık bir daha böyle bir şey yaşadığınızda neler yapabileceğinizi keyifle konuşup kararlaştırabilirsiniz. Zamanla daha az özür dilediğinizi fark edeceksiniz.

# ARALIK AYI SEBZE VE MEYVELERİ NELERDİR, ARALIK AYINDA NE YENİR?

Günümüzde her sebze ve meyveyi bulmak mümkün olsa da sağlıklı ve dengeli beslenme dahilinde mevsimine uygun besinleri tüketmek gerekir.

Her şey mevsiminde demez miyiz? Sağlığımız için mevsiminde nelerin üretildiğini bilmemiz ve buna göre mutfağımıza mevsimine göre sebze ve meyve almamız gerekmektedir. Buna göre; kış hastalıklarından korunmak ve vücut direncini arttırmak için Aralık ayında neler tüketmeliyiz, sofralarımızda neler olmalı?

## Aralık ayı Meyve ve Sebzeler

Sebzeler; Lahana, pırasa, karnabahar, brokoli, ıspanak, kereviz, havuç, kara lahana

Meyveler; Elma, mandalina, portakal, Nar, Armut, Muz, Ayva, Trabzon hurması

Blog



sifaniyetine.com



Günümüzde artık her mevsim her şeyi bulabiliyoruz. Ama doğru olan mevsiminde tüketimi desteklemek ve buna konuda bilgi sahibi olmaktır. Zamanı dışında üretilen meyve ve sebze kullanmaktan kaçınılmalı ve bu konuda çevremizi de bilinçlendirmeliyiz.

## Aralık Ayı Sebze ve Meyveleri

Havuç, Bal Kabağı, Kereviz, Karnabahar, Ispanak, Pazı, Pırasa, Beyaz Lahana, Kırmızı Lahana, Brüksel Lahanası, Kabak, Turp, Şalgam, Pancar, Yer Elması, Dereotu, Tere, Maydanoz, Patates, Soğan

Nar, Portakal, Mandalina, Greyfurt, Limon, Kivi, Ayva, Muz, Muşmula, Elma, Armut, Trabzon Hurması

## Aralık Ayı Balıkları

Barbunya, Çinakop, Dil Balığı, Çipura, Hamsi, İstavrit, Kalkan, Kefal, Kofana, Levrek, Lüfer, Mercan, Orkinos, Palamut, Tekir, Torik, Uskumru

## Balığın Faydaları

Balık içerdiği omega-3 yağ asitleri sayesinde hafıza kaybı, unutkanlık, Alzheimer, kalp-damar hastalıkları, migren, romatizma, iltihaplı romatizma, depresyondan korur. Kaliteli protein sağlayarak tok kalma süresini uzatır. Kan şekeri dengesi ve kilo kontrolü sağlar. Anne karnındaki bebeğin beyin gelişimini olumlu etkiler. Haftada en az 2 kez balık yiyelim.



# BU HAYVANLAR ŞİFALI



**SALYANGOZ SALGISI:** Kendine has salgısı ile boyundan büyük işler yapar. Bu salgıların hücre yenileyici özelliği bulunmakta. Ayrıca bu salgılar ölü cildin atılmasına yardımcı olur. Bazı önemli antioksidan maddeleri de bünyesinde barındırır. Cilt yaşlanmasını geciktirici etkileri vardır.



**ARI SÜTÜ:** Parkinson ve Alzheimer hastalıklarının ilerlemesini geciktirici etkileri mevcut. Yaşlanmayı geciktirir, bağışıklık sistemini güçlendirir, mikrobik hastalıklardan korur. Yara, yanık ve kırık iyileşmesini hızlandırır. Hücre yenilenmesini hızlandırır. Kronik yorgunluk sendromu ve strese karşı mücadelede çok önemlidir.

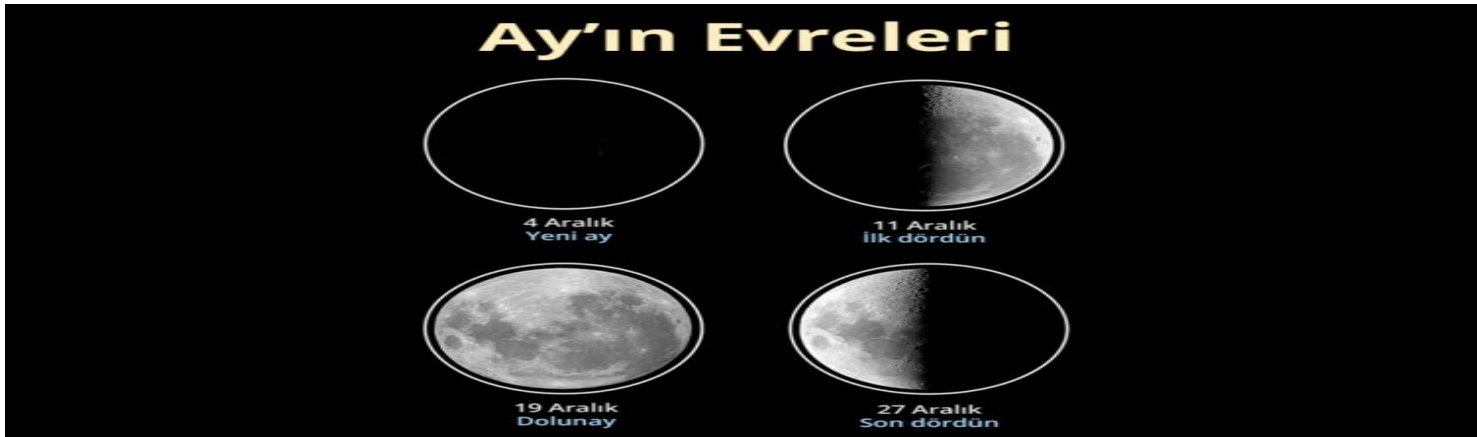


**DEVE SÜTÜ:** Mısır kraliçesi Kleopatra'nın her gün deve sütü ile yıkandığı efsanesini hemen herkes duymuştur. Moritanyalı hanımlar da geleneksel olarak cilt güzellikleri için deve sütü içerler. Geleneksel tıpta yüzyıllardır diyabet tedavisinde kullanılmıştır. Afrika'da AIDS'li hastalara içirilir. Deve sütü vitamin ve protein deposu olarak biliniyor. Zira deve sütü inek sütünden üç kat daha fazla C vitamini ve 10 kat fazla demir içerir, B vitamini ve magnezyum açısından da son derece zengin.

# ARALIK 2021'DE GÖKYÜZÜNDE NELER OLUYOR?

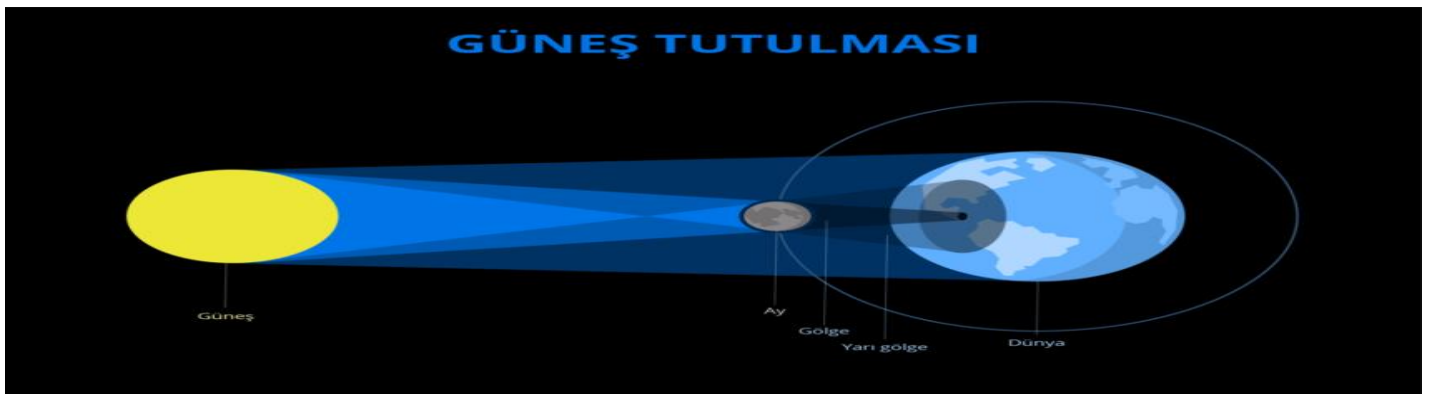


Gök taşları gökyüzünde İkizler Takımyıldızı'nda ortaya çıkıyormuş gibi görüldüğü için gök taşı yağmuru bu şekilde isimlendiriliyor. Gök taşı yağmurlarının kaynağı çoğunlukla kuyruklu yıldızlar olmasına rağmen İkizler gök taşı yağmuru kaynağı 3200 Phaethon isimli bir asteroit.



Gök taşlarının gökyüzünde ortaya çıktığı nokta yani saçılma noktası Güneş'in batışından sonra kuzeybatı yönünde ufuk üzerinde görülebilir. Gecenin ilerleyen saatlerinde saçılma noktası ufuk üzerinde yükselmeye başlıyor.

Ay, Dünya etrafındaki yörünge hareketi sırasında 4 Aralık'ta Dünya'ya en yakın yani yerberi, 18 Aralık'ta ise Dünya'ya en uzak yani yeröte konumunda. Yerberi konumundayken Dünya ile Ay arasındaki mesafe 356.800 kilometreyken, yeröte konumundayken 406.300 kilometre. 19 Aralık'ta 2021'in en küçük dolunayını izleme fırsatını kaçırmayın.

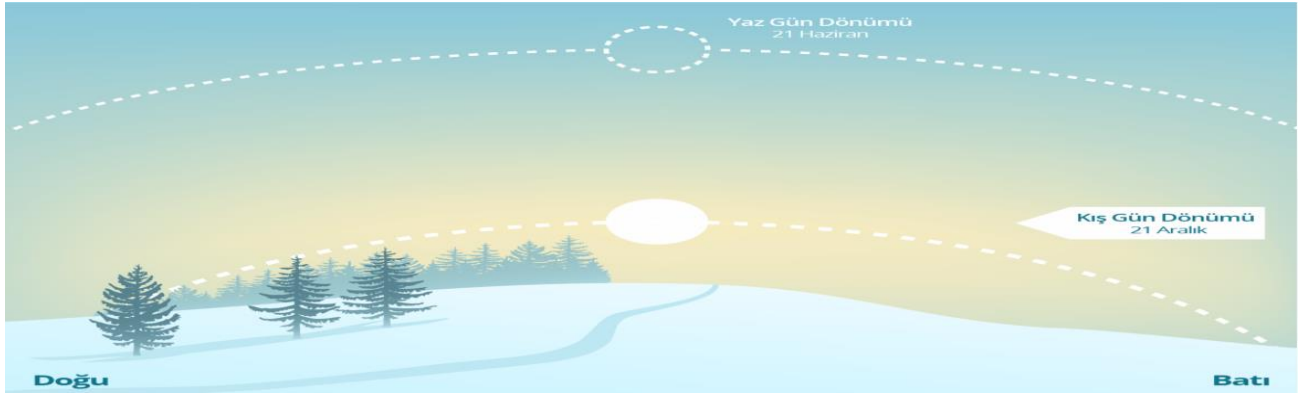


## GÜNEŞ TUTULMASI

4 Aralık'ta tam Güneş tutulması gerçekleşiyor. Ancak tam tutulma sadece Antarktika'dan izlenebiliyor. Güney Yarım Küre'nin bazı bölgelerinde ise parçalı Güneş tutulmasına tanık olmak mümkün.

Güneş tutulması sırasında Güneş, Ay ve Dünya aynı hizadadır. Ay'ın gölgesi Dünya'nın üzerine düşer ve Ay, güneş ışınlarının Dünya'nın üzerindeki bazı bölgelere ulaşmasını kısmen ya da tamamen engeller. Dünya üzerinde, Ay'ın gölgesinin tam

ortasındaki insanlar tam Güneş tutulmasını gözleyebilir. Tam tutulma sırasında Ay, Güneş yuvarlağını tamamen örter ve sadece Güneş'in korona olarak isimlendirilen atmosfer katmanını görülebilir.



## KIŞ GÜN DÖNÜMÜ

21 Aralık'ta kış gün dönümü gerçekleşiyor. Kış gün dönümünde Güneş ışınları Oğlak Dönencesi'ne dik açıyla gelir. Ayrıca bu tarihte Kuzey Yarım Küre'de en uzun gece ve en kısa gündüz yaşanır.



Mars yakın zamanda Güneş'in arkasından geçmişti. Kızıl Gezegen birkaç haftalık aradan sonra Güneş'in doğuşundan önce tekrar gökyüzünde görülmeye başladı. Mars'ı aralık ayının başında Terazi Takımyıldızı'nda bulabilirsiniz. Kızıl Gezegen ilerleyen günlerde ise Akrep Takımyıldızı'na doğru hareket ediyor. 31 Aralık sabahı Mars, Ay ve Akrep Takımyıldızı'nın en parlak yıldızı Antares'i bir arada gözlemleme fırsatını kaçırmayın.



## İKİZLER GÖK TAŞI YAĞMURU

Yılın en güçlü gök taşı yağmurlarından biri olan İkizler gök taşı yağmuru, 13-14 Aralık'ta en yüksek etkinliğe ulaşıyor. Bu tarihte şehir ışıklarından uzakta, berrak bir gökyüzünde saatte maksimum 120 gök taşı görülebilir. Ancak dolunay evresine yaklaşan Ay'ın parlaklığı, gök taşlarının fark edilmesini zorlaştırabilir.

İkizler gök taşı yağmurunda gök taşları beyaz, sarı, yeşil, kırmızı, mavi gibi farklı renklerde görülebilir. Bu durumun nedeni gök taşlarının bileşiminde yer alan farklı metaller.

## BUNLARI BİLİYOR MUYDUNUZ?

### Bunu biliyor muydunuz?

Algıladığımız her olay aslında daha önce gerçekleşmiştir.

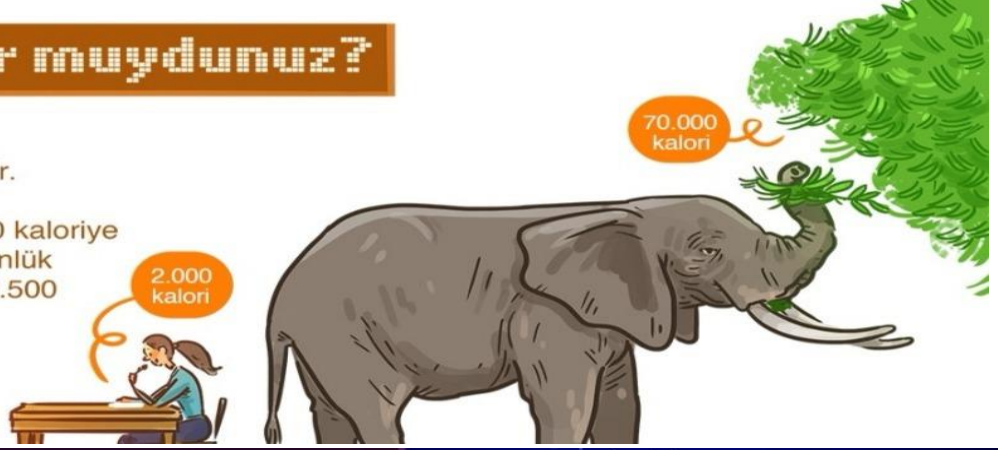
Çünkü beynimiz bir olayı gerçekleştikten yaklaşık 80 milisaniye sonra algılar.



### Bunu biliyor muydunuz?

Bir fil günde ortalama 100 kilogram besin tüketir.

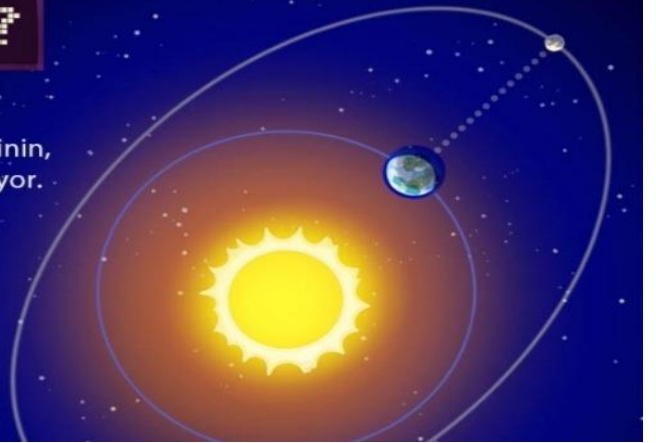
Bu değer yaklaşık 70.000 kaloriye denk gelir. Bir insanın günlük enerji ihtiyacı ise 2.000-2.500 kalordir.



### Bunu biliyor muydunuz?

Ay, Dünya'nın tek uydusu olmayabilir. Kuasi (yarı) uydu olarak isimlendirilen bazı gök cisimlerinin, Dünya'nın uydusu olarak kabul edilebileceği düşünülüyor.

Kuasi uydular, Güneş'in etrafında hareket eder. Ancak Dünya'dan bakıldığında gezegenimizin etrafında dolanıyormuş gibi algılanırlar. Yörüngeleri elips şeklinde olan kuasi uyduların Güneş etrafındaki yörüngelerini tamamlama süreleri Dünya'ninkine yakındır.



## Bunu biliyor muydunuz?

Oluşumundan bu yana Ay'ın çapının yaklaşık 182 metre azaldığı tahmin ediliyor.

Çünkü ilk oluştuğunda hayli sıcak olan Ay zamanla soğuyor ve buna bağlı olarak küçülüyor.



## Bunu biliyor muydunuz?

Orman yangınları sonucu açığa çıkan duman, atmosferde 12-23 kilometre yükselebilir ve dumanın sağlığa zararlı etkisi zamanla dört kat artabilir.



## Bunu biliyor muydunuz?

Arılar 1 kilogram bal yapabilmek için ortalama 96.000 kilometre (Dünya'nın etrafında yaklaşık 2,5 tur atacak kadar) yol kateder.

Bu mesafe kovanın nektarları topladıkları çiçeklere uzaklığına ve nektardaki şeker yoğunluğuna bağlı olarak değişebilir.



## Bunu biliyor muydunuz?

2020'de dünya genelinde nesnelerin interneti teknolojisine dâhil olan ve internet üzerinden birbirine bağlanarak veri alışverişi yapan cihazların sayısı yaklaşık 30 milyar. Yani dünya nüfusundan yaklaşık dört kat fazla.

Nesnelerin interneti teknolojisindeki nesneleri, bilgisayarların duyu organları gibi düşünebilirsiniz.



## Bunu biliyor muydunuz?

Zebraların sahip olduğu siyah-beyaz çizgilerin temel işlevi, onları hastalık taşıyan sineklere karşı korumaktır. Bu durumun nedeninin, sineklerin tek renkli yüzeylere kıyasla koyu-açık renk şeritli yüzeylere konmayı daha az tercih etmesi olduğu düşünülüyor.

Ayrıca siyah-beyaz çizgiler, zebraların vücut sıcaklıklarını düşürmelerine yardımcı olur.

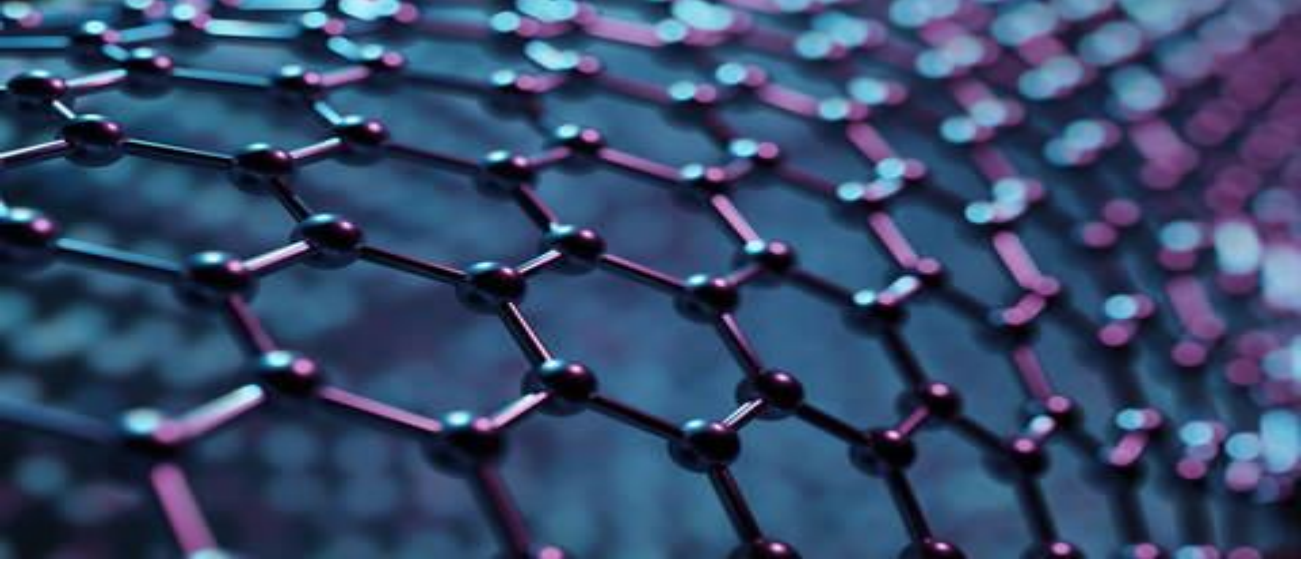


## TEKNOLOJİ

# Türkiye'nin İlk Yerli Grafen Üretim Tesisini Yakından Tanıyalım

Nanografi Nano Teknoloji firması ile 2020 yılında kurulan Türkiye'nin ilk grafen seri üretim tesisi Ankara'da açıldı.





Grafen, karbon atomlarının birbirlerine altıgen oluşturacak şekilde bağlandığı tek katmanlı bir malzemedir. Grafen, günümüzde yaygın şekilde kullanılan bakır, gümüş ya da silisyum gibi malzemelere göre daha üstün fiziksel özelliklere sahip. Bu yüzden kullanım alanı her geçen gün genişliyor. 2011 yılında faaliyetlerine başlayan Nanografi Nano Teknoloji şirketi de yeni nesil ürünler olarak bilinen karbon nanotüp, grafen, nanoink (nanomürekkep) ve diğer kompozit malzemelerin üretimi üzerine çalışıyor. 2020 yılında ise firma Ankara'da Türkiye'nin ilk grafen seri üretim tesisini kurdu. fiziksel, kimyasal ve mekanik özellikleriyle büyük yankı uyandıran grafenin, insanlık tarihinin en büyük malzeme buluşlarından biri.

Çelikten 200 kat daha mukavemetli, bakırdan yüzlerce kat daha iletken, esnek ve hafif bir malzeme olan grafen sanayinin birçok alanında kullanılıyor. Grafen, tek atom kalınlığında 2 boyutlu bir nanomalzeme olarak nanoteknolojinin en kritik bileşenlerinden biri olarak gösteriliyor.

### **Ultra hızlı şarj edilebilen bataryalar yolda**

Grafen sayesinde daha uzun ömürlü malzemeler, ultra hızlı şarj edilebilen bataryalar, daha hızlı ve hafif uçaklar, vücuttaki nöronlara bağlanabilen biyonic cihazlar üretilebilecek, korozyon, ısınma ve iletim sorunlarına da çözümler getirilebilecek.

**YAŞAM**

## Alet Kullanmak Dil Yeteneklerini Geliştiriyor

Bilimsel çalışmalar, alet kullanmakta ustalashmanın karmaşık ifadeleri anlamayı kolaylaştırdığını gösteriyor.



Geçmişte bir dilde kendini ifade etmenin ve o dildeki ifadeleri anlayabilmenin, özelleşmiş sinir ağları tarafından kontrol edilen çok karmaşık bir yetenek olduğu düşünülürdü. Ancak yakın zamanlarda elde edilen çeşitli bulgular, bu düşüncenin yeniden gözden geçirilmesine neden oldu. İlk olarak alet kullanımının yaygınlaşmaya başladığı dönemlerde, beynin dille ilgili kısımlarının da geliştiğine dair kanıtlar bulundu. Ayrıca duyulan kelimeleri anlamlandıran beyin bölgelerinin aynı zamanda ufak kas hareketleri içeren motor yeteneklerle ilgili davranışlarda da rol aldığı anlaşıldı.

Uluslararası bir araştırma grubu, alet kullanımı ve dil yetenekleri arasındaki ilişkiyi daha iyi kavramak için bazı çalışmalar yaptı. Araştırmacılar ilk olarak gönüllüleri alet kullanımı ve dil yetenekleriyle ilgili çeşitli testlere tabi tuttu ve bu sırada beyin etkinliklerini fMRI (fonksiyonel manyetik rezonans görüntüleme) ile takip ettiler. Sonuçta alet kullanımı ve dille ilgili egzersizlerin her ikisinin de beyin aynı bölgelerini etkinleştirdiği görüldü.

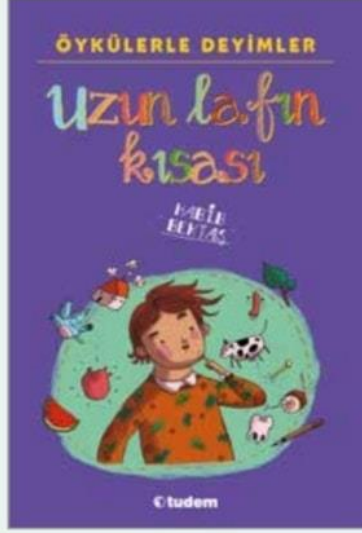
Araştırmacılar, deneylerin ikinci aşamasında bir yeteneğin gelişmesinin diğerinde de gelişmeye neden olup olmayacağını anlamak için testler yaptılar. Bir grup gönüllüye alet kullanma eğitimi, bir grup gönüllüye ise dil eğitimi verildikten sonra bu gönüllülerin kontrol grubu gönüllülerine (hiçbir eğitim almamış gönüllülere) kıyasla alet kullanma ve dil yeteneklerinin ne ölçüde geliştiğine bakıldı. Sonuçta alet kullanma eğitimi alan gönüllülerin dil yeteneklerinin, dil eğitimi alan gönüllülerin de alet kullanma yeteneklerinin geliştiği görüldü.

Elde edilen sonuçların hem çeşitli sağlık sorunları nedeniyle dil yeteneklerini kaybetmiş yetişkinlerin hem de dil gelişimi sorunları yaşayan çocukların tedavisinde yararlı olacağı belirtiliyor.

# AYIN KİTAP ÖNERİLERİ

## Söz Kulağa Yazı Uzağa / Uzun Lafın Kıyası

Öykülerle Atasözleri ve Deyimler, özgün ve çağdaş öyküler eşliğinde Türkçenin en özel deyim ve atasözlerini anlatan, sınıf etkinlikleriyle zenginleştirilen, dilimizin zenginliklerini keyif vererek öğreten kitaplar



### Konu:

"Öykülerle Atasözleri ve Deyimler" serisi, kurmacanın gücü ve bölüm sonlarında yer alan sınıf etkinlikleriyle, kültürümüzün ve dilimizin önemli bir parçası olan atasözleri ve deyimlere bambaşka bir bakışla yaklaşmamızı sağlıyor. Homeros'tan Murat Orhon Anburnu'na, mitolojiden sözlü kültürün zenginliklerine, bu kültürün beslendiği kaynaklara sırtını yaslayan çalışma, mizahı ve nüktedanlığı ile okurunu yakalıyor.

Yazan: Habib Bektaş  
Resimleyen: Mert Tugen

Öykü, 216, 224 sayfa  
3, 4, 5, 6, 7. sınıflar

Etiketler: Okuma ve Yazma Kültürü, Mizah,  
İletişim, Kültürel Değerler, Yaratıcılık

### Öne Çıkan Özellikler

- Türkçenin en karakteristik kullanımlarından olan deyim ve atasözlerini son derece özgün bir yolla öyküleştirerek anlatan değerli başvuru kaynakları.
- Doğrudan dil gelişimine, etimolojik bilgilere ve tarihi hikâyelere dayanan yapısıyla, hem bilimsel hem de sanatsal çalışmalar.
- Ünlü kişiliklere ve sanatçılara yaptığı atıflar sayesinde, okurun dil zenginliğini artırmasının yanı sıra genel kültürünün gelişimine de büyük katkı sağlıyor.

### Tartışma Soruları

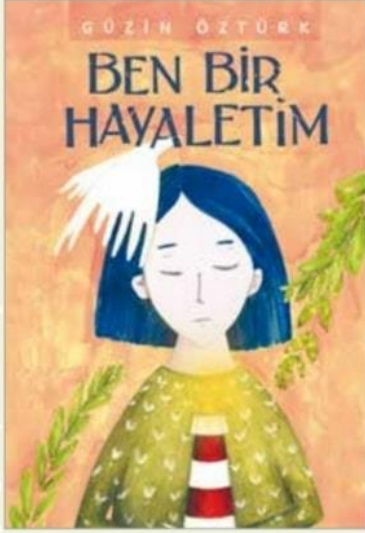
1. Sizce atasözleri ve deyimler önemli midir? Onlar olmasaydı, konuşulan dilde eksiklikler hisseder miydiniz?
2. Gündelik hayatta kullandığınız deyim ve atasözlerini fark etmeye çalışın. Çok var mı?
3. Sizce, atasözleri de yaşanan zamana göre değişikliğe uğrayıp anlamını ya da gündelik yaşamdaki karşılığını yitirebilir mi? Bu tür bir atasözünü bulabilir misiniz?
4. Homeros'un *Odysseia* destanında, insanın isminin önemi nasıl anlatılıyor? Sizce isimlere neden bu kadar önem verilmiş?
5. Mesajlarına katılmadığınız atasözleri var mı? Hangileri? Neden bu atasözlerini doğru bulmuyorsunuz?
6. Öyküdeki anlatıcı hakkında neler söylenebilir? Sizce güvenilir bir anlatıcı mı? Neden?

### Sınıf Etkinlikleri

1. Yunus Emre'nin "Az söz erin yüküdür / Çok söz hayvan yüküdür" sözünü sınıfta tartışarak yorumlayın.
2. Zümrüdüanka ve Kaf Dağı hakkında araştırma yapın ve sonra bir sunumla sınıf arkadaşlarınıza anlatın.
3. Midas, Apollon, Pan ve Tmolos'un mitolojideki hikâyeleri üzerine bir araştırma yapın. Hangi karakter daha çok ilginizi çekti? Neden?
4. "Umut fakirin ekmeği" sözüyle verilmek istenen duygu-düşünce sizce nedir? Bu sözden yola çıkarak bir resim yapın.
5. Bir atasözünü seçin (örneğin, "akıl yaşta değil baştadır", "güneş balçıkla sıvanmaz" ya da "paça ıslanmadan balık tutulmaz" vb.) ve bu atasözünü beden dili ve pantomimle canlandırarak anlatmaya çalışın.

# Ben Bir Hayaletim

Otizimli bir çocuğun insanlar tarafından görünür olma çabasını, farklı olmanın getirdiği zorlukları çarpıcı bir şekilde sunan, zaman zaman gülümseten bir değişim hikâyesi



## Konu:

Otizimli bir çocuk olan Mila, "uyum sağlayamadığı" gerekçesiyle sürekli okul ve mahalle değiştirmek zorunda kalır. Bir yandan özel eğitim alırken bir yandan da arkadaş edinmeye çalışır. Ama insanlarla göz göze gelmekten ve dokunulmaktan hoşlanmadığı için bu çok zordur. İnsanları anlamakta ve kendini anlatmakta güçlük çeker. Öğrendiği tüm duygu kartlarını beyindeki çantada saklar ve gerekli zamanlarda çantasını karıştırarak, karşılaştığı duyguyu anlamlandırmaya çalışır. Bir gün, mahallenin çocuklarıyla, sitelerinde yaşadığına inandıkları bir cadının peşine düştüklerinde, büyük bir deneyime merhaba der. Cadı sandıkları kadının gerçek hikâyesini ortaya çıkaran Mila, bu yolla kendini ispatlamış ve korkularının üzerine giderek onları alt etmiş olur.

Yazan: Güzin Öztürk

Roman, 112 sayfa  
4, 5, 6, 7. sınıflar

Etiketler: Engelli Yaşam, Aile İlişkileri,  
Duygular, Farklılıkların Zenginliği, Empati

## Öne Çıkan Özellikler

- Otizmi, yaş grubunun anlayabileceği hassasiyetle anlatan, incelikle yazılmış bir kitap.
- Hikâyenin Mila'nın gözünden anlatılması, otizmli bir çocuğun karşılaştığı güçlükleri anlamak açısından etkili. Öğrencilerin empati geliştirmelerini sağlıyor.
- Kitap Mila'nın küçükken yaşadığı sorunları okurla paylaşırken aslında uygun bir eğitim, sevgi ve anlayış ile otizmli bir çocuğun da herkes gibi bir hayat kurabileceğini göstermiş oluyor.

## Tartışma Soruları

1. Otizm nedir? Otizmli kişilerle sosyal ilişkilerde nelere özen göstermek gerekir?
2. Kitapta geçen "ruhunla göreceksin" ifadesinden ne anlıyorsunuz?
3. Mila'nın, annesiyle ve öğretmeni Melis'le olan ilişkisini nasıl değerlendiriyorsunuz?
4. Sizin de korktuğunuz şeyler var mı? Korkularımızla yüzleşmek neden önemli olabilir?
5. Sizce de "yeterince uğraşırsan ve vazgeçmezsen her şey mümkün" müdür?
6. Sizce cadı sanılan Nesibe nine ile Kemik Kıran adı takılan Mila'nın durumu arasında bir benzerlik var mı? Önyargıların insan ilişkilerine etkileri nelerdir?

## Sınıf Etkinlikleri

1. Sınıf arkadaşlarınızla beraber, insanların otizm hakkındaki farkındalıklarını artıracak bir etkinlik planlayın.
2. Duyguların kaynakları ve dışavurum yolları hakkında ne kadar bilinçliyiz? Farklı duygu kartları hazırlayarak her duygunun ortaya çıkış nedenlerini ve çeşitli dışavurum yollarını, bunların sosyal ilişkilere olan etkisini sınıf arkadaşlarınızla tartışın.
3. Otizm konulu bir film izleyerek izlenimlerinizi kısa bir yazıya dönüştürün.
4. Otizm ya da benzeri bir farklılığınız olduğunu hayal ederek, başrolde kendinizin olduğu bir öykü yazın. Ne gibi zorluklar çeker, ne gibi şeylerle mutlu olurdunuz?



**Dijital Çocuk:** Şimdi hepimiz elimizdeki tableti/telefonu yavaşça yere bırakıyoruz :)

Vaktiyle anne ve babalarımız bizi sokaktan toplamakta zorlanıyordu, şimdilerde biz çocuklarımızı ekran başından almakta zorlanıyoruz. Covid-19 pandemisinin dünyayı kasıp kavurduğu karantina günlerinde çocuklarımız iyiden iyiye ekrana bağlandılar. Sebepleri ne olursa olsun çocuklarımızın ekran başında geçirdikleri süre birçoğumuzu endişelendiriyor. "Bilgisayar bağımlılığı", "internet bağımlılığı" gibi kavramları duydukça kendi çocuklarımız için korkuyoruz. Gözünü ayırmadığı ekranlarda karşılaşabilecekleri görüntülerden, uygunsuz kişilerden, uğrayabilecekleri tacizden ve daha pek çok şeyden korkuyoruz. Onlar için ne yapabiliriz? Kendimizi ve onları ekranların büyüsünden nasıl alıkoyabiliriz? Ekran üzerinden gelen yeni zorluklar nelerdir ve onlarla nasıl baş edebiliriz?

Bu kitap anne babalar için bir rehber.

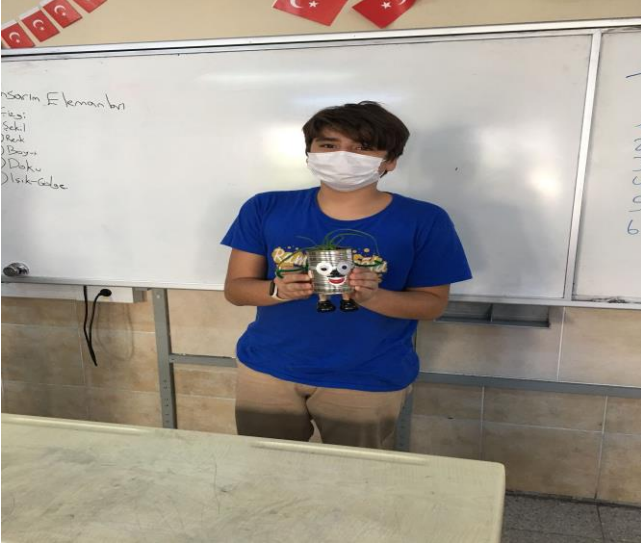
Aynı zamanda dijital dünyadan çıkıp gerçek dünyaya birlikte adım atmanız için bir çağrı. Mutluluğun 'ekranlarda' değil birbirimizin yüzüne bakmakta saklı olduğuna dair bir hatırlatma.



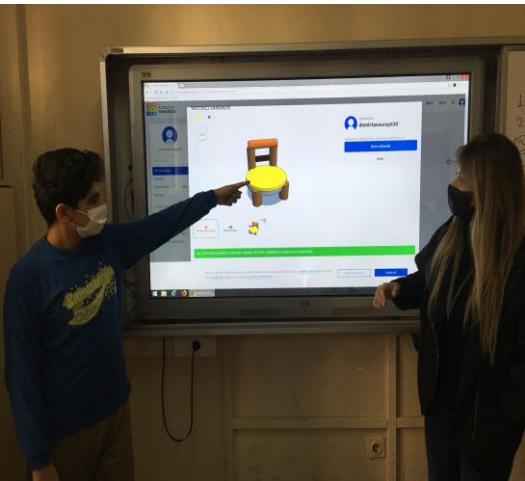
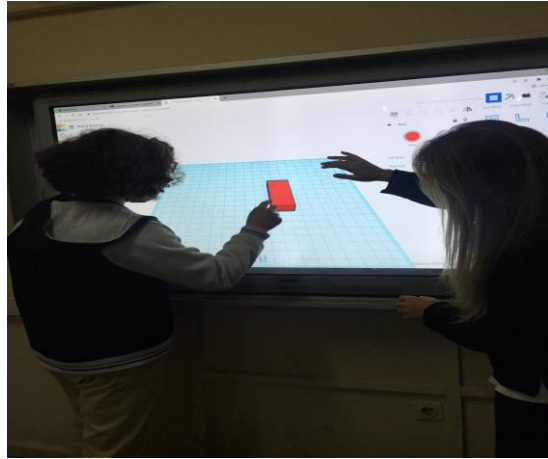
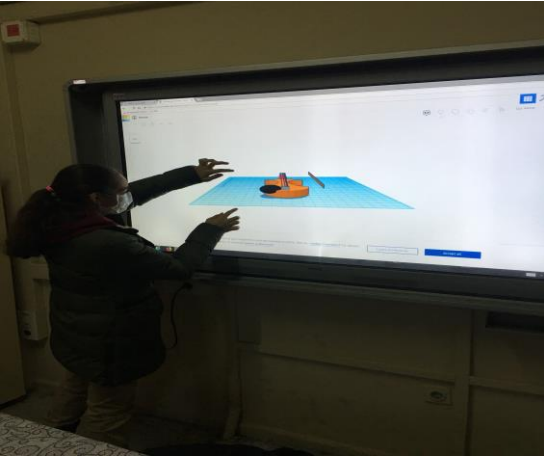
Alp'in annesinin ve babasının bir patlamada öldüğü sanılmaktadır. Zaman içerisinde bulduğu ipuçları Alp'i onların yaşadığına dair umutlandırır. Ancak onları bulmak sandığı kadar kolay değildir. Bunun için bir zaman makinesiyle geçmişe yolculuk yapması gerekmektedir! Sıra arkadaşı olan Alp ve Ahmet henüz arkadaşlıklarının başında sonu bilinmeyen ancak bir o kadar da heyecanlı bir maceraya atılır. Alp'in annesini ve babasını bulmak için Çanakkale Savaşı'nın en hararetli günlerine giderler. Orada Seyit Onbaşı'dan, Ezineli Yahya Çavuş'a; Yüzbaşı Hakkı Bey'den, Saka Hüseyin'e kadar birçok Çanakkale kahramanı ile tanışır ve Çanakkale ruhunu iliklerine kadar hissederler. Artık bu kahramanlar onların hayatına ışık tutacaktır. Peki, iki arkadaş Alp'in annesini ve babasını bulabilecekler mi?

# OKULUMUZDAN ETKİNLİKLER

## TEKNOLOJİ TASARIM DERSİ PROJE SUNUMLARI



Teknoloji tasarım dersi 7. Sınıf öğrencilerimizin temel tasarım elemanlarını ve ilkelerini kullanarak yaptıkları geri dönüşüm proje sunumları



**Tasarımlar artık elle değil üç boyutlu programlar kullanılarak çiziliyor.**

8. Sınıf öğrencilerinin 3 boyutlu çizim programlarından tinkercad kullanarak yapmış oldukları çizim örnekleri. Bu ünite öğrencilerin üç boyutlu tasarım bilgisini öğrenmeleri amaçlanmaktadır.

# 10 KASIM ATATÜRK'Ü ANMA GÜNÜ PROGRAMI

Büyük Önder Gazi Mustafa Kemal Atatürk'ün aramızdan ayrılışının 83. Yıldönümünde okulumuzda yapılan törenle saygıyla anıldı.



# 24 KASIM ÖĞRETMENLER GÜNÜ

24 Kasım Öğretmenler Günü,okulumuzda büyük bir coşkuyla kutlandı.Öğrencilerin öğretmenlerine yaptığı sürprizlerle okul bahçesinde renk cümbüşü yaşandı.





# OKULUMUZ DART YARIŞMASI ADANA 1.Sİ

Okullararası Yıldız Kız Dart yarışmasında Adana 1.si olduk.Şubat ayında yapılacak olan Türkiye Şampiyonasına katılma hakkı kazandık.Beden Eğitim öğretmenimiz Mehtap KÖSELİ ve kızlarımızı tebrik eder,başarılar dileriz.





# OKULUMUZUN REHBER ÖĞRETMENİ YUSUF TAPSIZ'LA RÖPORTAJ ZAMANI

A-Merhaba!

Y-Merhaba!

A-Adınız nedir?

Y-Yusuf Tapsız

A-Tanıştığıma memnun oldum.Öncelikle bu okulda ne zamandır rehber öğretmenliği yapıyorsunuz?  
Y-2012'den beri bu okulda rehber öğretmenliği yapıyorum.

A-Hmm uzun zamandır bu okuldaymışsınız.O zaman 3. sorumuzla devam edelim.Rehber öğretmeni olmanızı sağlayan etkenler nelerdi?

Y-İlk olarak liseden beri insanları dinlemeyi severdim ve o dönemlerde atanma kolay olduğundan dolayı rehber öğretmeni olmayı seçtim.

A-Gerçekten de ilginç.O zaman 4.soruyla birlikte röportajımıza devam edelim.Eğitimcilik hayatınızda mutlaka yaşadığınız ilginç bir anınız vardır bunu bize anlatır mısınız?

Y-Bu ilginç bir anı sayılır mı bilmem ama...Bu okula gelmeden önce 8.sınıfta bir öğrencim vardı bulunduğu sınıfta başarı olarak son 3 teydi.Birgün bana geldi ve derslerde –özellikle matematikte-başaramadığını söyledi ve ben de ona çözmesi için deneme kitapçığı verdim 1 hafta boyunca gelmedi, onu çağırınca yapamadığını söyledi ve yarın getirmesini rica ettim.1 gün sonra kafası öne eğik bir şekilde bana geldi ve sadece 3 soru yaptığını gördüm ve ona teşekkür ettim, o da biraz sinirli ve birazda şaşırmış bir şekilde neden kendisine teşekkür ettiğimi sordu ve ben de ona çabaladığından dolayı teşekkür ettiğimi söyledim ve benimle var mısın, diye sordum ve o da varım ,dedi sonra onla birlikte çalıştık, anlamadığı soruları bana getirdi ve sonra Haziran ayında SBS ye girdi ve SBS 3 kez yapılan bir sınavdı ve sınava girdiğinde 237 puan aldı ve bir daha SBS ye girdiğinde 90 puan daha fazla aldı ve sınıfın ilkleri arasına girdi.Bir müddet geçtikten sonra yanıma geldi ve matematiği benim sayemde sevdiğini söyledi. Sonra sosyal bilimler okudu ve KPSS'den 84 puan alarak memur oldu.Demem o ki çabalarsak bir yerlere varabiliriz.



**A-Gerçekten de güzel bir anı. O çocuğu selamlıyor ve 5. Sorumuzla devam ediyoruz. Öğrencilerin yaşamına dokunmak ve onların gelecekteki planlarına yön vermek nasıl bir duygu?**

**Y-Öncelikle, çok mutlu oluyorum ve onların başarılarıyla gururlanabiliyorum, yıllar sonra sokakta karşılaştığım bir öğrencinin bana isimle hitap ederek bana saygı göstermesi benim için paha biçilemez.**

**A-Peki Bizleri problemlerini anlamak ve gözlemek için kendi kullandığınız bir yönteminiz var mı?**

**Y-Karşımdaki kişinin konuştuğundan ziyade beden dilinin anlattıklarına dikkat ederim. Sorduğum bir soruya verilen cevabı netleştirmek için soruyu farklı şekilde sorarak cevabı tam bir şekilde anlarım.**

**A-Gerçekten de iyi yöntemler.....o zaman 7.sorumuzla devam edelim. Sizce başarılı bir öğrencinin ne gibi özellikleri olmalıdır?**

**Y-İlk olarak bir amacının olması ve amacına ulaşmayı çok istemesi, ikinci olarak bu amaca kendini ulaştıracak alt hedeflerinin olması, ve son olarak bu alt hedefleri gerçekleştirirken planlı çalışması gerekir.**

**A-Ve son sorumuz ile röportajı bitiriyoruz.....Eğitimcilik hayatınızda rehber öğretmenliğini seviyor musunuz?**

**Y-Çok seviyorum. Tekrar meslek seçmem gerekse bile aynı mesleği seçerim.**

**A-Pekala....Röportajımıza katıldığınız için teşekkür ederiz.**

**Y-Rica ederim.**

RÖPORTAJI HAZIRLAYAN

Ahmet Eren Berktaş7/D

Abdulkadir Yılmaz 7/D