



**2018 / 2019**

**Hayat, insanın cesaretine göre büyür veya küçülür**



# YAŞAR DOĞU

KİTAPLARIN  
DÜNYASI  
SAĞLIKLI VE  
UZUN YAŞAM  
UÇAN BALON

ÇANAKKALE  
YİĞİTLERİNE  
OKUL  
ETKİNLİKLERİ  
TEKNOLOJİ  
VE YAŞAM

SACİT ERDEM RÖPORTAJI

2018/2019

SAYI - 2



MEVLANA ORTAOKULU  
SPOR VE KÜLTÜR DERGİSİ

# İÇİNDEKİLER

**Erbaa Mevlana Ortaokulu  
Müdürlüğü Adına İmtiyaz Sahibi  
ve Genel Yayın Yönetmeni.**  
Ömer ÇETİN  
Okul Müdürü

**Yazı İşleri Müdürü**  
Cahit Ahlatçı

**Editör**  
Hilmi Sabırlı

**Yayın Kurulu**  
Fatih Mehmet Kara  
Hilmi Sabırlı  
Ömer ASLAN  
Sacit ERDEM  
Tuncay UZUN  
İlkay BAĞCI  
Gülsüm KÜÇÜK

**Kapak - Dizgi**  
Şafak Kabakçı

**ISSN**  
2636-7564

**Yönetim Yeri**  
Mevlana Ortaokulu Müdürlüğü

**İletişim**  
Tel:0356-7156698  
E-mail: 734384@meb.k12.tr

**Baskı**  
Ardıç Matbaa ve Reklam

01

İÇİNDEKİLER



02

ÖNSÖZ



03

SPOR SAKATLIKLARI VE NEDENLERİ



05

SACİT ERDEM ROPÖRTAJI - İÇİMİZDEN  
BİRİ UÇUYOR



08

İLGİNÇ SPOR DALLARI



09

YAŞAR DOĞU KİMDİR?



11

SAĞLIKLI VE UZUN YAŞAM



13

TEKNOLOJİ VE YAŞAM



15

OKUL ETKİNLİKLERİMİZ



17

ÇANAKKALE YİĞİTLERİNE



18

KİTAPLARIN DÜNYASI



19

UÇAN BALON



21

BULMACA





Değerli okuyucularımız,

Geçen yıl yayın hayatına başlayan dergimizin ikinci sayısını sizlerle buluşturmanın mutluluğunu yaşıyoruz.

Okul idaremiz ve öğretmenlerimizin önderliğinde, öğrencilerimizin özgün çalışmalarıyla oluşturduğumuz dergimizi keyifle okuyacağınızı umuyorum.

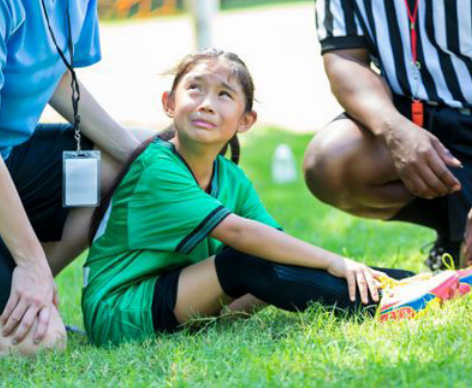
Bu sayımızda bizlere desteklerini esirgemeyen Okul idaremize, Türkçe öğretmenlerimize, yazılarıyla, araştırmalarıyla ve röportajlarıyla katkı sunan öğrencilerimize teşekkür ediyorum.  
Herkeseye keyifli okumalar diliyorum.

Hilmi SABIRLI  
Editör

**"Bir milletin sporda gösterdiği azim onun geleceğini yükseltir."**



# SPORCU SAKATLIKLARI VE NEDENLERİ



## TANIM

Spor sakatlıkları tanım olarak antrenmanda meydana gelen yaralanmalara verilen genel isimdir.

Spor sakatlıkları ve yaralanmaları; yürüyüş, koşu veya boks olsun herhangi bir sporla uğraşan herkesin başına gelebilecek durumlardır. Bu gibi durumlara maruz kalmamak veya en az hasarla sınırlamak içinse bazı önlemler almak gerekiyor, ayrıca alacağınız bu önlemler yapacağınız spordan en yüksek oranda fayda sağlamanıza da yardımcı olacaktır.

## EN SIK GÖRÜLEN SPOR YARALANMALARI

Kırık ve çıkıklar  
Diz yaralanmaları  
Burkulma ve incinmeler  
Aşil tendonu yaralanmaları  
Kas ezilmeleri olarak sıralayabiliriz.

## SEBEPLERİ

Yetersiz kondisyon  
Yeteri kadar ısınamama  
Kazalar  
Kötü antrenman tekniği  
Uygunsuz ekipman sebepleri ile meydana gelir.



## SONUÇLARI - TEDAVİSİ

**Kırık ve çıkıklar:** Çocuk kırıklarının büyük bir çoğunluğu alçı ile tedavi edilebilirken, erişkin kırıklarının büyük bir çoğunluğu bugünkü modern tıpta cerrahi olarak tedavi edilmektedir. Erişkin kırıklarının tedavisinde metalik plak, vida, çiviler ve protezler kullanılır. Çıkık derecesine göre farklı tedavi şekilleri ile tedavi edilebilmektedir. En ciddi çıkık vakaları ameliyat gibi tedavi yöntemleri gerektirebilir ama genellikle ameliyata gerek kalmadan çıkıklar farklı yöntemlerle tedavi edilebilmektedir.

**Diz yaralanmaları:** Öncelikle ilk tedavi genellikle istirahat, buz (buz veya soğuk paketi uygulama), sıkıştırma (elastik bandaj ile yumuşak sıkıştırma) ve yükseklik (etkilenen dizi yüksekte tutmak) içerebilir.

Diz yaralanması ağrı ve iltihabı kontrol altına almak için kullanılacak ilaçlar, eklem içine enjeksiyonlar, fizik tedavi ve egzersiz, protez araçlarının kullanımı ya da desteklenmesi ya da bazı durumlarda cerrahi onarım ile tedavi edilebilir.

**Burkulma ve İncinmeler:** Yaralı bölgeyi dinlendirin. Ağrı, vücuttaki bir yaranın kıpırdatılmaması gerektiğinin işaretidir.

Yaraya buz koyabilirsiniz. Bu şişmeyi sınırlayacak ve zonklamayı giderecektir.

Yaralı bölgeye bastırabilirsiniz. Bu yine, şişmeyi sınırlayacaktır. Çok sıkı ve kan akışını kesecek ve turnike etkisi gösterebilecek bir sargı yapmamaya dikkat edin.

Yaralı bölgeyi yukarı kaldırın. Bu, yer çekiminin, sıvı ve kanı kalbe aşağı doğru akıtarak şişmeyi engeller.

**Aşil Tendonu Yaralanmaları:** Ödem oluşmuşsa 3/4 kez 15 dakikalar aralarla buz tamponları bölgeye uygulanır. İlk 72 saatin sonunda ödem oluşmamış ise o bölgeye sıcak tedaviye başlanmalıdır.

Bileğini de içine alacak şekilde elastik bandajla sarılmalıdır.

Ayakkabının topuğunu yükseltmekte fayda vardır. Hafif yüksek bir topuk veya tabanlılık kullanımı ağrıyı rahatlatmakta yardımcı olabilir.

Koşma ve düzgün olmayan zeminlerde yürümesinin bir süre önüne geçilir.

Ağrı tamamen geçmeden normal aktivitelere geçilmemelidir.

Eğer alçılama yapılmışsa alçı çıkartıldıktan sonra hafif hafif bilek hareketlerine geçiniz.

Alçı çıkartıldıktan 2 hafta sonra bisiklet çevirme ve yüzme hareketlerine geçilebilir.

Problemlili bölgeye eğer ameliyat yapıldı ise spor aktivitelerine 3 - 4 ay kadar sonra dönülür.

**Kas Ezilmeleri:** Kas ezilmesi tedavisinde ilk yapılacak olan soğuk uygulamalar ve dinlenme aşamalarından sonra hekim tavsiyesi ile çeşitli materyal kullanımı veya sarma yöntemi ile ezilme görülen kısma iyileşme sürecine kadar destekleyici malzemeler ile müdahale yapılabilir.

## **Bir Sporcunun Beslenmesi Müsabakadan Önce ve Sonra Nasıl Olmalıdır?**

### **Müسابakadan Önce:**

Yemeğin sindirimi kolay olmalı.

Yeni yiyecek ve içecek denemeleri yapılmamalı.

Protein ve yağların sindirimi yavaş sürdüğü için az tüketilmeli.

Çiğ sebze, meyveler, kurubaklagiller ve tam tahıllı ürünler gibi posa içeriği yüksek besinlerden kaçınılmalıdır.

Gaz yapabilen lahana, karnabahar, brokoli, bezelye gibi besinler yenmemelidir.

### **Müsabaka Öncesi Yavaş Yemek Yenilmelidir.**

#### **Örneğin:**

Peynirli makarna - Meyve suyu - Maden suyu - Beyaz ekmek - Kuru kayısı veya incir

Derisiz tavuk - Şehriye çorbası - Patates püresi - Komposto.

### **Müسابakadan Sonra:**

Müسابakadan sonra mümkün olduğunca hızlı bir şekilde su, elektrolit içecekler ve karbonhidrat almak önemlidir. Sporcu genelde fazla aç olmadığından burada, yoğun bir şekilde karbonhidratlarla zenginleştirilmiş meyve suları, puding, tatlılar ve tüm gereksinimleri karşılayacak enerji içecekleri tavsiye edilir.



SUDENAS ALTUNBULAK - BELINAY  
KOYUNCU  
NISANUR BAŞ

# SACİT ERDEM

İÇİMİZDEN BİRİ UÇUYOR



## Kıymetli Okurlar,

Ben Mevlana Ortaokulu beden eğitimi öğretmeni Fatih Mehmet KARA. Bu bölümde, heyecan seviyesi oldukça yüksek bir spor olan YAMAÇ PARAŞÜTÜ 'nü tanıtacağız. Bu amaçla bu sporla uzun zamandır iç içe olan okulumuz Türkçe Öğretmeni Sacit ERDEM hocamızla bir röportaj yaptık. Umarım faydalı oluruz.



**Fatih:** Sayın hocam öncelikle bize zaman ayırdığınız için teşekkür ederim. Yamaç paraşütü bölgemizde çok yaygın olmayan bir spor dalı. Bize yamaç paraşütünü kısaca tanıtır mısınız?

**Sacit:** Ben teşekkür ederim hocam. Yamaç paraşütü; sporcuyla taşıyacak bir kanat, bu kanada sporcuyla güvenli bir şekilde bağlayan kuşam takımı, iletişim için telsiz, kask gibi ekipmanlarla, yüksek, eğimli yamaçlardan havalanarak yapılan bir spordur.



**Fatih:** Hocam, eğlenmek, ter atmak için bunca ayakları yere basan spor varken neden yamaç paraşütünü seçtiniz? Yamaç paraşütü yapmak ürkütücü, korkutucu değil mi?

**Sacit:** Evet. Ürkütücü, korkutucu. Aslında ilk başlarken bana da öyleydi ama şimdi öyle değil. Yamaç paraşütü önyargılara kurban giden bir spor dalı aslında. Ben bu işe başladığımda çevremden güzel (!) tepkiler aldım. Tanıdıklarımın çoğu, "Hocam sende hiç akıl yok mu ? Akıl dağıtılırken neredeydin ?" gibi kendilerince eğlenceli cümleler kurdular. Bir defa yamaç paraşütü yapan sporcular her zaman güvenliği en üst düzeyde tutarlar. Böyle olunca da kaza olasılıkları oldukça azalır. Kaza hiç olmaz mı ? Olur elbette ama böyle durumlara karşı da eğitimler verilir ve çok büyük bir anormallik olmazsa güvenli bir iniş yapabilirsiniz. Bütün tedbirleri aldıktan sonra yaşanacak bir durum, bir kaza varsa artık yapacak pek bir şey yok demektir. Bu hayatta da böyledir aslında ancak sırf kazalar, anormallikler yamaç paraşütündeymiş gibi düşünürüz. Kazalar, olumsuzluklar hayatın her alanında olabiliyor maalesef ama biz bunları sadece böyle tehlikeli sporlardaymış gibi kodluyoruz kafamıza.



Şimdi korkuları bir tarafa bırakalım bir de madalyonun diğer tarafına bakalım. Hocam, yamaç paraşütü gerçekten insana çok heyecan veren bir spor. Düşünün uçuyorsunuz. Çoğu için hayal olan şeyi yaptığınızı düşünün: Kanadınız var ve uçuyorsunuz. Gözlerinizi kapatın ve hayal edin.

Özgürsünüz, bakış açınız çok genişlemiş, hafiflemişsiniz. Kendinizle baş başasınız. Modern hayatın karmaşası, ses, gürültü, stres hiçbiri yok. Kanadınız, rüzgarınız, bulutlar... Böyle duyguları tarif etmeye çalışsak da sözcükler yetersiz kalıyor hocam. Yaşamak lazım. Ben de böyle sıra dışı bir deneyimi, böyle tarifsiz duyguları yaşamak için seçtim yamaç paraşütünü. Biraz cesaretle bir iki uçuş yapabilen birinin bir daha bu sporla ilgisini kesebileceğini düşünmüyorum.

**Fatih:** Hocam gözlerimi açabilir miyim?

**Sacit:** Aç hocam aç da hemen bir yamaç paraşütü kursuna yazılmaya çalış.



**Fatih:** Hocam hayal etmek bile heyecan verici. Şimdi ben uçuş malzemelerini alsam. Adlarını bilmiyorum her neyse. Çıkıp sizin uçtuğunuz yerlerden uçabilir miyim ?

**Sacit:** Hayır hocam! Uçamazsınız . Zira havalanamazsınız. Uçuş yapabilmek öyle kolay bir iş değildir. Önce teorik dersleri almalısınız ve sonunda yapılacak sınavı başarıyla geçmelisiniz. Hatta Acil Durumlar dersinden 100 tam puan alamazsanız başarısız olur, teorik dersleri tekrar almak durumunda kalırsınız. Diyelim sınavı geçtiniz. Sonra yer eğitimleri başlar. Havada yapacağınız tüm hareketleri yerde başarıyla sergilerseniz uçma denemelerine hak kazanırsınız. Uçuş denemeleri küçük tepelerden başlar. Eğer burada da başarılıysanız, cesaretiniz ve performansınız (bu aşamalar çok yorucu) hala sizinle birlikteyse artık hocalar kontrolünde ciddi uçuşlara başlayabilirsiniz. Bunlardan bahsederken tabiat koşulları da çok önemlidir. Mesela her şey tamam rüzgarın yönü ters uçamazsınız. Hocanız basit bir eksiklik gördü, uçamazsınız. Dedik ya güvenlik her zaman en önde.



# RÖPORTAJ SACİT ERDEM

**Fatih:** Hocam, şimdiye kadar hep aynı yerden mi uçtunuz ?

**Sacit:** Hayır hocam. Şimdiye kadar çok farklı noktalardan uçtuk. Turhal Mercimektepe çok elverişli bir nokta. Oradan çok uçtuk. Tokat Yayladalı köyünden, Niksar Dönekse'den ve Ordu Boztepe'den uçuşlarımız var.

**Fatih:** Hocam Erbaa'da sizi hiç uçarken görmedik. Madem farklı noktalardan uçuyorsunuz Erbaa'da neden uçuşunuz yok ?

**Sacit:** Hocam, başta da söylediğimiz gibi güvenlik olmazsa olmazımız. Uçuş sayımız çok olmasına rağmen denenmemiş noktalardan henüz uçmadık. Çünkü, tepeler, vadiler, arazinin yapısı hava akımını etkileyen faktörlerden bazıları. Basit bir hesap hatası Allah korusun telafisi olmayan sonuçlar doğurabilir. O yüzden önce hocalarımızın kontrolünde Erbaa'da uygun uçuş noktaları tespit edip onlarla uçuş gerçekleştirmeliyiz. Bunu yaptıktan sonra bir bakmışız Erbaa'mızın güzel havasını yukarılarda teneffüs ediyoruz.

**Fatih:** Temennimiz bu doğrultuda hocam. Hocam, okurlarımıza söylemek istediğiniz başka şeyler var mı?

**Sacit:** Teknik konulardan bahsetsek pek zevkli olmaz zira bir sürü yabancı terim. Diğer şeyler ise tanidik. Biz çalışırken çok yorulduğumuz anlar oldu. Uçuş denemelerinde tepelerden yuvarlandığımız oldu. İniş alanını tutturamayıp dallara takıldığımız oldu lakin ümitsizliğe kapılıp bu işi bırakmadık. Yani yaşamın her alanında ne yaparsak yapalım azimli, sabırlı ve mücadeleci olmalıyız. Bunlar olmadan sonuç almak pek olası değil. Çocuklarımız; pek yorulmadan, beklemeden, çalışmadan bir şeyleri elde etmek istiyorlar. Bunun mümkün olmadığını onlara söylemek isterim. Ben yamaç paraşütüne başladığımda çok büyük zorluklarla karşılaştım. Pes etmedim ve sonuçta uçmayı başardım şükür. Fotoğraflara bakıp, yazıyı okuyan ve bu sporu yapmak isteyenler olacaktır elbet. Onlara tavsiyem, sağlıklı bir vücuda, çelik gibi sinirlere ve hakikaten sağlam bir yüreğe ihtiyacı olanlar bu işe girişmeli. Bunu söylemekteki amacım kimsenin gözünü korkutmak değil. Süreç biraz uzun ve yorucu. Bunu anlatmak istiyorum.



Yoksa bu sporu Sacit Hoca yapabiliyorsa herkes yapabilir demektir. Sevgi ve saygılarımla.

**Fatih:** Hocam, deneyimlerinizi samimiyetle bizimle paylaştınız. Bu sporu yaparken ve genel olarak kazasız belasız günler diliyorum. Sonsuz teşekkürler.



## SATRAŇ BOKSU



Ya Őah-mat yapmanız ya da rakibinizi nakavt etmeniz gerekiyor. Hem zihinsel hem de fiziksel hünerleri birleŐtirince ortaya satraŇ boks  çıkıyor. Eğer boks eldiveni alacak kadar bütçeniz ve biraz beyin hücresi kaybetme cesaretiniz varsa, bu spor tam size göre. Oyunun başında altı raunt satraŇ oynuyorsunuz ve ringe çıkararak beş raunt ta fiziksel gücünüzü gösteriyorsunuz. SatraŇ tahtasında ya da ringin zemininde oyunu kazanmanız mümkün.

**Kurallar ise Şöyle :** Her satraŇ raundu 4 dakika, her boks raundu 3 dakika olmak üzere ma  toplam 39 dakika sürüyor. Her raunt arasında, oyuncuların kıyafetlerini deęiŐtirmeleri için birer dakika mola veriliyor. Her oyuncunun satraŇ rauntlarında hamlelerini yapmak için toplam 12'Őer dakikası var. SatraŇta mat olan, ya da süresini geçiren, boksta ise nakavt olan ya da hakem kararı ile yenik ilan edilen ya da her iki oyundan birinde ma tan çekilen oyuncu maçı kaybediyor. Eğer satraŇ maçı berabere biterse, boks maçında iyi puan alan maçı kazanıyor. Eğer boks maçında da beraberlik olmuŐsa, satraŇta siyah taŐlarla oynayan maçı kazanıyor

## AYAK VOLEYBOLU

Ayak voleybolu, Sepak Takraw, olarak da bilinen,  cer kiŐilik iki takım tarafından oynanan ve el dıŐında vücudun bütün kısımlarının kullanıldığı ( zellikle ayak, diz, omuz ve kafa) bir file oyunudur. Top, rakip sahada yere değdiği takdirde sayı kazanılır. Oyun futbolla jimnastiğin bir karıŐımıdır. Sepak Takraw dünya çapında popülerliği artan ve izleyici çeken bir spordur

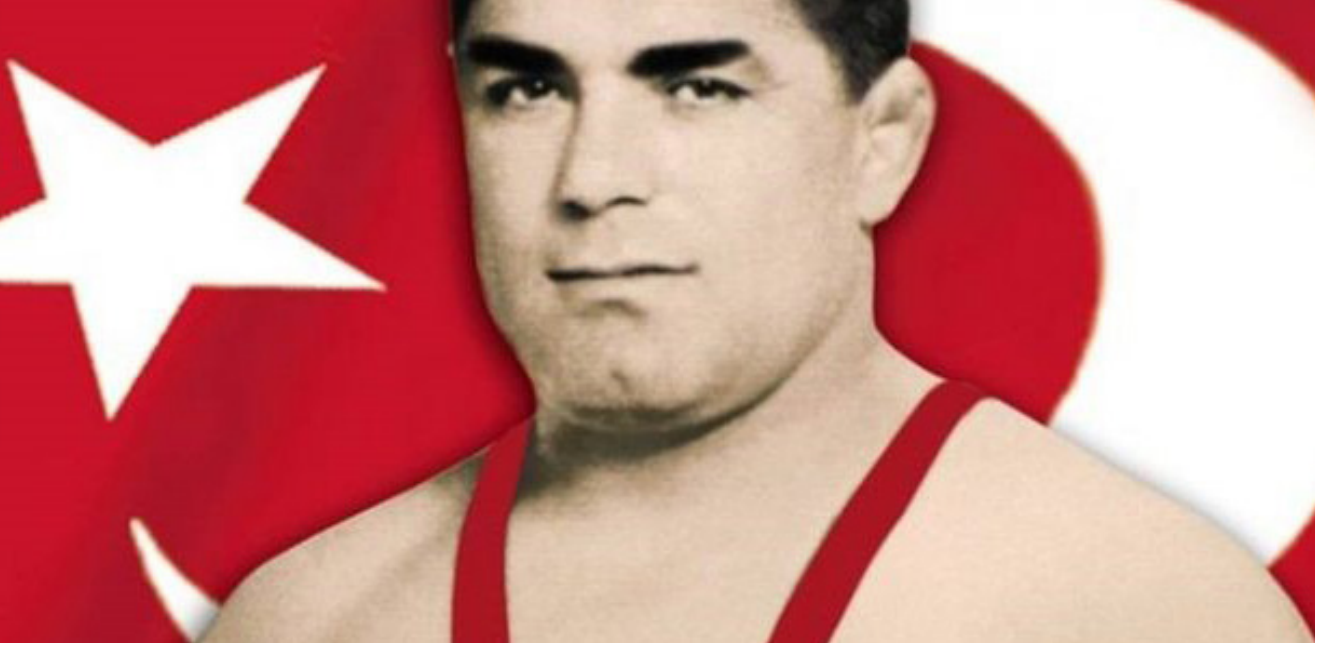


Eskiden sert bir küre yaratmak için elle yoğrulan takraw topları günümüzde çok sert plastik ve bambu saplarından yapılmaktadır. YaklaŐık 250 gram ağırlığındadır. Oyun servis dairesindeki oyuncunun servisi ile başlar. Bu sırada diğer arkadaŐları kenardaki yarım dairelerde bekler. Rakip oyuncularından birinin bir ayağı servis sırasında kendi servis dairesinin içinde olmalıdır ancak diğerleri istedikleri yerde durabilir. Yarım dairedeki oyuncu topu servis kullanacak oyuncuya fırlatır ve servis i de topu file üstünden rakip sahaya yollar. Voleyboldaki gibi her takım topa en fazla 3 kez vurabilir,  c vuruŐ sonunda topu rakip sahaya göndermelidir. KarŐılaŐmalar 15 sayı üzerinden oynanan  c set üzerinden oynanır. Skor 14-14 olursa fark iki sayıya çıkana kadar set uzar. İki tarafın da onikiŐer oyuncusu vardır, her oyunda farklı bir  c l  sahaya çıkar.

# YAŞAR DOĞU KİMDİR?

Ünlü Türk güreşçisi Yaşar Doğu, 1915 yılında Samsun'un Kavak ilçesine bağlı Karlı köyünde doğdu. Dedesinin köyü olan Emirli'de büyüdü.

Güreşe orada başladı. 1938 yılında Ankara'da askerliğini yaparken minder güreşine çıktı. Bir yıl içinde milli takıma yükseldi. On iki yıl süreyle (1939-1951) Ay-Yıldızlı mayo altındaki yerini muhafaza etti. Bu süre içinde katıldığı 7 şampiyonanın 6'sında şampiyonluğu kazandı. 1961'de Ankara'da vefat etti. Yaşar Doğu'nun zorluklarla ve başarılarla dolu hayatına göz atalım.



Aslen Kafkas Türklerindendir. Ecdadı Samsun'a muhacir gelmişti. Daha önce bebek sayılabilecek çağda iken cepheye giden babasının şehit düştüğü haberi gelmiş, bu yüzden annesiyle birlikte dedesinin köyü olan Emirli'ye göç etmek zorunda kalmıştı. Çocukluğunun geçtiği bu köyde güreşe başladı ve daha delikanlılığın eşiğinde iken yaman bir Karakucak Güreşçisi olarak adını bütün çevreye duyurdu.

## Milli Takım

Yaşar Doğu, Ankara'da askerliğini yaparken bir arkadaşının ısrarı ile Ankara Güreş Kulübü'ne girdi ve orada minder güreşine başladı. Zehir gibi acı kuvveti ve büyük güreş kabiliyeti ile bu güreşte de kendisini derhal gösterdi. Ancak kendisini pek tecrübesiz bulan yöneticiler onun Avrupa Şampiyonası'nda ezileceğini düşünerek kadroya almak istemediler.

Milli Takımın Finlandiyalı antrenörü Onni Pellinen ağırlığını koyarak direnince kendisine milli takımda yer verildi. Böylelikle başarı dolu güreş hayatının ilk milli temasını 1939 Avrupa Şampiyonası sırasında Oslo'da yaptı. Minder güreşindeki olanca acemilik ve milli maç tecrübesizliğine rağmen büyük bir varlık göstererek üç rakibini yendi, bir maçında sayıyla yenik sayılarak Avrupa Şampiyonluğunu kaybetti, ikinci oldu. O zaman, bu bile büyük başarıydı.

1940 yılında İstanbul'da yapılan Balkan Oyunları'nda güreş yaşantısının ilk şampiyonluğunu kazandıktan sonra, İkinci Dünya Savaşı'nın araya girmesiyle milli müsabakalardan uzak altı yıllık bir duraklama devresine girilmişti.

1946 yılında tekrar rakipsiz eleman olarak Milli Güreş Takımımıza girdi. Aynı yıl Stokholm'de yapılan Avrupa Şampiyonası'nda sıtmanın verdiği 40 derecelik hararetle mindere çıkmasına rağmen yaptığı altı güreşi de kazanarak 73 kilonun Avrupa Şampiyonu oldu. 1947 yılında Prag'da yapılan Avrupa Greko-Romen Şampiyonası'nda da Ay-Yıldızlı mayo altındaki yerini muhafaza etti.

### **Bu Da Tuş Değil Mi ?**

İlk kez Demirperde Blokunun katıldığı bu şampiyona enteresan bir mahiyet taşımaktaydı. Zira Sovyet Rusya ve peykleri bir demirperde ülkesinde yapılan bu şampiyonada tam bir ittifak içinde idiler. Yaşar, arkadaşlarına yapılan haksızlıkları gördüğü zaman, şampiyonluğu kazanmak için sadece Rus rakibini değil, demir perde hakem blokunu da yenmesi gerektiğini gayet iyi anlamıştı. Bu azimle girdi güreşlere ve rakiplerini çatır çatır yendikten sonra finalde Rus ile karşı karşıya kaldı. Güreşe fırtına gibi girdi. Rus'u tuttuğu gibi yere vurdu. Oyundan oyuna geçiyordu. Bir ara rakibinin sırtını yere yatırdı. Hakemler görmezlikten geldiler. Sonra bir tuş daha yaptı. O da aynı akibete uğradı. Koca Yaşar kızmıştı. Olanca gazabı ile atıldı, çift sürer gibi sürdü Rus'u. Daha sonra hırsıyla rakibini çatır çatır çevirdi. Bir pestil gibi sırt üstü mindere serdi ve rakibinin göğsüne çıkıp oturdu. Teker teker bütün hakemlere baktı. Gözleri öfke ile doluydu. Hani 'Bu da tuş değil mi be insafsızlar' der gibiydi. Hakemler istemeye istemeye 'Evet' dediler. Tuşu da; şampiyonluğunu da bastıra bastıra kabul ettirmişti Koca Yaşar...

Güreş Dünyasında İsveçlilerin deyimi ile bir 'Kara Saçlı Kuvvet İlahı' olarak parlayan Yaşar Doğu, büyük namını 1948 Olimpiyatları, 1949 Avrupa Şampiyonluğu ile de perçinledi. 1950 yılında Irak ve Pakistan'a yaptığı büyük turnede büyük kuvvet ve güreş bilgisini doğu alemine tanıtmak imkan ve fırsatını da buldu.

### **Son Şampiyonluğu**

1951 yılında Helsinki'de yapılan Dünya Şampiyonası'nda 87 kiloda Ayyıldızlı mayoyu giydi. Çok çabuk kilo alan, buna karşılık çok zor kilo veren bir bünyeye sahipti. Bu yüzden yıllar ilerledikçe sıkleti de yükseliyordu, Nitekim 67 kilo ile başladığı güreş hayatının son şampiyonluğunu Helsinki'de 87 kiloda kazandı. Böylelikle parlak güreş hayatına bir de dünya şampiyonluğu sıfatını eklemiş oldu.

Ay Yıldızlı mayo altında yaptığı 47 maçın 46'sını kazanan Yaşar, bunların 33'ünde tuş yapmış, 11 maçını ittifakla, 1'ini abandone ile, birini de ekseriyetle kazanmıştır. Galibiyetle sonuçlanan 46 güreşi 690, dakika sürmesi gerekirken; yaptığı tuşlarla bu süreyi 372 dakika 26 saniyeye indirmişti.

### **Antrenörlük Hayatı Ve Vefatı**

Yaşar Doğu güreş hayatını kapattıktan sonra Milli Güreş Takımımıza antrenör oldu. 1955 yılında antrenör olarak Milli Takımımızla gittiği İsveç'te ciddi bir kalp krizi geçirdi. Uzun bir tedavi gördü. Doktorlar kendisine iyi bakmasını, yorulup heyecanlanmamasını söylemişlerdi. Fakat bunu yapamadı. İsveç'ten döner dönmez tekrar kendini güreşe verdi ve 8 Ocak 1961'de Ankara'da bir kalp krizi sonucu vefat etti.

# SAĞLIKLI VE UZUN YAŞAM

Hiç kimse sağlıklı yaşamakla uzun yaşamak arasında tercih yapmak istemez. Herkes uzun yaşamak ister. Tabii ki sağlıklı olarak uzun yaşamak. Jim John'un söylediği gibi " Vücudunuza iyi bakın. Yaşamak zorunda olduğunuz tek yer orası. " Kimse kötü bir yerde yaşamak istemez. O zaman yaşamak zorunda olduğunuz yeri siz belirleyin. Bu yüzden vücudunuza iyi bakın. Sadece uzun değil sağlıklı ve uzun yaşayın. Ne kadar sağlıklıysanız o kadar uzun yaşarsınız.

Peki, nasıl sağlıklı yaşayabiliriz?

Sağlıklı yaşamak için yapmamız gereken birçok şey vardır. Sağlıklı ve düzenli beslenmek bunların başında gelir. Peki, her şey beslenme ile biter mi? Hayır, sindirilen bu besinler düzenli egzersiz ve sporla desteklenmelidir. Çünkü sporun hayatımızdaki yeri tükettiğimiz besinler kadar önemlidir. Sporun faydaları saymakla bitmez. Bu yüzden spor hayatımızda yaşlısında da gencinde yer edinmelidir. Unutmayın Dr. Kenneth Copper boşuna " Yaşlandığımız için spor yapmayı bırakmıyoruz, spor yapmadığımız için yaşılanıyoruz." dememiş. Sporun fiziksel faydaları olduğu kadar zihinsel ve psikolojik faydaları da vardır. Aslında sporun zihinsel ve psikolojik faydaları bizim için daha önemlidir. Çünkü insanların kendilerini hayata hazırlayabilmeleri, hayatlarını sürdürebilmeleri için zihinsel ve psikolojik olarak yeterli olmaları gerekir. Bu alanlarda yetersiz olan birisi hayatla bağlarını koparmış demektir. Hayata bağlanmak için ise bir amacımız olmalı. Bu amaçlarımızı gerçekleştirmek için ise ruhen buna inanmamız gerekir. Ruhen kendimizi hazır hissediyorsak beden hareketlere geçebiliriz demektir. Bu yüzden spor psikolojik ve zihinsel bakımdan önemlidir. Yani psikolojik ve zihinsel sorunlarımızı spor yaparak da çözebiliriz ki en sağlıklı yöntem de budur.

Bu arzu zamanla hedefe dönüşür. Hedefimize ilerlerken ise spor hayatımızda tam anlamıyla yer edinir ve düzenli spor haline gelir. Öğrencilik aslında hayata hazırlık çalışmalarını yapıldığı bir dönemdir. Bu dönem ise bizi yorabilir. Tabi ki de yorgun bir düzenimiz olsun istemeyiz. Çünkü bu ülkenin genç ve dinamik bireylere ihtiyacı vardır. Bunun için ise yani genç ve dinamik kalmak için ise spor şarttır.



Hayatta karşılaştığımız ve karşılaşacağımız sorunlar bitmez. Fakat bu sorunlarda ayakta kalabilmek için kendimizi motive etmeliyiz. Örneğin başarma ve başarma çabası amacı olan insanlar için büyük öneme sahip. Tabi ki de her şey dümdüz devam etmiyor. Engebeli yollardan geçerken takıldığımız taşlar olabilir. Canımızı acıtan ve bizi yıpratın bu taşlar stres, korku, mutsuzluk gibi duygulara da beraberinde getirir. İşte sporda tam da bu gibi durumlarda bize destek çıkar. Çünkü sporun amacı düzenli, disiplinli ve planlı bir yaşam sağlamaktır. Düzen, disiplin ve plan ise bizi başarıya götürür. Bu amaçta olan spor ise bizi başarıya götüren bir arzudur.



Atatürk ise bize ihtiyacı olan devletin spor ile ayakta kalabileceğini şu sözlerle belirtmiştir; " Spora eğitilmiş bir devlet asla yorulmaz. " Öğretimimizin yanında eğitimimizi spor ile tamamlamışsak ayakta kalmak için bir sebebimiz var demektir.

Peki, eğitimimiz olarak belirlediğimiz sporun öğretime katkısı nedir? Spor akademik başarılarımızı etkiler mi?

Bizim için önemli olan başarı akademik alandadır. Bu başarılarımıza sporun tabii ki de katkısı vardır. Fakat başarı için ise motivasyona ihtiyacımız vardır. Spor ise bize fazlasıyla motivasyon sağlar. Dediğim gibi psikolojik ve zihinsel olarak da katkıları vardır. İşte akademik başarıya ulaşırken hem ruhen bizi hazırlar hem de bedenen dinç tutar. Uzman Psikolog Dr. Bahar Tezcan'ın Milliyet gazetesinde "Sporun Ruh Sağlığına Etkileri " adı altında yazdığı yazıda şöyle söylemiştir: "Spor sırasında salgılanan mutluluk hormonu beyinde hazırlamayı sağlar. Mutsuzluğun ve gerginliğin azalmasına yardımcı olur. Spor yapan kişiler kendilerini mutlu ve enerjik hisseder. Bu da spor yapan öğrencilerin akademik başarılarını olumlu yönde etkiler." diyerek sporun, psikolojik ve akademik önemini vurgulamıştır. Aynı şekilde Yard. Doç. Dr. Nevin Gündüz ise Hürriyet gazetesinde sporun sosyal yaşama etkilerini belirtmek için şu yazıyı yazmıştır: " Çocukların özellikle ergenlik döneminde; kötü alışkanlıklardan korunmak, enerjisini doğru kullanmasını sağlamak, sosyal gelişimini ve özgüven duygusunu arttırmak için spora yönlendirin." Nevin Gündüz yazdığı bu yazıya Amerika'nın yapmış olduğu araştırmayı da şu sözlerle eklemiştir: "Amerika'nın yaptığı bir araştırma da spor yapan öğrencilerin yapmayanlar oranla zihinsel aktivitelerinin daha yüksek olduğu gözlemlendi. Uyku düzenine, dinlenmesine dikkat eden, düzenli beslenen ve hareket eden çocukların direnci daha yüksek olacağından bu durum onun okul başarısını da olumlu yönde etkilediği ve stresi azalttığı, mutluluk hormonu salgılayarak derslere motive olmamızı sağladığı sonucuna varılmıştır." diyerek ve bu sözlerini araştırma sonuçlarıyla desteklemiştir. Biz de bu durumda "Sporun bedenen sağladığı yararları ruhen de sağlar bunu da akademik başarıya etkisi vardır " düşüncemizin doğruluğunu kanıtlamış oluruz.

# TEKNOLOJİ VE YAŞAM

Teknoloji, hayatımızda her şeyi kolaylıkla yapabildiğimiz bu dönemde, yaşamımızın olmazsa olmazı. Eksik kalsa da çok kullanılsa da sana zarar eden bu gelişim günümüzün temel taşlarından.

Öyle ki yaptığımız yemeği çırptığımız robot, binlerce kilometre uzaktaki tanıdıklarımıza tek tuşla ulaştıran telefon, benim şu an bu yazıyı yazabildiğim bilgisayar, hatta her gün önemsiz bir şeymiş gibi çarçur ettiğimiz kâğıtlar bile teknolojinin ürünü. Bu teknoloji hayatımızı kolaylaştırıyor kolaylaştırmasına ama bizi kendine öyle bağımlı kılıyor ki 5 metre yakındaki yere bile arabasız ya da telefonsuz gidemiyoruz. Hayatımızın her yerine adeta bir kanser gibi yayılan bu teknoloji fark etmesek bile bizi ailemizden, bu hayatta en çok değer vermemiz ve ilgilenmemiz gereken kişilerden, bile uzaklaştırıyor. Çoğumuz bunu inkâr etsek de artık geri dönülemez bir biçimde teknoloji bağımlısıyız.

Farz edelim ki ailemizle pikniğe gittik. Kendi kendimize otururken sohbet etmek yerine en ufak boş anda eller telefona sarılıyor. Oyun oynanacaksa bu telefon üzerinden oluyor. 3 yaşındaki bebek bile ağladığında eline telefon tutuşturuluyor. Artık yedimiz neyse yetmişimiz de o. Her şeyi ihmal ediyoruz. Ailemizi, işimizi, derslerimizi, sosyal etkinliklerimizi, arkadaşlarımızı hatta belki evcil hayvanımızı bile. Sosyal deyince kimsenin aklına artık dağ tırmanışı, bisiklet gezisi gelmiyor. Her gün fotoğraflar attığımız ve yüzlerce fotoğraf beğendiğimiz uygulamalar geliyor. Dakika başı durum güncellemesi yaptığımız, duygularımızı paylaştığımız ortamda eğlenirken; yanımızdakiler "Nasılsın?" diye sorduğunda bir "İyiyim." cümlesini çok görüyoruz. Önceden insanların terlerini dökerek, binbir emek vererek yaptığı konserveler, reçeller şimdi içine neler katıldığını bilmeden sıfır emek ile makineler tarafından yapılan şeylere tercih ediliyor. Saatlerce yemekle uğraşmanın ve ortaya çıkan şeye gururla bakmanın yerine şimdi her şeyi robotlar yapıyor ve biz sadece seyrediyoruz.



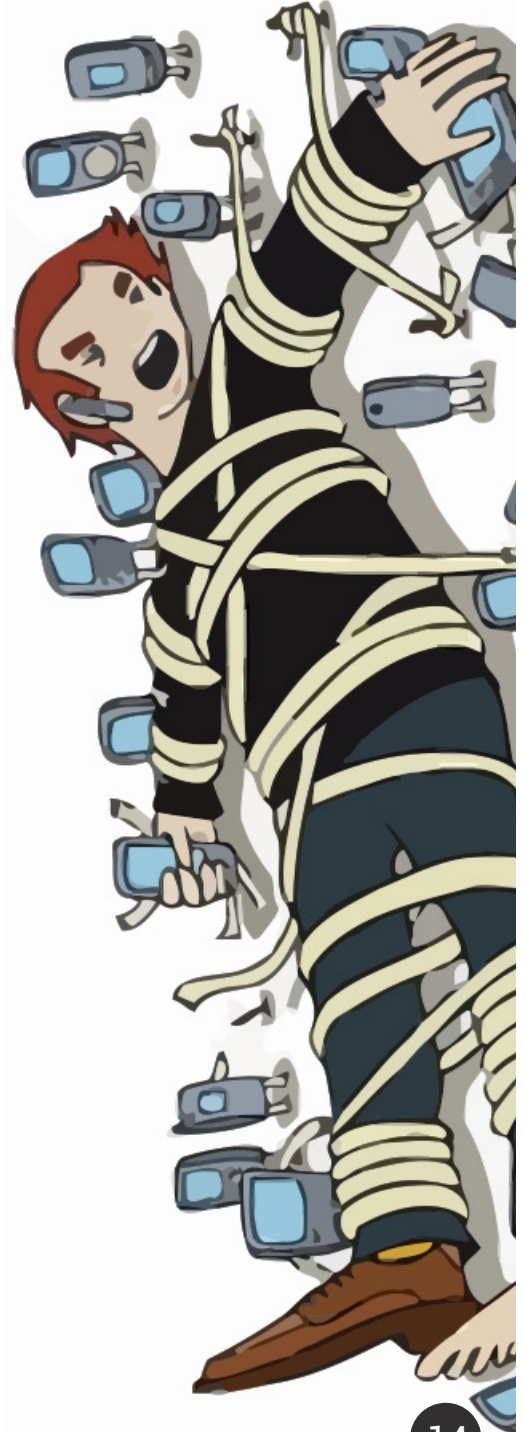
Artık kadınlar buluştukları zaman emeklerini anlatmak yerine yeni aldıkları makinelerden, telefonlardan sözediyorlar. Bir olay olduğunda yanına gidip destek olmak yerine üç beş tuşa basarak mesaj atıyoruz ve vicdanımızı tatmin ediyoruz. Bağımlıyız arkadaşlar. Her şeye bağımlıyız artık. Şarj aletlerimiz, kablolarımız bizi zincirler gibi sarmış. Yanımızdaki kişileri değil de telefonumuzu ihmal ettiğimizi, oyunlara uzun zamandır girmediklerimizi için oradaki kahramanları ihmal ettiğimizi düşünüyoruz. Çevremizdeki kişilerin küsmesini değil de, telefondaki yardımcı asistanla uzun süre konuşmadığında onun küsmesini umursuyoruz.



Bakkala inmek zorgelıyor, kalkıp çarşıdan alışveriş yapmak zor geliyor. Her şeyi internetten hallediyoruz. Ama biz hasta düştüğümüzde telefonumuzun değil de annemizin bize bakacağını unutuyoruz. Bir derdimiz olduğunda internetin değil arkadaşlarımızın bize destek olacağını. Mutsuz olduğumuzda bilgisayarımızın değil kardeşimizin bizi güldürmeye çalışacağını. Bir şeye ihtiyacımız olduğunda bunu uygulamaların değil babamızın gidereceğini. Unutuyoruz arkadaşlar ölümün teknolojiye değil bize olduğunu. Unutuyoruz sosyal medyayı değil ailemizi kaybedince toparlanamayacağımızı. Unutuyoruz bir gün gerçekten konuşmaya ihtiyacımız olacağına artık telefonun işe yaramadığını ama yanında bir kişi bile kalmadığının farkındalığını sert bir biçimde yaşatacağını unutuyoruz! Gece yatmadan önce bildirimleri kontrol etmeyi değil annemizi öpmeyi unutuyoruz. Yastığımızın altına telefonu koymayı değil de belki küçüklükten kalan bebeğimize sarılıp uyumayı unutuyoruz. Fotoğrafları paylaşılan hayvanları kalp tuşuna basarak beğenirken, evimizdeki sokaklardaki hayvanların başını okşayarak sevmeyi, karnını doyurmayı unutuyoruz. Yağmur yağarken telefonumuzu saklamaktan ıslanmanın keyfini çıkarmayı da unutuyoruz. Her şeyi unutuyoruz, ihmal ediyoruz.

Farkına varalım ailemizin, arkadaşlarımızın, çevremizdeki her şeyin. Bırak şimdi elindeki telefonu git babana sarıl. Annenle sohbet et. Kardeşinin saçını ör, onla saklambaç oyna. Sınırınızı koyun. Sizin için asıl değerli olan şeyi bulun ve kendinizi ona göre ayarlayın.

**GİZEM NUR KÖSEOĞLU**





# ÇANAKKALE YİĞİTLERİNE

## ÇANAKKALE YİĞİTLERİNE

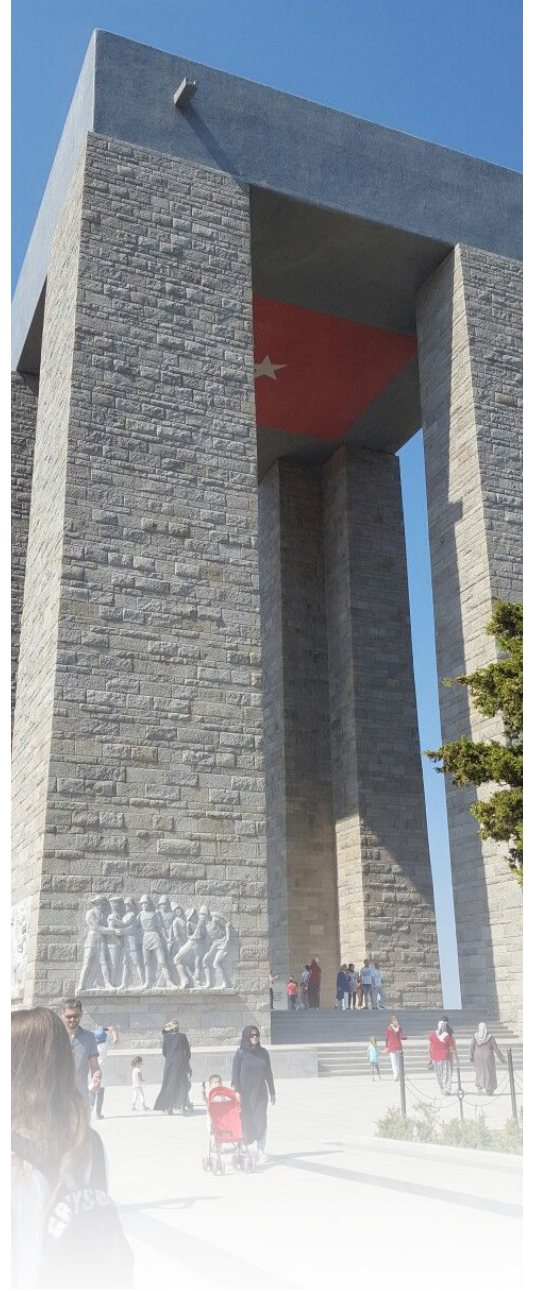
YİĞİTLERİN KANIYLA, SULANMIŞ ÇANAKKALE  
DÜŞMANA KALE OLMUŞ, BU VATAN EVLATLARI  
VATAN BİZİM DEDİLER, VERMEYİZ KİMSELERE  
KURŞUNLARA YÜRÜDÜ, ARŞA VARDI MEHMETCİK.

KANININ SON DAMLASI, BAYRAĞA RENK VERİYOR  
RAHAT UYU ŞEHİDİM, TÜM KALBİMİZ SENİNLE.  
MARŞIMIZ SÖYLENİYOR, BÜTÜN DÜNYA İNLIYOR  
DESTANLAR YAZILDI, KAHRAMAN MEHMETCİĞE.

BİR AVUÇ TOPRAK İÇİN, CANINI VEREN ASKER  
ÇANAKKALE'YE KOŞTU, ŞANLI VATAN EVLADI  
ÇANAKKALE TOZ DUMAN, MİLLET OLUYOR ASKER  
ŞANLI BAYRAĞINI AL, DALGALANDIR GÖKLERDE.

BÜTÜN ÜLKE CEPHEDE, ÖNDERİNİN İZİNDE  
BU KAHRAMAN ANALAR, HER CEPHEDE SENİNLE.  
ÇANAKKALE, BAĞRINDA ŞEHİTLERİM YATIYOR  
HELALDIR SENİN İÇİN, VERİLEN TÜM EMEKLER.

**BÜŞRA BAŞ**



# KİTAPLARIN DÜNYASI

Kitap okurken kendi dünyanızdan uzaklaşıp kitabın dünyasında bulursunuz kendinizi. Yalnız veya arkadaşsız kaldığınızda kitaplar size arkadaş olur, canınızın sıkılmasını engeller.

Kitap her şey için en iyi ilaçtır. Mucizevi bir şeydir kitap. Sizi mucizelere inandırır. Umudunuzu yitirmenizi engeller. Çünkü öyle mucizelerle doludur ki onlara inanarak kendinize güvenirsiniz. Hayal gücünüz gelişir

Kitap neden her şey için en iyi ilaçtır? Çünkü çoğu insan üzgünken yorgunken ya da herhangi kötü bir durumda kitap okuyarak sakinleşir. Kitap onu o mutsuz olduğu gerçek dünyadan uzaklaştırarak kendi hayal dünyasına çeker. İnsanlar kitap okuyarak mutlu olurlar. Ayrıca başka bir açıdan bakmak gerekirse bazı kitaplar öyle üzücü olaylarla dolu ki eğer kendi halinizden memnun değilseniz veya çok kötü bir durumda olduğunuzu düşünüyorsanız bu üzücü olaylar size dünyada çok daha berbat durumlar olabileceğini hatırlatır ve kendi durumunuza şükredersiniz. Yani kitap bütün negatif duygular için müthiş bir ilaçtır.

Kitap neden umudunuzu yitirmenizi engeller? Çünkü kitaplarda anlatılan olaylar genelde hayal ürünüdür ve mucizeler yaşanır siz bunları okuyunca kitaplarda olan bir olayın gerçek hayatta da olabileceğini düşünüp -ki olabilir- umudunuzu yitirmeyip çalışmaya devam edersiniz. Kitapların bu mucizelerle dolu dünyası aynı zamanda sizi mucizelerin varlığına da inandırır. Her seferinde bundan bahsediyorum ama kitapların dünyasına gömüldüğünüz için onların içinde olan her şeyin olabileceğini düşünüp inanırsınız.

Peki ya kitap yazmak? Kitap okumadan bir olay kurgulayamazsınız. Hayal edemezsiniz. Bir konuda okumadan o konuda yazamazsınız. Çünkü, hayal gücünüzü geliştiren kitaplardır. Size bilgiyi ve diğer tüm değerlerin neredeyse kitaplar verir. Yani demek istediğim "Bilgi almadan bilgi veremezsiniz".

"Bu kitap çok sıkıcı, kapağı güzel görünmüyor" gibi ifadeleri günlük hayatta ben de kullanıyorum. Ama unutmayın ki insanları nasıl dış görünüşlerine göre yargılamak yanlış bir davranış olarak kabul ediliyorsa, bir kitabı kapağına göre yargılamak yanlıştır. O kitabın içi muhteşem olabilir.

Yani sözün özü; kitapların dünyasına girmeniz, sizin yeni dünyaları keşfetmenizi, geleceğe umutla bakmanızı, dertlerinize derman bulmanızı belki de okuyucularınıza yeni dünyalar kurmanızı sağlayacaktır.

**MERYEM ÇETİNER**



# UÇAN BALON

Asya, uçan balonların diğer balonlardan farklı olarak neden uçtuklarını merak ediyordu. Asya bu durumu araştırmalıydı. Ama bundan önce derslerini yapmalıydı. Derslerini yaptı ve sonra yatağına uzandı, tabletinde araştırma yapmaya başladı. Balonların içinde helyum gazı vardı, bu nedenle balonlar uçuyordu. Diğer balonlar ise normal hava ile doluydu. Balonların ağırlıkları havadan daha ağır olduğu için de yere düşerlerdi. Peki, bu uçan balonlar gökyüzünde ne kadar uçarlardı? Uçan balonlar ne kadar kaliteli olursa o kadar yükseğe çıkabilir, kalitesiz balonlar ise belirli bir yükseğe çıktıktan sonra daha uzun süre dayanamaz patlar, yere düşerlerdi. Asya balonların üstünde göz gibi bir kamera olsa ve kamera gözlüğümüze çektiklerini gönderebilse ne güzel olurdu diye düşündü. Bu düşüncesini denemek istedi. Kaliteli bir balon, uçmasını sağlamak için balonu şişirebilecek kadar helyum gazı satın aldı. Balonu şişirdikten sonra üzerine kameraları yerleştirdi. Kameraları ile gözlüğünün ayarlarını yaptı. Olmuştu.



Asya balonu gökyüzüne bıraktı. Gözlüğü ile balonunu istediği tarafa yönlendirebiliyordu. Balon yükseldikçe daha uzakları görmeye başladı. Sahada top oynayanları, ağlayan çocukları, simitçiyi ve daha birçok şeyi... Asya bu yaptıkları ile yetinmeyip yaşadığı yer olan İstanbul şehrinin köylerini gezdi. Buralardan bir kaç şunlardı: Akbaba, Kızılcaali, Reşadiye, Gümüşdere, Gökmaşlı, İneceğiz, Kabakça, Garipçe, Büyükkılıçlı... Bunlardan en çok dikkatini İNECEĞİZ çekti. İneceğiz Çatalca'nın en eski köylerinden biriymiş. Tarihi milattan önce 5 bin 500 yıl öncesine dayanırmış. Asya çok yer görmüştü. Ama merakını yenememişti. Bu yüzden balonuyla daha uzakları gezmeye karar verdi. Ama ilk olarak nereye gitmeliydi. Düşündü, adının Asya olduğuna göre Asya kıtasını görmeliydi. Gezintisine ilk olarak Azerbaycan'dan başladı. Azerbaycan'da ilk olarak Kabustan Milli Parkını gördü. Burası Azerbaycan'ın başkenti olan Bakü'deymiş.

Sonra ki durağı Kız Kalesi oldu. Kız Kalesi İstanbul da değil miydi diye düşündü. Yok İstanbul'daki Kız Kulesi idi. Ayrıca Azerbaycan'daki kale denizin içinde değildi. Azerbaycan'ın gezdiği diğer bir yeri ise Talaş Dağları idi. Burası Azerbaycan'ın güney doğusunda bulunmaktadır. Azerbaycan da ki gezisi bitmişti. Asya da mercekleri Japonya'ya yönlendirdi. İlk olarak çok merak ettiği Tokyo Kulesine gitti. Bu kule Tokyo şehrinde Minato-kudaki Shiba parkındaydı. Kule 333 metre yüksekliğinde ve 4000 ton ağırlığındaydı. Asya Tokyo kulesini çok sevdi. Sonraki yeri Osaka şehri oldu. Bu şehir Tokyodan sonra en büyük şehridir. Şehir Osaka ilinin merkezindedir. Sonraki gezeceği yerin Çin olmasını istedi. Tabi ki Çin'in meşhur olan yeri Çin Seddi'nden başladı.

Çin Seddi Çin'in kuzey batısına kadar uzanmış. Dünyanın en uzun savunma duvarıymış. Asya balonla Çin Seddi'nin üstünden geçmek istedi ama Çin Seddi çok uzundu. Bu yüzden biraz gezdikten sonra ayrıldı. Sonra Yasak Şehre gitti. Yasak Şehre sadece imparator, imparatorun ailesi ve üst düzey görevliler girebilirmiş. Başka giren biri olursa korkunç bir ölümle cezalandırılıyormuş. "İyi ki bu bilgileri öğrenmişim" diye düşündü. Hemen bu korkunç yerden uzaklaştı. İspanya'ya doğru merceklerini ayarladı. İlk olarak İbiza'ya gitti. Burası Akdeniz'deki Balear adalarında bulunan ve İspanya yönetiminde olan bir adaydı. Bu ada çok güzeldi. Asya burada çok kalmak isterdi ama merak ettiği daha çok yer vardı. Bu yüzden El Hamra Sarayı'na gitti. Burası İspanya'nın Endülüs bölgesi Grana kentinde yer alıyordu. Mercekleri ayarladı. Almanya'ya gitti.

Almanya'da dikkatini çeken Berlin'den başladı. Berlin Almanya'nın başkenti ve en büyük şehriydi. Berlin aynı zamanda eyalet kentidir. Berlin'den sonra Frankfurt'a gitti. Burasının Almanya'nın 5. büyük şehri olduğunu öğrendi. Berlin Almanya'nın en büyük şehri sonra Frankfurt 5. en büyük şehri peki en büyük 2.,3.,4. ,şehirleri nelerdi diye düşündü, araştırarak öğrendi, sırasıyla şöyleydi: Hamburg Münih ve Köln idi. Mercekleri ayarladı, Avustralya'ya gitti. İlk yolculuğu Uluru oldu. Burası Uluru Ayers Rock diye de bilinirmiş. Burası bir kayaymış. Bu kaya milyonlarca yıldır rüzgârların savurduğu kumlarla meydana gelmiş. Buradan sonra Büyük set resifine gitti. Burası birbirinde ayrı 2900 resif ve 900 adadan oluşan 2600 km genişliğine yayılmış dünyanın en büyük resif sistemidir. Buradan sonra Sidney opera evine gitti. Burası Sidney liman köprüsüne yakın, Bennelong noktasında kurulu gala sanat ve gösteri binasıdır. Bunu yapan mimar binanın tasarımında kuşların kanatları, bulutların şekli ve formları, deniz kabukları, ceviz ve palmye ağaçlarından ilham almış. Opera binasının çatılar kısmı kabuklar diye anılırmış. Buradan sonra Avustralya savaş anıtına gitti. Bu müzede savaşta hayatını kaybeden 102 bin askerin anısı bulunmaktadır. Ancak burada sadece tek bir kişinin heykeli bulunuyor. Sizce bu heykel kimin? Evet, doğru bildiniz. Mustafa Kemal Atatürk. Bu müzede ki köstekli bir saatin altında şu yazıyor: "Bir Türk'ün sigara ile değiş tokuş ettiği saat." Müzede yken Asya, Asya ... diye bir ses duydu. Aaaa dedi. Avustralya da kim Türkçe konuşur ki diye düşündü. Sonra bu ses bir daha geldi. Asya, Asya! Gözlerini açtı. Babası "kahvaltı hazır okula geç kalacaksın." diyordu...

Sağına soluna bakındı. Balon, mercekler, gözlük... Hiçbiri yoktu. Tabletinin ekranına dokundu. Hala açıktı. Mustafa Kemal Atatürk'ün heykelinin resmine baktı. Gülümsedi.

**DİLÂNUR ASLAN**



# OKUL ETKİNLİKLERİMİZ

## Kariyer Günü Etkinlikleri



## Pi Günü Etkinlikleri



## İftar Etkinliği

## Müzik Etkinlikleri



## Tübitak Açılış





## Okul Takımlarımız



## Okul Kolajı



## Ağaçlandırma Çalışmalarımız



# SÖZCÜK AVI

Y	E	T	E	N	E	K	L	M	B	U
A	Ş	V	B	K	M	A	N	Ş	E	T
Ş	Z	T	A	K	I	M	D	B	B	V
S	V	P	M	L	Ş	İ	S	T	E	K
A	E	R	P	A	I	S	B	L	O	K
B	R	K	Y	V	N	Ş	L	Ö	T	M
I	İ	İ	Ş	M	A	Ş	M	Ç	Ç	Ü
R	T	K	U	P	V	P	E	A	P	R
S	T	E	R	E	S	A	M	T	N	K
Ş	L	M	Ş	U	T	S	T	B	L	O
A	S	M	F	G	T	U	Y	V	Ü	Ç

## ANAHTAR KELİMELER

YETENEK - TAKIM - MANŞET - İSTEK - BLOK - ŞUT - TAÇ - SABIR  
- PAS - ŞINAV - MEKİK