

SU İÇ KAL DİNÇ

1. Giriş

1.1.Çalışmanın özgünlüğü

Su tasarrufu, su kaynaklarının tüketimi, suyun önemiyle ilgili ülke genelinde bir çok çalışma bulunmaktadır. Ancak su içmenin sağlığa olan faydasıyla ilgili yeterli çalışmaya rastlanmamıştır.

1.2.Çalışmaya neden ihtiyaç duyulduğu

Öğrencilerin yaşadığı bitkinlik, halsizlik ve baş ağrısı şikâyetlerinin öğretmenler odasında sürekli konuşulur hale gelmesi ve bu durum sebeplerinin neler olabileceği hakkındaki sorular dikkatimizi çekti. Bu konuşmaların olduğu günlerde bir sağlık uzmanı, televizyondaki bir sağlık programında suyu az içmenin insan vücudunda hastalıklara yol açabileceğini ve bu tezi doğrulayan bir çok bilimsel çalışmanın olduğunu söyledi. Bütün bu sebepler üzerine proje grubu olarak günlük su içme miktarını arttırmak adına bu projeyi gerçekleştirmeye karar verildi.

2. Problem durumu

Öğrencilerin halsizlik, bitkinlik ve baş ağrısı şikâyetlerinin hiçbir rahatsızlıklarının olmamasına rağmen gözlemlenmesi ,problem olarak tespit edilmiştir. Bu problemden yola çıkarak su tüketiminin az olduğu ön test ile tespit edilmiştir. Problemin çözümü için su tüketimini arttıracak olan ‘Su İç Kal Dinç’ projesi hazırlanmıştır.

3. Çalışmanın amaç ve hedefleri

3.1.Çalışmanın amacı

Halsizlik, bitkinlik ve baş ağrısı şikâyetlerini azaltmak ve daha sağlıklı olmak için günlük su tüketim miktarını arttırmak.

3.2.Çalışmanın hedefleri

- * Günlük su tüketim miktarını 2 lt'nin üzerine çıkarmak
- * Tüm canlılar için suyun önemini kavratmak adına diğer canlılarında su ihtiyaçlarını karşılamak
- * Su tüketiminin önemini öğrenciler aracılığıyla daha fazla kişiye aktarmak

4. Yöntem ve plan

4.1.Yöntem

Çalışmada problem tespiti ve sonuç aşamalarında ön test - son test yöntemi uygulanmıştır. Öğrencilerimiz diğer sınıflara ve velilerimize projemizi aktarırken sunuş ve anlatım yöntemleri kullanılmıştır. Öğrencilerimiz yine projede dikkat çekmek adına anlatım yolunun yanında demonstrasyon yöntemini kullanmıştır. Diğer canlıların su ihtiyaçlarını karşılamak adına yapılan uygulamada yaparak yaşayarak öğrenmeye yer verilmiştir.

4.2.Plan

Faaliyet No	Başlama Tarihi	Bitiş Tarihi	Sorumlular	Açıklama ve Faaliyet
1	20.02.2017	20.02.2017	Müdür Yardımcısı 2 Sınıf Öğretmeni	Tanıtım toplantısı ve katılmak isteyen öğretmenlerin tespiti
2	22.02.2017	22.02.2017	2 Sınıf Öğretmeni	Öğrencilere projenin amacının ve hedeflerin anlatılması ve görevlendirmeler yapılması
3	02.03.2017	06.03.2017	2 Sınıf Öğretmeni	Proje ile ilgili olan ön testin uygulanması
4	03.03.2017	06.03.2017	2 Sınıf Öğretmeni Rehber Öğretmen	Proje il ilgili afişlerin hazırlanması ve afişlerin psikolojik olarak etkileyciliğinin değerlendirilmesi
5	06.03.2017	07.03.2017	2 Sınıf Öğretmeni	Afişlerin diğer sınıflara sunulması, su içmenin faydalarının anlatılması

6	08.03.2017	08.08.2017	Müdür Yardımcısı 2 Sınıf Öğretmeni	Tüm okulca aynı anda su içilmesi
7	09.03.2017	10.03.2017	2 Sınıf Öğretmeni	Boşalan su şişelerinin çeşitli materyallerle süslenmesi
8	13.03.2017	13.03.2017	2 Sınıf Öğretmeni Rehber Öğretmen	Süslenen su şişelerinin sergilenmesi
9	15.03.2017	15.03.2017	2 Sınıf Öğretmeni	Pet şişelerin kuş solluğu yapmak için uygun hale getirilmesi.
10	16.03.2017	16.03.2017	2 Sınıf Öğretmeni	Kuş suluklarının okul bahçesindeki ağaçlara asılması
11	16.03.2017	17.03.2017	2 Sınıf Öğretmeni Rehber Öğretmen	Öğrencilerin günlük içme suyu tüketiminin önemi anlattığı kişi sayısı ön testi
12	20.03.2017	20.03.2017	2 Sınıf Öğretmeni Rehber Öğretmen	Su tüketiminin sağlığa faydası ile ilgili slaytların izlenmesi
13	21.03.2017	21.03.2017	Müdür Yardımcısı 2 Sınıf Öğretmeni	Tüm okulca aynı anda su içilmesi
14	22.03.2017	22.03.2017	2 Sınıf Öğretmeni	Su kapaklarının geri dönüşüme atılması
15	23.03.2017	23.03.2017	Müdür Yardımcısı 2 Sınıf Öğretmeni	Aile ile birlikte su içerken fotoğraf çekimi yapılması
16	03.04.2017	03.04.2017	2 Sınıf Öğretmeni Rehber Öğretmen	Su İç Kal Dinç projesi konulu şiir yarışmasının yapılması
17	17.04.2017	17.04.2017	2 Sınıf Öğretmeni Rehber Öğretmen	Şiir yarışmalarının sonuçlarının değerlendirilmesi
18	18.04.2017	18.04.2017	Müdür Yardımcısı 2 Sınıf Öğretmeni	Şiir yarışmasının sonucunda dereceye girenlerin ödüllendirilmesi
19	26.04.2017	27.04.2017	2 Sınıf Öğretmeni Rehber Öğretmen	Proje ile ilgili son testlerin uygulanıp toplanması
20	27.04.2017	01.05.2017	Müdür Yardımcısı	Projenin ve proje ile ilgili resimlerin resmi siteye yüklenmesi
21	27.04.2017	29.04.2017	Müdür Yardımcısı 2 Sınıf Öğretmeni Rehber Öğretmen	Değerlendirme çalışmalarının yapılması
22	30.04.2017	30.04.2017	Müdür Yardımcısı	Projenin raporlandırılması

5. Uygulama

5.1.Çalışmanın uygulaması

- *Proje idareye sunulmuştur. Uygunluğu yapılabilecek çalışmalar konuşulmuştur.
- *Öğrencilere proje hakkında bilgi verilmiş, amaç ve hedefler anlatılmıştır.
- *Günlük su içme miktarını öğrenmek için ön test uygulanmıştır.
- *Proje ile ilgili afişler ailelerin de katılımıyla hazırlanmıştır.
- *Afişler sınıflara dolaşarak, sunulmuş, su içmenin faydaları anlatılmıştır.
- *Öğrencilerin aynı anda su içmesi sağlanmıştır.
- *Boşalmış su şişeleri çeşitli materyallerle görsel sanatlar dersinde süslenmiştir.
- *Süslenen su şişelerinin sergisi yapılmıştır.
- *Pet şişeler kuş solluğu yapmak için görsel sanatlar dersinde uygun hale getirilmiştir.
- *Kuş sulukları, okul bahçesindeki ağaçlara asılmıştır.
- *Öğrenciler günlük içme suyu tüketim miktarını artırıcı çalışmalar yapmış ve ulaştıkları kişi sayıları tespit edilmiştir.
- *Günlük içme suyu tüketiminin artması sayesinde sağlığa ne gibi faydalarının olacağını anlatıldığı slaytlar öğrencilere izletilmiştir.

*Bütün sınıfların aynı anda su içmeleri sağlanarak su içmenin önemiyle ilgili çocuklarda duyarlılık oluşturulmuştur.

*Tüketimin yanında geri dönüşüm bilincini oluşturmak için su kapları toplanıp geri dönüşüme verildi.

*Öğrencilerin aileleriyle birlikte su içerken fotoğraf çekilmeleri istendi ve fotoğraflar sergilendi.

*Su İç Kal Dinç temasıyla ilgili şiir yarışması yapıldı.

*Şiir yarışması değerlendirildi ve dereceye girenlere ödülleri verildi.

*Projenin dönütlerini ölçebilmek adına günlük içme suyu tüketimi miktarı ve ulaşılan kişi sayısını içeren son testler uygulandı.

*Proje ile ilgili resim ve içerik okulumuz resmi sitesinde yayınlandı.

*Proje kurulu olarak toplandı ve projenin değerlendirilmesi yapılarak sürdürülebilir ve faydalı olduğuna karar verildi.



5.2. İzleme ve değerlendirme

Yapılan tüm faaliyetler 3 aylık süreci kapsamıştır. Uygulamanın başından sonuna kadar 54 öğrenciye ön test ve son test uygulanmıştır. Bunun yanında öğrencilerimizin velilerine, diğer öğrencilere, mahalle esnafına ulaşmaları sağlanmıştır. Proje ile yaklaşık 600 öğrenci 100 kadar veliye ulaşılmıştır.

6. Sonuçlar

6.1.Paydařlara saęlanan katkılar, amaç ve hedeflere ulařma düzeyi

Çalışma ęrencilerin başta zgven sahibi olmalarını sağlamıştır. Öğrencilerin ve velilerin günlük içme suyu tüketime olan duyarlılığı artmıştır. Öğrencilerimiz ve velilerin daha çok su içmeleri sağlanmıştır.

Velilerden aldığımız geri bildirimler çok olumlu olmuştur. Evde içme suyu tüketimlerinin arttığını ve öğrencilerin daha din olduklarını belirtmişlerdir. Problemimize tam olmasa da bir nebze çözüm bulunmuştur. Günlük ortalama 1 litre kadar su tüketen çocuklarımız ortalama 2 litrenin üzerine çıkmışlardır.

6.2. Sürdürülebilirlik ve Yaygınlaştırılabilirlik

Projemiz maddi olarak bir yük yüklemediği gibi uygulanabilirlik açısından da oldukça kolaydır. Diğer okullarımızda da istenilen zamanda kolayca uygulanabilir. Ulusal çapta yürütülen süt ve kuru üzüm projeleri gibi çocuklara su içirmeye yönelik ulusal çalışmalar da yapılabilir. Su içmek vücudumuzun sürekli bir ihtiyacı olduğu için her zaman bu proje devam ettirilebilir.