**……………………İLKOKULU**

**2022- 2023 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI**

**1-7 MART YEŞİLAY HAFTASI**

**KUTLAMA PROGRAMI**

HAZIRLAYAN:

**……………………………….**

**………………………….. İLKOKULU MÜDÜRLÜĞÜNE**

 2022 / 2023 Eğitim-Öğretim Yılı, 1-7 Mart **Yeşilay Haftası** dolayısı ile hazırlamış olduğumuz programın gündemi aşağıda ve program dosyası ekte olup programı ……………………….. günü, saat ………………… okulumuz tören alanında yapmak istiyoruz.

 Bilgilerinize arz ederim.

 **……../03/2023 ………………………**

 **Yeşilay Kulübü Danışman Öğretmeni**

**GÜNDEM MADDELERİ**

1. Açılış, saygı duruşu ve İstiklâl Marşı
2. Günün anlam ve önemini belirten konuşmanın yapılması
3. Yeşilay Haftası ile ilgili yazıların okunması
4. Yeşilay Haftası ile ilgili şiirlerin okunması
5. “Bağımlılık” adlı gösterinin sunulması
6. Kapanış.

 **Uygundur**

**……../03/2023**

**………………………**

**Okul Müdürü**

**YEŞİLAY HAFTASI KUTLAMA PROGRAMI**

* **Sunucu 1:**

Sayın Müdürüm, Sayın Müdür Yardımcımız, Kıymetli öğretmenlerim ve sevgili arkadaşlar, 1-7 Mart Yeşilay Haftası programı sebebiyle toplanmış bulunmaktayız. Hoş geldiniz.

* **Sunucu 2:**

Günün anlam ve öneminden bahsedeceğimiz, bu önemli hafta hakkında yazılar ve şiirlerin okunacağı programımıza geçmeden önce ……………………………………………………………………………….. öğretmenimizi saygı duruşu ve İstiklâl Marşı törenini yönetmesi için huzurlarınıza davet ediyoruz.

(*Sunucular üç adım geriye çekilerek tören yönetiminin tamamlanmasını saygıyla beklerler*. *Aynı hareketi her sunumdan sonra yaparlar*.)

* **Sunucu 1:**

 Yeşilay ülkemizin en köklü sivil toplum kuruluşlarından biridir. Bugün itibariyle 120 şube, 104 danışma merkezi ve 60 bin gönüllüyle 95 ülkede bağımlılıklarla mücadele eden bu kuruluşla ilgili bilgilendirme yapması için …………… sınıfından …………………………………………………………………………. arkadaşımızı davet ediyorum.

* **Sunucu 2:**

 Arkadaşımıza teşekkür ederiz. Dinlediğimiz bilgiler ışında Yeşilay gönüllüsü olmanın önemini kavradığımızı düşünüyoruz. Şimdi ………………… sınıfından …………………………………………………………. bizlere “Yeşilay” adlı şiiri okuyacaktır.

* **Sunucu 1:**

 Bağımlılık denildiğinde aklımıza sadece kumar, tütün mamulleri ya da alkollü içeceklere olan bağımlılıklar gelmemeli. Günümüzün en tehlikeli bağımlılıklarından biri de aşırı teknoloji kullanımından kaynaklı “Teknoloji Bağımlılığı”

 ………………………………….. sınıfından ……………………………………………… bizlere teknoloji bağımlılığının belirtilerinden bahsedecek. Dikkatle dinleyerek öz değerlendirme yapalım lütfen.

* **Sunucu 2:**

 Ne dersiniz, siz de teknoloji bağımlısı olabilir misiniz? Bakalım teknoloji bağımlısı bir küçük kız neler yaşamış? “Bağımlı Olma” adlı şiiri ……………………………….. sınıfından …………………………………………………… arkadaşımızdan dinliyoruz.

* **Sunucu 1:**

 Teşekkürler değerli arkadaşımıza. Peki teknoloji bağımlılığının sebep olduğu sorunlar nelerdir, diye düşündüyseniz bu sorunun cevabını ………………… sınıfımızdan …………………………………………………………….. ve ………………………………………… arkadaşlarımız sizlere verebilir. Bilgilerini aktarması için arkadaşlarımızı huzurlarınıza davet ediyoruz.

* **Sunucu 2:**

 “Yeşilay Gençlik Marşı” adlı şiiri …………………… sınıfından ………………………………………………….. arkadaşımız seslendirecektir.

* **Sunucu 1:**

 …………………………… sınıfından bir grup öğrenci bizlere “Bağımlılık” isimli gösterilerini sunacaklardır. Kendilerini huzurlarınıza davet ediyoruz.

* **Sunucu 2:**

 Arkadaşlarımıza bu güzel gösterileri için teşekkür ediyor ve hepinizi Yeşilay gönüllüsü olmaya davet ediyoruz.

* **Sunucu 1:**

Programımız burada sona ermiştir. Bizi dinlediğiniz için teşekkür ederiz.

**YEŞİLAY HAFTASI GÜNÜN ANLAM VE ÖNEMİ KONUŞMASI**

 Değerli Öğretmenlerim ve Sevgili Arkadaşlar,

 Yeşilay, Birinci Dünya Savaşı sırası ve sonrasında işgal güçlerinin toplumumuzda alkol ve uyuşturucu maddeleri yaygınlaştırmasını ve işgale karşı mücadele ruhunun yıkılmasını önlemek amacıyla dönemin Şeyhülislam'ı İbrahim Haydarizade'nin himayesinde, Dr. Mazhar Osman Uzman ve arkadaşları tarafından Sultan Vahdeddin'in izniyle 5 Mart 1920'de İstanbul'da "Hilal-i Ahdar" adıyla kurulmuştur. Yeşilay'ın kurulduğu 1 - 7 Mart tarihleri ülkemizde Yeşilay haftası olarak kutlanmaktadır.

 "Hilal-i Ahdar" ismi daha sonra "Yeşil Hilal" ve "Yeşilay" olarak değiştirilmiş, 1934 yılında Mustafa Kemal Atatürk'ün Cumhurbaşkanlığı, İsmet İnönü'nün Başbakanlığında, Bakanlar Kurulu kararıyla Yeşilay'a "Kamu Yararına Çalışan Dernek Statüsü" verilmiştir.

 Kuruluşundan günümüze bağımlılık türleri arttıkça Yeşilay'ın da tüzüğünde çalışma alanları çeşitlenmiş, alkolden sonra sigara, uyuşturucu madde, kumar ve yakın tarihte teknoloji bağımlılığı Yeşilay'ın mücadele alanına dahil olmuştur.

 Yeşilay hizmetlerinde milliyet, ırk, dini inanç, sınıf veya siyasi düşünce farkı gözetmez. Bu nedenle 95 ülkede hizmet vermektedir.

 Yeşilay, bilimsel metotlar kullanarak tütün(sigara), alkol, uyuşturucu madde, teknoloji, kumar vb. bağımlılıklarla mücadele eden; önleyici ve rehabilite edici halk sağlığı ve savunuculuk çalışmaları yürüten çok önemli bir sivil toplum kuruluşudur. 2023 itibariyle yıllık üyelik aidatı; 1 liradır. Yeşilay’ın çalışmalarına ilgi gösteren herkes illerindeki şubeye başvurarak Yeşilay’a üye olabilir.

Yeşilay Dergisi ve Yeşilay Çocuk Mavi Kırlangıç Yeşilay Dergisi, her ay bağımlılıklar alanında dosya konusuyla alanında uzman isimlerin makaleleri ve uzman isimlerle yapılan röportajlarla yayına hazırlanmaktadır. Sağlık ve bağımlılık konularını çocuklara uygun bir dille anlatan Yeşilay Çocuk Mavi Kırlangıç Dergisi de her ay Yeşilay dergisiyle birlikte hediye edilmektedir. Son olarak bu dergiyi almayı düşünen arkadaşlarım için Yeşilay Dergi’si yıllık abonelik bedelinin 360 TL olduğunu da söyleyeyim.

 Böylece Yeşilay’ı desteklemek ve Yeşilay gönüllüsü olmak isteyenler de ailelerini bilgilendirebilirler.

Görevli Öğrenci: ………………………………………………

YEŞİLAY

Kendini seven insan

Açık tutar zihnini

Uzak durur kumardan

Düşünür sıhhatini

Sudan güzel içecek

Bulunur mu hayatta?

Vücudunu koruyacak

Soluduğun temiz hava

Bağımlılıkla mücadele et

Uyar çevrendeki dostları

Durma, Yeşilay’ı keşfet

Takip et çalışmalarını.

Funda MENEKŞE

Görevli Öğrenci: ………………………………………………

TEKNOLOJİ BAĞIMLILIĞININ BELİRTİLERİ

* Yalnızca birkaç dakika diyerek saatler harcamak
* Çevrenizdekilere ekran karşısında geçirdiğiniz zaman hakkında yalan söylemek
* Uzun süre bilgisayar kullanmaktan dolayı fiziksel sorunlardan şikâyet etmek
* Anonim bir kişiliğe bürünmek, insanlarla internet üzerinden konuşmayı yüz yüze konuşmaya tercih etmek
* İnternete girmek için yemek öğünlerinden, derslerden ya da randevulardan ödün vermek
* Bilgisayarınızın başında çok fazla zaman geçirdiğiniz için suçluluk duyuyorken bir yandan da büyük bir zevk almak ve bu iki duygu arasında gidip gelmek
* Bilgisayarınızdan uzak kaldığınız zaman gergin ve boşluktaymış gibi hissetmek
* Gece geç saatlere kadar bilgisayar başında kalmak

Görevli Öğrenci: ………………………………………………

BAĞIMLI OLMA

Küçük kız ayağa kalktı,

“Sırtım çok ağrımış,” dedi.

Gözleri de kızarmıştı,

Onu hiç fark etmedi.

Bilgisayar başındayken

Oyunlar çok eğlenceli.

Zamana dikkat etmezsen,

Bir o kadar tehlikeli.

Arkadaşları sokakta,

Yakan top oynuyordu.

Temiz hava, bol güneş

Enerjiyle doluyordu.

Küçük kız pişman oldu.

Teknolojiyi yanlış kullanıyordu

Bıraktı sanal bağımlılığını,

Hissetti sağlıklı yaşadığını.

 Funda MENEKŞE

Görevli Öğrenci: ………………………………………………

TEKNOLOJİ BAĞIMLILIĞININ NEDEN OLDUĞU SORUNLAR

FİZİKSEL ŞİKÂYETLER

* Gözlerde yanma
* Boyun kaslarında ağrı ve sertleşme
* Beden duruşunda bozukluk
* Elde uyuşukluk
* Halsizlik

SOSYAL ALANDA GÖRÜLEN ŞİKÂYETLER

* Akademik başarıda düşüş
* Kişisel, aile ve okul sorunları
* Zamanı idare etmede başarısızlık
* Uyku bozuklukları
* Yemek yememe
* Aktivitelerde azalma
* İnternet arkadaşları dışında izolasyon

BAĞIMLILIĞI KONTROL ALTINA ALMA YÖNTEMLERİ

* Günlük internet kullanım saatlerini değiştirin.
* Haftalık internet kullanımı çizelgeleri hazırlayıp, uyulmasını sağlayın.
* Destek grupları ya da aile terapisi gibi yöntemleri hayata geçirin.
* Yapmayı isteyip de fırsat bulamadığı faaliyetleri bir deftere yazmasını sağlayın, internet kullanmak için yoğun istek duyduğunda yazdıklarından birini yapmasını isteyin.

Görevli Öğrenciler: …………………………………………………………..…………

**YEŞİLAY GENÇLİK MARŞI**

Bir zamanlar gelecek,
Göğsümüz kabaracak,
Acunda dalgalansın,
Yeşil aylı bir bayrak.

Bu bayrağın altında,
Bil rahat yaşanacak.
Bayrağın dalgalanıp,
Göğsünde kabaracak.

Arkadaş varlığını,
İki şey doldurmalı.
Bunlar; vatan sevgisi,
Ülkü bağı olmalı.

Görevli Öğrenci: ………………………………………………

**BAĞIMLILIK GÖSTERİSİ**

(Koyu renkle yazılmış kısımları tüm öğrenciler birlikte okur. Diğer kısımlar için öğrenciler görevlendirilir ve sırası gelen, Yeşilay ile ilgili önceden hazırlanmış bir görselin levhasını kaldırarak kendi kısmını okur**.)**

(Hep birlikte) **BAĞIMLILIK NEDİR?**

* 1. Öğrenci:……………………………………

 Bağımlılık dediğin, kişinin kullandığı bir nesne veya yaptığı bir eylem üzerinde kontrolünü kaybetmesidir. Sen sen ol, bağımlı olma!

(Hep birlikte) **BİR KERE DENESEK OLUR MU?**

 2. Öğrenci:……………………………………

 Sakın ha! Bağımlılık yapıcı maddeler, ara sıra kullanılsa bile vücuda hızla zarar vermeye başlar. Sen sen ol, asla denemeye kalkma!

(Hep birlikte) **BAĞIMLILIK KÖTÜ MÜ?**

 3. Öğrenci:……………………………………

 Hem de çok! Bağımlı kişinin kendine güveni azalır, değerleri yok olmaya başlar. Hem maddi hem manevi zarar görür. Sen sen ol, sağlığından da parandan da olma!

(Hep birlikte) **ARKADAŞIM DENEYELİM DERSE**

 4. Öğrenci:……………………………………

 Aklını kullan sen de! Hem iyi arkadaş kötüye davet eder mi? Zararlı ve bağımlılık yapıcı maddeleri kullanmaya davet edenlerle arkadaşlık etme. Sen sen ol, arkadaşını iyiye, doğruya, güzele çağır.

(Hep birlikte) **NE YAPMALI?**

 5. Öğrenci:……………………………………

 Sağlıklı beslenmeli, spor yapmalı. Temiz havadan, güneşten bolca faydalanmalı. Sen sen ol, bedenine saygı duy ve onu korumaya özen göster!

(Hep birlikte) **SON SÖZÜMÜZ SİZLERE**

6. Öğrenci:…………………………………… : KUMARDAN, TÜTÜNDEN,

7. Öğrenci:…………………………………… : UYUŞTURUCUDAN, ALKOLDEN

8. Öğrenci:……………………………………: Gereğinden fazla teknolojiden uzak dur!

(Hep birlikte) **BAĞIMLI OLMA, MUTLU OL!** (3 KEZ SÖYLENİR)