

PLANLAMA AŞAMASI

Hedeflerin belirlenerek o hedeflere ulaşmak için gerekenlerin planlandığı aşamadır.

P.1. PROJE ADI:

Sağlıklı Gülüşler Beyaz Dişler

P.2. PROJE DANIŞMANI:

Doç. Dr. Ahmet Volkan YÜZÜAK

P.3. PROJENİN AMAÇLARI

Bu etkinlikler, 5. sınıf öğrencilerinin ağız ve diş sağlığı konusunda bilinçlenmelerini, sağlıklı yaşam alışkanlıkları kazanmalarını ve bu alışkanlıkları kalıcı hâle getirmelerini amaçlamaktadır. Etkinlikler kapsamında öğrencilerin doğru diş fırçalama tekniklerini öğrenmeleri, diş çürüklerinin nedenlerini kavramaları, sağlıklı ve dengeli beslenmenin ağız sağlığı üzerindeki etkilerini fark etmeleri hedeflenmektedir. Ayrıca, diş hekimi kontrollerinin önemi vurgulanarak, öğrencilerin ağız ve diş sağlığına yönelik olumlu tutum geliştirmeleri desteklenmektedir. Hem eğitici hem de eğlenceli içeriklerle planlanan bu çalışmalar, öğrencilerin teorik bilgileri uygulama yoluyla pekiştirmesine olanak tanımaktadır.

P.4. PROJE SÜRESİ (Hafta Olarak Belirtiniz.)

4 Hafta

P.5. PROJENİN**Başlangıç Tarihi (dönemin ilk günü)**

17.02.2025

Bitiş Tarihi (dönemin son günü)

13.06.2025

P.6. PROJENİN GERÇEKLEŞTİRİLECEĞİ YERLER (Kurum, Kuruluş vb.)

Millî Eğitim Bakanlığı/ Bartın Borsa İstanbul Ortaokulu/ 5.sınıf öğrencileri

P.7. Projeye Katkı Sağlayacak Kurum ve Kuruluşlar (Varsa)

Bartın Üniversitesi Eğitim Fakültesi

P.8. PROJEDE GÖREV ALACAK KİŞİLERİN GÖREV DAĞILIMLARI

Sıra No	Adı Soyadı	Görevi
1	İrem Ece AKCAOĞLU	Koordinatör
2	Azra Betül AVGIN	Araştırmacı
3	Yeliz BURGUCU	Araştırmacı
4	Elif Nur İŞLER	Araştırmacı
5	Hilal KURTOĞLU	Araştırmacı
6	Hamdullah İBRAHİMOĞLU	Araştırmacı

P.9. PROJE EKİBİ

Öğrenci No	Adı Soyadı	Bölümü
23010501001	İrem Ece AKCAOĞLU	Fen bilgisi Öğretmenliği
23010501002	Azra Betül AVGIN	Fen bilgisi Öğretmenliği
23010501003	Yeliz BURGUCU	Fen bilgisi Öğretmenliği
23010501007	Elif Nur İŞLER	Fen bilgisi Öğretmenliği
23010501008	Hilal KURTOĞLU	Fen bilgisi Öğretmenliği
23010501011	Hamdullah İBRAHİMOĞLU	Fen bilgisi Öğretmenliği

P.10. KULLANILACAK MATERYAL VE ARAÇLAR

- Hindistan cevizi yağı
- Karbonat
- Hidrojen peroksit (gıda sınıfı, %3'lük)
- Tarçın veya karanfil yağı (aroma ve antibakteriyel etki için)
- Küçük bir kap
- Karıştırma çubuğu veya kaşık
- Takip çizelgeleri
- Pankartlar

P.11. PROJENİN BÜTÇESİ

(Ayrıntılı olarak belirtiniz. Nakdi ve çalışan kişilerin katkıları, sponsor destekleri vb.)

- Hindistan cevizi yağı
- Karbonat
- Hidrojen peroksit (gıda sınıfı, %3'lük)
- Tarçın veya karanfil yağı
- Küçük bir kap
- Karıştırma çubuğu veya kaşık
- Karton
- İp
- A4 Kağıdı
- 24 tane diş fırçası

TOPLAM: 1000 TL

**P.12. UYGULAMA PLANI - YAPILMASI
PLANLANAN ETKİNLİKLER**

(Her etkinlik ayrıntılı olarak somut ve net ifadelerle açıklanmalıdır.)

1. Ağız ve diş sağlığı hakkında sunum	Bu etkinlik, öğrencilerimize ağız ve diş sağlığının önemini öğretmeyi amaçlamaktadır. Sunum sırasında, diş sağlığını korumanın temel adımlarına ve doğru beslenmenin diş sağlığı üzerindeki etkilerine değinilecektir. Ayrıca diş çürüğünün nedenleri ve diş doktoru kontrolünün önemine dair bilgiler paylaşılacaktır. Sunumda ağız ve diş sağlığının önemi, diş çürüğünün nedenlerine ve nasıl korunabileceği, diş sağlığını destekleyen ve diş sağlığına zarar veren besinler, diş hekimi kontrolünün önemi, erken teşhis ve tedavinin önemi hakkında bilgiler verilmiştir. Etkinlikte ayrıca, sağlıklı atıştırmalıklar ve diş dostu gıdalar hakkında konuşulacak ve öğrencilerin günlük beslenme alışkanlıklarında nasıl değişiklikler yapabilecekleri üzerine fikir alışverişinde bulunulacaktır. Öğrenciler, şekerli yiyeceklerin yerine hangi sağlıklı alternatiflerin tercih edilebileceğini öğrenecek ve bu bilgileri evlerinde aileleriyle paylaşabileceklerdir. Sunum öğrencilerin diş sağlığına dair farkındalık kazanmalarına yardımcı olacaktır.
2. Diş fırçalama takip çizelgesi	Bizim tarafımızdan hazırlanmış olan 4 haftalık diş fırçalama takip çizelgesi verilecektir. Bu çizelgede düzenli bir şekilde diş fırçalama alışkanlığı kazandırılması amaçlanmaktadır. Her hafta düzenli bir şekilde çizelgenin takibi sağlanacaktır. Bu etkinlikte, öğrencilere diş sağlığının önemi anlatılarak doğru diş fırçalama teknikleri uygulamalı olarak gösterilecektir. Öncelikle, diş çürükleri ve kötü ağız hijyeninin zararları hakkında kısa bir bilgilendirme yapılacaktır. Ardından, diş fırçası ve diş macununun doğru kullanımı tanıtılacak, bezelye tanesi kadar macun kullanılması gerektiği kavratılacaktır. Daha sonra, öğrencilerle birlikte adım adım doğru fırçalama yöntemi uygulanacaktır. Dişlerin dış, iç ve çiğneme yüzeyleri fırçalanacak, dil temizliğine dikkat edilmesi sağlanacaktır.
3. Doğru diş fırçalamayı öğreniyoruz	Bu etkinlikte, öğrencilere diş sağlığının önemi anlatılarak doğru diş fırçalama teknikleri uygulamalı olarak gösterilecektir. Öncelikle, diş çürükleri ve kötü ağız hijyeninin zararları hakkında kısa bir bilgilendirme

	yapılacaktır. Ardından, diş fırçası ve diş macununun doğru kullanımı tanıtılacak, bezelye tanesi kadar macun kullanılması gerektiği kavratılacaktır. Daha sonra, öğrencilerle birlikte adım adım doğru fırçalama yöntemi uygulanacaktır. Dişlerin dış, iç ve çiğneme yüzeyleri fırçalanacak, dil temizliğine dikkat edilmesi sağlanacaktır.
4. Diş macunu yapma	Bu etkinlik, öğrencilerin deneysel öğrenme yoluyla hijyen ve diş sağlığı konularında bilinçlenmesini amaçlamaktadır. Basit malzemelerle diş macunu yaparak kimyasal tepkimeleri gözlemlene fırsatı bulurlar ve bilimsel düşünme becerilerini geliştirirler. Gerekli malzemeler: • 1 çay kaşığı hindistan cevizi yağı • ½ çay kaşığı karbonat • ¼ çay kaşığı hidrojen peroksit (gıda sınıfı, %3'lük) • 3 damla tarçın veya karanfil yağı (aroma ve antibakteriyel etki için) • Küçük bir kap • Karıştırma çubuğu veya kaşık Uygulama aşamaları: Hindistan cevizi yağı katı haldeyse, benmari usulü hafifçe ısıtıp sıvı hale getirebilirsiniz. Çok sıcak olmamasına dikkat edin. Sıvı hale gelen hindistan cevizi yağının içine karbonatı ilave edin. Karışımı çubuk veya kaşık yardımıyla iyice karıştırın. %3'lük gıda sınıfı hidrojen peroksiti ölçülü şekilde ekleyin. Karışımda hafifçe köpürme görebilirsiniz, bu normaldir. Aroma ve antibakteriyel yağ ekleme; 3 damla tarçın yağı veya karanfil yağı damlatın (Dilerseniz nane yağı gibi başka aromalar da kullanabilirsiniz). Karışımı tekrar homojen olana kadar karıştırın. Oluşan macunu ufak bir kapta saklayın. Eğer katılaşırsa, ılık ortamda biraz bekletip yeniden karıştırabilirsiniz. Elde ettiğiniz diş macunu,

	doğal içeriği sayesinde dişlerinizi temizlerken aynı zamanda ferah bir his bırakır.
5. Ağız ve diş sağlığı konulu drama	Bu etkinlik, öğrencilerin ağız ve diş sağlığının önemini eğlenceli ve öğretici bir drama yoluyla kavramalarını sağlamayı amaçlamaktadır. Drama etkinliği sayesinde öğrenciler, diş çürüklerinin nasıl oluştuğunu, sağlıklı beslenmenin diş sağlığı üzerindeki etkisini ve düzenli diş fırçalamanın gerekliliğini eğlenceli bir hikâye içinde keşfedeceklerdir. Etkinlik, mizahi unsurlar içeren, öğrencilerin aktif rol alabileceği ve yaş seviyelerine uygun bir senaryo ile sunulacaktır. Hikaye, dişlerini ihmal eden bir karakterin yaşadığı olaylar üzerinden ilerleyecek ve sağlıklı dişlerin kahramanları, diş bakımı konusunda bilinçlendirici bir mücadele vereceklerdir. Ayrıca, diş doktoruna düzenli gitmenin önemini vurgulayarak, diş hekimi korkusunu yenmelerine yardımcı olacak bir bilinç oluşturmaya hedeflemektedir. Öğrenciler, drama sırasında aktif bir şekilde yer alarak, diş sağlığı ile ilgili kalıcı bilgiler edinirken aynı zamanda eğlenceli ve öğretici bir deneyim yaşayacaklardır.

P.13. ZAMAN YÖNETİMİ*(Zaman yönetiminde satır ve sütunlara ekleme yapabilirsiniz.)*

Yıl	Ay	Hafta	Planlama	Uygulama	Değerlendirme	Raporlama	Geri Dönüt Verme/Proje Döngüsünü Kapatma
2025	Şubat	1.Hafta	Dersin tanıtımı ve dosya sisteminin tanıtılması		X	X	X
	Şubat	2.Hafta	Dosya sisteminin tanıtılması		X	X	X
	Mart	3.Hafta	Proje isimlerini netleştirme		X	X	X
	Mart	4.Hafta	Proje dosyalarının hazırlanması		X	X	X

	Mart	5.Hafta	Proje teklif formlarının teslim tarihi		X	X	X
	Mart	6.Hafta	PUKO döngüsü		X	X	X
	Nisan	7.Hafta	Ramazan Bayramı 3. gün		X	X	X
	Nisan	8.Hafta	Ara Sınav		X	X	X
	Nisan	9.Hafta	Uygulama haftası	X	X	X	X
	Nisan	10.Hafta	Uygulama haftası	X	X	X	X
	Nisan	11.Hafta	Uygulama haftası	X	X	X	X
	Mayıs	12.Hafta	Uygulama haftası	X	X	X	X
	Mayıs	13.Hafta	Projenin tamamlanması		X	X	X
	Mayıs	14.Hafta	Son Kontroller - Genel değerlendirme		X	X	X
	Mayıs	15. Hafta	Son Kontroller - Genel değerlendirme		X	X	X
	Haziran	16. Hafta	Derslerin son bulması		X	X	X
	Haziran	17. Hafta	Dönem sonu sınavlar		X	X	X

UYGULAMA AŞAMASI

Planlanan faaliyetlerin uygulama sürecinin izlendiği ve gerçekleştirildiği aşamadır.

UA.1. FAALİYET PLANINI İZLEME VE GERÇEKLEŞTİRME

Doküman No	FRM-0215
Yayın Tarihi	28.05.2019
Revizyon Tarihi	-
Revizyon No	0

1.Etkinlik: Bu etkinlikte öğrencilere ağız ve diş sağlığının önemi anlatıldı. Diş çürüğünden korunma yolları, sağlıklı beslenme alışkanlıkları ve düzenli diş hekimi kontrolleri üzerine bilgiler verildi. Öğrenciler, şekerli yiyecekler yerine sağlıklı alternatifleri öğrendi. Sunum, öğrencilerin diş sağlığı konusunda bilinçlenmesini sağladı.

2.Etkinlik: Öğrencilere, tarafımızdan hazırlanan 4 haftalık diş fırçalama takip çizelgesi verildi. Bu çizelgeyle düzenli diş fırçalama alışkanlığı kazanmaları hedeflendi. Her hafta çizelgenin takibi yapılarak öğrencilerin sürece aktif katılımı sağlandı.

3.Etkinlik: Bu etkinlikte öğrencilere diş sağlığının önemi anlatıldı. Diş çürükleri ve ağız hijyeninin önemi hakkında kısa bir bilgilendirme yapıldı. Doğru diş fırçalama teknikleri uygulamalı olarak gösterildi. Diş fırçası ve macunun doğru kullanımı anlatıldı; bezelye tanesi kadar macun kullanılması gerektiği vurgulandı. Öğrencilerle birlikte dişlerin dış, iç ve çiğneme yüzeyleri fırçalandı, dil temizliği hatırlatıldı.

4.Etkinlik: Etkinlikte öğrenciler, deneysel öğrenme yoluyla hijyen ve diş sağlığı konusunda bilinçlendirildi. Basit malzemelerle kendi diş macunlarını yaparak kimyasal tepkimeleri gözlemlediler. Bu süreçte bilimsel düşünme becerileri desteklendi. Doğal içeriklerle hazırlanan macun, hem eğlenceli hem öğretici bir deneyim sundu.

5.Etkinlik: Etkinlikte öğrenciler, ağız ve diş sağlığını eğlenceli bir drama yoluyla öğrendi. Diş çürüklerinin oluşumu, sağlıklı beslenme ve düzenli fırçalamanın önemi hikâye içinde canlandırıldı. Öğrenciler aktif roller üstlenerek drama sürecine katıldı. Etkinlik, diş hekimi korkusunu azaltmayı ve ağız bakım bilincini artırmayı hedefledi.

UA.2. UYGULAMA SONUÇLARININ YAKIN TAKİBİ

Projenin takibi her hafta Doç. Dr. Ahmet Volkan YÜZÜAK tarafından yapıldı. Eksiklikler ve hatalar düzeltildi.

KONTROL ET AŞAMASI

Planlanan amaçlara ulaşılabilme durumunun değerlendirildiği ve ne tür sorunların ortaya çıktığına yönelik kontrol ve analizlerin yapıldığı aşamadır.

KA.1. PLANLANAN AMAÇLARA ULAŞILMA DURUMU

(Planlanan amaçlara ne kadar ulaşıldı?)

Etkinlik 1: Amaçlandığı gibi yapıldı.

Etkinlik 2: Amaçlandığı gibi yapıldı.

Etkinlik3: Amaçlandığı gibi yapıldı.

Etkinlik 4: Amaçlandığı gibi yapıldı.

Etkinlik 5: Amaçlandığı gibi yapıldı.

KA.2. AMAÇTAN OLASI SAPMALARİ TESPİT ETME VE KAYDETME

Adres : Bartın Üniversitesi Rektörlüğü
74100 Merkez / BARTIN

Telefon : 0378 223 55 00
İnternet Adresi : www.bartın.edu.tr
E-Posta : info@bartın.edu.tr

Sayfa 7 / 13

Proje amacından sapma olmadı.

KA.3. İLGİLİ KİŞİLERE YAPILAN BİLGİLENDİRMELER

(Projeyi yürütenlerin projeye yönelik öz değerlendirme süreci, projenin hedef kitlesi ile ilgili yapılan anketler/dönütler vb.)

Proje sonuç raporuyla projeyi yürütenlerin sürece yönelik görüşleri alındı.

KA.4. PROJENİN ÖZETİ (100-150 Kelime)**Proje Özeti**

Bu proje, 5. sınıf öğrencilerinin ağız ve diş sağlığı konusunda bilinç kazanmalarını, doğru hijyen alışkanlıkları edinmelerini ve bu alışkanlıkları günlük yaşamlarında sürdürebilmelerini amaçlamaktadır. Ağız ve diş sağlığının genel sağlık üzerindeki etkisi göz önünde bulundurularak hazırlanan bu çalışmada, öğrencilerin diş çürüklerinden korunmaları, sağlıklı beslenme alışkanlıkları geliştirmeleri ve düzenli diş hekimi kontrollerinin önemini kavramaları hedeflenmiştir. Etkinlikler, teorik bilgilendirme ile birlikte uygulamalı ve eğlenceli öğrenme yöntemlerini bir araya getirerek kalıcı öğrenme sağlamayı amaçlamaktadır. Sunum, takip çizelgesi, uygulamalı fırçalama, doğal diş macunu yapımı ve drama olmak üzere beş farklı etkinlikten oluşan bu proje, öğrencilerin hem bilgi hem de beceri yönünden gelişimlerini desteklemektedir.

Etkinlik 1: Ağız ve Diş Sağlığı Hakkında Sunum

Etkinlikte öğrencilere ağız ve diş sağlığının önemi anlatıldı. Diş çürüğünün nedenleri, sağlıklı ve zararlı besinler, düzenli fırçalamanın gerekliliği ve diş hekimi kontrollerinin önemi üzerinde duruldu. Sunum, öğrencilerin ağız sağlığı konusunda bilinçlenmesini sağladı.

Etkinlik 2: Diş Fırçalama Takip Çizelgesi

Öğrencilere, tarafımızdan hazırlanan 4 haftalık diş fırçalama takip çizelgesi dağıtıldı. Bu çizelge ile düzenli fırçalama alışkanlığı kazandırılması amaçlandı. Her hafta çizelgenin takibi yapılarak öğrencilerin sürece aktif katılımı sağlandı.

Etkinlik 3: Doğru Diş Fırçalamayı Öğreniyoruz

Etkinlikte, öğrencilere doğru diş fırçalama teknikleri uygulamalı olarak gösterildi. Diş fırçası ve macunun doğru kullanımı tanıtıldı, bezelye tanesi kadar macun kullanılması gerektiği anlatıldı. Dişlerin dış, iç ve çiğneme yüzeyleriyle birlikte dil temizliği uygulamalı olarak yapıldı.

Etkinlik 4: Doğal Diş Macunu Yapımı

Öğrenciler basit malzemelerle kendi doğal diş macunlarını yaptılar. Bu etkinlikte hem ağız hijyeni hem de kimyasal tepkimelere dair deneysel öğrenme sağlandı. Bilimsel düşünme becerileri desteklendi, öğrenciler eğlenerek öğrendi.

Etkinlik 5: Ağız ve Diş Sağlığı Konulu Drama

Drama etkinliğiyle öğrenciler, diş sağlığının önemini eğlenceli bir hikâye üzerinden öğrendiler. Diş çürüklerinin oluşumu, sağlıklı beslenmenin önemi ve diş fırçalamanın gerekliliği canlandırıldı. Etkinlik, öğrencilerin hem eğlenmesini hem de bilinçlenmesini sağladı; diş hekimi korkusunun azaltılması hedeflendi.

ÖNLEM AL AŞAMASI

Kontrol aşamasında elde edilen öğrenmelerle bir sonraki planlamanın iyileştirildiği ve geliştirildiği aşamadır.

ÖA.1. PLANLANAN ETKİNLİKLER İLE YAPILAN UYGULAMALAR ARASINDA ORTAYA ÇIKAN FARKLILIKLARI GİDERMEK ADINA YAPILAN FAALİYETLER

Farklılıkları gidermek adına planlanan etkinlikler zamanında yapılmıştır.

ÖA.2. ETKİLİ ÖNLEMLERİ STANDARTLAŞTIRMA

Ağız ve diş sağlığını korumaya yönelik uygulamalar, tüm öğrenciler için aynı şekilde uygulanacak biçimde standardize edilmiştir. Fırçalama alışkanlıkları, sağlıklı beslenme tercihleri ve düzenli kontroller, rehberli etkinliklerle sistemli hâle getirilmiştir.

ÖA.3. GEREKLİ EĞİTİM VE YÖNLENDİRMELERİ SAĞLAMA

Projenin danışmanının geri bildirimleri doğrultusunda, ağız ve diş sağlığı konulu etkinliklere yönelik yönlendirme sağlanacaktır.

ÖA.4. KALICI BİR İZLEME SİSTEMİ KURMA/SÜRDÜRÜLEBİLİRLİK

Projeyi aktif bir şekilde yürütüp gelen yorum ve bildirimleri dikkate alıp, geliştirmek amaçlanmıştır

ÖA.5. BİR SONRAKİ PROJELERE/ÇALIŞMALARA YÖNELİK ÖNERİLER

Hazırlanan etkinlikler öğrencilerin öğrenme düzeylerine uygun olmalı ve proje verilmesi hedeflenen içerik ile uygulanan etkinlik birbiriyle uyuşmalıdır. Hazırlanan etkinlerde öğrencilerin motivasyonlarını arttırıcı ve dikkatlerini çekecek uygulamalar seçilmelidir.

ÖA.6. PROJENİN SONUCUNDA TOPLUMA HİZMET YÖNÜNDEN ELDE EDİLEN KATKILAR

Bu proje sayesinde öğrenciler, ağız ve diş sağlığının önemini erken yaşta kavrayarak sağlıklı yaşam alışkanlıkları geliştirmiştir. Edindikleri bilgiler ve becerilerle sadece kendi sağlıklarını korumayı değil, aynı zamanda aile bireylerini de bilinçlendirmeyi öğrenmişlerdir. Böylece toplumda ağız ve diş sağlığına yönelik farkındalık artmış, koruyucu sağlık hizmetlerinin desteklenmesine katkı sağlanmıştır. Uzun vadede bu tür bilinçlendirme çalışmaları, toplum genelinde ağız sağlığı sorunlarının azalmasına ve daha sağlıklı nesillerin yetişmesine olanak tanıyacaktır.

PROJEYE AİT FOTOĞRAFLAR







