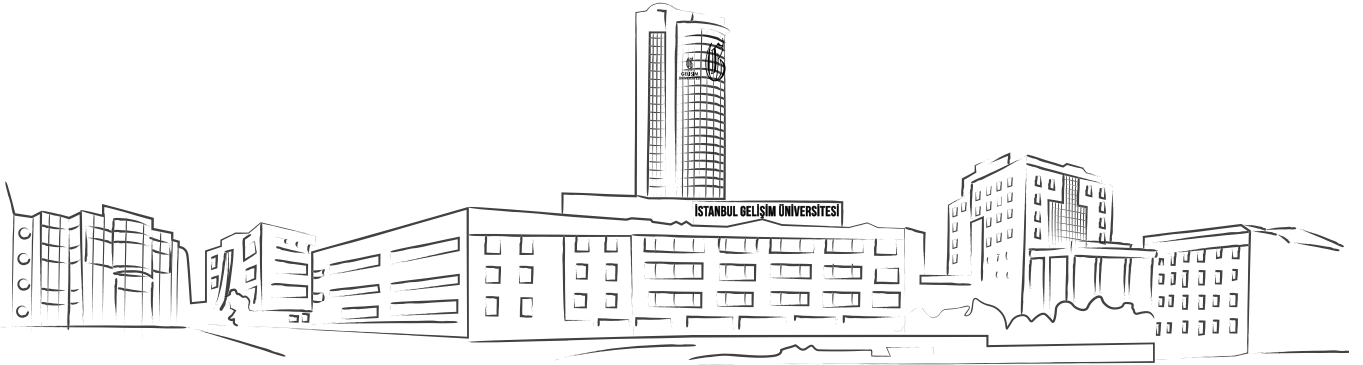


İSTANBUL
GELİŞİM
ÜNİVERSİTESİ

HAFTALIK ÜNİVERSİTE BÜLTENİ

11 MAYIS - 15 MAYIS 2020

CİLT 4 / SAYI 13



PERSONEL GÜNDEMİ

Üniversitemiz Teknoloji Transfer Ofisi Uygulama ve Araştırma Merkezi'ne 12.05.2020 tarihinde Merkez Müdürü olarak **Doç. Dr. Indrit MYDERRIZI** atanmıştır.

The Impact Rankings 2020



Maskeli sınav stresi için uzmanından nefes egzersizi

11 MAYIS 2020



Sınav tarihlerinin değişmesiyle birlikte öğrenciler sınav stresi yaşamaya başladı. Bu sene maske ile sınava girecek öğrenciler için Çocuk ve Genç Psikiyatristi Doç. Dr. Sevcan Karakoç Demirkaya, öğrencilerin maske ile nefes egzersizleri yaparak rahatlayabileceğini söyledi.

Koronavirüs salgını sonrası, Liselere Giriş Sınavı'nın (LGS) 20 Haziran'da, Yükseköğretim Kurumları Sınavı'nın (YKS) da 27-28 Haziran'da gerçekleşeceği bildirildi. Tarihlerin değişmesi, öğrencilerin kendi okullarında sınava girecek olması ve özellikle sınavların maske kullanılarak gerçekleştirilmesinin öğrenciler üzerinde kaygıya neden olabileceğine dikkat çeken İstanbul Gelişim Üniversitesi'nden Psikiyatrist Doç. Dr. Sevcan Karakoç Demirkaya, "Bir miktar kaygı her zaman gerekiyor ki sınava otursunlar, çalışsınlar ve bu dönem verimli geçsin. Ancak bir belirsizlik vardı ve bu sınavla ilgili bir belirsizlikti. Bu nedenle çocukların bir kısmı çalışmaya bırakmıştı ya da bazı gençler artık tükenmiş durumdaydı. Tarihin netleşmiş olması bir açıdan iyi oldu ve kaygıyı azaltmış oldu" dedi.

Haberin devamı için www.gelisim.edu.tr'yi ziyaret edebilirsiniz

Pandemi dönemi gençleri ve çocukları nasıl etkiledi?

12 MAYIS 2020



Koronavirüs salgını sürecinde evden dışarı çıkamayan 20 yaş altı gençleri ve çocukları bekleyen en büyük tehlikenin hareketsizlik olduğuna dikkat çeken Dr. Öğr. Üyesi Haluk Saçaklı, "Çocukların, televizyon, bilgisayar, internet, ders çalışmak için hareketsiz geçirdikleri süre normalde 6 saati şimdi uzaktan eğitim ile bu süre en az 12 saat oldu" dedi.

"ALINAN BİLGİ YAVAŞ İŞLENİYOR"

Türkiye'de 12-14 yaş aralığı erkek çocukların yüzde 41.4'ünün, kızlarda ise yüzde 69.9'unun hiç egzersiz ve spor yapmadığına vurgu yapan İstanbul Gelişim Üniversitesi'nden Dr. Öğr. Haluk Saçaklı, "15-18 yaş aralığı erkek gençlerde de oran yüzde 44.6, kızlarda ise yüzde 72.5'a yükseliyor. Bu gençlerin bir süre daha evde kalacaklarını düşünürsek, egzersiz yapılmadığında, beyin yeterli oksijeni alamıyor ve kapasitesinin verimi düşüyor. Alınan bilgi yavaş işleniyor, bu durumda geç algılama, geç fark etme, çabucak unutma gibi yansımalarıyla fark ediliyor" diye konuştu.

Haberin devamı için www.gelisim.edu.tr'yi ziyaret edebilirsiniz

Mekatronik öğrencileri dev festival için ilk aşamayı geçti

12 MAYIS 2020



Havacılık, Uzay ve Teknoloji Festivali TEKNOFEST 22-27 Eylül tarihlerinde Gaziantep Havalimanı'nda yapılacak. İstanbul Gelişim Meslek Yüksekokulu Mekatronik programı öğrencilerinden oluşan 'İGÜ Behemehâl' takımı da festivale katılmak için ilk aşamayı geçerek robotik alanındaki faaliyetlerine bir yenisini daha ekledi.

Havacılık, Uzay ve Teknoloji Festivali TEKNOFEST 22-27 Eylül tarihlerinde Gaziantep Havalimanı'nda yapılacak. İstanbul Gelişim Meslek Yüksekokulu Mekatronik programı öğrencilerinden oluşan 'İGÜ Behemehâl' takımı da festivale katılmak için ilk aşamayı geçerek robotik alanındaki faaliyetlerine bir yenisini daha ekledi.

Haberin devamı için www.gelisim.edu.tr'yi ziyaret edebilirsiniz

Korona stresi ile baş etmek için öneriler

14 MAYIS 2020



COVID-19'un neden olduğu stresle etkili bir şekilde baş etmenin olumlu bir tutum sürdürmekten geçtiğini belirten ve stresle başa çıkma önerilerini sıralayan Prof. Dr. William Mosier, "Sıkıntı halindeyken ve daha iyi hissetmek istediğinizde fiziksel egzersiz yardımcı olabilir. Enerjinin fiziksel salınımı stres yanıtımızı yapıcı bir şekilde kontrol etmede önemlidir. Kendinize karşı nazik olun" dedi.

Stresin, insan yaşamını sürdürmek için gerekli enerjiyi sağladığını ifade eden İstanbul Gelişim Üniversitesi (İGÜ) Sağlık Bilimleri Yüksekokulu Çocuk Gelişimi Bölümü Öğretim Üyesi Amerikalı Prof. Dr. William Mosier, "İnsanlar stres arayan varlıklardır. İnsan vücudu strese tahmin edilebilir şekilde fizyolojik bir şekilde tepki verir. Stres vücudumuzda acil bir adrenalin salgısı yaratır. Bu kimyasal reaksiyonlar kardiyovasküler fonksiyonu hızlandıran ve sindirimimizi etkileyen değişikliklere yol açar. İnsan vücudunda, stres reaksiyonumuzun sevinçten mi yoksa korkudan mı kaynaklandığı önemli değildir; fizyolojik tepki aynıdır. Stres tepkimiz, vücut aşırı enerji oluştururken yaşadığımız durumdur" diye konuştu.

Haberin devamı için www.gelisim.edu.tr'yi ziyaret edebilirsiniz

İGUZEB

İstanbul Gelişim Üniversitesi
Uzaktan Eğitim



COVID-19 sebebiyle, **Yükseköğretim Kurulunca (YÖK)** alınan karar doğrultusunda üniversitelerde uzaktan eğitim sürecine başlanmıştır. İstanbul Gelişim Üniversitesi olarak 2016 yılından bu yana faaliyet gösteren **Uzaktan Eğitim Birimi (İGUZEB)** gerek teknik altyapısı, gerek deneyimiyle bu süreçte öğrencilerin eğitim-öğretim hayatlarını verimli bir şekilde devam ettirmek adına tam kapasite çalışmaktadır.

İGUZEB, uzaktan eğitimin öğrenci merkezli, zaman ve mekandan bağımsız yaşam boyu ve sınırsız öğrenme bilincini amaç edinerek; bu kapsamda öğretim elemanlarımızın bilgi ve tecrübelerinin uzaktan eğitim teknolojilerinin kullanılmasıyla **uluslararası e-öğrenme standartlarında** kalite seviyesine çıkarmayı kendine vizyon edinmiştir. Bu bağlamda üniversitemiz bünyesinde yürütülmekte olan mevcut **ön lisans, lisans ve yüksek lisans** programlarına gerekli teknik desteği sunarak e-öğrenme temeline dayanan teknolojilerle dijital içerik geliştirme çalışmalarını sürdürmektedir.

Ülkemizin ve dünyanın yaşadığı bu zorlu süreçte öğrencilerimiz uzaktan eğitim sistemiyle derslerini takip edebilmekte, öğretim elemanlarımız tarafından hazırlanmış **video, ders notu, çalışma soruları vb. ders içeriklerine** dijital altyapı desteğiyle erişebilmektedirler. Aynı sistemde ödevlerini görüntüleyebilir ve yapmış oldukları ödevlerini sistem aracılığıyla hocalarına ulaştırabilmektedirler.

Canlı derslere katılıp hocalarıyla eşzamanlı iletişim kurma imkânı ve daha sonra ders tekrarını izleme olanağı sağlanmaktadır. Öğrencilerimiz, sorumlu oldukları derslerin sınavlarına çevrimiçi ortamda giriş yapmaktadır. Sınav sisteminde **sorular ve süre bu altyapıya uygun olarak titizlikle** hazırlanmıştır. Bütün bu materyallere internet bağlantısı olan bir bilgisayar, tablet veya mobil cihazlardan erişim sağlanmaktadır. Öğrencilerimizin süreçle ilgili herhangi bir sorusu olduğunda destek talebi gönderebilmekte ve çalışanlarımız tarafından geri dönüş sağlanmaktadır.

İGUZEB olarak bu süreçte öğrencilerimizin, eğitim-öğretimlerini aksatmaması adına **dijital teknolojinin** tüm imkânlarından yararlanarak en verimli eğitimi sunmak için çalışmaktayız.

İSTANBUL
GELİŞİM
ÜNİVERSİTESİ

İCEP
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
CANLI EĞİTİM PLATFORMU

f g+ gelisimedu @igugelisim

www.gelisim.edu.tr



BİLİNMESİ GEREKENLER

Dünyayı etkisi altına alan, Türkiye’de de kendini gösteren **koronavirüs** konusunda **İstanbul Gelişim Üniversitesi**’nde gerekli hassasiyet gösterilip tüm tedbirler alınıyor. **Koronavirüsle ilgili bilinmesi gerekenler** aşağıdaki gibidir.

Yeni Koronavirüs Belirtileri Nelerdir?

- En çok karşılaşılan belirtiler **ateş, öksürük ve solunum sıkıntısıdır**.
- Şiddetli vakalarda **zatürre, ağır solunum yetmezliği, böbrek yetmezliği ve ölüm** gerçekleşebilir.
- Kuluçka süresi **2 ila 14 gün** arasındadır.

Virüs Nasıl bulaşmaktadır?

- Hasta kişilerin **öksürme ve hapşırma**yla ortaya saçtığı damlacıkların ortamdaki diğer bireylerin **ağız, burun ve gözlerine** temasıyla, damlacıkların yapıştığı yüzeylere dokunduktan sonra **ellerin ağza, burun veya göze** götürülmesiyle bulaşabilmektedir.

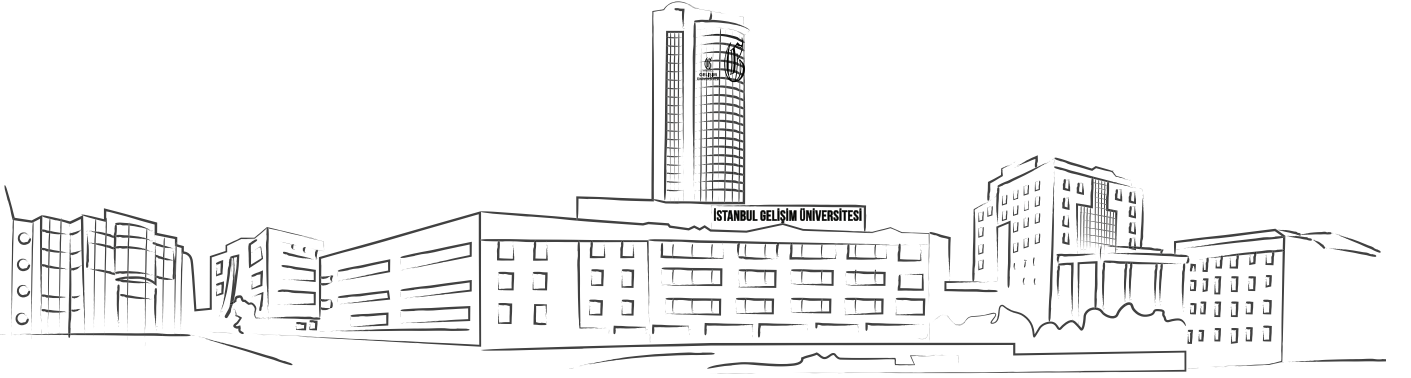
Virüsten Korunmak için Neler Yapmak Gerekemektedir?

- **Öksürme veya hapşırma** sırasında ağız ve burun **tek kullanımlık mendille** kapatılmalı, mendil yoksa avuç içleri ile değil **dirseğin iç kısmı** ile ağız kapatılmalıdır.
- **Tokalaşma ve sarılmadan** kaçınılması gerekmektedir.
- Kirlenmiş ellerle **ağız, burun ve gözlere** dokunulmamalıdır.
- Eller sık sık lavabolarda bulunan **El yıkama Talimatlarına** uygun olarak **en az 20 saniye** boyunca yıkanmalıdır. Su ve sabunun olmadığı durumlarda, **alkol içerikli el antiseptiği** kullanılması gerekmektedir. **70-80 derecelik kolonyalar** da dezenfektan görevi görmektedir.
- Ofis ve sınıfların **saat başı havalandırılması** gerekmektedir.
- Ortak alanlar ve kapı kolları gibi çok kişi tarafından sıkça kullanılan yerler **2 saatte bir dezenfekte** edilmelidir.
- **Toplu taşıma** kullanıldıktan sonra **ellerin yıkanması** gerekmektedir.
- Virüsün bağışıklık sistemi düşük kişilerde daha hızlı ilerlemesi sebebiyle; **dengeli ve sağlıklı beslenilmesi** gerekmektedir. Gıdaların tüketilmeden önce **iyice yıkanması** gerekmektedir.

Belirtiler Varsa Neler Yapılmalıdır?

- Son **14 gün içinde** enfeksiyon görülen ülkelerden geldiyseniz **cerrahi maske** takarak **en yakın sağlık kuruluşuna** başvurunuz.
- Eğer **öksürüyorsanız, ateşiniz varsa ve nefes almakta** zorlanıyorsanız; **cerrahi maske** takarak **en yakın sağlık kuruluşuna** başvurunuz.
- Evde **izolasyon önerilen bir kişiyle** aynı odada bulunduğunuz zamanlarda **maskenizi mutlaka takınız**.





www.gelisim.edu.tr