

T.C.
MİLLİ EĞİTİM BAKANLIĞI
Özel Eğitim Rehberlik ve Danışma Hizmetleri
Genel Müdürlüğü

ORTAOKUL SINIF REHBERLİK PROGRAMI
ETKİNLİK ÖRNEKLERİ



ANKARA, 2007

5. SINIF ETKİNLİK ÖRNEKLERİ

5. SINIF – 1.ETKİNLİK

Etkinliğin Adı:	BAŞARI YOLU
Sınıf:	5.sınıf
Yeterlik Alanı:	Eğitsel Başarı
Kazanım:	Eğitsel başarı ile ilişkili etmenleri açıklar. (Kazanım Numarası -29-)
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf
Süre:	40 Dakika
Ortam:	Sınıf
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni
Araç-Gereç:	Form–26
Hazırlayanlar:	Sündüz BÜKEL / Didem GÜLSARAN Cevriye GÜLEBAĞLAN / Hicran ÇETİN
<u>Süreç:</u>	<ol style="list-style-type: none">1. Öğrenciler dörder kişilik gruplara ayrılırlar.2. Gruplardan eğitsel başarıyı etkileyen etmenleri yazmaları istenir.3. Grupların belirlediği etmenler tahtaya yazılarak bir liste oluşturulur.4. Öğretmen bu gruplama işinden sonra Form-26'da verilen listeyi öğrencilere okur tahtada eksik olan etmenler eklenir.5. Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.<ul style="list-style-type: none">➤ Sizin belirlediğiniz etmenler ile Form–26 daki etmenler arasında fark var mıdır? Neler?➤ Eğitsel başarıda bu etmenler neden önemlidir?➤ Bu etmenler arasında yapmadıklarınız ya da eksik yaptıklarınız var mı? Neler? Niçin?➤ Siz kendinizi başarılı buluyor musunuz? Neden?➤ Eğitsel başarıınızı artırmak için başka neler yapabilirsiniz?6. Eğitsel başarı ile ilişkili etmenlerin önemi vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.
Değerlendirme:	

FORM-26

Zamanı düzenli kullanma

Planlı ve disiplinli çalışma

Düzenli olma

Çalışma ortamının düzenlenmesi

İstekli olma ve çaba harcama

Derse aktif olarak katılma

Ders öncesi hazırlık

Sağlıklı beslenme

Yeteri kadar uyuma

Not tutma

Özet çıkararak çalışma

Ezberlemeden anlayarak çalışma

Etkili ve anlayarak okuma

Tekrar etme

Amacını belirleme

Gerçekçi hedefler koyma

Zihnin dağılmasına yol açan sebepleri bilmek (Hayal kurmak, endişelere kapılmak, yatarak çalışma, müzik dinleyerek ders çalışma, televizyon izleyerek ders çalışma)

Hayır demeyi öğrenmek

Etkin dinleme

Stres

5. SINIF – 2.ETKİNLİK

Etkinliğin Adı:	YARDIM ALABİLİRİM
Sınıf:	5.sınıf
Yeterlik Alanı:	Kişiler Arası ilişkiler
Kazanım:	Kişisel-sosyal ve eğitsel sorunlarla karşılaştığında nereden ve nasıl yardım alacağını fark eder. (Kazanım Numarası -108-)
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf
Süre:	40 Dakika
Ortam:	Sınıf
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni
Araç-Gereç:	Form–27,Form–28
Hazırlayanlar:	Serdar ERKAN Sündüz BÜKEL / Didem GÜLSARAN Cevriye GÜLEBAĞLAN / Hicran ÇETİN
<u>Süreç:</u> 1. Öğretmen Form–27 deki bilgileri tahtaya yazar. 2. Form-28 öğrencilere dağıtılır ve formdaki sorunlarla karşılaşan bir kişinin nereden yardım alabileceğini, sorunun karşısındaki ilgili bölüme yazmaları istenir. 3. Gönüllü öğrenciler yazdıklarını sınıfla paylaşır. 4. Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi devam eder. ➤ Bir sorun yaşadığınızda neler hissedersiniz? Yardım alma ihtiyacı duyar mısınız? Neden? ➤ Form–28 de belirtilen sorunlara benzer yaşadıklarınız oldu mu? Neler? Nereden yardım aldınız? ➤ Günlük hayatınızda karşılaştığınız ya da karşılaşılabileceğiniz sorunlar ile ilgili olarak kimlerden, nerelerden ve nasıl yardım alırsınız? 5. Kişisel-sosyal ve eğitsel sorunlarla karşılaştığında nereden ve nasıl yardım alacağı vurgulanarak etkinlik sonlandırılır. Değerlendirme:	

FORM-27

Nereden yardım alabiliriz?
Aile
Öğretmen/ Okul İdaresi
Rehberlik Servisi
Rehberlik Araştırma Merkezi
Diyetisyen
Sosyal Yardımlaşma Dernekleri
Çocuk Psikiyatrisi, Çocuk Psikologu
Arkadaş
Doktor
Belediye
Sağlık Ocağı
Polis
Muhtar
Komşu
İnternet
Ekleme istedikleriniz varsa aşağıya ekleyin.

FORM-28

Günlük hayatta karşılaşılabilecek bazı sorunlar	Nereden yardım alabiliriz?
Halsizlik hissediyorum ve çabuk yoruluyorum.	
Bazı arkadaşlarımın kötü hareket ve sözleri beni üzüyor.	
Hiçbir derste yeteri kadar başarılı değilim.	
Gözlük kullanmak zorunda olduğum için sıkılıyorum.	
Okulumuz iyi ısınmıyor.	
Başarılı olmak için nasıl daha iyi ders çalışmam gerektiğini bilmiyorum.	
Öğretmenimle/ öğretmenlerimle rahatça konuşamıyorum.	
Evimiz okula çok uzak.	
Evde ders çalışmama yardım eden kimse yok.	
Kardeşimle / kardeşlerimle iyi geçinemiyorum.	
Laboratuvar, spor salonu, kitaplığımız yok.	
Babamın kötü alışkanlıkları beni üzüyor.	
Ailemin maddi durumu iyi değil.	
İlköğretimi bitirince çalışmak zorundayım.	
Gelecekte ne olmak istediğimi bilmiyorum.	
Sağlıklı bir bedene sahip olmadığımı düşünüyorum.	
Öğrencilerin verilen sorunların dışında yaşanan başka sorunları var ise sorunlarını ve nereden yardım alabileceklerini aşağıya yazabilirler.	

5. SINIF – 3.ETKİNLİK

Etkinliğin Adı:	ATİLLA VE ARKADAŞLARI
Sınıf:	5. sınıf
Yeterlik Alanı:	Eğitsel Başarı
Kazanım:	Etkili bir grup üyesinin ve liderinin özelliklerini açıklar. (Kazanım Numarası -26-)
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf
Süre:	40 Dakika
Ortam:	Sınıf
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni
Araç-Gereç:	Form–28, Form–29, Form–30
Hazırlayanlar:	Sündüz BÜKEL / Didem GÜLSARAN Cevriye GÜLEBAĞLAN / Hicran ÇETİN
<u>Süreç:</u>	<ol style="list-style-type: none">1. Öğretmen Form-28'i okur.2. Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi başlar.<ul style="list-style-type: none">➤ Bu hikâyedeki grup lideri kim?➤ Bu hikâyedeki grup üyeleri kimler?➤ Bu hikâyedeki grup liderinin özellikleri neler, neler yaptı?➤ Bu hikâyede etkili grup üyesinin özelliklerine uymayan var mı?➤ Bu proje nasıl sonuçlandı?3. Öğretmen Form-29 ve Form-30 okur.4. Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.<ul style="list-style-type: none">➤ İyi bir grup liderinin özellikleri ile Atilla'nın özellikleri benziyor mu?➤ Etkili bir grup üyesinin özellikleri neler olmalı?➤ Sizde grup lideri ya da grup üyesi olduğunuz bir çalışmanız, yaşantınız oldu mu? Neler yaşadınız? Neler hissettiniz?5. Etkili bir grup üyesi ve liderinin önemi ve gerekliliği vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.
Değerlendirme:	

FORM-28

ATILLA VE ARKADAŞLARININ BAŞARISI

Atilla, öğretmeninin verdiği proje üzerinde uzun süre düşündükten sonra, mahallelerinde bulunan yaşlı ve kimsesiz kişileri tespit edip, onlara yardım edebilecekleri bir çalışma başlatmaya karar verdi. Arkadaşları ile bu düşüncesini paylaştı ve onlarında onayını aldı.

Atilla, derste projesini anlattı. Herkes çok beğendi ve büyük bir istekle projeyi başlattılar. Yaşlıları belirleyebilmeleri için mahallenin muhtarı, belediye ve kaymakam ile görüşmeye karar verdiler. Atilla iş bölümü yaparlarsa işlerin daha kolay yürüyebileceğini söyledi, iş bölümü yapmaya karar verdiler. Ayşe ve Mehmet muhtarlığa, Esin ve Dilşat belediyeye Atilla ve Hasan kaymakamlığa gitme konusunda anlaştılar ve randevularını aldılar.

Esin ve Dilşat belediyenin önünde buluşup belediye başkanı ile görüşeceklerdi. Esin Dilşat'ı uzun süre beklemesine rağmen Dilşat gelmedi. Esin biraz geç kalarak Belediye Başkanı ile görüşmeye kendisi gitti. Belediye Başkanı ile görüşmesi geç başladığı için görüşme de geç bitti ve bu yüzden de diğer arkadaşları ile buluşmaya geç kaldı.

Esin arkadaşlarının yanına gittiğinde, Ayşe ve Mehmet muhtarlıktan dönmüş, okulda bekliyorlardı. Dilşat'ta onların yanındaydı. Dilşat sabah uyanamamış ve geç kalınca doğrudan okula gelmiş, Atilla ve Mehmet'te çoktan dönmüşlerdi.

Atilla gelir gelmez yeni bir organizasyon yapmış, diğer arkadaşlarını da çalışmaya nasıl dâhil edeceğini planlamıştı. Birlikte oturup neler yaptıklarını paylaştılar. Ancak Esin, Dilşat'a kızgındı ve bu grup içinde huzursuzluğa sebep olmuştu. Atilla arkadaşlarıyla konuşarak herkesin hata yapabileceğini, ama bundan sonra herkes üzerine düşen sorumluluklar konusunda daha duyarlı olursa birlikte çok güzel işler başarabileceklerini söyleyip, arkadaşlarını sakinleştirmişti.

Bir ay sonra Atilla ve arkadaşları yaşlıları tespit etmiş ve onlara maddi manevi yapabilecekleri yardımları belirleyerek güzel bir iş çıkarmışlardı. Yaptıkları bu örnek çalışma ile de hem okullarından hem de çevrelerinden büyük destek ve övgü alarak mutlu olmuşlardı.

FORM-29

ETKİLİ BİR GRUP LİDERİNİN ÖZELLİKLERİ

- Elinin altındaki kaynakları iyi tanıyan ve bunları doğru işlerde kullanabilen, hayatta yeni ufuklar açabilen kişidir.
- İşin yanlış gidişatını tespit eder, doğrusuna yönlendirir.
- Gerektiğinde değişim yapar.
- Amaca ulaşmak için alternatif çözüm yolları üretir.
- İşlerin sonraki aşamalarını yaşamadan fark eder.
- Liderlik doğru şeylere yoğunlaşmak ve doğru şeylerin önderliğini yapmaktır.
- İnsanları anlama, onları dinleme, onların sorun ve beklentileri ile ilgilenme, bunlara cevap verecek kapasitede bulunur.
- Bir grup insanı belirli amaç etrafında toplar ve bu amaçları gerçekleştirmek için onları harekete geçirme bilgi ve yeteneklerini kullanır (Helik-5, 2003)

FORM 30

ETKİLİ BİR GRUP ÜYESİNİN ÖZELLİKLERİ

- Sorumluluk sahibidir.
- Çözüm üretir.
- Grup içinde uyumlu davranışlar sergiler.
- Görevleri zamanında yerine getirir.
- İletişime açıktır.
- Kendini ifade edebilir.
- Biz duygusuna sahiptir, kendisini zincirin bir parçası olarak görür.
- İşbirliğine açıktır.
- Yaptığı işe inancı vardır.
- Başladığı işi sonuçlandırır.
- Sabırlıdır.
- Diğer grup üyelerinin düşüncelerine saygılıdır.
- Hoş görülüdür.
- Paylaşıcıdır.
- Yardımseverdir, diğer grup üyelerine gerektiğinde yardım eder.
- Yapıcıdır.
- Yaratıcıdır.

5. SINIF –4.ETKİNLİK

Etkinliğin Adı:	BÖYLE ÇALIŞIYORUM ÇÜNKÜ BÖYLE ÖĞRENİYORUM...
Sınıf:	5. sınıf
Yeterlik Alanı:	Eğitsel Başarı
Kazanım:	Kendi öğrenme stiline uygun çalışma yöntemlerini kullanır. (Kazanım Numarası -27-)
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf
Süre:	40 Dakika
Ortam:	Sınıf
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni
Araç-Gereç:	Form–31
Hazırlayanlar:	Sündüz BÜKEL / Didem GÜLSARAN Cevriye GÜLEBAĞLAN / Hicran ÇETİN
<u>Süreç:</u>	<p>1. Öğrencilere 4. sınıfın 4. etkinliği hatırlatılarak, hangi öğrenme stiline onlara uygun olduğu sorulur.</p> <p>Eğer öğrenciler öğrenme stilleri hakkında bilgi sahibi değillerse, öğretmen 4. sınıfın 4. etkinliğindeki Form 31'i okuyarak öğrencilere öğrenme stilleri hakkında bilgi verir.</p> <p>2. Tahta 4'e bölünür, öğrenme stilleri yazılır.</p> <p>3. Gönüllü öğrenciler kendi öğrenme stillerine uygun, nasıl çalıştıklarını sınıfla paylaşır.</p> <p>4. Öğrencilerin cevapları tahtadaki öğrenme stillerinin altına yazılır.</p> <p>5. Öğretmen Form-31'i okur.</p> <p>6. Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.</p> <p>➤ Form–31 deki öğrenme stillerine uygun çalışma yöntemleri ile sizin çalışma yöntemleriniz arasında benzerlikler veya farklılıklar var mı? Neler?</p> <p>➤ Kendi öğrenme stiline uygun çalışırsanız ne olur?</p> <p>➤ Kendi öğrenme stiline uygun çalışmazsanız ne olur?</p> <p>7. Öğrenme stiline uygun çalışma yöntemlerini kullanmanın önemi vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.</p>
Değerlendirme:	

FORM-31

ÖGR. STİLİ	ALGILAMA YOLU	EN İYİ ÖĞRENME/EĞLENME	EN İYİ OKUMAYI ÖĞRENME
GÖRSEL	Gördüğünü hatırlar. Metin ve çizimleri takip eder. İnsanları, eşyaları, resimleri gözlem yoluyla tanır/kavrar.	Bilgisayar grafiklerini, görsel yap-bozları, haritaları, posterleri, grafikleri, şemaları, karikatürleri, ilan panolarını inceleyerek ve çizerek.	Sessiz okuma. Resimli romanlar. Yazılı posterler.
İŞİTSEL	İşittiklerini hatırlar. Sözel ifadeleri takip eder. Dinleyerek ve konuşarak öğrenir.	Konuşarak, Mülakat yaparak, Panele katılarak, Soru sorarak ve cevap vererek, Sözlü rapor vererek.	Seslendirme, Yüksek sesle okuma, Masal ve kitap kasetlerini dinleme, Olay ve öyküler hakkında sohbet etme.
KİNESTETİK	Yaşadıklarını hatırlar, Oynayabildiklerini ve prova yapabildiklerini takip eder, Fiziksel etkinlikler içerisinde öğrenir.	Yer oyunları oynayarak, Eşyaları yapıp bozarak, Model inşa ederek, Deney kurarak, Rol oynayarak, Şeklini alarak, Hoplayarak, Koşarak.	Pantomim, Oyunlarda rol alma, Kondisyon bisikleti çevirirken dinleme, Talimat okuyarak inşa etme ya da bir eylem gerçekleştirme.
DOKUNSA	Dokunduklarını hatırlarlar, Dokunduklarını ve yazdıklarını takip eder, Dokunarak şeklini ve yerini değiştirerek öğrenir.	Karalayarak, Eskiz yaparak, Model inşa ederek, Kabartma harita ve yazıları inceleyerek, Deney kurarak, İz sürerek, Yazarak.	Yazma/izleme, Oyun kurallarını okuyup, oynama, Talimat okuyup, inşa etme ya da bir eylem gerçekleştirme.

(Boydak, 2006).

5. SINIF – 5.ETKİNLİK

Etkinliğin Adı:	NELER YAPABİLİRİM?
Sınıf:	5. sınıf
Yeterlik Alanı:	Okula ve Çevreye Uyum
Kazanım:	Yaşadığı çevredeki eğitsel ve sosyal imkânlardan yararlanmanın önemini fark eder.(Kazanım Numarası-11-)
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf
Süre:	40 Dakika
Ortam:	Sınıf
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni
Araç-Gereç:	-
Hazırlayanlar:	Sündüz BÜKEL / Didem GÜLSARAN Cevriye GÜLEBAĞLAN / Hicran ÇETİN
Süreç:	<p>Öğrencilerden 1 hafta önce yaşadıkları çevredeki eğitsel ve sosyal imkânlar hakkında bilgi toplamaları istenir.</p> <ol style="list-style-type: none">Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi başlar.<ul style="list-style-type: none">➤ Yaşadığınız çevredeki eğitsel imkânlar nelerdir?➤ Yaşadığınız çevredeki sosyal imkânlar nelerdir?➤ Yaşadığınız çevredeki eğitsel ve sosyal imkânlardan yararlanıyor musunuz?➤ Eğitsel ve sosyal imkânlardan yararlanma kişinin gelişimini nasıl etkiler?➤ Bu imkânlardan hangileri ilginizi çekti? Hangilerini yapmak istersiniz?Yaşadığı çevredeki eğitsel ve sosyal imkânlardan yararlanmanın önemi vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.
Değerlendirme:	

5. SINIF – 6.ETKİNLİK

Etkinliğin Adı:	SENİ ANLAYABİLİRİM
Sınıf:	5. sınıf
Yeterlik Alanı:	Kişiler Arası İlişkiler
Kazanım:	Kendini arkadaşının yerine koyarak onun duygu ve düşüncelerini anlar. (Kazanım Numarası -110-)
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf
Süre:	40 Dakika
Ortam:	Sınıf
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni
Araç-Gereç:	Gazete, dergi
Hazırlayanlar:	Serdar ERKAN Sündüz BÜKEL / Didem GÜLSARAN Cevriye GÜLEBAĞLAN / Hicran ÇETİN
Süreç:	<ol style="list-style-type: none">1. Öğretmen gazete veya dergilerden topladığı farklı duyguları temsil edebilecek çocuk resimlerini sınıfa getirir.2. Öğretmen bu resimleri sırayla sınıfa gösterir ve öğrenciler resimdeki çocuğun duygusunu ve düşüncesini tahmin ederler.3. Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.<ul style="list-style-type: none">➤ Siz olsaydınız bu durumda neler düşünür, neler hissederdiniz?➤ Zaman zaman çevrenizde ki insanlar tarafından anlaşılmadığınızı düşündüğünüz oluyor mu? Bu duruma bir örnek verin.➤ Anlaşılmadığınızı düşündüğünüzde neler hissediyorsunuz?➤ Anlaşıldığınızı düşündüğünüzde neler hissediyorsunuz?➤ Karşınızdaki kişinin duygu ve düşüncelerini anlarsanız ne olur?4. Kendini arkadaşlarının yerine koyarak onların duygu ve düşüncelerini anlamanın önemi vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.
Değerlendirme:	

5. SINIF – 7.ETKİNLİK

Etkinliğin Adı:	HAYIR, DERSEM KIRILMA
Sınıf:	5. sınıf
Yeterlik Alanı:	Kişiler Arası ilişkiler
Kazanım:	Uygun reddetme davranışına ilişkin örnekler verir. (Kazanım Numarası 109)
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf
Süre:	40 Dakika
Ortam:	Sınıf
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni
Araç-Gereç:	Form–32
Hazırlayanlar:	Sündüz BÜKEL / Didem GÜLSARAN Cevriye GÜLEBAĞLAN / Hicran ÇETİN
<u>Süreç:</u>	<p>1. Öğretmen Form–32’i okur.</p> <p>2. Öğrencilerden, aşağıdaki durumlar karşısında uygun reddetme davranışına ilişkin örnek vermeleri istenir.</p> <ul style="list-style-type: none">• <i>Eğer bir arkadaşınız size derse geç girelim derse</i>• <i>Eğer bir arkadaşınız size sigara içmeyi teklif ederse</i>• <i>Eğer bir arkadaşınız sizden kopya çekmek isterse</i>• <i>Eğer bir arkadaşınız sizden, başka birinden zorla bir şey almanızı isterse</i>• <i>Eğer bir arkadaşınız, annenize haber vermeden sinemaya gitmeyi teklif ederse</i>• <i>Eğer bir arkadaşınız size ellerinizi bırakarak, bisiklet sürmeyi teklif ederse</i>• <i>Eğer bir arkadaşınız, boyu kısa olan biriyle alay etmenizi isterse</i>• <i>Eğer bir arkadaşınız size kantinden simit çalmayı teklif ederse</i> <p>Öğretmen gerekli görürse bu durumları çoğaltabilir.</p> <p>3. Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.</p> <p>➤ Daha önce reddetme davranışı göstermenizi gerektiren durumlar ile</p>

karşılaştınız mı? Bu durumlar neler? Bunlara nasıl tepki gösterdiniz?

- Bu durumlara reddetme davranışında bulunmazsanız neler olur?
 - Gerektiğinde uygun reddetme davranışında bulunmak size ne kazandırır?
 - Nedenlerini söyleyerek reddetme davranışında bulunmak neden önemlidir?
4. Gerektiğinde uygun reddetme davranışında bulunmanın önemi vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.

Değerlendirme:

FORM-32

UYGUN REDDETME DAVRANIŞI ÖRNEKLERİ

Aşağıda uygun reddetme davranışı örnekleri verilmiştir. Biri size yapmanızı istemediğiniz bir şey teklif ederse, gerekçe söyleyerek ona “hayır” demeniz en uygun reddetme davranışıdır.

✓ **Eğer gerekliyse defalarca,**

“Hayır”,

“Hayır, teşekkür ederim” diyebilirsiniz.

✓ **Ne olduğunu söyle ve bunu yapmam de.**

“Bu, kopya çekmektir, yapmam”

“Bu, çalmaktır, bunu yapmam.”

“Bu, kurallara uymamaktır, bunu yapmam.”

“Bu, zararlı maddedir, bunu kullanmam.”

Gerektiğinde aşağıda verilen uygun reddetme davranışı örneklerini de kullanabilirsiniz.

✓ **Lafı değiştir.**

“Projeni bitirdin mi?”

“Bu, harika bir oyun.”

✓ **Soru sor.**

“Neden bunu yapmamı istiyorsunuz?”

“Senin sorunun ne?”

“Benden ne yapmamı istiyorsun?”

✓ **Sebeup söyle.**

“Başım derde girsin istemiyorum.”

“Eğer yaparsam kendimi kötü hissederim.”

“Ben, senden farklı biriyim.”

✓ **Espru ya da kinaye kullan.**

“Şaka yapıyor olmalısın, alkol vücuduma zarar verir.”

✓ **Başka bir şey yapmayı öner.**

“Hadi bisiklete binelim.”

“Hadi oyun oynayalım.”

✓ **Eğer onun arkadaşlığını istiyorsan, kapıyı açık bırak.**

“Daha güvenli bir şey yapmak istersen, bana haber ver.”

“Bilgisayar oyunu oynamak istersen, ben evde olacağım.” Davies, L. (2007).

5. SINIF – 8.ETKİNLİK

Etkinliğin Adı:	ÜSTÜME GELME
Sınıf:	5. sınıf
Yeterlik Alanı:	Kişiler Arası İlişkiler
Kazanım:	Akran baskısıyla nasıl baş edeceğini açıklar. (Kazanım Numarası 107)
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf
Süre:	40 Dakika
Ortam:	Sınıf
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni
Araç-Gereç:	Form–33
Hazırlayanlar:	Sündüz BÜKEL / Didem GÜLSARAN Cevriye GÜLEBAĞLAN / Hicran ÇETİN
<p>*Akran baskısı ile baş etmede yoğun sorun yaşayan öğrenci için okul rehber öğretmeni, okul rehber öğretmeni yoksa RAM ile işbirliği yapılarak öğrenci için destek hizmetleri sağlanmalıdır.</p> <p><u>Süreç:</u></p> <ol style="list-style-type: none">1. Öğrencilerden yapmayı istemedikleri; fakat arkadaşlarının onları zorladıkları durumlara örnek vermeleri istenir. (Kopya vermek, birine kötü bir söz söylemek vb.)2. Öğrencilerin bu davranışları neden yapmak istemedikleri liste halinde tahtaya yazılır. (cezalandırılabilir, üzülebilir, kızabilir vb.)3. Akran baskısı karşısında kullanılabilecek sözlerin neler olabileceği tartışılır.4. Öğrencilerin cevapları tahtaya yazılır.5. Öğrencilerin akran baskısı karşısında kullanabilecekleri bazı sözler şunlar olabilir. <p>Form–33 öğretmene bilgi amacıyla verilmiştir.</p> <ul style="list-style-type: none">▪ Teşekkürler, hayır.▪ Zorlama, kararım kesindir.▪ Kesinlikle▪ Böyle bir şeyi asla yapamam.▪ Israr etme, zaman kaybı olur senin için.▪ İstemiyorum, beni rahatsız etme.▪ Sen bunu istiyor olabilirsin ama ben istemiyorum. vb.	

6. Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.

➤ Akran baskısı karşısında “ben bunu yapmak istemiyorum” tarzındaki kararlı ve net ifadeler kullanmak durumu nasıl etkiler?

➤ Akran baskısı ile baş edemediğiniz durumlarda neler yapabilirsiniz?

7. Akran baskısıyla nasıl baş edileceği ve baş etmenin önemi vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.

Değerlendirme:

FORM-33

AKRAN BASKISI

Bir grubun üyesi olmak ya da içinde yaşadığımız topluma ait hissetmek olağan dışı bir şey değildir. Akran baskısı, yapmak istemeyeceğimiz şeyleri ya da yapmaktan hoşlandığımız şeylere engellenmesi şeklinde gerçekleşebilir. Çünkü akranlarımız tarafından kabul edilmek isteriz. Bu akran sizinle aynı yaşta ya da yetenekte olduğunu düşüneneğiniz biri olabilir. Bu akranlar arkadaş ya da TV'deki bir kişi olabilir.

Akran baskısının olumlu etkisi olabilir ve bizi iyi bir şekilde motive edebilir. Akran baskısı aynı zamanda yanlış ya da doğru olduğuna ilişkin duygularınız ile uyuşmayan biçimlerde sonuçlanabilir.

Akran baskısı değişik biçimlerde etkileyebilir.

- Moda seçimi
- Alkol uyuşturucu kullanımı
- Kimleri arkadaşları olarak seçeceğine kara verme
- Akademik başarı

Arkadaş baskısı okulda ya da toplumda olabilir. Doğrudan ya da dolaylı olarak etkileyebilir. Bazen de kişisel olabilir.

Doğrudan: Örneğin bazıları sana ne yapacağını söyleyebilir. Böyle bir durumda eğer tehdit edilmiş, incinmiş ya da baskıda hissediliyorsan güvendiğin birileri ile görüşebilirsin.

Dolaylı: Akran baskısı her zaman açık şekilde olmaz. Arkadaşların birlikte yaptıkları belirli etkinliklere ve alışkanlıklara sahip olmaları olağan dışı değildir. Farklı bir grup arkadaş ile birlikteyken muhtemelen bu tarz şeyler yapmazsın. Örneğin, sadece belli bir grup ile birlikteyken ders çalışırken diğer başka bir grupta sigara içebilirsin.

Kişisel: Bazen baskı kişinin kendisinden gelir. Gruptan farklı hissetmek zor olabilir. Bundan kaçınmak için, grubun geri kalanlarına benzer hissettiğimizden emin olmak için bir şeyler yaparız. Bu genellikle yeni bir alan gitmek, yeni arkadaşlar edinmek ve yeni bir çevreye uyum sağlamak anlamına gelir. Kendi duygularımızdan emin olmadığımızda muhtemelen akan baskısının etkisini hissederiz.

Ne yapabiliriz?

Akran baskısıyla başa çıkmak için yardım edebilecek bazı öneriler.

Genel ilgileri değerlendirin: Benzer şeyleri yapmaktan hoşlanan insanlar ile birlikte olmak yapmayı istemediğin şeyler için baskı hissetme durumlarından kaçınmaya yardım edebilir.

“Hayır” de: Hayır demek için güce sahip olmak zor olabilir. Bununla birlikte, inandığın şeyi savunmak iyi hissettirebilir.

Diğer insanları yargılamamayı dene: Eğer mümkünse diğer insanların seçimleri üzerinde yorum yapmamayı dene. Onlarla aynı fikirde olmak zorunda olmadığını hatırlamaya çalış. Seçimler ile mutlu olmayışının sebeplerine odaklanmak yargılanmak için yardım edebilir (www.reachout.com).

Rahatsız olduğun bir şeyleri yapma konusunda hiç baskı hissettiniz mi?

- Sigara ya da başka zararlı madde kullanma
- Kavga etme ya da çalma
- Okulda sınıftan kaçma

Bununla ilgili ne yapabilirim?

- Kendine inan
- Ne yapmak ya da yapmamak istediğine karar ver
- Durmak için arkadaşlarına söyleyebileceğin sebepleri düşün
- Yakın arkadaşlarından birisine söyle
- Güvendiğin birileri ile nasıl hissettiğini konuş, bir arkadaş, aile üyesi vb. (www.heads-away-just-say.com).

Büyürken, bazı zorlayan kararlar ile yüz yüze kalabilirsiniz. Bazıları açık bir doğru ya da yanlış cevaba sahip değildir. Örneğin futbol mu oynamalısın voleybol mu? Diğer kararlar. Ciddi ahlaki soruları içerir, sigara denemek, ana babaya yalan söylemek ya da okuldan kaçmak gibi...

Kendi başına karar vermek yeterince zordur, fakat diğer insanlar için içine girince ve baskı yapınca daha da zorlaşır. Sizin yaşınızdaki insanlar, sınıf arkadaşlarınız gibi, akran olarak isimlendirilir. Nasıl hareket edeceğinizi, neler yapacağınızı etkilemek için baskı yaptıklarında, buna akran baskısı denir. Herkesin hatta yetişkinlerin bile baş etmeye çalıştığı bir şeydir.

Akranlar sadece onlarla zaman geçirirken, hatta siz anlamadan yaşamınızı etkiler. Onlardan bir şeyler öğrenirsiniz, onlar sizden bir şeyler

öğrenir. Aynı yaş grubundaki diğer insanlardan öğrenen ve dinleyen sadece insan doğasıdır.

Akranlar olumlu etkiye sahiptir. Genellikle başarılı bir sporcu olan bir arkadaşınıza hayranlık duyabilirsiniz. Ona benzemeye çalışabilirsiniz. Arkadaşlarınızdan yeni şeyler öğrenebilirsiniz.

Bazen akranlar olumsuz etkilerde de bulunabilirler. Örneğin, okuldaki yeni bir çocuk okuldan kaçmanız konusunda baskı yapabilir.

Nasıl baş edilir?

Neyin doğru ya da yanlış olduğu hakkındaki duygu ve düşüncelerinize dikkat etmek, doğru şeyi yapmada yardım edebilir. İçsel direnç ve özgüven kararlı durmanızı ve daha iyi bildiğiniz şeyleri yaparken göğüs germenizi sağlar.

“Hayır” diğer bir başka arkadaşına daha sahip olmak yardım sağlar. Akran baskısı dışında birçok güç sağlar ve karşı koymayı, göğüs germeyi kolaylaştırır.

Muhtemelen “arkadaşlarınızı akıllıca seçmenizi” tavsiye edecek ana baba ya da öğretmenlere sahipsiniz. Akran baskısı onların bunu söylemesi için büyük bir nedendir. Eğer uyuşturucu kullanan, okuldan kaçan, sigara içen, ana babasına yalan söyleyen arkadaşlar seçerseniz, muhtemelen diğer çocuklar yapsa bile bunu yapmak istemezsiniz.

Eğer yalnızken akran baskısı ile karşılaşırsanız, hala yapılabilecek şeyler vardır. Baskı yapan arkadaşlardan uzaklaşabilirsiniz. Onlara “hayır” diyebilirsiniz.

Eğer akran baskısı devam ediyorsa, güvenebileceğiniz kişilerle konuşabilirsiniz. Bir iki kez hata yaparsanız kendinizi suçlu hissetmeyin. Ana babanız,

Öğretmeniniz ile konuşmak daha iyi hissetmenize yardım edebilir ve sizi bir sonra ki akran baskısına karşı hazırlar (Took, 2004).

5. SINIF – 9.ETKİNLİK

Etkinliğin Adı:	*DUYGULARIMIN DAVRANIŞLARIMA ETKİSİ
Sınıf:	5. sınıf
Yeterlik Alanı:	Kendini Kabul
Kazanım:	Duygularının davranışlarını nasıl etkilediğini fark eder. (Kazanım Numarası 71)
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf
Süre:	40 Dakika
Ortam:	Sınıf
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni
Araç-Gereç:	Form–34, Form-35
Kaynak:	*(Erkan, 2006)
*Duyguların, davranışlara olumlu ve olumsuz etkilerin her ikisi üzerinde de durulmalıdır.	
<u>Süreç:</u>	
1. Öğrencilere duygu, düşünce ve davranış arasındaki ilişki anlatılır.	
Form–35 öğretmene bilgi amacıyla verilmiştir.	
2. Öğrencilerden son 1 haftada sıklıkla yaşadıkları duyguları ve onları yaratan olayları düşünmeleri istenir.	
3. Form–34 dağıtılır, öğrencilerin doldurması sağlanır.	
➤ Gönüllü öğrencilerden yazdıklarını sınıfla paylaşmaları istenir.	
➤ Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.	
➤ Çeşitli duyguları yaşamamızda düşüncelerinizin etkisi nedir?	
➤ Duygularınızın davranışlarınıza etkisi nedir?	
➤ Düşünceleri değiştirerek duyguları ve davranışları değiştirmek mümkün müdür?	
➤ Kendinizle ilgili yeni bir şey öğrendiniz mi?	
4. Duyguların davranışları nasıl etkilediği vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.	
Değerlendirme:	

FORM-34

OLAY:

DUYGU:

DÜŞÜNCE:

DAVRANIŞ:

1.

2.

3.

FORM-35
ABC MODELİ

Pek çok kişi düşünceleerin, duyguların ve davranışın birbirinden ayrı e bağımsız olduğunu düşünür. Günlük işlerimizde sık sık, “heyecanlanmak istemiyorum, ama elimde değil” veya “sinirlenmek istemiyorum, ama elimde değil” şeklinde sözler duyarız. Böyle bir ifade düşünce ve duyguların birbirinden bağımsız olarak ortaya çıktığını ve doğrudan birbirlerine bağılı olmadıklarını varsaymaktadır. Ancak gerçek, bu varsayımın tam tersidir. İnsanın hayatında engel olunamayacak üzüntü, öfke ve hayal kırıklıkları çok ender meydana gelir.

Düşünceler, duygular ve davranış arasındaki ilişkiyi Dr. A. Ellis’ in geliştirdiği A-B-C modeli üzerinde şöyle açıklayabiliriz:

Bu model üzerinde A noktası duygu ve davranışa yol açtığı varsayılan olaydır. Örneğin anneniz, babanız veya öğretmeniniz bir ödevinizi (çalışmanız gereken bir dersi) zamanında tamamlamadığınız için size çıkışmış olabilir. Bu olaydan sonra da siz sinirlenmiş ve üzölmüş olabilirsiniz. C noktası sizin bu olaydan sonraki duygunuzu ve davranışınızı göstermektedir. Örneğin böyle bir eleştiri karşısında savunucu olabilir ve “bu öğretmen beni ne sanıyor?” veya “sınıfta ödevi zamanında yapmayan bir tek ben miyim?” gibi tepki verebilirsiniz. Birçok insan yanlış bir inanç olarak A noktasındaki olayın, doğrudan C noktasındaki duygu ve düşünceye yol açtığına inanır.

A Olay (Öğretmenin eleştirisi)

C Duygu ve davranış (Üzgün, kızgın, savunucu)

Eleştirilerinden ötürü öğretmeniniz sizi üzmüşdür değil mi? Oysa A ve C noktası arasında gerçekte çok önemli bir şey daha bulunur. A ve C noktaları arasında bizim yorum ve yaklaşım biçimimiz vardır. Düşünce ve davranışı esas etkileyen bu yorum ve yaklaşım biçimidir.

A Olay (Öğretmenin eleştirisi)

B Yorum ve yaklaşım biçimi (“bütünüyle unutmuşum, sınıfta kalacağım” veya “neden herkese değil de sadece bana kızıyor...”)

C Duygu ve davranış (üzgün, kızgın, savunucu, “ne yapsam boş” duygusu.)

Eğer olayı “neden öğretmen sadece beni görüyor” veya “bana taktı”

diye yorumlarsanız öğretmene karşı öfke ve kızgınlık duyarsınız. Bunun arkasından da öğretmeni kızdıracak ve size karşı olumsuz davranmasına yol açacak bir söz veya tutumunuz gelebilir.

Eğer olayı “ o kadar kişinin içinde beni buldu, bende hiç şans yok zaten her zaman böyle oluyor” diye yorumlarsanız “ ne yapsam boş, ben bu şarla hiçbir yere varamam nasıl olsa başarısız olacağım” dersiniz bu durum çalışma temponuzu düşürür.

Bu basit şemadan da görüleceği gibi süreci başlatan öğretmeniniz olsa bile duygunuza yol açan sizin kendi düşünce biçiminizdir.

Bir başka yaklaşım biçimi de şöyle olabilirdi.

A Olay (Öğretmenin eleştirisi)

B Yorum ve yaklaşım biçimi (“ödevimi zamanında bitirmeliydim ama bitiremedim” veya “bunun gibi olaylar birikirse öğretmenle aram bozulur” veya “hafta sonunu TV karşısında geçirirken böyle olacağını tahmin etmemiştim.”)

C Duygu ve davranış (üzgün, sıkıntılı, ancak “ problemin nereden kaynaklandığını biliyorum, ben daha iyisini yapabilirim” yaklaşımının korunması.)

Eğer olayı, “ödevi neden zamanında bitiremedim, böyle giderse öğretmenle aram bozulur” diye yorumlarsanız, gecikme sebepleri üzerinde düşünür, bunları ortadan kaldırarak, çalışmaya ayırdığınız süreyi arttırabilirsiniz. Bunun sonunda da benzeri bir olay tekrarlanmaz, öğretmenle ilişkiniz gelişir.

Eğer olayı, “böyle gecikmeler sınava hazırlanmamı güçleştirir” diye yorumlarsanız, bu gecikmelere sebep olan engeller üzerinde düşünür, çalışma veriminizi düşüren sebepleri bulursunuz. Bunun sonunda da sınavlara daha kolay hazırlanırsınız ve eğitim başarınız yükselir.

Bir öğrencinin hayatında her gün defalarca meydana gelen bu basit örneklerden de anlaşılacağı gibi herhangi bir olay çok çeşitli ve farklı davranışlara yol açabilir. Sizi gerilime sokan, sınav kaygınızı yükselten olayın kendisinin stres verici özelliği değil, olayı değerlendiriş biçiminizdir (Baltaş,2006).

5. SINIF – 10.ETKİNLİK

Etkinliğin Adı:	KURDUĞUM İLETİŞİMLER
Sınıf:	5. sınıf
Yeterlik Alanı:	Kişiler Arası İlişkiler
Kazanım:	Başkalarıyla kurduğu iletişimi değerlendirir. (Kazanım Numarası 111)
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf
Süre:	40 Dakika
Ortam:	Sınıf
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni
Araç-Gereç:	-
Hazırlayanlar:	Sündüz BÜKEL / Didem GÜLSARAN Cevriye GÜLEBAĞLAN / Hicran ÇETİN
<u>Süreç:</u>	<p>1. Öğretmen öğrencilere gün içerisinde iletişime girdikleri kişilerin kimler olduğunu sorar ve gönüllü öğrencilerden bu iletişime örnek olarak canlandırma yapmasını ister.</p> <p>(Örneğin, sabah uyandığında annesi ile nasıl konuştuğu, okula geldiğinde arkadaşlarına nasıl hitap ettiği, arkadaşlarının sorduğu bir soruyu nasıl cevaplandığı vb.)</p> <p>2. Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi başlar.</p> <ul style="list-style-type: none">➤ İletişim kurarken nelere dikkat ediyorsunuz?➤ İletişim kurmakta zorlandığınız kişiler var mı? Neden?➤ İletişimde zorlandığınız kişilerle nasıl daha iyi iletişim kurabilirsiniz?➤ En iyi kimlerle iletişim kuruyorsunuz? Neden?➤ İletişim kurarken kendinizde değiştirmek istediğiniz özellikler var mı? Neler? (Örneğin, heyecanlanmak, içe kapalı olmak, öfkelenmek vb.) Bu özelliklerinizle nasıl baş edebilirsiniz?➤ İnsanlarla iyi iletişim kurmak size ne kazandırır? <p>3. Başkalarıyla kurduğu iletişimi değerlendirmenin önemi vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.</p> <p>NOT:7. sınıfın 9. kazanımının etkinliğinde İletişim Engelleri ile ilgili bilgi verilmiştir. Öğretmen gerekli gördüğü takdirde bu bilgiden faydalanabilir.</p> <p>Değerlendirme:</p>

5. SINIF – 11.ETKİNLİK

Etkinliğin Adı:	BARIŞ İÇİNDE DÜNYA
Sınıf:	5. sınıf
Yeterlik Alanı:	Kişiler Arası İlişkiler
Kazanım:	Barış içinde yaşamak için gereken olumlu tutum/davranışları fark eder. (Kazanım Numarası 112)
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf
Süre:	40 Dakika
Ortam:	Sınıf
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni
Araç-Gereç:	-
Hazırlayanlar:	Sündüz BÜKEL / Didem GÜLSARAN Cevriye GÜLEBAĞLAN / Hicran ÇETİN

Süreç:

1. Öğretmen öğrencilere, aşağıda belirtilen barış içinde yaşamayı sağlayacak olumlu davranışlarla ilgili kavramları sıralar ve tahtaya yazar.

SEVGİ	DEMOKRASİ
SAYGI	SORUMLULUK
İYİLİK	PAYLAŞMAK
EŞİTLİK	YARDIMLAŞMAK
HAK	İŞBİRLİĞİ
ADALET	HOŞGÖRÜ
KENETLENMEK	SABIR
DESTEK	DUYARLILIK
KABUL	ÖZGÜRLÜK
ANLAYIŞ	KİBAR DAVRANMAK

2. Öğrencilerden bu kavramlardan en az 5 tanesinin içinde geçtiği birer öykü yazmaları istenir.
3. Gönüllü öğrencilerden yazdıkları öyküleri sınıfla paylaşmaları istenir.
4. Aşağıda ki sorularla grup etkileşimi devam eder.
 - Öyküyü yazarken neler hissettiniz?
 - Paylaşılan öyküler de anlatılan olaylara benzer yaşantılarınız oldu mu?
 - Barış içinde yaşamayı sağlayabilecek başka olumlu davranışlar var mı?
 - Sizce bu davranışlar olmasa nasıl bir hayat olurdu?
 - Barış içinde bir dünya da yaşamak için neler yapılabilir?
5. Barış içinde yaşamak için olumlu davranışların önemi vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.

Değerlendirme:

5. SINIF – 12.ETKİNLİK

Etkinliğin Adı:	KİTLE İLETİŞİM ARAÇLARI VE TOPLUM
Sınıf:	5. sınıf
Yeterlik Alanı:	Aile ve Toplum
Kazanım:	Kitle iletişim araçlarının toplum üzerindeki etkisini fark eder. (Kazanım Numarası 148)
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf
Süre:	40 Dakika
Ortam:	Sınıf
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni
Araç-Gereç:	-
Hazırlayanlar:	Sündüz BÜKEL / Didem GÜLSARAN Cevriye GÜLEBAĞLAN / Hicran ÇETİN
<u>Süreç:</u>	<p>1. Kitle iletişim araçları öğrencilere sorulur ve tahtaya yazılır.</p> <ul style="list-style-type: none">✓ Televizyon✓ Radyo✓ İnternet✓ Gazete✓ Dergi✓ Telefon✓ Belgegeçer (Faks) <p>2. Gönüllü öğrenciler kitle iletişim araçlarından nasıl yararlandıklarını sınıfla paylaşır.</p> <p>3. Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.</p> <ul style="list-style-type: none">➤ Kitle iletişim araçlarından yeterince yararlanıyor musunuz? Nasıl?➤ Kitle iletişim araçlarının size etkisi nedir?➤ Kitle iletişim araçlarının toplum üzerindeki etkisi nedir? <p>4. Kitle iletişim araçlarının toplum üzerindeki etkisinin önemi vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.</p> <p>Değerlendirme:</p>

5. SINIF – 13.ETKİNLİK

Etkinliğin Adı:	EMEK OLMADAN YEMEK OLMAZ
Sınıf:	5. sınıf
Yeterlik Alanı:	Eğitsel ve Mesleki Gelişim
Kazanım:	Çalışmanın insanlar ve toplum için önemini açıklar. (Kazanım Numarası 181)
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf
Süre:	40 Dakika
Ortam:	Sınıf
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni
Araç-Gereç:	Atasözleri Yazılı Kâğıtlar
Hazırlayanlar:	Sündüz BÜKEL / Didem GÜLSARAN Cevriye GÜLEBAĞLAN / Hicran ÇETİN

Süreç:

1. Öğrenciler 4 gruba ayrılır.
2. Her gruba, çalışmanın önemini ifade eden atasözleri yazılı kâğıtlar çektirilir. Öğretmen aşağıdaki atasözleri yerine çalışmanın insanlar ve toplum için önemini anlatan başka atasözleri kullanabilir.

İşleyen demir ışıldar.
Çalışkanlık baht getirir, tembellik taht götür.
Çalışkanı mal basar, tembeli uyku basar.
Ağustosta beynin, kışın tenceren kaynasın.
Emek Olmadan Yemek Olmaz

3. Her gruptan çektikleri atasözü ile ilgili bir öykü yazmaları istenir.
4. Yazılan bu öyküler sınıfta okunur.
5. Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.
 - Çalışmak neden önemlidir?
 - Çalışmanın kişiye katkısı nedir?
 - Çalışmanın topluma katkısı nedir?
 - Çalışmayan insanların kendine verdiği zarar nedir?
 - Çalışmayan insanların topluma verdiği zarar nedir?
 - Çevrenizde çalışmalarını ile kendine ve topluma faydalı insanlar var mı? Kimler? Neler yapmışlar? Nasıl davranmışlar?
6. Çalışmanın insanlar ve toplum için vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.

Değerlendirme:

5. SINIF – 14.ETKİNLİK

Etkinliğin Adı:	DUYARLIYIM
Sınıf:	5. sınıf
Yeterlik Alanı:	Aile ve Toplum
Kazanım:	Toplum için gönüllü çalışmanın önemini ve gerekliliğini açıklar. (Kazanım Numarası 147)
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf
Süre:	40 Dakika
Ortam:	Sınıf
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni
Araç-Gereç:	-
Kaynak:	Okul Temelli Sosyal Duygusal Eğitim Programı, 2005’ “Duyarlıyım” Etkinliğinden Uyarlanmıştır. Sündüz BÜKEL / Didem GÜLSARAN Cevriye GÜLEBAĞLAN / Hicran ÇETİN
Süreç:	<p>Sınıf 3 gruba ayrılır. Her gruba bir hafta öncesinden bir sosyal sorumluluk ve gönüllü çalışma görevini araştırmaları ve bu görevleri listelemeleri istenir.</p> <p>(Doğal hayatı koruma, sokak çocukları, eğitim gönüllüleri vb.)</p> <p>1. Öğrencilere aşağıdaki açıklama yapılır:</p> <p>“Toplumsal duyarlılık veya bilinç, yaşadığımız dünyayla ve yaşadığımız olaylarla ilişki kurmak ve bu konuda sorumluluk almaktır. Bir kişinin sosyal sorumluluk içeren davranışlarda bulunması için başkalarının ihtiyacını, hedeflerini anlaması ve buna uygun davranışlar üretmesi gerekmektedir. Bu davranışlar maddi ve manevi olarak çok çeşitli şekillerde olabilir.” (Temel Yaşam Becerileri. MEF Okulları).</p> <p>2. Gruplardan hazırladıkları toplumsal sorumluluk listelerini sınıfla paylaşmaları istenir.</p> <p>3. Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.</p> <ul style="list-style-type: none">➤ Toplumsal duyarlılık neden gereklidir?➤ Gönüllülük neden önemlidir?➤ Toplumsal duyarlılığın kazanılması (Ailede, okulda, sosyal çevrede vb.) için neler yapılabilir?➤ Gönüllülüğün kazanılması (Ailede, okulda, sosyal çevrede vb.) için neler yapılabilir?

- Toplumlarda gönüllü çalışmayı arttırmak için neler yapılabilir?
- Toplumlarda gönüllü sayısını arttırmak neden önemlidir? Topluma ne kazandırır?
- 4. Toplum için gönüllü çalışmanın önemini ve gerekliliği vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.

Değerlendirme:

5. SINIF – 15.ETKİNLİK

Etkinliğin Adı:	ÜST SINIF İLE İLGİLİ HAYALLERİM
Sınıf:	5. sınıf
Yeterlik Alanı:	Eğitsel Başarı
Kazanım:	Bir üst sınıfın nasıl olacağına ilişkin hayallerini ve beklentilerini açıklar. (Kazanım Numarası 28)
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf
Süre:	40 Dakika
Ortam:	Sınıf
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni
Araç-Gereç:	-
Hazırlayanlar:	Sündüz BÜKEL / Didem GÜLSARAN Cevriye GÜLEBAĞLAN / Hicran ÇETİN
<u>Süreç:</u>	<ol style="list-style-type: none">1. Öğrencilerden içinde buldukları sınıfa ilişkin yaşadıkları herhangi bir günü yazılı olarak anlatmaları istenir.2. Gönüllü öğrenciler yazdıklarını sınıfla paylaşır.3. Öğrencilerden 6. sınıfta yaşayacaklarını hayal ettikleri bir günü yazılı olarak anlatmaları istenir.4. Gönüllü öğrenciler yazdıklarını sınıfla paylaşır.5. Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.<ul style="list-style-type: none">➤ Beşinci sınıfta yaşadıklarınız ile altıncı sınıfta yaşayacaklarınız arasında bir fark var mı? Neler?➤ Altıncı sınıftan neler bekliyorsunuz? Hayalleriniz neler?6. Bir üst sınıfın nasıl olacağına ilişkin hayaller ve beklentiler vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.
Değerlendirme:	

6. SINIF
KAZANIMLARININ İŞLENİŞ SIRASI

HAFTA	KAZANIMLAR
1-117	Kendini öğretmeninin yerine koyarak onun duygu ve düşüncelerini anlar.
2-30	Amaç belirlemenin önemini açıklar.
3-31	Amaç belirlemedeki ölçütleri açıklar.
4-32	Kısa, orta ve uzun vadeli amaçlar oluşturur.
5-34	Serbest zaman etkinliklerinin gelecekteki amaçlara ulaşmadaki önemini belirtir.
6-33	İlgi ve yetenekleri doğrultusunda hobiler edinir.
7-35	Kendini başarı ve başarısızlığa neden olan etmenler açısından değerlendirir.
8-36	Sınavda başarıyı etkileyen düşünceleri fark eder.
9-114	Sorun çözme sürecinde dikkat edilecek unsurları açıklar.
10-115	Öfkeyi uygun ve uygun olmayan biçimlerde ortaya koymanın sonuçlarını açıklar.
11-116	Öfkelendiğinde gevşeme ve nefes egzersizlerini kullanır.
12-113	Gerektiğinde reddetme davranışı gösterir.
13-72	Hatalarının sonuçlarını değerlendirerek düzeltme yollarını belirler.
14-149	Kitle iletişim araçlarından uygun biçimde yararlanmanın önemini fark eder.
15-182	Okuldaki derslerin mesleklerle olan ilişkisini açıklar.
15	

* Koyu renkli kazanımlara ilişkin etkinlik okul rehber öğretmeni, okul rehber öğretmeni yoksa RAM'dan gelecek rehber öğretmen tarafından gerçekleştirilecektir.

6. SINIF ETKİNLİK ÖRNEKLERİ

6. SINIF – 1.ETKİNLİK

Etkinliğin Adı:	*ÖĞRETMEN OLALIM
Sınıf:	6.sınıf
Yeterlik Alanı:	Kişiler Arası İlişkiler
Kazanım:	Kendini öğretmeninin yerine koyarak onun duygu ve düşüncelerini anlar. (Kazanım Numarası -117-)
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf
Süre:	40 Dakika
Ortam:	Sınıf
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni
Araç-Gereç:	Form–36
Kaynak:	*(Erkan,2005)
<u>Süreç:</u> Sınıfa bir öğretmen davet edilir. 1. Form–36 öğrencilere dağıtılır ve doldurmaları istenir. 2. Gönüllü öğrencilerden cevaplarını sınıfla paylaşmaları istenir. 3. Sınıfa davet edilen öğretmenden formdaki soruları cevaplaması istenir. 4. Öğrencilere formda yer almayan merak ettikleri durumlar hakkında öğretmene sorular sorabilecekleri belirtilir. 5. Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi devam eder. ➤ Cevaplamakta güçlük çektiğiniz sorular oldu mu? ➤ Sizin tahminlerinizle öğretmeninizin cevapları arasında benzerlik var mı? Varsa neler? ➤ Davranışlarınızın, öğretmeninizde hangi duygular yaratabileceğini daha önce hiç düşünmüş müydünüz? ➤ Öğretmeninizi anladığınızı düşünüyor musunuz? Neden? 6. Kendini öğretmenlerinin yerine koyarak onların duygu ve düşüncelerini anlamamanın önemi vurgulanarak etkinlik sonlandırılır. Değerlendirme:	

FORM-36

Kendinizi bir öğretmen olarak algılamaya çalışın ve bir öğretmen olarak aşağıda belirtilen durumlarla karşılaştığınızda hangi duyguları yaşayacağınızı her bir ifadenin altındaki boşluğa yazınız.

1.Siz ders anlatıyorsunuz ve iki öğrenci epeydir kendi aralarında konuşuyor.

Duygu:.....

2.Öğrencilerinizin büyük bir kısmı üniversiteye giriş sınavlarını kazandı.

Duygu:.....

3.Sınav sırasında bazı öğrencilerinizin kopya çekmeye çalıştığını gördünüz.

Duygu:.....

4.Öğrencilerinizin kendi aralarında, sizinle ilgili olarak “öğrenciler arasında ayırım yapıyor” biçiminde dedikodu yaptıklarını duydunuz.

Duygu:.....

5.Bir öğrencinizin derste anlamadığı konuları, sizden çekindiği için sormadığını öğrendiniz.

Duygu:.....

6.Bir kaç öğrencinizin sizden etkilenerek öğretmen olmaya karar verdiklerini öğrendiniz.

Duygu:.....

7.Bir öğrencinizin sigara ve içki kullandığını öğrendiniz.

Duygu:.....

8.Bir öğrencinizin velisi size çocuğuna para karşılığında özel ders vermenizi teklif etti.

Duygu:.....

9.Öğretmenler gününde öğrencilerinizin sınıf adına, bahçelerinden topladıkları bir demet çiçeği size verdiler.

Duygu:.....

10.Sinirli olduğunuz bir gün bir öğrencinizi azarlamak zorunda kaldınız.

Duygu:.....

6. SINIF – 2.ETKİNLİK

Etkinliğin Adı:	AMAÇLARIM VAR
Sınıf:	6.sınıf
Yeterlik Alanı:	Eğitsel Başarı
Kazanım:	Amaç belirlemenin önemini açıklar.(Kazanım Numarası -30-)
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf
Süre:	40 Dakika
Ortam:	Sınıf
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni
Araç-Gereç:	Form-37, Form-35
Hazırlayanlar:	Serdar ERKAN Sündüz BÜKEL / Didem GÜLSARAN Cevriye GÜLEBAĞLAN / Hicran ÇETİN
Süreç:	<p>1. Öğretmen, Form-37'i okur.</p> <p>2. Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.</p> <ul style="list-style-type: none">➤ Göktuğ'un amaçları nelerdir?➤ Göktuğ, sizce bu amaçlara ulaşabilir mi? <p>3. Öğretmen, Form-35'yi okur.</p> <p>4. Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.</p> <ul style="list-style-type: none">➤ Yusuf'un amaçları nelerdir?➤ Yusuf, sizce bu amaçlara ulaşabilir mi? <p>5. Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.</p> <ul style="list-style-type: none">➤ Sizce Yusuf mu Göktuğ mu daha başarılı olur? Neden?➤ Sizin davranışlarınız Yusuf'a mı Göktuğ'a mı yakın?➤ Amaç belirlemenin yaşamınıza etkileri neler olur?➤ Sizin geleceğe yönelik amaçlarınız var mı? Neler?➤ Bu amaçlarınızı gerçekleştirmek için neler yapıyorsunuz? <p>6. Amaç belirlemenin önemi vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.</p> <p>NOT:Öğrencilerden gelecekte nasıl bir hayatları olmasını istediklerini, bu isteklerini gerçekleştirmek için neler yapmaları gerektiğini içeren bir mektup yazmaları istenir. Bu mektuplarının bir örneğini, eğitsel mesleki planlama dosyalarına koymaları söylenir.</p> <p>Değerlendirme:</p>

FORM-37

Yıldırım İlköğretim Okulu'nda "23 Nisan Ulusal Egemenlik ve Çocuk Bayramı" kutlaması için hazırlanan şenliğe, yerel TV'den muhabir gelmiş, öğrencilerle röportaj yapmaktadır.

Muhabir: İsmi nedir?

Göktuğ: Göktuğ...

Muhabir: Kaçınıcı sınıfa gidiyorsun?

Göktuğ:6,sınıfa gidiyorum.

Muhabir: Büyüyünce ne olmak istersin?

Göktuğ: Bilmem. Olurum her halde bir şeyler.

Muhabir: Düşünmedin mi şu ana kadar.

Göktuğ: Oyun oynamak çok daha güzel düşünmedim. Vakti gelince düşünürüm. Ama doktor olmak isterim.

Muhabir: Peki, ilköğretim bitince hangi okula gideceksin?

Göktuğ: Galiba liseye gideceğim, okul benim için fark etmez.

Muhabir: Güzel bir şenlik var okulunuzda... Ne hissediyorsun?

Göktuğ: Çok mutluyum ve heyecanlıyım. Biraz sonrada yarışmalarımız başlayacak. Sizde izleyecek misiniz?

Muhabir: Evet izlemek istiyorum. Hatta çekim yapacak arkadaşlarımız. Akşam haberlerde izlersiniz artık. Sorularıma cevap verdiğin için teşekkür ederim.

Göktuğ: Önemli değil.

FORM-35

Yıldırım İlköğretim Okulu'nda "23 Nisan Ulusal Egemenlik ve Çocuk Bayramı" kutlaması için hazırlanan şenliğe, yerel TV'den muhabir gelmiş, öğrencilerle röportaj yapmaktadır.

Muhabir: İsmi nedir?

Yusuf: Yusuf...

Muhabir: Kaçınıcı sınıfa gidiyorsun?

Yusuf: 6.sınıfa gidiyorum.

Muhabir: Büyüyünce ne olmak istersin?

Yusuf: Doktor olmak istiyorum. Hani güzel ve büyük işler yapan başarılı doktorlar var ya onlar gibi olmak istiyorum. Evim, arabam güzel bir hayatım olsun istiyorum. Yardıma ihtiyacı olan insanlara yardım etmek istiyorum.

Muhabir: Peki, bu isteğine ulaşmak için ne yapman gerekiyor, neler yapıyorsun?

Yusuf: Sorumluluklarımı yerine getiriyorum ve derslerime çalışıyorum. Ayrıca ilköğretimi bitirince fen lisesine gitmeyi planlıyorum. Fen lisesi sınavına hazırlanıyorum kazanamazsam da liseye gideceğim. Üniversite sınavında başarılı olmak istiyorum. Tıp fakültesini kazanmak için üniversite sınavında başarılı olmam gerekiyor. Üniversiteyi başarılı bir şekilde bitirip, iş hayatına atılmak istiyorum.

Muhabir: Seni biraz önce projeler standının başında gördüm. Şenlikteki görevin nedir?

Yusuf: Bu şenlikte benim ve diğer arkadaşlarımla projeleri sergileniyor. Stantta benim de bir projem var. Gelen misafirlere ve diğer öğrencilere bu projeleri tanıtmaya görevini öğretmen bana verdi.

Muhabir: Ne hissediyorsun?

Yusuf: Çok mutluyum ve heyecanlıyım. Biraz sonrada yarışmalarımız başlayacak. Sizde izleyecek misiniz?

Muhabir: Evet izlemek istiyorum. Hatta çekim yapacak arkadaşlarımız. Akşam haberlerde izlersiniz artık. Sorularına cevap verdiğin için teşekkür ederim Yusuf... Büyük bir doktor olduğunda da benimle röportaj yapar mısın?

Yusuf: Yaparım... Ben teşekkür ederim...

6. SINIF – 3.ETKİNLİK

Etkinliğin Adı:	*AMACIMI BELİRLERKEN
Sınıf:	6. sınıf
Yeterlik Alanı:	Eğitsel Başarı
Kazanım:	Amaç belirlemedeki ölçütleri açıklar.(Kazanım Numarası 31)
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf
Süre:	40 Dakika
Ortam:	Sınıf
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni
Araç-Gereç:	Form–36, Form–37
Kaynak:	*(Erkan, 2005)
<u>Süreç:</u> <ol style="list-style-type: none">1. Form-36 öğrencilere dağıtılır ve birinci bölümü doldurmaları istenir.2. Öğretmen Form-37'yi anlatır.3. Öğrencilerden Form- 36'nın ikinci kısmını doldurmaları istenir.4. Gönüllü öğrencilerden Form-6'ya verdikleri cevapları sınıfla paylaşmaları istenir.5. Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.<ul style="list-style-type: none">➤ Amaç belirlemek neden önemlidir?➤ Formun birinci bölümünde amaçlarınızı belirlerken neye göre belirlediniz?➤ Formun ikinci bölümünde amaçlarınızı düzenlerken nelere dikkat ettiniz?➤ Birinci bölümle ikinci bölümde ki amaçlarınız arasında fark var mı?6. Amaç belirlemedeki ölçütleri bilmenin önemi vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.	
Değerlendirme:	

FORM-36

Aşağıda kendinizle ilgili ulaşmak istediğiniz beş amacınızı yazınız.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

Şimdi bu amaçlarınızı aşağıda belirtilen ölçütlere göre değerlendirin.
Amacınız ölçüte uygunsa (+), değilse (-) işaretini koyun.

	1.Amaç	2.Amaç	3.Amaç	4.Amaç	5.Amaç
Anlaşılabilirlik					
İnanılabilirlik					
Ulaşılabilirlik					
Kontrol edilebilirlik					
Ölçülebilirlik					
İstenirlik					
Alternatifsizlik					
Yapıcılık-Geliştiricilik					

Şimdi amaçlarınıza yukarıdaki değerlendirmelerinize göre yeniden düzenleyin.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

FORM-37

AMAÇ BELİRLEMEDE ÖLÇÜTLER

1. Amaç **anlaşılır** olmalı. Kişi amacın ne olduğunu anlayabilmeli ve bu amaca ulaşabilmek için atılacak ilk adımları belirleyebilmeli.

2. Amaç **inandırıcı** olmalı. Kişi bu amaca ulaşabileceğine inanabilmeli.

3. Amaç **ulaşılabilir** olmalı. Kişi sahip olduğu yetenek ve güçlerle amaca ulaşabilmeli. Örneğin 10 yaşında bir çocuğun gelecek yıl 100 kg'lık bir ağırlığı kaldırması ulaşılacak bir amaç değildir.

4. Amaç **kontrol edilebilir** olmalı. Amaç kişinin kendi çabasıyla kontrol edebileceği biçimde ifade edilmeli. Örneğin ünlü bir film yıldızıyla mutlu bir evlilik yapmak, kontrol edilebilir bir amaç değildir. Çünkü evlilik sadece bir kişinin davranışlarına bağlı değil, iki kişinin anlaşması ile gerçekleşebilecektir.

5. Amaç zaman ve nicelik açısından **ölçülebilir** olmalı. Genel ifadeler amaca ulaşip ulaşamadığını değerlendirmede güçlük yaratacaktır. Örneğin temiz bir evim olsun istiyorum yerine Pazar gününe kadar çalışma masasını temizlemek istiyorum demek daha uygun olacaktır.

6. Amaç **arzu edilir** olmalı. Amaç kişinin ne yapması gerektiğini değil, gerçekten ne istediğini yansıtmalı.

7. Amaç **alternatifsiz** olarak ifade edilmeli. Araştırmalar amacın şunu ya da bunu yapabilirim, biçiminde ifade edildiğinde her ikisine de ulaşamadığını göstermektedir. Bu, amaçlar oluşturmada esnekliğin olmaması anlamına gelmez. Eğer kişi amacını değiştirmek isterse yeni bir amaç oluşturulabilir, ancak bunun yine alternatifsiz olarak yapmalı ve tek bir amaç belirlemelidir.

Amaç yapıcı ve geliştirici olmalı, amaç kişiye çevresine ve topluma zarar verici nitelikte olmamalı. Örneğin; cumartesi günü 10 tane arabanın lastiklerini patlatmak yukarıdaki ölçütlerin birçoğunu karşılar, ancak yapıcı değil yıkıcı olduğundan uygun bir amaç olmayacaktır.

6. SINIF – 4.ETKİNLİK

Etkinliğin Adı:	AMAÇLARIM
Sınıf:	6. sınıf
Yeterlik Alanı:	Eğitsel Başarı
Kazanım:	Kısa, orta ve uzun vadeli amaçlar oluşturur.(Kazanım Numarası -32-)
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf
Süre:	40 Dakika
Ortam:	Sınıf
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni
Araç-Gereç:	Form–38
Hazırlayanlar:	Sündüz BÜKEL / Didem GÜLSARAN Cevriye GÜLEBAĞLAN / Hicran ÇETİN
Süreç:	<ol style="list-style-type: none">1. Form-38 öğrencilere dağıtılır doldurmaları istenir.2. Gönüllü öğrenciler yazdıklarını sınıfla paylaşır.3. Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi başlar.<ul style="list-style-type: none">➤ Kısa vadeli amaçlarınızı neye göre belirlediniz?➤ Orta vadeli amaçlarınızı neye göre belirlediniz?➤ Uzun vadeli amaçlarınızı neye göre belirlediniz?➤ Amaç oluşturmak neden önemlidir?➤ Amaçlarımıza ulaşmak için neler yapmalıyız?➤ Kısa, orta, uzun vadeli amaçlarımızın olması hayatımıza ne kazandırır?4. Kısa, orta ve uzun vadeli amaçlar oluşturmanın önemi vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.
Değerlendirme:	

FORM-38

ÖRNEK:

KISA VADELİ AMACIM:

Matematik sınavında başarılı olmak.

ORTA VADELİ AMACIM:

Fen Lisesinde okumak.

UZUN VADELİ AMACIM:

Doktor olmak.

Sizlerde kısa, orta, uzun vadeli amaçlarınızı sıralayınız.

KISA VADELİ AMACIM:

ORTA VADELİ AMACIM:

UZUN VADELİ AMACIM:

6. SINIF – 5.ETKİNLİK

Etkinliğin Adı:	BUGÜNDEN YARINA
Sınıf:	6. sınıf
Yeterlik Alanı:	Eğitsel Başarı
Kazanım:	Serbest zaman etkinliklerinin gelecekteki amaçlara ulaşmadaki önemini belirtir. (Kazanım Numarası -34-)
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf
Süre:	40 Dakika
Ortam:	Sınıf
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni
Araç-Gereç:	Form–39,Form–40
Hazırlayanlar:	Sündüz BÜKEL / Didem GÜLSARAN Cevriye GÜLEBAĞLAN / Hicran ÇETİN

Süreç:

1. Öğretmen, öğrencilere serbest zamanın ne olduğu hakkında bilgi verir.

Form–39 öğretmene bilgi amacıyla verilmiştir.

2. Form–40 öğrencilere dağıtılır ve doldurmaları istenir.

3. Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi başlar.

- Yapmak istediğiniz başka serbest zaman etkinlikleri var mı?
- Hangi etkinliği yaparken kendinizi daha mutlu hissediyorsunuz?
- Bu etkinlik geleceğinizi nasıl etkileyebilir?
- Bu etkinliğin gelecekteki amacınıza ulaşmadaki önemi nedir?
- Serbest zamanı verimli kullanamamak geleceğinizi nasıl etkiler?
- Serbest zamanı verimli kullanmak geleceğinizi nasıl etkiler?

4. Serbest zaman etkinliklerinin gelecekteki amaçlara ulaşmadaki önemini vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.

Değerlendirme:

FORM-39

SERBEST ZAMAN ETKİNLİK ÖRNEKLERİ

Müzik aleti çalmak

Resim yapmak

Spor yapmak

Kitap, dergi, gazete, vb okumak

Maket yapmak

Hayvan beslemek

Bitki yetiştirmek

Film izlemek

Bilim ve teknik konularla uğraşmak

Halk oyunları oynamak

Dans etmek

Şarkı söylemek

Yemek yapmak

Kayak yapmak

El sanatları ile uğraşmak

Dikiş dikmek

Ebru, hat sanatı vb. sanatlarla uğraşmak

Tiyatro ile uğraşmak

Satranç oynamak

Hobi

Öğretmen serbest zaman etkinliklerinin sayısını

artırabilir.

Serbest zaman etkinlikleri psikolojik, sosyal, vb. birçok alanda gelişimi destekler. Aynı zamanda gelecekteki hedeflere ulaşmada da katkı sağlar.

FORM-40

SERBEST ZAMAN ETKİNLİKLERİ	GELECEKTEKİ AMAÇLARIMIZA ETKİSİ
ÖRNEK: Resim yapmak	Çizim gerektiren mesleklere katkı yapabilir.
ÖRNEK: Ev maketi yapmak	El ve göz koordinasyonu gerektiren mesleklere katkı yapabilir.
1.	1.
2.	2.
3.	3.

6. SINIF – 6.ETKİNLİK

Etkinliğin Adı:	BENİM HOBİM
Sınıf:	6. sınıf
Yeterlik Alanı:	Eğitsel Başarı
Kazanım:	İlgi ve yetenekleri doğrultusunda hobiler edinir. (Kazanım Numarası -33-)
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf
Süre:	40 Dakika
Ortam:	Sınıf
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni
Araç-Gereç:	Form-41
Hazırlayanlar:	Psikolojik Danışman, Mehmet Ali GÜNEY - Karaman Psikolojik Danışman, Murat AKMAN - Konya Psikolojik Danışman, İlyas SUCU - Sakarya
<u>Süreç:</u> Bir hafta önceden hobi listesi öğrencilere okunur. Öğrenciler istedikleri bir hobiyi seçer. Seçtikleri hobinin hangi ilgi ve yetenek gerektirdiğini araştırır. Form-41 öğretmene bilgi amaçlı verilmiştir. Öğretmen gerektiğinde hobi listesini çoğaltabilir. <ol style="list-style-type: none">1. Gönüllü öğrenciler araştırdıkları hobinin gerektirdiği ilgi ve yetenekleri sınıfla paylaşır.2. Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.<ul style="list-style-type: none">➤ Seçtiğiniz hobiyi araştırırken neler yaşadınız?➤ Araştırma yaparken kendinizle ilgili fark ettiğiniz durumlar oldu mu? Neler?➤ İlgileriniz ve yetenekleriniz doğrultusunda yapmış olduğunuz hobileriniz var mı? Neler?➤ İlgileriniz ve yetenekleriniz doğrultusunda yapmayı istediğiniz hobileriniz neler?➤ Hobilerin, insan hayatındaki önemi nedir? Geleceğini nasıl etkiler? Neden?3. İlgi ve yetenekleri doğrultusunda hobi edinmenin önemi vurgulanarak etkinlik sonlandırılır. <u>Değerlendirme:</u>	

FORM-41

HOBİ LİSTESİ

Deney Yapmak
Günlük Tutmak(yazmak)
Resim Yapmak
Spor Yapmak
Maket Yapmak
Tiyatro Oyunlarında Rol Almak
Enstrüman Çalmak
Çiçek Yetiştirmek
Koleksiyon Yapmak
Şarkı Söylemek
Şiir Yazmak
El Sanatları ile Uğraşmak
Seramik İşleri İle Uğraşmak
Sinema ya da Tiyatroya Gitmek
Satranç Oynamak
Bulmaca Çözmek
Yemek Pişirmek
Bilgisayar Oyunu
Doğadaki Hayvanları İzleme
Balık Tutma
Gökyüzünü İzleme
Proje Geliştirme
Origami (Kâğıt Katlama Sanatı)
Tamir İşleri
Dans Etmek
Fotoğraf Çekmek

6. SINIF – 7.ETKİNLİK

Etkinliğin Adı:	BAŞARILIYIM ÇÜNKÜ... BAŞARISIZIM ÇÜNKÜ...
Sınıf:	6. sınıf
Yeterlik Alanı:	Eğitsel Başarı
Kazanım:	Kendini başarı ve başarısızlığa neden olan etmenler açısından değerlendirir. (Kazanım Numarası 35)
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf
Süre:	40 Dakika
Ortam:	Sınıf
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni
Araç-Gereç:	Form–42
Hazırlayanlar:	Sündüz BÜKEL / Didem GÜLSARAN Cevriye GÜLEBAĞLAN / Hicran ÇETİN
<u>Süreç:</u>	<ol style="list-style-type: none">1. Öğrencilere Form–42 dağıtılır ve doldurmaları istenir.2. Gönüllü öğrencilerden cevaplarını sınıfla paylaşmaları istenir.3. Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.<ul style="list-style-type: none">➤ Kendinizle ilgili fark ettiğiniz şeyler oldu mu?➤ Başarısızlığa neden olan etmenler nelerdir? (Cevaplar tahtaya yazılır.)➤ Başarıya neden olan etmenler nelerdir? (Cevaplar tahtaya yazılır.)➤ Başarısız olduğunuz durumlarda neler yapıyorsunuz?➤ Başarısız olduğunuz konularda nasıl başarılı olabiliriz? Neler yapabiliriz?➤ Başarılı olduğunuz zaman neler yaşıyorsunuz?➤ Başarılı olmak geleceğimizi nasıl etkiler?4. Başarı ve başarısızlığa neden olan etmenler açısından kendini değerlendirmenin önemi ve gerekliliği vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.
Değerlendirme:	

FORM-42

<p>Kompozisyon yazmakta başarılıyım. Çünkü; çok kitap okuyorum, yazma çalışmaları yapıyorum, boş zamanlarımda nasıl daha iyi kompozisyon yazarım diye araştırma yapıyorum...</p>	<p>Resim yapmada başarısızım. Çünkü; Renk uyumunu yapamıyorum, perspektifi iyi ayarlayamıyorum, başarabileceğime inanmıyorum...</p>
<p>Futbolda başarılıyım. Çünkü; Antrenmanlarımı aksatmıyorum, beslenmeme dikkat ediyorum, sağlığıma dikkat ediyorum, kendime güveniyorum...</p>	<p>Yabancı dil dersinde başarısızım. Çünkü; Gerekli tekrarları yapmıyorum, zamanı iyi kullanmıyorum çok TV izliyorum, istekli değilim ve çaba sarf etmiyorum, başaramamaktan korkuyorum...</p>
<p>Derslerimde başarılıyım. Çünkü; Planlı çalışıyorum, Amacıma ulaşmak için çaba sarf ediyorum, not tutuyorum, Öğretmenim ders anlatırken onu dinliyorum.</p>	<p>Yazılı sınavlarda başarısızım. Çünkü; Heyecanlanıyorum, dikkatim dağılıyor, hayal kuruyorum, sınavlarıma son gece çalışıyorum...</p>
<p>.....başarılıyım. Çünkü;</p>	<p>.....başarısızım. Çünkü;</p>
<p>.....başarılıyım. Çünkü;</p>	<p>.....başarısızım. Çünkü;</p>
<p>.....başarılıyım. Çünkü;</p>	<p>.....başarısızım. Çünkü;</p>
<p>.....başarılıyım. Çünkü;</p>	<p>.....başarısızım. Çünkü;</p>
<p>.....başarılıyım. Çünkü;</p>	<p>.....başarısızım. Çünkü;</p>
<p>.....başarılıyım. Çünkü;</p>	<p>.....başarısızım. Çünkü;</p>
<p>.....başarılıyım. Çünkü;</p>	<p>.....başarısızım. Çünkü;</p>
<p>.....başarılıyım. Çünkü;</p>	<p>.....başarısızım. Çünkü;</p>
<p>.....başarılıyım. Çünkü;</p>	<p>.....başarısızım. Çünkü;</p>
<p>.....başarılıyım. Çünkü;</p>	<p>.....başarısızım. Çünkü;</p>
<p>.....başarılıyım. Çünkü;</p>	<p>.....başarısızım. Çünkü;</p>

6. SINIF –8.ETKİNLİK

Etkinliğin Adı:	SLOGANIMIZ BAŞARI!
Sınıf:	6. sınıf
Yeterlik Alanı:	Eğitsel Başarı
Kazanım:	Sınavda başarıyı etkileyen düşünceleri fark eder. (Kazanım Numarası 36)
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf
Süre:	40 Dakika
Ortam:	Sınıf
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni
Araç-Gereç:	Form–43, Form–44, Form–45
Hazırlayanlar:	Sündüz BÜKEL / Didem GÜLSARAN Cevriye GÜLEBAĞLAN / Hicran ÇETİN
<u>Süreç:</u>	<ol style="list-style-type: none">1. Öğrenciler beşerli gruplara ayrılır.2. Her gruba Form–43 dağıtılır. Her gruptan sınavda başarıyı etkileyen olumlu ve olumsuz düşünceleri kendi aralarında tartışıp, forma yazmaları istenir.3. Her grup cevaplarını sınıfla paylaşır.4. Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.<ul style="list-style-type: none">➤ Olumlu, olumsuz düşünceleri bulurken zorlandınız mı?➤ Başarılı olduğunuz bir sınavı hatırlayınız, böyle bir sınavda hangi düşüncelere sahiptiniz?➤ Başarısız olduğunuz bir sınavı hatırlayınız, böyle bir sınavda hangi düşüncelere sahiptiniz?5. Öğretmen sınavda başarıyı etkileyen olumlu ve olumsuz düşünceler hakkında öğrencilere bilgi verir. (Form–44, Form–45)6. Her gruptan olumlu düşüncelerden yola çıkarak, sınav başarısını olumlu etkileyecek bir slogan bulmaları istenir.7. Her grubun sloganını paylaşmaları istenir, bu sloganlar sınıf panosuna asılır. İstek doğrultusunda bu sloganlar, okul panosunda da yer alabilir.8. Sınavda başarıyı etkileyen düşünceleri fark etmenin önemi ve gerekliliği vurgulanarak etkinlik sonlandırılır. Değerlendirme:

FORM-43

OLUMLU DÜŞÜNCELER	OLUMSUZ DÜŞÜNCELER

SLOGANIMIZ

FORM-44

OLUMLU DÜŞÜNCELER	OLUMSUZ DÜŞÜNCELER
Başarı, mutlu olmam için tek şart değildir.	Başarı, mutlu olmam için tek şarttır.
Yeterince çalıştım, başarılı olabilirim.	Zaten hiçbir şeyi başaramıyorum, aptalın tekiyim.
Yeterince başarılı olamasam bile, diğer sınavda çalışarak, başarılı olabilirim.	Başarısız olursam sevilmem.
Başarılı olacağıma inanıyorum, çünkü umutluyum.	Sınavda zaman yetmeyecek, cevapları yetiştiremeyeceğim.
Zayıf alsam bile ailem beni yine de sever.	Zayıf alırsam ailemi hayal kırıklığına uğratmış olurum.
Kendim için başarılı olacağım.	Ailem benim için çok kadar masraf yaptı, başarılı olmam lazım.
Zayıf almak dünyanın sonu değil, çalışır düzeltirim.	Sınavda başarısız olursam rezil olurum.
Ben de herkes kadar akıllıyım.	Sınıf arkadaşlarım benden daha zeki.
Sınavdan korkmuyorum, başarabileceğime inanıyorum.	Çok korkuyorum, yine başarısız olacağım.

FORM-45

Öğretmen aşağıdaki açıklamayı öğrencilere okur:	
<i>Olumsuz düşünceler;</i>	<i>Olumlu düşünceler;</i>
Sınav başarımızı olumsuz yönde etkiler, Kaygımızı artırır, Heyecanımızı arttırır, Soruları yanlış okuyup cevap vermemize neden olur, Zamanı planlı kullanmamıza engel olur, Dikkatimizi dağıtır, Moralimizi bozar, Motivasyonumuzu azaltır, Kendimize olan güvenimizi yok eder, Korku yaratır, Başarısızlığımızda etkendir.	Sınav başarımızı olumlu yönde etkiler, Kaygımızı azaltır, Heyecanımızı azaltır, Soruları doğru okuyup cevap vermemize neden olur, Zamanı dikkatli kullanmamıza neden olur, Daha dikkatli oluruz, Moralimiz yerindedir, Motivasyonumuzu artırır, Kendimize olan güvenimiz artar, Korku duymayız, Başarımızda etkendir.

6. SINIF – 9.ETKİNLİK

Etkinliğin Adı:	SEN DE KAZAN, BEN DE KAZANAYIM
Sınıf:	6. sınıf
Yeterlik Alanı:	Kişiler Arası İlişkiler
Kazanım:	Sorun çözme sürecinde dikkat edilecek unsurları açıklar. (Kazanım Numarası 114)
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf
Süre:	40 Dakika
Ortam:	Sınıf
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni
Araç-Gereç:	Form–46
Hazırlayanlar:	Sündüz BÜKEL / Didem GÜLSARAN Cevriye GÜLEBAĞLAN / Hicran ÇETİN
<u>Süreç:</u>	<ol style="list-style-type: none">1. Öğrenciler beşerli gruplara ayrılır.2. Öğretmen, öğrencilere sınıfta yaşanan sorunları sorar ve ifade edilen sorunlar tahtaya yazılır.3. Sorunların içerisinde öğrencilerin belirlediği bir sorun tespit edilir.4. Öğretmen Form–46 deki bilgileri öğrencilere anlatır.5. Her gruptan, sorun çözme sürecinde dikkat edilecek unsurları dikkate alarak, seçilen soruna çözüm getirmeleri istenir.6. Her grup yazdıklarını sınıfla paylaşır.7. Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.<ul style="list-style-type: none">➤ Sorunu çözerken neler yaşadınız? Neler hissettiniz?➤ Sorunu çözerken nasıl bir süreç izlediniz?➤ Sorunu çözerken nelere dikkat ettiniz? Neleri göz önünde bulundurdunuz?8. Sorun çözme sürecinde dikkat edilecek unsurları açıklamanın önemi ve gerekliliği vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.
Değerlendirme:	

FORM-46

SORUN ÇÖZME SÜREÇLERİ

Crawford ve Bodin'e göre (1996), çatışmaları çözmek için başvurulabilecek üç tane sorun çözme süreci vardır. **Müzakere**, **arabuluculuk** ve **oybirliği** ile karar alma.

Müzakere: Aralarında anlaşmazlık olan tarafların ya bizzat kendilerinin ya da temsilcilerinin başkalarından yardım almaksızın birlikte çalışarak aralarındaki anlaşmazlığı çözmek amacıyla yüz yüze geldikleri bir sorun çözme yöntemidir.

Arabuluculuk: Aralarında anlaşmazlık olan tarafların ya bizzat kendilerinin ya da temsilcilerinin "arabulucu" denen tarafsız birinin de yardımıyla aralarındaki anlaşmazlığı çözmek amacıyla yüz yüze geldikleri bir sorun çözme sürecidir.

Oy Birliğiyle Karar Alma: Aralarına anlaşmazlık olan bütün tarafların ya da temsilcilerinin, bütün tarafların destekleyebileceği bir eylem planı oluşturarak anlaşmazlığı çözmek amacıyla iş birliği yaptıkları bir grupta sorun çözme sürecidir. Bu sürece tarafsız biri de katılabilir ve süreci hızlandırabilir ama bu zorunlu değildir.

Yukarıda belirtilen sorun çözme süreçleriyle çatışmaları çözmek için, dört temel ilkenin anlaşılması gerekir.

1. Kişilerle sorunları birbirinden ayırmak
2. Çıkarlar üzerinde odaklaşmak
3. Herkesin kazanacağı seçenekler bulmak
4. Seçenekleri değerlendirmek.

Sorunlar karşısında insanlar birbirinden farklı tepkiler gösterebilir. Bazı kişiler, herhangi bir sorun karşısında hemen "**sert**" bir tepki gösterme eğilimindedir. Bu kişiler başkalarıyla anlaşmazlığa düştükleri ya da aralarına bir çatışma çıktığı zaman güç kullanma yoluna başvururlar. Karşı tarafı tehdit ederek, bağırıp çağırarak, vurarak, kırarak, döverek vb. kendi çözüm önerilerini dayatırlar.

Bazı kişiler de sorunlar karşısında oldukça "**yumuşak**" bir tepki gösterme eğilimindedir. Bu kişiler daha ciddi bir tatsızlığın ortaya çıkmaması için geri çekilirler, sorunlar karşısında kolayca pes ederler ve kendi

isteklerinden vazgeçerler.

Bazı kişiler ise sorunlar karşısında “ilkeli” bir tutum sergilerler. Bu kişiler için önemli olan, sorunları her iki tarafın da tatmin olacağı adil bir çözüm bulmaktır. Çünkü her hangi bir sorun karşısında başvurulan çözümün, adil olduğu ölçüde kalıcı olduğuna inanırlar.

Yukarıda tanıtılan üç farklı tepki, üç farklı sonuca yol açar:

1. Taraflardan biri kazanır diğeri kaybeder (Kazan/Kaybet)
2. Her iki taraf da kaybeder (Kaybet/Kaybet)
3. Her iki taraf da kazanır (Kazan/Kazan)

Sorunlar karşısında “sert” bir tepki gösterildiğinde taraflarda biri kazanırken, diğeri kaybeder ya da bazen her ikisi de kaybeder. “Yumuşak” bir tepki gösterildiğinde de sonuç aynıdır. Bu kez de taraflardan biri kazanırken diğeri kaybeder, ya da her ikisi de kaybeder. Sorunlar karşısında “ilkeli” bir tepki gösterildiğinde ise genellikle kaybeden olmaz her iki taraf da kazanır.

SORUN ÇÖZMEYİ ENGELLEYEN OLUMSUZ DÜŞÜNCELER

- Ben yapamam
- Bu sorun beni aşar
- Bu çok zor
- Başkalarının bunu yaptıklarını biliyorum. Ama bu benim için çok zor
- Eğer daha fazla imkânım olsaydı (daha fazla zamanım ya da param olsaydı, başkalarından yardım alabilseydim, daha becerikli olsaydım vb.) o zaman bu sorunu çözebilirdim.
- Dünya, benim hakkımdan gelmek için fırsat kolluyor. Ben bu sorunla baş başayım.
- Bu çok acil bir durum, düşünecek zaman yok.

SORUN ÇÖZMEYİ KOLAYLAŞTIRAN OLUMLU DÜŞÜNCELER

- İyi niyet
- Sorunların birden fazla çözümü olduğuna inanma
- Bir tarafın kazanması, diğeri tarafın kaybetmesini gerektirmez. Herkes kazanabilir.
- Sorunlara farklı bakış açısı ile yaklaşmak. Başkalarının bakış açılarını

öğrenmek için etkin bir dinleyici olma,

- Güç kullanmaktan kaçınma, sorunlar üzerinde odaklaşma
- Duyguları dikkate alma.

İnsanlar, olanla olması gereken durum arasındaki farkın yol açtığı gerginlikten kurtulmak isterler ve bunun için farklı yollara başvururlar. Bunlarda bazıları kişiyi istediği sonuca ulaştırabilir, bazıları ulaştırmaz. Sorun çözme, mevcut durumla erişilmek istenen amaç arasındaki boşluğun algılandığı ve bunun yol açtığı gerginliği ortadan kaldırmaya yönelik çabaları ifadeden bilişsel ve davranışsal bir süreçtir.

Bu süreç bir sorunun fark edilmesi ve sorunun tanımlanmasıyla başlar ve soruna çözüm bulununcaya kadar devam eder.

SORUN ÇÖZME SÜRECİ

1- Sorunun fark edilmesi: Sorun çözme sürecinin ilk aşaması, bir güçlüğü sezilmesi ya da bir şeylerin yolunda gitmediğinin fark edilmesidir. Sorunlar tesadüfen ya da sistematik incelemeler sonucunda fark edilebilir. Ama genellikle sorunlar, doğal olarak ortaya çıkarlar ve gerginliği ya da çatışmayı artırarak varlıklarını bize duyururlar. Eğer gerginlikle yüzleşilmez ya da üstleri örtülür ve inkâr edilirse koşullar daha da kötüleşir.

2- Sorunun tanımlanması: Sorunun belirtileri fark edilerek başkalarının dikkatine sunulunca doğal olarak bazı adımların atılması gerekir. Bunlardan ilki sorunun açıklığa kavuşturulması, nelerle ya da kimlerle ilişkili olduğunun anlaşılmasıdır. Bu noktada sorunun başkaları ile ne ölçüde ortak bir sorun olduğunun ve aciliyet derecesinin saptanması gerekir.

3- Alternatiflerin üretilmesi: Alternatif çözümler üretme aşamasında, eleştirinin olmadığı bir ortamda çok sayıda çözüm önerisinin ortaya konabildiği, daha sonrada bu önerilerin birleştirilerek geliştirilebildiği beyin fırtınası tekniğinden yararlanılabilir.

Belli bir sorunun çözümü ile ilgili tüm görüşler ortaya konmadan önce çözümün belirlenmesi çözümün niteliğini azalttığı gibi kişiler arasındaki açık iletişim de engeller. Bu durum insanları çok erken bir değerlendirme yapmaya zorlar ve kendi görüşlerini savunmaya iter. Farklı çözümler üretildikten sonra çözümleri birleştirmek ve sentezlemek gerekmektedir.

4. Çözümlerin seçilmesi: Yeni verile toplayarak alternatifler üzerinde

düşünmek için zaman ayırdıktan sonra, sorunun çözümü ile ilgili her alternatifin sonuçlarını göz önünde bulundurmak gerekir. Yani bu aşamada olası her çözümün, güçlü ve zayıf yanlarının dikkatli bir biçimde değerlendirilmesi gerekir. Bu değerlendirme sonucunda en uygun çözüme karar verilir.

5. **Uygulama:** Seçilen çözümün uygulanabilirliğinin de bu süreçte göz önünde bulundurulması gerekir.

6. **Değerlendirme ve Düzeltme:** İnsanların, yeni düşüncelere direnç göstermelerinin nedenlerinden birisi değişimden sonraki mevcut durumun da artık yeni görüşlere kapalı olacağına inanmalarıdır. Bu direnci aşmak için yeni verileri çözümlenerek gerekli düzeltmeleri yapacak olan bir değerlendirme mekanizması oluşturmak ve sorun çözme sürecini bütünüyle esnek ve yeni alternatiflere açık tutmak gerekir (Öğülmüş,2001).

6. SINIF – 10.ETKİNLİK

Etkinliğin Adı:	ÖFKE İLE KALKAN ZARARLA OTURUR...
Sınıf:	6. sınıf
Yeterlik Alanı:	Kişiler Arası İlişkiler
Kazanım:	Öfkeyi uygun ve uygun olmayan biçimlerde ortaya koymanın sonuçlarını açıklar. (Kazanım Numarası 115)
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf
Süre:	40 Dakika
Ortam:	Sınıf
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni
Araç-Gereç:	Gazete ve dergi
Hazırlayanlar:	Sündüz BÜKEL / Didem GÜLSARAN Cevriye GÜLEBAĞLAN / Hicran ÇETİN
<p>*Bu etkinlik özel bilgi ve deneyim gerektirdiği için okul rehber öğretmeni veya RAM'lardan gelecek uzmanlar tarafından gerçekleştirilecektir. Bunun sağlanamadığı ya da kalabalık okullarda rehber öğretmenin yetişemediği durumlarda bu etkinlikler yerine öğrencilerin gelişim özellikleri ve ihtiyaçları, okulun özellikleri göz önünde bulundurularak sınıf rehber öğretmeni tarafından farklı etkinlikler yapılabilir ya da diğer etkinliklere daha geniş yer verilebilir.</p> <p>Süreç:</p> <p>Bir önceki rehberlik saatinde, gazete ve dergilerden öfkeli insanlar ile ilgili haberler toplamaları istenir.</p> <p>1. Öğrencilerden öfke ile ilgili getirdikleri haberleri sınıfla paylaşmaları istenir.</p> <p>2. Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.</p> <ul style="list-style-type: none">➤ Çevrenizde, gazetede bu haberlere benzer yaşantılar oldu mu?➤ Bu haberlerde ki kişiler öfkelerini uygun yollarla ortaya koymuş mu? Sonuçları neler olmuş?➤ Sizce, haberlerdeki öfkeli insanlar başka nasıl tepkiler verebilirlerdi? Sonuçları neler olabilirdi?➤ Siz öfkenizi nasıl ortaya koyarsınız? Sonuçları neler olur? <p>3. Öfkeyi uygun ve uygun olmayan biçimlerde ortaya koymanın sonuçları vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.</p> <p>Değerlendirme:</p>	

6. SINIF – 11.ETKİNLİK

Etkinliğin Adı:	GEVŞEME EGZERSİZLERİ
Sınıf:	6. Sınıf
Yeterlik Alanı:	Kişiler Arası İlişkiler
Kazanım:	Öfkelendiğinde gevşeme ve nefes egzersizlerini kullanır. (Kazanım Numarası 116)
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf
Süre:	40 Dakika
Ortam:	Sınıf
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni
Araç-Gereç:	Form-47, Form-48, Form-49, Asetat, Tepegöz, Tahta
Hazırlayan:	Gazanfer Kürşat PEHLİVAN Rehber Öğretmen
<p>*Bu etkinlik özel bilgi ve deneyim gerektirdiği için okul rehber öğretmeni veya RAM'lardan gelecek uzmanlar tarafından gerçekleştirilecektir. Bunun sağlanamadığı ya da kalabalık okullarda rehber öğretmenin yetişemediği durumlarda bu etkinlikler yerine öğrencilerin gelişim özellikleri ve ihtiyaçları, okulun özellikleri göz önünde bulundurularak sınıf rehber öğretmeni tarafından farklı etkinlikler yapılabilir ya da diğer etkinliklere daha geniş yer verilebilir.</p> <p>Süreç:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Öğretmen aşağıdaki açıklamayı yapar. “Daha önceki zamanlarda değindiğimiz gibi öfke duygusu, vücudumuzun yaşanan olumsuz duruma karşı verdiği bir tepkidir.”2. Öğrencilere Form–47 dağıtılır ve doldurmaları istenir.3. Gönüllü öğrenciler öfkelendikleri durumlarda vücutlarında meydana gelen değişiklikleri (yazdıklarını) sınıfla paylaşır.4. Paylaşımdan sonra öğretmen aşağıdaki açıklamayı yapar. “Öfkelendiğimiz zaman yaşanan fiziksel değişiklikler ne hastalık belirtisidir ne de tehlikelidir. Bunlar sadece hoş olmayan, rahatsız edici belirtilerdir ancak hepsi geçicidir. Öfkemiz dindiğinde bu belirtiler ortadan kaybolur.”5. Öğretmen aşağıdaki açıklamayı yaptıktan sonra öğrencilere “iyi bir nefesin özellikleri nelerdir?” Sorusunu sorar. “Nefes alıp verme yaşamsal bir ihtiyaçtır. Hepimiz nefes alıp veriyoruz, ancak çok azımız ilkel insanın ya da bebeğin doğal nefes alıp verme	

alışkanlığını koruyabiliriz. Doğal ve uygun nefes alıp verme, Öfke anındaki gerginlik durumunun giderilmesinde son derece etkili olabilir.”

6. Daha sonra öğretmen, öğrencilerin verdikleri cevapları tahtanın bir köşesine yazar.

7. Öğretmen, Ek-48’de belirtilmiş olan iyi bir nefesin özellikleri tahtaya yazar

8. Öğretmen aşağıdaki açıklamayı yapar. (Öğretmen, öğrencilere bu açıklamayı yaparken uygulayarak göstermesi daha etkili olacaktır.)

“Gördüğünüz gibi iyi bir nefes alabilmek için uyulması gereken bazı özellikler bulunmaktadır. İyi nefes ağır ağır, derin ve sessiz alınmalıdır. Bunun için de denge, uyum ve ölçü gerekir. İyi bir nefes almak iyi nefes vermekle başlar. İyi bir nefes, yavaş olarak burundan alınır, sessiz olur ve akciğerin bütününe doldurarak diyaframı aşağıya iter ve yavaş yavaş ağızdan verilir. Doğal ve uygun nefes alıp verme, gerginlik tepkisinin giderilmesinde son derece etkili olabilmektedir.”

“Doğal ve uygun nefes alıp verme, Öfke durumunda gerginlik durumunun giderilmesinde son derece etkili olabilir.”

9. Öğretmen Form-49’deki nefes egzersizi uygulamasını sınıfa uygular.

10. Nefes egzersizi çalışması bittikten sonra öğrencilerin neler yaşadıklarını ve neler hissettiklerini sınıfla paylaşmaları istenir.

11. Öfkelenildiğinde gevşeme ve nefes egzersizlerini kullanmanın önemi vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.

Öğretmen bu tür nefes egzersizlerinin öfke durumlarında kullanıldığı zaman bireylerin öfkelerini ve kendilerini kontrol etmekte faydalı olduğunu, üzülecekleri ya da pişman olacakları durumlarla karşılaşmayacaklarını açıklar.

NOT: Nefes egzersiz çalışmalarında yönergeleri okurken ses tonunuzun yumuşak olması yaptığınız çalışmanın daha etkili olmasını sağlar. Bu konuya dikkat ederseniz çalışmalarınızın etkisini daha da arttırırsınız.

Yaptığınız her nefes egzersizinden sonra öğrencilerinizin neler yaşadıklarını paylaşınız. Bu sayede yaptığınız egzersizlerin işe yarayıp yaramadığını görebilirsiniz. Ayrıca öğrencilerinizin yaşadıklarını da paylaşmış olursunuz, böylece etkileşim daha da artar.

Değerlendirme:

Etkinliğin ve formların hazırlanmasında aşağıdaki kaynaklardan yararlanılmıştır

KAYNAKÇA:

Baltaş, A. Baltar, Z. (1999). **Stres ve Başa ıkma Yolları**. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Özer, A.K. (2002). **Sınanma Duygusu ile Baş Edebilme**. İstanbul: Sistem Yayıncılık.

FORM-47

**ÖFKELENDİĞİMİZDE VÜCUDUMUZDA MEYDANA GELEN
DEĞİŞİKLİKLER**

Aşağıda öfkelendiğimiz zaman vücudumuzda meydana gelen fiziksel değişikliklere sıralanmıştır.

Tüm listeyi inceleyerek öfkelendiğiniz durumlarda vücudunuzda meydana geldiğini düşündüğünüz değişikliğin yanındaki parantezin içine (X) işareti koyunuz. Birden fazla özellik seçebilirsiniz.

- Titreme
- Hızlı soluk alıp verme
- Kalp ritminde hızlanma
- Avuç içinde terleme
- Baş dönmesi
- Mide bulantısı
- Kusma
- Karın ağrısı
- Terleme
- Yeterli nefes alamama boğulma hissi
- Söylenenleri anlamama, duymama
- Kas gerginliği
- Deri soğuması
- Göz bebeklerinde büyüme
- Vücut ısısında artış
- Adrenalin salgısının artması
-
-
-

(Listede bulunmayan ancak sizin yaşadığınızı düşündüğünüz fiziksel belirtileri boş bırakılan yere yazınız.)

FORM-48

İYİ BİR NEFESİN ÖZELLİKLERİ

1. İyi bir nefes burundan alınır ve ağızdan verilir.
2. İyi bir nefes ağızdan boşaltılırken sanki bir pipetten suya üfler gibi ya da muma uflar gibi boşaltılır.
3. İyi bir nefes almak için öncelikle nefesi iyi boşaltmalıyız.
4. İyi bir nefes yavaş yavaş alınır ve yavaş yavaş verilir.
5. İyi bir nefes önce ciğerlerimize değil; önce diyaframa doldurulur.
6. Nefes alırken ve verirken kendimizi zorlamadan alınıp verilir

FORM-49

Şimdi herkes gözlerini kapatsın ve beni dinlesin. Benim anlattıklarımı gözünüzün önünde canlandırarak uygulamaya çalışınız. Derin nefes alın ve verin. Nefesinizi yavaş yavaş burnunuzdan alın ve ağızınızda yavaş yavaş bırakın. Her nefesi alışınızda burnunuzdan içeri giren havanın izlediği yolu gözünüzün önünde canlandırın. Hava burnunuzdan içeri giriyor ve soluk borusundan ciğerlerinizin alt kısmına doluyor. İçinize dolan havanın karın boşluğunuzda dolduğunu gözünüzün önünde canlandırarak hissedin.....(biraz bekleyin) Her nefes verişte bu havadan yayılan rahatlığın vücudunuzun her tarafına dağıldığını hissedin..... (Biraz bekleyin) vücudunuzun yavaş yavaş rahatladığını ve gevşediğini hissedin. İyice rahatlıyorsunuz..... (Biraz bekleyin) bu rahatlığın vücudunuzun en uç noktasına kadar yayıldığını hissediyorsunuz..... (Biraz bekleyin) İyice rahatlayın. Vücudunuzun yavaş yavaş rahatladığını ve gevşediğini hissediyorsunuz..... İyice rahatlayın, iyice gevşeyin..... (Biraz bekleyin) Kendinizi hazır hissettiğiniz zaman gözlerinizi açabilirsiniz. Gözlerinizi açtığınızda kendinizi rahatlamış ve gevşemiş hissedeceksiniz. Gözlerinizi açabilirsiniz.

6. SINIF – 12.ETKİNLİK

Etkinliğin Adı:	REDDEDEBİLİRİM
Sınıf:	6. sınıf
Yeterlik Alanı:	Kişiler Arası İlişkiler
Kazanım:	Gerektiğinde reddetme davranışı gösterir. (Kazanım Numarası 113)
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf
Süre:	40 Dakika
Ortam:	Sınıf
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni
Araç-Gereç:	-
Hazırlayanlar:	Sündüz BÜKEL / Didem GÜLSARAN Cevriye GÜLEBAĞLAN / Hicran ÇETİN

Süreç:

1. Öğretmen aşağıdaki durumları verir ve gönüllü öğrencilerin canlandırmasını ister. (Öğretmen gerekli görürse, 5. sınıfın 7. kazanımının “Uygun reddetme davranışına ilişkin örnekler verir” etkinliğinde verilen bilgiyi öğrencilere okur.)

Durum-1

Öğretmen aşağıdaki yönergeyi öğrencilere verir.

“Sizden bir canlandırma yapmanızı istiyorum. Bir arkadaşınız sizi oyun oynamaya, eve davet ediyor. Annesi alışveriş yapmaya gidiyor. Siz arkadaşınızla evde yalnızsınız ve size sigara içmeyi teklif ediyor. **Fakat asla içmemelisiniz. Bu durumda ne söylersiniz, ne yaparsınız?**”

Aynı durumu, farklı öğrenciler canlandırabilir.

Öğrencinin, verdiği cevaplar, “zararlıdır, sağlığıma zarar verir” vb. olabilir.

Durum-2

“Sizden bir canlandırma yapmanızı istiyorum. Bir arkadaşınız öğretmenin masasından izinsiz, habersiz para almanızı istiyor. Bu durumun ikinizin arasında kalacağını ve kimsenin bilmeyeceğini söylüyor. **Fakat asla parayı almamalısınız. Bu durumda ne söylersiniz, ne yaparsınız?**”

Aynı durumu, farklı öğrenciler canlandırabilir.

Öğrencilerin verdiği cevaplar, “İzinsiz, habersiz almak suçtur. Yapamam.” vb. olabilir.

Öğretmen gerekli görürse bu senaryoları çoğaltabilir.

2. Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.

- Reddetme davranışı göstermenizi gerektiren durumlar ile karşılaştınız mı? Bu durumlar neler? Bunlara nasıl tepki gösterdiniz?
- Bu durumlara reddetme davranışında bulunmazsanız neler olur?
- Gerektiğinde uygun reddetme davranışında bulunmak size ne kazandırır?
- Nedenlerini söyleyerek reddetme davranışında bulunmak neden önemlidir?

3. Gerektiğinde uygun reddetme davranışında bulunmanın önemi vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.

Değerlendirme:

6. SINIF – 13.ETKİNLİK

Etkinliğin Adı:	HATALARIMI DÜZELTEBİLİRİM
Sınıf:	6. sınıf
Yeterlik Alanı:	Kendini Kabul
Kazanım:	Hatalarının sonuçlarını değerlendirerek düzeltme yollarını belirler. (Kazanım Numarası 72)
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf
Süre:	40 Dakika
Ortam:	Sınıf
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni
Araç-Gereç:	Aynı Boyutta Hazırlanmış Küçük Boş Kâğıtlar
Hazırlayanlar:	Sündüz BÜKEL / Didem GÜLSARAN Cevriye GÜLEBAĞLAN / Hicran ÇETİN
Süreç:	<ol style="list-style-type: none">1. Öğrencilere aynı ebatta hazırlanmış kâğıtlar dağıtılarak isimlerini belirtmeden yaptıkları bir hatayı yazmalarını istenir.2. Her öğrenci yazma işlemini tamamlayınca kâğıtlar katlanıp bir torba içinde toplanır.3. Her öğrenci bu torbadan bir hata çeker. Öğrenci kendi yazdığı hatayı çekerse onu geri koyarak hata yazılı başka bir kâğıt çeker.4. Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.<ul style="list-style-type: none">➤ Bu hatayı sen yapmış olsan ne hissedersin?➤ Sence bu hata neden yapılmıştır?➤ Sence bu hata ne gibi sonuçlar doğurur?➤ Bu hatayı düzeltmek için neler yapılabilir?➤ Bu hatadan nasıl bir ders çıkarılabilir?5. Hatalar paylaşıldıktan sonra öğrencilere genel olarak aşağıdaki sorular yöneltilir.<ul style="list-style-type: none">➤ Hatalarınızı başkalarının ağzından duyduğunuzda ne hissettiniz?➤ Arkadaşlarınızla benzer hatalarınız var mı?➤ Hata yaptığınızda kendinizi nasıl hissediyorsunuz?➤ Hata yaptığınızı hemen fark ediyor musunuz?➤ Sizce hatalar düzeltilebilir mi?➤ Hatalı davranışınızdan sonra neler yapabilirsiniz?➤ Hatalı davranışınızı nasıl değiştirebilirsiniz?

6. Hatalarının sonuçlarını değerlendirerek düzeltmenin önemi vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.

Değerlendirme:

6. SINIF – 14.ETKİNLİK

Etkinliğin Adı:	KİTLE İLETİŞİM ARAÇLARI
Sınıf:	6. sınıf
Yeterlik Alanı:	Aile ve Toplum
Kazanım:	Kitle iletişim araçlarından uygun biçimde yararlanmanın önemini fark eder. (Kazanım Numarası 149)
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf
Süre:	40 Dakika
Ortam:	Sınıf
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni
Araç-Gereç:	-
Hazırlayanlar:	Sündüz BÜKEL / Didem GÜLSARAN Cevriye GÜLEBAĞLAN / Hicran ÇETİN

Süreç:

1. Öğrencilere kitle iletişim araçlarının neler olduğu sorulur ve cevaplar tahtaya yazılır.
2. Öğrencilerden, tahtaya yazılan kitle iletişim araçlarının uygun biçimde kullanımına yönelik bir öykü yazmaları istenir.
3. Gönüllü öğrenciler yazdıkları öyküyü sınıfla paylaşır.
4. Aşağıdaki sorulara benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.
 - Yeni öğrendiğiniz kitle iletişim aracı oldu mu? Hangileri?
 - Yazılan öykülere benzer durumlarla karşılaştığınız oldu mu? Neler?
 - Kitle iletişim araçlarını uygun kullanmazsanız neler olur?
 - Kitle iletişim araçlarını uygun kullanırsanız neler olur?
5. Kitle iletişim araçlarından uygun biçimde yararlanmanın önemi vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.

Değerlendirme:

6. SINIF – 15.ETKİNLİK

Etkinliğin Adı:	*DERS VE MESLEK İLİŞKİSİ
Sınıf:	6. sınıf
Yeterlik Alanı:	Eğitsel ve Mesleki Gelişim
Kazanım:	Okuldaki derslerin mesleklerle olan ilişkisini açıklar. (Kazanım Numarası 182)
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf
Süre:	40 Dakika
Ortam:	Sınıf
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni
Araç-Gereç:	Form-50(Posterleştirilmiş)
Kaynak:	*(Erkan, 2006)
<u>Süreç:</u> 1. Form-50 tahtaya yazılır. 2. Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi devam eder. ➤ Tahtada yer alan meslek elemanları ne iş yapar? ➤ Okulda gördüğünüz derslerin içerikleri neler? ➤ Daha önce hiç okuldaki dersler ile meslekler arasındaki ilişkiyi düşünmüş müydünüz? ➤ Okulda gördüğünüz dersler ile tahtada yazılı olan mesleklerden hangilerini eşleştirebilirsiniz? ➤ Okuldaki derslerin mesleklerle ilişkisini bilmek size ne kazandırır? 3. Okuldaki dersler ile meslekler arasındaki ilişkiyi kurmanın önemi vurgulanarak etkinlik sonlandırılır. Değerlendirme:	

FORM-50

DERSLER	MESLEKLER
TÜRKÇE	ÖĞRETMEN
MATEMATİK	GAZETECİ
FEN VE TEKNOLOJİ	SPIKER
BİLGİSAYAR	DOKTOR
MÜZİK	PSİKOLOG
RESİM İŞİ	HEYKELTRAŞ
İNGİLİZCE	TURİST REHBERİ
BEDEN EĞİTİMİ	MUHASEBECİ
SOSYAL BİLGİLER	ARKEOLOG
TEKNOLOJİ TASARIM	TERCÜMAN
DİN KÜLTÜRÜ VE AHLAK BİLGİSİ	AVUKAT
SEÇMELİ DERSLER	FOTOĞRAFÇI
.....	MALİYECİ
.....	BİLGİSAYAR PROGRAMCISI
.....	SAVCI
	DİŞ HEKİMİ
	DESİNATÖR
	ELEKTRİK MÜHENDİSİ
	MÜZİSYEN
	DEKORATÖR
	YAZAR
	RESSAM
	DİYETİSYEN
	POLİS
	ANTRENÖR
	HÂKİM

7. SINIF
KAZANIMLARININ İŞLENİŞ SIRASI

HAFTA	KAZANIMLAR
1–150	Toplumsal hayatı düzenleyen kuralların önemini ve gerekliliğini açıklar.
2–165	Zararlı alışkanlıkların duygusal ve bedensel yönden insan hayatına etkilerini fark eder.
3–118	Çatışma durumlarını fark eder.
4–119	Kullandığı çatışma çözme yöntemlerini değerlendirir.
5–151	Okul hayatının iyi bir vatandaş olma üzerindeki etkisini açıklar.
6–37	Sınav kaygısının başarı üzerindeki etkisini fark eder.
7–74	Başarılı olduğu durumlarda kendini takdir eder.
8–120	Kendini aile fertlerinin yerine koyarak onların duygular ve düşüncelerini anlar.
9–121	İletişim engellerinin üstesinden nasıl gelinebileceğini açıklar.
10–73	Bedensel değişimini fark eder.
11–38	Okulda uygulanan testlerin ve test dışı tekniklerin kendini tanımadaki önemini açıklar.
12–75	Yeteneklerini fark eder.
13–183	İlgilerin meslek seçimindeki rolünü fark eder.
14–184	Meslek seçiminin önemini fark eder.
15–39	Ortaöğretim kurumlarına giriş sınavları ile ilgili bilgi toplar.
15	

* **Koyu renkli kazanımlara ilişkin etkinlik okul rehber öğretmeni, okul rehber öğretmeni yoksa RAM'dan gelecek rehber öğretmen tarafından gerçekleştirilecektir.**

7. SINIF ETKİNLİK ÖRNEKLERİ

7. SINIF – 1.ETKİNLİK

Etkinliğin Adı:	KURALLAR TOMBALASI
Sınıf:	7.sınıf
Yeterlik Alanı:	Aile ve Toplum
Kazanım:	Toplumsal hayatı düzenleyen kuralların önemini ve gerekliliğini açıklar. (Kazanım Numarası -150-)
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf
Süre:	40 Dakika
Ortam:	Sınıf
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni, Küme
Araç-Gereç:	-
Hazırlayanlar:	Sündüz BÜKEL / Didem GÜLSARAN Cevriye GÜLEBAĞLAN / Hicran ÇETİN
<u>Süreç:</u> “Öğrencilere bir hafta önceden toplumsal hayatı düzenleyen kuralların neler olduğu sorulur ve bir hafta boyunca bu kuralların neler olabileceği konusunda araştırma yapmaları ve bu kuralları küçük kâğıtlara yazarak bir torbada toplamaları istenir. Ayrıca torbada toplanan toplumsal kurallar kâğıda da yazılarak listelenir ve sınıf panosuna asılır. “ 1. Öğrenciler toplumsal hayatı düzenleyen kuralların toplandığı torbadan bir kural seçer. 2. Seçtikleri bu kuralın uygulandığı ve uygulanmadığı durumları veya ortamları hayal etmeleri istenir. 3. Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi devam eder. ➤ Torbadan çektiğiniz kural neydi? ➤ Bu kurala siz uyuyor musunuz? Neden? ➤ Bu kurala çevrenizdekiler uyuyor mu? Neden? ➤ Toplumsal hayatı düzenleyen kurallardan ilk kez duyduğunuz var mıydı? Neler? ➤ Çevrenizde kuralların ihlal edildiği durumlar oldu mu? Sonuçları neler oldu? ➤ Kurallara uymadığınız bir yaşantınız oldu mu? Sonuçları neler oldu? ➤ Bu kuralların olmadığı bir ülke de hayat nasıl olurdu? ➤ Toplumsal hayatı düzenleyen kurallar neden vardır?	

4. Toplumsal hayatı düzenleyen kuralların önemi ve gerekliliği vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.

Değerlendirme:

7. SINIF – 2.ETKİNLİK

Etkinliğin Adı:	ZARARLI ALIŞKANLIKLAR
Sınıf:	7.sınıf
Yeterlik Alanı:	Güvenli ve Sağlıklı Hayat
Kazanım:	Zararlı alışkanlıkların duygusal ve bedensel yönden insan hayatına etkilerini fark eder. (Kazanım Numarası -165-)
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf
Süre:	40 Dakika
Ortam:	Sınıf
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni
Araç-Gereç:	Form–51, Form–52
Hazırlayanlar:	Sündüz BÜKEL / Didem GÜLSARAN Cevriye GÜLEBAĞLAN / Hicran ÇETİN
<p>*Öğrencilere zararlı alışkanlıkların hayatımızın pek çok alanını olumsuz etkileyebileceği, çevrelerinde bu alışkanlıklara sahip insanları gözleyerek de bu zararlara ilişkin bilgi edinebilecekleri vurgulanmalıdır.</p> <p><u>Süreç:</u></p> <ol style="list-style-type: none">1. Öğrenciler gruplara ayrılır. Bir hafta önceden zararlı alışkanlıklar ve bunların insan hayatı üzerindeki etkileri ile ilgili araştırma yapmaları istenir.2. Yaptıkları araştırmalar sınıfla paylaşılır.3. Sağlıklı ve hastalıklı akciğer resimleri öğrencilere gösterilir.4. Öğrencilerden Sertaç'ın ya da Burhan'ın yaşam öykülerini yazmaları istenir.5. Gönüllü öğrencilerden yazdıkları öyküleri okumaları istenir.6. Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.<ul style="list-style-type: none">➤ Yazdığınız öykülerden ve yaptığınız araştırmalardan yola çıkarak sağlıklı bir akciğere sahip olan insanların yaşamındaki ortak noktalar nelerdir?➤ Sağlıklı bir hayat için olumlu alışkanlıklar neler olabilir?➤ Olumlu alışkanlıkların kişiye ve çevresine etkileri nelerdir?➤ Yazdığınız öykülerden ve yaptığınız araştırmalardan yola çıkarak hastalıklı bir akciğere sahip olan insanların yaşamındaki ortak noktalar nelerdir?➤ Sağlıksız bir hayattaki olumsuz alışkanlıklar neler olabilir?	

- Olumsuz alışkanlıklara sahip kişiler kendisine ve çevresine ne tür zararlar verir?
 - Zararlı alışkanlıkların duygusal etkileri nelerdir?
 - Zararlı alışkanlıkların bedensel etkileri nelerdir?
 - Sağlıklı hayat için nelere dikkat ediyorsunuz?
7. Zararlı alışkanlıkların duygusal ve fiziksel yönden insan hayatına etkileri vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.

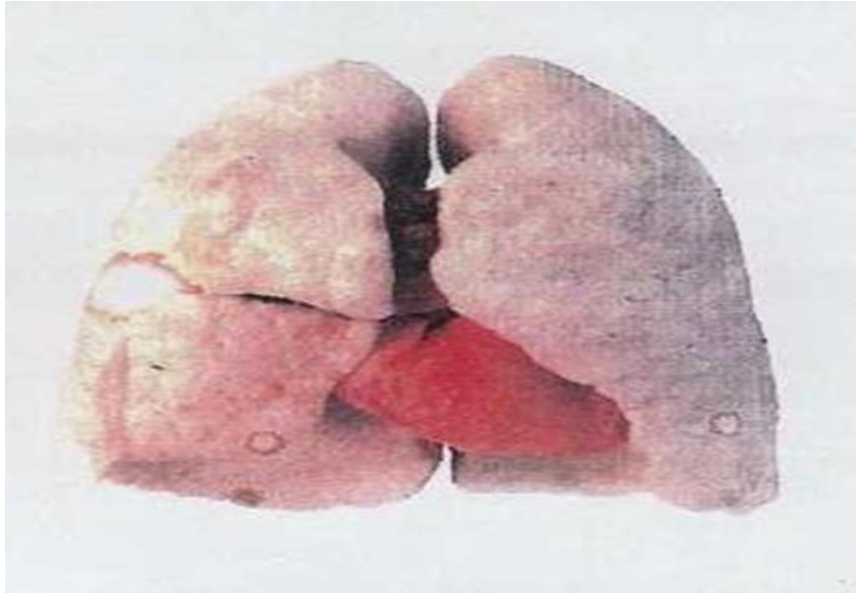
NOT:Bu etkinlik için uzman kişilerden (doktorlardan, sigara ile savaşımlar derneğinden vb.) yardım alınabilir.

NOT:Bu etkinlikte, tüm zararlı alışkanlıklar ve bunların insan hayatı üzerinde ki etkisine de dikkat çekilmelidir.

Değerlendirme:

FORM-51

SERTAÇIN HAYAT ÖYKÜSÜ



FORM-52

BURHAN'IN HAYAT ÖYKÜSÜ



7. SINIF – 3.ETKİNLİK

Etkinliğin Adı:	HAYATIMIZDAKİ ÇATIŞMALAR
Sınıf:	7. sınıf
Yeterlik Alanı:	Kişiler Arası İlişkiler
Kazanım:	Çatışma durumlarını fark eder. (Kazanım Numarası - 118-)
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf
Süre:	40 Dakika
Ortam:	Sınıf
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni
Araç-Gereç:	Form–53, Form–54
Hazırlayanlar:	Sündüz BÜKEL / Didem GÜLSARAN Cevriye GÜLEBAĞLAN / Hicran ÇETİN
<p>*Bu etkinlik özel bilgi ve deneyim gerektirdiği için okul rehber öğretmeni veya RAM'lerden gelecek uzmanlar tarafından gerçekleştirilecektir. Bunun sağlanamadığı ya da kalabalık okullarda rehber öğretmenin yetişemediği durumlarda bu etkinlikler yerine öğrencilerin gelişim özellikleri ve ihtiyaçları, okulun özellikleri göz önünde bulundurularak sınıf rehber öğretmeni tarafından farklı etkinlikler yapılabilir ya da diğer etkinliklere daha geniş yer verilebilir.</p> <p><u>Süreç:</u></p> <ol style="list-style-type: none">1. Öğrencilerden çatışmanın ne olduğunu yanlarındaki arkadaşlarıyla tartışarak ortak tanımlarını yazmalarını ister.2. Gönüllü öğrenciler yazdıklarını sınıfla paylaşırlar.3. Öğretmen çatışmanın tanımını tahtaya yazar. <p>Çatışma: İki ya da daha fazla kişinin, aynı materyali, aracı, eşyayı, malzemeyi aynı zamanda ve aynı yerde kullanmak istediğinde; aynı amaca aynı zamanda ulaşmaya çalıştığı; birbiriyle uyuşmayan istek ve amaçları olduğunda ortaya çıkan durumdur.</p> <ol style="list-style-type: none">4. Öğrencilere Form 53 dağıtılır ve doldurmaları istenir.5. Gönüllü öğrenciler yazdıklarını sınıfla paylaşırlar.6. Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi devam eder. <ul style="list-style-type: none">➤ Yaşanılan/yaşanabilecek çatışma durumlarına verdiğiniz ortak tepkileriniz neler?➤ Yaşanılan/yaşanabilecek çatışma durumlarına verdiğiniz ortak	

duygularınız neler?

➤ Çatışma ile şiddetin birbirinden farkı nedir?

5. Çatışma durumlarını fark etmenin önemi ve çatışma durumlarında verilen olumsuz tepkilerin uygun olmadığını bunun yerine yapıcı, uzlaşmacı bir yaklaşım sergilenmesi gerektiğinin önemi vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.

Form-54 öğretmene bilgi amacıyla verilmiştir.

Değerlendirme:

FORM-53

Okulda ve evde, kişiler arası ilişkilerde çatışma yaşanabilecek durumlara örnekler verilmiştir. Sizde bu örneklerden yararlanarak yaşadığınız ve yaşayabileceğiniz çatışma durumlarını, bu çatışma durumlarına verebileceğiniz tepkilerinizi ve duygularınızı yazınız.

Yaşadığınız/ Yaşayabileceğiniz Çatışma Durumu (Okul)	Öğrenci-Öğrenci/Arkadaş	Tepkilerim (Çatışma çözüm yolum)	Duygularım
	Bir arkadaşınla aynı okul araç ve gerecini aynı anda istemen		
Yaşadığınız/ Yaşayabileceğiniz Çatışma Durumu (Okul)	Öğrenci-Öğretmen		
	İstediğin arkadaşınla birlikte oturmana öğretmenin izin vermemesi		
Yaşadığınız/ Yaşayabileceğiniz Çatışma Durumu (Okul)	Öğrenci-Okul Müdürü		
	Arkadaşınla aynı davranışı göstermene rağmen okul müdürünün sana daha ağır ceza vermesi		
Yaşadığınız/ Yaşayabileceğiniz Çatışma Durumu (Ev)	Öğrenci-Anne		
	Odanı sürekli dağınık bırakman nedeniyle annenle karşı karşıya kalman		
Yaşadığınız/ Yaşayabileceğiniz Çatışma Durumu (Ev)	Öğrenci-Baba		
	Babanla ders çalışma saatleri konusunda uyuşmaman		
Yaşadığınız/ Yaşayabileceğiniz Çatışma Durumu (Ev)	Öğrenci-Abi/Abla/Kardeş		
	Kardeşinle aranızda 2 yaş fark olmasına rağmen sürekli sana daha fazla görev verilmesi		

FORM-54

KİŞİLER ARASI ÇATIŞMALAR HAKKINDA BAZI TEMEL BİLGİLER

Çatışma, bir kişinin hedeflerine ulaşmak için gösterdiği eylemleri ve atılımları, bir başka kişinin hedeflerine ulaşmak için gösterdiği eylem ve atılımları engellerse, duraklatırsa ya da bozarsa ortaya çıkar. İnsan ilişkilerinde çatışmalar karşılıklı mücadeleyi, anlaşmazlığı, tartışmayı, kavgayı ve çekişmeyi içerebilir. Sınıf ortamında bu duruma bir öğrencinin dersten sıkılıp ders dışı etkinliklere isteyerek yönelmesine karşın, öğretmenin dersini sürdürmek istemesi örnek gösterilebilir.

Çatışma doğası gereği ne olumlu ne de olumsuzdur. Yalnızca yaşamın doğal bir parçasıdır. Okul ve sınıf yaşamının doğal bir parçası olan öğrenci-öğrenci, öğrenci, öğretmen/okul yöneticisi, öğretmen-veli çatışma ve anlaşmazlıkları hem olumlu hem de olumsuz yollarla yönetilebilir. Çatışmaların yapıcı mı yoksa yıkıcı mı olduğunu çatışmanın kendisi değil, çatışmaları çözmek için seçtiğimiz yol belirler. Bu nedenle çatışmalar hem yapıcı hem de yıkıcı yollarla yönetilebilir. Dolayısıyla yapıcı ya da yıkıcı sonuçlar kaçınılmazdır.

Eğer kişiler arası çatışmalar ve anlaşmazlıklar yapıcı olarak yönetilmek isteniyorsa, okulda herkes aynı işlem basamaklarını kullanmalı ve bunların kullanımında beceri kazanmalıdır. Okulda, herkes (yönetici, öğretmen, öğrenci ve veli) aynı işlem basamaklarını kullanarak çatışmalarını çözmelidir ancak o zaman okulda çatışmaların barış yapıcı çözümüne ilişkin kolektif kültür gerçekleşir. Dolayısı ile ortaya çıkan bu paylaşılmış değerler okulun normları haline gelir.

KİŞİLER ARASI ÇATIŞMALARIN YARARLARI

1. Öğrenci-öğrenci ve öğrenci-öğretmen/okul yöneticisi arasında yaşanan çatışmalar onların nasıl bir değişime gereksinimi olduğunu belirler.

2. Çatışmalar tarafların neyi önemseydiğini belirler.

3. Çatışmalar bizim kim olduğumuzu ve değerlerimizin ne olduğunu belirler.

4. Çatışmalar diğer kişinin kim olduğunu ve değerlerinin ne olduğunu açığa çıkarır.

5. Çatışmaların yapıcı çözümü, ilişkileri gücenme duygularından ve diğer kişiye yönelik olumsuz duygulardan korur.

6.Çatışmaların birlikte çözülmesiyle, kişilerin kendilerine olan güveni artar ve ilişkileri güçlenir.

7.Çatışma çözüm sürecinde elde edilecek beceriler öfke, korku ve engellenme gibi duyguların etkili biçimde iletilmesine ve yönetilmesine de katkıda bulunur.

8.Çatışma çözüm sürecinde elde edilecek iletişim becerileri kişilerin etkin dinleme, anlaşılma için konuşma ve anlamak için dinleme becerilerine katkıda bulunur.

9.Çatışmaların çözümü depresyonu engeller. Çatışmaların yapıcı çözümü okul yaşamında kişilerin öfke, kızgınlık, anksiyete, güvensizlik algısı ve üzüntü gibi insanın içinde tuttuğu zaman davranış bozukluklarına neden olan duygulardan kurtulmasını sağlar.

10.Çatışma toplumsal değişim ve kişisel gelişim için olumlu bir güçtür.

11.Çatışma çözümü bir eğlencedir.

12.Çatışmaların yapıcı çözümüne ilişkin elde edilecek beceri, kişinin sosyal gerçekliği daha doğru anlamalarına yol açacaktır.

13.Çatışma çözüm süreci kişilerin eleştirel düşünme becerilerini geliştirir.

14.Yapıcı çatışma çözüm becerileri öğrencilerin yaratıcı düşünme becerilerini geliştirir.

15. Yapıcı çatışma çözme becerileri öğrencilerin barışa, empatiye, sosyal adalete, doğruluğa, hoşgörüye, özsaygıya, diğer insanlara saygıya ve farklılıkları tolere edebilmesine yönelik tutum, inanç ve değer geliştirmelerine katkıda bulunur.

16.Çatışmaların yapıcı çözümü, taraflarının kendi öz değerlerine ilişkin farkındalıklarını güçlendirerek karşılaştıkları her türlü güçlkle dış bir destek ve zorlama olmaksızın başa çıkabilme becerisini geliştirir.

17.Çatışmaların yapıcı çözümü, kişinin kendisinin dışına çıkarak diğer kişileri onların bakış açısından anlama yani empati becerisini geliştirir.

18.Eğer yukarıda sayılanlar gerçekleştirilirse, kişiler arası çatışmaya karşı yönetilen yanıtlar öğrenciyi korkulu, savunmacı ve ben merkezli olmaktan çıkarıp kendine güvenen ve diğer kişiye yönelik sevgi, merhamet ve şefkat duyan barış yapıcı bireyler haline dönüştürecektir (Türnüklü,2006).

7. SINIF – 4.ETKİNLİK

Etkinliğin Adı:	ÇATIŞMA ÇÖZME YÖNTEMLERİM
Sınıf:	7. sınıf
Yeterlik Alanı:	Kişiler Arası İlişkiler
Kazanım:	Kullandığı çatışma çözme yöntemlerini değerlendirir. (Kazanım Numarası -119-)
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf
Süre:	40 Dakika
Ortam:	Sınıf
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni
Araç-Gereç:	Form–53, Form–54, Form–55, Form–56
Hazırlayanlar:	Sündüz BÜKEL / Didem GÜLSARAN Cevriye GÜLEBAĞLAN / Hicran ÇETİN
<p>*Bu etkinlik özel bilgi ve deneyim gerektirdiği için okul rehber öğretmeni veya RAM'lerden gelecek uzmanlar tarafından gerçekleştirilecektir. Bunun sağlanamadığı ya da kalabalık okullarda rehber öğretmenin yetişemediği durumlarda bu etkinlikler yerine öğrencilerin gelişim özellikleri ve ihtiyaçları, okulun özellikleri göz önünde bulundurularak sınıf rehber öğretmeni tarafından farklı etkinlikler yapılabilir ya da diğer etkinliklere daha geniş yer verilebilir.</p> <p><u>Süreç:</u></p> <ol style="list-style-type: none">1. Öğretmen Form–53'i okur ve çatışma çözme yollarını tahtaya yazar.2. Form–54 öğrencilere dağıtılır ve formda geçen çatışma durumlarında ne tür tepki verdiklerini yazmaları istenir.3. Gönüllü öğrenciler yazdıklarını sınıfla paylaşır.4. Öğrencilerden verdikleri tepkilerin çatışma çözme yönteminden (kaçınma, yıkıcı, yapıcı ve barışçıl) hangisine girdiğini Form-54'de ilgili sütuna yazmaları istenir.5. Gönüllü öğrenciler yazdıklarını sınıfla paylaşır.6. Öğretmen Form–55 ve Form-56'yı okur.7. Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.<ul style="list-style-type: none">➤ Günlük hayatınızda en sık hangi çatışma çözüm yolunu kullanıyorsunuz?➤ Çatışma çözme yöntemlerinden müzakere tekniğini kullanırsak kişiler arası çatışmalar nasıl çözümlenir?➤ Çatışma çözme yöntemlerinden arabuluculuk tekniğini kullanırsak kişiler	

arası çatışmalar nasıl çözümlenir?

8. Kişiler arası ilişkilerde kullanılan çatışma çözme yöntemlerinin yapıcı ve barışçıl olmasının gerekliliği vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.

Değerlendirme:

ÇATIŞMA ÇÖZME YOLLARI

1. KAÇINMA: Kişiler arası ilişkilerde çatışma yaşayan kişiler, sorundan kaçarak, küserek, görmezden gelerek, sorun yokmuş gibi davranarak vb. tepkiler vererek davranabilirler. Bunun sonucunda da kişi kendi gereksinimlerini göz ardı ederek diğerinin çıkarlarına en uygun anlaşmaya varılmasını (kaybet-kazan) ya da yaşanan çatışmada her iki tarafında kaybetmesi (kaybet-kaybet) ile sonuçlanır.

2. YIKICI TEPKİLER: Kişiler arası ilişkilerde çatışma yaşayan kişiler, birbirlerini tehdit ederek, vurarak, küfrederek, saldırganca davranışlar sergileyerek, şikayet ederek, dedikodu yayarak yıkıcı tepkiler verebilirler. Bunun sonucunda da diğer kişinin istekleri, gereksinimleri, hedefleri ve değerleri göz ardı edilmiş ve kendi çıkarları doğrultusunda (kazan-kaybet) hareket edilmiş olur.

3. YAPICI, BARIŞÇIL VE ONARICI TEPKİLER (KAZAN-KAZAN): İnsanlar çatışma içinde oldukları kişilerle, karşılıklı konuşarak, birlerinin isteklerini anlamaya çalışarak, karşılıklı empati kurarak, ortak sorunlarını her iki tarafında yararına çözebilirler. Bu yolla ulaşılmış çözüm her iki tarafında kazanmasını sağlar. Dolayısıyla kişiler arasındaki çatışma karşılıklı uzlaşarak, barışarak ve olumsuz giden ilişki onarılarak yapıcı bir biçimde çözülmüş olacaktır.

FORM-54

Yaşadığınız/ Yaşayabileceğiniz Çatışma Durumları	Tepkin	Çatışma çözüm yolları
1.Sınavdan beklediğin notu alamadığımda öğretmenle karşı karşıya gelmen		
2.Aynı olumsuz davranışı göstermene karşın okul yönetiminin arkadaşına daha yumuşak tepki vermesi		
3.Annenin odanı sürekli düzenli tutmanı istemesine karşın senin dağınık tutman		
4.Babanla televizyon seyretme miktarı ve saatleri ile ders çalışma miktarı ve saatleri konusunda anlaşamaman		
5.Evde iki kardeş olmana karşın daha fazla görev ve sorumluluğun sana verilmesi		
6.Kantinde ya da okulda herhangi bir sırada beklerken, bir öğrencinin senin önüne geçmesi		
7.Bir arkadaşının senin hakkında dedikodu yapması.		
8.Bir arkadaşının rahatsız olduğunu bile bile sana lakap takması ve herkesin ortasında lakabınla seslenmesi		
9.Bir arkadaşının sana ait bir eşyayı ödünç alması ve geri getirmemesi		
YAŞADIĞINIZ/YAŞAYABİLECEĞİNİZ ÇATIŞMA DURUMLARINA ÖRNEK İLAVE EDEBİLİRSİNİZ		
10.		
11.		
12.		
13.		

FORM-55

KİŞİLER ARASI ÇATIŞMALARIN YAPICI VE BARIŞÇIL ÇÖZÜMÜ:
MÜZAKERE VE ARABULUCULUK TEKNİĞİ
MÜZAKERE

Kişiler arası çatışmaların ve anlaşmazlıkların çözümünde “müzakere” iki ya da daha fazla kişinin aralarındaki ortak sorunu çözmek için yüz yüze etkileşime girdikleri sorun çözme sürecini işaret eder. Müzakere sürecinde hedef, ortak sorunun yapıcı ve barışçıl bir biçimde çözülmesi ve tartışmaya katılan herkesin birlikte kazanmasıdır (Türnüklü, 2006).

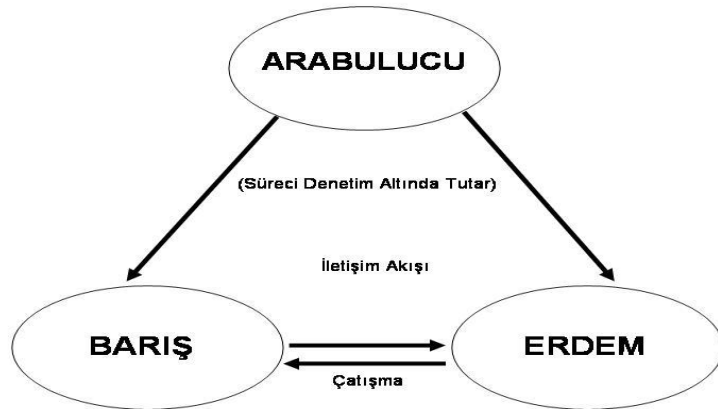
Kişiler, aralarındaki ortak sorunu isteklerini ve nedenlerini, duygularını ve nedenlerini birbirlerine karşılıklı ifade ederek, ortak sorunlarını birbirlerinin penceresinden görerek ve her iki tarafında yararına yapıcı, barışçıl ve onarıcı çözümler üreterek çözerler. Öğrenciler müzakere sürecini gerçekleştirerek, kendi yarattıkları sorunlarını bir yetişkin yardımı ve desteği olmaksızın bağımsız bir biçimde yine kendileri çözerler. Bu yolla kendilerine ve becerilerine ilişkin hem özgüvenleri artar hem de bağımsızlık duyguları yaşarlar. Müzakere işlem basamakları aşağıda verilmiştir (Türnüklü, 2006).

	Anlaşma KAZAN- KAZAN	
Ortak problemimizin çözümü için gereken seçenekler şunlardır:		Ortak problemimizin çözümü için gereken seçenekler şunlardır:
Senin isteklerinden, duygularından ve bunların nedenlerinden anladıklarım şunlardır:		Senin isteklerinden, duygularından ve bunların nedenlerinden anladıklarım şunlardır:
Bu konudaki duygularım ve nedenleri şunlardır:		Bu konudaki duygularım ve nedenleri şunlardır:
Bu konudaki isteklerim ve nedenleri şunlardır:		Bu konudaki isteklerim ve nedenleri şunlardır:
Ortak sorunun yüz yüze konuşarak çözmek istediğinin belirtilmesi:	 ÇATIŞMA	Ortak sorunun yüz yüze konuşarak çözmek istediğinin belirtilmesi:
BARIŞ	 İletişim Akışı	ERDEM

**KİŞİLER ARASI ÇATIŞMALARDA MÜZAKERE VE ARABULUCULUK
TEKNIĞİ
ARABULUCULUK**

Kişiler arası ilişkilerde yaşanan çatışma durumlarında kazan-kazan yönteminin uygulanması önemlidir. Fakat tüm çabalara rağmen kişiler çatışmalarını karşılıklı müzakere ederek çözemezler ise, birbirlerine sözlü ya da fiziksel şiddet uygulamak ya da küsmek yerine öğretmenlerinden ya da güvendikleri bir arkadaşlarından arabuluculuk desteği isteyebilirler.

Arabuluculuk, tarafgir olmayan, nötr, bir kişinin desteğiyle, iki veya daha fazla kişinin ortak problemlerini çözmek için yapılandıkları bir süreçtir. Arabuluculuk “**ortak sorunları**” olan kişilerin, kendi istekleri ile katıldıkları yapılandırılmış bir süreci belirtir. Arabulucu, çatışmanın taraflarının müzakere (problem çözme tartışmaları) sürecini takip etmelerinde destek olur. Dolayısıyla, taraflar kabul edilebilir, çalışabilir ve adaletli anlaşmaya ulaşır. Buna karşın sorunun çözümünden çatışmanın tarafları sorumludur. Arabulucu sadece müzakere sürecini kolaylaştırıcıdır. Arabulucu, çatışmanın taraflarına ne yapacaklarını, kimin haklı ya da haksız olduğunu ya da yaşanan durumda ne tür davranışlar göstermeleri gerektiğini söylemez. Arabulucu, sadece çatışmanın çözümünü kolaylaştırıcıdır ve taraflar üzerinde herhangi bir resmi güce sahip değildir. Arabuluculuk yapılırken, arabulucu müzakere yapılırken kullanılan işlem basamaklarını aynen kullanır (Türnüklü, 2006).



Arabulucu tarafların karşılıklı olarak aşağıdaki işlemleri yerine getirmesine katkıda bulunur.

- a) Arabulucu çatışan tarafların ortak sorunlarını ve sorunları ilgili

isteklerini nedenleri ile birlikte kendi pencerelerinden karşılıklı anlatmalarını sağlar.

- b) Arabulucu tarafların sorun yaşanırken yaşadıkları duygularını nedenleriyle birlikte karşılıklı anlatmalarını sağlar.
- c) Arabulucu çatışan tarafların sırayla kendilerini diğerinin yerine koyarak, diğer öğrencinin isteklerinden, duygularından ve bunların nedenlerinden anlamış olduklarını, diğer kişiye belirtmelerini sağlar. Sonrada diğer kişiye onatır.
- d) Arabulucu çatışan taraflardan her iki tarafının da kazancına olan olası anlaşma seçenekleri üretmelerini sağlar.
- e) Arabulucu çatışan öğrencilerden ürettikleri çözüm seçeneklerinden bir tanesin tercih ederek yapıcı, barışçıl anlaşmaya ulaşmalarını sağlar (Türnüklü, 2006).

7. SINIF – 5.ETKİNLİK

Etkinliğin Adı:	OKUL HAYATINDAN, İYİ BİR VATANDAŞLIĞA ADIM
Sınıf:	7. sınıf
Yeterlik Alanı:	Aile ve Toplum
Kazanım:	Okul hayatının iyi bir vatandaş olma üzerindeki etkisini açıklar. (Kazanım Numarası -151-)
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf
Süre:	40 Dakika
Ortam:	Sınıf
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni
Araç-Gereç:	Form–57, Form–58
Hazırlayanlar:	Sündüz BÜKEL / Didem GÜLSARAN Cevriye GÜLEBAĞLAN / Hicran ÇETİN
Süreç:	<ol style="list-style-type: none">1. Öğrencilere Form–57 dağıtılır, okul yaşantısının gelecekte iyi bir vatandaş olma üzerindeki bağlantısını kurmaları ve “İyi bir vatandaş sütunu”na yazmaları istenir.2. Gönüllü öğrenciler yazdıklarını sınıfla paylaşır.3. Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.<ul style="list-style-type: none">➤ Okul yaşantısının gelecekte iyi bir vatandaş olma üzerindeki bağlantısını kurarken zorlandınız mı?➤ Okulun, size kazandırdığını düşündüğünüz başka neler var? Bu kazanımlar toplum hayatınızı nasıl etkiler?4. Öğretmen, Form–58’i okur.5. Öğrencilerin yazdıklarını değerlendirmelerini ister.6. Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.<ul style="list-style-type: none">➤ Sizin doldurduğunuz “iyi bir vatandaş sütunu” ile Form–58 deki iyi bir vatandaş sütunu arasında benzerlik ya da farklılıklar var mı? Neler?➤ Okul hayatının iyi bir vatandaş olma üzerinde başka ne tür etkileri olabilir?7. Okul hayatının iyi bir vatandaş olma üzerindeki etkisinin önemi vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.
Değerlendirme:	

FORM- 57

OKUL HAYATI	İYİ BİR VATANDAS
1.Okuldaki sorumluluklarımı yerine getiririm.	
2.Kopya çekmem	
3.Kantinde sıram gelene kadar beklerim	
4.Okulda oyunlarda oyunu centilmence oynar, kurallara uyarım.	
5.Okula zamanında gelirim.	
6.Yalan söylemem.	
7.Okul araç gereçlerini düzenli kullanırım zarar vermem	
8.Arkadaşlarım ile iyi geçinirim.	
9.Arkadaşlarımın hakkına saygı gösteririm.	
10.Alt sınıftaki öğrencileri sever ve korurum.	
11.Gerektiğinde yardım ederim.	
12.Öğretmenlerime, büyüklerime saygılı davranırım.	
13.Dersin akışını bozmam.	
14.Kimsenin sözünü kesmem.	
15.Fikirlerimi saygılı bir şekilde açık ve net olarak ifade ederim.	
16.Sınıfımı ve okulumu temiz tutarım.	
17.Sınıf ve okul kurallarına uyarım.	
18.Gerektiğinde okuldaki yönetmeliklerden faydalanırım.	
19.Okuldaki etkinliklere gönüllü bir şekilde katılırım	
20.Okul ve çevre ile ilgili çeşitli projeler üretirim.	
21.Öğrencilerin birbirine yaptıkları haksızlıklar karşısında çözüm yolları ararım.	
22.Kendi çıkarlarım için başkalarının haklarını çiğnemem, saygısızlık yapmam.	
23.İzinsiz kimsenin eşyasını almam kullanmam.	
24.Ne kadar sinirlenirsem sinirleneyim ağzımdan kötü, çirkin bir söz çıkartmam.	
25.Okuldaki seçme ve seçilme süreçlerine katılırım.	

FORM- 58

OKUL HAYATI	İYİ BİR VATANDAŞ....
1.Okuldaki sorumluluklarımı yerine getiririm.	1.İş ve aile hayatındaki sorumluluklarımı yerine getirebilirim. (vergi veririm vb.)
2.Kopya çekmem	2.Kimseyi taklit etmem, Hakkını yemem, Haksız kazanç elde etmem.
3.Kantinde sıram gelene kadar beklerim	3.Toplum hayatında sıra beklemem gereken yerlerde “hastane, otobüs, yemek, banka vb.” sıramı beklerim.
4.Okulda oyunlarda oyunu centilmence oynar, kurallara uyarım.	4. Toplum hayatında profesyonelce davranırım.
5.Okula zamanında gelirim.	5. İşime ve evime (randevularıma vb.) zamanında giderim.
6.Yalan söylemem.	6. İnsanlara ve kendime karşı dürüst davranırım
7.Okul araç gereçlerini düzenli kullanırım zarar vermem	7. Devlet ve millet malına zarar vermem, dikkatli kullanırım.
8.Arkadaşlarım ile iyi geçinirim.	8. Çevremdeki insanlar ile iyi geçinirim.
9.Arkadaşlarımın hakkına saygı gösteririm.	9. Hayatımdaki insanların hakkına saygı gösteririm.
10.Alt sınıftaki öğrencileri sever ve korurum.	10. Benden küçükleri sever ve korurum.
11.Gerektiğinde yardım ederim.	11. Çevremde yardıma ihtiyaç duyan insanlara yardım ederim.
12.Öğretmenlerime, büyüklerime saygılı davranırım.	12. Benden büyüklere saygılı davranırım. (yaşlılara, patronuma, müdürüme vb.)
13.Dersin akışını bozmam.	13. Çalışma hayatında düzeni bozmam.
14.Kimsenin sözünü kesmem.	14. Kimsenin sözünü kesmem. (iş hayatındaki bir toplantıda, arkadaşımın anlattığını dinlerken vb.)
15.Fikirlerimi saygılı bir şekilde açık ve net olarak ifade ederim.	15. Fikirlerimi saygılı bir şekilde açık ve net olarak ifade ederim. (çalışma ortamında, insan ilişkilerimde vb.)
16.Sınıfımı ve okulumu temiz tutarım.	16. Çalışma ortamı ve evimi temiz tutarım.
17.Sınıf ve okul kurallarına uyarım.	17.Toplum kurallarına uyarım.
18.Gerektiğinde okuldaki yönetmeliklerden faydalanırım.	18. İhtiyaç duyduğumda kanunlardan ve yönetmeliklerden yararlanırım.
19.Okuldaki etkinliklere gönüllü bir şekilde katılırım	19. Çevremdeki etkinliklere gönüllü katılırım. (ağaç dikme, huzurevlerini ziyaret vb.)
20.Okul ve çevre ile ilgili çeşitli projeler üretirim.	20. İş hayatında çeşitli projeler üretirim.
21.Öğrencilerin birbirine yaptıkları haksızlıklar karşısında çözüm yolları ararım.	21. Haksızlıklarla mücadele ederim.
22.Kendi çıkarlarım için başkalarının haklarını çiğnemem, saygısızlık yapmam.	22. Kendi çıkarlarım için başkalarının haklarını çiğnemem, saygısızlık yapmam.(Rüşvet almam, vermem.)
23.İzinsiz kimsenin eşyasını almam kullanmam.	23. Hırsızlık yapmam.
24.Ne kadar sinirlenirsem sinirleneyim ağzımdan kötü, çirkin bir söz çıkartmam.	24. Küfretmem.
25.Okuldaki seçme ve seçilme süreçlerine katılırım.	25. Devlet yönetiminde seçme ve seçilme hakkımı kullanırım.

7. SINIF – 6.ETKİNLİK

Etkinliğin Adı:	SINAVLAR VE BEN
Sınıf:	7. sınıf
Yeterlik Alanı:	Eğitsel Başarı
Kazanım:	Sınav kaygısının başarı üzerindeki etkisini fark eder. (Kazanım Numarası -37-)
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf
Süre:	40 Dakika
Ortam:	Sınıf
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni
Araç-Gereç:	Form-59
Hazırlayanlar:	Sündüz BÜKEL / Didem GÜLSARAN Cevriye GÜLEBAĞLAN / Hicran ÇETİN
<u>Süreç:</u>	<ol style="list-style-type: none">1. Öğrencilerden kendilerine birer eş seçmeleri ve seçtikleri arkadaşları ile birlikte sınavlara girmeden önce neler hissettikleri, hangi duyguları yaşadıkları ve neler düşündükleri üzerine 10 dakika konuşmaları istenir.2. Öğrenciler konuşmalarını tamamladıktan sonra yaşanan duygu ve düşünceleri sınıfla paylaşmaları istenir ve bu duygu ve düşünceler tahtaya yazılır.3. Bu duygu ve düşünceleri taşıyan bir öğrencinin sınava girmeden önceki halini gönüllü öğrencilerden canlandırmaları istenir.4. Aşağıdaki sorularla grup etkileşimi devam eder.<ul style="list-style-type: none">➤ Sınav kaygınız başarınızı nasıl etkiler?➤ Sınav kaygınızın başarınızı etkilediği durumlar oldu mu? Nasıl?➤ Sınav kaygısı ile sınava girildiğinde başka neler olabilir?5. Sınav kaygısının başarı üzerindeki etkisi vurgulanarak etkinlik sonlandırılır. <p>Form-59 öğretmene bilgi amacıyla verilmiştir.</p> <p>Değerlendirme:</p>

FORM-59

SINAV KAYGISI

Eğitim ğretim süreci ve hayatın birçok alanında sınavlarla karşılaşılmaktadır. İnsanlar bazen durumsal olarak bazen de sürekli kaygı halinde olabilirler. Diğer birçok duyguda olduğu gibi kaygının da altında yatan birçok neden vardır. Kaygıyı tetikleyen ve tabii ki kaygının da tetiklediği duygu ve davranışlar yaşanabilmektedir.

SINAV KAYGISININ ETKİLERİ...

Spielberger'e göre sınav kaygısı, formal bir sınav veya değerlendirme durumunda yaşanan, bireyin gerçek performansını ortaya koymasını engelleyen, bilişsel, duyuşsal, davranışsal özellikleri olan, bireyde gerginlik yaratan hoş olmayan bir duygu durumudur (zdemir ve Ergene 2005).

Sınav kaygısının birbirinden farklı olumsuz düşünceler ve duyuşsallık olmak üzere iki boyutu vardır.

Olumsuz düşünceler (kuruntu), sınav kaygısının bilişsel yönüdür. Bireyin genelde kendisi hakkında olumsuz değerlendirmelerini, başarısızlığına, beceriksizliğine ilişkin olumsuz düşüncelerini ve i konuşmalarını içerir. Yapılması gerekeni yapacağına, işi başaracağına, karşılaştığı problemi zeceğine; "ya yapamazsam; ya başaramazsam!" Gibi olumsuz düşüncelerle dikkatin dağılmasına (ya da hatalı yönde yoğunlaşmasına) neden olan bir süreçtir. "dikkat hipotezi" ile de anılan kuruntu, yüksek sınav kaygılı bireylerin sıklıkla yaşadıklarının ifade ettikleri bir olgudur. "Daldım", "kendimi iyi veremiyorum", "okuduklarımı anlamıyorum", "ya bu sınavdan iyi sonuç alamazsam?", "ben zaten yeteneksiz, beceriksiz biriyim", türünden i konuşmalar "kuruntu" lama örnekleridir. Bireye yarar yerine zarar getirir. Zihinsel-entelektüel davranışlarını verim ve üretkenliğini olumsuz etkileyerek başarısını düşürür (ner, N. 1989).

Duyuşsallık ya da heyecansallık, sınav kaygısının duyuşsal fizyolojik yönünü oluşturan otonom sinir sistemi uyarılmasıdır. Hızlı kalp atışları, terleme, üşüme, kızarma-sararma, mide bulantıları, sinirlilik ve gerginlik gibi bedensel yaşantılar duyuşsallık belirtileri olarak kabul edilir (ner, N. 1989).

Sınav kaygısı yüksek olan bireyler herhangi bir sınav/değerlendirme durumunda "zvarlığının" tehdit edildiği korkusuna kapılır. Yalnızca sınavda değil, grup içinde konuşma, soru sorma, sorulara cevap verme, tartışmalara

katılma, yüksek sesle okuma, vb. etkinliklerde de korkulu, sinirli, gergin ve heyecanlı olurlar. Bu bireylerin kendilerine dönük olumsuz düşünceleri (kuruntuları) dikkatlerinin kolayca dağılmasına neden olur. Sınav sorularını okuma ve doğru cevaplama; konuşurken düşüncelerini organize etme, doğru sözcükleri seçme ve düzgün ifade etme gibi davranışlarında başarısız olurlar. Genelde, yüksek sınav kaygılı bireyler, diğerlerinin eleştiri ve yargılamalarına aşırı duyarlık gösterirler. Sürekli olarak özeleştiriye bulunurlar. Öz kavramları olumsuz, öz-güvenleri düşüktür. Davranışlarında savunucudurlar (Öner, N. 1989).

Sınav kaygısı, öğrenciler için büyük bir sorun olabilmekte ve yaşamlarını olumsuz etkileyebilmekte. Sınav kaygısını, “Herkes yaşar mı?” , “Kaygıyı kontrol edebilir misiniz?”, “Sınav kaygısını yenmek için neler yapılabilir?”, “Yazılı ve çoktan seçmeli sınavlarda nelere dikkat edilebilir?” ve “Kimlerden yardım alınabilir?” başlıkları ile sınav kaygısını ele alırsak; (Koç, Y., P. ,Otrar M. 2003).

“Kendinize inanmayı ve güvenmeyi öğrenirseniz sınav kaygısını yenebilirsiniz.”

HERKES SINAV KAYGISI YAŞAR MI?

Sınava giren her öğrenci belli oranda kaygı yaşar. Ancak bazı öğrenciler için bu kaygı, gösterecekleri performansı ciddi şekilde etkileyecek kadar şiddetlidir.

Bazı öğrenciler için sınav bir fırsattır. Sınavları neler bildiklerini göstermek için yakalanmış birer fırsat olarak görürler. Bazıları ise sınavı bir tehdit olarak görür. Örneğin, geçmişteki bir sınavda başarılı olamayan öğrenciler girdikleri bütün sınavlarda başarısızlık korkusu yaşayabilirler.

Sınav kaygısını yaşayan öğrenciler, daha çok bilgi sahibi olsalar bile, sınavlarda, kaygısını kontrol edebilen arkadaşlarına göre daha çok yıpranırlar.

“Endişelenmeyin, sınav kaygısını yenmek “öğrenilebilir”.
KAYGIYI KONTROL EDEBİLİRSİNİZ!

Duygularınızla mantığınızı karıştırmayın. Düşünün... Niye kaygılı ve endişelisiniz?

Olumsuz düşünceler ve endişeler yıpratıcıdır. Ancak her duygusal, endişe verici düşüncenin çözümü için mantıklı bir yol vardır. İçinizden geçen her olumsuz duygunun yerine koyabileceğiniz olumlu bir duygu mutlaka

vardır. Örneğin; “Bu sınav için asla yeterince çalışmamla düşüncesiyle”
“Çalışmak için zamanım var, çalışma programımı tam olarak uygular ve
konsantre olursam başarılı olabilirim” düşüncesi yer değiştirebilir.

SINAV KAYGISINI YENMEK İÇİN...

Uygun bir çalışma ortamı oluşturunuz:

Her gün aynı mekânda çalışın; çalıştığınız mekânda konsantrasyonunuzu bozacak şeyler bulunmasın. TV, telefon, arkadaşlar ve benzerlerinden yalıtılmış bir yerde çalış!

Yeterince aydınlatılmış bir sıra ya da masada oturun. Çok rahat koltuklardan ya da yataktan uzak dur!

Yorgunken ders çalışmaya kendinizi zorlamayın. Dinlen ve zinde hissetmeye başladığında tekrar çalışmaya başla.

Gevşeme tekniklerini öğrenin. Kaygını kontrol etmene yardımcı olacak!

Verimli ders çalışma tekniklerini öğrenin:

Etkili bir öğrenme için kendinize uygun bir çalışma tarzı belirleyin. Kendi tarzınla kendi hedeflerin için öğren.

Düzenli ve iyi not tutun. Ders notlarını yeterli ve düzgün bir şekilde defterine geçir!

Her hafta düzenli olarak tüm notlarınıza göz atın. Başarıda öğrenmek kadar unutmamak da önemli!

Bir çalışma programı hazırlayın. Bir yıl ya da dönem için sınav gün/haftalarını ve önemli tarihleri işaretleyin! Daha az kapsamlı ve daha kısa vadeli programları uzun bölümlü programlara tercih et! Ders çalışma planında hangi miktarda ve zorlukta konu bulunacağı konusunda gerçekçi ol! Programında kısa dinleme aralarına yer vermeyi unutma!

Öğretmeninizi kolaylaştıracak yardımcı malzemeler hazırlayın. Teknik Terimleri ve yabancı sözcükleri öğrenmek için küçük kartlar kullan! Tarihi olaylar için zaman kartları ve çizelgeleri hazırla!

Kendinize karşı nazik olun, katı olmayın:

Sınavdan önce iyi uyuyun. Gece uyumadan çalışabilmek için asla ilaç kullanma!

Beslenmenize dikkat edin. İyi beslen; fakat karnını tıkla basa doyurma!

Yardım istemekten çekinmeyin. Malzemelerle, konuyla ya da plan yapmayla ilgili bir zorluk yaşarsan yardım al!

Kendinizi sınava hazırlamak için bazı ipuçlarından yararlanın:

Derslerinize devamsızlık etmeyin. Boş geçen ders ve günler sınav haftalarında kaygıyı artırır.

Sorular üretin. Konuların içinden önemli olduğunu düşündüğün bilgileri derle.

Bilgiyi küçük parçalara bölün ve kolaydan zora doğru ilerleyin. Başlangıç konuları en kolay hatırlayabileceğin konular olsun!

Konuyu anlamak için anahtar kelimeler bulun. Anahtar kelimeler üzerinde yoğunlaş!

Hayal Gücünüzü Pozitif Yönde Kullanın:

Hayal gücünüzü felaket senaryoları üretmek için kullanırsanız elbette kaygıya kapılırsınız. Kendi kendinizi sakinleştirmeyi öğrenmelisiniz. İç dünyandan kaybedenin değil, kazananın rolünü üstlen! Ya olmazsa diye düşünmekten vazgeç! Uygun şekilde çalışmışsan başarılı olursun, merak etme!

Rahatlamayı ve Gevşemeyi Öğrenin:

Gerginlik veya kaygı yaşadığımızda vücudumuz bazı tipik tepkiler verir. Bunları gidermek için bazı teknikler uygulayabilirsiniz.

Sıkı kıyafetlerini (örneğin kravatını, gömlek yakasını) gevşet, rahat bir oturuş durumu al.

Bacaklarını gererek kaslarını hisset ve 10'a kadar say.

Sonra yavaşça gevşet ve gerginliğin azaldığını hissetmeye çalış.

Bacaklarını tekrar ger ve yine 10'a kadar sayarak yavaşça gevşet.

Bedenini, bacaklarını, karnını, boynunu, başını yavaşça hareket ettirmeye, kasmaya ve gevşemeye devam et.

Yavaşça ve derin nefes al.

Rahatlama Teknikleri...

Kendinizi aşırı kaygılı ve gergin hissettiğinizde,

Sınavdan önceki akşam uyuyamadığınızda,

Çalışmaya ara verip gücünüzü toplamak istediğinizde kullanabilirsiniz.

Eğer Sınav Esnasında Donup Kalırsanız...

Gözlerinizi kapatın,

Uzun ve derin bir nefes alın,

Nefesini yavaşça bırakın,
Nefes alışınıza konsantre olun yani nefes alıp verişinizi duyun ve hissedin.

Sınavın sizi üzmesine izin vermeyin,

Bütün bunları bir kez daha tekrarlayın ve sonra sınava dönün.

Bütün Geleceğinizi Bir Sınav İle Özdeşleştirmeyin!

Bir sınavın tüm yaşamınızı “ya hep ya hiç” şeklinde etkilemesi mümkün değil.

Daha uygun çalışma alışkanlıkları ve bazı gevşeme teknikleri kaygınızı kontrol etmekte size yardımcı olabilir.

Nasıl gevşeyeceğinizi ve sınav kaygısını kontrol etme yöntemlerini öğrenerek kendinize yardımcı olabilirsiniz.

Sakın ilaç (hap) kullanmayı düşünmeyin! Doktor tavsiyesiyle zorunlu olarak kullanılanların dışındaki ilaçlar kaygınızı azaltmazlar; hatta daha fazla kaygılanmanıza bile neden olabilir.

Bazı basit öz-disiplin tekniklerini öğrenerek konsantrasyon gücünüzü geliştirebilirsiniz.

Başarı sağlamanın tek yolu çalışmaktır. Sakın ümitsizliğin tuzağına düşmeyin!

Kendinizi başkaları ile karşılaştırmaktan vazgeçin! Başarısız olursanız anne-babanızın sevgisini kaybedebileceğiniz düşüncesini kaybedebileceğiniz düşüncesini atın. Onların size olan sevgileri sınava bağlı değil ki! Sonuç ne olursa olsun seni sevecekler

Soru Çözme Tekniklerini İyi Öğrenin!

Sınav yönergesini doğru anlamaya dikkat edin. Hangi sınav olursa olsun sınavın başında verilen veya söylenen yönergeyi dikkatlice oku/dinle!

Zamanı iyi kullanın. Her soru için ne kadar süre gerekiyor hesapla! Bazı soruların puanı diğerlerinden daha fazlaysa onlar için daha fazla zaman ayır!

Kolay soruları önce cevaplayın. Herhangi bir soru üzerinde uzun süre takılıp kalma! Burada harcayacağın zamanı başka bir soruyu cevaplayarak değerlendir.

Bütün soruları cevaplayın. Cevabın tamamını bilmesen bile ne

biliyorsan yaz! Yazmak, hafızanızı harekete geçirerek, çağrışımlarla yeni veya hatırlayamadığınız bilgilere ulaşmanızı kolaylaştırabilir.

Verilen sürenin tamamını kullanın. Süre dolmadan asla çıkma! Cevaplarını gözden geçir, düzeltmelerini yap, yeni bilgiler ekle.

YAZILI SINAVLAR İÇİN

Önce bütün soruları okuyun.

Soruda ne istendiğinden emin olun. “Tartışınız”, “açıklayınız”, “karşılaştırınız” gibi anahtar sözcüklerin altını çizin.

Cevaplamaya en kolay sorudan başlayın.

Bildiklerinizi, düşüncelerinizi basit bir taslak halinde düzenleyin.

Düzeltilmeler ve yeni eklemeler için satırlar arasına boşluk bırakarak cevaplayın.

Gerçekçi olun.

Muhteşem bir kitap cümlesi yazmak zorunda değilsiniz. Kısa ve basit cümleleri tercih edin. Cevaplarınız mantıklı ve anlaşılır olmalı.

Zor soruları en son cevaplayın.

Bitirdiğiniz zaman başa dönün ve ayrıntıları, örnekleri vb. ekleyin. Hatalarınızı düzeltin, sadece gerekli olan değişiklikleri, mümkün olduğunca düzgün bir biçimde yapın.

ÇOKTAN SEÇMELİ, EŞLEŞTİRMELİ TESTLER İÇİN

Verilen sıra ile çözün.

Sınavda önceki sorulara verilen cevaplar daha sonraki soruların cevaplamaında yardımcı olabilir. Ancak zor bir soruya takılıp kalmayın. Zamanınız yeterli olursa tekrar dönersiniz.

Her seçeneği dikkatlice okuyun.

“Sık sık”, “bazen”, “her zaman” gibi kelimelerde aman dikkat! En doğru seçeneği işaretlemeye özen gösterin. Diğer seçenekler de kısmen doğru olabilir, bu sizi aldatmasın.

Hikâye üretmeyin! Ne yazıyorsa onu düşünün.

Çoktan seçmeli sorular aldatıcı (hileli) olabilir. Sorulan şeyin ne olduğunu tam olarak anladığınızdan emin olun.

Sınavı bitirin.

En son olarak, varsa atladığınız sorulara geri dönün ve zamanının tümünü kullanın. Yapacağınızın en iyisini yapmak için seçenekleri eleyin ve

akıllıca tahminlerde bulunun.

KİMLERDEN YARDIM ALABİLİRSİNİZ?

Okulunuzun rehberlik servisi:

Rehberlik servisinde öğrencilerin yaşadıkları sınav kaygısı ve diğer streslerle ilgili uzmanlaşmış profesyonel elemanlar çalışmaktadır.

İlçenizde veya ilinizde bulunan Rehberlik Araştırma Merkezleri (RAM):

Bu merkezlerde çalışan uzmanlar sınav kaygısını yenmenize yardımcı olabilirler. Bu merkezlere başvurma konusunu okulunuzun rehber öğretmeniyle değerlendirebilirsiniz.

Eğitim Danışmanlığı Merkezleri:

Bu merkezlerde sınav kaygınızı artıran düşüncelerinizi denetleme ve kaygınızı azaltma hususunda uzman personelden destek alabilirsiniz.

Öğretmenleriniz:

Derslerle ilgili bir güçlük yaşıyorsanız hemen öğretmenlerinize başvurmalısınız.

Anne Babanız:

Hissettiğiniz korku ve baskıları tartışırken açık ve dürüst olun. Sizi anlayabilmeleri için çevrenize yardımcı olduğunuzda onlardan daha çok destek ve anlayış görebileceğinizi unutmayın.

Akran Grubu ve Arkadaşlarınız:

Kaygılarınızı, sizi anlayıp size destek olabilecek arkadaşlarınızla paylaşmanız rahatlamanızı sağlayabilir.

“Dikkat! Sizinle aynı kaygıları yaşayan arkadaşlarınızla sürekli bunlar üzerine konuşmanız kaygınızın artmasına neden olabilir.”

SINAV KAYGINLA BAŞ ETMEK İSTİYORSAN ETKİLİ ÇALIŞ

ÖĞREN

KULLAN

7. SINIF – 7.ETKİNLİK

Etkinliğin Adı:	BAŞARILARIM VE BEN
Sınıf:	7. sınıf
Yeterlik Alanı:	Kendini Kabul
Kazanım:	Başarılı olduğu durumlarda kendini takdir eder. (Kazanım Numarası 74)
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf
Süre:	40 Dakika
Ortam:	Sınıf
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni
Araç-Gereç:	Form–60
Hazırlayanlar:	Sündüz BÜKEL / Didem GÜLSARAN Cevriye GÜLEBAĞLAN / Hicran ÇETİN
<u>Süreç:</u>	<ol style="list-style-type: none">Form–60 öğrencilere dağıtılır ve doldurmaları istenir.Gönüllü öğrenciler başarılı olduğu durumları ve takdir cümlelerini sınıfla paylaşır.Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.<ul style="list-style-type: none">➤ Sizce başarı nedir?➤ Başarılarınızı yazarken ne hissettiniz?➤ Hangi durumlarda kendinizi başarılı hissediyorsunuz?➤ Arkadaşlarınızla ortak başarılarınız var mı? Neler?➤ Kendini takdir etmek önemli midir? Neden?➤ Hangi durumlarda kendinizi takdir ediyorsunuz?➤ Başkaları sizi başarılı görüp, takdir ettiğinde ne hissediyorsunuz?Başarılı olduğunuz durumlarda kendinizi takdir etmenin önemi vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.
Değerlendirme:	

FORM-60

<u>BAŞARILI OLDUĞUM DURUMLAR</u>	<u>TAKDİR CÜMLELERİM</u>
1-.....	1-.....
2-.....	2-.....
3-.....	3-.....
4-.....	4-.....
5-.....	5-.....

7. SINIF – 8.ETKİNLİK

Etkinliğin Adı:	ANLIYORUM VE ANLAŞILIYORUM
Sınıf:	7. sınıf
Yeterlik Alanı:	Kişiler Arası İlişkiler
Kazanım:	Kendini aile fertlerinin yerine koyarak onların duygu ve düşüncelerini anlar. (Kazanım Numarası 120)
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf
Süre:	40 Dakika
Ortam:	Sınıf
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni
Araç-Gereç:	Senaryolar
Hazırlayanlar:	Sündüz BÜKEL / Didem GÜLSARAN Cevriye GÜLEBAĞLAN / Hicran ÇETİN

Süreç:

1. Öğrencilere aşağıdaki senaryolar verilir ve ilgili soruları cevaplamaları istenir.

Öğretmen gerekli görürse senaryolar çoğaltılabilir.

Senaryo-1

Göksel'in dedesi ve babaannesi bayramda çocuklarının ve torunlarının gelmesini beklerler fakat onlar ziyaretlerine gelmezler.

- Yaşadıkları bu durum karşısında neler düşünmüş ve neler hissetmiş olabilirler?

Senaryo-2

Özge'nin babası işten eve yorgun gelir, yemeğini yer ve dinlenmek için yatar. Özge ve kardeşi de TV'de yüksek sesle film seyrediyorlar ve babaları uyanır.

- Yaşadıkları bu durum karşısında Özge'nin babası neler düşünmüş ve neler hissetmiş olabilirler?

Senaryo-3

Ahmet, babasından yeni bir palto ister. Babası Ahmet'e eski paltosunu 1 yıl daha giymesini söyler.

- Yaşadıkları bu durum karşısında Ahmet'in babası neler düşünmüş ve neler hissetmiş olabilirler?

Senaryo-4

Emre, annesine haber vermeden okul çıkışı arkadaşının doğum gününe gider. Annesi Emre eve gelmeyince polise haber verir ve hastanelere telefon

eder. Emre eve geç vakit döndüğünde annesini sokak kapısının önünde ağlarken bulur.

- Yaşadıkları bu durum karşısında Emre'nin annesi neler düşünmüş ve neler hissetmiş olabilir?

Senaryo-5

Efkan'ın yarın sınavı vardır ve ders çalışması gerekmektedir. Efkan, ders çalışmak için odasına gittiğinde kardeşi peşinden gelir, gürültü yapar ve kendisiyle oyun oynamasını ister.

- Yaşadıkları bu durum karşısında Efkan neler düşünmüş ve neler hissetmiş olabilir?

2. Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.

- Aile içinde anlaşıldığınızı düşünüyor musunuz? Neden?
- Zaman zaman aile içinde anlaşılmadığınızı düşünüyor musunuz? Neden?
- Aile içinde birbirinizi anladığınızı düşünüyor musunuz? Neden?
- Karşımızdaki insanı anlamazsak neler olur?
- Karşımızdaki insan sizi anlamazsa ne hissedersiniz?
- İnsanların duygu ve düşüncelerini anlamak neden önemlidir?

3. Kendini aile fertlerinin yerine koyarak onların duygu ve düşüncelerini anlamamanın önemi vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.

Değerlendirme:

7. SINIF – 9.ETKİNLİK

Etkinliğin Adı:	İLETİŞİM ENGELLERİ
Sınıf:	7. sınıf
Yeterlik Alanı:	Kişiler Arası İlişkiler
Kazanım:	İletişim engellerinin üstesinden nasıl gelinebileceğini açıklar. (Kazanım Numarası 121)
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf
Süre:	40 Dakika
Ortam:	Sınıf
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni
Araç-Gereç:	Form–61
Hazırlayanlar:	Sündüz BÜKEL / Didem GÜLSARAN Cevriye GÜLEBAĞLAN / Hicran ÇETİN
<u>Süreç:</u>	<p>1. İletişim engelleri tahtaya yazılır ve Form–61 öğrencilere okunur.</p> <ul style="list-style-type: none">✓ Emretme- yönetme,✓ Uyarma- tehdit etme,✓ Ahlak dersi ve vaaz verme (Akıl verme),✓ Yargılama-suçlama,✓ Ad takma- alay etme,✓ Güven verme- teselli etme,✓ İşi alaya vurma- konu değiştirme,✓ Sinama- sorgulama,✓ Yorumlama- Analiz Etme. <p>2. Öğrencilerden tahtaya yazılan iletişim engellerine kendi hayatlarından örnek vermeleri ve bunu sınıfla paylaşımları istenir.</p> <p>3. Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.</p> <ul style="list-style-type: none">➤ Günlük hayatta da böyle durumlarla karşılaşıyor musunuz? Karşılaşıyorsanız neler yapıyorsunuz? Üstesinden nasıl geliyorsunuz?➤ Çevrenizdeki insanlarla İletişim engellerini kullanmadan nasıl iletişim kurabilirsiniz? <p>4. İletişim engellerinin üstesinden nasıl gelinebileceğini vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.</p> <p>Değerlendirme:</p>

FORM-61

İLETİŞİM ENGELLERİ

1- Emretme, yönetme:

“Yapman gerekir, yapacaksın, yapmak zorundasın...”

Korku ya da aktif direnç yaratabilir;

Söylenenin tersini denemeye davet edebilir;

İsyankâr davranışa ya da misillemeye yol açabilir.

2- Uyarma, tehdit etme:

“Ya yaparsın, yoksa...”

Korku, boyun eğme yaratabilir;

Söz konusu sonuçların gerçekten meydana gelip gelmeyeceğini denemeye yol açar;

Gücenme, kızgınlık, isyankârlığa neden olabilir.

3- Ahlak dersi ve vaaz verme (Akıl verme):

“...yapmalıydın” veya “senin sorumluluğun” ya da “şöyle yapmak gerekir”

Suçluluk duyguları yaratır;

Çocuğun durumunu daha şiddetle savunmasına yol açabilir(Kim demiş?)

4- Yargılama, suçlama:

“Olgunca düşünmüyorsun” “Sen zaten tembelsin”

Yetersizlik, aptallık ve yanlış değerlendirme anlamı taşır;

Çocuğun azarlanma ve eleştirilme korkusuyla iletişimini kesmesine neden olur;

Genellikle çocuk yargı ve eleştirileri gerçek olarak algılar (ben tembelim) ya da karşılık verir (siz daha mükemmel değilsiniz)

5- Ad takma, alay etme:

“Koca bebek” “Geri zekâlı” “Hadi sende sulu göz”

Çocuğun kendini değersiz hissetmesine ve sevilmediğini düşünmesine yol açar;

Kendine bakışını olumsuz etkiler;

Genellikle karşılık verme isteği uyandırır.

6- Güven verme, teselli etme:

“Aldırma... Boş ver düzelir” “Hadi biraz neşelen”

Kendini “anlaşılmamış” hissetmesine neden olur;

Kızgınlık duyguları uyandırır. (Size göre kolay tabii !)

Genellikle mesajı “Kendini kötü hissetmen doğru değil” biçiminde algılar.

7- İşi alaya vurma, konu değiştirme:

“Dünyayı neden sen yönetmiyorsun?” “Daha güzel şeylerden konuşalım”

8- Sınama, sorgulama:

9- Yorumlama, Analiz Etme:

7. SINIF – 10.ETKİNLİK

Etkinliğin Adı:	BEDENİMDEKİ DEĞİŞİKLİKLER
Sınıf:	7. sınıf
Yeterlik Alanı:	Kendini Kabul
Kazanım:	Bedensel değişimini fark eder. (Kazanım Numarası 73)
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf
Süre:	40 Dakika
Ortam:	Sınıf
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni
Araç-Gereç:	Değişik yaşlarda çekilmiş fotoğraflar.
Hazırlayanlar:	Sündüz BÜKEL / Didem GÜLSARAN Cevriye GÜLEBAĞLAN / Hicran ÇETİN
Süreç:	<p>Öğretmen öğrencilere bir hafta önceden değişik yaşlarda çekilmiş fotoğrafları derse getirmelerini ister.</p> <ol style="list-style-type: none">Gönüllü öğrencilerden fotoğraflarını göstererek kendilerinde meydana gelen bedensel değişiklikleri sınıfla paylaşmaları istenir.Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.<ul style="list-style-type: none">➤ Çocukluk fotoğraflarınız ile şimdiki halinizi karşılaştırdığınızda fiziksel değişiklikler olmuş mu? Neler?➤ Değişmeyen yanlarınız var mı? Neler?Fotoğraflarda gözükmeyen bedensel değişiklikler de vardır. Fen bilgisi kitabında detaylı olarak bedensel değişiklikler yer almıştır. Bedensel değişim ile ilgili merak ettikleri konuları rehber öğretmene de danışabilecekleri vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.
Değerlendirme:	

7. SINIF – 11.ETKİNLİK

Etkinliğin Adı:	KENDİMİ TANIMA YOLUNDA
Sınıf:	7. sınıf
Yeterlik Alanı:	Eğitsel Başarı
Kazanım:	Okulda uygulanan testlerin ve test dışı tekniklerin kendini tanımadaki önemini açıklar. (Kazanım Numarası 38)
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf
Süre:	40 Dakika
Ortam:	Sınıf
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni
Araç-Gereç:	Form–62
Hazırlayanlar:	Serdar ERKAN Sündüz BÜKEL / Didem GÜLSARAN Cevriye GÜLEBAĞLAN / Hicran ÇETİN
<u>Süreç:</u>	<p>1. Okulda uygulanan test, anket ve test dışı tekniklerin isimleri tahtaya yazılır, bunların kullanılma amaçları öğrencilere sorulur.</p> <p>Öğrenciler test, anket ve test dışı tekniklerin kullanılma amaçlarını cevaplayamazsa öğretmen bu konuda öğrencileri bilgilendirir. Form–1 öğretmene bilgi amacı ile verilmiştir.</p> <p>Öğretmen bu konuda bilgi sahibi değilse okul rehber öğretmeninden yardım alabilir.</p> <p>2. Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.</p> <p>➤ Bu güne kadar size hangi envanter ya da testler uygulandı?</p> <p>➤ Uygulanan test ve/veya envanterin sonuçlarından yararlanabildiniz mi? Nasıl?</p> <p>3. Okulda uygulanan testlerin ve test dışı tekniklerin kendini tanımadaki önemi vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.</p> <p>Değerlendirme:</p>

FORM-62

OKULDA UYGULANAN TEST, ANKET VE TEST DIŞI TEKNİKLER

Gözlem: Bireyi tanıma tekniği olarak gözlem, bir kimsenin diğer bir kimse hakkında duyu organları ile bilgi edinme yoludur.

Sosyometri: Bir gruptaki bireylerin sosyal uyumunu ve gelişimini ölçmek, yani bir birleri ile olan uzaklıklarını, sevilen-sevilmeyen, lider özelliği olanları ve grubun sosyal dokusunu anlamak için kullanılan bir tekniktir.

Otobiyografi: Bir kimsenin şimdiki ve geçmiş hayatını yazılı olarak anlatmasıdır.

Problem Tarama Listesi: Öğrencilerin belli başlı sorunlarını, ihtiyaçlarını belirlemek, onlara yardım etmek amacı ile hazırlanmış listelerdir.

Görme Sorunlarını Tarama (Snellen Scala): Snellen Testi, öğrencileri görme gücü yönünden tarama yapmak için pratik bir testtir.

Kimdir Bu? : Sınıfın sosyal yapısını tanıma açısından kullanışlı bir tekniktir. Bu teknik, öğrencilerin birbirlerini nasıl değerlendirdiklerini ortaya çıkarmaktadır.

Kime Göre Ben Neyim? : Bireyin benlik algısına yönelik bir ankettir. Bununla bilinmek istenen şey, bireyin kendini kendi ve başkaları gözünde nasıl algıladığıdır.

Ders Çalışma Yöntemlerini Biliyor musunuz? : Öğrencilerin, ders çalışma yöntemlerini bilip bilmemesini taramak amaçlı uygulanan bir envanterdir.

Başarısızlık Nedenleri Anketi: Öğrencilerin, başarısızlık nedenlerini öğrenmek amacıyla uygulanan bir ankettir.

Boş zamanları Değerlendirme Anketi: Öğrencilerin serbest zamanlarını nasıl değerlendirdiklerini bilmek amacıyla uygulanır.

Sınav Kaygısı Ölçeği: Öğrencilerin sınav kaygılarını ölçmek amacıyla uygulanan bir ölçektir (Mamak RAM,2003).

7. SINIF – 12.ETKİNLİK

Etkinliğin Adı:	YETENEKLERİMİ TANIYORUM
Sınıf:	7. sınıf
Yeterlik Alanı:	Kendini Kabul
Kazanım:	Yeteneklerini fark eder. (Kazanım Numarası 75)
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf
Süre:	40 Dakika
Ortam:	Sınıf
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni
Araç-Gereç:	-
Hazırlayanlar:	Sündüz BÜKEL / Didem GÜLSARAN Cevriye GÜLEBAĞLAN / Hicran ÇETİN

Süreç:

Yetenek, herhangi bir davranışı (bilgi veya beceriyi) öğrenebilmek için doğuştan sahip olunan gizilgücün (kapasitenin) çevre ile etkileşim sonucu geliştirilmiş ve yeni öğrenmeler için hazır hale getirilmiş kısmını ifade eden bir kavramdır. Böylece bir kimsenin belli bir yaşa kadar geliştirdiği becerilere bakarak onun daha sonra göreceği eğitimden ne ölçüde yararlanabileceği hakkında bir tahminde bulunabiliriz.(Kuzgun 2000)

1. Yetenek türleri tahtaya yazılır.

- Genel akademik yetenek,
- Sözel yetenek,
- Sayısal yetenek,
- Uzay ilişkilerini görebilme yeteneği,
- Şekil ilişkilerini görebilme yeteneği,
- Büro işleri yeteneği,
- Göz-el koordinasyonu,
- Parmak becerisi,
- El becerisi,

2. Öğrencilere kendilerinde bulunan yetenekleri defterlerine yazmaları istenir.

3. Gönüllü öğrenciler yazdıklarını sınıfla paylaşır.

4. Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.

- Tahtaya yazılan yetenek türlerini daha önceden biliyor muydunuz?
- Kendinizde olduğunu kabul ettiğiniz yeteneklerinizi ne zaman fark ettiniz?
- Yeteneklerinizi fark etmeniz size ne kazandırır?

5. Yeteneklerini fark etmenin önemi vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.

Değerlendirme:

7. SINIF – 13.ETKİNLİK

Etkinliğin Adı:	İLGİLERİM VE MESLEĞİM
Sınıf:	7. sınıf
Yeterlik Alanı:	Eğitsel Mesleki Gelişim
Kazanım:	İlgilerin meslek seçimindeki rolünü fark eder. (Kazanım Numarası 183)
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf
Süre:	40 Dakika
Ortam:	Sınıf
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni
Araç-Gereç:	Form–63
Hazırlayanlar:	Sündüz BÜKEL / Didem GÜLSARAN Cevriye GÜLEBAĞLAN / Hicran ÇETİN
<p>*Öğrencilerin <u>eğitsel ve mesleki planlama dosyasından</u> yararlanmaları sağlanmalıdır.</p> <p><u>Süreç:</u></p> <ol style="list-style-type: none">1. Öğretmen Form-63'i okur.2. Öğrencilerden seçmek istedikleri mesleği ve o mesleğe yönelik ilgilerinin neler olabileceğini yazmaları istenir.3. Gönüllü öğrenciler yazdıklarını sınıfla paylaşır.4. Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.<ul style="list-style-type: none">➤ Seçtiğiniz mesleği neye göre seçtiniz?➤ İlgilerin meslek seçimindeki rolü ne olabilir?➤ İlgilerinize göre meslek seçmezseniz neler yaşayabilirsiniz?➤ İlgilerinize göre meslek seçerseniz neler yaşayabilirsiniz?5. İlgilerin meslek seçimindeki rolü vurgulanarak etkinlik sonlandırılır. <p>Not: Bu kazanımda öğrencilerin “Eğitsel ve Mesleki Planlama Dosya”sından yararlanması sağlanabilir.</p> <p>Değerlendirme:</p>	

FORM-63

İLGİLERİN MESLEK SEÇİMİNDEKİ ROLÜ

Super'a göre ilgi türleri:

Bilimsel İlgi: Doğal ve toplumsal olayların neden ve nasıl olduğunu anlama, bilimsel bilgiye bir şeyler katma ve /veya bu bilgiyi uygulamaya koyma arzusunu ifade eder. Doktorlar, biyologlar, sosyologlar, fizikçiler bu ilgiye sahip kimselerdir.

Teknik veya Maddi İlgi: Olayların neden ve nasıl olduğundan çok bilimsel ilkelerin uygulamaya nasıl dönüştürüleceği ile salt bilmek için bilme ile değil, bilginin ne işe yarayacağı konusu ile ilgilenmektedir. Mühendisler ve teknisyenler bu tür ilgiye sahip kimselerdir.

Sosyal Yardım İlgisi: Bu ilgi insanlarla, insan olarak ilgilenmeyi, onlara anlamaya, geliştirmeye, sıkıntılarını azaltmaya çalışma isteğini ifade eder. Bu tür ilginin önemli olduğu meslekler öğretmenlik, sosyal hizmet, psikolojik danışmanlık vb. dir.

Sistematik İlgi ya da İş Ayrıntıları İlgisi: Bu ilgi işleri düzenli ve tertipli bir şekilde yapmayı içerir. Kayıt tutma, dosyalama, yazıları belli bir sisteme göre sıraya koyma bu ilgi ile ilişkili işlerdendir. Burada odak ayrıntı üzerinde toplanmıştır. Muhasebeciler, büro memurları, satın alma memurları bu tür ilgiye sahiptirler.

İş Teması İlgisi: Bu ilgi insanları ikna etmekten ve bir ürünü, bir hizmeti satmaktan hoşlanmadır. Satış işleri, satış yönetimi gibi çalışma alanları bu ilgiye uygun çalışma alanlarıdır.

Edebiyat İlgisi: Düşünceleri ifade edebilme ya da başkalarını kelimelerle etkileyebilme ilgisidir. Burada düşünceleri değişik ve etkileyici şekilde ifade yolları üzerinde durulur. Yazarlar, gazeteciler bu tür ilgiye sahip kimselerdir.

Müzik ve Sanat İlgisi: İkisi de duyguların artistik yollarla ifadesi ile ilgili olan bu ilgi alanları aslında birbirinden farklı yeteneklere dayanmaktadır. Sanat ilgisi plastik sanatlarla ilgilidir. Ressamlar, mimarlar bu tür ilgiye sahip kimselerdir (Kuzgun,2000).

7. SINIF – 14.ETKİNLİK

Etkinliğin Adı:	MESLEK SEÇİMİM
Sınıf:	7. sınıf
Yeterlik Alanı:	Eğitsel Mesleki Gelişim
Kazanım:	Meslek seçiminin önemini fark eder. (Kazanım Numarası 184)
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf
Süre:	40 Dakika
Ortam:	Sınıf
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni
Araç-Gereç:	Form–64, Form–65
Hazırlayanlar:	Sündüz BÜKEL / Didem GÜLSARAN Cevriye GÜLEBAĞLAN / Hicran ÇETİN

Süreç:

1. Öğrencilere seçmek istedikleri mesleklerin özellikleri sorulur ve verilen cevaplar tahtaya yazılır.

- ✓ Çalışma Koşulları
- ✓ Kazancı
- ✓ Nitelikleri (sağlık, zihinsel, bedensel, el becerisi, fiziksel vb.)
- ✓ Mesleğin toplumdaki yeri, istenilen ve istenilmeyen özellikleri,
- ✓ Mesleğe girmenin yolları, ilerleme imkânı, eğitimi vb.

2. Form–65 dağıtılır ve öğrencilerin doldurmaları istenir.

Form–64 öğretmene bilgi amacıyla verilmiştir.

3. Gönüllü öğrenciler cevaplarını sınıfla paylaşır.

4. Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.

- İlerde seçmeyi düşündüğünüz mesleği neye göre seçtiniz?
 - İlgi, yetenek, kişilik özellikleri vb. göz önünde bulundurmadan mesleğinizi seçerseniz neler olur?
 - İlerde seçmeyi düşündüğünüz meslek sizin için uygun mudur? Neden?
 - Meslek seçimi neden önemlidir?
 - Form–65'i doldururken kendinizle ilgili öğrendiğiniz şeyler oldu mu?
5. Meslek seçiminin önemi vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.

Değerlendirme:

FORM-64

MESLEK SEÇİMİNİN ÖNEMİ

Hoppock (1957)'a göre bir kimsenin seçtiği meslek onun işinde başarılı olup olamayacağını, ileride iş bulup bulamayacağını, nerde oturup, kiminle evleneceğini ve kimlerle etkileşimde bulunacağını belirler. Ayrıca meslek, kişinin değer yargılarını, dünya görüşünü, günlük yaşam tarzını ve alışkanlıklarını biçimlendiren faktörlerin başında gelir. Kişinin yaşamına böylesine çok yönlü etkileri olan uğraşı alanının seçimi, günümüzde giderek karmaşıklaşan bir sorun haline gelmiştir. Bunun en önemli nedeni, seçeneklerin çok artmış olmasıdır (Kuzgun,2000).

MESLEK SEÇİMİNİ ETKİLEYEN BAZI FAKTÖRLER

- ✓ Meslekte iş bulma imkânı,
- ✓ Yetenek,
- ✓ İlgi,
- ✓ Kişilik özellikleri,
- ✓ Mesleğin getirdiği ödüller (para, saygınlı, şöhret vb.)
- ✓ Ailenin istekleri,

Yetersiz eğitim nedeniyle seçim şansının fazla olmaması Evren, M. (2005).

FORM-65

Ben ilerdeolmak istiyorum.
(Birden fazla seçenek işaretleyebilirsiniz.) Evren, M. (2005).

1. Bu meslekte iş bulma imkânı:

- Yüksek ()
- Düşüktür ()
- Bilmiyorum ()

2. Yeteneklerim bu mesleğe:

- Uygundur ()
- Uygun değildir ()
- Bu mesleğin gerektirdiği yetenekleri bilmiyorum ()
- Kendi yeteneklerimi bilmiyorum ()

3. İlgilerim bu meslekte mutlu olmam için:

- Uygundur ()
- Uygun değildir ()
- Bu mesleğin gerektirdiği ilgileri bilmiyorum ()
- Kendi ilgilerimi bilmiyorum ()

4. Kişilik özelliklerim bu mesleğe:

- Uygundur ()
- Uygun değildir ()
- Bu mesleğin gerektirdiği kişilik özelliklerini bilmiyorum ()
- Kendi kişilik özelliklerimi bilmiyorum ()

5. Bu meslek benim istediğim ödülleri (para, saygınlık, şöhret gibi) :

- Sağlar ()
- Sağlamaz ()
- Bilmiyorum ()

6. İlerde bu mesleği seçmemin nedeni:

- İş bulma imkânının yüksek olmasıdır. ()
- Yeteneklerime uygun olmasıdır. ()
- İlgilerime uygun olmasıdır. ()
- Kişilik özelliklerime uygun olmasıdır. ()
- Sağladığı imkânlardır. ()
- Ailemin isteğidir. ()
- Eğitimimi sürdüremeyeceğim için, başka çarem olmamasıdır. ()

****Meslekler hakkında yeterli bilgiye sahip olmadığınızı düşünüyorsanız, Okul Rehber Öğretmeninden yardım alabilirsiniz.***

7. SINIF – 15.ETKİNLİK

Etkinliğin Adı:	ORTAÖĞRETİM KURUMUMU SEÇERKEN
Sınıf:	7. sınıf
Yeterlik Alanı:	Eğitsel Başarı
Kazanım:	Ortaöğretim kurumlarına giriş sınavları ile ilgili bilgi toplar. (Kazanım Numarası 39)
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf
Süre:	40 Dakika
Ortam:	Sınıf
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni
Araç-Gereç:	Form–66
Hazırlayanlar:	Sündüz BÜKEL / Didem GÜLSARAN Cevriye GÜLEBAĞLAN / Hicran ÇETİN
<p>*Öğrencilere sınavlara hazırlanmada önceden bilgi sahibi olmanın önemi ve bunun amaç belirlemedeki katkısı belirtilmelidir.</p> <p>Süreç:</p> <p>Öğrencilerden bir hafta öncesinden Ortaöğretim Kurumlarına Giriş Sınavları ile ilgili araştırma yapmaları istenir.</p> <p>Öğretmen Ortaöğretim Kurumlarına Giriş Sınavları Kılavuzunu sınıfa getirir, öğrencilerin araştırdığı yanlış ya da eksik bilgi olursa bunları düzeltir.</p> <ol style="list-style-type: none">1. Öğrencilerin araştırdıkları Ortaöğretim Kurumları Listesi tahtaya yazılır. Form–66 öğretmene bilgi amacıyla verilmiştir.2. Tahtada yazılı olan ortaöğretim kurumlarına giriş sınavı ile ilgili öğrencilerin topladıkları bilgiler sınıfta paylaşılır.3. Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.<ul style="list-style-type: none">➤ Ortaöğretim kurumlarına giriş sınavları ile ilgili gerekli bilgileri nerelerden aldınız?➤ Ortaöğretim kurumlarından hangisini seçmeyi düşünüyorsunuz? Neden?➤ Ortaöğretim kurumlarına giriş sınavları ile ilgili bilgi toplamak size ne kazandırdı?4. Ortaöğretim kurumlarına giriş sınavları ile ilgili bilgi toplamanın önemi vurgulanarak etkinlik sonlandırılır. <p>Değerlendirme:</p>	

ORTAÖĞRETİM KURUMLARI LİSTESİ (OKS)

- ✓ Fen lisesi
- ✓ Anadolu Lisesi
- ✓ Polis Koleji
- ✓ Anadolu Öğretmen Lisesi
- ✓ Sağlık Meslek Lisesi
- ✓ Tapu Kadastro ve Meslek Lisesi
- ✓ Sivil Savunma Koleji
- ✓ Meteoroloji Meslek Lisesi
- ✓ Endüstri Meslek ve Anadolu Endüstri Meslek Lisesi
- ✓ Kız Meslek Lisesi ve Anadolu Kız Meslek Lisesi
- ✓ Gemi Güverte İşletmeciliği Liseleri
- ✓ Genel Liseler
- ✓ Diğer

8. SINIF
KAZANIMLARININ İŞLENİŞ SIRASI

HAFTA	KAZANIMLAR
1–76	Bedensel ve duygusal değişimlerin ergenlik döneminin doğal bir parçası olduğunu fark eder.
2–77	Kendini geliştirmede eleştirinin önemini fark eder.
3–43	Sınavlarda başarıyı etkileyen etmenler açısından kendini değerlendirir.
4–44	Sınav kaygısının performansını düşürecek düzeyde olup olmadığını belirler ve gerekiyorsa yardım alır.
5–190	Geleceğin meslekleri hakkında bilgi toplar.
6–189	İlgi duyduğu mesleklerin gerektirdiği eğitim ve kişisel özelliklerini ifade eder.
7–188	Yeteneklerin meslek seçimindeki rolünü fark eder.
8–40	Vereceği kararların geleceğine olan etkilerini fark eder.
9–41	Karar verme sürecinin aşamalarını kararlarında uygular.
10–185	İş başvurusu için öz geçmiş yazar.
11–191	Mesleki amaçlara ulaşmada genel ortaöğretim programlarını değerlendirir.
12–192	Mesleki amaçlara ulaşmada mesleki ve teknik programları değerlendirir.
13–42	Ortaöğretim kurumlarına giriş sınavı öncesi, fiziksel açıdan sınav başarısını etkileyen etmenleri açıklar.
14–187	İlköğretim sonrasında yapılabilecek işleri belirler.
15–186	Ortaöğretim tercihlerini yaparken Eğitsel ve Mesleki Planlama Dosyası ile okulda uygulanan test ve test dışı tekniklerin sonuçlarından yararlanır.
15	

* **Koyu renkli kazanımlara ilişkin etkinlik okul rehber öğretmeni, okul rehber öğretmeni yoksa RAM'dan gelecek rehber öğretmen tarafından gerçekleştirilecektir.**

8. SINIF ETKİNLİK ÖRNEKLERİ

8. SINIF – 1.ETKİNLİK

Etkinliğin Adı:	DEĞİŞİYORUM
Sınıf:	8.Sınıf
Yeterlik Alanı:	Kendini Kabul
Kazanım:	Bedensel ve duygusal değişimlerin ergenlik döneminin doğal bir parçası olduğunu fark eder. (Kazanım Numarası -76-)
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf
Süre:	40 Dakika
Ortam:	Sınıf
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni
Araç-Gereç:	Form-67, Bebeklik, ergenlik ve yaşlılık dönemine ait resimler.
Hazırlayanlar:	Sündüz BÜKEL / Didem GÜLSARAN Cevriye GÜLEBAĞLAN / Hicran ÇETİN

Süreç:

1. Öğretmen sınıfa getirdiği bebeklik, ergenlik ve yaşlılık dönemine ait resimleri öğrencilere sırasıyla gösterir.
2. Öğrencilere aşağıdaki yönerge verilir.

“Her insan bebeklikten yaşlılığa kadar değişik gelişim dönemlerinden geçer. Bu gelişim dönemleri;

Bebeklik ve çocukluk (0–10 yaşlar arası),

Ergenlik (11–21 yaşlar arası),

Genç yetişkinlik (22–35 yaş arası),

Orta yaşlılık (36–59 yaş arası),

İleri yaşlılık (60 ve üzeri yaşlar) tır.

Bu gelişim dönemlerinin her birinin farklı özellikleri vardır. Şimdi sizlerden kabaca bebeklik, ergenlik ve yaşlılık dönemlerini düşünmenizi istiyorum. Bu dönemlerde ne gibi değişimler meydana gelmektedir?”

3. Öğrencilerin verdikleri cevaplar tahtaya yazılır.
4. Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.

- Sizler bu dönemlerden hangisinden geçtiniz?
 - Şu anda içinde bulunduğunuz dönem hangisi?
5. Öğretmen öğrencilere “**içinde bulunduğunuz döneme ergenlik dönemi diyoruz. Bu evrenin de tıpkı diğer evreler gibi kendisine özgü özellikleri vardır. Bu evrede çeşitli bedensel ve ruhsal değişimler meydana gelmektedir. Şimdi sizlere bir liste okuyacağım. Listede yer alan değişimleri yaşayıp yaşamadığınızı düşünmenizi istiyorum.**” yönergesini verir.
6. Öğretmen öğrencilere Form–67’yi okur.
7. Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.
- Sizler de bunlara benzer değişimler yaşadığınızı gözlemliyor musunuz? Neler?
 - Sizce bedensel ve duygusal değişimler ergenlik döneminin doğal bir parçası mıdır? Neden?
8. Bedensel ve duygusal değişimlerin ergenlik döneminin doğal bir parçası olduğu vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.

NOT:Etkinlik sonlandırılırken öğrencilere; “görüldüğü gibi her gelişim dönemleri birbirinden farklıdır. Gelişim sürecinde bu dönemlerden geçerken her dönemin kendine özgü özelliklerini de ediniriz. Ergenlik döneminde de yaşadığımız bedensel ve ruhsal değişimler gelişimimizin doğal bir parçasıdır. Bu gün yetişkin olanlar bu dönemlerden geçti. Bu gün bebek olanlar bu dönemlerden geçecek ve bu gün ergen olan sizler bu dönemden geçiyorsunuz. Bunlar gelişimimizin doğal bir parçasıdır” denir.

Değerlendirme:

FORM-67

Ergenlik dönemindeki bedensel değişiklikler

Ergenliğin en önemli belirtisi kısa zamanda dikkati çekecek bir biçimde birçok yönden büyümektir. Bu dönemde meydana gelen bedensel değişiklikler:

Boyun uzaması

Kilo artışı ve yağlanma

Baş kemikleri yüz kemikleri ve burun büyür, çene uzar kalınlaşır

Tüm kemik sisteminde büyüme hızlanır

El ve ayaklar ardından kol ve bacaklar uzamaya başlar, kalçalar, göğüs kemikleri ve omuzlar genişler.

(Birincil cinsiyet özellikleri) Kılınma, memelerin büyümesi, sesin değişmesi

(İkincil cinsiyet özellikleri) Erkeklerde penis ve testisler büyür

Kızlarda yumurtalıklar, vajina ve rahmin gelişmesi

Ciltte değişiklikler, yağlanma ve sivilceleşme

Terleme

Ergenlik dönemindeki ruhsal değişiklikler

Ergenlik döneminde beden gelişiminin kişilik biçimlenmesi üzerinde önemli etkileri vardır. Özellikle bu dönemde hormon faaliyetleri gencin davranışlarının yönünü etkilemese de, davranışlara eşlik eden duyguların derinliğini ve yoğunluğunu kesinlikle etkiler. Karamsarlık, nedensiz ağlamalar, öfke-sevinç, neşe-hüzün gibi ikircikli duygular bu dönemin duygusal hareketliliğinin sonucudur.

Kendini dış dünyadan çekme, kalabalık içinde huzursuzlaşma, konuşurken yüzün kızarması ve terleme bu dönemde görülebilir.

Kimse neler hissettiğimi bilemez anlayamaz duygusu hâkimdir.

Duygular inişli ve çıkışlıdır ve yoğun yaşarlar

Yetişkin olma ile çocuk olma arasında çelişkili duygular yaşayabilirler.

Aşırı özgürlük isterler, bağımlılığı reddederler

Yalnız kalmayı tercih ederler İns. Kay. Gel. Vakfı, (2003).

8. SINIF – 2.ETKİNLİK

Etkinliğin Adı:	ELEŞTİRİLERE AÇIĞIM
Sınıf:	8.Sınıf
Yeterlik Alanı:	Kendini Kabul
Kazanım:	Kendini geliştirmede eleştirinin önemini fark eder. (Kazanım Numarası -77-)
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf
Süre:	40 Dakika
Ortam:	Sınıf
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni
Araç-Gereç:	Form–68
Hazırlayanlar:	Sündüz BÜKEL / Didem GÜLSARAN Cevriye GÜLEBAĞLAN / Hicran ÇETİN
<u>Süreç:</u>	<ol style="list-style-type: none">1. Öğrencilere Form–68 dağıtılır ve doldurmaları istenir.2. Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.<ul style="list-style-type: none">➤ Eleştirel ifadeleri düşünürken zorlandınız mı? Neden?➤ Çevrenizden size gelen olumlu ve olumsuz eleştiriler karşısında ne hissediyorsunuz? Nasıl tepkiler veriyorsunuz?➤ Çevrenizden size gelen eleştirilerin nasıl ifade edilmesini istersiniz? Neden?➤ Çevrenizden size gelen olumlu ve olumsuz eleştirilerin size katkısı neler olabilir?➤ Siz çevrenizdeki bireylere eleştirilerinizi nasıl yöneltiyorsunuz? Onların size tepkileri neler oluyor?➤ Eleştiride bulunurken nelere dikkat edilmelidir?➤ Kendinizi geliştirmede eleştirilerden nasıl faydalaniyorsunuz?3. Kendini geliştirmede eleştirinin önemini vurgulanarak etkinlik sonlandırılır. <p>Değerlendirme:</p>

FORM-68

ÇEVREDEKİ BİREYLERE YÖNELTİĞİNİZ ELEŞTİRİLER	ÇEVREDEKİ BİREYLERDEN SİZE YÖNELTİLEN ELEŞTİRİLER

8. SINIF – 3.ETKİNLİK

Etkinliğin Adı:	NASIL BAŞARIRIM?
Sınıf:	8. sınıf
Yeterlik Alanı:	Eğitsel Başarı
Kazanım:	Sınavlarda başarıyı etkileyen etmenler açısından kendini değerlendirir. (Kazanım Numarası -43-)
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf
Süre:	40 Dakika
Ortam:	Sınıf
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni
Araç-Gereç:	-
Hazırlayanlar:	Sündüz BÜKEL / Didem GÜLSARAN Cevriye GÜLEBAĞLAN / Hicran ÇETİN
<p>*Bu sınavlar ders yılı içerisinde yapılan sınavlarla ilgilidir.</p> <p><u>Süreç:</u></p> <p>1. Öğrencilerden başarılı ve başarısız oldukları bir sınav anını hatırlamaları istenir.</p> <p>2. Öğrencilere sınavlarda başarılarını etkileyen olumlu ve olumsuz etmenlerin neler olduğu sorulur. Başarılı oldukları sınavlardaki etmenler kâğıdın bir bölümüne başarısız oldukları sınavlardaki etmenler diğer tarafa yazılır.</p> <p>“Burada sınav başarısından kastedilen şeyin kopya çekerek alınan yüksek puan olmadığı ifade edilmelidir.”</p> <p>3. Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.</p> <ul style="list-style-type: none">➤ Sınavlarda başarısız olduğunuzda neler hissediyorsunuz?➤ Sizce sınavınızda neden başarısız oldunuz?➤ Sınavlardaki başarısızlığınızın o anki sonuçları nelerdir? Bu başarısızlıklar geleceğinizi nasıl etkiler?➤ Sınavlarda başarılı olduğunuzda neler hissediyorsunuz? Neler yaşıyorsunuz?➤ Sizce sınavınızda neden başarılı oldunuz?➤ Sınavlardaki başarınızın o anki sonuçları nelerdir? Bu başarılar geleceğinizi nasıl etkiler?➤ Sınava hazırlanırken nelere dikkat edilmelidir? Nasıl hazırlanılmalıdır? <p>4. Sınavlarda başarıyı etkileyen etmenlerin neler olduğuna ilişkin</p>	

öğrencilerin açıklamalarına öğretmen eklemeye bulunur, öğrencilerle birlikte değerlendirme yapar.

5. Bu etkinliğin sonunda öğrencilere neler kazandıkları sorulur ve cevaplarını sınıfla paylaşmaları istenir.
6. Sınavlarda başarıyı etkileyen etmenlerin sınav başarısındaki önemi vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.

NOT:4. sınıfın 3. etkinliğinde sınav başarısını etkileyen etmenlere ilişkin bilgi verilmiştir. Öğretmen gerekli gördüğü takdirde bu bilgiden faydalanabilir.

Değerlendirme:

8. SINIF – 4.ETKİNLİK

Etkinliğin Adı:	KAYGILIYSAM...
Sınıf:	8. sınıf
Yeterlik Alanı:	Eğitsel Başarı
Kazanım:	Sınav kaygısının performansını düşürecek düzeyde olup olmadığını belirler ve gerekiyorsa yardım alır. (Kazanım Numarası -44-)
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf
Süre:	40 Dakika
Ortam:	Sınıf
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni
Araç-Gereç:	Sınav Kaygısı Envanteri-ÖNER, N. (1989)
Hazırlayanlar:	Sündüz BÜKEL / Didem GÜLSARAN Cevriye GÜLEBAĞLAN / Hicran ÇETİN
<p>*Bu etkinlik özel bilgi ve deneyim gerektirdiği için okul rehber öğretmeni veya RAM'lerden gelecek uzmanlar tarafından gerçekleştirilecektir. Bunun sağlanmadığı ya da kalabalık okullarda rehber öğretmenin yetişemediği durumlarda bu etkinlikler yerine öğrencilerin gelişim özellikleri ve ihtiyaçları, okulun özellikleri göz önünde bulundurularak sınıf rehber öğretmeni tarafından farklı etkinlikler yapılabilir ya da diğer etkinliklere daha geniş yer verilebilir.</p> <p>*Ortaöğretim giriş sınavına yönelik yoğun sınav kaygısı yaşayan öğrenciler belirlenirse destek hizmetleri sunulmalıdır.</p> <p><u>Süreç:</u></p> <ol style="list-style-type: none">1. Öğrencilere “Sınav Kaygısı Envanteri” dağıtılır ve öğrencilerden doldurmaları istenir.2. Doldurulan envanterin değerlendirmesi yapılır ve her öğrencinin “sınav kaygısı düzeyi” tespit edilir.3. Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.<ul style="list-style-type: none">➤ Sınav kaygısı envanterinin sonuçlarından nasıl faydalanabilirsiniz?➤ Sınav sürecinde yaşadıklarınızla ilgili olarak bugüne kadar fark etmediğiniz bir özelliğinizi fark ettiniz mi?➤ Sınav kaygınızı nelerin etkilediğini fark ettiniz mi?➤ Sınav kaygı düzeyiniz sınavlarınızı nasıl etkiliyor?➤ Sınav kaygınızı azaltmak için neler yapabilirsiniz?	

- Sınav kaygınız yüksekse ve sınav performansınızı olumsuz etkiliyorsa nerden ve kimden/kimlerden yardım alabilirsiniz?
4. Öğretmen, öğrencilere sınav kaygısı ve sınav kaygısının performansı nasıl etkilediği hakkında bilgilendirir.
5. Bu etkinliğin sonunda öğrencilere neler kazandıkları sorulur ve cevaplarını sınıfla paylaşmaları istenir.

Değerlendirme:

8. SINIF – 5.ETKİNLİK

Etkinliğin Adı:	GELECEĞİN MESLEKLERİ						
Sınıf:	8. sınıf						
Yeterlik Alanı:	Eğitsel ve Mesleki Gelişim						
Kazanım:	Geleceğin meslekleri hakkında bilgi toplar. (Kazanım Numarası -190-)						
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf						
Süre:	40 Dakika						
Ortam:	Sınıf						
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni						
Araç-Gereç:	-						
Hazırlayanlar:	Sündüz BÜKEL / Didem GÜLSARAN Cevriye GÜLEBAĞLAN / Hicran ÇETİN						
<u>Süreç:</u>	<p>Öğrencilere bir hafta öncesinden, gelecekte önemli hale gelebilecek, toplumun ihtiyaç duyacağı ve tercih edilebilecek mesleklerle ilgili araştırma yapmaları istenir. (İş ve işçi bulma kurumu, internet, yetişkinlerle yapılan konuşmalar, dergiler, gazetelerden bilgi edinilebilir.)</p> <p>1. Öğretmen, tahtayı 3'e bölerek öğrencilerin belirttiği meslekleri, özellikleri ve nerelerde çalıştıklarını tahtaya yazar.</p> <p>(Verilen örnekler öğretmen, doktor gibi geleneksel meslekler de olabilir, duyulmamış meslek isimleri de olabilir)</p> <table border="1"><thead><tr><th>Mesleğin adı</th><th>Özellikleri</th><th>Nerelerde çalışırlar</th></tr></thead><tbody><tr><td></td><td></td><td></td></tr></tbody></table> <p>2. Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.</p> <ul style="list-style-type: none">➤ Sizce tahtada yazan bu meslekler, neden geleceğin meslekleri olabilir?➤ Sıralanan meslekler arasında daha önce duymadığınız meslekler var mı? Neler?➤ Gelecekte önem kazanmış bir meslek sahibi olmanız size ne kazandırır? <p>3. Geleceğin meslekleri hakkında bilgi toplamanın önemi vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.</p> <p>Değerlendirme:</p>	Mesleğin adı	Özellikleri	Nerelerde çalışırlar			
Mesleğin adı	Özellikleri	Nerelerde çalışırlar					

8. SINIF – 6.ETKİNLİK

Etkinliğin Adı:	BANA UYGUN MESLEKLER
Sınıf:	8. sınıf
Yeterlik Alanı:	Eğitsel ve Mesleki Gelişim
Kazanım:	İlgi duyduğu mesleklerin gerektirdiği eğitim ve kişisel özelliklerini ifade eder. (Kazanım Numarası -189-)
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf
Süre:	40 Dakika
Ortam:	Sınıf
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni
Araç-Gereç:	Form–69, Form–70
Hazırlayanlar:	Sündüz BÜKEL / Didem GÜLSARAN Cevriye GÜLEBAĞLAN / Hicran ÇETİN
<u>Süreç:</u>	<ol style="list-style-type: none">1. Öğrenciler gruplara ayrılarak, Form-69 (mesleklerin gerektirdiği eğitim ve kişisel özellikler) dağıtılır.2. Öğrencilerden belirtilen eğitim ve kişisel özelliklerin hangi meslekler için gerekli olduğunu bulmaları istenir.3. Form'da yer alan diğer mesleklerden ilgi duyduğu 2 tanesini seçip, o mesleklerin gerektirdiği eğitim ve kişisel özelliklerin neler olabileceğini de yazmaları istenir.4. Öğrencilerin buldukları meslekler ve mesleklerin gerektirdiği eğitim ve kişisel özellikleri okunur ve belirtilen mesleği bulup bulamadıklarına bakılır. <p>Öğretmen Form–70 de belirtilen mesleklerle kişilik özelliklerini karşılaştırabilir.</p> <ol style="list-style-type: none">5. Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.<ul style="list-style-type: none">➤ Bu meslekler içinde sizin seçmek istediğiniz meslekler var mı?➤ Sizin seçtiğiniz meslek için nasıl bir eğitim gerekiyor?➤ Sizin seçtiğiniz meslek için hangi kişilik özellikleri gerekiyor.➤ Sahip olduğunuz özelliklerin bu mesleklerin gerektirdiği özelliklere uyduğunu düşünüyor musunuz?6. İlgi duyduğu mesleklerin gerektirdiği eğitim ve kişisel özellikler vurgulanarak etkinlik sonlandırılır. <p>Değerlendirme:</p>

FORM-69
(MESLEKLERİN GEREKTİRDİĞİ EĞİTİM VE KİŞİSEL ÖZELLİKLER)

Fen bilimlerinde başarılı olmak, el ve parmak becerisi, estetik, uzay ilişkiler yeteneği, iyi ilişkiler kurabilme, hoşgörü, güler yüz, bedence güçlü olma, üniversite eğitimi, yüksek akademik başarı,

MESLEK:.....

Kimya, fizik ve matematikte başarılı olmak, bilimsel meraka ilgi duymak, üniversite eğitimi, yüksek akademik başarı,

MESLEK:.....

Fen bilimlerinde başarılı olmak, yüksek akademik başarı, anlayış, sabır, hoşgörü, güler yüz, sorumluluk sahibi olma ve zayıf insanlara yardım edebilme,

MESLEK:.....

Bedence sağlık olmak gerekir, insanlarla iyi iletişim kurabilme, uyanık, sabırlı, dürüst, hoşgörülü, soğukkanlı, sorumluluk sahibi, sağlığını kaybetmiş insanlara yardım etmeyi seven,

MESLEK:.....

Akademik başarı, kuvvetli bir dikkat ve bellek, el parmak becerisi, bilime, özellikle biyoloji, fizik, kimya, anatomi ve fiziğe ilgi duyma, sabırlı ve azimli olma, iyi iletişim kurabilme, hoşgörü, insan sevgisi ve insanlara yardım etme isteği,

MESLEK:.....

Akademik başarı, biyoloji, kimya alanlarında başarı, hayvanlarla ilgilenmekten hoşlanan, sabırlı ve dikkatli,

MESLEK:.....

Sözel yetenek, sosyal araştırmalara merak, başkalarıyla iletişimden hoşlanma, girişken, iyi gözlemci, Türkçe-kompozisyon, yabancı dil ve sosyal bilimlerde başarı,

MESLEK:.....

Türkçe ve sosyal bilimlerde başarı, ikna gücüne sahip, sağlam bir mantık ve sezgi, çalışma ve okumayı sevme, sabır, anlayış,

MESLEK:.....

Akademik başarı, iletişim becerisi, sabır, anlayış, çocukları sevme, öğretmeyi sevme,

MESLEK:.....

Matematik, fizik ve sosyal bilimlerde (sosyoloji, tarih, sanat tarihi, insan bilimleri ve kültür) alanlarında başarı, uzay ilişkilerini görebilme (cisimlerin uzayda alabilecekleri şekilleri gözünde canlandırma), düzgün şekil çizebilme, yaratıcılık, işbirliği ve uyum içinde çalışma,

MESLEK:.....

Bilimsel merak, analitik düşünme, geçmiş uygarlıkları incelemeye merak, eski ve yeni dilleri bilmek, tarih ve sosyal bilimlerde başarı,

MESLEK:.....

Aşağıdaki mesleklerden ilgi duyduğunuz 2 tanesini seçerek, o mesleğin gerektirdiği eğitim ve kişisel özelliklerinin neler olabileceğini yazınız.

Asker	Polis	Marangoz	Kuaför
Berber	Pilot	Şoför	Kaptan
Gemi mühendisi	Makinist	Savcı	Hâkim
Akademisyen	Emlakçı	Fotoğrafçı	Gıda Mühendisi
Bilgisayar Mühendisi	Sekreter	Tarihçi	Antropolog
Sosyolog	Mütercim-Tercümanlık	Sigortacı	Zabıta
Psikolog	Turizmci	İnşaat mühendisi	

1.

2.

FORM-70 (Meslekler)

Diş hekimliği

Fen bilimlerinde başarılı olmak, El ve parmak becerisi, Estetik, Uzay ilişkiler yeteneği, iyi ilişkiler kurabilme, hoşgörü, güler yüz, bedence güçlü olma, üniversite eğitimi, yüksek akademik başarı,

Eczacılık

Kimya, fizik ve matematikte başarılı olmak, bilimsel meraka ilgi duymak, üniversite eğitimi, yüksek akademik başarı,

Fizik tedavi ve rehabilitasyon

Fen bilimlerinde başarılı olmak, yüksek akademik başarı, anlayış, sabır, hoşgörü, güler yüz, sorumluluk sahibi olma ve zayıf insanlara yardım edebilme,

Hemşirelik

Bedence sağlık olmak gerekir, insanlarla iyi iletişim kurabilme, uyanık, sabırlı, dürüst, hoşgörülü, soğukkanlı, sorumluluk sahibi, sağlığını kaybetmiş insanlara yardım etmeyi seven,

Doktor

Akademik başarı, kuvvetli bir dikkat ve bellek, el parmak becerisi, bilime, özellikle biyoloji, fizik, kimya, anatomi ve fiziğe ilgi duyma, sabırlı ve azimli olma, iyi iletişim kurabilme, hoşgörü, insan sevgisi ve insanlara yardım etme isteği,

Veteriner

Akademik başarı, biyoloji, kimya alanlarında başarı, hayvanlarla ilgilenmekten hoşlanan, sabırlı ve dikkatli,

Gazetecilik

Sözel yetenek, sosyal araştırmalara merak, başkalarıyla iletişimden hoşlanma, girişken, iyi gözlemci, Türkçe-kompozisyon, yabancı dil ve sosyal bilimlerde başarı,

Avukat

Türkçe ve sosyal bilimlerde başarı, ikna gücüne sahip, sağlam bir mantık ve sezgi, çalışma ve okumayı sevme, sabır, anlayış,

Öğretmenlik

Akademik başarı, iletişim becerisi, sabır, anlayış, çocukları sevme, öğretmeyi sevme,

Mimar

Matematik, fizik ve sosyal bilimlerde (sosyoloji, tarih, sanat tarihi, insan bilimleri ve kültür) alanlarında başarı, uzay ilişkilerini görebilme (cisimlerin uzayda alabilecekleri Şekilleri gözünde canlandırma), düzgün Şekil çizebilme, yaratıcılık, işbirliği ve uyum içinde alışma,

Arkeolog

Bilimsel merak, analitik düşünme, geçmiş uygarlıkları incelemeye merak, eski ve yeni dilleri bilmek, tarih ve sosyal bilimlerde başarı,
(Kuzgun,1998)

8. SINIF – 7.ETKİNLİK

Etkinliğin Adı:	HANGİ MESLEK HANGİ YETENEK
Sınıf:	8. sınıf
Yeterlik Alanı:	Eğitsel ve Mesleki Gelişim
Kazanım:	Yeteneklerin meslek seçimindeki rolünü fark eder. (Kazanım Numarası 188)
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf
Süre:	40 Dakika
Ortam:	Sınıf
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni
Araç-Gereç:	Form–71, Form–72
Hazırlayanlar:	Sündüz BÜKEL / Didem GÜLSARAN Cevriye GÜLEBAĞLAN / Hicran ÇETİN
<u>Süreç:</u>	<ol style="list-style-type: none">1. Öğrencilere Form–71 okunur ve yetenekler tahtaya yazılır.2. Öğrenciler Form–72 yi doldurur.3. Gönüllü öğrenciler cevaplarını sınıfla paylaşır.4. Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.<ul style="list-style-type: none">➤ Sizde var olduğunu düşündüğünüz yetenekler nelerdir?➤ Bu yeteneklerinize hangi meslekleri seçebilirsiniz?➤ Yeteneklerimize göre meslek seçmezsek ne olur?➤ Yeteneklerimize göre meslek seçersek ne olur?5. Yeteneklerin meslek seçimindeki rolü vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.
Değerlendirme:	

FORM-71

YETENEKLER

Yetenek, “bir şeyi öğrenebilme, belli bir becerinin veya bilginin öğretiminden yararlanabilme gücü” olarak tanımlanabilir. İnsan pek çok şeyi öğrenebilme ve yapabilme gücüne değişik düzeylerde sahip olarak dünyaya gelir. Buna “gizilgüç” (kapasite) deriz. Bu gizil güç, yaş ilerledikçe kullanılarak geliştirilir. Böylece insan yaşamının değişik dönemlerinde giderek daha karmaşık işleri daha iyi yapabilir hale gelir. Yani çevre ile etkileşimde buldukça ve çok çeşitli öğrenme deneyimleri geliştirdikçe insan kapasitesini kullanmakta ve daha sonraki dönemlerde yeni şeyler öğrenmeye hazır olmaktadır. İşte yetenek bir kimsenin belli bir yaşa kadar geliştirdiği kısmına bakarak onun daha sonra gireceği eğitim sürecinden ne ölçüde yararlanabileceği hakkında bir tahminde bulunmamıza olanak veren davranışlar bütünüdür.

Bir kimsenin yeteneği, o halde, onun kalıtım yolu ile getirdiği gizilgücü ile o güne kadar edindiği bilgi ve becerileri kapsamaktadır. Örneğin, henüz okula başlamamış 5 yaşındaki bir çocuk çarpım tablosunu bellemişse ve dört işlemle bazı aritmetik problemleri çözebiliyorsa, bu çocuk yaşının üzerinde bir matematik becerisi gösteriyor demektir. Bu çocuğun matematik ile ilgili konuları daha çabuk ve kolay öğrenebileceğini söyleyebiliriz. Hele bu çocuk, bu konuda hiçbir özel ilgi ve destek görmemişse, bu gücün yaratılışı ile ilgili olduğuna yani matematiksel düşünme kapasitesinin normalin üzerinde olduğuna hükmederiz. Ancak, bu yargıya varabilmek için çocuğun matematik alanında gösterdiği başarıyı yaşlılarının başarısı ile karşılaştırmamız gerekir. Ancak bundan sonra o kişinin üstün, geri veya “normal” olup olmadığına karar verebiliriz.

Öğrenme gücü “genel yetenek” olarak da bilinir ve bu konuda öğrenme için gerekli olan gücü ifade eder. Bazı insanlar kolay, basit işleri yapabilirken bazıları çok soyut veya çok karmaşık işlemi çabuk ve iyi bir şekilde yapabilmektedir ve “yetenek düzeyi” dediğimiz bu güç yönünden insanlar arasında farklar olduğu bilinen bir gerçektir. Ancak insanlar yetenek düzeyi yönünden olduğu kadar yetenek türü bakımından da farklılık gösterirler.

Akademik Yetenek: İlköğretimde, genel lisede ve üniversitelerde verilen

eğitim, kelime, sayı, Şekil gibi sembollerle ifade edilen soyut kavramların öğrenilmesini gerektirir. Böyle bir eğitimde başarılı olmak için gerekli yetenek türüne “akademik yetenek” denir. Akademik yetenek, soyut kavramla akıl yürütebilmek, kuramsal eğitim veren okullarda öğretilen bilgi ve becerileri öğrenebilmek için gerekli bir yetenektir, “zek” kavramı daha çok bu yeteneği ifade etmek için kullanılır.

Akademik yetenek; sözel, sayısal, Şekilsel yetenek olmak üzere 3 bölümden oluşur.

Sözel Yetenek: Bu yetenek, sözcükleri (kelimeleri) belleme, onları uygun yerlerde kullanma, sözcüklerle ifade edilen kavramları anlayabilme ve anlatabilme gücünü ifade eder. Okunan bir parçada ne anlatıldığını anlamak bu yetenekle ilgilidir. Sözel yeteneğin biri sözel akıcılık, diğerisi sözel akıl yürütme olmak üzere iki alt bölümü vardır.

Sözel Akıcılık: Zengin bir sözcük dağarcığına sahip olma, duygu ve düşünceleri çok değişik cümlelerle, akılcı bir üslupla açıklayabilme gücünü ifade eden bu yeteneği, çocukların yazdıkları mektuplarda, kompozisyonlarda görmek mümkündür. Yazarlar, hatipler, sunucular akıcı bir biçimde konuŐabilme ve yazabilme yetenekleri çok geliŐmiŐ kimselerdir. Akıcı bir Şekilde konuŐabilme yeteneği yazma yeteneği ile beraber görünebildiği gibi birinin diğerinden daha fazla geliŐmiŐ olduğu durumlar da vardır.

Sözel Akıl Yürütme: Bu yetenek sözcüklerle ifade edilen kavramları öğrenebilme, yazılı metni veya konuŐmayı anlayabilme, düşünceleri açık bir biçimde ifade edebilme gücünü ifade eder. Sözel yetenek aslında sözcüklerle ifade edilen kavramlar arasında benzerlikleri ve farklılıkları zebilme gücüdür. Sosyal bilimlerle ilgili alanlarda çalışabilmek için bu yeteneğe daha çok ihtiyaç vardır.

Sayısal Yetenek: Bu yetenek bilindiği gibi sayılar arasındaki ilişkiyi görebilme, sayılarla verilen problemleri zebilme gücüdür. Bu yeteneğin de iki alt bölümü vardır.

Hesaplama: Dört iŐlemlerle akıldan problem zebilme, bir iŐlemlerdeki hatayı görebilme gücü olarak tanımlanabilen hesaplama yeteneği ticarete, muhasebecilikte gerekli olabilecek bir yetenektir.

Sayısal Düşünme Yeteneği: Bu yetenek bir tür teorik ve sembolik düşünme

gücü olup karmaşık ilişkileri görebilme, cebir problemlerini çözebilme gücü olarak tanımlanabilir. Sayısal yetenek matematik, istatistik gibi disiplinlerde, fizik, kimya gibi temel bilimlerde ve teknik alanlarda başarı için gerekli bir yetenektir.

Sözel ve sayısal düşünme yetenekleri arasında yüksek bir ilişki olup, her ikisi de kuramsal konularda düşünme gücünü temsil ederler.

Şekilsel Düşünme Yeteneği: Bu yetenek, geometrik şekiller arasında ki ilişkiyi görebilme gücü olarak tanımlanır. Bunun da iki alt bölümü vardır.

Şekil İlişkilerini Görebilme: Resimleri, geometrik şekilleri ayrıntıları ile algılama, şekiller arasındaki biçimi, büyüklük vb. yönlerden benzerlik ve farkları görebilme gücünü ifade eden bu yetenek teknik ve sanayi alanlarında başarı için gereklidir. **Uzay İlişkilerini Görebilme:** Bir cismin uzayda veya bir şeklin kâğıt üzerinde döndürüldüğü, kaydırıldığı zaman alacağı biçimi göz önünde canlandırma, bir şekli üç boyutlu görebilme, bir plana veya krokiye bakarak binayı canlandırabilme gücünü gösteren bu yetenek mimarlıkta, makine ve inşaat mühendisliğinde, teknik ve sanayi dallarında gereklidir.

Akademik yeteneğin öğelerini oluşturan bu yeteneklerden başka meslek seçiminde şu yeteneklerin de göz önüne alınmasında yarar vardır.

Renk Algısı: Renkleri tanıma, aralarındaki küçük farkları görebilme, uyumlu renk bileşikleri yapabilme yeteneği başta sanat dalları olmak üzere tıp, biyoloji, ziraat vb. alanlardaki çalışmalarda pilotluk, şoförlük gibi mesleklerde gerekli bir yetenektir.

Bellek: İsimleri, numaraları, verilen bir yönergeyi çabucak belleme ve uzun zaman bellekte tutabilme gücü olan bellek tıp, hukuk, tarih gibi alanlarda, sekreterlik gibi işlerde gereklidir.

Dikkat: Çevredeki olayları, eşyaları, ayrıntıları ile algılama, kısa sürede çok şey görebilme; bir yazıdaki hataları hemen görebilme gücü olarak tanımlanan dikkat her çalışma alanında gerekli bir yetenek ise de sekreterlik, veznedarlık gibi işler özellikle dikkate dayalıdır.

Dikkati bu noktada uzun süre yoğunlaştırabilmek de özel bir dikkat türüdür ve astronomi, meteoroloji gibi alanlarda çalışmalar için çok gereklidir.

Mekanik Yetenek: Bu yetenek bir alet veya makinenin işleyişini anlayabilme, alet ve makineleri şemasına bakarak kurabilme, işletebilme ve onarabilme

gücü olup bütün teknik mesleklerde başarı için gereklidir.

Parmak Becerisi: Parmakları hızlı bir biçimde kullanarak küçük şeyler üzerinde çalışabilme, ince işler yapabilme gücü teknik işlerde, el sanatlarında operatörlükte gerekli bir yetenektir.

Göz-el İşbirliği: Gözü ve eli birbiriyle uyum halinde ve hızlı bir biçimde kullanabilme örneğin küçük bir delikten bir teli geçirebilme gücü olarak tanımlanan göz-el işbirliği her tür mekanik ve teknik işlerde, el sanatlarında gerekli bir yetenektir.

Bu yeteneklerden başka hepimizin özel yetenekler olarak bildiği sanat yeteneklerinden de söz edebiliriz.

Müzik Yeteneği: Sesleri ince frekansları ile algılayabilme, melodileri çabuk öğrenebilme, bir müzik aleti çalabilme, besteler yapabilme gücü

Güzel Sanatlar Yeteneği: Resim, karikatür, heykel, el işleri gibi sanat ürünlerini üretebilme gücü

Tiyatro Yeteneği: Bir olayı sahnede canlandırma, olaydaki kişileri canlandırma gücü

Bedensel Yetenekler: Kas koordinasyonuna sahip olma, çeşitli spor dallarında dans, bale gibi etkinliklerde başarılı olma gücü (Kuzgun, 1997).

FORM-72

Diş hekimliği

Gereken Yetenekler:

Eczacılık

Gereken Yetenekler:

Fizik tedavi ve rehabilitasyon

Gereken Yetenekler:

Hemşirelik

Gereken Yetenekler:

Doktor

Gereken Yetenekler:

Veteriner

Gereken Yetenekler:

Gazetecilik

Gereken Yetenekler:

Avukat

Gereken Yetenekler:

Öğretmenlik

Gereken Yetenekler:

Akademisyen

Gereken Yetenekler:

Mimar

Gereken Yetenekler:

Polislik

Gereken Yetenekler:

Askerlik

Gereken Yetenekler:

Berber

Gereken Yetenekler:

Esnaf

Gereken Yetenekler

Emlakçi

Gereken Yetenekler:

Marangoz

Gereken Yetenekler:

Pilot

Gereken Yetenekler:

8. SINIF – 8.ETKİNLİK

Etkinliğin Adı:	KARARLARIMIN GÜCÜ
Sınıf:	8. sınıf
Yeterlik Alanı:	Eğitsel Başarı
Kazanım:	Vereceği kararların geleceğine olan etkilerini fark eder. (Kazanım Numarası 40)
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf
Süre:	40 Dakika
Ortam:	Sınıf
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni
Araç-Gereç:	-
Hazırlayanlar:	Sündüz BÜKEL / Didem GÜLSARAN Cevriye GÜLEBAĞLAN / Hicran ÇETİN
<u>Süreç:</u>	<ol style="list-style-type: none">1. Öğretmen öğrencilere geçmişte aldıkları bir kararı ve bu kararın etkilerini kâğıda yazmalarını ister.2. Gönüllü öğrenciler yazdıklarını sınıfla paylaşır.3. Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.<ul style="list-style-type: none">➤ Geleceğe dönük aldığınız kararlar var mı?➤ Aldığınız bu kararların sonuçları hayatınızı nasıl etkiler?➤ Karar vermek neden önemlidir?4. Vereceği kararların geleceğe olan etkilerini fark etmenin önemi vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.
Değerlendirme:	

8. SINIF – 9.ETKİNLİK

Etkinliğin Adı:	KARAR VERME AŞAMALARI
Sınıf:	8. sınıf
Yeterlik Alanı:	Eğitsel Başarı
Kazanım:	Karar verme sürecinin aşamalarını kararlarında uygular. (Kazanım Numarası 41)
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf
Süre:	40 Dakika
Ortam:	Sınıf
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni
Araç-Gereç:	Form–73
Hazırlayanlar:	Sündüz BÜKEL / Didem GÜLSARAN Cevriye GÜLEBAĞLAN / Hicran ÇETİN
<u>Süreç:</u>	<p>Öğretmen, öğrencilere 1 hafta boyunca verdikleri kararları ve bu kararları neye göre aldıklarını not etmelerini ister.</p> <ol style="list-style-type: none">1. Öğretmen Form–73 de yer alan bilgileri öğrencilere okur ve açıklar.2. Öğrenciler aldıkları kararları, Form–73 deki bilgilere göre yeniden değerlendirir.3. Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.<ul style="list-style-type: none">➤ Karar verirken nelere dikkat etmeliyiz? Neden?➤ Kararlarımız hayatımızı nasıl etkiler?➤ Kararsızlık bizi nasıl etkiler?➤ Zaman zaman karar vermede zorluk yaşıyor musunuz? Neden?➤ Karar vermede zorluk yaşıyorsanız neler yapıyorsunuz? Neler yapabilirsiniz?➤ Karar verme sürecinin aşamalarını kararlarınızda uygulamak size ne kazandırır?4. Karar verme sürecinin aşamalarını kararlarında uygulamanın önemi vurgulanarak etkinlik sonlandırılır. <p>Değerlendirme:</p>

FORM-73

KARAR VERME SÜRECİ

Karar verme süreci aşağıdaki gibi özetlenebilir (Erkan, 2005).

1. Karar vermede birinci adım, verilecek kararın ne olduğunu açıkça **tanımlamaktır**.

VERİLECEK KARARI TANIMLAYIN

2. Kararlar bir amaca ulaşmak için verilir. Amaçlar ayrıntılı bir şekilde belirlenmelidir.

KARARDAN BEKLEDİĞİNİZ SONUCU BELİRLEYİN

3. Sağlıklı karar verebilmek için en önemli koşullardan birisi, verilecek kararlar ilgili mümkün olduğunca çok **bilgi** toplamaktır. Bu bilgiler kitaplardan, çeşitli kişilerle yapılacak görüşmelerden, gözlemlerden ya da başka yollardan edinilebilir.

BİLGİ TOPLAYIN

4. Eldeki bilgilerden yola çıkılarak seçeneklerin yani kararların neler olabileceği üzerinde düşünülerek tüm seçenekler belirlenmelidir. Her bir seçeneğin üzerinde tekrar düşünerek kararın **olumlu ve olumsuz sonuçları** değerlendirilmelidir.

SEÇENEKLERİ VE BU SEÇENEKLERİN HER BİRİNİN AVANTAJ VE DEZAVANTAJLARINI BELİRLEYİN

5. Eldeki bilgilerden yola çıkarak **karar verilmelidir**.

KARAR VERİN

Günlük yaşamda bazen başkalarının etkisinde kalınarak kimi zaman yanlış kararlar verilebilir. Ancak böyle durumlarda seçme hakkımızı kullanarak dış baskıdan kurtulmak mümkündür. Grup baskısından kurtulmak için

- Bu kişi neden bu kadar ısrar ediyor?
- Onun istekleri ile benim isteklerim ne kadar uyuyor?
- Söyledikleri ne kadar doğru? Sorularına yanıt aranmalıdır (Davaslıgil, Çakıcı ve Ögel, 1998).

Verdiğimiz kararların sorumlulukları bize ait olacağı için etki altında kalmadan karar vermeyi öğrenmemiz gerekir. Karar verirken inançlarımız, değer yargılarımız, temel gereksinimlerimiz, akıllı kararlar verebilmemiz için bilgilerin toplanmasında eleştirel düşünme ve risk alma etkili olacaktır

(Davaslıgil, akıcı ve Ögel, 1998).

Sonuç olarak:

- Karar vermeyi gerektiren durumlarda en az iki seçenek vardır.
- Seçenekler hakkında yeterli bilgiye ihtiyacımız vardır.
- Her bir seçeneğin olumlu ve olumsuz yönleri iyice dşnlmelidir.
- Seçimlerin taşıdığı riskler ve olası sonuçlar iyi değerlendirilmelidir.
- Karar vermeden önce başkalarının fikri alınabilir, seçenekler onlarla tartışılabilir. Bu belki bizim dşnemediğimiz/ göremediğimiz yönleri görmemize yardımcı olabilir.
- Ancak bize ilişkin her kararda sorumluluk bizimdir, bu nedenle son karar bize ait olmalıdır.
- Daha iyi kararlar verebilmek için bu uygulamayı sık sık yapmalıyız (Yeşilyaprak, 2000).

8. SINIF – 10.ETKİNLİK

Etkinliğin Adı:	ÖZGEÇMİŞİM
Sınıf:	8. sınıf
Yeterlik Alanı:	Eğitsel ve Mesleki Gelişim
Kazanım:	İş başvurusu için özgeçmiş yazar. (Kazanım Numarası 185)
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf
Süre:	40 Dakika
Ortam:	Sınıf
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni
Araç-Gereç:	Form–74
Hazırlayanlar:	Sündüz BÜKEL / Didem GÜLSARAN Cevriye GÜLEBAĞLAN / Hicran ÇETİN
Süreç:	<ol style="list-style-type: none">1. Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi başlatılır.<ul style="list-style-type: none">➤ Özgeçmiş nedir?➤ İş için hazırlanan bir özgeçmişe hangi bilgiler yazılır?➤ Başvurulan işe göre bu bilgiler değişir mi?➤ Özgeçmiş hazırlamak neden gereklidir?2. Öğrencilere Form–74 (iş başvurusu için öz geçmiş formu) dağıtılır ve doldurmaları istenir.3. Gönüllü öğrenciler öz geçmiş formuna yazdıklarını sınıfla paylaşır.4. İş başvurusu için özgeçmiş yazmanın önemi ve gerekliliği vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.
Değerlendirme:	

FORM-74
ÖZGEÇMİŞ FORMU

KİŞİSEL BİLGİLER

T.C. Kimlik Nu:
İsim:
Telefon:
E-mail Adresi:
Doğum Tarihi:
Doğum yeri:
Adres:

EĞİTİM

İŞ DENEYİMİ

ALINAN EĞİTİMLER

BURS VE ÖDÜLLER

BİLDİĞİ YABANCI DİLLER

BİLGİSAYAR

ÜYELİKLER

GÖNÜLLÜ ÇALIŞMALAR

HOBİLER

REFERANSLAR

8. SINIF – 11.ETKİNLİK

Etkinliğin Adı:	GENEL ORTAÖĞRETİM PROGRAMLARI
Sınıf:	8. sınıf
Yeterlik Alanı:	Eğitsel ve Mesleki Gelişim
Kazanım:	Mesleki amaçlara ulaşmada genel ortaöğretim programlarını değerlendirir. (Kazanım Numarası 191)
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf
Süre:	40 Dakika
Ortam:	Sınıf
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni
Araç-Gereç:	Form–75
Hazırlayanlar:	Sündüz BÜKEL / Didem GÜLSARAN Cevriye GÜLEBAĞLAN / Hicran ÇETİN

***Öğrencinin ilgileri, yetenekleri ve hedefleri doğrultusunda değerlendirmeler yapması beklenmektedir.**

Süreç:

1. Form–75 öğrencilere okunur ve genel ortaöğretim programları
2. Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.
 - İlerde seçmeyi düşündüğünüz meslek için hangi orta öğretim programını tercih edebilirsiniz? Neden?
 - Mesleki amaçlara ulaşmada ortaöğretimde seçeceğiniz alanın önemi var mıdır? Neden?
 - Ortaöğretimde hangi bölümü seçerseniz, üniversitede hangi bölüme gidebilirsiniz?
 - Genel ortaöğretim programları, ilgi, yetenek ve hedeflerinize uygun mudur?
3. Mesleki amaçlara ulaşmada genel ortaöğretim programlarını değerlendirmenin önemi vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.

Değerlendirme:

FORM-75

GENEL ORTAÖĞRETİM

Genel ortaöğretim, ilköğretim üzerine en az 4 yıl öğrenim süreli 15–18 yaş grubu çocukların eğitimini kapsamaktadır. Genel ortaöğretimin amacı; öğrencileri ortaöğretim seviyesinde asgari genel kültüre sahip, toplumun sorunlarını tanıyan, ülkenin ekonomik, sosyal ve kültürel kalkınmasına katkıda bulunan insanlar olarak yetiştirmek ve yükseköğrenime hazırlamaktadır.

Genel ortaöğretim; genel liseler, Anadolu liseleri, Anadolu öğretmen liseleri, Anadolu güzel sanatlar liseleri, fen liseleri, sosyal bilimler liseleri, spor liseleri ve çok programlı liselerden oluşmaktadır.

Genel ortaöğretim kurumlarını meydana getiren liselerin öğrenim süresi 4 yıldır. Ancak, bazı liselerin önünde hazırlık sınıfı bulunmaktadır. Bu okullara kayıt olan öğrenciler hazırlık sınıfını başarıyla tamamladıktan sonra, normal lise programlarını almaya başlar. Hazırlık sınıfının amacı, öğrenciye bir yabancı dilin 4 temel becerisini kazandırmaktır. Ağırlıklı olarak okutulan yabancı dil İngilizcedir. Almanca, Fransızca, Japonca, İspanyolca, İtalyanca, Rusça ve Çince dilleri de okutulmaktadır. Aşırı talep nedeni ile Anadolu, fen ve sosyal bilimler liseleri sıralama sınavı veya yetenek sınavı ile öğrenci almaktadır.

Genel ortaöğretim okullarında alan uygulaması yapılmaktadır. Bu okullarda Türkçe- Matematik, Fen Bilimleri, Sosyal Bilimler ve Yabancı Dil alanları vardır. Öğrenci bir alandan mezun olmaktadır. Genel ortaöğretim okullarında haftalık ders saati sayısı 30–37 arasında değişmektedir. İkinci sınıfa geçen öğrenci yukarıda adı geçen alanlardan birini seçmektedir MEB, b.(2006).

8. SINIF – 12.ETKİNLİK

Etkinliğin Adı:	TEKNİK PROGRAMLAR
Sınıf:	8. sınıf
Yeterlik Alanı:	Eğitsel ve Mesleki Gelişim
Kazanım:	Mesleki amaçlara ulaşmada mesleki ve teknik programları değerlendirir. (Kazanım Numarası 192)
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf
Süre:	40 Dakika
Ortam:	Sınıf
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni
Araç-Gereç:	Form-76
Hazırlayanlar:	Sündüz BÜKEL / Didem GÜLSARAN Cevriye GÜLEBAĞLAN / Hicran ÇETİN
<p>*Öğrencinin ilgileri, yetenekleri ve hedefleri doğrultusunda değerlendirmeler yapması beklenmektedir.</p> <p><u>Süreç:</u></p> <p>Öğrenciler bir hafta öncesinden gruplara ayrılır ve her grubun bir orta öğretim teknik programı hakkında araştırma yapması istenir. (İmkânı olan okullarda gruplar, belirlenen okula araştırma gezisi yapabilirler.)</p> <p>Öğrencilerden ortaöğretim teknik programlarının özelliklerini büyük bir kartonun yarısına yazmaları diğer yarısını ise boş bırakarak getirmeleri istenir.</p> <ol style="list-style-type: none">1. Her grubun hazırladığı kartonlar sırayla tahtaya asılır.2. Hangi teknik programın hangi mesleklere uygun olduğunu bulmaları istenerek, bulunan meslekler uygun programın karşısındaki boş kısımlara eklenir.3. Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.<ul style="list-style-type: none">➤ İlerde seçmeyi düşündüğünüz mesleğin, orta öğretim teknik programları ile bir bağlantısı var mı? Nedir?➤ Mesleki ve teknik programlar, ilgi, yetenek ve hedeflerinize uygun mudur?4. Mesleki amaçlara ulaşmada teknik programları değerlendirmenin önemi vurgulanarak etkinlik sonlandırılır. <p>Form- 76 öğretmene bilgi amacıyla verilmiştir.</p> <p>Değerlendirme:</p>	

FORM-76 (MESLEKİ VE TEKNİK ORTAÖĞRETİM)

Mesleki ve teknik ortaöğretim; öğrencileri yüksek öğretime veya hem mesleğe hem yüksek öğretime veya iş ve meslek alanlarına hazırlayan öğretim kurumlarıdır.

Mesleki ve teknik ortaöğretim meslek liseleri, teknik liseler, Anadolu meslek liseleri, Anadolu teknik liseleri, sağlık, tarım, adalet, meteoroloji, tapu kadastro meslek liselerinden oluşmaktadır.

Mesleki ve teknik ortaöğretim okul/ kurumlarında okutulan dersler, "ortak dersler" ve "alan/dal dersleri" olmak üzere 2 ana grupta toplanabilir. Bunların dışında seçmeli dersler de okutulmaktadır.

Ortak genel kültür dersleri genel liselerle aynıdır. Mesleki ve teknik ortaöğretim okul/kurumlarında ortak genel kültür derslerinin büyük bölümü 9. sınıfta tamamlanmakta, diğer sınıflarda alan/dal dersleri ağırlık kazanmaktadır.

Alan dersleri, öğrencilere mesleki yeterlilikleri kazandırmayı amaçlayan derslerdir. Teknik liselerde ve Anadolu teknik liselerinde okutulan genel bilgi ve fen bilimleri derslerinin haftalık ders saatleriyle öğretim programları genel lise fen bilimleri alanı derslerinin aynıdır.

Mesleki ve teknik ortaöğretim okul/kurumlarında haftalık ders saati; meslek liselerinde 35, Anadolu meslek liselerinde 40, teknik lise ve Anadolu teknik liselerinde 45'tir.

3308 sayılı mesleki eğitim kanunu ile Anadolu meslek ve meslek liseleri öğrencilerinin beceri eğitimlerini iş yerlerinde yapmalarına fırsat tanınmış ve bunun için gerekli alt yapı hazırlanmıştır. Bu okulların son sınıfında okuyan öğrenciler, haftanın 2 günü okulda teorik eğitim, 3 günü işletmede beceri eğitimi almaktadır. İşletmede verilen beceri eğitiminin süresi haftada 24 saattir. Bu öğrenciler, Bakanlık bütçesinden karşılanan ödenekle hastalık, iş kazaları ve meslek hastalıklarına karşı sigortalanmakta, işletmelerce kendilerine asgari ücretin %30'undan az olmamak üzere ücret ödenmektedir.

Nüfusu az ve dağınık olan yerlerde ortaöğretimin genel, mesleki ve teknik öğretim programlarını bir yönetim altında uygulayan çok programlı liseler açılarak küçük yerleşim birimlerindeki okulların bina ve tesislerinde, eğitim araçlarından, öğretmen ve diğer personelinden yararlanılmaktadır MEB, b.(2006).

8. SINIF – 13.ETKİNLİK

Etkinliğin Adı:	BAŞARIMI ETKİLEYEN ETMENLER
Sınıf:	8. sınıf
Yeterlik Alanı:	Eğitsel Başarı
Kazanım:	Ortaöğretim kurumlarına giriş sınavı öncesi, fiziksel açıdan sınav başarısını etkileyen etmenleri açıklar. (Kazanım Numarası 42)
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf
Süre:	40 Dakika
Ortam:	Sınıf
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni
Araç-Gereç:	Form-77
Hazırlayanlar:	Sündüz BÜKEL / Didem GÜLSARAN Cevriye GÜLEBAĞLAN / Hicran ÇETİN
<u>Süreç:</u>	<p>1. Öğrencilere, ortaöğretim kurumlarına giriş sınavı öncesi, fiziksel açıdan sınav başarısını etkileyen etmenlerin neler olduğu sorulur ve cevaplar tahtaya yazılır.</p> <p>Form-77 öğretmene bilgi amaçlı verilmiştir.</p> <p>2. Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.</p> <ul style="list-style-type: none">➤ Sizin sınav başarınızda hangi etmenler ön planda? Neden?➤ Başarınızı etkileyen olumsuz etmenleri, olumluya nasıl dönüştürebilirsiniz? <p>3. Ortaöğretim kurumlarına giriş sınavı öncesi, fiziksel açıdan sınav başarısını etkileyen etmenler vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.</p> <p>Değerlendirme:</p>

FORM-77

ORTAÖĞRETİM KURUMLARINA GİRİŞ SINAVI ÖNCESİ, FİZİKSEL AÇIDAN SINAV BAŞARISINI ETKİLEYEN ETMENLER

- Yoğun huzursuzluk hali,
- Kalp atışının artması, nefes alıp vermede sorun yaşamak,
- Panik duygusunu hissetmek,
- Telaşlı olmak,
- Kuruntu yapmak,
- Hayale kapılmak,
- Uyanık kalmak için fazla miktarda çay, kahve ve özellikle ilaç kullanmak,
- Uykusuzluk
- Bedensel yorgunluk
- Dengeli beslenme, diyet yapmamak,
- Sınav sabahında güzel bir kahvaltı yapmak
- Vücudu dinlendirebilecek yürüyüş veya hafif fizik egzersizleri yapmak,
- Diğer.

8. SINIF – 14.ETKİNLİK

Etkinliğin Adı:	YAPABİLECEĞİM İŞLER
Sınıf:	8. sınıf
Yeterlik Alanı:	Eğitsel ve Mesleki Gelişim
Kazanım:	İlköğretim sonrasında yapılabilecek işleri belirler. (Kazanım Numarası 187)
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf
Süre:	40 Dakika
Ortam:	Sınıf
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni
Araç-Gereç:	Form–78
Hazırlayanlar:	Serdar ERKAN Sündüz BÜKEL / Didem GÜLSARAN Cevriye GÜLEBAĞLAN / Hicran ÇETİN
Süreç: <ol style="list-style-type: none">1. Öğretmen, öğrencilere ilköğretim sonrasında yapılabilecek işlerin neler olabileceğini sorar ve verilen cevaplar tahtaya yazılır. Form–78 öğretmene bilgi amacıyla verilmiştir.2. Tahtaya yazılan işlerin içeriği (maddi getirisi, çalışma koşulları vb.) öğrenciler tarafından açıklanır.3. Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.<ul style="list-style-type: none">➤ İlköğretim sonrası okulu bırakıp, bu işlerde çalışmayı düşünüyor musunuz? Neden?➤ Bu işleri seçmeniz geleceğinizi nasıl etkiler? Neden?➤ İlköğretim sonrasında yapılabilecek işler için belli bir eğitim alınmasına gerek var mıdır? Neden? Nereden?4. İlköğretim sonrasında yapılabilecek işler için Çıraklık ve Yaygın Eğitim Merkezlerine devam etmenin önemi vurgulanarak etkinlik sonlandırılır. Değerlendirme:	

FORM-78

ÇIRAKLIK VE YAYGIN EĞİTİM MERKEZLERİNDEKİ MESLEK ALANLARI VE BUNLARA İLİŞKİN MESLEK DALLARI

Ağaç İşleri: Ağaç oymacılığı, ahşap yat ve tekne yapımı, doğramacılık, mobilyacılık, mobilya iskeletçiliği, üst yüzey işlemleri.

Ahşap Karoserciliği: Ahşap karoserciliği

Anahtarcılık ve Çilingirlik: Anahtarcılık ve Çilingirlik

Ayakkabı ve Saraciye Teknolojisi: Ayakkabı imalatçılığı, çanta saraciye, sayacılık

Avize İmalatçılığı: Avize İmalatçılığı

Berberlik: Erkek berberliği, kuaförlük

Cam Teknolojisi: Cam ürün işletmeciliği ve cam ürün üretimi

Çiçekçilik: Çiçekçilik

Cilt Bakımı ve Güzellik: Cilt Bakımı ve Güzellik

Dericilik: Deri İşlemeciliği

Döküm Teknolojisi: Dökümcülük

Döşemecilik: Mobilya Döşemeciliği ve Oto Döşemeciliği

Eİ Dokuma: Kirkitli Dokuma

Elektrik-Elektronik Teknolojisi: Bilgisayar Teknik Servisçiliği, Bobinajcılık, Büro Makineleri Teknik Servisçiliği, Elektrik Tesisat, Pano Montör., Elektromekanik Taşıyıcılar Bakımı, Endüstriyel Bakım ve Onarım, Görüntü ve Ses Sistemleri, Güvenlik Sistemleri, Haberleşme Sistemleri, Otomasyon Sistemleri, Yüksek Gerilim Sistemleri.

Fotoğrafçılık: Fotoğrafçılık

Gaz ve Tesisat Teknolojisi: Isıtma ve Doğalgaz İç Tesisatçılığı, Isıtma ve Gaz Yakıcı Cihazlar Servisçiliği, Isıtma ve Sıhhi Tesisatçılık, Kalorifercilik.

Gemi Yapımı: Gemi İnşa

Giyim Üretimi Teknolojisi: Çocuk Giyim Modelistliği, Deri Giyim, Erkek Giyim Modelistliği, Erkek Terziliği, İç Giyim Modelistliği, Kadın Giyim Modelistliği, Kadın Terziliği, Kesimcilik, Model Makinecilik.

İnşaat Teknolojisi: Ahşap Doğrama ve Kaplamacılığı, Betonarme Demirciliği, Betonarme Kalıpçılığı ve Çatıcılık, Boyacılık ve Yüzey Hazırlamak, Döşeme ve Duvar Kaplamacılığı, Duvarcılık, Harita ve Kadastro, PVC Doğrama İmalat ve Montajcılığı, Restorasyon, Sıvacılık, Yapı Teknik

Ressamlığı(Mimari), Yapı Teknik Ressamlığı(Statik).

Kâğıt Teknolojisi: Kâğıt üretimi

Konaklama Hizmetleri: Kat elemanlığı, Ön Büro Elemanlığı

Kuru Temizlemecilik: Kuru Temizlemecilik

Kuyumculuk Teknolojisi: Kuyumculuk (Altın Gümüş İşl.), Vitrin Kuyumculuğu

Makine Teknolojisi: Endüstriyel Kalıpçılık, Endüstriyel Modelleme, Frezecilik, Makine Ressamlığı, Taşlama ve Alet Bilemeciliği, Tesviyecilik, Tornacılık.

Matbaa Teknolojisi: Baskı, Baskı Öncesi, Baskı Sonrası.

Mermercilik ve Süsleme Taşçılığı: Mermercilik ve Süsleme Taşçılığı

Metal İşleri: Çelik Yapılandırmacılığı, Isı İşlemciliği, Kaynakçılık, Metal Doğramacılığı, Metal Levha İşlemciliği (Bakırcılık), Saç İşleri, Tarım (Ziraat) Mak. Bak. Onar.

Motorlu Araçlar Teknolojisi: Dizel Mot. Yakıt Pomp. Ve Enj. Ayar. , İş Makineleri Bakım Onarımcılığı, Motorlu araçlar LPG Sis. Bak. On. , Ön Düzen Ayarcılığı ve Lastikçilik, Otomotiv Boyacılığı, Otomotiv elektrikçiliği, Otomotiv elektro- Mekanikerliği, Otomotiv Gövdeciliği, Otomotiv Mekanikerliği,

Plastikçilik: Plastik İşlemciliği,

Reklâm Tabelacılığı: (Reklâm Tabelacılığı)

Saatçilik: Saat Tamirciliği

Satış Elemanlığı: Ayakkabı, Deri ve Yan Ürünlerin Satış Elemanlığı, Elektrik-Elektronik Malzemeler Satış Elemanlığı Giyim ve Giyim Aksesuarları Satış Elemanlığı, İnşaat Malzemeleri Satış Elemanlığı, Kantin İşletmeciliği, Kırtasiye ve Kitap Satış Elemanlığı, Meyve ve Sebze Satış Elemanlığı, Mobilya Satış Elemanlığı, Oto Yedek Parça Satış Elemanlığı, Saat-Elektrikli Alet. Ve Elektronik Araç. Satış El. , Sanayi Makineleri Satış Elemanlığı, Şarküteri Bakkal ve Gıda Pazarları Satış Elemanlığı, Su ve Deniz Ürünleri Satış Elemanlığı, Tarım Ürünleri Satış Elemanları, Tıbbi Araç ve Malzemeleri Satış Elemanlığı

Seramik: Çini Dekorlama, Model ve Kalıp Hazırlama, Seramik Dekorlama, Seramik Şekillendirme.

Soğutma ve İklimlendirme: Soğutma ve İklimlendirme

Tekstil: Dokumacılık, İplikçilik, Örmecilik, Tekstil Terbiye

Yiyecek İçecek Hizmetleri: aşçılık, Barmenlik, Et ve Et ürünleri İşlemeciliği, Fırıncılık, Pastacılık- Tatlıcılık ve Şekerlemecilik, Servis Elemanlığı, Süt ve Süt Ürünleri İşlemeciliği

(<http://cygm.meb.gov.tr/ciraklikegitimi/cdicerigi/ustalik.htm>).

8. SINIF – 15.ETKİNLİK

Etkinliğin Adı:	TERCİHİMİ YAPARKEN
Sınıf:	8. sınıf
Yeterlik Alanı:	Eğitsel ve Mesleki Gelişim
Kazanım:	Ortaöğretim tercihlerini yaparken “ Eğitsel ve Mesleki Planlama Dosyası ” ile okulda uygulanan test ve test dışı tekniklerin sonuçlarından yararlanır. (Kazanım Numarası 186)
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf
Süre:	40 Dakika
Ortam:	Sınıf
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni
Araç-Gereç:	-
Hazırlayanlar:	Sündüz BÜKEL / Didem GÜLSARAN Cevriye GÜLEBAĞLAN / Hicran ÇETİN
Süreç:	<p>Öğrencilerden 1 hafta öncesinden, Eğitsel ve Mesleki Planlama dosyası ile okulda uygulanan test ve test dışı tekniklerin sonuçlarından yararlanarak ilgileri, yetenekleri, hobileri, akademik başarıları, vb. konularda kendileri ile ilgili neler öğrendiklerini listeleterek sınıfa getirmeleri istenir.</p> <ol style="list-style-type: none">1. Öğretmen öğrencilerin gidebileceği ortaöğretim kurumlarını tahtaya listeler.2. Gönüllü öğrenciler listelerindeki kendileri ile ilgili bilgileri sınıf ile paylaşırlar.3. Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.<ul style="list-style-type: none">➤ Hangi ortaöğretim kurumuna gitmeyi düşünüyorsunuz? Neden?➤ Hangi ilgi, yetenek, hobi, akademik başarı, vb bilgileriniz sizi bu ortaöğretim kurumunu seçmeye yönlendirdi?➤ Sizin gitmeyi düşündüğünüz ortaöğretim kurumu ile ilgi, yetenek, hobi, akademik başarı, vb. bilgilerinizi göz önünde bulundurarak gidebileceğinizi düşündüğünüz ortaöğretim kurumu arasında bir fark var mı?➤ Varsa Eğitsel ve Mesleki Planlama dosyası ile okulda uygulanan test ve test dışı tekniklerin sonuçlarından yararlanmanızın kararınızda ki bu değişime etkisi oldu mu?

- Eğitsel ve Mesleki Planlama dosyası ile okulda uygulanan test ve test dışı tekniklerin sonuçlarından yararlanarak tahtada listelenen ortaöğretim kurumlarından hangisine gitmeniz uygun olur? Neden?
4. Öğrencilere, Ortaöğretim tercihlerini yaparken okul rehber öğretmeninden yardım alabilecekleri vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.

Değerlendirme: