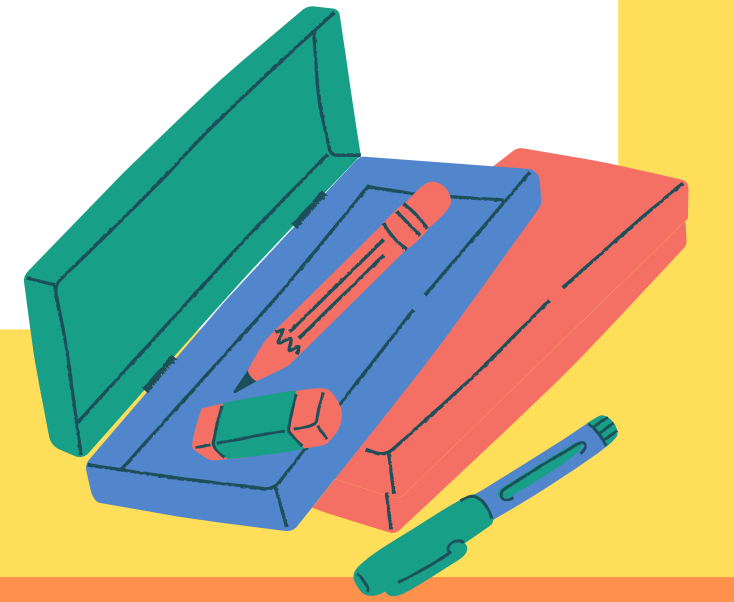
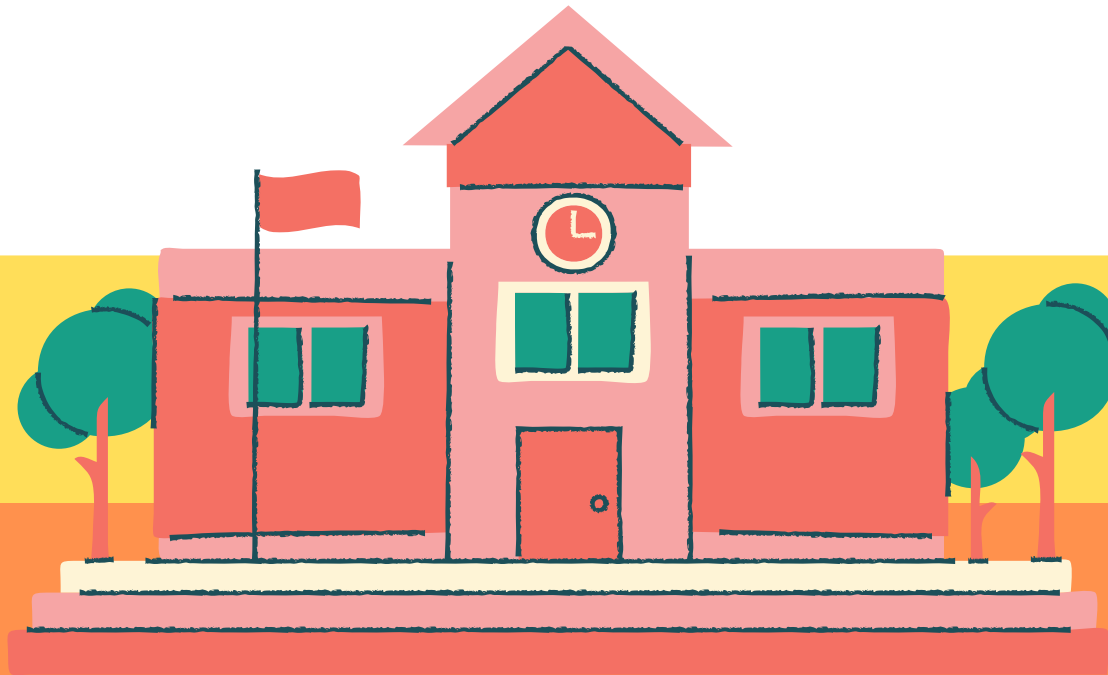
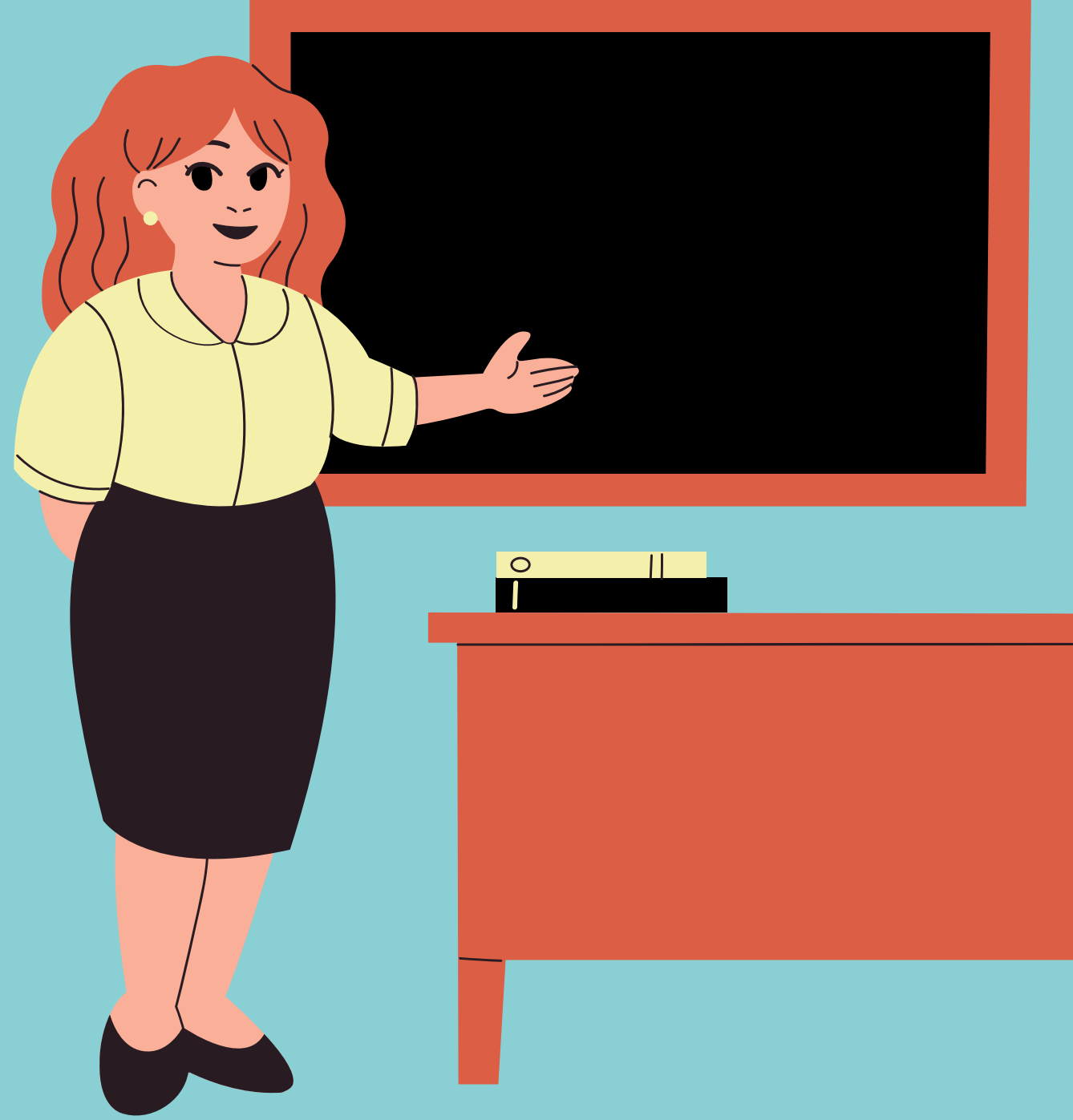


# OKULA VE ÇEVREYE UYUM ETKİNLİKLERİ



# PARMAK İZİ TAKİBİ



Kullanılan Malzemeler : Sulu boya, pastel boya, parmak boya, su

1. Aşağıdaki sorularla parmak izi oyununu başlatın.

- Bugün sınıfa girdiğiniz andan itibaren nerelere dokundunuz?
- Kapıya kimler dokundu?
- Sırasına kimler dokundu?
- Öğretmen masasına kimler dokundu?
- Çantasına kimler dokundu?
- Kalemimize dokundunuz mu?
- Defterinize dokundunuz mu?

# PARMAK İZİ TAKİBİ

2. Parmaklarını sulu boyayla boyamalarını isteyin. Kimler dokunmak isterse kapının koluna dokunmalarını, lambanın düğmesine dokunmalarını, defterlerini çıkarmalarını, kalemlerini ellerine almalarını isteyin. Sonra oralarda yaşanan kirlenmeye dikkat çekin.

3. Aşağıdaki sorularla etkinliği sürdürün.

- Evde nerelere dokunuyorsunuz?
- Teneffüste nerelere dokunuyorsunuz?
- Parkta nerelere dokunuyorsunuz?
- Serviste nerelere dokunuyorsunuz?

Gelen cevapları tahtaya sıralayın. Tahtaya yazdıklarınız üzerinden geçerek konuyu özetleyin ve el yıkamanın önemini vurgulayın.

# YÜRÜME OYUNU

Kullanılan Malzemeler : Müzik çalar, hareketli müzikler

Öğrencilerinizin kullanmalarını istediğiniz alanda kalmaları için, sosyal mesafeyi de düşünerek tebeşirle bir alan çizin. Öğrencilerinize bir yürüme çalışması yapacağınızı söyleyin. Aşağıdaki açıklamayı yaparak oyunu başlatın:

1.“Birazdan ortamda serbest bir şekilde istediğiniz yönde yürümeye müzik eşliğinde başlayacaksınız. Yürürken aranızda 1 metre (gösterin) mesafe olmasına dikkat edin. Ben size bazı yönergeler vereceğim. En yakınınızdaki arkadaşınıza mesafeyi bozmadan yönergedeki gibi davranacaksınız.” Siz de oyuna katılabilirsiniz.

2.Ardından aşağıdaki yönergeleri verin.

- Mesafeni koruyarak arkadaşını başınla selamla.
- Mesafeni koruyarak arkadaşına merhaba de.



# YÜRÜME OYUNU



- Konuşmadan ve mesafeni koruyarak arkadaşına merhaba dediğini anlat. (Siz havada bir tokalaşma işareti yaparak model olabilirsiniz).
- Mesafeni koruyarak arkadaşını özlediğini söyle.
- Konuşmadan ve mesafeyi koruyarak arkadaşına onu özlediğini anlat.
- Arkadaşının en çok sevdiğin özelliğini söyle.

- Arkadaşınla çakma hareketi yap. (Siz elinizi yumruk yapıp yumruk çakma hareketi yaparak model olabilirsiniz).
- Konuşmadan arkadaşına onu sevdiğini anlat. (Siz iki elinizin işaret ve başparmaklarıyla kalp şekli yapıp, kalbinize götürüp model olun.)
- Mesafeyi bozmadan arkadaşına sarıl (Siz iki kolunuzu çapraz yapıp kendinize sarılarak model olabilirsiniz.)



# RÜZGÂR KİMİN İÇİN ESİYOR?

1. Bu oyun kişi sayısından bir eksik sandalyeyle oynanır. Sandalyeler daire şeklinde dizilir.

2. Grup içinden bir ebe seçilir. Ebe ortada durur. Ebe gruba "Rüzgâr esiyor." der. Gruptakiler hep bir ağızdan ebeye "Rüzgâr kimin için esiyor?" sorusunu sorar. Ebe bir özellik söyler. "Kızlar için esiyor." Oturan kızlar yer değiştirir. Yer değiştirme sırasında ebe bir yer kapmaya çalışır. Açıkta kalan öğrenci ebe olur. Oyun bu şekilde devam eder.

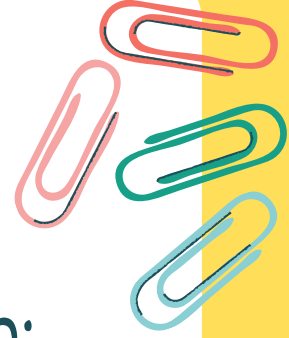
3. Değişik özellikler söylenebilir. "Üstünde kırmızı olanlar için esiyor.", "En sevdiği renk mavi olanlar için esiyor.", "Bisiklete binmeyi sevenler için esiyor.", "Kardeşi olanlar için esiyor." gibi.



# AYNA OYUNU

Öğrencilerinizin kullanmalarını istediğiniz alanda kalmaları için tebeşirle bir alanı belirleyin.

1. Öğrencilerinize aşağıdaki açıklamayı yaparak oyunu başlatın:  
"Şimdi sosyal mesafeyi koruyarak ikişerli eş olacaksınız. Eşlerden biri A biri B. Hanginizin A, hanginizin B olduğuna kendi aranızda konuşarak karar verin."



Önce B'ler A'ların aynadaki görüntüsü olacak. Yani A'lar ne yaparsa B'ler de onu taklit edecek. Hareketlerinizi yaparken birbirinizle konuşmayın. Aynı aynaya bakar gibi sadece hareketleri yapın."



# AYNA OYUNU

2 dk. sonra komutunuzla rollerin deęişmesini isteyin (A'lar B, yani aynadaki görüntü olacak).

Oyunun ikinci aşamasına geçin ve aşağıdaki açıklamayı yapın:

"Şimdi sosyal mesafeyi koruyarak eş değiştirip yine ikişerli eş olacaksınız. Daha önceki gibi eşlerden biri A biri B olacak.

Hanginizin A, hanginizin B olduğuna kendi aranızda konuşarak karar verin.



Önce B'ler A'ların aynadaki görüntüsü olacak. Yani A'lar ne yaparsa B'lerde onu taklit edecek. Ancak bu sefer çıkardığınız sesleri de taklit edeceksiniz. Bu sesler konuşma sesleri olabilir, anlamsız ses olabilir, ritim olabilir. Sesli aynaya bakar gibi." 2 dk. sonra komutunuzla rollerin değişmesini isteyin (A'lar aynadaki görüntü olacak.) Yeterince oynadıktan sonra oyunu sonlandırabilirsiniz.





# DUYGU MASKEM

Kullanılan Malzemeler : Yüz ifadesi/duygu kartları, A4 kâğıt, kurşun kalem ve boya kalemleri

1. Öğrencilerinize aşağıdaki açıklamayı yaparak etkinliğe başlayınız.

"Günlük yaşantımızda pek çok duygu yaşarız. Arkadaşımızın gülümseyerek günaydın demesine genellikle seviniriz. Ödevimizi yapmadığımızda tedirgin oluruz. "

"Bir şeyi anlamlandırmak için duygularımızı ifade etmek önemlidir."

2. Yüz ifadesi kartlarını tek tek öğrencilere gösterip bu ifadenin hangi duyguyu anlattığını sorun.

3. Kartları sınıfın değişik köşelerine asın.

Öğrencilerinize bazı ifadeler okuyacağınızı, o ifadelerdeki yaşantıları gördüklerinde neler hissettiklerini ve akıllarından neler geçtiğini düşünmelerini isteyin. Sonrasında bunlara uygun yüz ifadesine doğru gitmelerini söyleyin.

# DUYGU MASKEM

Aşağıdaki ifadeleri okuyun.

- Sana sürpriz bir doğum günü partisi hazırlanmış.
- En sevdiğin oyuncağın kırılmış.
- Uyurken bir çığlık sesi duyuyorsun.
- Kavga etmişsin.
- Çok çalışmışsın.
- Yapacak bir iş bulamıyorsun.
- Arkadaşlarıyla dışarıya çıkmana/internette zaman geçirmene izin verilmiyor.

Açıklamayı yaparak etkinliğe devam edin.

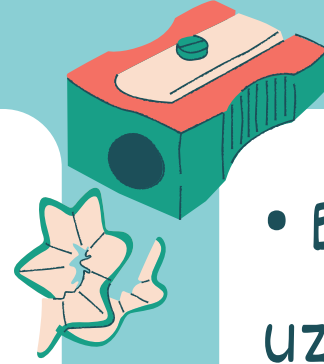
"Ülkemizde ve Dünya'da son yüzyılın en büyük salgını yaşandı. Bu salgın boyunca daha önce yaptığımız pek çok şeyi yapamadık. Bu bizim üzülmemize, korkmamıza ve tedirgin olmamıza neden olabilir. Böyle durumlarda bu duyguları yaşamak çok normaldir."

"Ama şimdi eskisi gibi okulda ve şimdi buradayız. Peki, şimdi okulda olmak size ne hissettiriyor? Önünüzdeki kâğıtlara hissettiğiniz duyguya uygun yüz ifadenizi çizip, kendiniz için bir maske hazırlayın. Hazırladığınız maskeleri istediğiniz gibi renklendirin."



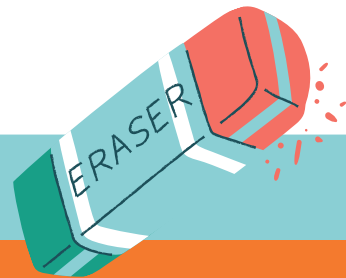
# SEVGİ ZİNCİRİ

Kullanılan Malzemeler : A4 kâğıt, kurşun kalem, değişik türde boya kalemleri ve kâğıttan çocuk modeli



Yönergeleri takip ederek sevgi zincirini öğrencilerinize yaptırın.

- A4 kâğıdı uzun kenarından ikiye katlayın ve ortadan kesip iki parçaya ayırın.
- Kestiğiniz parçayı kalemle 8 eşit parçaya bölün.
- Çizdiğiniz yerlerden yelpaze yapar gibi katlayın.

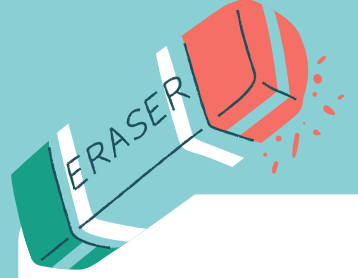


- Bir çocuk modeli hazırlayın ve uzun kenarından ikiye katlayın.
- Modelini, yelpaze yapar gibi hazırladığınız kâğıtların üzerine koyun ve modelini çıkarın.
- Sonra o modele uygun olarak kesin.
- Kenardan tutup yelpazenizi açın. El ele tutuşmuş 4 çocuk figürü çıkacaktır.

Öğrencilerinize aşağıdaki açıklamayı yapın.  
“Bazen zor zamanlar yaşarız. Ancak hayatımızda hata yapmamızı engelleyen, zor durumları kolaylıkla aşmamız için bize destek olan, bizi dinleyen, eğlendiren ve seven kişiler vardır.”

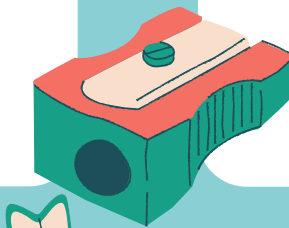


# SEVGİ ZİNCİRİ



Bu kişiler anne babanız, ağabeyiniz, ablanız, kardeşiniz, büyükanne ya da büyükbabanız olduğu gibi öğretmeniniz ve bir arkadaşınız da olabilir.” Hazırlamış oldukları sevgi zinciri modelini önlerine almalarını isteyin.

Bu zincirde yer alan figürlerden biri çocuğun kendisi, diğerleri de zor anlarında yanlarında olan kişileri simgelemektedir. Kendisi için belirlediği figürün üzerine kendi ismini; kendi figürünün yanındaki figürlerin üzerine de zor zamanlarında yanında olan kişilerin isimlerini yazmasını söyleyin.



Öğrencilere aşağıdaki soruları yöneltin:

- Yaptığı çalışmayı bizimle paylaşmak isteyen var mı?
- Sen hangisisin? Peki, diğerleri kimler?
- Sevdiklerinin hayatında olması sana ne hissettiriyor?

# İYİ HİSSETMEK İÇİN

1. Öğrencilerinize aşağıdaki açıklamayı yapın:

“Bizleri üzen, kaygılandıran, çaresiz olduğumuzu düşündüren ve korkutan durumlar yaşayabileceğimizi konuşmuştuk. Ama insanlar o kadar güçlüdür ki bu zor durumları aşacak yollar bulurlar. Tıpkı sizin yaptığınız gibi. Şimdi o yolları konuşacağız.”

2. Aşağıdaki sorularla duygu paylaşımını başlatın.

- Hayatınızda zorlandığınız, kendinizi iyi hissetmediğiniz bir dönem oldu mu?
  - Kendinizi iyi hissetmek için neler yaptınız?
- COVID 19 salgınında evde kaldığınız sürede en çok hissettiğiniz duygu neydi? / Evde olmak size ne hissettirdi?
  - Böyle hissetmenize sebep olan şeyler neydi?
  - Kendinizi iyi hissetmek için neler yaptınız?



# İYİ HİSSETMEK İÇİN

3. Dört yapraklı yonca modelini tüm öğrencilere dağıtın. Yonca modelinin ortasına kendi isimlerini yazmalarını isteyin. İsteyen kendi için belirlediği bir sembolü de çizebilir. Kenar yapraklarına zor zamanlarda kendilerini iyi hissetmek için yaptıkları şeyleri yazmalarını isteyin. (1. sınıf öğrencileri resim yapabilir.)

“Kötü durumlarda kendimizi iyi hissetmek için neler yaptığımızı bir daha gözden geçirelim.” deyin ve tahtaya dört yapraklı yonca modeli yapın. Yapraklara öğrencilerin paylaştıkları cümleleri gruplandırarak sıralayın.

Hazırladığınız gruptamanın sınıfınızın güçlü yanları olduğunu belirtin. Bunu bir pano haline getirerek okulun koridoruna da asabilirsiniz. Öğrencilerinizle diğer sınıfların hazırladığı panoları ziyaret edebilirsiniz.



# UMUT EDİYORUM



Öğrencilerinize umudun ne demek olduğunu açıklayarak etkinliği başlatın.

“Umut kişinin yaşamındaki olayların iyi sonuçlanacağı, yaşamında iyi şeyler olacağı, başarılı, iyi bir insan, sevilen bir kişi olacağını hayal etmesi ve bu hayalinin gerçekleşmesi için de öncelikle hedef belirleyip hedeflerinin gerçekleşmesi için çaba göstermesidir. Umut etmek güzel bir duygudur. İnsana kendini iyi ve güçlü hissettirir. Umudu yüksek kişiler, baş etmekte zorlandıkları durumlarla karşılaştıklarında bu durumu daha kolay atlatırlar. Ayrıca umudu yüksek kişiler sorumluluk alırlar. Şimdi sizden elinizdeki kâğıdı yatay tutarak yelpaze gibi üçe katlamanızı istiyorum (gösterin). Katın en üstte kalan bölümüne kendinizle ilgili (geleceğinize dair) umutlarınızı yazmanızı istiyorum. Bu; kazanmayı hedeflediğiniz bir sınav, öğrenmeyi hedeflediğiniz bir konu, edinmek istediğiniz herhangi bir şey ya da yapmak istediğiniz bir meslek de olabilir”



# UMUT EDİYORUM



Öğrencilerinizden yazdıkları umutlarına ulaşmak için gerekli şartların neler olabileceğini düşünmelerini (Örneğin; umutlarına enstrüman çalmayı öğrenmek yazan bir çocuğun gerekli şartlar bölümüne enstrüman almak, kursa gitmek şeklinde yazmasının uygun olacağını belirtin.) ve düşündüklerini kâğıdın ortadaki kısmına yazmalarını isteyin.

3. Umutlarının gerçekleşmesi için yerine getirmeleri gereken sorumlulukların neler olacağını düşünmelerini (Örneğin; sınavı kazanmak için derslerine düzenli çalışması gerektiğini, ilgisini çeken bir konu hakkında yeni şeyler öğrenmek için araştırma yapması gerektiği gibi.) isteyin ve sonra düşündüklerini kâğıdın en altta kalan katına yazmalarını söyleyin.





# UMUT EDİYORUM



Aşağıdaki sorularla etkinliğe devam edin.

- Geleceğe ilişkin beklentileriniz, umutlarınız nelerdir?
- Bu umudunuzun gerçekleşmesi için hangi şartların gerçekleşmesi gerekiyor?
- Bu umudunuzun gerçekleşmesi için ne tür sorumluluklar alıp yerine getirmeniz gerekiyor?

5. Tahtayı üçe bölün. Öğrencilere dünyanın geleceğine ilişkin ne tür umutları olduğunu sorun. Bulmakta zorlanırlarsa siz de katılıp fikir verin. (Örneğin; daha yeşil bir dünya olsun, hastalıklar olmasın ya da savaşlar olmasın gibi.) Umutları alt alta sıraladıktan sonra yukarıdaki işlem basamaklarını takip ederek öğrencilerden gelen önerileri yanlarına yazın. Sırasıyla her bir umut için gerekli şartları ve şartları yerine getirmekteki bireysel sorumluluklarını yazın.



# DİNLEDİĞİNİZ İÇİN TEŞEKKÜRLER



# KAYNAKÇA

[https://ttkb.meb.gov.tr/meb\\_iys\\_dosyalar/2020\\_08/2810473\\_0\\_okula\\_uyum\\_kilavuzu.pdf](https://ttkb.meb.gov.tr/meb_iys_dosyalar/2020_08/2810473_0_okula_uyum_kilavuzu.pdf)

