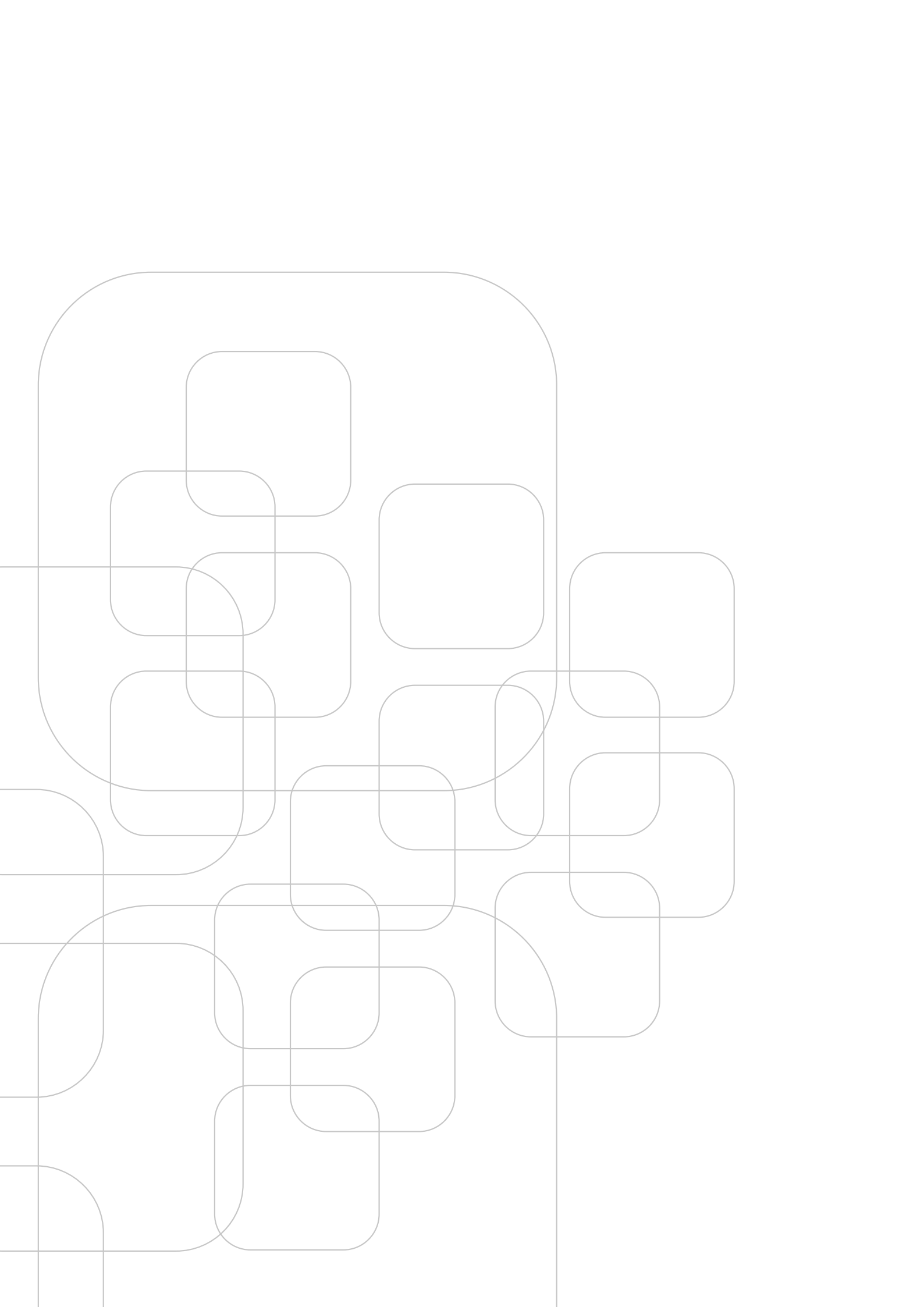


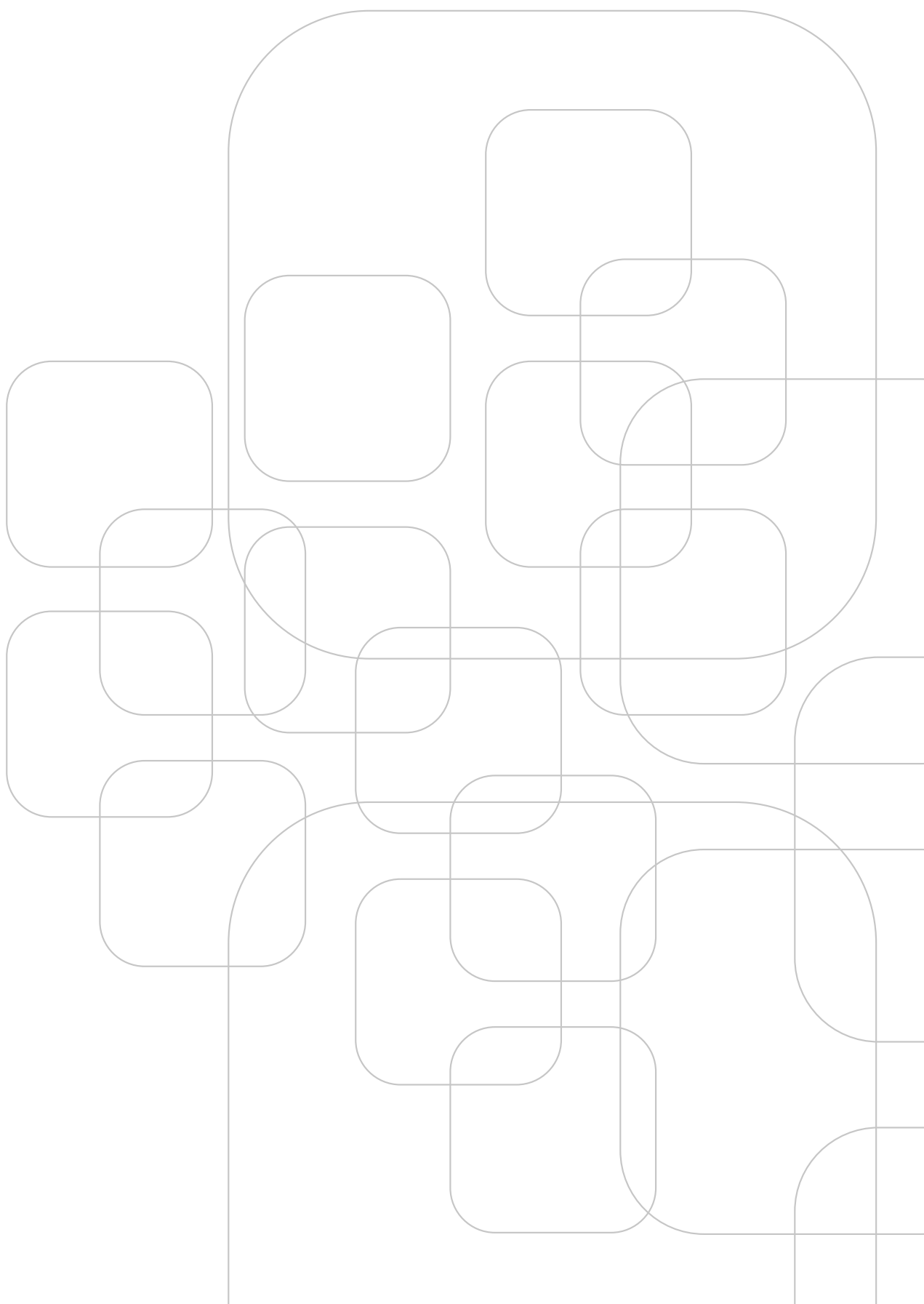
okul
gelişim
programı

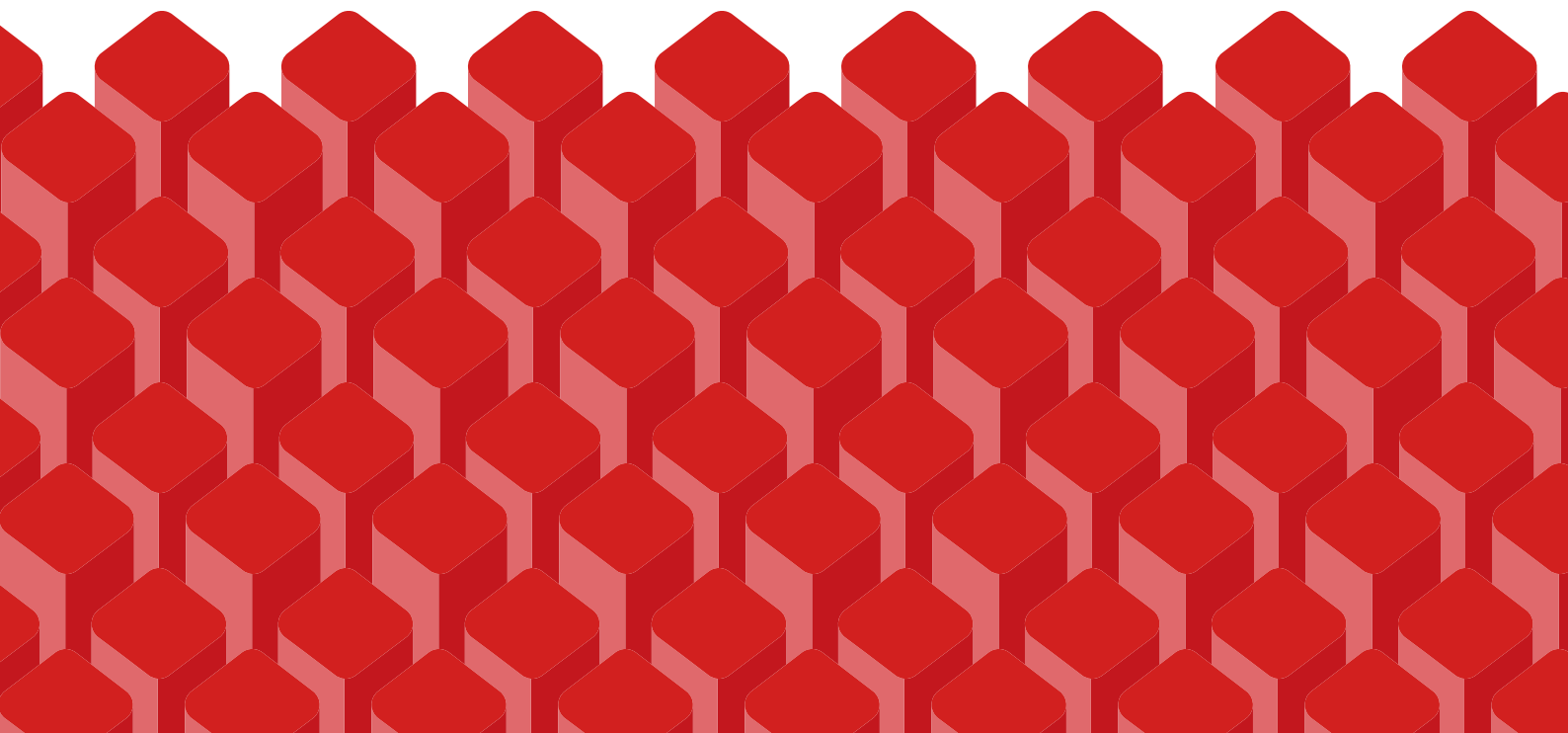
BÜTÜNLEYİCİ

SINIF REHBERLİK PLANI

— ETKİNLİK KİTABI —



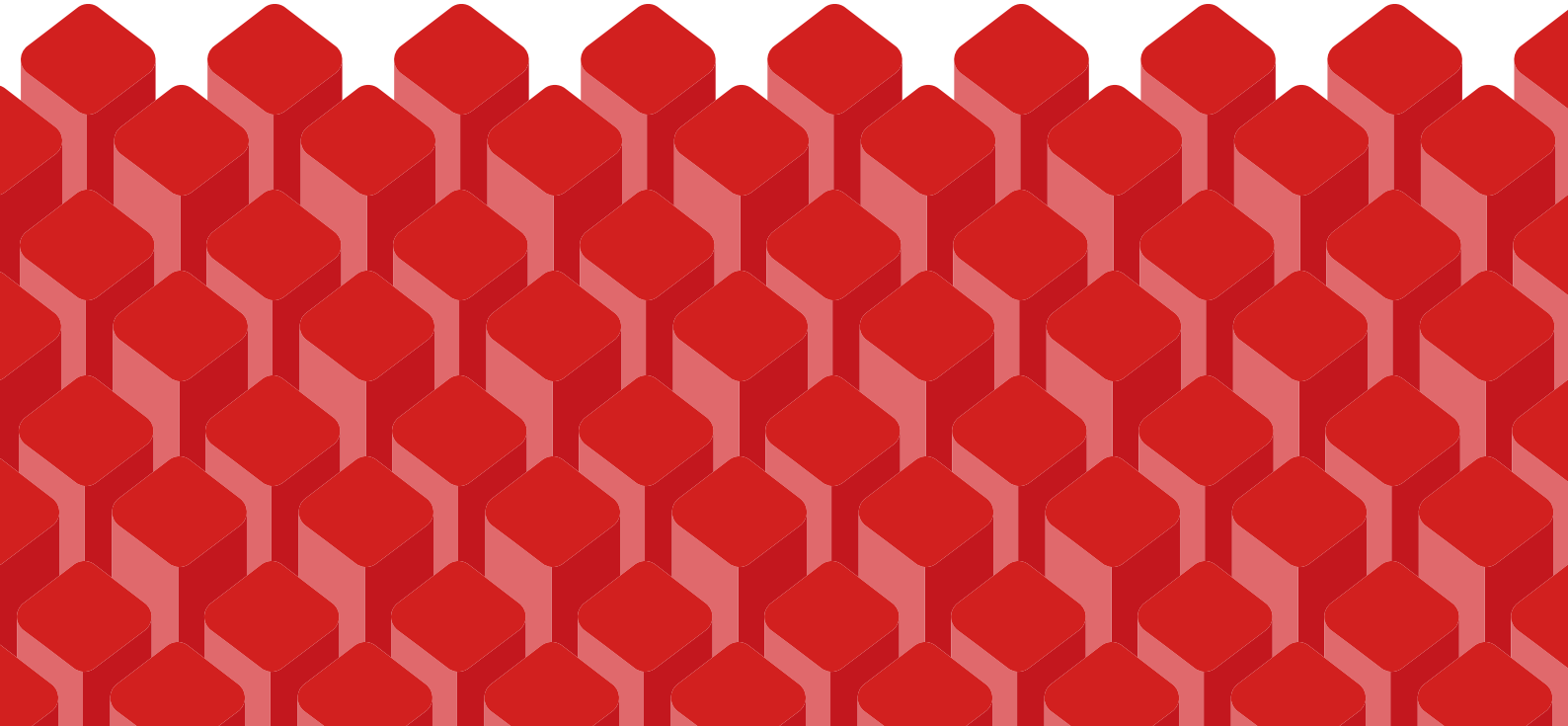




BÜTÜNLEYİCİ

SINIF REHBERLİK PLANI

— ETKİNLİK KİTABI —



düşünceye ilham değişime yön

COPYRIGHT © 2026

Enstitü Sosyal

Bütünleyici Sınıf Rehberlik Planı

Etkinlik Kitabı

PROJE YÖNETİCİSİ

İpek COŞKUN ARMAĞAN

YAZAR

Rumeysa ULUURGUN

KATKIDA BULUNAN

Yıldız KULKUL

EDİTÖR

Amine ERTÜRK

GRAFİK TASARIM

Caner BİLGİÇ

ISBN: 978-625-95935-4-8

Sertifika No.: 79696

Baskı: Turkuvaaz Haberleşme ve Yayıncılık A.Ş. Güzeltepe Mah.

Mareşal Fevzi Çakmak Cad. B Blok No.:29/1/1-Eyipsultan/İstanbul

Tel: 0212 354 30 00 Sertifika No.: 46403

NUN Eğitim ve Kültür Vakfı Yayınları

5. Baskı: Eylül 2026

Enstitü Sosyal I Burhaniye Mah. Hacı Reşit Paşa Sok.

No:18 34676 Üsküdar, İstanbul / TÜRKİYE

Tel: 0216 422 00 22

www.enstitusosyal.org | info@enstitusosyal.org

Enstitü Sosyal, Okul Gelişim Programı

Bütünleyici Sınıf Rehberlik Planı,

temel eğitim kademesindeki okullarda

bütünleyici sınıf rehberlik eğitim

ihtiyacını desteklemek üzere, Millî

Eğitim Bakanlığının genel amaçlarına

uygun biçimde hazırlanmıştır.

Bu yayının tüm hakları Enstitü Sosyale aittir.

Enstitü Sosyal'in izni olmaksızın yayının tümünün

veya bir kısmının elektronik veya mekanik

(fotokopi, kayıt ve bilgi depolama vd.) yollarla

basımı, yayımı, çoğaltılması veya dağıtımı

yapılamaz. Kaynak göstermek suretiyle alıntı

yapılabilir.

GİRİŞ	7
KARAKTER GELİŞİM ALANI REHBERLİK ETKİNLİKLERİ	8
DUYUŞSAL GELİŞİM ALANI REHBERLİK ETKİNLİKLERİ	44
AKADEMİK VE BİLİŞSEL GELİŞİM ALANI REHBERLİK ETKİNLİKLERİ	62
KİŞİSEL SOSYAL GELİŞİM ALANI REHBERLİK ETKİNLİKLERİ	92
KAYNAKÇA	119

enstitü
sosyal



BÜTÜNLEYİCİ SINIF REHBERLİK PLANI

■ GİRİŞ

Eğitim, insan hayatının en temel yapı taşlarından biri olarak kabul edilir ve bu temeli sağlamlaştırmak, geleceğimizi şekillendirmek adına yapılan en kıymetli yatırımlardan biridir. Bütünleyici Sınıf Rehberliği Planı, bu derin anlayışla hazırlanmış olup, eğitimin yalnızca akademik başarılarla sınırlı olmadığını; bireyin kişisel, sosyal ve duygusal gelişiminin de eğitim sürecinde hayati bir öneme sahip olduğunu ön plana çıkarır. Enstitü Sosyalin “insandan topluma” yaklaşımıyla şekillenen bu plan, insanın bütünlüğünü esas alarak eğitimcilerin ve öğrencilerin gelişimine katkı sağlamayı amaçlar.

Bu kitabın birinci cildi, programın teorik temellerini ve kavramsal çerçevesini sunarken, ikinci cilt olan bu Etkinlik Kitabı, uygulamaya yönelik inşa edilmiş rehberlik etkinlikleri ile donatılmıştır. Burada sunulan rehberlik etkinlikleri; karakter eğitimi ve sosyal duygusal gelişim konularını bütüncül bir yaklaşımla ele alarak, öğrencilerin kendilerini ve çevrelerini daha iyi anlamalarını, ilişkilerini sağlıklı bir şekilde yönetmelerini ve topluma faydalı bireyler olarak yetişmelerini hedeflemektedir.

Bu kitapta yer alan dört ana modül, planın içeriğini daha anlaşılır ve işlevsel hale getirirken; mavi alanlar karakter gelişim alan temalarını, sarı alanlar duyuşsal alan rehberlik temalarını, pembe alanlar akademik-bilişsel alan rehberlik temalarını, yeşil alanlar kişisel-sosyal alan rehberlik temalarını ifade eder. Bu renkli tasarım, planın içeriğini daha anlaşılır ve uygulanabilir kılmaktadır.

Bütünleyici Sınıf Rehberliği Planı, felsefe ve psikolojiye dayalı etkinliklerle zenginleştirilmiş ve materyal kullanımı asgariye indirilerek öğretmenlerin uygulamaları kolaylaştırılmıştır; bu da planın okullarda etkin kullanımını hedeflemektedir.

Öğretmenlerimiz, toplumumuzun mimarları olarak, her bir öğrencinin potansiyelini keşfetme ve onları geleceğe hazırlama konusunda hayati bir rol oynar. Bütünleyici Sınıf Rehberliği Planı’ndaki her bir etkinlik, öğrencilerin bütünsel gelişimine katkıda bulunurken, öğretmenlerimizin de rehberlik yolculuklarında güvenilir bir pusula olacaktır. Enstitü Sosyal olarak bu yolculukta, öğrencilerimizin kişisel ve akademik başarılarını en üst düzeye çıkarmalarını sağlayacak olan siz değerli öğretmenlerimize şükranlarımızı sunuyor, mesleki hayatınızda başarılar ve öğrencilerinizle birlikte nice mutlu anlar diliyoruz.

**KARAKTER
GELİŞİM ALANI
ETKİNLİKLERİ
HİKÂYESLER**



KARAKTER GELİŞİM ALANI ETKİNLİKLERİ – HİKÂYELER

Hikâyeler kişilerin topluluk içinde yaşarken oluşturduğu kendini ve ilişkilerini ifade ettiği en güçlü araçtır. İnsanların hayatlarında bir şeyler öğrenmelerine yardımcı olur ve onlara yeni bakış açıları kazandırır. Hikâyeler, insanların kendilerini öykündükleri karakterle özdeşim kurarak verilen mesajı daha iyi akılda tutmalarını sağlar. İnsanların empati yapmasına ve bilgiyle duygusal olarak bağlantı kurmasına da yardımcı olur. Hümanistik yaklaşımdan sonra dördüncü dalga olarak bilinen “öyküsel terapi” kişisel ve kişiler arası problemlerin çözümünde ve dışavurumunda hikâyenin iyileştirici gücünü kanıtlamıştır (Akkuş, 2020).

Hikâyelerin anlatımları çok güçlü olduğundan birey, söylemin karakterinin mesajlarını kendi gerçekliği gibi içselleştirir. Yaşanılan durumlar bireye uygun olmasa bile, bu mesaj mutlaka birey tarafından alınır. Bu sebeple Karakter Gelişim Alanı’ndaki temalar, hikâyeler kullanılarak yapılandırılmıştır.

Hikâyeler o ayın baş teması olma özelliğini taşıyarak bir şemsiye işlevini görür ve diğer haftalar için bir rehber oluşturur. Hikâye seçimleri için evrensel kıssalardan faydalanılmıştır. Kıssa, bir kültür aktarım biçimi olarak insanlığın var oluşuyla eş zamanlı olarak günümüze ulaşmıştır. Kıssanın sistematik bir anlatım biçimi olarak ilk defa Hindistan’da doğduğu, oradan İran yoluyla Arap ülkelerine geçtiği ve oradan da batıya taşındığı kabul edilmektedir (Alan, 2014). Kıssalarda eski kavimlerin başına gelen felaketler aktararak onlar gibi davrananların aynı akıbete uğrayacağı vurgusu ders verme niteliğindedir. İyi ve kötünün modelleri ortaya konarak erdemli olana teşvikle kötülüklerden sakındırma amacı güdülmüştür (Kıssa, 2022, s. 499). Karakter Gelişim Alanı’nda seçtiğimiz hikâye ve kıssalar örnek niteliğindedir ve her öğretmen kendi kültürüne uygun, o ayın temasını içeren öykülerini anlatabilir.

KARAKTER GELİŞİM ALANI SINIF REHBERLİK ETKİNLİĞİ 1

Konu: Güven

Düzyey : İlkokul-Ortaokul

Kazanım: Güven kavramını tanımlar, örneklendirir. Güveni dramatize eder, açıklar, diğer değerlerden ayırt eder.

Öğretmen güveni tanımlayıp kısa bir açıklama yaptıktan sonra aşağıdaki hikâyeyi anlatır. [Anonim. (2016). Anasayfa. Erişim tarihi: 24 Ocak 2016, <https://bilgelikhikayeleri.com/>]

BİLGİ NOTU

Güven, birine veya bir şeye korku, çekinme ve kuşku duymadan inanma ve bağlanma duygusudur. Kişilerarası ilişkilerde güven, bir kişinin veya bir grup insanın başka bir kişi veya grubun dürüstlüğüne duyduğu inancı ifade eder.

BOŞ SAKSI



Uzak Doğu'da bir ülke varmış. Bu ülkenin imparatoru çok yaşlanmış ve artık emekli olması gerektiğini düşünüyormuş. Yerine geçecek uygun bir yardımcı ya da çocuk bulamıyormuş. Tahtını çok sevdiği ve güvendiği Ling adlı bir gence bırakmak istiyormuş. Fakat ülkenin kurultayı kendi çocuklarından birinin imparator olması konusunda ısrarcıymış. İmparator kimseyi dinlememiş, ülkesindeki bütün gençlere bir çağrı yapmış ve şöyle demiş:

“Benim zamanım doldu ve yeni bir imparator seçmem gerekiyor. Sizlerden birini seçeceğim. Ama bunun için farklı bir yol izleyeceğim.” Gençler çok meraklanmışlar, imparator devam etmiş: “Her birinize bir tane tohum vereceğim. Sadece bir tane... Ama bu çok özel bir tohum. Onu eve götürüp saksıya dikmenizi, bakıp büyütmenizi istiyorum. Bir yıl sonra buraya getirip bana göstereceksiniz. Sizi, yetiştirdiğiniz o tohuma göre seçip, birinizi imparator yapacağım.”

Saraya gelen gençlerden birinin adı Ling'miş. O da diğerleri gibi tohumunu almış... Eve gelip heyecanla tohumu saksıya dikmiş. Her gün su verip büyümesini ummuş. Ama zaman geçtikçe diğer gençler tohumlarının nasıl büyüdüğünü anlatırken, Ling kendi tohumunda hiçbir değişiklik olmadığını fark etmiş. Üç hafta, dört hafta, beş hafta geçmiş... Hâlâ hiçbir şey yokmuş. Diğerleri bitkileri ile övünürken Ling çok kederlenmiş. İmparatorun onu yeteneksiz bulmasından çok korkmuş. Arkadaşlarına da bir şey diyememiş, sabırla beklemiş.

Bir yıl sonunda gençler bitkilerini imparatora göstermeye gitmişler. Ling, saraya geldiğinde arkadaşlarının yetiştirdiği bitkilerin ne kadar muhteşem olduğunu görmüş.

Sonra imparator gelmiş ve tüm gençlere teşekkür etmiş. Ling, arkada boş saksısıyla utana sıkıla duruyordu. “Ne harika bitkiler, çiçekler ve ağaçlar büyüttünüz. Bugün aranızdan biri imparator olacak.” demiş imparator. Birden arkada eli boş Ling’i görmüş. Hemen muhafızlarına onu yanına getirmelerini söylemiş.

Ling çok korkmuş. “Sanırım başarısızlığımdan dolayı beni cezalandıracak.” diye düşünüyordu. İmparator ise Ling’in sırtını sıvazlamış, güvenini boşa çıkarmadığı için teşekkür etmiş. Diğer gençler alaycı bir şekilde gülmeye başlamışlar. İmparator onlara kızarak susmalarını istemiş. Ling’e ve elindeki saksıya iyice bakıp kalabalığa dönerek seslenmiş.

“Yeni imparatorunuzu tanıyın. Adı Ling!” demiş. Ling şaşırmış. Çünkü tohumunu filizlendirememiş bile, nasıl imparator olurmuş? İmparator açıklamış: “Bir yıl önce burada herkese bir tohum verdim. Siz dikip, bakıp bir yıl sonra getirecektiniz. Ama hepinize haşlanmış tohum vermiştim. Asla büyümeyecek olan... Ling dışında herkes ağaçlar, bitkiler ve çiçekler getirdi, çünkü tohumun çıkmadığını görünce hepiniz onu başka bir tohumla değiştirdiniz. Sadece Ling içinde benim verdiğim tohum olan boş saksıyı getirme cesareti ve dürüstlüğü gösterdi. Umutları boşa çıksa da, dürüstlükten vazgeçmedi. Onun için yeni imparatorunuz o olacak!”

- Öğretmen öğrencilere Ling’in ne hissetmiş ve ne düşünmüş olabileceğini sorar.
- Öğretmen öğrencilere hayatlarındaki en güvendikleri kişiyi sorar ve neden güvendikleri konusunda gerekçelendirme yapmalarını ister. Öngörülebilir davranışların dürüstlük ile bağlantısı üzerinde durarak öğrencilere dürüstlük ve güven arasındaki ilişkiyi sorgulatır.
- Daha sonra güvenin hayatımızdaki önemini açıklayarak etkinliği bitirir.

KARAKTER GELİŞİM ALANI SINIF REHBERLİK ETKİNLİĞİ 2

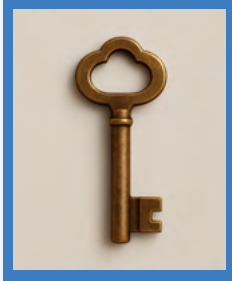
Konu: Güven

Düzey: İlkokul-Ortaokul

Kazanım: Güven kavramını tanımlar, örneklendirir. Güveni dramatize eder, açıklar, diğer değerlerden ayırt eder.

■ Öğretmen aşağıdaki Ezop'un "Yarasa, Kuşlar ve Canavarlar" adlı masalından yola çıkılarak hazırlanan hikâyeyi anlatır ve öğrencilerin sadakat üzerinden güven kavramını sorgulamalarını sağlar.

GİZLİ ANAHTAR



Bir zamanlar, uzak diyarlarda "Mavi Çayır" adında bir köy vardı. Bu köyde yaşayan çocukların en değerli hazinesi, köy meydanındaki eski taş sandıktı. Sandığın içinde kimi zaman eski kitaplar, kimi zaman oyun araçları, kimi zaman da köyün geçmişinden kalma hatıralar bulunurdu. Sandığın sırrı ise tek bir anahtarda gizliydi.

Anahtar, köydeki çocukların ortak malıydı. Her gün farklı bir çocuğa verilir ve o gün sandığı açma hakkı ona ait olurdu.

Çocuklar sırayla sandığı açar, içinden çıkanları birlikte inceler, bazen yeni şeyler eklerdi. Bu düzen köyde güvenin ve sadakatin sembolü olmuştu. Çünkü herkes biliyordu ki sandık, ancak birlikte açıldığında anlamlıydı.

Bir gün anahtar kayboldu. Çocuklar telaşla aradılar; evlerin köşelerine, bahçelere, okulun sınıflarına baktılar ama bulamadılar. Köyde büyük bir huzursuzluk başladı. "Kim aldı?" diye sorular soruluyor, bazı çocuklar birbirinden şüpheleniyordu. Güven duygusu yavaş yavaş sarsılmaya başlamıştı.

Oysa anahtar, çocuklardan biri olan Ali'nin cebindeydi. Ali anahtarı bulmuştu ama diğerlerine söylemeye cesaret edememişti.

Soru

Ali neden söylemeye cesaret edemedi?

Kavramsal Soru

Güvenin kaybolmasına en çok hangi şey sebep olur?

Ali içinden şöyle geçiriyordu:

"Eğer söylersem, bana inanmazlar. Belki de beni suçlarlar. Belki de sandığı tek başıma açmak istediğimi düşünürler."

Bu korkular yüzünden anahtarı sakladı. Günler geçtikçe sandık açılmadı, çocuklar oyunlarını yapamadı, köydeki neşeli sesler azaldı. Çocuklar birbirine güvenmekte zorlanmaya başladı. Ali ise her gece anahtarı eline alıyor, sandığı tek başına açmayı düşünüyor ama sonra vazgeçiyordu. İçinde büyük bir çatışma vardı:

“Sadakat, arkadaşlığa bağlı kalmak demek değil mi? Eğer anahtarı saklarsam, arkadaşlarıma sadık davranmış olur muyum? Yoksa güveni zedelemiş mi olurum?”

Bir akşam köy meydanında çocuklar toplanıp tartışmaya başladılar. “Güven olmadan sadakat olmaz.” dedi biri. “Sadakat, arkadaşlığa bağlı kalmaktır.” dedi bir diğeri. Ali sessizce onları dinledi.

Soru

Ali şimdi ne yapmalı?

Kavramsal Soru

Güven ile sadakat arasındaki ilişki nedir?

İçinde bir ses ona şunu söylüyordu:

“Sadakat, yalnızca sözünde durmak değil; aynı zamanda güveni korumaktır. Eğer paylaşmazsan, arkadaşlarınla bağın kopar.”

Sonunda Ali cesaretini topladı. Anahtarı çıkarıp arkadaşlarına gösterdi. Önce herkes şaşırды, sonra sevinçle sandığı birlikte açtılar. İçinden çıkan eşyaları merakla incelediler, oyunlar oynadılar, kahkahalar köy meydanını doldurdu.

O günden sonra çocuklar sandığı sadece bir kutu olarak değil, aralarındaki dostluğun ve güvenin sembolü olarak gördüler. Anahtar artık yalnızca sandığı değil, kalplerindeki bağı da açıyordu. Köy yeniden neşeye doldu; çocuklar birbirine daha çok güvendi, birbirine daha sadık oldu.

Ve Mavi Çayır’da herkes şunu öğrendi: **Güven ve sadakat bir arada olduğunda, dostluk hiç kaybolmaz.**

■ **Öğretmen, öğrencileri küçük gruplara ayırır. Her grup Ali’nin farklı bir karar vermesi halinde neler olabileceğini tartışır ve kısa senaryolar yazar. Senaryolar sınıfta paylaşılır, çocuklar birbirlerinin fikirlerini dinler ve farklı bakış açılarını görürler. Ardından öğretmen, güvenin insanların birbirine inanması ve sadakatin verilen sözde durmak olduğunu hatırlatarak, bu iki değer in birlikte dostlukları güçlendirdiğini vurgulayıp etkinliği bitirir.**

BİLGİ NOTU

Aristoteles’e göre sadakat; kararsızlık ve değişkenlik ile dediğim dediklik ve inatçılık arasında bir altın orandır. Bir söze, fikre, düşünceye, inanca sadık kalmak için, bunların akılcı ve haklı olduğunu gösteren sağlam ve güçlü nedenler olmalıdır. Sadakat duyulan şey açıkça sınanmalı ve bu sınavdan başarıyla geçmelidir. Aksi halde, sadakat kör bir inatçılık ya da çıkarıcı bir değişkenlik haline gelir. Sadakatin nesnesi de önemlidir. İyi bir şeye sadık olmak ile kötü ve aptalca bir şeye sadık olmak farklıdır. Jankelevitch’in dediği gibi, “Kötü ve aptal bir şeye sadık olmak, daha büyük bir kötülük ve aptallıktır”. İnsanın kinine, tatsız bir anına ya da Hitler gibi bir lidere sadık olmaya ihtiyacı yoktur. Sadakatin temeli ise güvendir. İnsanın başka bir insana sadakati ise daha çok “unutmama” ile ilgilidir, diyor Comteville. İnsanın başka bir insana sadakati, güven duyduğu birine karşı unutmama, anımsama, hatırlama, yâd etme eylemidir. Bu eylem, zaman ve mekân sınırlaması olmadan, geçmişte yaşanan güzel anların, paylaşılan sevginin, verilen sözlerin, yapılan fedakârlıkların, gösterilen sadakatin devamlılığını sağlar. İnsanlar arasında gerçek sadakat, güvene dayalı bir sadakattir. Özdemir, Ö. (2017). Ders notları. [Yayımlanmamış ders notları].

KARAKTER GELİŞİM ALANI SINIF REHBERLİK ETKİNLİĞİ 3

Konu: İrade

Düzey: Ortaokul

Kazanım: İrade kavramını tanımlar, örneklendirir. İradeyi dramatize eder, açıklar, diğer değerlerden ayırt eder.

■ Öğretmen iradeyi tanımladıktan sonra aşağıdaki Yunus Emre Sofrası hikâyesini anlatır.

BİLGİ NOTU

İrade, bir eylemde bulunma kararını verme yeteneğidir. Eylemlerimizi arzu niyet ve amaçlarımıza göre kontrol altında tutabilme yeteneğidir. Bir eylemi gerçekleştirmede sergilenen kararlılık, herhangi bir zorunluluk olmaksızın kararlaştırma ve uygulama gücü, eylemi başlatabilme yetisidir. Sorumluluk ise bir işe veya göreve başladığımızda onu bitirmek, yarım bırakmamak, vazgeçmemek, ertelememek veya başkasına yüklememek demektir. Sorumluluğun devamlılığı irade gücümüzü artırır, başarı duygumuzu yükseltir, öz güvenimizi güçlendirir ve bize saygınlık kazandırır.

YUNUS EMRE SOFRASI



Tapduk Emre, Horasan'dan Anadolu'ya gelmiş, Hacı Bektaş-ı Veli'nin müridi olmuş ve Sarayköy'de bir dergâh kurmuştur. Yunus Emre, Tapduk Emre'nin dergâhına katılmak için 40 yıl boyunca her gün odun taşımıştır. Bu odunlar, Yunus Emre'nin seçtiği, eğri olmayan, gönül gözüyle bakıldığında güzel görünen odunlardır. Yunus Emre, bu odunları taşıyarak, dergâha eğri olan hiçbir şeyin giremeyeceğini, yani dergâhta sadece doğru ve dürüst insanların bulunacağını göstermek istemiştir. Bu, Yunus Emre'nin çilesidir. Bu çile, onu olgunlaştıracak, pişirecek ve yetkinleşmesini sağlayacaktır.

Bir gün, kıştan yaza geçen bir günde, Yunus Emre odunlarını dergâha getirdiğinde, kendisinde bir değişiklik olduğunu hissetmiştir. Yorgun değildir, aksine dinç ve canlıdır. O gün, çilesinin son günü, son saati, son anıdır. Yunus Emre, çilesi bittiği halde, içinde bir eksiklik duymaktadır. Kendisini tam olarak pişmiş, olgunlaşmış hissetmemektedir. İçinde, henüz yanmamış, hoşgörüyü ermemiş bir yan vardır. Bunu gidermek için, şadırvanda akan sudan daha serin bir su aramaktadır.

Bu düşünceyle, yüzünü yıkadıktan sonra, şeyhi Tapduk Emre'nin yanına çıkmıştır. Tapduk Emre, onun halinden anlamış ve ona izin vermiştir. "Sen, o içindeki yanmamışlığı, pişmemişliği, eksikliği hep duyacaksın. Sana izin, istediğin yere git ve dilediğin kadar gez. Seni bekleyeceğim." demiştir.

Yunus Emre, Tapduk Emre'nin dergâhından ayrıldıktan sonra, Anadolu'yu dolaşmaya başlar. Yolda iki dervişle karşılaşır. Bu dervişler, Yunus Emre'yi tanımazlar, ama onunla yol arkadaşlığı ederler.

Yol boyunca sohbetler devam eder, saatler geçer gider, gün döner. Akşam hava kararmak üzereyken dinlenmek üzere yolda uygun bir yere dururlar. Dervişlerden biri ellerini açıp dua etmeye başlar. Duanın ardından gökten bir sofraya iner. Yunus Emre hayretler içerisinde yemeğini yer. Bir yandan da düşünmeden duramaz. Bu zat-ı muhteremler evliya olsa gerek, keramet gösteriyorlar, der. Ya benden de dua edip gökten sofraya indirmemi isterlerse ne yaparım, der.

Karınlarını doyurduktan sonra bir süre uyurlar ve tekrar yola koyulurlar. Sabaha kadar yürüdükten sonra tekrar acıkırlar. Yine bir ağaç altına durup otururlar. Dervişlerden birisi Yunus Emre'ye "Hadi bakalım derviş, dua et, soframız insin, karnımızı doyuralım." der.

Yunus Emre korku ve panik içerisinde ne yapacağını bilemez. Ellerini açıp dua eder. "Ya Rabbim, sen bu Yunus kulunu mahcup eyleme. Gökten sofraya indirmek kim, ben kim. Bu zat-ı muhteremler neye dua ettilerse ben de sana onun için dua ediyorum. Dualarının kabulüne mazhar olan şey için duamı kabul eyle." der ve elini yüzüne sürer. Gökten bir sofraya iner ki muazzam mı muazzam, mükemmel mi mükemmel. Tabiri caiz ise Yunus için inen sofranın yanında diğer sofraya atıştırmalık gibi kalır.

Diğer iki derviş muazzam sofrayı görünce şaşırırlar ve merak ederler. Ne diye dua ettin de bu sofraya indi, şeklinde sorular sormaya başlarlar. Yunus "Ben kim sofraya indirmek kim, ellerimi açıp Rabbime yalvardım. 'Ya Rabbim bu zatların duasının kabulüne mazhar olan şey için duamı kabul eyle' dedim," der. İki derviş daha da heyecanlanarak, "Biz Tapduk Emre Dergâhı'ndaki evliya zat Yunus Emre Hazretleri'nin yüzü suyu hürmetine dua ettik. Hep onun hürmetine dua ederiz ve Rabbimiz kabul eder." dediler.

Yunus Emre, iki dervişin kendisi için dua ettiklerini öğrenince çok duygulanır. Tapduk Emre'nin dergâhına geri dönmeye karar verir. Yolda, kendisine verilen himmetin kıymetini düşünür ve şükreder.

■ **Öğretmen, Yunus Emre'nin 40 yıl boyunca eğri odun taşımadığını, bunun onun iradesinin bir göstergesi olduğunu anlatır. Sonra, iradenin ne olduğunu ve sorumlulukla nasıl bağlantılı olduğunu öğrencilere açıklayarak etkinliği bitirir.**

KARAKTER GELİŞİM ALANI SINIF REHBERLİK ETKİNLİĞİ 4

Konu: İrade

Düzy: İlkokul-Ortaokul

Kazanım: İrade kavramını tanımlar, örneklendirir. İradeyi dramatize eder, açıklar, diğer değerlerden ayırt eder.

■ **Öğretmen aşağıdaki Teddy'nin Çilekleri hikâyesini anlatır. Hikâyeyi yarıda durdurarak belirtilen soruları sorar. Aldığı cevapların ardından, öğrencilerin iradeyi hazlar ve arzular üzerinden sorgulamalarını sağlar.** Özdemir, Ö. (2017). Ders notları. [Yayımlanmamış ders notları].

TEDDY'NİN ÇİLEKLERİ



Küçük ayı Teddy, annesinin sınıftan arkadaşlarının doğum günü partisine hediye olarak götürmesi için verdiği çilek sepetiyle yola çıkar. Annesi, yola çıkmadan önce Teddy'yi uyarır: "O sepetteki çilekler, arkadaşın Bobo'nun doğum günü partisi için. Ormandaki büyük partide hep birlikte yiyip eğleneceğiz. Eli boş gitmek hoş olmaz. Biz de davete hediye olarak bu çilekleri yanımızda götürelim. Sen şimdi yola çık, benim biraz daha işim var. Beni beklemek hem senin partiye geç kalmana sebep olur hem de sıkılırsın. Zaten partiye giden yol oldukça güvenli. Ben de işlerimi bitirince diğer eşyaları alıp geleceğim."

Teddy neşeyle yola çıkar. Tabi, bizim Teddy'nin bir zaafı vardır. Teddy lezzetli yiyeceklere karşı koymakta çok zorlanmaktadır. Yolun yarısına geldiğinde, sepetteki çileklerden başka bir şey düşünemez haldedir. Artık dayanamaz ve "Amaan bir taneden bir şey olmaz!" deyip sepetin içinden hooop bir tane çileği mideye indirir. Çilekler nefis! Teddy duramaz ve bu sefer "sepetin içinde herkese yetecek kadar var, bir tane daha yesem hiçbir şey olmaz" der. İkinciye de alır. "Bir tane daha", "bir tane daha", "bir tane daha" diye diye Teddy kendini tutamaz ve sepetteki tüm çilekleri yer. Teddy şimdi hem çileklerin hepsini yediği için üzgündür hem de çilekten şişen karnı çok ağrıyaktadır. Az önce hissettiği mutluluğun ve hazzın yerini derin bir üzüntü ve acı almıştır.

Soru

Sizce Teddy ne yapmalıydı?

Kavramsal Soru

Bize haz veren şeyleri kontrolsüz bir biçimde tüketirsek ne olur? Haz veren şeyler karşısında dengeli, uyum ve barış içerisinde davranabilir miyiz? Nasıl?

■ **Öğretmen öğrencilerden aldığı üç olası cevabı tahtaya yazarak öğrencilerin tartışmalarını sağlar.**

Teddy çileklerden hiç yememeliydi.

Çünkü....

Teddy bir kaç çileğin tadına baktıktan sonra, kendini tutmalıydı.

Çünkü....

Teddy kendini tutamayıp çilekleri yiyebilir.

Çünkü...

Teddy gözleri yaşlı “Ne yapacağım ben şimdi?” diye düşünür. O sırada oradan geçmekte olan bilge tırtıl, Teddy’nin sesini duyar ve yanına gelir. Teddy ona olup biteni anlatır. Bilge tırtıl ona yardımcı olur. Karın ağrısını geçirmesi için ona çimenlerin arasında bulduğu şifalı otu verir. Biten çileklerin yerine ise çalılırlar arasında duran çilekleri işaret eder ve onları toplayıp sepete koyabileceğini söyler. Teddy şimdi mutludur. Hem sağlığına kavuşmuş, hem de partiye götüreceği yeni çilekler vardır.

■ **Öğretmen irade ve denge arasındaki ilişkiyi açıklayarak etkinliği bitirir.**

BİLGİ NOTU

Denge yani ölçülülük Platon’dan itibaren birçok filozofun ahlak felsefesinde erdemin ortaya çıkmasında gönderme yapılan temel bir kavramdır. İfrat ve tefrit arasında dengeyi bulma bizi erdeme kavuşturmaktadır. Hikâyede de iradeli olma “denge” erdemi üzerinden çalışılmıştır. Bazıları, arzularını doyasıya yaşamının özgürlük olduğunu savunur. Bazıları ise, arzuladığı her şeyi yapmanın zayıflık olduğunu söyleyip irade terbiyesine dikkat çekerek, belli bir ölçüde arzulara yer açmanın, ölçülü davranmanın özgürlük olduğunu savunmaktadır. Aristoteles, dengeyi, aşırılık ve duygusuzluk arasındaki orta nokta olarak tanımlar: “Ne çok yemek, ne de aç kalmak.” Comteville de benzer şekilde, dengeyi, zevklerimiz efendisi olmayı sağlayan ölçülülük olarak ifade eder. Bu görüşe göre, önemli olan zevk miktarı değil zevk kalitesidir; zevk veren şeyin çokluğu değil zevk almanın bilinci ve becerisidir; arzulara teslim olmak ya da arzulardan kaçmak değil, arzularla uyumlu olmaktır.

KARAKTER GELİŞİM ALANI SINIF REHBERLİK ETKİNLİĞİ 5

Konu: Merhamet

Düzey: İlkokul-Ortaokul

Kazanım: Merhamet kavramını tanımlar, örneklendirir. Merhameti dramatize eder, açıklar, diğer değerlerden ayırt eder.

■ Öğretmen merhameti tanımladıktan sonra aşağıdaki Akrep hikâyesini anlatır.

AKREP



Hintli bir adam, uzun ve yorucu bir yolculuktan sonra, bir nehre ulaştı. Nehrin serin ve berrak suları, hem susuzluğunu gidermek hem de bedenini dinlendirmek için çok cazipti. Adam, nehirden doyasıya suyunu içtikten sonra nehrin kenarında bir ağacın altına oturdu ve ayaklarını suya sokarak dinlenmeye başladı. Suyun akışı ayaklarını okşuyor, ona huzur veriyordu. Gözlerini kapattı ve derin bir nefes aldı. Tam o sırada, suyun içinde bir hareketlilik fark etti. Hareketliliği fark etmesiyle gözlerini açtığı anda suyun yüzeyinde, bata çıka ilerleyen

bir akrep gördü. Akrep, nehrin akıntısına karşı koyamıyordu, suda boğulmak üzereydi. Adam akrebe acıdı ve onu kurtarmaya karar vererek parmağını uzattı. Akrep kendini savunmak için adamın parmağını soktu. Adam acı içinde parmağını geri çekti. Parmağı kanıyordu ama onu kurtarmak için tekrar elini suya soktu. Akrep yine onun kendisini kandırmaya çalıştığını sanarak parmağını tekrar soktu. Sokulan parmağının acısı kat be kat artan adam yine de akrepten vazgeçmedi, onu oracıkta kavradı ve karaya çıkardı.

Akrep, adamın elinden kurtuldu. Onun kendisini öldürmediğine şaşırdı. Hızla uzaklaştı. Yakındaki bir kayanın üzerinde, Hintli adamın yaptıklarını izleyen başka bir adam vardı. Adam, ona hayretle bakıyordu, yaptığına aptalca olduğunu düşünüyordu. Ona seslendi:

- Hey, sen! Ne yaptığını sanıyorsun? O akrep seni üç kere soktu. Seni öldürebilirdi. Neden onu kurtardın? Kendini düşünseydin ya!

Hintli adam, diğerine döndü. Ona sakın bir şekilde şöyle cevap verdi:

- Merhaba, kardeşim. Ben, o akrebi kurtardım çünkü zor durumdaydı. Elimi uzatmasam akıntıya kapılıp ölecekti. Akrep dahi olsa o da bir canlı. O da yaşamak istiyor. Onun doğasında sokmak var. Benim doğamda ise merhamet var. Neden akrebin doğasında zarar vermek var diye kendi doğam olan merhametten vazgeçeyim?

■ **Öğretmen hikâyeyi bitirdikten sonra aşağıdaki soruları sorar:**

-Adamın akrebi kurtarmaya çalışmasını nasıl yorumluyorsunuz? Siz olsaydınız ne yapardınız?

-Merhamet nedir? Sizce merhametli olmak neden önemlidir? Hayatınızda merhametli olduğunuz bir anı paylaşabilir misiniz?

-Merhamet, sadece insanlara karşı mı gösterilmelidir? Hayvanlara, bitkilere ve doğaya karşı da merhametli olmalı mıyız? Neden?

■ **Öğretmen cevapları aldıktan sonra merhamet konusunda kısa bir açıklama yaparak etkinliği bitirir.**

KARAKTER GELİŞİM ALANI SINIF REHBERLİK ETKİNLİĞİ 6

Konu: Merhamet

Düzey: İlkokul-Ortaokul

Kazanım: Merhamet kavramını tanımlar, örneklendirir. Merhameti dramatize eder, açıklar, diğer değerlerden ayırt eder.

■ Öğretmen aşağıdaki La Fontaine'in "Ağustos Böceği ile Karınca" adlı masalından yola çıkarak hazırlanan hikâyeyi anlatır. Hikâyeyi yarıda durdurarak belirtilen soruları sorar. Aldığı cevapların ardından öğrencilerin merhamet kavramını sorgulamalarını sağlar. Özdemir, Ö. (2017). Ders notları. [Yayımlanmamış ders notları].

AĞUSTOS BÖCEĞİ İLE KARINCA



Karabacaklılar Karınca Kolonisi'nde yine yorucu bir yaz geçmektedir. Bütün karıncalar olgunlaşarak yere düşmüş meyveleri, yaprak parçalarını, kuru fasulye tanelerini ve buğdayları yuvalarına taşımaktadır. Yamuk Miğfer sahilde yenmiş bir çekirdek kabuğunu diğer arkadaşlarını izleyerek yuvasına doğru götürür. Sahildeki yakıcı

güneşten ve sıcak kumlardan kurtulmak için hızlıca ağaçlık alana doğru kendinden 8 kat büyük çekirdek kabuğu ile koşar. Ağaçlık alana geldiğinde ter içinde kalmış ve çok yorulmuştur. Dinlenmek için ufak bir mola verdiği anda zeytin ağacının tepesinden neşeli bir keman sesi ve bir şarkı duyar. Hemen kafasını yukarı kaldırır. Ağacın bir dalında dans ederek keman çalan Ağustos Böceği'ni görür. Bütün yaz, çimen yiyip karnını doyurduktan sonra dalların tepesinde şarkı söyleyen Ağustos Böceği de onu görür, şapkasını çıkararak başıyla selam verir:

Yamuk Miğfer yetmedi mi çalıştığın,

Kilerini doldurup taşırdığın.

Baksana her yer meyve dolu,

Bırak bu eziyet dolu yorgunluğu.

Yamuk Miğfer artık sadece yorgun değil aynı zamanda sinirlidir. Kendisi de yazın bu güzel günlerinde her yer yiyeceklerle doluyken neden yiyecek depolamak zorunda olduklarına anlam verememektedir.

Dostum, çalışmak en büyük erdemimiz, biz karıncayız.

Yiyecek bolken depolamazsak kışın aç kalırız.

Yaz sıcaklığında çalışmak zor ama iyidir.

Böylece kışın sıcak yuvamızda rahat yatarız.

Ağustos Böceği, Yamuk Miğfer'in sözleri üzerine kocaman bir kahkaha atar ve ellerini iki yana açar:

Görmüyor musun her yer yiyecek,
Kış dediğin çok uzun bir gelecek.

Hayatta en önemli erdemdir eğlenmek.

Ama sen bilirsin küçük dostum, senin söylediklerin de bir seçenek!

Yamuk Miğfer, Ağustos Böceği'nin sözüne aldırılmaz. Güneş batıncaya kadar elma saplarını, daldan düşmüş zeytinleri, mısır koçanı parçalarını yuvalarına taşır. Bu sırada zeytin ağacının altından geçerken Ağustos Böceği'nin şarkılarını dinler. Günler haftalar geçer ve yazın son günü gelir çatar. Ağustos Böceği, Yamuk Miğfer'e seslenir:

Hey Karınca! Çok çalıştın bu yaz, ama kışları soğuk.

Umarım eğlenirsin yorganının altında, karnın tok, neşen buruk!

Yamuk Miğfer, Ağustos Böceği'ne teşekkür eder:

Teşekkürler, kemancı dostum, sıcaklığın altında çalışırken müziğinle teselli buldum.

Sıcak bir kışın seni beklemesidir umudum.

Ve yazın son güneşi batar. Yapraklar sararır. Yağmurlar yağar. Yamuk Miğfer yuvasında toprağa vuran yağmur damlalarının sesini dinler ve yazın uzun süren günlerini özler. Sonra kış gelir çatar. Soğuk ve kar kaplar doğayı. Tüm canlıları alır bir sessizlik. Yamuk Miğfer'i sıkmaktadır son bir aydaki dinginlik. Kütüphanesinde okumadığı son kitabı da raftan indirir. Koloninin kilerine gider, kendine bir çekirdek kabuğu alır ve koltuğuna geri döner. Tam bu sırada yuvasının tepesinde bir ses duyar. Bu birinin takırdayan dişleridir. Çıkar yukarı bakar ve koloninin kapısında bekleyen Ağustos Böceği'ni görür:

Ağustos Böceği, dostum, kemanın nerde?

Tüm bu sessizlik pek sıkıcı.

Takırdayan dişlerinden gelen ses kulak gıcırdatıcı.

Ağustos Böceği Yamuk Miğfer'i gördüğüne çok sevinir:

Dostum Yamuk Miğfer, seni görmesem ne olurdu halim.

Dışarısı soğuk, karnım aç, yok yemeğim.

Al beni içeriye sıcak bir çorba içelim.

Yamuk Miğfer bir yandan arkadaşını gördüğüne sevinir, diğer yandansa çalışmasının karşılığı olan dolu kilerini onunla paylaşmak istemez.

Soru

Sizce Yamuk Miğfer, Ağustos Böceği'ne merhamet edip içeri almalı mı, almamalı mı?

Kavramsal Soru

Merhamet nedir?

Ah Ağustos Böceğim,

Keman çaldın bütün yaz, şimdi de dans et biraz!

Yamuk Miğfer kapıyı kapatır ve çekirdek kabuğu ile kitabının başına döner. Bir süre sonra sesler duymaya başlar. Çıkar komşusunun kapısını çalar. Kapıyı çalar, neşeyle kapıyı açan Dişlek'e sorar.

Nedir bu gürültü Dişlek!

Kitap okuyamıyorum senin yüzünden. Biraz saygılı ol koloniye,

Hep beraber yaşıyoruz şu küçücük delikte.

Dişlek mutlulukla gülümser.

Özür dilerim Yamuk Miğfer, unuttum seni davet etmeyi,

Bak kim var burada, eski dostun Ağustos Böceği.

Ben yemeklerimi paylaşıyorum o da müziğini,

Gel beraber dans edelim, biraz da biz eğlenelim.

Yamuk Miğfer sinirlenir, kendisine haksızlık yapıldığını düşünür ve Koloni Konseyi'ne bir şikayet dilekçesi yazar: "Sayın Konsey üyeleri, ben bütün yaz çalıştım. Ağustos Böceği ise hiç çalışmadı, müzik yaptı. O hiç çalışmadan aynı yemekleri yiyor. Benimle aynı kolonide yaşıyor. Peki, eğlenmek mümkünse neden çalışan biziz? En yakın zamanda bir toplantı düzenleyebilir miyiz?"

Ertesi gün Koloni Konseyi toplanır ve konuyu tartışmaya başlar. Yamuk Miğfer, çalışmadan eğlenilemeyeceğini, eğlenmenin çok da önemli olmadığını savunur. Dişlek ise eğlenmenin ve eğlendirmenin çalışmak kadar önemli olduğunu savunur. Konseyin bir karar vermesi gerekir. Fakat zor bir karardır bu: Eğlenmek mi önemlidir çalışmak mı? Ayrıca Ağustos Böceği kolonide kalacak mıdır?

Soru

Siz kime katılıyorsunuz, Dişlek'e mi, Yamuk Miğfer'e mi, yoksa başka bir fikriniz mi var?

Kavramsal Soru

Merhamet adaletsizlik oluşturur mu?

Konseyde tartışmalar uzar gider. Sonunda bir karara varılır. Konsey sözcüsü Bilge Anten konseyin kararını okur: "Sevgili Yamuk Miğfer ve Dişlek, siz iki cesur küçük karıncayı kutlarız. Bizim gibi yaşlılara yeni şeyler düşünmemiz için fırsat verdiniz. Konseyimiz uzun uzun konuştu, tartıştı, sonunda bir karara vardı. Bundan sonra Yamuk Miğfer'in dediği gibi daha verimli çalışmak adına eğlence ve dinlenmeyi daha çok önemseyeceğiz. Yazları haftada iki gün tatile izin vereceğiz. Kış için sadece Ağustos Böceği değil, başka sanatçıları da kolonimize davet edeceğiz."

O kış Yamuk Miğfer en eğlenceli kışını geçirir, Ağustos Böceği de en iyi dostu olur. Ağustos Böceği ona mızıka çalmasını öğretir. Birlikte müzik yaparak çalışan karıncalara destek olmaya karar verirler ve yaz gelince sahilleri gezerek çalışan karıncalar için müzik yaparlar. Eğlenerek ve çalışarak geçen yazın sonunda, depolar her zamankinden daha fazla dolar. Kış mı? Çok çalışmanın ödülünü eğlenip dans ederek alırlar.

■ **Öğretmen merhameti denge kavramıyla ilişkilendirerek kısaca anlatır ve etkinliği bitirir.**

BİLGİ NOTU

Ağustos Böceği ile Karınca hikâyesi uzun yıllardır çocuklar ve yetişkinler tarafından bilinen bir hikâyedir. Merhametin adaletle gelişmemesi için merhamet-adalet dengesinin kurulması gerekir. Merhametin uygun olması için beş uygunluk kuralına dikkat etmek gerekir. Bu kurallar şunlardır: Uygun yer, uygun zaman, uygun nesne, uygun miktar, uygun yöntem. Örneğin, bir çocuğa merhamet göstermek için uygun yerde (evde, okulda), uygun zamanda (çocuğun ihtiyacı olduğunda), uygun nesneye (çocuğun ihtiyacı olan şeye), uygun miktarda (çocuğu şımartmadan) ve uygun yöntemle (çocuğu rencide etmeden) davranmak gerekir. Tüm bunlar bize dengenin, ölçülülüğün önemini vurgular. Platon'dan itibaren tüm filozoflar erdemlerin denge ile ortaya çıktığını sunmaktadır.

KARAKTER GELİŞİM ALANI SINIF REHBERLİK ETKİNLİĞİ 7

Konu: Özgürlük

Düzyey: İlkokul-Ortaokul

Kazanım: Özgürlük kavramını tanımlar, örnekendirir. Özgürlüğü dramatize eder, açıklar, diğer değerlerden ayırt eder.

■ Öğretmen özgürlüğü tanımladıktan sonra aşağıdaki Özgürlük hikâyesini anlatır.

BİLGİ NOTU

Özgürlük, kişinin kendi kendisini belirlemesi, denetlemesi, yönlendirmesi ve düzenlemesi durumudur. Var olan alternatif eylem tarzları arasında bir seçim yapabilme ve yapılan seçimin gereğini yerine getirebilme gücüdür.

ÖZGÜRLÜK



Bir zamanlar, çok uzak bir ülkede, bilgeliğiyle ün salmış olan bir kral yaşarmış. Bu kral, halkına adaletli ve merhametli bir şekilde hükmeder, onların sorunlarına çözüm bulur, onlara doğru yolu gösterirmiş. Kralın bu ünü, ülkenin dört bir yanına yayılmış ve pek çok insan onunla görüşmek, onun bilgeliğinden faydalanmak istemiş.

Bir gün, başka bir ülkeden gelen bir adam, kralın sarayına gelmiş. Adam, kralın huzuruna çıkmak için izin istemiş. Kral, adama izin vermiş ve onu karşısına almış. Adam, krala derin bir saygıyla eğilmiş ve sonra sormuş:

“Efendim söyleyin bana hayatta özgürlük var mıdır?”

Kral, adama gülümsemiş ve cevap vermiş:

“Elbette var. Kaç bacağın var senin?”

Adam soruya şaşırarak bakmış ve demiş:

“İki efendim.”

Kral devam etmiş:

“Pekâlâ, tek bacağının üstünde durabilir misin?”

Adam:

“Elbette” diye cevap vermiş.

Kral:

“O halde hangi bacağının üstünde duracağına karar ver.”

Adam biraz düşünmüş ve sol bacağı üstünde durmaya karar vermiş:

“Tamam” demiş.

Kral:

“Şimdi de öteki bacağına kaldır.”

Adam şaşırarak bakmış ve demiş:

“Bu imkânsız kralım. Böyle yaparsam düşerim.”

Kral:

“Gördün mü?” diye sormuş “Özgürlük vardır. Ama sadece ilk kararı almakta özgürsün. Ondan sonrasında değil. Çünkü her kararın bir sonucu vardır. Ve sonuçlar seni bağlar. Eğer özgür olmak istiyorsan, sonuçlarına katlanabileceğin kararlar almalısın.”

Adam kralın sözlerinden etkilenmiş ve anlamış ki kral gerçekten çok bilgeymiş. Adam krala tekrar saygıyla eğilmiş ve teşekkür etmiş. Sonra da saraydan ayrılmış.

■ **Öğretmen hikâyeyi bitirdikten sonra aşağıdaki soruları sorar:**

- Özgürlük sizce nedir? Özgür olmak hayatınızda ne ifade ediyor?
- Kralın verdiği cevap sizi tatmin etti mi? Neden etti ya da neden etmedi?
- Kralın dediği gibi, hayatta sadece ilk kararı almakta mı özgürüz? Sonrasında özgürlüğümüz kalmıyor mu?
- Özgürlük için mücadele etmek gerekir mi? Neden gerekir ya da gerekmez?

■ **Öğretmen cevapları aldıktan sonra özgürlük konusunda kısa bir açıklama yaparak etkinliği bitirir.**

KARAKTER GELİŞİM ALANI SINIF REHBERLİK ETKİNLİĞİ 8

Konu: Özgürlük

Düzey: İlkokul-Ortaokul

Kazanım: Özgürlük kavramını tanımlar, örnekendirir. Özgürlüğü dramatize eder, açıklar, diğer değerlerden ayırt eder.

■ **Öğretmen, Peter Worley'nin "The If Odyssey" adlı kitabından çevrilerek hazırlanan aşağıdaki hikâyeyi anlatır. Hikâyeyi yarıda durdurarak belirtilen soruları sorar. Aldığı cevapların ardından öğrencilerin özgürlük kavramını sorgulamalarını sağlar.** (Worley, P. (2023). Felsefe Gemisi. İstanbul: Paraşüt Kitap.)

SİRENLER ADASI



Komutan Odise liderliğindeki Yunan gemilerinin eve dönüş yolculuğu devam ediyor...

Komutan Odise ve askerleri Kirke'nin adasına ulaşırlar. Kirke onlara yolculuğun devamında karşılaşacakları tehlikelerle ilgili uyarılarda bulunur. Bu tehlikelerden ilki, yollarının üzerinde büyüleyici sesleriyle şarkılar söyleyen yaratıkların olmasıdır, yani sirenlerin. Bu yaratıkları kimse görmemiştir, çünkü onların büyüleyici sesine ulaşmak isteyen herkes ölümle karşılaşmıştır. Efsaneye göre, sirenler, yüzleri güzel ama çok tehlikeli yaratıklardır. Ağızlarını açtıklarında, jilet kadar keskin

dişleri vardır. Adanın yakınlarından birinin geçtiğini anladıklarında, büyüleyici sesleriyle şarkı söylemeye başlarlar. Sesleri o kadar etkileyicidir ki, seslerini duyan herkes o sese ulaşmayı arzular. O yüzden o adanın yakınından geçen gemiciler, eğer sirenlerin varlığından haberdar değillerse, onların seslerine yakalanırlar, o sese ulaşmak için kendilerini denize atarlar ve bilmedikleri yere ulaşınca kadar yolda ölürlər.

Kirke, Odise'ye şöyle der:

*Karşınıza sirenler çıkacak,
Ama onların şarkılarını dinlemeyin,
Özgür olmak için, özgür olmamanız gerekiyor,
Ait olduğunuz yere gitmek için direnmeniz.*

Bu bilgiyi alan Komutan Odise, Sirenler Adası'nı nasıl geçeceklerine dair bir plan yapar. Gemideki tüm askerlere kulaklarını balmumuyla tıkamalarını emreder. Yalnızca kendisi kulaklarını kapamayacaktır, ama sirenlerin sesine kapılıp denize atlamaması için de askerlerine kendisini geminin direğine sıkıca bağlamalarını emreder. Bu şekilde hazırlıklarını yapan gemiler yola çıkar. Gün geçer, akşam olmaya başlar ve etrafı yoğun bir sis sarar. Hiçbir şey duymayan ve nereye gittiğini göremeyen askerler tedirgindir. Derken, Odise sirenlerin muhteşem şarkısını duymaya başlar ve adaya yaklaşmakta olduklarını anlar. Bu ses, hayatında duyduğu en güzel sestir. Bu sese ulaşmak için içinde derin bir arzu duyar. Yine de askerlerine işaretlerle kendisini çözmelerini ve kesinlikle kendi kulaklarını açmamalarını söyler.

Bu arada askerlerden biri merakına yenik düşer ve kulağındaki balmumunu çıkarır. Sirenlerin müthiş sesiyle karşılaşan adam, daha kimse ne olduğunu anlayamadan kendini denize atar ve ölüm pahasına o sese doğru yüzmeye başlar. Odise, arzuladığı şeye kendisi gidemediği için, giden askeri kıskanır, hatta gözlerinden yaşlar boşanır.

Soru

Burada özgür olan kimdir? Sirenlerin sesini duyan ama ona ulaşamadığı için acı çeken Odise mi, Sirenlerin sesini duyan ve ölümü pahasına onlara giden asker mi, yoksa Sirenlerin sesini duyma merakından vazgeçerek hayatta kalan askerler mi?

Kavramsal Soru

Arzularımız ile amaçlarımız/sorumluluklarımız arasında kaldığımızda özgür olmak nedir? Fiziksel özgürlük nedir? Zihinsel özgürlük nedir?

■ **Öğretmen öğrencilerden aldığı üç olası cevabı tahtaya yazarak öğrencilerin tartışmalarını sağlar;**

- **Özgür olan Odise'dir, çünkü...**

- **Özgür olan giden askerlerdir, çünkü...**

- **Özgür olan kalan askerlerdir, çünkü...**

Sonunda şarkı bitince Odise askerlerine komut verir, hepsi kulaklarındaki balmumunu çıkarırlar, Odise'yi gemi direğinden indirirler. Odise hala seslerin etkisi altında yorgun "Çok güzeldi, çok güzeldi. Ama onu kaybettim. Onu sonsuza kadar kaybettim." der. Askerler onu dinlenmesi ve sirenlerin etkisi altından çıkması için yatağına götürürler. Sonuç olarak, Odise dünyada sirenlerin sesini duyup hayatta kalan tek insan olur. Ama kalbinde büyük bir yarayla.

BİLGİ NOTU

Bu hikâye, öğrencilere özgürlüğün arzularımız ve sorumluluklarımız arasında bir denge kurmak olduğunu anlatmayı amaçlamaktadır. Öğrencilerle çalışırken önemli olan hangi karakteri özgür buldukları değildir, önemli olan özgürlüğe verdikleri tanımlar dahilinde seçtikleri karakterin tanımı ile uyuyor olması ve tanımlarına dair argüman sunuyor olabilmeleridir. Bu karakterleri özgür irade ve belirlenimcilik gibi felsefi kavramlarla analiz edebiliriz. Özgür irade, kişinin kendi isteğiyle davrandığına inanan görüştür. Bu durumda, sirenlerin sesine kapılıp giden asker özgür iradesiyle davranmış gözükmemektedir. Odise de, kendi isteğiyle sirenlerin sesine gidebilecek olduğu halde, fiziksel olarak gidememiştir, ancak fiziksel olarak gitmemeye de kendi isteğiyle baştan karar vermiştir. Bu durumda o da özgür iradesiyle davranmıştır. Buna göre, özgür iradesiyle davranamayanlar, kulakları kapalı olan ve Odise'nin emrine itaat eden askerlerdir. Belirlenimcilik ise, kişinin davranışlarının önceki koşullar tarafından belirlendiğine inanan görüştür. Bu durumda, sirenlerin sesine giden asker de özgür değildir, çünkü eylemi arzuları tarafından belirlenmiştir. Odise de özgür değildir, aldığı kararlar ve eylemi, ulaşmak istediği amaç tarafından belirlenmiştir.

KARAKTER GELİŞİM ALANI SINIF REHBERLİK ETKİNLİĞİ 9

Konu: Adalet

Düzy: İlkokul-Ortaokul

Kazanım: Adalet kavramını tanımlar, örneklendirir. Adaleti dramatize eder, açıklar, diğer değerlerden ayırt eder.

■ **Öğretmen adeleti tanımladıktan sonra aşağıdaki Yemeğin Buğusu, Paranın Sesi hikâyesini anlatır.** (Sakaoğlu, S. (2018). Nasreddin Hoca Fıkralarından Seçmeler: Akçağ Yayınları, Ankara)

BİLGİ NOTU

Adalet, herkesin hak ettiği ödül ya da cezayla karşılaşması durumudur. Çatışma ve farklılıkların tarafsız ve adil bir şekilde çözülmesidir. Adalet, herkese hak ettiğinin verilmesi dileği ve öngörüsü üzerine kurulmuştur; doğruluk, dürüstlük, tarafsızlık, uygun ve doğru muamele biçiminde karşımıza çıkar.

YEMEĞİN BUĞUSU, PARANIN SESİ



Nasrettin Hoca Akşehir’de kadılık vazifesini yürütürken karşısına iki adam çıkmış. Birisi öteden beri cimriliği ile tanınmış bir aşçı, diğeri de boynu bükük fakir bir adammış.

Aşçı söze başlamış:

– Hocam demiş, ben bu adamdan davacıyım. Dükkânın önünde fasulye pişiriyordum. Tencerenin kenarından buğusu çıkıyordu yemeğin. Bu adam elinde somun ekmekle geldi. Kopardığı lokmaları yemeğin buğusuna tutup başladı atıştırmaya. Nihayet koca

bir ekmeği bitirdi. Ondan fasulye buğusunun parasını istedim, vermedi. Nasrettin Hoca anlatılanları dikkatlice dinledikten sonra fakire dönüp:

– Doğru mu bunlar? diye sormuş.

– Evet, demiş fakir adam.

– Öyleyse para kesesini çıkar bakalım.

Zavallı fakir, kadı efendiye karşı gelememiş. İçinde üç beş akçe bulunan para kesesini Nasrettin Hoca’ya uzatmış. Bu sefer aşçıyı çağırmış yanına. Keseyi kulağına yaklaştırarak şingirdatmaya başlamış.

Sonra da:

– Haydi demiş aldın işte alacağın.

Aşçı:

– Nasıl olur? diye şaşkınlığını belli etmiş. Paramı vermediniz henüz.

Hoca cevap vermiş:

– Fazla uzatma, yemeğin buğusunu satan paranın da sesini alır elbet!

■ **Öğretmen hikâyeyi bitirdikten sonra aşağıdaki soruları sorar:**

-Adalet sizce nedir? Adalet hayatınızda ne ifade ediyor?

- Nasrettin Hoca’nın verdiği karar adil mi? Neden adil veya neden adil değil?

-Hayatınızda adil bulduğunuz yahut adil olmadığını düşündüğünüz olay var mı?

■ **Öğretmen cevapları aldıktan sonra adalet konusunda kısa bir açıklama yaparak etkinliği bitirir.**

KARAKTER GELİŞİM ALANI SINIF REHBERLİK ETKİNLİĞİ 10

Konu: Adalet

Düzyey: İlkokul-Ortaokul

Kazanım: Adalet kavramını tanımlar, örneklendirir. Adaleti dramatize eder, açıklar, diğer değerlerden ayırt eder.

■ Öğretmen aşağıdaki hikâyeyi anlatır. Hikâyeyi yarıda durdurarak belirtilen soruları sorar. Aldığı cevapların ardından öğrencilerin adalet kavramını eşitlik üzerinden sorgulamalarını sağlar.

O KEKİ NASIL PAYLAŞACAĞIZ?



Can, Suna ve Arda üç yakın arkadaştır. Önlerinde üç dilim kek durmaktadır ve üçü de yemek için sabırsızlanmaktadır. 3 kişi için 3 dilim kek! Harika! Ortada hiçbir sorun yok derken ve herkes yemek için kek dilimlerine yönelmişken, Can bir anda “Ama iki dilim kek benim olmalı!” der. Arda ile Suna şaşırırlar. “Neden?” diye sorarlar, “Biz de çok yemek istiyoruz, hatta sabırsızlıkla bekliyoruz,” derler. “Çünkü ben sizden daha büyüğüm ve daha iriyim, daha çok yemeğe ihtiyacım var da ondan.” der Can.

Soru

Can’ın diğerlerinden daha büyük ve iri olduğu için, onlardan daha çok kek alması adil midir?

Kavramsal Soru

Adaletin temeli eşit paylaşım mıdır, ihtiyaçlara göre paylaşım mıdır?
Adaletin temeli ihtiyaçlara göre paylaşım ise, ihtiyaçlara ilişkin doğru değerlendirme nasıl yapılır?
Her durumda eşit paylaşım, adil paylaşım mıdır?
Adalet nedir?

■ Öğretmen adalet ve eşitlik üzerinden kısa bir açıklama yaparak etkinliği bitirir.

BİLGİ NOTU

Adalet, diğer erdemlerin temelini ve birliğini sağlayan bir yasadır. Comteville, adaleti erdemlerin ufkunda görür. Adaleti iki şekilde anlamalıyız: Birincisi, devlet içinde yasalara uymaktır. Bu, hukukun işidir. Ama ya yasalar adil değilse? O zaman adaletin ikinci anlamına bakmalıyız: Bu da, bireyler arasında eşitlik, karşılıklılık ve denklik sağlamaktır. Bu, ahlakın işidir. Bu da adaleti bir erdem yapar. Adalet erdeminin bir bireyde var olması, tüm erdemlerde o kişinin dengeli ve ölçülü olması demektir. Platon, adaleti herkesin kendi işini yapması ve her şeyi olması gerektiği yere koyması olarak tanımlar. Comteville ise adaleti bireyler arasında belli bir eşitlikten yana olmak olarak açıklar. Burada önemli olan paylaşılan nesnenin eşitliği değil (nesne eşit paylaşılabilir) paylaşım katılan öznelerin eşitliğidir. Herkesin paylaşım konusunda eşit bilgiye ve özgürlüğe sahip olması gerekir. Her paylaşım da kendimizi karşıımızdaki yerine koyarak onun ihtiyaçlarını da düşünmemiz gerekir. Bu bizi adalete yaklaştırır. Hikâyenin sonunda üç kişi keki eşit paylaşmayabilir ama önemli olan bunu adil bir şekilde yapmalarıdır. Kendi çıkarlarını herkesin ve her bir kişinin çıkarında arayarak paylaşım onay vermeleridir. Ayrıca adaletin iki uçtaki dengeyi oluşturma rolünü de unutmamalıyız. Özdemir, Ö. (2017). Ders notları. [Yayımlanmamış ders notları].

KARAKTER GELİŞİM ALANI SINIF REHBERLİK ETKİNLİĞİ 11

Konu: Denge

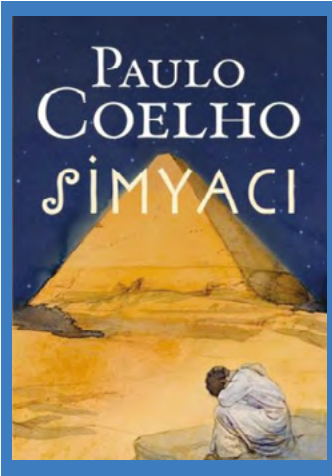
Düzey: İlkokul-Ortaokul

Kazanım: Denge kavramını tanımlar, örneklendirir. Dengeyi dramatize eder, açıklar, diğer değerlerden ayırt eder.

BİLGİ NOTU

Denge, hazlar ve istem arasındaki karşıt, yaşamsal ölçüyü sağlayan düzenleyici etkidir. Denge, insanın hem bedensel hem de ruhsal olarak sağlıklı ve mutlu olması için gerekli olan uyumlu ve uygun oranlı durumdur. Bu tanım, ölçülülük kavramı ile ilişkilidir. Ölçülülük, insanın kendini kontrol etmesi, aşırılıklardan kaçınması, doğru ve yararlı olanı seçmesi demektir.

■ **Öğretmen dengeli olmayı tanımlayıp kısa bir açıklama yaptıktan sonra Simyacı kitabından aşağıdaki hikâyeyi anlatır.** (Coelho, P. (1988). Simyacı, çev. Özdemir İnce, Can Yayınları, İstanbul.)

SİMYACI

Bir tüccar mutluluğun sırrını öğrenmesi için oğlunu insanların en bilgesinin yanına yollamış. Bunun üzerine yola çıkan delikanlı bir çölde kırk gün yürüdüktan sonra, sonunda bir tepenin üzerinde bulunan güzel şatoya varmış. Söz konusu bilge burada yaşıyormuş. Bir ermişle karşılaşmayı bekleyen delikanlı, girdiği salonda ilginç bir manzarayla karşılaşmış. Tüccarlar girip çıkıyor, insanlar bir köşede sohbet ediyor, bir orkestra tatlı ezgiler çalıyormuş. Dünyanın dört bir yanından gelmiş lezzetli yiyeceklerle dolu bir masa da varmış. Bilge, sırayla bu insanlarla konuşuyormuş. Delikanlı kendi sırasının gelmesi için iki saat beklemek zorunda kalmış.

Bilge, delikanlının ziyaret nedenini açıklamasını dikkatle dinlemiş. Bununla birlikte mutluluğun sırrını açıklayacak zamanı olmadığını söylemiş ona. Gidip sarayda dolaşmasını, kendisini iki saat sonra görmeye gelmesi gerektiğini söylemiş. Sonra da eline bir kaşık alıp demiş ki “Sizden bir ricada bulunacağım, bu kaşığı al, kaşığa şimdi iki damla yağ koyuyorum. Sarayı dolaşırken bu kaşığı elinizde tutacak ve yağı dökmeyeceksiniz.”

Delikanlı sarayın merdivenlerini inip çıkmaya başlamış, gözünü kaşıktan ayırmıyormuş. İki saat sonra bilgenin huzuruna çıkmış. “Güzel” demiş bilge, “Peki, sarayı gezerken, yemek salonumdaki Acem halılarını gördünüz mü? Bahçıvan başının yaratmak için on yıl çalıştığı bahçeyi gördünüz mü? Kütüphanemdeki güzel parşömenleri fark ettiniz mi?”

Utanan delikanlı hiçbir şey göremediğini itiraf etmek zorunda kalmış. Çünkü bilgenin kendisine verdiği iki damla yağ dökmemeye çalışmış, başka bir şeye dikkat edememiş. Hiçbir güzelliğin farkına varamamış. “Öyleyse git, evrenin harikalarını tanı, saraydaki güzellikleri fark et.” demiş... “Oturduğu evi tanımayan düşük bilinçli bir insana güvenemezsin.”

İçi rahatlayan delikanlı kaşığı alıp sarayı gezmeye çıkmış. Bu kez, duvarlara asılmış, tavanları süsleyen sanat yapıtlarına dikkat ediyormuş. Bahçeleri, çevredeki dağları, çiçeklerin güzelliğini, bulundukları yerlere yakışan sanat yapıtlarının zarafetini görmüş.

Bilgenin yanına dönünce, gördüklerini tüm ayrıntılarıyla anlatmış. “Peki, sana emanet ettiğim iki damla yağ nerede?” diye sormuş bilge. Kaşığa bakan delikanlı, iki damla yağın dökülmüş olduğunu görmüş. “Peki” demiş bunun üzerine bilge, “Sana verebileceğim tek bir öğüt var. Mutluluğun sırrı dünyanın tüm harikalarını görmektir, ama kaşıktaki iki damla yağ unutmadan ve dökmeden... Evet, bir çoban gezmeyi sevebilir ama koyunlarını yani işini asla unutmaz.

■ **Öğretmen hikâyeyi bitirdikten sonra aşağıdaki soruları sorar:**

- Hikâyedeki bilge, delikanlıya kaşıktaki iki damla yağ dökmeden sarayı gezmeyi öneriyor. Bu size ne anlatıyor? Sizce bu görevin amacı ne olabilir?
- Hikâyedeki delikanlı, ilk seferinde sarayın güzelliklerini fark edemiyor, ikinci seferinde ise kaşıktaki yağ döküyor. Siz de hayatınızda böyle bir denge kurmakta zorlanıyor musunuz? Neden?

■ **Öğretmen cevapları aldıktan sonra denge konusunda kısa bir açıklama yaparak etkinliği bitirir.**

Öneriler

1. Öğrencilerin sorumluluk alması için farklı etkinlikler yapılabilir. Örneğin bir çiçeği büyütmeleri, sınıfta balık gibi küçük bir hayvanı düzenli olarak beslemeleri sağlanabilir.
2. Her çocuğa hafta sonu bir yumurta verilip, yumurtanın kırılmamış şekilde okula geri getirmeleri söylenir. Ardından süreçte neler hissettikleri sınıfta paylaşılabilir.

KARAKTER GELİŞİM ALANI SINIF REHBERLİK ETKİNLİĞİ 12

Konu: Denge

Düzey: İlkokul-Ortaokul

Kazanım: Denge kavramını tanımlar, örneklendirir. Dengeyi dramatize eder, açıklar, diğer değerlerden ayırt eder.

■ **Öğretmen aşağıdaki Mio Nazik Olmak İstiyor hikâyesini anlatır. Hikâyeyi yarıda durdurarak belirtilen soruları sorar. Aldığı cevapların ardından öğrencilerin denge kavramını nezaket üzerinden sorgulamalarını sağlar.** Özdemir, Ö. (2017). Ders notları. [Yayımlanmamış ders notları].

MİO NAZİK OLMAK İSTİYOR

Mio, o sabah uyandığında nazik bir insan olmaya karar verir. Son aylarda, çevresindeki hemen herkesin onun davranışlarından rahatsız olduğunu hissetmektedir. Annesi sessizce onu izlerken, babası çoğu zaman “Bu hiç doğru değil Mio!” diye onu uyarmaktadır. Öğretmeni “Hayır Mio!” demekten, onu uyarmaktan bıkkındır. Arkadaşları ise çoğu zaman ondan uzak durmaktadır. Çevresindeki hemen herkes Mio’yu nezaketsiz bulduğunu söylemektedir.

“Böyle olması hiç hoşuma gitmiyor. Ama onların nezaket davranışları dedikleri şeyleri de hiç yapasım gelmiyor,” diye söylenir Mio. Ardından “Ama bugün nazik bir çocuk olacağım. Bugünü nezaket günü ilan ediyorum!” der. İşe nereden başlayacağını düşünürken, köşede duran arkadaşı Kaz Faz’a bakar.

Faz yakın gözlüklerini takmış, elinde not defteriyle güne çoktan hazırdır: “Gün-gün-günaydın,” der. “İç sesini duyabiliyorum. Demeeek nazik bir çocuk olacaksın? Amaa, ne ne ne yapman gerektiğini bilmiyorsun.” “Evet bilmiyorum, nasıl nazik olacağım ben?” diye sorar Mio.

Faz, Mio’nun sorununu ve bundan duyduğu üzüntüyü anlar. Ona yardım etmek için hemen kütüphanesine koşar. Faz’ın devasa bir kütüphanesi vardır, kafasına bir şey takıldığında hemen oraya gider. İlgili kitapları bulur, okur, düşünür, harekete geçer. O gün kütüphanesinde “Nazik Çocuk Olmanın 49 Kuralı” adlı kitaba bakar, “Kaba Gergedanın Macerası” adlı hikâye kitabını okur, “Çocuğum Nasıl Nazik Olur?” adlı kitaba göz gezdirir. Düşünür, taşınır. Beyaz tüylü kafasını kaşıyarak odada bir aşağı bir yukarı yürür. Gözlüğünü düzeltirken artık Mio’ya söyleyeceklerini kafasında tasarlamıştır.

Ertesi sabah Faz en basit şekilde başlamanın doğru olacağını söyler Mio’ya. “Eeenn basit şekilde! Yani yani yani nezaket davranışları var, onları yaparak başlayabilirsin. Sonuçlarını bir-bir-birlikte izleyelim,” der. “Nedir onlar?” diye sorar Mio. Faz hızla sıralamaya başlar; selam vermek, teşekkür etmek, yardım etmek, söz kesmemek,

sıranı beklemek, yemek yerken tuhaf sesler çıkarmamak, özür dilemek... Liste uzayıp gitmekte, Mio'nun kafası şişmektedir. Faz listeyi tamamladığında, Mio "Bunların hepsini aklımda tutabileceğimi mi sanıyorsun?" diye sorar. "Hadi aklımda tuttum, ama hepsini yapabileceğimi hiç sanmıyorum," der umutsuzlukla. Faz bir işe başlamak için ayak direyen çocuklara her zaman yaptığı şeyi yapar: Mio'yu odasından dışarı iter ve "Başla!" der.

Mio aniden kendini mutfakta bulur. Yüzünde kocaman bir gülümsemeyle "Günaydın babacığım," der. Kahvaltı hazırlayan babası şaşkın "Günaydın Mio," diye cevap verir. "Ah sen zahmet etme babacığım, ben hazırlarım kahvaltımı." diyerek babasının elinden süt şişesini kapar. Kahvaltısını yapar, dişlerini fırçalar, okul çantası sırtında kapıda hazır bekler. Mio'yu vaktinden önce hazır gören babası dehşete düşer. "Servis saatim gelmek üzere, geç kalmam ve insanları bekletmem hiç hoş olmaz." der Mio ve evden 5 dakika erken çıkar. Babası artık şaşkın değil endişelidir.

Servise binince "Günaydın!" der şoför abiye, "Teşekkürler!" der kendisine yardımcı olan hostes ablaya, "Pardon!" der servisten inerken çarpıştığı arkadaşına. Okulda usluca sırasında oturur, söz isterken elini kaldırır, öğretmeni konuşurken sözünü kesmeden dinler onu. Öğlen yemekhaneye indiklerinde sırasını bekler, hoplamadan zıplamadan, ortalığa saçmadan yemeğini yer. Kısacası Mio, nezaketli davranışları eksiksiz biçimde yapar.

İki hafta boyunca neredeyse tüm nezaketli davranışları sergilemesine rağmen, çevresindekilerin hala ondan rahatsız olduğunu hisseder. Bunca çabaya rağmen istediği sonuca ulaşamayan Mio, yine üzgündür. "İki hafta boyunca nazik bir çocuk oldum, ama insanlar hala benden rahatsız oluyor gibi. Neden Faz, neden?" diye yakınır. Faz düşüncelidir, bir yerde bir hata olduğunu görmekte ama nasıl açıklayacağını bilememektedir. Tam Faz söze başlayacakken Mio, "Henüz soruma cevap vermedin ama yine de teşekkür ederim Faz. Saygılarımı sunarım Faz," der. Faz gülümseyerek Mio'ya yanaşır, gözlüklerinin üzerinden Mio'ya bakarak "İki haftadır robot gibi davranıyorsun Mio. Nazik davranışlara programlanmış bir robot gibi, nazik bir ro-ro-robot gibi," der.

Soru

Mio'nun nazik çocuk olma projesinde yanlış giden nedir?

Kavramsal Soru

Nezaketin ölçüsü var mıdır? Az olması kadar, çok olması da bir sorun mudur? Eğer varsa, bu ölçüyü nasıl bilebiliriz? Fiziksel özgürlük nedir? Zihinsel özgürlük nedir?

■ **Öğretmen olası iki cevabı tahtaya yazar:**

EVET:

Nezaketin ölçüsü vardır, az yapınca kaba, çok yapınca yapmacık olabilirsiniz.
Nezaketin ölçüsü vardır, çok yapınca sıkıcı ve renksiz bir insan olabilirsiniz
Nezaketin ölçüsü vardır, ama nasıl ölçüldüğünü bilmiyorum.
Nezaketin ölçüsü vardır, büyüklerimiz bize doğru ölçüyü söylerler, o yüzden onları dinlememiz gerekir.
Her zaman nazik olamayız. Mesela birisi bize çok kötü davrandığında, biz de ona karşı nazik olamayabiliriz.

HAYIR:

Nezaketin ölçüsü yoktur, her durumda nazik olmalıyız.
Nezaketin ölçüsü yoktur, istediğim zaman istediğim gibi davranabilirim. Canım isterse teşekkür ederim, istemezse etmem.
Nezaketin ölçüsü yoktur. Bana bu konuda sürekli karışılmasından hiç hoşlanmıyorum.
Nezaketin ölçüsü yoktur, çünkü ölçülemez.

■ **Öğretmen öğrencilerden yeterli dönüş olmazsa yukarıdaki gerekçeleri sıralayarak sorgulamanın derinleşmesini sağlar ve hikâyenin devamını anlatır.**

“Nezaketi çok ciddiye aldın ve sahiciliğini kaybettin Mio,” diye devam eder Faz. “Azdı, şimdi çok çok çok oldu,” der. “Ne yani, bir ölçüsü mü var bunun? Ben nereden bileceğim doğru ölçüyü?” diye sorar Mio. “Yaşayarak, izleyerek, dinleyerek, deneyerek, yanılarak, esneyerek, değişerek,” der Faz. Mio gülümser, Faz’ın gizemli kelimelerini tekrar eder içinden. Sanırım hangi davranışımın nerede nasıl etki yarattığını izlemem ve kendime zaman tanımam gerek, diye düşünür.

■ **Öğretmen denge ve nezaket üzerinden kısa bir açıklama yaparak etkinliği bitirir.**

BİLGİ NOTU

Nezaket, başkalarına karşı incelik gösterme, saygı ve sevgi duyma, hoşgörülük ve tevazu sahibi olma gibi değerleri içeren bir davranış biçimidir. Nezaket, erdemleri öğrenmeye ve uygulamaya hazırlayan bir ahlak temelidir. Ölçülülük ise bir erdemdir. Örneğin, teşekkür etmek minnettarlık erdemini taklit etmektir. Nezaket, insanın iç dünyasını dışa yansıtır ve ahlakın öncüsüdür. Erdemlerin temel ortak özelliği ise ölçülü olmaktır. Ölçülü olmayı sağlayan da nezakettir. Nezaket sayesinde çocuklar erdemleri fark ederler ve karakter geliştirirler. Karakter gelişimi için tüm erdemler ölçülü olmayı gerektirir. Nezaket, yaşa göre değişebilir. Çocuklukta çok önemliyken, yetişkinlikte erdem sahibi olmak daha önemlidir. Yetişkinler sevmeyi, yargılamayı, istemeyi bilirler. Bu yüzden nezaket

artık temel değil, yardımcıdır. Mesela, kaba ama minnettar birini, nazik ama hatırlı bilmeyen birine tercih ederiz. Ama çocuklukta henüz erdemlere sahip değildir, onların kaynağı olan nezaketle başlamak, taklit etmekle başlamak önemlidir. Çocuklar büyüdükçe, erdem sahibi olmaya doğru gittikçe, nezaket kurallarını sorgulayabilir ve kendileri olmaya çalışabilirler. Ergenlik çağında, gerçekten minnettar olup olmadıklarını düşünürken, nezaketsiz, hoşgörüsüz ve aşırı olabilirler. Burada nezaketten çok kendileri olmak önemlidir. Yetişkinlerin bu süreçte anlayışlı olması gerekir.

KARAKTER GELİŞİM ALANI SINIF REHBERLİK ETKİNLİĞİ 13

Konu: Cesaret

Düzey: İlkokul-Ortaokul

Kazanım: Cesaret kavramını tanımlar, örneklendirir. Cesareti dramatize eder, açıklar, diğer değerlerden ayırt eder.

BİLGİ NOTU

Cesaret, fiziksel veya psikolojik risklere rağmen zorlu bir mücadelenin üstesinden gelme yeteneğidir. Cesaret, korku duymama hali değil, korkusunu kontrol altında tutabilme ve bir ödev duygusuyla ya da ahlaki bir yargıya uygun olarak hareket etmedir.

- Öğretmen cesareti tanımlayıp kısa bir açıklamayı yaptıktan sonra aşağıdaki hikâyeyi anlatır.

CESARETİN BİTTİĞİ YERDE ESARET BAŞLAR



Bir zamanlar, kedilerin gölgesinden bile ürperen ve sürekli korku içinde yaşamakta olan küçük bir fare varmış. Bir gün, bu küçük farenin durumuna üzülen bir büyücü, onu cesur ve güçlü bir kediye dönüştürmeye karar vermiş. Ancak fare, kediye dönüştükten sonra da huzuru bulamamış; bu kez de köpeklerin havlamasından korkar olmuş. Büyücü, fareye bir şans daha vererek onu heybetli bir kaplana çevirmiş. Fakat kaplana dönüşen fare, avcılardan korkmaya başlamış. Bunun üzerine büyücü, “Senin sorunun şeklinde değil, yüreğinde,” demiş. “Korkak bir farenin yüreğiyle, ne yaparsam yapayım seni değiştiremem.”

- Öğretmen hikâyeyi bitirdikten sonra aşağıdaki soruları sorar:
 - Sizce fare, kedi veya kaplan olmak onu cesur yapar mıydı? Neden?
 - Hayatınızda cesur olduğunuz bir an var mı? Bu anı nasıl yaşadınız? Neler hissettiniz?
 - Sizce cesaret, doğuştan gelen bir özellik mi yoksa sonradan kazanılan bir beceri mi? Neden?
- Öğretmen cevapları aldıktan sonra cesaret konusunda kısa bir açıklama yaparak etkinliği bitirir.

KARAKTER GELİŞİM ALANI SINIF REHBERLİK ETKİNLİĞİ 14

Konu: Cesaret

Düzey: İlkokul-Ortaokul

Kazanım: Cesaret kavramını tanımlar, örneklendirir. Cesareti dramatize eder, açıklar, diğer değerlerden ayırt eder.

■ Öğretmen aşağıdaki Şapkayı Selamlamayan William Tell hikâyesini anlatır. Hikâyeyi yarıda durdurarak belirtilen soruları sorar. Aldığı cevapların ardından öğrencilerin cesaret kavramını sorgulamalarını sağlar. (Schiller, F. (2020). William Tell. İstanbul: Dorlion Yayınları.)

ŞAPKAYI SELAMLAMAYAN WILLIAM TELL



Bir gün İsviçre'nin Altdorf kasabasını ziyarette giderseniz, meydanda bir halk kahramanı olan William Tell'in heykelini görürsünüz. Sırtında oku ve yayı, yanında çok sevdiği oğluyla birlikte karşınıza dikilir. Sonra dinlenmek için su almaya giderseniz, elinizdeki 5 İsviçre Frank'ının üzerinde yine onun resmiyle karşılaşsınız. Neden William Tell bu kadar önemsenmektedir dersiniz, hikâyeyi dinlemeniz gerekir. Hikâye şöyle...

Bundan yaklaşık 700 yıl önce, İsviçre'in Altdorf kasabası zalim bir tiranın yönetimi altındadır. Tiran Gessler halkını hiç sevmez. Ortada hiç bir sebep yokken insanlara cezalar verir, hapishaneye kapatır, meydanda dolaşmaya çıktığında eşyalarını yağmalar, yanındaki askerlerine onlara zulmetmelerini emreder. Tiran demek, gücü tek başına elinde tutan, keyfi biçimde ve çoğu zaman kötüye kullanan yöneticidir. Gessler de tam böyle bir adamdır.

Yine bir gün Gessler'in aklına bir zorbalık gelir. Kasaba meydanının ortasına bir direk diktirir ve üzerine şapkasını koydurur. Ardından şöyle emreder: "Her kim ki şapkamın asılı olduğu bu direğin önünden geçecek, mutlaka ona selam vererek geçmelidir. Aksi takdirde onu ölümle cezalandırırım!" İnsanlar korkudan bu emre itaat etmeye başlarlar. Örneğin, günde 20-30 kez meydandan geçmesi gereken bir çiftçi her seferinde, direk önünde diz çöker, şapkasını çıkarır ve bu anlamsız direğe selam verir. Aynı şekilde pazarcılar, alışverişe gelen kadınlar, oyun oynamaya çıkan çocuklar, yani herkes bu anlam veremediği, ama korkudan karşı çıkamadığı kurala itaat eder.

Bir gün, William Tell bir arkadaşıyla beraber kasaba meydanından geçmektedir. Okçuluk sanatındaki hüneriyle tanınan ve yoksul bir çiftçi olan William Tell, Gessler'in emrine itaat etmez ve selam vermeden direğin önünden geçer.

Meydandaki askerler hemen onu yakalar ve Gessler'in karşısına çıkarırlar. Gessler "Demek kurallara itaat etmiyorsun. Sen aptal mısın?" diye sorar. William Tell "Bence esas aptallık, bir şapkayı selamlamaktır." der. Bunun üzerine Gessler "Sen okçu William Tell değil misin?" diye sorar. "Senin gibi sıradışı bir adama sıradışı bir ceza vermek istiyorum. Arkadaşının başının üzerine koyacağım bu elmayı okunla vurmanı istiyorum." der.

Soru

William Tell ne yapmalıdır? Aptalca bulduğu "şapkayı selamlama" emrine mi itaat etmeli, yoksa arkadaşının başına konan elmayı vurma riskine mi girmelidir?

Kavramsal Soru

Aptalca bulduğumuz kurallara, yanlış bulduğumuz durumlara boyun eğmek korkaklık mıdır? Karşı gelmek cesaret midir?

William Tell, okçuluğuna güvenir ve ne olursa olsun bu saçma kurala itaat etmemeye karar verir. Arkadaşı da ona güvendiğini ve kararını desteklediğini söyler. Kasaba meydanında toplanan halk gergin bir şekilde William Tell'in atışını bekler. William Tell arkadaşının sesine, iç sesine ve okçuluğuna olan güveniyle ve doğru şeyi yapma inancıyla okunu fırlatır. Ok tam olarak elmaya isabet eder ve kimse bu işten zarar görmez. Herkes derin bir nefes alırken, Gessler'in öfkesi daha da artar. Askerlerine William Tell'i tutuklamalarını emreder. Onu kayığa bindirerek Luzern Gölü'nün ortasındaki zindanlara kapatmak üzere askerleriyle birlikte yola çıkar. Ancak işler beklediği gibi gitmez. Hava şartları kötüleşir, askerlerin hepsi hastalanır, kayığı kullanamaz hale gelirler. William Tell, "İplerimi çözün, ben yolu biliyorum, size yardım edeceğim," der. Çaresiz kalan Gessler, William Tell'i serbest bırakır. William Tell gölü çok iyi bilmektedir, ancak amacı zindanlara ulaşmak değildir. Amacı, yaşadığı toprakları ve bu topraklarda yaşayan insanları Gessler'in tiranlığından kurtarmak, özgürlüğe kavuşturmadır. Bu amaçla, kayığı kayalıklara doğru sürer, kayık parçalanır, Gessler ve askerleri suda kaybolurlar. William Tell dalgalarla boğuşur ve sonunda kayalıklara ulaşır. Yumruğunu havaya kaldırır ve bir kahraman edasıyla "Topraklarım ve topraklarımda yaşayan herkes her zaman özgür olsun!" diye haykırır.

■ **Öğretmen cesaret üzerinden kısa bir açıklama yaparak etkinliği bitirir.**

KARAKTER GELİŞİM ALANI SINIF REHBERLİK ETKİNLİĞİ 15

Konu: Bilgelik

Düzey: İlkokul-Ortaokul

Kazanım: Bilgelik kavramını tanımlar, örneklendirir. Bilgeliği dramatize eder, açıklar, diğer değerlerden ayırt eder.

BİLGİ NOTU

Bilgelik, seçilen eylemlerde bilginin belirleyici rol oynamasını öngören ideal durumdur. Bireyin sağlam kararlar verme, zor ve önemli yaşam sorularına doğru -veya en azından iyi- cevaplar bulma ve günlük yaşamın ve kişiler arası ilişkilerin karmaşık sorunları hakkında tavsiye verme yeteneğidir.

■ **Öğretmen bilgeliği tanımlayıp kısa bir açıklama yaptıktan sonra aşağıdaki hikâyeyi anlatır** (Anonim. (2016). Anasayfa. Erişim tarihi: 24 Ocak 2016, <https://bilgelikhikayeleri.com/>)

LAO TZU'DAN BİLGELİK HİKAYESİ



Çinli düşünür Lao Tzu bu öyküyü çok sever, sık sık anlatırmış: Küçük bir köyde fakir bir aile yaşarmış. Bu ailenin babasının çok güzel ve değerli bir beyaz atı varmış. Bu beyaz atın şanı kulaktan kulağa öyle yayılmış ki krallar bile bu yaşlı adamı kıskanır olmuş. Kim ne kadar altın, hazine verse de adam atını satmazmış. Hatta kral at için ihtiyara neredeyse hazinesinin tamamını teklif etmiş ama adam satmaya yanaşmamış. Bir sabah yatağından kalkıp ata yem vermeye ahıra gittiğinde atın yerinde olmadığını fark etmiş. Tüm köylüler ihtiyarın başına toplanmış ve ihtiyarın atı kaybettiğini söylemişler. İhtiyar ise “Sadece at kayıp deyin. Ondan ötesi sizin yorumunuz ve verdiğiniz karar. Arkasının nasıl geleceğini kimse bilemez.” diye karşılık vermiş.

Aradan on beş gün geçmeden at bir gece ansızın dönmüş. Meğer çalınmamış, dağlara gitmiş ve geri dönmüş. Dönerken de vadideki on iki vahşi atı peşine takıp getirmiş. Köylüler, ihtiyar adamın etrafına toplanıp özür dilemişler ve “Atının kaybolması bir talihsizlik değil adeta bir devlet kuşu oldu senin için. Şimdi bir at sürün var.” demişler. İhtiyar ise “Sadece atın geri döndüğünü söyleyin. Bilinen gerçek sadece bu. Ondan ötesinin ne getireceğini henüz bilmiyoruz” diye cevap vermiş.

Bir hafta geçmeden, vahşi atları terbiye etmeye çalışan ihtiyarın tek oğlu attan düşmüş ve ayağını kırmış. Evin geçimini temin eden oğul bir ayağı kırık aylarca yatakta kalacaktı. Köylüler yine gelmişler ihtiyara ve “Bir kez daha haklı çıktın. Bu

atlar yüzünden tek oğlun bacağını uzun süre kullanamayacak. Oysa sana bakacak başkası da yok. Şimdi eskisinden daha fakir, daha zavallı olacaksın.” demişler.

Yaşlı adam “Siz erken karar verme hastalığına tutulmuşsunuz. O kadar acele etmeyin. Oğlum bacağını kırdı, gerçek bu. Ötesi sizin verdiğiniz karar. Ama acaba ne kadar doğru. Hayat böyle küçük parçalar halinde gelir ve ondan sonra neler olacağı size asla bildirilmez.” demiş.

Birkaç hafta sonra, ülkeyi çok büyük bir düşman ordusu sarmış. Kral son bir ümitte eli silah tutan bütün gençleri askere çağırmış ve kralın emriyle köye gelen görevliler, ihtiyarın kırık bacaklı oğlu dışında bütün gençleri askere almışlar. Köyü büyük bir üzüntü ve matem havası sarmış. Çünkü herkes farkındaymış ki düşman ordusu çok güçlü ve kalabalık olduğundan savaşı kazanmalarının imkânı yokmuş. Giden gençler ya ölecek ya da esir düşüp köle olacaktırmış.

Köylüler yine ihtiyara gelmişler ve “Yine haklı olduğun kanıtlandı. Oğlunun bacağı kırık ama hiç değilse yanında. Oysa bizimkiler asla köye dönemeyecekler. Oğlunun bacağının kırılması, talihsizlik değil, şansmış meğer.” demişler.

Yaşlı adam “Siz erken karar vermeye devam edin. Oysa ne olacağını kimseler bilemez. Bilinen bir tek gerçek var. Benim oğlum yanımda, sizinkiler askerde. Ama bunların hangisinin talih, hangisinin şanssızlık olacağını kimse bilemez.” demiştir.

Lao Tzu öyküsünü şu nasihatle tamamlar: “Acele karar vermeyin. O zaman sizin diğerlerinden farkınız kalmaz. Hayatın küçük bir parçasına bakıp tamamı hakkında karar vermekten kaçının. Benzeri yanlış kararlar kaygı, korku gibi duygularımızın ölçüsünün bozulduğu, aklın durması halinde ortaya çıkmaktadır. Benzeri karar verme hallerinde, akıl düşünmeyi dolayısıyla gelişmeyi durdurur. Buna rağmen akıl insanı daima karara zorlar. Çünkü gelişme halinde olmak konfor alanımızdan çıkardığı için bir yönü ile insanı huzursuz edebilmektedir. Bir yol sona ererken başka bir yol başlar. Bir kapı kapanırken başka bir kapı açılır. Bir hedefe varırsınız ve daha yüksek bir hedefin orada olduğunu fark edersiniz. Bilgece karar vermek gerekir. Bilge kişi, bilgiye önem vererek karar verir. Bilgiyi analiz eder, mantıklı ve sağduyulu davranır. Karar verirken acele etmez, sonuçlarını düşünür ve alternatifleri değerlendirir. Bilge kişi, bilgi ve yaşam deneyimini kullanır ve kendisinin, başkalarının iyiliğini sağlamak için bilgiyi uygular.”

■ **Öğretmen öğrencilere acele karar vermenin kendilerine zarar verdiği durumların olup olmadığını sorar, cevapları aldıktan sonra cesaret konusunda kısa bir açıklama yaparak etkinliği bitirir.**

KARAKTER GELİŞİM ALANI SINIF REHBERLİK ETKİNLİĞİ 16

Konu: Bilgelik

Düzyey: İlkokul-Ortaokul

Kazanım: Bilgelik kavramını tanımlar, örneklendirir. Bilgeliği dramatize eder, açıklar, diğer değerlerden ayırt eder.

■ Öğretmen aşağıdaki İki Köpek hikâyesini anlatır. Hikâyeyi yarıda durdurarak belirtilen soruları sorar. Aldığı cevapların ardından öğrencilerin bilgelik kavramını sorgulamalarını sağlar. (Anonim. (2016). Anasayfa. Erişim tarihi: 24 Ocak 2016, <https://bilgelikhikayeleri.com/>)

İKİ KÖPEK



Yaşlı Kızılderili reisi kulübesinin önünde torunuyla oturmuş, az ötede birbiriyle boğuşup duran iki kurt köpeğini izliyordu.

Köpeklerden biri beyaz, biri siyahtı ve on iki yaşındaki çocuk kendini bildi bileli o köpekler dedesinin kulübesi önünde boğuşup duruyorlardı. Dedesinin sürekli göz önünde tuttuğu, yanından ayırmadığı iki iri kurt köpeğiydi bunlar. Çocuk, kulübeyi korumak için bir

köpeğin yeterli olduğunu düşünüyor, dedesinin ikinci köpeğe neden ihtiyacı olduğunu ve renklerinin neden siyah ve beyaz olduğunu anlamak istiyordu artık. Merakla dedesine sordu.

Yaşlı reis, bilgece bir gülümsemeyle torununun sırtını sıvazladı ve “Onlar benim için iki simgedir evlat.” dedi. “Neyin simgesi?” diye sordu çocuk.

Dedesi: “İyilik ile kötülüğün simgesi. Aynen, şu gördüğün köpekler gibi, iyilik ve kötülük içimizde sürekli mücadele eder, durur. Onları seyrettikçe ben hep bunu düşünürüm. Onun için yanımda tutarım onları.” Çocuk, sözün burasında, “Mücadele varsa, kazananı da olmalı.” diye düşündü ve her çocuğa has, bitmeyen sorulara bir yenisini ekledi “Peki,” dedi, “Sence hangisi kazanır bu mücadeleyi?”

Bilge reis, derin bir gülümsemeyle torununa baktı ve “Hangisi mi evlat? Ben, hangisini daha iyi beslersem!” dedi. Torunu devam etti sormaya: “Peki hangisini beslememiz ve neyle beslememiz gerektiğini nasıl bileceğiz?”

Soru

Sizce hangi kurdu beslememiz ve neyle beslememiz gerektiğini nasıl bileceğiz?

Kavramsal Soru

Bilgili olmanın bir değeri var mıdır? Kendimizi bilmek ile bilge olma arasında bir ilişki var mıdır? Varsa nedir?

Bilge reis, “Bunu ancak kendini tanıyarak yapabilirsin”, dedi.
“Peki kendimi nasıl tanıyacağım? Benim bir aklım, iki kolum, iki bacağım, gözlerim, burnum, ciğerim var. Bunları biliyorum ama içimizdeki iyi ve kötü kurtlardan hangisinin neyle beslendiğini nasıl bileceğim? Ben iyi kurdu beslemek istiyorum ama iyi kurt ne yer, ne içer?” diye sordu.

Bilge reis hoş bir tebessümle cevap verdi: “Kendini bilmen için dünyayı, doğayı, evreni ve insanları tanımaya dair merak ve gayretin olmalı. Bu merak ve gayret sana bilgiyi, bilgi ise sana kendini getirecek. Yani sevgili çocuk dini, felsefeyi, insanı, doğayı bilmeye gayret et. Bunlar en temelde sana kendini öğretecek. Sen kendini tanıdıkça öğreneceksin, içindeki iyi ve kötü kurdu neyin beslediğini. Sonrasında iyi bir bilge mi yoksa zalim bir bilge mi olacağın iradene, tercihlerine kalmış.”

■ **Öğretmen bilgelik konusunda kısa bir açıklama yaparak etkinliği bitirir.**

**DUYUŞSAL
GELİŞİM ALANI
REHBERLİK
ETKİNLİKLERİ
FİLMER**



DUYUŞSAL GELİŞİM ALANI SINIF REHBERLİK ETKİNLİĞİ 1

Konu: Kaygı

Düzey: İlkokul

Kazanım: Kaygıyı tanımlar. Kaygının farkına varır. Kaygı durumunu dramatize eder. Kaygı durumunu açıklar. Kaygı durumundaki duyguyu diğer duygularla karşılaştırır.



Konusu: Kayıp Balık Nemo Filmi, babası Martin ile yaşayan Nemo'nun okulun başladığı ilk günden başlayıp okyanustan akvaryuma uzanan hikayesine odaklanır. Film Nemo'nun okyanusta bir dalgıç tarafından ele geçirilmesi ve dalgıcın dış kliniğindeki akvaryumdan tekrar okyanusa dönmesi üzerine kuruludur. Nemo okyanusa geri dönmenin yollarını ararken babası Martin de dalgıcın bıraktığı deniz gözlüğündeki isim ve adres üzerinden oğlunu bulmaya çalışmaktadır.

■ Öğretmen filmde kaygıya konu olan kısmı özetler:

Martin çok kaygılı bir babadır. Çünkü Nemo'yu tek başına büyötmektedir. Nemo'nun bir yüzgeci diğerinden küçüktür ve daha yavaş yüzdüğünü düşünerek hep onu korumak ve kollamak ister. Ancak bu durum işlerin bazen çıkmaza girmesine yol açabilir. Nemo, babasının kendisine güvenmediğini ve onu korumak için aşırı davrandığını düşünmektedir. Bu yüzden, cesaretini ispatlamak ve bağımsızlığını göstermek ister. Ancak, bu girişimi onu daha büyük bir belaya sokar ve hayatını tehlikeye atar. Kaygı kontrol edilmediğinde kişinin başka sorunlarla yaşamasına sebep olabilir. Martin için de bu yolculuk böyle olmuştur. Martin'in aşırı korumacı tutumu Nemo'yu baskı altında hissettirir ve onunla arasında iletişim sorunları yaşanmasına sebep olmuştur. Ne zaman Martin kaygısına değil hedefe odaklanır, o vakit Nemo ile tekrar bir araya gelirler.

■ Öğretmen kaygının nasıl yayıldığı üzerine yorum yaparak aşağıdaki soruları sorar:

- Martin'in kaygısı neye sebep oldu?
- Martin ve Dory'nin yolculuğunda dikkatinizi neler çekti?
- Nemo kaygılı bir çocuk mu sizce? Nemo kaygısı ile nasıl başa çıktı?

■ Öğretmen cevapları aldıktan sonra kaygı ve kaygı ile baş etmenin önemi üzerine kısa bir konuşma yaparak etkinliği bitirir.

Öneriler:

1. Bu film aynı zamanda Nemo'nun keşfetme yolculuğu üzerine odaklanmıştır. "Araştırmacı" ve "merak" temalarında da örnek gösterilebilir.
2. Velilere bu film önerilerek kaygı tutumlarına dair içerik paylaşılabilir.
3. Öğretmen kaygılı gördüğü öğrencilerle bireysel görüşme yapabilir.

DUYUŞSAL GELİŞİM ALANI SINIF REHBERLİK ETKİNLİĞİ 2

Konu: Kaygı

Düzyey: İlkokul-Ortaokul

Kazanım: Kaygıyı tanımlar. Kaygının farkına varır. Kaygı durumunu dramatize eder. Kaygı durumunu açıklar. Kaygı durumundaki duyguyu diğer duygularla karşılaştırır.



Konusu: Komşum Totoro filmi, anneleri hastanede yatan iki kız kardeşin, babalarıyla birlikte taşındıkları eski evde ve çevresinde yaşadıkları maceraları anlatıyor. Evde ve ormanda, sadece çocukların görebildiği sevimli ve gizemli yaratıklar vardır. Bunlardan en büyüğü ve en dost canlısı Totoro'dur. Totoro, kız kardeşlere ormanın sihirli güçlerini gösterir ve onlarla oyunlar oynar. Kız kardeşler, Totoro sayesinde annelerine olan özlemlerini ve kaygılarını biraz olsun unuturlar. Film, doğa sevgisi, aile bağı, hayal gücü ve kaygıyla baş etmenin önemini vurgulayan sıcak ve duygusal bir hikâyedir.

■ Öğretmen filmde kaygıya konu olan kısmı özetler:

Satsuki ve Mei, anneleri hastanede tedavi gördüğü için çok endişelidir. Bir gün Satsuki, babasından annelerinin durumunun kötüleştiğini bildiren bir telgraf alır. Bu haber Satsuki'yi çok korkutur ve üzgün bir şekilde Mei'ye anlatır. Mei ise annesinin iyileşeceğine inanmak ister ve Satsuki'ye kızar. İkisi arasında tartışma çıkar ve Mei, Satsuki'yi suçlayarak odasına gider. Satsuki ise ağlayarak babasını arar ve annelerinin durumunu sorar. Babası, annelerinin durumunun ciddi olduğunu ama iyileşeceğini söyler ve onlara cesaret verir. Satsuki, babasına teşekkür eder ve telefonu kapatır. Sonra Mei ile barışmak ister ama onu odasında bulamaz. Mei'nin evden kaçtığını anlar ve onu aramaya başlar.

■ Öğretmen kaygının nasıl yayıldığı üzerine yorum yaparak aşağıdaki soruları sorar:

- - Satsuki, telgrafı aldığı anda neler hissetti? Neler düşündü? Neler yaptı? Satsuki'nin kaygısı, onun davranışlarını, duygularını ve düşüncelerini nasıl etkiledi?
- Satsuki, kardeşi Mei'nin kaybolduğunu öğrendiğinde neler hissetti? Neler düşündü? Neler yaptı?
- Satsuki, kaygısını yönetmek için ne yaptı? Bu yöntemler işe yaradı mı? Satsuki, kaygısını yönetmek için başka ne yapabiliirdi?
- Sizi kaygılandıran bir durum hiç oldu mu? Kaygınızla baş etmek için neler yapıyorsunuz?

■ Öğretmen cevapları aldıktan sonra kaygı ve kaygı ile baş etmenin önemi üzerine

DUYUŞSAL GELİŞİM ALANI SINIF REHBERLİK ETKİNLİĞİ 3

Konu: Öz denetim

Düzey: İlkokul-Ortaokul

Kazanım: Öz denetimi tanımlar. Öz denetimin önemini farkına varır. Öz denetimi dramatize eder. Öz denetimi açıklar



Konusu: Raya ve Son Ejderha, güneydoğu Asya mitolojisinden esinlenen bir animasyon filmidir. Film, ejderhaların insanlığı kurtarmak için kendilerini feda ettikleri Kumandra adlı bir ülkede geçer. 500 yıl sonra, kötü bir güç olan Druun yeniden ortaya çıkar ve insanları taşa çevirir. Raya, hayatta kalan son ejderha Sisu'yu bulmak ve Kumandra'yı birleştirmek için maceraya atılır. Ancak bu yolculukta, Raya'nın en büyük düşmanı olan Namaari ile yüzleşmesi gerekir. Film, dostluk, güven ve öz denetim gibi temaları işler.

Kumandra halklarını bir araya getirmeye çalışan Raya'nın babası, diğer halkların düşmanca tavırlarından etkilenir. Kumandra'yı ve babasını kurtarma görevi Raya'ya düşer. Ancak Raya, yaşanan düşmanlık nedeniyle hem babasının hem de kendisinin zor zamanlar geçirdiğini hisseder.

Ayrıca Raya ve bir diğer rakip prenses olan Namaari birbirlerine güvenmedikleri için sürekli çatışırlar. Film, Raya'nın bu yolculukta hedefine odaklanmasını, duygularını kontrol etmesini ve bunların sonucunda attığı adımları göstermektedir. Filmin sonunda, iki prenses de öz denetim göstererek birlik olur ve Kumandra'yı kurtarırlar.

■ **Öğretmen filmde alınan aşağıdaki kısmı okur:**

"Raya yolculuk boyunca büyür. Hedefi sadece babasını kurtarmak iken duygularını tekrar gözden geçirir ve hedefini büyütür. Öfkesine yenik düşmez, düşmanları gibi kinlenmez ve hedefine odaklanır. Babasına karşı olan özlemi onu güçlendirir. Duygularını kendisi için bir güç olarak kullanır. Hedefine odaklanması konusunda ona yardımcı olur."

■ **Ardından aşağıdaki soruları sorar:**

- Raya ve Namaari'nin öfke, korku, üzüntü gibi duygularını nasıl ifade ettiklerini gözlemleyiniz. Bu duyguları kontrol etmek için neler yapabilirlerdi?
- Raya ve Namaari arasındaki kavganın sebebi nedir?
- Raya ve Namaari'nin öz denetim göstererek birlik olmaları Kumandra'yı nasıl kurtardı? Öz denetimin önemi hakkında ne düşünüyorsunuz?
- Siz hayatınızda hangi durumlarda öz denetim gösteriyorsunuz? Öz denetim becerinizi geliştirmek için neler yapıyorsunuz?

■ **Öğretmen cevapları aldıktan sonra duyguların farkında olmanın ve duyguları kontrol etmenin önemi üzerine konuşma yaparak etkinliği bitirir.**

Öneriler:

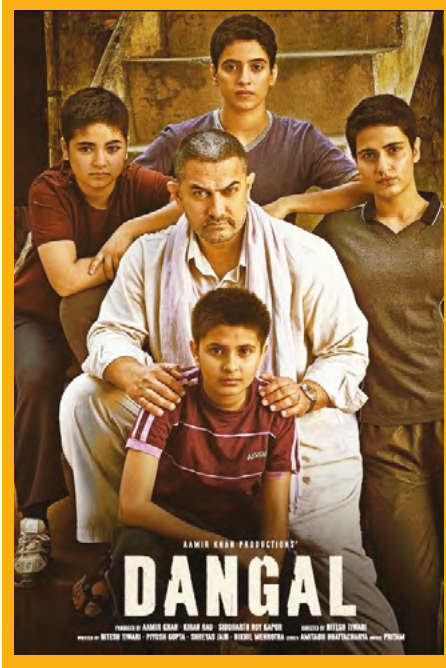
1. Bu film aile ile izlenebilir ve filmin değerlendirmesi aile içinde yapılabilir.
2. Bu film değerlendirmesi yılmazlık temasında da yapılabilir.

DUYUŞSAL GELİŞİM ALANI SINIF REHBERLİK ETKİNLİĞİ 4

Konu: Öz denetim

Düzyey: İlkokul-Ortaokul

Kazanım: Öz denetimi tanımlar. Öz denetimin öneminin farkına varır. Öz denetimi dramatize eder. Öz denetimi açıklar.



Konusu: Dangal, Hintli bir güreşçi olan Mahavir Singh Phogat'ın, kızları Geeta ve Babita'yı dünya çapında başarılı güreşçiler yapmak için verdiği mücadeleyi anlatan bir biyografik spor dram filmidir. Mahavir, kendisi gibi güreşte ülkesi için madalya kazanacak bir erkek çocuğu istemektedir, ancak dört kızı olur. Kızlarının güreş yeteneği olduğunu fark eden Mahavir, onları geleneksel toplumsal baskılara rağmen güreşe başlatır ve sert bir şekilde eğitir. Örneğin, kızlar erken kalkmak, sert antrenman yapmak, saçlarını kesmek, erkeklerle güreşmek gibi babalarının kurallarına uymak zorundadırlar. Geeta ve Babita, babalarının yöntemleriyle yerel, ulusal ve uluslararası turnuvalarda erkek rakiplerini yenerler ve Hindistan'ın ilk kadın güreşçileri olarak tarihe geçerler.

■ Öğretmen filmde öz denetime konu olan kısmı özetler:



Filmde öz denetimin önemli bir rol oynadığı bir sahne, Geeta'nın Ulusal Spor Akademisi'ne (NSA) gittiği zaman yaşanmaktadır. Geeta burada yeni bir antrenör (Pramod Kadam) tarafından eğitime başlar. Ancak antrenörün verdiği eğitim, babasının verdiği eğitimden farklıdır. Geeta, antrenörünün yöntemlerinin daha iyi olduğuna inanmaya başlar

ve babasının kurallarını ihlal eder. Örneğin saçlarını uzatır, yemeğine tuz ekler, müzik dinler ve arkadaşlarıyla vakit geçirir. Bu davranışlar, Geeta'nın disiplinini kaybetmesine ve performansının düşmesine neden olur. Geeta, uluslararası maçlarda üst üste yenilir ve babasıyla arası bozulur.

Geeta'nın öz denetimini yeniden kazanması için babasının desteğine ihtiyacı vardır. Babası ile konuşur ve onun yöntemlerine geri döner. Babası da ona yeni teknikler öğretir ve onu motive eder. Geeta, babasının kurallarına uyarak duygularını ve davranışlarını kontrol altına alır. Bu sayede, Avustralyalı rakibini yenerek altın madalya kazanır.

■ **Öğretmen özellikle Geeta'nın saçlarını kestiği sahneyi hatırlatarak aşağıdaki soruları sorar:**

- Geeta'nın saçlarını kestiği sahneyi hatırlıyor musunuz? Bu sahne neden önemliydi?
- Geeta bu sahnede babasının kurallarına uymaya nasıl karar verdi? Bu kararı vermesinde ne etkili oldu? Geeta bu sahneden sonra güreşe nasıl odaklandı? Duygularını ve davranışlarını nasıl kontrol etti?
- Kendi hayatınızda öz denetim ile ilgili bir deneyim yaşadınız mı? Bu deneyimi bizimle paylaşabilir misiniz?
- Bu süreçte karşılaştığınız zorluklar nelerdi? Bu zorluklarla nasıl başa çıktınız?

■ **Öğretmen cevapları aldıktan sonra duyguların farkında olmanın ve duyguları kontrol etmenin önemi üzerine konuşma yaparak etkinliği bitirir.**

DUYUŞSAL GELİŞİM ALANI SINIF REHBERLİK ETKİNLİĞİ 5

Konu: Empati

Düzey: İlkokul-Ortaokul

Kazanım: Empati kavramını tanımlar. Empatinin öneminin farkına varır. Empati duygusunu dramatize eder. Empatiyi açıklar. Empati duygusunu diğer duygularla karşılaştırır.



Konusu: Planet 51, bir astronotun yaşadığı maceraları anlatan bir bilim kurgu komedi filmidir. Filmde, Amerikan NASA astronotu Chuck Baker, Planet 51 adlı bir gezegene iniş yapar. Gezegene ilk ayak basan kişi olduğunu zanneder ancak gezegende yeşil renkli uzaylılar yaşamaktadır ve kendisini istilacı olarak görürler. Chuck, gezegenin askeri güçleri tarafından yakalanmamak için yerel bir planetaryumda çalışan genç uzaylı Lem ile arkadaş olur. Lem, Chuck'ı uzay aracına geri götürmeye çalışırken, ikilinin başından bir çok heyecanlı ve komik macera geçer.

■ Öğretmen filmde empatiye konu olan sahneyi hatırlatır:



Filmde, insan Chuck ve uzaylı Lem'in ilk karşılaşması, bir planetaryumda gerçekleşir. Chuck, Lem'in bahçesine düşen uzay aracını bulmaya çalışırken, Lem de planetaryumda çalışan bir arkadaşını ziyaret etmektedir. Chuck, planetaryumun içinde saklanırken, Lem onu fark eder ve şaşırır. Chuck, Lem'e kendini tanıtır ve ondan yardım ister. Lem ise korku ve merak

arasında bocalar. Chuck, Lem'e zarar vermeyeceğini ve sadece evine dönmek istediğini söyler. Lem de Chuck'ın yalnız ve korkmuş olduğunu anlar ve ona yardım etmeye karar verir. Bu sahne, iki farklı türden varlığın birbirlerine empati duymasını gösterir. Chuck ve Lem, birbirlerinin farklılıklarını kabul eder ve ortak bir dil bulurlar. Aynı zamanda bu sahne, filmin ana teması olan ön yargıları aşmanın önemini vurgular.

■ Ardından aşağıdaki soruları sorar:

- Chuck ve Lem'in yerinde olsanız neler hissederdiniz?
- Sizin de öncesinde dış görünüşünden dolayı uzak durduğunuz sonrasında iyi dostluklar kurduğunuz kimseler var mı?
- İnsanlar hakkında fikrimizi değiştiren en önemli unsurun ne olduğunu düşünüyorsunuz?

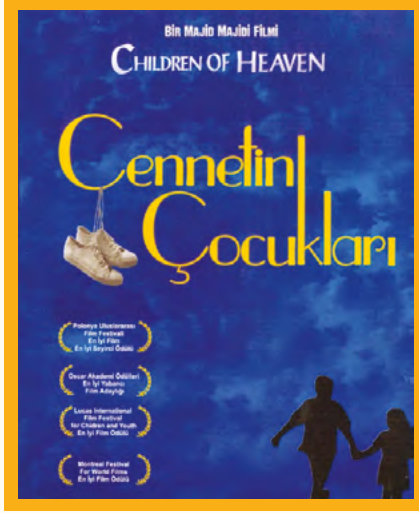
■ Öğretmen aldığı cevaplardan sonra empati kurmanın, karşıdaki kişinin duygularını anlamak olduğunu açıklar. Empati kurmanın sempati uyandıracığını böylece ön yargılarımızdan kurtulmaya yardım edeceğini vurgular. İzledikleri filmin bunun en iyi örneklerinden biri olduğunu söyleyerek etkinliği bitirir.

DUYUŞSAL GELİŞİM ALANI SINIF REHBERLİK ETKİNLİĞİ 6

Konu: Yılmazlık

Düzey: İlkokul-Ortaokul

Kazanım: Yılmazlığı tanımlar. Yılmazlığın öneminin farkına varır. Yılmazlık durumunu dramatize eder. Yılmazlığı açıklar. Yılmazlığı diğer tutumlarla karşılaştırır.



Konusu: Ali ve Zahra, hasta anneleri ve fakir babalarıyla birlikte Tahran'da yaşayan iki kardeşdir. Zahra'nın ayakkabıları yıpranmıştır ve Ali onları tamire götürür. Ancak dönüşte ayakkabıları kaybeder ve bunu ailesine söyleyemez. Kardeşiyle bir anlaşma yapar ve kendi ayakkabılarını onunla paylaşmaya başlar. Bu durum onların okul hayatını zorlaştırır. Ali, bir gün okulda düzenlenen bir yarışmaya katılır ve üçüncü olan kişiye verilecek olan ayakkabı ödülünü kazanmayı umar. Ancak yarışmada birinci olur ve hayal kırıklığına uğrar. Film, iki kardeşin ayakkabı sorununu çözmek için gösterdikleri çabayı ve masumiyetlerini anlatır.

■ Öğretmen filmde yılmazlığa konu olan sahneleri hatırlatır:

Ali, Zahra'nın ayakkabılarını tamire götürürken kaybeder ve bunu ailesine söyleyemez. Çünkü ailesi çok fakirdir ve yeni ayakkabı alacak durumları yoktur. Ali, kardeşiyle bir anlaşma yapar ve kendi ayakkabılarını onunla paylaşmaya başlar. Bu durum onların okul hayatını zorlaştırır. Sabah okula abisinin ayakkabılarıyla giden Zahra, öğleden sonra yolda ayakkabıları Ali'ye teslim eder ve Ali böylece okula yetişmeye çalışır. Her seferinde geç kaldığından okul müdüründen azar işitmekten kurtulamaz. Bu sahne, iki kardeşin ayakkabı sorununu çözmek için gösterdikleri yılmazlık, fedakârlık ve kardeş sevgisini gösterir.

■ Ardından aşağıdaki soruları sorar:

- Ali ve Zahra'nın tek bir ayakkabıyı paylaştığı sahneyi nasıl değerlendiriyorsunuz? Neler hissettiniz?
- Sizin de hayatınızda zor anlar oldu mu? Zorluklar karşısında neler yaptınız?

■ Öğretmen aldığı cevaplardan sonra yılmazlık üzerine açıklamalar yaparak etkinliği bitirir.

DUYUŞSAL GELİŞİM ALANI SINIF REHBERLİK ETKİNLİĞİ 7

Konu: Yılmazlık

Düzey: İlkokul-Ortaokul

Kazanım: Yılmazlık kavramını tanımlar. Yılmazlığın öneminin farkına varır.



Konusu: Hürkuş, Türk havacılık tarihinin önemli isimlerinden Vecihi Hürkuş'un torunu olan Aslan'ın hikâyesini anlatan bir animasyon filmidir. Aslan, küçüklüğünden beri uçak mühendisi olmak istemektedir, ancak ailesi ve çevresi tarafından desteklenmemektedir. Bir gün, büyük büyük babasının mirası olan ve yıllarca atıl kalan özel uçağı Hürkuş'u keşfeder. Aslan, Hürkuş'u tekrar uçurabilmek için arkadaşlarıyla birlikte büyük bir maceraya atılır. Bu süreçte, hem kendini hem de ailesinin geçmişini keşfeder. Hürkuş, Aslan'a hayallerinin peşinden gitmenin önemini ve cesaretini öğretir.

■ **Öğretmen filmde yılmazlığa konu olan sahneyi hatırlatır:**



Aslan ve arkadaşları, Hürkuş adlı emektar uçağı tekrar çalıştıracak elmas kolu bulmak için çabılıyor. Bulduktan sonra da onu kötü adamların elinden kurtarmak için azimli bir mücadelenin içine giriyorlar. Bu mücadelede, Aslan'ın yılmazlığı ön plana çıkıyor. Çünkü Aslan, Hürkuş'u uçurmak için kötü adamlara karşı cesurca savaşıyor ve onlara boyun eğmiyor. Aslan, hem Hürkuş'un hem

de büyük büyük babasının mirasını gururla taşıyor. Hürkuş da Aslan'a sadık kalıyor ve onunla birlikte uçuyor. Bu sahne, Aslan'ın yılmazlığının ve Hürkuş'un sadakatinin güzel bir örneğidir.

■ **Ardından aşağıdaki soruları sorar:**

- Hürkuş ve Aslan bu sahnede neler hissetmiştir?
- Sizin de hayatınızda zor anlar oldu mu? Zorluklar karşısında neler yaptınız?

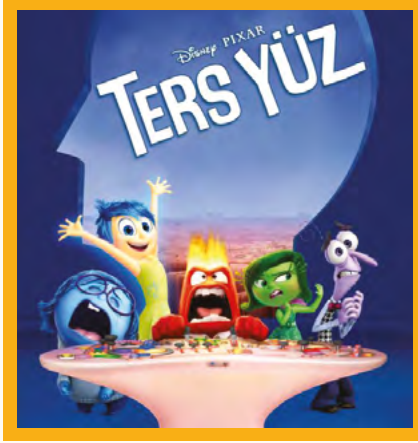
■ **Öğretmen aldığı cevaplardan sonra yılmazlığın, zorluklarla karşılaştığımızda kendimizi toparlama ve iyileştirme gücü olduğunu söyler. Yılmazlığın önemini ve faydalarını vurgulayarak etkinliği bitirir.**

DUYUŞSAL GELİŞİM ALANI SINIF REHBERLİK ETKİNLİĞİ 8

Konu: Öfke

Düzyey: İlkokul-Ortaokul

Kazanım: Öfkeyi tanımlar. Öfkenin farkına varır. Öfke durumunu dramatize eder. Öfke durumunu açıklar. Öfke durumundaki duyguyu diğer duygularla karşılaştırır.



Konusu: Film, 11 yaşında olan Riley isimli küçük kızın ailesiyle birlikte Minnesota'dan San Francisco'ya taşınmasıyla yeni hayatına adapte olma sürecindeki zorluklarını konu alıyor. Riley'nin hayatı konu alınırken 5 temel duygu üzerine odaklanılmıştır. Bu duygular neşe, üzüntü, tikslenme, öfke ve korkudur. Çocukların temel duygularının farkında olması, duygularını tanımlayabilmesi ve anlamlandırabilmesi önemlidir. Bu bağlamda Ters Yüz animasyonu 5 temel duyguyu olabildiğince somut bir şekilde ortaya koymaya çalışmıştır.

Öğretmen filmde öfkeye konu olan sahneyi

Matırlatır:

Riley San Francisco'ya uyum sağlayamamıştır. Bunun için öfke duygusuyla Minnesota'ya dönemeye karar verir. Böylece oraya dönünce mutlu olacağını düşünür. Ancak Minnesota'ya gitmesi için otobüs bileti alması gerekmektedir. Bunun için annesinin kredi kartını çantasından gizli bir şekilde alır. Riley'nin bu sahnelerde öfke duygusu ile hareket ettiği görülmektedir.

Ardından aşağıdaki soruları sorar:

- Riley eve dönmeye karar vermeseydi ve Minnesota'ya gitmiş olsaydı başına neler gelebilirdi?
- Riley'nin bu davranışını nasıl değerlendiriyorsunuz? Sizce bu davranış Riley'e ne gibi zararlar verebilirdi?
- Riley evden kaçma kararı yerine nasıl bir davranış sergileyebilirdi?
- Sizin de hayatınızda çok öfkeli olduğunuz anlar oldu mu? Neler yaptınız?

Öğretmen aldığı cevaplardan sonra öfke ve öfke kontrolü üzerine açıklamalar yaparak etkinliği bitirir.

Öneriler:

1. Öğretmenler öğrenci seviyesine göre soruları çeşitlendirebilir, sorularda ekleme çıkarma yapabilir.
2. Öğretmen ve öğrencilerden filmin tamamını izlemelerini tavsiye ediyoruz. Ancak öğretmenler özellikle belirlenen sahneleri öğrencilere izleterek sahne üzerinde belirli sorular üzerinden tartışma yapabilirler. Bunu yanında aşağıda verilen etkinlik örneği dışında öğretmenler filmi konu alarak kendi etkinliklerini de üretebilirler.
3. Öğretmenlerin filmi izlerken dikkat etmesini istediğimiz kavramlar: Duygular, neşe, üzüntü, tiksime, korku, öfke, çekirdek anılar, anı küreleri, kişilik adaları.

DUYUŞSAL GELİŞİM ALANI SINIF REHBERLİK ETKİNLİĞİ 9

Konu: Ön yargı

Düzey: İlkokul-Ortaokul

Kazanım: Ön yargıyı tanımlar. Ön yargılı düşünmenin farkına varır. Ön yargılı durumu dramatize eder. Ön yargılı düşünmeyi açıklar. Ön yargılı düşünmeyi diğer duygularla karşılaştırır.



Konusu: Mucize filmi, doğumunda yüzünde ciddi deformasyon olan Auggie Pullman'ın okula başlaması ve okulda yaşadığı süreçte yaşadıkları olaylara odaklanmaktadır. Auggie Pullman yüzünde ciddi deformasyon olduğu için 9 yaşına kadar evde eğitim görmüştür. Okula başlayan ve gerçek dünyayla tanışan Auggie bu süre boyunca hem zorbalığa uğrar, hem de farklı arkadaşlar edinir. Yüzündeki deformasyon sebebiyle kimse onunla arkadaş olmazken bazıları ön yargılarını yıkar ve Auggie'yle arkadaş olurlar. Yıl sonunda Auggie herkesin ön yargılarını yıkar ve okuldan özel bir ödül alır.

■ **Öğretmen filmde ön yargıya konu olan sahneleri hatırlatır ve öğrencilere aşağıdaki cümleyi okur:**

“Yaşanan süre boyunca Auggie çok büyük bir zorbalığa uğrar. Ancak bu çalışmada odak Auggie'nin uğradığı zorbalık değil, etrafındaki kişilerin ön yargılarını kırıp ona karşı bakış açılarını nasıl değiştirdikleridir. Auggie insanlara güvenerek sınanır. Ancak asıl testten geçenler onunla iletişim kurmayı seçen Jack Will ve Summer'dır.”

■ **Ardından aşağıdaki soruları sorar:**

- Jack Will, Auggie ile arkadaş olma noktasında neden çekinmiştir?
- Jack Will neden Julian ile kavga etmiştir?
- Siz bu sınıfta öğrenci olsaydınız Auggie için neler yapardınız?

■ **Öğretmen aldığı cevaplardan sonra ön yargı üzerine kısa bir açıklama yaparak etkinliği bitirir.**

Öneriler:

- 1.Bu film aynı zamanda akran zorbalığı konusunda işlenebilir.
- 2.Julian ve ailesinin okul müdürüyle yaptığı görüşmenin olduğu sahne örnek verilerek ebeveyn tutumları konusu işlenebilir.

DUYUŞSAL GELİŞİM ALANI SINIF REHBERLİK ETKİNLİĞİ 10

Konu: Öz güven

Düzey: İlkokul-Ortaokul

Kazanım: Öz güveni tanımlar. Öz güvenin önemini farkına varır. Öz güven durumunu dramatize eder. Öz güveni açıklar. Öz güven duygusunu diğer duygularla karşılaştırır.



Konusu: “Cesur” filmi, İskoçya’da geçen bir animasyon filmidir. Filmde Merida adlı bir prensesin hikâyesi anlatılmaktadır. Merida, asırlık geleneğe karşı çıkan kendi yolunu çizmeye çalışan bir okçudur. Başlarına gelen laneti çözmeye çalışır ve asıl cesaretin ne olduğunu anlar. Film ayrıca Merida’nın annesi Kraliçe Elinor ve babası Kral Fergus’la aralarında yaşanan sorunları konu alıyor. Böylece film çocukluktan ergenliğe geçiş öncesi ebeveyn ve çocuk arasındaki dengeye dair mesajlar içeren bir çizgi film olma özelliği de taşıyor.

■ Öğretmen filmde öz güvene konu olan sahneyi hatırlatır:



“Cesur filminin sonunda tüm çatışmalar çözülmüş Merida kendi yolunu bulmuştur. Merida ve annesinin at üstünde sahnesi yer almaktadır. Merida’nın son sözleri dikkat çekicidir: “Kaderimiz içimizde yaşıyor. Onu görecektik kadar cesur olmamız yeter.”

■ Ardından aşağıdaki soruları sorar:

-Bu son cümle size ne düşündürüyor? Merida’nın öz güveni hakkında ne düşünüyorsunuz?

-Sizin de kendinizi iyi hissettiğiniz yaparken mutlu olduğunuz, başardığınız, yüzünüzü güldüren şeyler var mı?

-Kendinizle ilgili en sevdiğiniz yönleriniz, yetenekleriniz nelerdir?

■ Öğretmen aldığı cevaplardan sonra öz güveni, “Kişinin yeteneklerine, kapasitesine ve yargılarına güvenidir.” şeklinde tanımlayarak insanın sevdiği şeyleri yapmasının başarı ve mutluluk için en önemli unsur olduğunu açıklar. Bu konuda kendilerine güvenmelerini ailelerinin ve öğretmenlerinin daima kendilerini destekleyeceğini ayrıca ne zaman konuşmak isterlerse yanlarında olduğunu dile getirerek etkinliği bitirir.

Öneriler:

1. Filmde Merida'nın ailesinin kendisine çizdiği yol yerine kendi hayallerinin peşinden gitmesini öğrencilerin nasıl değerlendirdiği sorulabilir.
2. Filmde ebeveyn-çocuk arasında çatışma çözme becerilerine yönelik örnek oluşturacak sahne hatırlatılabilir: Merida annesinin hem ayı halinden kurtularak tekrar insan olması hem de kendi duygularını anlaması sebebiyle "Anne sen değiştin." der. Annesi bunun üzerine "İkimiz de değiştik." diyerek birbirlerini anladıklarına vurgu yapan bir sözle kızına sarılır. Öğretmen bu sahneye dikkat çekerek öğrencilere ailelerine karşı açık olmalarını, duygu ve isteklerini ifade etmelerini öğretir.
3. Öz güveni eksik öğrencilere sınıf içinde ders defterini takip etmesi, tahta kalemelerini muhafaza etmesi gibi sorumluluklar verilebilir.
4. Ailelere öz güven üzerine seminer yahut bilgilendirme yayını yapılarak özellikle çocuklarından beklentilerinin gerçekçi olmasına ve kıyaslama yapmamalarına özen göstermesi istenebilir.

Konu: Merak

Düzyey: İlkokul-Ortaokul

Kazanım: Merakı tanımlar. Merak duymayı örneklendirir. Merakı dramatize eder. Merakı açıklar. Merak duygusunu diğer duygularla karşılaştırır.

Konusu: Rafadan Tayfa ve Göbeklitepe filmi, Şanlıurfa'da bulunan ve dünyanın en eski



tapınağı olduğu düşünölen Göbeklitepe'yi merak eden Rafadan Tayfa'nın maceralarını anlatıyor. Filmde, Rafadan Tayfa'nın Göbeklitepe'yi ziyaret etmesiyle başlayan olaylar zinciri, onları tarihin sırlarını çözmeye ve Doğu kültürünü tanımaya yönlendiriyor. Filmde, Şanlıurfa'nın geleneksel müziğı, lezzetli yemekleri, renkli kuşları ve eğlenceli şiveleri de izleyiciye sunuluyor.

Öğretmen filmde meraka konu olan kısmı özetler:

Filmin başkahramanları Hayri, Kamil ve Mert, sıradan mahalle hayatlarına devam ederlerken Göbeklitepe'nin keşfiyle yakından ilgilenmektedirler. Bir gün Mert'in kardeşi Akın'a Urfalı arkadaşı Veysi'den kargoyla esrarengiz bir sini gelir ve Veysi telefon açarak kaçırıldığını söyler. Bunun üzerine bütün ekip Şanlıurfa'ya Göbeklitepe'nin keşfedildiğı yere giderek bu sırrı çözmeye çalışır. Bu sırada başlarından türlü maceralar geçen ekip, çeşitli kültürel zenginliklere şahit olurlar. Arkeolojik kazının başındaki Başkan Amca'nın yardımıyla Veysi'yi bulmaya çalışan Rafadan Tayfa, Göbeklitepe'de açılan gizli geçitle 12 bin yıl öncesine giderler.

Ardından aşağıdaki soruları sorar:

- Rafadan Tayfa, Göbeklitepe'yi ziyaret ettikten sonra hangi tarihi sırrı çözmeye çalışıyor?
- Filmde, Rafadan Tayfa'nın yaşadığı maceralardan hangisi sizi en çok heyecanlandırdı?
- Rafadan Tayfa'yı bu maceraya sürükleyen en önemli unsur sizce nedir?
- Sizin de görmeyi merak ettiğiniz yerler var mı?

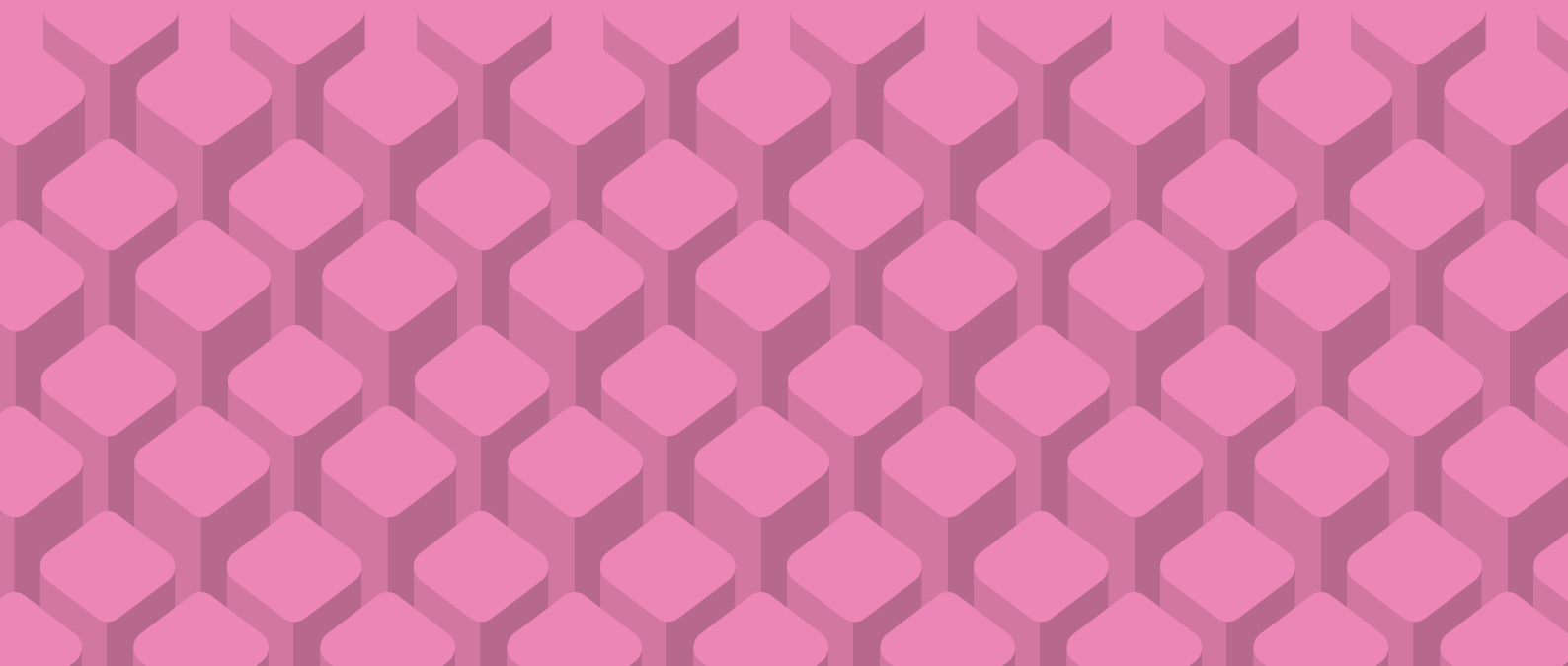
Öğretmen, aldığı cevaplardan sonra merak duymanın, macera yaşamının ve yeni keşifler yapmanın en önemli unsuru olduğunu vurgulayarak etkinliğı bitirir.

Öneriler:

1. Öğrencilere, "Filmde, Rafadan Tayfa'nın karakterleri arasında en çok kiminle özdeşleştiniz ve neden?" diye sorulabilir.
2. Göbeklitepe hakkında ayrıntılı fikir sahibi olunduktan sonra Türkiye ya da dünyadaki diğer önemli keşifler, insanlık tarihi için önemli eserler hakkında konuşabilir.

**AKADEMİK VE
BİLİŞSEL**

**GELİŞİM ALANI
REHBERLİK
ETKİNLİKLERİ**



AKADEMİK VE BİLİŞSEL GELİŞİM ALANI REHBERLİK ETKİNLİKLERİ

Akademik ve Bilişsel Gelişim Alanı, bireyin kendine özgü ilgi, yetenek, başarı ve motivasyonunun okul yaşantısına uyum sağlamasını içerir (Özoğlu, 2007). Akademik Gelişim bireyin tüm bu zihinsel süreçleri sağlıklı yürüterek okula uyum sağlamasını, akademik başarı ve sorumluluk bilinci geliştirmesini, eğitsel başarıya götüren yöntem ve teknikleri edinmesini kapsamaktadır.

Sınıf içi etkinlikler gelişimsel rehberlik yaklaşımının müdahalelerinden birisidir ve en önemli, olmazsa olmaz bir müdahale olarak algılanmaktadır. *American School Counselor Association'a* (ASCA) göre sınıf rehberliği etkinliklerinin amacı öğrencilerin akademik, kariyer ve kişisel sosyal gelişimlerini güçlendirmektir (Nazlı 2004). Sınıf rehberlik etkinlikleri öğrencilerin kapasitelerini artırmayı ve olası risklerde onları dayanıklı kılmayı hedefler.

Öğrencilerin akademik olarak desteklenmesinin yanı sıra psikolojik ihtiyaçlarının da göz önünde bulundurulması gerekmektedir. Bu sebeple kapsayıcı rehberlik anlayışında sınıf öğretmenleri aynı zamanda branş fark etmeksizin sınıf rehber öğretmenidir. Yapılandırılmış rehberlik etkinlikleri sınıf içinde öğrenciyi tanımanın en etkili yoludur. Özellikle grup rehberliklerinde öğrencinin ekip çalışması gözlemlenir. Öğrencinin ekip çalışmasında bencil davranışlar sergileyip sergilemediği, diğerlerine karşı duyarlı olup olmadığı ve kendini ifade ederken ne kadar başarılı olduğu gözlemlenerek, öğretmenin öğrenci hakkında zengin bir izlenim edinmesi sağlanır. Daha sonra öğrencinin ihtiyacı olan psikolojik desteğin sağlanması için gerekli yöntemler belirlenir.

Akademik ve Bilişsel Gelişim Alanı'nda öğrencinin karşılaşması olası sorunlar temalar üzerinde belirlenmiştir. Akademik ve Bilişsel Gelişim Alanı temalarına uygun rehberlik etkinlikleri kolay ve kısa sürede uygulanabilir olma özelliğine sahiptir. Her öğretmen kendi sınıfının ihtiyaçları doğrultusunda etkinlikleri çeşitlendirebilir.

Öneriler:

1. Okula aidiyeti artırmak için okul yönetimi, öğretmenler ve öğrenciler tüm unsurları dikkate alarak çalışmalar yapabilirler. Örneğin, okul yönetimi, okul binasını ve sınıfları daha çekici hale getirebilir.
2. Öğretmenler, öğrencileri sınıf dışında da tanıyarak onlarla daha fazla etkileşimde bulunabilirler ve öğrenciler de okulda sosyal etkinliklere katılarak arkadaşlarıyla daha fazla zaman geçirebilirler.
3. Okula aidiyet duygusu zayıf, devamsızlık yapan öğrenciler tespit edilerek bireysel görüşme yapılabilir.
4. Devamsız öğrencilerin velileriyle görüşme yapılarak okula aidiyet konusunda iş birliği kurulabilir.

AKADEMİK VE BİLİŞSEL GELİŞİM ALANI SINIF REHBERLİK ETKİNLİĞİ 2

Konu: Okula Aidiyet

Düzey: İlkokul

Kazanım: Okula aidiyet kavramını tanımlar. Okula aidiyetin öneminin farkına varır. Okula aidiyeti açıklar.



■ Öğretmen, tahtaya Okullar, Mağazalar, Evler, Yollar, Doğa, Oyun Parkları gibi topluluğun bir parçası olan altı değişkeni büyük harflerle yazar ve bir daire içine alır. Bu değişkenler toplumun özelliklerini temsil eder.

■ Öğretmen, öğrencilerine toplumun ne olduğunu ve neden önemli olduğunu sorar. Toplum kelimesini anlamakta zorlanan öğrenciler için, “birlikte yaşayabileceğiniz bir yer” şeklinde açıklama yapar.

■ Öğretmen, tahtada yazılı olan değişkenlerden birini siler ve öğrencilerine “Burası hâlâ yaşayabileceğiniz bir yer olur mu?” diye sorar. Örneğin, okul yazısını silip, “Okullar olmadan burası hâlâ yaşayabileceğiniz bir yer olur mu? Neden?” diye sorabilir.

■ Öğretmen, öğrencilerin cevaplarını dinler ve tartışmaya yönlendirir. Öğrencilerin okulun toplum önemli bir parçası olduğunu ve okula ait hissetmenin faydalarını anlamalarını sağlar.

■ Öğretmen, etkinliği sonlandırmadan önce, öğrencilerden topluma katkıda bulunabilecekleri veya toplumu daha iyi hale getirebilecekleri yolları düşünmelerini ister. Örneğin, okula ait hissetmek için neler yapabilirler? Okuldaki arkadaşlarına nasıl yardımcı olabilirler? Okul ortamını nasıl güzelleştirebilirler?

Öneriler:

1. Öğretmen, daha büyük çocuklar için aşağıdaki değişkenleri ekleyerek tartışmayı şu şekilde devam ettirebilir: Kurallar, fikirler, lider, cezalar/yaptırımlar, ödüller, ortak amaç, bir slogan, toplumun adı, bayrağı. Bu değişkenler toplumun işleyişini ve kimliğini temsil eder.

2. Öğretmen öğrencilerden kendi sınıf topluluğu için bir slogan, bir ad ve bir bayrak tasarımlarını ister. Örneğin, “Birlikte başarırız”, “2/A Sınıfı”, “Mavi-beyaz çizgili bayrak” gibi. Öğrencilerin yaratıcılıklarını kullanmalarını ve sınıf topluluğunun özelliklerini yansıtmalarını teşvik eder.

AKADEMİK VE BİLİŞSEL GELİŞİM ALANI SINIF REHBERLİK ETKİNLİĞİ 3

Konu: Verimli Ders Çalışma

Düzyey: İlkokul-Ortaokul

Kazanım: Verimli ders çalışma kavramını tanımlar. Verimli ders çalışmanın öneminin farkına varır. Verimli ders çalışma yöntemlerini kullanır.

- Öğretmen öğrencilere okuldan eve gidince nasıl ders çalıştıklarını sorar.
- Sonra tahtaya “DERS ÇALIŞIRKEN NELER YAPMAMALIYIZ?” yazarak aldığı cevapları tahtaya yazar.
- Son olarak verilen cevaplara aşağıdaki maddeleri de ekleyerek verimli ders çalışmanın önemi konusunda bilgilendirir.

1. Televizyon karşısında ya da müzik dinleyerek ders çalışmamalıyız.
2. Yatarak ya da uzanarak ders çalışmamalıyız (mutlaka masa başında ders çalışılmalı).
3. Ders çalışırken su dışında yiyecek veya içecek tüketmemeliyiz.
4. Ders çalışmayı uyku saatine yaklaşan zamana ertelememeliyiz.
5. Ders çalışma esnasında telefon kullanmamalıyız.

Öneriler:

1. Öğrencinin çalışmayı sürekli erteleme alışkanlığı varsa veya öğrencinin bir çalışma programı yoksa program hazırlama konusunda destek olunabilir.
2. Öğrencilere ders çalışma programı dağıtılarak, kendi programlarını yapmaları istenebilir. Haftalık programda her gün okulda işledikleri derisi bir saat tekrar etme üzerine planlama yapmaları söylenir. Notlar kısmını nasıl kullanacaklarına dair açıklamalar yapılır; anlamadıkları konuyu hafta sonu tekrar etme, varsa sınavları için ön çalışma yapmaları gibi hatırlatmalar yazılabilir.
3. Velilerle çocukların çalışma ortamlarını nasıl düzenleyeceklerine dair sunu, el broşürü, dijital yayın vb. paylaşılabilir.



AKADEMİK VE BİLİŞSEL GELİŞİM ALANI SINIF REHBERLİK ETKİNLİĞİ 4

Konu: Verimli Ders Çalışma

Düzyey: İlkokul-Ortaokul

Kazanım: Verimli ders çalışma kavramını tanımlar. Verimli ders çalışmanın öneminin farkına varır.

■ **Öğretmen aşağıdaki hikâyeyi okur:**

Leo çalışkan biri olarak tanınıyordu. Ne kadar çalışırsa çalışsın iş bitmiyordu. Yapılacaklar listesi uzadıkça uzuyordu: Kalem al, bahçeyi süpür, babanı ara, kitabın sonraki bölümünü oku, musluğu tamir et, kulüp toplantısına katıl, köpeği gezdir... Bir gün Leo, "Tek başıma bütün işleri yetişemiyorum, keşke benden bir tane daha olsa." dedi. Tam o sırada kapı çaldı ve Leo'nun karşısında bir Leo. Şimdi iki Leo vardı ama işler yine bitmek bilmedi. Çünkü yeni Leo da yapılması gereken yeni işler buldu ve liste uzadı.

■ **Öğretmen hikâyeyi yarıda durdurarak öğrencilere metnin ana karakteri Leo hakkında ne düşündüklerini sorar.**

- Leo'yu çalışkan olarak mı yoksa meşgul olarak mı görüyorlar?
- Çalışkan olmak ve meşgul olmak arasındaki fark nedir?

■ **Sonra, çalışkanlık kavramını tanımlamalarını ister.**

- Çalışkan olmak ne demektir?
- Çalışkan olmanın avantajları ve dezavantajları nelerdir?

Leo çok yorulmuştu. Biraz uyumak için köşesine çekildi. Uyandığında diğer Leo'nun kendisine baktığını gördü. Diğer Leo "Yapacağımız işler listesinde düş görmek yok!" dedi. Düşün etkisinden kurtulamayan Leo gülümsedi.

■ **Öğretmen Leo'nun uyandığında neyi fark ettiğini sorar.**

- Leo'nun rüyası ne anlama geliyordu?

■ **Son olarak öğretmen öğrencilerin bir şeyi yapmamak, dinlemek, hayal kurmak, boş zaman geçirmek ya da boş iş yapmak olup olmadığını tartışmalarını sağlar.**

- Bu eylemlerin hayatımızda ne gibi rolleri vardır?
- Bu eylemleri yaparken kendimizi nasıl hissederiz?

■ **Öğretmen çalışkan olmayı verimli ders çalışma ile ilişkilendiren bir açıklama yaptıktan sonra etkinliği bitirir.**

BİLGİ NOTU

Verimli ders çalışma, kişinin öğrenme özelliklerine uygun yöntemleri kullanarak, öz denetimli ve planlı bir şekilde ders çalışmasıdır. Çalışkanlık ise, kişinin belli bir amaç için düzenli ve sistemli bir şekilde çaba sarf etmesidir. Çalışkan olan bir kişi, verimli ders çalışma tekniklerini öğrenerek, öğrendiklerini daha iyi anlayabilir ve hafızasında tutabilir. Bu nedenle, verimli ders çalışma ve çalışkanlık, öğrenme sürecinde birbirini destekleyen ve geliştiren kavramlardır.

AKADEMİK VE BİLİŞSEL GELİŞİM ALANI SINIF REHBERLİK ETKİNLİĞİ 5

Konu: Meslek Farkındalığı

Düzey: İlkokul-Ortaokul

Kazanım: Meslek ve iş kavramlarını tanımlar. Meslek ve iş kavramlarına örnekler verir. Meslek türlerini sınıflandırır. Meslekleri karşılaştırır.

BİLGİ NOTU

Meslek Farkındalığı: Kişilerin mevcut ve yeni nesil meslekler hakkında bilgi sahibi olması ve bu meslekler içerisinde kendi ilgi ve yeteneğine uygun meslekleri fark edebilme becerisidir. Meslek seçimi, hayatın üç önemli kararından biridir ve bireyin hayat tarzını ve bütün hayatının akışını temelde etkiler. Mesleki rehberlik, okul seçimi, meslek seçimi gibi önemli konularda bireylerin doğru karar vermelerine yardımcı olmak amacıyla yapılan bir çalışmadır. İlk ve ortaokulda meslek farkındalığı, mesleki rehberliğin meslekleri tanıtmayı içeren ilk adımıdır. Öğrencilerin temel meslekler hakkında bilgi sahibi olması amaçlanır.

■ Öğretmen öğrencilerden birer A4 kâğıt çıkarmalarını ister. Öğrencilere ilgilerini çeken mesleği arkadaşlarına göstermeden kâğıda yazmalarını ve kâğıdı ters çevirmelerini söyler.

■ Tahtaya şu soruları yazar ve yazdıkları meslekle ilgili cevapları yazmalarını ister:

- Mesleği icra ederken ne kullanır?
- Nasıl bir kişilikte olması beklenir?
- Ne yapar?

■ Ardından sınıfı ikiye ayırır. Birinci grup cevapları okur. İkinci grup cevaplarda yazılı olan mesleği tahmin etmeye çalışır. Daha sonra gruplar rolleri değişerek oyunu tekrarlar.

■ Öğretmen öğrencilerin ilgi gösterdiği meslekler üzerine kısa bir konuşma yaparak etkinliği bitirir.

Öneriler

1. Öğretmen etkinliği gruba ayırmadan da yapabilir. Kendisi de aklında farklı meslekleri tutarak öğrencilerin hep beraber tahmin etmelerini isteyebilir.
2. Öğretmen öğrencilerden geleceğin meslekleri üzerine düşüncelerini, fikirlerini paylaşımlarını isteyerek sohbet açabilir.

AKADEMİK VE BİLİŞSEL GELİŞİM ALANI SINIF REHBERLİK ETKİNLİĞİ 6

Konu: Meslek Farkındalığı

Düzyey: İlkokul-Ortaokul

Kazanım: Meslek ve iş kavramlarını tanımlar. Meslek ve iş kavramlarına örnekler verir. Meslek türlerini sınıflandırır. Meslekleri karşılaştırır.

BİLGİ NOTU

Meslek Farkındalığı: Kişilerin mevcut ve yeni nesil meslekler hakkında bilgi sahibi olması ve bu meslekler içerisinde kendi ilgi ve yeteneğine uygun meslekleri fark edebilme becerisidir. Meslek seçimi, hayatın üç önemli kararından biridir ve bireyin hayat tarzını ve bütün hayatının akışını temelde etkiler. Mesleki rehberlik, okul seçimi, meslek seçimi gibi önemli konularda bireylerin doğru karar vermelerine yardımcı olmak amacıyla yapılan bir çalışmadır. İlk ve ortaokulda meslek farkındalığı, mesleki rehberliğin meslekleri tanıtmayı içeren ilk adımıdır. Öğrencilerin temel meslekler hakkında bilgi sahibi olması amaçlanır.

- Öğrencilere ilgi ve beceri kavramları tanımlanır. Kendilerinden ve çevrelerinden örnek vermeleri istenir.
- Öğretmen Ek 1-2-3-4 kısmındaki kartların baskısını alır ve kılavuz çizgilerden keserek kartları oyuna hazır hale getirir.
- Öğretmen sınıfın yarısına yazılı kartları, diğer yarısına da mesleği yapan kişilerin görsellerinin olduğu kartları dağıtır.
- Sırası gelen öğrenci elindeki kartı sesli okur. Öğrenciler okunan özelliklere sahip kişilerin hangi mesleklerde başarılı olabileceğini düşünmeleri istenir.
- Diğer öğrencilerden okunan ilgi ve becerilere sahip meslek özelliklerine sahip olan kartı tutanın el kaldırması istenir. Öğrenciler mesleğin adını söyler.
- Öğretmen meslek farkındalığı ile ilgili kısa bir açıklama yaptıktan sonra rehberlik etkinliğini bitirir.

EK - 1

Çocuklarla vakit geçirmeyi sever, sabırlıdır. Davranışlarıyla çocuklara örnek olur. Öğretimden çok eğitime önem verir.

Araştırma yapmayı sever. Yenilikleri denemekten hoşlanır. İnsanlığa hizmet etmek için yeni şeyler keşfetmek ister.

Resim ve sanat etkinliklerinden hoşlanır. Güzel resim yapar. Boyalarla uğraşmaktan zevk alır.

Kan görmekten korkmaz. Merhametli ve sıcakkanlıdır. Hastalıkları iyileştirmek konusunda kararlıdır.

Güzel şarkılar söyler. Şarkıların melodilerini hatırlar. Müzik aleti çalar. Farkında olmadan mırıldanır, müzik dinleyerek çalışmaktan hoşlanır.

Binaları, şehirleri ve evleri tasarlar. Dizayn ve estetiğe önem verir. Ölçüm yapma ve planlamada iyidir.

Modadan anlar ve severek takip eder. Örne, dikme gibi detaylı el işlerinde beceriklidir. İnsanların giyecek ihtiyaçlarını giderir.

Yemek yapmaktan hoşlanır. Yaptığı yemekleri başkalarına tattırmak ister. Mutfakta çok zaman geçirir.

İnsanların can ve mal güvenliğini sağlar. Güven verir ve başkalarının da güvende hissetmesini ister.

EK - 2

Yükselik korkusu yoktur. Bir ulaşım aracını kullanır. Sık sık seyahat eder.

Hayvanları çok sever, onların bakımıyla ilgilenir.

Kitapları çok sever. İş yerinde kitapları düzenlerken sessiz olması gerekir.

Kamera karşısında olmaya alışmıştır. Söyleyeceği şeyleri ezberleyip kılık değiştiren bir sanatçıdır.

Çiçeklere meraklıdır. Açık havada olmayı ve bahçe işlerini sever.

Konuşma yapmak konusunda beceriklidir. İnsanlarla iyi geçinir ve ülkenin geleceğini tasarlar. Sık sık resmî giyinir.

Saç ve makyaj konusunda yeteneklidir. Etrafındaki insanları güzelleştirmekten zevk alır.

Adaletli olmayı önemser. Diğer insanlardan saygı görür. Haksızlığa engel olmak ister, yasaları uygular.

Kitap okumaktan hoşlanır. Yazı yazmayı sever. Kitaplarını imzalamasını isteyen hayranları vardır.

EK - 3



EK - 4



AKADEMİK VE BİLİŞSEL GELİŞİM ALANI SINIF REHBERLİK ETKİNLİĞİ 7

Konu: Yaratıcı-Yenilikçi Düşünme

Düzyey: İlkokul-Ortaokul

Kazanım: Yaratıcı-yenilikçi düşünme kavramlarını tanımlar. Yaratıcı-yenilikçi düşünmeye örnek verir. Yaratıcı-yenilikçi düşünmeyi dramatize eder. Yaratıcı düşünmeyi diğer düşüncelerden ayırt eder.

■ Öğretmen öğrencileri en az dörderli gruplara ayırır. Bir uzaylı figürü çizmeleri için her gruba A4 kâğıt verir. Gruptaki ilk öğrenciye önce kâğıda bir daire çizmesini sonra kâğıdı yanındaki arkadaşına vermesini söyler.

■ Daha sonra kâğıdı alan ikinci öğrenciye göz çizmesini söyler. Fakat insan gibi düşünmelerine gerek olmadığını, uzaylı çizecekleri için özgür olmaları gerektiğini vurgular. Böylece kâğıtlar grup içinde dönerek uzaylının tüm uzuv çizimleri bitirilir.

■ Biten uzaylıya öğrenciler bir isim verir ve öğretmen her bir resmi tahtaya asar.



Daha sonra öğrencilere bu uzaylıya bir mektup yazmalarını söyleyerek dünyaya davet etmelerini ister. Mektupta dünya hakkında hiçbir fikri olmayan uzaylıyı ikna etmeleri gerekmektedir. Öğretmen öğrencilere dünyayı cazip kılacak fikirler bulmaları konusunda yönlendirme yapar. Son olarak mektuplarını bitiren öğrenciler sınıfta paylaşımında bulunur.

■ Öğretmen öğrencilere uzaylıya mektup yazarken en çok neyi sevdiklerini, en çok nerede zorlandıklarını sorar. Son olarak yaratıcı düşünmenin bir süreç olduğunu, farklı bakış açılarına sahip olmayı sağladığını açıklayarak etkinliği bitirir.

BİLGİ NOTU

Yaratıcı/Yenilikçi Düşünme: Nesnelere, olaylara, olgulara karşı farklı bir perspektifle düşünme becerisidir. Yaratıcı düşünme, yeni nesnelerin, süreçlerin ya da kavramların ortaya çıkmasını sağlayan bir düşünme sürecidir. Yaratıcı düşünme yeni fikirler biçiminde tezahür edebilir ve özgün düşüncelerin ortaya çıkmasını sağlar. Yeni fikirler rastlantısal olarak ortaya çıkabildiği gibi, görece bir sürecin sonucu olarak da çıkabilir. Yaratıcı ya da yenilikçi düşünceye sahip kişiler, problemleri çözmede yeni ve özgün yöntemler geliştirebilirler.

AKADEMİK VE BİLİŞSEL GELİŞİM ALANI SINIF REHBERLİK ETKİNLİĞİ 8

Konu: Yaratıcı-Yenilikçi Düşünme

Düzyey: İlkokul-Ortaokul

Kazanım: Yaratıcı-yenilikçi düşünme kavramlarını tanımlar. Yaratıcı-yenilikçi düşünmeye örnek verir. Yaratıcı-yenilikçi düşünmeyi dramatize eder. Yaratıcı-yenilikçi düşünmeyi diğer düşüncelerden ayırt eder.

■ Öğretmen öğrencilerden en az üç kişilik takımlar oluşturur. Her takıma daha önce hazırladığı kendi zaman kapsüllerini verir (kutuda, kavanoz, şişe vs. olabilir).

■ 200 yıl sonra kutuyu açacak olan herhangi bir insana bugünün tarihsel dönemi hakkında bilgi verecek nesneleri düşünmelerini ister. Daha sonra bu nesnelerin resimlerini çizmelerini ve kutuya koymalarını söyler.

■ Her kutuda en fazla 7 resim olmalıdır.

■ Her takım sırayla zaman kapsüllerini sunar, içindeki eşyaların seçilme nedenlerini açıklar.

■ Öğretmen nesneleri belirlerken nelere dikkat ettiklerini, seçtikleri nesnelerin bugünü ifade edip etmediklerini sorar. Bu kapsülü 200 yıl sonra bulan biri ne düşünür, ne hisseder şeklinde sorular yönelterek öğrencilerin daha fazla paylaşım yapmasını sağlayabilir.

■ Öğretmen cevapları aldıktan sonra yaratıcı düşünmenin önemi üzerine kısa bir açıklama yaparak etkinliği bitirir.



(Zaman kapsülü, gelecek nesillere bir mesaj bırakmak için hazırlanan bir kutudur. İçerisine hazırlandığı zamana ait eşyalar konulur ve belirlendiği tarihte açıldığında geçmişten geleceğe bir hatıra aktarımı yaşanır. Zaman kapsülleri genellikle yer altına ya da belli yerlere saklanır ve belirlendiği tarihten önce açılmaz. Zaman kapsülleri arkeologlara, tarihçilere ve antropologlara yardımcı olmak için de kullanılabilir.)

AKADEMİK VE BİLİŞSEL GELİŞİM ALANI SINIF REHBERLİK ETKİNLİĞİ 9

Konu: Çatışma Çözme

Düzyey: İlkokul-Ortaokul

Kazanım: Çatışma kavramını tanımlar. Çatışma durumuna örnek verir. Çatışma durumunu dramatize eder. Çatışma durumunu açıklar.

■ Öğretmen çatışma çözme üzerine bilgilendirici bir konuşma yapar.

■ Ardından aşağıdaki senaryoları okuyarak ilişkili soruları öğrencilere sorar.

BİLGİ NOTU

Çatışma çözme: Kişilerin bir konu üzerinde yaşadığı bir anlaşmazlık durumuna yönelik çözüm yolları üretme becerisidir. Bu beceriye sahip kişiler, sosyal alanda yaşanan çatışmalarda inisiyatif alarak uzlaşmaya varılmasına katkı sağlarlar. Çatışma çözme becerileri, insanların birbirleriyle daha sağlıklı ilişkiler kurmalarına yardımcı olarak ilişkilerin devamlılığını sağlar. Ayrıca, çatışma çözme becerileri, öğrencilerin okulda daha verimli çalışmalarına yardımcı olabilir ve okuldaki stresi azaltabilir.

Senaryo 1:

Bir öğrenci, sosyal medyada bir sınıf arkadaşının kendisine hakaret ettiğini görür. Bu onu çok kırar ve öfkelenir. Ertesi gün okulda, sınıf arkadaşına bağırarak hesap sorar. Sınıf arkadaşı da ona karşılık verir. Bu durumda iki öğrenci arasında kavga başlar. Sınıftaki diğer öğrenciler onları ayırmaya çalışır.

- Bu sorunu yaşayan öğrencilerin davranışlarını nasıl değerlendiriyorsunuz?
- Sorununuza çözüm için kimden yardım alabilirsiniz?
- Aralarında çıkan anlaşmazlığı nasıl çözebilirler?

■ Öğretmen cevapları aldıktan sonra kavga eden öğrencileri ilk önce sınıftan çıkarıp sakinleştirmek gerektiğini söyler. Birbirlerini dinlemelerini sağlayarak duygu odaklı sorular sormanın çözüme katkı sağlayacağını dile getirir. Özür dileme ve barışma yollarını göstermenin önemine vurgu yaparak etkinliği bitirir.

Senaryo 2:

Öğretmenleri Okan ve Ahmet'e ortak bir çalışma ödevi verir. Okan ve Ahmet birlikte çalışacaklarını duyunca bu durumdan memnun olmazlar. Ödevi yapmak için belirli zamanlarda bir araya gelirler. Çoğunlukla ikisi de birbirinin yaptığı çalışmalarını beğenmez. Birbirlerine karşı kaba sözcükler kullanırlar. Öğretmene bu durumu anlatarak birlikte çalışmak istemediklerini dile getirirler. Bunun üzerine öğretmen

ödev için kısa bir süreleri kaldığını ve ortak bir yol bularak çalışmalarını gerektiğini söyler.

- Okan ve Ahmet'in öğretmene gitmeden önce yaptıkları hata nedir?
- Okan ve Ahmet ödevi tamamlamak için nasıl ortak bir yol izleyebilir?

■ **Öğretmen cevapları aldıktan sonra birbirlerine karşı nazik olmanın önemine dair açıklama yapar ve iş birliğinin önemini vurgulayarak etkinliği bitirir.**

Öneriler:

1. Senaryolar ve sorular çeşitlendirilerek öğrencilerin farklı konularda çözüm üretmeleri sağlanabilir.

AKADEMİK VE BİLİŞSEL GELİŞİM ALANI SINIF REHBERLİK ETKİNLİĞİ 10

Konu: Çatışma Çözme

Düzyey: İlkokul-Ortaokul

Kazanım: Çatışma kavramını tanımlar. Çatışma durumuna örnek verir. Çatışma durumunu dramatize eder. Çatışma durumunu açıklar.

■ Öğretmen aşağıda yer alan oyunu oynatır ve etkinlik içinde yer alan örnek soruları yöneltir. (Kulku, Y. (2022). Hadi Felsefe Yapalım. İstanbul: Usturlab Yayınevi.)



■ Öğretmen öğrencileri en az 4 en fazla 9 kişilik gruplara ayırır.

■ Öğretmen her gruba bir konu belirler ve grup üyelerinin bu konu hakkında farklı görüşlere sahip olduklarını varsayar. Örneğin, “Hayvanat bahçeleri kapatılmalıdır”, “Okul üniformaları zorunlu olmalıdır”, “Sosyal medya kullanımı sınırlandırılmalıdır” gibi.

■ Öğretmen gruplara, ellerini bırakmadan tokalaşarak fikirlerini ve gerekçelerini ifade etmelerini söyler. Her grup üyesi, sağ eliyle sağında veya solunda oturan kişi dışında karşıdaki bir kişiyle tokalaşarak, konuyla ilgili düşüncesini ve nedenini söyler. Sonra diğer eliyle başka bir kişiyle aynı şeyi yapar. Bu şekilde herkes iki eliyle de tokalaşmış olur ve ortada bir el karmakarışıklığı oluşur.

■ Öğretmen gruplara, ellerini bırakmadan bu düğümü çözmelerini ve çember oluşturmalarını ister. Grup üyeleri birbirleriyle iş birliği yaparak ve iletişim kurarak bu görevi yerine getirmeye çalışır.

■ Öğretmen gruplardan bir tanesini seçerek, çatışma çözme sürecinde neler yaşadıklarını, neler hissettiklerini, neler öğrendiklerini paylaşmalarını ister. Diğer gruplardan da benzer paylaşımlar alır.

■ Öğretmen öğrencilere, çatışma çözme becerilerinin öneminden, farklı görüşlere saygılı olmanın ve empati kurmanın yararlarından bahseder. Çatışma çözme basamaklarını hatırlatır ve etkinliği sonlandırır.

BİLGİ NOTU

Bu etkinlikte öğrencilerin sunduğu gerekçelerin doğru veya yanlış olması önemli değildir. Önemli olan, öğrencilerin farklı görüşlere sahip olabileceklerini kabul etmeleri ve bunu saygıyla ifade etmeleridir. Bu etkinlik bir yarışma oyunu değildir, kazananı veya kaybedeni yoktur. Etkinliğin amacı, öğrencilerin farklı fikirlerde olsalar bile ellerini bırakmadan iş birliği yaparak ve iletişim kurarak çatışmayı çözebileceklerini göstermektir. Bu sayede, öğrenciler çatışma çözme becerilerini geliştirebilir ve empati duygusunu pekiştirebilirler.

Ek-1

AKADEMİK VE BİLİŞSEL GELİŞİM ALANI SINIF REHBERLİK ETKİNLİĞİ 11

Konu: Problem Çözme

Düzyey: İlkokul-Ortaokul

Kazanım: Problem kavramını tanımlar. Problem durumuna örnek verir. Problem durumunu dramatize eder. Problem durumunu sorgular.



■ **Öğretmen problem çözmeyi tanımlayıp kısa bir açıklamayı yaptıktan sonra aşağıdaki hikâyeyi anlatır:**

Genç bir kadın annesine gider ve hayatta her şeyin onun için ne kadar zor olduğundan söz eder. Üstesinden nasıl geleceğini bilemediğini ve artık pes etmek istediğini söyler. Görünüşe bakılırsa, bir sorun çözülür çözülmez bir başkası baş göstermektedir. Annesi onu mutfağa götürür. Üç kabı suyla doldurur ve onları yüksek ateşteki ocağa koyar. Kısa zamanda kaplardaki sular kaynar. Birinci kaba havuç, ikincisine yumurta ve üçüncüsüne de kahve çekirdekleri atar. Hiçbir şey söylemeden kapları kaynamaya bırakır.

Yirmi dakika sonra ocağı kapatır. Havuçları çıkarır ve bir kâseye koyar. Yumurtaları çıkarır ve bir kâseye koyar. Kahve çekirdeklerinin olduğu kaptan bir kepçe su alır ve kâseye koyar. Kızına dönüp sorar: “Söyle bana ne görüyorsun?”

“Havuçlar, yumurtalar ve kahve.” diye yanıtlar kızı. Annesi onu daha yakına çeker ve havuçlara dokunmasını söyler. Kız dokunur ve onların yumuşamış olduğunu fark eder. Annesi ona bir yumurta almasını ve onu kırmasını söyler. Kabuğunu çıkardıktan sonra genç kadın yumurtanın pişip katılaştığını anlar. Sonunda, annesi kızına, kahveden bir yudum almasını söyler. Kız kahvenin zengin aromasını tadınca gülümser. Sonra annesine sorar, “Bu ne anlama geliyor, anne?”

Annesi her bir nesnenin aynı zorlukla –kaynayan suyla- karşılaşmış olduğunu anlatır. Her biri farklı tepki vermiştir. Havuç güçlü, sert ve boyun eğmezdir. Ancak kaynar suya maruz kalınca yumuşamış ve zayıf hale gelmiştir. Yumurta kırılmandır. Dışındaki ince kabuğu içindeki sıvıyı korur ancak kaynar suda kalınca içi sertleşmiştir. Kahve çekirdeklerinin kendine özgü bir yapısı vardır. Kaynamış suya maruz kaldıktan sonra suyu değiştirmişlerdir.

“Sen bunlardan hangisisin?” diye sorar annesi kızına. “Zorluk kapına dayandığında, sen nasıl tepki veriyorsun? Havuç musun, yumurta mı, yoksa kahve çekirdeği mi?” Bunu düşünün? Siz hangisisiniz? Güçlü gibi görünen ancak acı ve zorluk karşısında

boynunu büken, yumuşayan ve gücünü kaybeden havuç musunuz? Yumuşak bir kalple başlayan ancak ısıyla sertleşen yumurta mısınız? Başta akışkan bir ruhunuz varken bir ölümün, bir iflasın, maddi ya da başka türden bir sıkıntının ardından sertleştiniz ve sağlamlaştınız mı? Kabuğunuz aynı görünüyor ancak içerde sert bir ruh ve kalbiniz mi var? Yoksa kahve çekirdeği gibi misiniz? Çekirdek aslında sıcak suyu, acı veren durumu değiştirir. Su ısındığında kokusunu ve tadını suya yayar. Eğer kahve çekirdeği olursanız, her şey en berbat hale geldiğinde, siz daha iyi olur ve çevrenizdeki durumu değiştirebilirsiniz. En karanlık anınızda, sıkıntılar iyice büyüdüğünde kendinizi başka bir seviyeye yükseltebiliyor musunuz? (Anonim. (2017, Mayıs 2). Havuç muyuz, Yumurta mı, Yoksa Kahve mi? Eğitici Hikayeler. Alınan yer: <https://secmehikayeler.com/egitici-hikayeler/havuc-muyuz-yumurta-mi-yoksa-kahve-mi.html>)

- **Öğretmen tahtaya havuç, yumurta ve kahve çekirdeği çizer.**
- **Öğrencilere hikâyede geçen özelliklerine göre kendilerinin hangisi olduğunu sorar. Kendilerini hangisiyle eşleştirdilerse onu kâğıda çizmelerini ardından birkaç cümle nedenini yazmalarını ister.**
- **Daha sonra paylaşmak isteyenler söz alarak çizimlerini ve nedenlerini sınıfla paylaşır. Öğretmen problem çözme üzerine kısa bir açıklama yaparak etkinliği bitirir.**

AKADEMİK VE BİLİŞSEL GELİŞİM ALANI SINIF REHBERLİK ETKİNLİĞİ 12

Konu: Problem Çözme

Düzyey: İlkokul-Ortaokul

Kazanım: Problem kavramını tanımlar. Problem durumuna örnek verir. Problem durumunu dramatize eder. Problem durumunu sorgular.



- Öğretmen öğrencilerden hayatlarındaki bir problemi düşünmelerini ister ve terazi çizili kâğıtları dağıtır (yahut boş kâğıtlara terazi çizdirilebilir).
- Terazinin sol kefesine kendilerinin içinde bulundukları durumla ilgili yaşadıkları olumsuzlukları yazmalarını ister.
- Öğrencilerden teraziye dengelemek için problemi çözmeye yönelik adımlar belirlemelerini ister. Bu adımları terazinin sağ kefesine sıralayarak yazmalarını söyler.

■ Dileyen öğrenciler kendi terazilerinde uyguladıkları çözüm yollarını sınıfta paylaşırlar. İstenirse bu özellikler tahtaya çizilen büyük bir terazi resminin sol ve sağ kefesine not edilebilir. Öğretmen problem çözme üzerine kısa bir açıklama yaparak etkinliği bitirir.

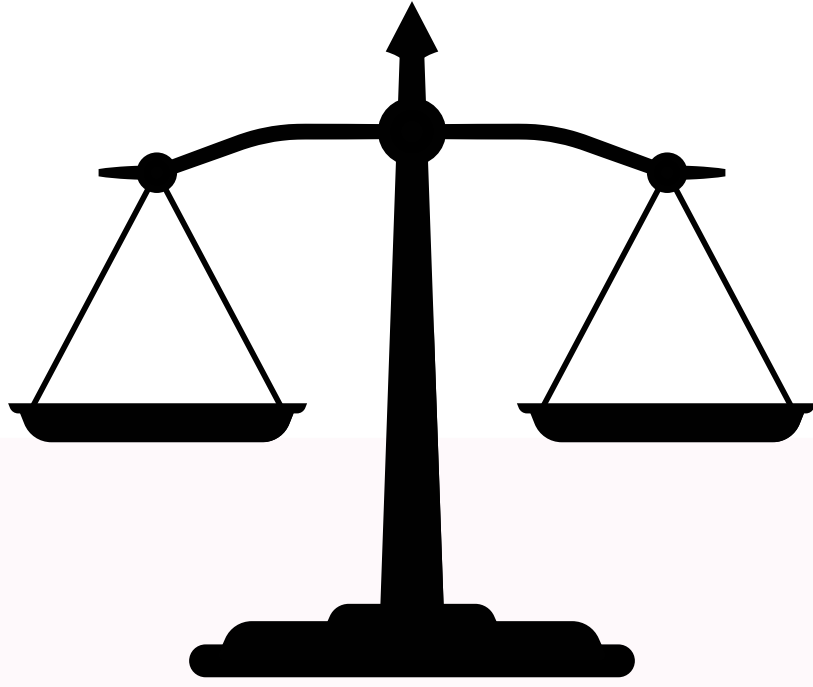
BİLGİ NOTU

Problem Çözme: Var olan bir problemi tanımlama, nedenlerini ortaya koyma, çözüme yönelik stratejiler geliştirme ve en uygun stratejiyi tespit ederek uygulama becerisidir. Pek çok kültürde en olumsuz durumların bile içinde olumlu bir yan taşıdığına inanılır. Türkçedeki atasözlerinden biri “Her şerde bir hayır vardır” şeklindedir. Bir başka atasözü “Bir musibet bin nasihatten yeğdir.”dir. Yaşadığımız olumsuz deneyimler bizim mücadele gücümüzü artırır. Kendi içimizdeki zorluklarla baş etme yeteneğini fark ederiz. Yakınlarımız, arkadaşlarımız, dostlarımızla ilişkilerimiz daha güçlü olur. Eksik olan yanlar fark edilir ve bu eksikliklerin giderilmesi için uğraş verilir.

Öneriler:

1. Dileyen öğrenciler kendi problemini paylaşır ve çözüm önerileri sınıfça beraber “siz olsaydınız ne yapardınız” şeklinde düşünülerek geliştirilebilir.
2. Bir problem senaryosu paylaşılıp onun üzerinden etkinlik yapılabilir.

Ek-1



AKADEMİK VE BİLİŞSEL GELİŞİM ALANI SINIF REHBERLİK ETKİNLİĞİ 13

Konu: Analitik Düşünme

Düzyey: İlkokul-Ortaokul

Kazanım: Analitik düşünme kavramlarını tanımlar. Analitik düşünmeye örnekler verir. Analitik düşünmeyi dramatize eder. Analitik düşünmeyi diğer düşüncelerden ayırt eder.



- Öğretmen öğrencilere Küçük Prenses kitabını tanıtır ve kitaptaki bir resmi öğrencilere gösterir (Ek-1).
- Öğretmen öğrencilere resimde ne gördüklerini sorar.
- Öğrencilerden aldığı cevaplardan sonra ikinci resmi göstererek öğrencilere şapkanın aslında fil yutmuş Bao yılanı olduğunu açıklar (Ek-2).

■ Daha sonra öğretmen her zaman olayların görüldüğü gibi olmadığını, bir yargıya varmak için etraflıca muhakeme etmenin ve ilgili konu hakkında daha fazla bilgi sahibi olmanın önemini vurgular.

■ Ardından öğretmen Covid-19 pandemisi sırasında ilk çıkan haber görüntülerini örnek verir; örneğin Çin’de sokakta birden yere düşen ve bedenlerinden kan sızan insanların görüntüleri haber kanallarında yayımlanmıştı. Bu yüzden insanlar Covid-19’un bu tarz semptomlara sebep olduğu kanısına vararak hızlıca panik ve korkuya kapıldı. İlerleyen zamanda bu videoların gerçeği yansıtmadığını, Covid-19 vakalarının ağır bir grip gibi geçirildiğini deneyimledik. Yine de sosyal medya aracılığıyla karantina sürecinde panik yaratacak pek çok haber yayıldı.

Öneriler:

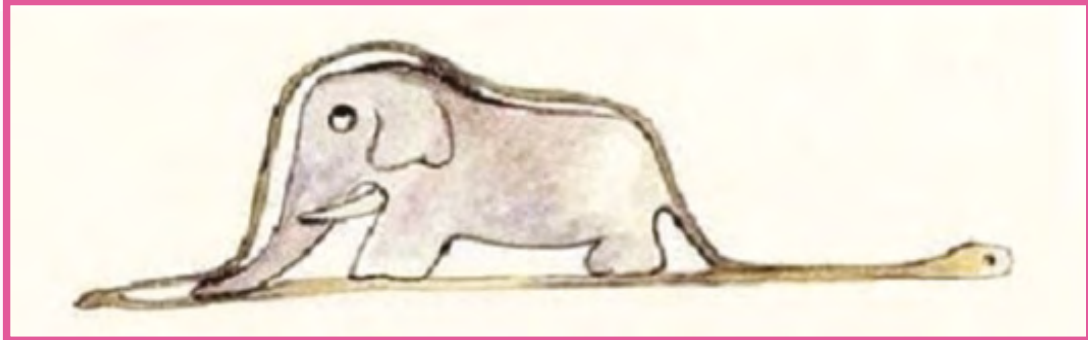
Öğretmen Covid-19 sürecinde ortaya çıkan spekülasyon haberleri hatırlayıp hatırlamadıklarını sorabilir. Hatırlayan öğrencilerden paylaşım yapmalarını isteyebilir. Daha sonra öğretmen aşağıdaki bilgileri paylaşarak sunulan bilgilerin muhakemesini yapmanın önemi üzerinde durabilir: “Covid-19 pandemisi sürecinde insanlar evlerine kapanarak dijital medya kullanımına yönelik aktivitelerini artırdılar. Dünya genelinde olduğu gibi Türkiye’de de pandemiyle ilgili olarak paylaşılan doğru ya da yanlış içerikler hızlı bir şekilde yayıldı. Covid-19’un Wuhan’da bir yilandan bulaştığı ve Çin malı ürünlerle dünyaya yayıldığı öne sürüldü. Çinlilerin yarasa çorbası içme görüntüleri sosyal ağlarda paylaşılarak (Çin’de yarasa yemek yaygın değildir) pandeminin Çinlilerin yediği yemeklerden yayıldığı iddia edildi. İngiltere’de, astrofizikçi Piers Corbyn ve İsviçreli kardiyolog Thomas Binder, Covid-19 ile 5G teknolojilerinin bir bağlantısı olduğunu savundu. Avrupa ve Amerika’da dijital ortamdaki paylaşımlarda 5G teknolojilerinin uygulamalarda yer almasıyla

yeni tip koronavirüsün ilişkili olduğu iddia edildi (www.dw.com/tr).” Devamında öğretmen bu iddiaların hiçbirinin kanıtlanamadığını belirtir ve bu tarz haberlerin sadece toplumda önyargı ve panik yarattığını vurgular. Öğrencilere sosyal medyada görülen haberlerin kaynağının güvenilir olması, haber içeriğinin abartıdan uzak, sıra dışılık sınırlarını zorlamaması, haber fotoğrafının gerçekçi olması ve haber yer ve zamanının doğrulanabilirliği gibi konulara dikkat etmeleri gerektiğini söyler. Özellikle haberler için teyit sitelerini kullanabileceklerini hatırlatarak etkinliği bitirir.

Ek-1



Ek-2



AKADEMİK VE BİLİŞSEL GELİŞİM ALANI SINIF REHBERLİK ETKİNLİĞİ 14

Konu: Analitik Düşünme

Düzyey: İlkokul-Ortaokul

Kazanım: Analitik düşünme kavramlarını tanımlar. Analitik düşünmeye örnekler verir. Analitik düşünmeyi dramatize eder. Analitik düşünmeyi diğer düşüncelerden ayırt eder.

■ Öğretmen Theseus'un Gemisi hikâyesini anlatır:



Theseus'un Gemisi bir savaş gemisidir. Kaptanı da Egeli efsanevi komutan Theseus'tur. Bu geminin bir gövdesi, direği ve yelkenleri vardır. Zamanla, Theseus'un Gemisi denizlerde süzülürken bu gövdeden ahşap bir parça eskir ve yeni bir ahşap ile değiştirilir. Kaptan ve mürettebat yollarına devam ederler. Rüzgârlı bir günde geminin yelkeni yırtılır. Başka bir gün fırtınada geminin direği kırılır. Fakat kaptan ve mürettebat her limana döndüklerinde kırılan, eskiyen ve bozulan parçaları değiştirirler. Artık birçok parça yeni parçalarla değiştirilmiştir.

■ Öğretmen aşağıdaki soruları sorar:

- Theseus'un Gemisi halen aynı gemi midir? Yoksa başka bir gemi mi olmuştur?
- Bir şeyin parçaları değiştiğinde o şeyin kimliği değişir mi? Bir şeyi, o şey yapan şey nedir?

■ Öğretmen hikâyenin devamını anlatır:

Limanda Theseus'un gemisini yıllardır tamir eden, onun eskimiş parçalarını yenileriyle değiştiren usta, bu eski parçaları atölyesinin bir kenarında biriktirir. Bir gün bu parçaları orijinal tasarıma sadık kalarak bir araya getirir ve bir gemi oluşturur. Bu durumda iki gemi yan yana durmaktadır.

■ Öğretmen hikâyenin sonunda aşağıdaki soruları sorar:

- Peki, şimdi Theseus'un Gemisi hangisi? Neden?
- Bir şeyi, o şey yapan şey nedir?

BİLGİ NOTU

Theseus'un Gemisi efsanesi ilk olarak Yunan tarihçi Plutarch tarafından aktarılır. Theseus'un Gemisi, felsefe tarihinde değişim ve aynılık arasındaki ikiliği sorgulamak için önemli bir örnek olarak kullanılır. Değişim ve aynılık arasındaki ilişki filozofları uzun süre meşgul etmiştir. Herakleitos, nehrin sularının sürekli olarak akarken aynı kalıp kalamayacağını, John Locke çorabın yırtıldıktan sonra üstüne yama yapılmasından sonra aynı çorap olup olmadığını sorgular. Theseus'un gemisinin sökülen parçalarından aynı şekilde bir gemi yapılmasını ise İngiliz filozof Thomas Hobbes hikâyeye ilave etmiştir.

Özetle, farklı yüzyıllarda birçok filozof değişim ve aynılık kavram ikiliğini ele almıştır. Nesneler gibi insanların da değişimi ve aynılığı felsefe için bir soru oluşturur: Vücudumuz, zihnimiz ve belleğimiz neredeyse tamamen değişirken biz nasıl aynı kalabiliriz? Öğrenciler hem Theseus'un Gemisi'nden hem de biz yetişkinlerden daha hızlı bir şekilde her gün değişirler. Boyları uzar, süt dişleri dökülür, kıyafetleri küçülür. Fiziksel değişimin yanı sıra zihinsel olarak da fikirleri, bilişsel kapasiteleri, duyguları, dünya üzerine öğrendikleri de. Yeni hatıralar edinirler, bazı anıları ise bir daha hatırlayamayacakları şekilde unutulur. Bu soru etrafında düşünmeleri hem büyümek ve değişmek hem de aynı kalmanın ne demek olduğu konusunda eleştirel bakış açısı oluşturmalarına yardımcı olacaktır. Özdemir, Ö. (2017). Ders notları. [Yayımlanmamış ders notları].

AKADEMİK VE BİLİŞSEL GELİŞİM ALANI SINIF REHBERLİK ETKİNLİĞİ 15

Konu: İlgi-Yetenek

Düzyey: İlkokul-Ortaokul

Kazanım: İlgi-yetenek kavramlarını tanımlar. İlgi ve yeteneklerin farkına varır. İlgi ve yeteneği dramatize eder. İlgi ve yeteneği açıklar.

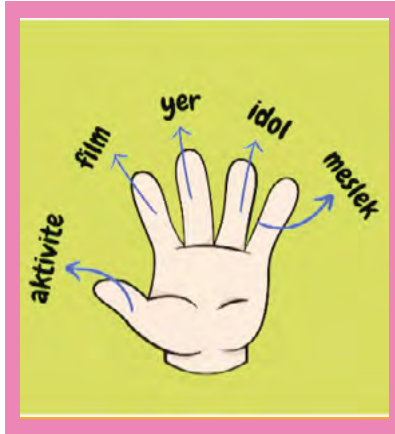
■ Öğretmen öğrencilere kâğıt dağıtır. Bir ellerini kâğıda koyarak parmaklarının etrafından geçerek çizim yaptırır.

■ Öğretmen tahtaya büyük bir el çizer ve parmaklara sırayla aşağıdaki yönergeleri yazar:

- Yapmaktan hoşlandığım en sevdiğim şey
- İzlemeyi sevdiğim en güzel film (çizgi film, dizi, program vs.)
- Gezip görmek istediğim en önemli yer
- Tanışmak istediğim en önemli kişi
- Büyüyünce olmak istediğim meslek

■ Öğrenciler çalışmalarını tamamlayıp diğer arkadaşlarıyla paylaşırlar.

■ Öğretmen öğrencilerin ilgilerini dinledikten sonra, bu konuda yetenekli olup olmadıklarını sorar. İlgi ve yetenek konusunda kısa bir bilgilendirme yaparak etkinliği bitirir.



BİLGİ NOTU

İlgi ve Yetenek: İlgi, herhangi bir konu ve kişi hakkında öğrenme isteğidir.

Yetenek, doğuştan veya edinilmiş olan belirli fiziksel ve zihinsel eylemleri yapma yetkinliğidir. İlgi alanlarımız bize neyin keyif verdiğini, yeteneklerimiz ise hangi konularda daha başarılı olduğumuzu gösterir. İlgi ve yeteneklerimiz doğrultusunda seçeceğimiz mesleklerde daha mutlu ve başarılı olma şansımız artar.

Öneriler:

1. Öğrencilerin ilgi alanlarını ve yeteneklerini öğrenmek için öğrencilerle birebir görüşmeler yapabilirler. Bu görüşmelerde öğrencilerin nelerden hoşlandıklarını, neleri sevdiklerini ve neleri yapmak istediklerini öğrenmek mümkündür.
2. Öğretmenler öğrencilerinin ilgi alanlarına göre kitaplar ve filmler önerebilir, daha sonra bunların değerlendirmesi yapılabilir.

AKADEMİK VE BİLİŞSEL GELİŞİM ALANI SINIF REHBERLİK ETKİNLİĞİ 16

Konu: İlgî-Yetenek

Düzey: İlkokul-Ortaokul

Kazanım: İlgî-yetenek kavramlarını tanımlar. İlgî ve yeteneklerin farkına varır. İlgî ve yeteneği dramatize eder. İlgî ve yeteneği açıklar.

■ Öğretmen öğrencilere Naim Süleymanoğlu'nun hikâyesini anlatır.



Naim Süleymanoğlu, tüm zamanların en büyük haltercilerinden biri olarak kabul edilir. Onun ilgî ve yetenek alanı sporun en zorlu ve disiplin gerektiren dallarından biri olan halterdir. Küçük yaşlardan itibaren haltere olan ilgisi ve doğuştan gelen fiziki gücü, onu bu spora yönlendirmiştir. Henüz 15 yaşındayken dünya gençler rekorunu kırarak profesyonel halter dünyasına adım atmıştır.

Yeteneği sayesinde, ulusal ve uluslararası pek çok yarışmada altın madalyalar kazanmıştır. Meslek seçiminde de ilgî ve yeteneklerini göz önünde bulundurarak halterci olmayı tercih etmiştir. Ancak hayatı boyunca pek çok zorlukla da karşılaşmıştır. Siyasi baskılar ve ülke değiştirme gibi engellerle mücadele etmiş, ancak asla pes etmemiştir.

Naim Süleymanoğlu, 1988 Seul Olimpiyatları'nda üç altın madalya kazanarak "Cep Herkülü" lakabını almıştır. Kariyeri boyunca, 46 dünya rekoru kırmış ve 7 Dünya Halter Şampiyonluğu kazanmıştır. Bu başarısıyla, sadece Türkiye'de değil, tüm dünyada sporculara ilham kaynağı olmuştur.

■ Ardından Naim Süleymanoğlu'nun hikâyesinin, insanın ilgî ve yeteneklerini takip etmenin yanı sıra karşılaştığı engelleri aşmanın da önemini vurguladığı belirtilir. Sonra öğrencilere aşağıdaki soruları sorar:

- Merak duyduğunuz konular nelerdir?
- Yaparken keyif aldığınız faaliyetler nelerdir?
- Başarılı olduğun ve ya olmak istediğin alanlar nelerdir?
- İlgî ve yeteneklerine uygun meslekler nelerdir?

■ Öğretmen aldığı cevapların ardından ilgî ve yetenekleri keşfetmenin insanın başarısındaki önemi üzerine kısa bir açıklama yaparak etkinliği bitirir.

KİŞİSEL SOSYAL
GELİŞİM ALANI
REHBERLİK
ETKİNLİKLERİ



KİŞİSEL SOSYAL GELİŞİM ALANI REHBERLİK ETKİNLİKLERİ

Sosyal gelişim bireyin diğer insanlarla ilişkilerindeki, duygularındaki ve kişiliğindeki değişimleri içerir. Bu gelişim alanında öğrencinin farklı kültürlerden insanların duygularını anlaması ve önemsemesi, diğer yandan adalet kavramının farkında olarak sosyal normları belirlemesi ve sosyal normların gerektirdiği talep ve isteklerin farkında olması amaçlanmaktadır.

Kişinin sosyal çevresiyle etkili iletişim kurarak olumlu ilişkiler geliştirmesi, işbirlikçi davranma becerileri kazanması ve çatışmaları yapıcı yollarla çözme pratiği edinmesiyle mümkündür. Kendi kültürünü tanıyarak kültürel yeterlilik göstermesi, gerektiğinde yardım alması ve yardım teklif etmesi için yeterli bilgi donanımına sahip olması gerekmektedir.

Özellikle Kişisel Sosyal Gelişim Alanı'nda bulunan mahremiyet farkındalığı, kültürel farkındalık, retorik ve teknoloji okuryazarlığı gibi temaların beceriye dönüşmesi için öncelikle öğrenciye gerekli bilgilerin derinlikli verilmesi şarttır. Bilgi verici rehberliğin o ayın temasının önemini açıklaması hedeflenmektedir. Örneğin, “mahremiyet nedir ve neden önemlidir”. Mahremiyetin bulunduğu durumlarda faydalar, bulunmadığı durumlarda ise riskler analiz edilir. Mahremiyeti korumaya dair önemli ipuçları verildikten sonra örnek olaylar ve senaryolar üzerinden kişinin bir farkındalık kazanması olasıdır.

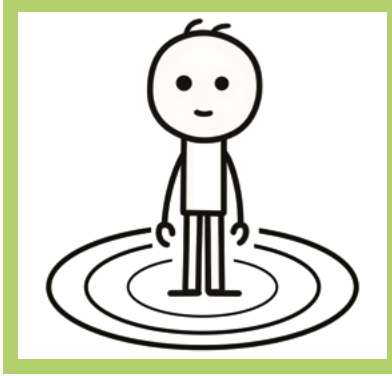
Günümüzde öğrencilerin öğrenme eğilimlerini geliştirmeleri ve bilgi donanımlarını üst düzeye çıkarmaları gerekmektedir. Kişisel ve sosyal gelişim alanında kişinin ihtiyaç duyduğu bilgiler öğretmen tarafından dikkat çekici unsurlar eşliğinde verilir. Bilginin önemi konusunda motive edilerek faydası üzerinde durulur. Teknoloji okuryazarlığı, retorik gibi bilgi verici rehberlik yapılması planlanan temalar, 21. yüzyıl becerilerine denk düşmektedir. Bu bilgilerin bir öğrencinin hayatı boyunca tüm eğitim, kariyer ve yurttaşlık konularında kullanılabilir olmasına dikkat edilmiştir.

KİŞİSEL SOSYAL GELİŞİM ALANI SINIF REHBERLİK ETKİNLİĞİ 1

Konu: Mahremiyet

Düzey: İlkokul

Kazanım: Mahremiyet kavramını tanımlar. Mahremiyetin önemini farkına varır.



■ Öğretmen öğrencilere mahremiyet eğitiminin ne olduğunu ve neden önemli olduğunu anlatır. Mahremiyet eğitiminin, çocukların kendisinin ve diğer insanların özelinin ve özel alanının farkına varması, sosyal hayatın içinde kendi özel hayatını koruması, diğer insanların özeline saygı duyması, kendi ile çevresi arasında sağlıklı sınırlar koyması gibi becerileri kazandırmayı amaçladığını söyler.

■ Öğrencilere vücudun kişiye özel, dokunulması yasak olan bölgelerinin olduğunu anlatır. Bu bölgelerin başkalarından gizlenmesi gerektiğini, anne-baba ve yanında anne-baba var iken doktorların dışında kimsenin dokunamayacağını öğretir (bu bölgelerin sadece bilimsel isimleri kullanılmalıdır).

■ Öğretmen öğrencilerden A4 kâğıdına bir bebek çizmesini ister. Ardından bebeğin vücudunda dokunulması yasak olan bölgeleri daire içine almalarını ister. Örnek olarak öğretmen de tahtaya bir bebek çizer ve aynı şekilde daire içine alır.

■ Öğrenciler çizimlerini bitirdikten sonra, öğretmen tahtadaki resmi göstererek mahremiyet hakkında kısa bir bilgilendirme yapar. Özel bölgelerin nasıl korunması gerektiğini anlatır.

■ Öğrencilere bedenlerinin kendilerine ait olduğunu, izin vermedikleri kimsenin dokunmaması gerektiğini hatırlatır. Eğer kendilerini rahatsız eden bir durumla karşılaşırlarsa, güvendikleri bir yetişkine anlatmaları gerektiğini söyleyerek etkinliği bitirir.

BİLGİ NOTU

Mahremiyet farkındalığı, kişinin kendisinin ve diğerlerinin özel alanına dair geliştirdiği farkındalıktır. Mahremiyet eğitimi, çocukların özel hayatına saygı duymayı, özel bölgelerini tanımayı ve korumayı, başkalarının özel bölgelerine dokunmamayı, mahremiyet ihlallerini fark etmeyi ve bildirmeyi öğretir.

KİŞİSEL SOSYAL GELİŞİM ALANI SINIF REHBERLİK ETKİNLİĞİ 2

Konu: Mahremiyet

Düzey: İlkokul-Ortaokul

Kazanım: Mahremiyet kavramını tanımlar. Mahremiyetin önemini farkına varır. Kişisel mahremiyet alanını açıklar.

■ Öğretmen gönüllü iki öğrenci seçer, birbirlerinden 2 metre uzakta durmalarını ve sohbet etmelerini söyler. Daha sonra öğrencilere bu mesafeden konuşmanın ne hissettirdiğini sorar (Mesafenin uzunluğundan kaynaklı olarak konuşmanın anlaşılmadığı duygusu uyandırması beklenir).

■ Öğretmen öğrencilerin 1 metre yaklaşmalarını söyleyerek tekrar sohbet etmelerini ister. Daha sonra öğrencilere 1 metre mesafeden konuşmanın ne hissettirdiğini sorar (Yakın çevremizden kişilerle konuşmanın konforlu hissettirmesi beklenir).

■ Öğretmen son kez öğrencilerin yarım metre kadar mesafede durarak sohbet etmelerini ister. Tekrar öğrencilere ne hissettirdiğini sorar (Güvendiğimiz kişiler dışında rahatsızlık hissettirmesi beklenir).

■ Cevapları aldıktan sonra öğretmen sırayla sosyal alan, kişisel alan ve mahrem alanla ilgili bilgi verir.

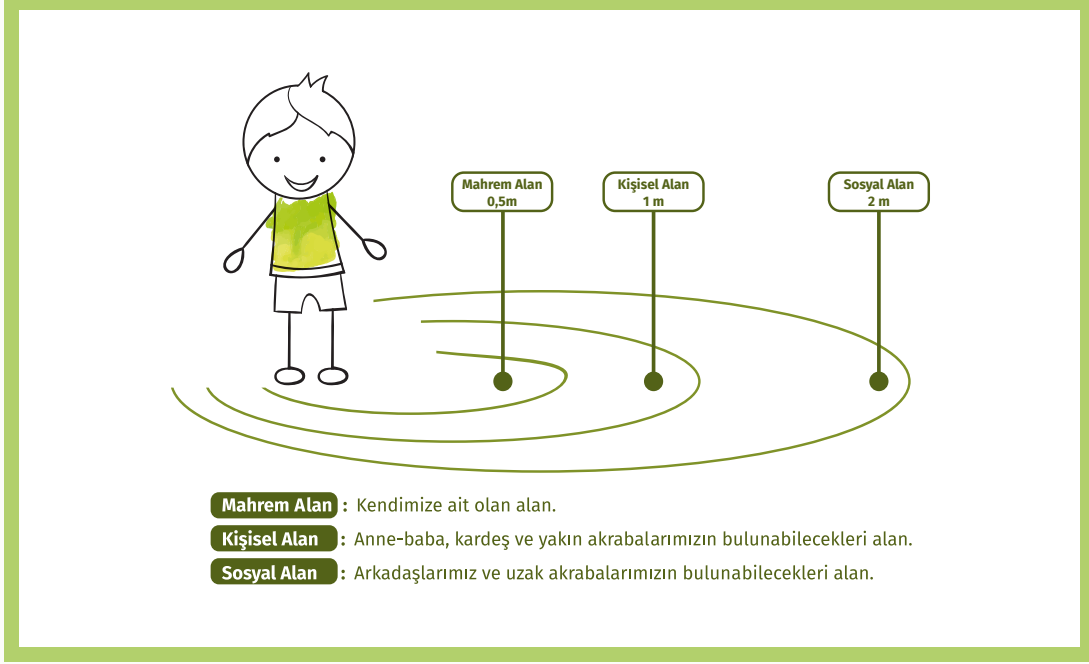
■ Öğretmen aşağıdaki soruları öğrencilere art arda sorar, hiç yorum yapmadan cevap alır:

- Evinizin kapısını sonuna kadar açık bırakır mısınız?
- Odanızın kapısını herkesin girebileceği şekilde açık bırakır mısınız?
- Kişisel fotoğraflarınızı halka açık yerlere asar mısınız?
- Tanımadığınız kişilere fotoğraflarınızı verir misiniz?
- Hiç tanımadığınız kişilere özel bilgilerinizi verir misiniz?

BİLGİ NOTU

Mahremiyet farkındalığı, kişinin kendisinin ve diğerlerinin özel alanına dair geliştirdiği farkındalıktır. Sosyal alan, günlük yaşamda normal ilişkide bulunduğumuz kişilerin içinde bulunmasını istediğimiz mesafedir. Kişisel alan arkadaş bölgesidir. Sosyal etkinlikler, iş yaşantısı, arkadaş toplantısı gibi faaliyetlerde diğer insanlarla arada bırakmayı tercih ettiğimiz mesafedir. Mahrem alan ebeveyn, eş, çocuk, akraba, yakın arkadaş gibi duygusal olarak çok yakın hissettiğimiz kişilerin girmesine izin verdiğimiz alandır. Mahremiyet özel hayatımızın gizli olması demektir. Kişi, kendisine ait bilgileri sadece kendi isteği dâhilinde başkalarıyla paylaşır.

■ Öğretmen tüm bunların mahremiyetle ilişkili olduğunu, bu yüzden yapmadığımızı dile getirir. Aynı hassasiyeti sosyal medya hesaplarımızda da uygulamak gerektiğini, profilimizi tanımadığımız kişilere açtığımızda tıpkı evimizin kapısını açmak gibi olduğunu vurgulayarak dikkat edilmesi gereken hususları açıklayarak etkinliği bitirir.



KİŞİSEL SOSYAL GELİŞİM ALANI SINIF REHBERLİK ETKİNLİĞİ 3

Konu: Öz Bakım

Düzey: İlkokul-Ortaokul

Kazanım: Öz bakım kavramını tanımlar. Öz bakımın önemini farkına varır. Öz bakım konusunda bilgilerini kullanır.

■ Öğretmen, öz bakım becerilerinin neler olduğunu ve bunların neden önemli olduğunu sınıfa sorar. Öğrencilerden örnekler vermesini ister. Öğretmen, cevapları tahtaya yazar ve gerekirse açıklar.

■ Öğretmen, her öğrenciye bir kâğıt ve kalem verir. Öğrencilerden kâğıdın ortasına “Öz Bakım Becerilerim” yazmalarını ister. Sonra kâğıdı dört eşit parçaya bölmelerini söyler.

■ Öğretmen, her parçaya bir öz bakım becerisi yazmalarını ister. Örneğin: yemek yeme, giyinme, tuvalet eğitimi, el-yüz yıkama. Öğrencilerden bu becerileri nasıl yaptıklarını kısaca yazmalarını ister. Örneğin: Yemek yerken tabağımı temiz tutuyorum. Giyinirken düğmelerimi ilikliyorum. Tuvaletimi kendim yapabiliyorum. Elimi ve yüzümü sabunla yıkıyorum.

■ Daha sonra öğretmen, gönüllü öğrencilerden çalışmalarını paylaşımlarını ister. Ardından öz bakım konusunda kısa bir açıklama yaptıktan sonra etkinliği bitirir.

BİLGİ NOTU

Öz bakım, çocuğun gelişim dönemlerine uygun olarak ebeveynlerinden bağımsız yaşamını sürdürebilmek için edindiği becerilerdir. Uyuma, yemek yeme, tuvalet eğitimi ve kendi başına giyinebilme birincil öz bakım becerileri arasında yer alır. Bunlardan sonra el ve yüz yıkama, diş fırçalama, burun silme gibi beceriler gelir. Küçük yaşta gelişmesi beklenen bu beceriler çocuğun bağımsız birey olduğunun işaretidir.

Öz bakım, sağlıklı yaşam tarzı davranışlarının gelişmesinde, bireylerin kapasitelerinin artırılmasında ve yaşam kalitesinin yükseltilmesinde önemli bir rol oynar (Yavuz ve Çimen 2007). Öz bakım ayrıca kişinin kendine güvenini artırır ve kendini daha iyi hissetmesine yardımcı olur. Bu nedenle, öz bakım sağlıklı bir yaşam tarzının temel bir parçasıdır ve herkesin hayatında önemli bir yere sahiptir.

KİŞİSEL SOSYAL GELİŞİM ALANI SINIF REHBERLİK ETKİNLİĞİ 4

Konu: Öz Bakım

Düzey: İlkokul-Ortaokul

Kazanım: Öz bakım kavramını tanımlar. Öz bakımın önemini farkına varır. Öz bakım konusunda bilgilerini kullanır.



■ Öğretmen, öz bakım becerilerinin neler olduğunu ve bunların neden önemli olduğunu sınıfa sorar. Öğrencilerden örnekler vermesini ister. Öğretmen, cevapları tahtaya yazar ve gerekirse açıklar.

■ Öğretmen, her öğrenciye bir kâğıt ve kalem verir. Öğrencilerden kâğıdın ortasına “Öz bakım Becerilerimi Değerlendiriyorum” yazmalarını ister. Sonra kâğıdı dört eşit parçaya bölmelerini söyler.

■ Öğretmen, her parçaya bir öz bakım becerisi yazmalarını ister. Örneğin: Yemek yeme, giyinme, tuvalet eğitimi, el-yüz yıkama. Öğrencilerden bu becerileri ne kadar iyi yaptıklarını kendilerine göre puanlamalarını ister. Puanlama için 1’den 5’e kadar bir ölçeği kâğıda çizmelerini söyler. 1 en düşük, 5 en yüksek puan anlamına gelir. Örneğin: Yemek yerken tabağımı temiz tutuyorum. Puanım: 4.

■ Daha sonra öğretmen, gönüllü öğrencilerden çalışmalarını paylaşmalarını ister. Ardından öz bakım konusunda kısa bir açıklama yaptıktan sonra etkinliği bitirir.

Öneriler:

1. Öğrencilere öz bakım çizelgesi dağıtılarak, kendi denetimlerini yapmaları istenebilir. Bu çizelgede en temel görevlerin yer alması gerekmektedir. Bunlardan bir kaç: yatağını toplama, diş fırçalama, dışardan gelince ellerini yıkama gibi... Çocuktan bu davranışları her gün yapması beklenir. Daha sonra çizelgesi dolan öğrencilere madalya ödülü verilebilir.
2. Öz bakımında eksiklik gözlemlenen öğrencilerin velileri ile görüşülüp öğrencinin bu konuda desteklenmesi istenebilir.
3. Velilere müşavirlik yapılarak öz bakımın önemi veli toplantısında dile getirilebilir.
4. Velilerle çocuklarına nasıl öz bakım becerileri kazandırabileceklerine dair sunu, el broşürü, dijital yayın vb. paylaşılabilir.

KİŞİSEL SOSYAL GELİŞİM ALANI SINIF REHBERLİK ETKİNLİĞİ 5

Konu: Öz Düzenleme-Sofra Adabı

Düzey: İlkokul-Ortaokul

Kazanım: Sofra adabının öz düzenleme ve nezaket kuralı olduğunu bilir. Sofra adabının öneminin farkına varır. Sofra adabı konusundaki bilgilerini kullanır.



BİLGİ NOTU

Sofra adabı: Toplumumuz gelenek ve görenekleri ile dünya genelindeki kabul edilen sofranın yemek öncesi, esnası ve sonrasına dair kaideler bütünüdür. Yemek masasının kurulma düzeni, nasıl servis yapılması, yemeğin nasıl yenilmesi ve yemek sonrası nasıl davranılması gerektiğine dair bir takım usul ve kurallar bütünüdür. Bu kuralların tümü yaşamımızın önemli bir yerini kapsayan yemeği, sadece karın doyurma eyleminden ötesine taşıyarak bir sosyalleşme ve kültür zenginliğine çevirmektedir. Bu açıdan da yetişkinliğe hazırlanan çocuğun hem yaşadığı toplumun sofrada adabını hem de dünya genelinde kabul gören sofrada adabını öğrenmesi önemlidir.

■ Öğretmen öğrencilere boş A4 kâğıdı dağıtarak kâğıdın ortasına büyük bir daire çizmelerini ister.

■ Daha sonra bu dairenin bir tabak olduğunu söyleyerek tahtaya çatal, bıçak, kaşık ve su bardağı çizer. Öğrencilerden çizdikleri tabağın etrafına bu nesneleri doğru düşündükleri şekilde yerleştirmelerini ister.

■ Çizimlerini bitiren öğrenciler resimlerini sınıfla paylaşır, ardından öğretmen doğru yerleştirmeyi tahtaya çizer.

■ Öğretmen yemek yerken masada dikkat edilmesi gereken hususları öğrencilere sorar. Aldığı cevapları maddeler halinde tahtaya yazar ve eksik olanları aşağıdaki maddeleri örnekte olduğu gibi yazarak tamamlar.

- Yemekten önce ellerini yıkamalısın.
- Masada bir şeyler okumamalı ve oyun oynamamalısın.
- Masada dik ve düzgün oturmalısın.
- Ellerinle değil, çatal ve bıçakla yemelisin.
- Yemeğini yemeye başlamak için herkesin servisinin yapıldığından emin olmalısın.
- Küçük lokmalarla sakince yemelisin.
- Ağzın kapalı olarak sessizce çiğnemelisin.
- Parmaklarını yalamamalı ve tavuk kemiklerini kemirmemelisin.
- Ağzın doluyken konuşmamalısın.

■ Son olarak masada otururken postürlerinin nasıl olması gerektiğine dair (sadece yemek yerken değil ders çalışırken de) bilgilendirme yaparak etkinliği bitirir.

Öneriler:

1. Öğrencilerden, eve gittiklerinde akşam yemeği için masa kurulurken ebeveynlerine yardım etmeleri ve derste öğrendikleri tabak düzenini uygulamaları istenebilir.

KİŞİSEL SOSYAL GELİŞİM ALANI SINIF REHBERLİK ETKİNLİĞİ 6

Konu: Kültürel Farkındalık

Düzey: İlkokul-Ortaokul

Kazanım: Kültürel farkındalık kavramını tanımlar. Kültürel farkındalığın önemini farkına varır. Kültürel farkındalığı açıklar.



■ Öğretmen öğrencilere dört yapraklı yoncayı bilip bilmediklerini sorar. Dört yapraklı yoncanın talihle ilişkilendirildiğini anlatarak herkesin A4 kâğıdının ortasına dört yapraklı yonca çizmelerini ister.

■ Öğretmen de tahtaya dört yapraklı yonca çizerek her bir yaprağın içine yazmalarını istediği unsurları belirtir.

Birinci yaprak, ülkemizin görülmesi gereken tarihi yeri yahut müzesi.

İkinci yaprak, ülkemizin en meşhur ses sanatçısı.

Üçüncü yaprak, ülkemizin en meşhur ressamı.

Dördüncü yaprak, ülkemizin en önemli bilim adamı.

■ Öğretmen, çalışmalarını bitiren öğrencilerden aldığı cevapları tahtada çizili büyük yaprakların içine yazar. Kültürel farkındalık ile ilgili kısa bir açıklama yaptıktan sonra etkinliği bitirir.

Kültürel farkındalık: Kişinin içine doğduğu bölge, ülke ve dünya kültürüne dair edindiği farkındalıktır. Kültür mirasının bilinmesi kültürel farkındalığın önemli bir parçasıdır. Bir kişi bir kültür hakkında ne kadar çok şey bilirse, o kişi o kültürle ilgili daha fazla anlayışa sahip olur, ayrıca kendi kültürüne dair edindiği bilgiler toplumla etkileşimde daha başarılı olmasını sağlar.

Öneriler:

1. Öğrencilerin seviyesine göre yaprakların içine yazılan unsurlar üçe çıkarılabilir. Ülkemizin görülmesi gereken en önemli üç yeri gibi.

2. Dört yapraklı yoncanın şans getirdiği hatırlatılarak içine doğduğumuz kültürün de bizlerin şanslı olduğu vurgusu yapılabilir.

KİŞİSEL SOSYAL GELİŞİM ALANI SINIF REHBERLİK ETKİNLİĞİ 7

Konu: Kültürel farkındalık

Düzey: İlkokul-Ortaokul

Kazanım: Kültürel farkındalık kavramını tanımlar. Kültürel farkındalığın öneminin farkına varır. Kültürel farkındalığı açıklar.



■ Öğretmen öğrencileri üçer veya dörder kişilik gruplara ayırır.

■ Öğrencilerden Türkiye’de veya dünyada yaşayan farklı bir kültürü seçerek araştırma yapmalarını ister. Örneğin Çin, Japonya, Brezilya, Meksika, İspanya, Fransa, İngiltere, Almanya, Rusya, Hindistan, Kenya, Mısır vb.

■ Öğrencilerden seçtikleri kültüre ait

özellikleri listeleyen bir poster sunumu hazırlamalarını ister. Sunumda şu başlıkları kullanmalarını önerir:

- Kültürün adı ve ait olduğu coğrafya
- Kültürün tarihi ve kökeni
- Kültürdeki yemekler, müzikler, danslar, bayramlar, selamlaşmalar, inançlar vb.
- Kültürün Türk kültürüyle benzer ve farklı yönleri

■ Öğretmen öğrencilere hazırlanmaları için bir hafta süre verir.

■ Bir hafta sürenin ardından öğretmen, öğrencilerden sunumlarını sınıfta yaparak diğer öğrencilerle paylaşımlarını ister.

■ Sunumların sonunda öğrencilere farklı kültürleri tanımakla ilgili neler hissettiklerini, neler öğrendiklerini ve neler merak ettiklerini sorar. Kültürel farklılıklara saygı duymanın önemi üzerine kısa bir konuşma yaparak etkinliği bitirir.

KİŞİSEL SOSYAL GELİŞİM ALANI SINIF REHBERLİK ETKİNLİĞİ 8

Konu: Söz Varlığı

Düzey: İlkokul-Ortaokul

Kazanım: Söz varlığı kavramlarını tanımlar. Söz varlığı kavramının önemini farkına varır. Söz varlığını açıklar.

- Öğretmen öğrencilere kâğıt dağıtır ve dört parçaya bölmelerini ister. Her bir parçaya akıllarına gelen ilk nesneyi yazmalarını söyler.
- Ardından öğrenciler nesne isimlerini yazdıkları kâğıdı katlayarak öğretmenin belirttiğini kutunun/kesenin içine atarlar.
- Öğretmen kâğıt dolu keseyi karıştırır, öğrencilere sırayla tekrar dörder tane kâğıt çekmelerini söyler.
- Daha sonra bu kâğıtlarda yazan dört nesneyi de içeren bir hikâye yazmalarını ister.



- Öğretmen öğrencilere hikâyelerini tamamlamak için 10-15 dakikalık süre verdikten sonra dileyen öğrenciler hikâyelerini sınıfla paylaşır. Daha sonra öğretmen söz varlığına dair kısa bir açıklama yaparak etkinliği bitirir. Geri kalan tüm hikâyeleri değerlendirmek üzere toplar.

BİLGİ NOTU

Söz Varlığı, bir veya birkaç dilde, bir konuda kişilerin sahip olduğu kelime dağarcığıdır. Söz varlığının geniş olması ilgili dilde ya da alanda kendini doğru ifade etme, doğru düşünme ve etkili iletişim becerisinin oluşmasını sağlar. Söz varlığı geliştirmek için okuma, yazma, dinleme ve konuşma becerilerinin geliştirilmesi önerilir. Okuma yaparken yeni kelimeler öğrenmek mümkündür ve yazma yaparken de öğrenilen kelimeler kullanılabilir. Dinleme ve konuşma becerileri ise kelime hazinesinin kullanımını sağlar. Ayrıca, kelime oyunları oynamak, kelime kartları hazırlamak ve kelime testleri çözmek de söz varlığı geliştirmek için önerilen yöntemler arasındadır.

KİŞİSEL SOSYAL GELİŞİM ALANI SINIF REHBERLİK ETKİNLİĞİ 9

Konu: Söz varlığı

Düzyey: İlkokul-Ortaokul

Kazanım: Söz varlığı kavramlarını tanımlar. Söz varlığı kavramının öneminin farkına varır. Söz varlığını açıklar.

■ Öğretmen anne, baba, abla, ağabey, kardeş, arkadaş, komşu, öğretmen gibi yakın çevremizdeki insanların isimlerini kâğıtlara yazar ve kavanoza atar.

■ Bir öğrenciyi kavanozdan bir kâğıt seçmesi için seçer.

■ Kâğıtta yazan kişi için tatlı bir söz söylemesini ister: “Benim canım annem”, “Güzel arkadaşım”, “Teyzelerin en güzeli”, “Aslan amcam”.

■ Ardından sırayı diğer öğrencisine verir.

■ Öğretmen tatlı söz bulamayanlara ipucu vererek oyunu sürdürür.



■ Daha sonra öğretmen aşağıdaki soruları sorar

- Güzel sözler duymak kendimizi nasıl hissettirir?
- Bugün biri size hiç güzel bir söz söyledi mi?
- Tatlı dil ne demektir?
- Dil nasıl tatlı olur? Dil nasıl acı olur?
- “Tatlı dil yılanı deliğinden çıkarır” atasözü ne anlama gelir?

■ Öğretmen cevapları aldıktan sonra söz varlığı üzerine kısa bir konuşma yaparak etkinliği bitirir.

Öneriler:

1. Öğretmen sınıf düzeyine göre deyimler ve atasözleri üzerinden de bu etkinliği yapabilir. Öğrencilerden sadece nesneleri değil, duyguları ve kavramları yazmalarını da isteyebilir.

2. Söz varlığı etkinliklerini çeşitlendirebilir, birkaç hafta arayla oyun eşliğinde hatırlatma sağlanabilir.

KİŞİSEL SOSYAL GELİŞİM ALANI SINIF REHBERLİK ETKİNLİĞİ 10

Konu: Retorik

Düzey: İlkokul

Kazanım: Retoriği tanımlar. Retoriğin önemini farkına varır.

BİLGİ NOTU

Retorik, temelde ikna etmek amacıyla dili en etkili ve cezbedici bir biçimde kullanma sanatıdır. Retorik sanatı, kişinin muhataplarını ikna etmek ve heyecanlandırmak amacıyla söylediği başı sonu belli olan sistemli konuşmadır. Retorik sanatı, insanlık tarihi boyunca hem insanlar arası ilişkilerin düzenlenmesinde hem de insanların birbirlerini etkilemesinde önemini ve değerini muhafaza etmiştir. Günümüzde teknolojik gelişmelerle ortaya çıkan radyo, televizyon, telefon ve sosyal medya gibi iletişim araçları, retorik değeri daha da arttırmıştır.

Padişahın biri, rüyasında dişlerinin önden arkaya doğru döküldüğünü, yemek bile yiyemez hale geldiğini görür. Rüyadan çok etkilenir ve tabir etmeleri için ülkenin en mahir rüya tabircilerini sarayına çağırır. Rüyayı anlattığı tabircilerden birisi, “Efendim, bu rüya şerdir. Ne yazık ki, oğullarınızın gözlerinizin önünde birer birer ölüp, sizi yapayalnız bıraktıklarını göreceksiniz.” Padişah, oğullarının ölümünden söz eden tabircinin sözlerine öfkelenir ve muhafızlarına onu zindana atmalarını emreder. Sonra rüyasını başka bir tabirciye anlatır. Bu seferki tabirci, “Sultanım” der, “Bu rüya hayırdır. Allah size o kadar bereketli ve uzun bir ömür verecek ki, evlatlarınızın hepsinin mutluluklarını göreceksiniz ve hepsinden uzun yaşayacaksınız.” Sultan bu habere çok sevinir ve tabirciye kese kese altın ihsan eder.

■ Öğretmen iki tabircinin aynı şeyi söylemesine rağmen neden birinci tabircinin ceza, ikincisinin ise ödüllendirildiğini sorar. Aldığı cevaplardan sonra aşağıdaki açıklamayı yaparak etkinliği bitirir.



“Hikâyenin ana fikri “ne söylediğimiz değil, nasıl söylediğimiz önemlidir” mesajı içerir. Hikâye bize retorik önemini de gösteriyor. Retorik, ikna etme sanatıdır. İkna etmek için sadece doğruyu söylemek yetmez, aynı zamanda doğruyu güzel ve etkili bir şekilde söylemek gerekir. İkinci tabirci, padişahın duygularını ve beklentilerini anlayarak, rüyayı olumlu bir şekilde yorumlamıştır. Böylece padişahı hem ikna etmiştir hem de memnun etmiştir.”

KİŞİSEL SOSYAL GELİŞİM ALANI SINIF REHBERLİK ETKİNLİĞİ 11

Konu: Retorik

Düzey: Ortaokul

Kazanım: Retorik kavramını tanımlar. Retoriğin farkına varır.

Yönerge: King's Speech adlı filmin değerlendirmesi yapılır.



Konusu: Film, İngiliz Kraliyet ailesinden VI. George'un kekemeliğini yenmesi üzerine kurulu bir dönem filmidir. Filmde VI. George'un (Colin Firth) konuşma terapisti Lionel Logue (Geoffrey Rush) ile olan ilişkisi ve 2. Dünya Savaşı öncesinde halka seslenmesi gereken önemli anlar anlatılır. Film, gerçek bir hikâyeden uyarlanmıştır. Dönemin atmosferini, kostümleri ve müziğiyle başarılı bir şekilde yansıtan filmde ayrıca VI. George'un kral olması ve 1939'da Almanya'ya savaş ilan ettiği tarihi konuşması da yer alır.



Filmde VI. George'un kekemeliği nedeniyle retorik sanatını kullanamadığı ve bu yüzden halkın güvenini kazanmakta zorlandığı görülür. Filmde Lionel Logue'un VI. George'a verdiği konuşma terapisi, aslında retorik sanatının temel unsurlarını içerir. Logue, krala nefes almayı, ses tonunu, vurguyu, jest ve mimikleri nasıl kullanacağını öğretir. Ayrıca kralın kendine

güvenini arttırmak için onunla dostane bir ilişki kurar.

Filmde VI. George'un son konuşması, retorik sanatının başarılı bir örneği olarak gösterilebilir. Kral, konuşmasında hem duygusal hem de mantıksal argümanlar kullanır. Halka seslenirken onların duygularına hitap eder ve onları savaşa hazırlamak için cesaretlendirir. Aynı zamanda savaşın gerekliliğini ve haklılığını mantıklı gerekçelerle açıklar. Konuşmasının biçimi ve içeriği arasında uyum sağlar.

■ Öğretmen, filmde Lionel Logue'un VI. George'a verdiği konuşma terapisi sahnelerini hatırlatır. Sonra bunun ne anlama geldiğini, öğrencilere ne düşündürdüğünü sorar. Daha sonra öğretmen şu soruları sorarak öğrencilerin kendi hayatlarından örnekleri paylaşmalarını ister.

“Lionel Logue, VI. George'a konuşma terapisinde hangi teknikleri uygulamıştır?”
(Nefes alma, ses tonu, vurgu, jest ve mimikler)

“Filmde VI. George’un son konuşması halk üzerinde neden çok etkili olmuştur?”

“Sizin de çevrenizde retorığı güçlü insanlar var mı? Varsa kimlerdir ve dikkatinizi çeken özellikleri nelerdir?”

■ **Aldığı cevaplardan sonra öğretmen retorik sanatının temel unsurlarını; nefes almayı, ses tonunu, vurguyu, jest ve mimikleri nasıl kullanacağını hatırlatır. Ardından sadece konuşmanın biçiminin değil içeriğinin de mantıklı ve tutarlı olması gerektiğini vurgular. İzledikleri filmin retorik sanatının en iyi işlendiği örneklerden biri olduğunu söyleyerek etkinliği bitirir.**

KİŞİSEL SOSYAL GELİŞİM ALANI SINIF REHBERLİK ETKİNLİĞİ 12

Konu: Retorik**Düzey:** İlkokul-Ortaokul**Kazanım:** Retorik kavramını tanımlar. Retoriğin farkına varır. Retoriği dramatize eder.**BİLGİ NOTU**

G20, dünyanın en büyük ekonomilerine sahip 19 ülke ve Avrupa Birliği'nden oluşan bir gruptur. G20 ülkeleri zirve adı verilen toplantılarda her yıl bir araya gelmektedir. Bu toplantılarda liderler, küresel ekonomi, ticaret, iklim değişikliği, kalkınma, sağlık gibi konularda görüş alışverişinde bulunuyor ve ortak kararlar alıyor.



- Almanya
- ABD
- Arjantin
- Avustralya
- Brezilya
- Çin
- Endonezya
- Fransa
- Güney Afrika
- Güney Kore
- Hindistan
- İngiltere
- İtalya
- Japonya
- Kanada
- Meksika
- Rusya
- Suudi Arabistan
- Türkiye
- Avrupa Birliği

- Öğretmen öğrencilere G20 ülkeleri ve toplanma amaçları ile ilgili kısa bir bilgi verir.
- Öğretmen Çocuk Hakları Sözleşmesi ilkelerinin olduğu broşürleri öğrencilere dağıtır ve incelemelerini ister.
- Öğrencilerden bildirgedeki haklardan birini seçmelerini ve seçtikleri hakkı G20 zirvesinde sunacakmış gibi iki dakikalık bir konuşma hazırlamaları söyler.
- Çalışmalarını bitiren öğrencilerden sırayla konuşmalarını yapmaları ve öğrencilerden gelen soruları yanıtlamaları ister.
- Konuşmalar bittikten sonra, bildirgedeki hakların hangilerinin öncelikli olduğunu belirlemek için bir oylama yapılır.
- Oylama sonucuna göre, öğrencilerden bildirgedeki hakları sıralamalarını ve bunun nedenini açıklamalarını ister.
- Daha sonra öğretmen hakların eşit düzeyde önemli olduğu fakat öğrencilerin konuşma kabiliyetlerinin oylamayı etkilediğine dikkat çeker. Oylama sonuçlarını etkileyen faktörün retorik olduğuna vurgu yaparak etkinliği bitirir.

Öneriler:

1. Öğretmen birkaç gün öncesinden G20 ülkelerini ve Çocuk Hakları Sözleşmesi'ni araştırma ödevi olarak verebilir. Öğrenciler konuşmalarına hazırlanmış şekilde sınıfa gelerek etkinlik yapılabilir.

2. Sınıf içinde bir müzakere konusu seçilip uygulanabilir. Örneğin sınıf iki gruba ayrılarak "teneffüslerde pencere açıp sınıfın havalandırılması" öğrenciler tarafından tartışılır uzlaşmaya varılarak sonuçlar tahtaya yazılabilir.

ÇOCUK HAKLARI SÖZLEŞMESİNİN 4 TEMEL İLKESİ

1. AYRIM GÖZETME HERKES FARKLI HERKES EŞİT!

Hepimiz fiziksel ya da kültürel özelliklerimiz nedeniyle birbirimizden farklıyız. Farklılıklarımız nedeniyle ayrımcılığa uğramamalıyız. Tüm çocuklar eşittir.

2. KATILIM SÖZ KÜÇÜĞÜN! GÖRÜŞLERİM DEĞERLİ!

Beni ilgilendiren tüm konularda fikrimi söylemeye hakkım var. Benim görüşlerim de büyüklerin ki kadar değerlidir.

3. YAŞAMA - GELİŞME SAĞLIKLI BİR YAŞAMA İHTİYACIM VAR!

Her çocuğun yaşamaya hakkı vardır. Devletler ve kişiler biz çocukların sağlıklı gelişebilmesi için çaba göstermelidir.

4. ÇOCUĞUN ÖNCELİKLİ YARARLARI HER ZAMAN, HER KOŞULDA ÖNCE ÇOCUKLAR!

Bir çocuk olarak benimle ilgili her konuda önce benim yararım gözetilmelidir. Beni ilgilendiren bir konuda yetişkinler kendi çıkarları doğrultusunda karar almamalıdır.



KİŞİSEL SOSYAL GELİŞİM ALANI SINIF REHBERLİK ETKİNLİĞİ 13

Konu: Akran ilişkileri

Düzey: İlkokul-Ortaokul

Kazanım: Akran ilişkilerini tanımlar. Akran ilişkilerinin önemini farkına varır. Akran ilişkilerini dramatize eder. Akran ilişkilerini sorgular.

■ Öğretmen, öğrencilerine arkadaş olmak istedikleri kişilerde aradıkları bir özellik söylemelerini ister. Arkadaşımızda olmasını istediğimiz özellik diye açıklama yaparak “mesela ben arkadaşımın yardımsever olmasını isterim” şeklinde örnek verir.

■ Cevapları aldıktan sonra öğrencileri üçer kişilik gruplara ayrılır. Her gruba ağaç resminin olduğu kâğıtları dağıtır ve ağaçların kökleri, gövdesi ve yapraklarının işlevini açıklar. (Kökler topraktaki suyu ve besini alır, gövdeyi besler, gövde bu besinleri yapraklara taşır, dallarda yapraklar ve meyveler oluşur.)

■ Verdiği resimde köklere güçlü bir arkadaşlık için neler gerektiğini yazmalarını ister. (Örneğin güçlü bir arkadaşlık için dürüstlük köklere yazılır. Gövdeye nerede ve ne zaman dürüst olması gerektiği yazılır: “oyun oynarken”. Dallardaki yaprak ve meyveleri için ortaya çıkan davranışlar yazılır: “yalan söylemez”.)

■ Daha sonra öğretmen arkadaşlık ağaçlarını oluştururken öğrencilere zorlandıkları yerler olup olmadığını sorar. Akran ilişkilerinde arkadaşlığın önemi üzerine açıklamalar yapar. Hayallerindeki arkadaş bulmasalar da kendilerinin başkasının hayallerindeki arkadaş olabileceklerini vurgulayarak etkinliği bitirir.

BİLGİ NOTU

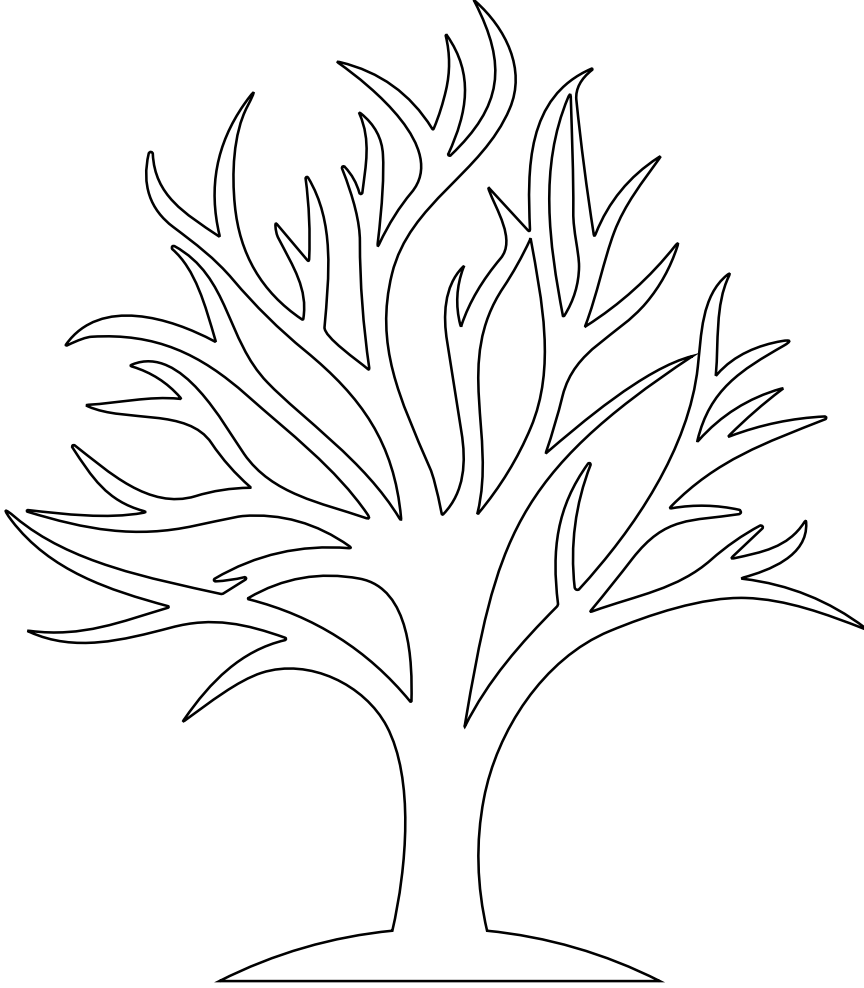
Akran ilişkisi, aynı ya da yakın yaşlardaki kişiler arasında kurulan karşılıklılık ve devamlılık gösteren etkileşimlerin bütünüdür. Akran ilişkileri, çocukların sosyal ve duygusal gelişiminde önemli bir rol oynar. İyi yönetilen akran ilişkileri, çocukların öz güvenlerini artırır ve kendilerini daha iyi hissetmelerine yardımcı olur. Arkadaşlık kurmak ayrıca çocukların empati duygularını geliştirmelerine yardımcı olur ve başkalarının duygularını anlamalarını sağlar.

Öneriler:

1. Öğretmen öğrencilere hayallerindeki arkadaş sorarken küçük bir ısınma etkinliği kullanabilir. Tüm öğrencilerin halka olmasını sağlar, öğretmen eline bir top alır, önce hayalindeki arkadaşın özelliğini söyler ve topu bir öğrenciye atar. Topu tutan aynı şekilde hayalindeki arkadaşının özelliğini söyleyerek bir başkasına atar.

2. Akran ilişkilerini artırmak için ödevlerde ekip çalışması kullanılabilir.

Ek-1



KİŞİSEL SOSYAL GELİŞİM ALANI SINIF REHBERLİK ETKİNLİĞİ 14

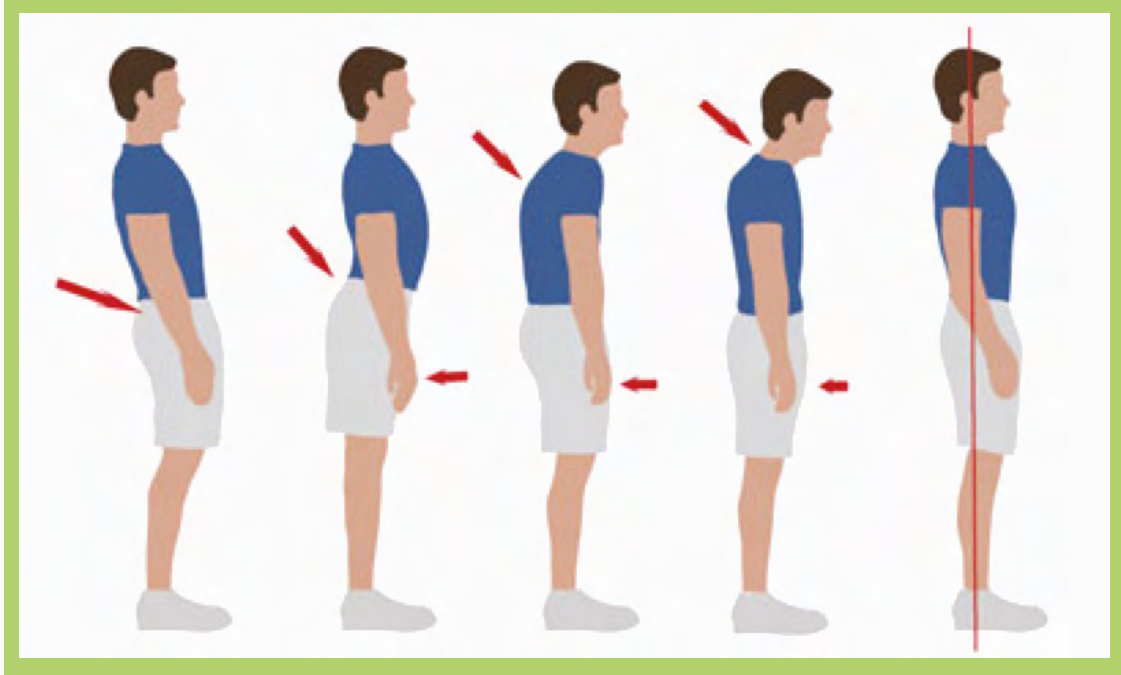
Konu: Postür

Düzey: İlkokul-Ortaokul

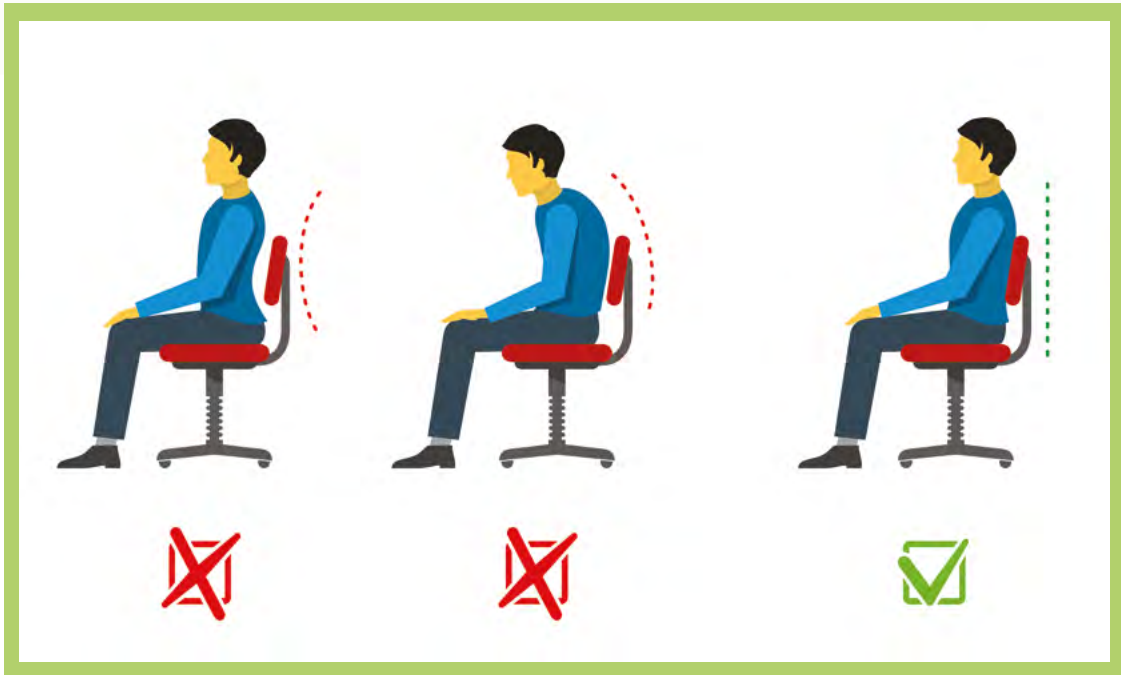
Kazanım: Postürün ne olduğunu bilir. Postürün öneminin farkına varır. Postür konusundaki bilgilerini kullanır.

- Öğretmen öğrencileri sınıfta sandalyeye oturmaya davet eder.
- Sandalyeye dik oturarak ayak tabanlarını yere basmalarını söyler. Ellerini dizlerinin üzerine koyarak nefes almalarını ister. Nefes verirken ellerini dizlerinin arkasına götürerek omurgayı gerdirip bükmeden ileriye doğru eğilmelerini sağlar. Ardından bu hareketi 10 kez tekrarlamalarını söyler.
- Öğretmen bu egzersizin nefes egzersizi olarak bilindiğini ve karın kaslarını çalıştırdığını anlatır. Aynı zamanda duruş bozukluğunu düzeltmeye yardımcı olduğundan bahseder.
- Öğretmen öğrencileri sınıftan çıkarak koridorda yürümeye davet eder. Yürürken başları dik, omuzları geride, göğüsleri ileride, karınları içeride olacak şekilde yürümelerini ister. Yürüyüş esnasında nefes alıp vermeye dikkat etmelerini, yürüyüş postürünün en temel unsurlarından biri olduğunu ve vücudun dengede kalmasını sağladığını anlatır.
- Öğrencilerle yürüyüş sonrasında sınıfa dönerek onlara yaptıkları egzersizlerin nasıl hissettirdiğini sorar.
- Aldığı cevapların ardından postür hakkında kısa bilgi vererek etkinliği bitirir.

Ek-1



Ek-2



KİŞİSEL SOSYAL GELİŞİM ALANI SINIF REHBERLİK ETKİNLİĞİ 15

Konu: Postür

Düzey: İlkokul-Ortaokul

Kazanım: Postürün ne olduğunu bilir. Postürün öneminin farkına varır. Postür konusundaki bilgilerini kullanır.

■ Öğretmen öğrencilere aşağıdaki yönergeleri vererek egzersizleri yaptırır.

4 Ayağa kalkın, ellerinizi arkanızda ve kalça hizasında birleştirin. Bu haldeyken boynunuzu sağa doğru hafifçe eğerek 10-12 saniye esnetin. Boynunuzu sola doğru hafifçe eğerek esnemeyi tekrarlayın.

5 Ayağa kalkın. Her iki kolunuzu da yukarı kaldırın. Sağ kolunuzu başınızın arkasından bükerek elinizle sol kolunuzun arkasına dokununuz, sol elinizle de sağ dirseğinizi kavrayın. Bu haldeyken sağ kolunuzu ve sırtınızı 8-10 saniye esnetin. Aynı hareketi sol kolunuzu esnetmek için de tekrarlayın.

6 Ayağa kalkın. Kollarınızı yukarı doğru uzatın ve avuç içleriniz dışarı bakacak şekilde ellerinizi birleştirin. Kollarınızla kendinizi yukarı doğru çekerek 10-15 saniye süreyle omurganızı esnetin.

5 ve 6 numaralı egzersizler, sırt kasları ve omurganızı esnetmeye, sırt, bel ve boyun ağrılarından korunmanıza yardımcı olabilir.

7 Ayağa kalkın. Kollarınızı iki yanda iken omuzlarınızla arkadan öne doğru daireler çizin. 5 saniye süresince 3-5 tekrar ile hareketi tamamlayın.

8 Dik oturun. Ellerinizi belinizin alt kısmına doğru yerleştirin. Beliniz sabitken sırtınız geriye doğru vererek 10-15 saniye süreyle esnetin.

9 Oturun ve sağ bacağınız üstte olacak şekilde bacak bacak üstüne atın. Bedeninizi yavaşça sağa doğru döndürün, sağ elinizle sağ dizinizden, sağ kolunuz ile de sandalye veya koltuğunuzun arkasından destek alarak 8-10 saniye esneyin. Aynı hareketi sol bacağınızı ve kolunuzu kullanarak tekrarlayın.

10 Ayağa kalkın. Kollarınızı iki yanda iken dirseklerinizi hafifçe bükerek ellerinizi ve kollarınızı 8-10 saniye süreyle sallayın.

KAYNAKLAR

1. Yaşamın Her Alanında Fiziksel Aktivite. T.C. Sağlık Bakanlığı Temel Sağlık Hizmetleri Genel Müdürlüğü, Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi

2. Calling all desk jockeys: Stretching to ease neck and shoulder pain. Harvard Health Publications. Harvard

KİŞİSEL SOSYAL GELİŞİM SINIF REHBERLİK ETKİNLİĞİ 16

Konu: Gıda Okuryazarlığı

Düzey: İlkokul-Ortaokul

Kazanım: Gıda okuryazarlığını tanımlar. Gıda okuryazarlığının öneminin farkına varır. Gıda okuryazarlığı konusundaki bilgilerini kullanır.

■ Öğretmen, öğrencilere bir paket patates cipsi gösterir (çıktısını alır) ve onlardan cips yapmak için kaç patates gerektiğini tahmin etmelerini ister.

■ Öğretmen öğrencilere tahmin etmeleri için bir fırsat daha verir. Doğru tahmini bulmak için bu sınıfta heyecan oluşturur.

■ Öğretmen bir paket cips için 10-12 patates gerektiğini açıklar ve 10 patates gösterir. Öğretmen, öğrencilere tek seferde 10 patates yiyip yiyemeyeceklerini sorar. Sonrasında bir seferde bir paket cips yiyip yiyemeyeceklerini sorar.

■ Öğretmen öğrencilere Ek-1’de verilen beslenme etiketlerini gösterir. Bu etiketler 1 patates ve 1 porsiyon patates cipsinin besin değerlerini karşılaştırır. Öğretmen etiketlerde “lif”, “yağ” ve “porsiyon boyutu” gibi kavramları açıklar. Öğretmen etiketleri sınıf tahtasına yansıtır veya öğrencilere dağıtır.

■ Öğretmen öğrencilere aşağıdaki soruları sorar:

- Hangisinde daha fazla yağ var?
- Hangisinde daha fazla lif var?
- Porsiyon büyüklüğüne bakın. Hangisi daha uzun süre tok hissetmenizi sağlar? Neden?

■ Öğretmen öğrencilerin cevaplarını dinler ve doğru cevapları verir:

- Patates cipsinde daha fazla yağ var.
- Patateste daha fazla lif var. Patates cipsi lif içermezken, büyükçe bir patates en az 2 gram lif içerir.
- Porsiyon büyüklüğüne göre, patates daha uzun süre tok hissetmenizi sağlar.

■ Çünkü patates daha fazla lif ve su içerir. Lif ve su, mideyi doldurur ve sindirimi yavaşlatır.

■ Öğretmen öğrencilere hangisinin daha uzun süre tok hissetmenizi sağladığını sorar. Patates yiyince neden tok hissettiklerini düşünmelerini ister.

■ Öğretmen öğrencilerden cevap alır ve lif oranının yüksek olmasından dolayı patatesin daha tok tuttuğunu açıklar.

■ Öğretmen lifin ne olduğunu ve ne gibi faydaları olduğunu anlatır. Lifin, vücut tarafından tamamen parçalanamayan bitki bazlı bir karbonhidrat türü olduğunu, bağırsakların düzgün çalışmasını sağlayarak kilo kaybını teşvik ettiğini, kan şekerini düşürdüğünü ve kalp sağlığını artırdığını söyler. Öğretmen yetişkinlerin yaşına ve cinsiyetine göre günde 22 ila 34 gram lif ihtiyacı olduğunu belirtir.

- Öğretmen öğrencilere eğer cips patatesten yapılıyorsa neden cipslerde o kadar fazla lif olmadığını sorar.
- Öğretmen öğrencilerden cevap alır ve yiyeceklerimizin yüksek sıcaklıkta pişirildiğinde lif gibi besin maddelerini kaybettiğini söyler. Öğretmen paket cipslerin zararlı yağlarda uzun süre kızartıldığını ve içine kimyasallar katıldığını, bu yüzden patateslerin besin değerlerini kaybettiğini açıklar.
- Öğretmen öğrencilere bir paket cipsin 10-12 patatesten yapıldığını, ancak paketteki patateslerin daha az yer kapladığını söyler. Öğretmen öğrencilere neden bir paket cipsi kolayca bitirebildiklerini (hatta doymadıklarını da) ama 10 patatesi hemen yiyemediklerini ve doyduklarını sorar.
- Öğretmen öğrencilerden cevap alır ve bunun sebebinin fazla ve yanmış yağın içinde kızartılan patatesin besin değerini ve yararını kaybetmesi olduğunu söyler. Öğretmen cipslerin bol miktarda yağda kızartıldığını, bu yüzden patateslerin suyunu kaybettiğini ve küçüldüğünü anlatır. Öğretmen patateslerin suyunun da tokluk hissi verdiğini, ancak cipslerin su içermediğini ve daha fazla yemeye sebep olduğunu belirtir.
- Son olarak öğretmen öğrencilere patatesi nasıl pişirebileceklerini, nasıl daha az yağla yapabileceklerini sorar.
- Öğretmen öğrencilerden cevap alır ve patatesi farklı şekillerde pişirebileceklerini söyler. Örneğin, fırında patates, patates püresi, patates salatası, patates çorbası ve çok daha fazlası. Öğretmen patatesi daha az yağla yapmak için, kızartmak yerine fırınlamak veya haşlamak gibi yöntemlerin daha sağlıklı olduğunu söyler. Öğretmen ayrıca patatesin kabuğunu soymadan yemenin, lif alımını artırdığını ve patatesin faydalarından daha çok yararlanmamızı sağladığını anlatır. (Food Literacy Center Curriculum. (2020). Erişim Adresi: https://www.foodliteracycenter.org/sites/main/files/file-attachments/lesson_8_-_activity.pdf?1586800593)

Öneriler:

1. Sınıf içi izlenebilecek Videolar:



2. Öğretmene tavsiye okuma listesi:



BİLGİ NOTU

Gıda okuryazarlığı, tüketicilerin paketli gıdaların içeriğini, besin değerlerini, son kullanma tarihlerini, alerjenleri, katkı maddelerini ve diğer bilgileri okuyup yorumlayabilme becerisidir. Gıda okuryazarlığı, gıda tercihlerinin sağlık üzerindeki etkilerini bilmek, gıda israfını önlemek, gıda kaynaklarını sürdürülebilir bir şekilde kullanmak gibi konuları da kapsamaktadır.

Ek-1

Patates Cipsi

Enerji ve Besin Öğeleri

Kişi başına 8 porsiyon

Servis boyutu 15 / 28g

Servis başına
Kalori 160

%Günlük Değer*

Toplam Yağ 10g	13%
Doymuş Yağ 1.5g	7%
Trans Yağ 0 g	

Kolesterol 0mg 0%

Sodyum 170mg 7%

Toplam Karbonhidrat 15g 6%

Diyet Lif 1g 5%

Toplam Şeker >1g

Protein 2g

D Vitamini 0mcg 0%

Kalsiyum 10mg 0%

Demir 0.6mg 2%

Potasyum 350mg 6%

C Vitamini 6%

Kayda değer bir tave şekeri bulunmamaktadır.

* Günlük değer yüzdesi (%DV), bir porsiyon yiyecekteki bir besin maddesinin günlük diyetle ne kadar katkıda bulunduğunu gösterir. Genel beslenme tavsiyesi için günlük 2.000 kalori kullanılır.

Patates

Enerji ve Besin Öğeleri

Servis boyutu

1 patates (148g/5.2oz)

Servis başına
Kalori 110

%Günlük Değer*

Toplam Yağ 0g	0%
Doymuş Yağ 0g	0%
Trans Yağ 0g	

Kolesterol 0mg 0%

Sodyum 0mg 0%

Toplam Karbonhidrat 26g 9%

Diyet Lif 2g 7%

Toplam Şeker 1g

Protein 3g

B Vitamini 0.2mcg 10%

Kalsiyum 20mg 2%

Demir 1.1mg 6%

Potasyum 620mg 15%

C Vitamini 27g 30%

Kayda değer bir tave şekeri bulunmamaktadır.

* Günlük değer yüzdesi (%DV), bir porsiyon yiyecekteki bir besin maddesinin günlük diyetle ne kadar katkıda bulunduğunu gösterir. Genel beslenme tavsiyesi için günlük 2.000 kalori kullanılır.



KİŞİSEL SOSYAL GELİŞİM ALANI SINIF REHBERLİK ETKİNLİĞİ 17

Konu: Teknoloji Okuryazarlığı

Düzey: İlkokul-Ortaokul

Kazanım: Teknoloji okuryazarlığını tanımlar. Teknoloji okuryazarlığının öneminin farkına varır. Teknoloji okuryazarlığı konusundaki bilgilerini kullanır.



■ Öğretmen öğrencilere A4 kâğıdı dağıtır. Kâğıdın tümünü kullanarak büyük bir bilgisayar ekranı çizmelerini ister. (Tablet kullananlar tablet çizebilir)

■ Ardından bilgisayar ekranında bulunan kısa yol ikonlarını çizmelerini söyler. Daha sonra aşağıdaki sorular eşliğinde en çok kullandıkları uygulamalar ve oyunlar hakkında sınıfla paylaşımda bulunmaları sağlanır.

- Bu oyunun en önemli özellikleri nelerdir?
- Oyunun amacı nedir ve en favori karakteriniz hangisidir?
- Oyunda ne kadar süre vakit geçiriyorsunuz?
- Bilgisayar ve internet size en çok hangi konularda yardımcı oluyor?
- Hayatınızı kolaylaştırdığınızı düşündüğünüz uygulamalar hangileridir?
- Kullandığımız teknolojinin riskleri hakkında ne düşünüyorsunuz?

BİLGİ NOTU

Teknoloji okuryazarlığı, teknoloji süreçleri eleştirel bir bakış açısıyla sorgulamak ve teknolojinin herhangi bir problemin çözümünde kullanılabilecek bir araç haline nasıl gelebileceğini düşünebilmektir. İlkokul ve ortaokul çocuklarına teknoloji okuryazarlığı konusunu anlatmak için öncelikle teknolojinin ne olduğunu ve nasıl kullanıldığını açıklamak gerekir. Daha sonra, teknolojinin faydaları ve riskleri hakkında konuşulabilir. Çocukların teknolojiyi güvenli bir şekilde kullanmalarını sağlamak için, internet güvenliği ve kişisel bilgi gizliliği konuları da ele alınabilir.

Öneriler:

1. Bilgisayar başında çok fazla vakit geçirdiğini ifade eden öğrenciyle daha sonra bireysel rehberlik yapılabilir.
2. Ailelere yönelik seminer, toplantı, el broşürü, dijital yayın yapılarak teknoloji okuryazarlığı konusunda bilgilendirme yapılabilir.
3. Çocuklara “Teknolojiden nasıl daha fazla faydalanabiliriz?” konulu araştırma ödevi verilebilir.

KİŞİSEL SOSYAL GELİŞİM ALANI SINIF REHBERLİK ETKİNLİĞİ 18

Konu: Teknoloji Okuryazarlığı

Düzey: İlkokul-Ortaokul

Kazanım: Teknoloji okuryazarlığını tanımlar. Teknoloji okuryazarlığının öneminin farkına varır. Teknoloji okuryazarlığı konusundaki bilgilerini kullanır.

- Öğretmen öğrencileri üçer veya dörder kişilik gruplara ayırır.
- Her gruba bir kâğıt ve kalem verir. Öğrencilere kâğıdı kalemle ortadan ikiye bölmelerini söyler. İlk bölmeye “faydaları”, ikinci bölmeye “zararları” yazmalarını ister.
- Ardından öğrencilere seçtikleri bir teknolojik aracın (örneğin akıllı telefon, bilgisayar, internet, sosyal medya, yapay zekâ vb.) etkilerini değerlendiren bir çalışma yapmalarını ister.
- Öğretmen öğrencilere dikkat etmeleri gereken noktaları hatırlatır:
 - Teknolojik aracın ne olduğunu, ne işe yaradığını ve nasıl çalıştığını açıklayın.
 - Teknolojik aracın insanlara, topluma, çevreye ve diğer canlılara olan olumlu ve olumsuz etkilerini belirtin. Bu etkileri somut örneklerle destekleyin.
 - Teknolojik aracın etkilerini değerlendirirken eleştirel düşünme becerilerinizi kullanın. Yani bilgileri sorgulayın, karşılaştırın, ilişkilendirin ve yorumlayın.
- Öğretmen öğrencilere çalışmalarını bitirdikten sonra sınıfta paylaşımlarını ve diğer gruplarla tartışmalarını ister.
- Tartışmanın sonunda öğrencilere teknoloji okuryazarlığı üzerine kısa bir bilgi vererek etkinliği bitirir.

KAYNAKÇA

- Akkuş, K. (2020). Öyküsel Terapi: “Felsefi ve Kuramsal Temelleri, Terapi Teknikleri ve Etkinliği”. *Mediterranean Journal of Humanities*, 27-37.
- Alan, Y. (2014). “Değerler Eğitimi Açısından Kur’an Kıssaları’nın Türkçe Ders Kitaplarında Kullanılması”. *Sosyal Bilimler Dergisi* • Cilt 4- Sayı 8.
- Anonim. (2017, Mayıs 2). Havuç muyuz, Yumurta mı, Yoksa Kahve mi? Alınan yer: <https://secmehikayeler.com/egitici-hikayeler/havuc-muyuz-yumurta-mi-yoksa-kahve-mi.html>
- APA Dictionary of Psychology. (t.y.) American Psychological Association, <https://dictionary.apa.org/crisis> (Erişim tarihi: 01.02.2023)
- Aslan, A. G. (2020) “Duygu Odaklı Terapi: Duyguların Dili ve Sinematerapi”. *Türkiye Bütüncül Psikoterapi Dergisi*, Cilt 3, Sayı 5, 1-16.
- Banks, J. (2011). “The Program Development of Character Education for ISAT Middle Schools.” *Scholar: Human Sciences*, 3(2), 159-164.
- Bayhan, P. ve Artan İ., (2007). *Çocuk Gelişimi ve Eğitimi*. Morpa Kültür Yayınları, İstanbul.
- Bilgelik Hikayeleri. (2016). Anasayfa. Erişim tarihi: 24 Ocak 2016, <https://bilgelikhikayeleri.com/>
- Borders, L. D. & Drury, S. M. (1992). *Comprehensive School Counseling Programs: A Review for Policymakers and Practitioners*. *Journal of Counseling and Development*, 70, 487-498.
- Carnegie, D. (2018). *Stres ve Endişeyle Başa Çıkmanın Yolları*. Nesil Yayınları, İstanbul.
- Cevizci, A. (2005). *Paradigma Felsefe Terimleri Sözlüğü*. Paradigma Yayıncılık, İstanbul.
- Coelho, P. (1988). *Simyacı*, çev. Özdemir İnce, Can Yayınları, İstanbul.
- Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning [CASEL]. (2023). Basics, definition. What is the social and emotional learning (SEL)? <http://www.casel.org/basics/definition.php> (Erişim Tarihi: 01.02.2023)
- Çimen, S. ve Yavuz, B. (2007). “Serebral Palsili Çocukların Özbakım Becerilerini Gerçekleştirme Düzeyleri ve Etkileyen Etmenlerin İncelenmesi”. *C. Ü. Hemşirelik Yüksek Okulu Dergisi*.
- Erkan, S. (2017). *Psikolojik Danışma ve Rehberlikte Program Geliştirme*. Pegem Akademi, Ankara.

- Food Literacy Center Curriculum. (2020). https://www.foodliteracycenter.org/sites/main/files/file-attachments/lesson_8_-_activity.pdf?1586800593
- Goodenow, C. (1992). "Strengthening the Links between Educational Psychology and the Study of Social Contexts". *Educational Psychologist*, 27(2), 177-196.
- Kıssa. (2022). *Türkiye Diyanet Vakfı İslâm Ansiklopedisi* (Cilt 25, ss. 499-503). İstanbul: TDV Yayınları.
- Kulkul, Y. (2022). *Hadi Felsefe Yapalım*. İstanbul: Usturlab Yayınevi.
- Lickona, T. (1997). "The Teacher's Role in Character Education". *Journal of Education*, 179(2), 63-80.
- Meyer, M. (2009). *Retorik*. Dost Kitabevi, Ankara.
- Myrick, R. D. (1997). *Developmental Guidance and Counseling: A Practical Approach*. MN: Educational Media Corp., Minneapolis.
- Nazlı, S. (2004). "Sınıf Rehberliği Etkinlikleri". *BAÜ Sosyal Bilimler Dergisi*, 7, 11, 135-152.
- Özdemir, Ö. (2017). *Ders notları*. [Yayımlanmamış ders notları].
- Özoğlu, S. Ç. (2007). *Eğitimde Rehberlik ve Psikolojik Danışma*. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Yayınları, Ankara.
- Özüpek M. N., Aktan, E., Koçyiğit M. (2021) *Dijital Halkla İlişkiler Uygulamaları: Örnek Olaylar*. Eğitim Yayınevi, İstanbul.
- Saint-Exupéry, A. de. (2018). *Küçük Prens*. Epsilon Yayınevi, İstanbul.
- Sakaoğlu, S. (2018). *Nasreddin Hoca Fıkralarından Seçmeler*. Akçağ Yayınları, İstanbul.
- Schiller, F. (2020). *William Tell*. İstanbul: Dorlion Yayınları.
- Walker, D. I., Roberts, M. P. ve Kristjánsson, K. (2015). "Towards A New Era of Character Education in Theory and in Practice". *Educational Review*, 67(1), 79-96.
- Worley, P. (2023). *Felsefe Gemisi*. İstanbul: Paraşüt Kitap.
- Yeşilyaprak, B. (2007). *İlköğretimde Gelişimsel Rehberlik*. Morpa Yayınları, İstanbul.
- Yılmaz, F. (2021). "Karakter Eğitimi ve Karakter Eğitimi Programları". *Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi*, 12 (1), 234-257.

NOTLAR

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

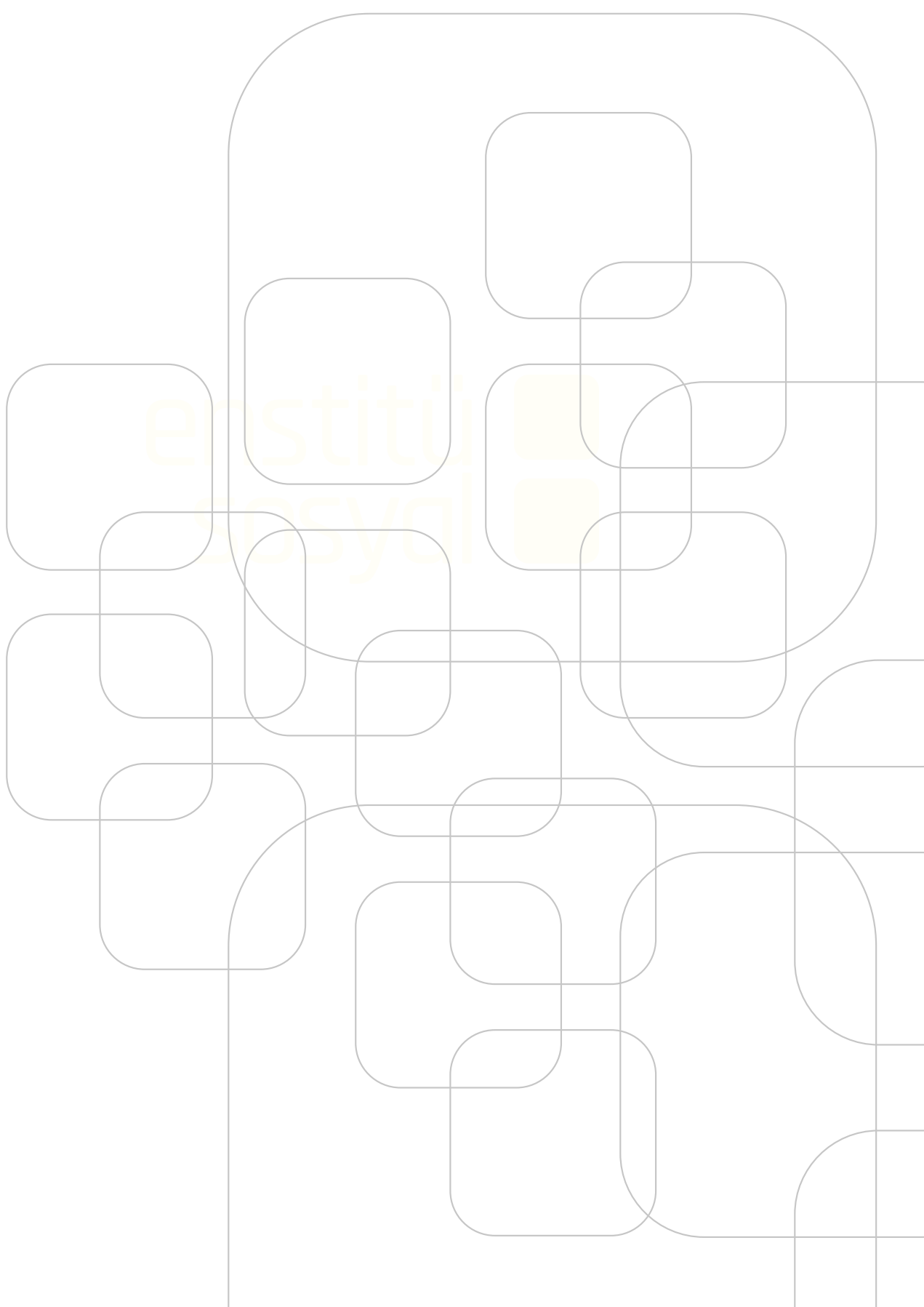
.....

.....

.....

.....





BÜTÜNLEYİCİ

SINIF REHBERLİK PLANI

— ETKİNLİK KİTABI —

enstitü
sosyal



© 2026 Tüm hakları saklıdır.