

|  |  |
| --- | --- |
| **Etkinliğin Adı :** | Otokontrol Ağacı |
| **Gelişim Alanı** | Sosyal-Duygusal |
| **Yeterlilik Alanı** | Kişiler Arası İlişkiler |
| **Kazanım/Hafta** | * Otokontrol becerisi kazanır.
* Sorumluluklarını yerine getirmenin önemini fark eder.
 |
| **Sınıf Düzeyi** | İlkokul (3. ve 4. Sınıf) |
| **Süre** | 40 dk (bir ders saati) |
| **Araç-Gereçler** | 1. Otokontrol örnek kartları (Çalışma yaprağı 1)
2. Tahta/duvar panosu veya büyük bir kâğıt
3. Bant
 |
| **Uygulayıcı İçin Ön Hazırlık** | 1.Uygulayıcı örnek kartlarını önceden keserek hazırlar.2.Sınıfta bir pano veya duvara yapıştırılacak “Otokontrol Ağacı” hazırlar. (Tahtaya çizilen bir ağaç ya da sınıf panosu kullanılabilir.) |
| **Süreç** **(Uygulama Basamakları):** | **1.Öğretmen/Uygulayıcı etkinliğe başlamadan önce soruyla ön bilgileri harekete geçirir:*** *“Sorumluluk nedir, kimler sorumluluk alır?”*
* *“Ani tepki vermemek neden önemlidir?” (ör: sinirlendiğinde bağırmamak, sıranı beklemek vb.)*
* *“Otokontrol ne demektir? Daha önce duydunuz mu?”*

**2. Öğretmen/Uygulayıcı şu açıklamayı yapar:***‘’Çocuklar, hepimizin içinde görünmez bir* ***kumanda*** *var. Bu kumanda bizim davranışlarımızı yönetiyor. Mesela televizyonun kumandasıyla sesini açıp kapatıyoruz ya, işte biz de kendi kumandamızla sesimizi, hareketlerimizi ve duygularımızı kontrol edebiliyoruz.**Eğer çok sinirlenirsek ve kumandamızı kullanmazsak, bağırabilir, kırılabiliriz. Ama kumandamızın* ***dur düğmesine*** *basarsak, biraz bekleriz ve sakinleşiriz.**Bazen çok konuşmak isteriz, ama kumanda bize ‘****şimdi sessizlik zamanı****’ der.Bazen çok oyun oynamak isteriz, ama kumanda ‘****önce ödev zamanı****’ der.Bazen sıra beklemek zor gelir, ama kumanda ‘****sabır düğmesine****’ basmamızı hatırlatır.**İşte bu kumandayı doğru kullanmaya* ***otokontrol*** *denir. Otokontrol demek, ne zaman duracağımızı, ne zaman konuşacağımızı, ne zaman bekleyeceğimizi bilmek demektir. Otokontrolü kullandığımızda hem kendimize hem arkadaşlarımıza iyi davranmış oluruz. Aynı zamanda sorumluluklarımızı yerine getirmek de otokontrolü kullanmaktır. Ve unutmayın, kim kumandasını iyi kullanırsa, o kişi kahraman olur.’’***3.Öğretmen/Uygulayıcı otokontrol ağacını ve etkinlik kartlarını hazırlar.****4. Öğretmen/Uygulayıcı şu açıklamayı yapar:***‘’Evet çocuklar otokontrolün ne demek olduğunu öğrendik. Şimdi sizinle bununla ilgili bir oyun oynayacağız. Oyunumuzun adı “Otokontrol Ağacı”. Elimde görmüş olduğunuz kartlarda bazı davranışlar yazıyor. Sırayla birer tane kart çekmenizi istiyorum. Bu kartlarda otokontrol ve sorumlulukla ilgili cümleler var. Bu cümleleri okuyup beden dili ve mimiklerinizle canlandırmanızı istiyorum. Sırasını tamamlayan öğrenci “Ben sorumluluk sahibiyim! Kendimi kontrol edebiliyorum!” deyip kartını tahtadaki ağaca yapıştıracak ve tamamlanınca sınıfınızın otokontrol ağacı olacaktır. Haydi başlayalım.”***5. Etkinlik tamamlandıktan sonra öğretmen/uygulayıcı şu soruları sorar:***“Bugün hangi sorumluluğu yapmak en kolaydı?”**“Hangi davranışı yapmakta zorlandın?”**“Kumandan olsaydı hangi durumda kullanmak isterdin?”* cevaplardan sonra dersi sonlandırır. |
| **Kazanımların Değerlendirilmesi:** | Öğrenciler otokontrolün tanımını yapar.Otokontrol becerisi kazanır. |
| **Uygulayıcıya Not:** | 1. Uygulayıcı süreci öğrencilerin anlayabileceği düzeyde kısa ve net açıklamalarla sürdürmelidir.
2. Uygulayıcı senaryolarla ilgili soru ve cevaplarda farklı öğrencilerden dönüt almaya dikkat etmelidir. Uygulayıcı tüm öğrencilerin gönüllülük esasıyla sürece katkı sunmasını sağlamaya dikkat etmelidir.
3. Uygulayıcı etkinlik kartlarını örneklerle çoğaltabilir.
 |
| **Özel Gereksinimli Öğrenciler İçin Not:** | Etkinlik, özel gereksinimli öğrencilerin yetersizlik durumuna göre uyarlanabilir. |

Çalışma Yaprağı 1

|  |  |
| --- | --- |
| Sinirlendiğimde bağırmadım, derin nefes aldım. | Söz hakkı almak için el kaldırdım. |
| Sıramı bekledim. | Arkadaşımı dinledim, sözünü kesmedim. |
| Oyun kaybettiğimde sakin kaldım. | Sessiz konuşmam gerektiğinde bağırmadım. |
| Oyun sırasında kurallara uydum. | Canım tatlı istediğinde izin aldım. |
| Oyuncağımı paylaşabildim. | Öğretmen “dur” dediğinde durdum. |
| Yavaş hareket etmem gerektiğinde sabırlı oldum. | Etkinlik bitince oyuncağı bırakabildim. |
| Gürültü yerine sakin sesle konuştum. | Çiçeğimi suladım. |
| Çöpümü çöp kutusuna attım. | Sağlıklı yiyecekler yedim. |
| Yerleri süpürmeye yardım ettim. | Sofraya yardım ettim. |
| Çantamı hazırladım. | Kitaplarımı yerine koydum. |