

|  |  |
| --- | --- |
| **Etkinliğin Adı :** | Butona Bas |
| **Gelişim Alanı** | Sosyal-Duygusal |
| **Yeterlilik Alanı** | Kişiler Arası İlişkiler |
| **Kazanım/Hafta** | * Öğrenciler, farklı sosyal ve duygusal durumlarda kendi duygularını ve tepkilerini fark eder. * Ani tepki vermek yerine uygun davranışları seçer. |
| **Sınıf Düzeyi** | Ortaokul (5-8. Sınıf) |
| **Süre** | 40 dk (bir ders saati) |
| **Araç-Gereçler** | 1. Çalışma Yaprağı-1 2. Çalışma Yaprağı-2 |
| **Uygulayıcı İçin Ön Hazırlık** | 1.Otokontrol kavramı ile ilgili ön hazırlık yapar.  2.Çalışma Yaprağı-1’i masaya yapıştırır.  3.Çalışma Yaprağı-2’yi kendisi için 1 adet çıkartır. |
| **Süreç**  **(Uygulama Basamakları):** | **1.Öğretmen/Uygulayıcı etkinliğe başlamadan önce şu açıklamayı yapar;**  *“Sevgili arkadaşlar, bugün sizlerle “butona bas” isimli bir etkinlik yapacağız. ”* diye başlar.  2.Öğretmen herkesin görebileceği şekilde bir sırayı öne çekerek daha önceden hazırlamış olduğu butonu sıranın ortasına yapıştırır.  3. Öğretmen sınıfı 2 gruba eşit sayıda böler.  4. Oluşturulan gruplara isim verilir.  5. Sınıf tahtası çizgiyle ikiye ayrılarak gruplar için puan tablosu oluşturulur.  6.“*Sevgili öğrenciler, sizinle oynayacağımız oyun için her gruptan bir öğrenci isteyeceğim. Seçtiğim 2 öğrenci karşılıklı olarak butona eşit mesafede duracaklar. Daha sonrasında sizlere bazı senaryolar okuyacağım ve sizlerden okuduğum senaryoya göre verilmesi gereken doğru tepkiyi isteyeceğim. Bu iki kişiden ilk kim butona basarsa cevap hakkını o kazanmış olacak. İlk butona basan kişi doğru tepkiyi söylerse her soru için 10 puan kazanacak. Butona daha önce bastığı halde doğru tepkiyi söylemezse veya cevap veremezse, cevap hakkı diğer kişiye geçer. Cümlem bitmeden butona basılması durumunda karşı gruba 5 puan yazılır. Her soru için farklı öğrencileri seçeceğim. Tüm senaryolar bittikten sonra puanlar toplanacak.* ” der ve süreci başlatır.  7.Etkinlik bittikten sonra puanlar toplanır ve kazanan grup alkışlanır.  ***8.*** Uygulayıcı öğrencilere otokontrolün açıklamasını yapar ve *g*önüllü olan öğrencilere aşağıdaki sorular sorulur:   * ***Verdiğim örnekleri günlük hayatında yaşıyor musun? Bu durumda Otokontrolünü sağlayabildin mi?*** * ***Otokontrolünü sağlayamadığın durumda ne tür zorluklar yaşayabilirsin?*** * ***Otokontrolünü sağlaman için neler yapabilirsin?***     **4. *Öğretmen/uygulayıcı şu açıklamayı yapar:***  *“Gördüğünüz gibi bazen hızlı davranmak avantaj sağlayabilir ama doğru tepkiyi vermek ve durup düşünmek her zaman daha önemli. Bu etkinlikte, farklı durumlarda hangi duygularla karşılaşabileceğinizi ve bu duyguları kontrol ederek nasıl uygun tepkiler verebileceğinizi deneyimlediniz. Kazanan puanlar değil, öğrendiğiniz otokontrol stratejileridir; unutmayın ki her zaman durup düşünmek, seçenekleri değerlendirmek ve en doğru tepkiyi seçmek sizin elinizde. Şimdi öğrendiklerinizi günlük hayatınıza taşımaya çalışın ve zor durumlarda bu becerilerinizi kullanın.”* der ve etkinliği sonlandırır. |
| **Kazanımların Değerlendirilmesi:** | Öğrenciler, farklı sosyal ve duygusal durumlarda kendi duygularını ve tepkilerini fark ettiği, tepkilerini düşünmeden veya öfkeyle vermek yerine uygun davranışları seçtiği gözlemlenir. |
| **Uygulayıcıya Not:** | 1. Uygulayıcı süreci öğrencilerin anlayabileceği düzeyde kısa ve net açıklamalarla sürdürmelidir. 2. Uygulayıcı senaryolarda öğrencilerin doğru tepkiyi veremediği durumda ipuçlarıyla öğrencilere yardımcı olur. 3. Uygulayıcı farklı öğrencilerden dönüt almaya dikkat etmelidir. Uygulayıcı tüm öğrencilerin gönüllülük esasıyla sürece katkı sunmasını sağlamaya dikkat etmelidir. |
| **Özel Gereksinimli Öğrenciler İçin Not:** | Etkinlik, özel gereksinimli öğrencilerin yetersizlik durumuna göre uyarlanabilir. |

**ÇALIŞMA YAPRAĞI-1**

****

**ÇALIŞMA YAPRAĞI-2**

1. Arkadaşın seni kurallara aykırı bir şeye zorluyor. Bu duruma verilebilecek en doğru tepki ne olabilir? (10 Puan)

2. Sırada bekliyorsun, bir kişi önüne geçmeye çalışıyor. Bu duruma verilebilecek en doğru tepki ne olabilir? (10 Puan)

3. Butona basmana gerek yok. Hiç gülmeden 1 dakika dur. (10 Puan)

4. Yarın önemli bir sınavın var ama arkadaşların seni dışarı çağırıyor. Bu duruma verilebilecek en doğru tepki ne olabilir? (10 Puan)

5. Sağlıksız olduğunu bilmene rağmen çok fazla abur cubur yemek istiyorsun. Bu duruma verilebilecek en doğru tepki ne olabilir? (10 Puan)

6. Butona basmana gerek yok. Bir heykel hareketi seç ve 1 dakika boyunca hareket etme (10 Puan)

7. Önemli bir sınavın olduğunda çok panikliyorsun. Bu duruma verilebilecek en doğru tepki ne olabilir? (10 Puan)

8. Rahatsız olmana rağmen arkadaşın sana lakap takıyor. Bu duruma verilebilecek en doğru tepki ne olabilir? (10 Puan)

9. S harfi ile başlayan üç hayvan sayabilir misin? (10 puan)

10. Saat çok geç, uyuman gerek ama internette dolaşmak istiyorsun. Bu duruma verilebilecek en doğru tepki ne olabilir? (10 Puan)