

MODÜL 5

UMUT AŞILAMA

Oturum 8: İyimser bakabilme

Etkinliğin Adı:	İyimser bakabilme
Amacı:	Çocukların iyimserlik düzeylerini arttırmak.
Yöntem:	Canlandırma, soru-cevap
Sınıf Düzeyi:	Okul öncesi
Süre:	Bir ders saati
Materyal:	-
Uygulayıcı İçin Ön Hazırlık:	-
Süreç (Uygulama Basamakları):	<ol style="list-style-type: none">1. Uygulayıcı “Merhaba çocuklar şimdi sizlerle bir oyun oynayacağız. Hepinizden benim söylediklerimi canlandırmanızı istiyorum” diyerek süreci başlatır.2. Tüm öğrenciler birbirlerine mesafeli bir şekilde sınıf içerisinde dağılarak ayakta dururlar.3. “Şimdi birer fidan olduğumuzu hayal edelim. Minicik küçük bir fidanız. Hadi herkes minicik bir fidan olsun. Bizi toprağa ektiler. Şu an köklerimiz toprağın içinde, gövdemiz ise dışarıda. Biraz ince olduğumuz için rüzgârı hissedebiliyoruz. Rüzgârda ufak ufak sallanalım. Haydi ufak bir esintide sallanmaya başlayın. Şimdi rüzgâr şiddetlendi, ona karşı koymak çok zor. İyice sallanıyor gövdemiz. Haydi bir sağa sola sallanalım. Toprak sulanıyor ve biz suyu içerek ve güneşten sıcaklık alarak yavaş yavaş büyüzyoruz. Gittikçe gövdemiz kalınlaşıyor. Haydi daha dik duralım, biraz da gövdemizi şişirelim. Şimdi minik bir esinti var ama gövdemiz hiç sallanmıyor. Gittikçe daha da büyük bir ağaç oluyoruz. Rüzgâr şiddetlenmeye başladı ama gövdemiz kıpırdamıyor.” diyerek canlandırmayı devam ettirir. Çocuklar canlandırmanın en sonunda yukarıya bakıp ellerini açarak mutlu ve güçlü bir ağaç olurlar. Uygulayıcı çocukların görebileceği bir yerde durarak kendisi de canlandırmaya katılır. Bu canlandırma grubun ihtiyacı kadar tekrar edilir.4. Daha sonra çocuklara aşağıdaki gibi örnek sorular sorulur:<ul style="list-style-type: none">- Fidan olmak nasıldı? Fidanken neler yaşadınız?- Ağaç olmak nasıldı? Ağaçken neler yaşadınız?- Şu an nasıl hissediyorsunuz?

<p>Süreç (Uygulama Basamakları):</p>	<p>5. “Pekala çocuklar şimdi de bir yolda yürüyoruz. Herkes yerinde yürür gibi yapsın.” Çocuklarla bir süre yerinde sayarak adım atılır. “Aaaa o da ne karşımızda bir yokuş! Hadi yokuş çıkalım” Uygulayıcı burada yokuşun gittikçe zorlu olduğunu vurgular ve adımlar gittikçe yavaşlar. Yokuş gittikçe dikleşir ve çocuklar sürünerek çıkarlar. Uygulayıcı ne kadar yorulduklarını vurgular. “Tepeyi görmeye başladım çocuklar, biraz daha çıkalım yokuşu. Evet vardık, dümdüz bir yol artık. Her yer ne kadar da canlı çiçeklerle dolu” diyerek yokuş sonrası ulaştıkları güzel bir bahçeyi tarif eder. Bu canlandırma grubun ihtiyacı kadar tekrar edilir.</p> <p>6. Her iki canlandırmada da önemli olan zorlu bir durumdan sonra rahat bir yere ulaşıyor olmasıdır. Uygulayıcı özellikle bu durumu vurgulayarak canlandırmaları gerçekleştirir.</p> <p>7. Daha sonra çocuklara aşağıdaki gibi örnek sorular sorulur:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Yokuşu çıkmak nasıldı? Yokuşu çıkarken neler yaşadınız? - Yokuş sonunda vardığınız yer nasıldı? - Şu an nasıl hissediyorsunuz? <p>8. “Evet arkadaşlar hem fidanken hem de yokuşu çıkarken bunaldık, yorulduk ve hemen kurtulmak istedik değil mi? Fidanın büyümesi sonucu güzel bir ağaca dönüştük ve yokuşun sonunda da çok güzel bir bahçeye vardık! Kimi zaman fidanken ya da zorlu bir yokuşu çıkarken olduğu gibi kendimizi mutsuz, yorgun hissedebiliriz ama burada olduğu gibi bu duygularımızın da bir sonu var. Belki de bu duygularımız bizi ağaç olmaya ya da güzel bir bahçeye varmak için hazırlıyordur!” gibi ifadelerle içinde bulunduğumuz durumdan mutsuz olsak da geleceğe umutla bakmanın öneminden bahsedilir ve etkinlik sonlandırılır.</p>
<p>Kazanımın Değerlendirilmesi:</p>	<p>Öğrencilerin zorlu yaşam olayları canlandırmaları sonrası vardıkları yere ilişkin olumlu duygular (rahatlama, mutlu olma) ifade etmeleri beklenir.</p>
<p>Ödevler:</p>	<p>-</p>
<p>Uygulayıcıya Not:</p>	<p>Uygulayıcı canlandırma sırasında arka fonda bir müzik çalabilir.</p>
<p>Etkinliği Geliştiren:</p>	<p></p>
<p>Ek:</p>	<p>-</p>