|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **HAFTA** | **KAZ. NO** | **KAZANIMLAR** |
| 1 | 52 | Kişisel özgürlükler ile toplumsal yaşamı düzenleyen kurallar arasında bağlantı kurar.  |
| 2 | 53 | Toplumsal hayatı düzenleyen kurallara uygun davranır.  |
| 3 | 54 | Sahip olduğu haklarını belirtir.  |
| 4 | 55 | Kitle iletişim araçlarında sunulan mesaj ve modellerin bireysel ve toplumsal değerlere uygunluğunu analiz eder.  |
| 5 | 90 | Önemi artan ve azalan meslekler hakkında bilgi edinir.  |
| 6 | 91 | Kısa ve uzun dönemde mesleki hedeflerini belirler.  |
| 7 | 14 | Yükseköğretim kurumlarına geçiş için akademik başarısını artırıcı çalışma planı yapar.  |
| 8 | 56 | Kendi davranışlarını doğa ve çevreyi korumaya karşı duyarlılık açılarından değerlendirir.  |
| 9 | **46** | **\*Günlük hayatında kullandığı sorun çözme yollarını etkililiği açısından değerlendirir.**  |
| 10 | **47** | **\*Etkili sorun çözme basamaklarını kullanır.**  |
| 11 | 26 | Hobilerin insan hayatındaki önemini belirtir.  |
| 12 | 48 | Sevginin insan hayatındaki önemini belirtir.  |
| 13 | 92 | Üretkenliğin toplum açısından önemini fark eder.  |
| 14 | 93 | Ekonomik ve toplumsal ihtiyaçların meslek seçimine etkilerini açıklar.  |
| 15 | 15 | Geleceğe ilişkin amaçlarını toplumun sosyal ve ekonomik kaynaklarını da dikkate alarak belirler.  |
| 16 | 16 | Yükseköğretim kurumlarına geçiş için akademik başarısını artırıcı çalışma planının etkililiğini değerlendirir.  |
| 17 | **66** | **\*Stresin nedenlerini ve belirtilerini açıklar.**  |
| 18 | **67** | **\*Stres durumlarında kullandığı tepkileri etkililiği açısından değerlendirir.**  |
| 19 | **68** | **\*Stresle başa çıkmada uygun yöntemler kullanır.**  |
| 20 | 69 | Toplumu ve dünyayı ilgilendiren ortak sağlık sorunlarını belirtir.  |
| 21 | 70 | Toplumu ve dünyayı ilgilendiren ortak sağlık sorunlarından korunma yollarını ifade eder.  |
| 22 | 57 | Toplum için yapılan gönüllü çalışmalara katılır.  |
| 23 | 17 | Yükseköğretim kurumlarına geçiş ile ilgili bilgi edinir.  |
| 24 | 94 | Yükseköğretim programları ve koşulları hakkında bilgi edinir.  |
| 25 | 95 | Mesleki değer, ilgi, yetenek ve akademik başarısına göre yükseköğretim programını seçmenin önemini fark eder.  |
| 26 | 96 | Ortaöğretim sonrasında işe ve mesleğe hazırlayan kurum ve mesleki kurslar hakkında bilgi edinir.  |
| 27 | 18 | Geleceğe yönelik belirlediği amaçların ulaşılabilirliğini değerlendirir.  |
| 28 | 97 | Staj yapabileceği yerleri belirler.  |
| 29 | 98 | Seçtiği/seçeceği derslerin hayatını nasıl etkilediğini/etkileyeceğini sorgular  |
| 30 | 99 | Mesleki amaçlara ulaşmada çeşitli yükseköğretim programının koşullarına göre seçtiği/seçeceği derslerin uygunluğunu değerlendirir.  |

**11. SINIF KAZANIMLARININ İŞLENİŞ SIRASI**

**11. SINIF – 1. ETKİNLİK**

**Etkinliğin Adı:** ÖZGÜRLÜK VE SORUMLULUK

**Sınıf :** 11. sınıf

**Yeterlik Alanı:** Aile ve Toplum

**Kazanım :** Kişisel özgürlükler ile toplumsal yaşamı düzenleyen kurallar arasında bağlantı kurar.

**Kazanım Nu :** 52

**Öğrenci Sayısı:** Tüm sınıf

**Süre :** 40 dakika

**Ortam :** Sınıf ortamı

**Sınıf Düzeni :** Oturma Düzeni

**Araç-gereç :** Form–1 (Durum ve Sorular)

**SÜREÇ**

1. Özgürlük ve sorumluluk kavramlarının anlamı sorularak grup etkileşimi başlatılır.

2. Sınıf beş gruba ayrılır ve her gruba Form–1 (Durum ve Sorular) verilir ve sorular üzerinde tartışarak cevapları yazmaları istenir.

3. İşlemler tamamlandıktan sonra grup temsilcilerinden cevaplarını sınıfla paylaşmaları istenir.

4. Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.

Soruları cevaplarken güçlük çektiniz mi?

Hikâyenin kahramanı özgürlüğü nasıl yorumluyordu?

Hikâyedeki durumlara benzer durumlarla karşılaştınız mı?

Bu davranışın sorumlu bir davranış olup olmadığına nasıl karar verirsiniz?

5. Öğrencilere kişisel özellikleri sınırlayan diğer toplumsal kuralların neler olabileceği sorulur ve öğrencilerin cevaplarını sınıfla paylaşmaları istenir.

6. Öğrencilere toplumsal kurallarla ilgili aşağıdaki gruplama verilir:

 Hukuk Kuralları

 Din ve Ahlak Kuralları

 Görgü Kuralları

 Örf, adet ve töreler

7. Toplumsal kuralların kişisel özelliklerimizi sınırlaması ile ilgili kendi hayatlarından ve çevrelerinden örnekler vermeleri istenir.

8. Kişisel özgürlükler ile toplumsal yaşamı düzenleyen kurallar arasında bağlantı kurmanın önemi vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.

**Değerlendirme:**

**FORM–1**

**DURUM VE SORULAR**

**Durum:**

Gülveren lisesi futbol takımı liselerarası ligde oynayan oldukça güçlü bir takımdı. Bu sezon oldukça başarılılardı. Konuralp takımının en iyi oyuncusu idi. Hemen hemen her maçta gol atıyordu. Takımın bu sezondaki en önemli maçı önümüzdeki hafta Ramazan bayramının üçüncü günü yapılacaktı. Bu maç kimin finalist olacağını belirleyecekti. Perşembe gününe kadar her şey yolunda gidiyordu. Ancak Konuralp arkadaşlarına bayramda ailesinin üç günlüğüne memleketlerine gideceğini ve kendisinin de onlara katılmasını istediklerini bu yüzden maçta oynayamayacağını söyledi. Takım arkadaşları buna çok üzüldüler ve sinirlendiler. Onu ikna etmeye uğraştılar. Ancak Konuralp “İstediğim şeyi yapmakta özgürüm” diyordu.

**Sorular:**

Konuralp ailesine mi, takım arkadaşlarına mı yoksa kendine karşı mı sorumludur? Niçin?

Konuralp’in ailesinin takıma karşı sorumluluğu var mıdır? Niçin?

Konuralp’in ailesini, seyahati iptal etme ya da Konuralp’in kalması konusunda ikna etmek kimin sorumluluğundadır?

Konuralp, ailesi seyahate karar vermeden önce, onları oynayacağı önemli maç konusunda bilgilendirmekten sorumlu mu idi?

Konuralp bu durum karşısında ne yapacağı konusunda ne kadar özgürlüğe sahiptir?

**11. SINIF – 2. ETKİNLİK**

**Etkinliğin Adı:** KURALLAR

**Sınıf:** 11. sınıf

**Yeterlik Alanı:** Aile ve Toplum

**Kazanım:** Toplumsal hayatı düzenleyen kurallara uygun davranır.

**Kazanım Nu:** 53

**Öğrenci Sayısı:** Tüm sınıf

**Süre:** 40 dakika

**Ortam:** Sınıf ortamı

**Sınıf Düzeni:** Oturma Düzeni

**Araç-gereç:** -

**SÜREÇ**

(Etkinlik iki haftaya bölünecektir.)

1. Öğrencilere aşağıdaki durum okunur:

**Durum:**

“Mustafa’nın bir toplantıya yetişmesi gerekmektedir. Telefon faturasının son günü olduğunu, yatırmazsa telefonunun kesileceğini fark ederek aceleyle bankaya gider. Yolda aşırı hız yapar ve 2 kez kırmızı ışıkta geçer. Arabasını park yasağı olan yere bırakır ve uyaran bir kişiye küfür eder. Elindeki sigara paketini buruşturup yere atar. Bankaya girer sıra numarası almadan sıradaki insanların önüne geçerek faturayı memura uzatır. Sıradakilerden uyaran bir kişiyi duymazdan gelir ve ödemesini yapıp bankadan çıkar. Arabasına binerken yere tükürür.”

2. Aşağıdakine benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.

Size göre Mustafa hangi toplumsal kuralları ihlal etti?

Toplantıya geç kalmış olması yaptığı davranışları haklı gösterebilir mi?

Mustafa nasıl davranmalıydı?

Böyle bir durumda siz olsaydınız nasıl davranırdınız?

Toplumsal hayatı düzenleyen kurallar neler olabilir?

Toplumsal hayatı düzenleyen kurallar nasıl ortaya çıkmıştır?

Toplumsal hayatı düzenleyen kurallar neden gereklidir?

Toplumsal hayatı düzenleyen kurallar olmasa neler olabilir?

3. Toplumsal hayatı düzenleyen kuralların gereğini kavramak ve kurallara içtenlikle uymanın önemi vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.

**Değerlendirme:**

**11. SINIF – 3. ETKİNLİK**

**Etkinliğin Adı:** HAKLARIMIZ

**Sınıf :** 11. sınıf

**Yeterlik Alanı:** Aile ve Toplum

**Kazanım :** Sahip olduğu haklarını belirtir.

**Kazanım Nu :** 54

**Öğrenci Sayısı:** Tüm sınıf

**Süre :** 40 dakika

**Ortam :** Sınıf ortamı

**Sınıf Düzeni :** Oturma düzeni

**Araç-gereç :** Form–1(İnsan Hakları Evrensel Bildirgesi)

Form–2 (Çocuk Hakları Bildirgesi)

Form–3 (Özürlü Bireylerin Hakları)

Form–4 (Temel Hak ve Özgürlükler)

**Öğrenciler bir hafta önce üç gruba ayrılarak bir gruba İnsan Hakları Evrensel Bildirgesi, bir gruba Çocuk Hakları Bildirgesi, bir gruba da Özürlü Bireylerin Hakları ile ilgili araştırma yapmaları, değerlendirmeleri ve işbölümü yaparak bir sunum hazırlamaları istenir.**

**SÜREÇ**

(Etkinlik iki haftaya bölüncektir.)

1. Öğrencilere **“İnsan hakları ve demokrasi deyince aklınıza hangi sözcükler, ifadeler geliyor?”** diye sorulur ve verdikleri cevaplar tahtaya yazılır.

2. Öğrencilere hak ve özgürlüklerle ilgili temel kavramların yer aldığı Form–4 (Temel Hak ve Özgürlükler) okunur.

3. Öğrencilerden hazırladıkları bilgileri sınıfa sunmaları istenir.

4. Sunumlar bittikten sonra aşağıdakine benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.

Temel hak ve özgürlüklerinizin hangilerinin farkındasınız?

Hangi hak ve özgürlüklerinizi yeni öğrendiniz?

Çevrenizdeki insanlar bu hak ve özgürlüklerin farkında mı?

Bu konuda çevrenizden örnekler verebilir misiniz?

İnsanların bu konularda daha bilinçli olması için neler yapılabilir?

Hak ve özgürlüklerinin farkında olmanın insanlara ne gibi yararları olur?

Siz bu konuda neler yapabilirsiniz?

Sahip olduğunuz hak ve özgürlüklerin farkında mısınız?

Sadece hak ve özgürlüklerinizin değil sorumluluklarınızın da farkında mısınız?

Demokratik ve insan haklarına saygılı bir toplumda insan ilişkileri nasıl olur?

5. Sahip olduğu haklarını bilen bir birey olmanın toplum ve kişi için önemi tekrar vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.

\*MEB, a. (2002) , MEB, c.(2002), MEB, f. (2004)’ den yararlanılmıştır.

**Değerlendirme:**

**FORM–1**

**İNSAN HAKLARI EVRENSEL BİLDİRGESİ**

10 Aralık 1948 yılında Birleşmiş Milletler Genel Kurulu tarafından kabul edilen “İnsan Hakları Evrensel Bildirgesi” bütün ulusları kapsamına almaktadır. Birleşmiş milletlere üye olan bütün ülkeler bu bildiriyi imzalamış ve bildirinin getirdiği hükümlere uymaya söz vermişlerdir.

**Birleşmiş Milletler Genel Kurulu;**

İnsanlık topluluğunun bütün bireyleriyle kuruluşlarının bu Bildirgeyi her zaman göz önünde tutarak eğitim ve öğretim yoluyla bu hak ve özgürlüklere saygıyı geliştirmeye, giderek artan ulusal ve uluslararası önlemlerle gerek üye devletlerin halkları ve gerekse bu devletlerin yönetimi altındaki ülkeler halkları arasında bu hakların dünyaca etkin olarak tanınmasını ve uygulanmasını sağlamaya çaba göstermeleri amacıyla tüm halklar ve uluslar için ortak ideal ölçüleri belirleyen bu İnsan Hakları Evrensel Bildirgesini ilan etmiştir.

Ülkemiz de 6 Nisan 1949 tarih ve 9119 Sayılı Bakanlar Kurulu ile "İnsan Hakları Evrensel Beyannamesi'nin Resmi Gazete ile yayınlanması, yayımdan sonra okullarda ve diğer eğitim müesseselerinde okutulması ve yorumlanması ve bu Beyanname hakkında radyo ve gazetelerde münasip neşriyatta bulunulması" kararlaştırılmıştır. Bakanlar Kurulu Kararı 27 Mayıs 1949 tarih ve 7217 Sayılı Resmi Gazete'de yayınlanmıştır. 1949 yılından bu yana her yıl 10 Aralık “İnsan Hakları Günü” olarak kutlanmaktadır.

Bu bildiriyi imzalamak ulusumuz için onurlu bir davranıştır. Çünkü bu bildiri insanı onurlandırmayı, mutlu kılmayı, yüceltmeyi, her türlü haksızlığa karşı korumayı amaçlamaktadır. İnsan kuşkusuz dünyamızın en değerli varlığıdır. Ayrıca bütün maddesel ve moral değerlerin kaynağıdır. İnsanı küçümsemek, hor görmek, insan olmaktan doğan haklarını ve özgürlüklerini kısıtlamak, elinden almak, insanı sevmemek, insana kin duymak, insana zulmetmek, işkence yapmak, insanı fakirlik, cehalet, hastalık ve işsizlik içinde bırakmak gibi durumlara karşı insanlığın duyduğu nefretin ve tepkinin büyük bir belgesidir.

**FORM-1**

**İNSAN HAKLARI EVRENSEL BİLDİRGESİ**

**Madde 1:**

Bütün insanlar özgür, onur ve haklar bakımından eşit doğarlar. Akıl ve vicdana sahiptirler, birbirlerine karşı kardeşlik anlayışıyla davranmalıdırlar.

**Madde 2:**

Herkes, ırk, renk, cinsiyet, dil, din, siyasal veya başka bir görüş, ulusal veya sosyal köken, mülkiyet, doğuş veya herhangi başka bir ayrım gözetmeksizin bu Bildirge ile ilan olunan bütün haklardan ve bütün özgürlüklerden yararlanabilir. Ayrıca, ister bağımsız olsun, ister vesayet altında veya özerk olmayan ya da başka bir egemenlik kısıtlamasına bağlı ülke yurttaşı olsun, bir kimse hakkında, uyruğunda bulunduğu devlet veya ülkenin siyasal, hukuksal veya uluslararası statüsü bakımından hiçbir ayrım gözetilmeyecektir.

**Madde 3:**

Yaşamak, özgürlük ve kişi güvenliği herkesin hakkıdır.

**Madde 4:**

Hiç kimse kölelik veya kulluk altında bulundurulamaz, kölelik ve köle ticareti her türlü biçimde yasaktır.

**Madde 5:**

Hiç kimseye işkence yapılamaz, zalimce, insanlık dışı veya onur kırıcı davranışlarda bulunulamaz ve ceza verilemez.

**Madde 6:**

Herkesin, her nerede olursa olsun, hukuksal kişiliğinin tanınması hakkı vardır.

**Madde 7:**

Herkes yasa önünde eşittir ve ayrım gözetilmeksizin yasanın korunmasından eşit olarak yararlanma hakkına sahiptir. Herkesin bu Bildirgeye aykırı her türlü ayrım gözetici işleme karşı ve böyle işlemler için yapılacak her türlü kışkırtmaya karşı eşit korunma hakkı vardır.

**Madde 8:**

Herkesin anayasa ya da yasayla tanınmış temel haklarını çiğneyen eylemlere karşı yetkili ulusal mahkemeler eliyle etkin bir yargı yoluna başvurma hakkı vardır.

**Madde 9:**

Hiç kimse keyfi olarak yakalanamaz, tutuklanamaz ve sürgün edilemez.

**Madde 10:**

Herkesin, hak ve yükümlülükleri belirlenirken ve kendisine bir suç yüklenirken, tam bir şekilde davasının bağımsız ve tarafsız bir mahkeme tarafından hakça ve açık olarak görülmesini istemeye hakkı vardır.

**Madde11:**

1. Kendisine bir suç yüklenen herkes, savunması için gerekli olan tüm güvencelerin tanındığı açık bir yargılama sonunda, yasaya göre suçlu olduğu saptanmadıkça, suçsuz sayılır.

2. Hiç kimse işlendiği sırada ulusal ya da uluslararası hukuka göre bir suç oluşturmayan herhangi bir eylem veya ihmalden dolayı suçlu sayılamaz. Kimseye suçun işlendiği sırada uygulanabilecek olan cezadan daha ağır bir ceza verilemez.

**Madde 12:**

Kimsenin özel yaşamına, ailesine konutuna ya da haberleşmesine keyfi olarak karışılamaz, şeref ve adına saldırılamaz.

Herkesin bu gibi karışma ve saldırılara karşı yasa tarafından korunmaya hakkı vardır.

**Madde13:**

1. Herkesin bir devletin toprakları üzerinde serbestçe dolaşma ve oturma hakkı vardır.

2. Herkes, kendi ülkesi de dâhil olmak üzere, herhangi bir ülkeden ayrılmak ve ülkesine yeniden dönmek hakkına sahiptir.

**Madde14:**

1. Herkesin zulüm altında başka ülkelere sığınma ve sığınma olanaklarından yararlanma hakkı vardır.

2. Gerçekten siyasal nitelik taşımayan suçlardan veya Birleşmiş Milletlerin amaç ve ülkelerine aykırı eylemlerden doğan kovuşturma durumunda bu haktan yararlanılamaz.

**Madde15:**

1. Herkesin bir yurttaşlığa hakkı vardır.

2. Hiç kimse keyfi olarak yurttaşlığından veya yurttaşlığını değiştirme hakkından yoksun bırakılamaz.

**Madde16:**

1. Yetişkin her erkeğin ve kadının, ırk, yurttaşlık veya din bakımlarından herhangi bir kısıtlamaya uğramaksızın evlenme ve aile kurmaya hakkı vardır.

2. Evlenme sözleşmesi, ancak evleneceklerin özgür ve tam iradeleriyle yapılır.

3. Aile, toplumun, doğal ve temel unsurudur, toplum ve devlet tarafından korunur.

**Madde17:**

1. Herkesin tek başına veya başkalarıyla ortaklaşa mülkiyet hakkı vardır.

 Hiç kimse keyfi olarak mülkiyetinden yoksun bırakılamaz.

**Madde 18:**

Herkesin düşünce, vicdan ve din özgürlüğüne hakkı vardır. Bu hak, din veya topluca, açık olarak ya da özel biçimde öğrenim, uygulama, ibadet ve dinsel törenlerle açığa vurma özgürlüğünü içerir.

**Madde 19**:

Herkesin düşünce ve anlatım özgürlüğüne hakkı vardır. Bu hak düşüncelerinden dolayı rahatsız edilmemek, ülke sınırları söz konusu olmaksızın, bilgi ve düşünceleri her yoldan araştırmak, elde etmek ve yaymak hakkını gerekli kılar.

**Madde20:**

1. Herkesin silahsız ve saldırısız toplanma, dernek kurma ve derneğe katılma özgürlüğü vardır.

2. Hiç kimse bir derneğe girmeye zorlanamaz.

**Madde21:**

1. Herkes, doğrudan veya serbestçe seçilmiş temsilciler aracılığı ile ülkesinin yönetimine katılma hakkına sahiptir.

2. Herkesin ülkesinin kamu hizmetlerinden eşit olarak yararlanma hakkı vardır.

3. Halkın iradesi hükümet otoritesinin temelidir. Bu irade, gizli veya serbestliği sağlayacak benzeri bir yöntemle genel ve eşit oy verme yoluyla yapılacak ve belirli aralıklarla tekrarlanacak dürüst seçimlerle belirlenir.

**Madde 22:**

Herkesin, toplumun bir üyesi olarak, sosyal güvenliğe hakkı vardır. Ulusal çabalarla ve uluslararası işbirliği yoluyla ve her devletin örgütlenmesine ve kaynaklarına göre, herkes onur ve kişiliğinin serbestçe gelişim için gerekli olan ekonomik, sosyal ve kültürel haklarının gerçekleştirilmesi hakkına sahiptir.

**Madde23:**

1. Herkesin çalışma, işini serbestçe seçme, adaletli ve elverişli koşullarda çalışma ve işsizliğe karşı korunma hakkı vardır.

2. Herkesin, herhangi bir ayrım gözetmeksizin, eşit iş için eşit ücrete hakkı vardır.

3. Herkesin kendisi ve ailesi için insan onuruna yaraşır ve gerekirse her türlü sosyal koruma önlemleriyle desteklenmiş bir yaşam sağlayacak adil ve elverişli bir ücrete hakkı vardır.

4. Herkesin çıkarını korumak için sendika kurma veya sendikaya üye olma hakkı vardır.

**Madde 24:** Herkesin dinlenmeye, eğlenmeye, özellikle çalışma süresinin makul ölçüde sınırlandırılmasına ve belirli dönemlerde ücretli izne çıkmaya hakkı vardır.

**Madde25:**

1. Herkesin kendisinin ve ailesinin sağlık ve refahı için beslenme, giyim, konut ve tıbbi bakım hakkı vardır. Herkes, işsizlik, hastalık, sakatlık, dulluk, yaşlılık ve kendi iradesi dışındaki koşullardan doğan geçim sıkıntısı durumunda güvenlik hakkına sahiptir.

2. Anaların ve çocukların özel bakım ve yardım görme hakları vardır. Bütün çocuklar, evlilik içi veya evlilik dışı doğmuş olsunlar, aynı sosyal güvenceden yararlanırlar.

**Madde26:**

1. Herkes eğitim hakkına sahiptir. Eğitim, en azından ilk ve temel eğitim aşamasında parasızdır. İlköğretim zorunludur. Teknik ve mesleksel eğitim herkese açıktır. Yükseköğretim, yeteneklerine göre herkese tam bir eşitlikle açık olmalıdır.

2. Eğitim insan kişiliğini tam geliştirmeye ve insan haklarıyla temel özgürlüklere saygıyı güçlendirmeye yönelik olmalıdır. Eğitim, bütün uluslar, ırklar ve dinsel topluluklar arasında anlayış, hoşgörü ve dostluğu özendirmeli ve Birleşmiş Milletlerin barışı koruma yolundaki çalışmalarını geliştirmelidir.

3. Çocuklara verilecek eğitimin türünü seçmek, öncelikle ana ve babanın hakkıdır.

**Madde27-:**

1. Herkes toplumun kültürel yaşamına serbestçe katılma, güzel sanatlardan yararlanma, bilimsel gelişmeye katılma ve bundan yararlanma hakkına sahiptir.

2. Herkesin yaratıcısı olduğu bilim, edebiyat ve sanat ürünlerinden doğan maddi ve manevi çıkarlarının korunmasına hakkı vardır.

**Madde 28:**

Herkesin bu Bildirgede öngörülen hak ve özgürlüklerin gerçekleşeceği bir toplumsal ve uluslararası düzene hakkı vardır.

**Madde29**

1. Herkesin, kişiliğinin serbestçe ve tam gelişmesine olanak veren topluma karşı ödevleri vardır.

2.Herkes haklarını kullanırken ve özgürlüklerinden yararlanırken, başkalarının hak ve özgürlüklerinin tanınması ve bunlara saygı gösterilmesinin sağlanması ve demokratik bir toplumda genel ahlak ve kamu düzeniyle genel refahın gereklerinin karşılanması amacıyla yalnız yasayla belirlenmiş sınırlamalara bağlı olur.

3. Bu hak ve özgürlükler hiçbir koşulda Birleşmiş Milletlerin amaç ve ilkelerine aykırı olarak kullanılamaz.

**Madde 30:**

Bu bildirgenin hiçbir kuralı, herhangi bir devlet, topluluk veya kişiye, burada açıklanan hak ve özgürlüklerden herhangi birinin yok edilmesini amaçlayan bir girişimde veya eylemde bulunma hakkını verir biçimde yorumlanamaz.

**FORM–2**

**ÇOCUK HAKLARI BİLDİRGESİ**

20 Kasım 1959'da Birleşmiş Milletler Genel Kurulu'nda "Çocuk Hakları Bildirgesi" ile kabul edilmiştir.

**Çocuk Hakları Bildirgesi:**

**1. İlke**: Tüm dünya çocukları bu bildirgedeki haklardan din, dil, ırk, renk, cinsiyet, milliyet, mülkiyet, siyasi, sosyal sınıf ayırımı yapılmaksızın yararlanmalıdır.

**2. İlke**: Çocuklar özel olarak korunmalı, yasa ve gerekli kurumların yardımı ile fiziksel, zihinsel, ahlaki, ruhsal ve toplumsal olarak sağlıklı normal koşullar altında özgür ve onurunun zedelenmeyecek şekilde yetişmesi sağlanmalıdır. Bu amaçla çıkarılacak yasalarda çocuğun en yüksek çıkarları gözetilmelidir.

**3. İlke**: Her çocuğun doğduğu anda bir adı ve bir devletin vatandaşı olma hakkı vardır.

**4. İlke**: Çocuklar sosyal güvenlikten yararlanmalı, sağlıklı bir biçimde büyümesi için kendisine ve annesine doğum öncesi ve sonrası özel bakım ve korunma sağlanmalıdır. Çocuklara yeterli beslenme, barınma, dinlenme, oyun olanakları ile gerekli tıbbi bakım sağlanmalıdır.

**5. İlke**: Fiziksel, zihinsel ya da sosyal bakımdan özürlü çocuğa gerekli tedavi, eğitim ve bakım sağlanmalıdır.

**6. İlke**: Çocuğun kişiliğini geliştirmesi için anlayış ve sevgiye gereksinimi vardır. Anne ve babasının bakımı ve sorumluluğu altında her durumda bir sevgi ve güvenlik ortamında yetişmelidir. Küçük yaşlarda çocuğu annesinden ayırmamak için bütün olanaklar kullanılmalıdır. Ailesi ve yeterli maddi desteği olmayan çocuklara özel bakım sağlamak toplumun ve kurumların görevidir. Çocuk sayısı fazla olan ailelere devlet yardımı yapılmalıdır.

**7. İlke**: Genel kültür ve yeteneklerini, bireysel karar verme gücü, ahlaki ve toplumsal sorumluluğu geliştirecek ve topluma yararlı bir üye olmasını sağlayacak eğitim hakkı verilmelidir. Bu eğitimde sorumluluk önce ailenin olmalıdır. Eğitimin ilk aşamaları parasız ve zorunlu olmalıdır.

**8. İlke**: Çocuk her koşulda koruma ve kurtarma olanaklarından ilk yararlananlar arasında olmalıdır.

**9. İlke**: Çocuklar her türlü istismar, ihmal ve sömürüye karşı korunmalı ve hiçbir şekilde ticaret konusu olmamalıdır. Çocuk uygun bir asgari yaştan önce çalıştırılmayacak, sağlığını ve eğitimini tehlikeye sokacak fiziksel, zihinsel ve ahlaki gelişmesini engelleyecek bir işe girmeye zorlanmayacak ve izin verilmeyecektir.

**10. İlke**: Çocuk ırk, din ya da başka bir ayrımcılığı teşvik eden uygulamalardan korunacaktır. Anlayış, hoşgörü, insanlar arası dostluk, barış ve evrensel kardeşlik ortamında enerji ve yeteneklerini diğer insanların hizmetine sunulması gerektiği bilinciyle yetiştirilmelidir.

**FORM–3**

**ÖZÜRLÜ BİREYLERİN HAKLARI**

**Madde 1:**

Her özürlü kişi, aynı ülkede aynı yaştaki öteki bireylerle aynı temel haklara sahiptir.

**Madde 2:**

Özürlü bireyler, uygun hekimsem bakım ve fiziksel tedavi ve öğrenim, eğitim, akademik kariyer yapmak, kendi yeteneğini ve potansiyelini geliştirmek ve olabildiğince özürlülüğün derecesi ne denli ağır olsa da, kendine rehberlik edilmesi haklarına sahiptir.

**Madde 3:**

Özürle bireyler, ekonomik güvenceye ve uygun yaşam standardına sahip olmak, üretken çalışma yapmak ve iş edinmek haklarına sahiptir.

**Madde 4:**

Özürlü kişi, kendi ailesi ya da koruyucu aile ile birlikte yaşamak, toplumsal yaşamın bütün etkinliklerine katılmak ve boş zamanlarını değerlendirmek hakkına sahiptir.

**Madde 5:**

Özürlü bireyler kendi kişisel yararı ve refahının, gereksinim duyduğunda, korunmasını dilemek hakkına sahiptir. Hiçbir özürlü kişiyi kendisini korumak hizmetinden hiç kimse yoksun bırakamaz.

**Madde 6:**

Özürlü birey, sömürülmek, kötü ve aşağılayıcı işlemlerden korunmak hakkına sahiptir. Suçlandığında sorumluluğun derecesine göre ileri sürülen beyanların muhakeme edilmesi hakkına sahiptir.

**Madde 7:**

Kimi özürlü birey, kendi özrünün ağırlığından ötürü haklarını yeterince korumaya yetkin olmayabilir. Bu hakların bir bölümünün ya da tümünün değiştirilmesi, başkaları için uygun olabilir. Bu hakların değiştirilmesi ya da yadsınmasına ilişkin kötülüklerin her türüne karşı uygun yasal koruyucu önlemler alınmalıdır ve bunlar özürlü bireylerin toplumsal yetilerinin gelişmesi alanında uzman olan kişiler aracılığıyla, periyodik denetimler yapılmalı ve yargıya başvurma hakkı korunmalıdır.

**FORM–4**

**TEMEL HAK VE ÖZGÜRLÜKLER**

İnsan hakları kavramı, hiçbir ayrım gözetmeksizin dünyanın her yerinde tüm insanlara yasalarca tanınan hak ve özgürlükleri kapsar. İnsan hakları kapsamına pek çok hak ve özgürlük girmektedir. Temel hak ve özgürlükler kavramı ise öteki hak ve özgürlüklere temel olan, onları doğuran ve yaratan hak ve özgürlükler demektir. Örneğin, yaşama hakkı olmadan hiçbir hak ve özgürlük gerçekleşemez. Çünkü yaşama hakkı olmazsa öteki hakların ve özgürlüklerin kullanılması olanaksızlaşır.

Temel özgürlükler insanın doğuştan sahip olduğu özellik ve olanaklarını geliştirmesine ve insanca bir yaşam sürmesine olanak sağlayan özgürlüklerdir. Temel haklar devlet tarafından güvenceye alındığında temel özgürlüklerimiz ortaya çıkar.

Gerek bu hak ve özgürlüklerimizin korunması ve kullanılması gerekse başkalarının hak ve özgürlüklerine saygılı olunması çağdaş devletin ve insanın temel özelliklerinden birisidir. İnsan hakları evrensel niteliktedir her yerde her zaman ve herkes için geçerlidir. Her insan hak ve özgürlüklere doğuştan sahiptir. Bu haklar her insan için eşitlik gözetilerek anayasa ve yasalarla devlet tarafından korunması gereken haklardır. İnsan doğal olarak bu olmazsa olmaz haklarına hiç kimse tarafından dokunulmasını istemez.

Temel hak ve özgürlükler, hemen hemen tüm dünyada kuramsal olarak kabul edilmiştir. Fakat önemli olan bu hakların kâğıt üzerinde kalması değil, ne ölçüde uygulandığıdır. Anayasamızda ifadesini bulan temel insan hakları, genel olarak dokuz başlık altında toplanabilir:

1. Yaşama hakkı,

2. Kişi dokunulmazlığı hakkı,

3. Sağlık hakkı,

4. Eğitim hakkı,

5. Dilekçe hakkı,

6. Özel yaşam-aile yaşamı ve haberleşmenin gizliliği hakkı,

7. Konut dokunulmazlığı hakkı,

8. Mülkiyet hakkı,

9. Seçme ve seçilme hakkıdır.

**Temel insan özgürlükleri ise;**

Düşünce ve ifade özgürlüğü, din ve vicdan özgürlüğü, basın özgürlüğü, haberleşme, yerleşme ve seyahat özgürlüğü, toplantı yapma, dernek ve sendika kurma özgürlüğü, bilim ve sanat özgürlüğüdür. Devlet temel hak ve özgürlükleri korumakla yükümlüdür. Hak ve özgürlüklerin en üst düzeyde korunduğu toplumlarda bireyler daha üretken ve yaratıcı olup kendi toplumunu ve tüm insanlığı mutlu eder.

**İnsan haklarının korunduğu toplumlarda;**

Yasa dışı davranışlar azalarak yasalar işler hale gelir. Devlete güven artar, yönetim kolay işler. Vatandaşlar daha bilinçli ve sorumlu olacakları için hizmetlere gönüllü katılırlar. Meclisler,devlet organları, sivil kuruluşlar görevlerini daha rahat yaparlar. İnsanların paylaşımları artarak barışçı bir ortam doğar.

İnsan haklarının işlevsel duruma getirilmesi, bilinçli ve duyarlı bireylerin yetişmesine bağlıdır. Bu da ancak eğitimle gerçekleşir. Eğitim ve öğretim sürecinin her aşamasında, öğrencinin etkin katılımını öngören eğitim anlayışı demokratik eğitimdir. Böyle eğitim alan insanlar olumsuz duygular yerine hoşgörü, dürüstlük ve yardımseverlik gibi değerleri oluştururlar. Bu değerlere sahip bireyler bir yandan “insan olmanın gurur ve saygınlığını” yaşarken diğer yandan “öteki insanların hak ve özgürlüklerine saygılı olma” bilincini geliştirirler.

İnsanlar tarih boyunca, hak ve özgürlüklerini elde edebilmek için mücadele etmişlerdir. Türk kurtuluş savaşı da bu mücadelenin en iyi örneklerinden biridir. Kurtuluş Savaşında Türk ulusuna önderlik eden Atatürk, birey ve ulus olarak Türklerin özgürlüğe verdiği önemi şu sözleri ile dile getirmiştir:

**“Özgürlük ve bağımsızlık benim karakterimdir. Ben milletimin en büyük ve ecdadımın en değerli mirası olan bağımsızlık aşkı ile dolu bir adamım. Çocukluğumdan bu güne kadar ailevi, hususi ve resmi hayatımın her safhasını yakından bilenler bu aşkım malumdur. Bence bir millete şerefin, haysiyetin, namusun ve insanlığın vücut ve beka bulabilmesi mutlaka o milletin özgürlük ve bağımsızlığına sahip olmasıyla kaimdir. Ben şahsen bu saydığım vasıflara, çok ehemmiyet veririm. Ve bu vasıfların kendimde mevcut olduğunu iddia edebilmem için milletimin de aynı vasıfları taşımasını esas şart bilirim. Ben yaşayabilmek için mutlaka bağımsız bir milletin evladı kalmalıyım. Bu sebeple milli bağımsızlık bence bir hayat meselesidir. Millet ve memleketin menfaatleri icap ettirirse, insanlığı teşkil eden milletlerden her biriyle medeniyet icabı olan dostluk ve siyaset münasebetlerini büyük bir hassasiyetle takdir ederim. Ancak benim milletimi esir etmek isteyen herhangi bir milletin, bu arzusundan vazgeçinceye kadar amansız düşmanıyım.”**

**ATATÜRK**

**11. SINIF – 4. ETKİNLİK**

**Etkinliğin Adı:** KİTLE İLETİŞİM ARAÇLARI DEĞERLER

**Sınıf:** 11. sınıf

**Yeterlik Alanı:** Aile ve Toplum

**Kazanım:** Kitle iletişim araçlarında sunulan mesaj ve modellerin bireysel ve toplumsal değerlere uygunluğunu analiz eder.

**Kazanım Nu:** 55

**Öğrenci Sayısı:** Tüm sınıf

**Süre:** 40 dakika

**Ortam:** Sınıf ortamı

**Sınıf Düzeni:** Oturma düzeni

**Araç-gereç:** -

**SÜREÇ**

1. Kitle iletişim araçlarında ne tür mesajlar ve modeller sunulabileceği sorulur ve örnekler vermeleri istenir.

2. Bu model ve mesajların kişisel ve sosyal değerlerimize etkileri ile ilgili aşağıdakine benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.

Sizce bu mesaj ve modellerin bireysel ve toplumsal değerlerimize etkisi ne olabilir?

Bu mesaj ve modellerden bireysel ve toplumsal değerlerinize uygun olmayanlarla karşılaşıyor musunuz?

Sizce bu mesaj ve modeller bireyi ve toplumu nasıl etkiliyor?

Örnek verebilir misiniz?

Bu konuda neler yapılabilir?

**Öğrencilere kitle iletişim araçlarından yararlanırken çok seçici davranmalarının gereği hatırlatılır. Kısa ve uzun vadede uğrayabilecekleri zararlardan söz edilir.**

3. Kitle iletişim araçlarında sunulan yanlış mesaj ve modellerin bireysel ve toplumsal değerlere uygunluğunu analiz etmenin önemi vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.

**Değerlendirme:**

**11. SINIF – 5. ETKİNLİK**

**Etkinliğin Adı:** ÖNEMİ ARTAN VE AZALAN MESLEKLER

**Sınıf:** 11. sınıf

**Yeterlik Alanı:** Eğitsel ve Mesleki Gelişim

**Kazanım:** Önemi artan ve azalan meslekler hakkında bilgi edinir.

**Kazanım Nu:** 90

**Öğrenci Sayısı:** Tüm sınıf

**Süre:** 40 dakika

**Ortam:** Sınıf ortamı

**Sınıf Düzeni:** Oturma düzeni

**Araç-gereç:** Yazı tahtası ve kalemi

**Öğrencilerden bir hafta önceden önemi artan ve azalan meslekler hakkında bilgi toplayıp, sınıfa getirmeleri istenir.**

**SÜREÇ**

1. Öğrencilerden önemi artan ve azalan mesleklere ilişkin bilgileri nereden topladıkları sorulur ve cevaplar alınır.

**Öğrencilere önemi artan ve azalan mesleklerle ilgili İŞKUR’dan, özel kurum ve kuruluşların internet adreslerinden de bilgi alabilecekleri söylenir.**

2. Öğrencilerden önemi artan ve azalan meslekler hakkında topladıkları bilgileri sınıfla paylaşmaları istenir.

3. Öğrencilerin söyledikleri önemi artan ve azalan mesleklerin isimleri tahtaya yazılır ve bu mesleklerin öneminin artma ve azalma nedenleri tartışılır.

4. Mesleklerin öneminin çeşitli nedenlerden dolayı artabileceği veya azalabileceği bu nedenle önemi artan ve azalan meslekler hakkında bilgi toplamanın meslek seçimine yararları vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.

**Değerlendirme:**

**11. SINIF – 6. ETKİNLİK**

**Etkinliğin Adı:** MESLEKİ HEDEFLERİM

**Sınıf:** 11. sınıf

**Yeterlik Alanı:** Eğitsel ve Mesleki Gelişim

**Kazanım:** Kısa ve uzun dönemde mesleki hedeflerini belirler.

**Kazanım Nu:** 91

**Öğrenci Sayısı:** Tüm sınıf

**Süre:** 40 dakika

**Ortam:** Sınıf ortamı

**Sınıf Düzeni:** Oturma düzeni

**Araç-gereç:** -

**SÜREÇ**

**Öğrencilere hedef belirlemenin hayatın her aşamasında olduğu gibi mesleki hedeflerini belirlemede de önemli olduğu belirtilerek etkinlik başlatılır.**

1. Öğrencilerden seçmeyi düşündükleri mesleklerle veya mesleklere ulaşmada onlara yardımcı olacak hedeflerini boş bir kâğıda sıralamaları istenir.

2. Öğrenciler sıralamayı tamamladıktan sonra, öğrencilerden mesleki hedeflerin yanına kısa ve uzun dönemde yapacak olduklarını işaretlemeleri ve buna göre tekrar bir sıralama yapmaları istenir.

3. Öğrencilerden sıraladıkları kısa ve uzun dönemdeki mesleki hedeflerini sınıfla paylaşmaları istenir.

**Öğrencilere çevrelerinde gelecekte seçmeyi düşündükleri mesleği yapan kişilerle de konuşarak onların mesleki hedeflerini belirlemede nasıl bir yol izledikleri ve bu yollardan kendilerinin de faydalanıp faydalanamayacaklarını değerlendirmelerinin önemi vurgulanır.**

4. Öğrencilere kısa ve uzun dönemdeki hedeflerini mesleki anlamda da oluşturmalarının geleceğe yönelik sağlıklı adımlar atmada önemli olduğu vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.

**Değerlendirme:**

**11. SINIF – 7. ETKİNLİK**

**Etkinliğin Adı:** PLANLI ÇALIŞIYORUM

**Sınıf:** 11. sınıf

**Yeterlik Alanı:** Eğitsel Başarı

**Kazanım:** Yükseköğretim kurumlarına geçiş için akademik başarısını artırıcı çalışma planı yapar.

**Kazanım Nu:** 14

**Öğrenci Sayısı:** Tüm sınıf

**Süre:** 40 dakika

**Ortam:** Sınıf ortamı

**Sınıf Düzeni:** Oturma düzeni

**Araç-gereç:** -

**SÜREÇ**

1. Öğrencilere yükseköğretim kurumlarına geçiş için çalışma planı yapmanın önemli olduğu söylenerek etkinliğe başlanır.

2. Öğrencilere yükseköğretim kurumlarına geçiş için kullanabilecekleri aşağıdaki örnek plan verilir:

**Örnek Plan:**

**Tüm yıl boyunca yapılacaklar**

* ÖSYM Sınav Sistemini tanımak,
* Etkili ve verimli çalışma stratejilerini belirlemek,
* Başarı ve başarısızlığa neden olan etmenleri belirlemek,

**Kasım –Aralık-Ocak ayları içinde yapılacaklar:**

* Derslerdeki performansını değerlendirme,
* Derslere ilişkin eksikliğin ve sorunun nerde olduğunu tespit etme,
* Konu eksikliklerini belirleme,
* Ders çalışma programını hazırlama, uygulama ve değerlendirme,
* Deneme sınavlarındaki performansları değerlendirme,
* Bir sonraki sınav için hedef koyma,

**Şubat-Mart Nisan- ayları içinde yapılacaklar**:

* Kasım- Aralık-Ocak aylarındaki performans değerlendirmesi ve eksikliklerini tamamladıktan sonra, sınavlardan aldığı puanlara bakıp genel durum değerlendirmesini yapma,
* Eksik konularını tamamlama ve gerekiyorsa yardım alma,
* Sınava ilişkin kaygısının olup olmadığını belirleme ve kaygı ile başa çıkma yöntemleri için yardım alma.

3. Öğrencilere aylara göre planlamanın içinde başka neler yapabilecekleri veya başka nasıl bir plan yapılabileceği sorulur.

4. Öğrencilere yükseköğretim kurumlarına geçiş için çalışma planı yaparken dikkat etmeleri gereken noktalar hatırlatılır:

* + Günün en verimli zamanını belirleme.
	+ Zamanı etkili kullanma.
	+ Uyku ve beslenme düzenini ayarlama.
	+ Okul içi ve okul dışı aktiviteleri belirleme.
	+ Evdeki sorumlulukları belirleme.
	+ Konularını zamana göre bölme ve ayarlama.
	+ Tamamlaması ve gözden geçirmesi gereken konuları belirleme.
	+ Soru çözme tekniklerini gözden geçirme.
	+ Ders çalışma tekniklerini gözden geçirme ve değerlendirme.

5. Öğrencilere yükseköğretim kurumlarına geçiş için çalışma planı yaparken bunlar dışında dikkat etmeleri gereken başka neler olabileceği sorulur.

**Öğrencilere çalışma planının kişiye özgü olduğu ve herkesin çalışma planının ayrı özellikleri olabileceği vurgulanır.**

6. Öğrencilerden yükseköğretim kurumlarına giriş sınavına hazırlanırken yukarıda verilen Örnek Plandan yararlanarak kendileri için bir çalışma planı yapmaları istenir.

7. Yükseköğretim kurumlarına giriş sınavına hazırlanırken çalışma planı yapmanın önemi vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.

**Değerlendirme:**

**11. SINIF – 8. ETKİNLİK**

**Etkinliğin Adı:** DOĞAYA DUYARLIYIM

**Sınıf:** 11. sınıf

**Yeterlik Alanı:** Aile ve Toplum

**Kazanım:** Kendi davranışlarını doğa ve çevreyi korumaya karşı duyarlılık açılarından değerlendirir.

**Kazanım Nu:** 56

**Öğrenci Sayısı:** Tüm sınıf

**Süre:** 40 dakika

**Ortam:** Sınıf ortamı

**Sınıf Düzeni:** Oturma düzeni

**Araç-gereç:** Kâğıt, kalem

**SÜREÇ**

1. Öğrencilerden doğa ve çevreyi korumakla ilgili duyarlılıklarını değerlendirmeleri için bu zamana kadar bu konuda yaptıkları olumlu ve olumsuz (ya da duyarsız kaldığı) tüm davranışlarını gözden geçirmeleri istenir.

2. Bu güne kadar doğayı ve çevreyi korumaya yönelik yaptıkları davranışları, varsa bu konuda katıldıkları etkinlikleri, yaptıkları bireysel çalışmaları kâğıdın bir tarafına yazmaları söylenir. Beş dakika süre verilir.

3. Bu güne kadar doğaya ve çevreye zarar verecek olumsuz davranışları ya da duyarsız kaldıkları durumları da kâğıdın diğer tarafına yazmaları söylenir. Yine beş dakika süre verilir.

**Öğretmen, doğa ve çevreyi korumaya ilişkin duyarlılık gelişmeden herkesin bu konuda bazı ufak tefek hatalar yapabileceğini önemli olanın bundan sonra yapmamak olduğunu belirtir.**

4. Öğrencilerden yazdıklarını sınıfla paylaşmaları istenir.

5. Öğrencilere sınıftaki diğer öğrencilerin yazdıklarından hareketle hatırladıkları davranışlar varsa onları da eklemeleri istenir.

6. Bu konuda özeleştiri yapmaları ve kendi davranışlarını doğa ve çevreyi korumaya karşı duyarlılık açısından değerlendirmeleri ve aşağıdakine benzer sorular sorularak cevaplarını sınıfla paylaşmaları istenir:

Kendinize bu konuda 10 üzerinden bir not verseniz kaç verirdiniz?

Notunuz yüksekse daha da yükseltmek için neler yapabilirsiniz?

Notunuz düşükse bu notu yükseltmek için neler yapabilirsiniz?

**Öğretmen, öğrencilere doğa ve çevreyi korumaya yönelik çalışmalar yapan kurumlardan söz eder ve kendilerinin de araştırabilecekleri, bağlantı kurarak üye olabilecekleri, etkinliklerine katılabileceklerini duyurur. Daha sonra bu kurumlarla bağlantı kurarak sınıfça doğa ve çevreyi korumaya yönelik bir organizasyon yapabilecekleri belirtilir.**

**Öğrencilere, kendilerinin farklı davranışları ile ilgili olarak da bu şekilde değerlendirerek not verebilecekleri ve hatta bunu hayatları boyunca daha iyi birer insan olmak için kendi kendilerine oynayabilecekleri eğlenceli bir oyun haline getirebilecekleri söylenir.**

7. Doğayı ve çevreyi korumaya karşı duyarlı olmanın ve bu duyarlılıkla gösterilen davranışların değerlendirilmesinin önemi vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.

**Değerlendirme:**

**11. SINIF – 9. ETKİNLİK**

**Etkinliğin Adı:** SORUNLARIM VE ÇÖZÜMLERİM

**Sınıf:** 11. sınıf

**Yeterlik Alanı:** Kişiler Arası İlişkiler

**Kazanım: \*Günlük hayatında kullandığı sorun çözme yollarını etkililiği açısından değerlendirir.**

**Kazanım Nu:**46

**Öğrenci Sayısı:** Tüm sınıf

**Süre:** 40 dakika

**Ortam:** Sınıf ortamı

**Sınıf Düzeni:** Oturma düzeni

**Araç-gereç:** Form–1 (Sorun Çözme Basamakları)

Form–2 (Örnek Sorun Çözme Basamakları)

Kâğıt, kalem

**\*Bu etkinlik özel bilgi ve deneyim gerektirdiği için okul rehber öğretmeni tarafından uygulanacaktır. Okul rehber öğretmeninin etkinliği gerçekleştiremediği durumlarda, öğrencilerin gelişim özellikleri ve ihtiyaçları, okulun özellikleri göz önünde bulundurularak okul rehber öğretmeniyle iş birliğinde sınıf rehber öğretmeni tarafından farklı etkinlikler uygulanabilir ya da diğer etkinliklere daha geniş yer verilebilir.**

**\*Okul rehber öğretmenin olmadığı durumlarda Sınıf Rehberlik Programı rehberlik ve araştırma merkezi tarafından hazırlanan yıllık çerçeve program doğrultusunda yürütülür.**

**SÜREÇ**

1. Öğrencilere son zamanlarda yaşadıkları ve çözüm üreterek aştıkları bir sorunu düşünmeleri ve çözmek için izledikleri yolu yazmaları için 5 dakika süre verilir.

2. Öğrencilerden yazdıkları sorun ve çözümleri sınıfla paylaşmaları istenir.

3. Öğrencilere Form–1 (Sorun Çözme Basamakları) verilir. Yazdıkları sorun için formdaki sorun çözme basamaklarını kullanarak çözüm üretmeleri, bir kağıda yazmaları ve sınıfla paylaşmaları istenir.

4. Öğrencilerden karşılaştıkları sorunlarda kullandıkları önceki ve sonraki çözüm yollarını karşılaştırarak etkililiğini değerlendirmeleri istenir.

5. Öğrencilerin çözüm yollarına ilişkin yaptıkları değerlendirmeleri sınıfla paylaşmaları istenir.

**Etkinliğin sonunda öğrencilere Form–2 (Örnek Sorun Çözme Basamakları) verilir ve bir hafta boyunca yaşadıkları en az bir sorunu bu örnekteki gibi yazıp bir sonraki etkinlik için getirmeleri istenir.**

6. Günlük hayatında kullandığı sorun çözme yollarının etkililiğini fark etmenin yararları vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.

**Değerlendirme**

**FORM–1**

**SORUN ÇÖZME BASAMAKLARI**

“Sorunlar hayatımızın doğal bir parçasıdır. Her insanın bazı sorunları olabilir. Sorunlardan kaçmak, yok saymak yerine, sorunları doğru tanımlamak ve çözmeye çalışmak daha uygun bir davranıştır. Sorunlar başarı ve mutluluğumuzu engelleyebilir. Bu yüzden sorun çözme becerisi kazanmak önemlidir. Bunun için de sorun çözmenin basamaklarını bilmemiz gerekir.”

**Sorun çözme basamakları aşağıda verildiği gibidir:**

**a. Sorunun tanımlanması:** Sorunun ne olduğu açık ve net olarak belirtilir.

**b. Sorunun kime ait olduğunun belirtilmesi:** Bu aşamada sorunun bizim mi yoksa bir başkasının mı olduğu ortaya konur. Eğer sorun bir başkasına aitse çözülmesinde ona yardımcı olabiliriz. Ancak başkasının sorununu üstlenmememiz gerekir, sorunu üstlenirsek o kişinin sorumluluk duygusu geliştirmesi mümkün olmaz. Böylece her zaman sorununu bir başkasının çözmesini bekler. Aynı şekilde kendi sorunlarımızı da başkasının çözmesini beklememeliyiz.

**c. Eğer sorun bizimse, yani birinci derecede rahatsız olan biz isek, çözüm seçeneklerinin üretilmesi:** Bu basamakta akla gelen bütün çözüm seçenekleri sıralanır.

**ç. En uygun çözüm yolunun/yollarının saptanması:** Sıralanan çözüm seçenekleri içinden en gerçekçi ve uygulanabilir olan ya da olanlar seçilir.

**d. Çözüm yolunun uygulanması:** Seçilen çözüm yolu uygulamaya konur.

**e. Çözümün değerlendirilmesi:** Sorunun çözüme ulaşıp ulaşmadığı değerlendirilir. Eğer sorun çözüme ulaşmamışsa aşamalar tekrar gözden geçirilir.

**FORM–2**

**ÖRNEK SORUN ÇÖZME BASAMAKLARI**

Aşağıda sorun çözme basamaklarına göre hazırlanmış örnek bir sorun çözümü verilmiştir. Kendi yaşadığınız bir sorunu da bu basamakları kullanarak çözüme ulaştırmaya çalışınız.

**Örnek:** Mağazada gördüğünüz, beğendiğiniz bir kazağı almak istiyorsunuz. Ama anneniz pahalı olduğu için almanızı istemiyor. Bu duruma çok üzüldünüz, ne yaparsınız?

**1. Sorunu açık bir şekilde tanımlayınız.**

Mağazada gördüğüm kazağı çok beğendim. Fakat çok pahalı olduğu için annem almak istemiyor. Bu durumdan çok üzgünüm. Bu kazağı almak için annemi nasıl ikna edebilirim?

**2. Sorunun kime ait olduğunu belirleyiniz.**

Bana ait.

**3. Problem sizinse çok sayıda alternatif çözüm yolu üretiniz.**

a. Evde olay çıkarırsam belki annem kazağı alabilir.

b. Harçlıklarımı biriktirerek alabilirim.

c. Arkadaşlarımdan borç para alabilirim.

d. Değerli bir eşyamı satabilirim.

e. Hafta sonları çalışabileceğim bir iş bulabilirim.

**4. Yukarıdaki alternatiflerin her birinin muhtemel sonuçlarını değerlendirerek uygun olmayanları eleyiniz.**

a) Sorunlarımı olay çıkararak çözmem uygun değil. Daha uygun bir yol düşünmeliyim.

b) Arkadaşlarımdan borç para alabilirim fakat sonunda bu borcu ödemek zorundayım. Bunun için yine paraya ihtiyacım olacak. Yani bu seçenek bana sadece geçici bir çözüm getiriyor.

c) Her paraya ihtiyacım olduğunda değerli bir eşyamı satamam ve eğer böyle yaparsam sonunda hiç değerli eşyam kalmaz.

ç) Aslında hafta sonları çalışmak güzel bir fikir ama bu ders çalışmamı aksatmama sebep olabilir.

**5. Geriye kalan seçeneklerden en uygun olanını belirleyiniz.**

Benim için en uygun alternatif, harçlıklarımı biriktirerek kazağı almak.

**6. Uygun olan alternatifi gerçekleştirmek için bir zaman belirleyiniz.**

Haftalıklarımdan biriktirirsem… hafta sonra o kazağı alabilirim.

**11. SINIF – 10. ETKİNLİK**

**Etkinliğin Adı:** ÇÖZÜM MERDİVENİ

**Sınıf:** 11. sınıf

**Yeterlik Alanı:** Kişiler Arası İlişkiler

**Kazanım: \*Etkili sorun çözme basamaklarını kullanır.**

**Kazanım Nu:** 47

**Öğrenci Sayısı:** Tüm sınıf

**Süre:** 40 dakika

**Ortam:** Sınıf ortamı

**Sınıf Düzeni:** Oturma düzeni

**Araç-gereç:** Form–1 (Örnek Sorun )

Form–2(Örnek Sorun Çözme Basamakları)

**\*Bu etkinlik özel bilgi ve deneyim gerektirdiği için okul rehber öğretmeni tarafından uygulanacaktır. Okul rehber öğretmeninin etkinliği gerçekleştiremediği durumlarda, öğrencilerin gelişim özellikleri ve ihtiyaçları, okulun özellikleri göz önünde bulundurularak okul rehber öğretmeniyle iş birliğinde sınıf rehber öğretmeni tarafından farklı etkinlikler uygulanabilir ya da diğer etkinliklere daha geniş yer verilebilir.**

**\*Okul rehber öğretmenin olmadığı durumlarda Sınıf Rehberlik Programı rehberlik ve araştırma merkezi tarafından hazırlanan yıllık çerçeve program doğrultusunda yürütülür.**

**Öğrencilere bir hafta önceden “Günlük hayatında kullandığı sorun çözme yollarını etkililiği açısından değerlendirir” kazanımının etkinliğinde ( Sorunlarım ve Çözümlerim) kullanılan Form–2 (Örnek Sorun Çözme Basamakları) verilir ve bir hafta boyunca yaşadıkları en az bir sorunu bu örnekteki gibi yazıp bir sonraki etkinliğe getirmeleri istenir.**

**SÜREÇ**

1. Öğrencilerden “Örnek Sorun Çözme Basamakları” formuna göre hazırladıkları, kendi örnek çözüm basamaklarını sınıfla paylaşmaları istenir.

2. Herhangi bir sorunla karşılaştıklarında bu sorun çözme basamaklarını kullanıp kullanmadıkları sorulur ve cevaplarını sınıfla paylaşmaları istenir.

3. Öğrencilerden yeteri kadar sorun çözme örneği gelmezse öğrenci sayısı kadar çoğaltılmış olan Form–1 (Örnek Sorun) verilir ve öğrencilerin doldurmaları istenir.

4. Formun doldurulmasından sonra öğrencilerin yazdıklarını sınıf arkadaşlarıyla paylaşmaları sağlanır.

5. Form–2 (Örnek Sorun Çözme Basamakları) öğrencilere okunur, doldurdukları örnek formla karşılaştırmaları ve düşüncelerini sınıfla paylaşmaları istenir.

**Öğrencilere karşılaştıkları çeşitli sorunları çözmek için bu basamaklarını kullanabilecekleri belirtilir.**

6. Sorunlarını çözerken sorun çözme basamaklarını kullanmanın yararları vurgulanarak etkinlik sonlandırılır. \*MEB,b. (2002)’den ve Erkan (2006)’dan yararlanılmıştır.

**Değerlendirme:**

**FORM–1**

**ÖRNEK SORUN FORMU**

Aşağıda verilen örnek sorunun kendi sorununuz olduğunu varsayarak çözüme ulaştırmaya çalışınız.

**Örnek:** En yakın arkadaşınız sizinle beraber okulun gezisine katılmak istiyor. Ama arkadaşınızın babası, onun bu geziye katılmasına izin vermiyor. Ne yaparsınız?

1. Sorunu açık bir şekilde tanımlayınız.

2. Sorunun kime ait olduğunu belirleyiniz.

3. Problem sizinse çok sayıda alternatif çözüm yolu üretiniz. ( Olabilir ya da olmaz bütün alternatifler düşünülebilir).

4. Yukarıdaki alternatiflerin her birinin muhtemel sonuçlarını değerlendirerek uygun olmayanları eleyiniz.

5. Geriye kalan seçeneklerden en uygun olanını belirleyiniz.

6. Uygun olan alternatifi gerçekleştirmek için bir zaman belirleyiniz.

7. Eğer sorununuz çözüme kavuşmamışsa aşamaları tekrar gözden geçiriniz.

**FORM–2**

**ÖRNEK SORUN ÇÖZME BASAMAKLARI**

Aşağıda verilen örnek sorunun kendi sorununuz olduğunu varsayarak çözüme ulaştırmaya çalışınız.

**Örnek:** En yakın arkadaşınız sizinle beraber okulun gezisine katılmak istiyor. Ama arkadaşınızın babası, onun bu geziye katılmasına izin vermiyor. Ne yaparsınız?

**1. Sorunu açık bir şekilde tanımlayın.**

Arkadaşıma babası, okulun gezisine katılması için izin vermiyor. Benim ailem bana izin verdi. Arkadaşım geziye gelebilseydi onunla eğlenip iyi vakit geçirebilirdik.

**2. Sorunun kime ait olduğunu belirleyin.**

Arkadaşıma ait.

**3. Problem sizinse çok sayıda alternatif çözüm yolu üretin.**

A. Arkadaşımın babasına gider göndermesi için rica ederim.

B. Geziye gitmeyi çok istiyorum. Bu yüzden giderim. Başka arkadaşlarımla da iyi vakit geçiririm.

C. Geziye gitmem.

D. Arkadaşıma, babasına kütüphaneye gidiyorum deyip bizimle geziye gelmesini öneririm.

E. Babama söylerim. Arkadaşımın babasıyla konuşur.

**4. Yukarıdaki alternatiflerin her birinin muhtemel sonuçlarını değerlendirerek uygun olmayanları eleyin.**

A. Arkadaşımla babasının arasına girmem uygun olmaz.

B. Geziye gitmeyi istiyorum, babam izin verdi.

C. Arkadaşıma yalan söylemesini öneremem, bu hem benim hem de onun için doğru değil, onu riskli ve yanlış bir davranışa yönlendiremem.

**5. Geriye kalan seçeneklerden en uygun olanını belirleyin.**

A. Babama arkadaşımın babasıyla konuşmasını teklif ederim, ancak babamın bunu kabul edeceğini sanmıyorum, çünkü arkadaşımın babasıyla yeterince tanışmıyorlar.

B. Geziye gider keyfini çıkarırım. Arkadaşımla sonra başka gezilere ve eğlencelere de katılabilirim.

**6. Uygun olan alternatifi gerçekleştirmek için bir zaman belirleyin.**

**7. Eğer sorununuz çözüme kavuşmamışsa aşamaları tekrar gözden geçirin.**

Benim için sorun çözümlendi. Ben geziye gidiyorum, arkadaşım babasının kararında bir değişiklik olmazsa gelemiyor.

**11. SINIF – 11. ETKİNLİK**

**Etkinliğin Adı:** HOBİLERİMİZ VE BİZ

**Sınıf:** 11. sınıf

**Yeterlik Alanı:** Kendini Kabul

**Kazanım:** Hobilerin insan hayatındaki önemini belirtir.

**Kazanım Nu:** 26

**Öğrenci Sayısı:** Tüm sınıf

**Süre:** 40 dakika

**Ortam:** Sınıf ortamı

**Sınıf Düzeni:** Oturma düzeni

**Araç-gereç:** Kâğıt, kalem

Form–1 ( Bazı Hobi Alanları )

**SÜREÇ**

1. Öğrencilere “**Sizce hobi nedir ?”** sorusu sorulur ve cevaplarını sınıfla paylaşmaları istenir.

2. Öğrencilerin cevaplarından hareketle hobinin ortak bir tanımı yapılır.

3. Öğrencilere ne tür hobileri olduğu sorulur.

4. Bildikleri, duydukları farklı hobi alanları sıralamaları istenir.

5. Öğrenci sayısı kadar çoğaltılmış Form–1 (Bazı Hobi Alanları) verilir. İncelemeleri ve düşüncelerini paylaşmaları istenir.

6. Öğrencilere aşağıdakine benzer sorular sorularak grup etkileşimi başlatılır:

Hobiler edinmek ve geliştirmek neden önemlidir?

Hobiler edinmenin yararları nedir?

Yaşamını iş ve günlük rutin yaşam koşturmaları dışında hoşa giden, mutluluk veren hiçbir şeyle uğraşmadan geçiren bir insanın yaşamı nasıl olur?

Farklı hobiler edinme yolları neler olabilir?

Hobilerle meslekler arasında nasıl bir ilişki vardır?

7. Hobilerle yaşam boyu uğraşmanın insanın mutluluğuna ve daha anlamlı bir hayat sürmesini nasıl etkileyeceği tartışılır. Varsa yaşanmış örnekler verilir.

8. Hobilerin insan hayatındaki önemini bilmenin ve hobiler edinmenin önemi belirtilerek etkinlik sonlandırılır.

**Değerlendirme:**

**FORM–1**

|  |
| --- |
| **BAZI HOBİ ALANLARI** |
| **Tarih**  | **Tamirat işleri ile ilgilenmek**  | **Sergilere gitmek**  |
| **Spor**  | **Maket uçak, araba, vs. yapmak**  | **Hikâye yazmak**  |
| **Dans, Müzik**  | **Amatör antrenörlük yapmak**  | **Resim yapmak**  |
| **Dikiş dikmek**  | **Bilimsel dergiler okumak**  | **Bulmaca çözmek**  |
| **Tiyatro**  | **Evcil hayvan yetiştirmek**  | **Şiir yazmak**  |
| **Sinema**  | **Zekâ oyunları oynamak**  | **Dil öğrenmek**  |
| **Arkeoloji**  | **Bilgisayarla uğraşmak**  | **Seyahat etmek**  |
| **Avlanmak**  | **Bilgisayar oyunu oynamak**  | **Bahçe düzenlemek**  |
| **Kitap okumak**  | **Dağcılık ve kampçılık**  | **Koleksiyon yapmak**  |
| **Ahşap işleri**  | **Konserlere gitmek**  | **Fotoğrafçılık**  |
| **Müze gezmek**  | **Enstrüman çalmak**  | **Bitki yetiştirmek**  |

**11. SINIF – 12. ETKİNLİK**

**Etkinliğin Adı:** SEVGİ

**Sınıf :** 11. sınıf

**Yeterlik Alanı:** Kişiler Arası İlişkiler

**Kazanım :** Sevginin insan hayatındaki önemini belirtir.

**Kazanım Nu :** 48

**Öğrenci Sayısı:** Tüm sınıf

**Süre :** 40 dakika

**Ortam :** Sınıf ortamı

**Sınıf Düzeni :** Oturma düzeni

**Araç-gereç :** Form–1 (Öykü: Sevgi En Yaratıcı Güç)

Küçük kâğıtlar ve kalem

**SÜREÇ**

1. Öğrencilerden “Sevgi” denildiğinde akıllarına gelen kelimeyi küçük kâğıtlara yazmaları istenir.

2. Kâğıtlar toplanır ve karıştırılır. Sonra her öğrenci bir kâğıt alır ve sınıfa okur. Öğrencilerin “Sevgi” kavramı ile ilgili düşüncelerini sınıfla paylaşmaları istenir.

3. Öğrencilere aşağıdakine benzer bir soru sorulur ve cevaplarını yine tek tek küçük kâğıtlara yazmaları istenir:

Neleri Sevebiliriz?

4. Kâğıtlar toplanır ve karıştırılır bu kez her öğrenci birkaç tane çeker ve sınıfa okur. Öğrencilerin farklı sevgi türleri ile ilgili düşüncelerini sınıfla paylaşmaları istenir.

5. Öğrencilere Form–1 de (Öykü: Sevgi En Yaratıcı Güç) yer alan öykü okunur.

6. Sevginin insan hayatındaki önemi vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.

**Değerlendirme:**

**FORM–1**

**ÖYKÜ**

**SEVGİ EN YARATICI GÜÇ**

“Bir profesör, sosyoloji sınıfındaki öğrencilerini şehrin kenar mahallesine göndermiş ve o bölgede yaşayan 200 erkek çocuğun durumunu araştırmalarını ve her bir çocuğun geleceği hakkında bir değerlendirme yapmalarını istemişti. Öğrenciler hemen her vakada bu çocukların “hiçbir şansları olmadığı”nı dile getirmişlerdi. Tam 25 yıl sonra bir başka sosyoloji profesörü tesadüfen bu çalışmayı buldu ve öğrencilerinden bu projeyi sürdürmeleri ve aynı çocuklara ne olduğunu araştırmalarını istedi. Öğrenciler, o bölgeden taşınan ya da ölen 20 çocuk dışındaki 180 çocuktan 176’sının olağanüstü bir başarı gösterip, avukat, doktor ya da işadamı olduklarını ortaya çıkardılar.

Profesör çok etkilenmişti ve konuyu izlemeye karar verdi. Birer yetişkin olan o çocukların hepsi o bölgede yaşadıkları için, her biriyle konuşma şansı oldu. ”O koşullarda nasıl başarılı oldunuz?” sorusuna verdikleri yanıt duygu yüklüydü: “Bir öğretmenimiz vardı. Onun sayesinde .”

Öğretmenleri hala hayattaydı; onu aradı buldu ve hala gözleri cin gibi parlayan yaşlı kadına bu çocukların başarılı bir yetişkin olmalarını sağlamak için kullandığı sihirli formülün ne olduğunu sordu.

Yaşlı öğretmenin gözleri parladı ve dudaklarının kenarında bir gülümseme belirdi. ”Çok basit” dedi “ Ben o çocukları çok **SEVDİM**”

Tavuk Suyuna Çorba- (1998).

**11. SINIF – 13. ETKİNLİK**

**Etkinliğin Adı:** ÜRETKENLİK ÖNEMLİ Mİ?

**Sınıf :** 11. sınıf

**Yeterlik Alanı:** Eğitsel ve Mesleki Gelişim

**Kazanım :** Üretkenliğin toplum açısından önemini fark eder.

**Kazanım Nu :** 92

**Öğrenci Sayısı:** Tüm sınıf

**Süre :** 40 dakika

**Ortam :** Sınıf ortamı

**Sınıf Düzeni :** Oturma düzeni

**Araç-gereç:** -

**SÜREÇ**

1. Öğrencilere “**Üretkenlik**” kelimesinden ne anladıkları sorularak etkinlik başlatılır.

2. Öğrencilerin “Üretkenlikten” ne anladıklarına dair cevaplar alındıktan sonra öğrencilere aşağıdakine benzer bir açıklama yapılır:

“**Her birey ve her meslekten insan üretken olabilir. Bir ev hanımı, çiftçi, yazar, müzisyen, öğrenci, mimar, ekonomist, öğretmen yani toplumun her kesimindeki birey üretken olabileceği gibi üretkenliğin sadece bireysel bir yönü değil aynı zaman da toplumsal yönü de vardır. Üretilen her şey birey için önemli olduğu kadar sosyal, ekonomik, kültürel verimliliğe katkılarından dolayı toplum için de önemlidir”.**

3. Öğrencilerden hem yakın çevrelerinden hem de ülke genelinden toplum için üretken olan insanlardan, kurum veya kuruluşlardan örnek vermeleri istenir ve örnekler sınıfta tartışılır.

4. Öğrencilere bu etkinlikten sonra da farklı ülkelerle ülkemizdeki son yıllardaki üretkenlik oranlarını ve üretkenlikle ilgili alanları araştırabilecekleri hatırlatılır ve aşağıdaki örnek verilir.

**Örneğin:**

**“Ülkemizde 1940–1990 yıllarında tarım kesimine göre emek üretkenliği sanayi ve hizmet sektörünün paylarının artış sonucu kişi başına GSYİH’ de önemli bir artış gerçekleşmiştir. Örneğin bu artış Kore ile karşılaştırıldığında sonuç tatmin edici değildir. 1960–2002 dönemlerinde Kore’de GSYH’sı 1960 yılında ABD’nin sadece %10 düzeyinde iken, 2002’de bu rakam %54’e ulaşmıştır. 1960 yılında Türkiye ve Brezilya’nın kişi başına GSHY’si ABD’nin %29’u düzeylerinde iken, 2002’de %23 ve %19 düzeyindedir. Ülkemizde üretkenlik açısından 1993 sonrası “kayıp dönem” olarak nitelendirilebilir.1993’ten 2000’e kadar özellikle yüksek ve düşük teknoloji de üretkenlik hemen hemen hiç artmamış, orta-teknoloji sanayinde ise çok düşük bir oranda artmıştır. Ülkeler arası üretkenlikteki farklılıklar istihdam, nüfus, kentleşme sonucu iş piyasasına katılım oranlarından kaynaklanabilmektedir.”**

5. Öğrencilere Nisan Ayı’nın 17-27’sini kapsayan haftanın verimlilik haftası olduğu hatırlatılır ve öğrencilerden etkinlikle ilgili düşüncelerini sınıfla paylaşmaları istenir.

6. Öğrencilere ülkemizin üretkenlik ve verimlik ile ilgili sayısal verilerini ve ülke raporlarını gazetelerin ekonomi sayfalarından, ekonomi dergilerinden, milli prodüktivite merkezinin, devlet istatistik enstitüsünün sayfalarından ulaşabilecekleri hatırlatılır ve üretkenliğin toplumun her anlamda kalkınması için önemli olduğu vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.

Taymaz. ve Suiçmez. (2005)’den yararlanılmıştır.

**Değerlendirme:**

**11. SINIF – 14. ETKİNLİK**

**Etkinliğin Adı:** İHTİYAÇLAR VE MESLEK

**Sınıf:** 11. sınıf

**Yeterlik Alanı:** Eğitsel ve Mesleki Gelişim

**Kazanım:** Ekonomik ve toplumsal ihtiyaçların meslek seçimine etkilerini açıklar.

**Kazanım Nu:** 93

**Öğrenci Sayısı:** Tüm sınıf

**Süre:** 40 dakika

**Ortam:** Sınıf ortamı

**Sınıf Düzeni:** Oturma düzeni

**Araç-gereç:** Tahta-kalem

**SÜREÇ**

1. Öğrencilere aşağıdakine benzer bir açıklama yapılarak etkinlik başlatılır:

**“Ekonomik ve toplumsal alandaki değişimler ve gelişmeler ekonomik ve toplumsal ihtiyaçlara yol açmaktadır. Kazanç/para, sosyal güvence ve sağlık güvencesi ile ilgili ekonomik alandaki, doğum, ölüm, boşanma, yaşlanma ve nüfus oranı, teknolojideki, otomasyona geçişteki, ekolojik, eğlence, sağlık, gıda, tekstil vb. ile ilgili toplumsal alanlardaki değişmeler ve gelişmeler sonucu ortaya çıkan ihtiyaçlar meslek seçimini de etkilemektedir. Bu değişmeler ve gelişmeler meslek seçiminin yanı sıra mesleklerle ilgili iş alanlarını da etkilemektedir.”**

2. Öğrencilere doğum, ölüm, boşanma, yaşlanma, nüfus oranındaki değişme ve gelişmeler sonucu ortaya çıkan ekonomik ve toplumsal ihtiyaçlar ile bunların meslek seçimine etkisine ilişkin örnek verilir:

**Örnek:**

**Ekonomik İhtiyaçlar:** Para, sosyal güvence ve sağlık güvencesi, hastane, huzurevi, kadın sığınma evleri, çocuk yuvaları ve gençlik birimlerine yapılacak maddi yatırımlar.

**Toplumsal İhtiyaçlar:** Yasal, hukuki ve sosyal düzenlemeler/ yaptırımlar, psikolojik, sağlık ve sosyal destek ve hizmet birimleri.

**Meslekler:** Avukat, Psikolog, Psikolojik Danışman, Sosyal Hizmet Uzmanı, Yaşlı ve hasta bakımı veren sağlık elemanları, Doktor, Hemşire.

3. Öğrencilerden etkinliğin başında kendilerine verilen açıklamadaki alanlarla ilgili ihtiyaçları ve bu alanların meslek seçimine etkisini, mesleğe ilişkin yeni iş alanları ortaya çıkarıp çıkarmadığını aile üyelerinden, tanıdıklarından yola çıkarak yazmaları istenir. Öğrencilere örnekten yararlanabilecekleri belirtilir ve öğrencilerden yazdıklarını sınıfta paylaşmaları istenir.

4. Ekonomik ve toplumsal değişmelerin, gelişmelerin ekonomik, toplumsal ihtiyaçları ortaya çıkardığı ve bu ihtiyaçların da bireylerin meslek seçimini hatta mesleklerle ilgili iş alanlarını da etkilediği vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.

**Değerlendirme:**

**11. SINIF – 15. ETKİNLİK**

**Etkinliğin Adı:** AMAÇLARIM VE KAYNAKLARIM

**Sınıf:** 11. sınıf

**Yeterlik Alanı:** Eğitsel Başarı

**Kazanım:** Geleceğe ilişkin amaçlarını toplumun sosyal ve ekonomik kaynaklarını da dikkate alarak belirler.

**Kazanım Nu:** 15

**Öğrenci Sayısı:** Tüm sınıf

**Süre:** 40 dakika

**Ortam:** Sınıf ortamı

**Sınıf Düzeni:** Oturma düzeni

**Araç-gereç:** -

**SÜREÇ**

(Etkinlik iki haftaya bölünecektir.)

1. Öğrencilere aşağıda yazılanlara benzer, sahip oldukları sosyal ve ekonomik kaynaklar okunur.

**Sahip olduğunuz sosyal Kaynaklar:**

 Eğitim (aldığınız eğitimin niteliği, eğitimden beklentileriniz, öğretmenlerinizin rehberliği)

 Sağlığınızla ilgili sosyal güvenceniz,

 Aile (ailenizin eğitim durumu, kültürel ve sosyal yapısı),

 Yaşadığınız sosyal ve fiziksel çevre (arkadaşlar, rol modeller, sosyal gruplar)

**Sahip olduğunuz Ekonomik kaynaklar:**

 Kazanacağınız veya ailenizin kazandığı para/kazanç,

 Doğal ve çevresel kaynaklarınız,

 Sahip olduğunuz teknolojik kaynaklar,

 İş piyasası.

2. Öğrencilerden sahip oldukları kaynaklarını dikkate alarak geleceğe yönelik hem eğitsel amaçlarını hem de gelecekte sürdürecekleri hayat ile ilgili amaçlarını belirlemeleri istenir.

**Örnek**: “Sahip olduğu sosyal ve ekonomik kaynakları açısından hayata bir an önce atılması gereken bir öğrencinin yükseköğrenimde dört yıllık bir programa devam etmeyerek amacını “Mesleğe yönelten bir alana, iki yıllık bir programa devam etmek veya işe ve mesleğe hazırlayan bir kursa gitmek istiyorum” şeklinde belirtmesi.

3. Öğrencilerden belirledikleri amaçları sınıfla paylaşmaları istenir.

**Öğrencilere geleceğe ilişkin sosyal ve ekonomik kaynaklara göre amaç belirlemeye bu etkinliğin sonunda da düşünmeye devam etmeleri istenir**.

4. Öğrencilere amaç belirlemede pek çok etkeni göz önünde bulundurmanın önemi hatırlatılarak etkinlik sonlandırılır.

London Metropolitan University Career Deevelopment and Employment Service’ve Fery (2006)’dan yararlanılmıştır.

**Değerlendirme:**

**11. SINIF – 16. ETKİNLİK**

**Etkinliğin Adı:** PLANIMI DEĞERLENDİRİYORUM

**Sınıf:** 11. sınıf

**Yeterlik Alanı:** Eğitsel Başarı

**Kazanım:** Yükseköğretim kurumlarına geçiş için akademik başarısını artırıcı çalışma planının etkililiğini değerlendirir.

**Kazanım Nu:** 16

**Öğrenci Sayısı:** Tüm sınıf

**Süre:** 40 dakika

**Ortam:** Sınıf ortamı

**Sınıf Düzeni:** Oturma düzeni

**Araç-gereç:** Tahta- kalem

**SÜREÇ**

(Bu etkinlik iki haftaya bölünecektir.)

**Öğrencilere 11. sınıf “Yükseköğretim kurumlarına geçiş için akademik başarısını artırıcı çalışma planı yapar” kazanımının “PLANLI ÇALIŞIYORUM” etkinliğinde verilen örnek plandan yararlanarak kendileri için bir çalışma planı yapmaları istenmişti.**

1. Öğrencilerin hazırladıkları çalışma planlarını aşağıdakilere benzer sorulara göre değerlendirmeleri istenir ve sorular tahtaya yazılır:

Planınızı uygulayabiliyor musunuz?

Planınızı uygularken gerçekçi davrandınız mı?

Planınızı uygularken zamanı verimli kullandınız mı?

Planınızı uygularken ders çalışma tekniklerinizi gözden geçirdiniz mi?

Planınızı uygularken verimli çalışma tekniklerini kullandınız mı?

Planınızı uygulamada aksayan ve aksamayan yönleri tespit edebildiniz mi?

Planınızda yeniden düzenleme yapmak gerekiyor mu?

2. Öğrencilerden yukarıdakilerden başka hangi sorulara göre planlarını değerlendirebilecekleri sorulur ve gelen cevaplar tahtaya yazılır.

3. Öğrencilerin sorulara verdikleri cevaplara göre kendilerini değerlendirmeleri istenir.

4. Öğrencilere kendilerini sorulara verdikleri cevapları puanlayarak değerlendirebilecekleri söylenir. (evet: +1, hayır -1 gibi).

**Öğrencilerin çalışma planını uygulamada hala sorunlar yaşadığı tespit edilirse ya da öğrenci belirtirse öğrenciye okul rehber öğretmeninden yardım isteyebileceği belirtilir.**

5. Yükseköğretim kurumlarına giriş sınavına hazırlanırken çalışma planı yapmanın önemi vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.

**Değerlendirme:**

**11.SINIF – 17.ETKİNLİK**

**Etkinliğin Adı:** NEDEN STRES

**Sınıf:** 11. sınıf

**Yeterlik Alanı:** Güvenli ve Sağlıklı Hayat

**Kazanım: \*Stresin nedenlerini ve belirtilerini açıklar.**

**Kazanım Nu:** 66

**Öğrenci Sayısı:** Tüm sınıf

**Süre:** 40 dakika

**Ortam:** Sınıf ortamı

**Sınıf Düzeni:** Oturma düzeni

**Araç-gereç:** Tahta-kalem

**\*Bu etkinlik özel bilgi ve deneyim gerektirdiği için okul rehber öğretmeni tarafından uygulanacaktır. Okul rehber öğretmeninin etkinliği gerçekleştiremediği durumlarda, öğrencilerin gelişim özellikleri ve ihtiyaçları, okulun özellikleri göz önünde bulundurularak okul rehber öğretmeniyle iş birliğinde sınıf rehber öğretmeni tarafından farklı etkinlikler uygulanabilir ya da diğer etkinliklere daha geniş yer verilebilir. \*Okul rehber öğretmenin olmadığı durumlarda Sınıf Rehberlik Programı rehberlik ve araştırma merkezi tarafından hazırlanan yıllık çerçeve program doğrultusunda yürütülür.**

**SÜREÇ**

1. Stresin tanımını yapmak amacıyla öğrencilere aşağıdakine benzer bir açıklama yapılır:

**“Stres kelimesiyle ne ifade edilmek istendiğini düşünün. Stresin tanımını yapmaya çalışın”**

2. Öğrencilere stresin tanımı tahtaya yazılarak açıklanır.

**Tanım:**

**“Stres, insanın kendini sinirli, gergin, huzursuz veya endişeli hissetmesidir”.**

3. Öğrencilere stresin tanımını yaptıktan sonra stresten kaynaklanan gözlenebilir fiziki etkilerin neler olabileceği sorulur ve cevaplar alınır.

4. Öğrencilerin stresin bedendeki gözlenebilir belirtilerine ilişkin cevapları içinde aşağıda verilenlerden eksik olanlar varsa onlar da eklenir.

**Stresin Bedendeki Gözlenebilir Belirtileri:**

 Midede gurultular,

 Kalp atışında hızlanma,

 Sesin titremesi,

 Ellerin terlemesi,

 Ağzın kuruması,

 Ellerin titremesi,

 Dikkati toplayamama,

**Öğrencilere stresin bedendeki gözlenebilir etkileri ile ilişkili olarak üzerinde durulması gereken noktanın “stresin kalp atışının artması, terleme, kas gerginliği, titreme gibi bedende fiziki değişimlere yol açtığının anlaşılması” olduğu vurgulanır.**

5. Öğrencilere stresin fiziksel belirtilerinin yanı sıra psikolojik ve davranışsal belirtileri olduğunu açıklanır ve aşağıda verilenler tahtaya yazılır.

**Stresin Psikolojik Belirtileri:**

 Bir şeyleri unutma (Örneğin sınav sorusunu yanıtlama).

 Duygusal olarak kararsız ve kontrol dışı hissetme.

 Ortada bir şeyler yokken kızgın hissetme.

 Küçük şeylere sinirlenme.

 Kolayca ağlama.

**Stresin Davranışsal Belirtileri:**

 Kızgınlıktan patlamak,

 Stresli olabileceği için bir şeyler yapmaktan kaçınmak, (Korku ya da başarısızlık yüzünden takım, kulüp ya da bir etkinliğe katılmamak)

 Yardıma ihtiyaç duyduğunuzu itiraf etmemek,

 Zor durumlardan kaçınmak,

 Diğer insanları incitici bir şeyler yapmak,

 Anne-baba ile tartışmak,

 İlgi çekmek için probleme yol açıcı şeyler yapmak,

6. Öğrencilerin stresin psikolojik ve davranışsal belirtilerini tartışmaları ve paylaşmaları sağlanır.

**Öğrencilere stres yaşayan herkesin aynı fiziksel, psikolojik ve davranışsal belirtileri göstermediği vurgulanır. (Örneğin baş ağrısı gibi herhangi bir belirtiye sahip olmanın mutlaka stresin fiziki belirtisi olmayacağı). Bununla beraber, stresle ilgili yukarıda ifade edilen belirtilerin çoğuna sahip olmanın stresle yakından ilgili olduğu hatırlatılır.**

7. Stresin nedenlerini ve belirtilerini bilmenin psikolojik ve fiziksel sağlık için önemli olduğu vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.

\*Davaslıgil, Çakıcı ve Ögel (1998)’den yararlanılmıştır.

**Değerlendirme:**

**11. SINIF – 18. ETKİNLİK**

**Etkinliğin Adı:** STRES TEPKİLERİM

**Sınıf:** 11. sınıf

**Yeterlik Alanı:** Güvenli ve Sağlıklı Hayat

**Kazanım:\*Stres durumlarında kullandığı tepkileri etkililiği açısından değerlendirir.**

**Kazanım Nu:** 67

**Öğrenci Sayısı:** Tüm sınıf

**Süre:** 40 dakika

**Ortam:** Sınıf ortamı

**Sınıf Düzeni:** Oturma düzeni

**Araç-gereç:** Form–1 (Stres Durumlarında Kullanılacak Etkili Tepkiler)

**\*Bu etkinlik özel bilgi ve deneyim gerektirdiği için okul rehber öğretmeni tarafından uygulanacaktır. Okul rehber öğretmeninin etkinliği gerçekleştiremediği durumlarda, öğrencilerin gelişim özellikleri ve ihtiyaçları, okulun özellikleri göz önünde bulundurularak okul rehber öğretmeniyle iş birliğinde sınıf rehber öğretmeni tarafından farklı etkinlikler uygulanabilir ya da diğer etkinliklere daha geniş yer verilebilir.**

**\*Okul rehber öğretmenin olmadığı durumlarda Sınıf Rehberlik Programı rehberlik ve araştırma merkezi tarafından hazırlanan yıllık çerçeve program doğrultusunda yürütülür.**

**SÜREÇ**

1. Öğrencilere stres yaşadıkları durumlarda nasıl tepkiler verdikleri sorulur ve cevaplarını sınıfla paylaşmaları istenir.

2. Öğrencilerden cevaplar alındıktan sonra öğrencilere Form–1 (Stres Durumlarında Kullanılacak Etkili Tepkiler) verilir ve öğrencilerden formda yer alan stres durumunda kullanılacak etkili tepkilerden hangilerini kullanıp kullanmadıkları sorulur ve cevaplarını sınıfla paylaşmaları istenir.

3. Öğrencilerden formda yer alan stres durumlarında verilecek etkili tepkilerle kendi verdikleri tepkileri karşılaştırarak bir değerlendirme yapmaları istenir. Yapacakları değerlendirmede ana noktanın kendi tepkilerinin etkililiği olduğu vurgulanır.

**Farklı durumların insanlarda farklı tepkilere yol açtığı ve insanların kullandığı tepkilerin bazen etkili olabileceğini bazen de olamayacağı belirtilir.**

4. Stres durumlarında kullandığı tepkileri etkililiği açısından değerlendirmenin hayatın her aşamasındaki önemi vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.

\*MEB, f (2004)’den yararlanılmıştır.

**Değerlendirme:**

**FORM–1**

**STRES DURUMLARINDA KULLANILACAK ETKİLİ TEPKİLER**

—Strese karşı gösterdiğiniz duygusal tepkilerinizin yoğunluğunu azaltın.

—Stres tepkisi sizin kendinizi fiziksel ya da duygusal olarak tehlikede hissetmenizle başlar. Siz de stres uyandıran tehlike algısına yol açan durumları gözleyin.

—Herkesi memnun etmeye çalışan birisi olup olmadığınızı belirleyin.

—Genellikle olayları çok kritik ve acil olarak değerlendiren ve kendinizi her şeyin üstesinden gelmesi gereken birisi olarak görüp görmediğinizi belirleyin.

—Daha ılımlı bakış açıları geliştirin; stresi başa çıkabileceğiniz bir durum olarak görmeye çalışın.

—Aşırı duygularınızı hafifletmeye çalışın, durumunuzu değerlendirin, olayların olumsuz yanlarına çaba harcamayın.

—Strese karşı gösterdiğiniz fiziksel tepkilerinizi makul hâle getirmeyi öğrenin.

* + Yavaş ve derin nefes almanız kalp atışlarınızı ve nefes alıp vermenizi normale getirir.
	+ Rahatlama teknikleri, kas gerginliğini azaltır.

—Fiziksel gücünüzü oluşturun.

* + Beden sağlığınız için haftada 3–4 defa yürüme, yüzme, bisiklete binme gibi egzersizler yapın.

Egzersizler insanın metabolizmasına etki ederek, bireyi rahatlatan bazı kimyasal salgıların salgılanmasına yardımcı olur.

—Ayrıca, stres duygusunun yaşanmasına neden olan kas gerginliğini ortadan kaldırarak insanın rahatlamasını sağlar.

* + Dengeli beslenin, gerekli vitaminleri ve mineralleri alın; özellikle B grubu vitaminleri ve magnezyum eksikliğinizi giderin.
	+ İdeal kilonuzu muhafaza edin.
	+ Sigaradan, aşırı kahve ve çay içmekten ve diğer uyarıcılardan kaçının.
	+ Yaptığınız işleri eğlenceli hâle getirin.
	+ Yeteri kadar uyuyun. Mümkün olduğunca uyku programınıza uyun.

—Duygusal gücünüzü ve enerji kaynaklarınızı muhafaza edin.

* + Yakın ilişkiler ve dostluklar kurmaya çalışın.
	+ Başkalarının size uygun gördüğü, sizden beklediği amaçlardan ziyade, kendinize sizin için gerçekten anlamlı olan gerçekçi amaçlar belirleyin ve bunlara ulaşmaya çalışın.
	+ Yeri geldiğinde üzülebileceğinizi, başarısız olabileceğinizi, hayâl kırıklığına uğrayabileceğinizi hesaba katın.
	+ Kendinize her zaman için kibar ve nazik olun, arkadaşça yaklaşın.

**11. SINIF – 19. ETKİNLİK**

**Etkinliğin Adı:** BAŞA ÇIKIYORUM

**Sınıf:** 11. sınıf

**Yeterlik Alanı:** Güvenli ve Sağlıklı Hayat

**Kazanım: \*Stresle başa çıkmada uygun yöntemler kullanır.**

**Kazanım Nu:** 68

**Öğrenci Sayısı:** Tüm sınıf

**Süre:** 40 dakika

**Ortam:** Sınıf ortamı

**Sınıf Düzeni:** Oturma düzeni

**Araç-gereç:** Form–1 (Başa Çıkma Yöntemleri),

Form–2 (Sağlıklı Yaşam İçin Beslenme)

Form–3 (Zamanın Özellikleri Ve Zaman Kaybının Sebepleri)

**\*Bu etkinlik özel bilgi ve deneyim gerektirdiği için okul rehber öğretmeni tarafından uygulanacaktır. Okul rehber öğretmeninin etkinliği gerçekleştiremediği durumlarda, öğrencilerin gelişim özellikleri ve ihtiyaçları, okulun özellikleri göz önünde bulundurularak okul rehber öğretmeniyle iş birliğinde sınıf rehber öğretmeni tarafından farklı etkinlikler uygulanabilir ya da diğer etkinliklere daha geniş yer verilebilir.**

**\*Okul rehber öğretmenin olmadığı durumlarda Sınıf Rehberlik Programı rehberlik ve araştırma merkezi tarafından hazırlanan yıllık çerçeve program doğrultusunda yürütülür.**

**SÜREÇ**

1. Öğrencilere aşağıdaki bilgiler aktarılır:

**“Hayatımızdan stresi tamamen çıkarmak mümkün değildir. Bu nedenle amacımız, stresi yok etmek değil, onunla nasıl baş edebileceğimizi ve onu kendimize nasıl yardımcı hâle getirebileceğimizi öğrenmektir. Aşırı ya da olumsuz stresin aksine, olumlu stres insanın hayatına heyecan ve beklenti katar. Bütün iyiye gidişler, ilerlemeler makul düzeyde bir stres altında gerçekleşir. Son teslim tarihleri, yarışmalar, çekişmeler, hatta kızgınlıklarımız ve üzüntülerimiz bile hayatımıza bir derinlik ve zenginlik katar. Çok düşük stres, bizim sıkılmamıza neden olur ve bizi bunaltır veya hüzünlendirir. Diğer taraftan, aşırı stres elimizi ayağımızı dolaştırır. Yapmamız gereken, bizi motive edecek fakat baskı altına almayacak makul stres düzeyini bulmaktır. Ayrıca yaşadığımız aşırı stres durumlarına daha uyumlu bir yaklaşım ve stresle etkin bir şekilde başa çıkma yollarını öğrenmektir”.**

2. Öğrencilere stresle başa çıkmak için ne gibi yöntemler kullandıkları sorulur. Öğrencilerden cevaplar alınır ve bunlar tahtaya yazılır.

3. Öğrencilere insanların stresle başa çıkmada çeşitli yöntemler kullandıkları, bu yöntemlerden bazılarının stresle başa çıkmada uygun olmadıkları ve yetersiz oldukları ifade edilir.

4. Öğrencilerle beraber stresle başa çıkmada uygun olan yöntemleri içeren Form–1 (Başa Çıkma Yöntemleri) tahtaya asılır ve incelenir.

**Formdaki “solunum tekniği” öğrencilerle beraber sınıfta uygulanabilir. Bu teknikte gözlerini kapatmada sorun yaşayanın veya rahatsızlık hisseden öğrencinin olup olmadığı sorulur, böyle bir sorunu olan öğrenci olduğu takdirde ona gözlerini kapatmak zorunda olmadığı söylenir.**

5. Öğrencilere stresle başa çıkmada birden çok etkenin olabileceği belirtilerek Form–2 (Sağlıklı Yaşam İçin Beslenme) ve Form–3 (Zamanın Özellikleri Ve Zaman Kaybının Sebepleri) okunur.

6. Stresle başa çıkmada uygun yöntemler kullanmanın hayatı kolaylaştırabileceği, psikolojik ve fiziksel sağlığa önemli katkıları olacağı vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.

**Değerlendirme**

**FORM–1**

**BAŞA ÇIKMA YÖNTEMLERİ**

**Gevşeme tekniklerini öğrenmelisiniz**.

Zihinsel olarak yaşadığınız gerginlik bedeninize de yansır. Özellikle kaslarınız daha da gergin hale gelir. Gece uyurken bile kaslar gerginliğini koruyabilir. Bu yüzden sabahları yorgun ve yeterince dinlenmemiş olarak uyanabilirsiniz. Oysa bu durum gevşemekle giderilebilir. O halde **Gevşeme tekniklerini** öğrenmelisiniz:

Gevşeme tekniklerini öğrenerek stresin olumsuz etkilerini azaltabilirsiniz: Bu uygulamalar sayesinde solunumunuz düzelir, nabzınız yavaşlar, stresin yarattığı gerginlik giderilir.

**Örnek gevşeme teknikleri**

**Derin solunum**

Solunumun ritmik ve düzenli olması sinir sistemini sakinleştirir.

Gözlerinizi kapatın, burnunuzdan doğal bir şekilde ve kolayca nefes alın. Aldığınız nefesi karnınıza doğru itin, biraz içerde tutun. Nefesi aldığınız sürenin iki katı sürede verin. Omuz ve boyun kaslarınızı olabildiğince gevşetin.

Solunum egzersizlerini otobüs beklerken, asansörde vb. yerlerde de kolayca yapabilirsiniz.

**Aktiviteler ve beden hareketleri**

Yürüyüşe çıkarak, bisiklete binerek, yüzerek ve benzeri aktiviteler yaparak stresin etkilerinden fiziksel aktiviteyle kurtulabilir ve sakinleşebilirsiniz.

**Bir egzersiz örneği**

Duvara sırtınızı dayayıp yerde oturun ve ayaklarınızı uzatın. Bir kuklacının ellerinizi ve başınızı iplerle kontrol ettiğini hayal edin. Kuklacının birden iplerin kontrolünü kaybettiğini, ellerinizin ve başınızın serbest kaldığını düşünün. Bedeninizi rahat bırakın.

Rahat bir pozisyonda oturun ya da uzanın.

Gözlerinizi kapatın ve vücudunuzdaki çeşitli kas gruplarına odaklanın. Ellerinizdeki kasları gerin ve yumruklarınızı sıkın. Yumruğunuzu sıkı tutmak için ne kadar çaba harcadığınıza dikkat edin.

Sonra yumruğunuzu açın ve elinizin bütünüyle gevşemesine izin verin. Gerginlik ve gevşeme durumları arasındaki farkı görün.

Bu yöntemi bedeninizdeki çeşitli kas grubu için tekrar edin.

**Davranışlarınızın sonuçlarını tahmin edin.**

Ne istediğinizi bilmemeniz ve bazen istemediğiniz davranışlarda bulunmanız size stresin kapılarını aralayabilir.

Kendi davranışının sonuçlarını tahmin edebilen ve davranışlarını düzenleyebilen kişi, kendisini kontrol edebilir. Kişinin kendisini tanıması, stresi belirlemek ve başa çıkmak için yararlı bir yöntemdir.

**Olumlu düşünün**

Sürekli yaşadığınız olumsuz durumları düşünüyor, tekrar tekrar aynı olayı hatırlıyorsunuz. Ayrıca stres verici bir duruma girmek üzereyken o sırada yaşadığınız korku, kaygı, tedirginlik, kızgınlık gibi duygular üzerinde yoğunlaşabilirsiniz. Stres yaşadığınız durumlarda düşüncelerinizde aşağıda verilenlere benzer çarpıtmalar yapabilirsiniz.

* + Ya hep ya hiç” türü düşünme: Bu sınavdan ya geçerim ya da hayatım kararır.
	+ Aşırı genelleme: “ Matematikten hiçbir zaman iyi not alamam.”
	+ Zihinsel süzgeç: “Bu hafta sonu sınav var. Ailemin yanına gidemeyeceğim. Zaten çalışamıyorum. Bütün aksilikler beni buluyor.”
	+ Olumluyu geçersiz kılmak:” Sınavı kazandım ama şanslıydım. Ancak bu şansın çok sürmeyeceğinden eminim.
	+ Hep bir sonuca varmak: Ayşe bana bakmıyor, kesin beni sevmiyor”, Öğretmene mazeretimi söylesem inanmaz ki.
	+ Aşırı büyütme ya da küçültme**:** Sınavı geçemezsem hayatım kayar.
	+ “Me’li- ma’lı “ cümleler: “Bugün mutlaka Ahmet’i görmeliyim”, “Sınavdan mutlaka iyi not almalıyım”
	+ Etiketleme ve yanlış etiketleme: “Bunların hepsi geri zekâlı”
	+ Kişiselleştirme: Öğretmen Ayşe’ye bağırdı ama aslında bana kızıyordu.

**Olumlu hayaller kurun.**

Geçmişte yaşadığınız ve hatırlamaktan zevk aldığınız ya da gelecekte yaşamak istediğiniz olumlu şeyleri düşünmek stresinizi azaltacaktır.

Zihninizde kendinizi bulunmaktan zevk alacağınız bir yerde hayal edin. Bir deniz kenarında, ormanda, bir dağ evinde, sevdiğiniz bir insanın yanında . Ardından orayla ilgili tüm ayrıntıları gözünüzde canlandırın ve hissetmeye çalışın. Rüzgârın sesi, yaprakların hışırtısı, denizin kokusu, duyduğunuz bir müzik. Hayal ettiklerinizi hissetme kapasitesine sahip olduğunuzu unutmayın.

**Paylaşın**

Yaşadıklarınızı, hissettiklerinizi kimseyle konuşmuyorsunuz. Bu nedenle kendinizi yalnız hissediyorsunuz ve yaşadığınız olumsuzluklarla tek başınıza mücadele etmek zorunda kalıyorsunuz.

**İletişim Kurun**

Yaşadıklarınızı ve hissettiklerinizi sevdiğiniz insanlarla paylaşın. Onlardan destek alın. Okul rehber öğretmeninizden ve gerektiği takdirde daha farklı uzmanlardan yardım alın.

**Beslenmenize önem verin.**

**Zamanınızı planlayın.**

**Kişisel ihtiyaçlarınıza ve yapmak istediklerinize zaman ayırın.**

**Problem çözme yöntemlerini öğrenmeye çalışın.**

Yıldırım ve Otrar (2003)

**\*Öğrencilere “beslenmenin önemi ve zamanı planlama, kişisel ihtiyaçlarınıza ve yapmak istediklerinize zaman ayırma” ile aşağıdaki bilgilerden kısaca bahsedilebilir veya fotokopi ile çoğaltılabilir. Problem çözme yöntemleri ile ilgili olarak da 11. sınıf “Sorunlarım ve Çözümlerim” adlı 5. ve 11. sınıf “Çözüm Merdiveni” adlı 6. etkinliklerle ilgili hatırlatma yapılır.**

**FORM- 2**

**SAĞLIKLI YAŞAM İÇİN BESLENME**

Büyüme ve gelişmenin hızlı ve kapsamlı yaşandığı bir şekilde yaşandığı çağdasınız. Büyüme ve gelişmenizin normal olması için sağlıklı bir bedene ve iyi bir beslenmeye ihtiyaç duyacaksınız. Çünkü yeterli besin alamazsanız, büyümeniz duracaktır. Ayrıca, Ergenlik dönemindeki sağlıklı beslenme alışkanlığı ileriki yaşlardaki bazı hastalıkları önlemede ve kalıcı bir beslenme alışkanlığı kazandırmada önemli yer almaktadır Unutmayın; yeterli ve dengeli beslenmediğimiz zaman; kendinizi iyi hissetmeyeceksiniz, iyi görünmeyeceksiniz, güçlü, aktif ve hatta başarılı olamayacaksınız… Bu yüzden yeterli ve dengeli beslenmenin koşullarını konuşalım.

Yeterli ve dengeli beslenme; vücudun ihtiyacı olan temel besin maddelerini yeterli ve dengeli olarak almak demektir. Temel besin maddeleri karbonhidratlar, yağlar, vitaminler ve minerallerdir. Proteinler, hayatı düzenleyici bileşiklerdir. Büyümeyi ve hücrenin onarımını sağlar. Et, süt, yumurta ve baklagiller, protein kaynağıdır. Karbonhidratlar, vücuda enerji sağlar, hem de dokuların bütünlüğünü korumasında önemli bir rol oynar. Vitaminler, vücutta eksik olduklarında belirli hastalıklar ortaya çıkar çünkü bu gıdalar vücutta düzenleyici rol oynarlar. Bu yüzden hızlı büyümenin görüldüğü ergenlik yıllarında, vitaminlere gereksinim artar, özellikle D vitamini kemiklerin gelişimi için çok gereklidir. D vitamini, güneş ışığıyla karşılanırken meyve ve sebzelerde bol vitamin kaynağıdır. Mineraller, vücudumuzun %4’ünü meydana getirirler ve vücudun yapıtaşlarını oluşmasına yardım ederler. Büyüme çağında kalsiyum, fosfor ve demir gibi elementlere özellikle ihtiyaç vardır. Bunlar sütte bol miktarda verilir.

Beslenmede önemli olan sizin ihtiyacınız olan besin maddelerini alabilmenizdir. Gelişme döneminde kızlar 1800–2500 kaloriye erkekler ise 2500–3500 kaloriye ihtiyaç duyarlar. Elbette bu oranlar, ergenin fiziksel aktivite oranına, beslenmesine göre değişmektedir. Okula servisle gidip gelen, günün büyük kısmını bilgisayar veya televizyon basında geçiren, hiçbir şekilde fiziksel aktivitesi olmayan bir ergenin ihtiyacı olan kalori miktarı da ona göre azalmaktadır.. Bir günde almanız gereken besinler ve miktarlarına örnek verecek olursak;

Sütten 500 kalori, süt ve yoğurt grubundan 350–400 kalori, peynirden 30 kalori almalısınız, et ve balık grubundan 50 70 kalori, taze sebze ve meyvelerden 350 ya da 450 kalori gibi..Üç beyaz olarak adlandırılan şeker, yağ ve tuzu fazla içeren besinlerden sakınmalısınız.

Aksi halde beslenme bozuklukları ile karşılaşmanız mümkündür. Sürekli hazır gıdalarla beslenmek, beslenme bozukluklarına yol açar, Kolalı içecekler, hamburger, sandviç gibi ekmek arası hazır besinler tüketerek ve sürekli olarak ayaküstü yemek yiyerek vücudun temel besinlere olan ihtiyacını karşılanamaz. Ayrıca bu tür besinler, önceden hazırlandıkları ve bekledikleri için yağ, şeker ve tuz oranları yüksek, mineral ve vitamin oranları düşüktür.

Ergenlik döneminde kazanılan beslenme alışkanlıkları, yaşamınız boyunca sağlığınızı doğrudan etkileyecektir. Bu yüzden aç kalmayın, tatlı ve çikolata, kızartma, gofret gibi besinleri az tüketin. Okulda ayaküstü beslenirken, elma, portakal gibi meyveleri tercih etmelisiniz. Ayrıca, yiyecekler yavaşça, iyice çiğnenerek yenmelidir. Hızlı yemek, doyma duygusu oluşuncaya kadar, daha fazla yemeye neden olduğundan, kilo almaya yol açar.

Günün en önemli öğünü olan sabah kahvaltısı güne enerjik başlamak için önemlidir. Okula gecikme kaygısı nedeniyle genellikle ihmal edilir. Ama aç kaldığınızda kan şekerinizin düşer, bu yüzden de düşünme ve algılama gücünüz azalır ve başarınız düşebilir. Kahvaltı yapılmadığında vücut kendi depolarını kullanır ve sonuçta da; yorgunluk, baş ağrısı ve dikkat eksikliği oluşur. Bu yüzden kahvaltı yapmadan asla evden çıkmayın.

MEB, g. (2004) 57

**FORM–3**

**ZAMANIN ÖZELLİKLERİ VE ZAMAN KAYBININ SEBEPLERİ**

**Zamanınızı iyi planlayın ve zamanla ilgili aşağıda verilen özellikleri unutmayın. Zaman;**

Üretilemeyen,

İki defa kullanılmayan,

Durdurulamayan,

Uzatılamayan,

Geri getirilemeyen,

Depolanamayan,

Yetmeyen,

Onarılmayan,

Yerine başka şey konulamayan,

Devredilemeyen,

Herkesin eşit olarak sahip olduğu,

Boşa harcanabilen,

Değerlendirilebilen,

Ziyan Edilebilen,

Planlanabilen,

Beklenebilen,

Ölçülebilen,

Hesaplanabilen “Bir Şeydir”

**Zaman Kaybının Sebepleri**

Plansız çalışma

Öncelikleri sıraya koyma,

Not almama,

TV,

Zamansız ziyaretçiler,

Eksik yapılan işler,

Telefonlar,

Hatalı dosyalama,

Sohbet,

Trafik sıkışıklığı,

Çok uyuma,

Erteleme,

Yapılacakları unutma.

Kulaksızoğlu (2003)

**11. SINIF – 20. ETKİNLİK**

**Etkinliğin Adı:** SAĞLIK SORUNLARI

**Sınıf:** 11. sınıf

**Yeterlik Alanı:** Güvenli ve Sağlıklı Hayat

**Kazanım:** Toplumu ve dünyayı ilgilendiren ortak sağlık sorunlarını belirtir.

**Kazanım Nu:** 69

**Öğrenci Sayısı:** Tüm sınıf

**Süre:** 40 dakika

**Ortam:** Sınıf ortamı

**Sınıf Düzeni:** Oturma düzeni

**Araç-gereç:** -

**\*Toplumu ve dünyayı ilgilendiren ortak sağlık sorunlarından biri olan Kuş Gribinden ile ilgili bilgileri için MEB Özel Eğitim ve Rehberlik ve Danışma Hizmetleri Genel Müdürlüğü’nün Kuş Gribi Psikososyal Destek Kılavuzlarından yararlanılabilir.**

**Öğrencilerden bir hafta önceden toplumu ve dünyayı ilgilendiren ortak sağlık sorunlarıyla ilgili araştırma yapmaları, bilgi toplamaları, gazete ve dergilerden buldukları ilgili resimleri sınıfa getirmeleri istenir.**

**SÜREÇ**

**Öğrencilere son yıllarda toplumu ve dünyayı ilgilendiren sağlık sorunlarının arttığı ve herkesin bu konuda farkındalık kazanmasının önemi belirtilir.**

1. Öğrencilere son yıllarda ülkemizde ve dünyada görülen ortak sağlık sorunlarının neler olduğu sorulur ve öğrencilerin verdikleri cevaplar tahtaya yazılır.

2. Öğrencilerin verdikleri cevaplar arasında aşağıda belirtilen sağlık sorunları yoksa tahtaya yazılır:

 AIDS/HIV

 Yeme Bozuklukları

 Kanser

 Hepatit B ve C

 Sigara ve madde bağımlılığı

 Kuş Gribi

 SARS

 Çevre kirliliği ile ortaya çıkan hastalıklar (kolera, sıtma)

3. Toplumu ve dünyayı ilgilendiren ortak sağlık sorunlarla ilgili sınıfa getirilen materyal ve resimler incelenir ve paylaşımlar alınır.

4. Öğrencilerin toplumu ve dünyayı ilgilendiren ortak hastalıkları bilmenin niçin önemli olduğu konusunda tartışmaları istenir.

5. Öğrencilere toplumu ve dünyayı ilgilendiren ortak sağlık sorunları ile ilgili ulusal ve uluslararası derneklerin sosyal ve sağlık alanlarındaki çalışmalarının önemli olduğu hatırlatılır ve öğrencilerden etkinlikle ilgili düşüncelerini sınıfla paylaşmaları istenir (örneğin: AIDS ve kanserle ilgili dernekler )

6. Toplumu ve dünyayı ilgilendiren ortak sağlık sorunlarının sadece sağlık alanında bir hastalık gibi değerlendirilmemesi, bu hastalıkların hem kişiye hem de ülkeye ciddi anlamda ekonomik, sosyal ve psikolojik bir yük getirdiği vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.

\*World Health Statistics (2006)’dan yararlanılmıştır.

**Değerlendirme:**

**11. SINIF – 21. ETKİNLİK**

**Etkinliğin Adı:** HASTALIKLAR VE KORUNMA YOLLARI

**Sınıf:** 11. sınıf

**Yeterlik Alanı:** Güvenli ve Sağlıklı Hayat

**Kazanım:** Toplumu ve dünyayı ilgilendiren ortak sağlık sorunlarından korunma yollarını ifade eder.

**Kazanım Nu:** 70

**Öğrenci Sayısı:** Tüm sınıf

**Süre:** 40 dakika

**Ortam:** Sınıf ortamı

**Sınıf Düzeni:** Oturma düzeni

**Araç-gereç:** -

**\*Öğrencilerden bir hafta önceden toplumu ve dünyayı ilgilendiren ortak sağlık sorunları ile ilgili belirtilen hastalıklardan birini seçmeleri ve seçtikleri hastalığa ilişkin korunma yollarını içeren bir sunum yapmaları istenir.**

 AIDS/HIV

 Yeme Bozuklukları

 Kanser

 Hepatit B ve C

 Sigara ve madde bağımlılığı

 Gribi

 SARS

 Çevre kirliliği ile ortaya çıkan hastalıklar (kolera, sıtma)

**\*Toplumu ve dünyayı ilgilendiren ortak sağlık sorunlarından biri olan Kuş Gribinden korunma yolları ile ilgili bilgileri için MEB Özel Eğitim ve Rehberlik ve Danışma Hizmetleri Genel Müdürlüğü’nün Kuş Gribi Psikososyal Destek Kılavuzlarından yararlanılabilir.**

**SÜREÇ**

1. Öğrencilerden hazırladıkları, toplumu ve dünyayı ilgilendiren ortak sağlık sorunları ile ilgili sunumlarını sınıfla paylaşmaları istenir.

**Öğrencilere sunumlarını yaptıktan sonra toplumu ve dünyayı ilgilendiren ortak sağlık sorunlarından korunma yolları ile ilgili merak ettikleri veya anlamadıkları konuları araştırmaya devam edebilecekleri belirtilir.**

**Öğrencilere hazırladıkları sunumları broşür, afiş haline getirip sınıf veya okul panosuna asabilecekleri hatırlatılır.**

2. Toplumu ve dünyayı ilgilendiren ortak sağlık sorunlarını ve korunma yollarını bilmenin kişinin kendisinin ve çevresindekilerin sağlıklarını koruma, önlem alma anlamında önemli olduğu vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.

**Değerlendirme:**

**11. SINIF – 22. ETKİNLİK**

**Etkinliğin Adı:** DUYARLILIĞA DOĞRU

**Sınıf:** 11. sınıf

**Yeterlik Alanı:** Aile ve Toplum

**Kazanım:** Toplum için yapılan gönüllü çalışmalara katılır.

**Kazanım Nu:** 57

**Öğrenci Sayısı:** Tüm sınıf

**Süre:** 40 dakika

**Ortam:** Sınıf ortamı

**Sınıf Düzeni:** Oturma düzeni

**Araç-gereç:** Form–1 (Örnek Kuruluşlar)

**\*Öğrencilerden bir hafta önceden toplum için gönüllü çalışma yapabilecekleri kurum ve kuruluşlarla ilgili araştırma yapmaları ve topladıkları bilgileri sınıfa getirmeleri istenir.**

**SÜREÇ**

1. Öğrencilere toplum için gönüllü çalışma yapabilecekleri kurum ve kuruluşlarla ilgili yaptıkları araştırmaları sınıfa sunmaları ve sınıfı bilgilendirmeleri istenir.

2. Bağlantı kurdukları kuruluşun herhangi bir etkinliğinde yer alan ya da daha sonra yer alacak olan öğrencilerden neler yaptıkları ya da neler yapmayı planladıkları ile ilgili paylaşımları alınır.

3. Öğrencilere Form–1 (Örnek kuruluşlar) ve ölçütlere uygun diğer kuruluşlarla ilgili bilgiler verilir.

**Bu kuruluşlar; kimsesiz çocuklar, yaşlılar, özürlüler, hastalar, afet yaşayanlar gibi yardıma ihtiyacı olan insanlara, doğaya ve çevreye ilişkin çalışma yapan kuruluşlar olabilir.**

4. Öğrencilerden formdaki kuruluşların ve kendi araştırdıkları kuruluşların amaç ve hizmetlerini inceleyerek etkinlik için üç-dört tanesini seçmeleri, seçtikleri kuruluş sayısı kadar da gruplara ayrılmaları istenir.

5. Her gruba seçtikleri kuruluşların üyesi olarak topluma faydalı neler yapabileceklerini belirlemeleri ve bunları maddeler halinde yazmaları söylenir.

**8–10 dakika süre verilir.**

6. Grupların birer sözcü seçerek yazdıkları önerileri sınıfa sunmalarını istenir. Sınıfın görüş ve öneriler üzerinde tartışarak kendilerine en önemli ve yaratıcı gelen öneriyi seçmesi sağlanır. Her grup için bir öneri seçilir.

**Öğrencilere en güzel ve önemli buldukları öneriyi kuruluşlara gönderebilecekleri, panoya asabilecekleri ya da bu kuruluşa giderek düşüncelerini sözlü olarak iletebilecekleri belirtilir.**

**Öğrencilere çevrelerindeki kuruluşlarla işbirliğine giderek okulda veya yaşadığı çevrede gönüllü çalışmalar organize edebilecekleri belirtilir.**

**Genç bir bireye, içinde yaşadığı toplumda vatandaş olma sorumluluğunu ve hakkını bilinçli bir şekilde taşıması gerektiği vurgulanır.**

**Toplumda bulunan sivil toplum kuruluşlarını tanıması, hizmet ve amaçlarına ilişkin fikirler üretmesi, demokratik sivil toplum anlayışının ve toplumsal katılım bilincinin gelişmesini destekleyeceği belirtilir.**

7. Toplum için gönüllü çalışmalara katılmanın, duyarlı bir birey olmanın toplum ve kişi için önemi vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.

\*MEB, c. (2002)’den uyarlanmıştır.

**Değerlendirme:**

**FORM–1**

**ÖRNEK KURULUŞLAR**

NOT: Aşağıdaki bilgiler kuruluşların internet adreslerinden aynen alınmıştır. Bunlar dışında çevrenizde hizmet veren; kimsesiz çocuklar, yaşlılar, özürlüler, hastalar, afet yaşayanlar vb. yardıma ihtiyacı olan insanlara, doğaya ve çevreye ilişkin çalışma yapan huzurevleri, çocuk yuvaları, hastaneler, özürlülerle ilgili kuruluşlar, doğa ve çevreyi korumakla ilgili kuruluşları da tanıtabilirsiniz).

**AÇEV (ANNE ÇOCUK EĞİTİM VAKFI – www.acev.org.tr)**

**Kuruluş**

AÇEV, 1993 yılında kurulmuştur. 1982–1986 yılları arasında Boğaziçi Üniversitesi'nde okul öncesi çocukların eğitim durumlarıyla ilgili Prof. Dr. Sevda Bekman, Prof. Dr. Çiğdem Kağıtçıbaşı ve Prof. Dr. Diane Sunar tarafından yürütülen bir araştırma projesi, Türkiye'de bu konudaki çalışmaların çok yetersiz olduğunu, birçok çocuğun erken çocukluk döneminde eğitim alamadığını göstermiştir. Bu ihtiyacı karşılamak üzere alternatif bir ev merkezli okul öncesi eğitim programı olan Anne-Çocuk Eğitim Programı geliştirilmiş ve uygulanmaya başlamıştır. Bu programa katılan anne ve çocuklar üzerinde elde edilen olumlu sonuçlar üzerine ise, programın yaygınlaştırılması konusunda çalışmalar başlatılmıştır. Bir süre proje halinde yürütülen program, 1993 yılında AÇEV'in kuruluşu ile vakıf bünyesinde kurumsal bir yapıya kavuşturulmuştur.

**Misyon**

AÇEV'in misyonu, gelişen bir toplum için eğitimin şart olduğu bilinciyle, uzmanlık alanları olan erken çocukluk ve yetişkin eğitimine, programları ve uygulamaları ile katkı sağlamak ve bu konuda ülke genelinde yaygın bir hizmet ağı oluşturmaktır.

Bu doğrultuda, AÇEV:

* + Eğitimde fırsat eşitliği ilkesinin hayata geçirilmesi,
	+ Çocuk kadar, çocuğun yakın çevresinin de desteklenmesi ve
	+ Eğitimin bir yaşam boyu sürekli kılınması için geliştirdiği programlar ve çeşitli faaliyetleri ile bir Sivil Toplum Kuruluşu olarak alternatif oluşturmaya çalışmaktadır.

**TEGV (TÜRKİYE EĞİTİM GÖNÜLLÜLERİ VAKFI – www.tegv.org.tr)**

**Vakfın var oluş nedeni,** devlet tarafından verilen temel eğitime katkıda bulunmaktır. Eğitim Gönüllüleri, bu amaçla oluşturduğu donanımlı eğitim ortamlarına kendi isteğiyle gelen 7–16 yaş grubu çocuklarını gönüllüleriyle eğitir, geleceğe hazırlar. Bağışçılarının katkılarıyla sürdürdüğü bu faaliyetleri hakkında kamuoyunu düzenli bilgilendirir.

**Vakfın hedefleri,** çocuklarımızın; Cumhuriyet temel ilke ve değerlerine bağlı, akılcı, sağduyulu, özgüven sahibi, düşünen, sorgulayan, kendi iç yaratıcılığını harekete geçirebilen, barışçı, farklı düşünce ve inançlara saygılı, insan ilişkilerinde cinsiyet, ırk, din, dil farkı gözetmeyen bireyler olarak yetişmelerine katkıda bulunacak okul dışı eğitim programları oluşturmak ve uygulamak ‘tır.

**TEMA VAKFI**

**TEMA VAKFININ AMAÇLARI:**

Ülkemizde doğal varlıkların ve çevre sağlığın korunması, erozyonla mücadele, toprak örtüsü ve toprağın korunması ve ağaçlandırmanın önemi hakkında kamuoyunu eğitmek ve bilinçlendirmek

Erozyon felaketinin doğuracağı sonuçlar, alınacak önlemler konusunda halkımızı bilgilendirmek, bilinçlendirmek ve böylece oluşturulacak bilinçli ve etkin kamuoyu desteği ile hükümetleri erozyonla mücadelede, gerçekçi ve uygulanabilir politikalar üretme ve uygulamaya teşvik etmek

Biyo-çeşitlilik, toprak, su ve doğal çevrenin korunmasına ilişkin milli politikaların oluşturulmasına yardımcı olmak ve bu esaslardan ödün verilmemesi için mücadele etmek

Ağaç ve orman sevgisini topluma mal etmek

Hayvancılığın temeli olan çayır ve meraları koruyup, geliştirmek

Doğal zenginliklerimizin bilinçsizce kullanılıp, geri dönüşümsüz bir şekilde yok olmasına izin vermeyerek, korumak, geliştirmek ve Türkiye'nin geleceğini güvenceye almak

Çölleşmeyle mücadelede dünyaya örnek bir hareketi Türkiye'den başlatmak

Doğal varlıkların, insan sağlığının, yeşil alanların, toprak ve bitki örtüsünün, ormanların, meraların korunması, geliştirilmesi ve yenilerinin teşkil edilmesini sağlamak için faaliyette bulunmak

Bu amaçları gerçekleştirmek için gerekli teşkilatın oluşturulmasını, yasaların çıkmasını sağlamak ve gönüllü kuruluşların öncülüğünde toplumun bütün kesimlerinin desteği ile erozyonla mücadelenin ikinci bir İstiklal Savaşı kabul edilerek erozyon tehlikesi ile mücadele edilmesi.

**TEMA VAKFININ HEDEFLERİ:**

TEMA' nın hedefi öncelikle ulusumuza, onun temsilcilerine, siyasal partilere ve hükümetlere, resmi ve özel kuruluşlara, eğitim kurumlarına, basın yayın organlarına, toprak erozyonunun nedenlerini, vahim sonuçlarını ve ülkemizin çöl olma tehlikesini anlatmaktır. TEMA bu hedef doğrultusunda, siyasi güçleri, doğal varlıkların yok edilmesi ve erozyon sorununa çare bulmadan iktidar olamayacaklarına inandırma çabasındadır. Bu nedenle erozyon sorununa karşı duyarlı, bilinçli ve etkin bir kamuoyu oluşturmaya çalıştırmaktadır.

TEMA Vakfı, ülkemizin en değerli hazinelerinden birinin toprak olduğunun bilincindedir. Bu nedenle, orman, çayır, mera ve tarım alanlarının, su ve bitki gen kaynaklarının, doğanın korunması ve erozyonun önlenmesi konusunda, belli bir devlet politikasının gerekli ve zorunlu olduğuna inanmaktadır. Bu hedeflere ulaşmak ancak teknik yönden yeterli bir kadro, teşkilat ve mali imkanlarla mümkündür.

TEMA Vakfı, toprak erozyonu nedeniyle hızla yok olan tarım alanlarının ve meraların verimliliğinin arttırıldığı koşulda, kırdan kente göçün önlenebileceğine inanmaktadır.

**11. SINIF – 23. ETKİNLİK**

**Etkinliğin Adı:** YÜKSEKÖĞRETİME DOĞRU

**Sınıf:** 11.sınıf

**Yeterlik Alanı:** Eğitsel Başarı

**Kazanım:** Yükseköğretim kurumlarına geçiş ile ilgili bilgi edinir.

**Kazanım Nu:** 17

**Öğrenci Sayısı:** Tüm sınıf

**Süre:** 40 dakika

**Ortam:** Sınıf ortamı

**Sınıf Düzeni:** Oturma düzeni

**Araç-gereç:** Öğrenci Seçme ve Yerleştirme Sistemi Kılavuzu

Yükseköğretim kurumlarına geçiş ile ilgili tercih kılavuzu

Yükseköğretim kurumlarına geçiş ile ilgili ek kontenjan kılavuzu

**\*Öğrencilerden bir hafta önceden yükseköğretim kurumlarına geçiş ile ilgili araştırma yapmaları ve topladıkları bilgileri sınıfa getirmeleri istenir.**

**SÜREÇ**

1. Öğrencilerden yükseköğretim kurumlarına geçiş ile ilgili topladıkları bilgileri sınıfla paylaşmaları istenir.

**Öğrencilere bu konuda araştırma yaparken ulaştıkları kaynakları belirtmeleri istenir. Bilginin doğru kaynaktan alınması gerektiği vurgulanır. Kendileri için önemli olan bu ve benzeri konularda, araştırmadan kulaktan dolma bilgilerle hareket etmelerinin yanlışlığı ve yaratacağı olumsuz sonuçlardan örnekler verilir. Rehberlik ve psikolojik danışma servisinden bilgi alabilecekleri belirtilir.**

2. Yükseköğretim kurumlarına geçiş ile ilgili tercih kılavuzu öğrencilerle beraber incelenir.

**Gerekli görülürse her öğrenci için kılavuz birer adet çoğaltılır.**

3. Öğrencilerin ilgili tabloları incelemeleri sağlanır.

**Hangi bölümlerin hangi koşullarda öğrenci aldığına dikkat etmeleri istenir.**

4. Öğrenciler gruplara ayrılır, bir önceki yılın yükseköğretim kurumlarına geçiş ile ilgili Tercih Kılavuzunu ve ek Kontenjan Kılavuzu ‘dan birer adet verilerek öğrencilerin incelemeleri sağlanır.

**Bir önceki yılın yükseköğretim kurumlarına geçiş ile ilgili başvuru, tercih, ek kontenjan vb. kılavuzlar mezun öğrencilerden, okul yönetiminden, rehber öğretmenlerden alınabilir. Eğer bu kaynaklardan ulaşılamazsa ÖSYM bürolarından temin edilebilir.**

**Yükseköğretim kurumlarına geçiş ile ilgili zaman zaman bazı değişiklikler yapılabileceği, özel koşulların, kontenjanların vb. değişebileceği belirtilir.**

**Bu nedenle öğrencilerin içinde bulundukları yılın yükseköğretim kurumlarına geçiş ile ilgili kılavuzdan en doğru bilgiyi alacakları, en ince ayrıntılarına kadar dikkatle incelemeleri ve değişiklikleri takip etmelerinin önemi vurgulanır.**

**Öğrencilere kılavuzlardan edindikleri bilgilere güvenmeleri, çevrelerindeki kişilerin çoğu zaman sağlıklı olmayan bilgileri ile hareket etmemeleri gerektiği önemle vurgulanır. Okul rehber öğretmeninden de bilgi alabilecekleri hatırlatılır.**

5. Yükseköğretim kurumlarına geçiş sınavları ile ilgili bilgi toplamanın önemi vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.

**Değerlendirme:**

**11. SINIF – 24. ETKİNLİK**

**Etkinliğin Adı :** YÜKSEKÖĞRETİM PROGRAMLARI -1

**Sınıf :** 11. sınıf

**Yeterlik Alanı:** Eğitsel ve Mesleki Gelişim

**Kazanım :** Yükseköğretim programları ve koşulları hakkında bilgi edinir.

**Kazanım Nu :** 94

**Öğrenci Sayısı:** Tüm sınıf

**Süre :** 40 dakika

**Ortam :** Sınıf ortamı

**Sınıf Düzeni :** Oturma düzeni

**Araç-gereç:** En son “Öğrenci Seçme ve Yerleştirme Sistemi Kılavuzu”

Üniversitelerin tanıtım kitap ve CD’leri

Form–1 (Örnek Yükseköğretim Programları)

**\*Öğrencilerden bir hafta önceden yükseköğretim programları ve koşulları hakkında araştırma yapmaları, topladıkları bilgileri ve kullandıkları kaynakları sınıfa getirmeleri istenir.**

**SÜREÇ**

1. Öğrencilerden yükseköğretim programları ve koşulları hakkında topladıkları bilgileri ve yararlandıkları kaynakları sınıfla paylaşmaları istenir.

2. Öğrencilerin yükseköğretim programları ve koşulları hakkında bilgi toplarken hangi konuları merak ettikleri ve araştırdıkları sorulur. Verdikleri cevaplar tahtaya yazılır. Gerek duyulursa aşağıdaki listeden eklemeler yapılır:

Gerektirdiği bir özel yetenek var mı?

Hazırlık ve yabancı dil gerektiriyor mu?

Eğitimi kaç yıllık?

Yurt koşulları,

Burs koşulları,

Çalışma koşulları,

İş bulma ve staj olanakları,

Ekonomik koşulları

Dâhil olduğu uluslar arası değişim programları,

Hangi üniversitelerde, hangi illerde var?

Bulunduğu üniversitenin kültürel, sanatsal ve sportif etkinlikleri,

Gelecek durumu, vb.

3. Öğrencilere yükseköğretim programları ve koşulları hakkında bilgi toplarken hangi kaynaklardan yararlandıkları sorulur. Verdikleri cevaplar tahtaya yazılır. Öğrencilerin değinmediği kaynaklar varsa eklemeler yapılır ve bu kaynaklara nasıl ulaşabilecekleri belirtilir:

 ÖSYM Meslekler rehberi,

 En son “Öğrenci Seçme ve Yerleştirme Sistemi Kılavuzu”

 Üniversitelerin bölümleri ve koşullarını tanıtan kaynakları,

 Üniversitede görev yapan akademisyenler,

 Bu programlardan mezun olup alanda çalışanlar,

 Üniversite öğrencileri,

 İnternet, vb.

**Öğrencilere bu konuda hatalı bilgiler içeren çok sayıda kaynak olduğundan, araştırma yaparken çok özenli davranmaları, sadece güvenilir kaynakları kullanmaları önerilir. Özellikle ÖSYM ve Üniversitelerin kaynaklarındaki bilgiler sürekli güncellendiğinden onları kullanmalarının daha doğru olacağı belirtilir.**

4. Her öğrenciye Form-1 (Örnek yükseköğretim Programları)**’**dan kesilerek hazırlanmış yüksek öğrenime yönelik programların adları yazılı olan küçük kâğıtlar katlanarak bir kutuya ya da poşete koyulur ve birer adet almaları istenir.

5. Her öğrenciden sınıfta bulunan kaynaklardan ve tahtadaki listeden yararlanarak o programın koşullarını araştırmaları ve yazmaları istenir.

6. Yükseköğretim programları ve koşulları hakkında bilgi toplamanın ve bilgi toplamaya devam etmelerinin önemi vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.

**Değerlendirme:**

**FORM-1**

**\*Sizler de en son ÖSYM başvuru kılavuzundan yararlanarak kendi öğrencileriniz için farklı yükseköğretim programları yazabilirsiniz.**

**ÖRNEK YÜKSEKÖĞRETİM PROGRAMLARI**

Aşağıdakileri A3 boyutunda büyütüp kesebileceğiniz gibi küçük kağıtlara da yazabilirsiniz.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Arkeoloji** | **Zihinsel Engelliler Öğretmenliği** | **Tıp** |
| Reklamcılık | **Uluslararası İlişkiler** | **Tarih** |
| **Gazetecilik** | **Mobilya ve Dekorasyon** | **İktisat** |
| **Muhasebe** | **İngiliz Dili ve Edebiyatı** | **Hititoloji** |
| **Edebiyat** | **Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon** | **İç Mimarlık** |
| **Güverte** | **Anaokulu Öğretmenliği** | **Çocuk Gelişimi** |
| **Aşçılık** | **Beslenme ve Diyetetik** | **Bankacılık** |
| **Eczacılık** | **Turizm ve Otelcilik** | **Sanat Tarihi** |
| **Aktüerya** | **Makine Mühendisliği** | **Su Ürünleri** |
| **Ekonomi** | **Sınıf Öğretmenliği** | **Sümeroloji** |
| **Tekstil** | **Gıda Mühendisliği** | **Dil Bilimi** |
| **Hemşirelik** | **İnşaat Mühendisliği** | **Psikoloji** |
| **Sigortacılık** | **Bilgisayar Mühendisliği** | **Restorasyon** |
| **Reklâmcılık** | **Elektrik-Elektronik** | **Moda Tasarım** |
| **Halkla İlişkiler** | **Endüstriyel Tasarım** | **Peyzaj Mimarisi** |

**11. SINIF – 25. ETKİNLİK**

**Etkinliğin Adı:** NEYE GÖRE YÜKSEKÖĞRETİM

**Sınıf:** 11. sınıf

**Yeterlik Alanı:** Eğitsel ve Mesleki Gelişim

**Kazanım:** Mesleki değer, ilgi, yetenek ve akademik başarısına göre yükseköğretim programını seçmenin önemini fark eder.

**Kazanım Nu:** 95

**Öğrenci Sayısı:** Tüm sınıf

**Süre:** 40 dakika

**Ortam:** Sınıf ortamı

**Sınıf Düzeni:** Oturma düzeni

**Araç-gereç:** Form-1 (Ulusal Mesleki Bilgi Sistemi-MBS)

Form-2 (Röportaj Soruları)

**Bu etkinlikte Özel Eğitim ve Rehberlik Hizmetleri Genel Müdürlüğünce hazırlanan “Ulusal Mesleki Bilgi Sistemi” nde (MBS) yer alan ölçekler uygulanacaktır.**

**Bu etkinlik internet bağlantısıyla gerçekleştirilecektir. İnternet bağlantısı olmayan okullarda da rehber öğretmen ile işbirliği yapılarak “Kendini Değerlendirme Envanteri” veya “Akademik Benlik Kavramı Ölçeği” uygulanıp değerlendirmeye alınabilir.**

**Öğrencilere 1 hafta önceden “Ulusal Mesleki Bilgi Sistemi” hakkında bilgi verilerek, http://mbs.meb.gov.tr adresine girerek üye olmaları ve yönergeleri takip ederek İlgilerim, Yeteneklerim, Mesleki Değerlerim Ölçeklerini içtenlikle ve yeterli zamanı ayırarak uygulamaları istenir. Aksi takdirde çıkacak sonuçlar kişiye uygun olmayacaktır. Ölçekleri uyguladıktan sonra Mesleklerle eşleştir butonuna basarak, çıktı almaları ve sonuçlarını “Eğitsel ve Mesleki Planlama Dosyası”yla beraber Rehberlik ve Yönlendirme Dersine getirmeleri istenir.**

**\*Form-1 öğretmene bilgi amacıyla verilmiştir. Öğrencilere gerekli açıklamalar Form-1 den yapılabilir.**

**\*Öğrencilere bir hafta önceden Form-2 verilir ve bir işyeri/kurum ya da kuruluşta çalışan, yükseköğretimi bitirmiş bir meslek elemanı ile röportaj yapmaları istenir. Öğrenciler, gelecekte seçmeyi düşündüğü mesleğin elemanı ile röportaj yapabilirler.**

**SÜREÇ:**

1. Gönüllü öğrenciler ölçek (İlgilerim, Yeteneklerim, Mesleki Değerlerim Ölçeği) sonuçlarını sınıfla paylaşır.

2. Gönüllü öğrencilere, çıkan sonuçlar doğrultusunda eşleşen mesleklerin neler olduğu sorulur ve sınıfla paylaşmaları istenir.

3. Aşağıdakine benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.

9 ve 10. sınıfta uyguladığınız MBS ‘deki ölçek sonuçlarınız ile şimdi uyguladığınız ölçek sonuçları arasında fark var mı?

Mesleki değer, ilgi, yetenek ve bu özelliklerinizle eşleşen mesleklerin sizi yansıttığını düşünüyor musunuz?

**Öğrenci sonuçların kendisine uygun olmadığını söylüyorsa, öğrencilerin içtenlikle ve yeterli zaman ayırarak uygulamayı yapmamış olabilecekleri göz önünde bulundurulmalıdır.**

Mesleki değer, ilgi ve yeteneklerinize uygun dersleri okuduğunuzu düşünüyor musunuz?

**Mesleki değer, ilgi, yetenek ve akademik başarısına uygun olmayan dersleri okuduğunu düşünen öğrencilere farklı ders seçimi yapabilecekleri vurgulanır.**

4. Öğrencilerin yaptıkları röportajı sınıfla paylaşmaları istenir.

5. Aşağıdakine benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.

Meslek elemanı seçtiği yükseköğretim programını neye göre seçmiş?

Meslek elemanının seçtiği yükseköğretim programı ilgi, yetenek ve mesleki değerlerine uygun mu?

Meslek elemanının seçtiği yükseköğretim programı akademik başarısına uygun mu?

Meslek elemanı seçtiği meslekten memnun mu?

Siz hangi mesleği seçmeyi düşünüyorsunuz?

Mesleğe ulaşmak için uygun yükseköğretim programları neler?

İlgi, yetenek ve mesleki değerleriniz, seçmeyi düşündüğünüz yükseköğretim programına uygun mu?

Akademik başarınız, seçmeyi düşündüğünüz yükseköğretim programına uygun mu?

İlgi, yetenek ve mesleki değerlerinize uygun yükseköğretim programı seçmezseniz ne olur?

Akademik başarınıza uygun yükseköğretim programı seçmezseniz ne olur?

6. Mesleki değer, ilgi, yetenek ve akademik başarıya göre yükseköğretim programı seçmenin önemi vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.

**Değerlendirme:**

**FORM-1**

**ULUSAL MESLEKİ BİLGİ SİSTEMİ – MBS**

Mutlu ve başarılı bir hayatın parçası olan meslek seçiminde doğru kaynaklara başvurmak önemlidir.

**1.KENDİNİ TANIMA**

\* Nelerden hoşlanırım?

\* Neleri yapabilirim?

\* Hangi meslek bana uygun?

\* Bana göre çalışma hayatında neler önemli?

Bu soruların cevaplarını MSB’de “Kendimizi Tanıyalım” başlığı altında bulabilirsiniz.

**2.EĞİTİM FIRSATLARI**

\* Hangi okula gitmeliyim?

\* Hangi alan / dal / dersi seçmeliyim?

\* Gitmek istediğim okullar ve kurslar hakkında nerelerden bilgi alabilirim?

\* Nerelerden burs alabilirim?

\* Uluslar arası eğitim fırsatları nelerdir?

Sorularının cevaplarını “Eğitim Fırsatlarımız” başlığı altında bulabilirsiniz?

**3.İŞ OLANAKLARI**

\* Mesleklere ilişkin bilgilere nasıl ulaşabilirim?

\* İş arama yöntemleri nelerdir?

\* Öz geçmiş nasıl yazılır?

\* İş ararken nerelere başvurabilirim?

\* İş görüşmesinde nelere dikkat etmeliyim?

Sizi çalışma hayatına hazırlayacak bu soruların cevabını da “İş Olanaklarımız” başlığı altında bulabilirsiniz.

Ulusal Mesleki Bilgi Sisteminden (MBS) bireyler hem üye olmadan hem de üye olarak faydalanabilirler. Sistem üye olmadan sınırlı bir fayda sağlarken üye olunduğu takdirde; öğrencilere ilgi, yetenek, mesleki değer ölçeklerini uygulama, kendilerini ve kendilerine uygun mesleği tanıma fırsatı sunmaktadır. Bunun için bireylerin http://mbs.meb.gov.tr adresine girmeleri yeterli olacaktır.

Bireyler sisteme üye olarak ilgi, yetenek ve mesleki değerlerine yönelik ölçme aracını uyguladıkları takdirde aşağıdaki alt boyutlarla ilgili sonuçları elde edebilirler.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **İlgi Ölçeğinin Alt Boyutları**  | **Yetenek Ölçeğinin Alt Boyutları**  | **Değerler Ölçeğinin Alt Boyutları**  |
| **Eğitim Öğretim**  | **Sözel Dilbilimsel**  | **Yeteneğini gösterme**  |
| **Ziraat Açık Alan**  | **Mantıksal – Matematiksel**  | **Yaratıcılık**  |
| **Siyasal Mali Bilimler**  | **Görsel – Uzamsal**  | **Başarı**  |
| **Sağlık**  | **Bedensel – Devinimsel**  | **Ekip Çalışması**  |
| **İletişim Medya**  | **Müziksel – Ritmik**  | **Çalışma Koşulları**  |
| **Yabancı Dil**  | **Sosyal – Kişilerarası**  | **Liderlik**  |
| **Türk Dili**  | **Kişisel – İçsel**  | **Gelir Durumu**  |
| **Psikoloji**  | **Doğacı**  | **Tanınma**  |
| **Hukuk**  | **Kişisel Gelişim**  |
| **Bilgisayar**  | **Özerklik**  |
| **Matematik**  |
| **Fen Bilimleri**  |
| **Mühendislik**  |
| **Görsel Sanatlar**  |

Bireylerin kendilerine uyguladıkları ilgi, yetenek ve mesleki değer ölçekleri sonucuna uygun meslekler sistemde listelenmektedir. Listelenen bu meslekler 3 grupta toplanmaktadır.

1. **Profesyonel Meslek Grupları:** Bu ana grup, fiziksel bilimler ve yaşam bilimleri ile sosyal ve beşeri bilimlere ilişkin alanlarda yüksek düzeyde profesyonel bilgi ve deneyim gerektiren ana görevleri olan meslekleri kapsamaktadır. Bu ana görevler, mevcut bilgi birikimini devamlı artırma, bilimsel ve sanatsal kavram ve teorileri problemlerin çözümüne yönelik olarak uygulama ve elde edilen bilgileri sistematik bir yöntemle öğretmekten oluşmaktadır.

2. **Yardımcı Profesyonel Meslek Grupları:** Bu ana grup, fiziksel bilimler, yaşam bilimleri ile sosyal ve beşeri bilimlerin bir ya da birkaç alanında teknik bilgi ve deneyim gerektiren ana görevlerden oluşan meslekleri kapsamaktadır.

3. **Büro, Seyahat ve Bakım Hizmetleri:** Bu ana grup, bilgilerin organize edilmesi, değerlendirilmesi, yayımlanması; seyahat, ev işleri, yeme-içme, kişisel ve hasta bakımı, alım–satım için gerekli bilgi ve deneyimi gerektiren ana görevlerden oluşan meslekleri kapsamaktadır. http://mbs.meb.gov.tr

**FORM-2**

**RÖPORTAJ SORULARI**

|  |
| --- |
| **SORU**  |

 **CEVAP**

|  |  |
| --- | --- |
| Ortaöğretime gittiğiniz dönemde mesleki hedefiniz neydi?  |  |
| **Mesleki hedefinize ulaşmanız için yükseköğretim programına gittiniz mi?**  |  |
| Mesleki hedefinize ulaşmak için hangi yükseköğretim programına gittiniz?  |  |
| **Yükseköğretim programını seçerken mesleki değer, ilgi ve yeteneklerinizin etkisi oldu mu?**  |  |
| Yükseköğretim programınızı seçmenizde akademik başarınızın etkisi oldu mu?  |  |
| **Mesleki hedeflerinize ulaşmak için neler yaptınız?**  |  |
| Mesleki değer, ilgi, yetenek gibi özelliklerinizle ilgili size test, anket vb. yapıldı mı?  |  |
| **Mesleki değerinizin ne olduğunu biliyor muydunuz? Mesleki değerinizin neler olduğunu bilmek size ne kazandırdı?**  |  |
| İlgilerinizi biliyor muydunuz? İlgilerinizin neler olduğunu bilmek size ne kazandırdı?  |  |
| **Yeteneklerinizin ne olduğunu biliyor muydunuz? Yeteneklerinizin neler olduğunu bilmek size ne kazandırdı?**  |  |
| Kişilik özelliklerinizin neler olduğunu biliyor muydunuz? Kişilik özelliklerinizin neler olduğunu bilmek size ne kazandırdı?  |  |
| **Kişisel özelliklerinizin neler olduğunu biliyor muydunuz? Kişisel özelliklerinizi bilmek size ne kazandırdı?**  |  |
| Akademik başarınız sizin yükseköğretim programı seçmenizi ve mesleki hedefinize ulaşmanızı nasıl etkiledi?  |  |
| **Yükseköğretim programını tamamladıktan sonra mesleğe atılma sürecinizde neler etkili oldu?**  |  |
| Mesleğe atıldıktan sonra mesleki gelişiminiz için neler yaptınız, neler yapmayı planlıyorsunuz?  |  |
| **Mesleğinizde, mesleki değerinizin, ilginizin, yeteneklerinizin, kişilik özelliklerinizin, akademik başarınız ve kişisel özellikleriniz sizce nasıl bir etkisi var?**  |  |
| Mesleğinizde mutlu musunuz? vb. sorular sorulabilir…  |  |

**11. SINIF – 26. ETKİNLİK**

**Etkinliğin Adı:** İŞ VE MESLEK KURSLARINI ARAŞTIRIYORUM

**Sınıf:** 11. sınıf

**Yeterlik Alanı:** Eğitsel ve Mesleki Gelişim

**Kazanım:** Ortaöğretim sonrasında işe ve mesleğe hazırlayan kurum ve mesleki kurslar hakkında bilgi edinir.

**Kazanım Nu:** 96

**Öğrenci Sayısı:** Tüm sınıf

**Süre:** 40 dakika

**Ortam:** Sınıf ortamı

**Sınıf Düzeni:** Oturma düzeni

**Araç-gereç:**

**\*Ortaöğretim sonrasında işe ve mesleğe hazırlayan kurum ve mesleki kurslara gitmeyecek öğrenciler için veya bu kazanımın uygun olmadığı okul türlerinde öğrencinin ve okulun ihtiyacına göre alternatif bir etkinlik kullanılabilir.**

**Öğrencilerden bir önceki hafta ortaöğretim sonrasında işe ve mesleğe hazırlayan kurum ve mesleki kurslar hakkında bilgi toplamaları, broşür/afiş vb. tanıtıcı bilgileri sınıfa getirmeleri istenir.**

**Öğrencilere bilgi toplarken çevrelerinden, yerel ve ulusal gazetelerden, internetten faydalanabilecekleri, imkânları varsa kurum ve mesleki kursları da ziyaret edebilecekleri hatırlatılır.**

**Öğretmen de etkinlik için işe ve mesleğe hazırlayan kurum ve kurslarla ilgili bilgi toplayıp sınıfa getirebilir, ilgili uzman veya görevli bir personeli bilgi vermek amacıyla okula davet edebilir.**

**SÜREÇ:**

**Öğrencilere yükseköğrenim gerektirmeyen meslekler olduğu ve ortaöğretim sonrasında yükseköğrenime devam etmeyi düşünmeyenler için işe ve mesleğe hazırlayan kurum ve mesleki kursların olduğu belirtilerek etkinlik başlatılır.**

1. Öğrencilerden bir önceki hafta yakın çevrelerinden, yerel ve ulusal gazetelerden araştırdıkları ortaöğretim sonrası işe ve mesleğe hazırlayan kurum ve mesleki kursların neler olduğu sorulur ve cevaplarını sınıfla paylaşmaları istenir.

**Öğrencilerin araştırmalarına ek olarak hem resmi hem de özel kurum ve kuruluşlarda orta öğretim sonrası mesleğe hazırlayan kurum ve mesleki kurslar olabileceği belirtilir ve aşağıda belirtilenlere benzer iş ve mesleğe hazırlayan bazı kurum ve kuruluşlar öğrencilerle paylaşılır:**

 **Hayat Boyu Öğrenme Genel Müdürlüğü**

 **İŞKUR**

 **Devlet Üniversiteleri**

 **Özel ve Vakıf Üniversiteleri**

 **Belediyeler/Yerel yönetimler**

 **Özel şirketler**

 **Sivil Toplum Kuruluşları**

2. Öğrencilerin getirdikleri broşür/afiş vb. tanıtıcı bilgiler incelenir.

3. Öğrencilere ortaöğretim sonrasında işe ve mesleğe hazırlayan kurum ve mesleki kurslar ile ilgili yaptıkları araştırmanın daha sonraki yıllarda da kendileri için önemli olacağı ve bu araştırmalardan yararlanabilecekleri vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.

**Değerlendirme:**

**11.SINIF – 27.ETKİNLİK**

**Etkinliğin Adı:** AMAÇLAR ÜLKESİNE SEYAHAT

**Sınıf:** 11. sınıf

**Yeterlik Alanı:** Eğitsel Başarı

**Kazanım:** Geleceğe yönelik belirlediği amaçların ulaşılabilirliğini değerlendirir.

**Kazanım Nu:** 18

**Öğrenci Sayısı:** Tüm sınıf

**Süre:** 40 dakika

**Ortam:** Sınıf ortamı

**Sınıf Düzeni:** Oturma düzeni

**Araç-gereç:** Form -1 (Amaçlarınıza Ulaşabilmek İçin)

Form -2 (Amaçlar)

**SÜREÇ**

1. Poster şeklinde büyütülmüş Form–1 (Amaçlarınıza ulaşabilmek için) tahtaya asılır ve öğrencilerle posterin içeriğinde yer alan öneriler tartışılır.

**Hazırlanmamışsa tahtaya yazılabilir.**

2. Öğrencilere Form -2 (Amaçlar) verilir ve doldurmaları istenir.

3. Öğrencilere aşağıdakine benzer sorular yöneltilerek grup etkileşimi başlatılır:

 Bu güne kadar ulaşmak isteyip de ulaşamadığınız amaçlar oldu mu? Neden?

 Bu amaçlarınıza ulaşmamanızın sebepleri nelerdir?

 Kendiniz için amaçlar belirliyor musunuz? Örnekler verir misiniz?

 Belirlediğiniz amaçlarınız sizce uygun mu?

 Bu amaçlara ulaşmak için planlarınız var mı?

4 Geleceğe yönelik belirlediği amaçların ulaşılabilirliğini değerlendirmenin önemi vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.

**Değerlendirme:**

**FORM -1**

**AMAÇLARINIZA ULAŞABİLMEK İÇİN**

1. Bir amaç seçin.

2. Bu amacı yazın.

3. Amacınızı çok açık olarak belirtin.

4. Bu amaca ulaşabilmek için ihtiyacınız olan şeylerin bir listesini çıkarın.

5. Bu amaca ulaşabilmek için sizin yapmanız gereken şeylerin bir listesini çıkarın.

6. Amacınızın gerçekleşebileceği tarihi yazın.

7. Amacınıza ulaştığınızda kendinizi nasıl değerlendireceğinizi belirleyin.

8. Yeni amaç takımları oluşturun.

**FORM -2**

**AMAÇLAR**

Amaçlar bir seyahatin varış noktalarına benzer. Örneğin Ankara‘dan İstanbul’a gittiğimizi varsayacak olursak İstanbul sizin amacınız olacaktır. İstanbul’a ulaşmak, yani amacınıza ulaşmak bir takım planlamaları ve eylemleri gerektirir.

Şimdi sizden istenen Ankara‘dan İstanbul’a gitmek için neler yapmanız gerektiğini belirlemenizdir**.** Bu konuda yapılması gerekenleri aşağıya yazın.

1.

2.

3.

4.

5.

6.

7.

8.

9.

10.

Yukarıda belirttikleriniz sizin alt amaçlarınızı oluşturmaktadır. Alt amaçlar, bir amaca ulaşmak için gerekli belirgin eylemlerdir.

Şimdi sizden iki amacınızı ele alarak, bu amaca ulaşmak için gerekli alt amaçlarınızı belirlemeniz isteniyor. Alt amaçlarınızı aşağıdaki sorulara vereceğiniz cevaplarla belirleyebilirsiniz.

**Amaç1:**

**A. Bu amaca ulaşabilmek için ihtiyacım olan şeyler neler?**

1. Bilgi:

2. Materyal:

3. Para:

4. İnsan:

5. Diğer:

**B. Bu amaca ulaşabilmek için neler yapmalıyım?**

1. Plan ya da çalışmalar:

2. Yazışma ya da görüşmeler:

3. Alışveriş ya da hazırlıklar:

4. Diğer:

**Amaç 2:**

**A. Bu amaca ulaşabilmek için ihtiyacım olan şeyler neler?**

1. Bilgi:

2. Materyal:

3. Para:

4. İnsan:

5. Diğer:

**B. Bu amaca ulaşabilmek için neler yapmalıyım?**

1. Plan ya da çalışmalar:

2. Yazışma ya da görüşmeler:

3. Alışveriş ya da hazırlıklar:

4. Diğer

11. **SINIF – 28. ETKİNLİK**

**Etkinliğin Adı:** STAJIMI YAPIYORUM

**Sınıf:** 11. sınıf

**Yeterlik Alanı:** Eğitsel ve Mesleki Gelişim

**Kazanım:** Staj yapabileceği yerleri belirler.

**Kazanım Nu:** 97

**Öğrenci Sayısı:** Tüm sınıf

**Süre:** 40 dakika

**Ortam:** Sınıf ortamı

**Sınıf Düzeni:** Oturma Düzeni

**Araç-gereç:** Kâğıt-kalem

**\*Bu kazanımın uygun olmadığı lise türlerinde o hafta okulun veya öğrencinin ihtiyacına göre alternatif bir etkinlik gerçekleştirilebilir veya kazanıma yönelik olarak öğrencilerinizin ihtiyacına göre başka bir etkinlik oluşturulup uygulanabilir. Okulun kaynaklarına göre üniversite ya da meslek tanıtımına yönelik etkinlikler yapılabilir.**

**SÜREÇ**

1. Öğrencilere staj yerlerini belirlemede nelerin önemli olduğu sorulur ve cevaplarını bir kâğıda listelemeleri istenir.

2. Öğrencilerden cevaplarını ve listelerinde yer alanları sınıfla paylaşmaları istenir.

3. Öğrencilerden nerelerde staj yapabileceklerini listelemeleri istenir.

4. Staj yapabileceği yerleri belirleyip, sonuç aşamasına gelen öğrencilerden staj yapacağı yeri/ yerleri belirlemede neleri dikkate aldıklarını sınıfla paylaşmaları istenir.

**Öğrencilere staj yapabileceği yerleri belirlemede hala güçlük çekiyorlarsa veya tereddüt ediyorlarsa okullarındaki ilgili müdür yardımcısından veya öğretmenlerinden yardım istemeleri vurgulanır.**

5. Öğrencilere staj yapabilecekleri yeri belirlemenin önemli olduğu çünkü bu staj yerlerinin öğrencinin yakın gelecekte çalışabileceği iş yeri de olabileceği vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.

**Değerlendirme:**

**11. SINIF – 29. ETKİNLİK**

**Etkinliğin Adı:** HAYATIM VE SEÇİMLERİM

**Sınıf:** 11. sınıf

**Yeterlik Alanı:** Eğitsel ve Mesleki Gelişim

**Kazanım:** Seçtiği/seçeceği derslerin hayatını nasıl etkilediğini/etkileyeceğini sorgular.

**Kazanım Nu:** 98

**Öğrenci Sayısı:** Tüm sınıf

**Süre:** 40 dakika

**Ortam:** Sınıf ortamı

**Sınıf Düzeni:** Oturma düzeni

**Araç-gereç:** Form-1 (Ders Seçimim ve Etkileri)

**SÜREÇ**

1. Öğrencilere Form-1 verilir ve cevaplamaları istenir.

2. Aşağıdakine benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.

10.Sınıfta seçtiğiniz dersler nelerdi? Bu dersleri neye göre seçmiştiniz?

10.sınıfta seçtiğiniz dersler hayatınızı nasıl etkiledi?

11.sınıfta seçtiğiniz dersler nelerdi? Bu dersleri neye göre seçmiştiniz?

11.sınıfta seçtiğiniz dersler hayatınızı nasıl etkiledi?

11. Sınıfta seçmeli derslerinizi değiştirdiniz mi? Neden?

12. Sınıfta hangi dersleri seçmeyi düşünüyorsunuz?

12. Sınıfta seçmeli derslerinizi değiştirmeyi düşünüyor musunuz? Neden?

12.sınıfta seçeceğiniz derslerin, hayatınızı nasıl etkileyeceğini düşünüyorsunuz?

3. Seçimlerinin hayatlarını etkileyeceği vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.

**FORM-1**

**DERS SEÇİMİM VE ETKİLERİ**

|  |  |
| --- | --- |
| **SEÇİLEN DERSLER**  | **HAYATINIZI NASIL ETKİLEDİ**  |
| **1**  |
| **2**  |
| **3**  |
| **4**  |
| **5**  |
| **6**  |
| **7**  |
| **8**  |
| **9**  |
| **10**  |
| **11.Sınıf**  | **SEÇİLEN DERSLER**  | **HAYATINIZI NASIL ETKİLEDİ**  |
| **1**  |
| **2**  |
| **3**  |
| **4**  |
| **5**  |
| **6**  |
| **7**  |
| **8**  |
| **9**  |
| **10**  |
| **12.Sınıf**  | **SEÇİLEN DERSLER**  | **HAYATINIZI NASIL ETKİLEYECEĞİNİ DÜŞÜNÜYORSUNUZ**  |
| **1**  |
| **2**  |
| **3**  |
| **4**  |
| **5**  |
| **6**  |
| **7**  |
| **8**  |
| **9**  |
| **10**  |

**11.SINIF – 30.ETKİNLİK**

**Etkinliğin Adı:** UYGUN MU?

**Sınıf:** 11. sınıf

**Yeterlik Alanı:** Eğitsel ve Mesleki Gelişim

**Kazanım:** Mesleki amaçlara ulaşmada çeşitli yükseköğretim programının koşullarına göre seçtiği/seçeceği derslerin uygunluğunu değerlendirir.

**Kazanım Nu:** 99

**Öğrenci Sayısı:** Tüm sınıf

**Süre:** 40 dakika

**Ortam:** Sınıf ortamı

**Sınıf Düzeni:** Oturma düzeni

**Araç-gereç:** Form-1

**Öğrencilerden bir hafta önceden mesleki amaçları doğrultusunda istedikleri yükseköğretim programının koşullarını araştırıp, Rehberlik ve Yönlendirme Dersine getirmeleri istenir.**

**SÜREÇ**

1. Öğrencilere Form-1 verilir ve doldurmaları istenir.

2. Aşağıdakine benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.

Mesleki hedefiniz ne?

Mesleki hedefinize ulaşmak için hangi yükseköğretim programlarına gidebilirsiniz?

Gitmek istediğiniz yükseköğretim programının koşulları neler?

Bu yükseköğretim programına gidebilmeniz için şimdiye kadar (10/11.sınıflarda) hangi dersleri seçtiniz?

Bu yükseköğretim programına gidebilmeniz için 12.sınıfta hangi dersleri seçmeniz uygun olacaktır?

Seçtiğiniz ve seçeceğiniz dersler mesleki amaçlarınıza ulaşmak için uygun mudur?

3. Mesleki amaçlara ulaşmada çeşitli yükseköğretim programının koşullarına göre seçtiği/seçeceği derslerin uygunluğunu değerlendirmenin önemi vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.

**Değerlendirme:**

**FORM-1**

|  |
| --- |
| **Mesleki hedefim:**  |
| **Mesleki hedefime ulaştıracak yükseköğretim programları:**  |

**Mesleki hedefime ulaşmamda uygun olan yükseköğretim programına gidebilmem için seçmem gereken dersler:**