|  |
| --- |
| SINIR KOYMA VE HAYIR DİYEBİLME |
| ETKİNLİK: ALİ’ NİN HİKAYESİ |
| HEDEF KİTLE: 1 ve 2. Sınıflar |
| YÖNTEM: Okuma, Soru – Cevap, Anlatım, |
| ÖĞRENCİ SAYISI: Tüm Sınıf |
| SÜRE: 40 Dakika |
| ORTAM: Sınıf |

**SÜREÇ**

1. **\*Isınma Oyunu** | **Baloncuk Üfleme Ve Yakalama**

**Süre:** 10 dakika

**Amaç:** Bu ısınma etkinliğinin amacı çocukların duygularını düzenleme ve sınırlarını bilme konusunda alıştırma yapmalarını sağlamaktır.

**Açıklama:** Bugün çalışmamıza bir ısınma ile başlayacağız. Elimde üflendiğinde köpükten baloncukların çıktığı bir oyuncak var. Şimdi ben bunu üfleyerek bir sürü baloncuklar çıkaracağım ve siz de o baloncukları yakalamaya çalışacaksınız. (Bir süre köpük baloncuk üfleme ve çocukların köpükleri patlatması oyununu yaptıktan sonra) Peki, şimdi biraz dinlenelim, eğlendiniz mi? Şimdi ben yine üfleyerek köpük baloncuklar yapacağım. Ancak bu sefer bir şartım var, ben baloncuk yapacağım ama siz görmezlikten geleceksiniz, hiç ilgilenmeyeceksiniz, patlatmaya çalışmayacaksınız hatta baloncuklar üstünüze gelse bile tamamen yokmuş gibi davranacaksınız. Hazırsanız başlıyorum. (Bir süre de bu oyunu yaptıktan sonra ısınma egzersizi bitirilebilir.)

**Değerlendirme:** Isınma egzersizi bittikten sonra aşağıdaki soru ve yorumlar üzerinden çocuklarla birlikte bir değerlendirme yapılır.

\*Ben ikinci kez baloncuklar yaptığımda ve size hiçbir şey yapmayın dediğimde ne hissettiniz? \*Köpükleri patlatmak istediniz mi?

\*Kendinizi nasıl durdurdunuz ya da neden durduramadınız?

\*Yerinizde oturmak zor muydu? Heyecanınızı nasıl durdurdunuz?

1. Öğretmen/Uygulayıcı etkinliğe başlamadan önce şu açıklamayı yapar;

“ *Sevgili çocuklar, bugün size bir hikaye okuyacağım. Daha sonra bu hikaye hakkında konuşacağız. Şimdi beni dikkatlice dinlemelisiniz*. ”

**ALİ’ NİN HİKAYESİ**

Ali isminde 9 yaşında bir çocuk vardı. Annesi, babası ve kız kardeşiyle mutlu bir şekilde yaşıyorlardı.

Ancak Ali’ nin zorlandığı bir şey vardı, o da aslında “Hayır” demek istediği zamanlarda bunu diyememesiydi. Eğer “Hayır” derse karşısındakini üzeceğini, kaybedeceğini düşünüyordu. Bu durum Ali’ yi içten içe çok rahatsız ediyordu. Çünkü hep zarar görüyordu.

Sınıfta Çınar isimli bir arkadaşı vardı. Çınar, sınıf takımının kaptanıydı. Hep kendi isteklerinin olmasını istiyor, sadece kendini düşünüyordu.

Ali okula harçlık getirdiğinde Çınar: “Bana da kantinden gofret al yoksa seninle küserim” diyordu. Ali de arkadaşı onunla küsmesin diye istediğini yapıyordu.

Bir gün öğretmen bütün öğrencilere çok önemli bir araştırma ödevi verdi. Çınar da teneffüste hemen Ali’ nin yanına gitti.

“Ali canım arkadaşım, bu hafta sonu ailemle pikniğe gideceğiz. Bu ödevi hayatta yetiştiremem. Ama ben biliyorum ki sen beni kırmazsın ve benim ödevimi de yaparsın. Yapamam dersen, futbol turnuvalarında takıma senin yerine, Mehmet’ i alırım” dedi.

Ali teneffüste bankta oturup, iki ödevi birden nasıl yetiştireceğini kara kara düşünürken en yakın arkadaşı Zehra, yanına gelip oturdu.

Ali, Çınarla arasında geçen konuşmayı Zehra ile paylaştı.

**\*Evet çocuklar, siz Ali’ nin yerinde olsanız ne yapardınız?**

**\*Siz Ali’ nin en yakın arkadaşı Zehra olsanız, Ali’ ye ne derdiniz?**

Sorular sınıfa sorulur. Gönüllü öğrencilerden cevaplar alındıktan sonra, üçüncü sayfadaki öğretmen notu öğrencilere okunur. Daha sonra tartışma soruları sorularak konu değerlendirilir.

**Tartışma Soruları**

Sizin de “Hayır” demekte zorlandığınız zamanlar oluyor mu? Örnek verebilir misiniz?

Kimlere “Hayır” demekte zorlanıyorsunuz? Neden?

“Hayır” diyebilmek neden önemlidir?

**Öğretmen Notu**

“Hayır” diyebilmek, bireylerin kendi haklarını koruyabilmesini, başkalarının haklarını gözetmesini ve özgürce davranabilmesini kolaylaştırır.

“Hayır” diyebilmek bireyin kendi yaşamının kontrolünü eline alması anlamına da gelir. Kişisel sınırlarımızı ihlal eden durumlarda “Hayır” diyebilmek çok önemlidir. “Hayır” diyemeyen insanların zamanlarının önemli bir kısmı diğer insanların isteklerini yerine getirmekle geçer.

İstemediğimiz bir durumla karşılaştığımızda kendi güvenliğimizi sağlamak için “Hayır” diyebilmeliyiz. Gerektiğinde “Hayır” diyerek kendimizi bize zarar verecek durum ve kişilerden korumuş oluruz.

“Hayır” diyebilmenin ön koşulu kendi istek ve gereksinimlerini görebilmektir. Olumlu bir dil kullanarak, başka bir seçenek önererek ve açık bir şekilde neden “Hayır” dediğimizi açıklayarak “Hayır” demek daha kolay hale gelebilir. Başlangıçta zor olabilir, ancak pratik yaparak, kendimize güvenerek ve kararlılıkla “Hayır” demeyi öğrenebiliriz.

1. **Duygularınızı açıkça ifade edin.**

Şimdi ödevimi yapmak yerine gelip seninle top oynarsam, kendimi çok kötü hissedeceğim.

1. **Uygun durumlarda isteği başka bir zamana erteleyin.**

Bugün müsait değilim ama önümüzdeki hafta seninle görüşebilirim.

1. **Alternatif seçenekler sunun.**

Kantinden sana bir şey alamam eğer istersen beslenmemin bir bölümünü seninle paylaşabilirim.

1. **Dürüst ve Açık Olun.**

Seninle sinemaya gitmek hoşuma gidiyor. Ancak gideceğimiz filmlere hep sen karar veriyorsun. Aslında o filme gitmek istemiyorum.

1. **Bütün bunları karşınızdakini incitmeden, sakin bir ses tonuyla, sebebini belirterek söyleyin.**