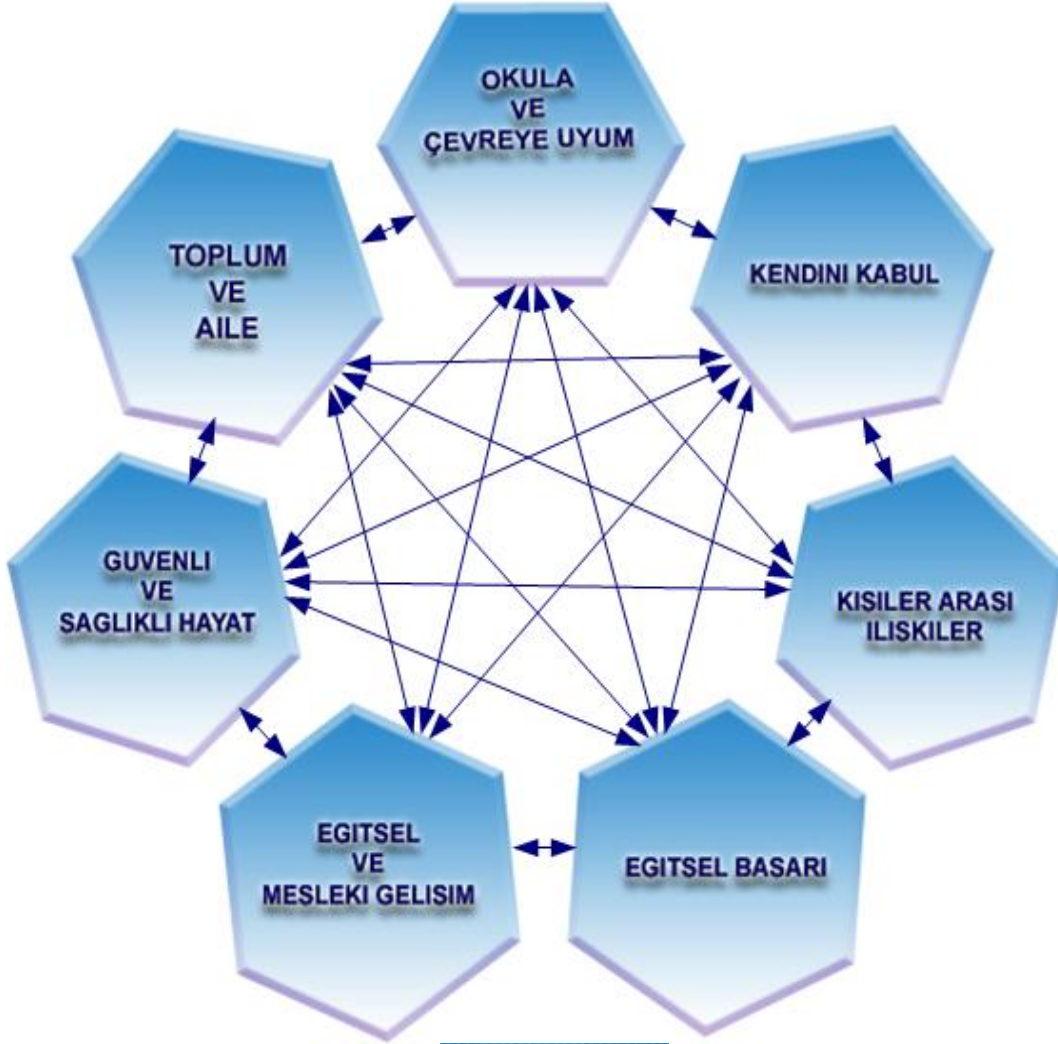


**T.C.
MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI
Özel Eğitim ve Rehberlik Hizmetleri
Genel Müdürlüğü**

**ORTAÖĞRETİM REHBERLİK VE YÖNLENDİRME
DERSİ PROGRAMI**

11.SINIF ETKİNLİK ÖRNEKLERİ



ANKARA-2011

T.C.
MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI
Özel Eğitim ve Rehberlik Hizmetleri
Genel Müdürlüğü

“Ortaöğretim Rehberlik ve Yönlendirme Dersi Programı” 14.04.2011 tarih ve 37 sayılı Talim ve Terbiye Kurulu Kararı ile 2011–2012 Öğretim Yılından itibaren uygulanmak üzere yürürlüğe girmiştir.

Söz konusu programa göre; derslerde ders kitabı, öğrenci çalışma kitabı ve benzeri eğitim aracının kullanılmaması, sadece öğretmenlerin kullanması amacıyla ilgili Genel Müdürlük tarafından öğretmen kılavuz kitabının hazırlanarak dağıtımının yapılması Kurul Kararı ile kabul edilmiştir.

ORTAÖĞRETİM REHBERLİK VE YÖNLENDİRME DERSİ
PROGRAMI

11.SINIF ETKİNLİK ÖRNEKLERİ

İÇİNDEKİLER

GİRİŞ	4
ETKİNLİK SEÇİMİNDE DİKKAT EDİLECEK NOKTALAR	5
ETKİNLİKLERİ UYGULARKEN DİKKAT EDİLMESİ GEREKEN NOKTALAR VE ÖNERİLER 6	6
ETKİNLİKLERİN DEĞERLENDİRİLMESİ	9
ORTAÖĞRETİM REHBERLİK VE YÖNLENDİRME DERSİ PROGRAMI 11.SINIF ETKİNLİK ÖRNEKLERİ	10
11. Sınıf Kazanımlarının İşleniş Sırası.....	11
11. Sınıf Kazanımlarına İlişkin Etkinlik Örnekleri	12
EKLER	
EK 1: “Ortaöğretim Rehberlik ve Yönlendirme Dersi Programı” Yeterlik Alanlarına Göre Kazanımların Dağılımı	87
EK 2: “Ortaöğretim Rehberlik ve Yönlendirme Dersi Programı” Yeterlik Alanlarına Göre 11. Sınıf Kazanımları ve Kazanımlara İlişkin Açıklamalar	93
EK 3 : 11. Sınıf Kazanımlarına İlişkin Etkinlikleri Hazırlayanlar ve Etkinlik Numaraları	96
KAYNAKÇA	97

GİRİŞ

Bireyin hayatında başarılı ve mutlu olabilmesi için bazı niteliklere sahip olması gerektiğini, rehberliğin amacının da bireyin bu nitelikleri kazanmasına yardım etmek olduğunu belirten Erkan (2003), bu nitelikleri; verimli çalışma, sınava hazırlanma, zamanı iyi kullanabilme, etkili karar verme, problem çözme, plan yapma becerileri, kendini tanıma ve kabul, etkili iletişim, meslekleri tanıma, kendi yetenek, ilgi ve kişilik özellikleri ile öğrenme konuları ve meslekler arasında bağ kurabilme, öğrenme ve çalışmaya yönelik olumlu tutumlar, toplum hayatına uyum sağlayabilme ve katkıda bulunmak için gerekli sorumluluk, başkalarına saygı ve yardımlaşma gibi değerler şeklinde sıralamaktadır.

Bu kitapta yer alan etkinlikler de yukarıda belirtilen nitelikleri içeren; öğrencilerin psikolojik açıdan sağlıklı, kendini tanıyan, güven duyan, kendine uygun eğitsel ve mesleki kararlar alabilen kişilerarası iletişim becerileri gelişmiş, kendini doğru ifade edebilen, üretken ve yaşamdan zevk alan bireyler olmalarına yardımcı olma gibi amaçlara yönelik kazanımlar yer almaktadır.

Etkinlikler planlanırken öğrenciyi aktif bir katılımcı ve problem çözebilen bir birey hâline getiren, öğrenci merkezli yaklaşım temel alınmıştır. Buna göre, öğrenciler öğretilen birey değil araştıran, sorgulayan, öğrenen, kendi iç kontrolünü sağlayan, sorumluluklarını üstlenen bireyler olarak görülmektedir.

Etkinlikler gelişimsel ve önleyici rehberlik anlayışı temel alınarak hazırlanmış ve öğrencilerin gelişimsel özellikleri dikkate alınmıştır.

Ortaöğretim Rehberlik ve Yönlendirme Dersi Programı, Okul Psikolojik Danışma ve Rehberlik Programı değil, onun bir parçasıdır.

Ortaöğretim Rehberlik ve Yönlendirme Dersi Programı Etkinlik Örnekleri, bu programdaki kazanımların gerçekleştirilmesi için hazırlanmıştır. Söz konusu program, Erkan ve arkadaşları (2006) tarafından Kapsamlı Rehberlik Programları temel alınarak hazırlanan **Okul PDR Hizmetleri Programı Modeli'nin** hizmet alanlarından Grup Rehberliği bölümünde yer almaktadır.

Ortaöğretim Rehberlik ve Yönlendirme Dersi Programı'nda yer alan kazanımların etkinlikleri sınıf rehber öğretmenleri tarafından uygulanacaktır. Bazı kazanımların etkinlikleri özel bilgi ve deneyim gerektirdiği için okul rehber öğretmeni tarafından uygulanacaktır. Okul rehber öğretmeni yoksa ya da okul rehber öğretmenin etkinliği uygulanacağı durumlarda bu etkinlikler yerine öğrencilerin gelişim özellikleri ve ihtiyaçları, okulun özellikleri göz önünde bulundurularak sınıf rehber öğretmeni tarafından farklı etkinlikler yapılabilir ya da diğer etkinliklere daha geniş yer verilebilir.

Bu kitapta ortaöğretimde her sınıf düzeyi için 30 haftalık etkinlik sunulmuştur. Geriye kalan 6 hafta ise, programda da belirtildiği gibi rehberlik faaliyetlerine ilişkin test, envanter uygulamaları, meslek gezileri, seminer vb. için kullanılacaktır.

ETKİNLİK SEÇİMİNDE DİKKAT EDİLECEK NOKTALAR

Etkinlikler Ortaöğretim Rehberlik ve Yönlendirme Programı'ndaki kazanım işleme sırasına göre verilmiştir. Ancak bu sıralama değişmez bir kural değildir. Okul imkân ve koşullarına göre zorunlu düzenlemeler yapılabilir. Ancak birbiri üstüne inşa edilen etkinliklerin sıralamasında değişiklik yapılmamalıdır. Örneğin öfke yönetimine ilişkin üç etkinlik ard arda sıralanmıştır.

Tüm okullarda aynı etkinliklerin kullanılması zorunlu değildir. Zaten bu söylem rehberliğin temel ilkelerine de aykırıdır. Bu etkinlikler birer örnektir. Okulun, öğrencilerin ihtiyaçlarına göre, kazanıma bağlı kalınarak farklı bir etkinlik uygulanabilir ya da aynı etkinlik yeniden düzenlenerek kullanılabilir. Farklı okul türlerinde okulun özelliklerine uygun olmayan etkinlikler yerine öğrencilerin gelişim özellikleri ve ihtiyaçları, okulun özellikleri göz önünde bulundurularak farklı etkinlikler yapılabilir ya da diğer etkinliklere daha geniş yer verilebilir. Yapılacak olan değişiklikler sınıf öğretmenleri tarafından değil, sınıf öğretmenlerinin önerileriyle rehber öğretmen, yoksa Okul Rehberlik ve Psikolojik Danışma Hizmetleri Yürütme Komisyonu ile okulun ve öğrencinin ihtiyaçları göz önünde bulundurularak yapılmalıdır.

Etkinlikler hazırlanırken, etkinliklerin uygulanabilir olması göz önünde bulundurulmuştur. Etkinlik uyarlarlarken ya da yeni etkinlik üretirken aşağıdaki kriterler göz önünde bulundurulmalıdır. Etkinlik Kriterleri (Erkan, 2006):

- Etkinlik, programın genel amaçlarına ve anlayışına uygun mu?
- Etkinlik, kazanımı karşılayabilecek nitelikte mi?
- Etkinliğin gerekleri için elde var olan ya da potansiyel kaynaklar yeterli mi?
- Etkinlik aileler, öğrenciler, öğretmenler ve toplum tarafından kabul edilebilir mi?
- Etkinlik elde var olan ya da potansiyel uygulayıcılar (danışman/öğretmen) tarafından uygulanabilir mi?

- Etkinliğin potansiyel yararları tahmin edilen maliyetten daha önemli görülebilir mi?
- Etkinliğin etkililiği ölçülebilir mi?
- Etkinliğin uygulanmasının riskleri var mı?
- Etkinlik açık, anlaşılır ve gerekli unsurları içeren bir biçimde düzenlenmiş mi?

ETKİNLİKLERİ UYGULARKEN DİKKAT EDİLMESİ GEREKEN NOKTALAR VE ÖNERİLER

1. Etkinlikler uygulanırken rehberliğin tüm ilkeleri göz önünde bulundurulmalıdır (Erkan, 2006).

2. Etkinliklerin uygulanması, ilgili mevzuata ve programa göre sınıf rehber öğretmenlerinin sorumluluğundadır. Uygulamalar sırasında karşılaşılan güçlüklerle ilgili okul rehber öğretmeninden yardım alınabilir. Ayrıca aynı sınıfların sınıf rehber öğretmenleri uygulamalarla ilgili birbirlerine destek olabilir, ortak çalışmalar yapılabilir.

3. Öğrencilerle ilgili her konuda okul rehber öğretmeni ile işbirliği içerisinde çalışmak daha etkili ve verimli olmanızı sağlar.

4. Öğrencilerinize aktardığınız bilgiler ve paylaştığınız konular hakkında velilerinizi de bilgilendirmeniz yararlı olabilir. Çünkü bazı konularda veliler de yanlış ve eksik bilgilere sahip olabilir. Sadece öğrenciyi bilgilendirmek birçok konuda öğrenci ve ailesi arasında çatışmalara yol açabilir.

5. Sınıf rehber öğretmenleri sınıfa gitmeden önce yapacağı etkinlik üzerinde çalışmalı, sınıfa hazırlıklı gitmelidir. Etkinlikler uygulanmadan önce okunmalı, gerekli araştırma ve hazırlıkları yapılmalıdır. Bu sizin hem konuya daha hâkim olmanızı sağlayacak, hem de öğrenciler için etkili, güvenilir bir model oluşturmanıza ve süreyi daha iyi kullanmanıza olanak verecektir. Erkan' a (2006) göre sürekli yazılı materyale bakarak talimatlar veren öğretmen görüntüsü istenen etkiyi sağlamayacaktır.

6. Önceden hazırlık yapmaları gereken etkinlikler için öğrenciler bilgilendirilmeli ve hazırlanmaları için yeterli süre verilmelidir. Öğrencilerin yapacakları araştırmalar bir önceki haftanın etkinliğinin en sonunda belirtilmiştir. Etkinliklerin sırası değiştirildiğinde bu bilgilere dikkat edilmelidir.

7. Sınıf mevcudunun çok yüksek olduğu durumlarda sınıf ikiye bölünebilir (Erkan, 2006).

8. Etkinliklerin uygulanması sırasında empati, saygı, koşulsuz kabul ve saydamlık gibi hümanist bir öğretmenin benimsemesi gereken tutumları sergileyerek öğrencilerin sınav kaygıları olmadan kendilerini rahatlıkla ifade edebilecekleri, rahat ve güvenli hissedecekleri bir ortam oluşturulmalıdır.

9. Öğrencilerle etkileşim sürecinde birbirlerinin paylaşımlarına ilişkin yorumlarının yapıcı olmasına dikkat edilmeli ve etkinlikler sırasında uyulacak kuralları ve dikkat edilecek noktaları sürecin başında detaylı bir şekilde, örnekler vererek ve öğrencileri de sürece katarak belirtmek gerekir. Sınıfta öğrencilere bu konuda sorumluluk verilip aşağıdakilere

benzer kurallar birlikte oluşturulabilir. Böylece daha sonraki günlerde sadece küçük hatırlatmalarla çalışmalara devam edilebilir ve sınıf kendi otokontrolünü oluşturabilir.

- Etkinlikle ilgili yönergeleri iyi dinlemeliyiz,
- Anlamadığımız konularda soru sormaktan çekinmemeliyiz,
- Söz almadan konuşmamalıyız,
- Konuşan kişiyi can kulağıyla dinlemeliyiz,
- Kimsenin sözünü kesmemeliyiz,
- Kimse için aşağılayıcı, küçük düşürücü, yargılayıcı ifadeler kullanmamalıyız,
- Kimseyle alay etmemeli ve ad takmamalıyız,
- Her birimiz etkinliklerde aktif olmaya çalışmalıyız,
- Konu ile ilgili söyleyeceklerimizi söylemekten çekinmemeliyiz,
- Konuşmalarımızın konu ile ilgili olmasına özen göstermeliyiz,
- Etkinlikler sırasında sınıftaki paylaşımlarda gizlilik ilkesine uymalıyız,
- Etkinliklerle ilgili önceden yapmamız gereken araştırmaları yapmaya özen göstermeliyiz,

- Kimse ile kişisel çatışmalara girmemeliyiz, vb.

10. Gruplara ayrılarak işlenecek olan etkinliklerde grupların her seferinde aynı olmamasına ve farklı kişilerden oluşmasına dikkat edilmelidir (Erkan, 2006). Farklı yöntemlerle gruplar oluşturulabilir. Sayma yöntemi, sınıf listesinden rastlantısal olarak ya da alfabetik sıraya göre seçme, ortak bazı özellikleri dikkate alma, ayakkabı kardeşliği ya da gözler kapalı dolaşırken gözleri aç il gördüğün iki kişi ile eş ol vb. oyunlarla da gruplar oluşturulabilir. Her seferinde başka bir yöntem kullanılması aynı zamanda eğlenceli olabilir.

11. Eğer sınıf uygunsuz çember şeklinde ya da U düzeninde oturmak grup çalışmaları için daha yararlı olacaktır. Böylece tüm grup hem birbirini hem de öğretmeni daha iyi görebilir ve yapılan çalışmalar daha etkili olabilir.

12. Etkinlikler sırasında öğrenciler sunum yaparken, bir konuda sorulan soruyu cevaplarken ya da bir konuda düşüncesini belirtirken kendisini sıkılmadan rahat ifade edebilmelidir. Bu da sınıfta bir güven ortamı oluşması ile ilgilidir. Öğrencilere bu güveni vermek için şu açıklamayı yapmak yararlı olabilir.”Burada önemli olan düşüncelerin ifade edilmesidir. Paylaşımlar doğru, yanlış hatalı eksik olabilir. Herkes bazı konularda yanlış ya da eksik bilgilere sahip olabilir.”

13. Paylaşımların fikir tartışması haline gelmesine asla izin verilmemeli, bu konuda öğrenciler en baştan uyarılmalıdır. Ama etkinlik özellikle bunu gerektiriyorsa kuralları baştan belirlenerek tartışma oturumu düzenlenir ve bu kurallara uygun olarak tartışmaları istenir.

14. Ergenlerin çevrelerine zaman zaman çok acımasız davranabileceklerini, çok alaycı olabileceklerini, sabit fikirli ve dik başlı tavırlar sergileyebileceklerini, ergenliğin egosantrik bir dönem olması nedeniyle kendileri dışındaki kişilerin fikirlerini beğenmeyeceklerini, çok fazla eleştirel olabileceklerini hiçbir zaman göz ardı etmemeli ve buna göre önlemler alınmalıdır.

15. Etkinliklere ve doğaçlamalara katılmayan, hiç söz almayan öğrenciler olabilir. Bu öğrencileri rehberliğin gönüllülük ilkesi göz önünde bulundurularak zorlamadan, uygun bir

biçimde katılması için yüreklendirmeli ve desteklemeliyiz. Ya da bunun tersi her etkinlikte, her çalışmada sürekli öne çıkan ve kimseye fırsat vermeyen öğrenciler de olabilir. Bu öğrenciler de incitilmeden, hevesleri kırılmadan diğer arkadaşlarına da fırsat vermesi için özel olarak uyarılabilir.

16. Etkinlikler sırasında öğrencilerin özel bir durum yaşadığını fark edildiğinde bu soruna sınıfta çözüm aramak yerine, öğrenciyle daha sonra özel olarak görüşmeli ve gerekirse öğrencinin de onayı ile rehber öğretmen ve aile konu ile ilgili bilgilendirilmelidir.

17. Öğrencilerin ailelerinin ya da arkadaşlarının özel hayatlarına ilişkin sınıf ortamında konuşulması uygun olmayan bilgileri açıklamalarını önlemek amacıyla “annem, babam, Ahmet, Ayşe v.b.” ifadeler yerine “tanıdığım birisi” biçiminde ifadeler kullanmaları sağlanmalıdır (Erkan, 2006).

18. Etkinliklerde verilen formlar tıpkı diğer dersler için çoğaltıldığı gibi her öğrenci için bir adet çoğaltılıp verilebilir. Eğer bu tür bir olanak yoksa öğrencilere bir adet verilir ve kendi aralarında organize olarak çoğaltmaları istenir ya da öğrencilerin defterlerine yazdırılabilir. Bazı formların büyütülüp asılması gerekebilir eğer okulun bu tür olanakları yoksa büyük bir kartona ya da tahtaya yazılabilir.

19. Öğrencilere etkinliklerde kullandıkları bilgi formlarını ve doldurdukları formları bir dosyada toplamaları ve zaman zaman tekrar incelemeleri önerilir.

20. Etkinlikler farklı şekillerde ve farklı ortamlarda da işlenebilir. Bazı etkinlikler sınıf yerine; bahçede, okulun konferans salonunda, spor salonunda vb. yerlerde gerçekleştirilebilir. Bazı etkinlikler de konu ile ilgili yerlere geziler düzenlenerek ya da sınıfa konu ile ilgili kişiler davet edilerek işlenebilir.

21. Etkinliklerde verilen öykü, şiir, yazı vb. materyaller yerine etkinliğin amacını ve akışını bozmayacağını düşünülen farklı materyaller kullanılabilir.

22. Bazı etkinliklerde ortaya çıkan ürünler (Yazı, broşür vb). Sınıf panosunda ya da diğer sınıflarla işbirliği yapılarak okul panosunda sergilenerek belli konularda okul çapına duyarlılık sağlanabilir.

23. Etkinlikler sırasında hafif, rahatlatıcı bir müzik kullanılabilir.

24. Programda hazırlık sınıfları için ayrıca kazanımlara yer verilmediğinden hazırlık sınıfları için etkinlik hazırlanmamıştır. Bu nedenle hazırlık sınıflarında ilköğretim 8. sınıf ve ortaöğretim 9. sınıf kazanımlarından öğrencilerin gelişim özellikleri ve ihtiyaçları göz önünde bulundurularak kazanımlar seçilerek yeni bir liste yapılacaktır. Yapılacak olan değişiklikler sınıf öğretmenleri tarafından değil, sınıf öğretmenlerinin önerileriyle rehber öğretmen, rehber öğretmen yoksa RAM ile işbirliği yaparak Okul Rehberlik ve Psikolojik Danışma Hizmetleri Yürütme Komisyonu tarafından okulun ve öğrencilerin ihtiyaçları göz önünde bulundurularak yapılmalıdır.

ETKİNLİKLERİN DEĞERLENDİRİLMESİ

Etkinliklerin değerlendirmesi için programda örnek olarak verilen “Etkinlik Değerlendirme Formları” her etkinlik sonunda uygulanacak diye bir sonuç çıkarılmamalıdır. Kazanımların değerlendirilmesinin süreç ağırlıklı olması öngörülmektedir. Bilindiği üzere rehberlikle ilgili kazanımların birçoğu 40 dakika gibi kısa sürede kazandırılıp ölçülebilecek nitelikte değildir. Bazı kazanımlar bir olgunlaşma süreci istemektedir. Bazıları gözlem yoluyla değerlendirilebilirken, bazıları için lek kullanmak gerekebilir. Değerlendirmede hangi kazanımların hangi yöntemle değerlendirileceği konusunda da karar yine tek tek sınıf öğretmenleri tarafından değil okul rehber ğretmeni tarafından, yoksa Okul Rehberlik ve Psikolojik Danışma Hizmetleri Yürütme Komisyonu tarafından alınmalıdır. Böylece okulda da bir bütünlük olacaktır.

Burada asıl amaç; sınıf rehber ğretmenlerinin bu kazanımın öğrenciler tarafından ne ölçüde kazanıldığını, etkinliğin ne ölçüde uygulanabildiğini ve karşılaşılan güçlüklerle ilgili geri bildirim vermesidir. Bu geri bildirimler her etkinliğin altında yer alan değerlendirme bölümüne de yazılabilir. Böylece sene sonu raporlarının altyapısı da hazırlanmış olur. Ayrıca bu geri bildirimler okul rehber ğretmeni ile paylaşarak etkinliklerle ilgili ortaklaşa kararlar verilebilir.

ORTAÖĞRETİM
REHBERLİK VE YÖNLENDİRME DERSİ PROGRAMI
11. SINIF ETKİNLİK ÖRNEKLERİ

11.SINIF KAZANIMLARININ İŞLENİŞ SIRASI

HFT	NU	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.

***Koyu renkle belirtilen kazanımlar okul rehber öğretmenin gerçekleştireceği kazanımlardır.**

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 başarılıydı. 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

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 uyarın bir kişiye küfür eder. Elindeki sigara paketini buruşturup yere atar. Bankaya girer sıra numarası almadan sıradaki insanların önüne geçerek faturayı memura uzatır. Sıradakilerden uyarın 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

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 bildiriye imzalamış ve bildirin 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 bildiriye 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 ayırım 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 ayırım 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 ayırım gözetilmeksizin yasanın korunmasından eşit olarak yararlanma hakkına sahiptir. Herkesin bu Bildirgeye aykırı her türlü ayırım 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 karışılmaz, 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 ayırım 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 mesleki 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 özendirilmeli 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 özürülüğün 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, sömürölmek, kötü ve aşağılayıcı işlemlerden korunmak hakkına sahiptir. Suçlandığında sorumluluğun derecesine göre ileri sürölen 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 değıştirilmesi, başkaları için uygun olabilir. Bu hakların değıştirilmesi ya da yadsınmasına ilişkin kötölüklerin 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 ayırım 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 eğitimidir. 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 aşkı malumdur. Bence bir millete şeref, haysiyet, 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 karşılaşılıyor 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 kalem

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 paylaşımları 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 çalışmalarını 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 öğretmenin etkinliği gerçekleştirmediği 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 çözenin 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 çözümlenmesinde ona yardımcı olabiliriz. Ancak başkasının sorununu üstlenmememiz gerekir, sorunu üstlenirsek o kişinin sorumluluk duygusu geliştirmesi mümkün olmaz. Böylece her zaman sorununu bir başkasının çözmelerini bekler. Aynı şekilde kendi sorunlarımızı da başkasının çözmelerini 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 ulaşip 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 eşyama 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 eşyama 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.

Haftalıklarımı biriktirsem... 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 öğretmenin 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 değerlendir” 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 paylaşımları istenir.
2. Herhangi bir sorunla karşılaştıklarında bu sorun çözme basamaklarını kullanıp kullanmadıkları sorulur ve cevaplarını sınıfla paylaşımları 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 paylaşımları sağlanır.
5. Form-2 (Örnek Sorun Çözme Basamakları) öğrencilere okunur, doldurdıkları örnek formla karşılaştırmaları ve düşüncelerini sınıfla paylaşımları 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 sorunuz 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 sorunuz çözüme kavuşmamışsa aşamaları tekrar gözden geçiriniz.

FORM-2

ÖRNEK SORUN ÇÖZME BASAMAKLARI

Aşağıda verilen örnek sorunun kendi sorunuz 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 sorunuz 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 hoş 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 yüklüdü: “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 meslekte 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 zamanda toplumsal yönü de vardır. Üretilen her şey birey için önemli olduğu kadar sosyal, ekonomik, kültürel verimliliğe katkılarında 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 paylaşımları 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, teknolojiye, otomasyona geçişteki, ekolojik, eğlence, sağlık, gıda, tekstil vb. ile ilgili toplumsal alanlardaki değişimler ve gelişmeler sonucu ortaya çıkan ihtiyaçlar meslek seçimini etkilemektedir. Bu değişimler ve gelişmeler meslek seçiminin yanı sıra mesleklerle ilgili iş alanlarını da etkilemektedir.”

2. Öğrencilere doğum, ölüm, boşanma, yaşlanma, nüfus oranındaki değişim 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 paylaşımları istenir.

4. Ekonomik ve toplumsal değişimlerin, 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

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 yükseköğretimde dört yıllık bir programa devam etmeyerek amacını “Mesleğe yönelen bir alana, iki yıllık bir programa devam etmek veya işe ve mesleğe hazırlayan bir kursa gitmek istiyorum” şeklinde belirtmesi.

3. Öğrencilerden belirledikleri amaçları sınıfla paylaşımları 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 Deelopment 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

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 öğretmenin 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,
- Ağızın kurumaması,
- 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 açığının 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 paylaşımları sağlanır.

Öğrencilere stres yaşayan herkesin aynı fiziksel, psikolojik ve davranışsal belirtileri göstermediği vurgulanır. (Örneğin baş ağrısı gibi herhangi bir belirtiyeye 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 öğretmenin 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 paylaşımları 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 paylaşımları 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 öğretmenin 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 çalışmıyorum. 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 bağırıyor ama aslında bana kızıyor.

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 başında 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 hazırlanmış ve bekledikleri için yağ, şeker ve tuz oranları yüksek, mineral ve vitamin oranları düşüktür.

Ergenlik döneminde kazanılan beslenme alışkanlıkları, yaşamınız boyunca sağlığını 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)

FORM-3

ZAMANIN ÖZELLİKLERİ VE ZAMAN KAYBININ SEBEPLERİ

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

Üretilmeyen,
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: Toplum 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: -

***Toplum ve dünyayı ilgilendiren ortak sağlık sorunlarından biri olan Kuş Gribinden 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. Toplum ve dünyayı ilgilendiren ortak sağlık sorunlarıyla 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, özürllüleri, hastalar, afet yaşayanlar vb. yardıma ihtiyacı olan insanlara, doğaya ve çevreye ilişkin çalışma yapan huzurevleri, çocuk yuvaları, hastaneler, özürllüleriyle 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 yürütölen 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 yürütölen 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 eğitime, programları ve uygulamaları ile katkı sağlamak ve bu konuda ölkede 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 çalışmaktadır.

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 artırıldığı 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 paylaşımları 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 buldukları 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?
- Bulduğu 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 kuruluştaki 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 paylaşımları 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 olduğu 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 iş 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 iş 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 iş 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 iş 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 iş 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 iş 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 y6netimler**
- **6zel Őirketler**
- **Sivil Toplum Kuruluşları**

2. 6đrencilerin getirdikleri broŐur/afiş vb. tanıtıcı bilgiler incelenir.

3. 6đrencilere orta6đretim sonrasında işe ve mesleğe hazırlayan kurum ve mesleki kurslar ile ilgili yaptıkları araŐtırmanın daha sonraki yıllarda da kendileri iÇin 6nemli olacağı ve bu araŐtırmalardan 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 alışmalar:

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 seçmişsiniz?
 - 10.sınıfta seçtiğiniz dersler hayatınızı nasıl etkiledi?
 - 11.sınıfta seçtiğiniz dersler nelerdi? Bu dersleri neye göre seçmişsiniz?
 - 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

10.sınıfta	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:

**“ORTAÖĞRETİM REHBERLİK ve YÖNLENDİRME DERSİ PROGRAMI” YETERLİK ALANLARINA GÖRE KAZANIMLARIN
DAĞILIMI**

NU	YETERLİK ALANLARI	SINIF
OKULA VE ÇEVREYE UYUM		
1.	Okulda, yönetmeliklerin kendisini ilgilendiren bölümleri hakkında bilgi edinir.	9
2.	Okul ve çevresindeki eğitsel ve sosyal imkânlardan yararlanır	9
3.	Okula ilişkin olumlu tutum sergiler.	9
EĞİTSEL BAŞARI		
4.	Başarı ve başarısızlığa neden olan etmenleri belirler.	9
5.	Ders çalışma alışkanlıklarını verimlilik açısından değerlendirir.	9
6.	Verimli ders çalışma tekniklerini açıklar.	9
7.	Sınav kaygısının akademik başarıya etkisini açıklar.	9
8.	Eğitsel alanlardaki güçlü ve zayıf yönlerini değerlendirir.	9
9.	Geleceğe ilişkin amaçlarını açıklar.	10
10.	Grup çalışmalarında iş birliğinin önemini ve gerekliliğini açıklar.	10
11.	Grup çalışmalarına etkili biçimde katılır.	10
12.	Verdiği kararları etkili karar verme basamakları açısından değerlendirir.	10
13.	Etkili karar verme unsurlarını kararlarında kullanır.	10
14.	Yükseköğretim kurumlarına geçiş için akademik başarısını artırıcı çalışma planı yapar.	11
15.	Geleceğe ilişkin amaçlarını toplumun sosyal ve ekonomik kaynaklarını da dikkate alarak belirler.	11
16.	Yükseköğretim kurumlarına geçiş için akademik başarısını artırıcı çalışma planının etkililiğini değerlendirir.	11
17.	Yükseköğretim kurumlarına geçiş ile ilgili bilgi edinir.	11
18.	Geleceğe yönelik belirlediği amaçların ulaşılabilirliğini değerlendirir.	11

19.	Sınava ilişkin duygularını sınav performansına etkileri açısından değerlendirir.	12
20.	Sınav kaygısıyla başa çıkma yollarını kullanır.	12
KENDİNİ KABUL		
21.	Değerlerini fark eder.	9
22.	Ergenlik dönemindeki bedensel ve duygusal değişimlerle baş etme yollarını kullanır.	9
23.	Başkalarının kendisi ile ilgili görüşlerinin bireyin kendini algılama biçimini nasıl etkilediğini fark eder.	10
24.	Bireyin kendini algılama biçiminin davranışlarını nasıl etkilediğini fark eder.	10
25.	Değerlerinin hayatı üzerindeki etkilerini açıklar.	10
26.	Hobilerin insan hayatındaki önemini belirtir.	11
27.	Kültürel birikimin kişiliğine ve kariyerine katkılarını belirtir.	12
KİŞİLER ARASI İLİŞKİLER		
28.	Kişiler arası iletişimi, unsurları ve türleri açısından analiz eder.	9
29.	Kurduğu iletişimleri, etkili iletişimde dikkate alınacak unsurlar açısından değerlendirir.	9
30.	Kurduğu iletişimleri, iletişim engelleri açısından değerlendirir.	9
31.	Öfkenin yarattığı fiziksel, duygusal ve düşünsel etkileri açıklar.	9
32.	Öfke ile baş etmede kullandığı yöntemleri yarattığı etkileri açısından değerlendirir.	9
33.	Öfkeyle baş etmede yapıcı yollar kullanır.	9
34.	Etkili çatışma çözme basamaklarını açıklar.	9
35.	Günlük hayatında kullandığı çatışma çözme basamaklarını etkililiği açısından değerlendirir.	9
36.	Akran baskısıyla baş eder.	9
37.	Yaşlılarının ya da kendinin karşılaşılabileceği kişisel-sosyal ve eğitsel sorunların farkında olur.	10
38.	Eğitsel ve kişisel-sosyal sorunlarla karşılaştığında yardım alabileceği birimlere başvurur.	10
39.	Fiziksel, sözel ve duygusal şiddetle karşılaştığında nereden yardım alabileceğini belirtir.	10
40.	Fiziksel, sözel ve duygusal tacizle karşılaştığında nereden yardım alabileceğini belirtir.	10

41.	Kişisel değerlerine, inançlarına ve tutumlarına uygun olmayan isteklere iletişim becerilerini kullanarak karşı koyar.	10
42.	Başkalarının başarılarını ve olumlu davranışlarını takdir eder.	10
43.	Karşı cins ile sağlıklı arkadaşlık ilişkileri geliştirmenin önemini kavrar.	10
44.	Etkili çatışma çözme basamaklarını kullanır.	10
45.	Kişiler arası ilişkilerde esnek ve hoşgörülü olur.	10
46.	Günlük hayatında kullandığı sorun çözme yollarını etkililiği açısından değerlendirir.	11
47.	Etkili sorun çözme basamaklarını kullanır.	11
48.	Sevginin insan hayatındaki önemini belirtir.	11
49.	İnsanları olduğu gibi kabul eder.	12
50.	İnsanların özel hayatına saygı gösterir.	12
AİLE VE TOPLUM		
51.	Kitle iletişim araçlarının kişisel ve toplumsal değerler üzerindeki etkisini fark eder.	10
52.	Kişisel özgürlükler ile toplumsal yaşamı düzenleyen kurallar arasında bağlantı kurar.	11
53.	Toplumsal hayatı düzenleyen kurallara uygun davranır.	11
54.	Sahip olduğu haklarını belirtir.	11
55.	Kitle iletişim araçlarında sunulan mesaj ve modellerin bireysel ve toplumsal değerlere uygunluğunu analiz eder.	11
56.	Kendi davranışlarını doğa ve çevreyi korumaya karşı duyarlılık açılarından değerlendirir.	11
57.	Toplum için yapılan gönüllü çalışmalara katılır.	11
58.	Toplumsal sorunlarla ilgili çözüm üretir.	12
59.	İyi bir vatandaşın özelliklerine göre kendi özelliklerini değerlendirir.	12
60.	Eş seçiminin önemini ve eş seçiminde dikkate alınacak unsurları açıklar.	12
61.	Aile yaşamında değişen kadın erkek rollerini fark eder.	12
GÜVENLİ VE SAĞLIKLI HAYAT		
62.	Sağlıklı hayat için gerekli alışkanlıkları edinir.	9

63.	Kendini zararlı alışkanlıklardan korur.	10
64.	Acil durumlarda nasıl davranacağını açıklar.	10
65.	Akran desteği ile yetişkin yardımı gerektiren durumları ayırt eder.	10
66.	Stresin nedenlerini ve belirtilerini açıklar.	11
67.	Stres durumlarında kullandığı tepkileri etkililiği açısından değerlendirir.	11
68.	Stresle başa çıkmada uygun yöntemler kullanır.	11
69.	Toplumu ve dünyayı ilgilendiren ortak sağlık sorunlarını belirtir.	11
70.	Toplumu ve dünyayı ilgilendiren ortak sağlık sorunlarından korunma yollarını ifade eder.	11
EĞİTSEL VE MESLEKİ GELİŞİM		
71.	Eğitsel ve mesleki planlama dosyası düzenler.	9
72.	Okulda seçebileceği dersler hakkında bilgi toplar.	9
73.	Ders seçimine etki eden faktörleri sıralar.	9
74.	Kendini tanımanın ders seçimindeki önemini fark eder.	9
75.	Seçebileceği dersler ile meslekler arasındaki ilişkiyi açıklar.	9
76.	Seçeceği mesleğin hayatını nasıl etkileyeceğini açıklar.	9
77.	Mesleki değerleri, ilgileri, yetenekleri ve kişilik özellikleri ile seçebileceği dersler arasında ilişki kurar.	9
78.	Eğitsel ve mesleki planlama dosyasından yararlanarak, mesleki değer, ilgi, yetenek ve akademik başarısını göz önünde bulundurarak geçiş yapabileceği okulları değerlendirir.	9
79.	Ders seçiminde kendini ve içinde bulunduğu koşulları gerçekçi bir biçimde değerlendirir.	9
80.	Eğitsel ve mesleki planlama dosyasından yararlanarak mesleki değer, ilgi, yetenek ve akademik başarısına uygun ders seçimi yapar.	9
81.	İlgi duyduğu mesleklerin gerektirdiği kişilik özellikleri ile ilgili bilgi edinir.	10
82.	İlgi duyduğu mesleklerin gerektirdiği eğitim hakkında bilgi edinir.	10
83.	Mesleki değerlerin meslek seçimindeki rolünü açıklar.	10

84.	Meslekleri tanıtan kaynaklar hakkında bilgi edinir.	10
85.	Ön yargıların meslek seçimine etkilerini değerlendirir.	10
86.	Mesleki doyum ile mesleki değer, ilgi, yetenek ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkiyi fark eder.	10
87.	Seçtiği derslerin dışında kalan diğer derslerle ilgili yükseköğretim programları hakkında bilgi edinir.	10
88.	Meslekleri tanıtan kaynaklardan yararlanarak geleceğe yönelik hedeflerini değerlendirir.	10
89.	Mesleki değer, ilgi, yetenek ve akademik başarısını göz önünde bulundurarak seçtiği/sececeği derslerin uygunluğunu değerlendirir.	10
90.	Önemi artan ve azalan meslekler hakkında bilgi edinir.	11
91.	Kısa ve uzun dönemde mesleki hedeflerini belirler.	11
92.	Üretkenliğin toplum açısından önemini fark eder.	11
93.	Ekonomik ve toplumsal ihtiyaçların meslek seçimine etkilerini açıklar.	11
94.	Yükseköğretim programları ve koşulları hakkında bilgi edinir.	11
95.	Mesleki değer, ilgi, yetenek ve akademik başarısına göre yükseköğretim programını seçmenin önemini fark eder.	11
96.	Ortaöğretim sonrasında işe ve mesleğe hazırlayan kurum ve mesleki kurslar hakkında bilgi edinir.	11
97.	Staj yapabileceği yerleri belirler.	11
98.	Seçtiği/sececeği derslerin hayatını nasıl etkilediğini/etkileyeceğini sorgular.	11
99.	Mesleki amaçlara ulaşmada çeşitli yükseköğretim programının koşullarına göre seçtiği/sececeği derslerin uygunluğunu değerlendirir.	11
100.	Ortaöğretim süresince aldığı eğitimin hedeflediği mesleğe katkısını değerlendirir.	12
101.	Yükseköğretim programlarını ve koşullarını değerlendirir.	12
102.	Bulduğu çevredeki meslekleri değerlendirir.	12
103.	Ortaöğretim sonrasında işe ve mesleğe hazırlayan kurum ve mesleki kursları değerlendirir.	12
104.	Ortaöğretim sonrasında kendisine uygun olacak iş imkânlarını belirler.	12
105.	Yöneleceği iş ya da mesleğin iş piyasası, çalışma alanı ve koşullarıyla ilgili bilgi edinir.	12

106.	İş veya eğitim başvurusu için öz geçmiş yazar.	12
107.	İş görüşmesinde dikkat edilecek hususları açıklar.	12
108.	İş deneyiminin işe yerleşmede ve iş başarısındaki önemini açıklar.	12
109.	Çalışan ve işverenlerin temel hak ve sorumlulukları hakkında bilgi edinir.	12
110.	İş ve meslek yaşamında etik değerlerin önemini fark eder.	12
111.	Kendi kişilik özelliklerini iş bulma, sürdürme ve geliştirme açısından değerlendirir.	12
112.	Kişisel çabası ile edinebileceği bilgi, beceri ve birikimlerin başarılı bir iş yaşamı için gereğini açıklar.	12
113.	Meslek hayatında hayat boyu öğrenmenin önemini açıklar.	12
114.	Yükseköğretimde yararlanabileceği burslar ve yurtlar konusunda bilgi edinir.	12
115.	Yurt içi ve yurt dışı eğitim olanakları ve başvuru koşullarına ilişkin bilgi edinir.	12
116.	Uluslararası iş piyasasında geçerliği olan meslekler hakkında bilgi edinir.	12
117.	Yükseköğretim programları ile ilgili tercihlerini kişisel, sosyal, akademik ve mesleki açılardan kendisine uygunluğuna göre değerlendirir.	12
118.	Mesleki gelişiminde kitle iletişim araçlarından yararlanmanın önemini açıklar.	12
119.	“Eğitsel ve Mesleki Planlama Dosyası”ndan yararlanarak yükseköğretim programı seçer.	12
120.	Mesleki değer, ilgi, yetenek, kişilik özellikleri ve akademik başarısına uygun yöneleceği yükseköğretim programını belirler.	12

**“ORTAÖĞRETİM REHBERLİK VE YÖNLENDİRME DERSİ PROGRAMI”
YETERLİK ALANLARINA GÖRE 11. SINIF KAZANIMLARI VE KAZANIMLARA İLİŞKİN AÇIKLAMALAR**

YETERLİK ALANI: EĞİTSEL BAŞARI

KAZANIMLAR	AÇIKLAMA
<ol style="list-style-type: none"> 1. Yükseköğretim kurumlarına geçiş için akademik başarısını artırıcı çalışma planı yapar. 2. Geleceğe ilişkin amaçlarını toplumun sosyal ve ekonomik kaynaklarını dikkate alarak belirler. 3. Yükseköğretim kurumlarına geçiş için akademik başarısını artırıcı çalışma planının etkililiğini değerlendirir. 4. Yükseköğretim kurumlarına geçiş ile ilgili bilgi edinir. 5. Geleceğe yönelik belirlediği amaçların ulaşılabilirliğini değerlendirir. 	<p>1 ve 3. kazanıma ilişkin öğrencilere çalışma planı yapmada yardımcı olmak üzere okul rehberlik ve psikolojik danışma servisi tarafından destek hizmetleri sunulur.</p>

YETERLİK ALANI: KİŞİLER ARASI İLİŞKİLER

KAZANIMLAR	AÇIKLAMA
<ol style="list-style-type: none"> 1. Günlük hayatında kullandığı sorun çözme yollarını etkililiği açısından değerlendirir. 2. Etkili sorun çözme basamaklarını kullanır. 3. Sevginin insan hayatındaki önemini belirtir. 	<p>1 ve 2. kazanıma ilişkin etkinlikler okul rehber öğretmeni, okul rehber öğretmeni yoksa uzmanlık gerektiren kazanımların yerine rehberlik ve araştırma merkezleri tarafından öğrenci ihtiyaçları doğrultusunda gerekli destek sağlanacaktır.</p> <p>1 ve 2. kazanımda sorun çözme yollarını etkili kullanamayan öğrenci için okul rehber öğretmeni, okul rehber öğretmeni yoksa RAM ile işbirliği yapılarak öğrenciye destek hizmetleri sağlanmalıdır.</p>

YETERLİK ALANI: AİLE VE TOPLUM

KAZANIMLAR	AÇIKLAMA
<ol style="list-style-type: none">1. Kişisel özgürlükler ile toplumsal yaşamı düzenleyen kurallar arasında bağlantı kurar.2. Toplumsal hayatı düzenleyen kurallara uygun davranır.3. Sahip olduğu haklarını belirtir.4. Kitle iletişim araçlarında sunulan mesaj ve modellerin bireysel ve toplumsal değerlere uygunluğunu analiz eder.5. Kendi davranışlarını doğayı ve çevreyi korumaya karşı duyarlılık açılarından değerlendirir.6. Toplum için yapılan gönüllü çalışmalara katılır.	<p>6.kazanıma ilişkin öğrencinin kendisinin de gönüllü çalışmalar düzenleyebileceği vurgulanmalıdır.</p>

YETERLİK ALANI: GÜVENLİ VE SAĞLIKLI HAYAT

KAZANIMLAR	AÇIKLAMA
<ol style="list-style-type: none">1. Stresin nedenlerini ve belirtilerini açıklar.2. Stres durumlarında kullandığı tepkileri etkililiği açısından değerlendirir.3. Stresle başa çıkmada uygun yöntemler kullanır.4. Toplumu ve dünyayı ilgilendiren ortak sağlık sorunlarını belirtir.5. Toplumu ve dünyayı ilgilendiren ortak sağlık sorunlarından korunma yollarını ifade eder.	<p>1, 2 ve 3. kazanıma ilişkin etkinlikler okul rehber öğretmeni, okul rehber öğretmeni yoksa uzmanlık gerektiren kazanımların yerine rehberlik ve araştırma merkezleri tarafından öğrenci ihtiyaçları doğrultusunda gerekli destek sağlanacaktır.</p> <p>3.kazanıma ilişkin stresle başa çıkmada uygun yöntemler kullanamayan ve uygun tepkiler veremeyen öğrenci için okul rehber öğretmeni, okul rehber öğretmeni yoksa RAM ile işbirliği yapılarak öğrenciyi destek hizmetleri sağlanmalıdır.</p>

YETERLİK ALANI: EĞİTSEL VE MESLEKİ GELİŞİM

KAZANIMLAR	AÇIKLAMA
<ol style="list-style-type: none">1. Önemi artan ve azalan meslekler hakkında bilgi edinir.2. Kısa ve uzun dönemde mesleki hedeflerini belirler.3. Üretkenliğin toplum açısından önemini fark eder.4. Ekonomik ve toplumsal ihtiyaçların meslek seçimine etkilerini açıklar.5. Yükseköğrenim programları ve koşulları hakkında bilgi edinir.6. Mesleki değer, ilgi, yetenek ve akademik başarısına göre yükseköğretim programını seçmenin önemini fark eder.7. Ortaöğretim sonrasında işe ve mesleğe hazırlayan kurum ve mesleki kurslar hakkında bilgi edinir.8. Staj yapabileceği yerleri belirler.9. Seçtiği/seçeceği derslerin hayatını nasıl etkilediğini/etkileyeceğini sorgular.10. Mesleki amaçlara ulaşmada çeşitli yükseköğretim programının koşullarına göre seçtiği/seçeceği derslerin uygunluğunu değerlendirir.	<p>7.kazanıma ilişkin ortaöğretim sonrasında yükseköğretime devam etmek istemeyen öğrencilere yönelik olarak iş ve mesleğe hazırlayan kurum ve mesleki kurslar hakkında bilgi verilecektir.</p> <p>8.kazanım meslek liseleri için staj yapabileceği yerler, genel ortaöğretim öğrencileri için hedeflediği meslek alanına yönelik kısa süreli iş deneyimi kazanabileceği yerleri belirlemek olarak değerlendirilmelidir.</p> <p>10.kazanıma ilişkin okulun kaynaklarına göre üniversite gezileri, meslek elemanlarının okula davet edilmesi, meslek tanıtım panosu vb. etkinliklerle öğrenciye destek hizmetleri sunulabilir.</p>

**11. SINIF KAZANIMLARINA İLİŞKİN ETKİNLİKLERİ HAZIRLAYANLAR VE ETKİNLİK
NUMARALARI**

ETKİNLİK NUMARASI	HAZIRLAYANLAR
25, 29, 30	Didem GÜLSARAN- Cevriye GÜLEBAĞLAN
5, 6, 7, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 26, 28	Şükran KILIÇ
2*, 3, 4, 8, 9*, 10, 11, 12, 22, 23, 24	K. Ayla SIRIKLI
1, 2*,9*,27	Prof. Dr. Serdar ERKAN

*Etkinlikler ortak hazırlanmıştır.

KAYNAKÇA:

Aşık (Sırlıklı), K. A. (2002). **Yaratıcı Drama Yönteminin Rehberlik ve Psikolojik Danışma Etkinliklerinde (Meslek/Alan Seçiminde, Kendini Tanıma ve Bilgilendirme Süreçlerinde) Kullanılması**. Ankara Üniversitesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Eğitim Programları Ana Bilim Dalı. Tezsiz Yüksek Lisans Bitirme Projesi. Ankara.

Balkaya, F. Nesrin, H. Şahin. (2003). **Çok Boyutlu Öfke Ölçeği**, Türk Psikiyatri Dergisi; 14 (3): 192–202.

Baran, M. (2006) **Öğrenilmiş Çaresizlik**, <http://www.turkhukuk sitesi.com>. Erişim Tarihi Kasım 2006.

Carter, L., Minirth, F. (1993), **The Anger Workbook**. Nashville.

Cüceloğlu, D. (2000) **İnsan insana**. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Çağırın, S. (2006) **ÖSS Sınav Stratejileri**, <http://www.rehberlik portali.com>. Erişim Tarihi Mart 2007.

Çevik, İ. (2005). **Okul Temelli Sosyal Duygusal Eğitim Programı**. Özel Tefik Fikret Okulları, Yayın No:11. Ankara

Davaslıgil, Ü. Çakıcı, M. ve Ögel, K. (1998). **Yaşam Becerileri Geliştirme Kılavuzu**. İstanbul: Lebib Yankı Matbaası,

Dökmen, Ü. (2004) **İletişim Becerileri Ve Empati**. Sistem Yayıncılık, İstanbul.

Eldeliklioğlu, J. (1999). **Karar verme Stratejileri ile Ana Baba Tutumları Arasındaki İlişki**. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 2, 11, 7–13.

Erkan, S. (2003). “Rehberlik Nedir?” Ed. Yıldız Kuzgun. **İlköğretimde Rehberlik** (sf.1–16) Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

Erkan, S. (2005). **Örnek Grup Rehberliği Etkinlikleri**. Ankara: Pegem Yayıncılık.

Erkan, S. (2006). **Okul Psikolojik Danışma ve Rehberlik Programlarının Hazırlanması**. Ankara: Nobel Yayıncılık.

Erkan, S. ve Bükel, S.; Çetin, H.; Gülebağlan, C.; Gülsaran, D.; Güven, M.; Kılıç, Ş.; Sırlıklı, K.A. (2006). **Yeni Okul PDR Hizmetleri Program Modeli**. Özel Eğitim ve Rehberlik

Hizmetleri Genel Müdürlüğü, İlköğretim Kurumları Sınıf Rehberlik Programı Formatörlük Kursu Hizmet İçi Eğitim Ders Notu. Kuşadası.

Esen, K. B. (2003). **Akran Baskısı, Akademik Başarı ve Yaş Değişkenine Göre Lise Öğrencilerinin Risk Alma Davranışlarının Yordanması**, Hacettepe Üniversitesi Eğitim Dergisi, 24,19–25.

Fery, N. M. (2006). **Factors influencing career choices of adolescents and young adults in Rural Pennsylvania**. Journal of Extension, 44, 3, 3RIB7.

Kaynak Dergisi (2003). İş Etiği , **“İş Etiğine Özen Karlılığı Artırıyor”**. Ekim- Aralık, Sayı, 16. Baltaş-Baltaş Eğitim Danışmanlık Hizmeti Merkezi Yayını.

Kockar,A.İ.(2006). **Sınav Kaygısı ve Başa Çıkma Yöntemleri**.www.tr.net/saglik/cocuksagligi_sinavkaygisi.shtml.Erişim Tarihi Aralık 2006.

Kulaksızoğlu, A. (2003) **Kişisel Gelişim Uygulamaları**. Ankara: Nobel Yayıncılık.

Kuzgun, Y.(2000). **Rehberlik Ve Psikolojik Danışma**. ÖSYM Yayınları. Ankara:

Kuzgun, Y.(2000). **Meslek Danışmanlığı**. Ankara: Nobel Yayıncılık.

London Metropolitan University Career Deelopment and Employment Service.
Making Career Choices <http://www.londonmet.ac.uk>. Erişim Tarihi Şubat 2007.

MEB, a. (2002). **Orta Öğretim Kurumları Sınıf Öğretmenleri İçin 9. Sınıf Rehberlik Programı Öğretmen El Kitabı**. Ankara.

MEB, b. (2002). **Orta Öğretim Kurumları Sınıf Öğretmenleri İçin 10. Sınıf Rehberlik Programı Öğretmen El Kitabı**. Ankara.

MEB, c. (2002). **Orta Öğretim Kurumları Sınıf Öğretmenleri İçin 11. Sınıf Rehberlik Programı Öğretmen El Kitabı**. Ankara.

MEB, d. (2003) **EĞİTEK Psikolojik Destek Programları Tanıtım ve Kullanım Kitapçığı**. Ankara

MEB, e. (2004). **MEGEP Anahtar Beceriler Öğrenci Modülü 1**. Ankara.

MEB, f. (2004). **MEGEP Anahtar Beceriler Öğrenci Modülü 2**. Ankara.

MEB, g. (2004).**Sağlık Eğitim Vakfı. Bilinçli Ergen Projesi Senaryoları II**. Ankara.

MEB, h. (2006). **Hayata Sahip Çıkmak**. Ankara.

Morrison, J. (1997). **Peer group pressure within and outside school**, British Educational Research Journal, 23(1).

Ören, T. (2003). **Bilişim ve Etik. Türkiye Bilişim Vakfı basın Bilişim Okulu Semineri**.
<http://www.uottowa.ca/oren>. Erişim Tarihi Mart 2007.

Saban, A. (2005). **Çoklu Zekâ Teorisi ve Eğitimi**. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım,

Taymaz, E., Suiçmez, E. (2005). **Türkiye’de Verimlilik Büyüme ve Kriz Dördüncü Verimlilik Raporu**. Milli Prodüktivite Merkezi.

Tavuk Suyuna Çorba- (1998). **Yüreğinizi Isıtacak Seçme Öyküler**. Ankara: HYB Yayıncılık.

Tekin, E., Aydın, M. (2007). **Çocuk İhmali ve İstismarı**.

www.pdr.org.tr/dosya/cocuk_istismari.htm. Erişim Tarihi Mart 2007

Türkiye Aile Planlaması Derneği Bilgi Bankası. **Toplumsal Cinsiyet Eşitliği ve Şiddet**.
<http://www.tapd.org.tr>. Erişim tarihi Ocak 2007.

Türnüklü, A(2006). **Sınıf ve Okul Disiplinine Çağdaş Bir Yaklaşım Onarıcı Disiplin**.
Ankara: Ekinoks Eğitim danışmanlık hizmetleri ve Basın Yayın dağıtım Hizmetleri.

Yıldırım, P.K., Otrar, M. (2003) **Öğrenciler Ve Aileler İçin Rehber Kitap** Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

Waters, V. (1982). **Therapies for children. Rational-Emotive Therapy**. In. CR. Reynolds & T. B. Gutkin (Eds), **A Handbook Of School Psychology**. Newyork; Wiley."

World Health Statistics (2006).www.who.int/whosis/whostat 2006. Erişim Tarihi Aralık 2006.

http://www.infopankki.fi/tr-TR/Iscinin_Haklari_ve_Sorumluluklari. Erişim Tarihi Mart 2007.

<http://kigem.com/content.asp>. Erişim Tarihi Mart 2007.

<http://www.kimkimdir.gen.tr/kimkimdir.php> 2007. Erişim Tarihi Ocak 2007.