**ETKİNLİK İÇERİK ŞABLONU**

|  |  |
| --- | --- |
| **ETKİNLİĞİN ADI** | Sınırlarımı Koruyorum |
| **ETKİNLİĞİN UYGULANACAĞI KADEME** | İlkokul |
| **DÜZEY 1 FAALİYETİ GRUBU** | Sınıf Rehberliği Tek Etkinlik Uygulama |
| **ETKİNLİĞİN UYGULANMASI PLANLANAN GRUP** | 1, 2, 3, 4. Sınıflar |
| **ETKİNLİĞİN KAZANIMLARI** | Sınırların ne olduğunu bilir ve sınır koymayı öğrenir.  Toplum içinde istemediği şeyleri ifade eder ve hayır diyebilir. |
| **ETKİNLİĞİN SÜRESİ** | 40 Dakika (1 Ders Saati) |
| **MATERYAL** | Ek 1 |
| **SÜREÇ**  **(UYGULAMA BASAMAKLARI)** | **\*Bu etkinlik Psikolojik Danışman / Rehber Öğretmen tarafından uygulanacaktır.**  **Etkinlik 1:** **Kurt, Kuzu Oyunu**  Öğrenciler arasından gönüllü bir kurt ve kuzu belirlenir. Kalan öğrencilerin çember olmaları istenir. Bu öğrenciler kuzuyu çevreleyen çitler olacaktır. Kuzunun çemberin içinde kalması istenir.  Çemberin dışında olan kurttan, çemberin içindeki kuzuyu yakalaması istenir.  Oyun 2 tur şeklinde oynanır. İlk turda çitlerden (sınırlardan) sabit kalmaları istenir. Ve kurt kuzuyu kolayca yakalar. İkinci turda ise; kuzunun sınırları (çitleri) kontrol etmesi istenir. Kuzu, istediği şekilde çitleri yönlendirip kendini koruyabilir. Çitlere daha sıkı olun, kurt bu taraftan geliyor, kurdu geçirmeyin gibi yönergeler verebilir. Çitler, kuzunun dediklerini yapar. Kurt, kuzuya dokunduğunda veya kuzuyu yakalayamadığında oyun biter.  Oyuna gönüllü tüm öğrenciler kurt ve kuzu olana kadar devam edilir. Oyun bittikten sonra çember olunur ve kuzu olanlara oyunun 1. Turunda mı (çitleri kontrol edemediği tur) yoksa 2. Turunda mı (çitleri kontrol ettiği tur) daha iyi hissettiği sorulur. Ve sınırların anlatımına geçilir.  **Etkinlik 2:** YeSS (Sınır Koyma)  Öğrenciler ile kurallar/sınır olmazsa dünyanın nasıl olacağı hakkında beyin fırtınası yapılır.  Trafik kurallarının ve polisin olmadığını düşünün. Sizce nasıl olur? İnsanlar kendilerini koruyabilir mi?  Şimdi de kurt kuzu oyunundaki çitleri düşünün.  Çitler sizi tehlikeden yani kurttan korudu mu?  Hangi durumda çitler sizi korudu?  Sabit durduklarında mı yoksa kuzunun yönlendirmesiyle sıklaştıklarında mı?  O zaman aynı trafik kuralları gibi, çitler gibi sınırlar da bizi korumak için var. Tek bir farkla; burada kuralları biz belirliyoruz. Yani sınırlarımızı kendimiz koyuyoruz ve yönetiyoruz.  Peki, bizim sınırlarımız olmadığında veya esnek olduğunda ne yaşarız, başımıza neler gelebilir?  Sınırlarımız olmadığında veya biz sınırlarımızı korumadığımızda, esnettiğimizde herkes bizim sınırlarımızı rahatça aşıp bize duygusal veya fiziksel zarar verebilir.  Şimdi sınır koymayı nasıl öğreneceğimize örneklerle bakalım.  **YeSS** kuralı:  **Y**ansıt:  1) Karşımızdaki kişinin duygu, düşünce veya davranışlarını ona sözel olarak yansıtma.  2) Kendi duygu veya düşüncelerimizi karşımızdaki kişiye sözel olarak ifade etme.  **S**ınır koy:  İstenmeyen davranış konusunda karşımızdaki kişiye sınır koyma.  **S**onucu söyle:  İstenmeyen davranış gerçekleştiğinde doğabilecek sonuçlar hakkında karşımızdaki kişiye bilgi verme.  *Örnek 1:* Arkadaşın seninle alay ediyor.  **Y**ansıt:   1. Benimle alay etmek seni eğlendiriyor. 2. Fakat benimle alay etmen beni sinirlendiriyor.   **S**ınır koy:  Benimle alay etmeni istemiyorum.  **S**onucu söyle:  Eğer benimle alay etmeye devam edersen seni öğretmene söyleyeceğim. (Öğrencilerle bu seçenekler konuşularak çoğaltılabilir. Örneğin; Seninle oynamayacağım, Evime gideceğim, Alay etmeyi bırakana kadar seninle konuşmayacağım v.b.) |

EK 1:

*Örnek 1:* Arkadaşın sana vuruyor.

**Y**ansıt:

**S**ınır koy:

**S**onucu söyle:

*Örnek 2:* Arkadaşların senin oyuna katılmanı istemedi.

**Y**ansıt:

**S**ınır koy:

**S**onucu söyle:

*Örnek 3:* Arkadaşın bir konuda onun için öğretmene yalan söylemeni istedi.

**Y**ansıt:

**S**ınır koy:

**S**onucu söyle:

*Örnek 4:* Arkadaşın senden izinsiz bir eşyanı aldı.

**Y**ansıt:

**S**ınır koy:

**S**onucu söyle:

*Örnek 5:* Arkadaşın senden en sevdiğin eşyanı istedi ama sen vermek istemiyorsun.

**Y**ansıt:

**S**ınır koy:

**S**onucu söyle:

*Örnek 6:* Arkadaşların zararlı bir madde denemen konusunda sana ısrarcı davranıyor.

**Y**ansıt:

**S**ınır koy:

**S**onucu söyle: