

**T.C.  
MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI**

# **ÇOCUK GELİŞİMİ VE EĞİTİMİ**

**36–72 AY ÖZ BAKIM**

**Ankara, 2013**

- 
- Bu modül, mesleki ve teknik eğitim okul/kurumlarında uygulanan Çerçeve Öğretim Programlarında yer alan yeterlikleri kazandırmaya yönelik olarak öğrencilere rehberlik etmek amacıyla hazırlanmış bireysel öğrenme materyalidir.
  - Millî Eğitim Bakanlığınca ücretsiz olarak verilmiştir.
  - **PARA İLE SATILMAZ.**

# İÇİNDEKİLER

AÇIKLAMALAR .....	iii
GİRİŞ .....	1
ÖĞRENME FAALİYETİ-1 .....	3
1. 36- 72 AY ÇOCUĞUNDA TEMİZLİK.....	3
1.1. Önemi ve Temizlik Araç Gereçleri.....	3
1.1.1. Deri Temizliği/Banyo .....	4
1.1.2. Yüz Temizliği .....	5
1.1.3. El Temizliği .....	6
1.1.4. Ayak Temizliği.....	8
1.1.5. Saç Temizliği .....	9
1.1.6. Ağız ve Diş Temizliği.....	10
1.1.7. 36- 72 Ay Çocuğunda Temizlik Alışkanlığı Kazandırmaya Yönelik Etkinlik Örnekleri.....	12
UYGULAMA FAALİYETİ .....	15
ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME .....	17
ÖĞRENME FAALİYETİ-2 .....	18
2. 36- 72 AY ÇOCUĞUNDA GİYİNME .....	18
2.1. Önemi.....	18
2.1.1. Giyim Eşyalarının Özellikleri.....	18
2.1.2. Giyinme Soyunma Teknikleri.....	19
2.1.3. 36-72 Ay Çocuğunda Giyinme Tekniklerine Yönelik Etkinlik Örnekleri.....	21
UYGULAMA FAALİYETİ .....	23
ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME .....	25
ÖĞRENME FAALİYETİ-3 .....	26
3. 36- 72 AY ÇOCUĞUNDA TUVALET EĞİTİMİ.....	26
3.1. Tuvalet Eğitimi .....	26
3.1.1. Tuvalet Eğitimi Kazanamamış Çocuklar için Okulda Yapılabilecekler .....	28
3.2. Perianal Bölge Temizliği .....	28
3.3. 36- 72 Ay Çocuğuna Tuvalet Eğitimi Kazandırmaya Yönelik Etkinlik Örnekleri.....	29
UYGULAMA FAALİYETİ .....	31
ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME .....	33
ÖĞRENME FAALİYETİ-4 .....	34
4. 36-72 AY ÇOCUĞUNDA UYKU VE DİNLENME.....	34
4.1. Önemi.....	34
4.1.1. Uyku ve Dinlenme Saatleri.....	35
4.1.2. Uyku Düzeni Kazandırmada Dikkat Edilecek Noktalar .....	35
4.1.3. 36-72 Ay Çocuğuna Uyku ve Dinlenme Alışkanlığı Kazandırmaya Yönelik Etkinlik Örnekleri .....	37
UYGULAMA FAALİYETİ .....	40
ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME .....	42
ÖĞRENME FAALİYETİ-5 .....	43
5. 36-72 AY ÇOCUĞUNDA TOPLUMSAL KURALLARA UYMA.....	43
5.1. Tanımı ve Önemi .....	43
5.2. Görgü Kuralları .....	44
5.2.1. Eğitim Ortamında Görgü Kuralları.....	44
5.2.2. Evde Görgü Kuralları .....	45

---

5.3. 36- 72 Ay Çocuğuna Toplumsal Kuralları Kazandırmaya Yönelik Etkinlik Örnekleri	
.....	46
UYGULAMA FAALİYETİ .....	48
ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME .....	50
MODÜL DEĞERLENDİRME .....	51
CEVAP ANAHTARLARI .....	54
KAYNAKÇA .....	57

# AÇIKLAMALAR

<b>ALAN</b>	<b>Çocuk Gelişimi ve Eğitimi</b>
<b>DAL/MESLEK</b>	<b>Erken Çocuklukta Öğretmen Yardımcılığı</b>
<b>MODÜLÜN ADI</b>	<b>36-72 Ay Öz Bakım</b>
<b>MODÜLÜN TANIMI</b>	36-72 ay çocuğunun temel gereksinimlerini kazandırmaya yönelik etkinlik örneklerini içeren öğrenme materyalidir.
<b>SÜRE</b>	40/32
<b>ÖN KOŞUL</b>	0-36 Ay Öz Bakım modülünü almış ve başarmış olmak
<b>YETERLİK</b>	36-72 ay çocuğunun temel gereksinimlerini karşılama becerilerini kazanmak
<b>MODÜLÜN AMACI</b>	<b>Genel Amaç</b> Uygun ortam sağlandığında 36-72 aylık çocukların öz bakım becerilerini tanıyabileceksiniz. <b>Amaçlar</b> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Uygun ortam sağlandığında 36-72 ay çocuğuna temizlik alışkanlığı kazandırmaya rehberlik edebileceksiniz.</li><li>2. Uygun ortam sağlandığında 36-72 ay çocuğuna giyinme becerisi kazandırmaya rehberlik edebileceksiniz.</li><li>3. Uygun ortam sağlandığında 36-72 ay çocuğuna tuvalet eğitimi becerisi kazandırmaya rehberlik edebileceksiniz.</li><li>4. Uygun ortam sağlandığında 36-72 ay çocuğuna dinlenme alışkanlığı becerisi kazandırmaya rehberlik edebileceksiniz.</li><li>5. Uygun ortam sağlandığında 36-72 ay çocuğuna toplumsal kurallara uyma becerisi kazandırmaya rehberlik edebileceksiniz.</li></ol>
<b>EĞİTİM ÖĞRETİM ORTAMLARI VE DONANIMLARI</b>	<b>Ortam:</b> Sınıf, erken çocukluk eğitim kurumları, özel eğitim kurumları, rehberlik araştırma merkezleri, özel ve kamu kurum ve kuruluşları, uygulama anaokulları <b>Donanım:</b> Kaynak kitaplar, bilgisayar, fotoğraflar, afiş, broşür, dergiler, uyarıcı pano, tepegöz, asetat, fotoğraflar, CD, VCD, televizyon, projeksiyon
<b>ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME</b>	Modülde yer alan her bir öğrenme faaliyetinden sonra, verilen ölçme araçlarıyla kazandığınız bilgileri ölçerek kendinizi değerlendirebileceksiniz. Öğretmen tarafından modül sonunda kazandığınız bilgi ve becerileri değerlendirmek amacıyla çeşitli ölçme araçları uygulanacaktır.



# GİRİŞ

## Sevgili Öğrenci,

Erken çocukluk döneminde bireyin edindiği beceri ve davranışlar, yetişkinlik dönemindeki davranışların temelini oluşturmaktadır. Öz bakım ve günlük yaşam becerileri, çocuğun başkalarına bağımlı olmadan gereksinimlerini karşılaması için gerekli olan becerileri içerir.

Çocukların temizlik, giyinme, uyku, vb. fiziksel ihtiyaçlarını kendi kendilerine karşılayabilmeleri için belli bir zihinsel ve psiko-motor olgunluk düzeyine gelmeleri gerekir. Çocuklar, iki yaşına kadar yeterli olgunluk düzeyine ulaşmadığı için öz bakım becerilerini gerçekleştirmede yetişkin yardımına ihtiyaç duyarlar. Üç yaştan sonra yetişkinlerin, yardımı aşamalı olarak azaltıp çocuğun bireysel olarak öz bakım becerilerini gerçekleştirmesi için olanak sağlanmalıdır. Unutulmamalıdır ki insanlar yaşadıkça öğrenirler.

Çocuklarda öz bakım becerileri geliştikçe, toplum içinde kişisel ihtiyaçlarını giderebilen ve kendi kendine yetebilen bireyler olarak yerlerini alırlar.

Öz bakım becerilerinin geliştirilmesi ile çocuklar kendi bakımlarını, temizliklerini bağımsız olarak gerçekleştirmeyi öğrenirlerken izlemeleri gereken sıra ile bunu ne zaman yapmaları gerektiği konusunda karar vermeyi de öğrenirler.

Bu modülden edindiğiniz bilgilerle 36- 72 ay çocuklarına öz bakım becerileri kazandırmaya çalışırken nelere dikkat etmeniz gerektiğini öğrenerek evde eğitim ortamında bununla ilgili uygulamalar yapabileceksiniz. Kazandığınız beceri ve tecrübelerle 36-72 ay çocuğuna temizlik alışkanlığı, giyinme becerisi, tuvalet eğitimi becerisi, uyku, dinlenme alışkanlığı becerisi, toplumsal kurallara uyma becerisi kazandırmaya rehberlik edebileceksiniz. Beslenme becerileri ile ilgili davranışlar için çocuk beslenmesi modüllerinden yararlanabilirsiniz.





# ÖĞRENME FAALİYETİ-1

## AMAÇ

Öğrenme faaliyetinde kazandırılacak bilgi ve beceriler doğrultusunda uygun ortam sağlandığında 36-72 ay çocuğuna temizlik alışkanlığı becerisi kazandırmaya rehberlik edebileceksiniz.

## ARAŞTIRMA

- 36-72 ay çocuklarına öz bakım becerileri ile ilgili kazandırılacak davranışları araştırınız.
- Okul öncesi eğitim kurumlarında eğitimcilerin ve evde ailelerin çocuklarına bedensel temizlik alışkanlığı becerisi kazandırma uygulamalarını araştırınız.
- Edindiğiniz bilgilerle bir dosya hazırlayınız. Araştırma sonuçlarınızı sınıfta arkadaşlarınızla tartışınız.

## 1. 36- 72 AY ÇOCUĞUNDA TEMİZLİK

### 1.1. Önemi ve Temizlik Araç Gereçleri

Kişinin kendi sağlığı olmak üzere, başkalarının da sağlığını korumanın en önemli aracı temizliktir. Sadece beden temizliği değil kullanılan her şeyi ve her ortamı temiz tutmak da temiz olmanın gereğidir. Bireysel sağlığı tehdit eden hastalıklardan korunmak için de kişisel temizliği ve çevre temizliğini sağlamak önemlidir.

Anne, baba veya eğitimci tarafından çoğu zaman bizzat yapılarak öğretilen temizlik uygulamalarının, 24- 30 aylıktan sonra çocuğun kendisi tarafından yapılabilmesi için ortam sağlanması gerekmektedir. Örneğin, tuvaletten sonra ve yiyeceklere dokunmadan önce ellerin yıkanması bir alışkanlık olmalıdır. Temizliğin, sadece görünür kirlenme olduğunda yapılması yeterli değildir. Örneğin, uykudan uyanınca yüzün yıkanması, çamaşırların değiştirilmesi, gündelik temizlik uygulamaları da temizlik için gereklidir. Her gün yapılan işler arasında, mevsimine göre değişiklik göstermekle beraber, banyo yapma bir başka temizlik uygulamasıdır.

Su ve sabun olmadan temizliğin sağlanması mümkün değildir. Gelişmiş toplumlarda kişisel temizlikte en fazla kullanılan malzemelerin başında su ve sabun gelmektedir. Bunun yanı sıra banyo süngeri, lif, diş fırçası, el ve ayak temizliği ile vücut temizliğinde kullanılan fırçalar, tırnak makası ilk akla gelen temizlik araçlarıdır. Bunların tümü kişisel kullanılması gereken araçlardır. Ayrıca temizliğin sağlandığı banyo, lavabo, tuvalet gibi mekanların temizliği de önemlidir.

### 1.1.1. Deri Temizliği/Banyo

Vücuda ait kişisel temizlik ile pek çok hastalığın önüne geçilmektedir. Bunun için mümkün olduğunca sık yıkanmak gerekir. Özellikle deri yüzeyinde bulunan mikropların, kirlerin, ter ve diğer bileşiklerin uzaklaştırılması ve dökülen yüzeysel hücrelerin atılması için de bu uygulama gereklidir.

Yıkama, su ve sabun kullanarak derinin ovulması ve kirin akıtılmasıdır. Ter, yağ, deri bezleri salgıları, deri üzerindeki mikroplar, deri döküntüleri, toz, çamur vb. birleşerek kir denilen tabakayı meydana getirir. Vücuda bulaşan her tür zararlı kimyasal madde banyo ile hemen deriden uzaklaştırılmalıdır.



**Resim 1.1: Kişi derisini koruduğunda aslında onun hastalanmasını da önlemiş olacaktır.**

Yıkama sırasında yıkanmayı kolaylaştıracak araç gereçlerden yararlanılabilir. Sabun, gözleri yakmayacak antialerjik bir şampuan, lif, kese mekanik etkinliği arttırmak için yarar sağlayabilir. Lifler, sabunun vücuda daha etkin olarak uygulanmasını sağlamaktadır. Kese, özellikle çocuklarda cilt tahrişlerine yol açabileceğinden çok gerekli olmadıkça kullanılmamalıdır. Yıkama tamamlanınca temiz bir havlu ile vücut iyice kurulanmalıdır.

Her banyodan sonra iç çamaşırları ve giysiler değiştirilmelidir. Çeşitli nedenlerle banyo yapılmadığı durumlarda da iç çamaşırlarının sık olarak değiştirilmesi gerekmektedir. Çocukların hareketli geçirdikleri günün sonunda, terledikleri durumlarda muhakkak banyo yaptırılmalı ve iç çamaşırları değiştirilmelidir. Çocukları, hastalanmalarını için banyo yaptıktan sonra ılık bir ortamda tutmak gereklidir.

Bazı çocuklar banyo yapmaktan hoşlanmaz, çoğu zaman ağlayarak yıkanmamak için direniş gösterirler. Anneler, banyo suyunun ısısını kontrol etmeli; kullandığı şampuanın göz yakmadığından emin olmalıdır. Suyu çocuklara sevdirmeye çalışmalı, oyun oynamalarına fırsat tanınmalıdır.

## **Etkinlik 1: Banyo**

- Annemizle birlikte,
- Banyoya gidelim.
- Mis kokulu sabun ve şampuanla,
- Vücudumuzu temizleyelim.
- Havlu ile kurulanalım,
- Saçlarımızı tarayalım.
- Annemize her zaman teşekkür edelim.

### **1.1.2. Yüz Temizliği**

Her sabah yataktan kalkınca yüzün su ile yıkanması gerekmektedir. Gün içinde, özellikle çocuklarda yemek sonrası, bir etkinlik bitimi vs. yüz yıkatabilir. Çocuklarda yüz temizliği yapılırken cilt kurumasına neden olabileceğinden sabun çok tercih edilmez. Yüz yıkamadan önce, kış aylarında uzun kollu giysi kollarının geriye doğru çekilmesi sağlanmalı, eller sabunla temizlenmelidir. Burunda tıkanıklık varsa bu lavaboda temizletilmeli, işlem bittikten sonra el, sabun ile yıkanmalıdır. Yıkama bittikten sonra yüz, temiz bir havlu ile kurulmalıdır. Rahatsızlık durumunda çocuk burundan nefes almakta zorlanıyorsa doktorun önerdiği ilaçlar kullanılarak nefes alışması rahatlatılmalıdır. Kulak temizliğinde kulak arkasının temizliği unutulmamalıdır. Kulak içine herhangi bir cisim sokulmamalıdır. Dış kulak yolunun zedelenmesi tehlikeli iltihaplanmalara neden olabilir. Kulak, burun, boğaz uzmanlarının verdikleri bilgiye göre kulak kiri, kulağı korumakla görevli normal bir sıvı olarak kabul edilmeli ve temizlik işi kulağa bırakılmalıdır. Üzerine deri döküntüleri, toz ve parçacıklar yapışmış olan kir, zamanla kendiliğinden dışarı atılacaktır. Dış kulak yolu girişine gelen kulak kir, havlu kenarı veya ince bir tülbent parçası ile alınabilir. Kulağa hiçbir zaman, hiçbir şey sokulmamalıdır.

Birçoğumuz banyodan çıkar çıkmaz kulak temizleme çubuklarına saldırırız. Bunun aslında ne kadar zararlı bir alışkanlık olduğunu biliyor musunuz? Uzmanlara göre kulak kiri, kulağı korumakla görevli normal bir sıvı olarak kabul edilmeli ve temizlik işi kulağa bırakılmalıdır. Aksi takdirde, işitme kaybına varan çok önemli rahatsızlıklarla karşılaşılabilir.

Öğretmenler çoğu zaman eğitim ortamında çocuklara temizlikle ilgili sözel komutlarla yönlendirme yapmaktadır.

### **Lavaboya gidildiğinde;**

- Uzun kollu giysilerin kollarının geriye doğru çekilmesi,
- Suyun az açılması,
- Ellerin önce sabunla yıkandıktan sonra yüzün yıkanması,
- Kullanılan lavabonun temiz bırakılması,
- Musluğun kapatılması,

- Yıkama işi bittikten sonra yüzün iyice kurulanması, gibi yapılacak işlemler konusunda öğretmen çocukları yönlendirmeli ve küçük gruplar halinde çocukları lavaboya götürmelidir. Öğretmenin yüz temizliği ihtiyacı doğduğu zaman bununla ilgili önce sınıfta pandomim çalışması yaparak ya da basit tekerleme tarzı dörtlüklerle çocukları motive etmesi, yapılacak eylemi daha eğlenceli kılar.

### **Etkinlik 2: Tekerleme**

- Lavaboya gidelim,
- Yüzümüzü yıkayalım,
- Pırıl pırıl yüzümüzle
- Aynaya bakalım.
- Annemizden (ya da öğretmenimizden) yanağımıza bir öpücük alalım.

### **1.1.3. El Temizliği**

Günlük yaşamda en fazla kirlenen organ ellerdir. Kirli yüzeylere sürtünen ve dokunan eller yıkanmadıkları zaman mikrop yuvası haline dönüşür. Bu nedenle ellerin düzenli olarak yıkanması gerekmektedir. Olanak bulunan her ortamda eller akar su altında sabunla, el sırtı, avuç içi ve parmak araları köpüklerle kaplanıp 15 saniye ovuşturularak (yavaşça 15'e kadar sayarak bu süre belirlenebilir) yıkanmalı, durulanmalı, başkası tarafından kullanılmamış havlu, kâğıt havlu ya da kâğıt mendille kurulanmalıdır. Kurulama olanağı yoksa elleri bir yere sürmeden havada kendiliğinden kuruması sağlanmalıdır. Tırnakların kesilmiş olması, el temizliği için ön koşuldur. Su ve sabun bulunmayan yerlerde el temizliği, ıslak temizlik mendilleriyle ya da el dezenfektan sıvıları ile yapılmalıdır.

### **El Yıkama Aşamaları**

- Musluğu açar.
- Sabunu alır.
- Ellerini suyla ıslatır.
- Sabunu elleri arasında köpürtür.
- Ellerini ovalar.
- Ellerini durular.
- Musluğu kapatır.



**Resim 1.2: En fazla kirlenen organımız ellerimizdir.**

Çocuklar ellerini ne zaman yıkamalıdır?

- Yemeklerden önce ve sonra,
- Diş, ağız, yüz, temizliği yapmadan önce,
- Tuvalet gereksiniminin giderilmesinden önce ve sonra,
- Kirli, tozlu bir ortamdan ayrıldıktan sonra,
- Dışarıdan eve geldikten sonra,
- Yukarıdakilere uyan hiçbir iş yapılmassa dahi gün içinde çeşitli saatlerde (her zaman temiz görünecek şekilde) eller yıkanmalıdır.

Okul öncesi eğitim kurumlarında serbest zaman etkinliği sonrası, kahvaltı, öğle yemeği öncesi ve sonrası çocuklara el yıkattırılmaktadır. Okulun fiziki koşullarına göre öğretmen ya da öğretmenle birlikte yardımcı personel çocukları bazen küçük gruplarla bazen de hepsinin sıra olmalarını sağlayarak el temizliğine yönlendirmektedir. Öğretmenin, lavaboda uzun kollu giysilerin kollarının geriye çekilmesi, ele yeterli miktarda sabun alınması, musluğun az açılması ve ellerin iyice durulandıktan sonra kurulanması için çocuklara sözel yönlendirmelerle rehberlik yapması gerekebilir. Zaman içinde bu alışkanlıklar kazanıldığında, öğretmenin sadece gözlemci olması yeterli gelecektir.

Tırnağın etten ayrıldıktan sonraki bölümünün altında kir ve yağ kolayca birikir. Ayrıca burada mikroplar barınabilir, bağırsak parazitlerinin yumurtaları da bulunabilir. Tırnakların düzenli kesilmesi, banyo yaparken de tırnak fırçası ile fırçalanarak temizlenmesi gerekir. Tırnak yemek, bu nedenle de sağlığa zararlı bir alışkanlıktır.

El tırnakları yarım ay biçiminde, ayak tırnakları ise düz olarak kesilir. Ayak tırnaklarının yarım ay biçiminde kesilmesi tırnak batmalarına neden olabilir. Sınıfta hafta başında tırnak kontrolü yaparak çocukların tırnak kesmeyi alışkanlık haline getirmeleri sağlanmalıdır.



**Resim 1.3: Okul öncesi eğitim kurumlarındaki lavabolar**

### **Etkinlik 3: El Yıkama**

- Lavaboya gidelim,
- Yerleri ıslatmadan
- Ellerimizi yıkayalım,
- Havluyu alarak
- Ellerimizi kurulayalım.

### **Etkinlik Örneği 4: Parmak Oyunu (Eller)**

- Eller dokunur (Dokunma hareketi yapılır.).
- Göz görür (Gözler büyükçe açılır, sağa sola bakılır.).
- Burun koklar (Tavşanlar gibi burun oynatılır.).
- Dil tadar (Dil gösterilir.).
- Burnunu karıştırmaz temiz çocuklar (El burna sokulacakmış gibi yapılıp hemen geri çekilir. Mendil çıkarılıp burun silinir.).

### **Etkinlik 5: Parmak Oyunu (Aç Kapa)**

- Aç kapa aç kapa (Eller havada açılır kapanır.)
- El çırpalım oy (Eller birbirine vurulur.)
- Elerini dizlerine koy (Eller diz kapaklarını tutacakmış gibi durur.)
- Tırmansın tırmansın tırmansının (Örümcek gibi eller yüze doğru tırmandırılır.)
- Elini ağzına sokma! (El ağza sokulacakmış gibi yapılır.)
- Nedeeen?
- Çünkü elimiz pistir.
- Aç kapa aç kapa (Eller havada açılır kapanır.)
- El çırpalım oy (Eller birbirine vurulur.)
- Elini dizine koy (Eller diz kapaklarını tutacakmış gibi durur.)
- Tırmansın tırmansın tırmansının (Eller burnuna sokacakmış gibi yapılır)
- Elini burnuna sokma!
- Nedeeeen?
- Çünkü burnumuz kirlidiir.
- Aç kapa aç kapa
- El çırpalım oy
- Ellerini koynuna koy (Eller kucakta bağlanır.).

#### **1.1.4. Ayak Temizliği**

Ayaklar, her gün çorap ve ayakkabı içerisinde terlediğinden düzenli olarak yıkanmalıdır. Yıkama işlemi yapılmaz ise çevreyi rahatsız edecek kokular, daha sonra da ayak sağlığını bozabilecek nasır gibi sorunlar ortaya çıkabilir. Ayaklar düzenli olarak yıkanmalı, her yıkamadan sonra parmak araları havlu hatta saç kurutma makinesi ile iyice kurutularak mantar enfeksiyonları için ortam oluşması önlenmelidir. Ayak havluları, ellerin kurulanmasında kullanılmamalıdır.

Ayak sağlığı ve temizliği için kullanılan çorap ve ayakkabı da önemlidir. Özellikle pamuklu çoraplar ayak sağlığı için tercih edilmelidir. Soğuk havalarda kalın çoraplar, bahar aylarında daha ince çoraplar seçilmelidir. Çorapların temiz olması ve günlük olarak değiştirilmesi gerekmektedir. Öğretmen temizlikle ilgili etkinlikler yaparken geceleri yatmadan ayakların mutlaka yıkanması gerektiğini çocuklara hatırlatmalıdır.

### **1.1.5. Sa Temizliği**

Salar baş derisinde bulunan kıl köklerinden uzayarak büyüyen kıllardır. Kıl köklerindeki bezlerden salgılanan maddeler yağlı yapıdadır.

Sağlıklı saçlara sahip olmak için saçları düzenli biçimde yıkamak gerekmektedir. Saçların firalanması; dökülen saçları, kiri ve tozları uzaklaştırıcı işlev görmektedir. Normal bir saın haftada en az bir ya da iki kez yıkanması gerekmektedir. Yağlı salar ise daha sık yıkanmalıdır. Salar temiz su ile iyice durulandıktan sonra kurutulmadan önce nazik bir biçimde taranmalıdır. Saçların kurulanmasında yumuşak bir havlu kullanılmalıdır. Kurulama işlemi de yumuşak olmalıdır. Eğer sert bir havlu kullanılır ya da çok şiddetli ovulursa saçların uçları atallanabilir. Salar elektrikli kurutucularla kurutulabilir. Ancak kurutucunun saa çok yakın tutulmaması gerekmektedir. Bu durumda saçlı deri ve salar fazla sıcaktan olumsuz etkilenebilir.

Saçların yıkanması için kullanılan sabunların ve şampuanların esasını kolay çözünebilir özellikteki yağ eritici bir madde oluşturur. şampuanlara ayrıca koku, renk ve yoğunlaştırıcı maddeler eklenir. Bu ek maddeler saçlı deride tahrişe yol açabilir. Piyasada bulunan şampuanlarda kullanılan bazı maddeler, alerjik reaksiyonlara neden olabilir. Bu nedenle çocuklarda şampuan seçiminde, niteliği bilinmeyen maddelerden kaçınılmalıdır. Sa temizliğinde kişisel olarak kullanılan fira ve taraklar sık aralıklarla, sıcak sabunlu su ile yıkanmalı ve durulanmalıdır.

Erken ocukluk döneminde genellikle çocuklar saçları temiz ve taranmış olarak okula gelir. Okulda ğretmen ara sıra sa kontrolü yaparak gerekli durumda aileyi uyarabilir. Tam gün eğitim veren ve uyku saatleri olan okullarda çocuklar uyandıktan sonra saçlarının taranıp toplanması gerekebilir. Kişisel araçların kullanılmasına zen gösterilmelidir.

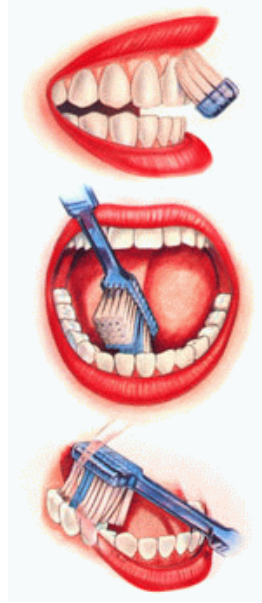
#### **Etkinlik 6: Salar**

- Tarağımızı alalım,
- Aynaya bakalım,
- Saçlarımızı tarayıp
- Kendimize glmseyelim.

### 1.1.6. Ağız ve Diş Temizliği

Çocukların öz bakımlarıyla ilgili olarak diş sağlıklarını korumaları da çok önemlidir. Özellikle ebeveynler bu konuda çok duyarlı davranarak çocuklarının bu alışkanlığı kazanmasına özen göstermelidir. Eğitimciler de konunun önemini vurgulayarak doğru diş fırçalamaya yönelik süreklilik gösteren uygulamalara yer vermelidir.

Dişlerimizi korumanın en etkili yolu, düzenli olarak fırçalamaktır. Diş fırçalamanın ilk adımı doğru fırça seçimidir. En uygun fırça naylon ve orta sertlikteki fırçalardır. Çocuklarda kullanılacak fırçalar yetişkinlerinkine oranla daha küçük, renkli ve dikkat çekicidir. Ağız içinde kolay hareket ettirilmesi ve arka dişlere rahat ulaşabilmesi için fırçanın kafasının fazla büyük olmaması tercih edilir. Uygun fırça seçildikten sonra dişler, günde en az iki kez düzenli olarak fırçalanır. Diş macunu, ağza verdiği hoş giden koku ve his nedeniyle diş fırçalanmasını kolaylaştırır. Yutma ihtimali olduğu için 36- 72 ay çocuğunda kullanılacak diş macunları, mercimek tanesi kadar sürülmeli ve çocuklar için üretilen macunlar kullanılmalıdır. Fırçalar en geç altı ayda bir değiştirilmelidir. Fırçalar kişisel kullanılmalı, başkalarıyla paylaşılmamalıdır.



**Resim 1.4: Doğru diş fırçalama tekniği**

Doğru diş fırçalama tekniği:

- Dişlerin iç ve dış yüzeyleri küçük dairesel hareketlerle fırçalanır.
- Sert darbelerle değil yumuşak daireler çizerek şekilde ön dişlerden arka dişlere doğru fırçalanır.
- Dişlerin iç yüzeyleri aynı şekilde fırçalanır. Bu işlemde fırça eğik tutularak diş etinden ağız boşluğuna doğru hareket ettirilir.
- Dişlerin çiğneme yüzeyleri, fırça düz olarak ileri geri hareket ettirilerek fırçalanır.



- Fırçalama işleminin en az iki üç dakika sürmesi gerekir.

Öğretmen sınıfta, piyasadan temin edebileceği oyuncak diş maketi üzerinde doğru diş fırçalama yöntemlerini gösterebilir.

*Dişler florlu bir diş macunu ile fırçalanmalıdır.*

*Dişlerin ara yüzleri için diş ipinden faydalanılmalıdır.*

*Dengeli beslenmeye dikkat edilmeli ve abur cubur yiyeceklere bir sınır konulmalıdır.*

Çocuklara gece sütü verildikten sonra dişleri mutlaka fırçalanmalıdır. Öğretmen ya da aile yemeklerden sonra diş fırçalayarak çocuğa iyi bir model oluşturmalıdır. Çocuklara ayna karşısında kendilerini izleyerek bu işlem yaptırılırsa daha başarılı olunur. Öğretmen, bütün çocuk grubunu aynı anda lavaboya alırsa diş fırçama işlemi çok sağlıklı yürümeyebilir. Öğretmenin, kontrol altında tutabileceği kadar çocukla lavaboya gitmesi daha sağlıklı olur (çocukların macun sürmelerine yardımcı olma, diş fırçalarını lavaboya sürmeden hijyenik olarak dişlerini temizleme ve fırçalama işlemi bittikten sonra ağzın bol su ile durulanması aşamalarında birebir rehberlik edebilmesi için). Özellikle tatlı gıdalar yenildikten sonra diş fırçalanmalı, fırçanın bulunmadığı durumlarda ağzın su ile çalkalanması alışkanlık haline getirilmelidir.

### **Etkinlik 7: Dişler**

- Fırçamızı alalım,
- Dişlerimizi fırçalayalım,
- Pırıl pırıl dişlerle,
- Çevreye gülücükler saçalım,
- Çürüksüz dişlerle
- Hep sağlıklı kalalım.

Çocuklara maket üzerinde deneme yapmalarına olanak sağlanabilir. Diş temizliğinin gerekliliği, oluşacak diş çürümesinin sağlık üzerindeki etkileri sınıf içinde hikâye, drama, şarkı, parmak oyunları vs. ile de anlatılabilir.



**Resim 1.5: Maket dişler**



Resim 1.6: Diş fırçalığı

### 1.1.7. 36- 72 Ay Çocuğunda Temizlik Alışkanlığı Kazandırmaya Yönelik Etkinlik Örnekleri

#### Etkinlik 8: Parmak Oyunu (Bay Mikrop)

Bir gün bay mikrobun canı sıkılmış (Eller havada yumruk ve sağa sola yavaşça sallanır.).

Canı birilerini hasta etmek istemiş.

Çıkış yola gezinmiş gezinmiş (Başparmağın bir tanesiyle gezinme hareketi yapılır.).

Bakmış ki en yakın .....ların evi (Hangi çocuğun ismi söylenmişse başparmak ona doğru uzatılır.)

Başlamış merdivenlerden çıkmaya (Bir elin parmakları dik olarak açılır. Diğeri ile tırmanma hareketi yapılır.).

İh ıh ıh ıh ıh

Çalmış kapıyı tık tık (Başparmakla diğeri başparmağın üstüne hafifçe vurulur.).

(Bundan sonraki konuşmalar seçilen çocukla eğitimci arasında karşılıklı diyalog şeklinde ve başparmaklar kullanılarak gelişir.)

Çocuk: Kim o?

Bay mikrop: Benim bay mikrop

Çocuk: Neden geldin?

Bay mikrop: Seni hasta etmeye geldim.

Çocuk: Sen beni hasta edemezsin. Ben yemeğimi yiyorum, sütümü içiyorum, dinleniyorum, ellerimi yıkıyorum, dişlerimi fırçalıyorum vs. (Sağlıklı olabilmek için yaptığı davranışları sıralar.)

Bay mikrop bakmış ki ..... sağlıklı bir çocuk, onu hasta edemeyecek.

Başlamış merdivenlerden inmeye (Merdiven basamaklarından iniliyormuş gibi yapılır.).

İh ıh ıh ıh ıh

Tam o sırada.....nın annesi merdivenleri sabunlu suyla yıkıyormuş.

Bizim bay mikrobun ayağı bir kaymış (Bir elin içinden diğeri elin başparmağı kaydırılır.).

Paldır küldür paldır küldür yuvarlanmış (Kollar kucakta çevrilerek öne doğru düşme hareketi yapılır.).

**Öneri:** Parmak oyununa başlamadan önce çocuklarla sağlıklı olmak için günlük yaşamda yapılması gerekenlerle ilgili konuşulursa onlar için hatırlatıcı olur ve düşünme fırsatı verilir..

### **Etkinlik 9: Oyun (Ayna Oyunu)**

Gruptan sayışmaca ile bir lider seçilir. Çocuklardan sıra olmaları, jest ve mimiklerle konuşmadan liderin hareketlerini yapmaları istenir. Çalışma bir lider ve bir çocukla da yapılabilir. Lidere, temiz olabilmek için yapılan davranışları sessizce yapması gerektiği söylenir ve oyun başlatılır.

- El yıkama
- Diş fırçalama
- Giyinme-soyunma
- Saç tarama
- Banyo yapma vs.
- Çalışma bittikten sonra çocuklarla yapılan davranışların neler olduğu tartışılır.

**Öneri:** Oyun değişik aktivitelerle de desteklenebilir. Uyanma, yatağını toplama, okul çantasını hazırlama hareketleri de yapılabilir.

### **Etkinlik 10: Eğitsel Oyun**

#### **Amaç:**

- Temizlik malzemelerinin ayrımını yapabilme
- Varlıkları çeşitli özelliklerine göre gruplayabilme

**Materyal:** Sepet, resimli kartlar (diş fırçası, macun, sabun, çeşme, lavabo, küvet, şampuan, havlu, deterjan, bulaşık süngeri, kova, tas, giysiler vb. ayrıca uyku ve dinlenme ile ilgili ve yemek yemek için gerekli araçların kartları da aynı sepete konulabilir.)

**Uygulama:** Eğitimci sınıftan beşer kişilik iki grup oluşturur. Çocukları sıraya dizer. Masanın üzerine sepeti yerleştirir. Her işlem için beş kart mevcuttur. Her gruba farklı bir işlemin, örneğin bir gruba diş fırçalama diğer gruba banyo yapma ile ilgili kartları bulup dizmelerini ister. Gruplardan çocuklar sırayla sepetin başına gidip kart seçimi yaparak sıranın arkasına geçerler. Gruplardan hangisi önce doğru beş kartı alıp masaya dizerse oyunu kazanır.

---

**Etkinlik 11:** Deney (Kola içmek zararlı mı? )

**Materyal:** Kola, madeni para, bardak

**Uygulama:** Öğretmen çocuklarla birlikte bardağa kola doldurur. İçine rengi kararmış madeni bir para koyar. Bu uygulama sabah saatlerinde yapılırsa akşama kadar ya da okuldan çıkış saatine kadar para kolanın içinde bekletilir. Bekleme süresi bittiğinde paranın temizlenmiş olduğu görülür.

Deney bittikten sonra çocuklarla nedenleri hakkında konuşulur. Kola gibi asitli içeceklerin dişler ve insan sağlığı üzerindeki etkileri çocuklarla tartışılır.

## UYGULAMA FAALİYETİ

36- 72 ay çocuklarında temizlikle ilgili kazanabilecekleri öz bakım becerilerini araştırınız. Temizlik becerileri ile ilgili parmak oyunu etkinliği planlayınız ve uygulayınız.

İşlem Basamakları	Öneriler
➤ 36- 72 ay çocuklarına kazandırılacak, temizlikle ilgili öz bakım becerilerini araştırınız.	➤ Modülden, kaynak kitaplardan, 36 -72 aylık çocukları Okul Öncesi Eğitim Programı kitabından ve çevrenizdeki okul öncesi eğitim kurumlarından yararlanınız.
➤ Etkinliğinizin amaçlarını ve kazanımlarını belirleyiniz.	➤ 36-72 aylık çocuklar için okul öncesi eğitim programı kitabını kullanabilirsiniz.
➤ 36- 72 aylık çocuklara uygun temizlik alışkanlığı ile ilgili parmak oyunu araştırınız.	➤ Tekerleme, bilmece, parmak oyunları içeren kaynak kitapları inceleyebilirsiniz.
➤ Planlamanızı ve hazırlıklarınızı tamamlayınız.	➤ Hazırladığınız etkinlik, uygulamaya hazır mı? Kontrol ediniz. Öğretmeninize sununuz.
➤ Anladığınız etkinliği belirlediğiniz grupla uygulayınız.	➤ Önce çocukları yapacağınız çalışma ile ilgili bilgilendiriniz. Doğru iletişim kurduğunuzdan emin olunuz.
➤ Uygulama sonunda etkinliğinizin hem çocuklar açısından hem kendi açısından değerlendirmesini yapınız, belirlediğiniz amaçlara ulaşp ulaşmadığınızı kontrol ediniz.	➤ Yaptığınız çalışmayı arkadaşlarınızla birlikte değerlendiriniz.

## KONTROL LİSTESİ

Bu faaliyet kapsamında aşağıda listelenen davranışlardan kazandığınız becerileri **Evet**, kazanamadığınız becerileri **Hayır** kutucuğuna (X) işareti koyarak kendinizi değerlendiriniz.

Değerlendirme Ölçütleri	Evet	Hayır
1. 36- 72 ay çocuklarına kazandırılacak, temizlikle ilgili öz bakım becerilerini araştırdınız mı?		
2. Etkinliğinizin amaçlarını ve kazanımlarını belirlediniz mi?		
3. 36- 72 aylık çocuklara uygun temizlik alışkanlığı ile ilgili parmak oyunu araştırdınız mı?		
4. Planlamanızı ve hazırlıklarınızı tamamladınız mı?		
5. Planladığınız etkinliği belirlediğiniz grupla uyguladınız mı?		
6. Uygulama sonunda etkinliğinizin hem çocuklar açısından hem kendi açısından değerlendirmesini yapıp belirlediğiniz amaçlara ulaşip ulaşmadığınızı kontrol ettiniz mi?		

## DEĞERLENDİRME

Değerlendirme sonunda “Hayır” şeklindeki cevaplarınızı bir daha gözden geçiriniz. Kendinizi yeterli görmüyorsanız öğrenme faaliyetini tekrar ediniz. Bütün cevaplarınız “Evet” ise “Ölçme ve Değerlendirme”ye geçiniz.

## ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME

Aşağıdaki cümlelerin başında boş bırakılan parantezlere, cümlelerde verilen bilgiler doğru ise D, yanlış ise Y yazınız.

1. ( ) 24-30 aylıktan sonra çocuğun temizlik uygulamalarını kendi başına yapabilmesi için uygun ortam sağlanmalıdır.
2. ( ) Yıkama, su ve sabun kullanarak derinin ovulması ve kirin atılmasıdır.
3. ( ) İç çamaşırlar ve giysiler haftada bir değiştirilebilir.
4. ( ) Kulak temizliğinde, kulak içine herhangi bir cisim sokulmamalıdır.
5. ( ) El-yüz temizliğinden sonra kâğıt havlu ya da kâğıt mendil kullanılmamalıdır.

Aşağıdaki cümleleri dikkatlice okuyarak boş bırakılan yerlere doğru sözcüğü yazınız.

6. ....ler sabunun vücuda daha etkin olarak uygulanmasını sağlar.
7. Su ve sabun bulunmayan yerlerde el temizliği ..... ya da el dezenfektan sıvıları ile yapılabilir.
8. Ayaklar, her gün ..... düzenli olarak yıkanmalıdır.
9. Dişlerimizi korumanın en etkili yolu düzenli olarak .....tır.
10. Diş fırçaları en geç ..... ayda bir değiştirilmelidir.

## DEĞERLENDİRME

Cevaplarınızı cevap anahtarıyla karşılaştırınız. Yanlış cevap verdiğiniz ya da cevap verirken tereddüt ettiğiniz sorularla ilgili konuları faaliyete geri dönerek tekrarlayınız. Cevaplarınızın tümü doğru ise bir sonraki öğrenme faaliyetine geçiniz.

# ÖĞRENME FAALİYETİ-2

## AMAÇ

Öğrenme faaliyetinde kazandırılacak bilgi ve beceriler doğrultusunda, uygun ortam sağlandığında 36- 72 ay çocuğuna giyinme becerisi kazandırmaya rehberlik edebileceksiniz.

## ARAŞTIRMA

- Çevrenizdeki 36–72 aylık çocukların giyinme, soyunma davranışlarını gözlemleyiniz. Takip ettikleri işlem basamaklarını, yaşadıkları zorlukları not olarak sınıftaki arkadaşlarınızla paylaşınız.
- 36–72 ay çocukları için uygun olan giyim eşyalarının özelliklerini araştırınız. Gazete ve dergi resimleri ile destekleyerek okul panosunda sergileyiniz.

## 2. 36- 72 AY ÇOCUĞUNDA GİYİNME

### 2.1. Önemi

İlk çağlardan beri insanlar giyime gereksinim duymuşlardır. Giyim, insan bedenini dış etkenlere karşı sıcaktan, soğuktan korur ve estetik bir görünüm sağlar. Giyim yeterli ve mevsim koşullarına uygun olmalıdır.

Giyim tarzında insanların inançları, örf ve adetleri, meslekleri, beğenileri ve sosyal faktörler belirleyici olmaktadır. Temiz ve özenli giyinmiş, bakımlı bir görünüme sahip çocuklar çevrelerinde daha kolay kabul görmektedir ve bu da onların duygusal ve sosyal gelişimi üzerinde olumlu etkiler yaratmaktadır.

#### 2.1.1. Giyim Eşyalarının Özellikleri

Sağlığın korunabilmesi için dış ortam koşullarına göre ( hava, mevsim ve sıcaklık şartlarına uygun) giyinilmesi gerekir. Vücudun kirlenmesine yol açabilecek işlerde önlük giyilmelidir.



Sağlığa uygun giysiler, vücutu dış ortamın tüm etkilerinden koruyan, mümkün olduğunca teri emebilen, alerji ve kokuya neden olmayan doğal maddelerden yapılan giysilerdir. Çocukların iç çamaşırıları pamuklu kumaşlardan yapılmalıdır. Pamuklu kumaşlar yıkanmaya dayanıklıdır ve cildi tahriş edici özelliği azdır. Çocuklarda serbest harekete olanak vermeyen giysiler rahatsızlık vericidir. Çok dar ya da çok bol giysilerden kaçınılmalıdır. Tüm giyecekler seçilirken önce rahatlığın amaçlanması en doğru yaklaşımdır. Bu konu, ayakkabılar için özellikle önemlidir. Çocukların rahat giyip çıkartabileceği, ayak yapısına uygun, ortopedik ayakkabılar seçilmelidir. Başlangıçta bağcıklı ayakkabı yerine bantlı ayakkabılar tercih edilmelidir. Çorap seçiminde bileği sıkmayan çoraplar seçilmelidir.

Okul öncesi eğitim kurumlarına gelen çocuklarda kolay giyip çıkarabilecekleri eşofman türünde giysiler tercih edilmelidir. Tulum şeklinde giysilerden; beli sıkı, düğmeli ve kemerli giysilerden kaçınılmalıdır. Sınıfta giyecekleri ayakkabılar kolay giyilebilir özellikte olmalıdır. Özel günlerde çocuğun zevkine uygun şık giysiler seçilebilir.

### **2.1.1.1. Çocuk Giyiminde Dikkat Edilmesi Gereken Önemli Noktalar**

#### **Çocuk giysisi seçerken;**

- Rahat ve kendi kendine giyebileceği modeller seçilmeli,
- Çocuğun gelişmesine engel olabilecek modellerden kaçınılmalı,
- Çocuğun yaş ve cinsiyetine uygun renk ve modelde giysiler seçilmeli,
- Küçük desenli, canlı ve çekici, yumuşak kumaşlar kullanılmalı,
- Kolay ve çabuk yıkanabilen, ütülenebilen kumaşlar seçilmeli,
- Mevsim koşullarına uygun giysiler seçilmelidir.

### **2.1.2. Giyinme Soyunma Teknikleri**

#### **Kollu Üst Giysi Giyme Aşamaları**

- Giysinın etek kısmından tutar.
- Başını giysinın yakasından geçirir.
- Elini giysinın kolundan geçirir.
- Diğer elini giysinın diğer kolundan geçirir.
- Giysinın etek kısmından tutar.
- Giysinın etek kısmını beline kadar indirir.

#### **Kollu Üst Giysi Çıkarma Aşamaları**

- Bir kolunu giysinın kolundan çıkarır.
- Diğer kolunu giysinın kolundan çıkarır.
- Başı giysiden çıkana kadar giysiyi çeker.

## **Çocuklar;**

**36 aylık olduklarında**, bağıcsız ve düğmesiz giysileri yardımsız giyebilirler. Giysilerin önünü ve arkasını ayırt edebilirler. Kendi eşyalarını toplayabilirler.

**48- 60 aylık çocuklar**, giysilerindeki büyük düğmeleri ilikleyip çözebilirler. Ayakkabılarını bağlayıp çözebilirler. Giysilerini boylarına uygun bir askıya asabilirler.

**60- 72 aylık çocuklar** ise giysilerindeki düğmeleri çözüp ilikleyebilirler. Ayakkabılarını bağlayabilirler. Hava şartlarına uygun giysi seçimi yapabilirler.

Giysiler, önce baştan geçirilerek sonra kolları giyilmeli, çıkartırken ise önce kolları çıkartılıp sonra baştan çıkarılmalıdır. Düğmeli giysilerde ise önce düğmelerin çözülmesi daha sonra vücuttan çıkarılması gerekir.

Eğitim kurumlarında uyku ve dinlenme saati öncesi, çocuklara giysi değişimi yaptırılmaktadır. Bazen benzer giysiler giyildiğinde çocukların giysileri karışabilmektedir. Eğitimci, soyunmadan önce çocukların üstündeki giysilere bakmalarını isterse karışıklık önlenmiş olur.

36- 72 aylık çocuklar giyinme soyunma ile ilgili becerileri gerçekleştirebilecek düzeydedir. Evde anne-babalar, eğitim ortamında ise öğretmenler sabırlı davranmalı ve çocukların kendi kendine giyinip soyunma, eşyalarını katlama ya da askıya asma gibi yapacakları işlerde rehberlik etmeli ve ihtiyaç duyulursa, onları desteklemelidir.



**Resim 2.1: Ben artık büyüdüm**



**Resim 2.2: Kendim giyinebilirim**

*Çocukların yemek yemeyi öğrenmesi, resim yapmaya çalışması gibi kendi kendine giyinmeyi öğrenmesi de her geçen gün gelişecektir. Çocuklara bu alışkanlığı kazandırırken onun oyuncaklarından da yararlanabilirsiniz. Oyuncaklarını giydirmeye çalışan bir çocuk, zamanla kendi kendine de giyinmeye çalışacaktır. Özellikle kız çocukları bebeklerini giydirmeyi çok severler.*

### **2.1.3. 36-72 Ay Çocuğunda Giyinme Tekniklerine Yönelik Etkinlik Örnekleri**

#### **Etkinlik 1: Giyinme Yarışı Oyunu**

**Materyal:** Çeşitli giysiler (Ailelerden, evde kullanmadıkları giysiler önceden istenir.), kasetçalar

**Uygulama:** Eğitimci çocukları u şeklinde oturtur. Sınıftan sayışmaca ile iki tane çocuk seçer. Ortaya değişik cinsten giysiler konulur. Çocuklara ortadaki giysilerden doğru bir şekilde giyinmeleri gerektiği ve müzik kapandığında en çok giysiyi giyenin birinci olacağı açıklanır. Kasetçalar açılır ve müzik başlar. Ortalama 3-4 dakika kadar giyinme için süre tanınır.

Müzik kapatılır. Gruptan seçilen diğer iki çocuk arkadaşlarının üzerindeki giysileri sayar, doğru giyilmiş giysiler tespit edilir. Doğru olarak en çok giysiyi giyen çocuk birinci olur. Oyuncu değişikliği yapılarak oyuna devam edilir. Aynı oyunda seçilen çocuklardan mevsimine göre giysilerin ayrımı istenebilir ya da hangi mevsimin giysi seçimi yapılacaksa çocuklar ona göre yönlendirilir.

**Öneri:** Öğretmen, bu oyunu çoraplarla da oynatabilir. Verilen sürede en çok çorabı giyen oyunu kazanır.

#### **Etkinlik 2: Ayakkabılar Oyunu**

**Materyal:** Sınıf içinde giyilen ayakkabılar, kasetçalar

**Uygulama:** Eğitimci çocukları u şeklinde oturtur Çocuklardan ayakkabılarını çıkartmaları istenir. Ayakkabılar karıştırılır. İki çocuk seçilir, müzik açılır. Seçilen çocuklardan ortadaki ayakkabıların eşini bularak ayakkabıları dizmeleri istenir. Müzik kapandığında en çok ayakkabıyı doğru eşleştirip dizen, oyunu kazanır. Oyuncu değiştirilerek oyuna devam edilir.

**Öneri:** Aynı oyunda bir ebe seçilir ve ayakkabının eşini bularak sahibine vermesi istenebilir. Doğru yaptığında alkışlanır.

### **Etkinlik 3: Düğme Yarışı Oyunu**

**Materyal:** Değişik boylarda düğmeli giysiler, hırka, ceket ve montlar, elbise askıları ( Öğretmen evde kullanılmayan bu tarzdaki giysileri ailelerden daha önce ister)

**Uygulama:** Eğitimci düğmeli giysileri, askıları ile birlikte çocukların rahat ulaşabileceği yerlere asar. Çocuk grubundan ceket sayısı kadar oyuncu seçilir. Diğer çocukların arkadaşlarını görebilecekleri şekilde oturmaları sağlanır. Seçilen oyunculardan, giysilerin önce düğmelerini iliklemeleri sonra da açmaları istenir. Oturan çocuk grubundan el çırpıp ritim tutarak 30'a kadar ritmik saymaları istenir. Sayma bittiğinde en çok düğme kapatan ve daha sonra da açan çocuk birinci olur. Alkışlanarak ödüllendirilir. Oyuncu değişimi yapılarak oyuna devam edilir.

### **Etkinlik 4: Ayakkabı Çorbası Oyunu**

**Materyal :** 30 cm uzunluğunda bir sopa

**Uygulama:** Öğretmen çocuklarla birlikte yere halka şeklinde oturur. Çocuklar ayakkabılarını çıkartıp ortaya koyarlar. Öğretmen elindeki sopa ile ayakkabıları karıştırmaya başlar ve “ Birlikte lezzetli bir ayakkabı çorbası yapacağız, güzelce karıştırayım. “ der. Sopa ile ayakkabılardan birini tutar ve kaldırır “ Aaaaaa bu ne böyle? Bunun çorbanın içinde ne işi var? Kocaman bir karasinek “ der ve ayakkabıyı sınıfın bir köşesine fırlatır. Karıştırmaya devam eder ve başka bir ayakkabı alır. “ Bu ne böyle?” diyerek çocuklara sorar. Çocuklar kendi yaratıcılıkları ve dil becerilerine göre “ kaplumbağa kabuğu, timsah kuyruğu, tornavida, fil kulağı vs.” tanımlamalarda bulunur ve öğretmen ayakkabıyı başka bir köşeye fırlatır. Bütün ayakkabılar bitene kadar oyun devam eder. Öğretmen ayakkabı teklerini sınıfın farklı köşelerine atmaya dikkat eder. Ayakkabılar bitince “ Şimdi 3'e kadar sayıyorum. 3 deyince herkes ayakkabısını bulacak, giyecek ve önümde sıra olacak der. En çabuk giyinen çocuk alkışla ödüllendirilir.

## UYGULAMA FAALİYETİ

36- 72 aylık çocukların giyinme ile ilgili kazanabilecekleri becerileri araştırınız. Giyinme ile ilgili bir oyun etkinliği planlayarak erken çocukluk eğitimi veren bir kurumda uygulayınız.

İşlem Basamakları	Öneriler
➤ 36- 72 ay çocuklarının giyinme ile ilgili kazanabilecekleri becerileri araştırınız.	➤ 36 -72 aylık çocukların Okul Öncesi Eğitim Programı kitabından ve çevrenizdeki okul öncesi eğitim kurumlarından, modülden, kaynak kitaplardan yararlanınız.
➤ Etkinliğinizin amaçlarını ve kazanımlarını belirleyiniz.	➤ 36-72 aylık çocuklar için Okul Öncesi Eğitim Programı kitabını kullanabilirsiniz.
➤ 36- 72 aylık çocuklara uygun bir oyun belirleyiniz.	➤ Okul öncesi eğitime uygun oyun kitaplarından yararlanabilirsiniz.
➤ Etkinliğin öğrenme sürecini belirleyiniz.	➤ Çocuklardan ve ailelerinden kullanılacak malzemeler konusunda yardım alabilirsiniz.
➤ Planlamanızı ve hazırlıklarınızı tamamlayınız.	➤ Hazırladığınız etkinlik uygulamaya hazır mı? Kontrol ediniz. Öğretmeninize sununuz.
➤ Planladığınız etkinliği belirlediğiniz grupla uygulayınız.	➤ Önce çocukları yapacağınız çalışma ile ilgili bilgilendirin. Doğru iletişim kurduğunuzdan emin olun.
➤ Uygun bir ses tonu ile oyunun kurallarını anlatınız.	➤ Oyunun kurallarını açık ve net olarak anlatınız. Çocuklardan gelen soruları cevaplandırınız ve bildikleri bir oyundan hatırlatmalar yaparak kuralları açıklayınız.
➤ Gerekirse birkaç kez deneme yapınız.	➤ Denemelerinizde eksiklerinizi tespit ediniz.
➤ Oyununun sonunda verilecek ödülleri ve cezaları çocuklarla birlikte planlayınız.	➤ Çocukların hoşuna gidebilecek hayvan taklitleri vs. tarzında cezalar uygulayınız. Başarılı çocuklara yıldız kartlar verebilirsiniz.
➤ Uygulama sonunda etkinliğinizin hem çocuklar açısından hem kendi açısından değerlendirmesini yapınız. Belirlediğiniz amaçlara ulaşıp ulaşmadığınızı kontrol ediniz.	➤ Yaptığımız çalışmayı çocuklarla birlikte değerlendiriniz.

## KONTROL LİSTESİ

Bu faaliyet kapsamında aşağıda listelenen davranışlardan kazandığınız becerileri **Evet**, kazanamadığınız becerileri **Hayır** kutucuğuna (X) işareti koyarak kendinizi değerlendiriniz.

Değerlendirme Ölçütleri	Evet	Hayır
1. 36- 72 ay çocuklarının giyinme ile ilgili kazanabilecekleri becerileri araştırdınız mı?		
2. Etkinliğinizin amaçlarını ve kazanımlarını belirlediniz mi?		
3. 36- 72 aylık çocuklara uygun bir oyun belirlediniz mi?		
4. Etkinliğin öğrenme sürecini belirlediniz mi?		
5. Planlamanızı ve hazırlıklarınızı tamamladınız mı?		
6. Planladığınız etkinliği, belirlediğiniz grupla uyguladınız mı?		
7. Uygun bir ses tonu ile oyunun kurallarını anlattınız mı?		
8. Gerekirse birkaç kez deneme yaptınız mı?		
9. Oyununun sonunda verilecek ödülleri ve cezaları çocuklarla birlikte planladınız mı?		
10. Uygulama sonunda etkinliğinizin hem çocuklar açısından hem kendi açısından değerlendirmesini yapıp belirlediğiniz amaçlara ulaşmış olup olmadığını kontrol ettiniz mi?		

## DEĞERLENDİRME

Değerlendirme sonunda “Hayır” şeklindeki cevaplarınızı bir daha gözden geçiriniz. Kendinizi yeterli görmüyorsanız öğrenme faaliyetini tekrar ediniz. Bütün cevaplarınız “Evet” ise “Ölçme ve Değerlendirme”ye geçiniz.

## ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME

Aşağıdaki cümlelerin başında boş bırakılan parantezlere, cümlelerde verilen bilgiler doğru ise D, yanlış ise Y yazınız.

1. ( ) Çocukların temiz ve özenli giydirilmesi, çevrelerinde daha kolay kabul görmesinde etkili olmaktadır.
2. ( ) Giyecekler hava, mevsim ve sıcaklık şartlarına uygun olmalıdır.
3. ( ) Giyecek seçiminde giysilerin lüks ve dikkat çekici olması öncelikli öneme sahiptir.
4. ( ) 36 aylık çocuklar bağıcsız ve düğmesiz giysileri yardımsız giyebilirler.
5. ( ) Anne, baba ve öğretmen çocuğun giyinip soyunmasında bizzat uygulayıcı olmalıdır.

Aşağıdaki cümleleri dikkatlice okuyarak boş bırakılan yerlere doğru sözcüğü yazınız.

6. Çocuk giyimi seçiminde öncelikle ..... olması önemlidir.
7. Giyeceklerin cildi ..... etmeyecek, ..... yapmayacak, teri emebilecek özellikteki maddelerden yapılması gerekmektedir.
8. 60-72 aylık çocuklar giysilerindeki ..... çözüp iliklebilirler.
9. Çocuk giysileri seçilirken, giysilerin ..... ve ..... yıkanabilen, ütülenebilen kumaşlardan olmasına dikkat edilmelidir.
10. Çocuğun ..... engel olacak giysi modellerinden kaçınılmalıdır.

## DEĞERLENDİRME

Cevaplarınızı cevap anahtarıyla karşılaştırınız. Yanlış cevap verdiğiniz ya da cevap verirken tereddüt ettiğiniz sorularla ilgili konuları faaliyete geri dönerek tekrarlayınız. Cevaplarınızın tümü doğru ise bir sonraki öğrenme faaliyetine geçiniz.

# ÖĞRENME FAALİYETİ-3

## AMAÇ

Öğrenme faaliyetinde kazandırılacak bilgi ve beceriler doğrultusunda uygun ortam sağlandığında 36- 72 ay çocuğuna tuvalet alışkanlığı becerisi kazandırmaya rehberlik edebileceksiniz.

## ARAŞTIRMA

- Çocuklarda tuvalet eğitimine ne zaman başlanmalıdır ve nelere dikkat edilmelidir? Araştırınız. Rapor haline getirerek sınıfta arkadaşlarınızla paylaşınız.

## 3. 36- 72 AY ÇOCUĞUNDA TUVALET EĞİTİMİ

### 3.1. Tuvalet Eğitimi

Çocuklar bireysel farklılık göstermekle beraber 18. aydan itibaren tuvalet eğitimini almaya hazır hale gelirler. 36 aya gelindiğinde, yine çocuklar arası değişkenlik göstermekle birlikte birçoğu tuvalet eğitimini alışkanlığı kazanmış durumdadır. Ancak bazı çocuklar 4 yaşına kadar bu eğitimini almaya hazır olmayabilir. Tuvalet eğitimini kazanmış olsa bile bazı çocuklarda ara sıra gündüz ve gece alt ıslatma görülebilir. Çocuk 4 yaşına geldiği halde tuvalet eğitimini tamamlamamış ise bu bir soruna işaret edebilir. Bir uzmana danışılması gereklidir.

Oyun çağı çocukları, özellikle oyunlara odaklandıkları zaman tuvaletlerini ertelemektedir. Bazen de çok fazla idrar tuttıkları için tuvalete yetişemeyip giysilerine kaçırmaktadırlar. Bu durum çocuklar için çok olağandır. Bu konuda çocukları ara sıra uyarmak fayda sağlayabilir.





**Resim 3.1: Anaokulundaki tuvaletler**

Çocuklar okul öncesi eğitim kurumlarına geldiklerinde tuvalet kullanımı ile ilgili olarak bazen sorun yaşamaktadırlar. Birçok aile evde çocuklarına oturak kullanılmakta ve çocuk buna alışmış olduğu için okuldaki tuvaletleri kullanmakta zorlanmaktadır. Rahatça oturabilecekleri minik klozetler olmalı ya da normal klozetlere adaptör konularak oturma yeri çocuğa uygun hale getirilmelidir. Ayaklarının altına basamak konulmalı, tuvaletini yaparken ayaklar yerle temas etmelidir. Tuvalet kâğıtları çocukların ulaşabileceği bir mesafede bulunmalıdır.

Çocuklara, kullanılan yerlerin temiz bırakılması ile ilgili eğitimin de planlanmaya alınması gerekmektedir (erkek çocuklarda klozet kapağının kaldırılması, dışarıya idrar sıçratmadan tuvaletini yapabilme, kullanım sonrası tuvaletin temiz bırakılması, sifonun çekilmesi gibi). Özellikle okullarda toplu kullanım gerçekleştiğinden hem kişisel hijyen hem de grup açısından bu konu önemlidir.

Tuvalet ihtiyacını giderme aşamaları:

- Tuvalete gider.
- Giysisini indirir/toplar.
- Tuvalete oturur.
- Çişini/kakasını yapar.
- Tuvalet kâğıdını koparır.
- Tuvalet kâğıdıyla kirli bölgeyi siler.
- Tuvalet kâğıdını çöp sepetine atar.
- Ayağa kalkar.
- Giysisini çeker ( etek ise), indirir.
- Sifonu çeker.
- Ellerini yıkar.

### 3.1.1. Tuvalet Eğitimi Kazanamamış Çocuklar için Okulda Yapılabilecekler

Öncelikle aile ile diyalog kurulmalı ve iş birliğine geçilmeli,  
Çocuğu düzenli olarak tuvalete götürmeli ya da göndermeli,  
Özellikle uyku saatinden önce tuvalete gitmesini sağlamalı,  
Kirlendiğı zaman olayı büyütmeden temizliğı sağlanmalı, kuru ve temiz kaldığı zaman yüreklendirmeli,  
Sorunun fizyolojik ve psikolojik bir nedeni olmadığından emin olunmalı,  
Aile ile iş birliğı sorunu çözmemiş ise bir uzmana gönderilmelidir.

### 3.2. Perianal Bölge Temizliğı

Sağlıklı bir insanda idrar mikrop içermez ancak dışkıda bakteriler bulunur ve hastalığa neden olur. Bu nedenle dışkılama sonrası temizliğin özenle yapılması çok önemlidir. Dışkılama sonrası temizlik, kız çocuklarında genital bölgeye mikrop bulaştırmamak için mutlaka önden arkaya doğru yapılmalıdır. Burada dikkat edilmesi gereken diğer nokta ise dışkılama sonrası temizlik yapılırken ellere mikrop bulaştırılmamasıdır. Dışkılama sonrası temizlikte doğrudan eller kullanılmamalıdır. Dışkı bulaşan eller sabunla yıkansa bile kirlilik tam olarak temizlenmemektedir. Bu nedenle dışkılama sonrasında ilk temizlik, kirlilik kalmayınca kadar her seferinde kuru, temiz tuvalet kâğıdıyla, daha sonra yine el değdirilmeden fişkırın suyla ya da ıslatılmış kâğıtla yapılması ve bölgenin tuvalet kâğıdı ile kurularak temizliğin bitirilmesi en uygundur. Bu işlem bittiğinde eller mutlaka etkili bir biçimde yıkanmalıdır.

Çocuğun tuvalet temizliğinin doğru uygulanması için velilerin evde çocuklarına gerekli eğitimi vermeleri çok önemlidir. Ailelerin birçoğunun çocuklarının tuvalet temizliğini kendi başına yapamayacağı inancında olmaları, çocukları bu konuda güvensizliğe itmektedir. Araştırmalar evde tuvalet eğitimi alan çocukların, okulda genellikle hiç sorun yaşamadıklarını göstermiştir. Bu nedenle velilerin eğitimi ve çocuklarına destekleri çok önemlidir.

Okul öncesi eğitim kurumlarında genellikle tuvalet temizliğinde çocuklara hizmetli personel ya da bakıcı anneler yardım etmektedir. Personel yetersizliğı var ise öğretmen yardımcıları ve öğretmenler çocuklara yardımcı olmalıdır. Sınıfta drama, oyun, vb. planlanan farklı etkinliklerle temizliğin nasıl yapılacağı anlatılmalıdır. Eğitimi, tuvalet temizliğini yapamayan çocuğa yardımcı olunmasını sağlamalıdır.

### 3.3. 36- 72 Ay Çocuğuna Tuvalet Eğitimi Kazandırmaya Yönelik Etkinlik Örneklere

**Etkinlik 1:** İlgi köşelerinde oyun (evcilik köşesi)

**Materyal:** Oyuncak bebek, bebek bezi, tuvalet kâğıdı vs.

**Uygulama:** Eğitimci evcilik köşesinde tuvalet temizliği ile ilgili malzemeleri hazır bulundurur. Çocuklarla birlikte serbest zaman etkinliği saatinde evcilik köşesinde oyun kurarak, bebekler altlarını ıslattığında annelerinin neler yaptığını sorar ve göstermelerini ister. Doğru yapılan davranışları onaylar, eksik ve hatalı gördüğü davranışlar için uyarıda bulunarak düzeltir. Daha sonra çocuklara “Siz tuvaletiniz bittikten sonra nasıl temizleniyorsunuz?” diye sorar.

Gelen cevaplar doğrultusunda;

Tuvalete girmeden önce ve sonra ellerin yıkanması,

Temizlikte doğrudan el kullanmanın doğuracağı sakıncalar,

Temizliğin önden arkaya doğru yapılması (Oyuncak bebek üzerinde uygulamalı olarak gösterilir.),

Önce tuvalet kâğıdı ıslatılarak sonra da kuru bir şekilde kullanılması,

Sifonun çekilmesi gerektiği hatırlatılır.

Öğretmen, her çocuk için haftalık tuvalet temizliği değerlendirme ölçeği hazırlar. Burada çocuğun tuvalet ihtiyacını giderme esnasında göstereceği davranışları sıralar. Çocuk beklenen davranışı sergilediğinde olumlu bölümüne X işareti koyar. Eğer yapmadı ise olumsuz seçeneğini işaretle.

<b>Çocuğun adı-soyadı:</b>	<b>TARİH</b>	
<b>Yaşı:</b>	.../.../.....-.../.../..... arası	
<b>Sınıfı:</b>		
<b>DEĞERLENDİRİLECEK DAVRANIŞLAR</b>	<b>OLUMLU</b>	<b>OLUMSUZ</b>
Tuvalet ihtiyacına gereksinim duyduğunda kendiliğinden tuvalete gider.		
Tuvalete girmeden ellerini yıkar.		
Yardım almadan ihtiyacını giderir.		
Hijyenik olarak peri anal bölge temizliğini yapar.		
Sifonu çeker.		
Tuvaletten çıktıktan sonra ellerini yıkar.		
Çeşmeyi kapatır.		
Ellerini kurular.		

## UYGULAMA FAALİYETİ

36 -72 ay çocuklarının tuvalet eğitimini ve alışkanlıklarını araştırınız. Sınıfta arkadaşlarınızla ve öğretmeninizin rehberliğinde gözlem formu hazırlayınız. Hazırladığınız gözlem formunu erken çocukluk eğitimi veren bir kurumda bir çocuk üzerinde uygulayınız.

İşlem Basamakları	Öneriler
➤ 36- 72 ay çocuklarının kazanmış oldukları tuvalet eğitimini ve alışkanlıklarını araştırınız.	➤ Kaynak kitaplardan, 36 -72 aylık çocukların Okul Öncesi Eğitim Programı kitabından ve çevrenizdeki okul öncesi eğitim kurumlarından ve modülden yararlanınız.
➤ Belirlediğiniz tutum ve alışkanlıkları sınıftaki tahtaya not ediniz.	➤ 36 ay, 48 ay, 60 ay ve 72 ay olarak gelişim düzeylerine göre ayrıştırabilirsiniz.
➤ Tutum, alışkanlık ve becerileri sıraya koyunuz.	➤ Sınıftaki arkadaşlarınızla fikir alışverişi yapınız.
➤ Öğretmeninize yaptığınız sıralamanın uygunluğunu sorunuz.	➤ Hep birlikte yapılan sıralamayı gözden geçiriniz.
➤ Tespit edilen ve sıralanan davranış ve tutumları bir çizelgeye geçiriniz.	➤ Temiz ve düzenli çalışmaya özen gösteriniz.
➤ Değerlendirme yapılırken kullanılacak ölçütleri belirleyiniz.	➤ Hazırladığınız gözlem formu uygulamaya hazır mı? Kontrol ediniz. Öğretmeninize sununuz.
➤ Hazırladığınız gözlem formu ile erken çocukluk eğitimi veren bir kurumda bir çocuk üzerinde uygulayınız.	➤ Yakın çevrenizdeki bir eğitim kurumundan yararlanınız.
➤ Gözlem sonuçlarını sınıfta arkadaşlarınızla paylaşıp tartışınız.	➤ Sonuçları karşılaştırınız.

## KONTROL LİSTESİ

Bu faaliyet kapsamında aşağıda listelenen davranışlardan kazandığınız becerileri **Evet**, kazanamadığınız becerileri **Hayır** kutucuğuna (X) işareti koyarak kendinizi değerlendiriniz.

Değerlendirme Ölçütleri	Evet	Hayır
1. 36- 72 ay çocuklarının kazanmış oldukları tuvalet eğitimi ve alışkanlıklarını araştırdınız mı?		
2. Belirlediğiniz tutum ve alışkanlıkları sınıftaki tahtaya not ettiniz mi?		
3. Tutum, alışkanlık ve becerileri sıraya koydunuz mu?		
4. Öğretmeninize, yaptığınız sıralamanın uygunluğunu sorup aksayan yönlerini tespit ettiniz mi?.		
5. Tespit edilen ve sıralanan davranış ve tutumları bir çizelgeye geçirdiniz mi?		
6. Değerlendirme yapılırken kullanılacak ölçütleri belirlediniz mi?		
7. Hazırladığınız gözlem formu ile erken çocukluk eğitimi veren bir kuruma gidip bir çocuk üzerinde uyguladınız mı?		
8. Gözlem sonuçlarını sınıfta arkadaşlarınızla tartıştınız mı?		

## DEĞERLENDİRME

Değerlendirme sonunda “Hayır” şeklindeki cevaplarınızı bir daha gözden geçiriniz. Kendinizi yeterli görmüyorsanız öğrenme faaliyetini tekrar ediniz. Bütün cevaplarınız “Evet” ise “Ölçme ve Değerlendirme”ye geçiniz.

## ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME

Aşağıdaki cümlelerin başında boş bırakılan parantezlere, cümlelerde verilen bilgiler doğru ise D, yanlış ise Y yazınız.

1. ( ) Çocuklar bireysel farklılık göstermekle beraber 18. aydan itibaren tuvalet eğitimi almaya hazır hale gelirler.
2. ( ) Tuvalet eğitimi kazanmış çocuklarda ara sıra da olsa gece veya gündüz alt ıslatma olayı görülmez.
3. ( ) Oyun çağı çocukları özellikle oyuna daldıkları zaman tuvaletini ertelemektedirler.
4. ( ) Çocuk 4 yaşına geldiği halde tuvalet eğitimi tamamlamamışsa bu bir soruna işaret edebilir.
5. ( ) Okul öncesi dönemdeki çocuklar yetişkin tuvaletlerini rahatlıkla kullanabilirler.

Aşağıdaki cümleleri dikkatlice okuyarak boş bırakılan yerlere doğru sözcüğü yazınız.

6. 36 aylık çocuklar genellikle ..... eğitimi kazanmış olurlar.
7. Okullardaki tuvaletlerde toplu kullanım söz konusu olduğu için kişisel hijyen ve grup hijyeni açısından ..... alışkanlığı son derece önemlidir.
8. Tuvalet eğitimi kazanamamış olan bir çocuğun sorununun fizyolojik ve ..... bir nedeni olup olmadığı mutlaka araştırılmalıdır.
9. Kız çocuklarında, genital bölgeye mikrop bulaştırmamak için dışkılama sonrası temizlik ..... doğru olmalıdır.
10. Dışkılama sonrası temizlikte ..... doğrudan kullanılmamalıdır.

## DEĞERLENDİRME

Cevaplarınızı cevap anahtarıyla karşılaştırınız. Yanlış cevap verdiğiniz ya da cevap verirken tereddüt ettiğiniz sorularla ilgili konuları faaliyete geri dönerek tekrarlayınız. Cevaplarınızın tümü doğru ise bir sonraki öğrenme faaliyetine geçiniz.

# ÖĞRENME FAALİYETİ-4

## AMAÇ

Öğrenme faaliyetinde kazandırılacak bilgi ve beceriler doğrultusunda uygun ortam sağlandığında 36-72 ay çocuğuna uyku ve dinlenme alışkanlığı becerisi kazandırmaya rehberlik edebileceksiniz.

## ARAŞTIRMA

- Çocuklarda gelişen uyku bozukluğu sorununun nedenlerini araştırınız. Edindiğiniz bilgileri arkadaşlarınızla sınıfta paylaşınız.

## 4. 36-72 AY ÇOCUĞUNDA UYKU VE DİNLENME

### 4.1. Önemi

Çocuğun sağlıklı büyümesinde düzenli uykunun önemli bir yeri vardır. Gün içinde evde ya da okul öncesi eğitim kurumlarında çocuklar için uyku saatleri olmalı, uyumakta zorluk çeken çocukların yatarak dinlenmeleri sağlanmalıdır. Oyun çocukluğu döneminin özellikle ilk yıllarında öğlen uykuları çocuklar için vazgeçilmez bir ihtiyaçtır. Halk arasında “Çocuklar uykuda büyür.” , ”Uyusun da büyüsün.” gibi deyişler vardır. Büyüme hormonu uykuda salgılandığından çocukların büyüme ve gelişmesinde düzenli ve yeterli uykunun önemi büyüktür. Gün içinde sürekli hareket halinde olan çocuklar, dinlenemediği zaman dikkat eksikliği, huzursuzluk ve aşırı hareketlilik ve sosyal gelişme geriliği göstermektedir. Bu durum okulda öğretmeni, evde aileyi çoğu zaman zor durumda bırakmaktadır. Bu yüzden çocukların gündüz ve geceleri yeterince uyumaları ve dinlenmeleri sağlanmalıdır.





**Resim 4.1: Çocuklar uyurken büyür.**

#### **4.1.1. Uyku ve Dinlenme Saatleri**

36-72 aylık çocukların geceleri en az 9-11 saat arası uyumaları gerekir. Tam gün eğitim veren okul öncesi eğitim kurumlarında, öğle yemeğinden sonra çocukların uyumaları ya da dinlenmeleri sağlanmalıdır.

Okul öncesi eğitim programındaki uyku ve dinlenme saatlerinde çocukların uyuma zorunluluğu yoktur. Yatak ya da kampetlerine uzanarak uyumadan dinlenebilirler. Öğretmen bu süre içinde çocuklara sakin bir müzik dinletebilir, hikâye anlatabilir, kaset ya da CD'den masal dinletebilir. Bu süreyi yatarak, hareketsiz ve dinlenerek geçirmelerini sağlayabilir. Bu nedenle eğitimcilerin çocukları, uyumaları için zorlamaları doğru değildir. Uyku ve dinlenme saati sonunda çocukların teri kontrol edilmeli, gerekirse çamaşırları değiştirilmelidir. Uyku odaları gürültüden uzak, havalandırılmış, ılık, loş olmalı, çocuklar için tehlike doğurabilecek donanımdan kaçınılmalıdır.

#### **4.1.2. Uyku Düzeni Kazandırmada Dikkat Edilecek Noktalar**

Uyku sorunu yaşayan çocuklar incelendiğinde, bu sorunun daha çok psikolojik kökenli olduğu görülmüştür. Çocuğa yeterli ilgi göstermeyen, çocuğun üzerine gereğinden fazla düşen, uyku konusunda aşırı titiz, katı ve otoriter olan ailelerde büyüyen, kalabalık ve gürültülü ortamlarda, anne ve baba geçimsizliğinin yoğun olduğu, kardeş kıskançlığının görüldüğü ailelerde uyku sorununa daha sık rastlanmaktadır.

Bazı çocuklar ise yalnızlıktan ve karanlıktan korkarlar. Bu nedenle akşam uyku saatleri geldiğinde huzursuz olurlar. Yalnız yatmak istemezler. Uyuyuncaya kadar yanlarında birinin durmasını isterler. Bu çocuklardan bazıları parmak emerek, yorgan veya yastığın ucunu kemirerek veya sallanarak uykuya dalarlar. Bazıları da uykuya daldıktan kısa bir süre sonra ağlayarak uyanırlar. Bu durum karşısında bazı aileler çocuklarını sallayarak ya da kucakta dolaştırarak uyuturlar. Çocuğun her türlü kapisine katlanırlar. Bunun gibi yanlış tutumlar çocuğun iyi bir uyku alışkanlığı kazanmasını engeller.

### **Evde aile;**

- Çocukların her gece ortalama 9-11 saat uyuması sağlanmalı,
- Düzenli bir uyku saati belirlenmeli,
- Akşam geç saatlere kadar uyanık kalmasına izin verilmemeli,
- Çocuğun televizyon karşısında uyuyakalmasına izin verilmemeli,
- Uyku zamanına yakın kafeinli gıdalar (kola, çikolata vs.) almaması sağlanmalı,
- Çocukların uyku öncesi birtakım alışkanlıkları kazanmasını sağlanmalı (örneğin uyumadan önce düzenli olarak yapılacak diş fırçalama, vs. işleri hep aynı sıra ve şekilde yapması ),
- Çocuğun yatağına özen gösterilmeli (Yastığı yüksek olmamalı, kullanılan çarşaf, battaniye vs. temiz olmalıdır.),
- Çocuğun yatak odasının ısı kontrol edilmeli, uyurken oda ısı 20- 22 derecede olmalıdır.

### **Okulda Yapılabilecekler**

- Okulun başladığı ilk günlerde uyuması için ısrarcı davranılmamalı, zorlanmamalıdır.
- Okula uyumu sağlandıktan sonra, çocuğun uyuması değil de dinlenmesi istenmelidir (zaten uzandığı yerde hareketsiz kalan çocukların birçoğu kendiliğinden uykuya dalmaktadırlar).
- Uyku odasını düzenleme işi çocukla birlikte yapılmalıdır.
- Çocuğa dinlenemediği zaman yeterince güçlü olamayacağı ve bazı faaliyetleri yaparken zorlanacağı anlatılmalıdır.
- Dinlenmenin yararları çocuklarla tartışılabilir.
- Çocukla neden uyumak istemediği hakkında konuşulmalıdır.
- Bütün uğraşlara rağmen uyumamak için direniyorsa aile ile iş birliğine gidilmelidir.

### 4.1.3. 36-72 Ay Çocuğuna Uyku ve Dinlenme Alışkanlığı Kazandırmaya Yönelik Etkinlik Örnekleri

Öğretmenler, uyku-dinlenme saatine geçilmeden önce çocuklara sınıfta oyunlar oynatabilir, pijamalarını giydikten sonra çeşitli hayvan taklitleri yaparak yataklarına gitmelerini isteyebilir. Uzandıklarında bir mağazanın oyuncak reyonunda olduklarını hayal etmelerini, almayı istedikleri oyuncakları düşünmelerini isteyebilir. Daha önceden hazırlanmış olduğu yastık biçimindeki hikâye kitabını uyku ve dinlenme etkinliğinde kullanabilir.























Resim 4.2: Yastık öykü

Öğretmen uyku ve dinlenme etkinliğiyle ilgili sorunu olan çocuk için bir grafik hazırlayıp bu grafik üzerinde kendisini değerlendirmesini isteyebilir. Hazırlanan grafik aylık olmalı ve çocuğun kendisinin işaretlemei istenmelidir. Bu tablo davranış değişikliği oluşturmak üzere hazırlanan bir tablodur. Bu nedenle, 1 aydan önce davranış değişikliği beklenemeyeceğinden, tablo aylık olarak hazırlanır.

İlk haftada çizilen 2 gülen yüze bir ödöl vaat edilir. Ödöl çocukla birlikte kararlaştırılır. Kitap, yapboz, dergi, sinema bileti vs. ödöl olarak belirlenir. 2. hafta 2, 3. hafta 3 ve 4. hafta 5 gülen yüz çizebilirse ödöl alır. Ödüller küçükten büyüğe doğru ya da çocuğun en çok istediği ödöl büyük ödöl olarak belirlenir. Ertesi ay tablo yenilenebilir.

DAVRANIŞ DEĞİŞTİRME PANOSU ( UYKU- DİNLENME )

Çocuğun Adı:  
Yaşı :  
Sınıfı :

	PAZARTESİ	SALI	ÇARŞAMBA	PERŞEMBE	CUMA
1.HAFTA					
2.HAFTA					
3. HAFTA					
4. HAFTA					

## **Etkinlik 1: Yastık Sürprizi**

**Materyal:** Hikâye kitapları

**Uygulama:** Eğitimci çocukları uyku-dinlenme odasına götürmeden önce her çocuğun yastığının altına değişik hikâye kitapları yerleştirir. Yataklarına yattıktan sonra öğretmen onlara seçmiş olduğu bir hikâyeyi sakince bir ses tonu ile okur. Yastıklarının altında bir sürpriz bulunduğunu söyler. Çocuklar hikâye kitaplarını ellerine aldıktan sonra sessizce resimlerine bakmalarını ister. İncelemesi biten çocuk kitabını yastığının altına koyar ya da öğretmene verir. Aynı uygulama ara sıra tekrarlanır.

## **Etkinlik 2: Rüya Görmece**

**Materyal:** Kaset veya CD

**Uygulama:** Eğitimci dinlenme saatinde çocuklar yataklarına uzandıktan sonra şunları söyler:

Gözlerinizi kapatın!

Şimdi ailenizle lunaparka gittiğinizi düşünün.

Bakalım rüyanızda lunaparkta neler yapacaksınız? der.

Kasetçaları kısık sesle açarak çocuklara; uygun bir müzik dinletir.

Uyku -dinlenme saati bitiminde çocuklara gördükleri rüyalar anlatılır.

## UYGULAMA FAALİYETİ

36- 72 ay çocuklarında uyku ve dinlenme saati için hikâye etkinliği planlayınız ve uygulayınız.

İşlem Basamakları	Öneriler
➤ 36- 72 ay çocuklarına kazandırılacak, uyku ve dinlenmeyle ilgili öz bakım becerilerini araştırınız.	➤ Modülün arkasındaki kaynaklardan, 36-72 aylık çocukların Okul Öncesi Eğitim Programı kitabından ve çevrenizdeki okul öncesi eğitim kurumlarından yararlanınız.
➤ Etkinliğinizin amaçlarını ve kazanımlarını belirleyiniz.	➤ 36-72 aylık çocuklar için Okul Öncesi Eğitim Programı kitabını kullanabilirsiniz.
➤ 36- 72 aylık çocuklara uygun bir hikâye belirleyiniz.	➤ Çocukların seviyelerine uygun hikâyelerden seçebilirsiniz.
➤ Etkinliğin öğrenme sürecini belirleyiniz.	➤ Hikâye kitabından anlatabilirsiniz.
➤ Planlamanızı ve hazırlıklarınızı tamamlayınız.	➤ Planladığınız etkinlik uygulamaya hazır mı? Kontrol ediniz. Öğretmeninize sununuz.
➤ Çocukların uyku ve dinlenme saati öncesi yaptıkları hazırlıkları gerekli durumlarda destekleyiniz.	➤ Giyinme soyunma yatak ya da kâmpet üzerine uzanmada destekleyici ve yönlendirici olunuz.
➤ Planladığınız etkinliği belirlediğiniz grupla uygulayınız.	➤ Önce çocukları yapacağınız çalışma ile ilgili bilgilendirin. Doğru iletişim kurduğunuzdan emin olunuz.
➤ Uygun bir ses tonu ile hikâyeyi anlatınız.	➤ Hikâyede geçen olayları düşünmesini isteyebilirsiniz.
➤ Uygulama sonunda etkinliğinizin hem çocuklar açısından hem kendi açısından değerlendirmesini yapınız, belirlediğiniz amaçlara ulaşıp ulaşmadığınızı kontrol ediniz.	➤ Yaptığınız çalışmayı çocuklarla birlikte değerlendiriniz.

## KONTROL LİSTESİ

Bu faaliyet kapsamında aşağıda listelenen davranışlardan kazandığınız becerileri **Evet**, kazanamadığınız becerileri **Hayır** kutucuğuna (X) işareti koyarak kendinizi değerlendiriniz.

Değerlendirme Ölçütleri	Evet	Hayır
1. 36-72 ay çocuklarına kazandırılacak, uyku ve dinlenmeyle ilgili öz bakım becerilerini araştırdınız mı?		
2. Etkinliğinizin amaçlarını ve kazanımlarını belirlediniz mi?		
3. 36- 72 aylık çocuklara uygun bir hikâye seçtiniz mi?		
4. Etkinliğin öğrenme süresini belirlediniz mi?		
5. Planlamanızı ve hazırlıklarınızı tamamladınız mı?		
6. Çocukların uyku ve dinlenme saati öncesi yaptıkları hazırlıkları gerekli durumlarda desteklediniz mi?		
7. Planladığınız etkinliği belirlediğiniz grupla uyguladınız mı?		
8. Uygun bir ses tonu ile hikâyeyi anlattınız mı?		
9. Uygulama sonunda etkinliğinizin hem çocuklar açısından hem kendi açıınızdan değerlendirmesini yaptınız mı?		

## DEĞERLENDİRME

Değerlendirme sonunda “Hayır” şeklindeki cevaplarınızı bir daha gözden geçiriniz. Kendinizi yeterli görmüyorsanız öğrenme faaliyetini tekrar ediniz. Bütün cevaplarınız “Evet” ise “Ölçme ve Değerlendirme”ye geçiniz.

## ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME

Aşağıdaki cümlelerin başında boş bırakılan parantezlere, cümlelerde verilen bilgiler doğru ise **D**, yanlış ise **Y** yazınız.

1. ( ) Çocuklar uykudayken büyüme hormonu salgılandığından büyüme ve gelişmesinde düzenli ve yeterli uykunun önemi çok büyüktür.
2. ( ) 36–72 aylık çocukların geceleri 6-7 saat uyku uyumaları yeterlidir.
3. ( ) Uyku odası gürültüden uzak, ılık ve loş olmalıdır.
4. ( ) Çocukların akşam geç saatlere kadar uyanık kalmasına izin verilmemelidir.
5. ( ) Okul öncesi eğitim kurumlarında, uyku-dinlenme saatlerinde çocuklar uyumak zorundadır.

Aşağıdaki cümleleri dikkatlice okuyarak boş bırakılan yerlere doğru sözcüğü yazınız.

6. Uyku zamanına yakın ..... gıdalar (kola, çikolata vs.) almaması sağlanmalıdır.
7. Uyku odasını düzenleme işi ..... birlikte yapılmalıdır.
8. Çocuğun uyku düzeni ile ilgili yanlış tutum ve yaklaşımlar çocuğun iyi bir ..... alışkanlığı kazanmasını engeller.
9. Çocuk uyurken yatak odasının ısısı ...../..... derece olmalıdır.
10. Okul öncesi eğitim kurumlarında çocuk bütün uğraşlara rağmen uyumamakta direniyorsa.....iş birliğine gidilmelidir.

## DEĞERLENDİRME

Cevaplarınızı cevap anahtarıyla karşılaştırınız. Yanlış cevap verdiğiniz ya da cevap verirken tereddüt ettiğiniz sorularla ilgili konuları faaliyete geri dönerek tekrarlayınız. Cevaplarınızın tümü doğru ise bir sonraki öğrenme faaliyetine geçiniz.



# ÖĞRENME FAALİYETİ-5

## AMAÇ

Öğrenme faaliyetinde kazandırılacak bilgi ve beceriler doğrultusunda uygun ortam sağlandığında 36- 72 ay çocuğuna toplumsal kurallara uyma becerisi kazandırmaya rehberlik edebileceksiniz.

## ARAŞTIRMA

- Yaşadığınız çevredeki görgü kurallarını ve toplumsal kuralları araştırınız.

## 5. 36-72 AY ÇOCUĞUNDA TOPLUMSAL KURALLARA UYMA

### 5.1. Tanımı ve Önemi

Toplumsal kurallar; bireyin içinde yaşadığı toplumun değer yargılarına, örf ve adetlerine uygun olarak davranması ve bu davranışların sürekliliğini sağlayarak çevresiyle uyumlu bir şekilde yaşayabilmesidir.

Toplumsal kurallara uyan kişiler, çevresindeki diğer insanlarla sorun yaşamadan olumlu ilişkiler kurar. Sorun yaşasalar dahi yine bunları toplumca onaylanan yollarla çözebilirler.

Toplum hayatında insan ilişkileri önemli bir yer tutar. Bu ilişkiler, belli kurallara dayanır. Bu kuralların bir kısmı hukuka, bir kısmı örf ve adetlere bir kısmı da inançlara dayalıdır. İnsanların birbirleriyle ilişkilerinde önce kendilerine, sonra da karşısındakilere saygılı olması işlerini kolaylaştırır. Bu karşılıklı etkileşim insan ilişkilerinin bir gereğidir.

Çocuklar doğumdan itibaren ailesiyle yaşamaya başlar. Bu, onların ilk sosyal çevresidir ve insanlarla nasıl ilişki kuracaklarını, bunu nasıl sağlıklı bir şekilde sürdüreceklerini ailede öğrenirler. Daha sonra aile içindeki bu etkileşim, diğer yetişkinler ve arkadaşları ile ilişkilerinde de etkili olur. Sevgi dolu bir ortamda büyüyen, varlığı önemsenen, benlik saygısı yüksek, empati kurabilen bireyler toplumsal kurallara uymada daha başarılıdırlar. İşte bu dönemde anne-baba davranışları çok önemlidir. Çocuklar büyük ölçüde başta anne-babalarını daha sonra da başkalarını model alarak taklit ederek ve toplumsal kuralların özelliklerini kavrayarak toplumsal uyumu öğrenirler. Evde anne-babalar okulda ise eğitimciler çocuklara toplumsal kurallara uyma konusunda iyi bir model oluşturmalı, yaptıkları olumsuz davranışların sonuçlarını yaşamaları için çocuklara ortam sağlamaları gereklidir.

Çocuklar üç yaş civarında sosyal çevreye açılmaya yakın çevresinden başlayarak akran gruplarıyla iletişim kurup onlarla paylaşımlarda bulunmaya başlar. Gelişim dönemlerinin özelliği gereği paylaşım konusunda çok da başarılı değildirler. Akranlarıyla aynı ortamda buldukları halde onlarla eşyalarını, oyuncaklarını paylaşmak istemezler. Oyunlarını bağımsız olarak sürdürürler. Ancak çocuklar dört-beş yaşına geldiklerinde durum değişiklik gösterir. Kuralları öğrenmeye ve uygulamaya başlarlar ve akranlarıyla oyunlarında daha başarılı olurlar. Altı yaşta grup oyunlarına yönelirler. Kendileri de oyunlar oluşturup kural koyabilirler. Arkadaşlarının duygularını paylaşmaya başlarlar. Liderliği üstlenebilirler. Ancak ilişkilerinde çeşitli sorunlar ve çatışmalar yaşayıp saldırgan tepkiler verdikleri görülebilir. Zamanla bunun çözüm olmadığını fark ederek toplumca onaylanan çözümler bulmaya çalışırlar. Arkadaşları tarafından grubun dışına itilmek onlar için etkili bir cezadır.

Sosyal beceriler, temelleri okul öncesi dönemde atılan davranış kalıplarıdır. Sırasını bekleme, başkalarına hizmet etme, başkalarını incitmeden hakkını arayabilme, başka insanların duygularını dikkate alarak sevinç ve kızgınlıklarını ifade edebilme, isteklerini erteleyebilme vb. davranışlar eğitim programında yer alan sosyal ve duygusal amaçlar çerçevesinde çocuklara kazandırılmaya çalışılmalıdır. Öğretmen sınıftaki çocukların duygularını, başka çocukların varlığından kaynaklanan kırıklıklarını çatışmaya dökmekten kaçınması için gerekli önlemleri almalı, sosyal becerileri kazandırmaya yönelik etkinlikler geliştirmelidir (36-72 aylık çocuklar için okul öncesi eğitim programı S:51).

## 5.2. Görgü Kuralları

Görgü kuralları kültürden kültüre hatta aileden aileye farklılık gösterebilmektedir. Dolayısıyla kesin bir tanım yapmak zordur. Ailelerin değer yargılarına ve benimsedikleri yaşam biçimlerine, çocuğun yetiştiği ortama göre değişkenlik gösterebilir. Çocuklar görgü kurallarını çevresinde iletişim halinde olduğu diğer bireylerden öğrenirler. Tavır ve konuşmalarında çoğu zaman model aldıkları bireyler gibi davranırlar. Bundan dolayı aile ve okuldaki yetişkinler iyi bir model oluşturmalıdır.

### 5.2.1. Eğitim Ortamında Görgü Kuralları

- Gerekli durumlarda nezaket sözcüklerini kullanma (izin isteme, rica etme, teşekkür etme, özür dileme)
- Selamlaşma – vedalaşma (günaydın, merhaba, hoşça kal, iyi akşamlar vs.)
- Sırasını bekleme
- Söz hakkı verilmesini isteme ve bekleme
- Başkalarını incitmeden hakkını arayabilme
- Başkalarının haklarına saygılı olma
- Başkalarını dinleme
- Okul eşyalarını paylaşma
- Okula ait eşyaları iyi kullanma
- Kullandığı eşyaları yerine koyma
- Arkadaşları ile yardımlaşma
- Arkadaşlarına zarar vermeme
- Okulda yüksek sesle konuşmama

- Yetişkinlerle ve arkadaşlarıyla gerektiğinde iş birliği yapabilme
- Gerektiğinde yardım isteme
- Grup etkinliklerinde kurallara uyma
- Gerektiğinde liderliği üstlenme
- Gerektiğinde lideri izleme

Öğretmen haftanın belli günlerinde sınıf içindeki paylaşımları arttırmak için oyuncak, kitap, sürpriz günü vb. belirleyebilir. Çocukların evden kendilerine ait eşyalarını getirerek sınıfta arkadaşları ile paylaşmalarını ister. Örneğin pazartesi kitap günü, çarşamba sürpriz günü, cuma oyuncak günü yapabilir. Sürpriz gününde ise ailelerden sıra ile sabah kahvaltısında yenilebilecek poğaça, öğlen yemeğinde yenilebilecek tatlı ya da ikinci kahvaltısında yenilebilecek kek ya da pasta türü bir şey getirmelerini isteyebilir. Yiyeceklerin servisinde, yiyeceği getiren çocuğa sorumluluk verilebilir, servis esnasında yardım istenebilir.

Dağılan bir sınıfın toplanması için öğretmen, emir cümleleriyle yönlendirme yapmak yerine bu işi oyunlaştırarak çocuklardan elektrik süpürgesi, sihirbaz, çalışkan arı ya da karınca olmalarını isteyerek bu aktiviteyi sevimli hale getirebilir. Sınıfta kaybolan oyuncağın bulunması için oyuncak dedektifi rolü ile görevlendirme yapabilir.

Sessiz sırayla bir yere gidilmesi gerektiğinde ( örneğin merdiven inmek çıkmak, lavaboya gitme gelme vs.) sessiz hayvan öykünmeleri yaptırabilir.

### **5.2.2. Evde Görgü Kuralları**

- Büyüklerine karşı saygılı olma
- Kardeşleri ile iyi geçinme
- Ev işlerinde anne-babaya yardımcı olma
- Duygularını uygun şekilde ifade etme (mutluluk, sevinç, üzüntü, öfke vb.)
- Kişisel odalara izinsiz girmeme
- Özel eşyaları karıştırmama
- Odasını düzenli tutma
- Ortak kullanılan eşyaları temiz ve düzenli kullanarak yerine bırakma

Çocuğa ev ortamında yapabileceği ölçüde sorumluklar verilmelidir. Bu hem onun kişisel ihtiyaçlarını karşılamasını sağlar, özgüven gelişimini destekler hem de yetişkinle birlikte yapıldığında paylaşımı artırır.

### 5.3. 36- 72 Ay Çocuğuna Toplumsal Kuralları Kazandırmaya Yönelik Etkinlik Örnekleri

Eğitimiçi çocuklarla birlikte okulda uyulması gereken görgü kuralları ile ilgili resimli uyarıcı levhalar hazırlayarak sınıfın ve okulun uygun yerlerine asabilir.

**Etkinlik Adı:** Oyun (Sıra Bekleme)

**Amaç:** Birlikte çalışırken ya da oyun oynarken sıra beklemenin gerekli olduğunu anlamalarına yardımcı olmak ve sıra beklemenin sonuçlarını göstermek

**Materyal:** Çocuklara vermek için şekerler

**Uygulama:** Sırada mısınız?

Eğitimiçi yanında getirdiği şekerleri masanın üzerine koyarak şöyle der:

“Çocuklar hepinize yeter mi bilmiyorum ama sizlere şeker dağıtacağım. Şimdi benim birkaç dakikalık işim var. Sizden masanın önünde sıraya girerek sessizce beklemenizi istiyorum.”

Eğitimiçi yanında götürdüğü bir dosya ile ilgileniyor gibi görünürken daha önceden anlaştığı iki çocuk, arkadaşlarının sırasını kalmaya çalışır. Arka sıralardan ön sıralara doğru yavaşça ilerlemeye başlarlar. Fiziksel bir kavga olmadıkça eğitimiçi onlarla ilgilenmez. Bir süre sonra şekerleri dağıtır ve oynadıkları oyunu diğerlerine açıklar. Gruba şu soruları sorar:

- Arkadaşlarınızın önünüze geçmesi nasıl bir davranıştı?
- Onlardan etkilenerek başkaları da sırayı bozdu mu?
- Arkadaşlarınız önünüze geçtiğinde neler hissettiniz?
- Daha önce böyle olaylar yaşadığınızda neler hissettiniz?
- Nasıl oldu? Karşınızdaki kişi ne yapmıştı?

**Etkinlik 2:** Oyun (Merhaba)

**Uygulama:** Çocuklar odanın içinde karışık bir şekilde çarpışmadan yürürler. Karşılaşan kişiler önce parmaklarıyla birbirlerinin burnuna dokunur ve “Merhaba” diyerek karşıındakinin ismini söyler. İkinci karşılaştıklarında bu kez birbirlerinin kulak memelerini tutarak “İyi günler” diyerek selamlaşırlar. Üçüncüde ise birbirlerinin omuzlarına dokunarak “Merhaba nasılsınız?” şeklinde selamlaşırlar. Selamlaşmak için kullanılabilecek sözcükler eğitimiçi tarafından not edilir ve çocuklara hatırlatılır; bunları kullanabilecekleri söylenir.

### **Etkinlik 3:** Oyun (Kurdele Yarışı)

**Materyal:** Renkli balonlar, aynı renkte kurdeleler ve kurdeleleri bağlamak için bir hedef (örneğin duvara asılan bir ip merdiven)

**Uygulama:** Eğitimci serbest oyunda dağılan ilgi köşelerinin ve sınıfın toplanması için dağılan bölümlere renkli şişirilmiş balonlar bırakır. Sınıfta çocukları gruplara ayırır. Her gruptan bir çocuk öğretmenin elindeki kurdelelerden çeker. Hangi renk çekilmiş ise grup o köşeye giderek hızlıca toplamaya başlar Eşyaların düzgün ve özenli toplanması gerektiği çocuklara hatırlatılır. Toplama işi bittikten sonra elindeki kurdeleyi gösterilen hedefe bağlar. Birinci olan grup oyunu kazanır.

## UYGULAMA FAALİYETİ

Sınıf arkadaşlarınızla görgü kurallarını araştırarak okulda uyulması gereken görgü kurallarının okul yaşamınızdaki etkilerini tartışınız.

İşlem Basamakları	Öneriler
➤ Görgü kurallarını inceleyiniz.	➤ İncelemenizde dikkatli ve titiz olunuz.
➤ Okulda uyulması gereken görgü kurallarını tespit ediniz.	➤ Değişik kaynaklardan bilgi konuları resim, fotoğraf, güzel sözler vs. araştırınız.
➤ Kurallara uymanın okul yaşamınızdaki etkilerini tespit ediniz.	➤ Değişik fikirlere saygı gösteriniz.
➤ Görgü kurallarına uyulmadığında yaşanan sorunları tespit ediniz.	➤ Sınıfınızdaki yaşanan olaylardan örnekler veriniz.
➤ Çözüm yolları üretiniz.	➤ Ürettiğiniz çözüm yollarını sınıftaki tahtaya not ediniz.
➤ Arkadaşlarınızla olumlu bir iletişim kurunuz.	➤ Değişik görüşlere saygılı olunuz.
➤ Farklı fikir ve görüşleri dinleyiniz.	➤ Eleştirilere karşı hoşgörülü olunuz.
➤ Bilgi konuları ve güzel sözleri düzenleyerek sınıf panonuzu oluşturunuz.	➤ Fotoğraf ve yazılarla uyarıcı panonuzu oluşturunuz.

## KONTROL LİSTESİ

Bu faaliyet kapsamında aşağıda listelenen davranışlardan kazandığınız becerileri **Evet**, kazanamadığınız becerileri **Hayır** kutucuğuna (X) işareti koyarak kendinizi değerlendiriniz.

Değerlendirme Ölçütleri	Evet	Hayır
1. Görgü kurallarını incelediniz mi?		
2. Okulda uyulması gereken görgü kurallarını tespit ettiniz mi?		
3. Kurallara uymanın okul yaşamınızdaki etkilerini tespit ettiniz mi?		
4. Görgü kurallarına uyulmadığında yaşanan sorunları tespit ettiniz mi?		
5. Çözüm yolları ürettiniz mi?		
6. Arkadaşlarınızla olumlu bir iletişim kurdunuz mu?		
7. Farklı fikir ve görüşleri dinlediniz mi?		
8. Bilgi konuları ve güzel sözleri düzenleyerek sınıf panonuzu oluşturduğunuz mu?		

## DEĞERLENDİRME

Değerlendirme sonunda “Hayır” şeklindeki cevaplarınızı bir daha gözden geçiriniz. Kendinizi yeterli görmüyorsanız öğrenme faaliyetini tekrar ediniz. Bütün cevaplarınızı “Evet” ise “Ölçme ve Değerlendirme”ye geçiniz.

## ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME

Aşağıdaki cümlelerin başında boş bırakılan parantezlere, cümlelerde verilen bilgiler doğru ise D, yanlış ise Y yazınız.

1. ( ) Okul çocuğun ilk sosyal çevresidir.
2. ( ) Çocuklar anne-babayı model alarak toplumsal kuralları ve bunlara uyum sağlamayı öğrenirler.
3. ( ) Çocuklar 6 yaş civarında sosyal çevreye açılmaya, yakın çevreden başlayarak akran gruplarıyla iletişim kurup paylaşımlarda bulunmaya başlar.
4. ( ) Sosyal beceriler, temelleri okul öncesi dönemde atılan davranış kalıplarıdır.
5. ( ) Çocuklar görgü kurallarını çevresinde iletişim halinde olduğu diğer bireylerden öğrenirler.

Aşağıdaki cümleleri dikkatlice okuyarak boş bırakılan yerlere doğru sözcüğü yazınız.

6. Öğretmen sınıfta ..... becerileri kazandırmaya yönelik etkinlikler geliştirmelidir.
7. .... ailelerin değer yargılarına ve benimsedikleri yaşam biçimlerine göre değişkenlik gösterebilir.
8. Gerekli durumlarda ..... sözcüklerini kullanma, bir görgü kuralıdır.
9. Çocuk, yetişkinlerle ve arkadaşlarıyla gerektiğinde ..... yapabilmelidir.
10. Çocuğun mutluluk, sevinç, öfke, kırgınlık gibi ..... uygun şekilde ifade etmeyi öğrenmesi bir görgü kuralıdır.

## DEĞERLENDİRME

Cevaplarınızı cevap anahtarıyla karşılaştırınız. Yanlış cevap verdiğiniz ya da cevap verirken tereddüt ettiğiniz sorularla ilgili konuları faaliyete geri dönerek tekrarlayınız. Cevaplarınızın tümü doğru ise “Modül Değerlendirme”ye geçiniz.



# MODÜL DEĞERLENDİRME

Aşağıdaki soruları dikkatlice okuyarak doğru seçeneği işaretleyiniz.

1. Aşağıdakilerden hangisi çocukların vücut temizliğinde tercih edilmemesi gereken bir araçtır?  
A) Banyo süngeri  
B) Banyo lifi  
C) Kese  
D) Şampuan
2. Aşağıda temizlikle ilgili verilen ifadelerden hangisi **yanlıştır**?  
A) Saç temizliğinde kullanılan fırça ve taraklar kişisel olmalıdır.  
B) Pamuklu çoraplar, ayak sağlığı açısından tercih edilmelidir.  
C) Çocuklarda kullanılan diş fırçaları yetişkinlerinkine oranla küçüktür.  
D) El tırnakları düz olarak, ayak tırnakları ise yarım ay biçiminde kesilmelidir.
3. Deri temizliği ile ilgili olarak verilen ifadelerden hangisi doğrudur?  
A) Banyo yapılamadığı zaman iç çamaşırları değiştirilmez.  
B) Kese, çocuklarda deriyi temizlemek için en iyi araçtır.  
C) Banyodan sonra çocukları ılık bir ortamda tutmak gerekir.  
D) Yıkanmadan sonra vücudun kendi kendine kuruması beklenmelidir.
4. Giyim eşyalarının özellikleri ile ilgili olarak verilen ifadelerden hangisi **yanlıştır**?  
A) Mevsim ve sıcaklık şartlarına uygun olmalıdır.  
B) Cildi tahriş etmeyecek özellikte olmalıdır.  
C) Çocuğun serbest hareketini kısıtlamamalıdır.  
D) Öncelikle zevke uygun olmalıdır.
5. 36-72 aylık çocukların giyinme-soyunma becerileri ile ilgili olarak verilen davranışlardan hangisinin doğru olduğu **söylenemez**?  
A) Bağciksız ve düğmesiz giysileri yardımsız giyebilirler.  
B) 48-60 ay arasında giysilerindeki küçük düğmeleri ilikleyip çözebilirler.  
C) Giysilerini boyunlarına uygun bir askıya asabilirler.  
D) Mevsim koşullarına uygun giysi seçimi yapabilirler.
6. Giyinme gereksinimleri sıralanacak olursa, önem ve öncelik bakımından ilk sırayı aşağıdakilerden hangisi alır?  
A) Bedeni dış etkilerden korumak  
B) Güzel görünmek ve beğenilmek  
C) Dini inançlar, örf ve adetler  
D) Sosyal ve çevresel faktörler

7. Bireysel farklılık göstermekle birlikte çocuklar ortalama olarak hangi aydan itibaren tuvalet eğitimi almaya hazır hale gelirler?  
A) 12 aydan itibaren  
B) 14 aydan itibaren  
C) 16 aydan itibaren  
D) 18 aydan itibaren
8. Tuvalet eğitimi kazanamamış çocuklar için aşağıdakilerden hangisi **yapılmamalıdır**?  
A) Çocuğu düzenli olarak tuvalete götürmeli ya da göndermelidir.  
B) Özellikle uyku saatinden önce tuvalete gitmesini sağlamalıdır.  
C) Kirlendiği zaman onu bu konuda sert bir şekilde uyarmalı ve bir daha yapmaması söylenmelidir.  
D) Sorunun fizyolojik bir nedeni olup olmadığı araştırılmalıdır.
9. Aşağıda verilen ifadelerden hangisi **yanlıştır**?  
A) 36-72 aylık çocukların geceleri ortalama 9-11 saat uymaları gerekir.  
B) Okul öncesi eğitim kurumlarında ki uyku ve dinlenme saatlerinde çocukların uyuma zorunluluğu vardır.  
C) Uyku sorunu yaşayan çocukların bu sorunu daha çok psikolojik kökenlidir.  
D) Çocuğun televizyon karşısında uyuyup kalmasına izin vermemelidir.
10. Aşağıdakilerden hangisi çocuğa uyku alışkanlığı kazandırmada okul ortamında yapılabilecek davranışlardan **değildir**?  
A) Okulun başladığı ilk günlerde uyuması için ısrarcı davranmamalı, zorlanmamalıdır.  
B) Uyku odasını düzenleme işi çocukla birlikte yapılmalıdır.  
C) Uyumanın/dinlenmenin yararları tartışılabilir.  
D) Uyku ve dinlenme saatine geçilmeden önce hareketli bir etkinliğe yönlendirilmelidir.
11. Aşağıda verilen hangi örnekteki çocuklar toplumsal kurallara uymada daha başarısız olurlar?  
A) Sevgi dolu bir ortamda büyüyen çocuklar  
B) Varlığı önemsenen çocuklar  
C) Söz hakkı tanınmayan çocuklar  
D) Benlik saygısı oluşmuş çocuklar
12. Aşağıdakilerden hangisi okul ortamında uyulması gerekli görgü kurallarından **değildir**?  
A) Nezaket sözcükleri kullanma (rica etmek, teşekkür etmek vb.)  
B) Başkalarının haklarına saygılı olma  
C) Odasını düzenli tutma  
D) Sırasını bekleme

13. Aşağıdakilerden hangisi okul öncesi çocuğuna görgü kuralları ile ilgi beceri kazandırmada yapılabilecek uygulamalardan **olamaz**?
- A) Yemek saatinde, masaya servis yapılmasına yardımcı olmalarını istemek
  - B) Merdivenden inip çıkarken sessiz hayvan öykünmeleri yaparak sessizce inip çıkmasını sağlamak
  - C) Dağılan bir sınıfta emir cümleleriyle yönlendirme yapmak yerine, bu işi oyunlaştırarak sevimli hale getirmek
  - D) Öykü öncesi etkinliklerde sohbet sırasında, herkesin aynı anda konuşmasına izin vermek

## DEĞERLENDİRME

Cevaplarınızı cevap anahtarıyla karşılaştırınız. Yanlış cevap verdiğiniz ya da cevap verirken tereddüt ettiğiniz sorularla ilgili konuları faaliyete geri dönerek tekrarlayınız. Cevaplarınızın tümü doğru ise bir sonraki modüle geçmek için öğretmeninize başvurunuz.

# CEVAP ANAHTARLARI

## ÖĞRENME FAALİYETİ-1'İN CEVAP ANAHTARI

1	Doğru
2	Doğru
3	Yanlış
4	Doğru
5	Yanlış
6	Lif
7	Islak Mendil
8	Akşam Yatmadan
9	Fırçalamak
10	Altı

## ÖĞRENME FAALİYETİ-2'NİN CEVAP ANAHTARI

1	Doğru
2	Doğru
3	Yanlış
4	Doğru
5	Yanlış
6	Rahat
7	Tahriş-Alerji
8	Düğmeleri
9	Çabuk-Kolay
10	Gelişimine

### ÖĞRENME FAALİYETİ-3'ÜN CEVAP ANAHTARI

<b>1</b>	<b>Doğru</b>
<b>2</b>	<b>Yanlış</b>
<b>3</b>	<b>Doğru</b>
<b>4</b>	<b>Doğru</b>
<b>5</b>	<b>Yanlış</b>
<b>6</b>	<b>Tuvalet</b>
<b>7</b>	<b>Temizlik</b>
<b>8</b>	<b>Psikolojik</b>
<b>9</b>	<b>Önden arkaya</b>
<b>10</b>	<b>El</b>

### ÖĞRENME FAALİYETİ-4'ÜN CEVAP ANAHTARI

<b>1</b>	<b>Doğru</b>
<b>2</b>	<b>Yanlış</b>
<b>3</b>	<b>Doğru</b>
<b>4</b>	<b>Doğru</b>
<b>5</b>	<b>Yanlış</b>
<b>6</b>	<b>Kafeinli</b>
<b>7</b>	<b>Çocukla</b>
<b>8</b>	<b>Uyku</b>
<b>9</b>	<b>18/20</b>
<b>10</b>	<b>Aileyle</b>

## ÖĞRENME FAALİYETİ-5'İN CEVAP ANAHTARI

1	Yanlış
2	Doğru
3	Yanlış
4	Doğru
5	Doğru
6	Sosyal
7	Görgü kuralları
8	Nezaket
9	İş birliği
10	Duygularını

## MODÜL DEĞERLENDİRME CEVAP ANAHTARI

1	C
2	D
3	C
4	D
5	B
6	A
7	D
8	C
9	B
10	D
11	C
12	C
13	D

## KAYNAKÇA

- ARAL Neriman, Gülen BARAN, Serap ÇİMEN, Şenay BULUT, **Çocuk Gelişimi**, Ya-Pa Yayıncılık, İstanbul. 2001.
- ARAL Neriman, Gülen BARAN, Şenay PEDÜK, Serap ERDOĞAN, **Eğitimde Drama**, Ya-Pa Yayıncılık, İstanbul, Ekim, 2003.
- ARTAN İsmihan, Pınar San BAYHAN, **Çocuk Gelişimi ve Eğitimi**, Morpa Kültür Yayınları, İstanbul, 2005.
- DARICA Nilüfer, **Etkinlik Dünyası**, Morpa Kültür Yayınları, İstanbul 2004.
- DARICA Nilüfer, **Yaratıcı Etkinlikler**, Morpa Kültür Yayınları, İstanbul, 2004.
- ÖZBİLEK Güler, Aygören DİRİM, **Üniteler ve Belirli Günler**, Esin Yayınevi, İstanbul, 2003.
- SİVASLIOĞLU Aziz, **Okul Öncesinde Özel Hafta ve Günler**, Ya-Pa Yayınları, İstanbul, Eylül, 2000.
- AKDAL Havva, Şenay KALIN FALAKOĞLU, Leman ÇETİN, **Hayat Bilgisi İlköğretim 1**. Okyay Yayıncılık,2006.
- AKYILDIZ Naciye, **Sağlık Bilgisi**, Ya-Pa Yayınları, İstanbul, Mart, 2000.
- DARICA Nilüfer, **Etkinlik Dünyası**, Morpa Kültür Yayınları, İstanbul, 2004.
- ERKAN Serdar, **Örnek Grup Rehberliği Etkinlikleri**, Ankara,72.TDFO, 1995.
- KANDIR Adalet, **Çocuğum Büyüyor**, Morpa Kültür Yayınları, İstanbul, 2004.
- MİRİYAM Anjel, Berkay DİNÇ DELİGÖZ, **Tuvalet Eğitimi Nedir?**, Ya-Pa Yayınları, İstanbul.
- MİLLİ EĞİTİM BAKANLIĞI, Talim Terbiye Kurulu Başkanlığı, **Eğitim Uygulama Okulu Eğitim Programı**, Milli Eğitim Basımevi, Ankara, 2002.
- ÖZTÜRK Ayten, **Okul Öncesi Dönemde Oyun**, Esin Yayınevi, İstanbul, 2001.
- VURAL Mehmet, **Ev ve Sınıf Etkinlikleri Antolojisi**, Yakutiye Yayıncılık, Erzurum, 2003.
- YALBIR İhsan, **Çocuk Gelişimi ve Bakımı**, Kardeş Matbaası, Ankara, 1978.
- YA-PA 5. **Okul Öncesi Eğitimi ve Yaygınlaştırılması Semineri**, Antalya, 1987.

- 
- **YA-PA 6. Okul Öncesi Eğitimi ve Yaygınlaştırılması Semineri**, İstanbul, 1989.
  - **YAVUZER Haluk, Çocuk Eğitimi El Kitabı**, Remzi Kitabevi, İstanbul, 2000.
  - **ÇOLUK ÇOCUK, Aylık Anne-Baba Eğitimci Dergisi**, Kök Yayıncılık, Haziran, 2005, Aralık 2004.
  - **OMEP Dünya Konsey Toplantısı ve Konferansı. Bildiri Kitabı**, 5-11 Ekim 2003.