DRAMA VE DUYGULAR

Bugün nasıl hissediyorum?

4-6 yaş | 15 dakika | Etkinlik rehberi



Yüz ifadeleri ve küçük hikâyelerle duygularımızı konuşalım.

Birlikte neyi keşfediyoruz?

Duyguları adlandırma, empati ve kendini ifade etme.

Uygulamadan önce rehberi okuyun. Malzemeleri ve yönergeleri çocuğun ihtiyaçlarına göre uyarlayın.

Birlikte uygulayalım

Neler gerekli?

• Kâğıt

• Boya kalemleri

Adım adım etkinlik

1. Mutlu, üzgün veya şaşkın yüzler çizin.

2. Bir yüz seçip bu kişinin nasıl hissedebileceğini konuşun.

3. İsterse çocuk benzer bir deneyimini anlatsın.

4. İyi hissetmeye yardımcı olabilecek fikirler bulun.

Yetişkin için not

Kişisel deneyimlerini paylaşması için zorlamayın. Her duyguya yargılamadan alan açın.

Yetişkin rehberi

Başlamadan önce

• Kâğıt ve boya kalemlerini erişilebilir bir yere koyun.

• Mutlu, üzgün ve şaşkın yüzler çizmek için çocuğa kâğıt verin. İsterse yüzleri birlikte çizin.

• Şemalardaki sembolleri büyük boy basın veya yetişkin büyükçe çizsin. Güneşi mutluluk, bulutu üzüntü, yıldızı şaşkınlık için hatırlatıcı olarak kullanın.

Birlikte konuşalım

• Seçtiğin yüz sana hangi duyguyu düşündürüyor?

• Sence bu kişi ne yaşamış olabilir?

• Bu kişinin yanında olsaydın ona ne söylemek isterdin?

• İyi hissetmesine yardımcı olmak için neler yapılabilir?

Gözlem noktaları

• Seçtiği yüzü işaret eder veya onunla ilişkilendirdiği duyguyu söyler.

• Bir yüz için olası bir durum ya da hikâye önerir.

• İsterse kendi deneyimini sözle, çizimle veya hareketle anlatır.

• Birine iyi hissettirebilecek bir fikir söyler.

Herkes için bir yol

Kolaylaştıralım

İki yüz arasından seçim sunun. Duygunun adını birlikte söyleyin; çocuk isterse yalnızca yüzü işaret etsin.

Bir adım ileri

Seçtiği yüz için kısa bir hikâye oluşturmasını ve hikâyedeki kişiye nasıl destek olunabileceğini düşünmesini isteyin.

Farklı oynayalım

• Yetişkin kısa bir durum anlatsın; çocuk bu duruma uygun gördüğü yüzü seçsin. Farklı duygular seçilebileceğini konuşun.

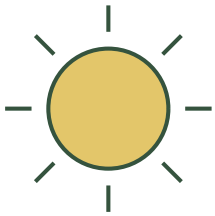
• Çocuk isterse bir yüz ifadesini canlandırsın; yetişkin bunun hangi duygu olabileceğini tahmin etsin.

Evde devam

Evde birlikte bir duygu yüzü çizin. Çocuk isterse yüzün hikâyesini anlatsın ve iyi hissetmeye yardımcı olabilecek bir fikir paylaşsın.

Etkinlik kartları

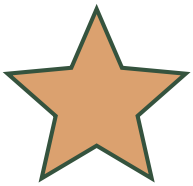
Kartları incele, adlandır ve etkinlikte kullan. Kesim gerekiyorsa bir yetişkin hazırlasın. Eş bulma oyunu için bu sayfayı iki kez yazdırabilirsiniz.



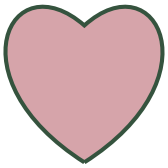
Güneş



Bulut



Yıldız

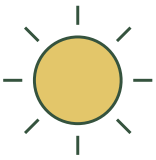


Kalp

Aynı sembolleri eşleştir

Adım: ..... Tarih: .....

Aynı sembolleri çizgiyle birleştir. İstersen sembollerin sana hangi duyguları hatırlattığını söyle.

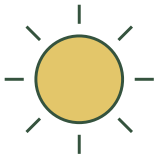












Bir duygu yüzü çiz

Adım: ..... Tarih: .....

İstediğin bir duygu yüzü çiz. İstersen yüzün hikâyesini anlat.

Nasıl hisseden bir yüz çizmek istersin?

Keşif defterim

Bugün nasıl hissediyorum?

Adım: ..... Tarih: .....

Etkinlikte en çok dikkatini çeken şeyi çiz veya bir yetişkinle birlikte anlat.

Birlikte konuşalım

En çok neyi sevdin?
Neyi farklı denemek isterdin?
Bir sonraki keşfin ne olsun?

Çocuk isterse çizer, anlatır veya yalnızca dinler.