



Etkinlik Adı: Bugün Kalbim Böyle Hissediyor

Yaş Grubu: 6–8 yaş

Süre: 25 dakika

Kazanımlar / Amaçlar:

- Çocuğun kendi duygularını fark etmesi ve ifade edebilmesi.
- Duygusal farkındalık ve öz-farkındalık gelişimi.
- Sınıfın genel duygusal durumunun gözlemlenebilmesi.

Materyaller:

- Pano veya karton levha
- **“Bugün kalbim böyle hissediyor”** yazısı
- Duyguları temsil eden görseller (mutlu, üzgün, endişeli, kızgın, yorgun, huzurlu vb.)
- Yapıştırıcı

Uygulama Yönergesi (Öğretmen için):

1. Duyguları temsil edecek görseller hazırlanır.
2. Sınıfa “Bugün kalbim böyle hissediyor” yazılı bir pano yerleştirilir.
3. Panonun yanına farklı duyguları temsil eden görselleri asılır.
4. Her sabah çocuklardan o gün nasıl hissettiklerini panoya yapıştırmaları istenir.
5. Öğretmen, panoya bakarak sınıfın genel duygusal durumunu gözlemleyebilir ve gerekirse destekleyici bir yaklaşım sergileyebilir.
6. Öğretmen bir ay boyunca olumsuz duygu skalası daha yüksek olan öğrencileri belirleyerek rehberlik ve psikolojik danışmanlık servisine bildirir.

Beklenen Çıktılar:

- Çocuklar duygularını fark eder ve ifade edebilir.
- Duygusal farkındalık gelişir.
- Öğretmen sınıfın duygusal atmosferini gözlemleyebilir.

Öğretmen İpuçları:

- Model Olun: Duygularınızı kendiniz de panoya sembol veya renk ile ifade ederek örnek olun.
- Zorlamayın: Çocukları kendilerini ifade etmeye teşvik edin, ancak istemeyenleri zorlamayın.
- Düzenli Gözlem: Panoyu her gün gözlemleyerek çocukların duygusal değişimlerini takip edin.