

İhtiyaç Bahçesi: Büyümemize Neler Yardımcı Olur

Bölüm

Tüm süreç boyunca sakin ve güven verici bir ton kullanın. Öğrencilere, Dünya'nın her zaman küçük değişiklikler yaşadığını ve bilim insanlarının bu değişiklikleri güvenli ve sorumlu bir şekilde yaşamamıza yardımcı olmak için incelediklerini anlatın. Kişisel veya travmatik hikâyelerden kaçının; bunun yerine bilgi, gözlem ve birlikte çalışmanın sorun çözmeye nasıl yardımcı olduğunu vurgulayın. Öğrencilere, hazırlıklı olmanın korkmak anlamına gelmediğini, bilgilendirilmek anlamına geldiğini hatırlatın. Öğrencilerin soru sormaktan, fikir paylaşmaktan ve hata yapmaktan çekinmediği bir sınıf ortamı yaratmak, deneyin kendisi kadar önemlidir.

Herhangi bir öğrenci kendini huzursuz hissederse, onu nazikçe merak ve keşif odaklı yönlendirin. Bilimin, dünyamızı daha iyi anlamamıza araçlar sağladığını ve Dünyaya özen göstermenin hep birlikte yapılabilecek bir şey olduğunu hatırlatın.

Ders

Fen Bilimleri

Seviye

4-5

Kazanımlar

Öğrenciler, çevresel olguları ve doğal olayları anlamak için bilimsel araştırma ve veri analizini kullanarak maddeyi ve doğal süreçleri keşfetmeye yönelik deneyler yapacaklardır.

Süre

1 ders saati (40 Dakika)

Gerekli Malzemeler

Kağıt
Kalemler
(Bu ders için çalışma kâğıdı yoktur)

Hazırlık ve Uygulama

Sınıfı sakin ve dostane bir şekilde düzenleyin. Öğrencilere bunun güvenli bir fen etkinliği olduğunu söyleyin. Çalışmanın amacı:

Canlıların temel ihtiyaçlarını (su, hava, yiyecek, sevgi, güvenlik vb.) belirlemek,

Bu ihtiyaçların sağlık, beslenme ve genel iyi olma hali ile nasıl ilişkili olduğunu anlamak,

Öğrencilerin kendi duygusal ve fiziksel ihtiyaçlarının farkına varmalarını sağlamak,

Travma sonrası iyileşmeyi, güven duygusunu, özbakımı ve aidiyet hissini desteklemek.

1 GİRİŞ (10 Dakika)

Travmaya Duyarlı Notlar: Öğrencilere, yalnız olmadıklarını söyleyin — tıpkı çiçeklerin güneş ışığı ve su ile daha güçlü büyümesi gibi, insanlar da görüldüğünde, güvende hissettiğinde ve desteklendiğinde daha güçlü olur.

Sınıfta bir poster gösterin: “Bir canlının büyümesi için nelere ihtiyacı vardır?”

Bitkilerin (su, güneş ışığı, toprak), hayvanların (yiyecek, su, barınak, sevgi) ve insanların (beslenme, güvenlik, sevgi, dinlenme, eğitim vb.) ihtiyaçlarını tartışın.

Daha sonra öğretmen tahtaya çizer veya yazar:

- Bitkilerin ihtiyaçları: su, güneş ışığı, toprak
- Hayvanların ihtiyaçları: su, yiyecek, barınak, bakım
- İnsanların ihtiyaçları: beslenme, sağlık, sevgi, oyun, dinlenme, güvenlik

Yerel bitki örnekleri:

Bahçemizdeki bitkiler:

- **Karahindiba (Dandelion):** “Karahindiba yumuşak, sessiz ve potansiyel doludur. Bize, küçük bir şeyin uzaklara yol alabileceğini, yeniden büyüebileceğini ve umut taşıyabileceğini öğretir.”



- **Papatya (Daisy)**
“Papatya küçük ama parlaktır. Bize, sessiz şeylerin bile neşe getirebileceğini hatırlatır. Yumuşak toprak ve nazik güneş olan yerde büyür.”



Öğretmenler için Not:

Karahindiba ve papatyayı dahil etmeyi seçtik çünkü birçok öğrencimiz bunları görmüş veya onlarla oynamıştır.

Çocukların tanıdığı ve duygusal anıları olan bitkileri kullanmak faydalıdır. Bulduğunuz okul veya çevrede yetişen bitkilere göre bitkileri değiştirebilir veya ekleme yapabilirsiniz.

3. Öğrencilere sorun: “Bu ihtiyaçlardan biri karşılanmazsa ne olur?”

2

TARTIŞMA (5 Dakika)

İhtiyaçlar, Beslenme, İyi Olma Hali, Canlılar ve Özbakım Kavramlarını Tanıtın

- **Canlılar:** “Canlılar, bitkiler, hayvanlar ve insanlardır. Büyürler, yiyeceğe ihtiyaç duyarlar ve hareket edebilir veya tepki verebilirler.”
- **Temel İhtiyaçlar:** “Bunlar, tüm canlıların hayatta kalması ve büyümesi için ihtiyaç duyduğu şeylerdir. Örneğin su, yiyecek, hava, sevgi ve güvenlik.”
- **Beslenme:** “Beslenme, bedenimizin büyümesi ve güçlü kalması için gereken sağlıklı yiyecekleri almak demektir.”
- **İyi Olma Hali:** “İyi olma hali, bedeninde ve zihninde iyi hissetmek demektir. Sağlıklı, mutlu ve güvende olmayı ifade eder.”
- **Özbakım:** “Özbakım, kendine özen göstermek demektir — iyi beslenmek, uyumak, oyun oynamak ve ihtiyaç duyduğun zaman dinlenmek.”

Önemli terimler hakkında kısa bilgi verildikten sonra, sınıf tartışması yapılır. Öğretmen sorar:

- “Eğer bir çiçek olsaydınız, büyümek için neler gerekir?”
- “Bir kişinin sadece yemek yemesi yeterli mi? Başka neler gerekir?”
- “Bitkiler ve insanların ihtiyaç duyduğu bazı şeyler neler olabilir?”
- “Üzgün veya yorgun olduğunda kendini iyi hissetmene ne yardımcı olur?”

Travmaya Duyarlı Notlar:

Her duygunun geçerli olduğunu ve her kişinin **güvende ve değerli hissetme hakkı** olduğunu vurgulayın; tıpkı her çiçeğin güneş ışığına hak sahibi olması gibi.

- Birisi sevgi olmadan büyüyebilir mi?
- Uzun süre güvende hissetmezsek ne olur?
-

3

UYGULAMA (20 Dakika)

Kendi Çiçeğini Tasarla

Öğrenciler kendilerini bir çiçek olarak hayal ederler.

- A4 kağıdı üzerine bir çiçek çizerler.
- Her yaprağa kişisel bir “ihtiyaç” yazarlar (örneğin: sevgi, oyun, huzur, yiyecek, arkadaşlık, güvenlik vb.).

Fırtınalı Hava ve Güvenli Toprak

Öğrencilere sorun: “Ya bir ihtiyaç karşılanmazsa — çiçeğiniz nasıl hisseder?”

- Duygularını yazarak veya çizerek ifade ederler.
- Daha sonra sorun: “Bu çiçeğin tekrar güvende hissetmesine ve büyümesine ne yardımcı olabilir?”

- Çocuklar duygusal iyileşme için çözümler çizer veya yazarlar.

Travmaya Duyarlı Notlar:

Bu bölüm, çocukların kayıp, korku veya ihmal ile bağlantılı duyguları tanımalarını sağlar ve onları çözüm odaklı düşünmeye ve duygusal iyileşmeye yönlendirmeye yardımcı olur.

GERİ BİLDİRİM

Süre: 5 Dakika

Öğrenciler isterlerse çizdikleri çiçekleri ve düşüncelerini paylaşabilirler. Öğretmen şu mesajları pekiştirir:

- Herkesin ihtiyaçları vardır—ve bazen karşılanmamış olmaları normaldir.
- Yardım istemek ve başkalarıyla bağ kurmak, iyileşmemize yardımcı olur.
- Çiçekler gibi, iyi bakıldığımızda güçlü büyürüz.
- “İçimdeki Bahçıvan” gibi bir metafor, öğrencilerin kendilerine nasıl özen gösterebileceklerini anlamalarına yardımcı olabilir.
- Özellikle travma yaşamış öğrenciler (örn. deprem, yer değiştirme, kayıp) için okul danışmanı ile iş birliği önerilir.

Tartışılacak sorular:

- İnsanlar ve bitkiler hangi ihtiyaçları ortak olarak paylaşır?
- Bir ihtiyaç karşılanmadığında biri nasıl hissedebilir?
- Üzgün hissettiğinizde ne yaparsınız? Size ne yardımcı olur?

ÖNERİLER

1

Oturuma, öğrencilere **soru sormak, keşfetmek ve hata yapmak için güvenli bir alan** olduğunu belirterek başlayın.

Herhangi bir öğrenci kaygı veya endişe ifade ederse, empatiyle yanıt verin:

“Böyle hissetmen normal. Öğrenmek, kontrolümüzü daha iyi hissetmemize yardımcı olur.”

- Hızı istikrarlı ve öngörülebilir tutun. Her adımdan önce net açıklamalar yapın.

- Sakin ve dengeli bir ton kullanın. Öğrencilerin kendilerini güvende ve hazırlıklı hissetmeleri için her adımı açıkça anlatın.
- Öğrencilerin kendi yollarıyla katılmalarına izin verin—bazıları konuşmak isteyebilir, bazıları çizmek, yazmak veya sadece dinlemek isteyebilir. Tüm ifade biçimleri geçerlidir.
- Sözsüz ipuçlarına dikkat edin. Sessiz bir öğrenci yine de tamamen dahil olabilir. Onlara hazır olduklarında paylaşabileceklerini belirtin.
- Duyarlı sorular ile yaratıcı etkinlikler arasında yumuşak geçişler yapın. Kısa bir nefes molası veya hafif bir esneme, öğrencilerin sakin ve dengeli hissetmelerine yardımcı olabilir.
- Farklı türdeki çiçekleri kutlayın: bazıları parlak ve cesur, bazıları küçük veya narin olabilir. Her biri, büyüme biçimimizin gerçek ve önemli bir parçasını yansıtır.
- Öğrencileri, haftanın ilerleyen günlerinde “çiçeklerini” yeniden gözden geçirmeye teşvik edin: “Çiçeğin değişti mi? Daha fazla güneşe, suya, dinlenmeye veya sevgiye mi ihtiyacı var?”

EKLER