



2022-2023 EĞİTİM-ÖĞRETİM YILI
ÇANKAYA REHBERLİK ve ARAŞTIRMA MERKEZİ
DUYGU KONTROLÜ SINIF REHBERLİK ETKİNLİKLERİ LİSTESİ

Sınıf Düzeyi	Yeterlik alanı	Kazanım	Etkinlik Adı
Okul Öncesi	Okula ve Okulun Çevresine Uyum Okula ve Okulun Çevresine Uyum Duygularını Anlama ve Yönetme Duygularını Anlama ve Yönetme Duygularını Anlama ve Yönetme Kişiler Arası Beceriler Kişiler Arası Beceriler	Okula başlamaya ilgili duygularını ifade eder. Okula başlamaya ilgili duygularını ifade eder. Yaşadığı duyguları fark eder. Duyguların uygun olan ve olmayan ifade etme biçimlerini ayırt eder. Duyguların uygun olan ve olmayan ifade etme biçimlerini ayırt eder. Duyguların; beden diliyle, davranışlar ve yaşanan olaylarla ilişkisini kurar. Duyguların; beden diliyle, davranışlar ve yaşanan olaylarla ilişkisini kurar.	ADIM ADIM DUYGULARIM OYUNCAĞIM VE BEN OKULA BAŞLADIK DUYGULARIM KONUŞUYOR DUYGULAR ÖZEL İFADE ETMEK GÜZEL-1 DUYGULAR ÖZEL İFADE ETMEK GÜZEL-2 YAVRU KUŞUN DUYGULARI BİL BAKALIM NE HİSSEDİYORUM?
1. Sınıf	Okula ve Okulun Çevresine Uyum Duyguları Anlama ve Yönetme Duyguları Anlama ve Yönetme Duyguları Anlama ve Yönetme Duyguları Anlama ve Yönetme	Okula başlamaya ilgili duygularını ifade eder. Yaşadığı duyguları fark eder. Duyguların uygun olan ve olmayan ifade etme biçimlerini ayırt eder. Duyguların uygun olan ve olmayan ifade etme biçimlerini ayırt eder. Duyguların; beden diliyle, davranışlar ve yaşanan olaylarla ilişkisini kurar.	KALBİMİN DUYGU YÜZÜ DUYGUM VE BEN PERDE ARKASINDAKİ DUYGULAR DUYGULARIM ÖZEL İFADE ETMEK GÜZEL DUYGU KUTUSU
2. Sınıf	Duyguları Anlama ve Yönetme Duyguları Anlama ve Yönetme Duyguları Anlama ve Yönetme	Duyguların insan yaşamı için önemini fark eder. Duyguların çeşitliliğini fark eder. Başkalarının yaşadığı duyguları fark eder.	DUYGULARIM BENİM HERŞEYİM DUYGU LİSTEM
3. Sınıf	Duyguları Anlama ve Yönetme Duyguları Anlama ve Yönetme Akademik Anlayış ve Sorumluluk Duyguları Anlama ve Yönetme	Durum ve olayların bireylerin duygularına etkisini fark eder. Duygularını uygun biçimde ifade eder. Çalışma ve başarmanın yarattığı duyguları ifade eder. Başkalarının yaşadığı duyguları fark eder.	FARKLI DUYGULAR YAŞANIYOR YÜZ YÜZE BENİM ÇABAM BENİM DUYGUM DUYGU SELİ
4. Sınıf	Duyguları Anlama ve Yönetme Duyguları Anlama ve Yönetme	Her duygunun hissedilebilir olduğunu fark eder. Her duyguyu hissetmenin doğal olduğunu fark eder.	NEDEN ÖYLE HİSSETMİŞ AYŞE VE DUYGULARI
5. Sınıf	Duyguları Anlama ve Yönetme Duyguları Anlama ve Yönetme	Değişen duygu durumlarını fark eder. Başkalarının duygu ve düşüncelerini anlamak için etkili dinleme stratejilerini kullanır.	DUYGU SANDALYESİ BENİ DİNLİYOR MUSUN?
6. Sınıf	Duyguları Anlama ve Yönetme Duyguları Anlama ve Yönetme Duyguları Anlama ve Yönetme Duyguları Anlama ve Yönetme Duyguları Anlama ve Yönetme	Duyguların insan yaşamı için önemini kabul eder. Duygularını uygun biçimde ifade etme alışkanlığı kazanır. Durum ve olayların bireylerin duygusuna olan etkisini fark eder. Yaşadığı yoğun duyguları yönetir. İyi oluşunu destekleyen duyguların yaşamındaki önemini fark eder.	DUYGULARIMIZ RENGARENK NASIL SÖYLESEM Kİ? DUYGULARIMI FARK EDİYORUM DUYGU KAPTANI İYİ OLUŞ ORMANIM
7. Sınıf	Duyguları Anlama ve Yönetme	Yeni durum ve değişimlerle ilgili duygularını ifade eder.	YENİ DURUM DEĞİŞEN DUYGUM
8. Sınıf	Duyguları Anlama ve Yönetme Duyguları Anlama ve Yönetme Benlik Farkındalığı Akademik Anlayış ve Sorumluluk Okula ve Okulun Çevresine Uyum	Stresle baş etmede uygun yöntemler kullanır. Stresle baş etmede uygun yöntemler kullanır. İyi oluşunu destekleyen duygu ve davranışları fark eder. Öğrenme ortamlarındaki duygularını düzenler. Bir üst öğrenim kurumuna geçiş sürecine yönelik duygu ve düşüncelerini ifade eder.	STRES KUTUSU STRES BANA ENGEL DEĞİL İYİ DÜŞÜN İYİ OLSUN DUYGULARA YEŞİL İŞİK YAK! DÜŞÜN, HİSSET, YAZ!
9. Sınıf	Okula ve Okulun Çevresine Uyum Duyguları Anlama ve Yönetme	Okulunun ve sınıfının bir üyesi olduğunu fark eder. Kişiler arası ilişkilerde duyguları ifade etmenin önemini fark eder.	ÇİMENTO DUYGULAR İLİŞKİLERİMİN ENSTRÜMANI: DUYGULAR
10. Sınıf	Akademik Anlayış ve Sorumluluk	Öğrenme ortamlarındaki duygularını düzenler.	DUYGUMU DÜZENLEDİM ÖĞRENDİM
11. Sınıf	Benlik Farkındalığı	İyi oluşu ile duyguları arasında bağ kurar.	MUTLU SON
12. Sınıf	Duyguları Anlama ve Yönetme Duyguları Anlama ve Yönetme Duyguları Anlama ve Yönetme Eğitsel Planlama ve Başarı Okula ve Okulun Çevresine Uyum	Yaşadığı yoğun duyguları yönetir. Stres yaratan kaynakları fark eder. İyi oluşunu destekleyen duyguları yaşamında sıklıkla deneyimler. Sınavlara ilişkin yoğun duygularını yönetir. Bir üst öğrenim kurumuna ve iş yaşamı sürecine yönelik duygu ve düşüncelerini ifade eder.	BEN, DUYGUM, DÜŞÜNCEM OMZUMDAKİ YÜK DUYGU ALFABESİ KAYGIM KONTROL ALTINDA YAŞAMIMDA YENİ DÖNEM, DUYGU VE DÜŞÜNCELER