

Okul öncesi | Veli kartı · evde uygulama

Piksel Hindi But Fidget

Yaş: **36-60 Ay** Süre: **10-15 dk**

Uygulama: **Sosyal-duygusal düzenleme etkinliği (bireysel)**

Kod: **SET27**

Odak gelişim alanı: Hareket ve Sağlık Alanı: HSAB2. Nesneleri etkin kullanabilme · HSAB7. Zindelik becerileri Matematik Alanı: MAB3. Çıkarım yapabilme (büyük-küçük)

Fidget bir oyuncak değil, sakinleşme aracıdır. Doğru kullanıldığında öfkeyi ve bekleme gerginliğini azaltır.

1 Hazırlık

Setten çıkanlar

- Setteki büyük ve küçük fidget
- Sakin bir köşe ve bir yastık
- İsterseniz 1 dakikalık kum saati

2 Adım adım

Her adımda önce ne yapacağınız, sonra çocuğunuza ne söyleyebileceğiniz yazıyor.

1 **Yapın:** İkisini yan yana koyup karşılaştırın.

> SÖYLEYİN
> *“Bunlar aynı mı? Hangisi daha büyük? Nereden anladın?”*

2 **Yapın:** Nefesle eşleştirin: sıkarken burundan al, gevşetirken ağızdan ver. 5 tur.

> SÖYLEYİN
> *“Sık... burundan nefes al. Gevşet... ağzından ver. Bir daha.”*

3 **Yapın:** Ne zaman işine yarayacağını birlikte konuşun.

> SÖYLEYİN
> *“Kızdığında bunu kullanmak ister misin? Ya beklerken?”*

4 **Yapın:** Kuralı koyun: fırlatılmaz, ağza götürülmez, sessizce kullanılır.

> SÖYLEYİN
> *“Bu bir oyuncak değil, yardımcın. Atmıyoruz, ağzımıza götürmüyoruz.”*

5 **Yapın:** Sakin köşeye koyun ve kendi istediğinde alabileceğini söyleyin — ceza olarak göndermeyin.

> SÖYLEYİN
> *“Burada duracak. Canın sıkılınca gelip alabilirsin.”*

3 Ne göreceksiniz?

Sevinmeniz için işaretler.

- Sıkma-gevşetmeyi nefesle eşleştirebilmesi
- Gerginken kendiliğinden fidgete uzanması
- “Sakinleştim” diyebilmesi
- Kurala uyup fırlatmaması

! Nelere dikkat?

- Eklemli parçaları çekerek kopma kontrolü yapın; kopan parça yutulabilir.
- Ağza götürmemesine dikkat edin.
- Ceza aracı yapmayın; sakinleşme köşesi davet yeridir.
- Çatlak varsa kullanmayın.

4 Gelişim göstergeleri

Kaynak: Türkiye Yüzyılı Maarif Modeli Okul Öncesi Eğitim Programı. Gösterge metinleri programdan birebir alınmıştır.

GELİŞİM ALANI	KOD	GÖSTERGE
Hareket ve Sağlık Alanı	HSAB.2.a.	Farklı büyüklükteki nesneleri kavrar.
Hareket ve Sağlık Alanı	HSAB.2.c.	Farklı boyutlardaki nesneleri kullanır.
Hareket ve Sağlık Alanı	HSAB.7.b.	İhtiyaç duyduğunda dinlenmek istediğini ifade eder.
Matematik Alanı	MAB.3.b.	Nesne, olgu ve olayları karşılaştırır.

Altın kural: Bu bir ders değil, sevgi dolu bir oyundur. Çocuğunuz yorulur, ağlar ya da ilgisini kaybederse ara verin; asla zorlamayın. Her deneme değerlidir: "yapamadı" yoktur, "henüz yapmadı" vardır.