GÜNLÜK PLAN

Okul Adı:

Öğretmen Adı:

Yaş Grubu: 48-60 Ay (4 Yaş)

Tarih: 11 / 11 / 2026

ALAN BECERİLERİ, ÖĞRENME ÇIKTILARI VE SÜREÇ BİLEŞENLERİ

Türkçe Alanı

TAOB. Okuma

TAOB.3. Resimli öykü kitabı, dijital içerikler, afiş, broşür gibi görsel okuma materyallerini çözümleyebilme

TAOB.3.a. Görsel okuma materyallerini oluşturan temel unsurları belirler.

TAOB.3.b. Yetişkin rehberliğinde parçalar arasındaki ilişkileri belirler.

TAOB.4. Resimli öykü kitabı, dijital içerikler, afiş, broşür gibi görsel okuma materyallerini değerlendirebilme

TAOB.4.a. Görsel okuma sürecine ilişkin duygu ve düşüncelerini ifade eder.

Fen Alanı

FBAB1. Bilimsel Gözlem

FAB.1. Günlük yaşamında fenle ilgili olaylara / olgulara ve durumlara yönelik bilimsel gözlem yapabilme

FAB.1.a. Çevresinde merak ettiği nesne / olay / olguları dikkatle gözlemler.

FAB.1.b. Gözlemlediği nesne / olay / olguların betimsel / fiziksel özelliklerini ifade eder.

Sanat Alanı

SNAB1. Sanat Türlerini Anlama

SNAB.1. Sanat türlerini tanıyabilme

SNAB.1.a. Sanat türlerini ifade eder.

Müzik Alanı

MSB2. Müziksel Söyleme

MSB.2. Söyleme becerilerini sınıf içinde sergileyebilme

MSB.2.a. Şarkıyı grupla ya da tek başına söyler.

Hareket ve Sağlık Alanı

HSAB1. Aktif Yaşam İçin Motor Beceriler

HSAB.4. Beden farkındalığına dayalı doğru duruş sergileyebilme

HSAB.4.b. Beden bölümlerini amaca uygun koordineli biçimde hareket ettirir.

EĞİLİMLER

E1. Benlik Eğilimleri

E1.1. Merak

E2. Sosyal Eğilimler

E2.5. Oyunseverlik

PROGRAMLAR ARASI BİLEŞENLER

Sosyal-Duygusal Öğrenme Becerileri

SDB1.1. Kendini Tanıma (Öz Farkındalık)

Değerler

D18. Temizlik

D18.1. Kişisel temizlik ve bakımına önem vermek

Okuryazarlık Becerileri

OB4. Görsel Okuryazarlık

KAVRAMLAR:

Zıt: Hareketli-hareketsiz.

Boyut: Uzun-kısa.

Sözcükler: Vücut, baş, gövde, iskelet, eklem, kas, kalp, akciğer, mide, suluboya.

Materyaller: Kırılmaz aynalar, insan maketi veya beden görselleri, vücudumuzla ilgili resimli kitaplar, hikâyeden seçilen iki görsel, duygu kartları ve yoklama mandalları. Suluboyaya uygun kalın kâğıda büyük olarak hazırlanmış iskelet görseli, suluboya, kalın saplı fırçalar, devrilmeyen az su doldurulmuş kaplar, masa örtüsü, önlük ve kurulama bezleri. 4 Yaş Çekirdek 2 kitabının "Parmakların Egzersizi" çalışması (s. 12).

Eğitim/Öğrenme Ortamları: Sınıf, öğrenme merkezleri ve hareket için boşaltılmış güvenli alan. Materyaller çocukların erişebileceği biçimde hazırlanır. Fen merkezine insan maketi ve beden görselleri, kitap merkezine vücudumuzla ilgili resimli kitaplar yerleştirilir. Suluboya çalışması için masalar örtülür; kâğıtlar, fırçalar, boyalar ve az su doldurulmuş kaplar hazırlanır. Hareketli oyun için çocukların birbirine çarpmadan hareket edebileceği alan düzenlenir.

ÖĞRENME-ÖĞRETME UYGULAMALARI

GÜNE BAŞLAMA ZAMANI

Çocuklar kapıda karşılanır; el sallama ve sözlü selamlaşma seçeneklerinden istediklerini kullanır. Eşyalarını yerleştirip ayakkabılarını değiştirirler. Minderli çemberde duygu kartlarından birini seçerek nasıl hissettiklerini paylaşırlar. Yoklama yapılır, takvim tarih ve hava durumu incelenir. Çiçek koklama ve mum üfleme hayaliyle birkaç yavaş nefes alınır. "Baş Omuzlar Diz Ayak" sabah sporu öğretmenin yavaşça gösterdiği hareketlerle yapılır.

ÖĞRENME MERKEZLERİNDE OYUN

Çocuklar oynamak istedikleri öğrenme merkezini seçer. İnsan maketini ve beden görsellerini inceler, resimli kitaplara bakar veya diğer merkezlerde oyun kurar. Öğretmen gerektiğinde oyuna eşlik eder; çocukların bedenle ilgili sorularını gün içindeki sohbet için not alır. Merkez değiştirirken kullanılan malzemelerin yerine konulması hatırlatılır.

BESLENME, TOPLANMA, TEMİZLİK

Toplanma zamanı geldiğinde "Topla Topla Yerine Koy" şarkısı eşliğinde sınıf toplanmaya başlanır.

TOPLA TOPLA YERİNE KOY

Topla topla yerine koy

Oyuncaklar mutlu olsun

Arkadaşın da oynasın

Sınıfımız güzel olsun.

Şarkı eşliğinde çocuklar kullandıkları oyuncakları ait oldukları kutulara yerleştirirler. Toplama işlemi tamamlandıktan sonra öğretmen çocuklarla birlikte sınıfı gözden geçirir.
Lavaboya geçerken "Bir sağa baktım, bir sola baktım / Lokomotif yaptım, çuf çuf çuf" tekerlemesi söylenir.
Çocukların öğretmen gözetiminde ellerini su ve sabunla yıkamaları desteklenir. Çocuklar yemek masalarına güvenli oturuşlarını koruyarak yerleşir, beslenme çantalarını açmayı önce kendileri dener ve ihtiyaç duyduklarında yardım isterler. Beslenme sonrasında çöpler uygun kutuya atılır ve kişisel temizlik yapılır. (D18.1).

ETKİNLİKLER

Fen (Büyük Grup Etkinliği)

Tık tık tık kim geliyor? (Parmaklar sırayla yere vurulur.)
Kanatları renkli bir kelebek geliyor! (Kollar göğüste çapraz yapılıp kanat gibi sallanır.)
Sessizce çiçeğine konanı, (Minder gösterilir.)
Renkli Kelebek çok seviyor! Şşşt...
Kelebek şimdi uyuyor! (Kısa bir süre sessizce beklenir.)

tekerlemesi söylenir; çocuklar minderlere yerleşir. Her çocuğa küçük, kırılmaz bir ayna verilir. Çocuklar yüzlerini dikkatle inceler (FAB.1.a). Aynada gördükleri göz, burun, ağız ve kulaklarını gösterir; gördükleri bir özelliği söyler (FAB.1.b). Baş, gövde, kol ve bacaklarını kendi bedenlerinde bulmaları istenir. (SDB1.1). Gözlerimizle gördüğümüz, kulaklarımızla duyduğumuz kısa örneklerle konuşulur; burun, dil ve derinin de duyu organlarımız olduğu açıklanır.

Vücudumuz maketi üzerinden sohbete devam edilir. Çocuklar baş, gövde, kollar ve bacakları makette gösterir (OB4). "Kollarınla neler yapabilirsin? Bacaklarınla neler yaparsın?" soruları sorulur. Merak ettikleri konuları sormaları için zaman verilir (E1.1). "Vücudumu Öğreniyorum" eğitici filmi izlenir. "Nasıl ayakta durabiliyoruz?" sorusunun ardından kemiklerin iskeletimizi oluşturduğu ve vücudumuza destek olduğu maket üzerinde gösterilir. Kemiklerin birleştiği yerlere eklem denildiği, kaslarımızın hareket etmemize yardımcı olduğu kısaca açıklanır.

Öğretmen elini açıp kapatır, dirseğini ve dizini yavaşça bükerek örnek olur. Çocuklar hareketleri tek tek dener. "Elini aç.", "Elini kapat.", "Dirseğini bük." gibi kısa yönergelere uygun hareket eder (HSAB.4.b). Hareket eden yerleri dikkatle inceler; kolunun veya bacağının nereden büküldüğünü söyler ya da gösterir (FAB.1.a, FAB.1.b). Hareketler eklemleri zorlamadan, çocuğun yapabildiği biçimde uygulanır.

"Vücudumuzun içinde çalışan organlarımız da var." denilerek makette kalp, akciğerler ve mide gösterilir. Organların görevleri kısa cümlelerle açıklanır:

Kalp: Kanı vücudumuza pompalar.

Akciğerler: Nefes alıp vermemize yardımcı olur.

Mide: Yediğimiz yiyeceklerin parçalanmasına yardımcı olur.

"Vücudumuzdaki Sistemler Flash Kartları ve Slayt Gösterisi" içinden yalnızca bu üç organa ait görseller açılır. Çocuklar görselde gördükleri organı makette bulur (OB4). Organ adlarını ezberlemeleri beklenmez; soruları kısa ve açık cevaplanır. Vücudumuza iyi bakmak için çeşitli besinler yemenin, su içmenin, uyumanın ve hareket etmenin önemi günlük yaşamdan örneklerle konuşulur.

Türkçe (Büyük Grup Etkinliği)

"İçimde Tık Tık Bir Ses Var Parmak Oyunu" öğretmen tarafından hareketleriyle gösterilir. Önce kalp ve mideyle ilgili bölüm, ardından el ve ayaklarla ilgili bölüm tekrarlanır. Çocuklar sözlere veya hareketlere katılır.

İÇİMDE TIK TIK BİR SES VAR

İçimde tık tık bir ses var. (el göğsün üzerine hafifçe konur)

İçimde hangi organ var?

tık tık tık tık tık tık kalp var (kalp gösterilir)

İçimde gar gur bir ses var.(midede el gezdirilir)

İçimde hangi organ var?

gar gur gar gur gar gur midem var(mide gösterilir)

dışımda şap şap bir ses var(eller çırpılır)

dışımda hangi organ var?

Şap şap şap şap şap eller var (eller sallanır)

dışımda rap rap rap rap bir ses var (ayaklar yere vurulur)

dışımda hangi organ var

rap rap rap rap ayaklar var (ayaklar yere vurulur)

Organlar Ülkesi Masalı kısa bölümler hâlinde sunulur. Öğretmen hikâyeden seçtiği iki görseli gösterir. "Bu resimde kim var? Neler görüyorsun?" sorularıyla çocukların görsellerdeki temel unsurları belirlemeleri desteklenir (TAOB.3.a). Görseller yan yana konur; öğretmen ilk resimde olanı kısaca hatırlatıp "Sonra ne oldu?" diye sorar. Çocukların iki görsel arasındaki ilişkiyi yetişkin rehberliğinde anlatması ya da göstermesi sağlanır (TAOB.3.b). "Resimlere bakarken en çok ne ilgini çekti? Nasıl hissettin?" sorularıyla duygu ve düşüncelerini ifade etmelerine fırsat verilir (TAOB.4.a).

Sanat (Bireysel Etkinlik)

Masalara geçilir. Çocuklara kalın kâğıda büyük olarak hazırlanmış iskelet görselleri verilir. Baş, gövde, kollar ve bacaklar birlikte gösterilir. Çocuklar seçtikleri renklerle görseli boyar; çizgilerin dışına taşırmadan boyamaları beklenmez. Gerektiğinde kâğıdı sabitleme ve fırçayı kullanma konusunda destek verilir. Çalışma sonunda "Bugün hangi resim çalışmasını yaptık?" diye sorulur; çocukların yaptıkları çalışmanın suluboya olduğunu söylemeleri desteklenir (SNAB.1.a). İsteyen çocuk iskeletine bir isim verir; öğretmen söylediği ismi kâğıda yazar. Resimler kurumaya bırakılır ve malzemeler birlikte toplanır.

Müzik (Büyük Grup Etkinliği)

"Vücudumuz Şarkısı" öğretmen tarafından söylenir. Önce ilk kıta kısa bölümlerle tekrar edilir. Çocukların ilgisine göre diğer kıtalara geçilir; şarkının tamamını ezberlemeleri beklenmez. Çocuklar grupla birlikte söylemeye katılır (MSB.2.a). Söylemek istemeyen çocuk şarkıya hareketlerle eşlik edebilir.

VÜCUDUMUZ ŞARKISI

İki elim, iki kolum, bacaklarım var

Her insanda bir burun, bir de ağız var

Sen hiç gördün mü? Üç kulaklı bir adam

Olur mu hiç üç kulak, dön de aynaya bak-hey…

İki kulak, iki yanak, bir de başım var

Gözlerimde kirpiğim, saçlarım da var

Sen hiç gördün mü? Üç dudaklı bir adam

Olur mu hiç üç dudak, dön de aynaya bak- hey…

İki gözüm, iki kaşım, parmaklarım var.

İnci gibi dişlerim, bir de çenem var

Sen hiç gördün mü? Üç yanaklı bir adam

Olur mu hiç üç yanak dön de aynaya bak- hey….

Hareket ve Sağlık (Büyük Grup ve Bireysel Etkinlik)

Çocuklar aralarında hareket edebilecekleri boşluk bırakarak daire olur. "Vücudum Oyunu" sözlerine uygun hareketler yapılır. Öğretmen hareketleri önce yavaşça gösterir; çocuklar baş, omuz, el ve ayaklarını sözlere uygun hareket ettirir (HSAB.4.b). Oyun kısa bölümlerle tekrarlanır (E2.5). Bir kez hareket edilir, ardından kısa süre hareketsiz kalınarak hareketli–hareketsiz kavramları örneklenir. Hareketler otururak da yapılabilir.

VÜCUDUM OYUNU

Baş omuz dizler

Bizi kim izler

Ellerim kollarım

Yoruldu bacaklarım

Ağzım burnum

Soğuktan dondum

İki tane kulağım

Efendim duyamadımmm

Bu benim vücudum

4 Yaş Çekirdek 2 kitabının **"Parmakların Egzersizi" çalışması** açılır (s. 12). Çocuklar sayfadaki uzun ve kısa yolları gösterir; başlangıç dairelerinin renklerini söyler (OB4). Öğretmen parmağıyla bir yolu izleyerek örnek olur. Çocuklar önce kısa yolları iki işaret parmağıyla aynı anda izlemeyi dener; ardından uzun yollara geçilir (HSAB.4.b). İki elini birlikte kullanmakta zorlanan çocuk önce yolları tek eliyle takip eder, sonra öğretmen rehberliğinde iki eliyle dener. İsteyen çocuk hareket sırasında nasıl hissettiğini anlatır (SDB1.1).

Gün değerlendirmesinin ardından ertesi gün görüşmek üzere uğurlanır.

GÜNÜ DEĞERLENDİRME

Gün sonunda çocuklarla kısa bir değerlendirme çemberi oluşturulur. Çocukların gün içerisinde gerçekleştirdikleri etkinliklere ilişkin deneyimlerini, düşüncelerini ve duygularını paylaşmalarına fırsat verilir. Daha sonra etkinliklerle ilgili aşağıdaki sorular sorularak günün değerlendirmesi yapılır.

- Aynada yüzünün hangi bölümlerini gördün?
- Parmaklarınla önce kısa yolu mu, uzun yolu mu izledin?
- Vücudum oyununda hangi hareketi yaparken eğlendin?
- Ellerini evde hangi işlerde kullanıyorsun?
- Bugün hangi işi kendi başına yapabildin?

Çocuklar beden bölümlerini gösterdi, eklemlerinin hareketini inceledi ve hikâye görselleri arasındaki ilişkiyi kısa soruların yardımıyla anlattı. Bazı çocuklar sözlü anlatım yerine göstererek katıldı; iki elin birlikte kullanıldığı çalışmada bireysel desteğe ihtiyaç duydu. Hareketleri yavaşça göstermem ve yönergeleri tek tek vermem katılımı kolaylaştırdı. Suluboya, görseller ve parmak çalışması yaş grubuna uygun bir bütünlük oluşturdu; tekrar süreleri çocukların ihtiyaçlarına göre düzenlendi.

FARKLILAŞTIRMA

Zenginleştirme: Çocuğun bedeninde bükülen başka bir yeri bulması ve hareketini arkadaşlarına göstermesi istenebilir. Vücudum oyununa tek hareketten oluşan yeni bir yönerge eklemesi desteklenebilir. Suluboya çalışmasında iki rengi karıştırıp oluşan rengi anlatmasına fırsat verilebilir. Parmak çalışmasında uzun yolları iki eliyle aynı anda yeniden denemesi sağlanabilir.

Destekleme: Beden görseli baş, gövde, kollar ve bacaklarla sınırlandırılabilir. Çocuğun konuşmak yerine göstermesine fırsat verilebilir; "Kolumla … yaparım." başlangıcı sunulabilir. Hikâyede iki görsel kullanılabilir; kısa sorular ve işaret etme yoluyla katılım desteklenebilir. Suluboya için iki renk ve kolay kavranan kalın saplı fırça sunulabilir; kâğıt sabitlenebilir. Hareketler tek tek ve yavaşça gösterilebilir; oturarak veya daha küçük hareketlerle katılım sağlanabilir. Parmak çalışmasında önce tek el ve kısa yollar kullanılabilir; iki elin birlikte kullanılması öğretmen örnekliğiyle denenebilir.

AİLE VE TOPLUM KATILIMI

Aile Katılımı: Ailelere "Bugün vücudumuzun bölümlerini tanıdık, kol ve bacaklarımızın nasıl hareket ettiğini inceledik. Suluboya çalışması yaptık; şarkı, oyun ve parmak çalışmasıyla öğrendiklerimizi pekiştirdik." bilgi notu iletilir. Evde çocuklarıyla ayna karşısında yüzlerinin bölümlerini göstermeleri, elleriyle yaptıkları günlük işler üzerine konuşmaları önerilir. Çocuğun yapabildiği bir öz bakım işini kendisinin denemesine zaman ayırmaları istenir.

AİLE BİLGİ NOTU

Vücudumu Tanıyorum

Sevgili Ailemiz,

Çocuğunuzun bedenini tanımasını ve kendi bakımına katılmasını günlük yaşam içindeki küçük fırsatlarla destekleyebilirsiniz.

• Ayna karşısında yüzünüzü birlikte inceleyebilir, "Gözlerimizle neleri görebiliriz?", "Ellerimizle neler yapabiliriz?" gibi sorular üzerine konuşabilirsiniz.

• Birbirinizin hareketlerini taklit ederek kısa bir oyun oynayabilirsiniz. Kollarınızı kaldırabilir, parmaklarınızı açıp kapatabilir, dizlerinizi yavaşça bükebilirsiniz.

• El yıkama, yüzünü kurulama ve kıyafetlerini giyme gibi işleri önce kendisinin denemesine zaman tanıyabilir, ihtiyaç duyduğunda yardımcı olabilirsiniz.

• Beslenme, su içme, uyku ve hareketin bedenimize nasıl iyi geldiğini günlük yaşamdan örneklerle anlatabilirsiniz.

Bedenimizle ilgili sorularını dinleyip kısa ve anlaşılır cevaplar vermeniz yeterlidir. Organların adlarını ezberlemesi yerine bedenini merak etmesine ve yapabildiklerini keşfetmesine fırsat verebilirsiniz.

Katılımınız ve desteğiniz için teşekkür ederiz.

Toplum Katılımı:

ALTERNATİF LİNKLER/ÖNERİLER

İskelet Yapımız ve İç Organlarımız eğitici filmleri ile Elif ve Arkadaşları İskelet Sistemi ve Solunum Sistemi (Nane ile Limon) içerikleri öğretmen tarafından önceden incelenebilir. Çocukların sorularına göre birinden kısa bir bölüm seçilebilir.

El Maketi Yapımı: Öğretmen maketi önceden hazırlayarak eklemleri anlatırken kullanabilir.

Bu içerikte yer alan yazı, fotoğraf ve sair içeriklerin, bireysel kullanım dışında izin alınmadan kısmen ya da tamamen kopyalanması, çoğaltılması, kullanılması, yayınlanması ve dağıtılması yasaktır. İçeriğin tüm hakları saklıdır.