|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 1. **BÖLÜM** | | **DERS İLE İLGİLİ BİLGİLER** | | |
| **DERS** | | **TÜRKÇE** | | |
| **SINIF** | | **5-A** | | |
| **ÜNİTE/KONU** | | **SAĞLIKLI YAŞIYORUM** | | **BENİM ZAMANIM - OKÇULUK** |
| **SÜRE** | | **8 ders saati** | | |
| **TARİH** | | **21/30-V-2025** | | |
| **OKUMA** | | T.O.5.1. Okumada materyal seçimini yönetebilme  T.O.5.3. Okumada strateji ve yöntem seçimlerini yönetebilme  T.O.5.9. Metnin derin anlamını belirlemeye yönelik üst düzey çıkarımlar yapabilme  T.O.5.11. Metinler arası karşılaştırma yapabilme  T.O.5.13. Metni yorumlayabilme  T.O.5.26. Metindeki probleme çözüm üretebilme  T.O.5.27. Okuma sürecine yönelik öz yansıtma yapabilme/kendini uyarlayabilme | | |
| **KONUŞMA** | | T.K.5.1. Konuşma sürecini yönetebilme T.K.5.6. Konuşmasında çoklu ortam ögeleriyle içerik oluşturabilme T.K.5.10. Sözlü sunum yapabilme T.K.5.14. Yorumunu sözlü olarak ifade edebilme T.K.5.16. Değerlendirmesini sözlü olarak ifade edebilme T.K.5.18. Eleştirisini sözlü olarak ifade edebilme T.K.5.26. Konuşma sürecine yönelik öz yansıtma yapabilme/kendini uyarlayabilme | | |
| **YAZMA** | | T.Y.5.1. Yazma sürecini yönetebilme T.Y.5.6. Yazısında çoklu ortam ögeleriyle içerik oluşturabilme T.Y.5.11. Yorumunu yazılı olarak ifade edebilme T.Y.5.13. Değerlendirmesini yazılı olarak ifade edebilme T.Y.5.15. Eleştirisini yazılı olarak ifade edebilme T.Y.5.21. Yazım kuralları ve noktalama işaretlerini uygulayabilme T.Y.5.22. Yazma sürecine yönelik öz yansıtma yapabilme/kendini uyarlayabilme | | |
| **DİNLEME İZLEME** | | .T.D.5.1. Dinlemede/izlemede materyal seçimini yönetebilme T.D.5.14. Bilgilendirici metinlerde metin yapılarından hareketle önemli bilgileri belirlemeye yönelik çözümleme yapabilme T.D.5.20. Çoklu ortam ögelerine yönelik çözümleme yapabilme T.D.5.22. Dinlediğini/izlediğini değerlendirebilme T.D.5.23. Dinlediğini/izlediğini eleştirebilme T.D.5.25. Dinleme/izleme sürecine yönelik öz yansıtma yapabilme/kendini uyarlayabilme | | |
| **YÖNTEM VE TEKNİKLER** | | **Anlatma, soru-cevap, problem çözme, gösterip yaptırma, tartışma, gösteri,**  **rol yapma, drama,** | | |
| **FARKLILAŞTIRMA** | | **Destekleme:** Temayla ilgili bilgilendirici bir metnin kavram haritasını oluşturması istenir.  **Zenginleştirme**: beslenme, spor ve insan sağlığı arasındaki ilişki üzerine bir bilgi görseli hazırlanır ve içerik uygun dijital ortamlarda paylaşılır. | | |
| **SOSYAL DUYGUSAL ÖĞRENME BEC.** | | SDB1.1. Kendini Tanıma (Öz Farkındalık Becerisi) SDB1.2. Kendini Düzenleme (Öz Düzenleme  Becerisi) SDB1.3. Kendini Uyarlama (Öz Yansıtma Becerisi) SDB2.1. İletişim  SDB2.2. İş Birliği SDB2.3. Sosyal Farkındalık SDB3.2. Esneklik SDB3.3. Sorumlu Karar Verme" | | |
| **ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME** | | Kavram haritası , Açık uçlu soru/Çoktan seçmeli soru,  Kontrol listesi | | |
| **DEĞERLER** | | D13. Sağlıklı Yaşam , D14. Saygı , D16. Sorumluluk,  D18. Temizlik | | |
| **OKUR YAZARLIK** | | OB1. Bilgi Okuryazarlığı, OB2. Dijital Okuryazarlık, OB4. Görsel Okuryazarlık ,  OB7. Veri Okuryazarlığı | | |
|  | | **Gülcan Aksan** | **21/27-V-2025** | |
|  | | **Ders öğretmeni** | **NACİ MUSAOĞLU / Okul Müdür v.** | |
| **OKUL TEMELLİ PLANLAMA** | \*“Doğa Yürüyüşü” planlaması yapılır. Günün hava şartlarına göre bir piknik alanı belirlenir.  Öğrencilerin doğada gördüğü ilgisin, çeken şeylerin fotoğraflarını çekmesi istenir, isteyen öğrenciler topladıkları doğaya ait materyallerden hikaye oluşturabilir | | | |

**5-A SINIFI GÜNLÜK DERS PLANI**

**KEŞİF YOLCULUĞU**

**✔ Okçuluk ile ilgili yaptığınız araştırmayı arkadaşlarınızla paylaşınız.**

Okçuluk, Türk kültüründe önemli bir yere sahip olan ata sporlarımızdan biridir. Tarihi Orta Asya Türkeri’ne kadar uzanır ve savaşlarda, avcılıkta ve eğlence amaçlı kullanılmıştır. Türkler, özellikle Osmanlı döneminde okçuluğu bir sanat ve spor dalı olarak geliştirmiş, “kemankeş” adı verilen okçular yetiştirmiştir.

Osmanlı döneminde okçuluk faaliyetleri genellikle Okmeydanı gibi özel alanlarda gerçekleştirilirdi. Burada okçuluk eğitimleri verilir ve müsabakalar düzenlenirdi. Okçular, ok atarken rekorlar kırar ve bu başarılarını “menzil taşları” ile ölümsüzleştirirdi. Ayrıca, Osmanlı yayları (Türk yayları) dünya çapında ün kazanmıştır. Bu yaylar, hafif ve güçlü yapısıyla diğer yay türlerinden ayrılır.

Günümüzde, okçuluk modern bir spor dalı olarak uluslararası arenada yapılmaktadır. Türkiye, geleneksel okçuluğu yeniden canlandırmak için çalışmalar yapmakta, yarışmalar ve festivaller düzenlemektedir. Bu spor, hem fiziksel hem zihinsel gelişime katkı sağlamasıyla dikkat çeker.

**✕ Boş zamanlarınızda ilgilendiğiniz bir hobiniz var mı? Bu hobiyle ilgilenmeye nasıl**

**başladınız?**

Boş zamanlarımda ülkemizin hava koşullarıyla ilgili araştırmalar yapıyorum. Hava durumuna karşı ilgim var. Bunda, dayımın bana aldığı termometrenin etkili olduğunu düşünüyorum.

**✔ Farklı ilgi alanlarına sahip olmanın yaşamınıza nasıl bir katkısı olur?**

Farklı ilgi alanlarına sahip olmak, zihinsel gelişimimizi artırır, yaratıcılığımızı güçlendirir ve problem çözme becerilerimizi geliştirir. Ayrıca, bize farklı bakış açıları kazandırır ve bize kişisel tatmin sağlar. Yeni fırsatlar yaratır ve farklı beceriler kazandırır, bu da yaşamınıza zenginlik katar.

**** [**https://youtu.be/BVyUEnIaQH8?si=oi3vsF27IJlybr75**](https://youtu.be/BVyUEnIaQH8?si=oi3vsF27IJlybr75)

**Benim Zamanım- Okçuluk** izleme metni You tube linki.

**Süre 10.42** dakika

**İzleyeceğiniz çoklu ortam metni okçulukla ilgili bilgilendirici bir metindir.**

**Çoklu ortam ögesine ulaşmak için karekodu okutunuz.**

**İzleme sırasında dikkat dağıtıcı hareketlerden kaçınınız.**

**Anlamını bilmediğiniz kelimeleri not alınız.**

**İhtiyaç duymanız hâlinde çoklu ortam ögesini tekrar izleyiniz.**

**İzleme sürecinizi tema sonundaki "Dinleme/İzleme Becerisi Öz Değerlendirme**

**Ölçeği" ni kullanarak değerlendiriniz.**

**E T K İ N L İ K L E R**

**1. etkinlik A: Sizce izlediğiniz çoklu ortam ögesinin başlığı içeriğiyle uyumlu**

**mu? Niçin? Yazınız.**

Evet uyumludur. Çoklu ortam ögesinde insanların “benim zamanım” diyebilecekleri ve içini ilgi duydukları çeşitli etkinliklerle doldurduğu zamanlardan söz ediliyor ve Ender de kendisi için benim zamanım diyebileceği zamanı okçulukla değerlendirmektedir.

**B. İzlediğiniz çoklu ortam ögesine siz hangi başlıkları önerirsiniz? Önerilerinizi gerekçeleriyle yazınız.**

**Başlığım:** Sağlıklı Bir Hobi: Okçuluk  
**Gerekçem:** Çünkü okçuluk hem fiziksel hem de zihinsel gelişime katkı sağlayan bir spor olarak tanıtılmıştır.

**Başlığım:** Dünden Bugüne Okçuluk  
**Gerekçem:** Çünkü videoda okçuluğun hem tarihçesi hem de günümüzde nasıl uygulandığı anlatılmıştır.

**2. etkinlik : Aşağıdaki soruların cevaplarını izlediğiniz çoklu ortam ögesinden hareketle defterinize yazınız.**

**1. Ender’in okçuluğa merakı nasıl başlamıştır?**

İzlediği bir dizi (Tozkoparan İskender) ve Mete Gazoz’ un olimpiyatlardaki başarısı sayesinde başlamıştır.

**2.** **Okçuluk için kullanılan malzemeler nelerdir?**

 Okçuluk için kullanılan malzemeler : Parmaklık, kolluk, korumalık, yay, kiriş, tripod, hedef tahtası, ok, sadak.

**dış mekan, dizgin, kişi, şahıs, at eyeri içeren bir resim

Yapay zeka tarafından oluşturulan içerik yanlış olabilir.**

**3. İyi bir atış için nasıl bir hazırlık gerekmektedir?**

İyi bir atış için doğru bir duruş sağlamak, oku doğru takmak, derin bir nefes almak, ipi burna kadar ve gözün önüne getirmek ve odaklanmak gerekir.

**4. Eski zamanlarda insanlar okçuluğu hangi amaçlarla kullanmışlardır?**

 Eski zamanlarda insanlar okçuluğu barınmak, beslenmek, kendini korumak ve temel ihtiyaçları karşılamak için kullanmışlardır.

**5. Düzenli spor yapmanın Ender’e katkıları neler olmuştur?**

Düzenli spor yapmak Ender’i daha motive, iyi ve zinde hissetmesini sağlamıştır.

**6. Sizin de eğlenirken kendinizi geliştirdiğiniz zamanlar oluyor mu? Neden?**

Benim de eğlenirken kendimi geliştirdiğim zamanlar oluyor . Arkadaşlarımla bilgi yarışmaları yapıyoruz. Eğlenirken birçok yeni şey öğreniyorum.

**7. Siz düzenli spor yapıyor musunuz? Neden?**

Evet, her gün yürüyüş yapıyor ve egzersizlerle formda kalmaya çalışıyorum.

**8. "Farklı ilgi alanlarına sahip olmak içimizdeki mutluluğu keşfetmenin yeni yollarını**

**bulmamızı sağlar.” ifadesiyle anlatıcı ne demek istemiştir?**

İnsan farklı ilgi alanları sayesinde hem yeni şeyler keşfeder hem de daha mutlu ve dolu bir hayat yaşar.

**3. etkinlik : İzlediğiniz çoklu ortamdan hareketle "görselleştirme stratejisinde” öğrendiğiniz**

**bilgileri kullanarak ok atma aşamalarını uygun bir kâğıda en az 3 görsel çizerek anlatınız.**

**taslak, çizim, çizgi sanatı, kırpıntı çizim içeren bir resim

Yapay zeka tarafından oluşturulan içerik yanlış olabilir.4. etkinlik A:** **İzlediğiniz çoklu ortam ögesini olay, konu, durum bakımından inceleyerek**

**çözümleyiniz. Ardından içerikteki önemli ve önemsiz bilgileri sınıflandırıp aşağıdaki alanlara yazınız. İhtiyaç duymanız hâlinde çoklu ortam ögesini tekrar izleyiniz.**

**Önemli Bilgiler:**

* Eğlenirken kendimizi geliştirmemiz önemlidir.
* Spor yaparken güvenlik her şeyden önce gelir.
* Okçuluk sporunda kullanılan malzemeler tanıtıldı.
* Başarılı bir atış için dikkat edilmesi gerekenler gösterildi.
* Okçuluğun tarihimizdeki yeri ve önemi anlatıldı.

**Önemsiz Bilgiler:**

* Evren’in 11 yaşında olması ve 5. sınıfa gitmesi
* Sunucunun okçuluğu öğrenmek için sabırsızlanması
* Ender’in 30 puan alması
* Sunucunun ikinci atışının başarılı, üçüncüsünün başarısız olması
* Ailesinin hep Ender’in yanında olması

**B: Yukarıdaki tabloya yazdığınız önemli bilgileri metinde geçtiği sıraya göre aşağıya**

**yazınız.**

1. **Eğlenirken kendimizi geliştirmemiz önemlidir.**
2. **Spor yaparken güvenlik her şeyden önce gelir.**
3. **Okçuluk sporunda kullanılan malzemeler tanıtıldı.**
4. **Başarılı bir atış için dikkat edilmesi gerekenler gösterildi.**
5. **Okçuluğun tarihimizdeki yeri ve önemi anlatıldı.**

**C: Sıraladığınız bilgileri de kullanarak "Okçuluk" metninin içeriğini kendi cümlelerinizle**

**defterinize özetleyiniz.**

 “Benim Zamanım – Okçuluk” adlı çoklu ortam metni, Ender adlı bir öğrencinin okçuluğa olan ilgisini ve bu sporun ona nasıl katkılar sağladığını anlatmaktadır. Videoda okçuluğun temel kuralları, kullanılan malzemeler, doğru atış teknikleri ve tarihçesi eğlenceli bir anlatımla sunulmuştur.



**5. etkinlik A**: **Çoklu ortam ögesini tekrar izleyiniz. İzleme esnasında içerikte geçen "öncelikle, ilk sırada, en önemli, ondan sonra" ifadelerine odaklanınız. Bu ifadelerin hangi amaçla kullanıldığını açıklayınız.**

“Öncelikle”, “ilk sırada”, “en önemli”, “ondan sonra” gibi ifadeler, metin veya konuşmada bir sıralama yapmayı ve önceliklendirme sağlamayı amaçlar. Bu ifadeler, bir düşünceyi veya konuyu belirli bir sıraya koyarak anlatmak için kullanılır ve dinleyicinin veya okuyucunun olayları daha net bir şekilde takip etmesini sağlar.

“**Öncelikle**” ifadesi, bir şeyin diğerlerinden önce geldiğini vurgular ve genellikle bir konuya giriş veya başlangıç yapmak için kullanılır.

“**İlk sırada**” ve “**en önemli**” ifadeleri, öncelik sırasına göre en önemli veya temel olanı belirtir. Bu ifadeler, bir şeyin diğerlerinden daha öncelikli olduğunu ve üzerinde durulması gereken en önemli unsur olduğunu ifade eder.

“**Ondan sonra**” ise bir olayın veya düşüncenin sırasını takip eder ve bir sonraki adımı, konuyu ya da düşünceyi ortaya koyar.

**B: Çoklu ortam ögesinde "öncelikle, ilk sırada, en önemli, ondan sonra" ifadelerinin geçtiği**

**bölümler arasındaki ilişkiyi açıklayınız.**

Bu ifadelerin geçtiği bölümler arasında anlamsal bağlantılar vardır. Bu ifadelerle, ele alınan konunun daha öncelikli olan bölümleri ve ikinci derecede önemli olan kısımları sıralanmıştır.

**Bu ifadelerle geçen bölümler arasındaki ilişki nedir?**  
Bu ifadeler, anlatılan konular arasında **mantıksal bir sıra** kurar. Öncelik ve önem derecesine göre bilgi akışı sağlanır, böylece izleyici anlatımı daha iyi takip edebilir.

**6. etkinlik: Aşağıda çoklu ortam ögesinden alınan görsellere yer verilmiştir. Daha**

**önce okçuluk ile ilgili yaptığınız araştırmayı da göz önünde bulundurarak bu iki görsel arasındaki bağlantıyı açıklayınız.**

 Sol görsel, okçuluğun geçmişte savaş ve avcılık gibi amaçlarla kullanıldığını; sağ görsel ise günümüzde bireysel gelişim ve spor amacıyla yapıldığını gösteriyor. Bu da okçuluğun hem **tarihi bir yönü** hem de **güncel bir hobi** olduğunu ortaya koyar.

**7. etkinlik A: Çoklu ortam ögesinde yer alan Ender’in davranışlarını "sağlıklı**

**yaşam" veya "hobi edinme" açılarından inceleyiniz.**

Ender, düzenli spor yaparak hem fiziksel sağlığını korumakta hem de zamanını verimli kullanarak sağlıklı bir yaşam sürdürmektedir. Ayrıca okçuluğu bir hobi olarak görmesi, ruhsal gelişimini de desteklemektedir.

**B: Ulaştığınız sonuçları değerlendirerek arkadaşlarınızla paylaşınız.**

Ender gibi biz de boş zamanlarımızda spor veya farklı hobilerle ilgilenerek hem kendimizi geliştirebilir hem de sağlıklı kalabiliriz.

**8. etkinlik A: Karekodu okutarak "Çoklu Ortam Ögeleri" adlı etkileşimli içeriği yönergeler**

**doğrultusunda tamamlayınız.**

**Çoklu ortam öğeleri adlı etkileşim ne içerik youtube’da yok bu nedenle mecburen eba’ya girmek zorundasınız.**

**B: İzlediğiniz içerikte ses kullanılmasının sebebi nedir? Eğer ses olmasaydı ne olurdu?**

Ses, anlatımı destekler ve içeriğin anlaşılmasını kolaylaştırır. Ses olmasaydı bazı bilgiler eksik kalabilir, izleyiciler dikkatini toplamakta zorlanabilirdi.

**C: Ses ya da görselden birini çıkardığınızda içerikte nasıl bir değişim olur?**

Ses veya görselden biri çıkarıldığında anlatım eksik olur. Bilgi tam iletilemez, izleyicinin dikkatini toplaması ve anlaması zorlaşır.

**9. etkinlik A: "Bu Görev Bizim" bölümü için yaptığınız araştırmadan hareketle sporun insan sağlığı üzerindeki etkileri hakkında konuşma yapınız. Konuşmanızı yaparken hazırladığınız çoklu ortam ögelerinden yararlanınız.**

• **Konuşma sürecine uygun selam ve hitap ifadelerini kullanınız.**

**• Konuşmanızın sonunda anlaşılmayan kısımları açıklığa kavuşturmak**

**için soru-cevap bölümüne yer veriniz.**

**• Konuşurken uygun zamanda söz alıp vermeye özen gösteriniz.**

Merhaba arkadaşlar,  
Bugün sizlere sporun insan sağlığına olan etkilerinden bahsedeceğim. Spor yapmak sadece fiziksel gelişim değil, aynı zamanda zihinsel ve ruhsal gelişim de sağlar. Örneğin okçuluk, sabır, dikkat ve denge gerektiren bir spordur. Kaslarımızı geliştirirken odaklanmamızı ve özgüvenimizi de artırır. Düzenli spor yapan kişiler daha sağlıklı, zinde ve mutlu olur. Sporla uğraşmak aynı zamanda kötü alışkanlıklardan uzak durmamıza da yardımcı olur.  
Teşekkür ederim. Sorularınız varsa memnuniyetle cevaplarım.

**B: Çoklu ortam ögelerinin anlatımınıza nasıl bir katkıda bulunduğunu öğretmeninizle değerlendiriniz.**

Videodaki görseller ve sesler, konuyu daha iyi anlamamı sağladı. Ne anlatılmak istendiğini net bir şekilde kavradım ve konuşmamda örnek verebildim.

**C. Konuşmanızı yeniden yapacak olsaydınız bu süreci nasıl yönetirdiniz? Nedenini söyleyiniz.**

Konuşmamı biraz daha uzatıp hayattan örnekler verebilirdim.

BU **GÖREV BİZİM**

**✗ Aşağıdaki yönergeler doğrultusunda "bağışıklık sistemini güçlendirmek için yapılması**

**gerekenler" ile ilgili bir konuşma hazırlayınız.**

**✘ Fotoğraf, resim, tablo, grafik, harita, sanal gezi uygulaması, ses kaydı, müzik, video**

**vb. çoklu ortam ögelerinden uygun olanları konuşmanızda kullanmak üzere hazırlayınız.**

**✙ Konuşmanız için defterinize bir plan oluşturunuz.**

**Oluşturduğunuz plan doğrultusunda prova yaparak sunuma hazırlanınız.**

**AĞIŞIKLIK SİSTEMİNİ GÜÇLENDİRMEK İÇİN NELER YAPILABİLİR?**

Herkese merhaba,

Bugün sizlere bağışıklık sistemimizi güçlendirmek için yapmamız gerekenlerden bahsedeceğim. Bağışıklık sistemi, vücudumuzu hastalıklardan koruyan bir savunma mekanizmasıdır. Onu güçlü tutmak, sağlıklı bir yaşam için hayati öneme sahiptir. İşte bunu sağlamak için dikkat etmemiz gereken bazı temel noktalar:

**1.** **Dengeli Beslenme**: Bağışıklık sistemimizin ihtiyaç duyduğu vitamin ve mineralleri almak için çeşitli sebze, meyve, tam tahıllar ve protein kaynaklarını tüketmeliyiz. Özellikle C vitamini ve çinko açısından zengin gıdalar bağışıklığımızı destekler.

**2.** **Düzenli Uyku:** Yeterli ve kaliteli uyku, bağışıklık sistemimizin kendini yenilemesine yardımcı olur. Günde 7-8 saat uyumaya özen göstermeliyiz.

**3.** **Egzersiz:** Düzenli fiziksel aktivite, kan dolaşımını artırarak bağışıklık hücrelerinin daha etkin çalışmasını sağlar. Haftada en az 3-4 gün egzersiz yapmalıyız.

**4.** **Stresi Azaltma**: Uzun süreli stres bağışıklığı zayıflatır. Meditasyon, nefes egzersizleri veya hobi edinmek gibi aktivitelerle stres yönetimini öğrenmeliyiz.

**5.** **Su Tüketimi**: Vücudun toksinlerden arınması ve hücrelerin düzgün çalışması için günde en az 2 litre su içmeliyiz.

Son olarak, hijyen kurallarına dikkat etmeli ve düzenli sağlık kontrollerini ihmal etmemeliyiz. Unutmayın, güçlü bir bağışıklık sistemi sağlıklı bir yaşamın anahtarıdır. Teşekkür ederim!

**Bu günlük plan emekli Türkçe öğretmeni REHA AŞIK tarafından yapılmıştır**