

Eğitimleriniz için

ISINMA EGZERSİZLERİ

Yrd. Doç. Dr. Pınar Okyay
Prof. Dr. Erdal Beşer

Çizimler: Dr. İ. Haldun Yılmaz

20 ÖRNEK

Eğitimleriniz için

ISINMA

EGZERSİZLERİ

20 ÖRNEK

Yrd. Doç. Dr. Pınar Okyay

Prof. Dr. Erdal Beşer

Çizimler: Dr. İ. Haldun Yılmaz

**Eğitimleriniz için
ISINMA EGZERSİZLERİ
(20 Örnek)**

Yrd.Doç. Dr. Pınar Okyay
Prof. Dr. Erdal Beşer
Çizimler: Dr. İ. Haldun Yılmaz

1. Baskı, Temmuz 2002, İzmir

Baskıya hazırlık:
Egetan Bas. Yay. Tan. Ltd. Şti.
Tel.: 0232 421 08 96
Baskı ve cilt:
Uşşak Matbaacılık Ltd. Şti.
Tel.: 0232 464 99 67

Başlarken

Elinizdeki bu kitapçıkla, yıllardır çeşitli eğitimlerde uyguladığımız ısınma egzersizlerini toplu halde sizlere sunmayı amaçladık. Bu egzersizlerin hiçbirini biz yaratmadık; ne yazık ki ilk düşünüp, uygulayanı da bilmiyoruz. Eminiz, konuya ilgi duyanlar da pek çoğunu biliyor ve uygulamıştır. Umarız en azından birkaç yeni örnek bulabilirler. Ama asıl yararlanacaklar sanırız, bu konuda yeni yola koyulanlar. Onlar için yararlı bir kaynak olması dileklerimizle.

İçindekiler

Başlarken..	3
İçindekiler	4
Bum..	5-6
Elden ele geçen çamur..	7-8
Kulaktan kulağa..	9
Kolaysa çözülün!	10
Katil kim?	11-12
Sözcük türetme..	13
Kaplan, avcı, hakim..	14-15
Çöpe at!	16
Doğum gününe göre yerini al!	17-18
Prenses ve istekleri	19-20
Sorunlar ve çözümler..	21
Bu da ne demek?	22
Sandalye kapmaca..	23
Atasözü bulma..	24
Lakap takma..	25
Kim, kiminle, nerede?	26
Acı biber..	27
İsim, şehir, hayvan..	28-29
Halat çekme..	30
Masa üzerinde yer aç!	31
Bitirirken..	32

BUM...

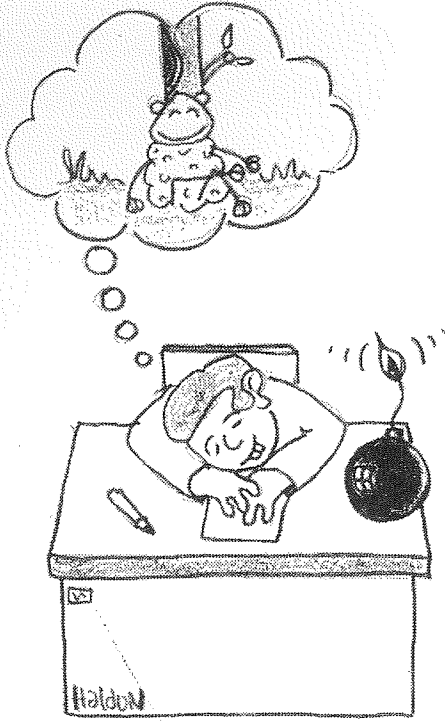
Amaç : Her türlü ders öncesi ya da sırasında dikkati toplamak .

Araç-Gereç : -

Oynanma Şekli : Tüm katılımcıların ayakta bir daire halinde durmalarını sağlayın. Oyunu açıklayın. Herkes sıra ile 1'den başlayarak saat yönünde sayacaktır. İçinde 7 sayısı geçen ya da 7 sayısının katlarından herhangi birine gelen katılımcı o sayıyı söylemeyip "bum" diyecektir. İlk "bum"dan sonra yanındaki katılımcı, bir sonraki sayı ile devam edecektir. Her hatalı söylenen sayı ya da "bum", veya geç söyleme katılımcının elenmesine neden olmaktadır. Oyun 70 sayısına gelinceye kadar oynanır. Başarılı olanlar alkışlanır.

Örnek: 1, 2, 3, 4, 5, 6, bum..
8, 9, 10, 11, 12, 13, bum..
15, 16, bum..
18, 19, 20, bum..
22, 23, 24, 25, 26, bum..

...



Notlar : Tabii ki, sayının yedi olması şart değil. Arka arkaya oynarsanız, farklı sayıları seçerek "bum" duraklarının da farklılaşmasını sağlayabilirsiniz.

Elden ele geçen çamur...

Amaç : Enfeksiyon hastalıklarının bulaşıcılığına, alınması gereken önlemlere dikkat çekmek.

Araç-Gereç : Bir parça renkli oyun çamuru.

Oynanma Şekli : Ders başlamadan önce katılımcılardan 4-5 kişi ile ısınma egzersize katılmaları konusunda anlaşın. Isınma egzersizini açıklayın. İçlerinden biri "enfeksiyon yayan" olacaktır. Diğerleri ise, ayakta sıralı bir şekilde duracaklardır. Renkli çamuru herkesin görebileceği bir yere koyun. Renkli çamur, enfeksiyon ajanını temsil edecektir. "Enfeksiyon yayan" rolündeki ilk katılımcıyı sınıfın dışına alın. Bu katılımcı, herkes yerini aldıktan sonra sınıfa girer. Diğer katılımcıların yanına gitmeden önce, abartılı hareketlerle sağa sola dokunur, eller; bu arada enfeksiyon ajanını avucunun içine alır ve saklar.

Sonra, sıralı bir şekilde ayakta bekleyenlere yönelir. İçlerinden birini seçer ve elini tokalaşmak için uzatır. El sıkışırken, renkli oyun çamurunu katılımcının avucuna koyar. Diğer katılımcılar da birbiri ile tokalaşırlar. Son katılımcıya kadar oyun çamuru elden ele geçer. Son katılımcı avucundaki oyun çamurunu gösterir.

Temsili enfeksiyon bulaşa bulaşa sonuncu katılımcıya kadar gelmiştir. Son katılımcı sınıfa doğru avucunun içini gösterir. Enfeksiyon ajanı kendisindedir.

Katılımcı ve izleyenlere duygularını sorun.



Notlar : Oyun sırasında onları enfeksiyonun değişik belirtilerini (Karın ağrısı, bulantı..vb) taklit etmeleri için teşvik edin. Bunu yaparlarsa, bu enfeksiyonun ne olabileceği, nasıl bulaştığı konusunda tartıştırın. Ya da, bu ısınma egzersizini "el yıkama" konusundaki bir uygulama dersi öncesinde kullanın.

Çamur bir enfeksiyon ajanını değil de, bir söylenti, bir dedikoduyu da sembolize edebilir. O zaman da, bu duruma uygun rolleri oynamaya teşvik edin.

Kulaktan kulağa

Amaç : Dikkati toplamak

Araçlar : -

Uygulama : Katılımcılardan ayakta ya da oturarak bir daire oluşturarak durmaları istenir. Bir başlangıç noktası tespit edin ve bu katılımcıdan bir cümleyi kimsenin duyamayacağı bir şekilde yandaki katılımcının kulağına söylemesini isteyin. Bu cümlede mümkünse karmaşık sözcükler olsun. Böylece kulaktan kulağa geçen cümle son katılımcıya geldiğinde, ondan yüksek sesle ne duyduğunu anlatmasını isteyin. Yanlış ise, son katılımcıdan bir öncekine ve sonrada bir öncekine giderek son olarak doğru anlayanı tespit edin.

Kolaysa çözülmün!

Amaç : Fiziksel aktivite ve işbirliği ile dağılan dikkati toplamak.

Araçlar : -

Uygulama : Katılımcılardan birbirlerine iyice yaklaşarak sıkışık bir halka oluşturmalarını isteyin. Hepsinin yüzü halkanın içine bakacaktır. Bir katılımcıyı halkanın merkezine yerleştirin. Merkezdeki katılımcıdan bir kolunu yukarı kaldırmasını, diğerini de ileriye doğru atarak rasgele katılımcılardan birinin elini tutmasını isteyin. Sonra da diğer katılımcılardan her iki ellerini halkadan birinin eline doğru uzatarak farklı elleri ile farklı katılımcıların ellerini tutmalarını isteyin. Herkes birinin elini tutunca, sadece merkezdeki katılımcının bir eli ile bir başka katılımcının bir eli boşta kalacaktır. Onlar dışındaki herkesin iki eli de başka başka katılımcıların elini tutmuştur. Şimdi bu yumağı ellerini bırakmadan çözmelerini isteyin. Çözmek için birbirleri ile yardımlaşmaları, alttan üstten geçmeleri gerekecektir. Oyunun hepsi bir düz sıra haline gelinceye kadar sürdürün.

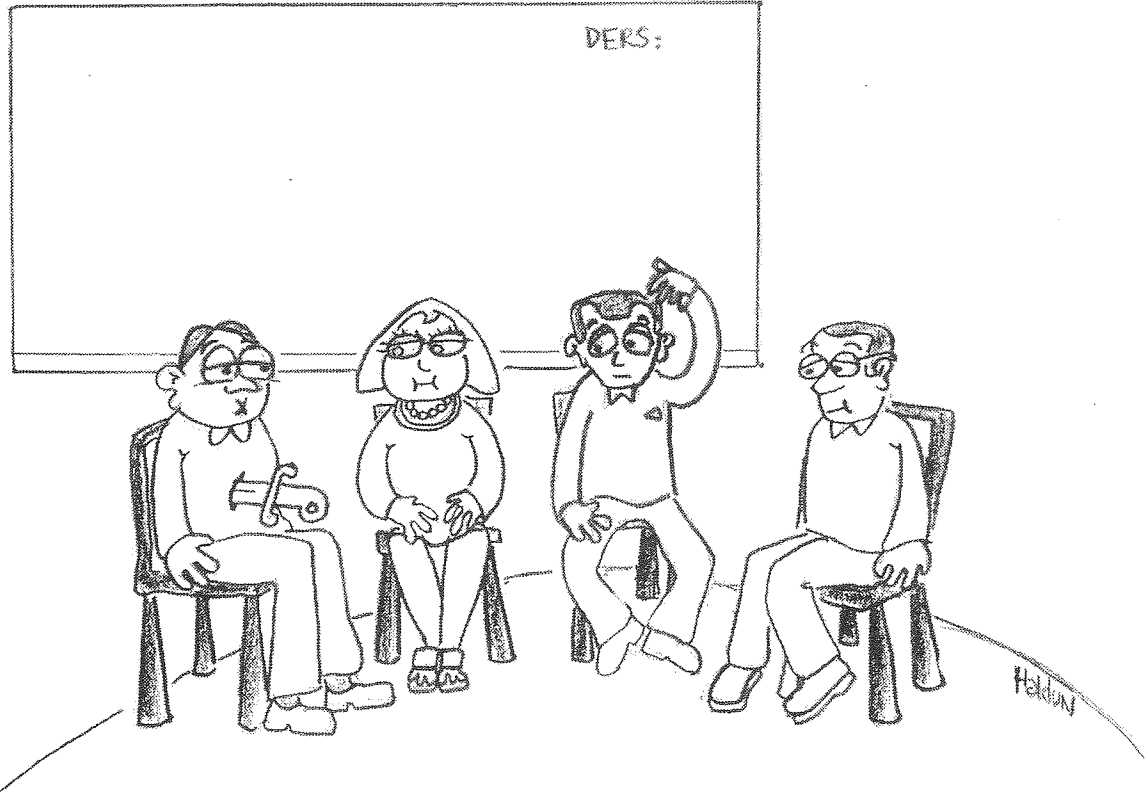
Notlar : Çözülme sırasında bir dans gösterisini aratmayacak figürler ortaya çıkabiliyor. Aman, müziği hazır edin.

Katil kim?

Amaç : Her türlü ders öncesi ya da sırasında dikkati toplamak.

Araç-Gereç : Katılımcı sayısı kadar 5x5cm'lik arkasını göstermeyen kağıtlar ve kalem.

Oynanma Şekli : Tüm katılımcıların daire şeklinde birer sandalyeye oturmalarını sağlayın. Her birine küçük kağıtlara daha önce hazırlanmış kura çektirin. Bunların içinde bir tanesinde "katil", diğerlerinde "kurban" yazmaktadır. Katılımcılar birbirlerinin hangi kurayı çektiklerini bilmemektedir. Oyun başlayınca, herkes birbirlerinin gözüne bakar. Katil, kurbanlarını göz kırparak öldürür. Öldürürken de kimsenin kendisini görmemesini sağlamaya çalışır. Ölen kurban, katil kendisini öldürdükten bir süre sonra, katilin kim olduğunu ele vermeden öldüğünü açıklayarak oyundan elenir. Eğer, katılımcılardan biri katili bir kurbanı öldürmeye çalışırken görürse "katil" diye bağırarak yakalatır. Yanlış ihbar halinde kendisi oyun dışında kalır. Tüm kurbanlar katili bulmaya çalışır. Katil bulunduğu oyunda biter. Belli bir süre sonunda katil hala yakalanmamışsa kendini açıklar ve alkışlanır.



Notlar : Bu oyun, özellikle derslerde U-oturma düzeni kullanılıyorsa, oynanması çok kolay bir oyun. Ders sırasında baktınız grubun ritmi düştü, hemencecik oynayabilirsiniz. Ya da, eğitimlerin ortasında yediğiniz bir ağır öğlen yemeğinde masadan kalmak ilk anda katılımcılara zor geldiyse, yine sizin kurtarıcınız olacaktır. Zaten biraz da, okul kantinlerinde oynayıp da akıllarımızda kalanlardan değil mi?

Sözcük türetme...

Amaç : Ekip halinde çalışmayı geliştirme.

Araç-gereç : Tahta, kalem, her ekibe kağıt ve kalem.

Oynama şekli : Tüm katılımcılar 2-3 kişilik ekiplere ayrılır. Isınma egzersizinin uygulatıcısı daha önceden seçtiği bir sözcüğü tahtaya yazar. Her ekipten belirlenen bir süre içerisinde bu sözcükten bulabildikleri kadar anlamlı yeni sözcük üretmelerini ister. Sürenin sonunda her ekibin ürettikleri sözcükleri okumaları istenir. Doğru üretilenler sayılarak o ekibin toplam ürettiği sözcük sayısı olarak tahtaya yazılır. En fazla sözcük üreten ekip alkışlanır.

Örnek sözcükler:

- İnteraktif
- Epidemiyoloji
- Demografi
- Hiperaktif
- Bumerang
- Cesaret

Notlar : Eğitim konunuz ile ilgili bir sözcük seçerseniz, doğal olarak bu sözcüğün kökleri türetileceğinden konunuza da giriş yapmış olursunuz.

Kaplan, avcı, hakim

Amaç : Her türlü ders öncesi ya da sırasında dikkati toplamak.

Araç-Gereç : Tahta, kalem

Oynanma Şekli : Ders başlamadan önce tahtaya aşağıdakileri yazın:

Kaplan, hakimi yer.

Hakim, avcıyı asar.

Avcı, kaplanı vurur.

Isınma egzersizini hep beraber yapmayı önerin. Tahtada yazılı olanlara dikkat çekin ve merak uyandırın. Grubu ikiye ayırın. Her iki grubunun rahatça birbiri ile konuşabileceği bir yakınlık ve kendilerine bir ad vermelerini sağlayın. Tahtaya bu adları yazarak bir skor kayıt tablosu hazırlayın. Sonra oyunu açıklayın. Gruplar, diğer grup duymadan kaplan, avcı ya da hakim olacaklardır. Tüm grup, seçilen karakterin hareketini aynı anda sizin işaret vermenizle yapacaktır. Kaplanın kollarını kaldırarak saldırırken kükreyeceğini, avcının silah çekerken "dırşını dırşını" silah sesini çıkaracağını ve hakimin de yumruk yapıp masaya "güm güm" vuracağını belirtin. Bu hareketleri gruplara gösterin. Biraz abartın; onları gülümsetin. Sonra üçe kadar sayın. Üç olunca gruplardan birbirlerine bakarak aynı anda tuttukları figürün rolünü oynamalarını isteyin. Sonra tahtaya bakılmasını sağlayın; tahtadaki cümleye göre hangi grup kazandı ise skor tahtasına not edin. 3-5 kez oynatın. Kazanan grubu alkışlatın.



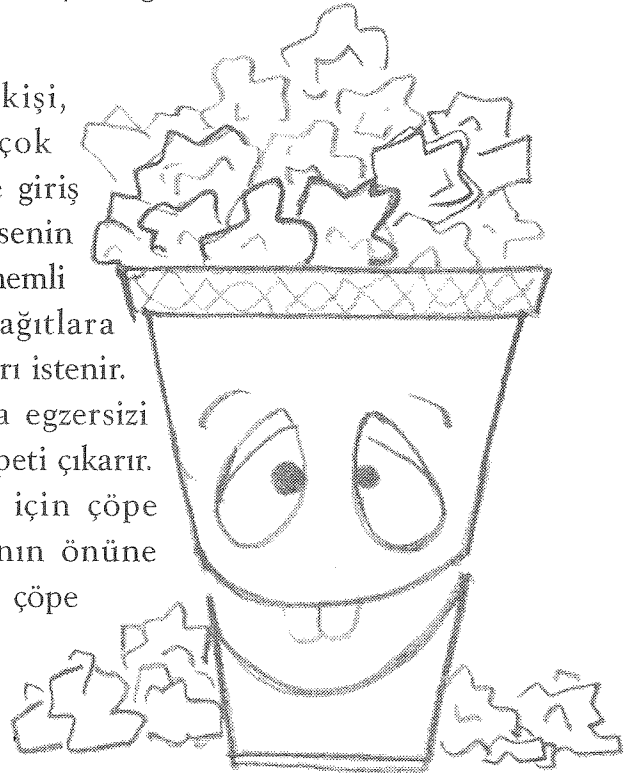
Notlar : Her grupta en az 7-8 kişinin olması oyunun etkisini güçlendirir. Bu nedenle rahatlıkla sınıf eğitimlerinizde kullanabilirsiniz. Öyle ki, yetmiş kişilik sınıflarda bile oynattık. Aman dikkat, çıkan gürültü önlem alınmasını gerektirecek türdendi. Çevrenizde rahatsız olabilecek kişiler varsa, bu kadar büyük gruplarda daha sakın oyunları tercih edebilirsiniz.

Çöpe at!

Amaç : Dikkati toplamak

Araç-gereç : Her katılımcı için 1/4 A4 büyüklüğünde kağıt, kalem, çöp sepeti.

Uygulama : Isınmayı yaptıracak kişi, insanların sorunlarından bazılarını çok önemseyebileceği hakkında bir konuşma ile giriş yapar. Bu konuşma sonunda, sorunlarını kimsenin görmeyeceğini açıklayarak, katılımcılardan önemli buldukları bir sorunlarını önlerindeki kağıtlara yazmaları, sonra da, bu kağıdı iyice katlamaları istenir. Herkes sorununu yazıp, kağıdı katladığında egzersizi yaptıran kişi ortaya kocaman süslü bir çöp sepeti çıkarır. "Haydi, sorunlarımızı hiç olmazsa şu an için çöpe atalım!", der. Çöp sepetini her katılımcının önüne getirir ve sorununu yazdığı kağıdını yırtarak çöpe atmasını bekler. Tüm sorunlar çöpe atıldıktan sonra sorunsuz(!) bir şekilde eğitime devam edilir.



Doğum gününe göre yerini al!

Amaç : Fiziksel hareket ve işbirliği ile sıra dışı bir paylaşım ortamı yaratmak.

Araç-Gereç : Katılımcı sayısı kadar sağlam sandalye.

Oynanma Şekli : Katılımcılardan birer sandalye alarak bir daire oluşturmalarını isteyin. Daire oluşturulunca herkesin dairenin içine bakacak şekilde oturmasını sağlayın. Birden ayakkabılarını çıkarmalarını isteyin. Eminiz çok şaşıracaklardır. Ama kararlı olun. Tüm ayakkabılar çıktığında hepsinden sandalyelerinin üzerine çıkmalarını isteyin. Şimdi herkes yerden epeyce yukarıda, daire şeklinde birbirine bakmaktadır. Sırayla doğum günlerini gün ve ay olarak söyletin. Herkes söylediğinde, doğum günü yılın başına en yakın olan kişiyi belirleyin. Burada hangi yıl olduğunun hiçbir önemi yok. Önemli olan gün ve ay. Buna göre en önce doğandan sabit kalmasını isteyin. Diğer katılımcılar saat yönünde en küçükten en büyüğe doğru sıralanacaklardır. Bu sıralanma sırasında, sandalyelerinden inmeyeceklerdir. Oyun herkes doğru yerini buluncaya kadar devam eder.



Notlar : Sıralamayı başarmak için katılımcılar gerçek bir yardımlaşma örneği göstereceklerdir. Aman dikkat! Tehlikeli olmasın. Biraz genişçe ve mutlaka sağlam sandalyeler olması gerekli. Biz sandalyeler üzerinde sıralanırken, her seferinde çok eğlendik. Düşmemek için birbirimize destek verdik. Buradaki en büyük amaç da bu zaten... Bir de yaz aylarında yapılırsa botlar ve çizmeler sorun olmuyor. Yoksa onları çıkar, giy, bağcıklarını bağla derken bayağı zaman geçiyor.

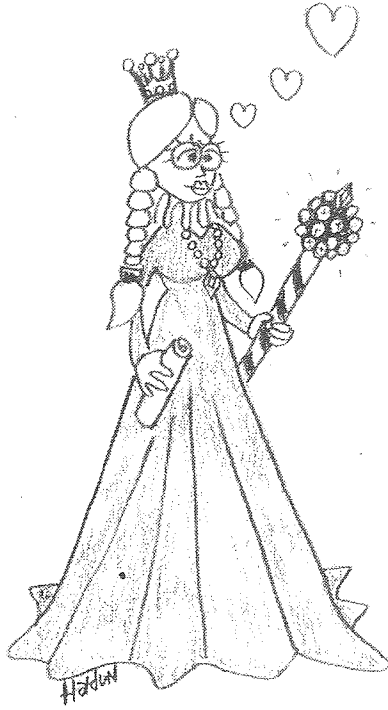
Prenses ve istekleri

Amaç : Graplarda işbirliği sürecini desteklemek, fiziksel aktivite ile ısınmayı sağlamak.

Araç-Gereç : Prenses kağıttan bir taç, arazi tapuları ve isteklerini yazmak için bir kağıt ile kalem.

Oynanma Şekli : Katılımcılardan biri istekte bulunacak prenses olarak seçilir. Tacı başına giydirilir. Diğer katılımcıların iki gruba ayrılması istenir. Kendilerine bir ad vermelerini sağlanır. Tahtaya bu adları yazarak bir skor kayıt tablosu hazırlanır. Sonra oyun açıklanır.

Prensesin bir istek listesi vardır. Prenses de bu listedekileri daha önce görmemiş; bu liste kendisine hazır halde ısınma yönlendiricisi tarafından verilmiştir. Nazlı prenses bu listeyi sırayla okuyacak ve her iki halkından bu isteğini yerine getirilmesini bekleyecektir. İlk yerine getiren halkına bir puan verilecek ve sonunda en fazla puanı olan halkını prenses ödüllendirilecektir. Yerine getirilen her istek o gruba bir puan sağlar. İstek her iki grup tarafından da sağlanamamışsa, bir diğerine geçilir. Oyun listedeki tüm isteklerin okunması ile biter. Skor tablosuna bakılır ve kazanan taraf açıklanır. Prenses elindeki tapuları kazanan tarafa dağıtır. Hayal gücünüze göre hazırlanmış tapular, yeni sahipleri tarafından okunur. Bu tapuya sahip olmakla duydukları duygular dile getirilir.



Notlar : Bu oyunda prensesin isteklerini ders ya da sunumunuzun içeriğine göre şekillendirebilirsiniz. Özellikle aile planlaması dersleri öncesinde biz bu oyunu çok sık kullanıyoruz. Aile planlaması yöntemlerinin konuşulabilirliğini arttırmak için prensesin listesine kondom, vb. bir istek sıkıştırıyoruz. Daha önce kalem, ruj, anahtarlık istemiş olan prenses bile şaşıyor bu isteğine. "Şimdiye kadar hiç getiren grup oldu mu?" diye merak mı ediyorsunuz? Bir kez oldu, evet. Sağlık Bakanlığı'nın "Üreme Sağlığı Eğitimi"nde kondom isteyen bir prensesin isteği hemen yerine getirildi. Eğitimin adından da belli olacağı üzere, etraf zaten kondom, RIA, hap, vb. yöntemler ile ilgili malzeme kaynıyordu. Spekulum istense, o da vardı...

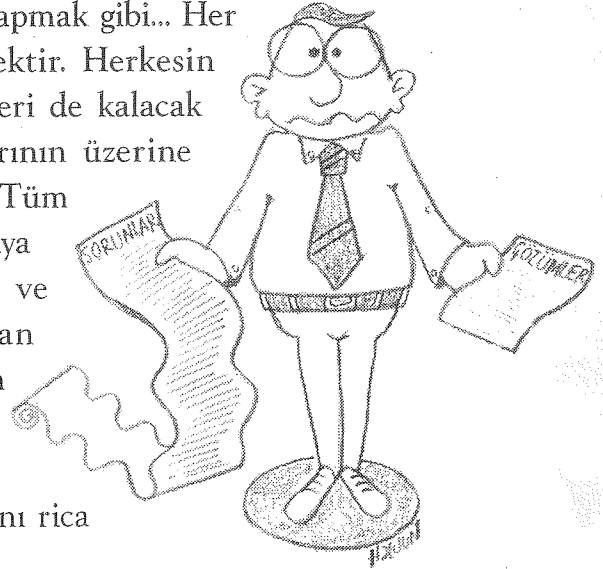
Sorunlar ve çözümler...

Amaç : Dikkati toplama.

Araç-Gereç : Her katılımcıya iki adet A5 büyüklüğünde bir sayfa ve kalem, 2 adet çekiliş torbası.

Oynanma Şekli : Katılımcıların oturdukları yerde kalmalarını sağlayın. Her birine iki adet A5 büyüklüğündeki kağıtları dağıtın. Onlardan önce, çok önemli buldukları bir sorunu bu kağıtların birine yazmalarını isteyin. Sorunu kısaca tanımlayacaklardır. Örneğin; çevre kirliliği ya da şişmanlık gibi... Hepsi sorun tanımlaması yaptıklarında, bu kez de bu sorun ile ilgili çözüm önerilerini diğer kağıda yazacaklardır.

Örneğin; kurşunsuz benzin kullanmak ya da diyet yapmak gibi... Her katılımcı bir tek kendi sorun ve çözümünü bilecektir. Herkesin yazması bittiğinde, her iki kağıt parçasını da yazı içeri de kalacak şekilde katlamalarını isteyin. Katlanan bu kağıtlarının üzerine içeriğine göre "sorun" ya da "çözüm" yazılacaktır. Tüm katılımcıların sorun ve çözümlerini ayrı iki torbaya attırarak toplayın. Böylece bir torbada sorunlar ve diğerinde de çözümler olacaktır. İlk katılımcıdan başlayarak torbalardan bir sorun ve bir de çözüm çekmelerini isteyin. Tüm katılımcılar bittiğinde, sıra ile her katılımcıya önce elindeki kağıtta yazan sorunu ve önerilen diğer kağıttaki çözümü okumasını rica edin. Öyle rastlantılar oluyor ki, çok şaşıracaksınız.



Bu da ne demek?...

Amaç : Ekip halinde çalışmayı geliştirme, dikkati toplama

Araç-gereç : Tahta, kalem.

Uygulama : Tüm katılımcılar arasından bir ebe seçilir ve eğitim ortamından dışarı alınır. Kalanlar 3 gruba ayrılır. Isınma egzersizinin uygulamacısı, daha önceden bir sözcük hazırlayarak bunu tahtaya yazar. Bu sözcük çok sık kullanılmayan, ama, anlamlı bir sözcüktür. Bu sözcüğün anlamını katılımcılara anlatır. Bu sözcüğün dışarıya alınan ebeye sorulacağını ve anlamını bulmasının isteneceği söyler. Gruplardan sadece biri sözcüğün gerçek anlamını ebeye tarif ederlerken; diğer iki gruptaki katılımcılar grupları tarafından ortak kararlaştırılmış bir anlamı savunurlar. Ebe, gruplara soru sorarak sözcüğün doğru anlamını verilen sürede bulmaya çalışır.

Örnek:

Sözcük: Jonklör (Sirklerde topları eliyle yere düşürmeden çevirerek gösteri yapan kişi)

Birinci gruptaki katılımcılar sirkte çalışır, top çevirir, bir insandır derler.

ikinci gruptakiler çok iyi bir İtalyan yemeği olduğunu, domates sosu ve biberin ayrı bir önemi olduğu gibi hayali, bir yemeği anlatırlar.

Üçüncü grup ise, marangozlukta kullanılan bir alet olduğunu, tahta oymacılığında el ustalarının kullandığını iddia ederler.

Örnek sözcükler:

- Papalina (Küçük hamsi-Cunta Adasında çok meşhurdur.)
- Ablatya (Uzunluğu 150, genişliği 4-10 kulaç olan bir balık ağı)
- Parakete (Üzerinde yüzlerce iğneli köstek bulunan uzun balık oltası)

Sandalye kapmaca...

Amaç : Fizik aktivite ile dağılan dikkati toplamak.

Araçlar : Katılımcı sayısından bir eksik sandalye, teyp-kaset.

Uygulama : Katılımcı sayısından bir eksik sayıdaki sandalyeler oturma yerleri bir ters-bir düz olacak şekilde sıralanır. Tüm katılımcılardan bu sandalyelerin çevresinde bir halka oluşturması istenir. Eğitimcilerden biri teybin başına geçer ve müziği kontrol eder. Sandalyeler çevresinde müzikle beraber dans edilerek dönülecek, müzik bitiminde herkes bir sandalye kapmaya çalışacaktır. Müziği kontrol eden kişi katılımcıları görmeyecek şekilde sırtını döner ve onlar dönerken birdenbire müziği susturur. Herkes telaşla bir sandalye kapmaya çalışır. Ama, sandalye sayısı, katılımcı sayısından bir eksik olduğu için, bir kişi açıkta kalacaktır. Açıkta kalan oyundan atılır ve kalanlarla bir sandalye azaltılarak devam edilir. Son iki kişi bir sandalyenin çevresinde dönerler ve müzik kesildiğinde biri oturur, diğeri açıkta kalır. Son sandalyeye de oturmayı başaran oyunun galibidir; alkışlanır.

Notlar : Hekimler ve ebelerin katıldığı bir eğitim sırasında bu sandalye düzeni hazırlandı. Kısa bir açıklamadan sonra, müzik başladı ve katılımcılar sandalyelerin çevresinde dönmeye başladılar. Müzik kesildiğinde, görünen manzara şu idi: İri yarı bir hekim, önündeki ters duran sandalyeyi çekmiş ve çevirerek oturmaya çalışırken, tüy sıklet bir ebe de tam anlamıyla oturma pozisyonunu almış, ama sandalyesi hekim tarafından altından çekilmişti. Meğerse hekim, açıklamayı anlamamış ve daha önce de bu oyunu hiç oynamamış. Ebe hanım sakatlanmadı çok şükür de; hepimiz bu olaya uzun süre güldük. Oyunu, her zaman tüm katılımcılara tam anlamıyla anlatabildiğimizden emin olmak gerek. Aman, dikkat!

Atasözü bulma...

Amaç : Dağılan dikkati toplamak.

Araçlar : Tahta, kalem, her ekibe kağıt ve kalem.

Uygulama : Isınma egzersizini uygulatacak kişi katılımcıları ekiplere ayırır. Daha önceden belirlediği bir sözcüğü tahtaya yazar. Belirli bir süre içerisinde ekiplerden yazılı sözcük ile ilgili atasözleri bulmaları istenir. Her ekip, mümkün olduğu kadar fazla sayıda atasözü bulmaya çalışacaktır. Her bulunan atasözü, ekipler tarafından kağıtlara yazılır. Sürenin sonunda her ekip sıra ile buldukları atasözünü okurlar. Tüm grup tarafından kabul edilen atasözleri sayılarak o ekibin toplam bulduğu olarak tahtaya yazılır. En fazla atasözü bulan ekip alkışlanır.

Örnek sözcükler: Güzellik

Para

Dostluk

Evlat

Aile

Lakap takma...

Amaç : Eğitim grubunun birbirlerinin adlarını öğrenmeleri.

Araçlar : -

Uygulama : Katılımcılardan ayakta ya da oturarak bir daire oluşturarak durmaları istenir. Her katılımcı, kendine adının ilk harfi ile başlayan bir lakap takarak, sıra kendine geldiğinde önce lakabı ve sonra da adını söyleyecektir. Sıra katılımcılardan birinden başlayacak ve tüm katılımcılar bitince yine ilk katılımcıda son bulacaktır. İlk katılımcı sadece kendi lakabı ve adını söyleyecek; ancak ondan sonra gelenler ilk katılımcıdan başlayarak kendi adlarını söyleyinceye kadar tüm katılımcıların lakap ve adlarını söyleyeceklerdir. Son sıradaki katılımcı, böylece tüm grubun lakap ve adlarını söylemiş olacaktır.

Not : Kişilerin takılan lakaplarının kendilerinin bir özelliğini çağrıştırmasını ya da iyice uç bir ifade olmasını teşvik edin.

Afilli Ali

Barut Basri

Cebir Cemal

Çalışkan Çelebi

Dikkatsiz Davut

...

Kim, kiminle, nerede??

- Amaç** : Dağılan dikkati toplamak.
- Araçlar** : Katılımcı sayısı kadar A5 kağıt, tahta ve tahta kalem.
- Uygulama** : Tahtaya alt alta aşağıdaki soruları yazın.
- Kim?
- Kiminle?
- Nerede?
- Ne zaman?
- Ne yapıyormuş?
- Kim görmüş?
- Ne demiş?

Katılımcılara önlerindeki kağıda "Kim?" sorusunun yanıtını diğer katılımcılara göstermeden yazmalarını söyleyin. Herkes yazınca, kağıdın uç kısmını sorunun yanıtını saklayacak şekilde kıvrımlarını ve yanlarındaki katılımcıya geçirmelerini isteyin. Şimdi bir sonraki soru olan "Kiminle"ye geçin ve aynı işlemleri sorular bitinceye kadar yineleyin. Sonunda sorular bittiğinde tüm katılımcılara ellerindeki kağıtları açtırtarak okutun. İnanın çok eğleneceksiniz.

Saddom Clintonla Pariste akşamüstü şarap içerken Humeyni görmüş vay hayırsızlar demiş
Churchil Madonnayla Titanide sabah sabah geşik yaparken İsa görmüş koby gelsin demiş
Superman Tarkanla banyoda gece yarısı saklambaş oynarken Tayyip görmüş insan haber verir demiş

Acı biber...

Amaç : Dağılan dikkati toplamak.

Araçlar : Küçük bir top.

Uygulama : Isınma egzersizini uygulatacak kişi katılımcılardan bir gönüllü ayırdıktan sonra, kalanları yüzleri halkanın içine bakacak şekilde bir halka oluşturarak sandalyelere oturtur. Topu katılımcılardan birine verir; ve işaretiyle beraber topun kişiden kişiye atılacağı ve bu esnada "acı" diye bağırılacağı söylenir. Bu esnada gruptan ayrılan katılımcı, diğerlerinin görmesi ve duyması engellenerek zaman zaman "biber" diye bağıracaktır. O "biber" dediği andan hemen önce "acı" diyen katılımcı, "acı biber" tamamlandığı için oyun dışı kalacaktır. Oyun en son kişi kalıncaya kadar devam eder.

İsim, şehir, hayvan...

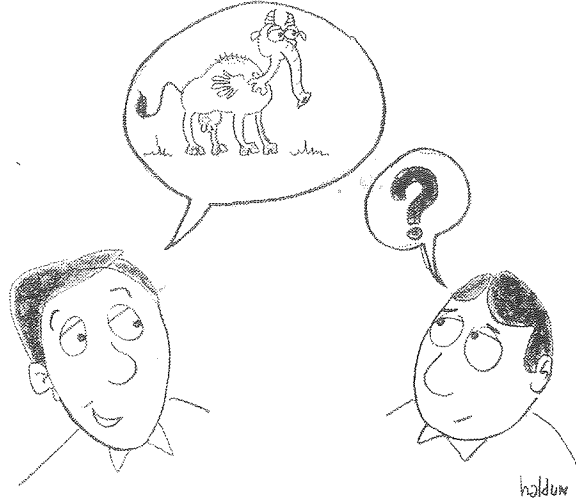
Amaç : Dağılan dikkati toplamak.

Araçlar : Özel olarak hazırlanmış kağıt, kalem

Uygulama : Bir A4 kağıdını yatay durumda kolonlara ayırınız. Bu kolonlara sırasıyla, aşağıdaki gibi doldurunuz. Bu formatı katılımcı sayısı kadar fotokopi ile çoğaltınız.

İsim	Şehir	Hayvan	Ülke	Bitki	Eşya

Tüm katılımcılara bu formatı verdikten sonra herhangi bir kitap ya da dokümana elinizi rasgele koyunuz. Parmağınızın altına gelen harf bu formattaki kavramlar için başlangıç harfi olacaktır. Örneğin, "K" harfi geldiyse, tüm katılımcılara bu yüksek sesle söylenir. Herkes aynı anda yazmaya başlar ve ilk bitiren bildirir. Kavramlarını okuyarak anlamlı olup olmadığı tartışılır. Tüm kavramları anlamı ise, oyunu kazanmıştır. Alkışlanır.



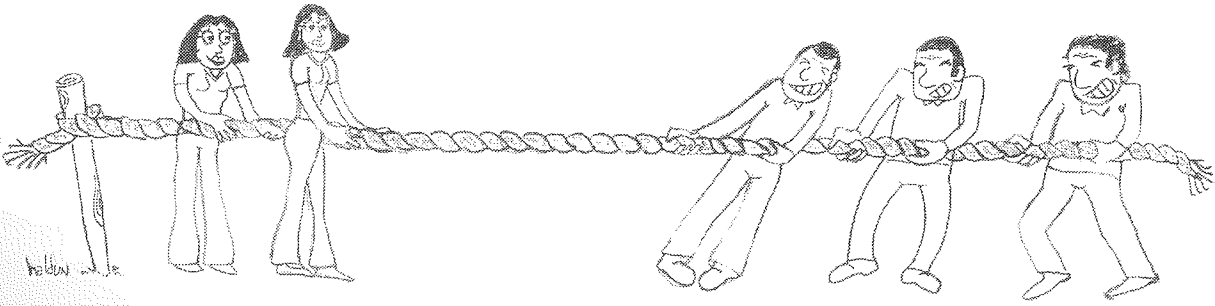
İsim	Şehir	Hayvan	Ülke	Bitki	Eşya
Kemal	Kastamonu	Kedi	Kanada	Karpuz	Kandil

Halat çekme...

Amaç : Dağılan dikkati toplamak.

Araçlar : Kalın, sağlam bir 10-15mlik bir halat, tebeşir.

Uygulama : Katılımcıları iki ekibe ayırın. Her grubun elemanlarının arka arkaya sıralanmasını isteyin. En öndekilere halatın birer ucunu verin. En öndekilerden 2m kadar uzakta olacak şekilde ortaya yere tebeşirle bir çizgi çekin. Ekipler karşı ekibi ortadaki bu çizginin ötesine, kendi taraflarına çekmeye çalışacaklardır. Bunu ilk başaran ekip oyunu kazanmış olacaktır.



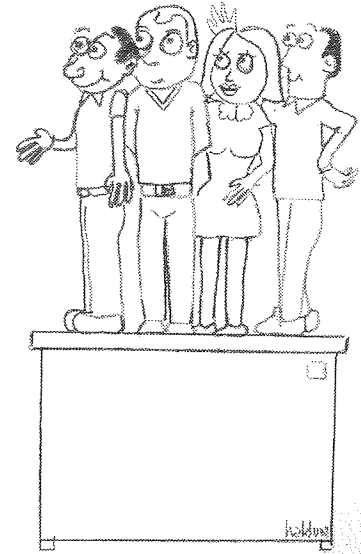
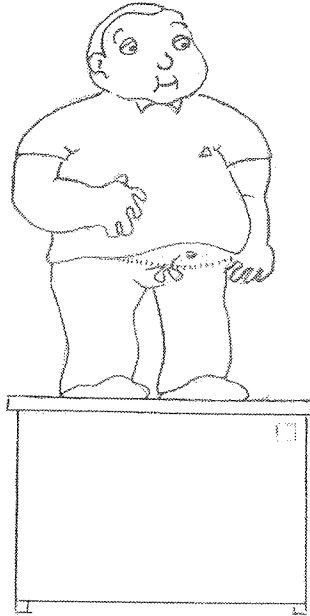
Masaya üzerinde yer aç...

Amaç : Dağılan dikkati toplamak.

Araçlar : Sağlam iki masa

Uygulama : Katılımcıları iki ekibe ayırın. Onları birer masanın çevresinde toplayın. En kısa zamanda tüm ekibin kendi masalarının üzerine çıkmalarını isteyin. En kısa zamanda tüm ekibiyle masanın üzerine çıkan oyunu kazanacaktır. Bir başlangıç işareti vererek oyunu başlatın. En kısa zamanda masanın üzerine yerleşen ekibi alkışlatın.

Notlar : Aman, dikkat! Masalar sağlam olmalı. Çok büyük masalar tercih edilmiyor. Amaç biraz da ekibin masalara yerleşmek için hayal gücünü devreye sokması ve işbirliği yapması. Bazen birbirlerinin kucağına oturmak ya da iki kişinin kollarını birleştirerek bir diğerini taşıması gerekebiliyor.



Bitirirken...

Sağlık Bakanlığı'nın bir eğitimi sırasında, sıra ile katılımcılara ısınma egzersizi yaptırılıyor. O ders saatinde sırası gelen bir katılımcı eğitim grubuna şöyle seslenir:

“Lütfen şimdi sağ kolunuzu yukarı kaldırınız. Çapraz şekilde kıvrarak elinizin sırtınıza ulaşmasını sağlayınız.. (Peki şimdi der, gibi bakarlar katılımcılar.) Ee, ne duruyorsunuz sırtınıza vurunuz. Kim bilir en son kim sırtınıza şöyle bir vurup ‘aferin’ dedi. Bunu lütfen kendinizden esirgemeyiniz.”

Eğitim gününüz özel bir güne denk geldi ise, o gün ile ilgili katılımcıların görüşlerini sorabilirsiniz. “Dünya Kadınlar Günü”, “Dünya Çevre Günü” vb gibi. Kısa bir görüş alma ve belki de tartışma herkesi ısındıracaktır. Her katılımcıdan kendi için en mutlu olayı ya da bir hobi ve bir fobisini sizlerle paylaşmasını da isteyebilirsiniz. Bu da grubun birbirini tanımasını ve anlamasını kolaylaştıracaktır.

Hayal gücünüze sınır tanımayın.

Bir de; oyunların hepsine siz de katılın. Paylaştıkça, eğitiminiz daha da zenginleşecektir.

