**KEMALİYE HALK EĞİTİM MERKEZİ MÜDÜRLÜĞÜ 2015 - 2016 EĞİTİM- ÖĞRETİM YILI**

**TÜRKİYE BAĞIMLILIKLA MÜCADELE EĞİTİM PROGRAMI KURSU**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **TARİH** | | **DERS SAATİ** | **KONU** | **KAZANIMLAR** | | **ÖĞRENME – ÖĞRETME YÖNTEM VE TEKNİKLERİ** | **KULLANILAN ARAÇ - GEREÇLER** | |
| **04**  **OCAK**  **2016** | | **1 ders saati** | **Sağlıklı Yaşam** | * Bir işi yaparken o işe özgü ilke ve kuralları uygular. * Hak ve özgürlüklerin ihlal edildiği durumlara ilişkin çözüm önerileri geliştirir. * Doğaya hükmeden değil, doğanın bir parçası olduğunu düşünerek hareket eder. * Sağlıklı yaşamla ilgili temel kavramları açıklar. * Yaşam alanında sağlıkla ilgili düzenlemeler yapar. * Kullandığı eşyaların sağlıklı/yalın ve ergonomik olup olmadığına dikkat eder. * Koruyucu sağlık hizmetlerini (aşı vb.) almaya istekli olur. * Aşırılığın her türlüsünden kaçınması gerektiğini söyler. * Sağlık konusunda davranış-tutum değişikliklerinin zaman aldığını kabul eder. * Sağlık konusunda evham ve takıntı oluşturmamaya özen gösterir. * Düzenli uyku ile sağlık arasında ilişki kurar. | | **Anlatım**  **Beyin Fırtınası**  **Soru Cevap**  **Tartışma** | **“Yeşilcan’la Sağlıcakla”**  **adlı katılımcı kitapçığı**  **“Sağlıklı Bir Hayat İçin” sunumu** | |
| **04**  **OCAK**  **2016** | | **1 ders saati** | **Sağlıklı Yaşam** | * Sağlıklı yaşama açısından beslenme piramidini değerlendirir. * Gıdaları bilinçli olarak tüketir. * Giyimle sağlık ilişkisi kurar. * Popüler kültürün beden yapısını bozan etkilerini (dövme, dar giysi, kısa giysi, düz ve topuklu ayakkabılar vb.) fark eder. * Hastalıklardan korunmak için önlem alır. * Kronik hastalıklarını yönetir. * Acil hastalıkların neler olduğuna örnekler verir. * Sağlıkla ilgili acil ve beklenmeyen durumlarda oluşan krizleri etkili bir şekilde yönetir. * Akılcı ilaç kullanım ilkelerini hayatına uygular. * Sosyal güvenlik hizmetleri hakkında bilgi edinir. * Hasta hakları ve görevlerini fark eder. | | **Anlatım**  **Beyin Fırtınası**  **Soru Cevap**  **Tartışma** | **“Yeşilcan’la Sağlıcakla”**  **adlı katılımcı kitapçığı**  **“Sağlıklı Bir Hayat İçin” sunumu** | |
| **05**  **OCAK 2016** | | **1 ders saati** | **Teknoloji Bağımlılığı** | * Akran baskısıyla karşılaştığında muhatabının neden bu nedenli ısrarlı olduğunu sorgular. * Hak ve özgürlüklerin ihlal edildiği durumlara ilişkin çözüm önerileri geliştirir. * Doğal ve sosyal hayattan uzakta kalmanın bir hastalık türü olduğunu ifade eder. * Yalnızlaşma eğilimi olduğunda bunu fark eder. * Mahremiyetin ne olduğunu bilir ve mahremiyetini korur. * Ailesiyle ve arkadaşlarıyla vakit geçirmekten hoşlanır. * Gençlik dönemlerinde “başıboş” ve “uğraşsız” kalmanın bireyi tehlikeli arayışlara yönlendirebileceğini fark eder. | | **Anlatım**  **Beyin Fırtınası**  **Soru Cevap**  **Tartışma** | **“Yeşilcan’la Zararsız Teknoloji”**  **adlı katılımcı kitapçığı**  **“Teknolojiye Bağımlı Yaşamamak İçin” sunumu** | |
| **06**  **OCAK**  **2016** | **Teknoloji Bağımlılığı** | * Teknolojinin dengesiz kullanımının sağlığa etkilerini fark eder, önlem alır. * Yüz yüze ilişkiyi önemser. * Teknolojinin insan yaşamı üzerindeki olumlu ve olumsuz etkilerini ifade eder. * Doğru teknoloji kullanımı konusunda çevresindekilere rehberlik eder. * Teknolojik araçlardaki olumsuz içerikleri fark eder. * Teknoloji kullanımında zamanı doğru yönetir. * İnsanlar arasındaki ilişkilerde sosyal medyanın oluşturabildiği olumsuzlukları objektif bir biçimde değerlendirir. | | **Anlatım**  **Beyin Fırtınası**  **Soru Cevap**  **Tartışma** | **“Yeşilcan’la Zararsız Teknoloji”**  **adlı katılımcı kitapçığı**  **“Teknolojiye Bağımlı Yaşamamak İçin” sunumu** | |
| **6**  **OCAK**  **2016** | | **1 ders saati** | **Teknoloji Bağımlılığı** | * Yaşam alanında sağlıkla ilgili düzenlemeler yapar. * Aşırılığın her türlüsünden kaçınması gerektiğini söyler.   Düzenli uyku ile sağlık arasında ilişki kurar.   * Hastalıklardan korunmak için önlem alır. * Alışkanlığı bağımlılıktan ayırt eder. * Yoksunluk sendromunu örneklerle açıklar. | | **Anlatım**  **Beyin Fırtınası**  **Soru Cevap**  **Tartışma**  **Rol Oynama** | **“Yeşilcan’la Zararsız Teknoloji”**  **adlı katılımcı kitapçığı**  **“Teknolojiye Bağımlı Yaşamamak İçin” sunumu** | |
| **7**  **OCAK**  **2016** | | **1 1ders saati** | **Tütün Bağımlılığı** | * Akran baskısıyla karşılaştığında muhatabının neden bu nedenli ısrarlı odluğunu sorgular. * Hak ve özgürlüklerin ihlal edildiği durumlara ilişkin çözüm önerileri geliştirir. * Hastalıklardan korunmak için önlem alır. * Bağımlılık yapan maddelerin diğer maddelere geçişte etkisini açıklar. * Umursamazlık problemini bir sorun olarak algılar. * Bağımlı hale gelmenin bırakmaktan çok daha kolay olduğunu fark eder. * Bağımlıların genellikle kendilerini kontrol edebilecekleri inancıyla kullanıma başladıklarını fark eder. | | **Anlatım**  **Beyin Fırtınası**  **Soru Cevap**  **Tartışma**  **Rol Oynama** | **“Yeşilcan’la Temiz Hava**  **adlı katılımcı kitapçığı**  **“Dumansız Bir Hayat İçin”**  **sunumu** | |
| **08**  **OCAK**  **2016** | | **1 ders saati** | **Tütün Bağımlılığı** | * Gruba dahil olmanın sigara içmeyi gerektirmediğini fark eder. * Pasif içicilik kavramını açıklar. * Sigarasız ortam için haklarını korur. * Tütün, alkol ve madde kullanımının sosyal dışlamaya kapı araladığını kabul eder. * Sosyal içicilik kavramının ne olduğun açıklar * Bağımlılık tedavisinin uzun ve zor bir süreç olduğunu ifade eder. * Tütün, alkol ve madde kullanımının sosyal ilk teklifi kimlerin yapabileceğini bilir. | | **Anlatım**  **Beyin Fırtınası**  **Soru Cevap**  **Tartışma** | **“Yeşilcan’la Temiz Hava**  **adlı katılımcı kitapçığı**  **“Dumansız Bir Hayat İçin”**  **sunumu** | |
| **08**  **OCAK**  **2016** | | **1 ders saati** | **Tütün Bağımlılığı** | Bağımlılığın ekonomik zararlarına örnekler verir.   * Sigara içen ve içmeyen bireylerin özelliklerini karşılaştırır. * Sigaranın sağlık üzerindeki etkilerini çevresindeki insanlarla paylaşır. * Sigaranın bir problem çözme aracı olmadığını fark eder. * Sigaranın bir güç simgesi olmadığını ifade eder. | | **Anlatım**  **Beyin Fırtınası**  **Soru Cevap**  **Tartışma** | **“Yeşilcan’la Temiz Hava**  **adlı katılımcı kitapçığı“Dumansız Bir Hayat İçin”**  **sunumu** | |
| **Gülsüm ALKAN Rehber Öğretmen** | | | | **Hüseyin KULELİ**  **Halk Eğitim Merkezi Müdürü** | | |