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

 **TÜRKİYE BAĞIMLILIKLA MÜCADELE EĞİTİM PROGRAMI KURSU**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **TARİH** | **DERSSAATİ** | **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 ALKANRehber Öğretmen** | **Hüseyin KULELİ** **Halk Eğitim Merkezi Müdürü** |