



Her öğrencinin güçlü yönleri vardır. Gelişime açık yönlerimiz ise çalıştıkça gelişir.

1. Önce Öğrenelim



Güçlü yön:

İyi yaptığım ve kendime güvendiğim alanlardır.

Gelişime açık yön:

Çalışarak daha iyi yapabileceğim alanlardır.

Kendimi tanırsam doğru hedef seçebilirim.



2. Okulda Kendimi Tanıyorum

Güçlü yönlerime örnekler



Derse dikkatle katılırım.



Grup çalışmalarında iş birliği yaparım.



Ödevlerimi zamanında tamamlarım.

Gelişime açık yönlerime örnekler



Daha düzenli olabilirim.



Daha akıcı okuyabilirim.



Söz alarak konuşmayı hatırlayabilirim.

3. Karar Verme Adımlarım

Daha iyi bir ben olmak için bu adımları izlerim.

1

Amacımı belirlerim.

2

Bilgi toplarım.

3

Seçenekler oluştururum.

4

Seçenekleri düşünür ve karşılaştırırım.

5

En uygun seçeneği seçerim.

6

Sonucumu değerlendiririm.

4. Küçük Bir Örnek

Aşağıdaki örnek, bir gelişim planının nasıl yapılabileceğini gösterir.



Amacım:

Okurken daha akıcı olmak.

Topladığım bilgi:

Bazı kelimeleri yavaş okuyorum.

Seçeneklerim:

- Her gün 15 dakika okumak
- Zor kelimeleri not etmek
- Öğretmenimden yardım istemek

Seçimim:

Her gün düzenli okuyup zor kelimeleri not edeceğim.

Yansıtma:

Bu plan beni geliştirebilir.

5. Hazır mıyım?

Aşağıdaki etkinliklerde kendi gelişim planını oluşturacaksın.



Güçlü yönümü fark edebilirim.



Gelişime açık yönümü belirleyebilirim.



Kendim için uygun bir hedef seçebilirim.





Güçlü olduğum alan, yaparken kendime güvendiğim ve ilerlediğim alandır.
Gelişime açık alan ise çalışarak daha iyi yapabileceğim alandır.
Her ikisi de kendimi tanımama yardım eder.

1. Bana Uyanları İşaretliyorum

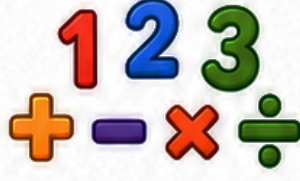
Aşağıdaki alanlardan sana uyanları işaretle.

1) Okuma ve anlatma



- ☐ Güçlü hissediyorum
☐ Geliştirmek istiyorum

2) Sayılarla çalışma



- ☐ Güçlü hissediyorum
☐ Geliştirmek istiyorum

3) Resim ve tasarım



- ☐ Güçlü hissediyorum
☐ Geliştirmek istiyorum

4) Müzik ve ritim



- ☐ Güçlü hissediyorum
☐ Geliştirmek istiyorum

5) Spor ve hareket



- ☐ Güçlü hissediyorum
☐ Geliştirmek istiyorum

6) Doğayı gözlemleme



- ☐ Güçlü hissediyorum
☐ Geliştirmek istiyorum

7) Arkadaşlarımla iş birliği



- ☐ Güçlü hissediyorum
☐ Geliştirmek istiyorum

8) Düzenli çalışma



- ☐ Güçlü hissediyorum
☐ Geliştirmek istiyorum

2. Bir Örnek Düşünüyorum

Aşağıdaki cümleleri kendi durumuna göre tamamla.



Kendimi güçlü hissettiğim bir alan:

Çünkü



Geliştirmek istediğim bir alan:

Çünkü



Kendini tanımak, daha mutlu ve başarılı bir gelecek için ilk adımdır.

1. Beni ben yapan özellikler

Aşağıdaki seçeneklerden sana en uygun olanları işaretle.



☐ meraklıyım



☐ çalışkanım



☐ yaratıcıyım



☐ yardımseverim



☐ konuşmayı severim



☐ hareket etmeyi severim



☐ neşeliyim



☐ arkadaş canlısıyım



☐ doğayı severim



☐ sorun çözmeyi severim



☐ okumayı severim



☐ müzik severim

2. Güçlü yönlerim ve geliştirmek istediklerim



Güçlü yönlerim

Aşağıdaki alanlara düşündüğün güçlü yönlerini yaz.

1

2

3



Geliştirmek istediklerim

Kendini daha iyi hale getirmek için üzerinde çalışmak istediğin 3 yönünü yaz.

1

2

3

3. Başkalarının gözünden ben

Aile üyeleri, öğretmenin veya güvendiğin bir büyüğe aşağıdaki soruları sor ve söylediklerine göre işaretle.



Başkalarına karşı saygılıyım.

☐ Evet

☐ Bazen

☐ Hayır



Güvenilir bir arkadaşım.

☐ Evet

☐ Bazen

☐ Hayır



Sorumluluklarımı yerine getiririm.

☐ Evet

☐ Bazen

☐ Hayır



Çevreme olumlu enerji veririm.

☐ Evet

☐ Bazen

☐ Hayır

4. Kendim için bir adım

Kendini daha iyi tanımak ve geliştirmek için atmak istediğin bir adımı yaz. Bu adım sana iyi hissettirmeli.





Kendimle ilgili karar verirken farklı kaynaklardan bilgi toplarım.
Duyduklarımı kendi gözlemlerimle birlikte düşünürüm.

Kime Ne Sorabilirim?

Aşağıdaki kaynaklara uygun soruları düşün ve cevaplarını yaz.

Kendim



Hangi işi yaparken zamanın
geçtiğini fark etmiyorum?

.....
.....

Öğretmenim



Hangi çalışmada ilerlediğimi
gözlemlediniz?

.....
.....

Ailem



Evde hangi işi istekle ve
düzenli yapıyorum?

.....
.....

Arkadaşım



Birlikte çalışırken gruba
nasıl katkı sağlıyorum?

.....
.....

Bilgiyi Değerlendiriyorum

Aşağıdaki cümleleri kendi düşüncelerine göre tamamla.



Ben böyle düşünüyorum:



Başkalarından duyduğum:



İkisini birlikte düşününce:



Yeni fark ettiğim yönüm:

.....
.....



Topladığın bilgileri düzenle ve yararlı olanı seç.

1.

Bilgi Kutularım

Aşağıdaki bilgileri uygun başlıkla eşleştir.



Resim yaparken
ayrıntıları fark
ederim.



Annem, yüzme
derslerini sevdiğimi
söylüyor.



Bir video, düzenli
çalışmanın yararlı
olduğunu anlatıyor.



Arkadaşım, takım
oyunlarında iyi
olduğumu
düşünüyor.



Kendimden öğrendim

.....

.....

.....



Yakın çevremden öğrendim

.....

.....

.....



Kaynaklardan öğrendim

.....

.....

.....

2.

Yararlı Bilgiyi Seçiyorum

Plan yapmama en çok yardım edecek iki bilgiyi yıldızla.



Resim yaparken
ayrıntıları fark
ederim.



Annem, yüzme
derslerini sevdiğimi
söylüyor.



Bir video, düzenli
çalışmanın yararlı
olduğunu anlatıyor.



Arkadaşım, takım
oyunlarında iyi
olduğumu
düşünüyor.

3.

Bilgi Özetim

Seçtiğin bilgilerden yola çıkarak kendinle ilgili bir sonuç yaz.



Topladığım bilgilere göre

.....

.....

.....

.....



Bir alanı güçlü yönüm olarak seçerken yalnızca 'seviyorum' demem yetmez.
Yaşadığım örnekleri ve aldığım geri bildirimleri düşünürüm.

Kanıt Avı

Aşağıdaki görsellerdeki durumları incele ve soruları cevapla.



Bu davranış hangi
gücü gösteriyor?

- ☐ Anlatma
☐ İş birliği
☐ Tasarım
☐ Gözlem

Kanıt nedir?



Bu davranış hangi
gücü gösteriyor?

- ☐ Anlatma
☐ İş birliği
☐ Tasarım
☐ Gözlem

Kanıt nedir?



Bu davranış hangi
gücü gösteriyor?

- ☐ Anlatma
☐ İş birliği
☐ Tasarım
☐ Gözlem

Kanıt nedir?



Bu davranış hangi
gücü gösteriyor?

- ☐ Anlatma
☐ İş birliği
☐ Tasarım
☐ Gözlem

Kanıt nedir?

Benim Kanıtım



Güçlü olduğumu düşündüğüm alan:



Bunu gösteren bir olay:



Bu konuda bana geri bildirim veren kişi:

- ☐ öğretmenim ☐ ailem ☐ arkadaşım ☐ kendim

Küçük adımlar, büyük gelişim sağlar.



1. Geliştirmek istediğim beceriyi seçiyorum.

Aşağıdaki becerilerden birini seç ve bu beceriyi geliştirmek için üç farklı seçenek oluştur.



daha iyi
okumak



daha iyi
spor yapmak



daha yaratıcı
olmak



daha
planlı olmak

2. Üç seçeneğimi yazıyorum.

Seçtiğin beceriyi geliştirmek için üç farklı yol düşün. Her kutuya bir seçenek yaz.

1. Seçenek



2. Seçenek



3. Seçenek



3. Seçeneklerimin faydalarını düşünüyorum.

Belirlediğin seçeneklerin sana ne gibi faydalar sağlayacağını aşağıya yaz.



HANGİ YOL BANA UYGUN?



Seçenekleri değerlendirirken uygulanabilirlik, zaman, destek ve bana sağlayacağı yarar gibi ölçütleri kullanırım.



Amacım:

Resim yaparken renkleri daha bilinçli kullanmak.

Her seçeneği dört ölçüte göre değerlendir. Uygunsa kutuyu işaretle.

Seçenekler	Uygulanabilir	Yeterli zamanım var	Destek bulabilirim	Amacıma katkı sağlar
Haftada iki kez renk çalışması yapmak. 	☐	☐	☐	☐
Bir sanat kitabından örnek incelemek. 	☐	☐	☐	☐
Öğretmenimden öneri almak. 	☐	☐	☐	☐



Mantık Kontrolüm

En çok ölçütü karşılayan seçenek:

Bu seçeneğin güçlü yanı:

Dikkat etmem gereken nokta:



Kişisel Gelişim Planım



Ölçütlerine göre bir seçenek seç.

1. Ölçütlerim

Senin için önemli olan iki ölçütü yıldızla.



İlgimi
çekmesi



Düzenli
yapabilmem



Destek
bulabilmem



Beni
geliştirmesi

2. Karar Tablosu

İki seçeneği ölçütlerine göre değerlendir. Uygunsa yıldız koy.

Seçenek A:

Seçenek B:

Ölçüt	Seçenek A	Seçenek B
İlgime uygun	★	★
Yapabilirim	★	★
Beni geliştirir	★	★
Destek bulurum	★	★

3. Seçimim

Tablona bak. Bir seçeneği seç ve kararını açıkla.

Seçtiğim seçenek:

Bu seçeneği seçtim; çünkü



KARARIMI GÖZDEN GEÇİRİYORUM

Bir karar verdikten sonra sonucu düşünürüm.
İşe yarayan yönleri sürdürür, gerekirse planımı değiştiririm.



Düşün ve Tamamla

Aşağıdaki yansıtma çiçeğindeki soruları kendi durumuna göre düşün ve cevaplarını yaz.

Kararım şuydu:

.....

.....

.....

İşe yarayan yön:

.....

.....

Değiştirmek istediğim şey:

.....

.....

Zorlandığım nokta:

.....

.....

Uyguladığım adım:

.....

.....



Devam mı, Değişiklik mi?

Aşağıdaki seçeneklerden sana en uygun olanı işaretle. Seçimini nedenini yazarak açıkla.

☐

Aynı planla
devam ederim.

Çünkü:

.....

☐

Planımda küçük
bir değişiklik yaparım.

Çünkü:

.....

☐

Yeni bir seçenek
denerim.

Çünkü:

.....



Planımı gözden geçirmek vazgeçmek değil, daha uygun bir yol bulmaktır.





Kendimi tanır, bilgi toplar, seçenekleri karşılaştırır ve bana uygun bir yol seçerim.
Planımı uyguladıktan sonra sonucu değerlendiririm.

Kendimi Tanıyorum



Güçlü olduğum alan:

.....

.....

.....



Geliştirmek istediğim alan:

.....

.....

.....

Kararım ve Amacım



Amacım:

Seçtiğim yol:

Bu yolu seçme nedenim:

Uygulama Planım



İlk adımım:

.....

.....

.....



Kullanacağım araç veya kaynak:

.....

.....

.....



Destek isteyebileceğim kişi:

.....

.....

.....

Kendime Bakışım

☐

Planımı uyguladım

☐

İlerlememi gözlemledim

☐

Gerekirse planımı değiştirdim



Fark ettiğim gelişme:

.....

.....

.....

Bundan sonra:

.....

.....

.....

