

Etkinliğin Adı:	STRES İSTASYONLARI
Yeterlik Alanı:	Güvenli ve Sağlıklı Hayat
Kazanım No:	66
Kazanım:	Stresin Nedenlerini ve Belirtilerini Açıklar
Sınıf Düzeyi:	11. Sınıf
Öğrenci Sayısı:	Sınıf Mevcudu
Süre:	2 ders saati
Ortam:	Sınıf Ortamı
Araç –Gereç:	Kağıt, makas, karton, boya kalemleri
Hazırlayanlar:	Mustafa ELMALI , Emrullah ABAY, Vakıf DOKUMACI, Büşranur TAŞ, Mustafa KIRAÇ, Kübra KESTİR, Ezgi KIR

SÜREÇ:

Adım 1: Öğretmen sınıfa girer: “Bugün hayatımızın bir parçası olan stresin nedenleri ve belirtileri üzerine bir etkinlik yapacağız.” Der.

Adım 2: Sınıf 4 gruba ayrılır: Gruplar istasyon çalışması yapmak için ayrılır. İstasyonlar aşağıdaki gibidir.

1. Resim Yapmak.
2. Şiir Yazmak.
3. Öykü Yazmak.
4. Afiş Tasarlamak.

Stres Neden ve Belirtileri her grup tarafından kura yöntemiyle seçilir. Stres neden ve belirtileri aşağıdaki gibidir.

1. Fizyolojik Nedenler ve Belirtiler.
2. Psikolojik Nedenler ve Belirtiler.
3. Kişisel – Sosyal Nedenler ve Belirtiler.
4. Çevresel Nedenler ve Belirtiler.

Her grup kendi grubuna gelen ve belirtileri istasyonuna göre çalışmaya başlar. Gruplara 10 dk.her istasyonda çalışma süresi verilir.

Adım 3: Süre sonunda gruplar içlerinden seçtikleri sözcülerle tahtaya çıkıp, yapmış oldukları çalışmalarını sergilerler. Bu çalışmalar daha sonra duvarda ya da tahtada uygun olan yerlere asılır.

Değerlendirme: Öğretmen yapılan çalışmalar sonucunda ortaya çıkan ürünleri öğrencilerden paylaşmalarını isterler. Ortak düşünceler öğretmen tarafından vurgulanır.