İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi

DOĞANIN RİTMİ VE DUYUSAL KEŞİF PROJESİ

SÜMEYYE TANRIVERDİ

1. GÜN – DOĞAYLA İLK BAĞ

(PAZARTESİ)

ÖĞLEDEN ÖNCE: ORYANTASYON VE SANATSAL HAZIRLIK

Pazartesi günü sabahın ilk saatlerinde projenin ilk adımı olan tanışma ve oryantasyon oturumuyla sürece başlıyoruz. Bu zaman diliminde, katılımcıların ve rehber öğrencilerin birbirleriyle rahatça kaynaşabileceği, isimlerin öğrenileceği ve kendilerini bütünüyle güvende hissedecekleri sıcak bir grup inşa ediliyor. Güvenli ortamın kurulmasının hemen ardından, grubun enerjisini ve odağını artırmak amacıyla ritmik koordinasyonu ve kaba motor becerilerini destekleyici spor ve müzik aktivitelerine geçiş yapılıyor. Sabahın son bölümünde ise bireylerin el becerilerini ve dikkat süreçlerini aktif şekilde çalıştıran tohum kartı hazırlama atölyesi gerçekleştiriliyor ve her katılımcı kendi ismine özel bir kart tasarlıyor.



ÖĞLEDEN SONRA: İLK TOHUM SORUMLULUK VE DOĞANIN HEDİYESİ

Öğle arasının ardından programımız, çevresel farkındalığı ve doğa sevgisini pekiştirmek üzere kampüs sınırları içerisinde düzenlenen keyifli bir doğa yürüyüşüyle kaldığı yerden devam ediyor. Yürüyüş rotamız okulun hobi bahçesinde son buluyor ve burada her birey, sabah kendi elleriyle hazırladığı tohum kartlarını toprakla buluşturarak ekim işlemini gerçekleştiriyor. Kartların isim yazılı kısımları toprağa bakacak şekilde dikilerek bireylerin sorumluluk bilinci, taktil duyumsama süreçleri ve günlük yaşam rolleri doğrudan destekleniyor. Günün sonunda ise bu özel deneyimi kalıcı kılmak amacıyla, her katılımcıya kendi katılımını ve başarısını hatırlatacak olan mini, yapay bir saksı içinde sembolik bir çiçek günün hatırası ve hediyesi olarak takdim ediliyor.







2. GÜN – DOĞANIN RİTMİ

(SALI)

ÖĞLEDEN ÖNCE: İŞİTSEL ENTEGRASYON VE MUZOGRAM EĞİTİMİ

Salı gününün sabah oturumunda katılımcılarımız, güne yüksek bir motivasyon ve enerjiyle başlamaları amacıyla beden farkındalığını, ritmik koordinasyonu ve grup içi uyumu destekleyen spor ve müzik etkinlikleriyle güne başlarlar. Bu dinamik başlangıcın ardından rehber öğrenciler eşliğinde, el-göz koordinasyonunu ve yaratıcı düşünmeyi teşvik eden özgün marakas tasarlama atölyesi gerçekleştirilir ve ritmik dans etkinlikleriyle beden koordinasyonu pekiştirilir. Hazırlanan marakaslar, günün anısını taşıyan küçük bir hediye olarak programa katılan bireylere takdim edilir. Sabah oturumunun en önemli odak noktası olarak ise müzik ile ritmi görsel sembollerle senkronize eden kapsamlı bir muzogram eğitimi uygulanır. Bu sayede bireylerin işitsel duyusal farkındalıkları, dikkat süreleri ve odaklanma becerileri çok yönlü olarak desteklenir.



MUZOGRAM TEKNİĞİ ÖRNEK ÇALIŞMA

HTTPS://WWW.YOUTUBE.COM/WATCH?V=DLV3LZ-KTZW



ÖĞLEDEN SONRA: DOĞAL SANAT VE AÇIK HAVA ENTEGRASYONU

Günün ikinci yarısında katılımcılar doğanın dinlendirici atmosferinde, kampüsün ağaçlarını süslemek üzere tamamen doğal malzemelerden oluşan bir tasarım sürecine adım atıyorlar. Doğa yürüyüşü esnasında dikkatle seçilerek toplanan ağaç dalları, kozalaklar, kurumuş yapraklar ve renkli taşlar kullanılarak her bireyin kendi estetik algısını yansıtacağı kişisel rüzgâr çanları üretiliyor. Özenle tamamlanan bu el emeği rüzgâr çanları kampüs ağaçlarının dallarına asılarak, hem işitsel hem de görsel olarak doğayla kurulan o derin ve köklü bağ kalıcı bir hatıraya dönüştürülüyor.






MUZOGRAM

3. GÜN – SAYILAR VE DOĞANIN BULUŞMASI (ÇARŞAMBA)

ÖĞLEDEN ÖNCE: BİLİŞSEL GELİŞİM VE OYUNLAŞTIRILMIŞ MATEMATİK

Çarşamba sabahı, katılımcıların hem bedensel hem de zihinsel olarak güne adaptasyonunu kolaylaştıran, grup iş birliğini ve sosyal etkileşimi pekiştiren geleneksel spor ve müzik ritim çalışmalarıyla açılıyor. Bireylerin motivasyonu yükseltildikten sonra, bilişsel süreçleri, sayısal becerileri, problem çözme yetilerini ve mantıksal akıl yürütme kapasitelerini desteklemek üzere özel olarak kurgulanmış, oyunlaştırılmış matematik aktivitelerine geçiş yapılıyor. Bu sayede katılımcılar eğlenceli bir rekabet ve iş birliği içinde zihinsel odaklanma antrenmanı gerçekleştiriyorlar.



ÖĞLEDEN SONRA: ÇİM ADAM ATÖLYESİ VE GÜNLÜK YAŞAM ROLLERİ

Öğleden sonraki programda, bireysel sorumluluk bilincini ve ince motor becerilerini en üst düzeyde çalıştıran, geleneksel ve eğlenceli bir çim adam yapım atölyesi organize ediliyor. Katılımcılar elenmiş talaş, çim tohumları ve çoraplar kullanarak, el kaslarını ve parmak manipülasyon yeteneklerini geliştiren yoğun bir dokunsal süreç deneyimliyorlar. Her katılımcı kendisine ait hazır yapışkanlı göz, ağız ve burun setlerini kullanarak kendi çim adamına özgün yüz ifadeleri kazandırıyor. Günün kapanışında, özenle şekillendirilen bu çim adamlar evde düzenli olarak sulanmak ve büyütülmek üzere katılımcılara hediye ediliyor, böylece bireylerin günlük yaşamlarında bakım alışkanlığı kazanmaları ve sürdürülebilir bir sorumluluk üstlenmeleri hedefleniyor.





DUYUSAL KEŞİF VE ANI

(PERŞEMBE)

ÖĞLEDEN ÖNCE: TAKTİL ALGI VE GÖRSEL AYRIMLAŞTIRMA

Perşembe gününün ilk yarısında, katılımcıların duyusal algılarını uyandırmak ve odaklanma sürelerini uzatmak amacıyla hareket ve müzik entegrasyonuna dayalı bir ritim çalışmasıyla güne başlanıyor. Hemen ardından, rehber öğrencilerin büyük bir titizlikle önceden hazırladığı duyusal eşleştirme kutuları ön plana çıkıyor. Katılımcılar, gözleri açık olarak kutudan toka, anahtar, tarak, yüzük ve deniz kabuğu gibi farklı taktil nesneleri seçiyorlar. Seçtikleri bu nesneleri dokunsal yapılarını, formlarını ve görsel özelliklerini inceleyerek önlerindeki kartlarla doğru şekilde eşleştiriyorlar; böylece görsel ayrımlaştırma, odaklanma ,el-göz koordinasyonu becerilerini aktif bir şekilde çalıştırıyorlar.



ÖĞLEDEN SONRA: AROMATERAPİ VE DUYUSAL DIŞAVURUM MUM ATÖLYESİ

Günün ikinci bölümünde, koku duyusunun duygu dünyamız üzerindeki derin etkilerinden faydalanmak amacıyla lavanta (sakinleştirici), papatya (rahatlatıcı), limon (dikkat artırıcı) ve nane (canlandırıcı) gibi uçucu esansiyel yağlar güvenli bir ortamda deneyimletiliyor. Bu aromatik kokuların bireylerde uyandırdığı çağrışımlar, anılar ve hisler, her katılımcının kendi ifade biçimine göre sözel anlatım, resim veya sanatsal dışavurum yollarıyla gruptakilerle paylaşılıyor. Duyusal deneyimin ardından rehber öğrenciler ve katılımcılar yan yana gelerek, soya parafini ve seçtikleri aromatik yağlarla el yapımı kokulu mumlar hazırlıyorlar. Mumların üzerini simler ve deniz kabuklarıyla süsleyerek kişiselleştiriyorlar. Bu mumlar sosyal etkileşimi, aidiyeti ve paylaşılan güzel anları simgeleyen anlamlı birer hatıra olarak kendilerine teslim ediliyor.




Lavender
Lemon
Mint

5. GÜN – RENKLERİN VE ANILARIN İZİNDE (CUMA)

ÖĞLEDEN ÖNCE: DOĞAYI GÖZLEMLEME VE İNCE MOTOR BECERİLERİ SANATI

Projenin son günü olan Cuma sabahı, haftanın getirdiği tatlı yorgunluğu dağıtmak ve grup bağlarını zirveye taşımak amacıyla neşeli spor ve müzik aktiviteleriyle başlıyor. Enerji depoladıktan sonra hobi bahçesine heyecanlı bir ziyaret gerçekleştiriliyor ve Pazartesi günü büyük umutlarla toprağa ekilen tohumların gelişim süreçleri ile doğanın döngüsü yerinde inceleniyor. Bahçe ziyaretinin akabinde rehber öğrencilerle birlikte masaların başına geçilerek, bireylerin kendi iç dünyalarını ve hayal güçlerini yansıtacakları, renkli ipler ve parlak boncuklarla bezenmiş ince motor odaklı kişiye özel bileklik tasarımları hayata geçiriliyor.



ÖĞLEDEN SONRA: KOLEKTİF TUVAL ÇALIŞMASI VE KAPANIŞ FESTİVALİ

Öğleden sonra, devasa bir tuval üzerinde hep birlikte resim çiziyoruz; bu tuval, okulda kalıcı bir hatıra olarak yerini alıyor. Piknik sırasında, bireyler hem bu tuvalin etrafında keyifli bir zaman geçiriyor, hem de kendi bilekliklerini takarak, tuvaldeki çizimlerini tamamlıyor. Bu sayede, hem bireysel yaratıcılıklarını sergiliyorlar, hem de okulda ortak bir hatıra yaratıyorlar. Katılımcılar kuru boya, pastel boya veya akrilik boyalardan istediklerini özgürce seçerek tuvaldeki çizgilerini yansıtıyorlar. Keyifli bir açık hava pikniği atmosferiyle birleşen bu süreç, paylaşılan aidiyet duygusunu ve ortak üretim hazzını en üst seviyeye çıkarıyor.




Kolektif Tuval

ESNEK VE DESTEKLEYİCİ AKTİVİTELER

ESNEK VE DESTEKLEYİCİ AKTİVİTELER

Ahşap Kuş Evi Boyama Atölyesi:

Katılımcılar ve rehber öğrenciler, ahşap kuş evlerini kendi hayal güçlerine göre akrilik boyalarla renklendirirler. Bu çalışma bireylerin ince motor becerilerini, fırça kontrolünü ve görsel estetik algılarını destekler. Boyama işlemi tamamlanan kuş evleri, okulda yer alan ağaçlara asılarak kuşlara güvenli birer yuva sağlanır. Böylece bireyler, doğayı koruma ve diğer canlıların yaşam alanlarına katkıda bulunma noktasında somut bir günlük yaşam rolü ve kalıcı bir çevre farkındalığı kazanırlar.

Fotoğraf Sergisi

Bireylerin kampüs keşfi sırasında çektikleri fotoğraflarla bir fotoğraf sergisi yapılması planlanabilir. Bu sergi, haftanın anlamını ve bireylerin gözünden yakaladıkları özel anları bir araya getirerek, o günlerin unutulmaz bir hatıra olarak kalmasını sağlar; aynı zamanda çevresel farkındalık ve görsel dikkat süreçlerini pekiştirir.

Halat Çekme/ Çuval Yarışı:

Grubun bedensel enerjisini yapıcı bir şekilde yönlendirmek ve grup içi iş birliğini güçlendirmek amacıyla düzenlenen halat çekme ve çuval yarışı, katılımcıların kaba motor becerilerini, kuvvet kontrolünü, dinamik dengeyi ve koordinasyon becerilerini geliştirirken; eğlenceli ve rekabetçi yapısıyla motivasyonu artırır, takım ruhunu ve sosyal etkileşimi destekler.

Geri Dönüşüm Çalışması:

Evlerden getirilen atık materyallerin (plastik/cam şişe, kapak vb.) boyanarak kişiselleştirilmiş yeni objelere dönüştürülmesi; çevresel sürdürülebilirlik bilincini, yaratıcılığı ve ince motor becerilerini geliştirir.

PROJE NİHAİ İHTİYAÇ LİSTESİ

Kırtasiye, Sanat, Tasarım ve Süsleme Grubu

- Küt Uçlu Öğrenci Makası: 10 adet
- Kuru Boya Seti: 3 kutu (12'li set)
- Pastel Boya Seti: 3 kutu (12'li set)
- Kalın Fon Kartonu (Karışık Renkli): 1 büyük paket
- Renkli A4 Fotokopi Kâğıdı: 1 küçük paket (Karışık renkli)
- Katı Yapıştırıcı (Büyük boy): 5 adet
- Sıvı Hobi/Beyaz Tutkalı: 1 adet (Büyük boy)
- Dev Bez Tuval / Kalın Branda: 1 adet (200 x 300 cm ebatlarında)
- Renkli Akrilik Boya (500 ml): 5 temel renk (Kırmızı, Mavi, Sarı, Siyah, Beyaz)
- Guaj Boya Seti: 2 kutu
- Plastik Su Kabı ve Boya Paleti: 5'er adet (Ortak kullanımlı)
- Fırça Seti (Karışık uçlu): 10-12 adet
- Renkli Bileklik İpi: 3 farklı renk
- Geniş Delikli Takı Boncuğu: 1 orta boy kutu (Ahşap/Plastik)
- Toz Sim Seti: 1 paket (5'li set)
- Çöp Şiş (Uzun ahşap çubuklar): 1 paket
- Rüzgar Çanı Materyalleri: İçinden ip geçecek şekilde delinmiş renkli doğal taşlar ve deniz kabukları (5'er paket/kutu)

PROJE NİHAİ İHTİYAÇ LİSTESİ

Tarım, Doğa ve Çim Adam Atölyesi Grubu

- Mini Yapay Saksıda Çiçek: 20 adet (Katılım hatırası)
- Hazır Yapışkanlı Oynayan Göz Seti: 10 paket
- Hazır Yapışkanlı Ağız ve Burun Seti: 10 paket
- Kolay Çimlenen Tohumlar (Tere, Roka, Çim): Toplam 5 paket
- İnce Kadın Çorabı: 10 adet
- Elenmiş Temiz Ahşap Talaşı: 1 küçük/orta boy çuval
- Plastik Bahçe Küreği ve Tırmığı: 2-3 set

Ritim, Müzik ve Bilişsel Gelişim Grubu

- Evden Gelen Geri Dönüşüm Materyalleri: Rulo kartonlar, cam şişeler, plastik şişeler, çeşitli kapaklar (Maliyet: 0 TL)
- Muzogram Şablon Çıktısı (A3): 10 adet
- Kuru Bakliyat (Mercimek, Pirinç, Nohut): Her birinden 250'şer gram (Marakas içi)
- Matematik Oyunu Kartları / Ahşap Sayı Blokları: 2 set

PROJE NİHAİ İHTİYAÇ LİSTESİ

Duyusal Keşif ve Kokulu Mum Atölyesi Grubu

- Soya Parafini (Soya Wax): 3 Kilogram
- Deniz Kabuğu: 1 paket (Duyusal kutular ve süsleme için)
- Duyusal Kutu İçin Günlük Nesneler: 5'er adet (Toka, anahtar, tarak, yüzük vb.)
- Duyusal Eşleştirme Kutusu (Delikli): 3-4 adet (Maliyet: 0 TL)
- Taktil (Dokunsal) Temel Nesne Seti: Pamuk, ponpon, kaşık, keçe kumaş
- Uçucu Esansiyel Yağlar (10 ml): 1'er şişe (Lavanta, Papatya, Limon, Nane)
- Mum Fitili ve Metal Klipsi: 20 adet
- Ahşap Fitil Tutucu Sabitleyici (veya mandal): 12 adet
- Küçük Cam Kavanoz veya Teneke Mum Kutusu: 10-15 adet
- Isıtıcı Ocak ve Benmari Kabı: 1 set (Okul mutfağından - Maliyet: 0 TL)

Esnek Aktiviteler ve Piknik/Kapanış Grubu

- Hazır Ahşap Kuş Evi: 10 adet
- Kuş Evleri İçin Hasır İp: 1 rulo
- Kalın Halat İpi (10 metre): 1 adet
- Büyük Patates/Un Çuvalı: 5 adet
- Renkli Fotoğraf Baskı Kâğıdı: 1 küçük paket
- Büyük Boy Piknik Örtüsü: 3 adet
- Karton Tabak ve Bardak: 5'er paket
- Peçete ve Islak Mendil: 3'şer paket
- Piknik İkramlıkları: Mevcut kişi sayısınca kapanış ikramı


PROJE NİHAİ İHTİYAÇ LİSTESİ
1. Kırtasiye, Sanat, Tasarım ve Süsleme Grubu
Küt uçlu Makas
Kuru/pastel Boya
Fon Kartonu
Akrilik Boya Tüpleri
Fırçalar
Takı Boncukları
4. Duyusal Keşif ve Kokulu Mum Atölyesi Grubu
2. Tarım, Doğa ve Çim Adam Atölyesi Grubu
Mini Yapay Saksı
Playing Eye
Çim Tohumları
ÇİM
Akrılikve Ban Tuplarıı
İnce Kadın Çorabı
Müçül Bahçe Kürekleri
2. Ritım, Doğa ve Çilişsti Atölyesi Grubu
3. Ritim, Müzik ve Bilişsel Gelişim Grubu
Home Recycled Malzereler
Kuru Bakliyat
Kurus
Bakliyat
Pock
Roll
Kuru
Matematik Oyun Kartar
5. Esnek Aktiviter ve Piknik/Kapanış Grubu
Soya parafini
Soya Parafini
Deniz kabukları
Sensorol Box objekts
Esansiyel yağ
Boy
Mum
Esansiyel yağ alt
Mum fitilleri
Giälis jarra
4. Duyusal Keşif ve Kokulu Mum Atölyesi Grubu
Ahşap Kuş Evleri
Sicim ipi
Halat Çekme ipi
ÇUVAL
Çuval yarışı çuvalları
Karton tabaklar
Katap
Sicim
Çuval
Çuvall
İkramlıklar
5. Esnek Aktiviteler ve Piknik/Kapanış Grubu