

YAZAN

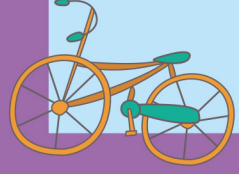
AYGÜL BAHAR YILMAZ



RESİMLEYEN

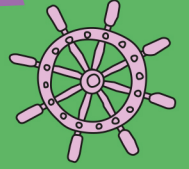
GÜNEŞ BLOEDORN

AKIL FİKİR KİTAPIM 2



YARATICI DÜŞÜNME

ETKİNLİKLERİ



 tudem

YAZAN
AYGÜL BAHAR YILMAZ



RESİMLEYEN
GÜNEŞ BLOEDORN

AKIL FİKİR KİTABIM2

YARATICI DÜŞÜNME
ETKİNLİKLERİ

AKIL FİKİR KİTABIM-2 YARATICI DÜŞÜNME ETKİNLİKLERİ

© 2022, Tudem Eğitim Hizmetleri San. Tic. AŞ
1476/1 Sok. No:10/51 Alsancak-Konak/İZMİR

YAZAN: Aygöl Bahar Yılmaz
RESİMLEYEN: Güneş Bloedorn
YAYINA HAZIRLAYAN: Hülya Dayan
SON OKUMA: İzel Sena Güner
TASARIM: Burak Tuna, Aynur Sarıbüyük

BASKI VE CİLT: Ertem Basım Yayın Dağıtım San. Tic. Ltd. Şti.
Başkent Organize San. Bölgesi 22 Cad. No:6 Malıköy, Temelli/Ankara
Tel: 0312 284 18 14

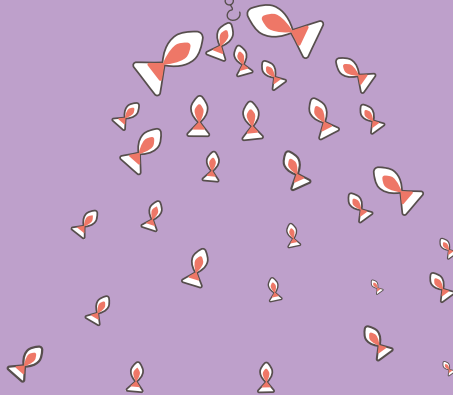
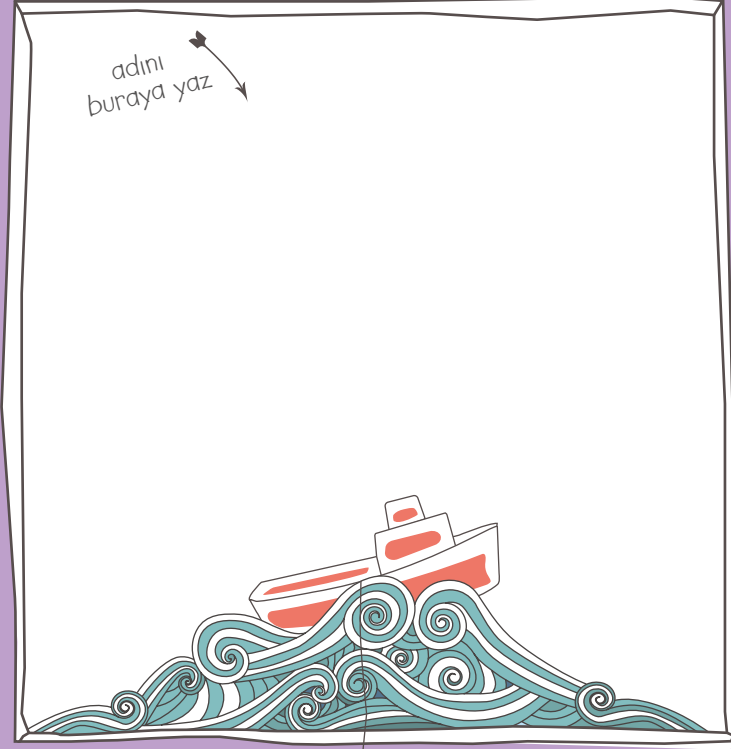
Birinci Baskı: Ekim 2022 (2000 adet)

ISBN: 978-605-285-702-1
Yayınevi sertifika no: 45041
Matbaa sertifika no: 48083

Tüm hakları saklıdır. Bu yayının hiçbir bölümü, telif hakkı sahibinin önceden yazılı izni olmaksızın tekrar üretilemez, bir erişim sisteminde tutulamaz, herhangi bir biçimde elektronik, mekanik, fotokopi, kayıt ya da diğer yollarla iletilemez.

Bu Kitabın Sahibi

adını
buraya yaz





Aygöl Bahar Yılmaz

Mersin Üniversitesi'nde Sosyoloji okudu. Daha sonra Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik eğitimini tamamladı. Yüksek lisansını Psikolojik Danışmanlık ve Rehber Öğretmenlik Bölümünde yaptı. Süleyman Demirel Üniversitesi'nde Aile Danışmanlığı Eğitimi, Zekâ ve Akıl Oyunları Eğitici Eğitimi, Çocuk Objektif Testleri Eğitimi ve Wechsler Çocuklar İçin Zekâ Testi Eğitimi aldı.

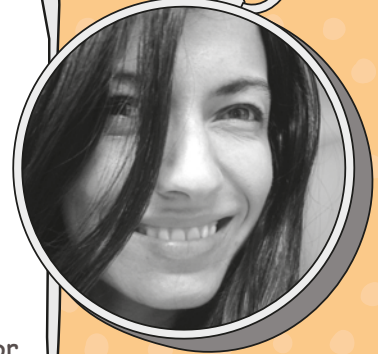
Etkili İletişim Teknikleri, Motivasyon Teknikleri, Öfke ve Stres Yönetimi, Kriz Yönetimi, Problem Çözme Becerileri eğitimlerini de Brüksel Başkent Üniversitesi'nde tamamladı.



Güneş Bloedorn

Gazi Üniversitesi Halkla İlişkiler ve Tanıtım Bölümünü bitirdi. Türkiye ve ABD'de resim dersleri alıp sergiler açtı. ABD'de, The Walters Art Müzesi'nde ve Avant Garde Art Galerisi'nde gönüllü olarak çalıştı.

Hep araştırıyor, öğreniyor. Oliver Ata adında bir oğlu var. Oğluyla zaman geçirmeyi ve ona kitap okumayı çok seviyor.



Önsöz

Başarı, bir işi amaçlanan biçimde sonuçlandırmaktır. Başarı, kişinin kendini tanımasıyla başlar, kendini mutlu eden şeylere ulaşmak için çaba göstermesiyle devam eder. Peki, başarılı olmak kimi insan için kolay, kimi insan için neden zor görünür?

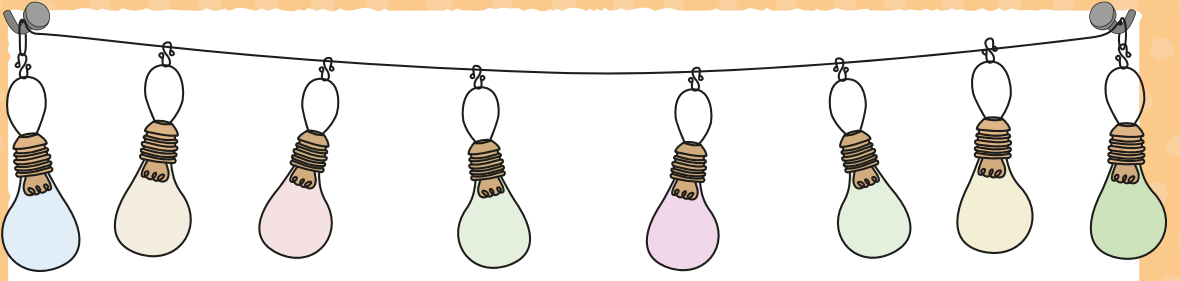
Bazen gerekçeler, sorumlulukların arkasına saklanır. Bazen motivasyon azalır. Bazen hedefleri gerçekleştirmek için çaba gösterilmez. Bazen çalışma planlarına bir türlü uyulmaz. Bazen sınav kaygısı kontrol edilemez ve dikkatin dağılmasına neden olur.

O hâlde başarılı olmak isteyen öğrenciler neler yapmalılar?

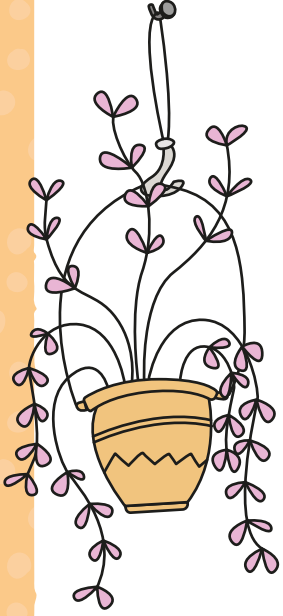
Hayallerini hedeflere dönüştürebilirler. Başaracaklarına inanarak motive olabilirler. Zamanı etkili ve verimli kullanmak için çalışmalarını planlayabilirler. Dikkati ve hafızayı geliştirmeye yönelik akıl yürütme oyunları oynayabilirler. Karşılaştıkları zorluklarla pes etmek yerine mücadele edebilirler. Öz güvenlerini artırarak kendi ayakları üzerinde durabilen bir birey olma yolunda ilerlemeliler.

İşte *Akıl Fikir Kitabım-2* kitabımızda başarılarını artırmaya yönelik senin için yaratıcı ve eğlenceli etkinlikler hazırladık.

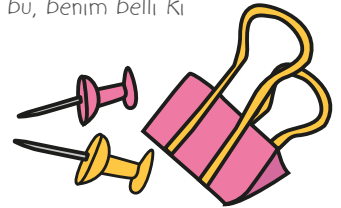
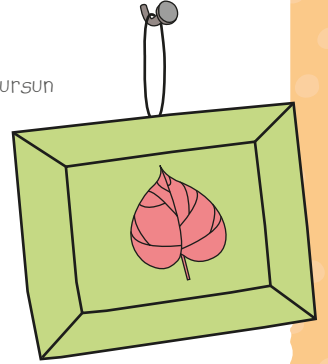
Kitaptaki etkinlikleri yaptıkça düşünme becerilerinin geliştiğini, yeni bakış açıları kazandığını fark edecek, bu sayede de başarının arttığını göreceksin.



İçindekiler

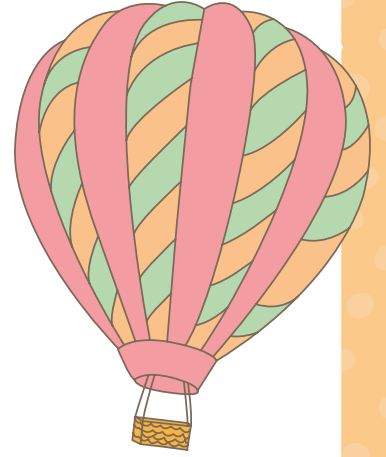
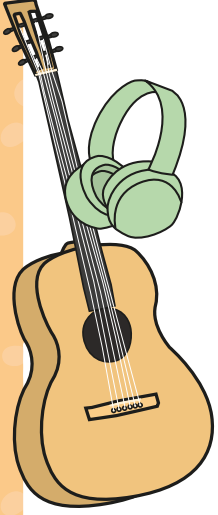


- 8 Akıl Fikir Rehberim
- 16 Az çok, Ortası pek yok
- 17 Çiçeklerden bir taş
- 18 Şifreniz üç harften oluşmaktadır!
- 19 Yeni şifre oluşturunuz
- 20 Bil bakalım ben neyim?
- 21 Göz açıp Kapayınca Kadar, Bir o kadar Kolay
- 22 Hayata bir de buradan bak
- 24 Yalnız değilsin, yalnız değiller
- 25 Kaygılar geçsin şöyle bir Kenara, Sen çabala daima
- 26 Açılın, ben bu işte ustayım
- 28 Dikkat dikkat!
- 29 Unutmayı unutmazsan unutmamada başarılı olursun
- 31 Biraz merak...
- 32 Lütfen şifrenizi tekrar kontrol ediniz!
- 33 Az kaldı...
- 34 Matematik, çantada keklik
- 36 Bir de böyle düşün...
- 37 Bu son çağrıdır! Lütfen doğru uçağa bininiz...
- 38 Yol haritamız belli olsun.
- 39 Var oldukça renkler, çarklar döner
- 40 Az ama öz 2 cümlelik hafıza Kartı
- 41 Fark etmeli de onları, Birlikte sıvamak için kolları
- 42 Evet ya da Hayır diyeceğim belki, Ama bu, benim belli ki
- 43 Biraz dikkat, bir tutam sabır
- 44 Devam devam
- 45 Dikkate değer, bulabilirsen eğer
- 46 Son üç, iki, bir...
- 47 Bir problemimiz var dostum!
- 48 Bir başkadır benim memleketim





- 49 Şimdilik çözeriz, Gün gelir hepsini gezeriz
50 Burada başlıyor
51 Burada bitiyor
52 Sözlerime kulak verin!
53 Biz birlikte güzeliz
54 Su akar, yolunu bulur mu?
55 Harf avcısı iş başında, Harfler kaçış planında
56 Büyükten Küçüğe, Sıra sıra, eleye eleye
57 Resmi incele bak, Karşına neler çıkacak
59 Geri sayım başladı
60 Sora sora Bağdat...
61 Şipşak fotoğraf
63 Ah ben, bana bak!
64 Ama bunu hak ettin
65 Baş dille tartılır
66 Orda burda şurdadır, Önemli olan bulmaktır
67 Güne bir şiir bırak
68 Biraz geometri, biraz oyun
70 Gerçekten neler olur?
71 Sevgili Duygu Günlüğüm...
72 Ödül mü? Kim istemez ki!
73 Kulaktan kulağa...
74 Ah şu zorluklar...
75 Al eline kalemi, yaz sözcüklerini...
76 Zorlukları bazen tek başımıza aşamayız
78 Laboratuvarsız deney olur mu? Olur.
80 Su gibi akıp geçen zamana neler sığdırabildiğini merak ediyor musun?
81 Şimdi o telefonu yavaşça elinden bırak
82 Yan sayfada yine eğlenceli bir oyun var
84 Üç aşağı beş yukarı, Hem aynı hem farklı
85 Renkli kalemini bırakma, Burada lazım olacak sana
86 Sesleri görmek, Renkleri duymak
88 Sihirli değildi elma, İlimdi o vaka
89 Ara bul, Bul Karala
90 Soru işareti avcısı
91 İssiz bir ada, Dolu mu dolu Kitapla
92 Neler biliyoruz/bilmiyoruz/bileceğiz?
93 Yok mu hiç eşi benzeri?
94 Cevap Anahtarı



**Akıl Fikir
Rehberim**



Hedefimi Nasıl Belirlerim?

1 Hedefini açık bir biçimde belirlemelisin. “Liseye geçiş sınavını kazanmak istiyorum,” demek yerine hedefini net bir şekilde söylemelisin. Gitmek istediğin okulun adını kendine hedef koyarak, **“Bu okulu kazanmak istiyorum,”** diyebilirsin.

2 Hedefini olumlu cümlelerle tanımlayabilirsin. Örneğin, “Matematik sınavından düşük not almak istemiyorum,” demek yerine, **“Sınavdan 95 puan almak istiyorum,”** diyebilirsin.

3 Hedeflerin, ilgi ve yeteneklerine uygun, ulaşılabilir ve net olmalıdır. Sınavlardan 350 puan alıyorsan hedef olarak, “Ben 500 puan almak istiyorum,” demen kısa sürede gerçekleşecek bir hedef olamayabilir. Dolayısıyla o puana ulaşmayınca motivasyonun düşebilir. Bunun yerine, **“İlk hedefim 400 puan,”** diyebilirsin. O puana ulaştınca, “Yeni hedefim 450 puan,” diyebilirsin. Belirlediğin puana ulaşana kadar küçük adımlarla hedefler belirleyebilirsin. Her bir adım seni daha çok motive edecek ve hedefine ulaşmanı sağlayacaktır.

4 Hedefini kâğıda yazıp evinde onu görebileceğin bir yere asabilirsin. Yazıyı her görüşünde hedefine daha fazla odaklanabilirsin.

5 Hedefini gerçekleştirdiğin anı zihninde düzenli olarak canlandırman, kendine inanmanı güçlendirecek ve motivasyonunu artıracaktır.

6 Hedefine ulaşmak istediğin zamanı takviminde işaretleyebilirsin. “3 ay”, “6 ay” ya da “1 yıl” gibi ortalama tarihler belirleyebilirsin.

7 Hedefini nasıl gerçekleştireceğinle ilgili bir planlama ya da şema oluşturabilirsin. Hedefine ulaşmak için neyi nasıl yapacağını, ihtiyacın olan şeylerin neler olduğunu ya da kimlerden yardım alabileceğini listeleyebilirsin. Kendi programına göre de adım adım neler yapacağını yazabilirsin.

8 Hedefine yönelik kendine geri bildirimler yapabilirsin. Örneğin, hedeflediğinin altında bir not aldığında motivasyonunu düşürmeden, nerede bir eksiklik yaşadığını belirleyebilir ve bu eksikliği bir sonraki sınavda giderebilirsin.

9 Hedefine ulaşırken öngöremediğin zorluklarla karşılaşabilirsin. Bu zorlukları bir yere not et, üstesinden gelmeye çalış; ihtiyaç duyarsan aileden, öğretmenlerinden veya arkadaşlarından destek isteyebilir ve yeni planlamalar yaparak yoluna devam edebilirsin.

Verimli ve Planlı Nasıl Çalışırım?

1 **Hedef belirlemenin çok yardımı olacaktır.**

2 **Ders çalışmadan önce kendini motive edecek şeyler yapabilirsin;** örneğin spor yapmak motivasyon sağlamak için güzel bir aktivite olabilir.

3 **Unutma, ailen ya da öğretmenlerin istiyor diye değil,** kendi hedeflerin ve başarın için ders çalışmalısın.

4 **Zihinsel ve fiziksel olarak dinlendikten sonra** ders çalışman verimli olacaktır.

5 **Zamanı iyi değerlendirmek için hangi dersi ne zaman ve nasıl**

çalışacağını belirleyen bir günlük plan, işini kolaylaştıracaktır. Günlük planda dinlenme, tekrar yapma, soru çözümü ve okul ödevleri, sosyal aktiviteler ve hiçbir şey yapmama yer alabilir. Bir plan oluşturmak ve o plana uymak sana çok zaman kazandıracaktır.

7 **Çalışma masan oldukça önemli.**

Çalışma ortamındaki ısı, ses, ışık ve oda tasarımı dikkatini dağıtmayacak şekilde olmalıdır. Bilgisayarını çalışma ortamından, cep telefonunu da çalışma masasının üzerinden kaldırabilirsin.

9 **“Sürekli ve aralıksız çalışırsam puanlarım artar,” yanılışına düşme.**

Ortalama 30 ya da 40 dakika ders çalışmalı, 10-15 dakika dinlenmelisin. Ders çalışmanın niteliği, niceliğinden daha önemlidir.

6 **Deneme sınavlarından sonra sınav analizleri yaparak konu eksiklerini belirleyebilirsin.** Örneğin, doğru da yapsan vaktini en çok alan soruyu tekrar açabilir ve neden çok vakit aldığını tespit edebilirsin.

Ya da doğru yaptığın soruları inceleyip hangi konuda iyi olduğunu görebilirsin. Yanlış yaptıklarında ise soruları yeniden çözmeye çalışabilir, gerekirse destek isteyebilirsin.

8 **Nasıl çalışacağını planlaman verimini artıracaktır.** Ders kitabını ve defterini okuyabilir, çalıştığın konuyu başka bir kişiye anlatarak tekrar yapabilirsin. Önemli anahtar kelimeleri, formüllerini renkli kâğıtlara yazıp duvarına yapıştırabilirsin. Derslerdeki konularla gündelik yaşamındaki olaylar arasında benzerlikler kurabilirsin; bilgileri gündelik yaşamında kullanmak, bilgilerin kalıcılığını ve anlamını artıracaktır.

10 **Düzenli kitap okumak çok önemlidir.** Kitap okuma, okuduğunu doğru anlama ve yorumlama becerilerini geliştireceği için derslerdeki başarını da iyi bir şekilde etkileyecektir.

Dikkatimi Nasıl Geliştiririm?

1 Gün içinde veya uzun vadede, gerek özel hayatında gerek okul hayatında yapacaklarını küçük parçalara bölebilirsin; küçük parçaları sırasıyla yaptıkça kendini takdir edebilirsin.

2 Neyi ne zaman yapacağını bilmek, zamanını doğru planlamayı sağlayacaktır.

3 Yapacaklarını kolaydan zora doğru planlayabilirsin.

4 Yapacaklarını ya da düşüncelerini not edebilir; ihtiyaç duyduğunda o notları tekrar okuyabilirsin.

5 Gelişim dönemine göre dikkat süresi farklılık gösterebilir. Dikkat süreni doğru yönetmek için çalışmalarının aralarına küçük molalar ekleyebilirsin.

6 Düzenli uykunun, sağlıklı beslenmenin ve spor aktivitelerinin dikkat gelişiminde büyük bir öneme sahip olduğunu belirtmekte fayda var.

7 Zihnin de vücudundaki diğer kaslar gibidir. Zihnin jimnastikleri yaparak bulmacalar çözmek zihnine çok iyi gelecektir.

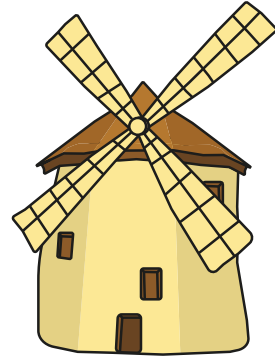
8 Kaygılıysan veya baskı hissediyorsan düzenli ve derin nefes alıp vererek dikkatini geliştirebilirsin.

9 Dikkat geliştiren zekâ oyunları oynayabilirsin.

10 Bir müzik aleti çalmayı öğrenebilirsin. Müzik aleti çalmak; görsel, işitsel ve motor becerilerinin gelişmesini sağlar.

11 Daha önce de bahsettiğimiz üzere kitap okuyabilirsin. Kitap okumak; düşünme, detayları yakalama ve kendini ifade etme becerilerini geliştirir.

12 Günlük tutmak; beynin, yaşantıları uzun süre hafızasında tutmasına yardımcı olur. Ayrıca gün içinde yaşadıklarını gözden geçirmeni ve o an fark edemediğin detayları görmeni sağlayacaktır.

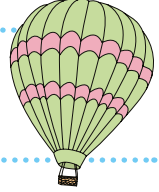


Hafızamı Nasıl Geliştiririm?

1 Hatırlamak istediğin konuyu görsel olarak zihninde canlandırabilirsin.

2 Hatırlamak istediğin konuyla ilgili fantastik hikâyeler oluşturabilirsin; abartılı cümleler kurarak konuyu ilginç ve komik hâle getirebilirsin.

3 Bulmaca çözmek hafızanın gelişmesine katkı sağlayabilir.



4 Gündelik hayatta karşılaştığımız kişilerin isimleri, saç ve göz renkleri, kıyafetleri, yüz ifadeleri gibi detayları zihnine yeniden konuk edebilirsin.

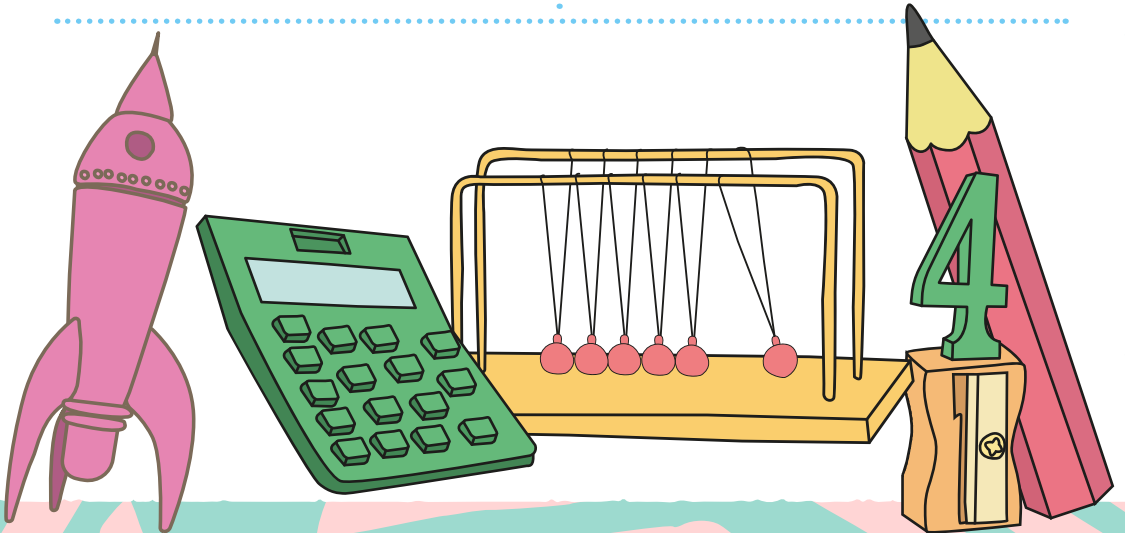
5 Konuyla ilgili kendine, “**Ne yaptım, ne zaman yaptım, nerede yaptım, kiminle yaptım, nasıl yaptım?**” gibi sorular sorabilir ve onları cevaplandırabilirsin.

6 Sayıları rahat hatırlamak için her bir sayıyı zihninde o sayının şekline benzeyen canlı ya da cansız bir objeyle eşleştirip hayal edebilirsin.

7 isimleri hatırlamak için, kişiye veya olaya odaklanabilirsin ve ismi içinden ya da sesli söyleyebilirsin. İsmi bir anlamı olup olmadığını araştırabilirsin. Kişi veya olayla ilgili görsel imgeler kullanabilirsin.

8 Karşılaştığın resimleri ya da fotoğrafları inceleyebilir; renklerini, görselin içindeki nesnelerin oranlarını, perspektiflerini; ne anlatıldığını kendine sorabilir ve yanıtlarını verebilirsin.

9 Okuduğun kitaplarla ilgili belki de başka okurların bile aklına gelmeyen detaylı sorular sorman hafızanı canlı tutacaktır.



Öz Güvenimi Nasıl Geliştiririm?

1 Öncelikle kendini tanımalı ve güçlü yönlerini bilmelisin. Bununla ilgili bir liste yapabilirsin.

2 Güçlü olduğun konularda sorumluluk alabilirsin; onları başardıkça zayıf yönlerini de ihmal etme; onları da geliştirip yeni sorumluluklar alabilirsin.

3 Senden istenen her şeyi açık ve net olarak doğru anladığından emin olmaya çalış. Kararsız kaldığın konularda sorular sorabilirsin.

4 Yapmak istemediğin, seni zorlayacak veya o anda yapamacağın herhangi bir konuda, "Hayır," diyebilme özgürlüğün olduğunu unutmamalısın.

5 Bir çalışmaya başladığında çevrendeki kişilerin sana sürekli müdahale etmesine izin vermemelisin.



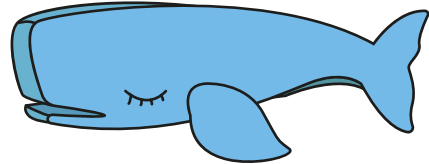
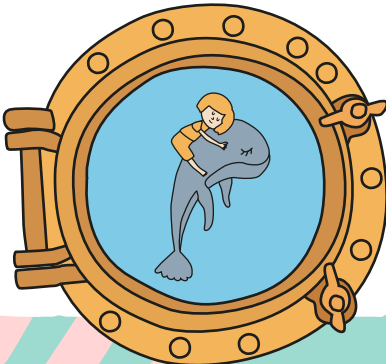
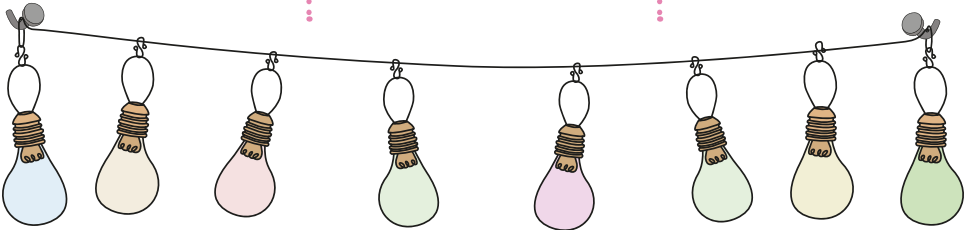
6 Başardığın, becerdiğin işlerde kendini takdir etmeyi unutmamalısın.

7 Değerli ve yeterli olduğunu aklından çıkarmamalısın.

8 Bireysel farklılıklar olabileceğini göz önünde bulundurup kendini başka kişilerle kıyaslamamalısın.

9 Herhangi bir konu ile ilgili başkalarının görüşlerini alıp onları değerlendirebilirsin. Analizini yapmalı ve kendi kararlarını kendin vermelisin.

10 Yeteneklerini ve ilgi alanlarını keşfedebilirsin. Sanat, edebiyat, spor gibi alanlarda kendini keşfe çıkmalısın.



Sınav Kaygımı Nasıl Kontrol Edebilirim?

1 Kaygılarını tanımak ve nedenlerini analiz etmek çok önemlidir. Bu noktada, “Neyin kaygısını neden hissediyorum?” sorusunu kendine sorabilirsin.

2 Sınav kaygısının, sınav performansını kendinde veya arkadaşlarında nasıl olumsuz etkilediğini gözlemleyebilirsin.



3 Zihnindeki olumsuz düşünceleri olumlularıyla değiştirmeye çalışabilirsin.

Örneğin, “Sınavlara hazır değilim,” yerine, “Konularımı tekrar ettim ve sorularımı çözdüm, sınava girmek için kendimi hazır hissediyorum,” diyebilirsin. Hazırlıklarını bu yönde yapabilirsin. “Sınavda başarılı olamayacağım,” yerine, “Elimden geleni yaptım, sınavda başarılı olmak istiyorum,” diyebilirsin.

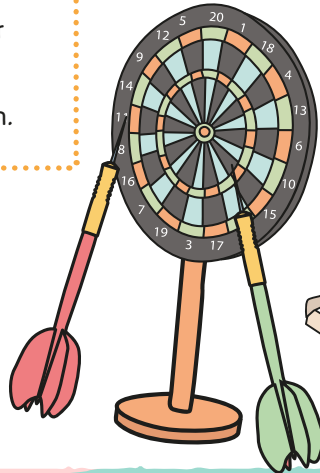
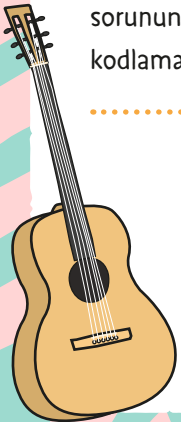
6 Yapamadığın sorularla mücadele etmek yerine, bir sonraki soruya geçebilir, süre yeterliyse tekrar o soruya dönebilirsin.

8 Sınav anında optik kodlama önemlidir. Kitapçıkta çözdüğün her sorunun şikkini hemen optik kâğıdına kodlamayı alışkanlık hâline getirebilirsin.

4 Sınav sonuçlarını değerlendirirken neden yapamadığına odaklanmak yerine, yanlışlarını tespit edip sonraki sınav için onları telafi etmeye yönelik planlar yapabilirsin. Yanlış yapmanın kötü bir şey olduğunu düşünmemelisin, aksine, o, seni daha iyiye taşıyacak bir araçtır.

5 Sınav anında zamanı doğru kullanmak için evde süre tutarak kendi kendine deneme yapabilirsin.

7 Konulara gününde çalışmak, ara ara tekrar yapmak işine her zaman yarayacaktır. Tekrarını keyifli hâle getirmek, formülleri aklında tutmak için onlara dair şarkılar yazabilirsin.

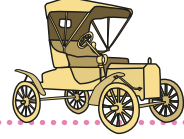


Zamanımı Nasıl Yönetirim?

1 Bir ajanda alıp önemli günlerini oraya kaydederek planlama defteri oluşturabilirsin.

2 Yapacağın çalışmaların küçük bölümlere ayrılabilir ve yaptıkça üzerine kocaman bir artı işareti koyabilirsin.

3 Çalışmalarınla ilgili başlangıç ve bitiş saatleri belirleyebilirsin.



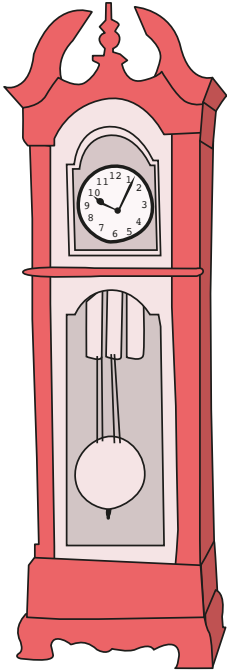
4 Öncelikli işlerinle başka bir zamanda yapılacak belirli işlerini iyice planlayabilirsin.

5 Televizyon, bilgisayar ve telefon kullanımına kendin karar verebilirsin. İzlemek istediğin filmi, dinlemek istediğin oyunu veya okumak istediğin kitabı ajandana gün ve saatleriyle birlikte ekleyebilirsin.

6 Ertelemelerini olabildiğince azaltmaya bak. Ertelediğin her şey gittikçe yığılır ve bitirme olasılığın, isteğinin, azmin azalabilir.



7 Hata yapabileceğini göz önünde bulundurarak mükemmeliyetçi olma çabanı azaltabilir ve bu durumun nedenini gözden geçirebilirsin.



Az çok Ortası pek yok

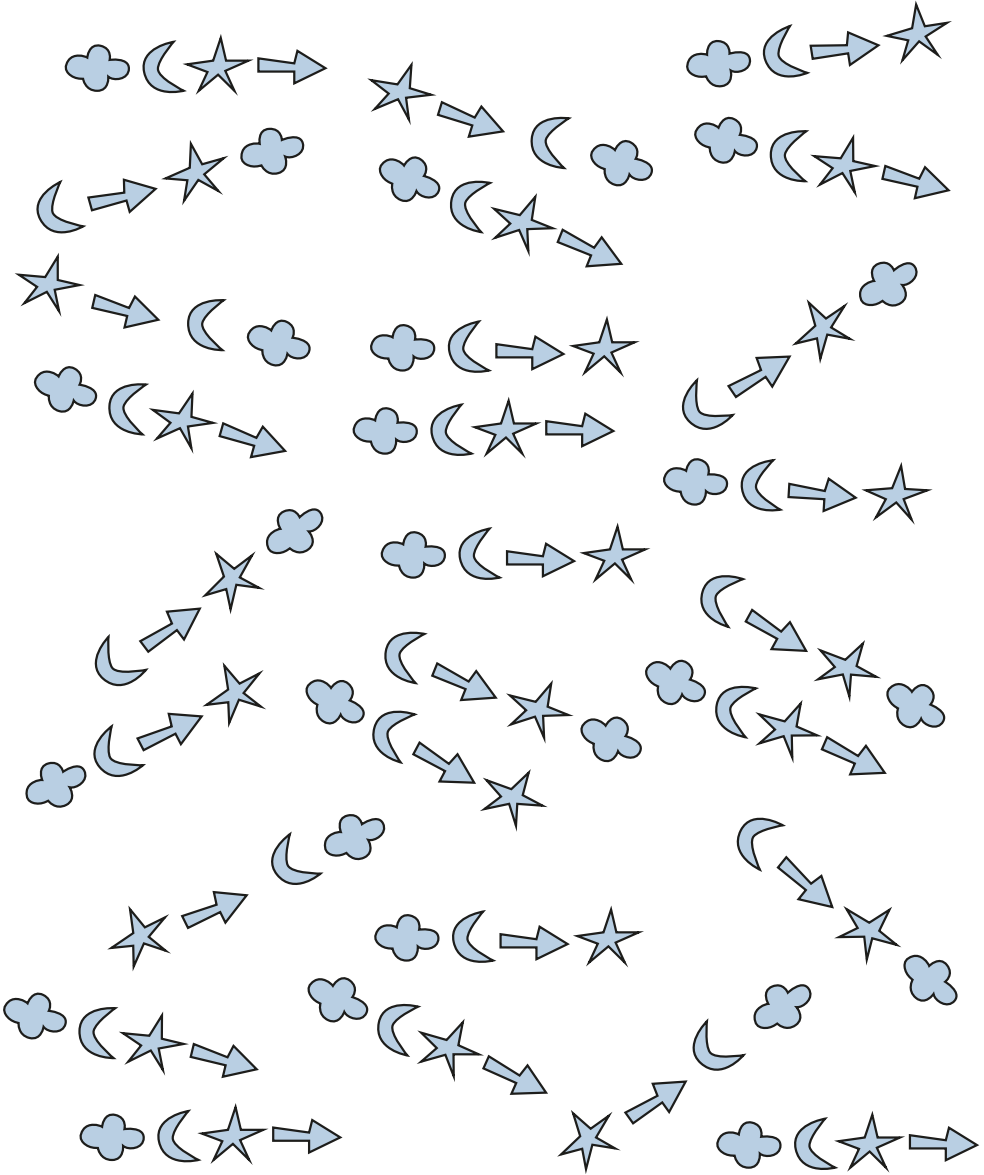
Aşağıdaki 4'lü sıralamalar bir örüntü oluşturmaktadır.

En çok tekrar eden örüntüden kaç tane vardır?

En az tekrar eden örüntüden kaç tane vardır?

En çok

En az



AKIL FİKİR KİTABIM-2

YARATICI DÜŞÜNME ETKİNLİKLERİ

**Say, sırala,
karala, kurcala!**

Akil Fikir Kitabım-2'de hafıza, matematik, görsel, yazınsal ve planlama merkezli etkinlikler seni bekliyor. Sıkılmadan, yorulmadan sorulara meydan okumaya var mısın?

Bu kitapta görsel hafızanı harekete geçirecek, bulmacalarla dikkatini ölçebileceğin ve hayata biraz da tepeden veya yandan bakabileceksin.

Bazı sorularda ter döküyorsun, bazılarında kahkaha atıyorsun, bazılarında ise kaygılarını bir kenara bırakabilir ve sadece eğlenmeye odaklanıyorsun.

Bu kitapta ayrıca hedeflerine ulaşırken izlemen gereken yollara dair kılavuzun da olacak!

ISBN: 978-605-285-702-1



9 786052 857021

tudem.com

tudem yayıncılık grubu