



MAYA VAKFI

DÖNÜŞTÜREN ELLER

ETKİNLİK KİTABI



Theirworld



Theirworld

www.theirworld.org | info@theirworld.org

info@mayavakfi.org | Akat Mahallesi, Öztürk Sokak, No:3
www.mayavakfi.org 34335, Akatlar, Beşiktaş - İstanbul, Türkiye | [Twitter](https://twitter.com/mayavakfi) [Facebook](https://facebook.com/mayavakfi) [Instagram](https://instagram.com/mayavakfi) [LinkedIn](https://linkedin.com/company/mayavakfi) /mayavakfi
0 (212) 351 00 20

DÖNÜŞTÜREN ELLER

Bugün kendi ellerimizin hikayesini okumaya ne dersin? Tıpkı bebeklerin olduğu gibi senin de ellerin minicikti. Sen büyükükçe ellerin de seninle büyümeye başladı. Önce yavaş yavaş ellerini hareket ettirmeye başladın. Sonra minik eşyaları tutabilmeye başladın. Günler geçtikçe taşıyabildiğin eşyaların boyutu büydü. Kimi zaman da kolun destek verdi ve uzaklara yetişebilmeye başladın. Hatta kimi zaman bir elin diğer eline yardım etti. Tek elinle taşıyamadığın eşyalar olduğunda diğer elin hemen yardımına geldi. Bazen kendi ellerimiz yeterli gelmediğinde, sevdiklerimizin elli yanımıza koştı. Bazen de sen ellerinle onların yanında oldun, öyle değil mi? Üzgün, mutlu, kızgın, endişeli gibi tüüüm bu duyguları hissettiğinde bu duygularını paylaşabileceğin birinin olması iyi geldi. Bu duygular hareketli birer bulut gibi o anda geldi ve sonra gitti.

Ellerimizle sadece sevdigimiz insanlara değil, doğanın gelişmesine ve dönüşmesine de yardımcı olabiliriz. Tohumu sulayarak onun büyümeye ve ağaç olmasına destek olabiliriz. Bu ağaç oksijen üreterek bizlere yaşamımızı sürdürmemiz için gerekli ortamı sağlar. Aynı ağaç uçarken yorulan kuşlara dalını uzatırken, gövdesinde yaşayan tırtılın bir süre sonra kelebeğe dönüseceği bir yuva hazırlar. Elimizin yaptığı minicik bir iyilik nasıl yayıldı, nasıl büydü ve nasıl da dönüştü, değil mi? Fark ettin mi? Biriyle kendimize yardım ederken, diğerini çevremizdekilere ve doğaya uzatabilmemiz için iki elimiz var. Şimdi bakalım, siz ellerinizle bu kağıtları neye dönüştüreceksiniz?

ELLERİMİ TANIYORUM

Şimdi iki elimizi açıp parmaklarımıza bir bakalım! Her biri birbirinden ne kadar da farklı, öyle değil mi? Aynı parmaklarımıza gibi bizim de birbirinden farklı özelliklerimiz var. Şimdi parmakların yardımıyla kendi özelliklerine bakmaya, onları tanıtmaya ne dersin?

Malzemeler:



Kâğıt



Renkli kalemler



Makas



Etkinlik Adımları

- ❖ Haydi şimdi önce sağ elini sonra da sol elini kâğıda çiz!
- ❖ Sağ elinin her parmağına kendini yetenekli görmeden ya da yeterince iyi yapamadığını düşündüğün özelliklerini yaz!
- ❖ Sol elinin her parmağına da kendini yetenekli gördüğün ya da iyi yaptığı düşündüğün özelliklerini yaz.
- ❖ Sonra da her parmağını dilediğin renge boy.
- ❖ Boyamayı bitirdikten sonra, çizimini yapıp boyadığın elli keserek çıkart.
- ❖ Şimdi seni ifade eden tüm özelliklerini içeren kağıtları kullanarak kendini alkışla!
- ❖ Son olarak kendi ellerinle kendini alkışla. Çünkü sen yapabildiğin ve yapamadığın her şeyinle biriciksin ve alkışlanmayı hak ediyorsun.

BENİM AĞACIM

İlkbahar, yaz, sonbahar, kış. İşte bunlar her yıl yaşadığımız mevsimler! Mevsimler değişirken doğada da bir sürü değişiklikler meydana gelir. Mesela ağaçlar! Bazı ağaçlar havalar soğuyunca yapraklarını döker ve havalar ısınmaya başlayınca tekrar yeşillenir, hatta üzerinde çiçekler, meyveler açar. Ağacın dalları dinlenmeyi seven kuşlarla dolar!

Şimdi kendini bir ağaç gibi düşün. Üzüldüğümüz zamanlarda bir ağaç gibi bazen yaprak döker, bazen de mutluluktan çiçek açarız öyle değil mi? Peki sen nasıl bir ağaçsan? Senin dalların nelerden oluşuyor? Senin de dallarını mevsimler etkiliyor mu? Bizim de yaşamımızda bazen soğuk rüzgarlar bazen de sıcak havalar esebilir. Ve biz de tıpkı bir ağaç gibi bu mevsimlerden etkilenebiliriz. Bazan renkli ve bol meyveli bir ağaç iken birden soğuk bir rüzgâr meyvelerimizi dökebilir ve yapraklarımızı kurutabilir. Ama toprakla, güneşle ve suyla beslenen bir ağacın yeniden yeşermesi gibi biz de tekrar yeşillenip canlanabiliyoruz. Peki yaşamında mevsimler değiştiğinde sende ne gibi değişiklikler oluyor?

Şimdi sen de kendine bir ağaç yapmak ister misin? Bunun için ihtiyacın olan şeyler birkaç malzeme ve sınırsız hayal gücü!

Malzemeler:



Boya malzemeleri
(kuru boyalı kalemleri,
pastel boyalı, sulu boyalı)



Renkli kağıtlar



Fırça



Yapıştırıcı



Etkinlik Adımları

- ❖ Haydi şimdi bir ağaç hayal et.
- ❖ Kökleri nasıl, gövdesi nasıl, dalları nasıl? Ağacın ne renk?
- ❖ Senin ağacın hangi mevsimi yaşıyor? Bu mevsim sende hangi duyguyu canlandırıyor?
- ❖ Boş bir kâğıda kuru boyayla hayal ettiğin ağacı çiz. Hatta istersen kendi elini kâğıdın üzerine koy ve etrafından kuru boyayla geç! Böylece ağacının gövdesini oluşturmuş olursun!
- ❖ Oluşturduğun dallara şu an hissettiğin hangi duyu varsa onları yazabilirsın.
Cünkü bu senin ağacın!
- ❖ Şimdi boya malzemeleriyle kendi ağacını yapmaya hazır mısın? Renkli kâğıtlara istediğiniz şekli vererek ağacına yapıştırabilirsin ya da istersen fırçayla, parmaklarını boyalarını kullanarak ağacının dallarını boyayabilirsin! Resim yaparken doğru yanlış yoktur!
- ❖ Ağacında yaşamasını istediğiniz canlıları, yetişmesini istediğiniz yiyecekleri çizebilirsin.
Bu senin ağacın!
- ❖ Hatta ağacının nelere ihtiyacı olduğunu düşünüp onları bile ekleyebilirsin.
Örneğin bazı ağaçlar yağmuru çok sevebilir. Senin aklına başka neler geliyor?
- ❖ Ağacını tamamladıktan sonra ağacına bir isim vermeyi unutma!



TIRTİLİN HİKAYESİ

Doğada ne kadar da çok canlı var! Hatta bazı hayvanlar biraz zaman geçikten sonra başka bir hayvana bile dönüşebiliyor. Mesela tırtıllar! Tırtıllar kendilerine güvenli bir dal bulduklarında oraya giderler ve orada kendileri için bir koza örерler. O koza içinde zaman geçirirler, beklerler ve daha sonra kozasından dışarı çıkmaya hazır hale gelirler. Kozalarından çıktııklarında artık onlar birer kelebeğe dönüşmüşlerdir! Kelebeğe dönüştüklerinde kanatlarını özgürce çırıp istedikleri yerlere uçarlar!

Şimdi kendini bir tırtıl gibi hayal et! Sen de minicikken bir tırtıl gibiydin. Ailenin yanında ve güvenli elliinde yavaş yavaş büyüp. Ve şimdi sen de kendi kozandan çıkip bir kelebeğe dönüşmeye hazır mısın?

Haydi gel, şimdi bir tırtıl yapalım! Ardından bu tırtılın kozasından çıkip bir kelebeğe dönüştüğü halini yapalım!

Malzemeler:

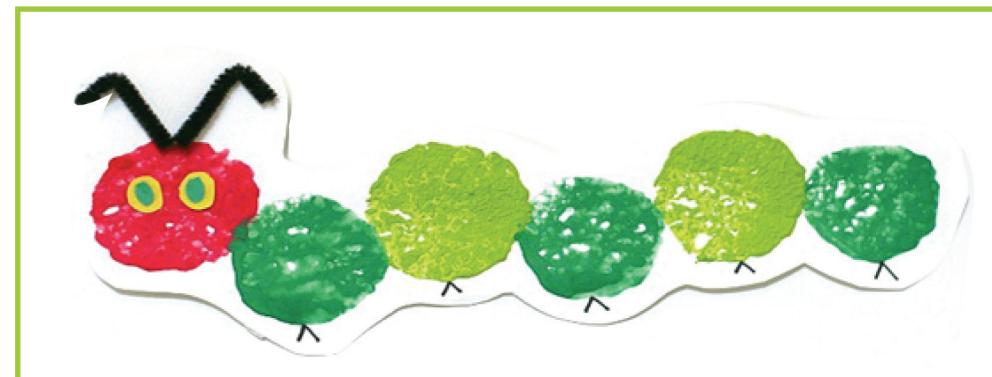
Beyaz kâğıt Sulu boyalar Patates Fırça Kuru boyalar Yapıştırıcı Renkli kâğıt Yün ip Makas



Etkinlik Adımları

Bu aktiviteyi isterSEN patates kullanarak isterSEN de renkli kâğıtlar kullanarak yapabilirsin.

- ❖ Bir patatesi ikiye bölüp, patatesinin iç yüzünü sulu boya ile istediğiniz renge boyayarak, beyaz kâğıt üzerinde yan yana gelecek şekilde patateslerin boyadığın iç yüzüyle damgala.
- ❖ Eğer patates ile oluşturmak istemezsen, renkli kâğıtlarını istediğiniz boyutlarda daireler keserek de yapabilirsin. Sonra da kestığın bu renkli kâğıtları yine yan yana gelecek şekilde beyaz kâğıt üzerine yap.
- ❖ Daha sonra yaptığın yuvarlakların alt kısmına kuru boyalarla ayaklarını çiz.
- ❖ Tırtılın kafasını oluşturan daireye tırtılın yüzünü çiz.
- ❖ Kulakları için de istediğiniz renkteki yün ipi keserek kafasının üst kısmına yapıştır. İp kullanmak istemezsen, renkli boyalarınla da kulaklarını çizebilirsin.
- ❖ İşte tırtılın hazır! Tırtılına isim vermeye unutma!



BİZİMLE PAYLAŞMAK İSTER MİSİN?

Yaptıklarını çok merak ediyoruz! Bizimle de paylaşmak ister misin? Eğer istersen yaptığın aktivitelerin fotoğrafını çekerek, sosyal medya hesaplarından **#sanatlabüyüyorum** etiketiyle ve **@mayavakfi** hesabını etiketleyerek paylaşabilirsın. Bu etiket aracılığıyla sen de diğer çocukların yaptıklarını görebilirsın. Ayrıca sosyal medya hesaplarından yaptıklarını bize doğrudan mesaj atabilirsin.

Fotoğraflarını dört gözle bekliyoruz!



هل تود مشاركتها معنا؟

نحن لدينا فضول لمعرفة ما هي الأشياء التي فعلتموها! هل ترغب في مشاركتها معنا أيضاً؟ إذا كنت ترغب في ذلك يمكنك التقاط صور لأنشطتك ومشاركتها مع وسم **#sanatlabüyüyorum** على حسابات وسائل التواصل الاجتماعي الخاصة بك أو من خلال وضع علامة **@mayavakfi** والمشاركة على حسابك.

يمكنك أيضاً مشاهدة ما يفعله الأطفال الآخرون من خلال هذه العلامة ويمكنك أيضاً إرسال رسالة مباشرة إلينا حول ما تفعله على حسابات وسائل التواصل الاجتماعي الخاصة بنا.

نحن ننتظر صورك بفارغ الصبر.



حكاية اليرقة

خطوات النشاط

يمكنك القيام بهذا النشاط إما باستخدام البطاطا أو باستخدام الورق الملون.

قطع حبة البطاطا إلى نصفين ، وادهن الجزء الداخلي من البطاطا باللون الذي تريده بالألوان المائية ، على ورق أبيض قم بطبع البطاطا جنباً إلى جنب من الوجه الذي قمت بتلوينه.

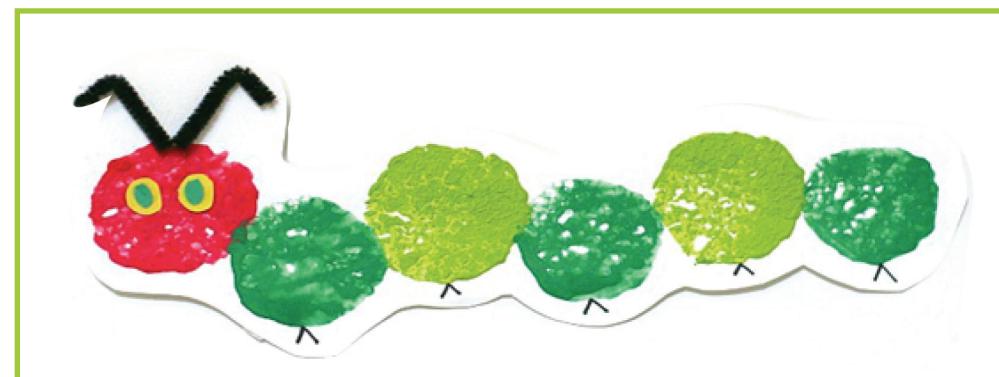
إذا كنت لا ترغب في إنشائه بالبطاطا ، يمكنك أيضاً قص الدوائر بأي حجم تريده بورقك الملون. بعد ذلك ، اصنع هذه الأوراق الملونة التي قطعتها جنباً إلى جنب على ورق أبيض.

قصي خيوط الصوف من اللون الذي تريدينه لأذنيه وألصقيها بأعلى رأسه. إذا كنت لا ترغب في استخدام الخيط ، يمكنك رسم الأذنين باستخدام الألوان.

هنا اليرقة جاهزة! لا تنس تسمية اليرقة الخاصة بك.

ثُم ارسم قدميك بالألوان الخشبية على الجزء السفلي من الدوائر التي قمت بإنشائها.

ارسم وجه اليرقة على الدائرة التي تشكل رأس اليرقة.



كم عدد المخلوقات في الطبيعة! يمكن لبعض الحيوانات أن تتحول إلى حيوان آخر بعد فترة. مثل اليرقات! عندما تجد اليرقات غصناً آمناً ، يذهبون إلى هناك ويصنعون شرنقة لأنفسهم هناك. يقضون وقتاً في تلك الشرنقة ، ينتظرون ، ثم يستعدون للخروج من شرنيتهم. عندما يخرجون من شرنيتهم ، يتتحولون إلى فراشات! عندما تتحول إلى فراشات ، فإنها ترفرف بأجنحتها بحرية وتطير أينما تريد

شرح معنى كلمة (الشنقة) : غِشاءٌ واقٍ من خيوط دقيقة تنسجه بعض يرقات الحشرات كدودة القز لتحتمي به في أثناء طور الخادرة وحتى تتحول إلى الحشرة الكاملة. الآن تخيل نفسك مثل اليرقة! كنت مثل اليرقة عندما كنت صغيرة جداً. لقد كبرت وأنت بجانب عائلتك وفي أيديهم

الآن هل أنت مستعد للخروج من شرنقتك الخاصة وتحول إلى فراشاً؟

تعال ، لنصنع اليرقة الآن! ثم لنفعل الموقف الذي خرجت فيه هذه اليرقة من شرنقتها وتحولت إلى فراشاً!

المواد

مقص	حبل صوفي	ورق ملون	لاصق	ألوان خشبية	فرشاة	ألوان مائية	ورق أبيض



شجرتي

خطوات النشاط

- ❖ تخيل الآن شجرة.
- ❖ كيف جذورها، كيف جذعها، كيف فروعها؟ ما لون شجرتك؟
- ❖ في أي موسم تعيش شجرتك؟ ما هي المشاعر التي يحييها هذا الموسم فيك؟
- ❖ ارسم شجرة أحلامك بالألوان الجافة على ورقة فارغة. يمكنك حتى وضع يدك على الورقة والرسم حولها باللون الجاف إذا أردت! هكذا تكون صنعت جذع شجرتك!
- ❖ يمكنك كتابة أي شعور عاطفي تشعر بها حالياً على الفروع التي قمت بإنشائها. لأن هذه شجرتك!
- ❖ هل أنت جاهز الآن لصنع شجرتك باستخدام الألوان؟ يمكنك إعطاء الورق الملون الشكل الذي تريده ولصقه بشجرتك ، أو يمكنك طلاء أغصان شجرتك بفرشاة أو باستخدام الملونات بأصابعك! وأنت تقوم بالرسم لا يوجد خطأ أو صبح!
- ❖ يمكنك رسم المخلوقات التي تريد أن تعيش في شجرتك والطعام الذي تريد أن ينمو. هذه شجرتك!
- ❖ يمكنك حتى التفكير في ما تحتاجه شجرتك وإضافتها. على سبيل المثال ، قد تحب بعض الأشجار المطر كثيراً. ماذا يخطر على بالك أيضاً؟
- ❖ لا تنسى إعطاء اسم لشجرتك بعد إكمالها!



الربيع الصيف الخريف الشتاء. هذه هي الفصول التي نعيشها كل عام! مع تغير الفصول ، تحدث الكثير من التغييرات في الطبيعة. مثل الأشجار! تساقط بعض الأشجار أوراقها عندما يصبح الطقس أكثر برودة ، وعندما يصبح الطقس أكثر دفئاً ، تتحول إلى اللون الأخضر مرة أخرى ، وحتى الزهور والفواكه تتفتح أيضاً. تملئ أغصان الشجرة بالطيور التي تحب الراحة!

الآن اعتبر نفسك كشجرة. عندما نشعر بالحزن ، مثل شجرة أحياناً تساقط أوراقها ، وأحياناً من الفرح تتفتح الزهور، أليس كذلك؟ إذن أي نوع من الشجر أنت؟ من ماذا صنعت فروعك؟ هل الفصول تؤثر على فروعك أيضاً؟ في حياتنا، يمكن أن تهب رياح باردة أحياناً وأحياناً يكون الطقس الحار. ونحن أيضاً يمكن أن نتأثر بهذه المواسم تماماً مثل الشجرة. مثل الشجرة التي تعذيبها التربة والشمس والماء ، يمكننا أن نتحول إلى اللون الأخضر ونحيا مرة أخرى. إذن ما هي التغييرات التي تحدث لك عندما تتغير الفصول في حياتك؟

الآن هل تريد أن تجعل من نفسك شجرة؟ ما تحتاجه لهذا هو بعض المواد وخيال غير محدود!

المواد



مواد الطلاء (أقلام تلوين جافة، وأقلام تلوين شمعية، وألوان مائية)



أوراق ملونة



فرشاة



لاصق



الأيدي المحولة

أتعرف على يدي

إذاً لنفتح كلتا يدينا ونلقي نظرة على أصابعنا ! كم هم مختلفون عن بعضهم البعض، أليس كذلك ؟ تماماً كاختلاف أصابعنا، لدينا أيضاً مزايا مختلفة عن بعضها البعض.

الآن، ما رأيك بالنظر إلى مزاياك والتعرف عليها بمساعدة أصابعك ؟

ما رأيك اليوم في أن نقرأ قصة أيدينا ؟ تماماً كما الأطفال يداك كانت صغيرة جداً. كلما كبرت كلما كانت أيديك تنموا مع نموك.

في البداية ، بدأت في تحريك أيديك ببطء، ثم بدأت في التمكن من حمل الأشياء الصغيرة، مع مرور الأيام زاد حجم الأشياء التي يمكنك حملها.

في بعض الأحيان قدمت ذراعك العون لك وأصبح بإمكانك الوصول إلى الأشياء بعيدة، حتى أنه في أحياناً أخرى يدك ساعدت يدك الأخرى.

عندما كان هناك أشياء لا يمكنك حملها بيد واحدة، ساعدتك يدك الأخرى على الفور في بعض الأحيان عندما لا تكون أيدينا كافية، تندفع أيدي أحبابنا إلينا.

أحياناً أنت أيضاً كنت معهم بيديك، أليس كذلك ؟

عندما إحسست أنك حزين أو سعيد أو غاضب أو قلق، كان من الجيد بالنسبة لك وجود شخص يمكنك مشاركة كل مشاعرك هذه معه.

جاءت هذه المشاعر مثل سحابة متحركة في تلك اللحظة ثم اختفت.

بأيدينا ليس يمكننا مساعدة الأشخاص الذين نحبهم فحسب، ولكن أيضاً في تنمية الطبيعة وتحولها.

من خلال سقي البذرة يمكننا دعمها لكي تنمو وتصبح شجرة، فتنتج هذه الشجرة الأكسجين وتتوفر لنا البيئة الازمة للإستمرار في الحياة.

بينما تمد نفس الشجرة أغصانها للطير المتبعة أثناء الطيران، فإنها أيضاً تعد عشاً لليقرة التي تعيش على جزءها يمكنها أن تحول فيه بعد فترة إلى فراشة.

كيف انتشر عمل خير صغير قامت به أيدينا، كيف تطور وكيف تحول أيضاً، أليس كذلك ؟

هل لاحظت ذلك ؟ لدينا يدان لمساعدة أنفسنا بوحدة وبسط الأخرى لتقديم العون لمن حولنا والطبيعة.

دعنا نرى الآن إلى ماذا ستحول هذه الأوراق التي في يديك ؟

المواد



ورق



أقلام ملونة



قص

خطوات النشاط

- ❖ هيأ رسم يدك اليمنى، ثم يدك اليسرى على الورقة.
- ❖ اكتب على كل أصابع يدك اليمنى الخصائص التي ترى أنك غير موهوب بها أو الأشياء التي تعتقد أنك غير قادر على القيام بها بشكل جيد بما يكفي.
- ❖ اكتب على كل أصابع يدك اليسرى الخصائص التي ترى أنك موهوب بها أو الأشياء التي تعتقد أنك قادر على القيام بها بشكل جيد.
- ❖ قم بتلوين كل إصبع باللون الذي تريده.
- ❖ بعد الانتهاء من التلوين، ارسم نفسك ثم قص اليدين الملونة التي رسمتها.
- ❖ الآن صفق لنفسك باستخدام الأوراق التي تضم جميع الميزات التي تعبر عنك.
- ❖ أخيراً صفق بأيديك لنفسك لأنك مميز في كل ما تستطيع وما لا تستطيع فعله وتستحق الثناء.





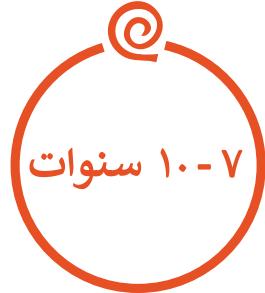
Theirworld

www.theirworld.org | info@theirworld.org

info@mayavakfi.org | Akat Mahallesi, Öztürk Sokak, No:3
www.mayavakfi.org | 34335, Akatlar, Beşiktaş - İstanbul, Türkiye |     /mayavakfi
0 (212) 351 00 20



منظمة مايا الأيدي المحولة كتاب الأنشطة



Theirworld