

**Yaratıcı ve Görsel Egzersizlerle**

**Dikkat**

**Geliştirme**

**Okul Öncesi ve**

**ilkokul öğrencileri için**

**Yaratıcı ve Görsel Egzersizlerle**

**Dikkat**

**Geliştirme**

**HAZIRLAYANLAR**

**ALEV DOĞAN AKINCI**

**BAYRAM ÖZÇELİK**

**DERYA APBAK**

**DİCLE DOĞAN**

**GALİP AKSOY**

**LEVENT OKAN**

**MERVE ÇİĞ**

**OLCAY TEZCAN SAVSİN**

**YILDIZ AY YILMAZ**



# İÇİNDEKİLER

İÇİNDEKİLER.....i

ÖNSÖZ.....iii

## 1.BÖLÜM

**DİKKAT EKSİKLİĞİ,HİPERAKTİVİTE BOZUKLUĞU(DEHB).....1**

Tanım.....2

Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Konusunda Doğrular ve Yanlışlar.....2

Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivitenin Nedenleri.....4

Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivitenin Belirtileri.....4

Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivitenin Sınıflandırılması.....6

Görülme Yaşı Cinsler Arası Fark ve Görülme Sıklığı.....7

Dehb'na Eşlik Eden Diğer Psikiyatrik Sorunlar.....7

Öneriler.....8

## 2.BÖLÜM

**DİKKAT EKSİKLİĞİ VE HİPERAKTİVİTE BOZUKLUĞUNDA OYUN VE AKTİVİTELER(DEHB).....16**

Zihinsel Dikkat ve Psikomotor Becerileri Geliştirici Oyunlar.....17

Görsel Dikkatle İlgili Oyunlar.....18

İşitsel Dikkat ve Hafıza Oyunları.....19

## 3.BÖLÜM

**DİKKAT EGZERSİZLERİ.....21**

Kitap Uygulama Talimatları.....22

3 Yaş Dikkat Egzersizleri.....23

4 Yaş Dikkat Egzersizleri.....33

5 Yaş Dikkat Egzersizleri .....43

1.Sınıf Dikkat Egzersizleri.....	54
2.Sınıf Dikkat Egzersizleri.....	75
3.Sınıf Dikkat Egzersizleri.....	105
4.Sınıf Dikkat Egzersizleri.....	129
3. ve 4. Sınıf Cevap Anahtarları.....	157
Kaynakça.....	158

## ÖNSÖZ

Dikkat, ilginin belirli bir uyarana, konuya odaklanmasıdır. Dikkatini odaklayamayan, dikkatini devam ettirmekte zorlanan kişiler yaşamlarının her aşamasında zorluk yaşamaktadırlar.

Dikkat problemi yaşayan çocuk ve ergen, hem ders ve akademik konularda hem de duygusal ve davranışsal açıdan sorunlarla karşılaşmaktadırlar.

Dikkat eksikliği yaşayan bireylerde tedavinin yanı sıra dikkati artıran egzersizlerle de destek olunabilir.

Bu kitaptaki egzersizler çocukların yaşlarına uygun olarak; görsel hafızayı, sözel becerileri, dikkati sürdürme ve geliştirebilme, yargılama ve problem çözme becerilerini geliştirmeye katkı sağlayacağı amaçlanarak hazırlanmıştır.

**1.BÖLÜM**  
**DİKKAT EKSİKLİĞİ,**  
**HİPERAKTİVİTE**  
**BOZUKLUĞU(DEHB)**

## DİKKAT EKSİKLİĞİ VE HİPERAKTİVİTE BOZUKLUĞU

### TANIM:

Dikkat eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu bireyin yaş ve gelişim düzeyine uygun olmayan aşırı hareketlilik, istekleri erteleyememe (impulsivite) ve dikkat sorunlarıyla kendini gösteren bir psikiyatrik bozukluktur.

### Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Konusunda Doğrular ve Yanlışlar:

- **DEHB' nin, (Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu) nörobiyolojik bir temeli vardır ve bu yüzden DEHB' li çocuklar yalnızca tıbbi tedavi görmelidir.** İlaçla tedavi gören DEHB'li çocukların %70-80'inde belirtilerde azalma görülmektedir. Ancak belirtilerde azalma olması bozukluğun ortadan kalkması ile eş anlamlı değildir. İlaçla tedavi çocuk psikiyatristi gerek görüyorsa sözkonusu olmalıdır. Bunun yanı sıra davranışsal ve akademik gelişme sağlanması için psiko-egitimsel yardımlara gereksinimi vardır. Aksi takdirde ilaçla tedavi amacına ulaşmamaktadır.
- **DEHB gerçekte mevcut değildir, bu durum çocuklarını disipline edemeyen anne babaların hatasıdır.** Bilimsel araştırmalar DEHB'in biyolojik temelli bir bozukluk olduğunu ortaya koymaktadır, ancak nedenleri tam olarak anlayamamıştır. Davranış denetlemek için beyin tarafından kullanılan nörotransmitterlerin dengesizliği ve merkezi sinir sistemindeki anormal glikoz metabolizmasından kaynaklandığı ileri sürülmektedir.
- **DEHB temel olarak kötü ana babalıktan ve disiplin eksikliğinden kaynaklanmaktadır ve bütün DEHB' li çocukların gerçekte ihtiyaç duydukları şey böyle yapmacık tedaviler değil eski tarz bir disiplindir.** Bazı anne babalar çocuğun yanlış davranışının onun ahlaki bir sorunu olduğunu düşünürler zaman zamanda kendilerinde kabahat bulurlar. Tıbbi bir müdahale uygulamadan sadece disiplin yöntemleri uygulamanın DEHB'li çocuğun davranışını iyileştirmekten ziyade iyice kötüleştirdiğini gösteren aile etkileşim araştırmaları vardır.
- **DEHB yanlış tutumlar sonucu oluşur.** Zayıf beslenme, şeker, katkı maddeleri, olağan ölçülerde kurşun, olumsuz ana baba tutumu DEHB' e yol açmaz. DEHB genetik ve biyolojik temellidir. Bununla birlikte anne babaların davranışları çocuğun DEHB davranışlarını denetleme becerilerini etkileyebilir. Ayrıca bazı araştırmalar hamileyken alkol ve uyuşturucu almanın DEHB' e yol açabileceği konusunda örnekler sunmuştur.
- **DEHB' li çocukların akranlarından farkı yoktur. Her çocuk dikkatini sürdürmede ve yerinde oturmada güçlük çeker.** DEHB özellikleri 3-7 yaş arasında başlamışsa akranlarına göre belirtileri çok fazla ve şiddetli yaşıyorsa, birçok ortamda aynı belirtiler varsa, davranışlar çocuğun akademik ve sosyal hayatında önemli bozulmalara yol açıyorsa tüm çocuklarda olduğu söylenemez.



- **Çocuklar büyüdülerinde DEHB kaybolur.** DEHB sadece çocuklarda bulunmaz, bazı araştırmalar DEHB'in yaşam boyu sürebileceğini göstermektedir. DEHB tanısı konulan çocukların %70-80' i gençlik dönemlerinde bu belirtileri sürdürmektedir. %30-65' lik kısmının ise yetişkinlikte tüm klinik belirtileri sürdürmeye devam ettiği görülmektedir. Eğer tedavi edilmezse DEHB'li bireyler madde bağımlılığı, depresyon, akademik başarısızlık, mesleki sorunlar ve evlilik sorunları yaşayabilirler. Uygun olarak tedavi edildiklerinde DEHB'li pek çok birey üretken bir yaşam sürebilir.
- **DEHB' li çocuklar sürekli pekiştirilmeyi isterler. Hatta diğer öğrencilerden daha çok olumlu pekiştirmeye ihtiyaç duyarlar.** Tek başına olumlu pekiştirme davranışı kazanma ve sürdürmede yeterli değildir, üstelik sürekli pekiştirme gerçek hayat ortamlarında uygulanabilir değildir.
- **DEHB' li bütün öğrenciler özel eğitim hizmeti almalıdır.** Çocuğun eğitimiyle ilgili önemli aksaklıklar ve bu konuda istek varsa özel eğitim gerekebilir.
- **DEHB' li çocuklar davranışlarından dolayı sorumluluk almak yerine sadece özür dileyip bahane bulmayı öğreniyorlar.** Tedavinin psiko-sosyal yönü bu tür sorunların önüne geçmek içindir. Psikolojik danışmanlar öğretmenler ve hekimler, çocuklara DEHB'in üzerinde çaba harcanması gereken zor bir durum olduğunu bir özür yada kabahat olmadığını öğretirler.
- **DEHB hayali bir rahatsızlıktır, aslında böyle bir hastalık yoktur.** Yüzyılın başından beri yapılan araştırmalar, dürtü kontrolünde zorluk ve hiperaktivite gösteren bireylerin varlığını nesnel olarak göstermiştir.
- **DEHB' li çocukları tümü öğrenme güçlüğüne sahiptir.** DEHB' li çocukların %10-33 'ü aynı zamanda öğrenme güçlüğüne sahiptir.
- **DEHB' li öğrenciler normal sınıflarda öğrenim göremezler.** Öğretmen uygun düzenlemeleri yapar ve sınıf süreçlerini yapılandırır, bu çocukların yarısından fazlası normal sınıflarda öğrenim görebilir.
- **DEHB' i olan çocuğun her istediği yapılmalıdır.** Bu tür bir yaklaşım bu çocukların dürtüsel davranışlarını pekiştirmekten başka bir işe yaramaz.
- **DEHB tedavisinde kullanılan ilaçlar bağımlılığa yol açar.** Bu ilaçların uygun kullanımı alışkanlığa yada bağımlılığa yol açmaz.
- **DEHB'in tedavisi için kullanılan ilaçlar zeka geriliği ve kısırlık yapar.** Bu tür düşünceler bilimsel desteği olmayan görüşlerdir. Bu ilaçların çocukları genel olarak yavaşlattığına ilişkin araştırma bulguları olmakla birlikte zeka geriliği ya da kısırlık olması mümkün değildir.
- **Uyarıcı ilaçlar almanın DEHB'li çocuklarda kalıcı herhangi bir davranışsal ya da eğitimsel yarar sağladığını hiç bir araştırma göstermemiştir.** Araştırmalar uyarıcı ilaçlarla yapılan tedaviden DEHB'li çocukların, gençlerin ve yetişkinlerin fayda sağladığını göstermiştir.
- **Öğretmenler yeterince çaba gösterirlerse uyarıcı ilaçlardan daha etkili sonuçlar alınabilir.** Çok modellenmiş araştırmalar bu düşüncenin yanlış olduğunu göstermektedir.
- **Çocuklarda ya da yetişkinlerde DEHB'i teşhis etmek mümkün değildir.** Bilim adamları henüz DEHB'in teşhisine yönelik tek bir test geliştirememiş olmasına rağmen, açık seçik tanılayıcı kriterler geliştirilmiştir.

## **DİKKAT EKSİKLİĞİ VE HİPERAKTİVİTENİN NEDENLERİ:**

- **Kalıtım:** Kalıtsal olarak yatkınlık gözlenmiştir. Aile çalışmalarından elde edilen bilgiler DEHB olan çocukların anne babalarında benzer belirtiler olma oranının 2-8 kat fazla, kardeşlerinde ise diğer çocuklara oranla 2-3 kat fazla olduğunu göstermiştir. Ayrıca ikiz çalışmalarından elde edilen bilgilere göre tek yumurta ikizlerinde eş hastalanım oranı % 80-90, çift yumurta ikizlerinde eş hastalanım oranı % 30'dur.Genetik çalışmalara göre sorumlu olduğu düşünülen bazı genler vardır.
- **Beyindeki yapısal işlev farklılıkları:** Dikkatin yoğunlaştırılması, sürdürülmesi, davranışların kontrol edilmesi, planlama yapılmasından sorumlu olan alanlarda -önbölge (Prefrontal lob), bazal ganlionlar, serebellum- normal bireylerdekine oranla daha küçük yada farklı bir simetride olma sözkonusudur. Saptanılan bu farklılıkların hastalığa neden olduğu düşünülmekte, ancak bu incelemeler bir tanı aracı olarak kullanılmamaktadır.
- **Çevresel nedenler:** Direk olarak DEHB'e neden olmaz ancak genetik olarak yatkınlığı olan bireylerde riski artırır:

Doğum öncesi: Gebelikte hastalanma, alkol, sigara ve ilaç kullanımı.

Doğum sırasında: Erken doğum, doğum komplikasyonları.

Doğum sonrası: Küçük yaşta geçirilen ameliyat, kaza veya hastalıklar, hastalık tedavisinde etkili olan fakat yan etkisi olan ilaçlar alınması.

## **BELİRTİLER:**

- Birçok ana baba bu listeyi okuyunca çocuklarında dikkat eksikliği ve hiperaktivite olduğuna inanabilir, çünkü çoğu çocuk zaman zaman bu tip davranışlarda bulunur. Fakat DEHB'li çocuklar çevreye verdikleri tepkiler açısından diğer çocuklardan ayrılır. Başka bir deyişle çoğu çocuk kendilerine bir şeyi yapmamaları söylendiğinde ve davranışın olumsuz sonuçları açıklandığında en azından bir süre o davranışı bırakır. Dikkat eksikliği ve hiperaktiviteye sahip çocuklar ise uygun yaklaşımlarla birisi kendilerine yardım etmediği sürece o davranışı bırakmayacaktır.
- Bir çocukta, gençte veya erişkinde dikkat eksikliği veya hiperarkitive bozukluğunun var olduğundan söz edebilmek için, bu belirtilerin yedi yaşından önce ortaya çıkması, davranışların çoğunu en az 6 ay süreyle göstermiş olması ve bu belirtilerin günlük yaşamı etkileyecek boyutta olması gerekmektedir.

## **Davranışsal**

- Dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu olan çocukların daha doğmadan önce anne rahminde alışılmadık şekilde hareketli olduklarını gösteren raporlar vardır. Bunlar bazen çok fazla ağlayan ve uyku düzeni bozuk olan güç bebeklerdir.

- Aşırı hareketlidirler. Sınıfta yada oturması beklenen durumlarda oturmaz ve yerinden kalkar el ve ayaklarını sürekli oynatırlar. (Ergen yaştakiler sıkıntı veren duygulardan bahsederler).
- Kendi başlarına karar vermekte güçlük çekerler.
- Sürekli konuşur, bağırır, başkalarını yaptığı işten alıkoyarlar.
- Düzensiz oldukları için eşyalarını, kitaplarını, kalemelerini ve oyuncaklarını sık sık kaybederler.
- Ödevlerin ve etkinliklerin düzenlenmesinde sıklıkla zorluk çekerler, defterlerinin başı sonu belli değildir, çantalarını düzenli bir şekilde hazırlamazlar. Okula götürülmesi gereken eşyaların çoğu çantasında yoktur ya da gereksiz olanlar vardır.
- Çoğu kez olası sonuçları düşünmeden kendini fiziksel olarak tehlikeye atabilirler (sağına soluna bakmadan caddeye fırlamak gibi),
- İsteklerini erteleyemezler, içtepisel davranışlarını(dürtülerini) engelleyemezler.
- Sorulan sorulara, tamamlanmadan önce cevap verme eğilimleri vardır. Karşısındakini dinlememe, sık sık konuyu değiştirme görülür.
- Teneffüslerde veya evdeki boş zamanlarında oyun vb etkinliklere katılmakta güçlük çektikleri için birçok becerileri gelişmeyebilir.
- Her şeye karışma, mobilyaların üzerinde gezme, ev içinde koşuşturma görülür.
- Yalan söyleme, hırsızlık görülebilir.

## **Sosyal**

- Dikkat sürelerinin kısa ve atak olmaları çocukların sosyal kuralları öğrenmelerini güçleştirmektedir. Bu nedenle arkadaş bulmakta ve kurallarına göre oyun oynamakta güçlük çekerler. Arkadaş ilişkileri zayıftır.
- Grup içinde oynarken ya da çalışırken sırasını beklemekte zorlanırlar. Yönergelere ve kurallara uymada zorluk yaşadıkları için sosyal olarak uyumsuzdurlar.
- Akılları başka bir yerdedir, dinlerken karşılarındakinin gözlerine bakarlar ama dinlememiş yada duymamış görüntüsü verirler. Bu yüzden tekrar tekrar aynı şeylerin kendilerine söylenmesine yol açarlar.
- Başkalarına karşı itme, çekiştirme, vurma gibi davranışları sık gösterirler. Saygısız ve küfürlü konuşurlar.

## **Bilişsel**

- Zekâları normal ya da normalin üstünde olmasına rağmen genellikle okul başarıları düşüktür. Çünkü dikkat dağınıklığı ve aşırı hareketliliği çocukta öğrenme güçlüğü ortaya çıkarır.
- Dikkatleri çok kısa sürelidir ve çabuk dağılır. Genellikle başladıkları işi sonlandırmada güçlük çekerler. Devamlı dikkat ve emek isteyen işlerde çalışmak istemezler.
- Kendilerine verilen bir görev üzerinde istedikleri gibi çalışamaz ve bitiremezler. İşlerin bitmesindeki bu aksaklık başka nedenlere değil sadece dikkatsizliğe bağlıdır.
- Dikkatlerini uygun olarak ortama yönlendiremezler.
- Zihinsel çaba gerektiren iş ve görevlerden kaçınırlar. Israr olursa eğer daha büyük sorunlar çıkarabilirler.

- Günlük işlerinde genellikle unutkanlardır. Randevularını, beslenme saatini, eşyalarını, öğretmenin aileye gönderdiği mesajları sıklıkla unuturlar.
- Çalışmalarını plansız, düzensiz ve karmakarışık bir biçimde sürdürürler.
- İçselliği gelişmemiştir. Davranışlarının sonuçlarını değerlendiremezler.

### **Duygusal**

- Ruh halleri değişkendir, depresyon görülebilir,
- Kendine güvenleri azdır,
- Çabuk heyecanlanırlar ve sinirlenirler.

### **Fiziksel**

- Kemik gelişimi geri olabilir,
- Orta kulak iltihabı, üst solunum yolu enfeksiyonu görülebilir,
- İdrar kaçırma olabilir,
- Alerjiler sık görülür,
- Motor koordinasyonu zayıf olabilir,
- Uyku süreleri kısadır,
- Santral sinir sistemleri normale göre daha az çalışır.

## **DİKKAT EKSİKLİĞİ HİPERAKTİVİTE BOZUKLUĞUNUN SINIFLANDIRILMASI**

Aşırı hareketlilik,

Dikkat eksikliği ve

İmpulsivite olarak sınıflandırılabilen üç temel belirti kümesinden oluşur.

Aşağıdakilerden (1) ya da (2) vardır:

- (1) Aşağıdaki dikkatsizlik semptomlarından altısı (ya da daha fazlası) en az 6 ay süreyle, uyumsuzluk doğurucu ve gelişim düzeyine göre aykırı bir derecede sürmüştür:

### **DİKKATSİZLİK**

- (a) Çoğu zaman dikkatini ayrıntılara veremez ya da okul ödevlerinde, işlerinde ya da diğer etkinliklerinde dikkatsizce hatalar yapar.
- (b) Çoğu zaman üzerine aldığı görevlerde ya da oynadığı etkinliklerde dikkati dağılır.
- (c) Doğrudan kendisine konuşulduğunda çoğu zaman dinlemiyormuş gibi görünür.
- (d) Çoğu zaman yönergeleri izlemez ve okul ödevlerini, ufak tefek işleri ya da işyerindeki görevlerini tamamlayamaz (karşıt olma bozukluğuna ya da yönergeleri anlayamamaya bağlı değildir).
- (e) Çoğu zaman üzerine aldığı görevleri ve etkinlikleri düzenlemekte zorluk çeker.
- (f) Çoğu zaman sürekli mental çabayı gerektiren görevlerden kaçınır, bunları sevmez ya da bunlarda yer almaya karşı isteksizdir.
- (g) Çoğu zaman üzerine aldığı görevler ya da etkinlikler için gerekli olan şeyleri kaybeder(örn. oyuncaklar, okul ödevler, kalemler, kitaplar ya da araç gereçler).
- (h) Çoğu zaman dikkati dış uyaranlarla kolaylıkla dağılır.

- (i) Günlük etkinliklerinde çoğu zaman unutkanlıdır.
- (2) Aşağıdaki hiperaktivite-impulsivite semptomlarından altısı (ya da daha fazlası) en az 6 ay süreyle uyumsuzluk doğurucu ve gelişim düzeyine göre aykırı bir derecede sürmüştür.

## **HİPERAKTİVİTE**

- (a) Çoğu zaman elleri, ayakları kıpır kıpırdır ya da oturduğu yerde kıpırdanıp durur.
- (b) Çoğu zaman sınıfta ya da oturması beklenen diğer durumlarda oturduğu yerden kalkar.
- (c) Çoğu zaman uygunsuz olan durumlarda koşuşturup durur ya da tırmanır(ergenlerde ya da erişkinlerde öznel huzursuzluk duyguları ile sınırlı olabilir).
- (d) Çoğu zaman, sakin bir biçimde, boş zamanları geçirme etkinliklerine katılma ya da oyun oynama zorluğu vardır.
- (e) Çoğu zaman hareket halindedir ya da bir motor tarafından sürülüyormuş gibi davranır.
- (f) Çoğu zaman ok konuşur.

## **İMPULSİTİVE(DÜRTÜSELLİK)**

- (g) Çoğu zaman sorulan soru tamamlanmadan önce cevabını yapıştırır.
- (h) Çoğu zaman sırasını bekleme güçlüğü vardır.
- (i) Çoğu zaman başkalarının sözünü keser ya da yaptıklarının arasına girer (örn. Başkalarının konuşmalarına ya da oyunlarına burnunu sokar)(Köroğlu,2001;s.55-57).

## **GÖRÜLME YAŞI, CİNSLER ARASI FARK VE GÖRÜLME SIKLIĞI**

Belirtilerin 7 yaşından önce başlaması gerekir. Genellikle 4-5 yaşlarında belirtiler belirgin hale gelir. Ancak bir kısmı bebekliklerinden itibaren huysuzlukları az uyumaları ve az yemeleri ile dikkat çekerler. Okul döneminin başlamasıyla dikkat eksikliğine bağlı öğrenme sorunlarının gündeme gelmesi ve arkadaşlarla olan sorunları aileyi tedirgin etmeye başlar. Ergenlik döneminde ise okul başarısızlığı yanında davranış sorunları ve aileye karşı gelişen tutumlar gözlenir. Ergenlikte aşırı hareketlilik azalır ve yerine çabuk sıkılma ve dikkat kusuru belirgin olur.

Erkek çocuklarda kızlara oranla daha sık rastlanır. Erkek çocuklarda genellikle hiperaktivite ve impulsivite belirtileri ön planda iken, kız çocuklarında daha çok dikkat eksikliği belirgindir. DEHB her kültür ve toplumda görülen bir bozukluktur. Toplumda görülme sıklığı farklı araştırmalarda farklı sonuçlar elde edilmesine karşın yaklaşık %5-6 gibidir.

## **DEHB'NA EŞLİK EDEN DİĞER PSİKİYATRİK SORUNLAR**

DEHB çocuklarda karşı gelme bozukluğu ve davranım bozukluğu ile birlikte görülebilir. Ayrıca, özel öğrenme güçlüğü sıklığı bu çocuklarda daha fazladır. Özel öğrenme güçlüğü ile birlikte görüldüğünde ders başarısızlığı çok daha belirgin hale gelir.

## ÖNERİLER:

DEHB'li çocuklar genellikle okula başlayana kadar belirtileri göstermeye başlarlar. Bazı aşırı dürtüsel çocuklar, iki veya üç yaş gibi erken bir yaşta teşhis edilebilir. Diğer yandan 13-19 yaşlarına gelene kadar bazı çocuklara tanı konulamayabilir. Son yıllarda DEHB'li yetişkinlerin sayısında da bir artış görülmektedir. Bu bireyler çocukluklarında tanı ve tedavi sürecinden yoksun kaldıkları için yetişkinlik dönemine kadar bu sorunu taşıdıkları düşünülebilir. Tanı koyarken öğretmen görüşü, psikolojik danışmanın gözlemleri, öğrenci dosyası gibi kaynaklara başvurulmaması yanlış sonuçlara yol açabilir. Sadece velinin verdiği bilgiler yeterli değildir.

Hiperaktiviteyi değerlendiren uzman kişinin, belirtilerin ortaya çıktığı bağlamın, ailenin öyküsünü ve hiperaktivitenin o bireyin gelişimi üzerindeki olumsuz ve yıkıcı etkilerini her türlü bilgi kaynağından yararlanarak değerlendirmesi gerekir.

Tanıyı yapanlar ve tedaviyi okulda uygulayıp denetleyenler arasındaki iletişim zayıf olabilir ve izleme çalışmaları uygun bir biçimde yapılamayabilir. Ancak bir takım yaklaşımı olursa DEHB ile ilgili sorunlar çözüme kavuşabilir. Bu takımda yer alması gerekenler şunlardır:

**Anne baba:** Ortaya çıkan davranış bozukluklarının hızlı bir şekilde uzmana iletilmesi, öğretmen ve danışmanla paylaşılması, uzmanların önerileri doğrultusunda gerekenlerin yapılması anne babalardan beklenen görevlerdir.

**Öğretmenler:** Çocukla ilgili gözlemlerin ilk elden sağlanması, psikolojik danışmanın haberdar edilmesi, nasıl bir yaklaşım gösterileceği, konusunda danışmanla ortak çalışılması başlıca görevidir.

**Psikolojik danışman:** Çocuğun yeteneklerini, zayıf yönlerini belirleyecek testlerin uygulanması, öğretmene ve aileye öneriler sunulması, çocuğa bireysel danışma yapılması, hekime veri sağlanması başlıca görevleridir.

**Psikiyatrist:** Tıbbi muayenenin yapılması, mevcut verilerin tanı ışığında değerlendirilmesi, tedavi sürecinde kime ne görevler düştüğünün saptanması, kullanılacak ilacın cinsinin ve dozunun ayarlanması, medikal takibin yapılması görevleridir.

### Anne Babaya Öneriler

- Hastanelerin Çocuk Ruh Sağlığı kliniklerine başvurularak tanısının konulması ve uygun tedavi yöntemine başlanması zorunludur.
- Davranış değiştirme planlarına cevap vermeyen çocuklar için tıbbi yardım ve ilaç tedavisi ön plandadır.
- Uygulanacaksa ilaç tedavisinin ne kadar devam edeceği, hekim tarafından belirtilerin devam etme süresine göre tespit edilir.

- Çocuğun zeka özelliklerini belirlemek hem doğru biçimde yönlendirilmesi, hem de akademik becerileri kazanabilmesi bakımından çok önemlidir. Bu konuda Hastanelerin Çocuk Ruh Sağlığı Bölümlerinden ve Rehberlik ve Araştırma Merkezlerinden yardım alabilirsiniz.
- Çocuklar ilgi duydukları konuya yoğunlaşmakta güçlük çekmezler. Nelere ilgi gösterdiklerini belirleyip, bu konularla akademik konuları birleştirmeye çalışmak eğitimleri için önemlidir. Bu konuda okul psikolojik danışmanından bilgi alabilirsiniz.
- DEHB’li çocukları suçlayıcı ve otoriter bir tutum içine girmek, çocukların düzensizliği ve dikkatsizliğini giderek artırır. “Çok dikkatsizsin”, “Sana kırk kere söyledim hala dikkat etmiyorsun”, “Önüne bak” gibi cümleler dikkatini toplamasına yol açmaz aksine çocukta yetersizlik ve beceriksizlik duygusunu pekiştirir.
- İletişim sorunlarının büyük bir kısmı uygun yaklaşımı sergilememekten kaynaklandığı için etkili iletişim becerileri kullanılmalıdır. Belki de “Kırk kere söylediğiniz” halde yapılmayan bir şeyi başka türlü söylemeyi denemelisiniz. Hangi yöntemin sizin ve çocuğunuz için uygun olduğunu araştırarak, deneyip yanılarak, danışarak bulabilirsiniz.
- Çocuğun anne babasının ne tepki vereceğini önceden tahmin edememesi davranış değişimini engeller. İyi ya da uygun olmayan davranışlara yanıt verme konusunda tutarlı olmak belki hemen değil, ama bir iki hafta içinde değişimlerin başlaması ve birkaç hafta içinde sonuçların belli bir bütünlüğe ulaşmasıyla kendini gösterecektir.
- Bu çocuklar herkes tarafından çok eleştirildiği, sürekli olarak nasıl hatalar yaptığı vurgulandığı için özsaygılarını çabucak kaybederler. Anne baba olarak çocuğun olumlu yönlerini ön plana çıkarmanız, küçük şeyler de olsa doğru davranışlarını vurgulayarak cesaretlendirmeniz özsaygılarını gelişimi için çok önemlidir.
- Davranış değiştirmede cezadan çok ödül kullanılmalıdır. Genellikle bu çocuklar o kadar çok hata yaparlar ki, dikkatiniz sadece bunların üstüneyse sürekli onları cezalandırmaya başlayabilirsiniz. Cezalar (sevilen bir şeyden yoksun bırakma, ara verme, küçük bir ödülü iptal etme vb.) son çözüm olarak kaçınılmaz olabilir, ancak bunların her zaman ödüllerle birlikte kullanılmasına dikkat edilmelidir.
- Bu çocuklar ödüllendirilmeye diğer çocuklardan daha fazla ve daha çabuk ihtiyaç duyarlar. Verdiğiniz ödül türünden ziyade (övgü, fiziksel yakınlık, özel bir yiyecek, ekstra ayrıcalık) zamanlama daha önemlidir. DEHB’li çocuklar sabırsızdır ve bir işi yaptıktan hemen sonra geri bildirim beklerler. Önemli olan ödülün davranışın peşi sıra gelmesidir. Örneğin çocuğunuz başka şeylerle ilgilenmeden 15 dakika boyunca ödeviyle ilgilendiyse ödüllendirmek için akşam yemeğini beklemeyin.
- Dikkatleri çok çabuk dağıldığı için ders çalışma ortamını çok iyi düzenlemelisiniz. Çalışma odası dağınık olmamalı, iyi aydınlatılmalı ve havalandırılmış olmalıdır.
- Çalışma masası sadece çalışma için kullanılmalı, yemek yeme, oyun oynama gibi etkinliklerde kullanılmamalıdır.
- Masa başında geçirdikleri zamanın çok küçük bir bölümünü verimli kullandıkları için çalışmayla başlamadan önce mutlaka çalışma programı yapılmalıdır, çalışma süresi ve konular küçük bölümlere ayrılmalıdır.

- Kullandıkları araç gereçleri kötü kullandıkları ve sıklıkla kaybettikleri için her kaybettiklerinde yenisinin alınması pekiştirme rolü oynar ve kaybetme sıklıkları da gidererek artar. Ayrıca niçin kaybettiklerinin sorulması da bu oranı arttırabilir. Bu noktada, yeni bir eşyanın alınmasında kendi harçlığından para biriktirmesi, işini görebilen ama daha ucuz olanının tercih edilmesi, kaybettiği eşyanın yokluğundan doğacak sıkıntılı duruma bir müddet katlanmasına izin verilmesi işe yarayabilir.
  - Çocuğa seçenekler sunmak, şu ya da bu şekilde yapılmasında sakınca olmayan işlerde çocukların tercihte bulunmaları için fırsatlar oluşturmak içsel güdülenmeyi arttıracaktır.
  - Hareket etmesi için fırsatlar oluşturulması, sıkıldığı zamanlarda yapması için bazı ritmik hareketlerin öğretilmesi ve bunların yapılacağı bir yerin belirlenmesi enerjisini doğru biçimde aktarabilmesini sağlar.
  - Bu çocuklara dikkat çekecek yollarla talimat verilmelidir. Eğer çok monoton bir ses tonuyla talimat veriyorsanız çocuğunuz bunu önemsemeyebilir. Talimat verirken dikkatini çekmek için göz kontağı kurmak, tane tane sakın ama ciddi bir şekilde konuşmak işe yarayabilir. Bağırarak çocukta talimatın anlamına değil, sesin yüksekliğine odaklanmaya yol açar.
  - Çocuğa iyi bir kahvaltı hazırlanmalı ve doğal yiyecekler yemesine dikkat edilmelidir. (Bazı araştırmalar, kimyasal katkı, boya, gluten ya da kazein gibi maddelerin hiperaktif belirtileri artırdığını ileri sürmektedir.)
  - TV, Bilgisayar ve video oyunları sınırlanmalıdır. İlköğretim çağındaki çocukların en çok bir buçuk saat TV ve bilgisayar başında vakit geçirmelerine izin verilmelidir. Aksi takdirde bazı akademik, davranış ve dikkat sorunları ortaya çıkabilir. Anne babalar çocuğun çok TV izlemesini engelleyemediklerini belirtiyorlarsa, çocuklarını suçlamadan önce kendi tutum ve davranışlarını gözden geçirmelidirler.
  - Çocuğunuz için sıkıntılı olabilecek zamanları tahmin ederek uygun olmayan davranışı engelleyebilirsiniz. Böylece insanların önünde kendinizi küçük düşmüş ve kızgın olmaktan korumakla kalmayıp davranış pekiştirme alışkanlığınızı da geliştirmiş olursunuz. Örneğin, Çocuğunuz okula girdiğinde koridorda koşup gürültü yapıyorsa binaya girmeden önce durun, çocuktan “Koridorda koşup bağırmayacağım” demesini isteyin. Kuralları kendisinin söylemesi önemlidir, böylece kendinin bir parçası haline gelir ve kurala uyması kolaylaşır.
  - DEHB’li çocuk çevresindeki yetişkinleri çok yorduğu için zaman zaman ne yaptığının farkında olmayabilirsiniz. Onun iyi olması için öncelikle sizin iyi olmanız gerekir. Kendinizi korumazsanız daha çok yorulur ve sinirlenirsiniz. Sonuçta hem siz hem de çocuk zararlı çıkar.
- Çocuğunuzla ilgili olumlu bir algı geliştirin. Olumlu düşünmeniz hem sizin hem de çocuğunuzun pozitif enerjisini arttıracaktır. Başarı üzerinde zekâdan çok duygusal enerjinin etkili olduğunu akıldan tutarak, çocukla ilgili olumlu düşünmek, çocuğun gelişimini hızlandırma da en önemli noktalardan biridir.
    - Her akşam o günkü olayları gözden geçirin ve davranışının istediğiniz biçimde olmadığı anlar için çocuğunuzla paylaşın.
    - Çocuğunuzla uğraşırken yaptığınız hatalarınızdan dolayı kendinizi de paylaşın ve her ikinizi de doğru yaptığınız şeyler için kutlamayı unutmayın.



- Ailenin tüm bireylerinin tedaviye katılıp aşırı disiplin ve aşırı hoşgörüden uzak, çocuğun gereksinimlerine duyarlı ve tutarlı olmaları önemlidir.

### **Öğretmene Öneriler**

- DEHB'li çocuklar genellikle okula başladıktan sonra teşhis edilirler. Bunun başlıca nedeni anne babaların kendi çocuklarına alışmaları sonucu birçok davranışın onlara olağan görünmesidir. Çoğunlukla öğretmenler DEHB'li çocukları fark edip ve tanı sürecini başlattıkları için DEHB konusunda çok temel bazı bilgilere sahip olmaları gerekir. Öğretmenler tanı sürecinin ilk halkalarından biridir bunun yanı sıra işlerinin DEHB'li çocuklar hakkında her şeyi bilmek ve tanı koymak olmadığını akılda tutarak bir uzmandan yardım istemekten çekinmemelidirler.
- DEHB'li çocuklarla başa çıkabilmesi için öğretmenlerin olumlu ve gerçekçi akademik beklentiye, sıkı bir gözlem ve denetim becerisine, tutarlı, sabırlı ve esprili bir kişilik yapısına, işbirliğine yatkınlığa (özel eğitim öğretmeni ve uzmanlarla), sahip olması gerekir.
- DEHB'li çocukların %50'si normal sınıflarda eğitilebilir. Geriye kalan %50'si ise özel eğitim ve ilgili hizmetleri gerektirir. Bu %50'nin yaklaşık %35-40' ı da normal sınıflarda bulunabilir ancak ek destek alırlar. Çok ciddi şekilde etkilenen diğer %10-15'lik kesim için özel sınıflar gereklidir. Öğretmen bu çocukların ihtiyaçlarını tanıyacak ve bu çocuklara uygun eğitim verecek şekilde eğitilmemişse kendini yetiştirme fırsatları aramalıdır. Aksi halde sınıfta bir sinir savaşı yaşanır.
- Türk Milli Eğitim sisteminde yer alan müfredat içerikleri dikkat yetenekleri bakımından çan eğrisinin ortasındaki çocuklara göre düzenlenmiştir. Ortalamanın biraz üzerindeki ve biraz altındaki çocuklar okulda genel olarak problem yaşamazlar. Öğretmenlerin ders anlatırken dikkat dağınıklığı bozukluğu olan çocukların da içinde bulunduğu ortalamanın altındaki çocukları göz önünde tutmaları çok önemlidir.
- Bazen dürtüsel davranışları nedeniyle DEHB'li çocuklar normal çocukların devam ettiği sınıflarda tutulmak istenmez. Alt özel sınıflara gönderilmeleri için anne babalara önerilerde bulunulur. Oysa IQ düzeyi normal olduğu halde dürtüsel ve hiperaktif davranışları nedeniyle bir çocuğun alt özel sınıfa gönderilmesi son derece sakıncalıdır. Aile ya da öğretmen bunu bir çözümmüş gibi görebilir ancak normal IQ 'ya sahip DEHB'li bir çocuk bu tür sınıflarda zihinsel açıdan kapasitelerinin çok daha altında performans göstermeye başlar. Okul değiştirme seçeneği de saklı kalmak kaydıyla sınıf ya da öğretmen değiştirmek o an için daha iyi bir çözüm olabilir. Normal sınıfta kalabilmesi için neler gerektiği ve sonuçlarının neler olabileceği aile ve çocukla tartışılmalı, uzman görüşü alınmalıdır.

### **Eğitim-öğretim ortamı oluşturma**

- DEHB'li çocuklar sürekli oturmak ve dikkatlerini derse odaklandırmakta yetersizlik yaşarlar ve bu duygudan kaynaklanan yaramazlık davranışları gösterirler. Sonuçta akranları tarafından dışlanır ve yıkıcı davranışlar sergilerler. Yıkıcı davranışlar gösterdikleri için iyice dışlanır, kolay incinir ve

zarar görürler. Çocukluk döneminde tedavi edilmeyen hiperaktivite vakaları, ilaç bağımlılığı, antisosyal davranışlar gösterme ve başkalarından zarar görme riskiyle karşı karşıyadır.

- Bu çocukların dikkatleri ilgisiz uyanlarla ve diğer insanların önemsemediği ses ve olaylarla kolaylıkla dağılabildiği için sınıflarının sessiz ve sade olmasında yarar vardır. Öğretmenlerin sınıfı güzelleştirmek veya eğitim amacıyla her yere astıkları materyallerde bu çocukların dikkatini dağıtabilmektedir.
- Bu öğrencilerin düşünce biçimlerinin farklı olduğuna dikkat edilmelidir. Doğrusal bir düşünceye sahip olmadıkları ve asla olamayacakları için çocukları bu yönde zorlamak, kaynakları ve zamanı boşa harcamaya yol açar.
- DEHB'li çocukların bulunduğu sınıflarda konular dikkatlice yapılandırılmalı, önemli noktalar açıkça belirlenmelidir.
- DEHB'li öğrenciler için her ders planında fiziksel hareketler planlanmalıdır.(Kalemi açmak için kalkmak, yandaki sınıftan tebeşir almak, öğretmen masasını düzenlemek, çiçekleri sulamak, müdür yardımcısına not göndermek gibi).
- Okulunda yoğun olarak spora yönelmesi sağlanabilir. Bu konuda beden eğitimi öğretmeni ile işbirliği yapıp çocuğun yatkın olduğu bir spor alanını belirlenip, bu sporu yapması için imkân tanınması faydalı olacaktır.
- Bu çocukların yerinde duramama özellikleri nedeniyle öğretmenleri tarafından sıklıkla uyarılmaları istenmeyen bu davranışın pekiştirilmesine yol açar.
- Bir öğretmen olarak kendi hızınızı değerlendirerek sınıfta konuları işlerken ne kadar hızlı ya da yavaş olduğunuza dikkat edin.
- Övgüyü ve cesaretlendirmeyi çok seven bu çocuklar, özellikle cesaretlendirme olmadığı zaman sinirlenirler.
- Anlamlı ve eğlenceli buldukları etkinliklere rahat yoğunlaşabildikleri için dersi eğlenceli hale getirmek önemlidir.
- Şakacı, eğlenceli ve sürprizlere açık olarak DEHB'li çocukların ilgisini ve hevesini arttırabilirsiniz. Hayatlarının büyük bir kısmının planlar, listeler ve kurallardan oluşması çok sıkılmalarına yol açar. Oysa sürprizleri ve oynamayı seven bu çocuklar hayat doludurlar.
- Çocuğun çalışmaya isteyerek katılması ve çalışmadan hoşlanması önemli olduğu için, çalışmaların eğlenceli hale getirilmesine dikkat edilmelidir.
- Çocuklara bir şey öğretmek için onlarla konuştuğunuzda fiziksel olarak yakın olmak, uygun olan zamanlarda çocuğa dokunmak etkili olabilir.
- Sürekli göz teması kurarak bu çocukları daha kolay denetleyebilirsiniz. Bir göz atış çocuğu günlük hayallerden sınıf ortamına geri getirebilir.
- Talimat verirken aşağıdaki noktalara dikkat edin.
  - Canlı açık bir dil kullanın, kısa konuşun.
  - Her seferinde bir tek talimat verin.
  - Konuşurken yüzünüz çocuğa dönük olsun.
  - Çok duyuya hitap eden talimatlar vermeye çalışın.
  - Mümkünse yapılmasını istediğiniz davranışı gösterin.
  - Zaman zaman çocuğun talimatı anlayıp anlamadığını denetleyin ve gerekiyorsa talimatı tekrarlayın.
- Sınıfa soru yöneltirken, önce soruyu sorun sonra çocuğun ismini söyleyin. Önce çocuğun ismini söylerseniz diğer çocuklar soruyu savuşturduğunu

düşünüp dinlemeyecektir. Dikkati dağılan çocuğa kolay bir soru sorun, konuyla ilgili olması şart değildir.

- Çocuklardan bir konuda düşünmeleri istendiğinde birkaç saniyede cevaplayabilecekleri sorular sorulmalıdır. Bir konu üzerinde uzunca bir süre düşünmesi beklenmemelidir. Aksi takdirde çocuğun canı sıkılır ve dikkati dağılır.
- Acele ve özensiz yaptığı işleri tekrar kontrol etmesi istenmeli, verilen görevler arasında kısa molalar verilmelidir.
- Ne istendiği çok açık bir şekilde öğrenci tarafından anlaşıldığından emin olununcaya kadar tekrarlanarak iletilmelidir.
- Bu çocukların sınıf içi çalışmalarında hoşlandıkları biriyle eşleştirmek verimi arttıracaktır.
- Katılma ve bağlı olma ihtiyacı hisseden bu çocuklar grup içi çalışmalarda yer aldıkları sürece kendilerini güdülenmiş hissedecekleri için katılımları sağlanmalıdır.
- Sıraları öğretmen masasına yakın olabilir ancak orada amaçlı olarak tecrit edilmemelidirler. Kendisine örnek olabilecek bir arkadaşıyla oturtulabilir.
- Sınıfta DEHB ile ilgili bir hikâye okumak, DEHB'li çocukları deli olarak gören sınıftaki arkadaşları için yararlı olabilir.
- Sık sık gelişmeleri gözlemlenip denetlenmelidir. Sık ve çabuk geri bildirimler, onları doğru iş üzerinde tutmaya yardımcı olarak, kendilerinden ne beklenildiğini ve hedeflerini karşılayıp karşılayamadıklarını bilmelerini sağlayarak ve cesaret vererek gelişimlerine büyük yararlar sağlar.
- Kendini gözlemesini öğretin, düşüncelerine nasıl takılıp kaldığının farkına varmasını sağlayın ve en önemlisi de takılma gerçekleştiğinde tekrar nasıl odaklanacağını konuşun.
- Öğrenmenin duygusal boyutu ihmal edilmemelidir. Duygusal gelişimin sağlıklı olması, davranışların kalıcı kılınması açısından önemli olduğu için öğrencilerin katılım, ait olma ve eğlence ihtiyaçlarının öğretimsel etkinlikler esnasında karşılanması gerekir.
- Yaramazlığın dikkat çekme(sıkılma ve sevgi ihtiyacından dolayı), güç mücadelesi(tehdit edilmiş hissettiğinden dolayı), öç alma(incinme ve haksızlığa uğradığını hissettiğinden dolayı) ve yetersizlik(güçsüz hissettiğinden dolayı) olmak üzere dört kaynağı olduğunu akılda tutarak yaramazlıklarının nedenine uygun olarak müdahale biçimi belirlenmelidir. Uygun müdahale doğru sonuçlara götürür. Bu konuda bir sınıf yönetimi kitaplarından yararlanabilirsiniz.
- Pek çok DEHB'li çocuk görsel olarak daha iyi öğrendiği için bir şey söyleneceği zaman göstererek söylemek tercih edilebilir. İstenilen davranış aynı zamanda yazılırsa daha da somutlaşmış olur.
- Herhangi bir olay yada konunun taslağını çıkarma, kitap okurken ve dinlerken not alma becerisini kazandırılmalıdır. Bu becerileri kazanmak DEHB'li çocuklara kolay gelmez fakat bir sefer öğrendikleri zaman okumaktan ve ders dinlemekten daha az sıkılır hale gelirler.
- Aşırı yorgunluk stres ve baskı çocukların özdenetimlerini azaltıp uygunsuz davranışlara neden olabileceği için dinlenme fırsatları sağlanmalıdır. Sessizlik zamanı ve gevşeme tekniği uygulamaları buna örnek olabilir.
- Bu çocuklar gün boyunca çok fazla başarısızlık duyguları yaşarlar. Bunun için mümkün olduğunca başarılı olduğu durumlar araştırılıp başarılarının altı çizilmelidir.

- DEHB'li çocukların özdenetim düzeyi düşük olduğu için özdenetimli olmasına yardımcı olacak geri bildirimler verilmelidir. Nasıl davranacakları konusunda genellikle fikirleri olmayan bu çocuklara alternatifler sunulmalıdır.(Bunu farklı bir biçimde nasıl söyleyebilirdin gibi )
- DEHB'in en yıkıcı yönü DEHB'in kendisi değil özsaygıya yönelik ikincil zararlarıdır. Bu çocuklar bol bol cesaretlendirilip övülmelidir, ancak överken dikkatli olup gerçek övgülerle sahtelerini kolayca ayırabilecekleri unutulmamalıdır.
- Çocuğa DEHB'in avantajları olduğu da hatırlatılmalıdır. Çok fazla enerji verdiği için aşırı hareketlilik acil işlerin yapılmasında etkili olmaktadır. İleride hareket ya da konuşkanlık gerektiren mesleklerde başarılı olabilecekleri belirtilmelidir.

### **Ödev ve Sorumluluklar**

- DEHB'li çocuklar dışsal olayları kendi başlarına yapılandıramadıkları için yönlendirilmeye ve planlamaya ihtiyaç duyarlar. Planlamayı kolaylaştırmak için etkinlik listelerinin yapılması, yaptıkları işin neresinde kaldıklarını unuttuklarında hatırlamalarını kolaylaştırır.
- Hatırlama bu çocuklar için problem olduğundan dolayı, doğal olarak var olmayan çağrışımlar oluşturarak kodlamaya yardımcı olan hatırlama stratejileri ve beceriler öğretilmelidir.
- Ödevlerini küçük parçalara ayırmak DEHB'li çocuklar için önemlidir. Ağır ödevler çocuğu ezebilir ve çocukta yetersizlik duygusuna yol açabilir. Bu tür ödevlerin her bir bölümü yapılabilecek parçalara ayrılarak çocuğun başarısızlık korkusu azaltılabilir. Aslında bu çocuklar yapabileceklerini düşündüklerinden daha fazlasını yapabilirler.
- Bu çocuklar çok ödevden sıkıldıkları için az ödev verilerek ödevlerinin niceliğinden ziyade niteliğine dikkat edilmelidir.
- Yaptığı çalışmalarda verdiğiniz sürenin yeterli olup olmadığına dikkat edin. Yetersiz süreden dolayı başarısızlık çocuğun yeteneklerinden şüphe etmesine yol açar.
- DEHB'li çocuklar bir ödevi yaparken kendi hızlarına göre değerlendirilmelidir. Sınıftaki diğer çocuklara bakarak onun geç ya da erken bitirdiğini söylemek yanıltıcı olabilir. Çalışma hızı diğer çocuklarla kıyaslanarak belirlenirse DEHB belirtileri daha da artabilir.
- Öğrenmeyi ölçmek için alternatif değerlendirmeler kullanılmalıdır. Geleneksel standart testlere güvenilmemeli, konular bazen ödev, proje, video kayıt çalışması vererek yada sözel olarak değerlendirilebilir.
- Bu çocukların bütün ödevlerini, sorumluluklarını, sınav günlerini ve randevularını yazabilecekleri bir ödev defteri kullanmaları sağlanmalıdır. Bu defter günlük olarak kontrol edilmelidir. İşlerini önem derecesine göre sıraya koyması gerektiği paylaşılarak yapılacaklar listesi hazırlamaya özendirilebilir.
- DEHB'li öğrencilerin bazen diğer öğrenciler kadar iş yapamayacaklarını unutulmayarak beklentiler öğrencinin kapasitesine göre ayarlanmalıdır.
- DEHB'li öğrenciler bağımsız çalışmanın aksine öğretmen tarafından doğrudan işe yönlendirildiklerinde daha başarılı olmaktadır.
- Çocuk tarafından ceza olarak algılanmamak kaydıyla mümkün olduğunca çocuğa sorumluluk verilmelidir.

## **Kurallar**

- DEHB’li öğrencilerin okul başarısını arttırmak için öğretmenlerin kuralların yapılandırılmış olmasına, çalışma zamanlarının kısa tutulmasına, dersin ilginç etkinliklerle desteklenmesine ve olumlu pekiştiricilerin kullanımına dikkat etmesi gerekir.
- Düzeni sağlamak için kurallar mümkün olduğunca erken oluşturulmalı, düzen ve temizliği kontrol etmek için çok sık ara kontroller yapılmamalıdır. Aksi takdirde çocukların içsel motivasyonları azalır.
- Sınıftaki öğrencilerin katkılarıyla oluşturulan kuralları herkesin görebileceği bir biçimde yazıp asmak, kuralların benimsenmesini ve uygulanmasını sağlayabilir.

**2.BÖLÜM**  
**DİKKAT EKSİKLİĞİ,**  
**HİPERAKTİVİTE**  
**BOZUKLUĞUNDA(DEHB)**  
**OYUN VE AKTİVİTELER**

## ZİHİNSEL DİKKAT VE PSİKOMOTOR BECERİLERİ GELİŞTİRİCİ OYUNLAR

- **Satranç, Dama, Su Doku, Solo Test:** Bu tür oyunlar zihinsel süreçlerin gelişimine önemli katkılar sağlar; beyni dinç ve sağlıklı kılar, zihni dinlendirir, üretici düşünceyi geliştirir. Stratejiyi, ön görü yeteneğini, olasılıklı düşünmeyi, olayları farklı pencereden değerlendirmeyi sağlar. Başta yapılan hatanın sonradan ne gibi sonuçları meydana getireceğini gösterdiği için sebep-sonuç ilişkisi kurabilme yeteneğini geliştirir.
- **Bilardo, Bowling, Dart, Misket, Beş Taş, Masa ve Kort Tenisi:** Bu oyunlar, çocuğun vücut koordinasyonunun gelişmesine katkı sağlar. Bu oyunlar, çocukların nesne, araç-gereç kullanımını, ince motor, kaba motor ve el-göz koordinasyonunu geliştirmede yararlıdır. Geometrik algılama, açı belirleme, hız, mesafe hesaplama ile ilgilidir.
- **Sek Sek(Çizgi Oyunu):** Çocuğun bedenini kontrol edebilmesini, bedenini istediği gibi kullanabilmeyi öğrenmesini ve kaba motor gelişimini sağlar. Çocukta sakarlık varsa, sakarlıktan kurtulmasın yardımcı olur.
- **Tangram, Yapboz, Lego:** Görsel, uzamsal yeteneğin gelişmesini ve ince kas gelişimini sağlar. Bir nesneyi farklı amaçlar doğrultusunda kullanabilmeyi sağlayarak, görsel ve uzamsal dikkati, geometrik algılama yeteneğini ve parça-bütün algısını geliştirir. Tümevarım ve tümdengelim metodunu öğretir.
- **Uçurtma:** Çocuk, uçurtma ile geniş bir alanı dikkatli bir şekilde kullanabilmeyi, çevreye uygun davranabilmeyi öğrenir. Uçurtma uçurmak çocuğun ince motor, kaba motor ve el-göz koordinasyonunun gelişimine katkıda bulunur. Çocuğun kendi uçurtmasını kendisinin yapması oldukça yararlıdır. Böylelikle çocukta el becerileri ve üreticilik yeteneği gelişir.
- **Balonla oynama:** Şişirilmiş balonu birbirine atarak yere düşürmemeye çalışırlar. Çocukta konsantrasyonu artıracaktır.

## GÖRSEL DİKKATLE İLGİLİ OYUNLAR

- **Dikkat Kitapları:** Çocuğun öğrenme becerisi ve dikkatini geliştirmek için hazırlanan kitaplardır. Bu kitaplar çocuğun yaşına ve gelişim seviyesine göre seçilmelidir.
- **Labirent Oyunları:** Kâğıt üzerine çizilmiş labirentin bir girişi ve birçok çıkışı vardır. Amaç girişten yolu takip ederek en az hata ile doğru çıkışı bulmaktır. Bu oyunun aşamalı olarak kolaydan zora doğru seviyeleri vardır.
- **Fark Bulma:** Bu konuda daha önceden hazırlanmış çalışmalardan yararlanılabilir. Fark bulma egzersizleri, ayrıntıları çabuk fark etmeyi ve bulmayı, dikkati dar alanlarda iyi kullanabilmeyi sağlar. Birbirine benzeyen ama aralarında küçük farklılıklar bulunan iki resim gösterilir. Bunların arasındaki farkları çocuğun bulması istenir.
- **Kamufraj Resimler:** Büyük bir resim içerisine gizlenmiş birçok resimden oluşur. Gizlenen bu resimleri bulmak gerekir.
- **Harita Oyunları:** Haritadan ülke, şehir, ilçe, kasaba, köy bulma ile ilgili oyunlardır. Oyunun hangi coğrafyada ve hangi özellikle ilgili oynanacağına karar verilir. Belirli bir süre içinde rakipler soruları cevapladıkça oyuna devam ederler.
- **Resim Kopya Çalışması:** Bakarak bir nesnenin resmini kopya etmektir. Resmin aynısını yapmaya çalışmaktır.
- **Resmi Hafızada Tutup Çizme Çalışması:** Bir resmi, görüntü karesini, nesneyi, pozisyonu belirli bir süre gözlemledikten sonra ayrıntılı bir şekilde hafızadan çizmeye çalışmaktır.
- **Resmi Hatırlatma:** Çocuğa bir dakika boyunca bir resim gösterilir. Daha sonra resim kapatılır ve o resimle ilgili sorular sorulur.
- **Ayrıntı Görme Oyunu:** Bu oyunu oynamak için çocukla beraber çevrenin iyi görüldüğü bakış açısı geniş, yüksek bir yere veya tepeye çıkmak gerekir. Oyun evde oynanacaksa cama veya balkona çıkmak yeterlidir. Baktığınız yerden çocuğa, Ben bir minare görüyorum. Sen de görüyor musun? Benim gördüğüm yeşil arabayı sen de görüyor musun? gibi sorular sorulur. Çocuktan bu soruların cevabını bulması istenir. Çocuk bulamazsa ipucu verilir. Sonra soru sırası çocuğa geçer. Çocuk da sorar ve oyun bu şekilde devam eder.
- **Adres Öğrenebilme, Gidilen Yolu Öğrenme Oyunu:** Araba ile ailece bir yere giderken, çocuğunuz gideceğiniz yerin yolunun bilmiyorsa bu oyunu oynayabilirsiniz. Yola çıkarken; Haydi bakalım seninle bir oyun oynayacağız; bu oyun yol bulma



oyunudur. Giderken dikkat et ve yolu öğrenmeye çalış. Bakalım dönüşte yolu sen bulup, tarif edebilecek misin? denir. Yolun etrafındaki binaların, nesnelere giderkenki görünüşü ile dönüşteki görünüşü farklıdır. O yüzden başta bunu çocuğa belirtmek gerekir.

## İŞİTSEL DİKKAT VE HAFIZA OYUNLARI

- **Hikâye, Fıkra, Masal:** Çocuk okumayı biliyorsa kendisi, bilmiyorsa ebeveynleri çocuğa hikâye, masal veya fıkra okuyabilir. Bu aktivitede çocuktan, dinlediğini aklında tutması ve aklında tuttuğu hikâyeyi karşısındakine anlatması istenir. Çocuğa kısa bir okuma parçası verilir. Beş dakika okuduktan sonra okuduğu yerleri anlatması istenir. Bu oyun aynı zamanda çocuğun kısa süreli hafızasını geliştirir.
- **Güzel Sözler, Vecizeler, Atasözleri, Deyimler:** Dikkat çalışmasında kullanmak için güzel sözler, vecizeler, atasözleri ve deyimler hazırlanmalıdır. Hazırlanan sözlerin başarıyı ve motivasyonu artırıcı sözlerden seçilmesi daha yararlı olur. Çocuğa hazırlanan sözleri aklında tutması için tekrar etmesi söylenir. Sonra çocuktan yine tekrar etmesi istenir. İlk başta kısa ve kolay sözlerle başlanmalıdır.
- **Tekerlemeler:** İşitsel dikkat çalışmak amacıyla önceden tekerlemeler belirlenir ve hazırlanır. Tekerlemeyi bir kişi çocuğa okur veya söyler, çocuk da bu tekerlemeleri doğru tekrar etmeye çalışır. Çalışmaya önce kısa ve kolay tekerlemelerden başlanır.
- **Telefon Numarası:** Ailedeki kişilerin, akrabaların numaraları veya başka telefon numaraları çocuğa söylenir ve çocuktan bu numaraları hafızasında tutarak tekrar etmesi istenir. Çocuğa karışık rakamlar söylenir ve yine tekrar etmesi istenir.
- **Hafıza Kartları:** Hafıza jimnastiği yapmak için kartlar hazırlanır. Bu kartlarda kelimeler yazılıdır. Kartlardaki kelimeler çocuğa okunur ya da çocuk kelimeleri karttan okur. Kelimeler okunduktan sonra kartlar kapatılır. Çocuktan bu kelimeleri kartlara bakmadan hafızasından tekrar etmesi ya da bir kâğıda yazması istenir.
- **Garsonculuk ve Terzicilik oyunu:** Bu oyun birçok ortamda kolayca oynanabilir. Garsonculuk ayrı, terziçilik ayrı oyunlardır. İki, üç, dört ya da daha fazla kişilerin garsona ve terziye sipariş ettiği, yemekleri, kıyafetleri akılda tutmaya çalışmaktır.
- **İsim, Bitki Hayvan Oyunu:** Oynanması kolaydır. Materyal kullanmadan her ortamda oynanabilir. Bu oyunun birçok şekli vardır. Oyunun kuralları başta belirlenir ve sınırları çizilir. Hızlı ve doğru düşünemeyi geliştirir.

- **Son Harften Kelime Bulma:** Söylenen her kelimenin son harfini kullanarak yeni bir kelime söylenir. Bu şekilde oyun devam eder.
- **Kelime merdiveni:** Bir konu başlığı seçilir. Ör: Orman. 1. Kişi konu ile ilgili bir kelime söyler ( ağaç ) 2. Kişi önce aynı kelimeyi sonra kendi ekleyeceği kelimeyi söyler ( ağaç- yeşil) Sırası gelen, her defasında söylenmiş olan sözcükleri söyleyip yani sözcüğü ekler. Oyun böyle devam eder.
- **Dokunsal Oyunlar:** Çocuğa gözleri kapalı bir şekilde, eli, kolu, ayağı, omuz vb.organları ile nesnelere dokunarak tanıması çalışmasıdır. Bunlar, kıyafet, meyve, sebze gibi her türlü nesne olabilir. Bu da çocukta dokunsal algıyı geliştirir.
- **Koku ile İlgili Oyunlar:** Çocuğun gözü kapatılır. Yemekleri, baharatları, parfümleri, meyveleri, çiçekleri, nesnelere koklayarak tanıyabilme ile ilgili oyunlardır.
- **Tat Alma il İlgili Oyunlar:** Çocuğun gözleri kapatılır. Çocuğa gözleri kapalı bir şekilde yemekler, meyveler, tatlılar, kuruyemişler, pastalar tattırılır. Çocuktan besinleri görmeden tadarak tanıması istenir( **Hayta,2011;s.183-202**).

# **3.BÖLÜM**

## **DİKKAT EGZERSİZLERİ**

## KİTAP UYGULAMA TALİMATLARI

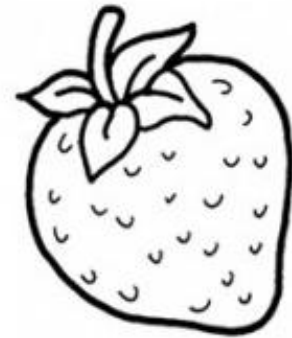
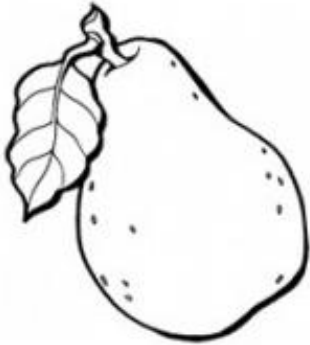
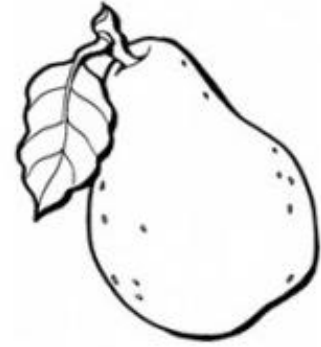
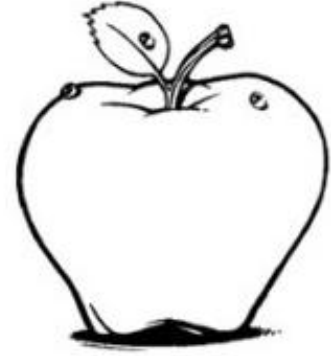
1. Dikkati güçlendiren egzersizler çocukların yaşına uygun olarak hazırlanmıştır.
2. Çalışmaların her birinin üzerinde talimatlar ve yönergeler bulunmaktadır.
3. Her bir egzersiz için çözme süresi değişmektedir. Egzersizler belirtilen sürelerle bağlı kalınarak uygulanmalıdır.
4. Çocuklar hata yaptığında uygun bir iletişim dili ile doğru gösterilmelidir.
5. Derslerden kalan zamanlarda bu çalışmalar rahatlıkla yapılabilir.
6. Çocuğun çok hata yaptığı egzersizler farklı şekillerde tekrarlanarak bu hatalar azaltılabilir.

# **3 YAŞ**

# **EGZERSİZLERİ**

AYNI OLAN MEYVELERİ ÇİZGİYLE BİRLEŞTİRELİM

---



BAŞTAKİ RESME BENZER OLANI BUL



ÇİZGİLERİ BİRLEŞTİREREK ÇOCUĞU DOĞUM GÜNÜ PASTASINA  
GÖTÜR





## YAVRULARI ANNELERİNE GÖTÜR

---



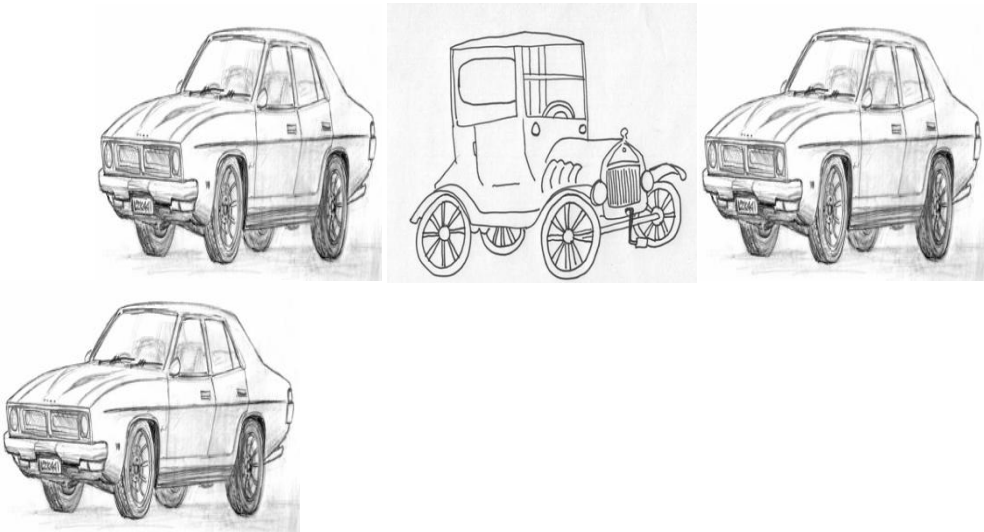
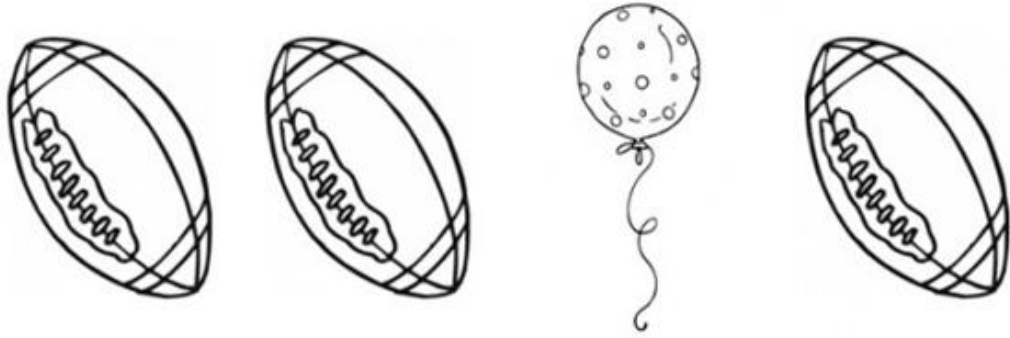
İKİ RESİM ARASINDAKİ 3 FARKI BUL

---



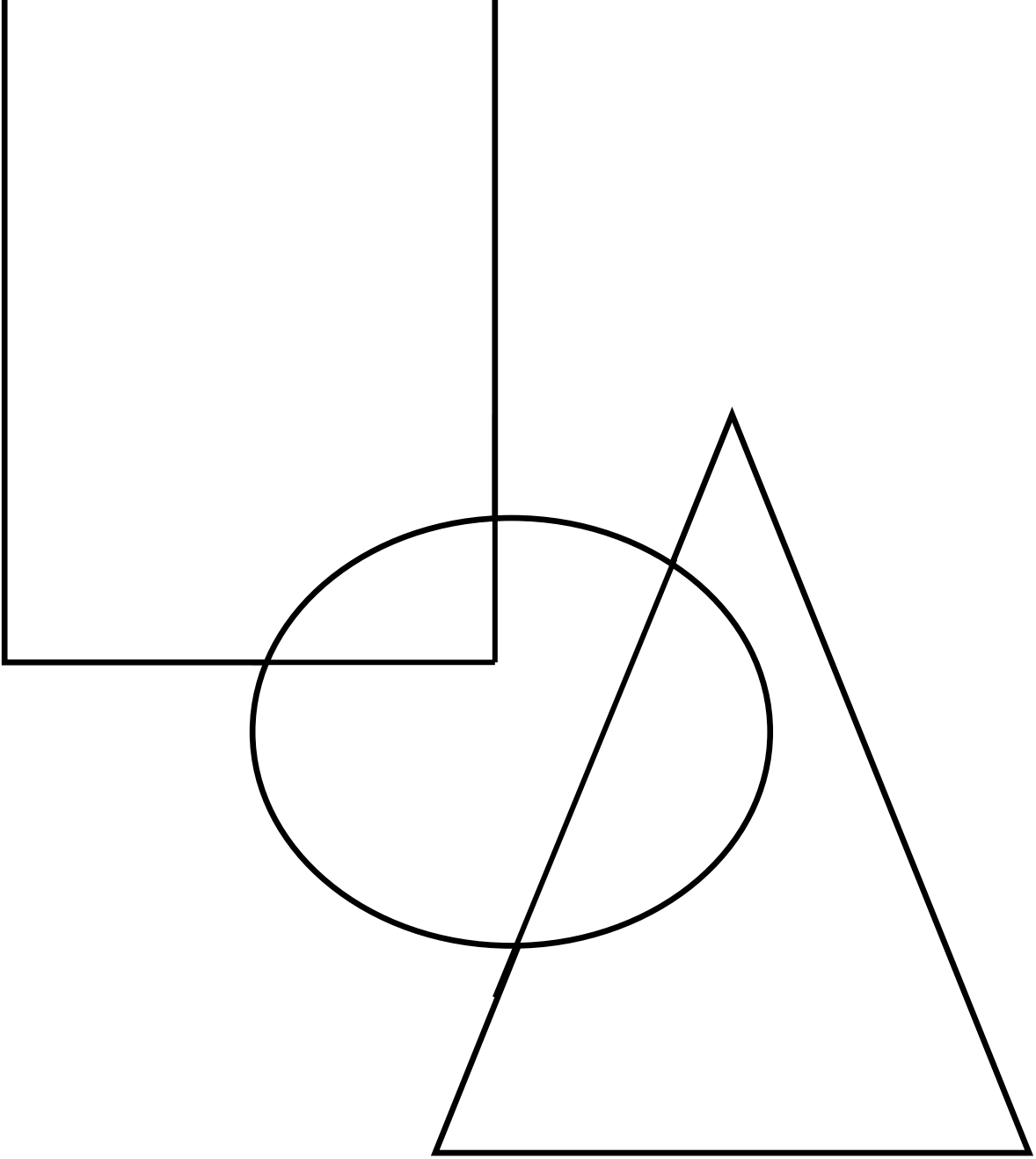
HER SIRADA FARKLI OLANI BUL VE BOYA

---



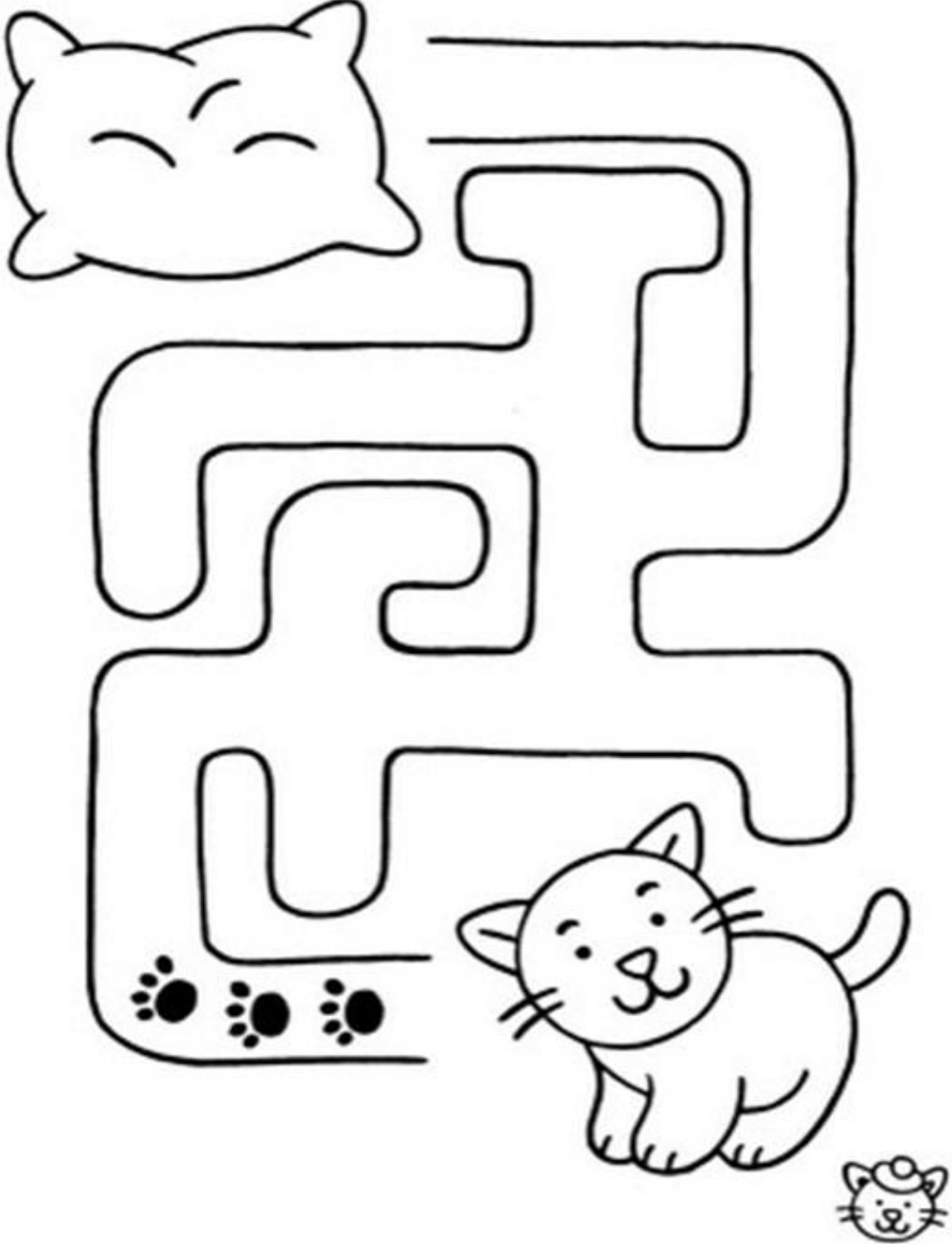
# YUVARLAĞIN İÇİNİ BOYA

---



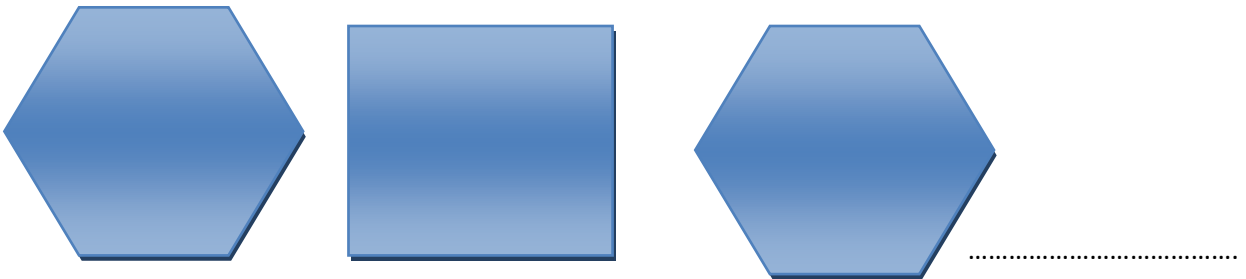
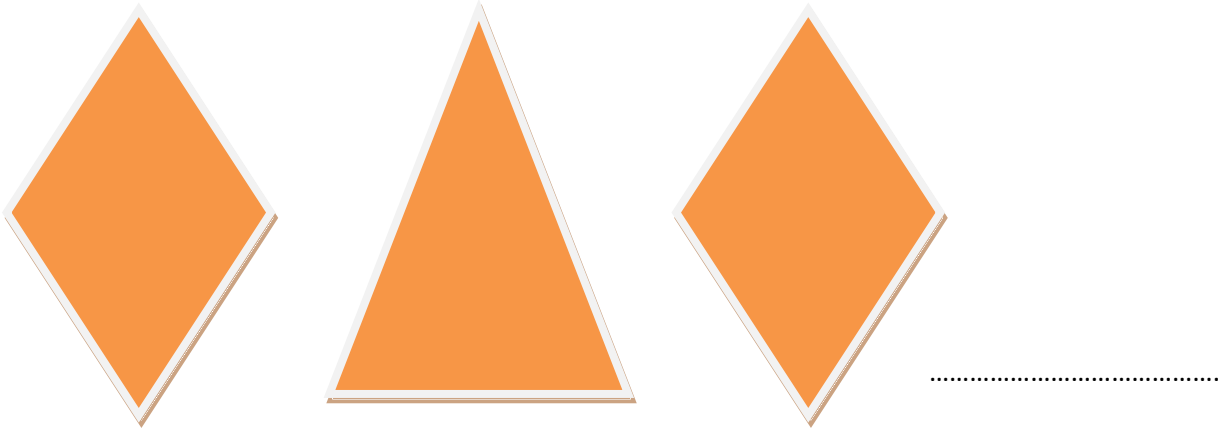
KEDİYİ YATAĞINA GÖTÜR

---



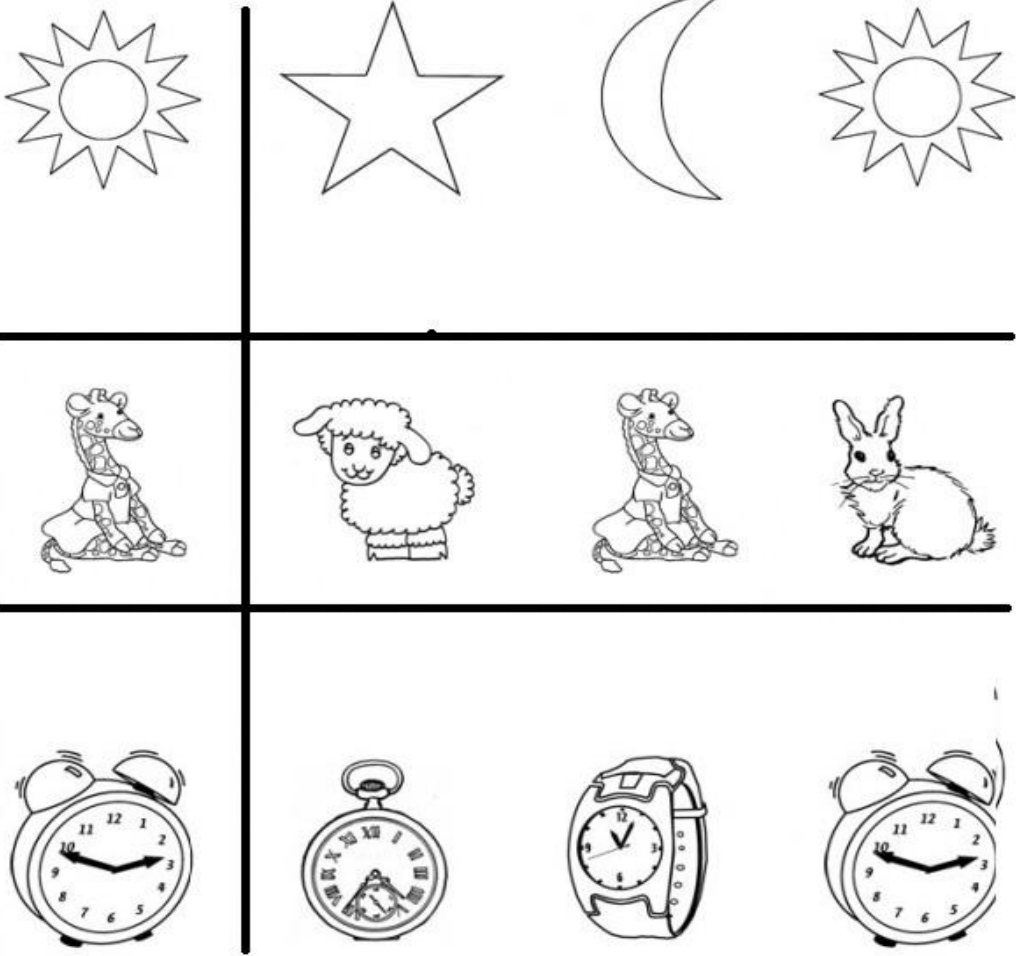
SIRALAMANIN SONUNA GELECEK ŞEKLİ ÇİZİNİZ VE  
BOYAYINIZ.

---



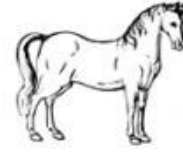
# **4 YAŞ EGZERSİZLERİ**

Aynı Olanları Bulunuz

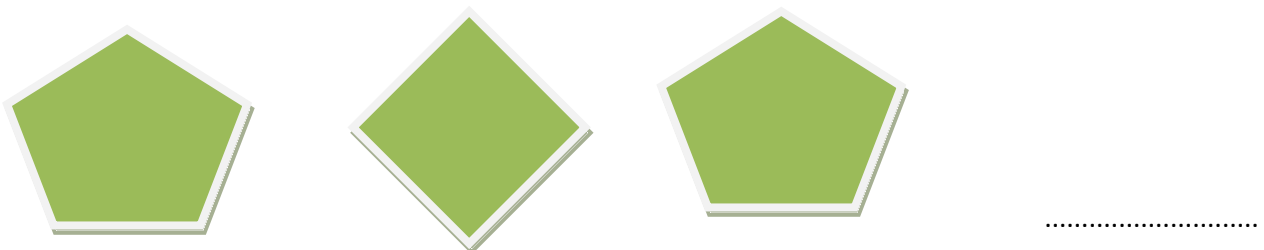
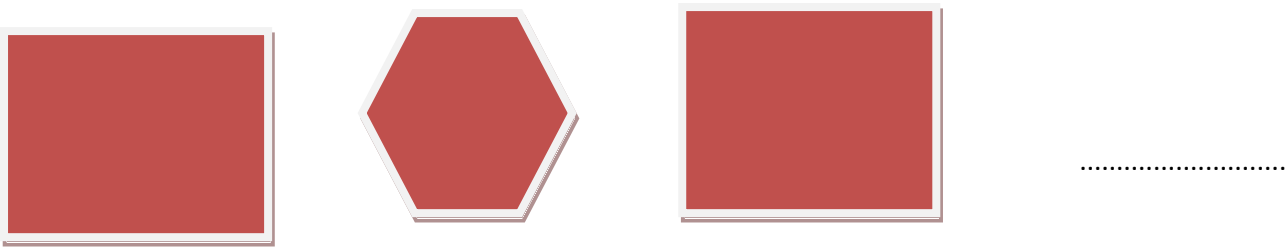




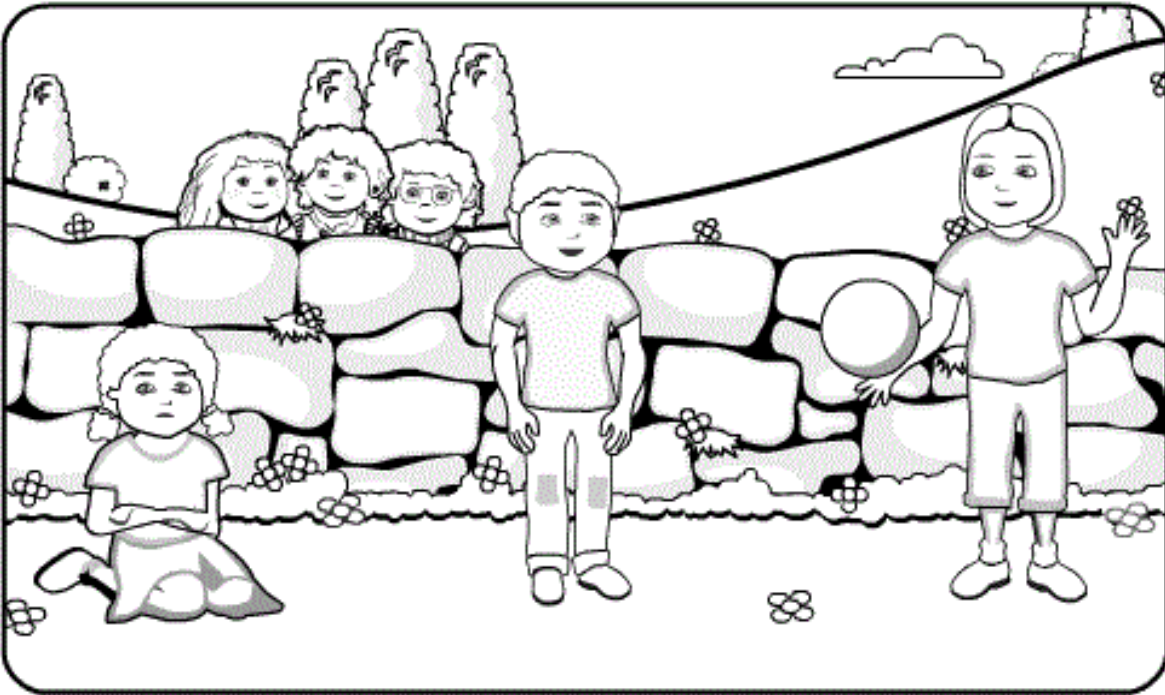
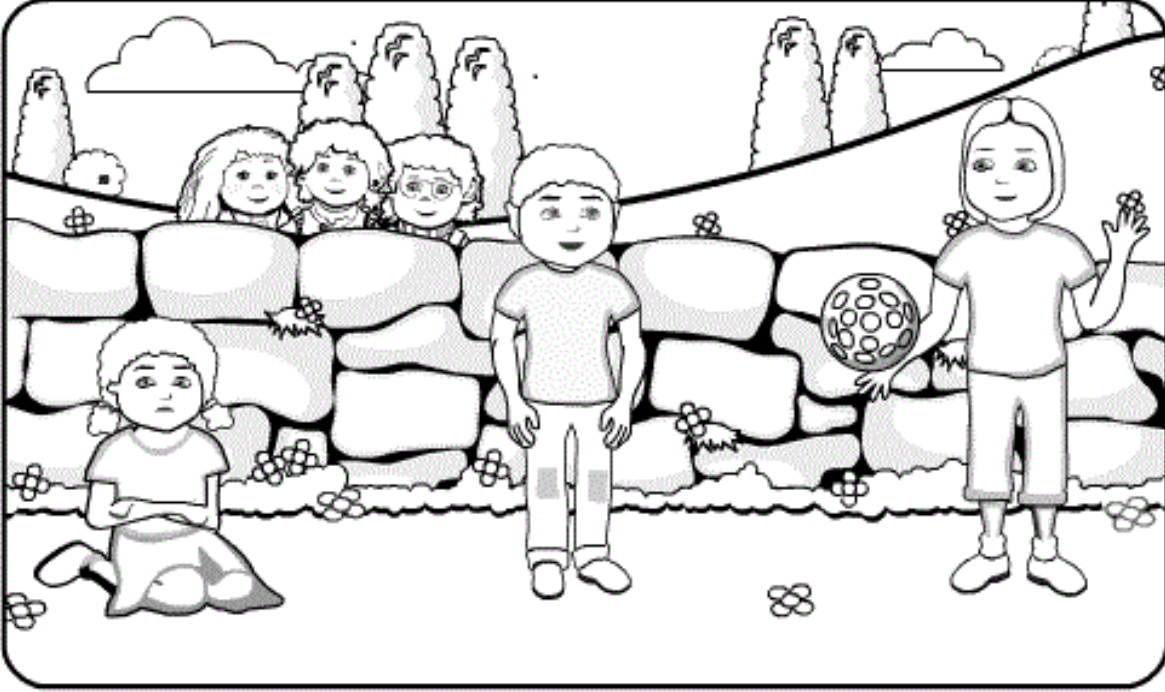
Benze Olanları Bulunuz



Aşağıda sıralanmış olan şekiller belirli bir sıraya göre sıralanmıştır. her dizinin sonundaki boşluğa gelecek şekli çizin.

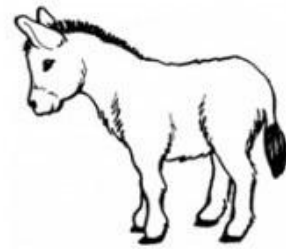
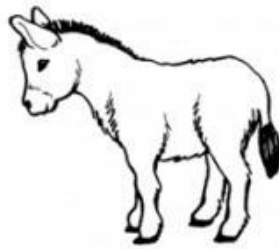
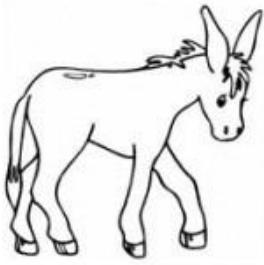
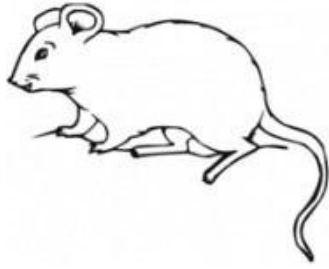
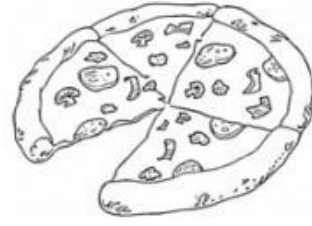
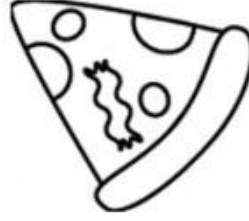
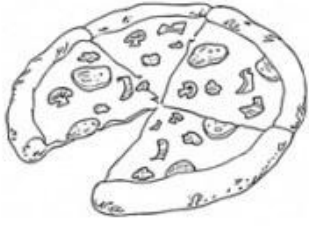


Bu İki Resim Arasındaki 3 (üç) Farkı Bulunuz.

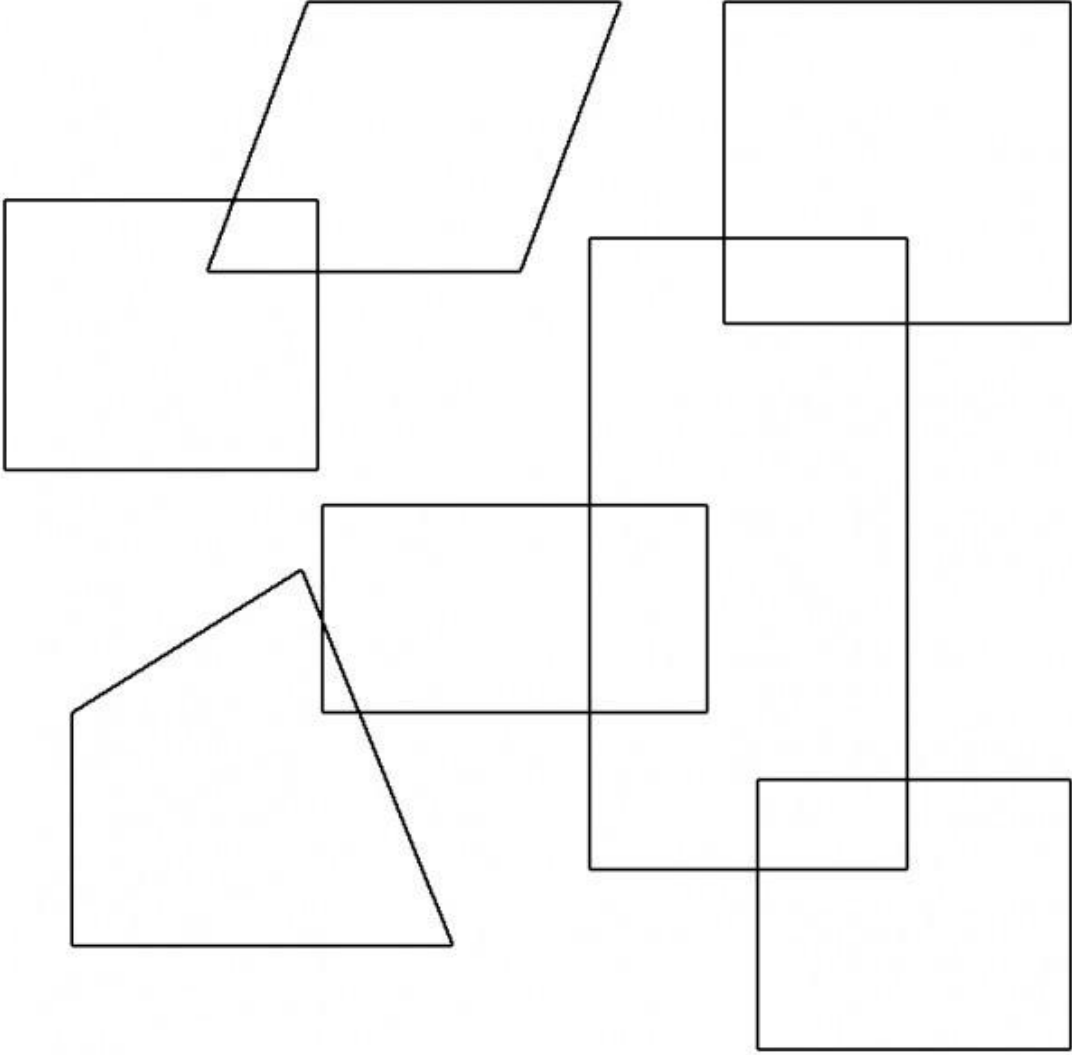


Farklı Olanı Bulunuz

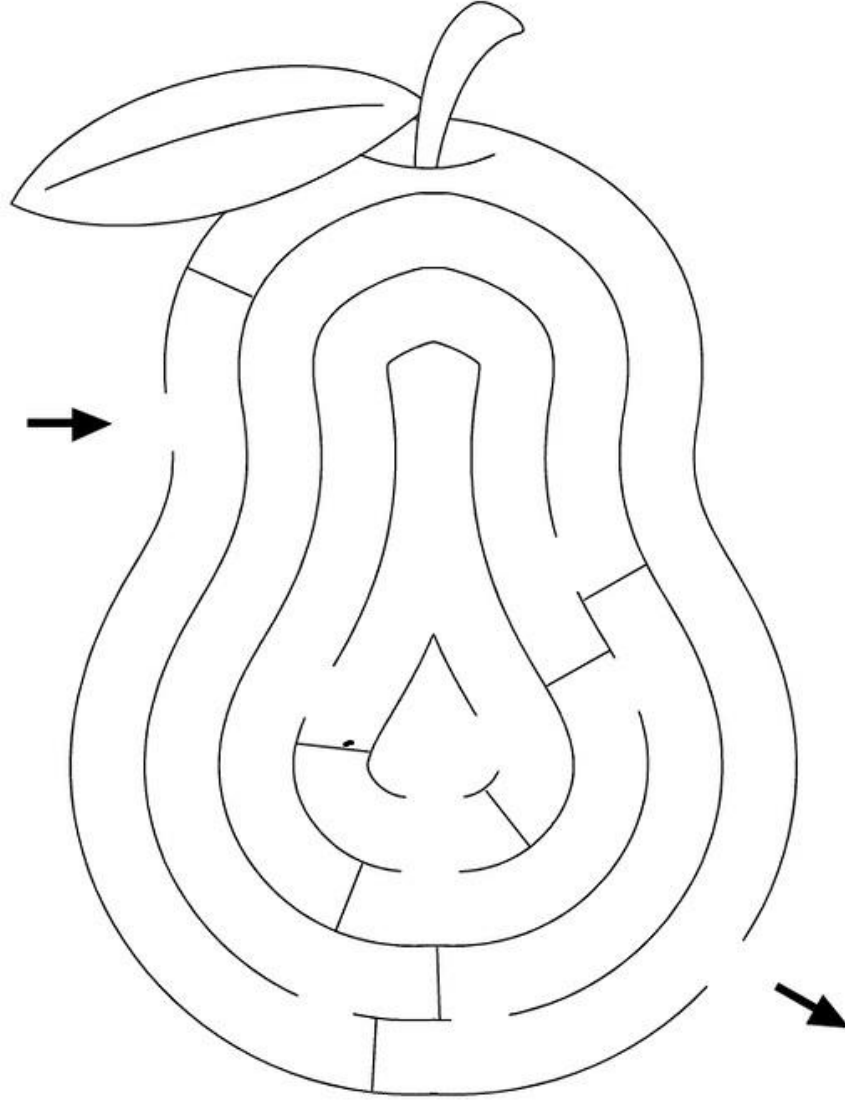
---



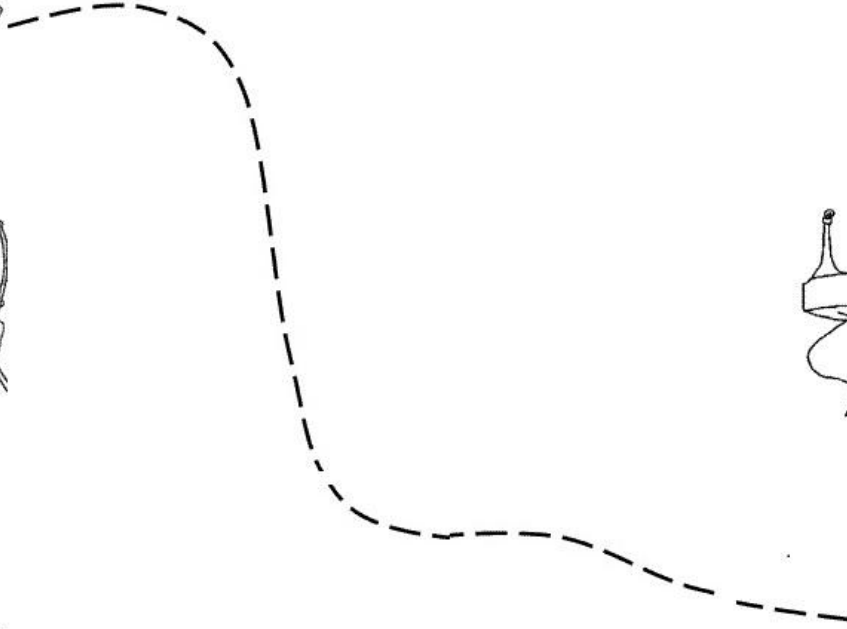
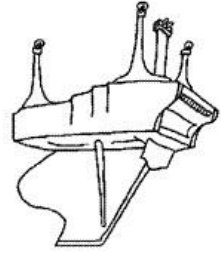
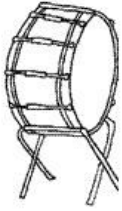
Dikdörtgenleri bul ve içini boya.



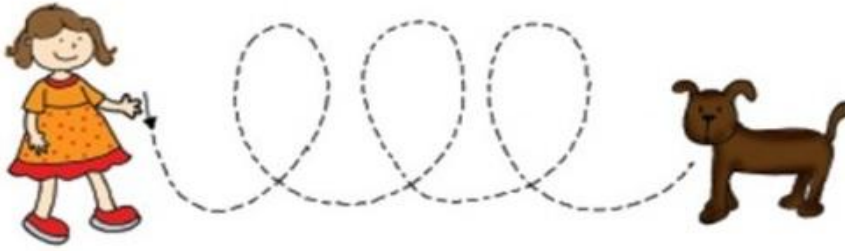
Aşağıda Armut şeklinde gördüğünüz labirentte ok işaretli yerden başlayarak çıkış yerini çizgi çizerek bulunuz.



Aynı olan noktaları birleştir



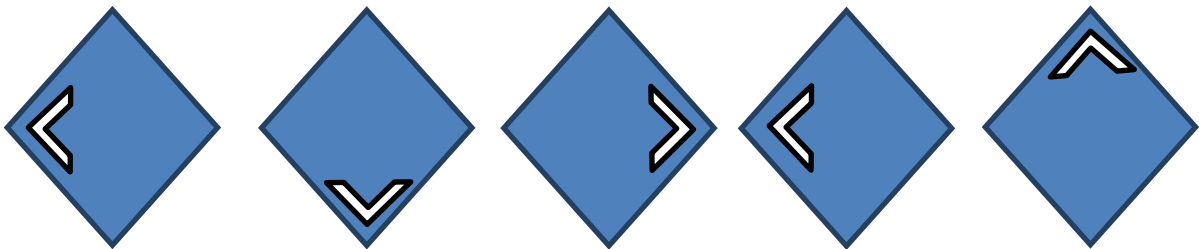
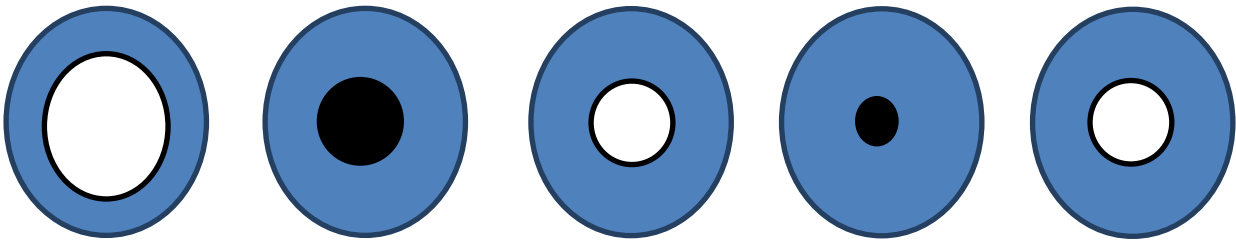
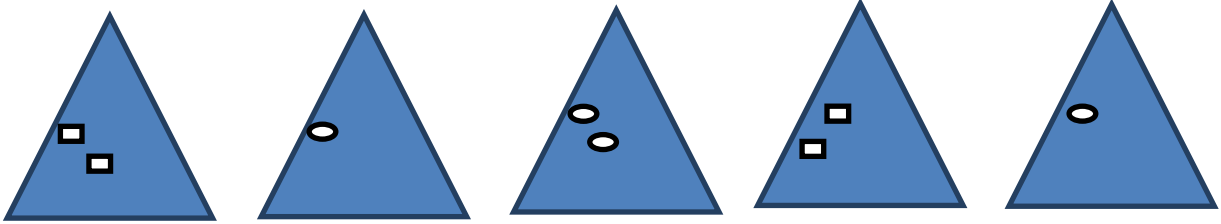
Noktaları birleştirerek baştaki nesneyi hedefe ulaştır



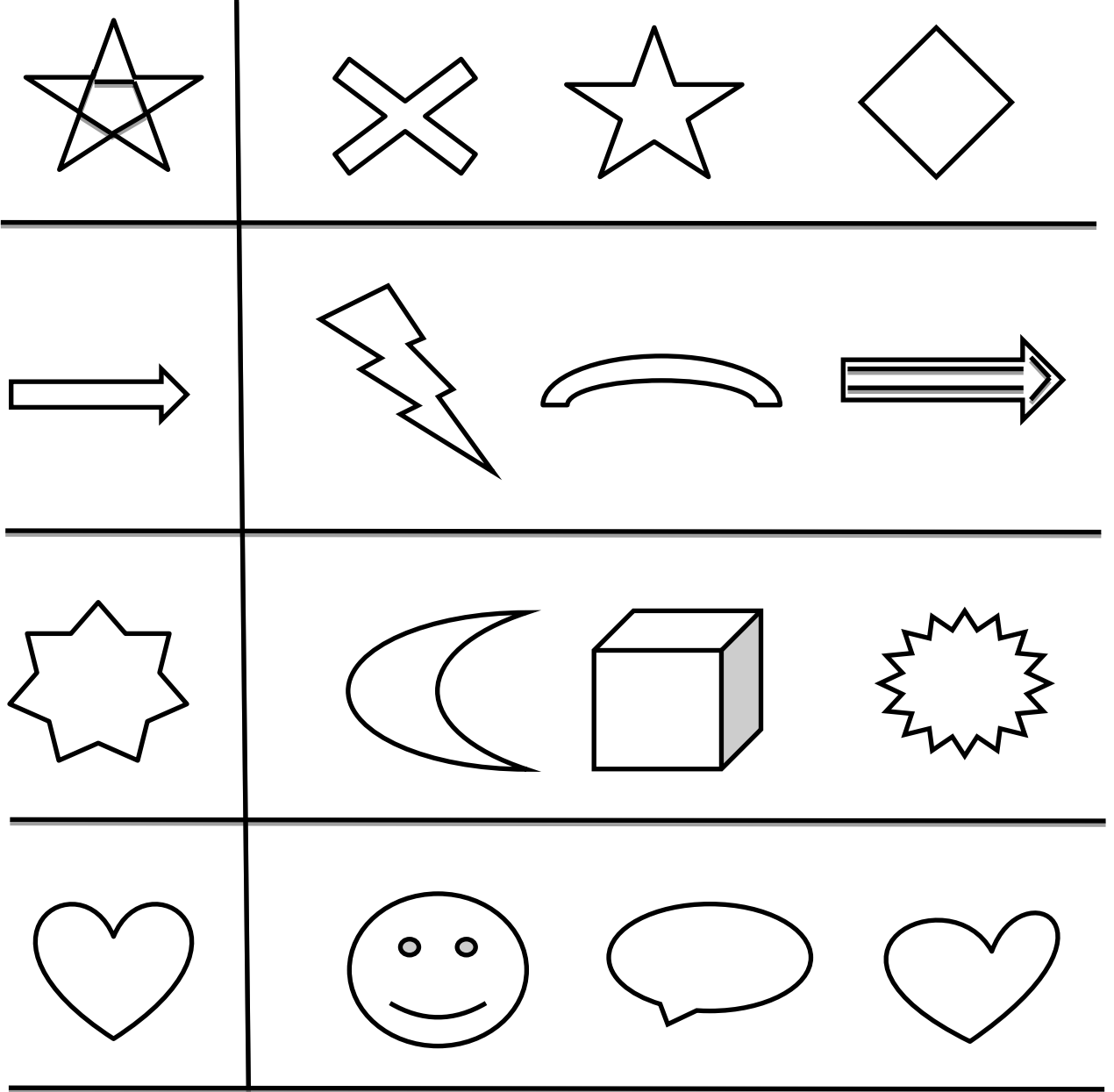


# **5 YAŞ EGZERSİZLERİ**

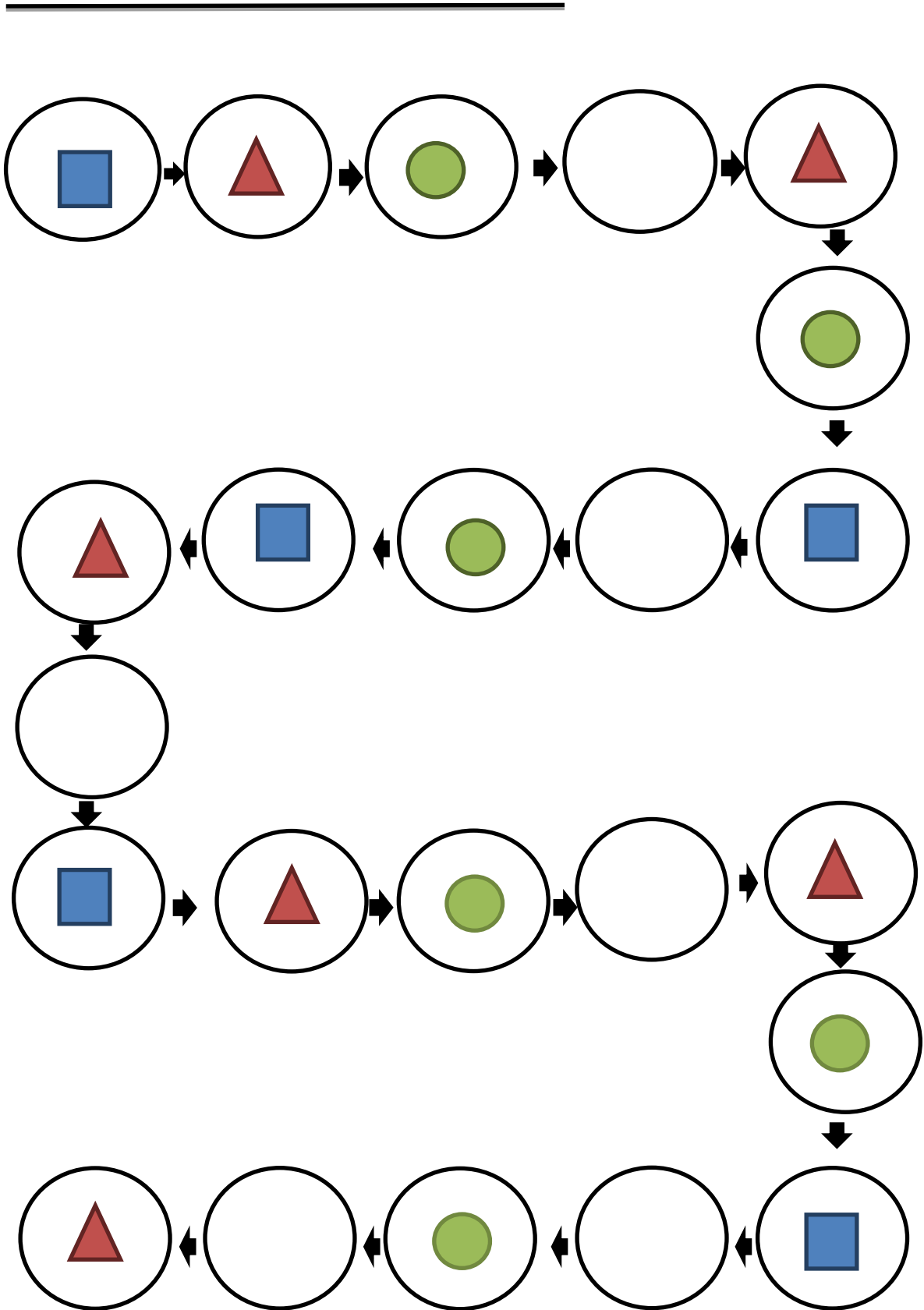
Aşağıdakilerden aynı olanları bulunuz.



Aşağıdakilerden benzer olanları bulunuz.

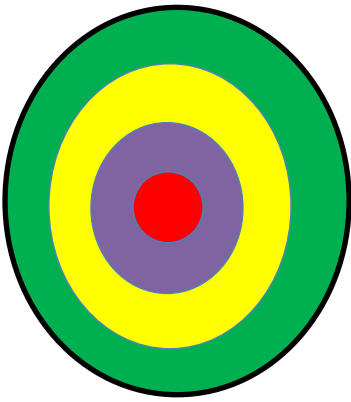
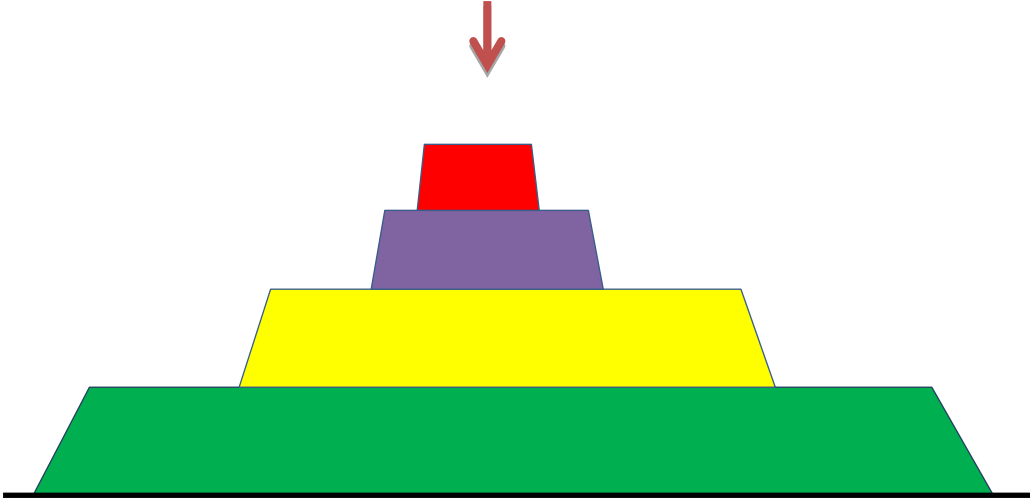


Boş olan dairelerin içine uygun şekli yerleştiriniz.

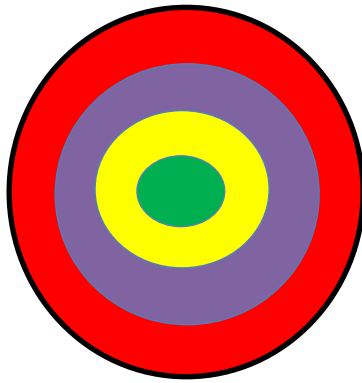


Aşağıda verilen pastanın tepesinden bakıldığında aşağıda ki şekillerden hangisi görülür?

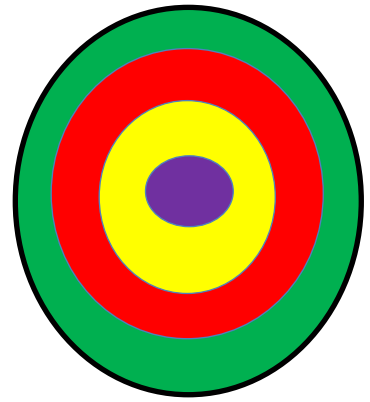
---



1



2



3

İki resim arasında ki farkları bulunuz.

---

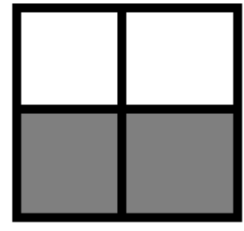
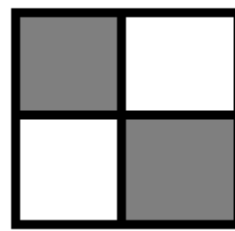
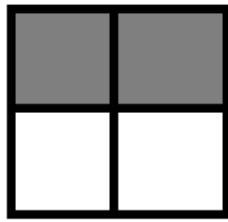
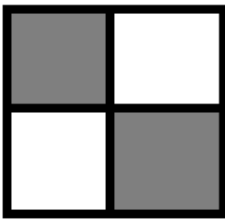
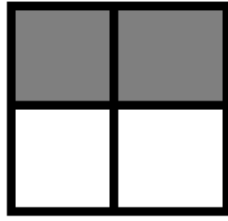
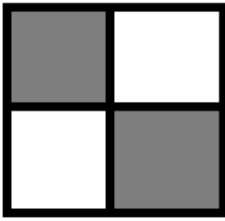
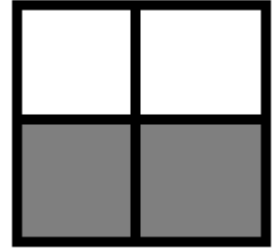
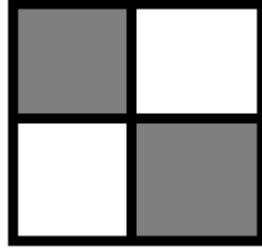
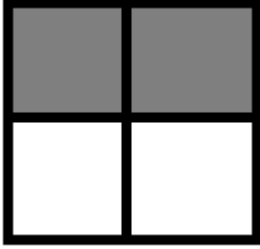


Aşağıdakilerden farklı olanları bulunuz.



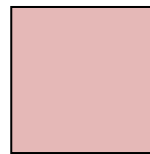
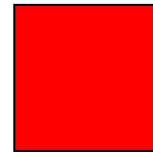
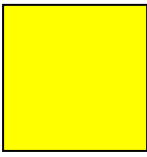
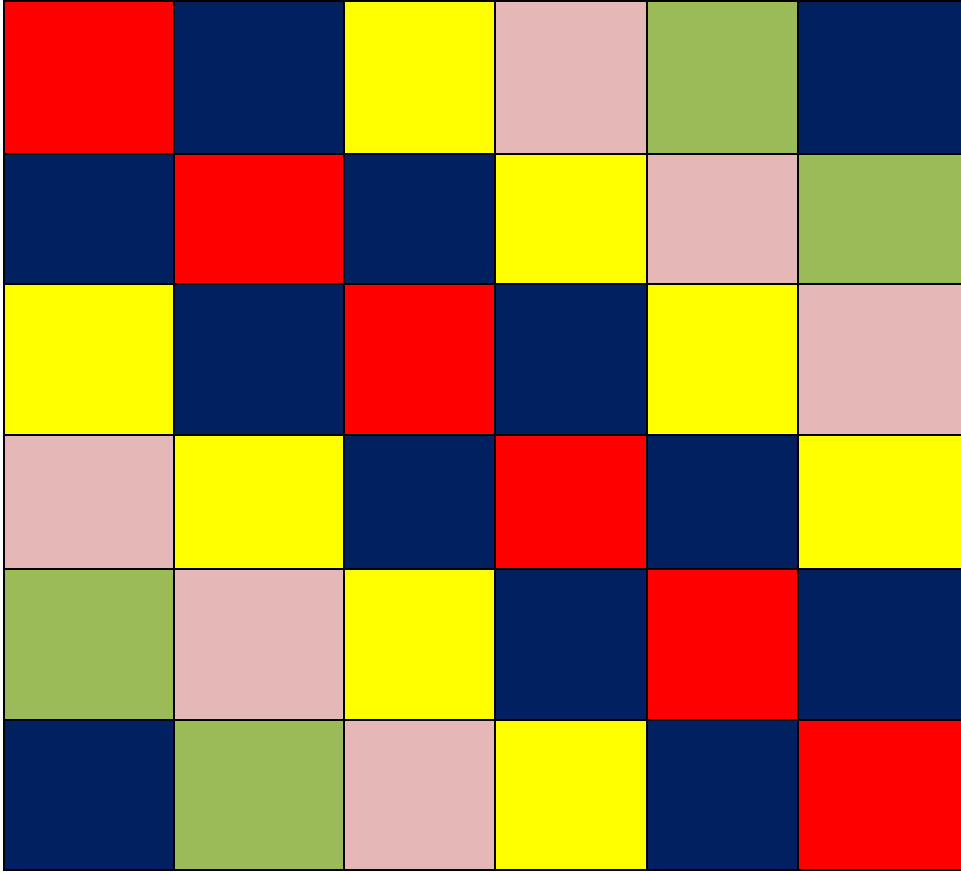
Şekillerin altına uygun işaretleri koy.

---

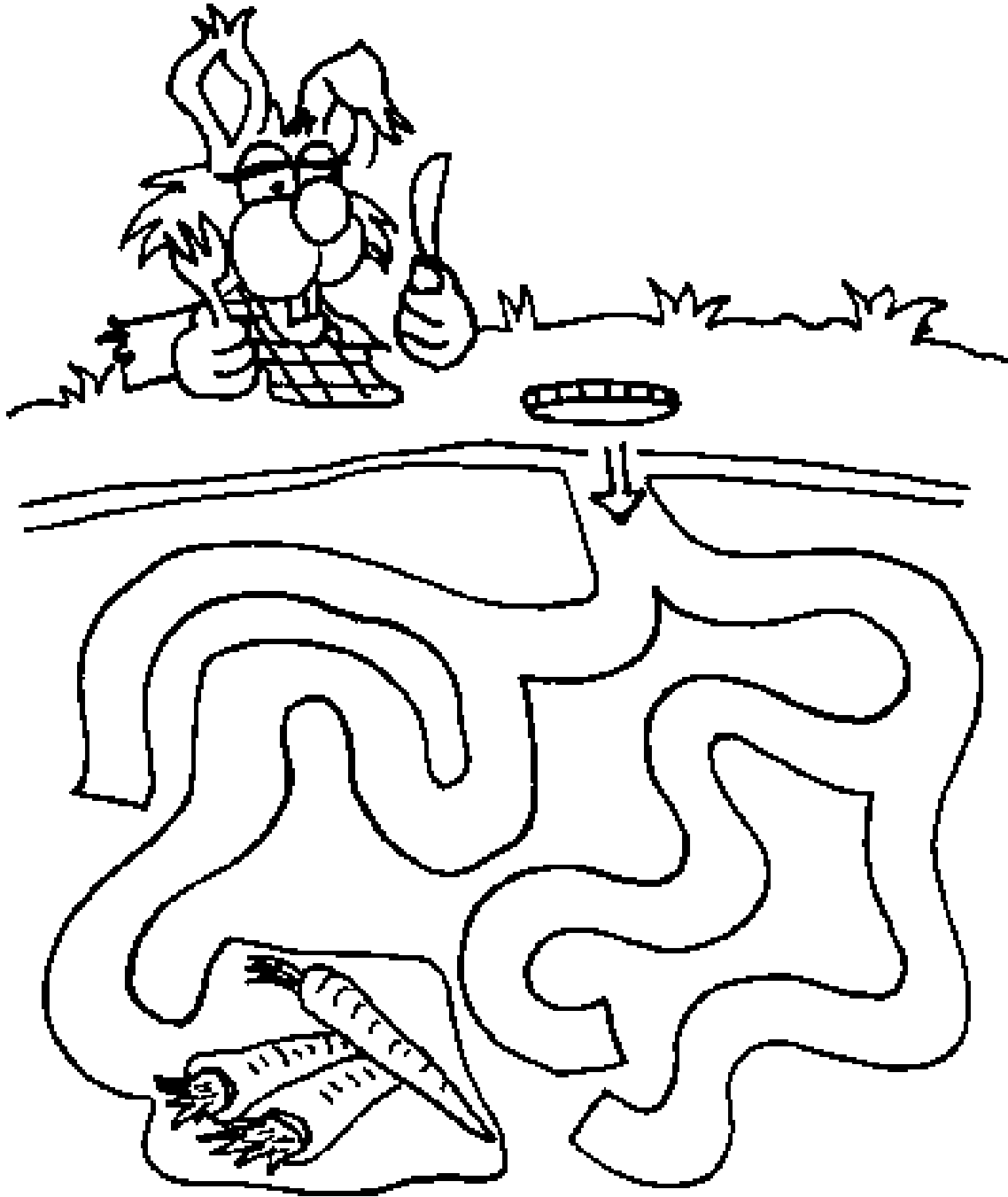




Tahtamızda en çok hangi renkten varsa (X) işaretleyelim.

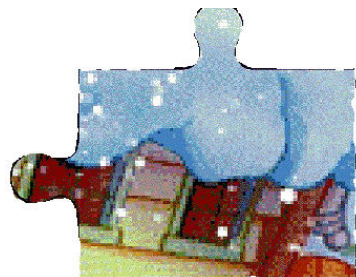
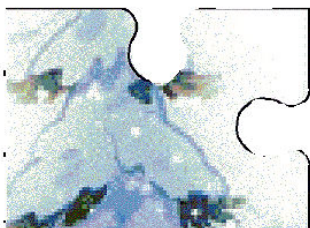
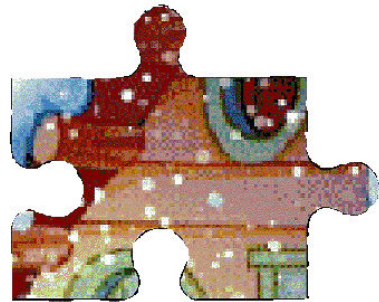
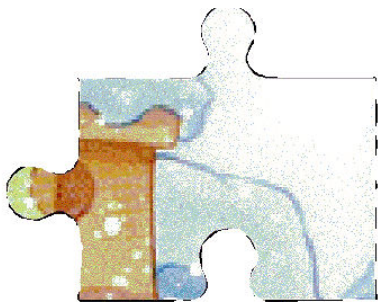
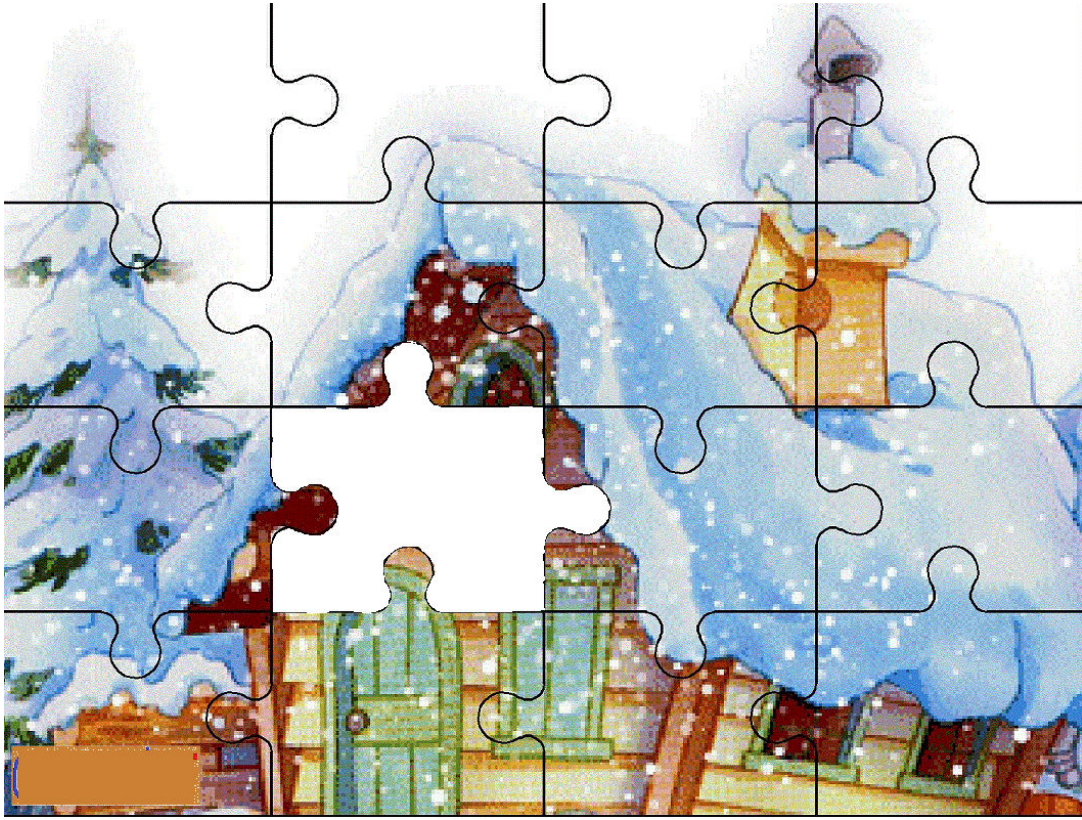


Tavşanımızın karnını doyurmak için doğru yolu çizelim.

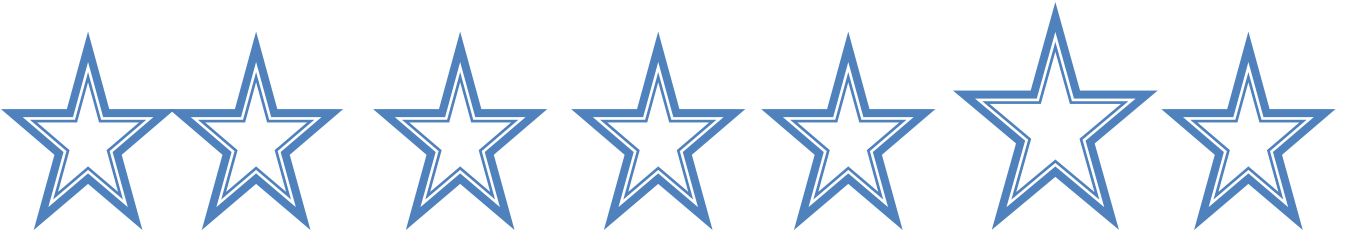
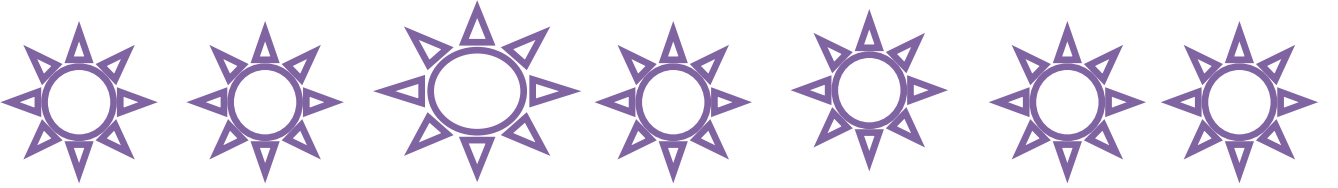
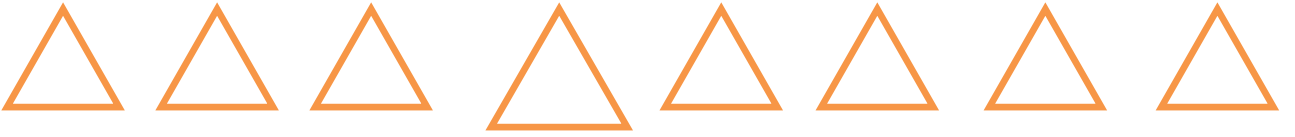


Puzzle'mizde eksik parçayı bulalım.

---



# **1. SINIF EGZERSİZLERİ**



**Yönerge: Her sırada farklı olanı "X" ile işaretle.**

**Süre:1 dk.**

**1 1 1 1 | 1 1 1**

**3 3 3 3 3 3 B 3**

**6 6 6 9 6 6 6 6**

**4 4 4 4 4 4 4 4**

**2 2 2 Z 2 2 2 2**

**Yönerge: Her sırada farklı olanı bul daire(0) içine al.**

**Süre:1 dk.**

**3 Z M S**

**W N M**

**2 5 z S W**

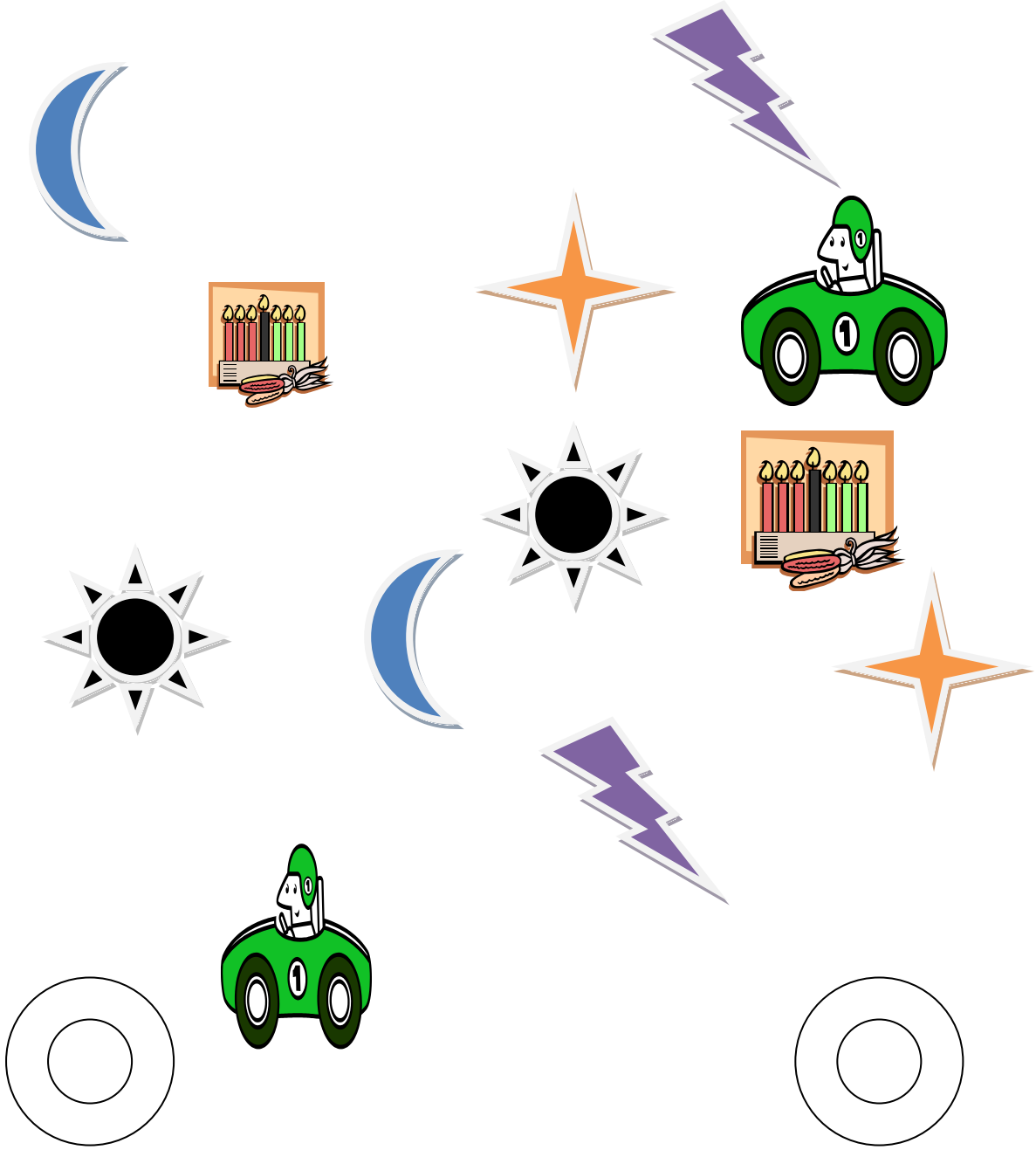
**S 3 z 5**

**z 2N w S**

**N Z ES**

**Yönerge: Yukarıdaki karışık semboller içinde gördüğün "Z"leri daire içine al.**

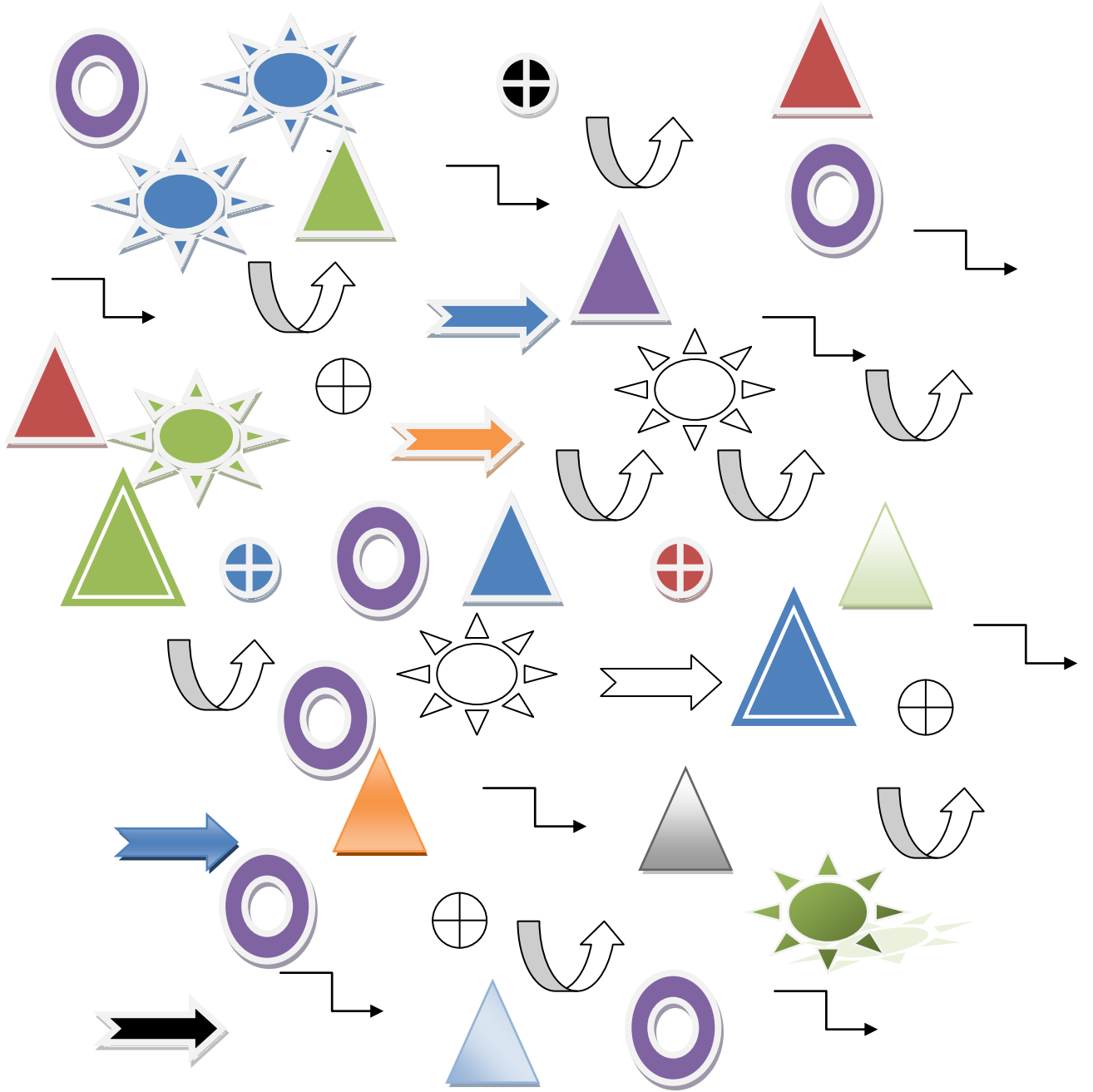
**Süre:1 dk.**



**Yönerge: Aynı olanları bir çizgi ile eşle.**

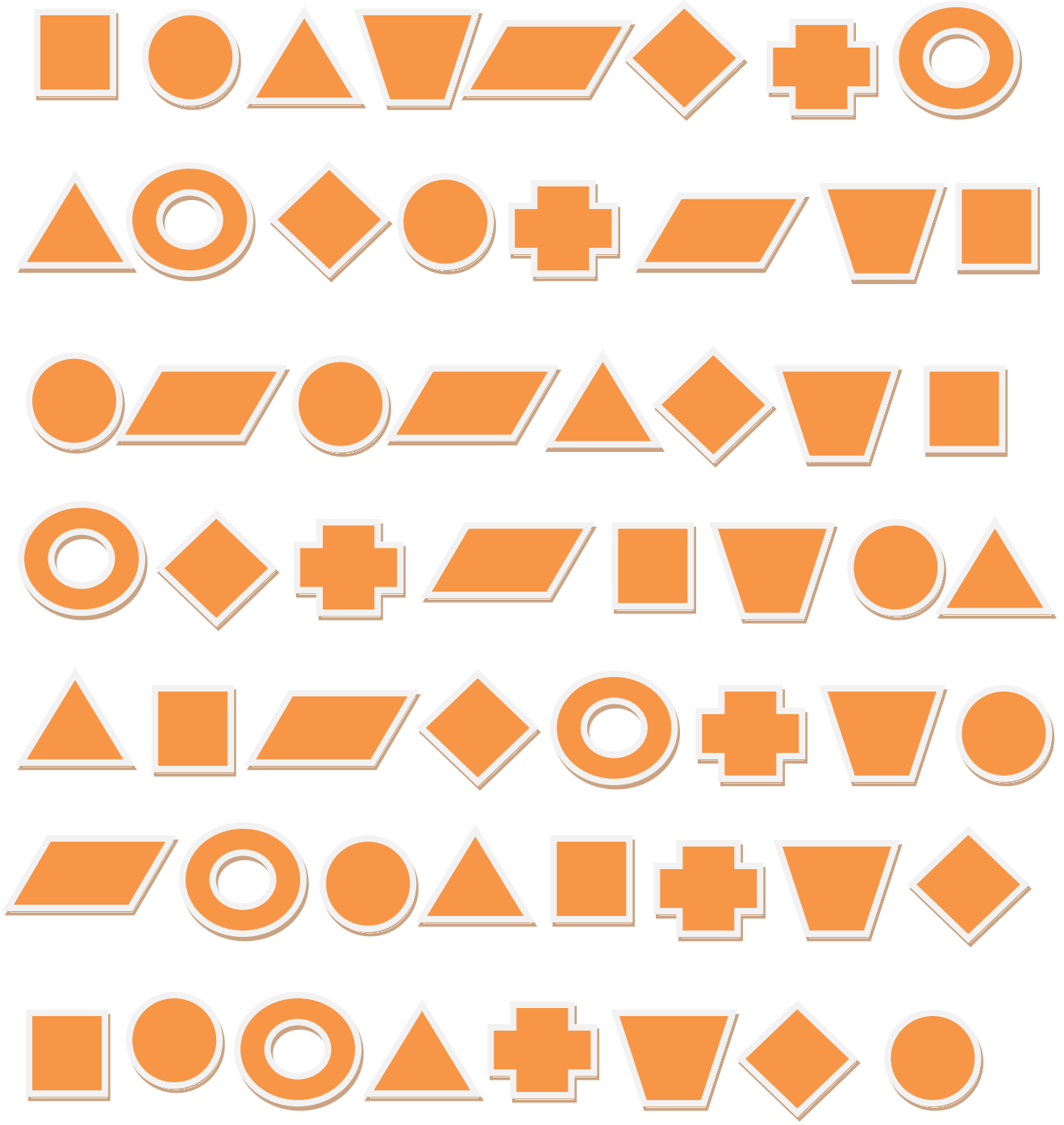
**Süre:30 sn**





**Yönerge:** Sayfadaki “ $\triangle$ ” şekillerinin hepsini daire (o) içine al.

**Süre:**1 dk.



Yanda verilen şekilden kaç tane olduğunu bulunuz.

Süre:30 sn.

8 8 8 8 8 8 B 8 8 8 8 8

8 8 B 8 8 8 8 8 8 8 8 8

8 8 8 8 8 8 8 8 B 8 8 8

8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8

8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8

8 8 8 8 8 8 8 8 3 8 8 8

8 8 B 8 8 8 8 8 8 8 8 8

8 8 8 8 8 8 8  8 8 8 8

8 8 8 B 8 8 8 8 8 8 8 8

8 8 8 8 8 8 8 8 8 B 8 8

**Yönerge: Yukarıda verilmiş sayılarda her sırada farklı olanı bulunuz.**

**Süre:1 dk.**

9 9 9 9 6 9 9 9 9 9 9 9  
9 9 9 9 9 6 9 9 9 9 9 9  
9 9 9 9 9 9 9 9 6 9 9 9  
9 9 9 6 9 9 9 9 9 9 9 9  
9 9 9 9 9 9 9 9 6 9 9 9  
9 6 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9  
9 9 9 9 9 9 9 9 9 6 9 9  
9 9 6 9 9 9 9 9 9 9 9 9  
9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 6 9  
9 6 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9  
9 9 9 9 9 9 9 9 6 9 9 9

**Yönerge:** Aşağıda verilmiş rakamlardan farklı olanı bulunuz.

**Süre:**1 dk.

b b b b b b b b d b b b

b d b b b b b b b b b b

b b b b b b b d b b b b

b b d b b b b b b b b b

b b b b b b b b b d b b

b b b b b b b d b b b b

b b b d b b b b b b b b

b b b b b b b b b d b b

b b b d b b b b b b b b

b b b b b b b b d b b b

**Yönerge: Aşağıda verilen harfler içerisinde farklı olan bulunuz.**

**Süre:30 sn**

Q Q Q Q Q Q O Q Q Q Q Q  
Q Q Q Q Q Q Q Q Q O Q Q  
Q Q O Q Q Q Q Q Q Q Q Q  
Q Q Q Q Q Q Q O Q Q Q Q  
Q Q Q Q Q Q Q Q Q Q Q O  
Q O Q Q Q Q Q Q Q Q Q Q  
Q Q Q Q O Q Q Q Q Q Q Q  
Q Q Q Q Q Q Q Q Q O Q Q  
Q O Q Q Q Q Q Q Q Q Q Q  
Q Q Q Q Q Q Q Q Q O Q Q

**Yönerge: Yukarıda verilen harfler içerisinde farklı olanları bulunuz.**

**Süre:1 dk.**

5 5 5 5 5 5 5 5 S 5 5 5  
5 S 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5  
5 5 5 5 5 5 5 5 S 5 5 5  
5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 S 5  
5 5 5 5 5 5 5 5 S 5 5 5  
5 S 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5  
5 5 5 5 5 5 5 5 S 5 5 5  
5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 S 5  
5 5 S 5 5 5 5 5 5 5 5 5  
5 5 5 5 5 5 5 5 S 5 5 5

**Yönerge: Aşağıda verilen rakamlardan farklı olanları bulunuz.**

**Süre:1 dk**

A S G K U Y 7 B Ç Ş L  
P I 3 E W S Z C V F B  
E R T Y U I 6 P Ğ Ş K  
Ç Ö M N B V C R 9 C J  
İ Ş 2 K U H 8 F R F C  
R Y 8 O K H G V B M Ç  
Ü Ğ P U Y T E O Q F C  
Y H 4 N J K R E L İ O  
M K Ö G E T U I 1 B V  
E Z B 5 L Ş Y R E V N

**Yönerge:** Yukarıda karışık olarak verilmiş harfler içerisinde her sırada olan rakamları bulunuz.

**Süre:**1 dk.



5 3 8 6  
1 9 4  
8 7 2 0  
1 5 4 2  
5 1 2 8 0  
6 S 5 1 3 9  
Z 5 2 9 2 4  
8 7 2 0  
5 1 2 8 0  
6 S 5 1 3 9

**Yönerge:** Yukarıda verilen rakamlar içerisinde kaç tane “2” rakamının olduğunu bulunuz.

**Süre:**1 dk.

J j j j j j j j j j j j

j j j j j j j j J j j j

j j j j j j J j j j j j

j j j j j j J j j j j j

j j j J j j j j J j j j

j j j j j J j j j J j j

j j J j j j j j j j j J

j j j J j j j j j J j j

j j j J j j j j j J j j

j j j J j j j j j J j j

**Yönerge: Aşağıda verilmiş harflerden farklı olanları bulunuz.**

**Süre:1 dk.**

		3		L		H
E			W		5	
6	S	F	4	U	K	i
T			7	C		


**Yönerge: Yukarıdaki kutuda verilen harf ve sayıları aynı şekilde alttaki kutuya yazınız.**

**Süre:2 dk.**

**11**

**20**

**13**

**12**

**17**

**9**

**6**

**18**

**15**

**10**

**4**

**16**

**2**

**7**

**1**

**5**

**3**

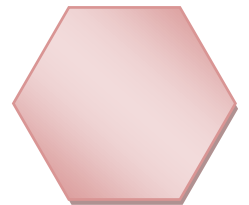
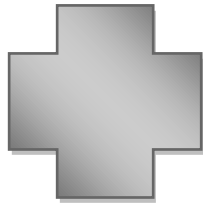
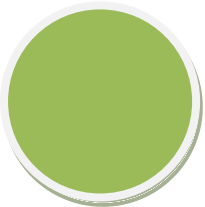
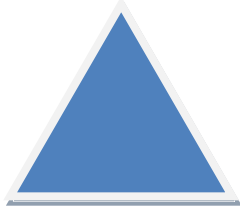
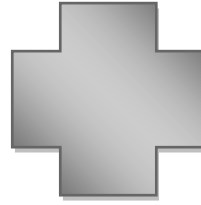
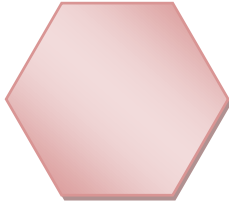
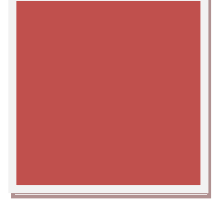
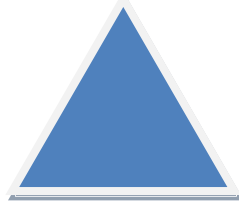
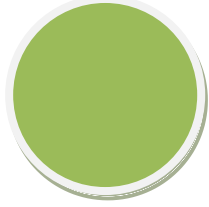
**14**

**8**

**19**

**Yönerge: Yukarıda karışık olarak verilen sayıları 1'den 20'ye kadar sırasıyla işaretleyiniz.**

**Süre:2 dk.**



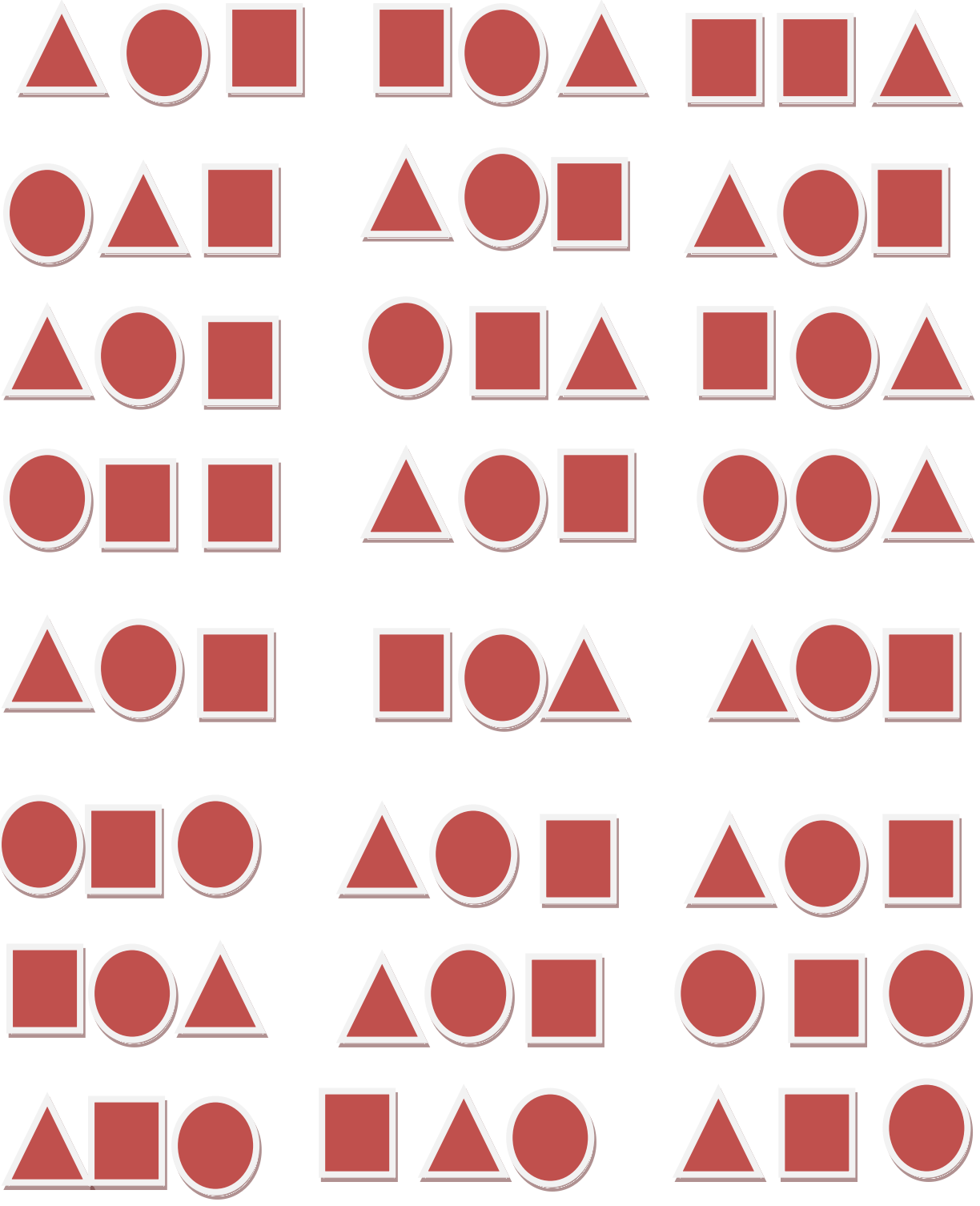
**Yönerge: Yukarıdaki aynı renkteki şekilleri eşleştiriniz.**

**Süre:1 dk.**

1. a) MAVİ                      b) MAVİ                      c) MAVİ
2. a) YEŞİL                      b) YEŞİL                      c) YEŞİL
3. a) SARI                      b) SARI                      c) SARI
4. a) TURUNCU                      b) TURUNCU                      c) TURUNCU
5. a) MOR                      b) MOR                      c) MOR
6. a) KIRMIZI                      b) KIRMIZI                      c) KIRMIZI
7. a) SİYAH                      b) SİYAH                      c) SİYAH
8. a) PEMBE                      b) PEMBE                      c) PEMBE

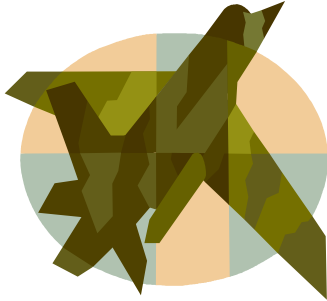
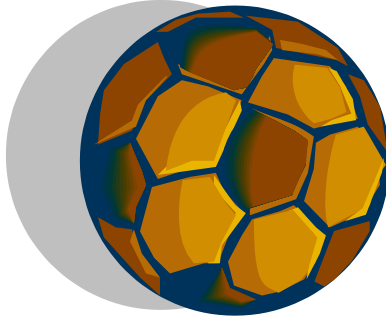
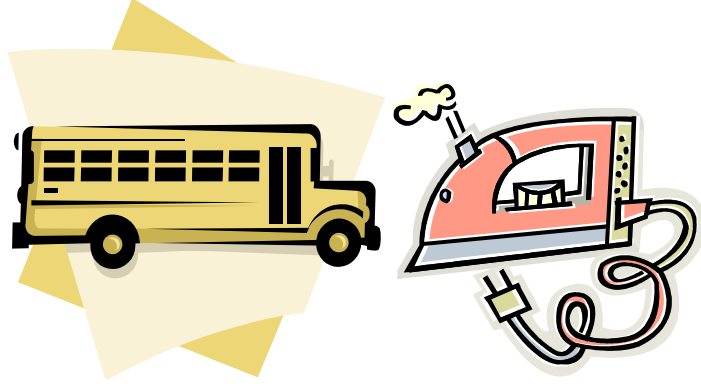
**Yönerge:** Yukarıdaki kelimelerden, kendi renginde yazılanları bulup işaretleyiniz.

**Süre:**1 dk.



**Yan tarafta verilen şekil sırasının aynısından kaç tane  
Olduğunu bulunuz.**

**Süre:1 dk.**



**Yönerge: Yukarıdaki resimlere 1 dakika süre ile bak. Sayfanın arkasına hatırladığın resimlerin isimlerini yaz. 3dk.**



# **2. SINIF**

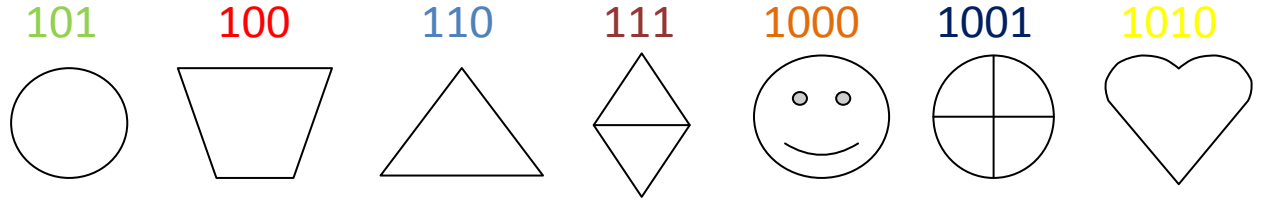
# **EGZERSİZLERİ**

Sarp, okuldaki arkadaşları ve öğretmeni ile birlikte ilk defa şehir dışında bir geziye katılacaktı. Bu yüzden çok heyecanlıydı. Akşamüzeri eve döndüğünde haberi hemen annesi ve babasına verdi ve onlardan izin istedi. Onlar da izin verdiklerini söyleyip hemen bavulunu hazırlamasını söylediler.

Sarp heyecanla eşyalarını toplamaya başladı. Giysilerini, birkaç kitabını, atkısını ve beresini bavula bir güzel yetiştirdi. Dedesinin ve babaannesinin ona aldıkları bilekliği de bileğine taktı. Üç gün sonra olacak gezi için şimdiden hazırды. O gece yatağında bir o yana bir bu yana döndü, durdu. Sabah olmak bilmiyordu. Annesi onu uyandırmaya geldiğinde, Sarp aslında daha yeni uyumuştur (Kılıç, Tunca,2000;s.19).

**Yönerge: Yukarıdaki metinde gördüğün “b” harflerinin altını çiz**

**Süre: 3 dk.**



101 110 111 1000 100 1010 100

100 111 1010 1000 100 100 110

111 1000 110 100 1010 100 101

1000 111 1010 101 1001 111 100,

1001 1010 111 101 1000 100 1010

1010 100 110 1000 1001 111 1010

**Yönerge: Yukarıdaki rakamların altlarındaki sembolere uygun olacak şekilde, aşağıdaki rakamların altlarını doldur.**

**Süre: 2 dk.**

Babam sana bir.....yavrusu vermiş.

Saraydaki.....kibar ve saygılıydılar.

Bir süre hepsi.....kaldılar.

Patikadan onlara doğru bir.....hızla geliyordu.

Karanlık havasız bir.....birbirine bakan iki sandalye koydu.



sessiz

adam

Odaya

kedi

kadınlar

**Yönerge:** Yukarıdaki cümlelerdeki eksik kelimeleri aşağıdaki kelimeler arasından bul ve boşluklara yaz, her cümleye bir cümle de sen ekle. (Kılıç, Tunca,2000;s.31).

**Süre:** 2 dk.

Büyük

soğuk

Uzun

yaşlı

Kısa

siyah

yumuşak

Küçük

ağır

fakir

Hafif

beyaz

sıcak

güzel

Gündüz

zayıf

zengin

Doğru

genç

gece

Yanlış

savaş

şişman

Çirkin

sert

barış

**Yönerge:** Yukarıda karışık olarak verilmiş zıt anlamlı kelimeleri bul, birbiriyle çizerek eşleştir.

**Süre:** 2 dk.

Para teke kasa kere

**Yönerge: Yukarıdaki sözcük dizisini 10 saniye süre ile dikkatle bak. Arka sayfayı çevir.**

Baba mama dize sene

Para nine kasa dede

Para teke kasa kere

Kasa teke kere para

**Yönerge:** Bir önceki sayfadaki sözcük dizisini bul, altını çiz.

**Süre:** 1 dk.

Parlak

Kasnak

Yaprak

bardak

**Yönerge: Yukarıdaki sözcük dizisine 10 saniye süre ile dikkatle bak. Arka sayfayı çevir.**



Kasnak bardak yaprak parlak

Yaprak kasnak bardak parlak

Parlak bardak yaprak kasnak

Parlak kasnak yaprak bardak

**Yönerge:** Bir önceki sayfadaki sözcük dizisinin olduğu satırın altını çiz.

**Süre:** 1 dk.



Esir

misafir

Konut

öğrenci

Savaş

konuk

Tutsak

ulus

sözcük

Beyaz

ev

Talebe



millet

kelime

ak

harp



**Yönerge : Yukarıda karışık olarak verilmiş eş anlamlı kelimeleri bul, birbiriyle çizerek eşleştir.**

**Süre: 2 dk.**

	I		A		L
K		I		L	

- Harflerin doğru sırasını bulursan ortaya “zeki” sözcüğünün eş anlamlısı çıkacak.

	T		i	Ğ
		i		Y

- Harflerin doğru sırasını bulursan ortaya “mert” sözcüğünün eş anlamlısı çıkacak.

		R		K		Z	
U		S		K		O	U

Harflerin doğru sırasını bulursan ortaya “gözüpek” sözcüğünün eş anlamlısı çıkacak (Kılıç, Tunca,2000;s.33).

**Süre: 2 dk.**

$3 + 4 = 7$

$6 + 6 = 12$

$8 + 4 = 12$

$7 + 8 = 15$

$9 + 4 = 14$

$8 + 9 = 17$

$7 + 9 = 16$

$5 + 7 = 13$

$9 + 10 = 19$

$12 + 4 = 17$

$3 + 8 = 12$

$14 + 5 = 19$

$5 + 8 = 13$

$18 + 7 = 24$

**Yönerge :** Yukarıdaki işlemlerde yanlış olan sonuçları bul, yanına doğrusunu yaz.

**Süre:** 2 dk.

$3 + 5 = 9$

$7 - 3 = 3$

$7 + 2 = 9$

$10 - 5 = 5$

$8 + 5 = 13$

$5 - 2 = 3$

$7 + 8 = 12$

$8 - 4 = 5$

$5 + 3 = 8$

$9 - 6 = 3$

$10 + 10 = 20$

$6 - 5 = 1$

$9 + 2 = 12$

$7 - 6 = 2$

$7 + 7 = 14$

$9 - 2 = 5$

$3 + 7 = 9$

$7 - 7 = 1$

$10 + 1 = 11$

$10 - 1 = 9$

**Yönerge :** Yukarıdaki işlemlerde yanlış olan sonuçları bulup, üzerine çarpı(X) işareti çiz.

**Süre:** 3 dk.

- Cik cik çaresiz mese ağacının yanından ayrıldı.
- Arkadaşlar bibilerine yardımcı olurlar.
- Singapların vicutlarının arkasında uzun kuyrukları vardır.
- Tavukları yemleyen çifçi araba sesiyle irkildi.
- Betül çok güzel bir rüya görünüyor.
- Derya bebeğine sarlıyor ve uyuyordu.
- Cem ödevlerini yapıyordu. (Kılıç, Tunca,2000;s.40).

**Yönerge:** Yukarıdaki cümlelerin içinde yanlış yazılmış bir ya da iki kelime var. Cümleleri dikkatle oku ve yanlış yazılmış kelimeleri bulup altlarını çiz.

**Süre:** 2 dk.

le- fon-tel

pencere

fa-can-a

makara

ri-ta-ha

gökyüzü

me-ka-ra

öğrenci

ka-ra-ma

Ankara

cen-pen-re

harita

ne-ke-te

kamera

ren-ög-ci

kelebek

bek-ke-le

telefon

ka-ra-an

afacan

zü-yü-gök

teneke

**Yönerge:** Yukarıda karışık olarak verilmiş heceleri doğru sıraya koy ve doğru kelimeleriyle çizerek eşle.

**Süre:** 2 dk.

1

2

3

A			
B			
C			

**Yönerge: A 3 kutusuna (0) çiz**

1

2

3

A			
B			
C			

**Yönerge: C 2 kutusuna (0) çiz.**

**Süre: 1 dk.**



19    **69**    16    61   76   91

16   76   **96**   19   76   **16**   19

61   69   **16**   61   16   61   91

76   16   **69**   61   96   **76**   16

96   **61**   91   16   76   19

69   96   **46**   91   76   **61**   19

19   61   16   **16**   76   **91**   19   **96**

16   96   76   61   **19**   19

Yönerge: Yukarıdaki sayılar içinde kaç tane 16 rakamı var?

Say ve aşağıdaki kutuya yaz.

Süre: 1 dk.

Barpak

**pardak**

Parmak

çardak

**barbak**

**darpak**

parmak

**çardak**

**çardak**

çardak

**barpak**

pardak

**darpak**

**çardak**

parmak

çardak

**barbak**

**parmak**

**barpak**

çardak

**pardak**

parmak

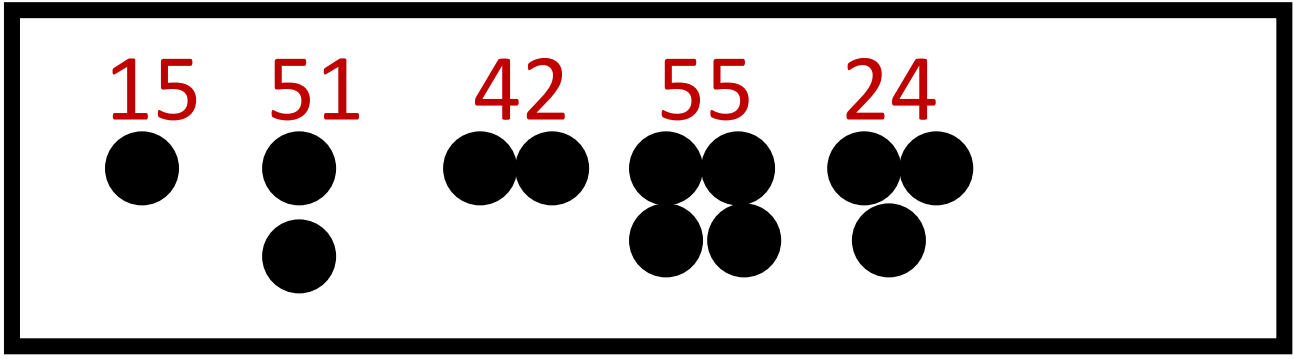
çardak

**darpak**

**Yönerge: Yukarıdaki kelimelerin içinde kaç tanesi çardak tır?**

İşaretle ve alttaki kutucuğa kaç tane olduğunu yaz.

**Süre: 1 dk**



15    51    42    55    24    51

51    15    42    24    55    42

15    24    42    51    55    42

**Yönerge:** Yukarıdaki rakamların altlarındaki işaretlere uygun olarak, alt bölümdeki rakamların altlarını doldur.

**Süre:** 1 dk.

8 9 10 11  13 14

3 4 5  7 8

1 2 3  5 6  8 9

11 12 13  15 16

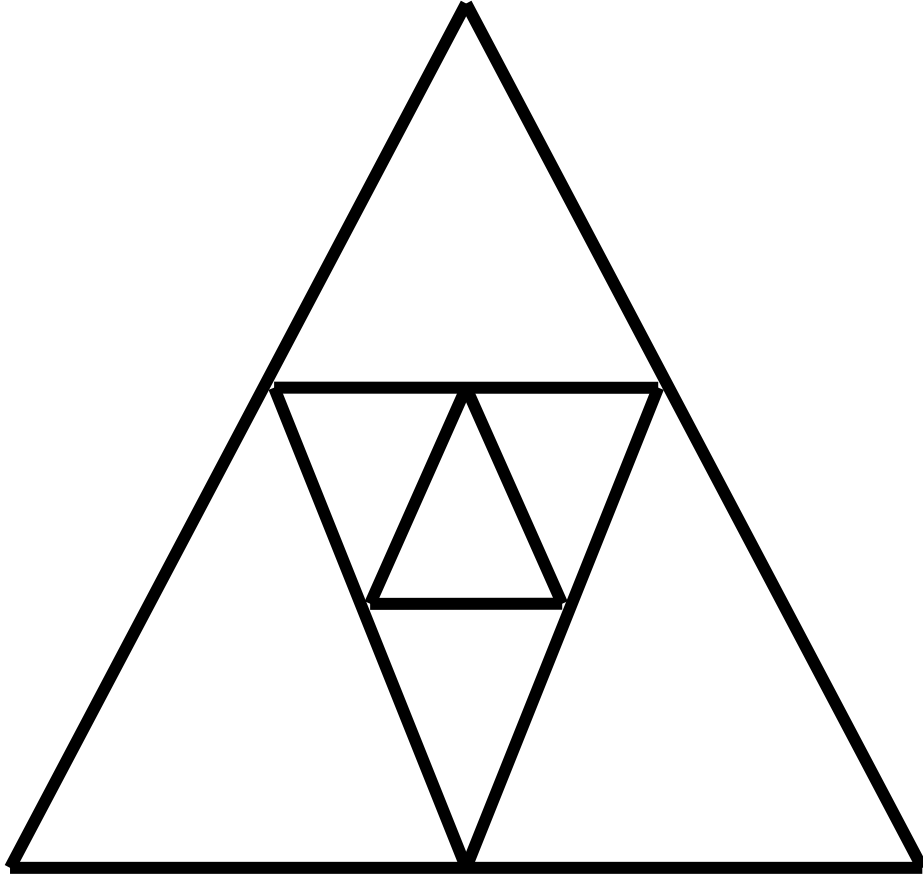
14 15 16 17 18  20

13 14 15 16  18 19

18 19 20  22

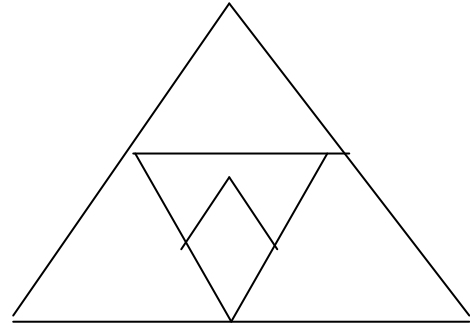
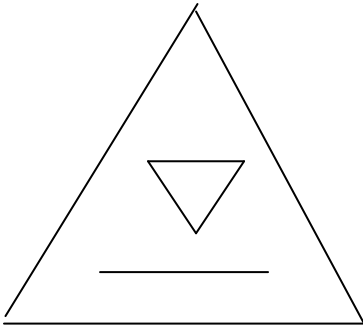
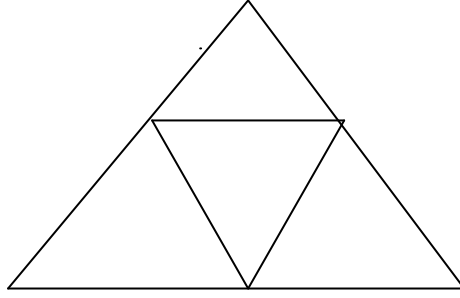
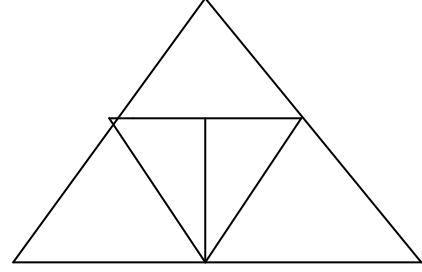
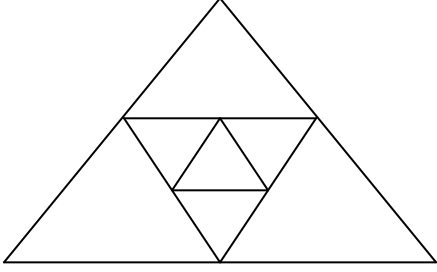
**Yönerge: Boş kutuları sayı dizisine uygun olarak doldur.**

**Süre: 1 dk.**



**Yönerge: Yukarıda gördüğün şekle 10 saniye süreyle bak. Tekrar bu sayfaya bakmayacak şekilde arka sayfayı çevir. (Kılıç, Tunca,2000;s.55).**

**Süre: 1 dk.**



**Yönerge: Bir önceki sayfada gördüğün şekli, yukarıdakiler arasından bul.**

-kıt

tık

kat

kaş

kıt

-kaba taka şaka taka kara

-ışık ilik kırık kırk ilik

-deri beri beniz kemir beniz

-mala malak makara maskara makara

-kürek ürkek kürek örmek ördek

-put tur taş sat put

-kara sarı dala bir dala

-kan çan cin çan çin

**Yönerge:** Her sırada aynı olan sözcükleri bul,altlarını çiz.

**Süre:** 2 dk.

**-kor sar kor sır ser**

-koş kat kıt koş küt

-darı sayı sara sera darı

-çevik çeltik çatık çevik çekiç

-boru kara karı boru kara

-sarı sara sena sarı sana

-ket kat kıt ket küt

-bayram bakan dayan bakan bamya

-kaman saman keman kaman zarar

Yönerge: Her sırada aynı olan kelimeleri daire (O) içine al.

Süre: 2 dk

1 2 3 8 5 6 9 7 8 3 5 6 9 5 4 9 6 3

8 7 1 1 5 6 9 5 8 3 5 4 5 3 6 9 7 7



3 6 9 2 5 8 5 4 3 1 7 6 4 8 0 7 5 6  
6 9 4 6 2 3 8 9 9 1 5 3 8 6 4 3 5 6  
1 6 9 9 6 4 3 6 8 6 9 0 5 4 6 8 7 4

9 8 6 4 5 5 7 8 9 6 4 8 9 4 6 8 9 2  
6 8 0 9 6 0 6 9 4 5 3 7 8 6 1 9 6 4  
0 8 6 9 6 5 4 7 3 2 6 9 6 7 5 3 7 1  
8 9 6 7 4 5 3 2 1 9 6 0 7 8 5 4 2 3  
9 5 8 6 9 4 7 3 5 9 6 7 4 8 9 6 1 8

**Yönerge:** Yukarıda 1. bölümdeki sayı dizisi içinde 69 rakamlarını,2. bölümdeki sayı dizisi içinde de 96 rakamlarını bul, daire (O)içine al(Kılıç, Tunca,2000;s.61).

**Süre:** 2 dk.

**-Ben bir kedi gibi .....çıkaramıyorum.**

**-İnek ben ..... veririm dedi.**

-Çok soğuk bir .....günüydü.

-Yavru köpek uzun.....havaya kaldırdı.

-Ali nin annesi anasınıfı.....idi.

-Ekmek.....getirmek için mutfağa gitti.

ses

kuyruğunu

kış

öğretmeni

bıçağını

süt

**Yönerge: Cümledeki eksik kelimeleri aşağıdaki kelimeleri kullanarak tamamla.  
(Kılıç, Tunca,2000;s.65).**

**Süre: 2 dk.**

**-Babamın bıyığı badanada boyandı.**

**-Bizim benekli Boncuk bodrumdaki baltaya basmıř.**

**-Bülent bütün bülbüleri büfeciye sattı.**

**-Camdan cama cam takarken, Can camı camda kırdı.**

**-Rehber resimlerin renklerini gösterdi.**

**Yönerge: Tekerlemeleri yüksek sesle oku, beğendiğın bir tanesini ezberle(Kılıç, Tunca,2000;s.7).**

**Süre: 2 dk.**

k...tap

öğr...nc...

ça...ta

mi...ar

has...a

def...er

ço...uk

do...t...r

ş...hir

s...zcük

o...ul

i...kba...ar

**Yönerge: Kelimelerdeki eksik harfleri tamamla. Bilemediğin kelimelerin anlamını öğren.**

**Süre: 1 dk.**

9   8      6   5

18   16      12   10

12   9   6  

24   21      15

36   34   32      28   26

14   11      5

30  24  18

16 14  10 8

14 10 6

28 25 22  16

22 18 14  6

**Yönerge: Boş kutuları sayı dizisine uygun olarak doldur.**

**Süre: 3 dk.**

# **3. SINIF EGZERSİZLERİ**

Aşağıda verilmiş şekillerde farklı olan şekilleri bulunuz.1dk

1

2

3

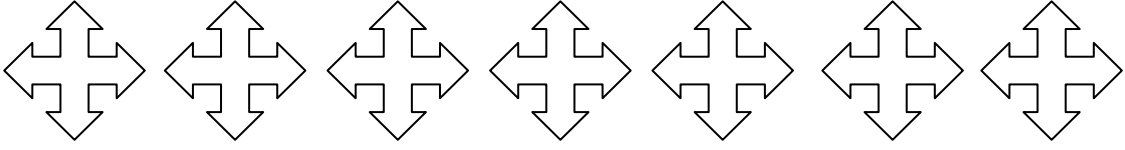
4

5

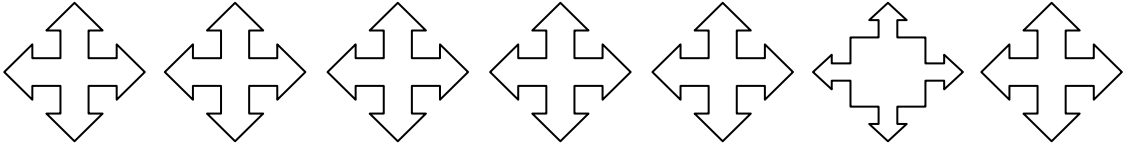
6

7

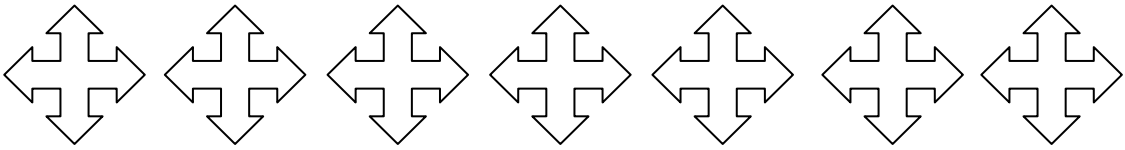
a



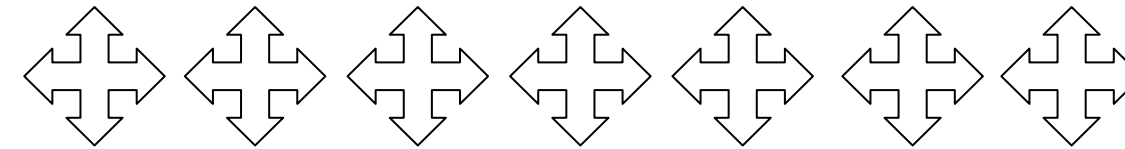
b



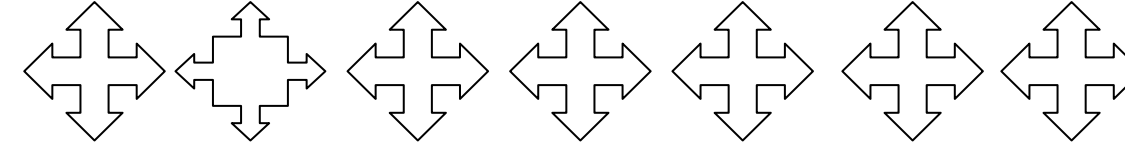
c



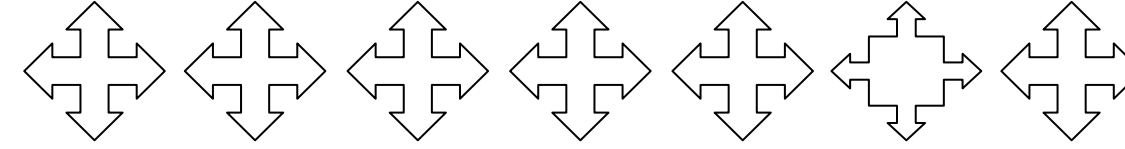
d



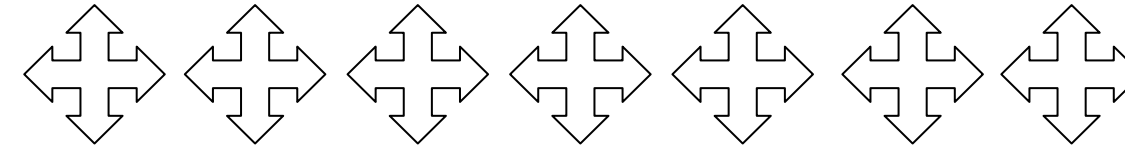
e



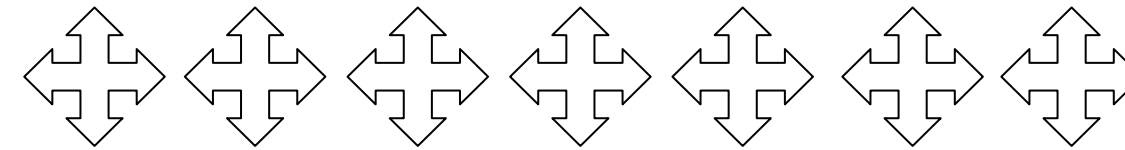
f



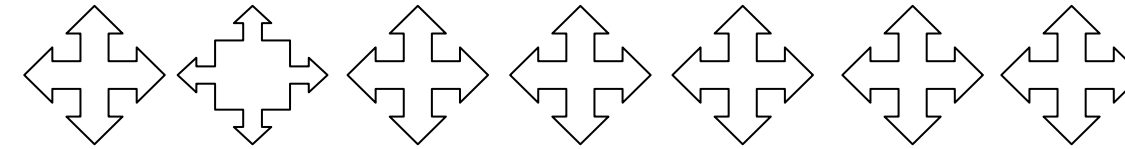
g



h

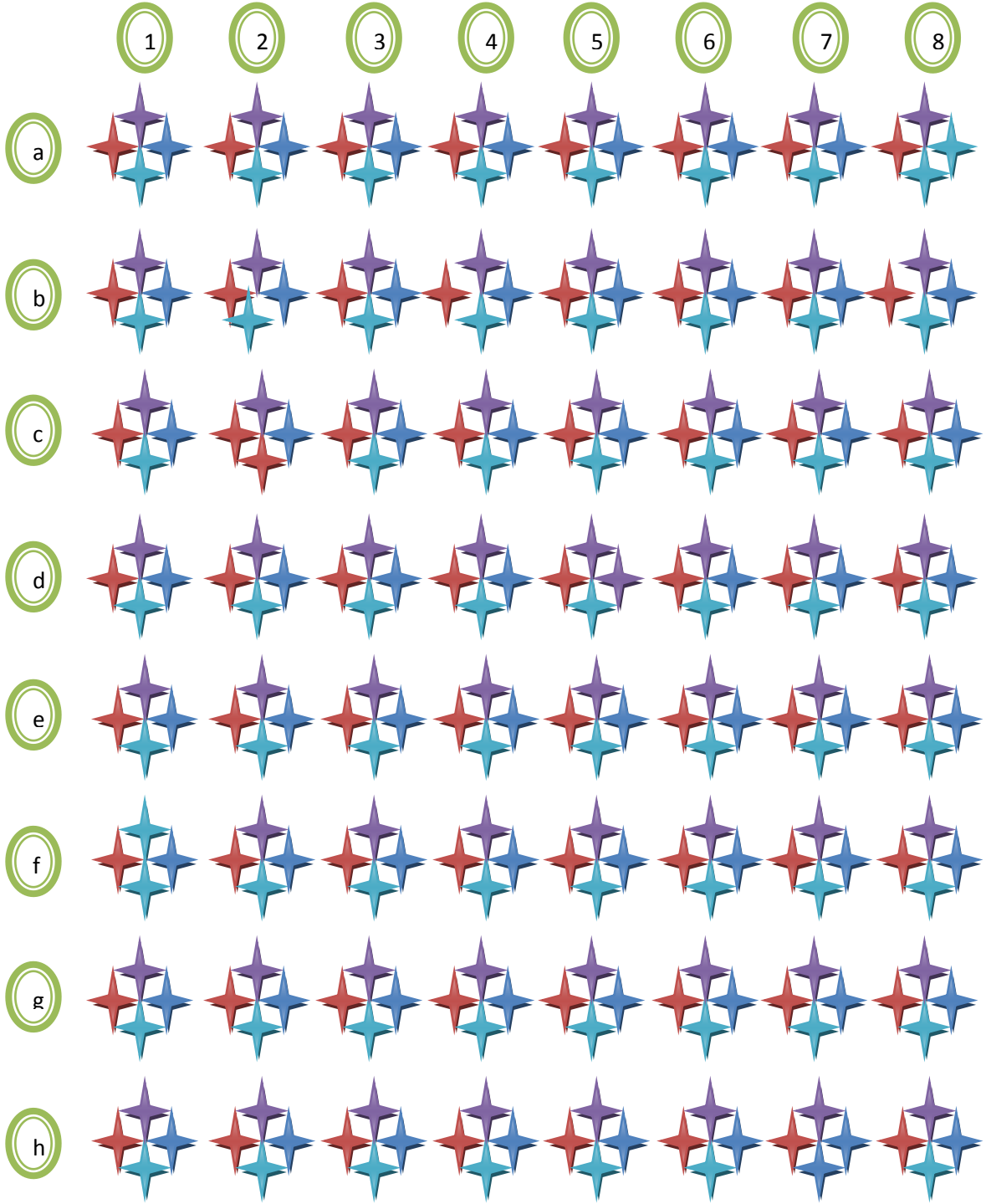


i





Aşağıda verilmiş şekillerden  
farklı olanları bulunuz.1dk



Meyvelerin altındaki kutulara  
örnekte verilenlere göre numaralarını yazınız.2dk



Aşağıda verilen harfler arasında

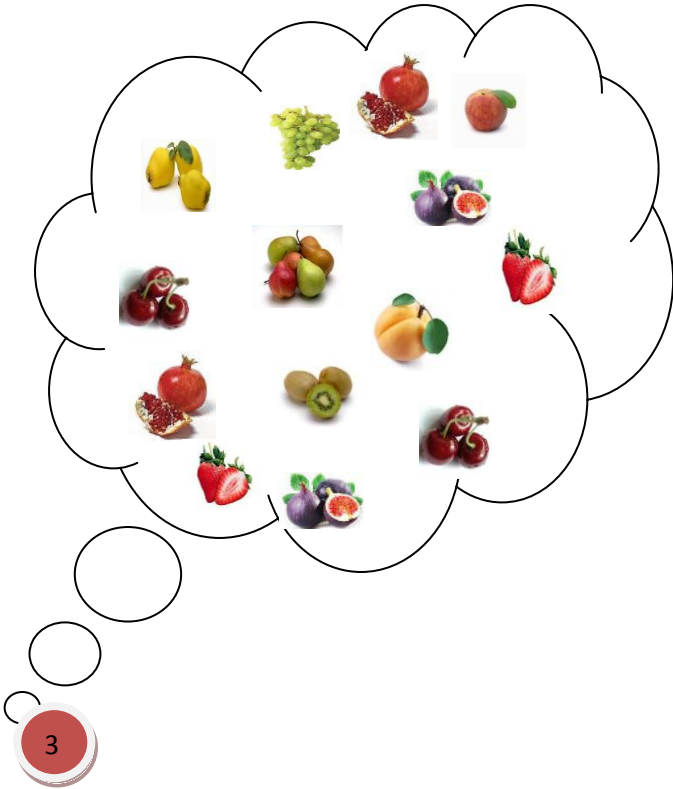
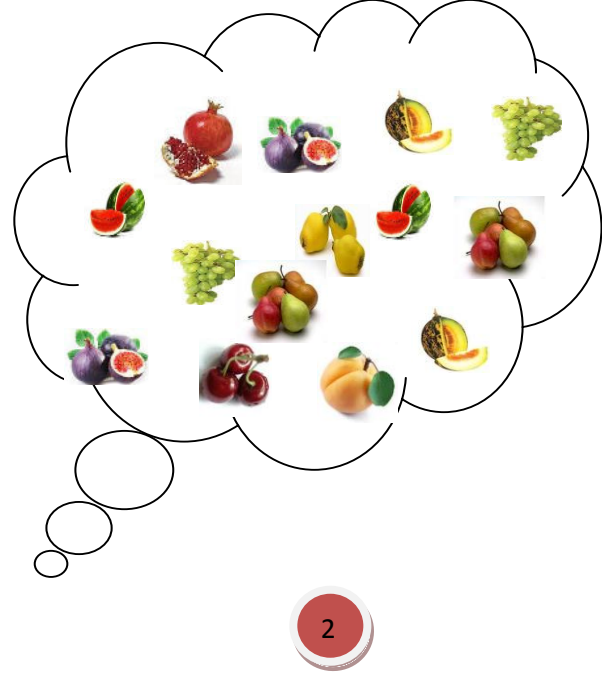
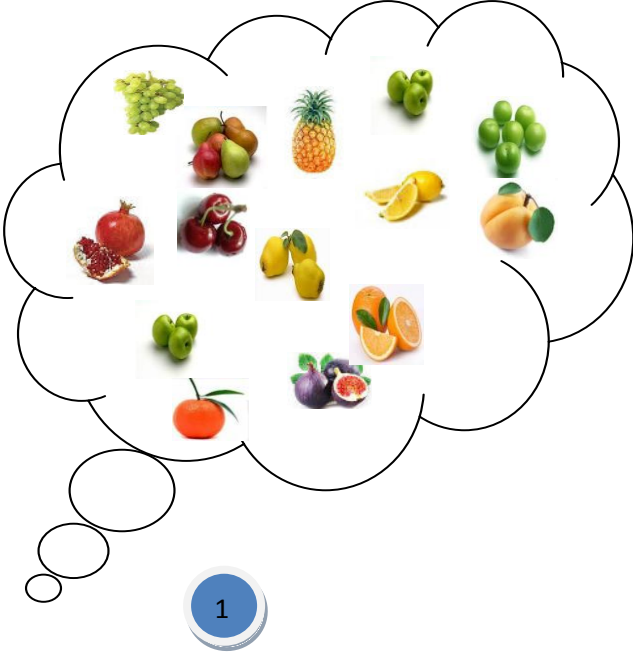
“a” ne “s” harflerinden kaç tane olduğunu bulunuz.2dk

a w e r t m y u ı o  
a p ğ n ü a s m d f  
s g h j k l ş i z x  
m i ö c n d m j w a  
s w b d u p e ş h n  
w r e t p ü ı ğ y l  
s r d k h ş z g m i  
f j b x u p ğ ü o z  
g ş ö ç z k h c h n  
c n m r w t o a s ğ  
w r y p ı p ü z d f  
p ü a d j ş z x m n

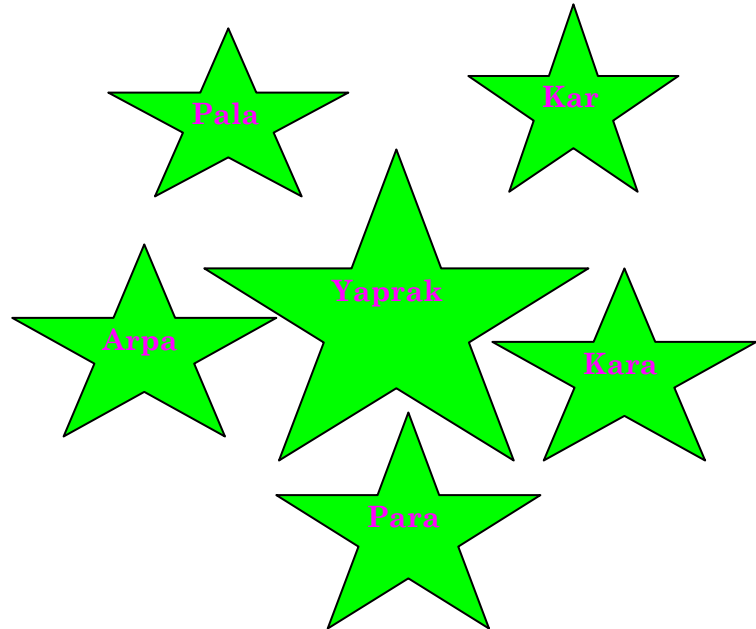
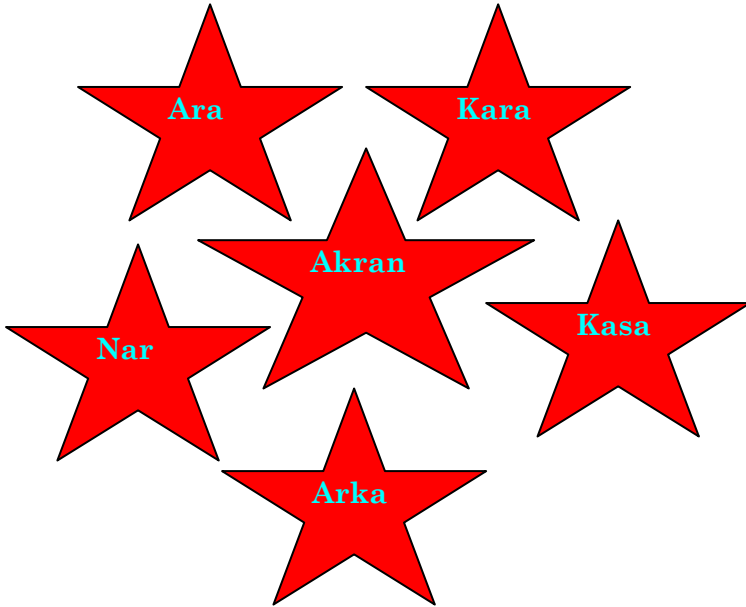
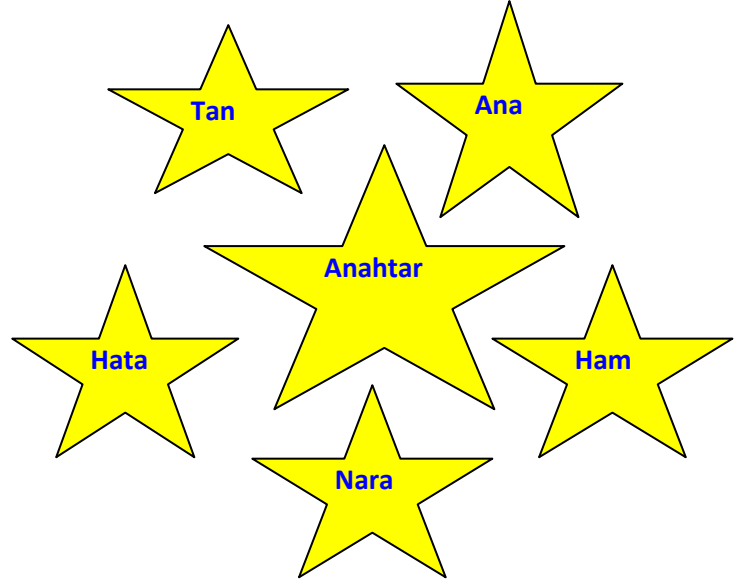
Aşağıda verilmiş olan şekillerden hangisinin eşi yoktur.Eşi olmayan işaretin üzerine çarpı işareti koyunuz.3dk



Aşağıda en çok ve en az  
meyve çeşidi gösteren bulutu bulunuz.2dk



Aşağıda her bir renk grubundaki yıldızlardaki sözcükler ortadaki büyük yıldızdaki sözcüğün harflerinden türetilmiştir. Her yıldız grubunda bir tane yıldızın sözcüğü farklı, büyük yıldızdaki sözcükte yer almayan bir harf içermektedir. Bu kelimeyi bulup işaretleyiniz. (2 dk.)



Kelime olarak en çok yazılan renk hangisidir? 1.5 dk.

MAVİ SARI KIRMIZI TURUNCU  
BORDO SARI  
BORDO YEŞİL MAVİ  
MAVİ KIRMIZI TURUNCU MOR  
SARI YEŞİL BORDO KIRMIZI  
KIRMIZI YEŞİL SARI  
KIRMIZI TURUNCU  
SARI YEŞİL KIRMIZI  
BORDO  
YEŞİL MOR  
YEŞİL TURUNCU BORDO  
MAVİ SARI MOR  
MAVİ TURUNCU  
TURUNCU KIRMIZI  
KIRMIZI  
MOR BORDO  
KIRMIZI  
SARI YEŞİL SARI

A. MAVİ

C. SARI

E. BORDO

B. KIRMIZI

D. YEŞİL

F. TURUNCU

Aşağıda verilmiş şekillerde farklı olanı bulunuz.1dk

(a) (b) (c) (d) (e) (f) (g) (h) (ı) (i)

1



2



3



4



5



6



7



8



9



10



11



12



13



14





Aşağıda verilmiş olan kelebeklerden

eşi olmayan kelebeği bularak üzerine çarpı işareti koyunuz.3dk



Aşağıdaki cevap anahtarını optik forma kodlayınız 2 dk.

CEVAP ANAHTARI

1-C, 2-B, 3-A, 4-A, 5-D, 6-B, 7-C, 8-A, 9-D, 10-C, 12-B, 13-C, 14-A, 15-D, 16-B, 17-B, 19-C, 20-A,  
22-D, 23-A, 24-C, 26-D, 27-B, 28-A, 29-B, 31-B, 32-D, 33-B, 35-D, 36-A, 37-C, 38-B, 39-C, 40-D

	A	B	C	D
1	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
15	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
16	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
17	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
18	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
19	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
20	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

	A	B	C	D
21	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
22	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
23	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
24	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
25	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
26	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
27	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
28	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
29	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
30	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
31	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
32	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
33	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
34	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
35	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
36	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
37	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
38	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
39	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
40	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Aşağıda verilen harf ve sayı gruplarından  
hangilerinin farklı olduğunu bulunuz.1dk

- 1 2 3 4 5 6 7 8 9
- A E8 E8 E8 E8 E8 E8 E8 E8 E8
- B E8 E8 E8 E8 E8 E8 E8 E8 E8
- C E8 E8 E8 E8 E8 E8 E8 B8 E8
- D E8 E8 E8 E8 E8 E8 E8 E8 E8
- E E8 E8 E8 E8 E8 E8 E8 E8 E8
- F E8 E8 E8 E8 E8 E8 E8 E8 E8
- G E8 E8 E8 E8 E8 E8 E8 E8 E8
- H E8 E8 E8 B8 E8 E8 E8 E8 E8
- I E8 E8 E8 E8 E8 E8 E8 E8 E8
- K E8 E8 E8 E8 E8 E8 E8 E8 E8
- L E8 E8 E8 B8 E8 E8 E8 E8 E8
- M E8 E8 E8 E8 E8 E8 E8 E8 E8

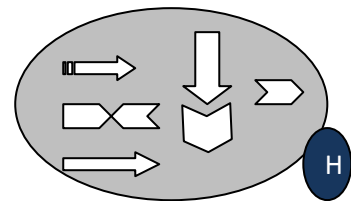
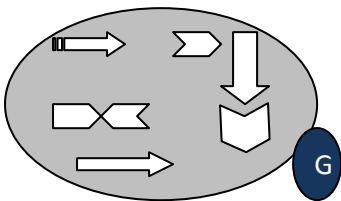
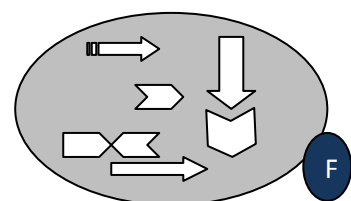
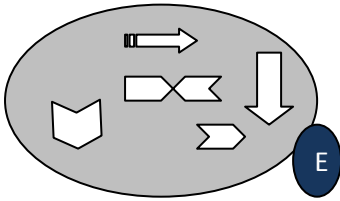
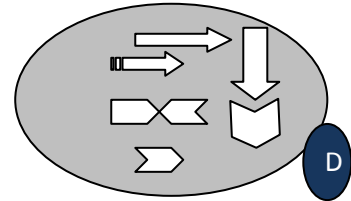
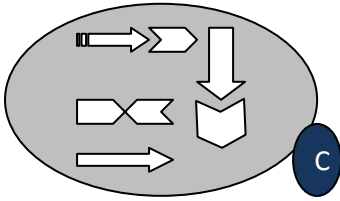
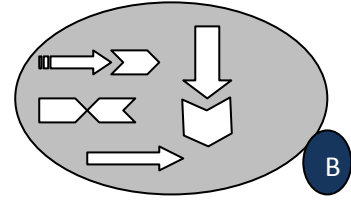
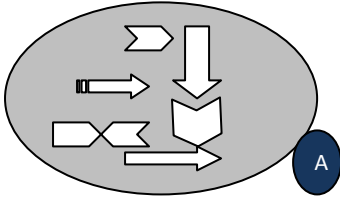
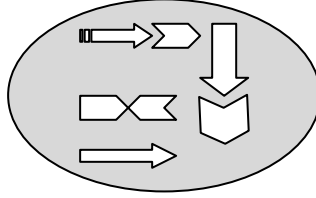
3' den 300' e doğru sayıları 3er 3 er sıralı  
çizerek tavşanı havuç' a ulaştırınız.2 dk



15	12	3	96	99	102	105	150	153	156
18	9	6	93	90	87	108	147	144	159
21	30	33	78	81	84	111	138	141	162
24	27	36	75	120	117	114	135	168	165
51	48	39	72	123	126	129	132	171	174
54	45	42	69	204	201	198	195	192	177
57	60	63	66	207	216	219	222	189	180
276	273	270	267	210	213	228	225	186	183
279	288	291	264	261	258	231	234	237	240
282	285	294	297	300	255	252	249	246	243



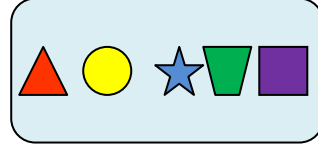
Aşağıda verilen şeklin  
aynısını şıklarda bulunuz.30sn



Aşağıda verilen kelimelerde her harfin bir şekil karşılığı var. Buna göre kelimelere karşılık gelen şekilleri eşleştiriniz.3dk

TAKIM

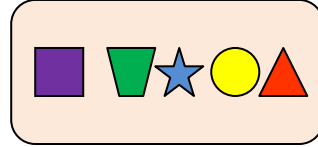
A



1

KATIK

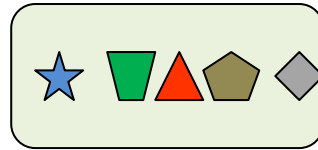
B



2

KİTAP

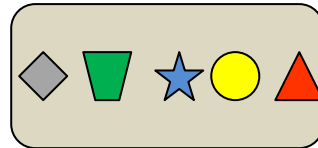
C



3

TİPİK

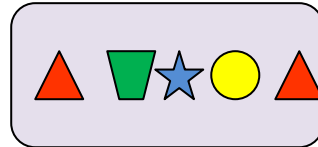
D



4

PİKAP

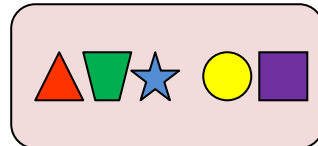
E



5

KATİP

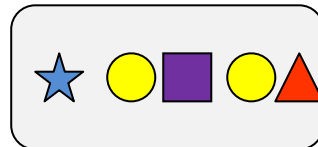
F



6

MATİK

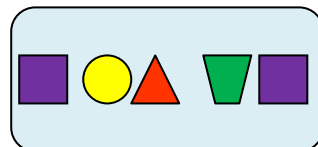
G



7

PATİK

H



8

Aşağıdaki tabloda bulunan harf ve sayıları aynı şekilde aşağıdaki tabloya yerleştiriniz.1dk

M		K	10	L		4		X	
B			E	D	99	V	3		Y
	5	G		T		A	80		Z
21		E	3		B		i		42
P		51	O			N		F	


Aşağıdaki boşluğa gelebilecek  
harf ve sayı gruplarını bulunuz. 2 dk.

A

B

C

D

1

132      321      231      .....

2

abc      bac      .....      cba

3

prs      .....      rps      rsp

4

.....      efg      gfe      gef



Aşağıda verilen ae' den kaç tane  
olduğunu bularak daire içerisine alınız.1dk

ab ac ad ai ao ac as oe oe de cd ae  
ai be ai ac ae ed ac ed oe ad de ce  
ab ad ac as be oe do de cd be ae ed  
ac ad ed de cd ai ai ab ae cd ae ai  
oe öe ae ad be ab ne ae af ue oe de  
be se ge ae be ai ao ob ae ai dg ae  
af be ce oe öe ee ae be ae ao ad ab  
ae ce oe ne be ea oa de be ae ad ai  
ed be ae en oe ai ag de as ue de ao  
ad ai ao ac as oe de cd ea ae ue be  
ed ge ac ad ac ai de be dc be ea ae  
oa oe eo ae ea ai oi de be se as ai  
an ad ab ag ah ae an ao ob ae af oe  
de ae ge ea oe öe eo ad ab eb ed ai  
ef en oe on ae be ba ad da ne on ae  
ed de es as ai ea ae ed eb en ne an  
ab ba ad da oe eo oi ai ae ea ei ai

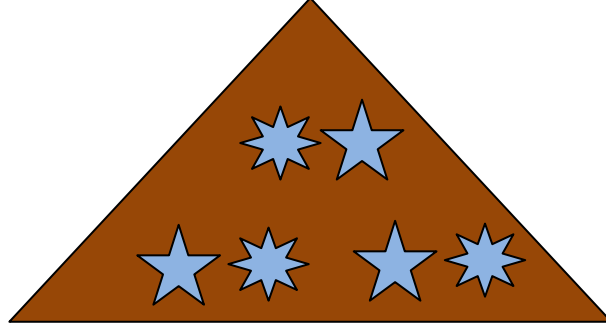
Aşağıdaki şekilde kaç çeşit çizgi film karakteri vardır.1dk



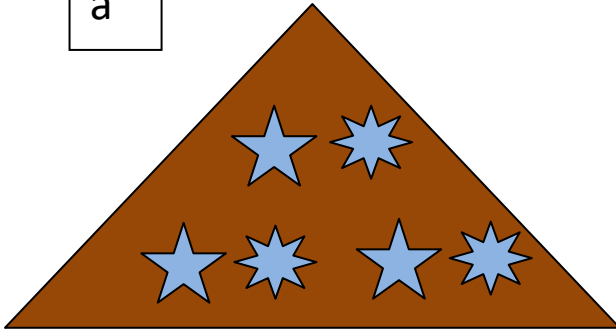
Aşağıda verilen sayılar içerisinde 53 sayısından  
kaç tane olduğunu bulunuz.1dk

34 43 54 53 35 34 43 54 45 34 43  
54 45 35 53 45 34 43 45 54 34 43  
53 35 45 54 34 45 43 45 54 43 53  
35 34 35 54 53 54 45 43 45 43 34  
35 43 54 53 35 34 34 35 43 43 54  
54 45 34 45 54 43 34 45 53 34 35  
34 34 45 54 53 34 35 45 34 45 34  
43 45 54 53 34 34 35 34 35 34 54  
43 34 43 54 34 45 34 45 34 45 34  
45 34 45 53 54 53 45 43 45 35 34  
53 35 45 54 34 45 43 45 54 43 53  
35 34 35 54 53 54 45 43 45 43 34  
35 43 54 53 35 34 34 35 43 43 54  
54 45 34 45 54 43 34 45 53 34 35  
34 34 45 54 53 34 35 45 34 45 34  
43 34 43 54 45 34 43 54 45 53 34  
45 43 54 53 43 53 43 34 45 34 45

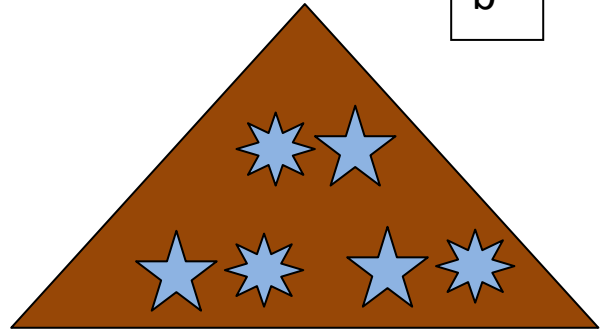
Aşağıda verilen şeklin aynısını şıklarda bulunuz.30sn



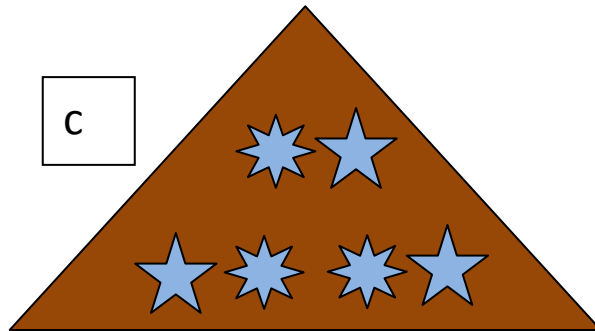
a



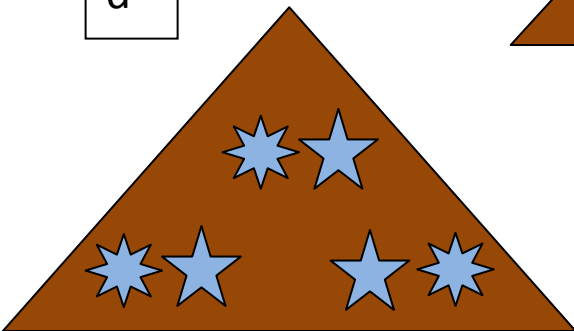
b



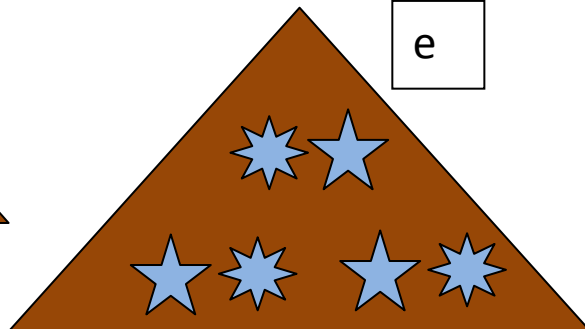
c



d



e



Aşağıda karışık olarak verilen harf ve simge gruplarından  
hangilerinin farklı olduğunu bulunuz. 1dk.

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
A	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$
B	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma \mathbf{3}$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$
C	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$
D	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$
E	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma \mathbf{3}$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$
F	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$
G	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$
H	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma \mathbf{3}$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$
I	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$
J	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$
K	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma \mathbf{3}$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$
L	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$	$\Sigma 3$

Aşağıda karşılıklı olarak verilen sözcükler ve söz gruplarından aynı olanların arasına “A” , farklı olanların arasına “F” harfi yazınız. 1 dk.

YAPILIR

YAPILIR

OLUR

OLMAZ

FAZLA

FAZLA

BULUNUR

ARANIR

ZAYIF

ZAYIF

SORGULANAMAZ

SORGULANABİLİR

BULUNUR

BULUNUR

BÜYÜKTÜR

KÜÇÜKTÜR

GİDEMEZ

GİDEMEZ

ŞİŞMAN

ŞİŞMAN

ARKADAŞ

ARKADAŞ

# **4.SINIF EGZERSİZLERİ**

Aşağıda verilen şekillerden

hangisinin eşi yoktur.5dk

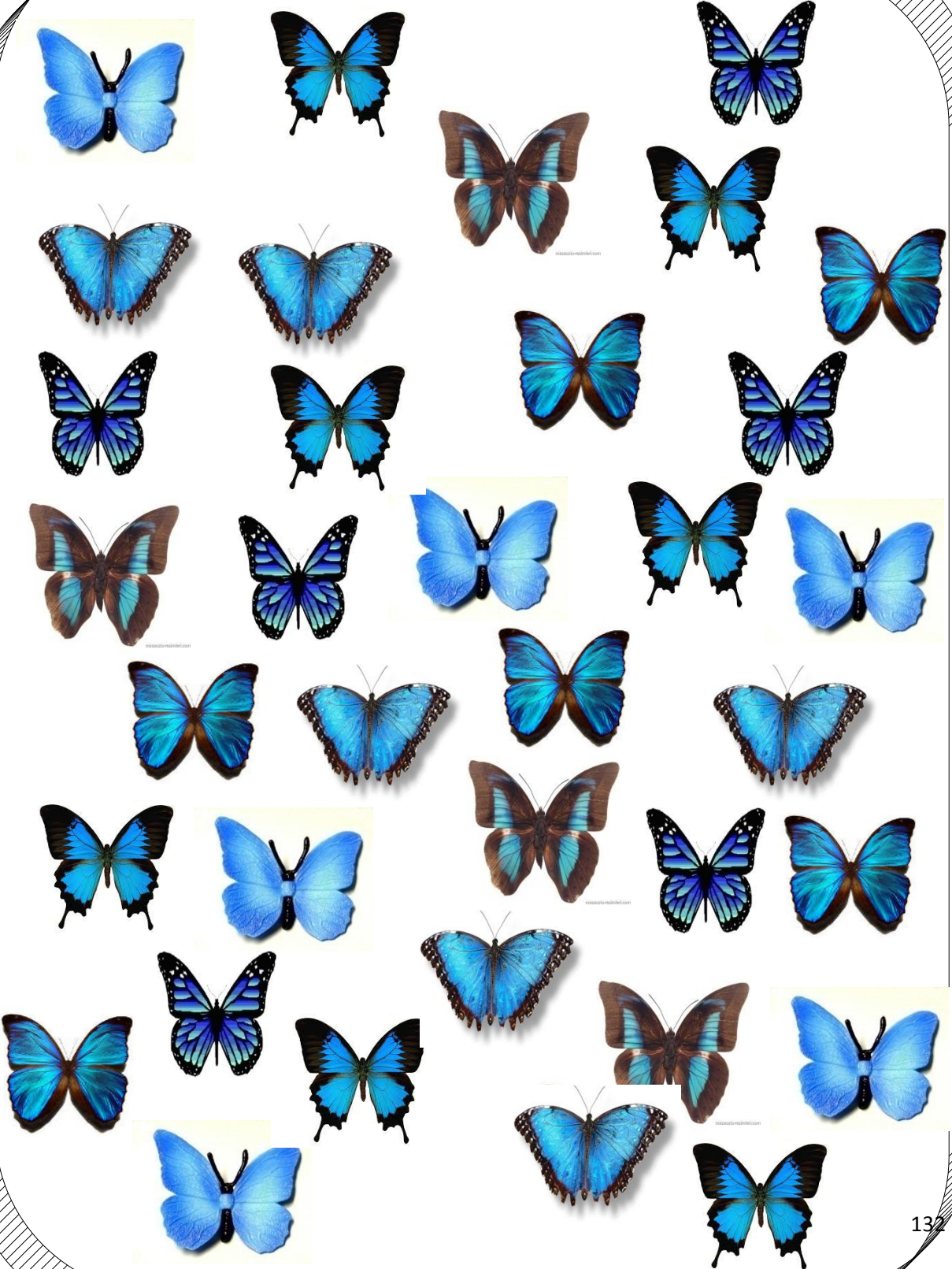




Aşağıdaki kutucuklarda kaç tane 6996 vardır.30sn

6999	9996	9666	6969
6996	9999	6696	9966
6999	9696	6699	9969
6966	6996	9669	6666
6999	6966	6969	9696
6669	6996	9996	6996
6966	9999	6666	6999

Aşağıda verilmiş olan kelebeklerden  
en çok tekrar eden kelebek kaç kez tekrar etmiştir.2dk



Aşağıdaki kutucuklarda verilen 15 sözcüğe 30 saniye baktıktan sonra sayfayı çeviriniz.

FİKİR	KAĞIT	PEYZAJ	BULUT	KİTAP
ÜÇGEN	SİLGİ	BARDAK	PORTAKAL	KÖPEK
EKRAN	BAŞARI	DENİZ	YEŞİL	SANDALYE

Aşağıda 40 sözcük içerisinde bir önceki sayfada okuduğunuz 15 sözcüğü bulunuz. 2 dk.

YEŞİL	ZIMBA	BARDAK	KLAVYE	DENİZ
TAHTA	KAĞIT	EKRAN	BOYNUZ	TABLET
İNSAN	BAŞ	ANAHTAR	KALEM	KİTAP
SİLGİ	SAYFA	SANDALYE	PENCERE	MASA
DOĞA	GEYİK	PAPATYA	DÜŞÜNCE	YAPRAK
MÜREKKEP	BEYİN	PORTAKAL	FİKİR	BULUT
BAHÇE	ÜÇGEN	YÜZ	KÖPEK	ERİK
PEYZAJ	BAŞARI	GÖKYÜZÜ	BİLGİSAYAR	ZİHİN

Aşağıda horoz şekeri, elma şekeri ve renkli şekerlerin yer aldığı bir şekerlemecide şekerlerin fiyatı aşağıdaki şekilde eşitlenmiştir. Buna göre eşitliğin sağlanabilmesi için elma şekerinin karşısına kaç tane renkli şeker gelmelidir?3dk



=



=



=

?



A) 18

B) 25

C) 15

D) 30

Aşağıdaki tablolarda ilk harfi renkli olan 5 harfli sözcükleri bulunuz.3dk

(Harfler birbirini çapraz değil, yatay ve dikey olarak takip etmektedir.)

1

C	A	B	O
E	L	M	J
F	I	K	H
H	G	L	I

2

P	A	S	K
R	U	L	Y
T	N	A	D
L	V	P	E

3

T	J	L	V
A	V	Z	S
C	U	B	F
A	K	R	L

4

E	D	O	K
O	L	Y	T
A	N	U	Ş
N	I	H	M

5

İ	İ	Y	E
N	K	L	G
T	K	Y	A
O	İ	B	E

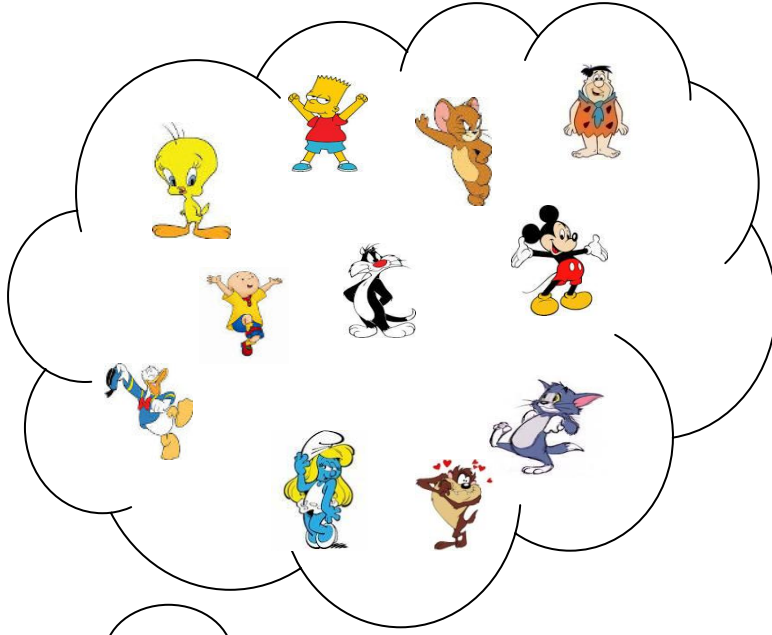
6

L	R	A	B
F	G	K	D
L	A	O	E
E	T	P	S

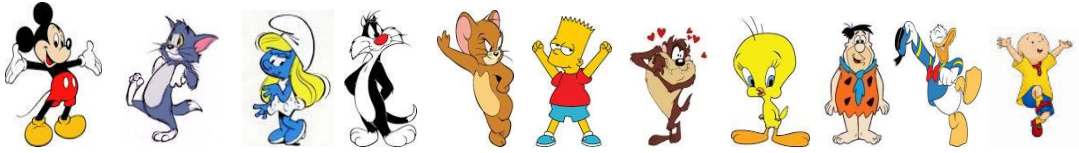
Aşağıdaki kelimelerden her biri soldaki sayılardan birisiyle gösterilmektedir. Her harfin karşılığı olan bir rakam var. Hangi sayının hangi kelimeye karşılık geldiğini bulup eşleştiriniz.5dk

234513	1	A	ADANA
45136	2	B	NİSAN
63453	3	C	RESİM
18452	4	D	MANİSA
65486	5	E	NESİR
87868	6	F	MESİRE
13452	7	G	SİREN
25184	8	H	MİRAS
68784	9	I	NADAS
286548	10	J	RASİM

Aşağıdaki bulut üzerinde bulunan  
resimlerin hepsinin bir arada olduğu satırı bulunuz.1dk



1



2



3



4

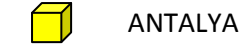


5





Aşağıdaki şehirlerin alfabetik sıralaması hangi seçenekte doğru verilmiştir?3dk



ANTALYA



AFYONKARAHİSAR



ADANA



ANKARA



AYDIN



ARTVİN



AMASYA



AĞRI



ADİYAMAN



AKSARAY

A



B



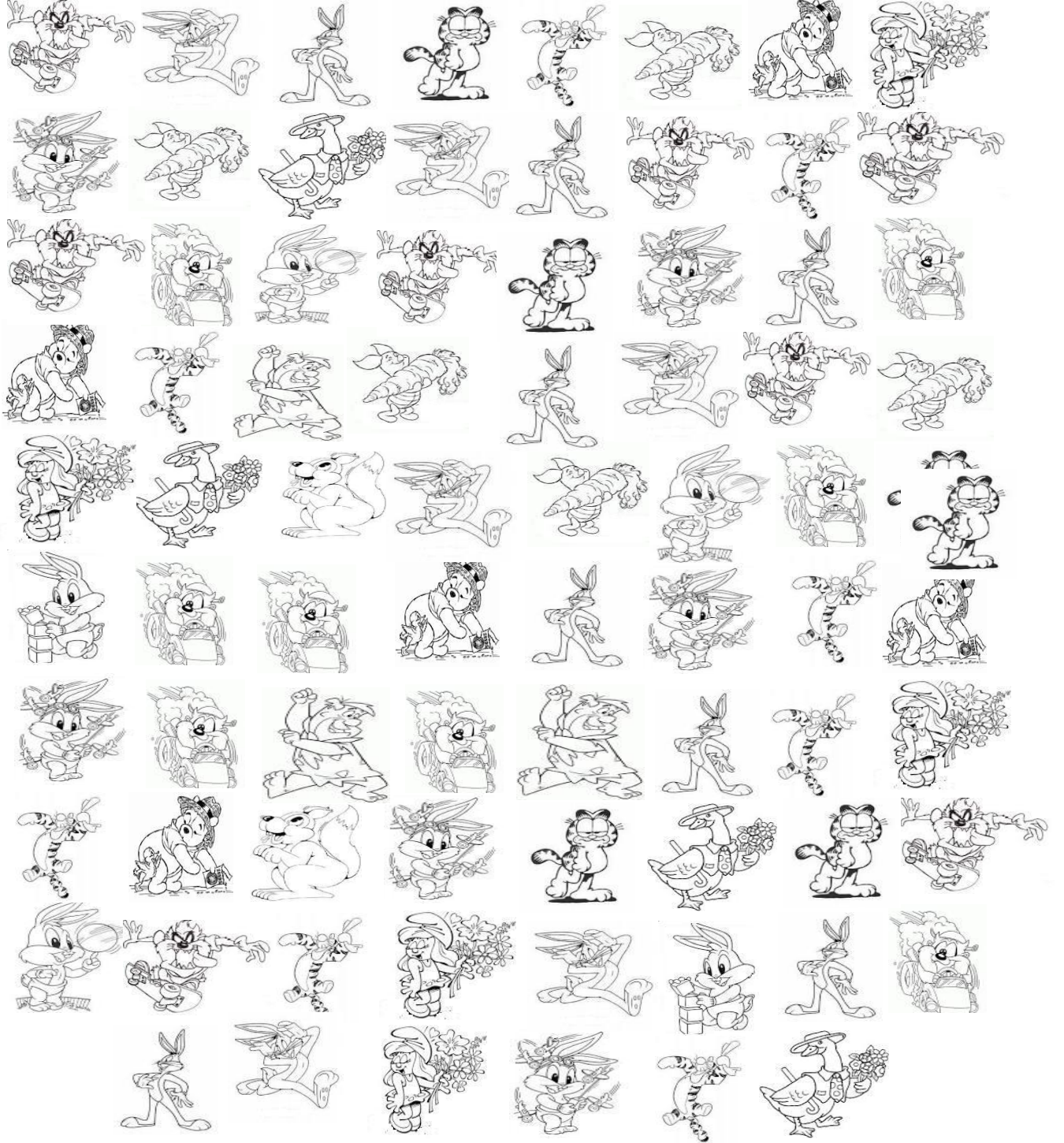
C



D



Aşağıda verilen figürden kaç tane olduğunu bulunuz.45sn.



Aşağıdaki resimlere 20 sn.  
baktıktan sonra sayfayı çeviriniz.

1



2



3



4



Aşağıda verilen resimlerden hangileri bir önceki sayfada yer almaktadır.30sn

1



1



2



3



4

2



1



2

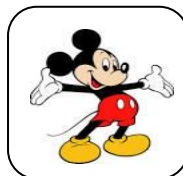


3



4

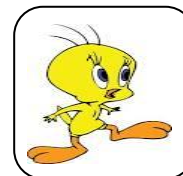
3



1



2



3



4

4



1



2



3



4

Aşağıdaki sebzelerin resimlerini kelimelerle eşleştirdiğimizde hangi kelimenin resim karşılı yoktur?2dk roka



Soğan



Kabak



Maydonoz



Mısır



Havuc



Mantar



Nane



Yeşil fasulye



Bamya



Enginar



Dolmalık Biber



Kereviz



Marul Ispanak



Dere otu



Bal kabağı



Bezelye



Sivri biber



Roka



Patates



Domates



Karnibahar



Salatalık



Brokoli



Lahana



Pirasa



Kırmızı biber



Sarımsak



Patlıcan



Turp



Yeşil soğan

Aşağıdaki sembollerle harfler eşitlenmiştir. A ,B, C kutucuklarındaki sıralamayı X,Y,W kutucukları ile eşleştirin.2dk

Ш	я	и	б	ю	ц	ъ	ж	ф	ы
К	і	В	Ç	М	Ö	С	Н	Е	Л

A

ф цъ цъ  
ф ш и и ш  
и цъ ф ш

B

ф б я ш ф  
я б ф ш  
б я б ф ш

C

ф б я ы ш  
ы я ф ш б  
б я ы ф ш

X

Е Ö С Ö С  
Е К В В К  
BÖCEK

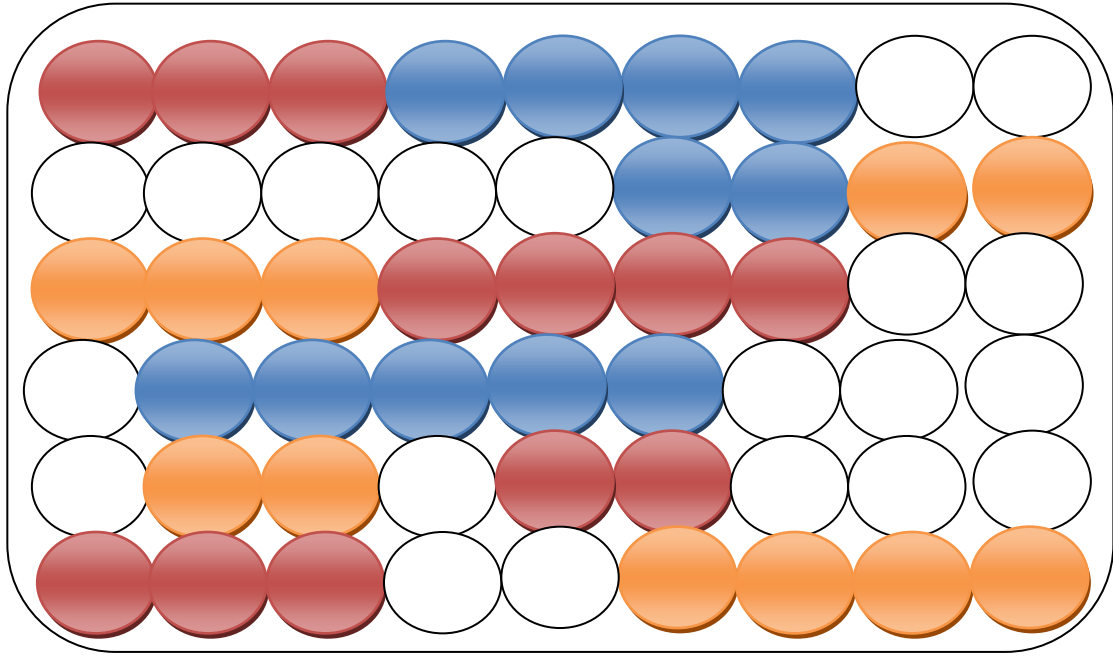
Y

Е Ç İ L K  
L İ E K Ç  
ÇİLEK

W

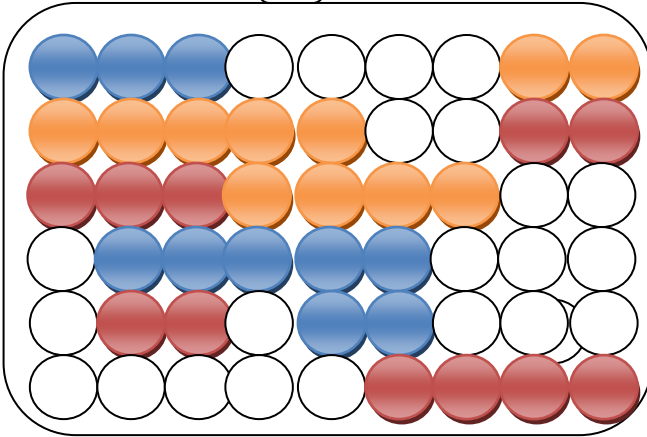
Е Ç İ К Е  
İ Ç E K  
ÇİÇEK



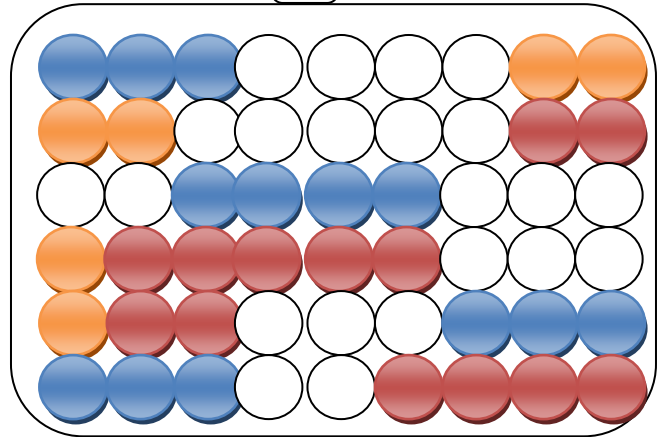


**Yukarıdaki boncuklardan turuncular kırmızıya,kırmızılar maviye,maviler beyaza,beyazlar turuncuya boyanırsa aşağıdaki seçeneklerden hangisi oluşur.1dk**

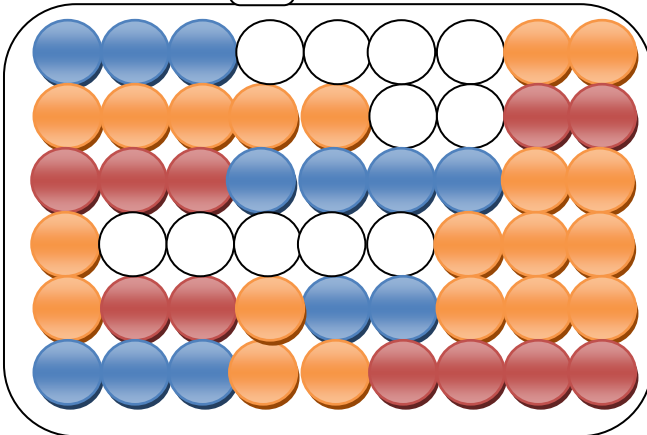
1



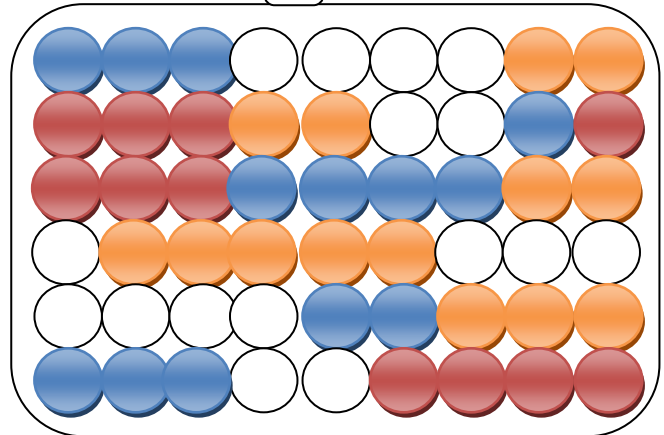
2

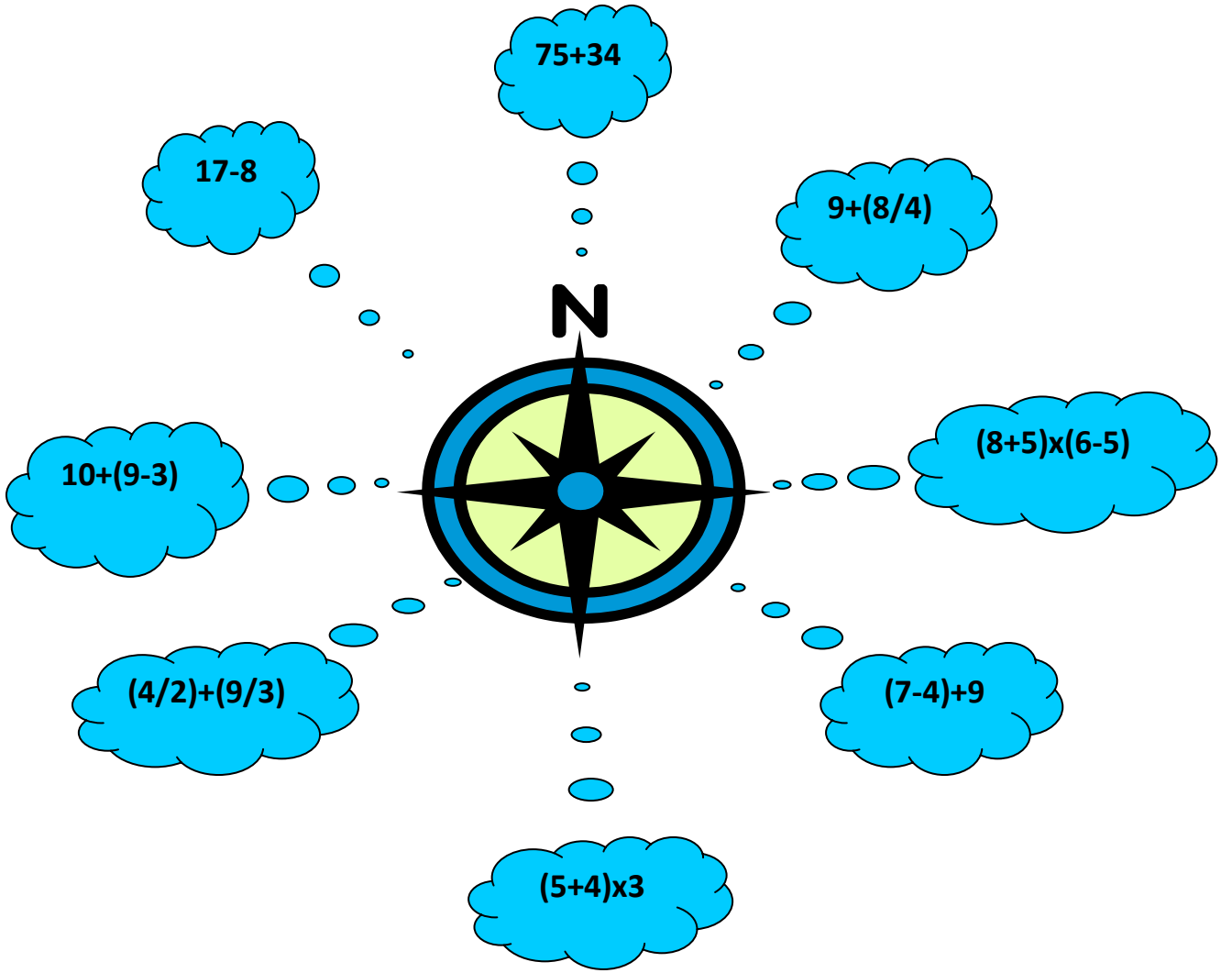


3



4





Yukarıdaki bulutlarda ki matematik işlemlerini yapıp cevaplarını aşağıdaki yön adlarıyla eşleştiriniz.3dk

Kuzey:	13
Güney :	5
Doğu :	9
Batı:	13
Güneydoğu:	27
Kuzeydoğu:	13
Güneybatı:	109
Kuzeybatı:	16



Aşağıdaki sayılardan yeşil pano içerisinde yer almayan sayıları bulunuz. 3 dk.

47 58 102 306 335 29

73 24 13 17 86 42

83 18 53 74 50

91 90 46 71 51 20 25

987

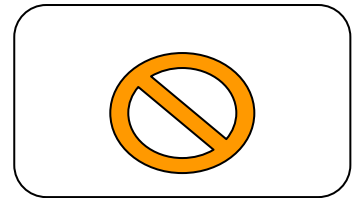
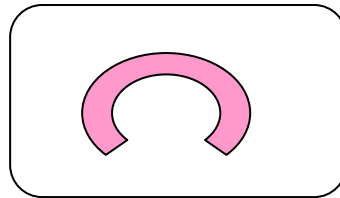
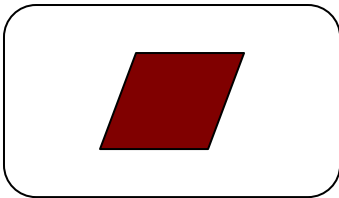
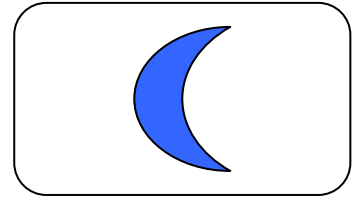
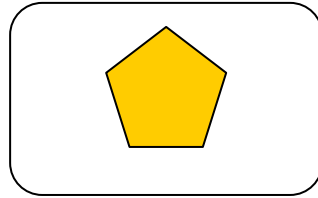
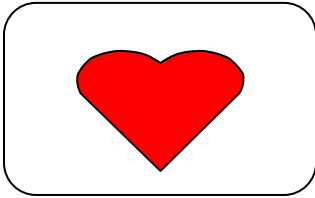
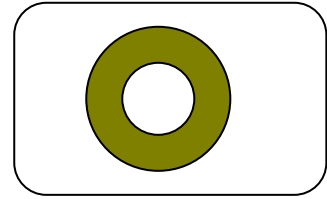
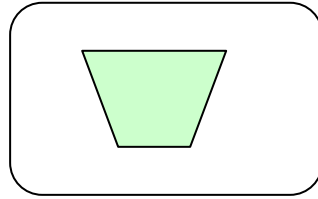
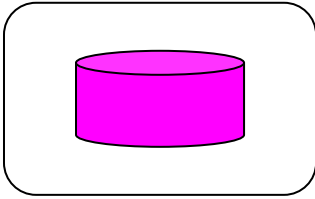
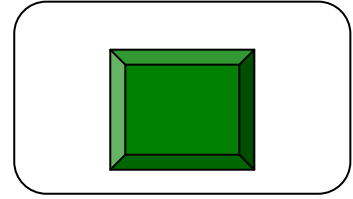
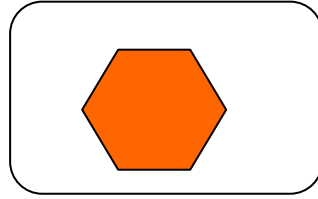
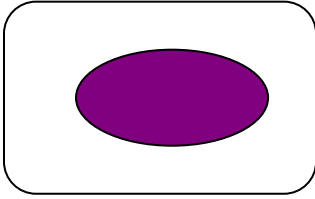
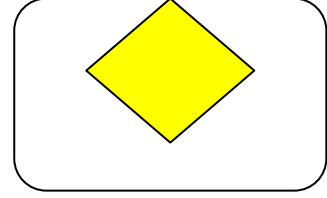
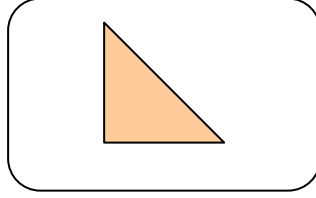
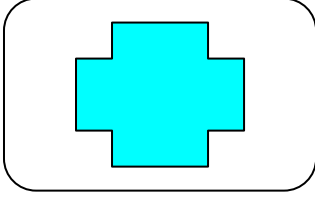
769 114 59 27 68 28

28 92 95 86

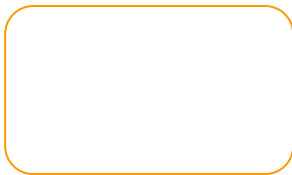
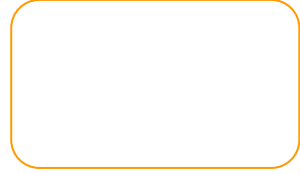
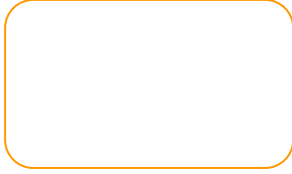
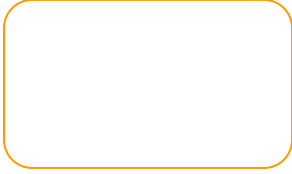
83 18 35 84 921

59	47	58	18	35	84	987
102		335	29			
73	24	13	17	86		86
42			18		53	
74	28		306			
20		25		90		
		114	27	68		

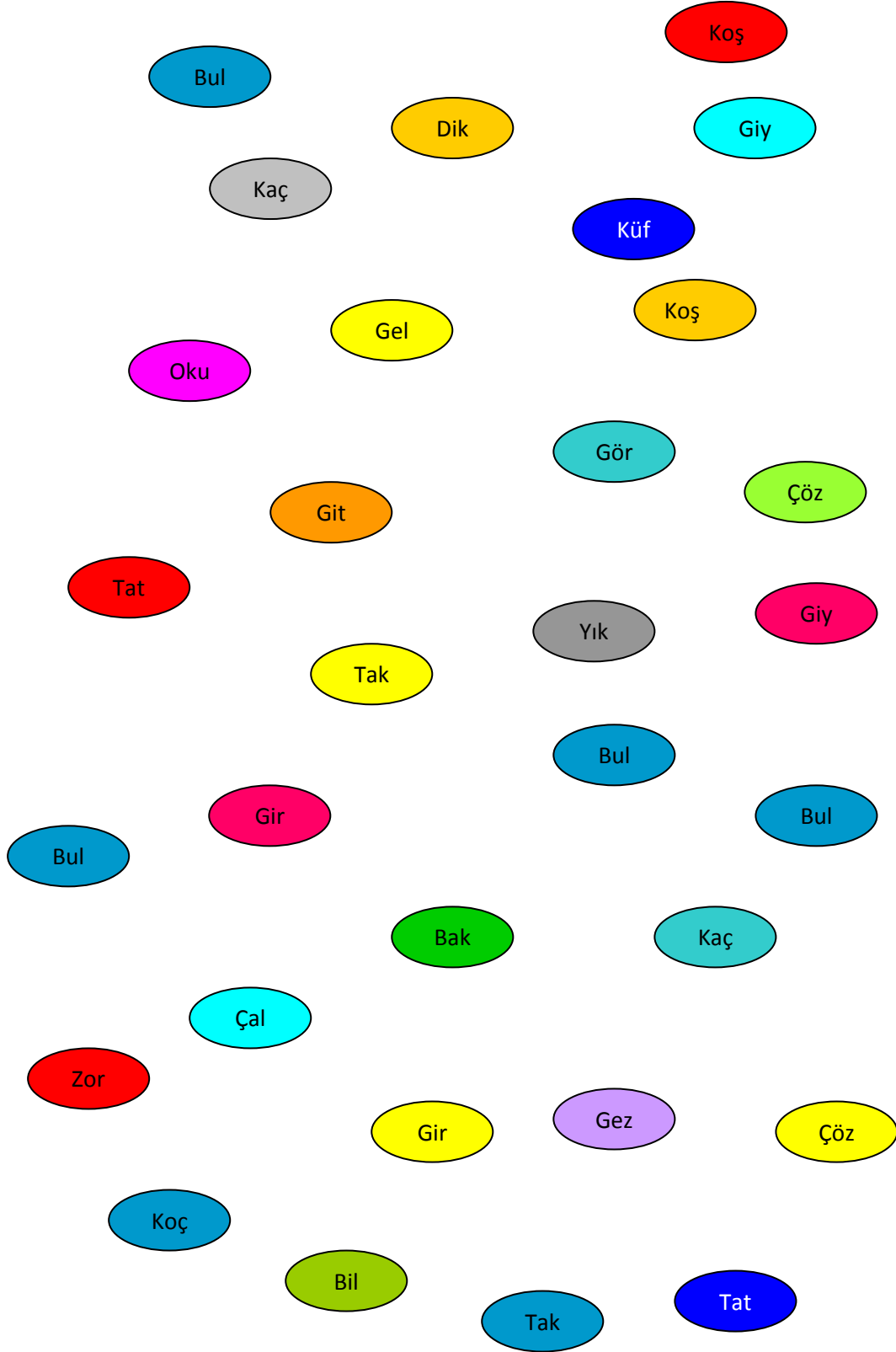
Aşağıdaki şekillere buldukları kutucuklara göre 1 dk. bakıp sayfayı çeviriniz.



**Bir önceki sayfada verilen  
şekilleri doğru kutucuklara çiziniz.3dk**



Aşağıdaki sözcükler arasında isim olan 3 sözcüğü bulunuz . 1.5 dk.



Aşağıdaki tabloda her bir satırdaki sözcüklerle anlamlı bir cümle kurulduğunda, bir sözcük dışarıda kalıyor. Aşağıda örnekte yapıldığı gibi cümlenin bütünlüğünü bozan sözcükleri bulunuz.3dk.

	1	2	3	4	5	6	7	8
A	el	verip	arkadaş	bulmuştu.	ele	iki	ağaçları	suladılar
B	oyunun	anlamıyor.	birlikte	kurallarını	Ali	küçük	için	olduğu
C	burnuna	kurabiyelerin	geldiğinde	gelmişti.	en sevdiği	oynuyor	kokusu	Eve
D	Öğretmeni	hiç	aksattığını	görmemişti	kağıt	okul	ödevlerini	Ahmet'in
E	ekmek	sonra	oturur	sabah	annesini	ilk önce	kahvaltıya	öper
F	yaşlı	bekliyorken	amca	geldi.	bir	durakta	yapacak	yanına
G	hafta sonu	izlemeye	gideceğiz	beklediğim	sabırsızlıkla	filmi	bardak	gideceğiz
I	baharda	çiçeklerle	buralar	kokarlar	rengarenk	dolar	mis gibi	bisikletle

Örnek: İki arkadaş el ele verip ağaçları suladılar.

Aşağıda verilmiş şekillerden farklı olanları bulunuz.1dk

	1	2	3	4
A				
B				
C				
D				
E				
F				
G				
H				
I				
K				
L				
M				
N				

Aşağıda kutucuk içerisinde verilen hangi iki harf ve rakamın yerleri bir alt kutucukta değişmemiştir. 1dk.

bp		kl	sz		12	ge		öö	
	dc			iu		ca	so	34	eo
74	sa		nm		yf	96		ts	tf
mn		zs		57	un		pd		49
	bd		86	db		or		vg	
	ğf		nu		fk		ai		kt

pb		lk	zs		21	eg		oö	
	cd			iu		ac	os	43	oe
47	as		mn		fy	96		st	ft
nm		sz		75	un		pd		49
	db		68	bd		ro		gv	
	fğ		nu		kf		ia		tk

Aşağıda her sırada verilen harf ve sayıları okuduktan sonra sayfayı çeviriniz. 30 sn.

	A	B	C	D
1	xyz	xzy	zyx	zxy
2	568	685	865	586
3	mnr	nrm	mrn	rmn
4	utv	vut	tvu	uvt
5	271	217	172	721
6	983	839	398	938



Aşağıda eksik olan harf ve sayı grubunu bulunuz. 2 dk.

A

B

C

D

1

xyz

xzy

zyx

.....

2

568

685

.....

586

3

mnr

.....

mrn

rmn

4

.....

vut

tvu

uvt

5

271

.....

172

721

6

983

839

.....

938

Aşağıdaki kelimelerin doğru yazımlarını bulunuz.1dk.

- 1 a ) idaa b ) idda c ) iddia d ) iddaa
- 2 a ) tehtid b ) tehdit c ) tehtit d ) tehdid
- 3 a ) labaratuvar b ) laboratuvar c ) laboratuvar d ) labaratuvar
- 4 a ) piyanist b ) pianist c ) piyanis d ) piyaniz
- 5 a ) orcinal b ) oricinal c ) orjinal d ) orijinal
- 6 a ) pisikolojik b ) psikolojik c ) pskolojik d ) piskolojik
- 7 a)konservatuvar b)konservetuar c)konservatuvar d)konservetuar
- 8 a )kurdela b ) kordela c ) kordalye d ) kurdele
- 9 a ) parantez b ) parentez c ) parantes d ) parentes
- 10 a ) çikulata b ) çikolata c ) çukulata d ) çukolata

### 3. VE 4. SINIF EGZERSİZLERİ CEVAP ANAHTARI

#### 3. SINIF

Sayfa no	
106	6b,2e,6f,2i
107	a8,c2,d5,f1,h7
108	4312,3421,4213
109	6 tane “a”,5 tane “s”
110	UYGULAMA
111	1,4
112	Mavi:SAR,Sarı:HAM,Kırmızı:KASA, Yeşil:PALA
113	Kırmızı;10
114	C1,h3,f5,i8,d10,i13
115	UYGULAMA
116	UYGULAMA
117	L4,C8,H4
118	UYGULAMA
119	C
120	A3,B5,C1,D7,E8,F6,G2
121	UYGULAMA
122	123/312/213,acb/bca/cab,spr/srp/psr, egf/fge/feg
123	25
124	11
125	20
126	e
127	4B,7E,5H,5K
128	A,F,A,F,A,F,A,,F,A,A,A

#### 4.SINIF

Sayfa no	
130	∞ işareti
131	4 tane
132	7 kez
133	UYGULAMA
135	D)30
136	1.Balık,2.Aslan,3.Tavuk,4.Koyun 5.Geyik,6.Karga
137	A6,B5,C7,D10,E3,F1,G2,H8,I9,J4
138	3
139	C
140	6
141	4,3,2,4
143	ROKA
144	AX,BW,CY
145	3
146	KUZEY:109 GÜNEY: 27 DOĞU:13 BATI: 16 KUZEYDOĞU: 11 KUZEYBATI: 9 GÜNEYDOĞU:12 GÜNEYBATI: 5
147	50,83,769
148	UYGULAMA
150	ZOR,KÜF,KOÇ
151	B3,C6,D5,E1,F7,G7,I8
152	N2,K3,F2,C4
153	Nu,iu,un,96,49
154	zxy,865,nrm,utv,217,398
156	1-c,2-b,3-c,4-a,5-d,6-b,7-c,8-d,  9-a, 10-b

## Kaynakça

Amerikan Psikiyatri Birliđi(2000).DSM-IV-TR Tanı Ölçütleri Başvuru Kitabı.(Çeviren:Prof.Dr.Ertuđrul Korođlu).Ankara:Hekimler Yayın Birliđi.

Hayta, Kemal H.(2001).Biraz Hiperaktifiz Galiba. İstanbul: Timaş Yayınevi.

Kılıç, Gülderen; Tunca, Özlem Özden(2000). Yaratıcı ve Görsel Etkinliklerle Uygulamalı Dikkat Geliştirme. İstanbul: Yapa Yayınevi.