

Ders Planı

2023-1-SK01-KA220-SCH-00015112



Başlık	Yaşam Tarzı ve Dijital Planlama	
Eğitim biriminin adı:	Akıllı Yaşam: Dijital Planlama ile Dengeli Bir Yaşam Tarzı Tasarlamak	
YAŞ: 8–15	Süre (dk) 180 dakika	Ders sayısı 4
<u>Öğrenci odaklı eğitim hedefleri (içerik ve performans standartları)</u> <u>Öğrenciler, Yaşam Tarzı Yönetiminde Teknolojinin Rolünü ve dijital araçların sağlık, eğitim ve zaman yönetimi de dahil olmak üzere yaşamın çeşitli yönlerini planlamak ve organize etmek için nasıl kullanılabileceğini öğrenecekler.</u> <u>Dijital Organizasyon Becerilerinin Geliştirilmesi: Öğrenciler, sağlıklı yaşam, üretkenlik ve hedef belirleme gibi alanlara odaklanarak dengeli bir yaşam tarzı planlamak ve yönetmek için dijital araçları ve uygulamaları kullanacaklar.</u> <u>Problem Çözmede Yaratıcılığı Geliştirme: Öğrenciler günlük rutinleri kolaylaştırmaya ve sağlıklı yaşam tarzı alışkanlıklarını teşvik etmeye yardımcı olan dijital sistemler veya uygulamalar tasarlayacaklar.</u> <u>İşbirliği ve Eleştirel Düşünme: Öğrenciler, zaman yönetimi veya iş ile boş zaman arasında denge kurma gibi yaygın yaşam tarzı zorluklarına yönelik dijital çözümler üretmek için ekipler halinde çalışacaklar.</u> <u>Mühendislik Tasarım Düşüncesi: Öğrenciler, sağlıklı ve düzenli bir yaşam tarzını yönetmeye yardımcı olan kullanıcı dostu dijital planlama araçları oluşturmak için mühendislik tasarım sürecini uygulayacaklar.</u>		
Didaktik araçlar ve didaktik araçlar (aletler): Tasarım yeteneklerine sahip 3D Dünya ortamı. Grup halinde çalışmaya yönelik işbirlikçi çevrimiçi bileter.		

Kaynaklar/referanslar (video, metodoloji):

Motivasyon aşaması:

Süre (dk): 10-20 dakika

Amaç: Öğrencilere yaşam tarzı yönetimi kavramını tanıtmak ve teknolojinin günlük yaşamı düzenlemek ve iyileştirmek için nasıl kullanılabileceğini öğretmek.

Etkinlik: "Dijital Planlayıcıda Bir Gün"

- Araç: Popüler bir dijital planlama aracı (örneğin Google Takvim, Notion, Todoist, Trello).
- Amaç: Öğrencilere günlük görevleri yönetmeye, zamanı organize etmeye ve hedef belirlemeye yardımcı olan dijital planlama araçları ve uygulamaları tanıtılacaktır.
- Görev: Öğrenciler, okul zamanı, ödev, ders dışı etkinlikler ve kişisel zaman dahil olmak üzere tipik bir okul günü veya haftasını dijital bir planlayıcıya girecekler.
- Tartışma: Öğrencilerle dijital planlamanın organize olmalarına ve stresi azaltmalarına nasıl yardımcı olabileceğini tartışın ve kendi rutinlerini iyileştirmek için teknolojiyi nasıl kullanabileceklerini sorun.

Maruz kalma aşaması (keşif):

Süre (dk): 30-40 dakika

Amaç: Öğrencilere, dijital araçların yaşam tarzlarının çeşitli yönlerini yönetme ve optimize etme konusunda nasıl yardımcı olabileceğini araştırarak keşfe dayalı öğrenme sürecinde rehberlik etmek.

Etkinlik: "Akıllı Günlük Rutininizi Tasarlayın"

- Araç: 3D Sanal Dünya platformu veya dijital organizasyon uygulamaları (örneğin görsel tasarım için Google Keep, Trello veya Minecraft Education).
- Amaç: Öğrenciler, dijital planlama araçlarını kullanarak kişiselleştirilmiş, dengeli bir günlük rutin tasarlamak için bireysel olarak veya küçük gruplar halinde çalışacaklardır.

İşlem:

1. Araştırma: Öğrenciler, sağlık (egzersiz, beslenme, uyku), eğitim (çalışma zamanı, ödevler) ve boş zaman (hobiler, sosyal aktiviteler) gibi yaşam tarzı yönetiminin farklı yönlerini araştırarak. Bu alanları yönetmeye yardımcı olan mevcut dijital araçları (örneğin sağlık uygulamaları, çalışma planlayıcıları) keşfedecekler.

2. Tasarım: Öğrenciler, 3 boyutlu sanal bir platform veya dijital planlayıcı kullanarak ideal dengeli günlük rutinlerinin görsel bir temsilini oluşturacaklar. Egzersiz, öğrenme, sosyalleşme ve rahatlama gibi genel refahlarına katkıda bulunan aktiviteler için zaman ayıracaklar.
3. Etkileşimli Öğ: Ekipler, rutinlerini gerçek zamanlı olarak takip etmek ve ayarlamak için dijital araçları nasıl kullanabileceklerini simüle edecekler. Örneğin, ekran tabanlı aktivitelere çok fazla zaman harcadıklarını fark ederlerse, fiziksel aktivitelere öncelik vermek için programlarını ayarlayabilirler.
4. Düşünme: Öğrenciler rutinlerini tasarladıktan sonra, bunun ne kadar gerçekçi olduğunu ve dijital araçları kullanarak zamanlarını ve sağlıklarını yönetme konusunda neler öğrendiklerini düşünecekler.

STEAM Disiplinleriyle Entegrasyon:

- Bilim: Sağlığı, refahı ve dengeli bir yaşam için uyku, egzersiz ve beslenmenin önemini anlamak.
- Teknoloji: Organizasyon ve yaşam tarzı yönetimini kolaylaştıran uygulamaları ve dijital araçları keşfetmek.
- Mühendislik: Dijital araçları kullanarak optimize edilmiş bir günlük rutin tasarlamak.
- Matematik: Farklı görevler için zaman ayırmayı hesaplamak, üretkenliği optimize etmek ve hayatın çeşitli yönlerini dengelemek.
- Sanatlar: Günlük rutinlerinin estetik açıdan hoş dijital planlarını ve temsillerini oluşturmak.

Fiksasyon aşaması (sabitleme ve derinleştirme):

Süre (dk): 50-60 dakika

Amaç: Öğrencileri, kendi dijital planlama araçlarını tasarlayıp oluşturarak gerçek dünyadaki yaşam tarzı zorluklarını çözmeye teşvik etmek.

Etkinlik: "Yaşam Tarzı Teknolojisi Mücadelesi: Kendi Dijital Planlayıcınızı Oluşturun"

- Araç: 3D Sanal Dünya platformu veya uygulama geliştirme platformları (örneğin Scratch, Tynker, CoSpaces).
- Amaç: Öğrenciler, insanların günlük rutinlerini yönetmelerine ve iyileştirmelerine yardımcı olan, sağlıklı ve dengeli bir yaşam tarzını teşvik eden bir dijital araç veya sistem tasarlayacak ve prototipini oluşturacaklardır.

Senaryo Seçenekleri (Birini seçin veya öğrencilerin seçmesine izin verin):

- Senaryo 1: Sağlıklı Yaşam Tarzı Takipçisi Kullanıcıların sağlık ve zindelik aktivitelerini (egzersiz, su tüketimi, uyku, beslenme) takip etmelerine yardımcı olan ve sağlıklı bir dengeyi korumak için hatırlatıcılar ve öneriler sağlayan dijital bir araç veya uygulama oluşturun.
- Senaryo 2: Ders-Yaşam Dengesi Planlayıcısı Öğrencilerin okul çalışmaları ve kişisel yaşamları arasında denge kurmalarına yardımcı olan, teslim tarihlerine, çalışma hedeflerine ve boş zaman tercihlerine göre zaman yönetimi önerileri sunan dijital bir planlayıcı tasarlayın.
- Senaryo 3: Dijital Minimalizm Planlayıcısı Kullanıcıların ekran süresini azaltmalarına, üretken görevlere odaklanmalarına ve okuma veya egzersiz gibi bilinçli, çevrimdışı aktiviteler için zaman planlamalarına yardımcı olan bir dijital planlayıcı geliştirin.

İşlem:

- Problemi Tanımlayın: Öğrenciler, okul, iş ve kişisel zaman arasında denge kurmak veya daha sağlıklı alışkanlıklar edinmek gibi bir yaşam tarzı yönetimi zorluğu seçerler. Dijital bir aracın nasıl bir çözüm sağlayabileceğini belirlerler.
- Beyin Fırtınası ve Tasarım: Öğrenciler gruplar halinde, araçlarının sahip olması gereken özellikler (örneğin, hatırlatıcılar, ilerleme takip araçları, motivasyon mesajları) hakkında beyin fırtınası yaparlar. Ardından, seçtikleri platformda dijital bir prototip tasarlarlar.
- Prototip Oluşturma ve Test Etme: Öğrenciler, sanal bir dünya kullanarak veya sahte bir uygulama arayüzü oluşturarak dijital planlayıcılarının nasıl çalıştığını simüle edecekler. Planlayıcılarının, kullanıcıların hedeflerine (örneğin, ders çalışma tarihlerine uyma, egzersiz hedeflerine ulaşma) ulaşmalarına etkili bir şekilde yardımcı olup olmadığını test edecekler.
- Sunma ve Düşünme: Ekipler, dijital planlayıcılarını sınıfa sunarak nasıl çalıştığını ve kullanıcıların yaşam tarzı yönetimini nasıl iyileştirdiğini açıklayacaklar. Sınıf geri bildirim sağlayabilir ve öğrenciler tasarımlarının kullanılabilirliği üzerine düşünebilirler.

Mühendislik Tasarım Süreci:

- Sorunu Belirleyin: Hangi yaşam tarzı yönetimi zorluğunu ele alıyorsunuz (örneğin, zaman yönetimi, sağlıklı yaşam takibi, stresi azaltma)?
- Beyin fırtınası: Dijital araçlar aracılığıyla bu sorunu çözmeye veya iyileştirmeye hangi özellikler yardımcı olabilir?
- Tasarım: Dijital planlayıcınız veya aracınız nasıl çalışacak? Nasıl görünecek?
- Test: Dijital planlayıcınız sanal dünyadaki veya prototip simülasyondaki yaşam tarzı zorluğunu etkili bir şekilde ele alıyor mu?
- İyileştirme: Geri bildirimlere dayanarak, dijital planlama aracınızın tasarımını nasıl iyileştirebilirsiniz?

Öğrenci değerlendirmesi:

- "Dijital Planlayıcıda Bir Gün" etkinliğine katılım ve zaman ve yaşam tarzı yönetimi üzerine sınıf içi tartışmalar.
- Sanal dünyada veya dijital planlayıcıda tasarlanan "Akıllı Günlük Rutin"in yaratıcılığı ve işlevselliği.
- "Yaşam Tarzı Teknoloji Yarışması" sırasında ekip çalışması ve problem çözme.
- Sunumlar ve dijital planlayıcılarının belirli bir yaşam tarzı zorluğunu nasıl ele aldığını açıklayabilme becerisi.

Ekler: