

GÜNLÜK RUTİNLER VE ÇİZELGE ÖRNEKLERİ



Kullanım Talimatları

1- Bu materyal, öğrencilerin günlük yaşam becerilerini kazanmasını ve rutinlerini bağımsız olarak sürdürebilmesini desteklemek amacıyla hazırlanmış görsel bir takip çizelge örnekleridir.

2- Materyalde günlük yaşam rutinlerine ait görseller ve kontrol listeleri kullanılmıştır. Öğrencinin bireysel gereksinimlerine göre ilgili sayfalar seçilerek kullanılabilir.

3- Materyalin uzun ömürlü kullanımı için sayfaları laminasyonla kaplayabilir ve silinebilir kalemle tekrar tekrar kullanabilirsiniz. İsterseniz PDF formatında tablet veya bilgisayar üzerinden de kullanılabilir ya da çıktısını alarak etkinlikleri uygulayabilirsiniz.

Öğretim Aşamaları

1- Öğrenciye kontrol listesini tanıttın ve yönergeyi verin: "Çizelgene başla" veya "Tamamladığın etkinliği işaretle." Ardından öğrencinin tepkisini bekleyin.

2- Öğrenci doğru tepki veremezse sözel, model olma veya fiziksel ipucu sunarak doğru davranışı gerçekleştirmesine yardımcı olun.

3- Öğrenci doğru tepki verdiğinde sözel övgü veya uygun bir pekiştireç kullanın.



SABAH RUTİNİM



1

Yataktan kalk



2

Yüzünü yıka



3

Kahvaltı yap



4

Dişlerini fırçala



5

Üzerini giy

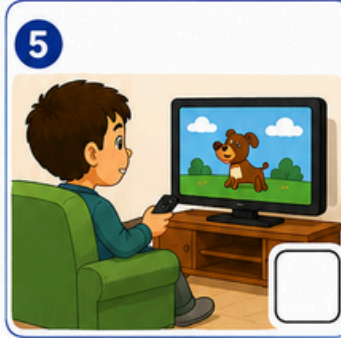


6

Okula git



BİR GÜNÜM



Okul Rutinim

☐

Derslere katıl

☐

Öğle yemeğini ye

☐

Arkadaşlarıyla oyna

☐

Eve dön



Yemek Yeme Rutinim

1

Ellerini yıka



2

Yemek masasına
otur



3

Yemeğini ye



4

Suyunu iç



5

Tabağını
bulaşık makinesine koy



6

Ellerini yıka



7

Dişlerini fırçala





AKŞAM RUTİNİM



1

Akşam
yemeği ye

☐

2

Ödevlerini
yap

☐

3

Kitap oku

☐

4

Oyun oyna /
Dinlen

☐

5

Banyo yap

☐

6

Dişlerini
fırçala

☐

7

Uyu

☐

El Yıkama Rutinim

☐

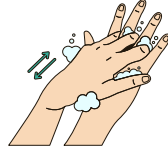
Musluğu aç

☐

Ellerini ıslat

☐

Sabun al

☐

Ellerini köpürt

☐

Ellerini durula

☐

Musluğu kapat

☐

Ellerini kurula



DİŞ FIRÇALAMA ÇİZELGESİ

☐		Diş fırçasını al.
☐		Diş macununu sür.
☐		Ön dişlerini fırçala.
☐		Sağ tarafı fırçala.
☐		Sol tarafı fırçala.
☐		Ağızını çalkala.
☐		Diş fırçasını yıka.
☐		Diş fırçasını yerine koy.



Tırnak Kesme Çizelgesi

☐		1. Sakince Otur
☐		2. Elini Masaya Koy
☐		3. Tırnak Makasını Al
☐		4. Tırnakların Kes
☐		5. Tırnakların Temiz!



PARK ÇİZELGEM

1



2



3



4



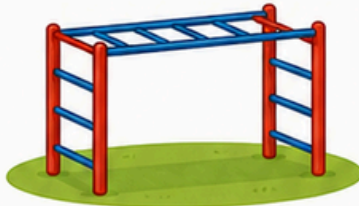
5



6



7



OMLET YAPMA ÇİZELGEM

1



Malzemeleri hazırla.
(Yumurta, sıvı yağ, tuz)

2



Yumurtaları bir kaba kır.
Çırp.

3



Biraz tuz ekle.
Karıştır.

4



Tavaya sıvı yağı koy.
Isıt.

5



Çırdığıın yumurtayı
tavaya dök.

6



Kısık ateşte omletin altı
pişene kadar bekle.

7



Omleti ortadan katla.
Biraz daha pişir.

8



Omletin hazır!
Tabağına al ve afiyetle ye.



CAM SİLME ÇİZELGESİ

1



2



3



4



5



6



OYUN HAMURU ÇİZELGEM



SELÇUKLU OTİZMLİ BİREYLER EĞİTİM VAKFI EĞİTİM MATERYALLERİ SERİSİ

Bu materyal ücretsiz olup eğitim amaçlı kişisel kullanımlar için SOBE VAKFI Dijital İçerik Uzmanı tarafından oluşturulmuştur. SOBE Vakfı'nın izni olmadan kopyalanması, çoğaltılması ve dağıtılması yasaktır.

Soru ve önerileriniz için aşağıdaki mail adresinden Dijital İçerik Uzmanı ile iletişime geçebilirsiniz.

sobep@sobe.org.tr

Örnek eğitim materyallerini indirmek için linki tıklayabilir ya da QR kodunu okutarak indirme işlemini gerçekleştirebilirsiniz.

<https://drive.google.com/drive/u/1/folders/11vgbmlynrWVYdbFaIM-2-yo6Fk9MEYp>



www.sobe.org.tr

