YÜZ YIKAMA

Günlük yaşam becerileri | Paket 02 | Öğretmen, öğrenci ve aile

Amaç: Öğrencinin yüzünü suyla nazikçe yıkayıp temiz havluyla, mümkün olduğunca bağımsız kurulaması.

İçerik: Öğretmen rehberi, 9 basamaklı beceri analizi, iki alternatif lavabo çizelgesi, kesilebilir hareket kartları, eksik görsel, malzeme seçme, günlük durum kartları, uygun davranışı seçme, performans kaydı, genelleme ve aile takip formları.

İki çizelge: Birinde yüz ve üst beden yakından, diğerinde öğrenci baştan ayağa görünür. Öğrencinin hareketi daha kolay ayırt ettiği çizelgeyi seçin. Aynı basamak sırası bütün materyallerde korunur.

Okuma gerekmez: Öğrenci görselleri göstererek, eşleyerek veya yerleştirerek yanıtlayabilir. Kısa yazılar yetişkin içindir. Kart seçme başarısı ile gerçek lavaboda beceriyi yapma başarısını ayrı değerlendirin.

Başlangıç: Önce doğal rutinde gözlemleyin, gereken desteği belirleyin. Yaştan çok öğrencinin mevcut performansına, motor ve duyusal ihtiyaçlarına göre uyarlayın. Konuşma, okuma ve görsel sıralama zorunlu ön koşul değildir.

Hedef örneği: Öğrenci üç ardışık doğal uygulamada 9 basamağı yetişkin ipucu olmadan gerçekleştirir. Görsel çizelge kullanımı ayrıca kaydedilir. Hedef ve ölçüt öğrencinin ihtiyacına göre değiştirilebilir.

Baskı: A4, %100 ölçek. Lavabo çizelgesini sudan koruyun. Her sayfada kullanıcı adı bir kez ve küçük olarak yer alır.

Öğretmen uygulama rehberi

Suyla yüz yıkama | Gerçek lavaboda doğal öğretim

Ortam: Erişilebilir lavabo, temiz su ve kişiye ait temiz havlu hazırlayın. Su sıcaklığını yetişkin kontrol etsin. Gerekiyorsa sabit ve kaymayan basamak kullanın. Uzun saçları yüzden uzaklaştırın.

Başlangıç performansı: “Yüzünü yıka.” deyin. Yaklaşık 3-5 saniye bekleyin; işlemleme süresine göre uzatın. Yapılan her basamağı ve gereken ipucunu kaydedin. Yüzünde kir kaldıysa yetişkin uygun desteği vererek rutini tamamlasın.

Tüm beceri yöntemi: Her uygulamada bütün sırayı çalışın. Bağımsız yaptığı basamaklarda fırsat verin, zorlandığı yerde planlı yardım sunun. Zincir uzunsa önce bir bölümü hedefleyip diğer basamakları yetişkin tamamlayabilir.

İpucu: Görseli gösterme, kısa sözel yönlendirme ve model olma kullanılabilir. Fiziksel desteği ancak öğrenci kabul ediyorsa ve gerekliyse sunun. Başını lavaboya bastırmayın, yüzüne zorla su dökmeyin. Rahatsızlıkta durup yaklaşımı uyarlayın.

Desteği azaltma: Başarı arttıkça yardımı küçültün ve başlama fırsatını artırın. Hata olduğunda doğru hareketi kısa biçimde modelleyip yeniden denemesini sağlayın. “Havluyu kendin aldın.” gibi somut geri bildirim verin.

Duyusal uyarlama: Su sesi ve yüze dokunma rahatsız ediyorsa önce küçük miktarda suyla yanağa dokunma gibi kabul edilen hareketlerle başlayın. Yumuşak nemli bezle yüz temizliği alternatif olabilir; kullanılırsa beceri analizi ve kayıt formu da değiştirilir.

Genelleme: Evde ve okulda farklı lavabolar, temiz havlular ve yetişkinlerle çalışın. Öğretim bittikten 1 ve 2 hafta sonra aynı basamakları yeniden gözleyin.

Beceri analizi

Suyla yüz yıkama için 9 basamak

No	Gözlenebilir basamak
1	Musluğu açar.
2	Ellerini ıslatır.
3	Avuçlarına su alır.
4	Yüzünü suyla ıslatır.
5	Yüzünü elleriyle nazikçe yıkar.
6	Temiz su alıp yüzünü durular.
7	Musluğu kapatır.
8	Temiz havluyu alır.
9	Yüzünü havluyla nazikçe kurular.

Yıkama hareketi: Islak ellerle alın, yanaklar ve çene nazikçe temizlenir. Temiz su yüzün üzerinden geçirilir. Kurularken havlu hafifçe bastırılıp kaldırılır; göz çevresi ovuşturulmaz.

Uyarlama: Eller başlamadan önce kirliyse önce el yıkama rutini uygulanır. Sensörlü musluk ve kâğıt havlu için basamakları değiştirin. Gerekirse “yüzünü yıkar” basamağını öğrencinin ihtiyacına göre bölün.

Bu paketin kapsamı: Su ile günlük yüz temizliği. Sabun veya yüz temizleyicisi kullanımı bu sırada yer almaz. Öğrencinin kullandığı ürüne özel bir rutin gerekiyorsa ayrı basamaklandırın.

Yüzümü yıkıyorum

Yakın plan: Yüz ve üst beden | Lavabonun yanına asılacak çizelge

1



Musluğu aç

2



Ellerini ıslat

3



Avuçlarına su al

4



Yüzünü ıslat

5



Yüzünü nazikçe yıka

6



Yüzünü durula

7



Musluğu kapat

8



Temiz havluyu al

9



Yüzünü kurula

Yüzümü yıkıyorum

Alternatif: Öğrencinin tüm vücudu | Lavabonun yanına asılacak çizelge

1



Musluğu aç

2



Ellerini ıslat

3



Avuçlarına su al

4



Yüzünü ıslat

5



Yüzünü nazikçe yıka

6



Yüzünü durula

7



Musluğu kapat

8



Temiz havluyu al

9



Yüzünü kurula

Kes ve sıraya koy

Kartlar karışık verilmiştir. Kesip uygulama sırasına yerleştir.



Yüzünü nazikçe yıka



Yüzünü kurula



Ellerini ıslat



Musluğu kapat



Musluğu aç



Yüzünü ıslat



Temiz havluyu al



Avuçlarına su al

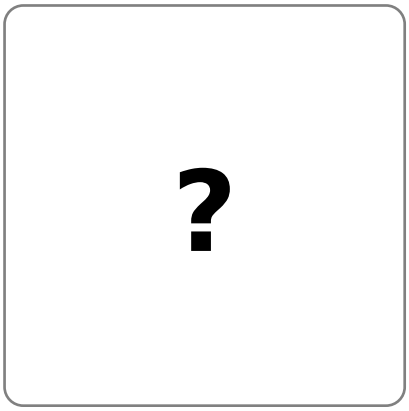


Yüzünü durula

Eksik görseli bul

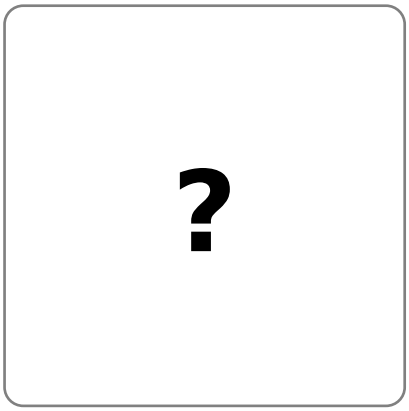
Boş yere uygun hareket kartını koy. Yetişkin yönergeyi sözlü verir.





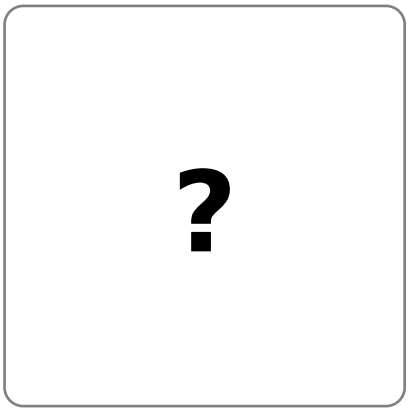














Gerekli malzemeleri seç

Yüz yıkamak için gerekenleri göster veya işaretle.



☐



☐



☐



☐

Yetişkin: Görselleri gerçek havlu, tarak, lavabo ve suyla eşletin.

Ne zaman yüzümü yıkarım?

Durum kartları | Yetişkin olayı söyler; öğrenci ilgili görseli gösterir.



Sabah uyandığımda



Yüzüm kirlendiğinde



Terlediğimde



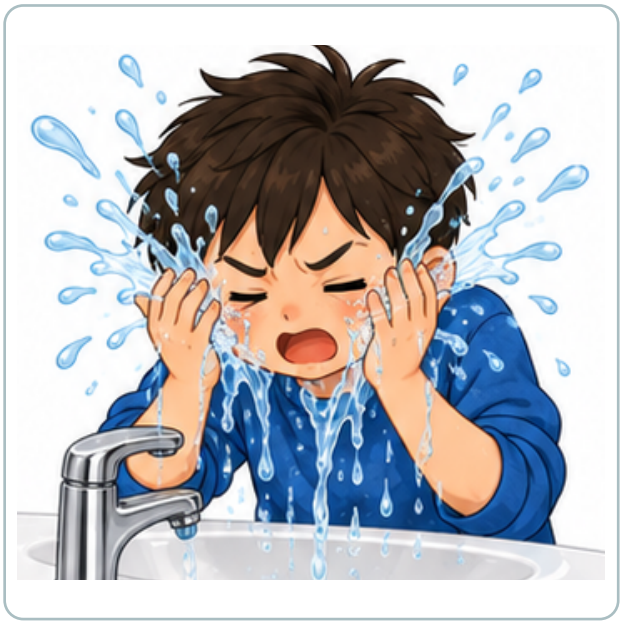
Yemek yüzüme bulaştığında

Uygun davranışı göster

Her satırda iki görsel var. Uygun olanı göster veya işaretle.

Yetişkin yönergesi: “Yüzünü nasıl yıkarsın?”





Yetişkin yönergesi: “Yüzünü nasıl kurularsın?”





Performans ve öğretim kaydı

Her sütun bir gerçek yüz yıkama uygulamasıdır. Gerektikçe çoğaltın.

Öğrenci: ..... Uygulayıcı: .....
Ortam / uyarlamalar: .....

Basamak	1	2	3	4	5
Musluğu açar.					
Ellerini ıslatır.					
Avuçlarına su alır.					
Yüzünü suyla ıslatır.					
Yüzünü elleriyle nazikçe yıkar.					
Temiz su alıp yüzünü durular.					
Musluğu kapatır.					
Temiz havluyu alır.					
Yüzünü havluyla nazikçe kurular.					
Tarih / saat					
Bağımsız basamak / 9					
Çizelge kullanıldı mı?					

Kodlar: B = yetişkin ipucu olmadan, S = sözel ipucu, G = gösterme/işaret ipucu, M = model, F = fiziksel yardım, X = gerçekleştirmedi, U = gözlenmedi. Birden fazla ipucu varsa birlikte yazın.

Hesap: B sayısı / gözlenen basamak sayısı × 100. U basamaklarını paydadan çıkarın. Öğrencinin kendiliğinden çizelge kullanmasını ayrıca belirtin; yetişkinin çizelgeye yönlendirmesi G olarak kaydedilir.

Genelleme ve kalıcılık

Aynı basamaklar, farklı günlük koşullar

Öğrenci: ..... Öğretim bitişi: .....

Koşul	Tarih	B / 9	İpucu / not
Okul lavabosu			
Ev lavabosu			
Farklı temiz havlu			
Farklı yetişkin			
Sabah rutini			
1 hafta sonra			
2 hafta sonra			

Uygulama: “Yüzünü yıka.” yönergesini verin. Öğretimdeki gibi gözleyip gerekli desteği kaydedin. Günlük temizliği tamamlayın.

Yetişkin için cevap anahtarı: Eksik kartlar: avuçlarına su al / yüzünü nazikçe yıka / temiz havluyu al. Gerekli malzemeler: temiz havlu, lavabo ve su. Davranış seçme: ilk satır sol, ikinci satır sağ.

Tekrar çalışılacak basamak: .....

Aile uygulama ve takip formu

Evde sabah rutini ve yüzün kirlendiği doğal anlar

Hazırlık: Temiz su, kişiye ait temiz ve yumuşak havlu ile uygun çizelgeyi hazırlayın. Su sıcaklığı ve lavaboya güvenli erişimi kontrol edin.

Uygulama: “Yüzünü yıka.” deyip bekleyin. Yapabildiği hareketleri kendisinin yapmasına izin verin. Zorlandığı basamakta kısa ipucu veya model sunun. Yüzüne zorla su dökmeyin. Kurularken havluyu nazikçe bastırıp kaldırmasını gösterin.

Takip: Gerçek uygulamada yetişkin yardımı olmadan yaptığı basamak sayısını yazın. Görsel seçme etkinliğindeki başarıyı bu sayıya eklemeyin. Duyusal rahatsızlık ve yararlı uyarlamaları öğretmenle paylaşın.

Gün / tarih	Doğal fırsat	B / 9	Yardım gereken basamak
Pazartesi			
Salı			
Çarşamba			
Perşembe			
Cuma			
Cumartesi			
Pazar			

Öğretmene not: .....
.....