

KONUŞALIM

11. ETKİNLİK

1. "Bu Görev Bizim" bölümünde verilen görevle ilgili hazırladığınız çoklu ortam öğeleriyle "Sağlıklı Hayatın Sırları"nı anlattığınız bir konuşma yapınız. Konuşmanızı yaparken aşağıdaki yönergelere dikkat ediniz.

SAĞLIKLIL HAYATIN SIRLARI

Merhaba arkadaşlar,

Bugün sizlere "Sağlıklı Hayatın Sırları" konusunda bilgi vermek üzere buradayım. Gösterim ve videolarımızla bu önemli konuyu daha iyi anlamana yardımcı olacağız. Amacımız, hem beden hem de zihin sağlığını korumak için basit ama etkili yöntemleri sizlerle paylaşmaktır. İlk olarak dengeli beslenme önemlidir. Görselde yer alan gökkuşağı tabağı, farklı renklerde meyve ve sebzelerle doludur. Bu, her renk grubunun farklı vitamin ve mineral sağladığını göstererek dengeli beslenmenin önemini desteklemektedir. Ayrıca, "Nasrettin Hoca ile Hayatın Sırları" videosunda Hoca'nın yiyeceklerin tazeliğine dikkat çekmesi, taze ve doğal gıdaların sağlık üzerindeki etkisini vurguluyor.

Düzenli egzersizin de önemini unutmamalıyız. Sunumda kullandığımız dağa tırmanan bir grubun videosu, fiziksel aktivitenin hem beden hem de ruh sağlığına olan katkısını gösteriyor. Bu, hareket etmenin hayatımızı nasıl olumlu etkileyebileceğine dair bir eş anlam oluşturuyor. Hoca'nın videodaki "Az hareket çok hastalık getirir" sözü ise bu mesajı anlamı destekleyen bir örnektir. Son olarak, stresle başa çıkma teknikleri üzerine durmak istiyorum. Doğa yürüyüşü yaparken görülen sakin bir gölet görseli, zihinsel dinlenmenin önemini tek başına anlam oluşturarak anlatıyor. Hoca'nın "Her şeyin bir çaresi vardır, telaşa gerek yok" sözü ise stresle başa çıkmanın yollarını destekleyen bir başka unsur olarak dikkat çekiyor.

Unutmayın, sağlıklı bir hayat, doğru beslenme, hareket ve pozitif düşünceyle mümkün. Hep birlikte daha sağlıklı bir gelecek için adım atabiliriz. Tesekkür ederim.

2. Arkadaşlarınızdan birinin konuşmasını aşağıdaki "Akran Değerlendirme Ölçeği"nde verilen ölçütlere göre değerlendiriniz.

Ölçütler

Konuşma amacına uygun çoklu ortam öğelerini (fotoğraf, video vb.) kullandı.

Evet

Kısmen

Hayır



Belirlediği çoklu ortam öğelerini, birbiriyle olan etkileşimini dikkate alarak konuşma içeriğinde kullandı.



Karşısındakilerle göz teması kurdu.



Temada yeni öğrendiği kelime ve kelime gruplarını kullandı.



Ses tonunu herkesin duyabileceği şekilde ayarladı.



Konuşmasında düşünceyi geliştirme yollarını (benzetme, karşılaştırma vb.) kullandı.

