



Cumhuriyetimizin
100. Yılı
Kutlu Olsun!

TED EGE KOLEJİ ANA SINIFI

6 YAŞ

MART 2024 BÜLTENİ



10.000 GENÇ
MEŞALE
DAHA AYDINLIK
TÜRKİYE



TEMA : YAŞAM DÖNGÜSÜ



4 Mart Pazartesi

Hayvan seslerini dinleyerek dinlendiğimiz sesin hangi hayvana ait olduğunu bulmaya çalışıyor ve hayvan taklitleri oyunumuzu oynuyoruz.

Sesler Adası" kitabımızdan "Ç" sesi ile ilgili çalışmalar yapıyoruz.

5 Mart Salı

Karıncaların yaşam döngüsü eğitici videomuzu izliyoruz. Karınca yaşam döngüsü sanat çalışmamızı yapıyoruz.

Nesneleri kullanarak arttırma işlemlerini matematik kitabımızdan yapıyoruz.

6 Mart Çarşamba

Çocuklar için felsefe eğitimi kapsamında 'Miş Gibi' kitabımızı okuyoruz ve tartışıyoruz.

Kıvrık Saçaklı "Çıtırtili Parkta" değerler eğitimi kitabımızdan sabır ve işbirliği değerini kazandırmak için 'Patlamış Mısırlar' etkinliğini yapıyoruz.

7 Mart Perşembe

Dünya Kadınlar Günü sanat etkinliğini yapıyoruz.

Mutfak etkinliğinde kakaolu bisküviden 'Karınca' yapıyoruz. Dikkat avcılar kitabımızdan çalışmalar yapıyoruz.

8 Mart Cuma

8 Mart Dünya Kadınlar günü eğitici videomuzu izliyoruz.

Gizemli çizgiler kitabımızdan koordinasyon becerilerini geliştirmek için çizgi çalışmaları yapıyoruz.

Onur Erol'un Dinozor şarkısını hareketleri ile birlikte öğreniyoruz.

Cumartesi-pazar

"G" sesi ile başlayan nesnelere veya nesnelerin resimlerinden getirir misin?

11 Mart Pazar-

Arıları çiçeklerden polen toplamasını inceliyoruz. Eğitici video ile balın oluşumunu öğreniyoruz.

Sesler Adası" kitabımızdan "G" sesi ile ilgili çalışmalar yapıyoruz.

12 Mart Salı

12 Mart İstiklal Marşının kabulü ve Mehmet Akif Ersoy hakkında sohbet ederek eğitici videomuzu izliyoruz.

Uğur böceklerinin yaşam döngülerini dinliyoruz. Uğur böceği sanat çalışmamızı yapıyoruz.

Matematik kitabımızdan çalışmalar yapıyoruz.

13 Mart Çarşamba

Çocuklar için felsefe eğitimi kapsamında 'Öpücük ne Renktir?' isimli hikayeyi tartışıyoruz.

Kıvrık Saçaklı "Çıtırtili Parkta" değerler eğitimi kitabımızdan sorumluluk ve işbirliği değerini kazandırmak için 'Kıvrık'ın Yeni Maceraları' etkinliğini yapıyoruz.

14 Mart Perşembe

Kelebeğin yaşam döngüsü eğitici videomuzu izliyoruz. Kelebeğin yaşam döngüsü sanat çalışmamızı yapıyoruz. Kelebek ve tırtıl şarkısını öğreniyoruz.

Eğlenceli Bilim dersimizde 'Geometriyi Tanıyalım' deneyini yapıyoruz.

Dikkat avcılar kitabımızdan çalışmalar yapıyoruz.

15 Mart Cuma

Su kaynakları nelerdir? Araştırıyoruz.

Deniz suyu neden tuzludur? Gökyüzü ve Dünya kitabımızdan öğreniyoruz.

Gizemli çizgiler kitabımızdan koordinasyon becerilerini geliştirmek için çizgi çalışmaları yapıyoruz.

Cumartesi-Pazar

"Ş" sesi ile başlayan nesnelere veya nesnelerin resimlerinden getirir misin?

18 Mart Pazartesi

18 Mart Çanakkale Zafere'nin önemini öğreniyor 18 Mart sanat etkinliğimizi yapıyoruz.

Sesler Adası" kitabımızdan "Ş" sesi ile ilgili çalışmalar yapıyoruz.

Hayvanlar ile ilgili bilmecelemizi cevaplıyoruz.

19 Mart Salı

Aidiyet çalışması: TED Meşalesi ne anlama geliyor? isimli etkinliğimizi yapıyoruz.

2'şer 2'şer ritmik sayma çalışması yapıyoruz.

Matematik kitabımızdan çalışmalar yapıyoruz.

20 Mart Çarşamba

Çocuklar için felsefe eğitimi kapsamında "Benden Bir Tane Daha Olsa?" isimli hikayeyi tartışıyoruz.

Kıvrık Nerede "Saçaklı Markette" değerler eğitimi kitabımızı okuyoruz.

21 Mart Perşembe

Mutfak etkinliğinde elma ve kuru üzümün kurbağa yapıyoruz.

İlkbaharda bitkilerdeki değişiklikler hakkında sohbet ediyoruz ve bahçeye çıkarak değişiklikleri keşfediyoruz.

Dikkat avcılar kitabımızdan çalışmalar yapıyoruz.

22 Mart Cuma

Su tasarrufu nedir? sohbet ediyoruz. "Suyu boşa harcama" şarkısını söylüyoruz.

Dünya Su Günü hakkında sohbet ediyor su damlası tacımızı yapıyoruz.

Gizemli çizgiler kitabımızdan koordinasyon becerilerini geliştirmek için çizgi çalışmaları yapıyoruz.

Cumartesi-Pazar

"C" sesi ile başlayan nesnelere veya nesnelerin resimlerinden getirir misin?

25 Mart Pazartesi

Geleneksel oyunlarımızdan "Mendil Kapmaca" oyununu oynuyoruz.

Minik Tema 'Gökyüzünde ki Bulutlar' etkinliğini yapıyoruz.

Sesler Adası" kitabımızdan "C" sesi ile ilgili çalışmalar yapıyoruz.

26 Mart Salı

Orman haftasını kutluyoruz. Ağaç ailesi bütünleştirilmiş Türkçe-oyun-müzik etkinliğimizi yapıyoruz.

"Orman olalım" şarkısını öğreniyoruz.

Matematik kitabımızdan çalışmalar yapıyoruz.

27 Mart Çarşamba

Dünya Tiyatrolar Günü eğitici videomuzu izliyoruz.

Çocuklar için felsefe eğitimi kapsamında "Anton ve Yapraklar" isimli hikayeyi tartışıyoruz.

Kıvrık Nerede "Saçaklı Markette" değerler eğitimi kitabımızdan sorumluluk, işbirliği ve yardımlaşma değerlerini kazandırmak için 'Sihirli Süpürgeler' etkinliğini yapıyoruz.

28 Mart Perşembe

Bitkiler nasıl büyür? Eğitici videomuzu izliyoruz. Bitkilerin bölümlerini öğreniyoruz.

Bitkilerin büyüme aşamaları sanat çalışması yapıyoruz.

Nesli tükenen ve tükenmekte olan hayvanlar hangileridir öğreniyoruz.

Eğlenceli Bilim dersimizde 'Hareketli Dünya' deneyini yapıyoruz.

29 Mart Cuma

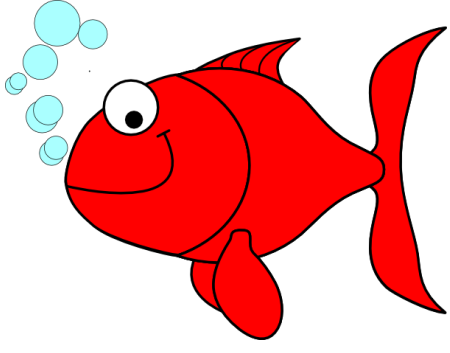
Kütüphane Haftasını kutluyoruz. Atatürk ve Kitap Sevgisi Kitabını okuyoruz.

Gizemli çizgiler kitabımızdan koordinasyon becerilerini geliştirmek için çizgi çalışmaları yapıyoruz.

Cumartesi-Pazar

"P" sesi ile başlayan nesnelere veya nesnelerin resimlerinden getirir misin?

Bilgi Yaprağı



Pamuk gibi tüyleri, havucu koparır
dişleri, kulakları duyar her sesi, hızla
çıkartır tepesi

(Tavşan)



Daldan dala atla-
rım

Kuyruğumla sarka-
rım



Dağdan gelir, taştan gelir

Tintin sakallı eniştem
gelir



Siyah beyaz benekli

Yürüyen merdiven sanki

(Zürafa)



Karşıdan baktım hiç yok
yanına vardım pek çok

(Karıncı)



Hem böcektir hem kelebek

Koza yapar öbek öbek

(İpek böceği)



İki çubuk, bir makas

Hokkabaz mı hokkabaz

(Leylek)



Yolda gider izi kalır

Yuvasını sırtında taşır

(Salyangoz)



ŞARKI: KELEBEK VE TİRTLİL

Küçük yumurtanın içinde

Hayal ettim renklerimi

Bir tırtlıl olacağım rengarenk mi?

Sarı mı, yeşil mi, mavi mi?

Doğma zamanı gelince

Kırdım kabuğumu sakince

Rengarenk oldum ben gönlümce

Başladım hemen yürümeye

Buldum kocaman bir yeşil yaprak buldum

Kıtır kıtır kemirdim yorulduğum

Yiyince yaprakları büyüdüm büyüdüm

Sonra hemen kozamı ördüm

Küçük kozamın içinde

Hayal ettim renklerimi

Kelebek olacağım benekli mi? Sarı mı, yeşil,
mi, mavi mi?

Bekledim kozamın içinde

Hazırlandım kanat çırpmaya

Mis kokan çiçeklere konmaya

Arkadaşlarımla uçmaya

Kozadaki zamanı doldurdum

Oldum oldum bir kelebek oldum

Özgürce uçmalara doyamadım

Sessizce bir uçtum bir kondum



ŞARKI: DİNOZOR

Gidelim Dinozoru bulmaya
Ama saklanmış mağaraya
Sakin ondan hiç korkma korkma, hadi tüm gücünü topla topla

Karşıma çıktı bir nehir * buz gibi kocaman bir nehir

Geri dönelim mi Hayıır

Devam edelimmi Eveeet

fiş fiş fiş fiş

fiş fiş fiş fiş

Gidelim Dinozoru bulmaya

Ama saklanmış mağaraya

Sakin ondan hiç korkma korkma

hadi tüm gücünü topla topla

Karşıma çıktı bir orman dikenli çalılık bir orman

Geri dönelim mi Hayıır

Devam edelimmi Eveeet

çatır çutur

çatır çutur

Gidelim Dinozoru bulmaya

Ama saklanmış mağaraya

Sakin ondan hiç korkma korkma

hadi tüm gücünü topla topla

Sonunda geldik mağaraya zifiri karanlık mağaraya

Geri dönelim mi Hayıır

Devam edelimmi Eveeet

tık tık şşş tık tık şşş

tık tık şşş tık tık şşş

gırç gırç gırç gırç

gırç gırç gırç gırç

Gidelim Dinozoru bulmaya

Ama saklanmış mağaraya

Sakin ondan hiç korkma korkma

hadi tüm gücünü topla topla

Sonunda geldik mağaraya zifiri karanlık mağaraya

Geri dönelim mi Hayıır

Devam edelimmi Eveeet

tık tık şşş tık tık şşş

tık tık şşş tık tık şşş

gırç gırç gırç gırç

gırç gırç gırç gırç

çatır çutur ay oy

çatır çutur ay oy

fiş fiş fiş fiş

fiş fiş fiş fiş

Anneee bak kimi
getirdim...

Kafasını kaldırıyor * eğilip sırtıma binin diyor

Hadi binelim ama sıkı tutunalım, aynı yoldan eve dönüyoruz..

MART AYINDA ÖĞRENECEĞİMİZ KAVRAMLAR:

Renkler

Geometrik şekil - Daire - Çember - Üçgen - Kare - Dikdörtgen - Elips - Kenar - Köşe - Ok işareti

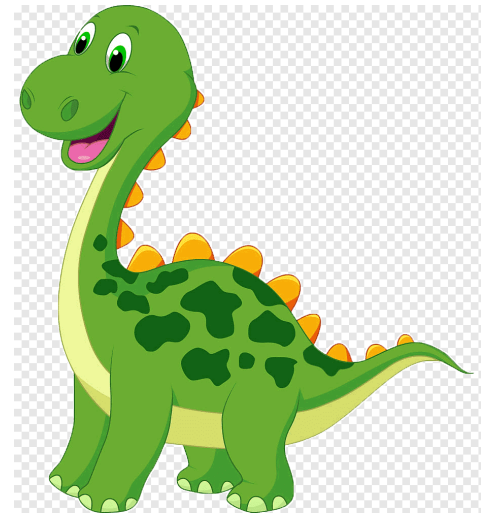
Miktar - Ağır-hafif - Tek-çift - Eşit

Yön/ Mekânda Konum - Ön-arka

Sayı/Sayma - 1-20 arası sayıları nesnelere ekleme çalışması - Sıfır - Sıra sayısı (birinci ikinci...)

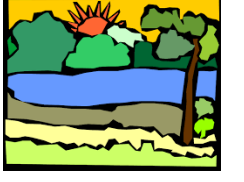
Duyu - Tüylü-tüysüz - Islak-kuru

Zıt - Hızlı-yavaş - Canlı-cansız - Hareketli-hareketsiz - Yaşlı-geç





Branş Etkinliklerimiz



İngilizce



Görsel Sanatlar

İngilizce dersimizde bu ay;

Mart ayı'nda yeni ünitemizle beraber hayvanlar ve yaşadıkları çevreler konularına odaklanıyor olacağız. Bu konularımız ile ilgili işleyeceğimiz kelimeleri ve cümle kalıplarını aşağıda sizlerle paylaşıyoruz.

UNIT 6 : Animals

Vocabulary:

Animals: Cat, dog, mouse, turtle, fish, bird, giraffe, tiger, lion, crocodile, monkey, snake, bear, hippo, zebra, elephant, shark, dolphin, starfish, octopus, whale, crab, seahorse, sea shell, jellyfish.



Noises made by animals: Moo, cluck, baa, neigh, oink, crunch, quack, meow, ruff/woof, squeak, blorp, gulp, tweet

Action Verbs: Jump, sleep, run, fly, walk, eat, swing, swim, live.

Structures: *What's your favourite animal?*

My favourite animal is a (dog).

Can a (dog) jump?

Yes, it can/ No, it can't.

Ayrıca Everyday English, Story Time ve Songs&Dance saatlerimizde de derslerimize bağlı ilgili içerikler işlenecektir.

Görsel sanatlar dersimizde bu ay;

Birinci ve ikinci hafta dünyaca ünlü ressam PABLO PİCASSO 'yu tanıyor ve eserleri hakkında bilgi sahibi oluyoruz. Pablo Picasso'nun kübist portrelerini inceleyerek kolaj tekniği ile portre çalışması yapacağız.

Üçüncü ve dördüncü hafta kendi fotoğraflarımızın yarısını keserek, defterimize yapıştıracamız Resmimizin kalan bölümünü pastel tekniği ile tamamlayacağız.

Bilgisayar & Kodlama

Bilgisayar ve Kodlama dersimizde bu ay;

Minik TED'liler ile ilk hafta kodlama saatimizde code.org uygulaması üzerinden Ders 4 : Scrat ile Sıralama kodlama etkinliği gerçekleştireceğiz.

İkinci ve üçüncü haftamızda Code.org uygulaması üzerinden "Ders 5 , Ders 6 Scrat ile Sıralama" kodlama etkinliklerini gerçekleştirmeye devam ediyoruz. Bu çalışmamızda Sincap karakterinin verilen buz kareleri haritası içerisinde bulunan fındık karakterine nasıl ulaşacağını kod blokları ile yönlendirerek çalışmalarımızı tamamlıyoruz

Beden Eğitimi

Beden Eğitimi dersimizde bu ay;

İlk hafta, iki adet denge kalası ve tırmanma barı kullanılarak yapılan çalışmalar ile tırmanma becerisi ve kol kuvveti geliştireceğiz.

İkinci hafta, tırmanma becerisi, el ayak koordinasyonu ve kol kuvveti geliştirmek için el ayak merdiveni kullanacağız.

Üçüncü haftamızda merdiven, kalın denge kalası ve tırmanma barı kullanılarak el ayak koordinasyonu kol ve bacak kuvveti kazanımı sağlayacağız.

Son haftamızı ölçme ve değerlendirme haftası olarak planladık.

Müzik

Müzik dersimizde bu ay;

Birinci hafta klasik müzik bestecisi **Ludwig van Beethoven**'ın eseri olan **German Dance no.9** dinleyeceğiz. Daha sonra elimize aldığımız kağıt tabaklar ile esere eşlik edeceğiz. Böylelikle dinlediğimiz şarkıya eşlik etme duygumuzu geliştirip, kendimize ait ritim kalıpları ortaya çıkaracağız.

İkinci hafta ayın enstrümanı "**keman**". Bu hafta yaylı çalgılar ailesinin en küçük üyesi olan keman ile tanışacağız. Kemanı hep birlikte yakından inceleyip, sesini diğer enstrümanlardan ayırt etmeye çalışacağız.

Üçüncü hafta "**notaların şarkısı**" isimli şarkımızla birlikte notaların sırasını ve isimlerini öğrenmeye devam edeceğiz.

Dördüncü hafta "**seven jumps**" şarkısını dinleyip müziğin yavaşladığı ve hızlandığı bölümlere göre dans etmeye çalışacağız. Bu şarkıda dikkat ve ritim duygumuzu geliştirmiş olacağız.

Seramik

Seramik dersimizde bu ay;

Mart ayı seramik dersimizde ilk iki haftamızda beyaz seramik çamuru kullanılarak plaka tekniği uygulanarak ,ördek etkinliği yapacağız. Mart ayı son iki haftamızda 1.pişirimi yapılan ürünler seramik boya kullanarak renklendirilecek.





2023-2024 YILI MART AYI PDR BÖLÜMÜ BÜLTENİDİR.

AKRAN ZORBALIĞI

Okullarda zorbalığın görülme sıklığı son yıllarda artış göstermekte ve birçok öğrencinin de bu olaylarla bir şekilde karşı karşıya kaldıkları bilinmektedir. Zorbalık, ailelerin ve okullarda çocukların iyi durumda olmalarından sorumlu olan tüm kişilerin dikkatini, ilgisini gerektiren önemli bir konu olarak ortaya çıkmaktadır. Üstelik, hem zorba davranışlar gösteren hem de bu davranışlarla karşılaşan çocukların, bu tip davranışlarda yer almalarından dolayı zarar görme ihtimalleri vardır.

Akran Zorbalığı nedir?

Akran zorbalığı saldırgan bir davranış türüdür ve üç temel özelliği bulunmaktadır:

- Karşı tarafa bilinçli ve kasıtlı olarak zarar vermeyi amaçlaması
- Tekrarlayıcı ve sürekli olarak yapılması
- Çocuklar arasında güç dengesizliği olması. Araştırmalar, akran zorbalığının okul öncesi dönemde başladığını, ilkokulun sonlarına doğru arttığını, ortaokulda en üst seviyeye ulaştığını ve lisenin son sınıflarındaysa azaldığını göstermektedir.

Akran Zorbalığının Türleri Nelerdir?

Fiziksel Zorbalık:

Vurmak, itmek, tükürmek, eşyalarına zarar vermek gibi davranışlarla doğrudan fiziksel güç uygulanmasını içermektedir.



Sözel Zorbalık:

İsim/lakap takmak, hakaret etmek, bağırmak gibi olumsuz sözel ifadelerin kullanılmasını içermektedir.

Sosyal Zorbalık:

Oyuna almamak, arkadaş grubundan dışlamak, görmezden gelmek gibi kişinin sosyal ilişkilerine zarar vermeyi hedefleyen davranışları içermektedir.



Siber Zorbalık:

Rahatsız edici mesaj atmak, fotoğraflarını izinsiz paylaşmak, sosyal medya hesabını ele geçirmek gibi elektronik iletişim araçları ile yapılan davranışları içermektedir.



Akran Zorbalığının Sonuçları Nelerdir?

Akran zorbalığı okuldaki tüm öğrencileri, öğretmenleri ve okul ortamını olumsuz yönde etkilemektedir.

Akran zorbalığının çocuklar üzerinde kısa ve uzun vadeli olmak üzere fiziksel, psikolojik, sosyal ve duygusal etkileri vardır.

Zorbalık Yapan Çocuk İçin Sonuçlar:

- Okula uyumda güçlük
- Düşük akademik başarı
- Dışlanma, yalnız kalma, sevilme
- Sosyal ilişkilerde güçlük
- Erken yaşlarda sigara, alkol ve madde kullanma riski
- Saldırgan ve suça yönelik davranış gösterme

Zorbalığa Maruz Kalan Çocuk İçin Sonuçlar:

- Üzgün, çaresiz ve değersiz hissetme
- Düşük özgüven ve benlik saygısı
- Depresyon ve kaygı
- Arkadaşlık ilişkilerinde problemler
- Fiziksel belirtiler (baş ağrısı, karın ağrısı vb.)
- Okula gitmeye karşı isteksizlik
- Düşük akademik başarı
- Kendine zarar verme davranışları

Akran Zorbalığını Nasıl Anlatabilirsiniz?

Çocuklar ve ergenler zorbalık yaptıklarını veya zorbalığa maruz kaldıklarını yetişkinlere doğrudan anlatmayabilirler.

Bazı işaretler akran zorbalığı durumları hakkında bizlere bilgi verebilir. Bu işaretler, zorbalık dışındaki nedenlerden de kaynaklanıyor olabilir ancak mutlaka önemsenmeli ve takip edilmelidir.

Çocuğunuzun Zorbalık Yaptığını Gösteren İşaretler:

- Farklı ortamlarda saldırgan davranışlar gösterme
- Öğretmen ve yetişkinlerin sözünü dinlememe, onlara karşı gelme
- Akranlarını baskıyla yönetme ve kontrol etme
- Başkalarının duygularına karşı duyarsız olma, zayıf empati becerisi

Çocuğunuzun Zorbalığa Maruz Kaldığını Gösteren İşaretler:

- Vücudunda morluk, çizik, yara gibi belirtiler
- Okuldan kıyafetleri yırtılmış, dağılmış, kirli olarak dönmesi
- Normalde okulu sevmesine rağmen okula gitmek istememesi
- İçe kapanma, ağlama
- Her an kötü bir şey olacakmış gibi endişeli ve tedirgin davranma
- Arkadaşlarıyla birlikte olmak istememe, kendini uzaklaştırma
- Fiziksel belirtiler (baş ağrısı, karın ağrısı vb.)

ÇOCUĞUNUZ ZORBALIK YAPIYORSA NELER YAPABİLİRSİNİZ?

Çocuğunuzla Zorbalık Hakkında Konuşun.

Çocuğunuza zorbalık yapmaması gerektiğini açıklayın ve zorbalığın diğer çocuklar üzerindeki olumsuz sonuçlarından bahsedin.

Zorbalık Davranışlarına Onay Vermediğinizi Belirtin.

Çocuğunuza onaylamadığınız şeyin onun zorbalık davranışları olduğunu vurgulayın; onu desteklemeye ve ona yardımcı olmaya hazır olduğunuzu belirtin.

Çocuğunuza Yardımcı Olun.

Çocuğunuzun hangi davranışlarının akran zorbalığı olduğunu anlatın. Bu davranışları neden gösterdiğini anlamaya çalışın. Zorbalığın altında yatan nedenleri ortadan kaldırmaya çalışın. Bu davranışlar yerine neler yapabileceğini öğretin.

Fiziksel Ceza Vermeyin.

Çocuğunuzun istenmeyen davranışları karşısında sakın kalın ve olumlu disiplin yöntemleri kullanın. Kesinlikle fiziksel veya sözel şiddet uygulamayın.

Çocuğunuzun Sosyal ve Duygusal Becerilerini (Paylaşma, Yardım Etme, Duygularını İfade Etme) Geliştirmesi Konusunda Destekleyin

Bu konuda çocuğunuzun yaşına uygun kitaplar okuyun, film izleyin ve etkinlikler gerçekleştirin.

Okulu Bilgilendirin.

Öğrenim gördüğü okulla mutlaka temasa geçin, rehber öğretmen/psikolojik danışman ve sınıf öğretmeniyle iş birliği kurun. Gerektiği zaman uzman desteği almaktan çekinmeyin.

ÇOCUĞUNUZ ZORBALığA MARUZ KALIYORSA NELER YAPABİLİRSİNİZ?

Çocuğunuzla Konuşun ve Onu Destekleyin.

Çocuğunuza onun yanında olduğunuzu ve ona yardım etmek istediğinizi belirtin. Ne hissettiğini sorun ve duygularını paylaşmasını sağlayın.

Zorbalığa maruz kalmanın onun bir hatası olmadığını açık bir şekilde ifade edin.

Zorbalıkla Baş Edebilmesi için Ona Destek Olun.

Zorbalığa nasıl karşı çıkabileceğine dair yöntemler geliştirin. Böyle bir durumda okulda kimden ve nasıl yardım isteyebileceğini konuşun.

Çocuğunuzun Sosyal ve Duygusal Beceriler Geliştirmesi Konusunda Destekleyin.

Çocuğunuzun kendisini etkili bir şekilde ifade edebilmesi ve sağlıklı arkadaşlık ilişkileri sürdürebilmesi için çalışmalar/etkinlikler/oyunlar planlayın. Çocuğunuzun özgüvenini yeniden kazanması için çaba gösterin, olumlu ve güçlü özelliklerini vurgulayın.

Okulu Bilgilendirin.

Öğrenim gördüğü okulla mutlaka temasa geçin, rehber öğretmen/psikolojik danışman ve sınıf öğretmeniyle iş birliği kurun. Gerektiği zaman uzman desteği almaktan çekinmeyin.

ÇOCUĞUNUZ ZORBALığA TANIKLIK EDİYORSA NELER YAPABİLİRSİNİZ?

Çocuğunuzun, zorbalık yapan arkadaşını desteklememesi, zorbalığa maruz kalan arkadaşına yardımcı olması ve durumu güvendiği bir yetişkine anlatıp yardım istemesi konusunda cesaretlendirin.