

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| * طرح درس روزانه
 | موضوع : خوراکی ها | نام درس : علوم | پایه تحصیلی : سوم |
| زمان تدریس : 45 دقیقه | نام آموزگار:  | تعداد دانش آموزان : 41 نفر |
| * اهداف کلی
 | 1-آشنایی دانش‌آموزان با گروه‌های مختلف مواد غذایی.2-درک اهمیت هر گروه غذایی برای بدن3- پرورش عادات غذایی سالم در دانش‌آموزان.4- تقویت مهارت‌های طبقه‌بندی و تحلیل اطلاعات در دانش‌آموزان. |
| * اهداف جزئی
 |  1- دانش‌آموزان بتوانند مواد غذایی را به گروه‌های اصلی (سبزیجات، میوه‌ها، غلات، لبنیات ، پروتئین‌ها) تقسیم کنند. . 2- دانش‌آموزان بتوانند نقش هر گروه غذایی در بدن را توضیح دهند 3- دانش‌آموزان بتوانند یک رژیم غذایی سالم و متعادل را طراحی کنند.  4- دانش‌آموزان بتوانند تفاوت بین غذاهای سالم و ناسالم را تشخیص دهند.  |
| * اهداف رفتاری
 | پس از پایان درس، دانش‌آموزان قادر خواهند بود:1- مواد غذایی مختلف را بر اساس گروه غذایی طبقه‌بندی کنند.2- اهمیت مصرف هر گروه غذایی برای سلامتی بدن را بیان کنند.3- غذاهای سالم را از غذاهای ناسالم تشخیص دهند و دلایل آن را بیان کنند. |
| * ارزشیابی تشخیصی
 | پرسیدن سوالات ساده درباره غذاهای مورد علاقه دانش‌آموزان.نشان دادن تصاویر مختلف از غذاها و پرسیدن اینکه آیا سالم هستند یا خیر. |
| * وسایل و رسانه

های آموزشی | تصاویر مختلف از مواد غذایی کارت‌های گروه‌های غذایینمونه‌های مختلف از مواد غذایی (میوه، سبزی، نان، شیر، گوشت)پوسترهای تغذیه سالمماژیک‌ ،تخته وایت‌برد ، |
| * روش تدریس
 | ترکیبی از روش‌های سخنرانی، پرسش و پاسخ، نمایش، و فعالیت‌های عملی |
| * ارائه درس
 | 1- **ایجاد انگیزه:** شروع با یک بازی ساده مانند "غذای مورد علاقه من" و پرسیدن از دانش‌آموزان درباره غذاهایی که دوست دارند.2- **معرفی گروه‌های غذایی:** نمایش تصاویر مواد غذایی و تقسیم‌بندی آن‌ها به گروه‌های اصلی.3- **نقش هر گروه غذایی:** توضیح نقش هر گروه غذایی در بدن (مثلاً، میوه‌ها برای ویتامین، غلات برای انرژی).4- **فعالیت‌های عملی:** ساختن یک هرم غذایی با استفاده از کاغذهای رنگی و تصاویر مواد غذایی. |
| • فعالیت های معلم –دانش آموز |  **فعالیت‌های معلم:** استفاده از تصاویر و نمونه‌های واقعی از مواد غذایی.پرسیدن سوالات باز برای تشویق دانش‌آموزان به تفکر.هدایت دانش‌آموزان در انجام فعالیت‌های گروهی.تشویق دانش‌آموزان به بیان نظرات خود.**فعالیت‌های دانش‌آموز:**طبقه‌بندی تصاویر مواد غذایی. ساختن هرم غذایی.بحث و گفتگو درباره اهمیت تغذیه سالم. طراحی یک منو غذایی سالم برای یک روز. |
| * ارزشیابی پایانی
 | **مشاهده مستقیم:** مشاهده مشارکت دانش‌آموزان در فعالیت‌های گروهی و انفرادی.**پرسش و پاسخ:** پرسیدن سوالاتی درباره گروه‌های غذایی و اهمیت تغذیه سالم.**ارزشیابی کتبی:** دادن یک آزمون کوتاه ساده (مثلاً تکمیل جدول گروه‌های غذایی). |
| * تکلیف
 | تهیه یک لیست از غذاهایی که در یک روز مصرف می‌کنند و طبقه‌بندی آن‌ها در گروه‌های غذایی.طراحی یک پوستر درباره اهمیت تغذیه سالم.ساختن یک سالاد میوه یا سبزیجات در خانه. |