

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| * 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 بدن  3- 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 غذایی  نمونه‌های مختلف از مواد غذایی (میوه، سبزی، نان، شیر، گوشت)  پوسترهای تغذیه سالم  ماژیک‌ ،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. | | |