

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| * طرح درس روزانه
 | موضوع : حرکت بدن  | نام درس : علوم | پایه تحصیلی : پنجم |
| زمان تدریس : 45 دقیقه | نام آموزگار: | تعداد دانش آموزان : |
| * اهداف کلی
 | 1- آشنایی با **نقش اسکلت و ماهیچه‌ها** در حرکت بدن انسان.2- درک **انواع حرکت** (ارادی و غیرارادی) و مثال‌های آن در بدن.3- شناخت **نحوه همکاری** استخوان‌ها و ماهیچه‌ها برای انجام یک حرکت.4- پرورش **حس قدردانی** نسبت به عملکرد پیچیده بدن. |
| * اهداف جزئی
 | 1- دانش‌آموزان قادر به بیان **وظیفه اصلی استخوان‌ها** و **ماهیچه‌ها** در بدن باشند.2- دانش‌آموزان بتوانند **انواع مفاصل** را نام ببرند.3- دانش‌آموزان بتوانند **حرکات ارادی و غیرارادی** را از هم تشخیص داده و برای هر کدام مثال بزنند.4- دانش‌آموزان قادر به توضیح **نحوه کار ماهیچه‌ها به صورت جفت** (کشیده شدن و منقبض شدن) باشند.5-دانش‌آموزان بتوانند از **مدل‌های ساده** برای نشان دادن حرکت استفاده کنند. |
| * اهداف رفتاری
 | 1- دانش‌آموزان یک **مدل ساده** از یک بازو با استفاده از مقوا و کش بسازند.2- دانش‌آموزان در گروه‌های کوچک، **حرکات ورزشی** مختلف را انجام داده و استخوان‌ها و ماهیچه‌های درگیر را نام ببرند.3- دانش‌آموزان یک **پوستر آموزشی** درباره انواع حرکت در بدن طراحی کنند.4-دانش‌آموزان یک **نمایش کوتاه** درباره همکاری استخوان‌ها و ماهیچه‌ها اجرا کنند. |
| * ارزشیابی تشخیصی
 | معلم با پرسیدن سوالاتی مانند «چگونه راه می‌رویم؟» و «چرا می‌توانیم دستمان را خم کنیم؟» دانش قبلی دانش‌آموزان را می‌سنجد .از دانش‌آموزان خواسته می‌شود چند حرکت ساده انجام دهند. |
| * وسایل و رسانه

های آموزشی | تخته هوشمند یا وایت‌برد. ماژیک‌. **اسکلت انسانی کوچک**(در صورت امکان). تصاویر ماهیچه‌ها و استخوان‌ها.مقوا، قیچی، کش و پونز یا نخ برای ساخت مدل بازو. یک فیلم کوتاه یا انیمیشن درباره نحوه حرکت بدن. |
| * الگو و روش تدریس
 | ترکیبی از روش فعال ، نمایشی ، پرسش و پا سخ ... |
| * ارائه درس
 | **مقدمه (۵ دقیقه):** درس با انجام یک **ورزش ساده** مانند نرمش دست و پا آغاز می‌شود. معلم از دانش‌آموزان می‌پرسد «چه چیزهایی باعث می‌شود ما بتوانیم این حرکات را انجام دهیم؟» و آن‌ها را به تفکر درباره نقش ماهیچه‌ها و استخوان‌ها تشویق می‌کند.**فعالیت اصلی (۳۰ دقیقه):****مرحله ۱: نقش استخوان و ماهیچه (۱۰ دقیقه):** معلم با استفاده از **اسکلت انسانی کوچک**، نقش استخوان‌ها را در حفظ شکل بدن و نقش ماهیچه‌ها را در ایجاد حرکت توضیح می‌دهد.**مرحله ۲: انواع حرکت (۱۰ دقیقه):** معلم با انجام حرکات مختلف، انواع حرکت ارادی (مانند راه رفتن) و غیرارادی (مانند ضربان قلب) را به دانش‌آموزان نشان می‌دهد.**مرحله ۳: ساخت مدل بازو (۱۰ دقیقه):** دانش‌آموزان به گروه‌های کوچک تقسیم می‌شوند و با استفاده از مقوا و کش، یک **مدل ساده از بازو** می‌سازند. با حرکت دادن مدل، نحوه کشیده شدن و منقبض شدن ماهیچه‌ها را مشاهده می‌کنند. |
| * ارزشیابی پایانی
 | در پایان درس، از دانش‌آموزان خواسته می‌شود که یک جمله درباره **مهم‌ترین درسی** که از بدن خود گرفتند، بنویسند.یک **برگه ارزیابی کتبی** شامل سوالاتی درباره نقش استخوان‌ها، ماهیچه‌ها و انواع حرکت به دانش‌آموزان داده می‌شود. |
| * تکلیف
 | دانش‌آموزان موظفند یک **جدول** از **حرکات ارادی و غیرارادی** در زندگی روزمره خود تهیه کنند و برای هر کدام مثال بزنند. |

