

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| * 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 ماهیچه‌  های 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 ماهیچه‌  ها 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 دانش‌  آموزان داده می‌شود. | | |
| * تکلیف | دانش‌آموزان موظفند یک **جدول** از **حرکات ارادی و غیرارادی** در زندگی روزمره خود تهیه کنند و برای  هر کدام مثال بزنند. | | |

