

✓ طرح درس روزانه	موضوع : حرکت بدن	نام درس : علوم	پایه تحصیلی : پنجم
	زمان تدریس : ۴۵ دقیقه	نام آموزگار:	تعداد دانش آموزان :
• اهداف کلی	۱- آشنایی با نقش اسکلت و ماهیچه‌ها در حرکت بدن انسان. ۲- درک انواع حرکت (ارادی و غیرارادی) و مثال‌های آن در بدن. ۳- شناخت نحوه همکاری استخوان‌ها و ماهیچه‌ها برای انجام یک حرکت. ۴- پرورش حس قدردانی نسبت به عملکرد پیچیده بدن.		
• اهداف جزئی	۱- دانش‌آموزان قادر به بیان وظیفه اصلی استخوان‌ها و ماهیچه‌ها در بدن باشند. ۲- دانش‌آموزان بتوانند انواع مفاصل را نام ببرند. ۳- دانش‌آموزان بتوانند حرکات ارادی و غیرارادی را از هم تشخیص داده و برای هر کدام مثال بزنند. ۴- دانش‌آموزان قادر به توضیح نحوه کار ماهیچه‌ها به صورت جفت (کشیده شدن و منقبض شدن) باشند. ۵- دانش‌آموزان بتوانند از مدل‌های ساده برای نشان دادن حرکت استفاده کنند.		
• اهداف رفتاری	۱- دانش‌آموزان یک مدل ساده از یک بازو با استفاده از مقوا و کش بسازند. ۲- دانش‌آموزان در گروه‌های کوچک، حرکات ورزشی مختلف را انجام داده و استخوان‌ها و ماهیچه‌های درگیر را نام ببرند. ۳- دانش‌آموزان یک پوستر آموزشی درباره انواع حرکت در بدن طراحی کنند. ۴- دانش‌آموزان یک نمایش کوتاه درباره همکاری استخوان‌ها و ماهیچه‌ها اجرا کنند.		
• ارزشیابی تشخیصی	معلم با پرسیدن سؤالاتی 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. مازیک. 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.		

• ترکیبی از روش فعال ، نمایشی ، پرسش و پاسخ ...	• الگو و روش تدریس
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 ضریان 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.	• ارائه درس
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.	• ارزشیابی پایانی
دانش‌آموزان موظفند یک جدول از حرکات ارادی و غیرارادی در زندگی روزمره خود تهیه کنند و برای هر کدام مثال بزنند.	• تکلیف