**درس:** ورزش **پایه:** اول ابتدایی **دبستان: سال تحصیلی:**  **کاری از:**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **فعالیت های تکلمیلی**  | **روش ارزشیابی پیشنهادی**  | **وسایل کمک آموزشی**  | **هدف کلی هر جلسه**  | **موضوع و عنوان درس**  | **تاریخ**  | **جلسه**  |  |
|   | مشاهده رفتار  |  | آگاهی از اهمیت ورزش و نکات ایمنی و بهداشتی  | صحبت در مورد اهمیت ورزش و نکات ایمنی و بهداشتی و انجام یک بازی سرگرم کننده  |   |  1 |  |
|   | مشاهده رفتار |  | تقویت مهارتهای حرکتی  | انجام حرکات پایه، آموزش درست راه رفتن درست دویدن  |   |  2 |
|   | مشاهده رفتار |  | تقویت مهارتهای حرکتی و حفظ تعادل  | آموزش چند نوع راه رفتن )خرگوشی، خرچنگی و... (  |   |  3 |
|   | مشاهده رفتار |  | تقویت هماهنگی و همبستگی گروهی، شناخت بیشتر اشکال هندسی  | انجام بازی "بساز و بساز، چی بسازم"  |   |  4 |
|   | مشاهده رفتار  |  | آشنایی با صفحه و مهره های شطرنج و نکات مربوط به آن  | آموزش مقدماتی شطرنج  |   |  5 |
|   | مشاهده رفتار |  | آگاهی از میزان آموخته های دانش آموزان ،افزایش سرعت و چابکی و حس همکاری  | ارزشیابی درست راه رفتن و درست دویدن، انجام بازی امدادی صفی |   |  6 |
|   | مشاهده رفتار |  | درست گذاشتن صفحه شطرنج و چیدن مهره ها روی آن | آموزش شطرنج |   |  7 |
|   | مشاهده رفتار |  | تقویت مهارتهای حرکتی  | آموزش مهارت پریدن، دور زدن و چرخیدن |   |  8 |
|   | مشاهده رفتار |  | یادگیری چگونگی حرکت مهره ی سرباز  | آموزش شطرنج |   |  9 |  |
|   | مشاهده رفتار |  | ایجاد شور و نشاط، تقویت همبستگی گروهی بین بچه ها | انجام بازی لکوموتیورانی و ماشین بازی |   | 11 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|   | مشاهده رفتار |  | آگاهی از میزان آموخته های دانش آموزان  | ارزشیابی دانش آموزان در درست گذاشتن صفحه شطرنج، چیدن مهره ها و حرکت سرباز  |   | 11 |  |
|   | مشاهده رفتار |  | تقویت مهارتهای حرکتی و حفظ تعادل  | آموزش مهارت حرکت به صورت لی لی و حرکت به پهلو  |   | 12 |
|   | مشاهده رفتار |  | تقویت توانایی های ذهنی  | انجام بازی شطرنج دو به دو و فقط با حرکت مهره سرباز  |   | 13 |  |
|   | مشاهده رفتار |  | ایجاد انگیزه برای یادگیری اعداد و تمرکز حواس  | انجام بازی هوپ )بازی با اعداد(  |   | 14 |  |
|  | مشاهده رفتار |  | آموزش چگونگی حرکت مهره رُخُ  | آموزش شطرنج |   | 15 |
|   | مشاهده رفتار |  | تقویت توانایی های ذهنی  | انجام بازی شطرنج دو به دو و فقط با حرکت رُخُ و سرباز  |   | 16 |
|   | مشاهده رفتار |  | تقویت مهارتهای چابکی، سرعت و جایگزینی  | انجام بازی لانه خرگوشی  |   | 17 |  |
|   | مشاهده رفتار |  | تقویت سرعت، دقت و عکس العمل  | انجام بازی منو بگیر، منو نگیر  |   | 18 |
|   | مشاهده رفتار |  | یادگیری چگونگی حرکت مهره ی فیل  | آموزش شطرنج  |   | 19 |
|   | مشاهده رفتار |  | ارزشیابی مهارت پریدن  | انجام بازی گروهی با طناب  |   | 21 |
|   | مشاهده رفتار |  | تقویت توانایی های ذهنی  | انجام شطرنج دو به دو و فقط با حرکت سرباز، رُُخ و فیل  |   | 21 |
|   | مشاهده رفتار |  | تقویت مهارت سرعت و سرعت عکس العمل  | انجام بازی مجسمه  |   | 22 |
|   | مشاهده رفتار |  | یادگیری چگونگی حرکت مهره ی وزیر  | آموزش شطرنج |   | 23 |
|   | مشاهده رفتار |  | هماهنگی، تقویت سرعت عمل و عکس العمل ،تقویت عضلات دست، کتف و کمر  | انجام بازی الاکلنگ و چرخ خاک کشی |   | 24 |
|   | مشاهده رفتار |  | تقویت توانایی های ذهنی  | انجام بازی شطرنج دو به دو و فقط با حرکت سرباز، رُخُ، فیل و وزیر |   | 25 |  |
|   | مشاهده رفتار |  | چابکی، تسلط بر توپ  | انجام بازی امدادی پاها باز  |   | 26 |
|   | مشاهده رفتار |  | یادگیری چگونگی حرکت مهره ی اسب  | آموزش شطرنج |   | 27 |  |
|   | مشاهده رفتار |  | تسلط بر توپ )گرفتن ها و پرتاب ها(  | انجام بازی پاس کاری  |   | 28 |  |
|   | مشاهده رفتار  |  | تقویت توانایی های ذهنی  | انجام شطرنج دو به دو و با استفاده از تمام مهره ها |   | 29 |
|   | مشاهده رفتار |  | آگاهی از میزان آموخته های دانش آموزان  | ارزشیابی موارد تدریس شده  |   | 31 |  |
|   | مشاهده رفتار |  | آگاهی از میزان آموخته های دانش آموزان  | ارزشیابی موارد تدریس شده  |   | 31 |  |
|   | مشاهده رفتار |  | تست قدرت، چابکی و حس مشارکت بچه ها     | انجام بازی طناب کشی  |   | 32 |
|   | مشاهده رفتار |  | چابکی، سرعت، تعادل و تقویت حس همکاری  | انجام بازی نجات |   | 33 |  |
|   | مشاهده رفتار |  | ایجاد شور و نشاط و انگیزه در دانش آموزان  | انجام بازی طناب کشی  |   | 34 |
|   | مشاهده رفتار |  | تقویت دقت و هوش  | انجام بازی کلاسی "حدس بزن کی بود"  |   | 35 |
|   | مشاهده رفتار |  | تقویت سرعت، چابکی، حفظ تعادل و قدرت بدنی  | انجام بازی مسیر متنوع  |   | 36 |
|   | مشاهده رفتار  |  | هماهنگی چشم و دست  | انجام بازی "پرتاب توپ تو سبد"  |   | 37 |
|   | مشاهده رفتار |  | سرعت، چابکی، تسلط بر توپ  | انجام بازی "توپ دیواری"  |   | 38 |
|   | مشاهده رفتار |  | تقویت مهارت های حرکتی و آمادگی جسمانی  | آموزش طناب زدن به صورت جفت پا از جلو |   | 39 |
|   | مشاهده رفتار |  | تسلط بر توپ، سرعت، قدرت، حس همکاری  | انجام بازی "بدو پاس بده"  |   | 41 |
|   | مشاهده رفتار |  | چابکی، سرعت، دقت در کار  | انجام بازی "خراب کن و درست کن"  |   | 41 |  |
|   | مشاهده رفتار |  | تعادل، کنترل بدن، چابکی  | انجام بازی "حفظ تعادل با کتاب روی سر"  |   | 42 |
|   | مشاهده رفتار |  | تعادل، سرعت و چابکی  | انجام بازی "حمل توپ با قاشق"  |   | 43 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|   | مشاهده رفتار |  | تقویت سرعت، دقت و عکس العمل  | انجام بازی منو بگیر، منو نگیر  |   | 44 |  |
|   | مشاهده رفتار |  | تقویت مهارت سرعت و سرعت عکس العمل  | انجام بازی مجسمه  |   | 45 |  |
|   | مشاهده رفتار |  | تسلط بر توپ )گرفتن ها و پرتاب ها(  | انجام بازی پاس کاری  |   | 46 |
|   | مشاهده رفتار |  | تقویت عضلانی بدن و تمرکز  | انجام بازی کلاسی زورآزمایی با توپ |   | 47 |  |
|   | مشاهده رفتار |  | هماهنگی چشم و دست  | انجام بازی "پرتاب توپ تو سبد"  |   | 48 |  |
|   | مشاهده رفتار |  | سرعت، چابکی، تسلط بر توپ  | انجام بازی "توپ دیواری"  |   | 49 |
|   | مشاهده رفتار |  | تعادل، کنترل بدن، چابکی  | انجام بازی "حفظ تعادل با کتاب روی سر"  |   | 51 |
|   | مشاهده رفتار |  | تقویت هماهنگی و همبستگی گروهی، شناخت بیشتر اشکال هندسی     | انجام بازی "بساز و بساز، چی بسازم"  |   | 51 |
|   | مشاهده رفتار |  | افزایش سرعت عکس العمل، ایجاد شور و نشاط در بچه ها | انجام بازی "استپ هوایی"  |   | 52 |  |
|   | مشاهده رفتار |  | افزایش سرعت عکس العمل، ایجاد شور و نشاط در بچه ها | انجام بازی "تخم مرغ گندیده"  |   | 53 |
|   | مشاهده رفتار |  | ایجاد شور و نشاط، افزایش همبستگی گروهی  | انجام بازی "خاله بزغاله"  |   | 54 |
|   | مشاهده رفتار |  | سرگرمی و نشاط، تقویت هوش  | انجام بازی کلاسی "سنگ ،کاغذ، قیچی"  |   | 55 |
|   | مشاهده رفتار |  | ایجاد شور و نشاط  | انجام بازی "عمو زنجیرباف"  |   | 56 |
|   | مشاهده رفتار |  | تشخیص پرندگان از سایر حیوانات  | انجام بازی "کلاغ پر"  |   | 57 |
|   | مشاهده رفتار |  | آگاهی از میزان آموخته های دانش آموزان  | ارزشیابی پایانی  |   | 58 |
|   | مشاهده رفتار |  | آگاهی از میزان آموخته های دانش آموزان  | ارزشیابی پایانی |   | 59 |