**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 |