

درس: ورزش پایه: اول ابتدایی دبستان: سال تحصیلی: ۹۶-۹۷ کاری از:

ردیف	جلسه	تاریخ	موضوع و عنوان درس	هدف کلی هر جلسه	وسایل کمک آموزشی	روش ارزشیابی پیشنهادی	فعالیت های تکمیلی
ماه مهر	۱	۹۶/۰۷/۰۲	صحبت در مورد اهمیت ورزش و نکات ایمنی و بهداشتی و انجام یک بازی سرگرم کننده	آگاهی از اهمیت ورزش و نکات ایمنی و بهداشتی		مشاهده رفتار	
	۲	۹۶/۰۷/۰۴	انجام حرکات پایه، آموزش درست راه رفتن درست دويدن	تقویت مهارتهای حرکتی		مشاهده رفتار	
	۳	۹۶/۰۷/۱۱	آموزش چند نوع راه رفتن (خرگوشی، خرچنگی و ...)	تقویت مهارتهای حرکتی و حفظ تعادل		مشاهده رفتار	
	۴	۹۶/۰۷/۱۶	انجام بازی "بزاز و بساز، چی بسازم"	تقویت هماهنگی و همبستگی گروهی، شناخت بیشتر اشکال هندسی		مشاهده رفتار	
	۵	۹۶/۰۷/۱۸	آموزش مقدماتی شطرنج	آشنایی با صفحه و مهره های شطرنج و نکات مربوط به آن		مشاهده رفتار	
	۶	۹۶/۰۷/۲۳	ارزشیابی درست راه رفتن و درست دويدن، انجام بازی امدادی صفی	آگاهی از میزان آموخته های دانش آموزان، افزایش سرعت و چابکی و حس همکاری		مشاهده رفتار	
ماه آبان	۷	۹۶/۰۷/۲۵	آموزش شطرنج	درست گذاشتن صفحه شطرنج و چیدن مهره ها روی آن		مشاهده رفتار	
	۸	۹۶/۰۷/۳۰	آموزش مهارت پریدن، دور زدن و چرخیدن	تقویت مهارتهای حرکتی		مشاهده رفتار	
	۹	۹۶/۰۸/۰۲	آموزش شطرنج	یادگیری چگونگی حرکت مهره ی سرباز		مشاهده رفتار	
	۱۰	۹۶/۰۸/۰۷	انجام بازی لکوموتورانی و ماشین بازی	ایجاد شور و نشاط، تقویت همبستگی گروهی بین بچه ها		مشاهده رفتار	

	مشاهده رفتار		آگاهی از میزان آموخته های دانش آموزان	ارزشیابی دانش آموزان در درست گذاشتن صفحه شطرنج، چیدن مهره ها و حرکت سرباز	۹۶/۰۸/۰۹	۱۱	ماه آذر
	مشاهده رفتار		تقویت مهارت های حرکتی و حفظ تعادل	آموزش مهارت حرکت به صورت لی لی و حرکت به پهلو	۹۶/۰۸/۱۴	۱۲	
	مشاهده رفتار		تقویت توانایی های ذهنی	انجام بازی شطرنج دو به دو و فقط با حرکت مهره سرباز	۹۶/۰۸/۱۶	۱۳	
	مشاهده رفتار		ایجاد انگیزه برای یادگیری اعداد و تمرکز حواس	انجام بازی هوپ (بازی با اعداد)	۹۶/۰۸/۲۱	۱۴	
	مشاهده رفتار		آموزش چگونگی حرکت مهره رُخ	آموزش شطرنج	۹۶/۰۸/۲۳	۱۵	
	مشاهده رفتار		تقویت توانایی های ذهنی	انجام بازی شطرنج دو به دو و فقط با حرکت رُخ و سرباز	۹۶/۰۸/۳۰	۱۶	
	مشاهده رفتار		تقویت مهارت های چابکی، سرعت و جایگزینی	انجام بازی لانه خرگوشی	۹۶/۰۹/۰۵	۱۷	
	مشاهده رفتار		تقویت سرعت، دقت و عکس العمل	انجام بازی منو بگیر، منو نگیر	۹۶/۰۹/۰۷	۱۸	
	مشاهده رفتار		یادگیری چگونگی حرکت مهره ی فیل	آموزش شطرنج	۹۶/۰۹/۱۲	۱۹	
	مشاهده رفتار		ارزشیابی مهارت پریدن	انجام بازی گروهی با طناب	۹۶/۰۹/۱۴	۲۰	
	مشاهده رفتار		تقویت توانایی های ذهنی	انجام شطرنج دو به دو و فقط با حرکت سرباز، رُخ و فیل	۹۶/۰۹/۱۹	۲۱	
	مشاهده رفتار		تقویت مهارت سرعت و سرعت عکس العمل	انجام بازی مجسمه	۹۶/۰۹/۲۱	۲۲	
	مشاهده رفتار		یادگیری چگونگی حرکت مهره ی وزیر	آموزش شطرنج	۹۶/۰۹/۲۶	۲۳	
	مشاهده رفتار		هماهنگی، تقویت سرعت عمل و عکس العمل، تقویت عضلات دست، کتف و کمر	انجام بازی الاکلنگ و چرخ خاک کشی	۹۶/۰۹/۲۸	۲۴	
	مشاهده رفتار		تقویت توانایی های ذهنی	انجام بازی شطرنج دو به دو و فقط با حرکت سرباز، رُخ، فیل و وزیر	۹۶/۱۰/۰۳	۲۵	
	مشاهده رفتار		چابکی، تسلط بر توپ	انجام بازی امدادی پاها باز	۹۶/۱۰/۰۵	۲۶	
	مشاهده رفتار		یادگیری چگونگی حرکت مهره ی اسب	آموزش شطرنج	۹۶/۱۰/۱۰	۲۷	

	مشاهده رفتار		تسلط بر توپ (گرفتن ها و پرتاب ها)	انجام بازی پاس کاری	۹۶/۱۰/۱۲	۲۸	
	مشاهده رفتار		تقویت توانایی های ذهنی	انجام شطرنج دو به دو و با استفاده از تمام مهره ها	۹۶/۱۰/۱۷	۲۹	
	مشاهده رفتار		آگاهی از میزان آموخته های دانش آموزان	ارزشیابی موارد تدریس شده	۹۶/۱۰/۱۹	۳۰	
	مشاهده رفتار		آگاهی از میزان آموخته های دانش آموزان	ارزشیابی موارد تدریس شده	۹۶/۱۰/۲۴	۳۱	
	مشاهده رفتار		تست قدرت، چابکی و حس مشارکت بچه ها	انجام بازی طناب کشی	۹۶/۱۰/۲۶	۳۲	
	مشاهده رفتار		چابکی، سرعت، تعادل و تقویت حس همکاری	انجام بازی نجات	۹۶/۱۱/۰۱	۳۳	ماه نهم
	مشاهده رفتار		ایجاد شور و نشاط و انگیزه در دانش آموزان	انجام بازی طناب کشی	۹۶/۱۱/۰۳	۳۴	
	مشاهده رفتار		تقویت دقت و هوش	انجام بازی کلاسی "حدس بزن کی بود"	۹۶/۱۱/۰۸	۳۵	
	مشاهده رفتار		تقویت سرعت، چابکی، حفظ تعادل و قدرت بدنی	انجام بازی مسیر متنوع	۹۶/۱۱/۱۰	۳۶	
	مشاهده رفتار		هماهنگی چشم و دست	انجام بازی "پرتاب توپ تو سبد"	۹۶/۱۱/۱۵	۳۷	
	مشاهده رفتار		سرعت، چابکی، تسلط بر توپ	انجام بازی "توپ دیواری"	۹۶/۱۱/۱۷	۳۸	
	مشاهده رفتار		تقویت مهارت های حرکتی و آمادگی جسمانی	آموزش طناب زدن به صورت جفت پا از جلو	۹۶/۱۱/۲۴	۳۹	
	مشاهده رفتار		تسلط بر توپ، سرعت، قدرت، حس همکاری	انجام بازی "بدو پاس بده"	۹۶/۱۱/۲۹	۴۰	
	مشاهده رفتار		چابکی، سرعت، دقت در کار	انجام بازی "خراب کن و درست کن"	۹۶/۱۲/۰۶	۴۱	
	مشاهده رفتار		تعادل، کنترل بدن، چابکی	انجام بازی "حفظ تعادل با کتاب روی سر"	۹۶/۱۲/۰۸	۴۲	
	مشاهده رفتار		تعادل، سرعت و چابکی	انجام بازی "حمل توپ با قاشق"	۹۶/۱۲/۱۳	۴۳	ماه اسفند
	مشاهده رفتار		تقویت سرعت، دقت و عکس العمل	انجام بازی منو بگیر، منو نگیر	۹۶/۱۲/۱۵	۴۴	
	مشاهده رفتار		تقویت مهارت سرعت و سرعت عکس العمل	انجام بازی مجسمه	۹۶/۱۲/۲۰	۴۵	

مشاهده رفتار	مشاهده رفتار	تسلط بر توپ (گرفتن ها و پرتاب ها)	انجام بازی پاس کاری	۹۶/۱۲/۲۲	۴۶	ماه فروردین
مشاهده رفتار	مشاهده رفتار	تقویت عضلانی بدن و تمرکز	انجام بازی کلاسی زورآزمایی با توپ	۹۶/۱۲/۲۷	۴۷	
مشاهده رفتار	مشاهده رفتار	هماهنگی چشم و دست	انجام بازی "پرتاب توپ تو سبد"	۹۷/۰۱/۱۹	۴۸	
مشاهده رفتار	مشاهده رفتار	سرعت، چابکی، تسلط بر توپ	انجام بازی "توپ دیواری"	۹۷/۰۱/۲۱	۴۹	
مشاهده رفتار	مشاهده رفتار	تعادل، کنترل بدن، چابکی	انجام بازی "حفظ تعادل با کتاب روی سر"	۹۷/۰۱/۲۶	۵۰	ماه اردیبهشت
مشاهده رفتار	مشاهده رفتار	تقویت هماهنگی و همبستگی گروهی، شناخت بیشتر اشکال هندسی	انجام بازی "بساز و بساز، چی بسازم"	۹۷/۰۱/۲۸	۵۱	
مشاهده رفتار	مشاهده رفتار	افزایش سرعت عکس العمل، ایجاد شور و نشاط در بچه ها	انجام بازی "استپ هوایی"	۹۷/۰۲/۰۲	۵۲	
مشاهده رفتار	مشاهده رفتار	افزایش سرعت عکس العمل، ایجاد شور و نشاط در بچه ها	انجام بازی "نخم مرغ گندیده"	۹۷/۰۲/۰۴	۵۳	ماه اردیبهشت
مشاهده رفتار	مشاهده رفتار	ایجاد شور و نشاط، افزایش همبستگی گروهی	انجام بازی "خاله بزغاله"	۹۷/۰۲/۰۹	۵۴	
مشاهده رفتار	مشاهده رفتار	سرگرمی و نشاط، تقویت هوش	انجام بازی کلاسی "سنگ، کاغذ، قیچی"	۹۷/۰۲/۱۶	۵۵	
مشاهده رفتار	مشاهده رفتار	ایجاد شور و نشاط	انجام بازی "عمو زنجیرباف"	۹۷/۰۲/۱۸	۵۶	
مشاهده رفتار	مشاهده رفتار	تشخیص پرندگان از سایر حیوانات	انجام بازی "کلاغ پر"	۹۷/۰۲/۲۳	۵۷	
مشاهده رفتار	مشاهده رفتار	آگاهی از میزان آموخته های دانش آموزان	ارزشیابی پایانی	۹۷/۰۲/۲۵	۵۸	
مشاهده رفتار	مشاهده رفتار	آگاهی از میزان آموخته های دانش آموزان	ارزشیابی پایانی	۹۷/۰۲/۳۰	۵۹	