

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این طرح درس با قیمت فقط سه هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان

مراجعه کنید . www.asebankafinet.ir

بسمه تعالی

طرح درس روزانه بر اساس برنامه درس ملی

مشخصات کلی	طرح درس شماره:	تاریخ اجرا:	عنوان درس: مهار فشار روانی	صفحه:						
	آموزشگاه:	پایه: تفکر هشتم	تعداد دانش آموز:	مدت تدریس:						
مدرس:										
فعالیت های قبل از تدریس										
هدف کلی جلسه: - آشنایی با فشار روانی و نشانه های آن										
رئوس مطالب	اهداف جزئی	حیطه ها و اهداف	انتظارات از دانش آموزان در این درس	عرصه ها			مفاهیم کلیدی	فضای آموزشی و نحوه چیدمان کلاسی	پیش بینی روش تدریس	وسایل آموزشی
				خدا (طبیعت)	خود	دیگران				
۱. آشنایی با معنا و مفهوم فشار روانی ۲. آشنایی با ماهیت و چیستی فشار روانی ۳. شناخت مهارت های کنترل فشار روانی و استرس	منظور معلم از فرایند یاد دهی و یاد گیری عبارت است از این است که دانش آموزان بفهمند که:	تعقل	- کسب مهارت در کنترل استرس	*	*	*	مدل و ساختار کلاس U شکل بوده و همه دانش آموزان در جلو و اطراف میز بوده در حالیکه به وایت برد نیز اشراف	سخنرانی ، پرسش و پاسخ، حل مسئله به صورت فردی یا گروه	- کتاب درسی - پاورپوینت آموزشی - استفاده از نرم افزار ها - کتاب گویای (ورق زن) - کمک آموزشی - پخش تصاویر مرتبط با مبحث از	
	۱. چه عواملی در شکل گیری فشار روانی و استرس موثر است؟ ۲. نشانه های استرس و اضطراب کدامند؟ ۳- مهارت های افزایش اعتماد به نفس کدامند؟ و....	ایمان	- استرس را تعریف و به برخی از علل آن اشاره کند.	*	*	*	میز بوده در حالیکه به وایت برد نیز اشراف	سخنرانی ، پرسش و پاسخ، حل مسئله به صورت فردی یا گروه	- کتاب گویای (ورق زن) - کمک آموزشی - پخش تصاویر مرتبط با مبحث از	
		علم	- نشانه های استرس را بیان کند و راههای کنترل آن را معرفی کند.	*	*	*	میز بوده در حالیکه به وایت برد نیز اشراف	سخنرانی ، پرسش و پاسخ، حل مسئله به صورت فردی یا گروه	- کتاب گویای (ورق زن) - کمک آموزشی - پخش تصاویر مرتبط با مبحث از	
استرس		عمل	- آزمون خودارزیابی استرس را تکمیل	*	*	*	میز بوده در حالیکه به وایت برد نیز اشراف	سخنرانی ، پرسش و پاسخ، حل مسئله به صورت فردی یا گروه	- کتاب گویای (ورق زن) - کمک آموزشی - پخش تصاویر مرتبط با مبحث از	

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این طرح درس با قیمت فقط سه هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان

مراجعه کنید . www.asebankafinet.ir

طریق ویدیو، -ویدیو پروژکتور، -استفاده از تخته هوشمند -لپتاپ	داشته باشند					کند.		
			*	*		- نحوه مدیریت استرس و راه حلهای منطقی برخورد با آن را بیان کند.	اخلاق	
فعالیت های حین تدریس								
زمان	وسایل آموزشی	روش تدریس	فعالیت دانش آموزان (اندیشه ورزی، دست ورزی، خلاقیت توام با خوبآوری، خودپایایی و خود ارزیابی)	فعالیت دبیر (ایجاد موقعیت یادگیری)	فعالیت های یادگیری			
	پروژکتور - لپ تاپ - برد هوشمند	پرسش و پاسخ گروهی	دانش آموزان نیز باید درس گذشته را کامل درک کرده باشند	قبل از شروع کلاس معلم باید مطالعه و تسلط کامل بر روی درس داشته باشد و پاورپوینت مختص درس را آماده کرده باشد	فعالیت های مقدماتی			
۵ دقیقه	کتاب درسی - پاورپوینت آموزشی	پرسش و پاسخ گروهی	انتظار می رود دانش آموزان مرتب و منظم نشسته و به درس گوش دهند	سلام و احوالپرسی، حضور و غياب، بررسی حالات روحی و فیزیکی دانش آموزان و بررسی کلی وضعیت کلاس، ارتباط رابطه عاطفی اولیه، ارتباط دانش آموزان با کلاس و محتوا از طریق توجه به کتاب، پاورپوینت موجود در کلاس	پیش بینی رفتار ورودی			
۵ دقیقه	کتاب درسی - پاورپوینت آموزشی	پرسش و پاسخ گروهی	انتظار می رود دانش آموزان به سوالات پاسخ داده و منتظر باشد تا	نتایج ارزشیابی زیر نقطه شروع آموزش را مشخص می کند:	ارزشیابی تشخیصی یا سنجش آغازین			

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این طرح درس با قیمت فقط سه هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان

مراجعه کنید . www.asebankafinet.ir

			درس را شروع کنیم	<p>۱- مفهوم فشار روانی چیست؟</p> <p>۲- چه عواملی موجب شکل گیری فشار روانی می شود؟</p> <p>۳- نشانه های فشار روانی و استرس کدامند؟</p> <p>۴- راه های کنترل استرس کدامند؟</p> <p>در صورت پاسخ به سوالات ارزشیابی تشخیصی؛ فراگیران آماده یادگیری مطالب جدید خواهند بود .</p>	
۵ دقیقه	کتاب درسی - پاورپوینت آموزشی- فایل صوتی درسی	گفتگوی گروهی	دانش آموزان با گوش دادن به فایل صوتی و گفته های آموزگار مفاهیم این جلسه را یاد می گیرند.	ابتدا در کلاس فایل صوتی درس و پاورپوینت آموزشی را پخش می کنیم و سپس در مورد مفهوم فشار روانی و ضرورت پرداختن به آن توضیحاتی می دهیم؟	آماده سازی (ایجاد انگیزه و معرفی درس جدید)
۱۰ دقیقه	کتاب درسی - فایل صوتی- پاورپوینت آموزشی	پرسش و پاسخ گروهی	انتظار می رود دانش آموزان با مطالب بیان شده ارتباط برقرار کند و یاد بگیرد	رعایت موارد زیر برای تدریس پیشنهاد میشود: ۱- برای شروع درس میتوان نمایشنامه های را به کمک دانش آموزان به اجرا در آورد و طی آن، فردی را نشان داد که علائم استرس دارد اما راه مقابله با آن را نمیداند. ۲- نمایش فیلم یا تصویری در زمینه استرس برای دانش آموزان میتواند شروع خوبی باشد. ۳- گرفتن آزمون استرس از دانش آموزان قبل از آغاز تدریس توصیه میشود (آزمون و	ارائه درس جدید لحاظ کردن ارزشیابی فرآیندی

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این طرح درس با قیمت فقط سه هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان

مراجعه کنید . www.asebankafinet.ir

			<p>فعالیتها).</p> <p>۴ — معلم میتواند از دانش آموزان بخواهد بدون سابقه و مقدمه نمایشنامه ای اجرا کنند (ایفای نقش)</p> <p>۵ — معلم میتواند از دانش آموزان بخواهد فردی را معرفی کنند که علائم استرس را دارد و نشانه های این مشکل او را بیان کنند.</p>
فعالیت های بعد از تدریس			
زمان	فعالیت دانش آموزان	فعالیت دبیر	
۵ دقیقه	چند نفر از دانش آموزان پیام درس را بازگو می کنند و معلم نظریات و مطالب دانش آموزان را تکمیل می کند.	با کمک بچه ها درس را جمع بندی می کنیم	فعالیت تکمیلی و جمع بندی
۵ دقیقه	انتظار میرود دانش آموز بتواند فعالیت گفته شده رو با همگروهی هایش انجام دهد و هر آنچه که معلم به عنوان فعالی مطرح می کند انجام دهند	<p>ارزشیابی پایانی به صورت شفاهی و طرح مسئله در پای تابلو انجام میشود و انتظار می رود که بصورت فردی یا گروهی به سوالات پاسخ دهند:</p> <ul style="list-style-type: none"> — مفهوم فشار روانی و استرس چیست ؟ — ضرورت داشتن اعتماد به نفس در زندگی چیست؟ — عوامل ایجاد فشار روانی کدامند؟ — عکس العمل افراد نسبت به فشار روانی کدام است؟ <p>سپس یکی از اعضای گروهها خلاصه درس را در یک دقیقه توضیح دهد .</p> <p>یکی از دانش آموزان آیات درس را با صدای بلند می خواند.</p> <p>یکی از دانش آموزان قسمت تدبیر در قرآن را خوانده و بصورت گروهی در کلاس پاسخ داده می شود</p>	ارزشیابی پایانی

**این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش
این طرح درس با قیمت فقط سه هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان**

مراجعه کنید . www.asebankafinet.ir

دقیقه	حل کردن تمرین ها (به صورت فردی - گروهی)	فردی: قسمت فعالیت در منزل انجام شود - درس جدید برای جلسه ی بعد آماده گردد گروهی: از دانش آموزان می خواهیم فعالیتهای داخل متن درس و سوالات پایان درس را بصورت فردی یا گروهی برای جلسه ی بعد انجام دهند	تعیین تکلیف و فعالیت های خارج از کلاس

www.asebankafinet.ir