

**این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این طراحی آموزشی با قیمت فقط سه هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید . [www.asebankafinet.ir](http://www.asebankafinet.ir)**

درس ۲

**احساسات ما**

همه ی ما در طول روز در موقعیت های مختلف، احساسات گوناگونی داریم

فعالیت

۱- هر یک از موقعیت های زیر چه احساسی را در شما به وجود می آورد؟

الف - دوست صمیمی تان می خواهد از محله ی شما برود و در جای دیگری زندگی کند. ( )

ب- در حال تماشای فیلم مورد علاقه تان هستید که برادرتان شبکه را عوض می کند. ( )

پ- در حال رفتن به خانه هستید، در یک کوچه ی خلوت ناگهان صدای انفجار ترقه به گوشتان می خورد. ( )

ت - معلم به خاطر تلاش هایتان به شما، جایزه ی خوبی داده است. ( )



همان طور که می دانید، برخی از احساسات ما خوشایند و برخی ناخوشایندتند. احساسات خوشایند در ما تأثیر خوبی می گذارند و ما آنها را دوست داریم. برعکس، احساسات ناخوشایند را دوست نداریم و می خواهیم از آنها دور شویم.

فکر کنید و چند احساس خوشایند و چند احساس ناخوشایند خود را که در هفته ی گذشته داشته اید، بگویید . بیایید درباره ی بعضی از این احساسات، بیشتر بدانیم.

**این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این طراحی آموزشی با قیمت فقط سه هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید . [www.asebankafinet.ir](http://www.asebankafinet.ir)**

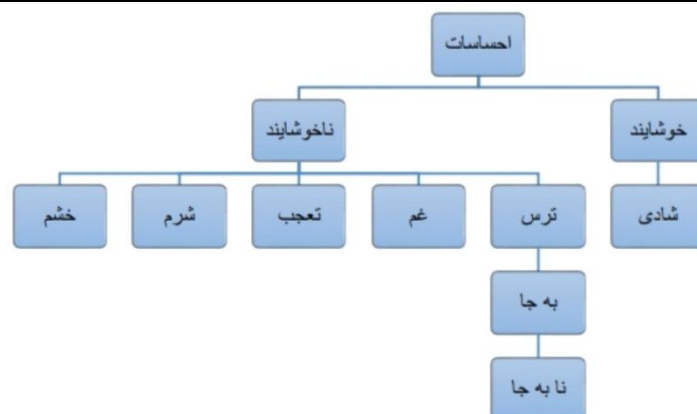
نام: سمیه	نام خانوادگی:	استاد مربوطه:
مقطع تدریس: ابتدایی	پایه تدریس: پنجم	موضوع تدریس: احساسات ما
سال تحصیلی:	شماره طرح درس: (۲)	مدت: ۴۵ دقیقه

<p>فعالیت های قبل از تدریس: تعیین اهداف (اهداف کلی - اهداف جزئی)</p> <p>اهداف کلی درس</p> <p>آشنایی با احساسات متفاوت در شرایط متفاوت</p> <p>اهداف جزئی</p> <p>تفاوت بین احساسات خوشایند و ناخوشایند را درک کند.</p> <p>تفاوت بین ترس به جا و نا به جا را می فهمد.</p> <p>احساسات خود را بشناسد.</p> <p>با راهکارهایی برای برطرف کردن غم خود آشنا می شود.</p> <p>کلمات مناسب برای بیان احساسات خود استفاده کند.</p> <p>راه های برخورد با ترس های نا به جای خود را بداند.</p>
<p>اهداف رفتاری در حیطه ی شناختی: انتظار می رود دانش آموزان در پایان این درس بتوانند</p> <p>احساسات خوشایند و ناخوشایند خود را نام ببرد.</p> <p>ترس به جا و نا به جا را تعریف کند.</p> <p>راجع به احساسات خوشایند و ناخوشایند توضیح دهد.</p> <p>احساسات خوشایند و ناخوشایند را شرح دهد.</p> <p>چند مورد از احساسات خوشایند و ناخوشایند خود را مثال بزند.</p> <p>چند مورد از ترس های به جا و نا به جای خود را مثال بزند. احساسات خوشایند و ناخوشایند خود را تشخیص دهد.</p> <p>داستان کودکانه ای با موضوع احساسات بنویسد.</p> <p>یک شعر کودکانه شاد برای شاد کردن دوستان خود بخواند. احساسات خوشایند و ناخوشایند را مقایسه کند.</p> <p>ترس به جا و نا به جا را مقایسه کند.</p> <p>داوری کند ترس اطرافیان خود به جا یا نا به جا است.</p>
<p>اهداف رفتاری در حیطه ی عاطفی: انتظار می رود دانش آموزان در پایان این درس بتوانند</p>

**این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این طراحی آموزشی با قیمت فقط سه هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید . [www.asebankafinet.ir](http://www.asebankafinet.ir)**

<p>دانش آموز به شناخت احساسات خود علاقه مند می شود. به نحوه ی ابراز احساسات خود توجه می کند. برای راهکارهایی که باعث شادی می شود ارزش قائل می شود. به ابراز احساسات دیگران احترام می گذارد.</p>
<p>تعیین اهداف رفتاری در حیطه ی روانی - حرکتی: انتظار می رود دانش آموزان در پایان این درس بتوانند احساسات مختلف دیگران را مشاهده کند. در مورد راه های برخورد با ترس های به جا و نا به جا پرسش و پاسخ کند. احساسات مختلف چهره را طراحی کند. در مورد تفاوت بین ترس های به جا و نا به جا تحقیق کند.</p>
<p>ارزشیابی تشخیصی کسی می داند احساس به چه می گویند؟ می توانید چند نمونه از احساسات را نام ببرید؟</p>
<p>ایجاد انگیزه برای ایجاد انگیزه ابتدا از بچه ها درباره احساسات و حالت هایی که می شناسند سوال می کنم و می گویم چرا امروز خوشحال هستید؟ چرا امروز ترسیدی؟ و... با این پرسش و پاسخ زمینه را برای شناخت انواع احساسات و علت بروز آن در شرایط متفاوت فراهم می کنم.</p>
<p>پیش سازمان دهنده ها احساسات خوشایند و ناخوشایند چه تفاوت هایی با هم دارند؟ ترس به جا و نا به جا چه تفاوتی دارند؟ آیا شما احساسات خود را می شناسید؟ آیا شما راهکارهایی را برای شاد کردن و برطرف کردن غم می دانید؟ از چه کلماتی برای ابراز احساسات خود استفاده می کنید؟ آیا شما راه های برخورد با ترس های نا به جای خود را می دانید؟</p>
<p>سازماندهی مطالب درس</p>

**این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این طراحی آموزشی با قیمت فقط سه هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید . [www.asebankafinet.ir](http://www.asebankafinet.ir)**



فعالیت های حین تدریس

مهارت آغازین

آموزگار با پخش یک کلیپ انیمیشن از احساسات مختلف، دانش آموزان را به شناخت احساسات تشویق می کند. با درست کردن صورتک های مربوط به احساسات مختلف توجه دانش آموزان را جلب می کند.

انتخاب روش تدریس و ارائه درس

روش تدریس پرسش و پاسخ و بحث گروهی

ابتدا با پرسش و پاسخ در مورد احساساتی که در طول هفته داشته اند با آن ها به صحبت و بحث می پردازم. سپس از تعدادی از دانش آوزان می خواهم که هر احساسی را بصورت پانتومیم اجرا کنند و دانش آموزان دیگر بگویند که چه احساسی را دریافت می کنند. در ادامه می پرسم اگر دوستان از محله شما بروند، اگر مداد شما را کسی بی اجازه بردارد، یا اگر در مدرسه تشویق شوید چه احساسی دارید؟ و احساسات خوشایند و ناخوشایند را بررسی می کنیم. در گام بعدی از آن ها سوال می کنم: چه کسی باعث بروز احساس شادی در آن ها می شود و با پرسش و پاسخ به این هدف می رسیم که فقط افراد یا اشیا اطراف ما باعث شادی ما نمی شوند و خود ما هم می توانیم برای خودمان شادی ایجاد کنیم. و به فعالیت شماره ۲ با هدف این که دانش آموز دریابد که دیدن یا شنیدن یا انجام چه کاری او را شاد می کند اشاره می کنم. سپس حس غم و اندوه و این که چه کارهایی باعث شده شما غمگین شوید را بررسی می کنیم. مثل جدایی از دوستان، بیماری عزیزان و با پرسش و پاسخ ادامه می دهم و می پرسم هر کدام چه راهی را برای برطرف کردن غم و اندوه خود می شناسند و پیشنهاد می دهند. در این جا این هدف که در شرایط اندوه باید از خدا یاری بخواهیم، قوی باشیم و از بزرگترها کمک بگیریم و راهی برای برطرف کردن این حس پیدا کنیم مورد نظرم است.

سپس درباره حس ترس و این که چرا خداوند این حس را در وجود انسان قرار داده است وارد بحث می شوم و با مثال زدن از ترس های نا به جا و به جا مانند ترسیدن از امتحان، ترس از حیوانات وحشی، ترس از صحبت کردن در جمع و.... دانش آموزان را به این هدف هدایت می کنم که خداوند همه ترس های نا به جا را برای دوری از خطر در وجود ما

**این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این طراحی آموزشی با قیمت فقط سه هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید . [www.asebankafinet.ir](http://www.asebankafinet.ir)**

<p>قرار داده است و با آگاهی از منشا ترس می توانیم بفهمیم که ترس ما به جا است یا نابه جا و درک کنیم ترس به جا به نفع انسان است و کسی که ترس به جا را می داند و آن را رعایت می کند ترسو نیست.</p> <p>در پایان از تعدادی از دانش آموزان می خواهیم که با صورتک های درست شده نمایشی را که خود خالق آن هستند اجرا کنند.</p>	
<p>مهارت پرسش کردن و ارزشیابی تکوینی</p> <p>درس به دو قسمت تقسیم می شود و از هر قسمت سه سوال پرسیده می شود.</p> <p>هر چه در مورد احساسات می دانید توضیح دهید؟</p> <p>احساسات خوشایند و ناخوشایند خود را نام ببرید؟</p> <p>چه راهکارهایی باعث شادی شما می شود؟</p> <p>آیا راه های برطرف کردن غم را می دانید؟</p> <p>ترس به جا و نابه جا چیست تفاوت آن را بیان کنید؟</p> <p>با ترس هایمان چگونه برخورد کنیم؟</p>	
<p>مهارت تمرین کردن کلاس را به ۴ گروه تقسیم می کنیم و هر یک از گروه ها یک بخش از بخش های تعیین شده را برای دانش آموزان تکرار می کند. (۱- احساسات ما، ۲- احساسات خوشایند و راه های ایجاد آن، ۳- احساسات ناخوشایند و راه های برطرف کردن آن، ۴- انواع ترس ها)</p> <p>۴ سوال مطرح می کنیم و هر گروه به یک سوال پاسخ می دهد.</p> <p>راجع به احساسات هر چه می دانید بگویید؟</p> <p>به احساسات خوشایند را نام ببرید و در مورد آن ها توضیح دهید؟</p> <p>به احساسات ناخوشایند را نام ببرید و در مورد آن ها توضیح دهید؟</p> <p>ترس های به جا و نابه جا را توضیح دهید؟</p>	
<p>مهارت پایان دادن درس و جمع بندی</p> <p>در این درس یاد گرفتیم که احساسات ما به دو دسته ی خوشایند و ناخوشایند تقسیم می شود. همچنین یاد گرفتیم بعضی از ترس های ما به جا و بعضی نابه جا است. ترس های به جا از ما محافظت می کنند و نابه جا مشکلاتی را برای ما به وجود می آورند.</p>	
<p>فعالیت های پایانی تدریس: ارزشیابی پایانی</p>	
<p>کودکی دستش را در لانه ی زنبور فرو برد. ترس نابه جا است.</p> <p style="text-align: center;"> <input type="checkbox"/> غلط                      <input type="checkbox"/> صحیح         </p> <p>دانش آموزی در خیابان به حرف فرد غریبه ای گوش بدهد و برود ترس به جا است.</p> <p style="text-align: center;"> <input type="checkbox"/> غلط                      <input type="checkbox"/> صحیح         </p>	<p>سوالات کتبی صحیح و غلط</p>

**این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این طراحی آموزشی با قیمت فقط سه هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید . [www.asebankafinet.ir](http://www.asebankafinet.ir)**

<p>ترس از دست دادن نزدیکان ترس نا به جاست.</p> <p> <input type="checkbox"/> صحیح      <input type="checkbox"/> غلط         </p> <p>ترس از امتحان خوب است چون باعث می شود بیشتر تلاش کنیم و نمره ی بهتری بگیریم.</p> <p> <input type="checkbox"/> صحیح      <input type="checkbox"/> غلط         </p> <p>کسی که ترس به جا یا نا به جا دارد ترسو تلقی می شود.</p> <p> <input type="checkbox"/> صحیح      <input type="checkbox"/> غلط         </p> <p>حیوانات هم دارای احساس هستند.</p> <p> <input type="checkbox"/> صحیح      <input type="checkbox"/> غلط         </p>	
<p>احساسات به دو دسته ی.....و..... تقسیم می شوند.</p> <p>ترس.....از انسان محافظت می کند.</p> <p>احساسات ..... و.....از احساسات ناخوشایند هستند.</p> <p>ترس از امتحان ترس..... است.</p> <p>احساسی طبیعی و عادی که در انسان و جانوران وجود دارد ..... است.</p>	<p>سوالات کتبی جای خالی</p>
<p>کدام ترس نا به جا است؟</p> <p>الف) تاریکی    ب) حیوانات درنده    ج) بلندی    د) صدای وحشتناک</p> <p>کدام یک از احساسات زیر جزء احساسات ناخوشایند است؟</p> <p>الف) شرم    ب) غم    ج) تعجب    د) همه ی موارد</p> <p>کدام مورد راه مقابله با غم نیست؟</p> <p>الف) دعا کنیم و از خدا کمک بگیریم.</p> <p>ب) به خودمان دلداری بدهیم و به خود بگوئیم احساس غم طبیعی است اما همیشگی نیست.</p> <p>ج) از بزرگ ترها کمک بگیریم و با آن ها مشورت کنیم.</p> <p>د) بی توجه باشیم و به آن اهمیت ندهیم خود به خود رفع می شود.</p> <p>کدام راهکار در برخورد با ترس هایمان صحیح نیست؟</p> <p>الف) درباره ی ترس مان با دیگران صحبت کنیم.</p> <p>ب) از چیزی که می ترسیم آن را نقاشی کنیم.</p> <p>ج) فیلم های وحشتناک تماشا کنیم تا میزا ترس مان کم شود.</p> <p>د) از یاد و نام خدا کمک بگیریم.</p>	<p>سوالات کتبی چهار گزینه ای</p>
<p>تفاوت بین احساسات خوشایند و ناخوشایند را بیان کنید؟</p>	<p>سوالات کتبی تشریحی</p>

**این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این طراحی آموزشی با قیمت فقط سه هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید . [www.asebankafinet.ir](http://www.asebankafinet.ir)**

<p>دو راهکار برای شاد کردن خود و دیگران بیان کنید؟ به سه راهکار برای برطرف کردن غم بیان کنید؟ ترس نا به جا را تعریف کنید؟ چهار مورد از ترس های به جای خود را نام ببرید؟</p>	
<p>دادن تکالیف و فعالیت های عملی معلم از دانش آموزان می خواهد فعالیت شماره ۲ کتاب ( یکی از شادترین اتفاقات زندگی خود را به صورت انشا بنویسد و در کلاس بخواند. به طور داوطلبانه از دانش آموزان بخواهد ( فعالیت ۳ ) موقعیتی را که در آن دچار غم و اندوه شده اند را روی کاغذ بنویسند و به معلم بدهند. احساسات مختلف دیگران را مشاهده کند. در مورد راه های برخورد با ترس های به جا و نا به جا پرسش و پاسخ کند. احساسات مختلف چهره را طراحی کند. در مورد تفاوت بین ترس های به جا و نا به جا تحقیق کند.</p>	
<p>نقد و بررسی درس</p> <p>محاسن و نقاط قوت در زمینه خودشناسی و تقویت مهارت های کنترل و ابراز احساسات بهتر کمک می کند. باعث تقویت مهارت های غلبه بر ترسو اندوه می شود. به نحوه ی برخورد صحیح با دیگران کمک می کند.</p> <p>معایب و نقاط ضعف عدم پرداختن به احساسات دیگر از قبیل خشم، شرم، و ... عدم استفاده از تصاویر بیشتر</p> <p>ارائه پیشنهاد های مناسب و راهبردهای امی جهت تقویت نقاط قوت و محاسن درس بررسی هر یک از احساسات در یک جلسه به طور مبسوط با تصاویر مختلف و کلیپ های آموزشی</p> <p>ارائه پیشنهاد های مناسب و راهبردهای علمی جهت حذف یا تعدیل نقاط ضعف درس پرداختن به احساسات دیگر و استفاده از تصاویر مربوطه و تصاویر بیشتر برای انواع احساسات</p>	