این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این طرح درس به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید

www.asemankafinet.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 جزیی	حیطه ها و اهداف	انتظارات از دانش آموزان در این درس	عرصه ها – وظایف دانش آموز در قبال: خدا	خلقت (طبیعت)	خود	دیگران	مفاهیم کلیدی	فضای آموزشی و نحوه چیدمان کلاس	پیش بینی روش تدریس	وسایل آموزشی
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 ازاین است که دانش آموزان بفهمند که: 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....	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 داشته	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 طریق
		ایمان	– استرس را تعریف و به برخی از علل آن اشاره کند.		*	*	*				
		علم	– نشانه های استرس را بیان کند و راههای کنترل آن را معرفی کند.	*		*	*				
		عمل	– آزمون خودارزیابی استرس را تکمیل کند.	*		*	*				

www.asemankafinet.ir

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این طرح درس به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید

www.asemankafinet.ir

		اخلاق	– نحوه مدیریت استرس و راه حلهای منطقی برخورد با آن را بیان کند.			*	*		باشند		ویدیو، –ویدیو پروژکتور، –استفاده از تخته هوشمند –لپتاپ

فعالیت های حین تدریس

فعالیت های یادگیری	فعالیت دبیر (ایجاد موقعیت یادگیری)	فعالیت دانش آموزان (اندیشه ورزی، دست ورزی، خلاقیت توام با خوباوری، خودپایایی و خود ارزیابی)	روش تدریس	وسایل آموزشی	زمان
فعالیت های مقدماتی	قبل از شروع کلاس معلم باید مطالعه و تسلط کامل بر روی درس داشته باشد و پاورپوینت مختص درس را آماده کرده باشد	دانش اموزان نیز باید درس گذشته را کامل درک کرده باشند	پرسش و پاسخ گروهی	پروژکتور – لپ تاپ – برد هوشمند	
پیش بینی رفتار ورودی	سلام و احوالپرسی، حضور و غیاب، بررسی حالات روحی و فیزیکی دانش اموزان 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	انتظار میرود دانش آموزان مرتب و منظم نشسته و به درس گوش دهند	پرسش و پاسخ گروهی	کتاب درسی – پاورپوینت آموزشی	۵ دقیقه
ارزشیابی تشخیصی یا سنجش آغازین	نتایج ارزشیابی زیر نقطهٔ شروع آموزش را مشخص می کند: ۱– مفهوم فشار روانی چیست؟ ۲– چه عواملی موجب شکل گیری فشار روانی می شود؟	انتظار میرود دانش آموزان به سوالات پاسخ داده و منتظر باشد تا درس را شروع کنیم	پرسش و پاسخ گروهی	کتاب درسی– پاورپوینت آموزشی	۵ دقیقه

www.asemankafinet.ir

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این طرح درس به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید

www.asemankafinet.ir

	۳– نشانه های فشار روانی و استرس کدامند؟ ۴– راه های کنترل استرس کدامند؟ درصورت پاسخ به سوالات ارزشیابی تشخیصی ؛ فراگیران آماده یادگیری مطالب جدید خواهندبود .				
آماده سازی (ایجاد انگیزه و معرفی درس جدید)	ابتدا در کلاس فایل صوتی درس و پاورپوینت اموزشی را پخش می کنیم و سپس در مورد مفهوم فشار روانی و ضرورت پرداختن به آن توضیحاتی می دهیم؟ هدف عمده این درس کمک به دانشآموزان برای درک مفهوم استرس و راههای کنترل آن، و نیز کسب مهارتهای لازم در این زمینه است	دانش اموزان با گوش دادن به فایل صوتی و گفته های آموزگار مفاهیم این جلسه را یاد می گیرند.	گفتگوی گروهی	کتاب درسی - پاورپوینت آموزشی– فایل صوتی درسی	۵ دقیقه
ارائه درس جدید **لحاظ کردن ارزشیابی فرآیندی**	رعایت موارد زیر برای تدریس پیشنهاد میشود: ۱ـــ برای شروع درس میتوان نمایشنامهای را به کمک دانش آموزان به اجرا درآورد و طی آن، فردی را نشان داد که علائم استرس دارد اما راه مقابله با آن را نمیداند. ۲ـــ نمایش فیلم یا تصویری در زمینه استرس برای دانش آموزان میتواند شروع خوبی باشد. ۳ـــ گرفتن آزمون استرس از دانشآموزان قبل از آغاز تدریس توصیه میشود (آزمون و فعالیتها). ۴ـــ معلم میتواند از دانش آموزان بخواهد بدون سابقه و مقدمه نمایشنامه ای اجرا کنند (ایفای نقش)	انتظار میرود دانش آموزان با مطالب بیان شده ارتباط برقرار کند و یاد بگیرد	پرسش و پاسخ گروهی	کتاب درسی - فایل صوتی– پاورپوینت آموزشی	۱۰ دقیقه

www.asemankafinet.ir

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این طرح درس به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید

www.asemankafinet.ir

	۵ ـــ معلم میتواند از دانش آموزان بخواهد فردی را معرفی کنند که علائم استرس را دارد و نشانه های این مشکل او را بیان کنند.				

فعالیت های بعد از تدریس

	فعالیت دبیر	فعالیت دانش آموزان	زمان
فعالیت تکمیلی و جمع بندی	با کمک بچه ها درس را جمع بندی می کنیم	چند نفر از دانش آموزان پیام درس را بازگو می کنند و معلم نظریات و مطالب دانش آموزان را تکمیل می کند.	۵ دقیقه
ارزشیابی پایانی	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: – 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؟ سپس یکی ازاعضای گروهها خلاصه درس را در یک دقیقه توضیح دهد . یکی از دانش آموزان آیات درس را با صدای بلند می خواند. یکی از دانش آموزان قسمت تدبر در قرآن را خوانده و بصورت گروهی در کلاس پاسخ داده می شود	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	۵ دقیقه
تعیین تکلیف و فعالیت های خارج از کلاس	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	حل کردن تمرین ها (به صورت فردی– گروهی)	دقیقه

www.asemankafinet.ir

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این طرح درس به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید
www.asemankafinet.ir

	گروهی برای جلسه ی بعد انجام دهند		

www.asemankafinet.ir