**نمونه طرح درس روزانه تربیت بدنی**

**عنوان درس** :آموزش فوتبال **طراح**:

**پایه** **:**پنجم و ششم **تعداد دانش آموزان** 41 **:**نفر  **زمان** 14 **:**دقیقه

**هدف**  آموزش کنترل توپ و دادن پاس بغل پا به دانش آموزان **کلی**

**اهداف دانشی** • آشنا نمودن دانش آموزان با قوانین و مقررات ورزش فوتبال.

**جزئی** • دانش آموزان چگونگی کنترل توپ و دادن پاس بغل پا را توضیح دهند.

**مهارتی** کنترل توپ کند و پاس بغل پا انجام دهد و از آن در ورزش فوتبال استفاده کند.

**نگرشی** • ایجاد علاقه به کسب مهارت و قابلیت آموزش داده شده ) پاس بغل پا(

* تمایل به داشتن سلامتی و تندرستی
* علاقه به رعایت اصول اخلاقی در زنگ ورزش

**وسایل**  زمین فوتبال – توپ و تور فوتبال – پوسترهای آموزشی – کاور – سوت و...

**مورد نیاز**

**آماده آمادگی سازمانی** سلام و احوال پرسی - حضور و غیاب – تعویض لباس – بررسی 41 **سازی** وضعیت بهداشتی و روانی دانش آموزان – تذکرات ایمنی – استقرار در محوطه و ایستادن در صف

**آمادگی گرم** راه رفتن – دویدن نرم و ملایم – حرکات جنبشی – حرکات **بدنی** **کردن** کششی – حرکات چرخشی و سرعتی **عمومی**

**گرم**  انجام انواع تمرینات و حرکات متناسب با مهارت ) بدون وسیله

**کردن**  و با وسیله ( **مثل** حرکات کششی و پرشی خاص جهت گرم

**اختصاصی** کردن عضلات فوقانی و پایین تنه – قلاب کردن دستها دو نفره -

و...

**آموزش**  **آمادگی جسمانی**  4

**مرور مهارت های**  مهارت قبلی توسط معلم و تکرار آن توسط دانش آموزان و رفع 4

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

**قبلی** اشکال توسط معلم ) مثل شوت کردن توپ(

**آموزش مهارت**  • بیان شفاهی درس و ترتیب مراحل آن به کمک پوسترهای 01

* **جدید** آموزشی و ) ... جاگیری صحیح قبل از انجام تکنیک
* چگونگی حرکت پاها در قبل، حین و بعد از انجام تکنیکنشان دادن محل برخورد توپ با پا هنگام استپ توپ و هنگام دادن پاس.(
* معلم مهارت را به صورت عملی انجام داده و بعد از آن دانش آموزان فعالیت را تکرار کنند و معلم بر کار آنها جهت رفع اشکال نظارت کند.
* معلم گروه بندی کند ) با کاور ها به دو گروه تقسیم کند (و بر بازی آنها نظارت کند و در پایان جمع بندی انجام گیرد

**بازگشت سرد کردن** راه رفتن و دویدن آرام – انجام حرکات کششی و نرمشی سبک 4 **به حالت جمع بندی وسایل** تذکرات بهداشتی و اخلاقی و ایمنی – مشخص کردن درس **اولیه** جلسه آینده - شستن دست و صورت – پوشیدن لباس - تقسیم کار برای جمع آوری وسایل