

آموزش مهارت های زندگی از شعار تا واقعیت

تهیه کننده : عارف ترابی

Life skills student



Life skills student



Life skills student



Life skills kids



Life skills



Life skills kids





مهارت‌های بیشتر برای یادگیری

- ۱- مسئولیت پذیری
- ۲- محصلی
- ۳- برنامه ریزی
- ۴- کار گروهی
- ۵- کمک های اولیه
- ۶- سواد مالی
- ۷- استفاده از تکنولوژی
- ۸- تحقیق و پژوهش
- ۹- شهروندی
- ۱۰- زندگی در لحظه
- ۱۱- بهداشت خواب
- ۱۲- شاد زیستن
- ۱۳- نه گفتن
- ۱۴- کنترل خشم

شناسایی پله اول در آموزش مهارت‌های زندگی به دانش آموزان

دانش آموز

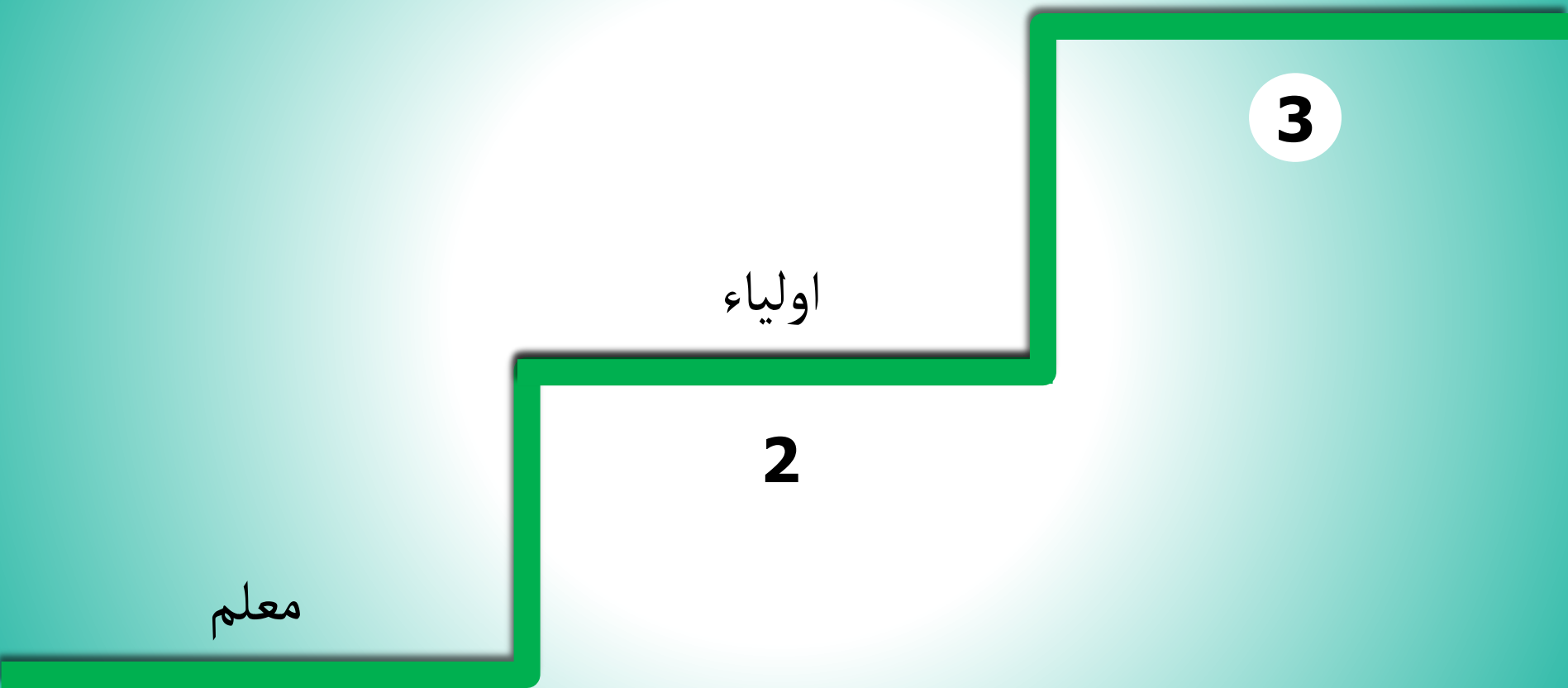
3

اولیاء

2

معلم

1



شیوه موثر آموزش به پله اول مهارت‌های زندگی (معلم)

1- معلم هر پایه یا معلم های هر پایه ، مهارت‌های مورد نیاز را همراه با تمرینات و توضیحات گردآوری می کنند .

2- در جلسات طراحی مهارت‌های زندگی حضور نماینده معلم ها ، معاون تاثیرگذار و معلم های هر پایه ضروری است .

الگوی طراحی مهارت‌های زندگی

- درباره مهارت‌های مورد نظر توضیحاتی نوشته و مزایای دانستن آن را ذکر کنید (توضیحات با توجه به ادبیات هر پایه نوشته شود)
- مثال : مهارت خودآگاهی
- خود آگاهی چیست ؟
- مزایای دانستن مهارت خودآگاهی

بخش های مختلف مهارت خود آگاهی

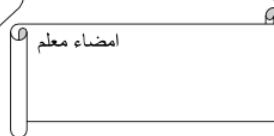
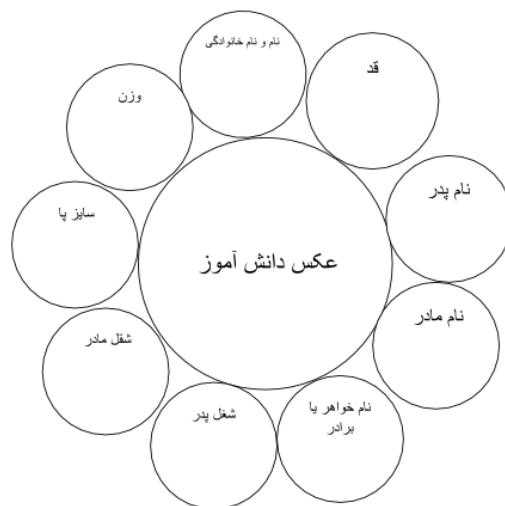
- معرفی کامل خود
- شناخت علایق خود
- شناخت توانایی های خود
- شناخت آرزو ها

معرفی کامل خود

نام و نام خانوادگی	نام مادر	نام پدر
کد ملی	محل تولد	قد
سایز پا	نام خواهر یا برادر	رنگ چشم
رنگ مو	شغل پدر	آدرس محل کار پدر
شغل مادر	آدرس محل کار مادر	تلفن همراه پدر یا مادر
آدرس محل سکونت		

معرفی کامل خود (طراحی مدارس)

** عزیزم با کمک والدینت خودت را معرفی کن.



آدرس

معرفی کامل خود (طراحی مدارس)

من هستم .

من در روز , در ماه

و در سال به دنیا آمدم.

قد من سانتی متر.

وزن من کیلو گرم.

رنگ چشمانم

رنگ موهایم

سایز کفش من

من :

راست دستم چپ دستم

اولیا گرامی لطفا از انجام کار پروژه عکس
گرفته و برای آموزگار بفرستید .



معرفی کامل خود (طراحی مدارس)



نام:

نام خانوادگی:

نام پدر:

نام مادر:

شغل پدر:

شغل مادر:

شغلی که دوست داشتی ماما یا بابا داشته باشند چرا؟

سن:

قد:

چقدر قدت از پارسال بلند تر شده:

رنگ موردعلاقه ات:



امضا ماما یا باباجون:

امضات یادت تره :

معرفی کامل خود (طراحی مدارس)

تمرین ۲

من هستم.	سایز پا.....
من در ماه به دنیا آمدم.	وزن:.....
در فصل	نام خواهر یا برادر:.....
نام مادر:.....	رنگ چشم:.....
نام پدر:.....	شغل پدر و آدرس محل کار:
تعداد اعضای خانواده:.....	شغل مادر و آدرس محل کار:.....
قد دانش آموز:.....	آدرس منزل:.....
امضا دانش آموز :	امضا معلم:
	امضا خانواده (اولیا دانش آموز):

شناخت علایق خود

ورزش مورد علاقه

کتاب مورد علاقه

فیلم مورد علاقه

تیم ورزشی مورد علاقه

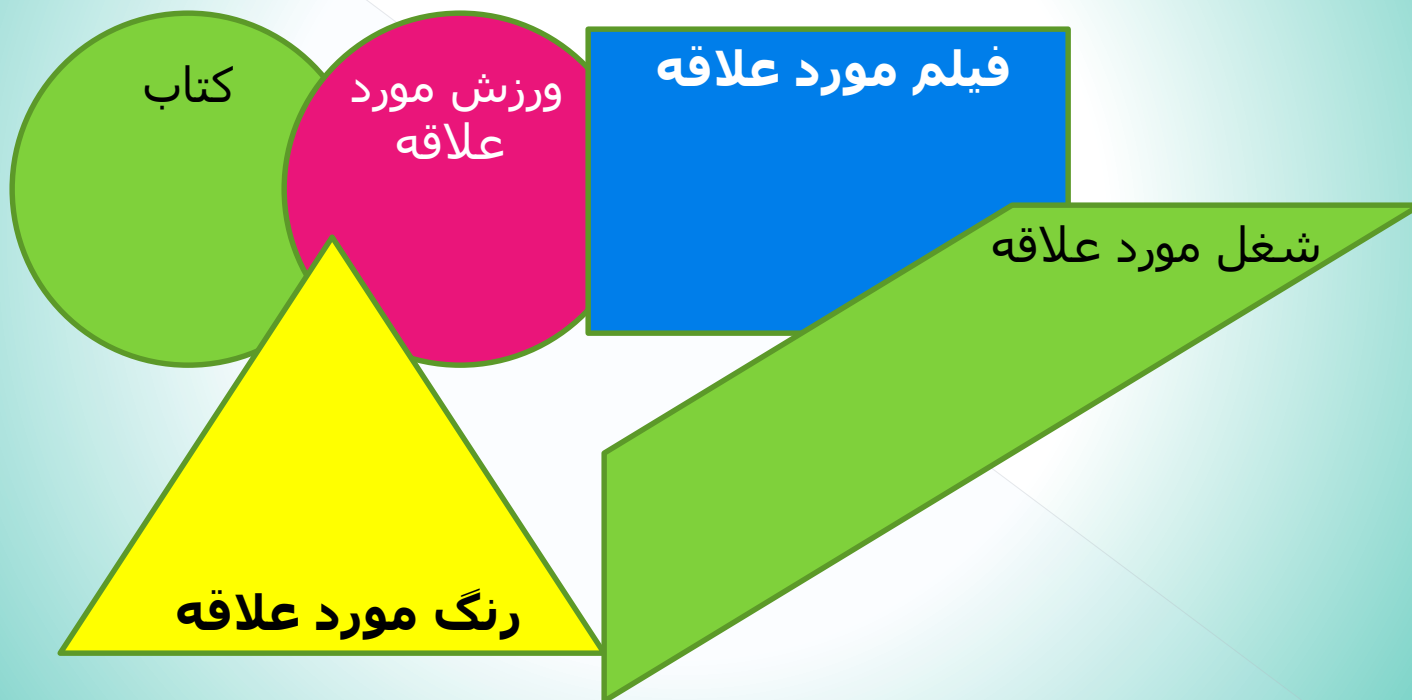
غذای مورد علاقه

ماشین مورد علاقه

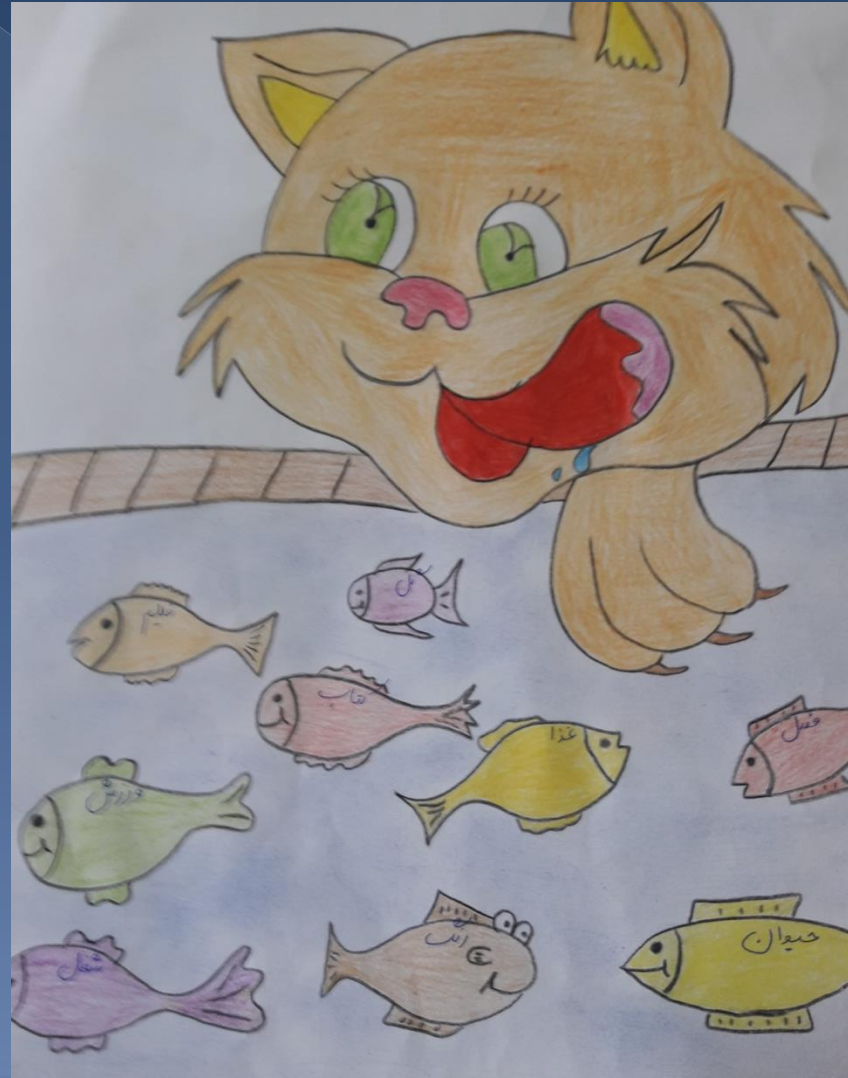
شغل مورد علاقه

رنگ مورد علاقه

شناخت علایق خود (طراحی مدارس)



شناخت علايق خود (طراحی مدارس)



شناخت توانایی های خود و ارزیابی خود

توانایی در زمینه دروس مختلف

توانایی در زمینه ورزش

توانایی در زمینه هنر

توانایی های فنی

توانایی های تکنولوژی

توانایی در کار منزل

شناخت توانایی های خود و ارزیابی خود (طراحی مدارس)

توانایی در زمینه ورزش مختلف	متوسط	خوب	خیلی خوب
(۱)			
(۲)			
(۳)			

توانایی در زمینه هنر	متوسط	خوب	خیلی خوب
(۱)			
(۲)			
(۳)			

توانایی در زمینه کار منزل	متوسط	خوب	خیلی خوب
(۱)			
(۲)			
(۳)			

تمرین ۴) دختر نازم ، از این که دارای این توانایی ها هستی ، چه احساسی داری ؟

من خوشحالم که می توانم:

.....

.....

.....

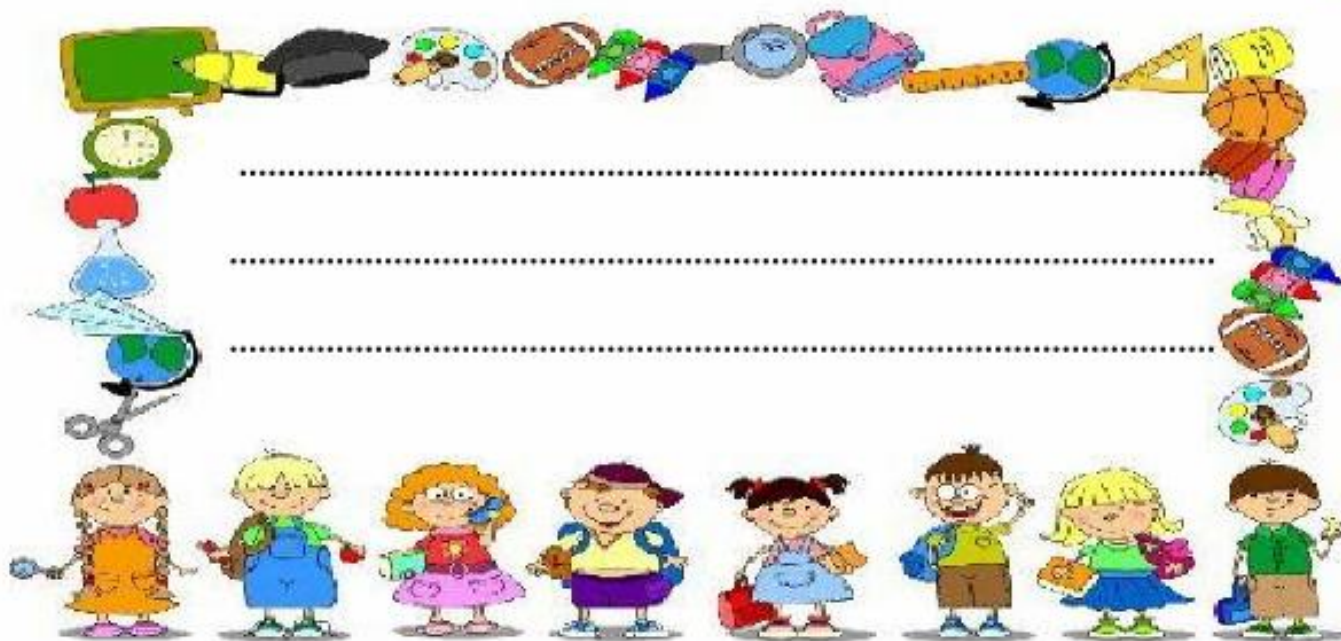
.....

.....



شناخت توانایی های خود و ارزیابی خود (طراحی مدارس)

تمرین ۵) دختر عزیزم چگونه می توانی توانایی های متوسط خود را افزایش دهی؟



شناخت توانایی های خود و ارزیابی خود (طراحی مدارس)



شناخت آرزو ها

آرزو برای خود

آرزو برای خانواده

آرزو برای معلم

آرزو برای دوستان

آرزو برای کشور

آرزو برای جهانیان

شناخت آرزو ها (طراحی مدارس)

من برای خانواده ام آرزو می کنم :

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

اولیا گرامی لطفا از انجام کار پروژه عکس گرفته
و برای آموزگار بفرستید.



شناخت آرزو ها (طراحی مدارس)

من برای آموزگارم آرزو می کنم :

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

اولیا گرامی لطفا از انجام کار پروژه عکس گرفته
و برای آموزگار بفرستید.



شناخت آرزو ها (طراحی مدارس)

تمرین ۷) دختر عزیزم همراه با خانواده محترم متن زیر را تکمیل کن.



شناخت صفات خوب و ارزیابی خود

صداقت

ادب

نظم

مهربانی

مسئولیت پذیری

کمک به دیگران

صبر

شجاعت

تلاش

شناخت صفات خود و ارزیابی خود (طراحی مدارس)

 صفات خوب خود را بشناس

مهربونم :
درباره ی صفات خوب خود
در جدول زیر جمله ای بنویس.

ردیف	جمله ی من	خیلی خوب	خوب	متوسط
۱				
۲				
۳				
۴				
۵				
۶				

صادق
مهربان
نظم
با ادب
خوش قول
مسئولیت پذیری



شناخت صفات خود و ارزیابی خود (طراحی مدارس)

تمرین ۸) دختر عزیزم در رابطه با صفات خوب زیر جمله ای بنویسید و خودتان را ارزیابی کنید.

صفات	جمله	متوسط	خوب	خیلی خوب
صداقت				
ادب				
نظم				
مهربانی				
مسئولیت پذیری				

تمرین ۹) دختر عزیزم در رابطه با صفت هایی که پیامد خوبی ندارند جمله نوشته و خود را ارزیابی کنید.

صفت	جمله	دارم	کم دارم	ندارم
حسادت				
دروغ				
خجالتی بودن				
غیبت				
درس نخواندن				

پیشنهاداتی برای طراحی تمرینات

- تمریناتی برای اولیا طراحی نمایید.
- اولیا در پایین برخی برگه ها را امضا نمایند.
- اولیا انجام کلیه مهارت های زندگی در منزل را عکس گرفته و ارسال نمایند.
- در تمرین مهارت های بعدی مهارت های قبلی را نیز مرور نمایید.
- بعد از طراحی مهارت های زندگی، تدریس آن را بودجه بندی نمایید.
- انعکاس عملکرد و تغییرات دانش آموزان در زمینه مهارت های زندگی را به اولیا اطلاع رسانی کنید.

مهارت زندگی در مدارس ایران



مهارت زندگی در مدارس ایران



مهارت زندگی در مدارس ایران

آرین جون در حال شستن جورابش

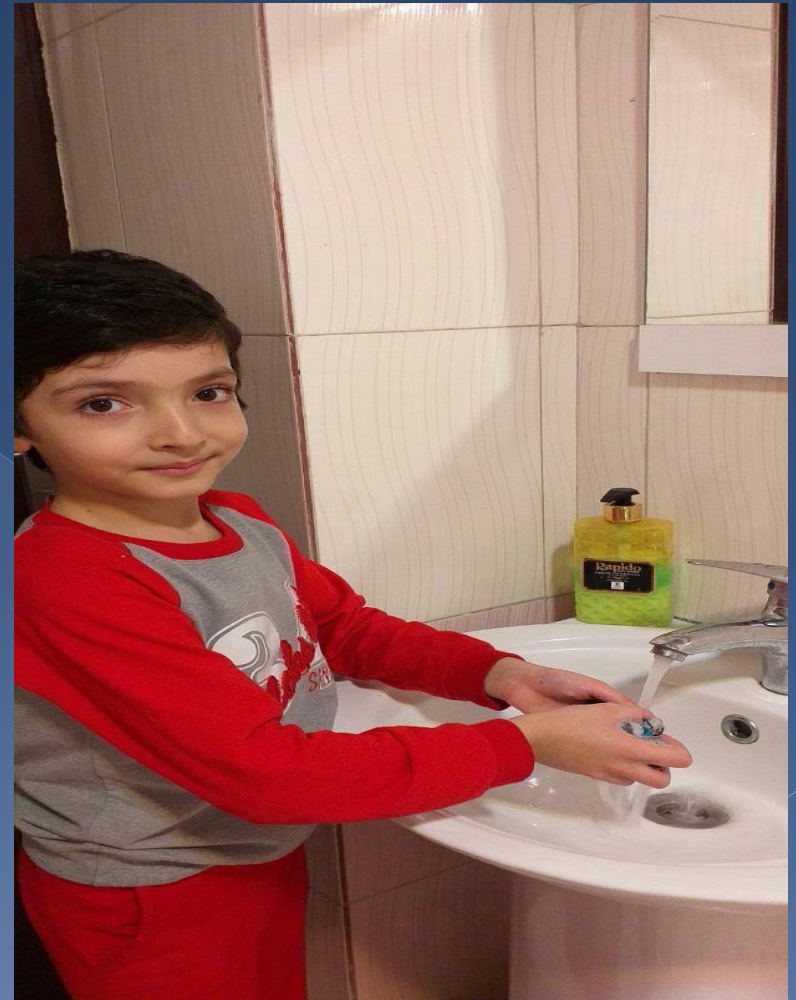


مهارت های زندگی

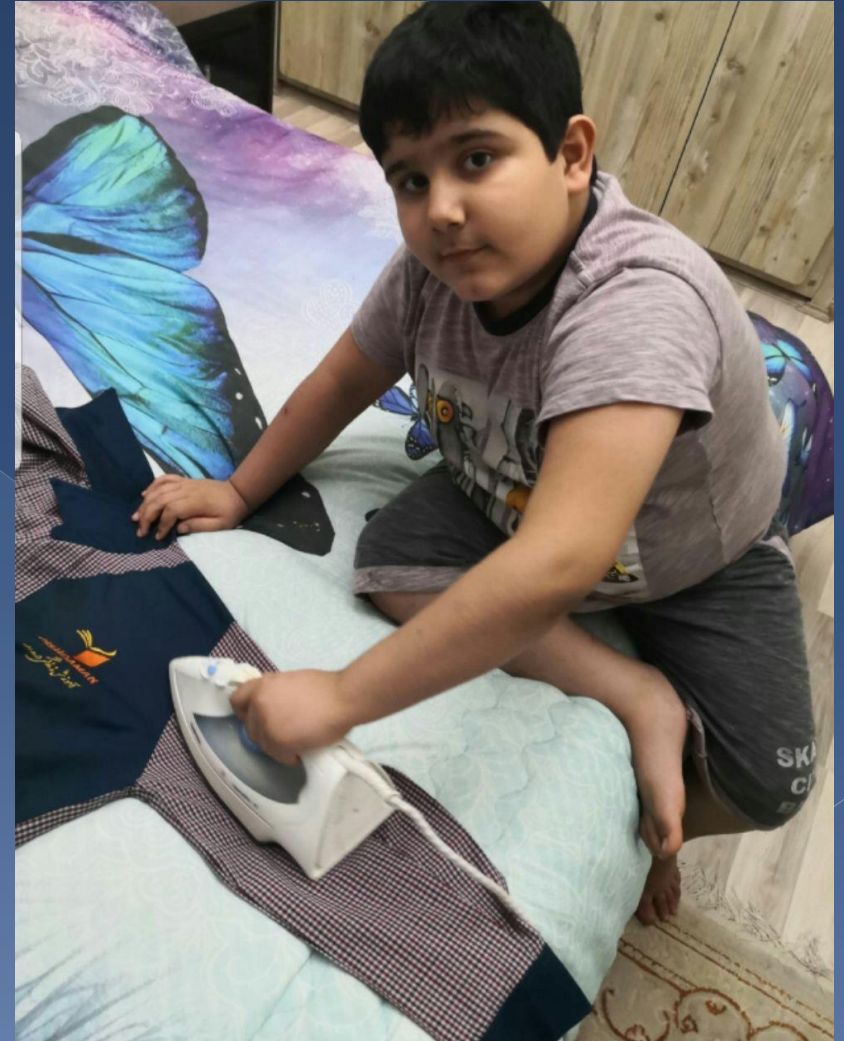
پیش خزر
آقای پویان ساداتی در
حال شستن
جورابهایش



مهارت زندگی در مدارس ایران



مهارت زندگی در مدارس ایران



مهارت زندگی در مدارس ایران



مهارت زندگی در مدارس ایران



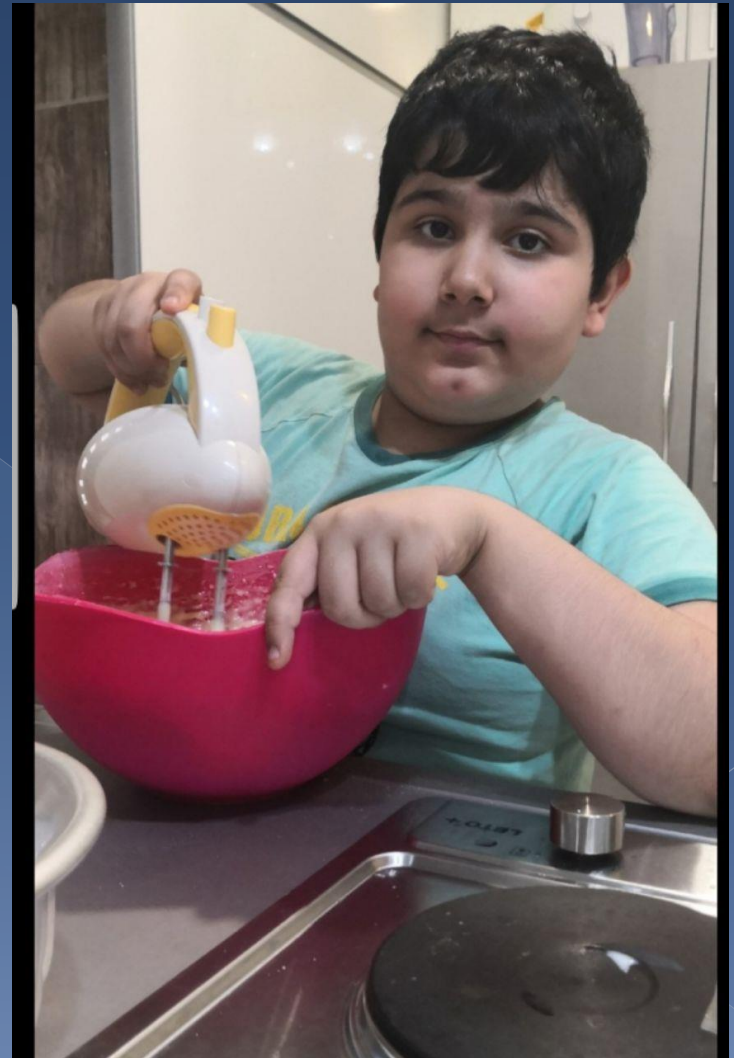
مهارت زندگی در مدارس ایران



مهارت زندگی در مدارس ایران



مهارت زندگی در مدارس ایران



مهارت زندگی در مدارس ایران



مهارت زندگی در مدارس ایران



مهارت زندگی در مدارس ایران



مهارت زندگی در مدارس ایران



مهارت زندگی در مدارس ایران



دشوار ترین قدم همان قدم اول است

عارف ترابی:

۰۹۱۱۱۳۷۵۶۱۰