

شکل کاغذی خود را بسازید (درجه 1)

شرح	یادگیرندگان بدن انسانی را با برچسب زدن اعضای بدن، اکتشاف حواس پنجگانه، انجام نمودن برخی فعالیت فیزیکی و با مشاهده ای برخی از عملکرد های جادویی بدن ما اکتشاف خواهند نمود.
سوال پیشتاز	آیا میتوانید شکل انسانی کاغذی خود را بسازید؟
وقت مجموع مورد نیاز	معادل 4 ساعت در بر 4 روز
تدارکات لازمی	قلم و کاغذ
نتیجه گیری آموزش	<ul style="list-style-type: none"> - شناسایی اعضای مختلف بدن و آناتومی انسان - فهمیدن حواس پنجگانه و عملکرد آنها - تفکر انتقادی در باره اندام ها و تفاوت های بین حیوانات و انسان ها - شناختن و برچسب زدن احساسات مختلف ما - حس نمودن تفاوت در بدن به سبب فعالیت فیزیکی و فشار - تقویت تفکر انتقادی یادگیرنده، خلاقیت و مهارت های افهام و تفهیم یادگیرنده
آموزش سابقه	هیچ

روز 1

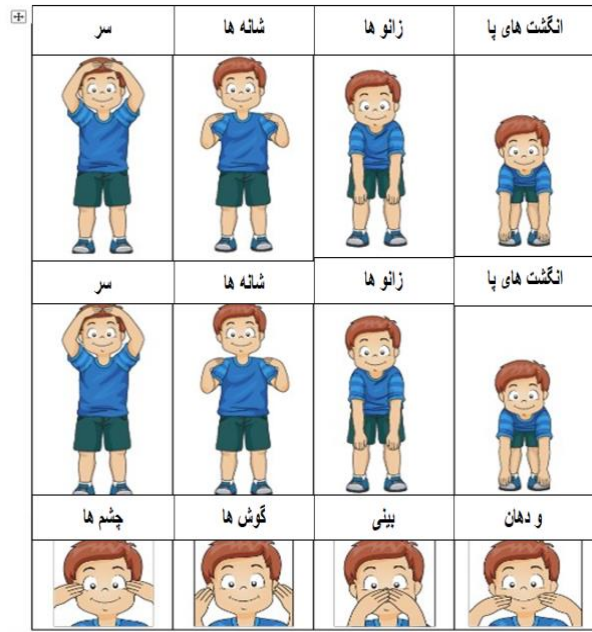
امروز بدن خود و عملکرد های آن را یاد خواهید گرفت!

مدت پیشنهاد شده	فعالیت و شرح
5 دقیقه	<ul style="list-style-type: none"> ● با شروع نمودن یک بازی رقص سرگرم کننده نام تمام اعضای خویش را بپرید مثلاً: (سر، شانه ها، زانوها و انگشتان) ابیات را در ضمیمه ببینید. نیز میتوانید تا یک بازی با والدین خویش انجام دهید.

1

EAA به منظور بهبود از باز خورد در باره پروژه های خویش استقبال مینماید، لطفاً از این لنک استفاده کنید:

<https://forms.gle/LGAP9k17fMyJrKJN7>



مأخذ: <https://www.yourtherapysource.com/>

15 دقیقه توسعه سواد: میتوانید با دست گذاشتن بر هر یک از اعضاء و نامیدن آنها کلمات هم قافیه را کشف کنید طور مثال (زانو).

- والدین و یا مدرس شما یک کلمه ای پر قافیه مثلاً (درختها) میگویند، اگر هم پر قافیه باشد باید بپريد، اگر نباشد باید بشینید.
- سپس همیشه که بازی برای والدین شما معکوس شود و عضو بدن خود را برای شما لمس کنند و شما از یک کلمه پر قافیه فکر کنید. اگر قافیه دار باشد، هر دو شما و والدین شما میپزند و اگر نباشد، هر دو ای شما میشینید.
- آموزگاران مسن نیز میتوانند که کلمات پر قافیه را با اختتام بازی بنویسند.
(*الگو در ضمیمه پیوست گردیده)

20 دقیقه ● اکنون اعضاء خویش را لمس کنید یعنی بازو ها، پا ها، دستها و پنجه های پا. در باره فعالیت هر کدام از این با استفاده از سوال های زیر فکر کنید:

1. دست ها و بازو های خویش را برای چه استفاده میکنید؟
2. با پا ها و پنجه های خویش چه انجام میدهید؟ پا ها و پنجه پا های خویش برای چه استفاده میکنید؟

جواب های ممکنه:

<p>- انسانها دست های خویش را برای انجام نمودن کار علیه چیزهای دیگر استفاده میکنند که این را دستکاری میگویند.</p> <p>- هدف اصل دستها گرفتن چیزها میباشد.</p> <p>- پا ها و پنجه های انسان برای ایستادن، گشتن، دویدن، و پریدن استفاده میشوند.</p> <p>عملکرد های بازو ها و دستها، پا ها و پنجه در بین انسانها و حیوانات چقدر متفاوت هستند؟</p> <p>جواب ممکنه:</p> <p>بسیاری از حیوانات چهار دست و پا را برای ایستاد شدن، گشتن و تمام حرکات استفاده میکنند، یعنی تمام از دست ها و بازو ها، پاها و پنجه هایشان در حالیکه انسانها برای این فقط از پا ها و پنجه های ایشان استفاده میکنند.</p>	

حالا بکوشید تا طور مثال مثل حیوانات حرکت کنید

- گشتن سگ: بر زانو افتیدن و گشتن. فکر کنید که چطور سگ ها (دست) هایشان را برای گرفتن چیزها بکار نمیبرند و به جای آن باید دهن خود را استفاده کنند.



- خزیدن خرس: بر دست و پا شدن و خزیدن پیش رو. فکر کنید که خرس ها چطور عقب های خود را به درختها میخارند، به خاطری که دست های شان به پشت ایشان نمیرسند.



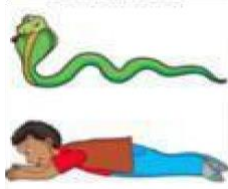
- کانگورو ماده: دوش و پریدن به بالا با دو پای تان. فکر کنید که چه گونه کانگورو یک کیسه در پیش رو دارد تا چوچه های ایشان را نگه دارند به خاطری که نمیتوانند دست های خویش را برای گرفتن آنها استفاده کنند.



- خزیدن خرچنگ: بنشینید و بازو های خود را پشت سر تان بگذارید. بدن خویش را بالا گرفته با بازو ها و پای تان پیش رو حرکت کنید. کوشش ورزید تا چیزی را ماننپ پنجه گرفته نگه دارید.



- خزیدن مار: بر روی زمین دراز کشیده شدن و کوشش ورزیدن حرکت پیش رو بدون استفاده از بازو ها و پاهای خویش.



- میتوانید که به ساختن حرکات مثل حیوانات تان ادامه دهید تا پرش بقیه، راه رفتن مرغابی، حرکت پنگوین، تعادل فلامینگو و غیره را انجام دهید.

راه رفتن مرغابی



پرش بقیه

حالا **اولین عروسک کاغذی** را ایجاد خواهید کرد.
- یک شکل خالی (دختر و یا بچه) را ترسیم کنید و یا الگوی پایینی را استفاده کنید.
- دست و پا را نشانه زنید و قسمت های مختلف بازوها و پاهای شان به شمول ران،
مچ پا، انگشتان پا، پاشنه، انگشتان دست، شست، مچ دست و آرنج و غیره را بر چسب
بزنید.

<p>- عملکردهای تمامی ای که پا و دست های ما در آن ما را کمک میکنند را تشریح کنید مثلاً: بازو ها و انگشتان ما در گرفتن چیزها ما را کمک میکنند، خود مان را تغذیه کنیم، بنوسیم و غیره. پاها ما را کمک میکنند راه برویم، بدویم، بپریم و غیره. (الگو در ضمیمه پیوست گردیده)</p>	
<p>تثقید و اصلاح:</p> <p>شکل های کاغذی خود را با تمام اعضاء به والدین و یا افراد خانواده برای بازخورد و پیشنهادات جهت بهبود ارائه کنید.</p> <p>والدین و یا اعضاء خانواده بازخورد را با کاربرد قالب زیر ارائه مینمایند:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ستایش: چه چیز را در مورد کار آموزنده خوش کردین؟ - سوال: کدام سوال و یا توضیح را که شما در باره کار دارید. - پیشنهادات: آموزنده در چه زمینه های کار ایشان نیاز به پیشرفت دارد؟ 	<p>15 دقیقه</p>

روز 2

امروز کتاب تلنگر حسی خود از گشایش حواس پنج گانه خویش خواهید ساخت.

<p>فعالیت و شرح</p>	<p>مدت پیشنهاد شده</p>
---------------------	------------------------

اعضای ذیل بدن را اکتشاف دهید:



- دست خویش را برای چه استفاده میکنید؟ جواب: برای لمس کردن.
 - دهن خویش را برای چه استفاده میکنید؟ جواب: برای چشیدن.
 - گوش های خویش را برای چه استفاده میکنید؟ جواب: برای شنیدن.
 - چشم های خویش را برای چه استفاده میکنید؟ جواب: برای دیدن.
 - بینی خویش را برای چه استفاده میکنید؟ جواب: برای بوییدن.
- ورقه کار زیر را بر اساس چیزهای که نو آموخته آید، تکمیل کنید.

حواس پنج گانه ای من



- | | | |
|------------------|-------|-------------------|
| من استفاده میکنم | _____ | ام برای شنیدن. |
| من استفاده میکنم | _____ | ام برای بوییدن. |
| من استفاده میکنم | _____ | ام برای دیدن. |
| من استفاده میکنم | _____ | ام برای لمس کردن. |
| من استفاده میکنم | _____ | ام برای چشیدن. |

نام _____

<p>نخست حس شامعه خویش را با بینی خود کشف خواهید کرد.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● شما یک بازی امتحان بویایی را انجام خواهید کرد. چشم های یک عضو خانواده را ببندید و چیزهای مختلف را بگیرید، سپس از عضو خانواده بخواهید تا اینها را بر اساس بو شناسایی کنند. ● در خانه ای خویش بگردید و چیزهای متفاوتی را که بو های مختلف را دارند شناسایی کنید و این بوها را به عنوان بدبو ها و خوشبوها توصیف کنید مثلاً: گل ها، سرشویه، زباله، میوه ها و غیره... 	<p>15 دقیقه</p>
<p>اکنون حس باصره را کشف خواهید کرد.</p> <p>توسعه سواد:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● جدول الفبای خویش را بسازید. ● الفبا را با هم ریخته با 5 حروف در هر یکی از 5 ردیف بنویسید، حروف در هر یک ردیف کوچکتر خواهد شدند. ● حالا فکر کنید که یک چشم پزشک (داکتر چشم) هستید و بینایی را معاینه کنید. ● این جدول را در یک فاصله گرفته از والدین خویش بخواهید تا با بستن یک چشم خود جدول را بخوانند. <p>نیز صفحه ای را اضافه کنید که در آن یک چشم و 5 چیز ای مختلفی را که در رنگ های مختلف میبینید، رسامی کنید.</p>	<p>20 دقیقه</p>
<p>اکنون حس ذایقه را با زبان خویش کشف خواهید کرد.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● بازی چشم بستن را با چشیدن چیزهای مختلف انجام دهید. ● چشم های یک عضو خانواده بسته میشوند و چیزهای مختلف را می چشند تا حدس بزنند که چه چیزها هستند. <p>یک چیزی غذایی را در هر یک از مزه ها شناسایی کنید: ترش، شیرین، تلخ و شور و اینها را در صفحه ای دیگری نشان داده برچسب بزنید.</p>	<p>15 دقیقه</p>
<p>اکنون حس سامعه را با گوش های خویش کشف خواهید کرد.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● لست از صداهایی را که میتوانید بشنوید؛ و آنها را به طور صداهایی بلند و ملایم، داخل ساحه و خارجی طبقه بندی کنید، بسازید. <p>اینها را در صفحه ای دیگری نشان داده برچسب بزنید.</p>	<p>15 دقیقه</p>

<p>حس لامسه را با لمس خود کشف کنید.</p> <ul style="list-style-type: none"> • دو اشیاء مختلف بافت را شناسایی کنید: زشت و ملایم، دو چیزی که خنک و گرم باشند. • این اشیاء را جداگانه تشریح و علامت گذاری کنید. 	<p>10 دقیقه</p>
<p>عروسک کاغذی دوم خویش که یک دختر و یا پسر با صورت خالی هستند و بینی، چشم ها، گوش ها و زبان را علامت گذاری کنید.</p>	<p>15 دقیقه</p>
<p>تنقید و اصلاح:</p> <p>شکل های کاغذی با سر/روی خود را به والدین و یا افراد خانواده برای باز خورد و پیشنهادات جهت بهبود ارائه کنید.</p> <p>والدین و یا اعضای خانواده باز خورد را با کاربرد قالب زیر ارائه مینمایند:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ستایش: چه چیز را در مورد کار آموزنده خوش کردین؟ • سوال: کدام سوال و یا توضیح را که شما در باره کار دارید. • پیشنهادات: آموزنده در چه زمینه های کار ایشان نیاز به پیشرفت دارد؟ 	<p>15 دقیقه</p>

روز 3

امروز شما چیز های جادویی را در رابطه به جسم انسان کشف خواهید کرد.

فعالیت و شرح	مدت پیشنهاد شده
<p>چه چیزهایی (جادویی) اند که بدن انسان آن را انجام میدهد؟</p> <p>برخی از پاسخ ها: تنفس، رشد، گشتن، ورزش و غیره.</p> <p>حالا بیابید که چندین چیزها که بدن انسان آن را می انجامد، تمرین کنیم. شما نیاز به قلم و کتابچه دارید تا فعالیت خود را در جریان تمرینات بعدی یادداشت کنید.</p>	<p>5 دقیقه</p>

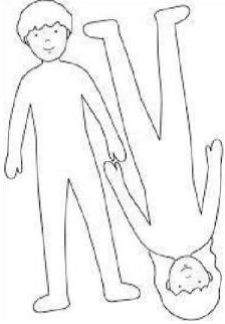
<p>تنفس: اول متوجه تنفس خود باشید. چشم خود را بند کرده بر روی شکم خود دست بگذارید. در وقت نفس کشیدن متوجه چه چیز میشوید؟ آیا کدام عضو بدن تان به حرکت ادامه میدهد؟ ● متوجه میشوید که شکم و سینه شما بالا میرود</p>	<p>5 دقیقه</p>
<p>● در یک دقیقه تنفس خود را حساب کرده یادداشت بگیرید و تعداد تنفس را در کتابچه یادداشت کنید.</p>	
<p>نبض: انگشت های اول تان (انگشت شهادت و میانه) به مچ دست بمانید تا که نبض خود را احساس کنید. ● تعداد ضربان نبض را در یک دقیقه به شمار برسانید. ● این مشاهدات را در یک کتابچه یادداشت نمایید.</p> 	<p>5 دقیقه</p>
<p>حالا کمی ورزش را انجام دهید مثلاً 50 خیز و یا دویدن در یک نقطه و غیره. و در باره عکس العمل های که بدن در وقت ورزش کردن و یا استرس نشان میدهد فکر کنید. ● بعد از ورزش چگونه تنفس میکشید؟ ● آیا سرعت تنفس شما همینطور میماند، کم یا زیاد میشود؟ سرعت ضربان نبض شما بعد از ورزش چطور میباشد؟ ● آیا سرعت ضربان نبض تان ثابت میماند، زیاد و یا کم میشود؟ ● آیا کدام عکس العمل های بدن را مشاهده میکنید؟ ● جوابات ممکنه: عرق، درد بدن، احساس خستگی و غیره حالا بعد از انجام دادن ورزش تنفس و نبض خود را دوباره بشمارید و آن را در کتابچه خویش یادداشت کنید.</p>	<p>5 دقیقه</p>

<p>توسعه اعداد:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● تعداد تنفس در یک دقیقه را که در حالت استراحت و بعد از ورزش حساب نمودید، مقایسه کنید. ● تعداد ضربان نبض را نیز در حالت استراحت و بعد از ورزش مقایسه کنید. ● تمرینات ساده ای تفریق را برای تشخیص تفاوت انجام دهید. چه تفاوتی را در میان تنفس و ضربان نبض خود در وقت ورزش نمودن و ورزش نه نمودن مشاهده میکنید؟ 	<p>5 دقیقه</p>
<p>سومین سلسله ای عروسک کاغذی خود را با دو شکل مختلف قبل از ورزش و بعد از ورزش تشریح کنید تا نشان دهید که چگونه بر بدن تان تاثیر میگذارد.</p>	<p>15 دقیقه</p>
<p>تنقید و اصلاح:</p> <p>شکل های عروسک کاغذی سوم خود را به والدین و یا افراد خانواده برای باز خورد و پیشنهادات جهت بهبود ارائه کنید.</p> <p>والدین و یا اعضای خانواده باز خورد را با کاربرد قالب زیر ارائه مینمایند:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ستایش: چه چیز را در مورد کار آموزنده خوش کردین؟ ● سوال: کدام سوال و یا توضیح را که شما در باره کار دارید. ● پیشنهادات: آموزنده در چه زمینه های کار ایشان نیاز به پیشرفت دارد؟ 	<p>15 دقیقه</p>

روز 4

امروز عروسک کاغذی چهارم را تخلیق میکنید.

فعالیت و شرح	مدت پیشنهاد شده
<p>در باره احساسات مختلف تان فکر کنید و <u>سلسله چهارم عروسک کاغذی</u> خود با آنها در شکل های مختلف توضیح دهید و نیز چیزهای که باعث میشوند شما این چنین احساساتی داشته باشید، به شمول خوشحالی، غمگینی، عصبانیت، سردرگمی و تعجب و غیره.</p> 	<p>10 دقیقه</p>

<p>اکنون عروسک کاغذی 5 خود را با قات نمودن یک کاغذ از هر دو طرف برای ساختن یک دروازه میسازید - شکل خالی خود را بر نصف جلد هر دو طرف دروازه رسم نمایید.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● عکس را بروی این صفحه ای جلد رسم نموده با تمام اعضای بدن شروع از موی، سر، گردن، شکم و غیره علامت گذاری نمایید. ● حالا دروازه را باز نموده نام های تمام ارگانها - عضلات- ساختار اسکلتی که شما آن را داخل بدن خود میشناسید مثلاً قلب، شش ها و ستون فقرات؛ را بنویسید. 	<p>30 دقیقه</p>
<p>انتقاد و تکرار:</p> <p>شکل های عروسک کاغذی 4 و 5 خود را به والدین و یا افراد خانواده برای باز خورد و پیشنهادات جهت بهبود ارائه کنید.</p> <p>والدین و یا اعضای خانواده باز خورد را با کاربرد قالب زیر ارائه مینمایند:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ستایش: چه چیز را در مورد کار آموزنده خوش کردین؟ ● سوال: کدام سوال و یا توضیح را که شما در باره کار دارید. ● پیشنهادات: آموزنده در چه زمینه های کار ایشان نیاز به پیشرفت دارد؟ 	<p>15 دقیقه</p>
<p>پنج تا عروسک های کاغذی تان را یک جا بگذارید تا شریک سازید که چه چیز ها را در باره آناتومی انسان یاد گرفته اید.</p>	<p>5 دقیقه</p>
<p>انعکاس کلی پروژه:</p>	<p>15 دقیقه</p>

در باره ورزش های را که در سه روز گذشته انجام داده اید فکر کنید و این (دو) ذیل را یادداشت نمایید:	
- مهمترین درس ای که از این پروژه یا گرفته اید، چیست؟	
- چه چیز را چالش برانگیز، گیج کننده و فهمیدن آن را دشوار یافتید؟	
- چه سوالی را خوش دارید، بحث کنید؟	
چه چیزی را جالبتر یافتید؟	

معیار ها ارزیابی

- شرح عروسک های کاغذی
- واضح بودن علامت گذاری عروسک های کاغذی
- تفکر تنقیدی در شناسایی و فهمیدن حواس، دست و پا و پدیده های مختلف بدن انسان
- فکر کردن در باره حیوانات مختلف و تقلید کردن از حرکات اونها

فعالیت های اضافی اغتناء

شما میتوانید که یک عروسک کاغذی بر روی سیستم گردش خون، جهاز تنفسی و اسکلتی را رسم نمایید.

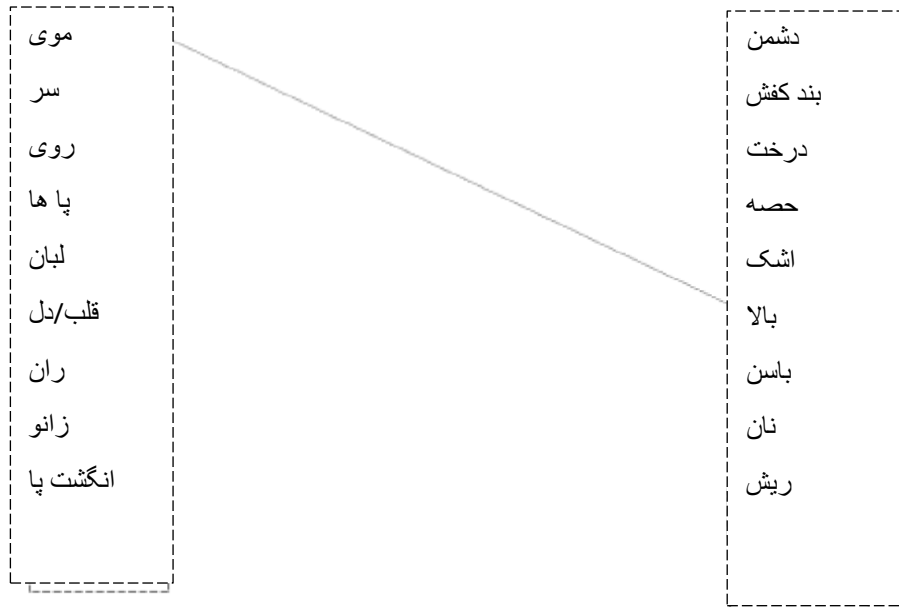
تغییرات برای ساده نمودن

یک عروسک کاغذی را با تمام اعضای بدن و اعضای داخلی که با ایشان آشنا هستید، رسم و علامت گذاری نمایید.

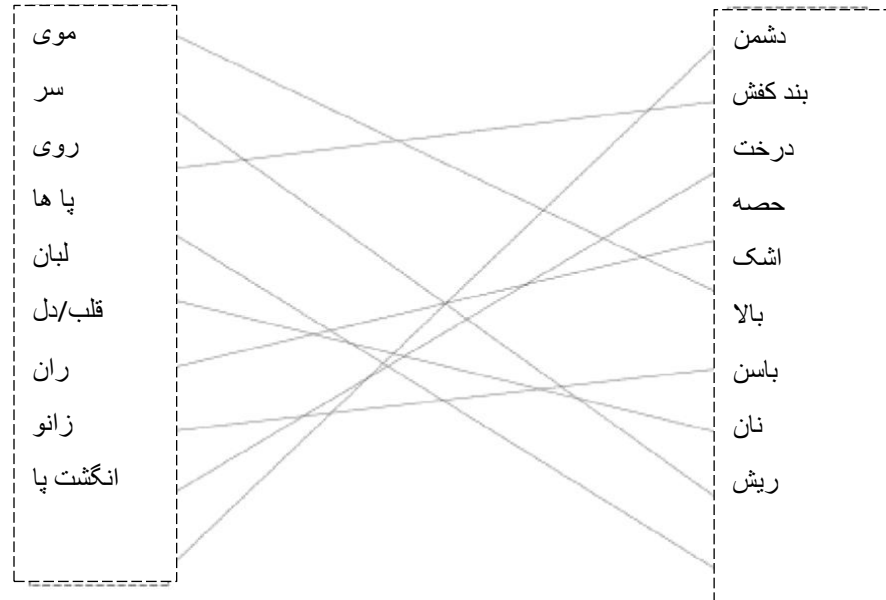
ضمیمه

کاربرگ پر قافیه:

تمام اعضای بدن را با کلمات پر قافیه وصل نمایید.

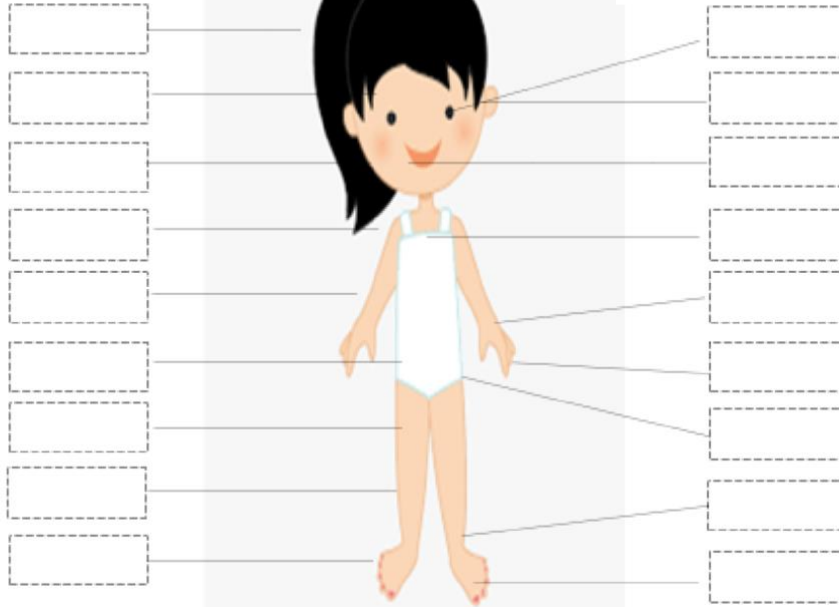


تمام اعضای بدن را با کلمات پر قافیه وصل نمایید.

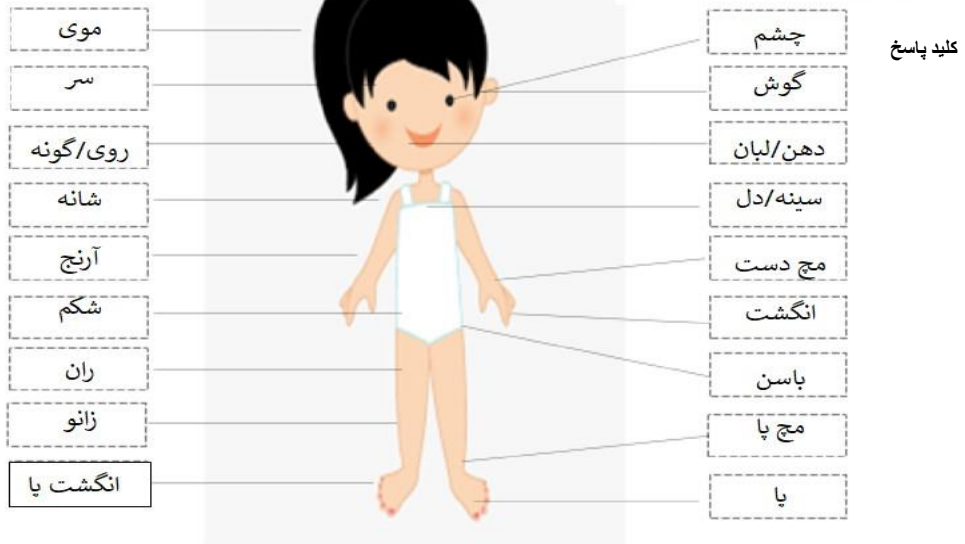


صفحه کار اعضای بدن را علامت گذاری کنید

اعضای تمام بدن را علامت گذاری کنید.



اعضای تمام بدن را علامت گذاری کنید.



ابیات سر، شانه ها، زانوها و انگشتان پا

سر، شانه ها، زانو ها ، و انگشتان پا، زانو ها و انگشتان پا.
سر، شانه ها، زانو ها ، و انگشتان پا، زانو ها و انگشتان پا.
و چشم و گوش و دهان و بینی.

سر، شانه ها، زانو ها ، و انگشتان پا، زانو ها و انگشتان پا.
سر، شانه ها، زانو ها ، و انگشتان پا، زانو ها و انگشتان پا.
سر، شانه ها، زانو ها ، و انگشتان پا، زانو ها و انگشتان پا.
و چشم و گوش و دهان و بینی.

سر، شانه ها، زانو ها ، و انگشتان پا، زانو ها و انگشتان پا.
سر، شانه ها، زانو ها ، و انگشتان پا، زانو ها و انگشتان پا.
سر، شانه ها، زانو ها ، و انگشتان پا، زانو ها و انگشتان پا.
و چشم و گوش و دهان و بینی.

سر، شانه ها، زانو ها ، و انگشتان پا، زانو ها و انگشتان پا.
سر، شانه ها، زانو ها ، و انگشتان پا، زانو ها و انگشتان پا.
سر، شانه ها، زانو ها ، و انگشتان پا، زانو ها و انگشتان پا.
و چشم و گوش و دهان و بینی.

سر، شانه ها، زانو ها ، و انگشتان پا، زانو ها و انگشتان پا.

مأخذ: <https://supersimple.com/song/head-shoulders-knees-and-toes/>