

راهنمای عمل

مهارت های زندگی

(اول ابتدایی)

الف و تدوین

بهرام جهانگیری، ندا دیری، لادن حیران

کارگروه برنامه ریزی مجتمع آموزشی فرهنگی «شگاه علوم پزشکی شیراز»

۱۳۹۸

انتشارات آوند اندیشه

عنوان و پدیدآور	راهنمای عملی مهارت‌های زندگی (اول ابتدایی) / بهرام جهانگیری، ندا دبیری، لادن حیران، برای مجتمع آموزشی فرهنگی دانشگاه علوم پزشکی شیراز.
مشخصات نشر	شیراز، آوند اندیشه، ۱۳۹۸.
مشخصات ظاهری	۱۰۲ ص. مصور (رنگی)، جدول (رنگی)، نمودار (رنگی). ۲۹*۲۱ س. م.
شابک	ج. ۲: 978-622-6336-20-8 دوره: 978-622-6336-19-2
وضعیت فهرست‌نویسی	مختصر
مندرجات	ج. ۱. پیش‌دبستان، - ج. ۲. اول ابتدایی. ج. ۳. دوم ابتدایی. ج. ۴. سوم ابتدایی. ج. ۵. چهارم ابتدایی. ج. ۶. پنجم ابتدایی. ج. ۷. ششم ابتدایی.
موضوع	شاگردان -- ایران -- راهنمای مهارت‌های زندگی -- راهنمای آموزشی (ابتدایی)
موضوع	Students -- Iran -- Life Skills Guides -- Study and Teaching (Elementary) :
موضوع	مهارت‌های اجتماعی -- راهنمای آموزشی (ابتدایی)
موضوع	Social Skills -- Study and Teaching (Elementary) :
شناسه افزوده	مجتمع آموزشی فرهنگی دانشگاه علوم پزشکی شیراز.
شناسه افزوده	رنگی، بهرام، ۱۳۶۳ -
شناسه افزوده	دبیری، ندا، ۱۳۶۵ -
شناسه افزوده	حیران، لادن، ۱۳۵۳ -
رده‌بندی دیویی	۳۷۱ / ۰۹۵۵

راهنمای عملی مهارت‌های زندگی (اول ابتدایی)

تالیف و تدوین

بهرام جهانگیری، ندا دبیری، لادن حیران

کارگروه برنامه‌ریزی

نصراله کیانی، دکتر محمد حبیبی، جمشید محمدصالحی
غلامرضا دهقان‌پور، طیبه شرزه‌ئی، مریم حیدرعلی‌زاده و نصراله ترابی

چاپ اول / ۱۳۹۸ / ۲۰۰۰ جلد / تصویر گر: علی فتحی لقمان

انتشارات آوند اندیشه



شیراز، هدایت غربی، کوچه ۷، پلاک ۲۲۸، تلفن: ۰۹۱۷۷۰۰۲۰۷۴ / ۰۷۱-۳۲۳۵۸۴۴۱

فهرست مطالب

صفحه	بازی/فعالیت/شعر	داستان	کاربرگ	مهارت های زندگی پایه اول دبستان	هفته
				آشنایی، معارفه، قوانین	۱
۱۱			۱	اصول شهروندی: آداب معاشرت	۲
۱۴			۲	مهارت خودآگاهی: شناخت ویژگی های خود	۳
۱۷			۳	مهارت خودآگاهی: من می توانم	۴
۲۰			۴	مهارت خودآگاهی: من توانمندم	۵
۲۲				ارزش یابی (۱)	۶
۲۳			۵	ارزش زندگی: مسوولیت پذیری، انجام کارهای شخصی	۷
۲۶			۶	اصول شهروندی: آداب اماکن و مراسم مذهبی	۸
۲۹			۷	مهارت همدلی: احترام گذاشتن به دیگران	۹
۳۲			۸	اصول شهروندی: آداب غذا خوردن	۱۰
۳۵				ارزش یابی (۲)	۱۱
۳۶			۹	اصول شهروندی: صف و رعایت نوبت	۱۲
۴۰			۱۰	مهارت مدیریت هیجان: آشنایی با احساسات مثبت	۱۳
۴۲			۱۱	مهارت مدیریت هیجان: آشنایی با احساسات منفی	۱۴
۴۴			۱۲	مدیریت وسایل ارتباط جمعی و بازی های رایانه ای	۱۵
۴۷			۱۳	اصول شهروندی: آداب مکان های عمومی	۱۶
۵۰				ارزش یابی (۳)	۱۷
۵۱			۱۴	اصول شهروندی: آداب میهمانی و میزبانی	۱۸
۵۴			۱۵	اصول شهروندی: آداب منزل و همسایگی	۱۹
۵۶			۱۶	مهارت جرات مندی نه گفتن	۲۰
۵۹				ارزش یابی (۴)	۲۱
۶۰			۱۷	ارزش زندگی: همکاری کردن	۲۲
۶۲			۱۸	ارزش زندگی: صلح و دوستی	۲۳
۶۶			۱۹	اصول شهروندی: آموزش عبور و مرور ایمن	۲۴
۶۹				ارزش یابی (۵)	۲۵
پ ۱				پيوست: بازی ها و فعالیت های تمرینی	
پ ۳۱				منابع و مراجع	