

۱۴۶
۴۵, ۱۱, ۶

برنامه درسی

آموزش مهارت های زندگی

ریش - معلمان مقطع ابتدایی

مؤلفین:

دکتر موسی بندک

شیلان کاملی

سرشناسه	: بندک، موسی، ۱۳۶۱ -
عنوان و نام پدیدآور	: برنامه درسی آموزش مهارت‌های زندگی ویژه معلمان مقطع ابتدایی / مولفین موسی بندک، شیلان کاملی.
مشخصات نشر	: تهران: گسترش علوم پایه، ۱۳۹۵.
مشخصات ظاهری	: ۲۱۶ ص: جدول، نمودار.
شابک	: ۱۴۰۰۰۰ ریال : 978-964-490-699-2
وضعیت فهرست نویسی	: فیپا
یادداشت	: کتابنامه: ص. ۱۷۴ - ۱۹۵.
موضوع	: شاگردان -- ایران -- راهنمای مهارت‌های زندگی -- راهنمای آموزشی (ابتدایی)
موضوع	: Study and teaching (Elementary) -- Iran -- Life skills guides (Students -- Iran -- Life skills guides)
موضوع	: مهارت‌های زندگی -- راهنمای آموزشی (ابتدایی)
موضوع	: Study and teaching (Elementary) (Life skills -- Study and teaching (Elementary))
موضوع	: معلمان مدرسه‌های ابتدایی -- دستنامه‌ها
موضوع	: Elementary school teachers -- Handbooks, manuals, etc
شناسه افزوده	: کاملی، شیلان. ۱۳۶۲ -
رده بندی کتبی	: ۳۶۰۷LB پ۹ب۴ ۱۳۹۵
رده بندی دیویی	: ۳۷۱/۸۹۰۹۸۸
شماره کتابشناسی ملی	: ۴۰۴۳۶

نام کتاب: برنامه درسی آموزش مهارت‌های زندگی (ویژه معلمان مقاطع ابتدایی)
 مؤلفین: دکتر موسی بندک - شیلان کاملی
 ناشر: انتشارات گسترش علوم پایه
 مدیر فنی: مهدی زنگنه
 صفحه آرای: سیما ابویی
 طراحی جلد: حاتمی کیا
 لیتوگرافی: مهرشاد
 چاپخانه: مهر
 سال نشر: ۱۳۹۵
 نوبت چاپ: ۱
 شمارگان: ۱۰۰
 قیمت کتاب: ۱۴۰۰۰۰ ریال

ISBN: 978-964-490-699-2

شابک ۹۷۸-۹۶۴-۴۹۰-۶۹۹-۲

حق چاپ و نشر محفوظ و مخصوص ناشر می‌باشد.

دفتر انتشارات و پخش شهرستان: میدان انقلاب، ابتدای کارگر جنوبی، کوچه مهدی‌زاده، پلاک ۹، طبقه همکف

تلفکس: ۰۲۱-۶۶۹۰۵۳۱۶

تلفن: ۱۵ ~ ۶۶۹۰۵۳۱۲

دفتر سفارشات تهران: خ آزادی، خ جمال‌زاده جنوبی، خ دیلمان، پلاک ۱۴ واحد ۲

تهران: ۱۴ ~ ۶۶۵۹۵۵۱۳

نماینده‌گی تهران: خ انقلاب، نبش ۱۲ فروردین، پ ۱۴۴۴، کتابفروشی الیاس-۶۶۴۰۵۰۸۴

Email: gostaresh_op@yahoo.com

www.gostaresh-pub.com

توجه) فروشنده و خواننده گرامی: این کتاب دارای برچسب اصالت کالا (هولوگرام) در روی جلد است که ضمن دقت در این مورد ما را در صورت عدم وجود هولوگرام مطلع سازد. با تشکر

برنامه آموزش مهارت های زندگی یکی از راهبردهای متمرکز بر فرد است و تلاش می کند از طریق افزایش توانایی مقابله ای افراد، ظرفیت آنان را در جهت مقابله با چالش ها، کشمکش ها و ناملایمات زندگی روزمره ارتقاء دهند. دانش آموزان مقطع ابتدایی در دوره رشدی حساسی قرار دارند که اگر آموزش و یادگیری برای ورود به دنیای متغیر کنونی همراه با توانمند سازی روانی اجتماعی آنها نباشد و مهارت های زندگی در عصر حاضر را یاد نگیرند، عملاً آموزش آنها با شکست مواجه می شود. آنها نیمی از زمان آموزش مدرسه ای خود یعنی حدود ۶۰۰۰ ساعت از عمر خود را در مقطع ابتدای سپری می کنند. بدیهی است مدارس می توانند از این زمان نسبتاً طویل برای تربیت دانش آموزان استفاده نموده و زمینه رشد شناختی، اجتماعی، عاطفی و... آنها را فراهم نمایند که خود بستر و زمینه ای برای ورود افراد سالم برای جامعه را فراهم نماید. متأسفانه آموزش مهارت های زندگی در کشور ما به صورت مدون و برنامه ریزی شده انجام نمی شود و همه دانش آموزان مقطع ابتدایی از این آموزش محروم می شوند، همچنین معلمان ما نیز آموزش های لازم برای انتقال این مهارت به دانش آموزان را ندیده اند و در بیشتر مواقع آموزش مهارت های زندگی در مدارس شکل روخوانی و مطالعه کتاب از سوی خود دانش آموزان را دارد، یعنی هم در ارسازی آموزش مهارت های زندگی، مهارت های مورد نیاز و متناسب با سن و دوره رشدی شناسایی نشده، هم برنامه ریزی صحیحی برای اجرای آن وجود ندارد و هم در روش های آموزش و اجرای آن نیز تلاش های زیادی صورت نگرفته است، کتاب حاضر با اهداف شناسایی مهارت های زندگی لازم برای دانش آموزان این مقطعی و روش های آموزش و ارزشیابی مناسب مهارت هاتدوین شده است. از آنجا که

معلم‌ان مدارس ابتدایی زمان زیادی را با این دانش‌آموزان سپری می‌کنند، می‌توانند بیشترین تاثیر را در این دوره سنی بکودکان گذاشته و آنان را برای ورود به اجتماع و مراحل بالاتر آماده و مهیا نمایند.

دکتر موسی بندک

شیلان کاملی

www.ketab.ir

فهرست مطالب

فصل اول: برنامه درسی

۱۵.....	مفهوم برنامه درسی
۱۸.....	الگوهای طراحی برنامه درسی
۱۹.....	الگوی برنامه درسی مبتنی بر موضوعات درسی به عنوان منبع اطلاعاتی
۲۱.....	الگوی برنامه درسی مبتنی بر دانش آموز به عنوان منبع اطلاعاتی
۲۲.....	الگوی برنامه درسی مبتنی بر جامعه به عنوان منبع اطلاعاتی
۲۲.....	جمع بندی و نتیجه گیری
۲۳.....	مجموعه تصمیم گیری در برنامه درسی
۲۹.....	جایگاه تمرکز بر عدم تکیه بر قلمرو برنامه ریزی درسی
۳۱.....	نیازسنجی در برنامه درسی
۳۳.....	تلفیق در برنامه درسی
۳۷.....	مبانی برنامه درسی
۳۸.....	مبانی فلسفی
۳۹.....	مبانی عصب شناسی برنامه درسی
۴۱.....	مبانی روانشناسی برنامه درسی ملی
۴۲.....	نظریه رشد شناختی پیاژه
۴۲.....	مراحل رشد شناختی در نظریه پیاژه
۴۳.....	ویژگی های رشد شناختی کودکان دبستانی
۴۳.....	مرحله عملیات عینی یا محسوس (از هفت تا یازده سالگی)
۴۴.....	مرحله عملیات صوری بلوغ تا بزرگسالی
۴۴.....	بعد اجتماعی
۴۶.....	بعد عاطفی
۴۷.....	رشد اخلاقی
۴۷.....	ویژگی های رشد اخلاقی کودکان دبستانی در نظریه های رشد اخلاقی

۵۰	 مبانی اجتماعی و فرهنگی برنامه درسی
۵۰	 ضرورت تدوین مبانی اجتماعی در برنامه درسی
۵۱	 آرمانهای اجتماعی
۵۲	 تغییر و برنامه درسی
۵۳	 عقب ماندگی فرهنگی
۵۴	 زمینه‌های مسئله اجتماعی
۵۶	 سند ملی آموزش و پرورش
۵۷	 ویژگی ها، سند ملی آموزش و پرورش
۵۸	 برنامه درسی ملی
۵۹	 حوزه های ادگیک
۵۹	 عناوین حوزه های یادگیری

فصل دوم: مهارت های زندگی

۶۳	 آداب و مهارت های زندگی
۶۴	 مفهوم و تعریف مهارت های زندگی
۶۶	 اهداف آموزش مهارت های زندگی
۶۸	 مزایای آموزش مهارت های زندگی
۶۹	 روش های آموزش مهارت های زندگی
۷۰	 دسته بندی مهارت های زندگی
۷۱	 (الف) مهارت مرتبط با تفکر نقاد یا تصمیم گیری
۷۲	 (ب) مهارت های بین فردی و ارتباطی:
۷۲	 (ج) مهارت های مقابله ای و مدیریت فردی:
۷۳	 مهارت خود آگاهی
۷۳	 تعریف خود آگاهی
۷۳	 مفهوم خود یا خودپنداره
۷۴	 مهارت همدلی

۷۴	تعریف همدلی
۷۵	اجزاء همدلی
۷۶	راه های رسیدن به همدلی
۷۷	موانع همدلی عبارت است از:
۷۸	مهارت برقراری ارتباط موثر
۷۸	تعریف ارتباط
۷۹	عناصر اصلی ارتباط
۸۱	مبانی ارتباط اثر بخش
۸۲	گوش دادن فعال
۸۲	روش های موثر برای گوش دادن فعال
۸۳	موانع ارتباط موثر
۸۴	مهارت مدیریت بحث
۸۵	تعریف خشم
۸۶	شیوه های ابراز خشم
۸۷	شیوه های مدیریت خشم
۸۹	مهارت برقراری روابط بین فردی موثر
۹۰	تعریف روابط بین فردی
۹۰	چهار حوزه مهارتی برقراری روابط بین فردی موثر
۹۵	مهارت رفتار جرات مندانه
۹۶	تعریف جرات مندی
۹۷	اهمیت رفتار جرات مندانه
۹۸	عوامل موثر بر جرات مندی
۹۸	جنسیت
۹۸	موقعیت
۹۹	فرهنگ
۹۹	محیط خانوادگی و تربیتی

۱۰۰	مؤلفه های رفتار جرات مندانه
۱۰۲	مهارت حل مسأله
۱۰۲	تعریف حل مسأله
۱۰۳	نظریه های حل مسأله
۱۰۴	مقابله و انواع آن
۱۰۵	مقابله مسأله مدار و مقابله هیجان مدار
۱۰۷	حل مسأله به عنوان مقابله مسأله مدار
۱۰۷	مراحل حل مسأله
۱۰۸	واما ردآورنده حل مسأله
۱۰۸	مهارت مدیریت استرس
۱۰۹	تعریف استرس
۱۱۰	منابع استرس
۱۱۰	محیط:
۱۱۱	استرس های اجتماعی:
۱۱۱	استرس های روانشناختی:
۱۱۱	استرسورهای فکری:
۱۱۲	مقابله با استرس
۱۱۳	راهبردهای مقابله با استرس
۱۱۵	مهارت تصمیم گیری
۱۱۶	تعریف تصمیم گیری
۱۱۶	مؤلفه های تصمیم گیری
۱۱۷	شیوه های مختلف تصمیم گیری
۱۱۸	مراحل تصمیم گیری منطقی:
۱۱۹	مهارت تفکر خلاق
۱۱۹	تعریف تفکر خلاق
۱۲۰	نظریه های خلاقیت

۱۲۱	 مؤلفه‌های تفکر خلاق
۱۲۲	 سطوح خلاقیت
۱۲۳	 مراحل تفکر خلاق
۱۲۴	 روش‌های پرورش خلاقیت
۱۲۶	 آموزش مهارت‌های زندگی در برنامه‌های درسی کشور های مختلف
۱۲۶	 آموزش مهارت‌های زندگی در ارمنستان
۱۲۸	 آموزش مهارت‌های زندگی در اردن
۱۳۱	 آموزش مهارت‌های زندگی در میانمار
۱۳۴	 آموزش مهارت‌های زندگی در آمریکا
۱۳۵	 آموزش مهارت‌های زندگی در برنامه‌های درسی ایران
۱۳۵	 تاریخچه مهارت‌های زندگی
۱۳۶	 آموزش مهارت‌های زندگی توسط سازمان بهزیستی
۱۳۷	 اهداف برنامه آموزش مهارت‌های زندگی توسط سازمان بهزیستی
۱۳۷	 آموزش مهارت‌های زندگی توسط آموزش و پرورش
۱۳۷	 طرح کرامت:
۱۳۸	 اهداف طرح کرامت:
۱۳۹	 محتوا:
۱۴۰	 شیوه اجرا:
۱۴۱	 مخاطبین و گسترده اجرای طرح

فصل سوم: روش‌های تدریس

۱۴۵	 تعریف تدریس و تحلیل مفاهیم آن
۱۴۷	 تحلیل مفهوم تدریس از دیدگاه‌های مختلف
۱۴۷	 کارکردهای تدریس
۱۴۸	 کارکردهای درونی تدریس
۱۴۸	 ایجاد عدم تعادل در دانش‌آموزان

۱۴۹	کسب اطلاعات جدید
۱۴۹	ذخیره سازی و اصلاح مجدد
۱۵۰	کنترل، هدایت و تحلیل
۱۵۱	ویژگی های شخصیتی معلم و نقش آن در تدریس
۱۵۱	تاثیر شخصیت و رفتار معلم در فرایند تدریس
۱۵۱	تاثیر شخصیت علمی معلم در فرایند تدریس
۱۵۲	ویژگی های شاگردان و تاثیر آن در فرایند تدریس
۱۵۲	اثر برنامه، ساختار نظام آموزشی در فرایند تدریس
۱۵۳	تاثیر فضای تجهیزات آموزشی در فرایند تدریس
۱۵۴	روش ایفای نقش
۱۵۵	مراحل اجرای روش ایفای نقش
۱۵۶	نقش معلم در فرایند اجرای نقش ایفای نقش
۱۵۷	محاسن روش ایفای نقش
۱۵۷	معایب روش ایفای نقش
۱۶۰	روش بحث گروهی
۱۶۴	محاسن روش بحث گروهی
۱۶۴	معایب روش بحث گروهی
۱۸۰	روش یادگیری مشارکتی
۱۸۲	فرصت های برابر برای یادگیری

فصل چهارم: روش های ارزشیابی

۱۹۱	اصطلاحات و مفاهیم پایه در ارزشیابی یک برنامه آموزشی
۲۰۵	منابع