

مهارت های زندگی (2411005)

تاریخ برگزاری: 1403/07/30

شماره جلسه: جلسه 1

محل برگزاری: کلاس درس

مدت جلسه (دقیقه): 120 دقیقه

مدرس: مینا محسنی

موضوع جلسه: مهارت های ارتباطی / مهارت همدلی

هدف کلی:

کمک آموزشی: کتاب، کامپیوتر، ویدئو پرژکتور، مایک و وایت بورد، اینترنت، پاور پوینت، محتوای الکترونیک (فایل صوتی، جزوات و ..)

بستر ارائه:

حضور ی -

روش های ارائه: سخنرانی تعاملی، سخنرانی، سخنرانی کوتاه، بحث گروهی، پرسش و پاسخ، حل مسئله، یادگیری مبتنی بر مسئله (PBL)، فیلم آموزشی، تدریس در گروه های کوچک، تدریس مبتنی بر مورد

وظایف فراگیر:

اهداف	حیطه	ردیف
دانشجو بتواند انواع ارتباط موثر را توضیح دهد دانشجو بتواند انواع موانع ارتباط موثر را توضیح دهد دانشجو بتواند مهارت همدلی ا توضیح دهد	شناختی	1
دانشجو به اصول ذکر شده در مورد مهارت همدلی متعهد شود	عاطفی (نگرشی)	2
فراگیر بتواند ارتباط موثر برقرار کند فراگیر بتواند مهارت همدلی را با ذکر مثال انجام دهد	روان حرکتی (مهارتی)	3

مهارت های زندگی (2411005)

تاریخ برگزاری: 1403/08/07

شماره جلسه: جلسه 2

محل برگزاری: کلاس درس

مدت جلسه (دقیقه): 120 دقیقه

مدرس: مینا محسنی

موضوع جلسه: مهارت خودآگاهی ، مدیریت احساسات ، هیجانات و استرس / مهارت کنترل خشم

هدف کلی:

کمک آموزشی: کتاب، کامپیوتر، ویدئو پرژکتور، مایژیک و وایت بوردها، اینترنت، پاور پوینت، محتوای الکترونیک (فایل صوتی، جزوات و ..)

بستر ارائه:

حضور ی -

روش های ارائه: سخنرانی تعاملی، سخنرانی، سخنرانی کوتاه، بحث گروهی، پرسش و پاسخ، حل مسئله، یادگیری مبتنی بر مسئله (PBL)، فیلم آموزشی، تدریس در گروه های کوچک، تدریس مبتنی بر مورد

وظایف فراگیر:

اهداف	حیطه	ردیف
دانشجو بتواند مهارت کنترل خشم را توضیح دهد دانشجو بتواند مهارت خودآگاهی را توضیح دهد	شناختی	1
دانشجو به اصول مهارت کنترل خشم متعهد شود دانشجو به اصول مهارت خودآگاهی متعهد شود	عاطفی (نگرشی)	2
فراگیر مهارت کنترل خشم را با ذکر مثال انجام دهد فراگیر مهارت خودآگاهی را با ذکر مثال انجام دهد	روان حرکتی (مهارتی)	3

مهارت های زندگی (2411005)

تاریخ برگزاری: 1403/08/14

شماره جلسه: جلسه 3

محل برگزاری: کلاس درس

مدت جلسه (دقیقه): 120 دقیقه

مدرس: مینا محسنی

موضوع جلسه: مهارت تفکر نقادانه و اخلاقانه

هدف کلی:

کمک آموزشی: کتاب، کامپیوتر، ویدئو پرژکتور، مایژیک و وایت بورد، اینترنت، پاور پوینت، محتوای الکترونیک (فایل صوتی، جزوات و ..)

بستر ارائه:

حضور ی -

روش های ارائه : سخنرانی تعاملی، سخنرانی، سخنرانی کوتاه، بحث گروهی، پرسش و پاسخ، حل مسئله، یادگیری مبتنی بر مسئله (PBL)، فیلم آموزشی، تدریس در گروه های کوچک، تدریس مبتنی بر مورد

وظایف فراگیر:

اهداف	حیطه	ردیف
فراگیر بتوانند مهارت تفکر نقادانه و اخلاقانه را با ذکر مثال تعریف کند	شناختی	1
دانشجو به اصول تفکر نقادانه و اخلاقانه متعهد باشد	عاطفی (نگرشی)	2
فراگیر بتوانند مهارت تفکر نقادانه و اخلاقانه را با ذکر مثال انجام دهد	روان حرکتی (مهارتی)	3

مهارت های زندگی (2411005)

تاریخ برگزاری: 1403/08/21

شماره جلسه: جلسه‌ای 4

محل برگزاری: کلاس درس

مدت جلسه(دقیقه): 120 دقیقه

مدرس: مینا محسنی

موضوع جلسه: مدیریت زمان و مدیریت شرایط بحران /مهارت برنامه ریزی

هدف کلی:

کمک آموزشی: کتاب، کامپیوتر، ویدئو پرژکتور، مایژیک و وایت بورد، اینترنت، پاور پوینت، محتوای الکترونیک(فایل صوتی، جزوات و ..)

بستر ارائه:

حضور ی -

روش های ارائه : سخنرانی تعاملی، سخنرانی، سخنرانی کوتاه، بحث گروهی، پرسش و پاسخ، حل مسئله، یادگیری مبتنی بر مسئله (PBL)، فیلم آموزشی، تدریس در گروه های کوچک، تدریس مبتنی بر مورد

وظایف فراگیر:

اهداف	حیطه	ردیف
دانشجو بتواند مدیریت شرایط بحران را توضیح دهد	شناختی	1
دانشجو به اصول مدیریت زمان ، مدیریت شرایط بحران و مهارت برنامه ریزی متعهد شود	عاطفی (نگرشی)	2
دانشجو بتواند مدیریت زمان ، مدیریت شرایط بحران و مهارت برنامه ریزی را ذکر مثال انجام دهد	روان حرکتی (مهارتی)	3

مهارت های زندگی (2411005)

تاریخ برگزاری: 1403/08/28

شماره جلسه: جلسه 5

محل برگزاری: کلاس درس

مدت جلسه (دقیقه): 120 دقیقه

مدرس: مینا محسنی

موضوع جلسه: مهارت حل مسئله ، مهارت قاطعیت و جرات ورزی

هدف کلی:

کمک آموزشی: کتاب، کامپیوتر، ویدئو پرژکتور، مایژیک و وایت بورد، اینترنت، پاور پوینت، محتوای الکترونیک (فایل صوتی، جزوات و ..)

بستر ارائه:

حضور ی -

روش های ارائه : سخنرانی تعاملی، سخنرانی، سخنرانی کوتاه، بحث گروهی، پرسش و پاسخ، حل مسئله، یادگیری مبتنی بر مسئله (PBL)، فیلم آموزشی، تدریس در گروه های کوچک، تدریس مبتنی بر مورد

وظایف فراگیر:

اهداف	حیطه	ردیف
فراگیر بتواند مهارت حل مسئله ، مهارت قاطعیت و جرات ورزی را با ذکر مثال نام ببرد دانشجو بتواند مهارت حل مسئله ، مهارت قاطعیت و جرات ورزی را توضیح دهد	شناختی	1
دانشجو به اصول مهارت حل مسئله ، مهارت قاطعیت و جرات ورزی متعهد	عاطفی (نگرشی)	2
فراگیر بتواند مهارت حل مسئله ، مهارت قاطعیت و جرات ورزی را با ذکر مثال انجام دهد	روان حرکتی (مهارتی)	3