

ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದ ಪಾಠ ಯೋಜನೆ 5 "ಇ" ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ

ಶ್ರೀ ಸಂತೋಷ ಬಿ ಬಿರಾಜನವರ
ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ ಶಿಕ್ಷಕರು ಗ್ರೇಡ್ 1
ಸರಕಾರಿ ಪ್ರೌಢಶಾಲೆ ಮುದ್ದಾಪುರ (ಆರ್.ಎಂ.ಎಸ್.ಎ)
ತಾ:ಮುಧೋಳ ಜಿ:ಬಾಗಲಕೋಟೆ
ಮೊ ನಂ :- 9740826660

ಶ್ರೀ ಪರಶುರಾಮ ಶಿ ಸಾಳುಂಕೆ
ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ ಶಿಕ್ಷಕರು ಗ್ರೇಡ್ 1
ಶ್ರೀಮತಿ ನೀಲಮ್ಮ.ಚ.ಅಕ್ಕಿ. ಸರಕಾರಿ ಬಾಲಕಿಯರ ಪ್ರೌಢಶಾಲೆ ಸಂಶಿ
ತಾ: ಕುಂದಗೋಳ ಜಿ: ಧಾರವಾಡ
ಮೊ.ನಂ : 9902663722

2023- 24 ನೇ ಸಾಲಿನ

ದೈಹಿಕ ತಿಕ್ಕಣದ ಪಾಠ ಯೋಜನೆ 5 "ಇ" ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ

ತರಗತಿ : - 9

ಶಾಲೆಯ ಹೆಸರು :-

ತಿಕ್ಕಣ ಹೆಸರು :-

ವಿಷಯ : ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ

ದೈಹಿಕ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಪರೀಕ್ಷೆ

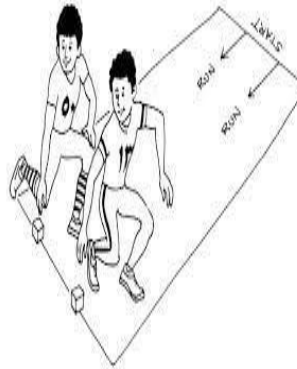
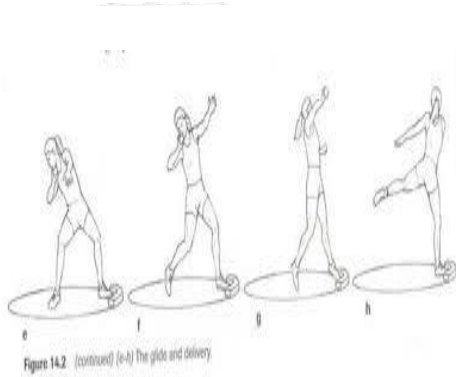
ತರಗತಿ : 9

ಬೇಕಾಗುವ ಅವಧಿಗಳು :

ಪ್ರಾರಂಭದ ದಿನಾಂಕ :

ಮುಕ್ತಾಯದ ದಿನಾಂಕ :

ತಿಂಗಳು	ಪಾಠದ ಹೆಸರು & ಸಾಮರ್ಥ್ಯ	ಕೌಶಲ್ಯಗಳು	ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡುವ ವಿಧಾನ:	ಉಪಕರಣ
ಜೂನ್	ಮೊದಲನೇ ದೈಹಿಕ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಪರೀಕ್ಷೆ	1.ವೇಗ :- ಬಾಲಕರಿಗೆ -50 ಮೀ ಓಟ ಬಾಲಕಿಯರಿಗೆ -30 ಮೀ ಓಟ 2.ಬಲ: ಗುಂಡು ಎಸೆತ 3.ಕಷ್ಟ ಸಹಿಷ್ಣುತೆ: ನಡಿಗೇ/ಶಟಲ್ ರನ್ ಬಾಲಕರಿಗೆ :-20ನಿ ನಡಿಗೇ/1ನಿ.ಶಟಲ್ ರನ್ ಬಾಲಕರಿಗೆ:-10ನಿ ನಡಿಗೇ/1 ನಿ.ಶಟಲ್ ರನ್ ಮೇಲಿನ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳನ್ನು ಪರೀಕ್ಷೆ ಮಾಡುವುದು.	ದೈಹಿಕ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡುವ ವಿಧಾನ: ವೇಗ:- 6 ಅಂಕ ಬಲ:- 6 ಅಂಕ ಕಷ್ಟ ಸಹಿಷ್ಣುತೆ :- 6 ಅಂಕ ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸುವಿಕೆ :- 2 ಅಂಕ ಓಟ್ಟು :- 20 ಅಂಕ (ಸರಾಸರಿ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಅಂಕವನ್ನು ನೀಡುವುದು)	ಸ್ಪಾಟ್ ವಾಚ್, ಶಾಟ್ ಪುಟ್ ಟೆಪ್ಪೆ, ಸುಣ್ಣ ವಿಲಿಂಗ್ ತಂತ್ರ : ಅವಲೋಕನ ವಿಧಾನ : ವೀಕ್ಷಣಾ ವಿಧಾನ



ದೈ.ಶಿ.ಶಿ ಸಹಿ

ಮು.ಶಿ. ಸಹಿ

ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದ ತಾತ್ವಿಕ ಪಾಠ ಯೋಜನೆ (5 ಇ) ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ

ವಿಷಯ : ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ		ವಿಭಾಗ :		ಘಟಕ : ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯನಂತರ ಭಾರತದಲ್ಲಿ ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದ ಬೆಳವಣಿಗೆ			ತರಗತಿ : 9	
ಬೇಕಾಗುವ ಅವಧಿಗಳು :		ಪ್ರಾರಂಭದ ದಿನಾಂಕ :		ಮುಕ್ತಾಯದ ದಿನಾಂಕ :				
ಕಲಿಕಾಂಶಗಳು	ಬಳಸುವ 5 ಇ ಹಂತಗಳು	ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಅನುಕೂಲಿಸಬಹುದಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು	ವಿಧಾನ	ಕಲಿಕೋಪಕರಣ	ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ		ಶಿಕ್ಷಕರ ಸ್ವ ಅವಲೋಕನ	
					ಸಾಧನ	ತಂತ್ರ		
<p>* ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ನಂತರದ ಭಾರತದಲ್ಲಿ ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದ ಬೆಳವಣಿಗೆ.</p> <p>*ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗಾಗಿ ವಿವಿಧ ಸಮಿತಿಗಳ ನೇಮಕ</p> <p>*ವಿವಿಧ ಸಮಿತಿಗಳು ನೀಡಿದ ಶಿಫಾರಸ್ಸುಗಳು ಮತ್ತು ಅನುಷ್ಠಾನ</p>	Engage ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಿಕೆ	<p>* ರಾಜರ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ದೈಹಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು ಹೇಗೆ ಇರುತ್ತಿದ್ದವು ಎಂಬುದನ್ನು ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಕೇಳುವುದು ?</p> <p>* ಬ್ರಿಟಿಷರ್ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ದೈಹಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು ಹೇಗೆ ಇದ್ದವು ಎಂಬುದನ್ನು ಚರ್ಚಿಸುವುದು.</p>	ವೀಕ್ಷಣೆ & ಚಟುವಟಿಕೆ		ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಅವಲೋಕನ	ಎಲ್ಲ ವಿಧ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಆಸಕ್ತಿಯಿಂದ ಭಾಗವಹಿಸಿದ್ದರು.	
	Explore ಪರಿಶೋಧಿಸುವುದು	<p>*ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ನಂತರ ಭಾರತದಲ್ಲಿ ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಹೇಗೆ ಇತ್ತು ಎಂಬುದನ್ನು ಚರ್ಚಿಸೋಣ ಮಕ್ಕಳೇ ಹಾಗಾದರೆ 5 ಗುಂಪುಗಳನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿ. ಪುಸ್ತಕ ಓದಲು ತಿಳಿಸುವುದು.</p> <p>1.ತಾರಾಚಂದ ಸಮಿತಿ & ಡಾ.ರಾಧಾಕೃಷ್ಣನ್ ಸಮಿತಿ</p> <p>2.ನಿರಾಶ್ರಿತರಿಂದ ಉದ್ಭವವಾದ ಸಮಸ್ಯೆ</p> <p>3.ಶ್ರೀ ಹೃದಯನಾಥ ಕುರ್ಮು ಸಮಿತಿ</p> <p>4.ಶ್ರೀ ಕೆ.ಪಿ.ಸಿಂಗ್ ದೇವ ಸಮಿತಿ & ಪಠ್ಯ ಪುಸ್ತಕಗಳು ಬಿಡುಗಡೆಯಾದ ರೀತಿ</p> <p>* ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಅರ್ಥೈಸಿಕೊಳ್ಳಲು ತಿಳಿಸುವುದು.</p>	ವೀಕ್ಷಣೆ & ವಿವರರಣಾತ್ಮಕ	ಕಪ್ಪು ಹಲಗೆ ಪುಸ್ತಕ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಖಿಕ	ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ತಮ್ಮ ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತಿಯಿಂದ ಭಾಗವಹಿಸಿದ್ದರು.	
	Explain ವಿವರಣೆ	<p>*ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಗುಂಪನ್ನು ಕರೆದು ಸಮಿತಿಯ ಶಿಫಾರಸ್ಸುಗಳನ್ನು ಮಂಡಿಸಲು ತಿಳಿಸುವುದು</p> <p>*ಉಳಿದ ಎಲ್ಲರು ಆಲಿಸುವರು & ಪ್ರಶ್ನಿಸುವರು</p> <p>* ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ನಾವು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚು ತಿಳಿಸುವುದು.</p> <p>* ಕಲಿಕಾಂಶಗಳು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ಮಟ್ಟುವಂತೆ ನೋಡುವುದು.</p>	ವೀಕ್ಷಣೆ & ವಿವರರಣಾತ್ಮಕ	ಕಪ್ಪು ಹಲಗೆಯ ಬಳಕೆ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಖಿಕ	ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಉತ್ತಮವಾಗಿ ವಿವರಿಸಿದರು	
	Expand ವಿಸ್ತರಣೆ	<p>*ಪಠ್ಯ ಪುಸ್ತಕ ರಚನಾ ಸಮಿತಿ ಪುಟವನ್ನು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ತೋರಿಸುವುದು & ಚರ್ಚಿಸುವುದು.</p> <p>*ಸಮಿತಿಯ ಅಧ್ಯಕ್ಷರ ಭಾವಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ತೋರಿಸುವುದು.</p>	ಚರ್ಚಾ ವಿಧಾನ & ಚಟುವಟಿಕೆ	ಪುಸ್ತಕ	ತಪ್ಪಿಸಿಲು ಪಟ್ಟಿ	ಅವಲೋಕನ	ಒಬ್ಬರಿಗಿಂತ ಒಬ್ಬರು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಹೇಳಿದರು	
	Evaluation ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ	<p>* ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಆಧರಿಸಿ ಪ್ರಶ್ನೆ ಕೇಳುವುದು</p> <p>* ಈ ಪಾಠದ ಕುರಿತು ಒಂದು ಪ್ರಭಂದ ಬರೆಯಲು ತಿಳಿಸುವುದು</p>	ವೀಕ್ಷಣೆ	ಪ್ರಶೋತ್ತರ ಪಟ್ಟಿ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಖಿಕ	ಉತ್ತಮದಿಂದ ಭಾಗವಹಿಸಿದ್ದರು	

ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಪಾಠ ಯೋಜನೆ (5 ಇ) ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ

ವಿಷಯ : ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ

ವಿಭಾಗ : ಗುಂಪು ಆಟಗಳು







ಘಟಕ : ವಾಲಿಬಾಲ್

ತರಗತಿ : 9







ಬೇಕಾಗುವ ಅವಧಿಗಳು :

ಪ್ರಾರಂಭದ ದಿನಾಂಕ :





ಮುಕ್ತಾಯದ ದಿನಾಂಕ :

ಕಲಿಕಾಂಶಗಳು	ಬಳಸುವ 5 ಇ ಹಂತಗಳು	ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಅನುಕೂಲಿಸಬಹುದಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು	ವಿಧಾನ	ಕಲಿಕೋಪಕರಣ	ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ		ಶಿಕ್ಷಕರ ಸ್ವ ಅವಲೋಕನ
					ಸಾಧನ	ತಂತ್ರ	
<p>* ಟೈನಿಸ್ ಸರ್ವಿಸ್</p> <p>*ಬಾಲ್‌ನ್ನು ಸೆಟ್ ಮಾಡುವುದು</p> <p>*ನೇರ ಹೊಡೆತ</p> <p>* ಚೆಂಡನ್ನು ಪಡೆಯುವುದು & ಉರಳುವುದು</p>	Engage ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಿಕೆ	<p>* ಎಲ್ಲ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಸಾಲಾಗಿ ನಿಲ್ಲಿಸಿ ಹಾಜರಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು.</p> <p>*ಅನಾರೋಗ್ಯವಿರುವ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಕುಳಿತು ಕೊಳ್ಳಲು ತಿಳಿಸಿ ಚಟುವಟಿಕೆ ವೀಕ್ಷಿಸಲು ತಿಳಿಸುವುದು</p> <p>* ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಮೈದಾನದ ಸುತ್ತ ಓಡುತ್ತಾ ಸರಳ ಕಾವೇರಿಸುವಿಕೆ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವುದು.</p>	ಅನುಕರಣೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ		ವೀಕ್ಷಣೆ	ಅವಲೋಕನ	
	Explore ಪರಿಶೋಧಿಸುವುದು	<p>* ವಾಲಿಬಾಲ್ ಕ್ರೀಡೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಪೂರಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವುದು.</p> <p>* ಜಂಪ್ ಮಾಡುವುದು, ಕಾಲು & ಕೈಗಳನ್ನು ಚಾಚುವುದು ,ಚಪಲತೆ ,ಮೈಮಣಿತದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದು</p> <p>* ವಾಲಿಬಾಲ್ ಉಪಕರಣಗಳನ್ನು ಕೈಯಲ್ಲಿ ಕೊಟ್ಟು ಇವುಗಳ ಪರಿಚಯ ಮಾಡಿಸುವುದು.</p>	ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷತೆ & ಅನುಕರಣೆ	ಮೈದಾನ,ಸುಣ್ಣದಾರ,ಸೀಟಿ, ವಾಲಿಬಾಲ್ ಕಂಬಗಳು ನೆಟ್	ವೀಕ್ಷಣೆ	ಅವಲೋಕನ	
	Explain ವಿವರಣೆ	<p>* ಪ್ರತಿ ಅವಧಿಗೂ ಆಯ್ದುಕೊಂಡ ವಾಲಿಬಾಲ್ ಕೌಶಲ್ಯವನ್ನು ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷತೆಯಾಗಿ ಅಖಂಡ- ಖಂಡ - ಅಖಂಡ ಪದ್ಧತಿಯಲ್ಲಿ ನಾವು ಮಾಡುವುದು.ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳ ಕಡೆಯಿಂದ ಮಾಡಿಸುವುದು.</p> <p>* ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಕೌಶಲ್ಯದ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಮಾಡಲು ತಿಳಿಸುವುದು ಮತ್ತು ತಪ್ಪಿದಲ್ಲಿ ತಿದ್ದುವುದು.</p>	ಚಟುವಟಿಕೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ		-	ಅವಲೋಕನ	
	Expand ವಿಸ್ತರಣೆ	<p>* ಪ್ರತಿ ಅವಧಿಗೂ ಆಯ್ದುಕೊಂಡ ಕೌಶಲ್ಯಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಪೂರಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವುದು.</p> <p>* ಆ ಕೌಶಲ್ಯಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ವಿಡಿಯೋಗಳನ್ನು ತೋರಿಸುವುದು.</p> <p>* ಆ ಕೌಶಲ್ಯವನ್ನು ಬೇರೆ ಆಟದ ಕೌಶಲ್ಯಕ್ಕೆ ಹೋಲಿಕೆ ಮಾಡುವುದು.</p>	ಚಟುವಟಿಕೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ	ವಿಡಿಯೋ ಕ್ಲಿಪ್‌ಲಿಂಗ್	-	ಅವಲೋಕನ	
	Evaluation ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ	<p>ರೂಪಣಾತ್ಮಕ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡುವುದು</p>	ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ & ವೀಕ್ಷಣೆ		ತಪಸೀಲು ಪಟ್ಟಿ	ಅವಲೋಕನ	





ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದ ತಾತ್ವಿಕ ಪಾಠ ಯೋಜನೆ (5 ಇ) ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ

ವಿಷಯ : ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ		ವಿಭಾಗ : ಗುಂಪು ಆಟಗಳು		ಘಟಕ : ವಾಲಿಬಾಲ್		ತರಗತಿ : 9	
ಬೇಕಾಗುವ ಅವಧಿಗಳು :		ಪ್ರಾರಂಭದ ದಿನಾಂಕ :		ಮುಕ್ತಾಯದ ದಿನಾಂಕ :			
ಕಲಿಕಾಂಶಗಳು	ಬಳಸುವ 5 ಇ ಹಂತಗಳು	ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಅನುಕೂಲಿಸಬಹುದಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು	ವಿಧಾನ	ಕಲಿಕೋಪಕರಣ	ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ		ಶಿಕ್ಷಕರ ಸ್ವ ಅವಲೋಕನ
					ಸಾಧನ	ತಂತ್ರ	
* ವಾಲಿಬಾಲ್ ಆಟದ ಕೆಲವು ತಂತ್ರಗಳು. *ವಾಲಿಬಾಲ್ ಆಟಗಾರರಲ್ಲಿ ಇರಬೇಕಾದ ಲಕ್ಷಣಗಳು *ವಾಲಿಬಾಲ್ ಪಂದ್ಯಾವಳಿಗಳು ,ಬಹುಮಾನಗಳು & ಪ್ರಶಸ್ತಿಗಳು	Engage ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಿಕೆ	*ಚಪ್ಪಾಳೆ ಮೂಲಕ ಮಕ್ಕಳ ಗಮನವನ್ನು ಸೆಳೆಯುವುದು. *ನಿಮ್ಮ ಊರಿನ ಜಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಯಾವ ಯಾವ ಕ್ರೀಡೆಗಳನ್ನು ಸಂಘಟಿಸಿದ್ದರು. * ಕಳೆದ ವರ್ಷತಾಲಾ ಮಟ್ಟ ,ತಾಲೂಕು ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ನೋಡಿರುವ ಕ್ರೀಡೆಗಳು ಯಾವವು ಹೇಳಿ ಮಕ್ಕಳೇ	ವೀಕ್ಷಣೆ & ಚಟುವಟಿಕೆ		ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಅವಲೋಕನ	ಎಲ್ಲ ವಿಧ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಆಸಕ್ತಿಯಿಂದ ಭಾಗವಹಿಸಿದ್ದರು.
	Explore ಪರಿಶೋಧಿಸುವುದು	*ಇದರಲ್ಲಿ ಗುಂಪು ಆಟಗಳು ಯಾವವು ಹೇಳಿ ಮಕ್ಕಳೇ ? * ಕಳೆದ ವರ್ಷ ವಾಲಿಬಾಲ್ ಕ್ರೀಡೆಯ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದುಕೊಂಡ ವಿಷಯವನ್ನು ಚರ್ಚಿಸುವುದು. *ವಿಧ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಸಂಖ್ಯೆಗಳನುಗುಣವಾಗಿ 5 ಗುಂಪುಗಳನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿ 5 ಚಟುವಟಿಕೆ ನೀಡಲಾಗುವುದು. ಇವುಗಳನ್ನು ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡಿ 1. ಸರ್ವಿಸ್ ಮಾಡುವಾಗ ಎನನ್ನು ಗಮನಿಸಬೇಕು? 2. ಬಾಲ್ ಸೆಟ್ ಮಾಡುವಾಗ ಎನನ್ನು ಗಮನಿಸಬೇಕು? 3. ಸ್ಕ್ವಾಶ್ ಮಾಡುವಾಗ ಎನನ್ನು ಗಮನಿಸಬೇಕು? 4. ವಾಲಿಬಾಲ್ ಆಟಗಾರರಲ್ಲಿ ಇರಬೇಕಾದ ಗುಣ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಯಾವವು ? 5.ಪಂದ್ಯಾವಳಿಗಳು,ಬಹುಮಾನಗಳು & ಪ್ರಶಸ್ತಿಗಳು ಯಾವವು ? * ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಅರ್ಥೈಸಿಕೊಳ್ಳಲು ತಿಳಿಸುವುದು.	ವೀಕ್ಷಣೆ & ವಿವರರಣಾತ್ಮಕ	ಕಪ್ಪು ಹಲಗೆ ಪುಸ್ತಕ 	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಖಿಕ	ವಿಧ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ತಮ್ಮ ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತಿಯಿಂದ ಭಾಗವಹಿಸಿದ್ದರು.
	Explain ವಿವರಣೆ	*ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಗುಂಪು ಕರೆದು ಕೌಶಲ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ವಿವರಣೆ ಮಾಡಲು ಅಥವಾ ಓದಲು ತಿಳಿಸುವುದು . *ಉಳಿದ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಗಮನ ನೀಡಲು ಹೇಳುವುದು. * ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ವಿವರಣೆ ಮಾಡುವುದು. 	ವೀಕ್ಷಣೆ & ವಿವರರಣಾತ್ಮಕ	ಕಪ್ಪು ಹಲಗೆಯ ಬಳಕೆ ಅಥವಾ ಪಿಪಿಟಿ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಖಿಕ	ವಿಧ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಉತ್ತಮವಾಗಿ ವಿವರಿಸಿದರು
	Expand ವಿಸ್ತರಣೆ	* ಪಿ.ಪಿ.ಟಿ ಅಥವಾ ವಿಡಿಯೋ ಮೂಲಕ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ವಾಲಿಬಾಲ್ ಬಗ್ಗೆ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ನೀಡುವುದು. * ಅರ್ಜುನ ಪ್ರಶಸ್ತಿ, ಪದ್ಮಭೂಷಣ ಪ್ರಶಸ್ತಿ,ರಾಜೀವ ಗಾಂಧೀ ಖೇಲ್ ರತ್ನ ಪ್ರಶಸ್ತಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿಸುವುದು.	ಚರ್ಚಾ ವಿಧಾನ & ಚಟುವಟಿಕೆ	ಕಂಪ್ಯೂಟರ್ ಪುಸ್ತಕ ಕಾರ್ಡ್‌ಶೀಟ್	ತಪ್ಪಿಸಿಲು ಪಟ್ಟಿ	ಅವಲೋಕನ	ಒಬ್ಬರಿಗಿಂತ ಒಬ್ಬರು ಚಿತ್ರವನ್ನು ಚಿನ್ನಾಗಿ ಬರೆದರು
	Evaluation ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ	* ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಆಧರಿಸಿ ಪ್ರಶ್ನೆ ಕೇಳುವುದು	ವೀಕ್ಷಣೆ	ಪ್ರಶೋತ್ತರ ಪಟ್ಟಿ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಖಿಕ	ಉತ್ತರದಿಂದ ಭಾಗವಹಿಸಿದ್ದರು

ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದ ತಾತ್ವಿಕ ಪಾಠ ಯೋಜನೆ (5 ಇ) ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ

ವಿಷಯ : ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ		ವಿಭಾಗ : ಗುಂಪು ಆಟಗಳು		ಘಟಕ : ಹಾಕಿ		ತರಗತಿ : 9	
ಬೇಕಾಗುವ ಅವಧಿಗಳು :		ಪ್ರಾರಂಭದ ದಿನಾಂಕ :		ಮುಕ್ತಾಯದ ದಿನಾಂಕ :			
ಕಲಿಕಾಂಶಗಳು	ಬಳಸುವ 5 ಇ ಹಂತಗಳು	ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಅನುಕೂಲಿಸಬಹುದಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು	ವಿಧಾನ	ಕಲಿಕೋಪಕರಣ	ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ		ಶಿಕ್ಷಕರ ಸ್ವ ಅವಲೋಕನ
					ಸಾಧನ	ತಂತ್ರ	
<p>*ಹಾಕಿ ಕ್ರೀಡೆಯ ತಂತ್ರಗಳು</p> <p>*ಹಾಕಿ ಆಟಗಾರರಲ್ಲಿ ಇರಬೇಕಾದ ಅವಶ್ಯಕ ಗುಣಗಳು</p> <p>*ಪಂದ್ಯಾಟಗಳು & ಪ್ರಶಸ್ತಿಗಳು</p>  	Engage	<p>*ಚಪ್ಪಾಳೆ ಮೂಲಕ ಮಕ್ಕಳ ಗಮನವನ್ನು ಸೆಳೆಯುವುದು.</p> <p>*ದೂರದರ್ಶನದಲ್ಲಿ ಪ್ರಸಾರವಾಗುವ ಕ್ರೀಡೆಗಳು ಯಾವುವು ಎಂಬ ಇತ್ಯಾದಿ ಕಲಿಕಾಂಶಕ್ಕೆ ಪೂರಕವಾದ ಸಣ್ಣ ಪುಟ್ಟ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳುತ್ತಾ ಆಟಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳುವದರ ಮೂಲಕ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತಿ ಮೂಡಿಸುವುದು.</p>	ವೀಕ್ಷಣೆ & ಚಟುವಟಿಕೆ		ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಅವಲೋಕನ	
	Explore	<p>*ನಮ್ಮ ಭಾರತದ ಕ್ರೀಡೆ ಯಾವುದು ಹೇಳಿ ಮಕ್ಕಳೇ ?</p> <p>*ಕಳೆದ ವರ್ಷ ಹಾಕಿ ಕ್ರೀಡೆ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದುಕೊಂಡ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಚರ್ಚಿಸುವುದು.</p> <p>*ವಿಧ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಸಂಖ್ಯೆಗಳನುಗುಣವಾಗಿ ಗುಂಪುಗಳನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿ 4 ಚಟುವಟಿಕೆ ನೀಡಲಾಗುವುದು.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ಈ ಹಾಕಿ ಕ್ರೀಡೆಯಲ್ಲಿ ಬರುವ ತಂತ್ರಗಳು 2. ಹಾಕಿ ಆಟಗಾರರಲ್ಲಿ ಇರಬೇಕಾದ ಅವಶ್ಯಕ ಗುಣಗಳು 3. ಹಾಕಿ ಪಾಠದಲ್ಲಿ ಬರುವ ಕ್ರೀಡಾ ಪ್ರಶಸ್ತಿಗಳು 4. ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಪಂದ್ಯಾಟಗಳು <p>* ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಅರ್ಥೈಸಿಕೊಳ್ಳಲು ತಿಳಿಸುವುದು.</p>	ವೀಕ್ಷಣೆ & ವಿವರರಣಾತ್ಮಕ	<p>ಕಪ್ಪು ಹಲಗೆ ಪುಸ್ತಕ</p> 	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಖಿಕ	
	Explain	<p>*ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಗುಂಪನ್ನು ಕರೆದು ಕೊಟ್ಟಂತಹ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಓದಲು & ವಿವರಣೆ ಮಾಡಲು ತಿಳಿಸುವುದು.</p> <p>*ಉಳಿದ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಗಮನ ನೀಡಲು ಹೇಳುವುದು.</p> <p>* ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ವಿವರಣೆ ಮಾಡುವುದು.</p>	ವೀಕ್ಷಣೆ & ವಿವರರಣಾತ್ಮಕ	ಕಪ್ಪು ಹಲಗೆಯ ಬಳಕೆ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಖಿಕ	
	Expand	<p>* ವಿಡಿಯೋ ಮೂಲಕ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಕಲಿಕಾಂಶಗಳಿಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ನೀಡುವುದು.</p> <p>* ಬೇರೆ ಆಟದ ಪ್ರಶಸ್ತಿಗಳ ಜೊತೆ ಹೋಲಿಕೆ ಮಾಡುವುದು.</p>	ಚರ್ಚಾ ವಿಧಾನ & ಚಟುವಟಿಕೆ	ಕಂಪ್ಯೂಟರ ಪುಸ್ತಕ	ತಪ್ಪಿಸಿಲು ಪಟ್ಟಿ	ಅವಲೋಕನ	
	Evaluation	<p>* ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಆಧರಿಸಿ ಪ್ರಶ್ನೆ ಕೇಳುವುದು</p> <p>* ರಸ ಪ್ರಶ್ನೆ ಏರ್ಪಡಿಸುವುದು</p>	ವೀಕ್ಷಣೆ	ಪ್ರಶೋತ್ತರ ಪಟ್ಟಿ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಖಿಕ	

ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಪಾಠ ಯೋಜನೆ (5 ಇ) ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ

ವಿಷಯ : ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ		ವಿಭಾಗ : ಗುಂಪು ಆಟಗಳು		ಘಟಕ : ಹಾಕಿ		ತರಗತಿ : 9	
ಬೇಕಾಗುವ ಅವಧಿಗಳು :		ಪ್ರಾರಂಭದ ದಿನಾಂಕ :		ಮುಕ್ತಾಯದ ದಿನಾಂಕ :			
ಕಲಿಕಾಂಶಗಳು	ಬಳಸುವ 5 ಇ ಹಂತಗಳು	ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಅನುಕೂಲಿಸಬಹುದಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು	ವಿಧಾನ	ಕಲಿಕೋಪಕರಣ	ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ		ಶಿಕ್ಷಕರ ಸ್ವ ಅವಲೋಕನ
					ಸಾಧನ	ತಂತ್ರ	
<p>* ನೇರ ಹೊಡೆತ * ಸ್ಕೂಪ್ * ಏರಿಯಲ್ ಸ್ವಾಪ್ * ಡಾಬಿಂಗ್ & ಕರ್ನ ರೇಖೆಯ ಪಾಸ್ * ಗೋಲ್ ಕೀಪರ್‌ನ ನಿಲುವು</p>   	<p>Engage ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಿಕೆ</p>	<p>* ಎಲ್ಲ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಸಾಲಾಗಿ ನಿಲ್ಲಿಸಿ ಹಾಜರಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು. * ಅನಾರೋಗ್ಯವಿರುವ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಕುಳಿತು ಕೊಳ್ಳಲು ತಿಳಿಸಿ ಚಟುವಟಿಕೆ ವೀಕ್ಷಿಸಲು ತಿಳಿಸುವುದು * ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಮೈದಾನದ ಸುತ್ತ ಓಡುತ್ತಾ ಸರಳ ಕಾವೇರಿಸುವಿಕೆ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವುದು.</p>	<p>ಅನುಕರಣೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ</p>		<p>ವೀಕ್ಷಣೆ</p>	<p>ಅವಲೋಕನ</p>	
		<p>Explore ಪರಿಶೋಧಿಸುವುದು</p>	<p>* ಹಾಕಿ ಕ್ರೀಡೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಪೂರಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವುದು. * ಜಂಪ್ ಮಾಡುವುದು, ಕಾಲು & ಕೈ ಗಳನ್ನು ಚಾಚುವುದು ,ಚಪಲತೆ ,ಮೈಮಣಿತದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದು * ಹಾಕಿ ಉಪಕರಣಗಳನ್ನು ಕೈಯಲ್ಲಿ ಕೊಟ್ಟು ಇವುಗಳ ಪರಿಚಯ ಮಾಡಿಸುವುದು.</p>	<p>ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷತೆ & ಅನುಕರಣೆ</p>	<p>ಮೈದಾನ, ಸುಣ್ಣದಾರ, ಸೀಟಿ, ಹಾಕಿ ಸ್ಟಿಕ್ ಬಾಲ್, ಗೋಲ್ ಪೋಸ್ಟ್</p>	<p>ವೀಕ್ಷಣೆ</p>	<p>ಅವಲೋಕನ</p>
	<p>Explain ವಿವರಣೆ</p>	<p>* ಪ್ರತಿ ಅವಧಿಗೂ ಆಯ್ದುಕೊಂಡ ಹಾಕಿ ಕೌಶಲ್ಯವನ್ನು ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷತೆಯಾಗಿ ಅಖಂಡ - ಖಂಡ - ಅಖಂಡ ಪದ್ಧತಿಯಲ್ಲಿ ನಾವು ಮಾಡುವುದು. ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳ ಕಡೆಯಿಂದ ಮಾಡಿಸುವುದು. * ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಕೌಶಲ್ಯದ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಮಾಡಲು ತಿಳಿಸುವುದು ಮತ್ತು ತಪ್ಪಿದಲ್ಲಿ ತಿದ್ದುವುದು.</p>	<p>ಚಟುವಟಿಕೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ</p>		<p>-</p>	<p>ಅವಲೋಕನ</p>	
	<p>Expand ವಿಸ್ತರಣೆ</p>	<p>* ಪ್ರತಿ ಅವಧಿಗೂ ಆಯ್ದುಕೊಂಡ ಕೌಶಲ್ಯಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಪೂರಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವುದು. * ಆ ಕೌಶಲ್ಯಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ವಿಡಿಯೋಗಳನ್ನು ತೋರಿಸುವುದು. * ಆ ಕೌಶಲ್ಯವನ್ನು ಬೇರೆ ಆಟದ ಕೌಶಲ್ಯಕ್ಕೆ ಹೋಲಿಕೆ ಮಾಡುವುದು.</p>	<p>ಚಟುವಟಿಕೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ</p>	<p>ವಿಡಿಯೋ ಕ್ಲಿಪಿಂಗ್</p>	<p>-</p>	<p>ಅವಲೋಕನ</p>	
	<p>Evaluation ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ</p>	<p>ರೂಪಣಾತ್ಮಕ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡುವುದು</p>	<p>ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ & ವೀಕ್ಷಣೆ</p>		<p>ತಪ್ಪಿಸಿಲು ಪಟ್ಟಿ</p>	<p>ಅವಲೋಕನ</p>	

ಮೊದಲನೇ ರೂಪನಾತ್ಮಕ ಪರೀಕ್ಷೆ - ಅಂಕಗಳು : 30




ತಿಂಗಳು	ಅವಧಿ	ಕೌಶಲ್ಯಗಳು	ಮಾನಕಗಳು	ಉಪಕರಣ
ಜುಲೈ	3	<p>* ವಾಲಿಬಾಲ್ ಆಟದಲ್ಲಿ ಬರುವ ಕೌಶಲ್ಯ :</p> <p>ಟೈನಿಸ್ ಸರ್ವಿಸ್ :- 15 ಅಂಕ</p> <p>ಬಾಲ್ ಸೆಟ್ ಮಾಡುವುದು :- 15 ಅಂಕ</p>	<p>ನಿಲವು 3. ಅಂಕ</p> <p>ಹಿಡಿತಗಳು 3. ಅಂಕ</p> <p>ಸಂಪರ್ಕ 3. ಅಂಕ</p> <p>ನಿರ್ವಹಣೆ 3. ಅಂಕ</p> <p>ಅಂತ್ಯಾನುಗತ 3. ಅಂಕ</p> <p>(ಮೇಲಿನ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳನ್ನು ಆಧರಿಸಿ ಕೌಶಲ್ಯಗಳನ್ನು ಅಖಂಡವಾಗಿ ಮಾಡಲು ತಿಳಿಸುವುದು & ಅಂಕಗಳನ್ನು 15ಕ್ಕೆ ನೇರವಾಗಿ ಹಾಕುವುದು.)</p>	<p>* ವಾಲಿಬಾಲ್ ,ನೆಟ್, ಕಂಬ ,ಸಣ್ಣ ,ಸೀಟಿ ,ದಾರ</p> <p>ತಂತ್ರ : ಅವಲೋಕನ</p> <p>ವಿಧಾನ : ವೀಕ್ಷಣಾ ವಿಧಾನ</p> <p>ಸಾಧನ : ತಪಶೀಲು ಪಟ್ಟಿ</p>



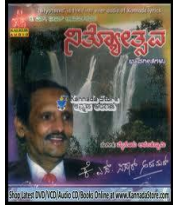
ದೈ.ಶಿ.ಶಿ ಸಹಿ

ಮು .ಶಿ. ಸಹಿ




ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಪಾಠ ಯೋಜನೆ (5 ಇ) ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ

ವಿಷಯ : ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ		ವಿಭಾಗ : ತಾಳಬದ್ಧ ಚಟುವಟಿಕೆ		ಘಟಕ : ಎನ್.ಡಿ.ಎಸ್ ಲೇಝಿಮ್ಸ್		ತರಗತಿ : 9	
ಬೇಕಾಗುವ ಅವಧಿಗಳು :		ಪ್ರಾರಂಭದ ದಿನಾಂಕ :		ಮುಕ್ತಾಯದ ದಿನಾಂಕ :			
ಕಲಿಕಾಂತಗಳು	ಬಳಸುವ 5 ಇ ಹಂತಗಳು	ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಅನುಕೂಲಿಸಬಹುದಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು	ವಿಧಾನ	ಕಲಿಕೋಪಕರಣ	ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ		ಶಿಕ್ಷಕರ ಸ್ವ ಅವಲೋಕನ
					ಸಾಧನ	ತಂತ್ರ	
	<p>* ದಹಿನೇ ಬಾಯೇ ಹಾಥ್ ಕೀ ಹರಕತ್</p> <p>* ದಹಿನೆ ಬಾಯೇ ಪಾಂವ ಕೀ ಹರಕತ್</p> <p>* ಆಗೇ ಕೀ ಹರಕತ್</p> <p>* ಝುಕನಾ ಹರಕತ್</p> <p>*ಆಗೇ ಕೀ ಝುಕನಾ ಹರಕತ್</p> <p>* ಹರಕತ್ ಭಾರತ್ ಮಾತಾ</p> <p>* ಚಕ್ರರ್ ಔರ್ ಬೈಶನೇ - ಉಶನೇ ಕೀ ಹರಕತ್</p>	<p>* ಎಲ್ಲ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಸಾಲಾಗಿ ನಿಲ್ಲಿಸಿ ಹಾಜರಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು.</p> <p>* ಅನಾರೋಗ್ಯವಿರುವ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಕುಳಿತು ಕೊಳ್ಳಲು ತಿಳಿಸಿ ಚಟುವಟಿಕೆ ವೀಕ್ಷಿಸಲು ತಿಳಿಸುವುದು</p> <p>* ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಮೈದಾನದ ಸುತ್ತ ಓಡುತ್ತಾ ಸರಳ ಕಾವೇರಿಸುವಿಕೆ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವುದು.</p>	ಅನುಕರಣೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ		ವೀಕ್ಷಣೆ	ಅವಲೋಕನ	
	<p>* ಲೇಝಿಮ್ಸ್‌ನ್ನು ಎಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಿ ನೋಡಿದ್ದರಿ ಎಂದು ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಕೇಳುವುದು.</p> <p>* ಲೇಝಿಮ್ಸ್ ನ್ನು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ತೋರಿಸುತ್ತಾ ದಂಡ & ಹಿಡಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಹಿತಿ ಕೊಡುವುದು.</p> <p>* ಲೇಝಿಮ್ಸ್‌ನ್ನು ಯಾವ ರೀತಿ ಹಿಡಿಯಬೇಕು & ಬಳಸುವ ರೀತಿ ಹೇಗೆ ಎಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿಸುವುದು.</p> <p>* ಲೇಝಿಮ್ಸ್ ವ್ಯಾಯಾಮಗಳನ್ನು ಮಾಡುವದರ ಪ್ರಯೋಜನ ಹೇಳುವುದು.</p>	<p>* ಲೇಝಿಮ್ಸ್‌ನ್ನು ಎಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಿ ನೋಡಿದ್ದರಿ ಎಂದು ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಕೇಳುವುದು.</p> <p>* ಲೇಝಿಮ್ಸ್ ನ್ನು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ತೋರಿಸುತ್ತಾ ದಂಡ & ಹಿಡಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಹಿತಿ ಕೊಡುವುದು.</p> <p>* ಲೇಝಿಮ್ಸ್‌ನ್ನು ಯಾವ ರೀತಿ ಹಿಡಿಯಬೇಕು & ಬಳಸುವ ರೀತಿ ಹೇಗೆ ಎಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿಸುವುದು.</p> <p>* ಲೇಝಿಮ್ಸ್ ವ್ಯಾಯಾಮಗಳನ್ನು ಮಾಡುವದರ ಪ್ರಯೋಜನ ಹೇಳುವುದು.</p>	ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷತೆ & ಅನುಕರಣೆ	ಲೇಝಿಮ್ಸ್ ಸೀಟಿ ಡ್ರಮ್ ಸೆಟ್	ವೀಕ್ಷಣೆ	ಅವಲೋಕನ	
	<p>* ಪ್ರತಿ ಅವಧಿಗೂ ಆಯ್ದುಕೊಂಡ ಲೇಝಿಮ್ಸ್ ಕೌಶಲ್ಯವನ್ನು ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷತೆಯಾಗಿ ಅಖಂಡ- ಖಂಡ - ಅಖಂಡ ಪದ್ಧತಿಯಲ್ಲಿ ನಾವು ಮಾಡುವುದು. ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳ ಕಡೆಯಿಂದ ಮಾಡಿಸುವುದು.</p> <p>* ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಕೌಶಲ್ಯದ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಮಾಡಲು ತಿಳಿಸುವುದು ಮತ್ತು ತಪ್ಪಿದಲ್ಲಿ ತಿದ್ದುವುದು.</p>	<p>* ಪ್ರತಿ ಅವಧಿಗೂ ಆಯ್ದುಕೊಂಡ ಲೇಝಿಮ್ಸ್ ಕೌಶಲ್ಯವನ್ನು ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷತೆಯಾಗಿ ಅಖಂಡ- ಖಂಡ - ಅಖಂಡ ಪದ್ಧತಿಯಲ್ಲಿ ನಾವು ಮಾಡುವುದು. ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳ ಕಡೆಯಿಂದ ಮಾಡಿಸುವುದು.</p> <p>* ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಕೌಶಲ್ಯದ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಮಾಡಲು ತಿಳಿಸುವುದು ಮತ್ತು ತಪ್ಪಿದಲ್ಲಿ ತಿದ್ದುವುದು.</p>	ಚಟುವಟಿಕೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ		ವೀಕ್ಷಣೆ	ಅವಲೋಕನ	
	<p>* ಮಕ್ಕಳ ಸಂಖ್ಯೆಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಮನರಂಜನೆ ಆಟವನ್ನು ಆಡಿಸುವುದು</p>	<p>* ಮಕ್ಕಳ ಸಂಖ್ಯೆಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಮನರಂಜನೆ ಆಟವನ್ನು ಆಡಿಸುವುದು</p>	ಚಟುವಟಿಕೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ		-	ಅವಲೋಕನ	
	<p>* ರೂಪಣಾತ್ಮಕ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡುವುದು</p>	<p>* ರೂಪಣಾತ್ಮಕ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡುವುದು</p>	ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ & ವೀಕ್ಷಣೆ		ತಪ್ಪಿಸಿಲು ಪಟ್ಟಿ	ಅವಲೋಕನ	




ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಪಾಠ ಯೋಜನೆ (5 ಇ) ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ

ವಿಷಯ : ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ		ವಿಭಾಗ : ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಭಾವೈಕ್ಯತೆ		ಘಟಕ : ನಿತ್ಯೋತ್ಸವ		ತರಗತಿ : 9	
ಬೇಕಾಗುವ ಅವಧಿಗಳು :		ಪ್ರಾರಂಭದ ದಿನಾಂಕ :		ಮುಕ್ತಾಯದ ದಿನಾಂಕ :			
ಕಲಿಕಾಂಶಗಳು	ಬಳಸುವ 5 ಇ ಹಂತಗಳು	ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಅನುಕೂಲಿಸಬಹುದಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು	ವಿಧಾನ	ಕಲಿಕೋಪಕರಣ	ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ		ಶಿಕ್ಷಕರ ಸ್ವ ಅವಲೋಕನ
					ಸಾಧನ	ತಂತ್ರ	
<p>ಪ್ರೊ// ಕ.ಎಸ್.ನಿಸಾರ್ ಅಹಮದ್‌ರವರ "ನಿತ್ಯೋತ್ಸವ" ಹಾಡನ್ನು ರಾಗ,ತಾಳ,ಲಯ ಬದ್ಧವಾಗಿ ಹಾಡುವದನ್ನು ಕಲಿಯೋಣ</p> <p>ನಿತ್ಯೋತ್ಸವ</p> <p>ನಿಸಾರ್ ಅಹಮದ್</p> <p>ಬೋಗದ ಸಿರಿ ಬೆಳೆವೆವೆ ಕುಂಟೆಯ ತೆರ ಬಲವೆವೆವೆ ಸಹ್ಯಾದ್ರಿಯ ಬೆಣ್ಣೆಹರಿದಿ ಉಕ್ಕುಂಗದ ನೀರಿನಿವರಿ ನಿತ್ಯ ತನಿತ್ಯೋ ದವಾ ತೆಲೆ ಗಂಧ ತರೂಗಳಲ್ಲಿ ನಿತ್ಯೋತ್ಸವ ತಾಯಿ ನಿತ್ಯೋತ್ಸವ ನಿತ್ಯೋತ್ಸವ ನಿತ್ಯೋತ್ಸವ</p> <p>ನಿತ್ಯೋತ್ಸವ ನಿತ್ಯೋತ್ಸವ ನಿತ್ಯೋತ್ಸವ ಮೂಲೆಯಲಿ ಗತನಾಹರ ಸಾಹು ತುರ ಕಾಶವನಗಳ ಸಾಲಿನಲಿ ಓಲಗಿಯಿ ನಿತ್ಯೋತ್ಸವ ದೂರಗಳ ಧ್ವಜಗಳಲಿ ನಿತ್ಯೋತ್ಸವ ತಾಯಿ ನಿತ್ಯೋತ್ಸವ ನಿತ್ಯೋತ್ಸವ ನಿತ್ಯೋತ್ಸವ</p> <p>ನಿತ್ಯೋತ್ಸವ ನಿತ್ಯೋತ್ಸವ ನಿತ್ಯೋತ್ಸವ ಗರಿಮೆಯ ಸನ್ನಿಹಾ ತಿಲವನಿಯ ಲೋಕಾಮೃತ ನಿತ್ಯೋತ್ಸವ ಈವೆವಾ ಈವೆವಾ ಮನ ಉಬಾಲ ಮನಿಮಿಯ ನಿತ್ಯೋತ್ಸವ ತಾಯಿ ನಿತ್ಯೋತ್ಸವ ನಿತ್ಯೋತ್ಸವ ನಿತ್ಯೋತ್ಸವ</p>	<p>Engage ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಿಕೆ</p>	<p>* ಎಲ್ಲ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಸಾಲಾಗಿ ನಿಲ್ಲಿಸಿ ಹಾಜರಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು. * ಅನಾರೋಗ್ಯವಿರುವ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಕುಳಿತು ಕೊಳ್ಳಲು ತಿಳಿಸಿ ಚಟುವಟಿಕೆ ವಿವರಿಸಲು ತಿಳಿಸುವುದು * ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಮೈದಾನದ ಸುತ್ತ ಓಡುತ್ತಾ ಸರಳ ಕಾವೇರಿಸುವಿಕೆ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವುದು.</p>	<p>ಅನುಕರಣೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ</p>		<p>ವೀಕ್ಷಣೆ</p>	<p>ಅವಲೋಕನ</p>	
	<p>Explore ಪರಿಶೋಧಿಸುವುದು</p>	<p>* ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಭಾವೈಕ್ಯತೆ ಮುಡಿಸುವ ಅಂಶಗಳು ಯಾವವು ಎಂಬುದನ್ನು ಪ್ರಶ್ನಿಸುವುದು. * ಎಲ್ಲ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೂ ಜೋಗದ ಸಿರಿ ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಗೀತೆಯನ್ನು ಬರೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಅಥವಾ ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ನೋಡಲು ತಿಳಿಸುವುದು. * ಗುಂಪುಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದು.</p>	<p>ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷತೆ & ಅನುಕರಣೆ</p>	<p>ಪಠ್ಯ ಪುಸ್ತಕ</p>	<p>ವೀಕ್ಷಣೆ</p>	<p>ಅವಲೋಕನ</p>	
	<p>Explain ವಿವರಣೆ</p>	<p>* ಕಲಿಕಾಂಶವನ್ನು ರಾಗ ಬದ್ಧವಾಗಿ ಹಾಡಲು ಕಲಿಸುವುದು. * ಗುಂಪುಗಳನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿ ಅಭ್ಯಸಿಸಲು ತಿಳಿಸುವುದು. * ಪ್ರೊ// ಕ.ಎಸ್.ನಿಸಾರ್ ಅಹಮದ್‌ರವರ ಕವಿ ಪರಿಚಯವನ್ನು ತಿಳಿಸುವುದು</p>	<p>ಚಟುವಟಿಕೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ</p>	<p>ವೀಕ್ಷಣೆ</p>	<p>ಅವಲೋಕನ</p>		
	<p>Expand ವಿಸ್ತರಣೆ</p>	<p>* ಟೇಪ್ ಅಥವಾ ಆಡಿಯೋ ಮೂಲಕ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಹಾಡನ್ನು ಕಲಿಸುವುದು. * ಕಲಿಕಾಂಶವು ಪರಿಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಮುಟ್ಟುವಂತೆ ನೋಡುವುದು. * ಗುಂಪು ಸ್ಪರ್ಧೆ ನಡೆಸುವುದು.</p>	<p>ಚಟುವಟಿಕೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ</p>	<p>ಆಡಿಯೋ</p>	<p>-</p>	<p>ಅವಲೋಕನ</p>	
	<p>Evaluation ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ</p>	<p>ರೂಪಣಾತ್ಮಕ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡುವುದು</p>	<p>ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ & ವೀಕ್ಷಣೆ</p>	<p>ತಪ್ಪಿಲು ಪಟ್ಟಿ</p>	<p>ಅವಲೋಕನ</p>		

ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದ ತಾತ್ವಿಕ ಪಾಠ ಯೋಜನೆ (5 ಇ) ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ




ವಿಷಯ : ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ		ವಿಭಾಗ : ಆರೋಗ್ಯ ಶಿಕ್ಷಣ		ಘಟಕ : ಸಾಮಾಜಿಕ ಆರೋಗ್ಯ		ತರಗತಿ : 9	
ಬೇಕಾಗುವ ಅವಧಿಗಳು :		ಪ್ರಾರಂಭದ ದಿನಾಂಕ :		ಮುಕ್ತಾಯದ ದಿನಾಂಕ :			
ಕಲಿಕಾಂಶಗಳು	ಬಳಸುವ 5 ಇ ಹಂತಗಳು	ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಅನುಕೂಲಿಸಬಹುದಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು	ವಿಧಾನ	ಕಲಿಕೋಪಕರಣ	ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ		ಶಿಕ್ಷಕರ ಸ್ವ ಅವಲೋಕನ
					ಸಾಧನ	ತಂತ್ರ	
*ಸಾಮಾಜಿಕ ಆರೋಗ್ಯದ ಅರ್ಥ & ಮಹತ್ವ *ಸಾಮಾಜಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಹೊಂದಲು ಉತ್ತಮ ರೂಢಿಗಳು *ಸಾಮಾಜಿಕ ಆರೋಗ್ಯದ ಅವಶ್ಯಕತೆ	Engage ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಿಕೆ	* ಒಂದು ಊರಿನ ಜನರ ಅಥವಾ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಆರೋಗ್ಯ & ಅಲ್ಲಿನ ಪರಿಸರ ಹಾಗೂ ಇನ್ನೊಂದು ಊರಿನ ಜನರ ಅಥವಾ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಆರೋಗ್ಯ & ಪರಿಸರಕ್ಕೆ ಹೋಲಿಕೆ ಮಾಡಿ ಕಥೆ ಅಥವಾ ಪ್ರಶ್ನೆ ಕೇಳುವುದು. * ನಿಮಗೆ ಯಾವ ಪರಿಸರ ಕಂಡರೆ ನಿಮಗೆ ಅಲ್ಲಿ ಸ್ವಲ್ಪವು ಇರಲು ಆಗುವುದಿಲ್ಲ ಹೇಳಿ ಮಕ್ಕಳ ಹಿಗೇ ಸಣ್ಣ ಸಣ್ಣ ಪ್ರಶ್ನೆ ಮುಖಾಂತರ ಮಕ್ಕಳ ಗಮನವನ್ನು ಸೆಳೆಯುವುದು.	ವೀಕ್ಷಣೆ & ಚಟುವಟಿಕೆ	 Prof. C.E. A. Winslow	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಅವಲೋಕನ	
 10th October	Explore ಪರಿಶೋಧಿಸುವುದು	* ಹಾಗಾದರೆ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರ ಆರೋಗ್ಯ ಚೆನ್ನಾಗಿರಲು ಏನು ಬೇಕು ? * ಮಕ್ಕಳನ್ನು 4 ಗುಂಪುಗಳನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುವುದು. 1.ಸಾಮಾಜಿಕ ಆರೋಗ್ಯದ ಅರ್ಥ 2.ಸಾಮಾಜಿಕ ಆರೋಗ್ಯದ ಮಹತ್ವ 3.ಸಾಮಾಜಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಹೊಂದಲು ಉತ್ತಮ ರೂಢಿಗಳು 4.ಸಾಮಾಜಿಕ ಆರೋಗ್ಯದ ಅವಶ್ಯಕತೆ. * ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಅರ್ಥೈಸಿಕೊಳ್ಳಲು ತಿಳಿಸುವುದು.	ವೀಕ್ಷಣೆ & ವಿವರರಣಾತ್ಮಕ	ಪಠ್ಯ ಪುಸ್ತಕ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಖಿಕ	
	Explain ವಿವರಣೆ	* ಪ್ರತಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೂ ತಮ್ಮ ಪಟ್ಟಿಗಳನ್ನು ಓದಲು ತಿಳಿಸುವುದು. * ಪ್ರತಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡಿದ ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸುವುದು. * ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಕಲಿಯುವ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸುವುದು.	ವೀಕ್ಷಣೆ & ವಿವರರಣಾತ್ಮಕ	ಕಪ್ಪು ಹಲಗೆಯ ಬಳಕೆ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಖಿಕ	
Definition of Health (WHO) 	Expand ವಿಸ್ತರಣೆ	* ಉತ್ತಮ ಪರಿಸರ ವಿಕರಿದ್ಧರ ಎಂಥಹ ರೋಗಗಳು ಬರುತ್ತವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ವಿವರಿಸುವುದು. * ನಾಟಕಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವದರ ಮೂಲಕ ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಮಾಡುವುದು.	ಚರ್ಚಾ ವಿಧಾನ & ಚಟುವಟಿಕೆ		ತಪ್ಪಿಸಿಲು ಪಟ್ಟಿ	ಅವಲೋಕನ	
	Evaluation ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ	* ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಆಧರಿಸಿ ಪ್ರಶ್ನೆ ಕೇಳುವುದು	ವೀಕ್ಷಣೆ	ಪ್ರಶ್ನೋತ್ತರ ಪಟ್ಟಿ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಖಿಕ	

ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದ ತಾತ್ವಿಕ ಪಾಠ ಯೋಜನೆ (5 ಇ) ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ

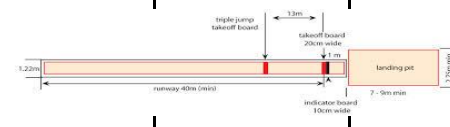

ವಿಷಯ : ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ		ವಿಭಾಗ : ಆರೋಗ್ಯ ಶಿಕ್ಷಣ		ಘಟಕ : ಆರೋಗ್ಯಕರ ಪರಿಸರದ ಪ್ರಯೋಜನಗಳು			ತರಗತಿ : 9	
ಬೇಕಾಗುವ ಅವಧಿಗಳು :		ಪ್ರಾರಂಭದ ದಿನಾಂಕ :		ಮುಕ್ತಾಯದ ದಿನಾಂಕ :				
ಕಲಿಕಾಂಶಗಳು	ಬಳಸುವ 5 ಇ ಹಂತಗಳು	ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಅನುಕೂಲಿಸಬಹುದಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು	ವಿಧಾನ	ಕಲಿಕೋಪಕರಣ	ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ		ಶಿಕ್ಷಕರ ಸ್ವ ಅವಲೋಕನ	
					ಸಾಧನ	ತಂತ್ರ		
<p>* ಆರೋಗ್ಯವೇ ಭಾಗ್ಯ ಹೇಗೆ?</p> <p>1.ಆರೋಗ್ಯದ ಪ್ರಯೋಜನಗಳು ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡಿ.</p> <p>2.ವಾಯು ವಿಹಾರ</p> <p>3.ವ್ಯಾಯಾಮ ಶಾಲೆಗಳು</p> <p>4.ಏರೋಬಿಕ್ಸ್ ಕೇಂದ್ರಗಳು</p> <p>4.ಈಜುಕೊಳ</p> <p>5.ಕ್ರೀಡಾ ತರಬೇತಿ ಕೇಂದ್ರಗಳು</p>	Engage ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಿಕೆ	<p>* ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರು ತಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಎಂಥ ಎಂಥಹ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡಿ ಕೊಂಡು ಬನ್ನಿ ಎಂದು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಹೇಳುವುದು .</p> <p>* ಅವುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಚರ್ಚೆ ಮಾಡುವುದು.</p>	ವೀಕ್ಷಣೆ & ಚಟುವಟಿಕೆ		ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಅವಲೋಕನ		
		<p>* ಹಾಗಾದರೆ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಅತೀ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಏನು ಬೇಕು ಹೇಳಿ ಮಕ್ಕಳೆ * ಆರೋಗ್ಯವೇ ----- ?</p> <p>* ಮಕ್ಕಳನ್ನು 6 ಗುಂಪುಗಳನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುವುದು.</p> <p>1.ಆರೋಗ್ಯದ ಪ್ರಯೋಜನಗಳು ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡಿ.</p> <p>2.ವಾಯು ವಿಹಾರ</p> <p>3.ವ್ಯಾಯಾಮ ಶಾಲೆಗಳು</p> <p>4.ಏರೋಬಿಕ್ಸ್ ಕೇಂದ್ರಗಳು</p> <p>4.ಈಜುಕೊಳ</p> <p>5.ಕ್ರೀಡಾ ತರಬೇತಿ ಕೇಂದ್ರಗಳು</p> <p>* ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಅಭ್ಯಸಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ತಿಳಿಸುವುದು.</p>	 <p>ವೀಕ್ಷಣೆ & ವಿವರಣಾತ್ಮಕ</p>		ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಖಿಕ		
	Explain ವಿವರಣೆ	<p>* ಪ್ರತಿ ವಿಧ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೂ ತಮ್ಮ ಪಟ್ಟಿಗಳನ್ನು ಓದಲು ತಿಳಿಸುವುದು.</p> <p>* ಪ್ರತಿ ವಿಧ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡಿದ ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸುವುದು.</p> <p>* ವಿಧ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಕಲಿಯುವ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸುವುದು.</p>	ವೀಕ್ಷಣೆ & ವಿವರಣಾತ್ಮಕ	ಕಪ್ಪು ಹಲಗೆಯ ಬಳಕೆ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಖಿಕ		
		<p>* ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಮಾಡದಿದ್ದರೆ ಇಂದಿನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳು ಮತ್ತು ಜನರು ಎಂಥಹ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಚರ್ಚಿಸುವುದು.</p> <p>*ವಿಡಿಯೋ ತೋರಿಸುವುದು</p>	ಚರ್ಚಾ ವಿಧಾನ & ಚಟುವಟಿಕೆ	ಕಂಪ್ಯೂಟರ್	ತಪ್ಪು ಪಟ್ಟಿ	ಅವಲೋಕನ		
	Evaluation ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ	* ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಆಧರಿಸಿ ಪ್ರಶ್ನೆ ಕೇಳುವುದು		ವೀಕ್ಷಣೆ	ಪ್ರಶೋತ್ತರ ಪಟ್ಟಿ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಖಿಕ	





ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಪಾಠ ಯೋಜನೆ (5 ಇ) ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ

ವಿಷಯ : ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ		ವಿಭಾಗ : ತಾಳಬದ್ಧ ಚಟುವಟಿಕೆ		ಘಟಕ : ಪದ ಕವಾಯತು		ತರಗತಿ : 9	
ಬೇಕಾಗುವ ಅವಧಿಗಳು :		ಪ್ರಾರಂಭದ ದಿನಾಂಕ :		ಮುಕ್ತಾಯದ ದಿನಾಂಕ :			
ಕಲಿಕಾಂಶಗಳು	ಬಳಸುವ 5 ಇ ಹಂತಗಳು	ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಅನುಕೂಲಿಸಬಹುದಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು	ವಿಧಾನ	ಕಲಿಕೋಪಕರಣ	ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ		ಶಿಕ್ಷಕರ ಸ್ವ ಅವಲೋಕನ
					ಸಾಧನ	ತಂತ್ರ	
*ತೀನ್ ತೀನ್ ಮೇ ತೇಜ್ ಚಲ್ *ಕದಂ ಬದಲ್ *ತೇಜ್ ಚಲ್ ಮೇ ದಹಿನೆ ಮೂಡ್ *ತೇಜ್ ಚಲ್ ಮೇ ಬಾಯೇ ಮೂಡ್ *ತೇಜ್ ಚಲ್ ಮೇ ಫಿಫೇ ಮೂಡ್ *ದಹಿನೇ ಸೆಲ್ಯೂಟ್ *ಸಾಮನೇ ದೇಖ್	Engage ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಿಕೆ	* ಎಲ್ಲ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಸಾಲಾಗಿ ನಿಲ್ಲಿಸಿ ಹಾಜರಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು. * ಅನಾರೋಗ್ಯವಿರುವ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಕುಳಿತು ಕೊಳ್ಳಲು ತಿಳಿಸಿ ಚಟುವಟಿಕೆ ವೀಕ್ಷಿಸಲು ತಿಳಿಸುವುದು * ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಮೈದಾನದ ಸುತ್ತ ಓಡುತ್ತಾ ಸರಳ ಕಾವೇರಿಸುವಿಕೆ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವುದು.	ಅನುಕರಣೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ		ವೀಕ್ಷಣೆ	ಅವಲೋಕನ	
	Explore ಪರಿಶೋಧಿಸುವುದು	* ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಹಬ್ಬಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವ ಯಾವ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಮಾಡಿರುತ್ತಾರೆ ಎಂಬ ಪ್ರಶ್ನೆ ಕೇಳುವುದು ? * ಪದ ಕವಾಯತ್ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಆಗುವ ಪ್ರಯೋಜನಗಳನ್ನು ಚರ್ಚಿಸುವುದು. * ಇದನ್ನು ಯಾವ ಯಾವ ಇಲಾಖೆಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂಬ ವಿಷಯದ ಬಗ್ಗೆ ಪರಿಕಲ್ಪನೆ ನೀಡುವುದು.	ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷತೆ & ಅನುಕರಣೆ		ವೀಕ್ಷಣೆ	ಅವಲೋಕನ	
	Explain ವಿವರಣೆ	* ಪ್ರತಿ ಅವಧಿಗೂ ಆಯ್ದುಕೊಂಡ ಪದ ಕವಾಯತು ಕೌಶಲ್ಯವನ್ನು ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷತೆಯಾಗಿ ಅಖಂಡ- ಖಂಡ - ಅಖಂಡ ಪದ್ಧತಿಯಲ್ಲಿ ನಾವು ಮಾಡುವುದು ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳ ಕಡೆಯಿಂದ ಮಾಡಿಸುವುದು. * ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಕೌಶಲ್ಯದ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಮಾಡಲು ತಿಳಿಸುವುದು ಮತ್ತು ತಪ್ಪಿದಲ್ಲಿ ತಿದ್ದುವುದು.	ಚಟುವಟಿಕೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ	ಡ್ರಮ್ ಸೆಟ್ ವಿಸಿಲ್	ವೀಕ್ಷಣೆ	ಅವಲೋಕನ	
	Expand ವಿಸ್ತರಣೆ	* ಮಕ್ಕಳ ಸಂಖ್ಯೆಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಮನರಂಜನೆ ಆಟವನ್ನು ಆಡಿಸುವುದು	ಚಟುವಟಿಕೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ		-	ಅವಲೋಕನ	
	Evaluation ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ	ರೂಪಣಾತ್ಮಕ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡುವುದು	ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ & ವೀಕ್ಷಣೆ		ತಪ್ಪಿಸಿಲು ಪಟ್ಟಿ	ಅವಲೋಕನ	

ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದ ತಾತ್ವಿಕ ಪಾಠ ಯೋಜನೆ (5 ಇ) ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ

ವಿಷಯ : ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ		ವಿಭಾಗ : ಮೇಲಾಟಗಳು		ಘಟಕ : ತ್ರಿವಿಧ ಜಿಗಿತ		ತರಗತಿ : 9		
ಬೇಕಾಗುವ ಅವಧಿಗಳು :		ಪ್ರಾರಂಭದ ದಿನಾಂಕ :		ಮುಕ್ತಾಯದ ದಿನಾಂಕ :				
ಕಲಿಕಾಂಶಗಳು	ಬಳಸುವ 5 ಇ ಹಂತಗಳು	ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಅನುಕೂಲಿಸಬಹುದಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು	ವಿಧಾನ	ಕಲಿಕೋಪಕರಣ	ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ		ಶಿಕ್ಷಕರ ಸ್ವ ಅವಲೋಕನ	
					ಸಾಧನ	ತಂತ್ರ		
<p>*ತ್ರಿವಿಧ ಜಿಗಿತದ ಪೀಠಿಕೆ</p> <p>*ತ್ರಿವಿಧ ಜಿಗಿತದ ಅಂಕಣ & ಅಳತೆ.</p> <p>*ತ್ರಿವಿಧ ಜಿಗಿತದ ಸ್ಪರ್ಧೆಯ ನಿಯಮಗಳು .</p> <p>*ಅಕ್ರಮಗಳು ಅಥವಾ ತಪ್ಪುಗಳು</p> <p>*ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ & ಅಂತರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ದಾಖಲೆಗಳು</p> <p>*ಪ್ರಸಿದ್ಧ ಕ್ರೀಡಾಪಟುಗಳ ಪರಿಚಯ.</p>	<p>Engage</p> <p>ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಿಕೆ</p>	<p>* ಆಟಗಳಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ಪ್ರಕಾರಗಳು ಹೇಳಿ ಮಕ್ಕಳೇ ?</p> <p>* ಮೇಲಾಟಗಳಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ಪ್ರಕಾರಗಳಿವೆ ಹೇಳಿ ಮಕ್ಕಳೇ ?</p> <p>* ಈ ಮೇಲಾಟಗಳಲ್ಲಿ ಜಿಗಿಯುತ್ತಾರಲ್ಲ ಅವುಗಳು ಯಾವವು ?</p>	<p>ವೀಕ್ಷಣೆ & ಚಟುವಟಿಕೆ</p>		ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಅವಲೋಕನ		
	<p>Explore</p> <p>ಪರಿಶೋಧಿಸುವುದು</p>	<p>* ಇದರಲ್ಲಿ ಕುಟುಮಾ ಜಿಗಿಯುತ್ತಾರಲ್ಲ ಅದು ಯಾವ ಆಟ ಹೇಳಿ ಮಕ್ಕಳೇ ?</p> <p>*ವಿಧ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಸಂಖ್ಯೆಗಳನುಗುಣವಾಗಿ ಗುಂಪುಗಳನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿ 4 ಚಟುವಟಿಕೆ ನೀಡಲಾಗುವುದು.</p> <p>1.ತ್ರಿವಿಧ ಜಿಗಿತದ ಅಂಕಣ & ಅಳತೆ.</p> <p>2. ತ್ರಿವಿಧ ಜಿಗಿತದ ಸ್ಪರ್ಧೆಯ ನಿಯಮಗಳು & ಅಕ್ರಮಗಳು ಅಥವಾ ತಪ್ಪುಗಳು</p> <p>3. ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ & ಅಂತರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ದಾಖಲೆಗಳು</p> <p>4. ಪ್ರಸಿದ್ಧ ಕ್ರೀಡಾಪಟುಗಳ ಪರಿಚಯ.</p> <p>* ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಅರ್ಥೈಸಿಕೊಳ್ಳಲು ತಿಳಿಸುವುದು.</p>	<p>ವೀಕ್ಷಣೆ & ವಿವರಣಾತ್ಮಕ</p>	<p>ಕಪ್ಪು ಹಲಗೆ ಪುಸ್ತಕ</p>		ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಖಿಕ	
	<p>Explain</p> <p>ವಿವರಣೆ</p>	<p>*ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಗುಂಪನ್ನು ಕರೆದು ಕೊಟ್ಟಂತಹ ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಓದಲು & ವಿವರಣೆ ಮಾಡಲು ತಿಳಿಸುವುದು.</p> <p>*ಉಳಿದ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಗಮನ ನೀಡಲು ಹೇಳುವುದು.</p> <p>* ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ವಿವರಣೆ ಮಾಡುವುದು.</p>		<p>ವೀಕ್ಷಣೆ & ವಿವರಣಾತ್ಮಕ</p>	<p>ಕಪ್ಪು ಹಲಗೆಯ ಬಳಕೆ</p>	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಖಿಕ	
	<p>Expand</p> <p>ವಿಸ್ತರಣೆ</p>	<p>* ವಿಡಿಯೋ ಮೂಲಕ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಕಲಿಕಾಂಶಗಳಿಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ನೀಡುವುದು.</p> <p>* ಬೇರೆ ಆಟದ ಪ್ರಶಸ್ತಿಗಳ ಜೊತೆ ಹೋಲಿಕೆ ಮಾಡುವುದು.</p>		<p>ಚರ್ಚಾ ವಿಧಾನ & ಚಟುವಟಿಕೆ</p>	<p>ಕಂಪ್ಯೂಟರ್ ಪುಸ್ತಕ</p>	ತಪ್ಪಿಸಿಲು ಪಟ್ಟಿ	ಅವಲೋಕನ	
<p>Evaluation</p> <p>ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ</p>	<p>* ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಆಧರಿಸಿ ಪ್ರಶ್ನೆ ಕೇಳುವುದು</p> <p>* ರಸ ಪ್ರಶ್ನೆ ಏರ್ಪಡಿಸುವುದು</p>		<p>ವೀಕ್ಷಣೆ</p>	<p>ಪ್ರಶೋತ್ತರ ಪಟ್ಟಿ</p>	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಖಿಕ		

ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಪಾಠ ಯೋಜನೆ (5 ಇ) ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ

ವಿಷಯ : ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ		ವಿಭಾಗ : ಮೇಲಾಟಗಳು		ಘಟಕ : ತ್ರಿವಿಧ ಜಿಗಿತ		ತರಗತಿ : 9	
ಬೇಕಾಗುವ ಅವಧಿಗಳು :		ಪ್ರಾರಂಭದ ದಿನಾಂಕ :		ಮುಕ್ತಾಯದ ದಿನಾಂಕ :			
ಕಲಿಕಾಂಶಗಳು	ಬಳಸುವ 5 ಇ ಹಂತಗಳು	ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಅನುಕೂಲಿಸಬಹುದಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು	ವಿಧಾನ	ಕಲಿಕೋಪಕರಣ	ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ		ಶಿಕ್ಷಕರ ಸ್ವ ಅವಲೋಕನ
					ಸಾಧನ	ತಂತ್ರ	
<p>*ಚೆಕ್ ಮಾರ್ಕ್ ಗುರುತಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು.</p> <p>*ಹಲಗೆಯ ಕಡೆ ಓಡುವುದು & ಟೇಕ್ ಆಫ್</p> <p>*ಮೊದಲ ಜಿಗಿತ - ಹಾಪ್(ಕುಂಟು)</p> <p>*ಎರಡನೆ ಜಿಗಿತ-ಸ್ಲೆಪ್</p> <p>*ಮೂರನೆ ಜಿಗಿತ-ಜಂಪ್</p> <p>*ಲ್ಯಾಂಡಿಂಗ್</p>	Engage	* ಎಲ್ಲ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಸಾಲಾಗಿ ನಿಲ್ಲಿಸಿ ಹಾಜರಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು.	ಅನುಕರಣೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ		ವೀಕ್ಷಣೆ	ಅವಲೋಕನ	
		* ಅನಾರೋಗ್ಯವಿರುವ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಕುಳಿತು ಕೊಳ್ಳಲು ತಿಳಿಸಿ ಚಟುವಟಿಕೆ ವೀಕ್ಷಿಸಲು ತಿಳಿಸುವುದು					
	Explore	* ತ್ರಿವಿಧ ಜಿಗಿತ ಕ್ರೀಡೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಪೂರಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವುದು.	ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷತೆ & ಅನುಕರಣೆ	ಮೈದಾನ, ಸುಣ್ಣ ದಾರ, ಸೀಟಿ, ಲ್ಯಾಂಡಿಂಗ್ ಸೆಕ್ಟರ್ ಹಲಗೆ, ಟಿಪ್	ವೀಕ್ಷಣೆ	ಅವಲೋಕನ	
		* ಜಂಪ್ ಮಾಡುವುದು, ಕಾಲು & ಕೈ ಗಳನ್ನು ಚಾಚುವುದು ,ಚಪಲತೆ ,ಮೈಮಣಿತದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದು					
	Explain	ವಿವರಣೆ	* ಪ್ರತಿ ಅವಧಿಗೂ ಆಯ್ದುಕೊಂಡ ಕೌಶಲ್ಯವನ್ನು ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷತೆಯಾಗಿ ಅಖಂಡ- ಖಂಡ - ಅಖಂಡ ಪದ್ಧತಿಯಲ್ಲಿ ನಾವು ಮಾಡುವುದು. ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳ ಕಡೆಯಿಂದ ಮಾಡಿಸುವುದು.	ಚಟುವಟಿಕೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ		-	ಅವಲೋಕನ
* ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಕೌಶಲ್ಯದ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಮಾಡಲು ತಿಳಿಸುವುದು ಮತ್ತು ತಪ್ಪಿನಲ್ಲಿ ತಿದ್ದುವುದು.							
Expand	ವಿಸ್ತರಣೆ	* ಪ್ರತಿ ಅವಧಿಗೂ ಆಯ್ದುಕೊಂಡ ಕೌಶಲ್ಯಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಪೂರಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವುದು.	ಚಟುವಟಿಕೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ	ವಿಡಿಯೋ ಕ್ಲಿಪ್‌ನಿಂಗ್	-	ಅವಲೋಕನ	
		* ಆ ಕೌಶಲ್ಯಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ವಿಡಿಯೋಗಳನ್ನು ತೋರಿಸುವುದು.					
Evaluation	ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ	ರೂಪಕಾತ್ಮಕ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡುವುದು	ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ & ವೀಕ್ಷಣೆ		ತಪ್ಪಿಲು ಪಟ್ಟಿ	ಅವಲೋಕನ	


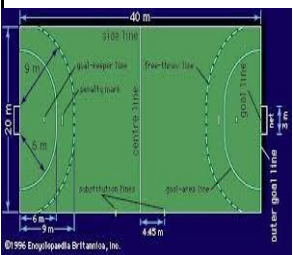

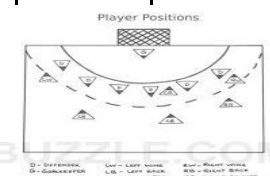
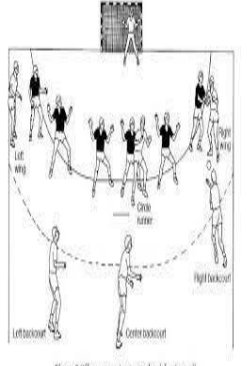
ವಿಷಯ : ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ		ವಿಭಾಗ : ತಾಳಬದ್ಧ ಚಟುವಟಿಕೆ		ಎರಡನೇ ರೂಪನಾತ್ಮಕ ಪರೀಕ್ಷೆ		ತರಗತಿ : 9	
ತಿಂಗಳು	ಅವಧಿ	ಕೌಶಲ್ಯಗಳು		ಮಾನಕಗಳು		ಉಪಕರಣ	
ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್	3	* ಪದ ಕವಾಯತ್‌ನಲ್ಲಿ ಬರುವ ಕೌಶಲ್ಯ : * ತೇಜ್ ಚಲ್ ಮೇ ದಹಿನೇ ಮೂಡ್ : 15 ಅಂಕ * ತೇಜ್ ಚಲ್ ಮೇ ಬಾಹೇ ಮೂಡ್ : 15 ಅಂಕ		1.ಸ್ಥಿತಿ 3 ಅಂಕ 2.ಪ್ರಾರಂಭ 3 ಅಂಕ 3.ಪ್ರದರ್ಶನ್ 3 ಅಂಕ 4.ಮುಕ್ತಾಯ 3 ಅಂಕ 5.ಭಾಗವಹಿಸುವಿಕೆ. 3 ಅಂಕ (ಮೇಲಿನ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳನ್ನು ಆಧರಿಸಿ ಕೌಶಲ್ಯಗಳನ್ನು ಅಖಂಡವಾಗಿ ಮಾಡಲು ತಿಳಿಸುವುದು & ಅಂಕಗಳನ್ನು 15ಕ್ಕೆ ನೇರವಾಗಿ ಹಾಕುವುದು.)		* ವ್ಹೀಸಿಲ್ * ಡ್ರಮ್ ಸೆಟ್ ತಂತ್ರ : ಅವಲೋಕನ ವಿಧಾನ : ವೀಕ್ಷಣಾ ವಿಧಾನ ಸಾಧನ : ತಪಶೀಲು ಪಟ್ಟಿ	




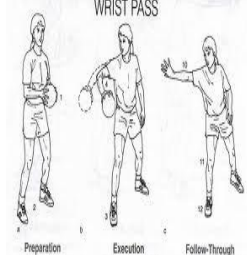



ದೈ.ಶಿ.ಶಿ ಸಹಿ

ಮು .ಶಿ. ಸಹಿ



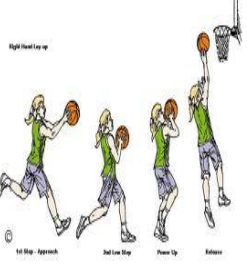

ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದ ತಾತ್ವಿಕ ಪಾಠ ಯೋಜನೆ (5 ಇ) ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ

ವಿಷಯ : ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ		ವಿಭಾಗ : ಗುಂಪು ಆಟಗಳು		ಘಟಕ : ಹ್ಯಾಂಡ್‌ಬಾಲ್		ತರಗತಿ : 9	
ಬೇಕಾಗುವ ಅವಧಿಗಳು :		ಪ್ರಾರಂಭದ ದಿನಾಂಕ :		ಮುಕ್ತಾಯದ ದಿನಾಂಕ :			
ಕಲಿಕಾಂಶಗಳು	ಬಳಸುವ 5 ಇ ಹಂತಗಳು	ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಅನುಕೂಲಿಸಬಹುದಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು	ವಿಧಾನ	ಕಲಿಕೋಪಕರಣ	ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ		ಶಿಕ್ಷಕರ ಸ್ವ ಅವಲೋಕನ
					ಸಾಧನ	ತಂತ್ರ	
<p>*ಹ್ಯಾಂಡ್‌ಬಾಲ್ ಕ್ರೀಡೆಯ ತಂತ್ರಗಳು.</p> <p>* ಹ್ಯಾಂಡ್‌ಬಾಲ್ ಆಟಗಾರನ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳು.</p> <p>* ಪಂದ್ಯಾಟಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರಶಸ್ತಿಗಳನ್ನು ಗಳಿಸಿದ ಸಾಧಕರು.</p>	<p>Engage</p> <p>ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಿಕೆ</p>	<p>* ಮಕ್ಕಳೇ ನೀವು ಬಾಲನ್ನು ಹಿಡಿದುಕೊಂಡು ಯಾವ ಯಾವ ಆಟಗಳನ್ನು ಆಡುತ್ತೀರಿ ಹೇಳಿ ಮಕ್ಕಳೇ.</p> <p>*ದೂರದರ್ಶನದಲ್ಲಿ ಪ್ರಸಾರವಾಗುವ ಕ್ರೀಡೆಗಳಲ್ಲಿ ಬಾಲ್‌ನ್ನು ಬಳಸಿ ಆಡುವ ಕ್ರೀಡೆಗಳು ಯಾವುವು ಹೇಳಿ ಮಕ್ಕಳೇ ?</p> <p>ಕಲಿಕಾಂಶಕ್ಕೆ ಪೂರಕವಾದ ಸಣ್ಣ ಪುಟ್ಟ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳಿ ಆಟಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳುವದರ ಮೂಲಕ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತಿ ಮೂಡಿಸುವದು.</p>	<p>ವೀಕ್ಷಣೆ & ಚಟುವಟಿಕೆ</p>		<p>ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು</p>	<p>ಅವಲೋಕನ</p>	
	<p>Explore</p> <p>ಪರಿಶೋಧಿಸುವದು</p>	<p>*ಕೈಯಿಂದ ಕೈಗೆ ಎಸೆದು ಆಡುವ ಕ್ರೀಡೆಗಳು ಯಾವುವು ಹೇಳಿ ಮಕ್ಕಳೇ ?</p> <p>*ವಿಧ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಸಂಖ್ಯೆಗಳನುಗುಣವಾಗಿ ಗುಂಪುಗಳನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿ 4 ಚಟುವಟಿಕೆ ನೀಡಲಾಗುವದು.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.ಹ್ಯಾಂಡ್‌ಬಾಲ್ ರಕ್ಷಣಾತ್ಮಕ ತಂತ್ರಗಳು 2.ಹ್ಯಾಂಡ್‌ಬಾಲ್ ಆಕ್ರಮಣಕಾರಿ ತಂತ್ರಗಳು 3.ಹ್ಯಾಂಡ್‌ಬಾಲ್ ಆಟಗಾರರಲ್ಲಿ ಇರಬೇಕಾದ ಅವಶ್ಯಕ ಗುಣಗಳು 4.ಹ್ಯಾಂಡ್‌ಬಾಲ್ ಪಂದ್ಯಾಟಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರಶಸ್ತಿಗಳು. <p>** ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಅರ್ಥೈಸಿಕೊಳ್ಳಲು ತಿಳಿಸುವದು.</p>	<p>ವೀಕ್ಷಣೆ & ವಿವರಣಾತ್ಮಕ</p>	<p>ಕಪ್ಪು ಹಲಗೆ ಪುಸ್ತಕ</p> 	<p>ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು</p>	<p>ಮೌಖಿಕ</p>	
	<p>Explain</p> <p>ವಿವರಣೆ</p>	<p>*ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಗುಂಪು ಕರೆದು ಕಲಿಕಾಂಶಗಳ ಬಗ್ಗೆ ವಿವರಣೆ ನೀಡಲು ತಿಳಿಸುವದು..</p> <p>*ಉಳಿದ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಗಮನ ನೀಡಲು ಹೇಳುವದು.</p> <p>* ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ವಿವರಣೆ ಮಾಡುವದು.</p>	<p>ವೀಕ್ಷಣೆ & ವಿವರಣಾತ್ಮಕ</p>	<p>ಕಪ್ಪು ಹಲಗೆಯ ಬಳಕೆ ಅಥವಾ ಪಿಪಿಟಿ</p>	<p>ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು</p>	<p>ಮೌಖಿಕ</p>	
	<p>Expand</p> <p>ವಿಸ್ತರಣೆ</p>	<p>* ಪಿ.ಪಿ.ಟಿ ಅಥವಾ ವಿಡಿಯೋ ಮೂಲಕ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಹಾಕಿ ಬಗ್ಗೆ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ನೀಡುವದು.</p>	<p>ಚರ್ಚಾ ವಿಧಾನ & ಚಟುವಟಿಕೆ</p>	<p>ಕಂಪ್ಯೂಟರ ಪುಸ್ತಕ ಕಾರ್ಡ್‌ಶಿಟ್</p>	<p>ತಪ್ಪುಪಟ್ಟಿ</p>	<p>ಅವಲೋಕನ</p>	
	<p>Evaluation</p> <p>ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ</p>	<p>* ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಆಧರಿಸಿ ಪ್ರಶ್ನೆ ಕೇಳುವದು.</p> <p>* ರಸ ಪ್ರಶ್ನೆ ಏರ್ಪಡಿಸುವದು</p>	<p>ವೀಕ್ಷಣೆ</p>	<p>ಪ್ರಶೋತ್ತರ ಪಟ್ಟಿ</p>	<p>ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು</p>	<p>ಮೌಖಿಕ</p>	

ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಪಾಠ ಯೋಜನೆ (5 ಇ) ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ

ವಿಷಯ : ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ		ವಿಭಾಗ : ಗುಂಪು ಆಟಗಳು		ಘಟಕ : ಹ್ಯಾಂಡ್‌ಬಾಲ್		ತರಗತಿ : 9	
ಬೇಕಾಗುವ ಅವಧಿಗಳು :		ಪ್ರಾರಂಭದ ದಿನಾಂಕ :		ಮುಕ್ತಾಯದ ದಿನಾಂಕ :			
ಕಲಿಕಾಂಶಗಳು	ಬಳಸುವ 5 ಇ ಹಂತಗಳು	ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಅನುಕೂಲಿಸಬಹುದಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು	ವಿಧಾನ	ಕಲಿಕೋಪಕರಣ	ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ		ಶಿಕ್ಷಕರ ಸ್ವ ಅವಲೋಕನ
					ಸಾಧನ	ತಂತ್ರ	
* ಪಾಸ್ ಮಾಡುವುದು. * ಚೆಂಡನ್ನು ಹಿಡಿಯುವುದು. * ಶಾಟ್ * ಡಾಬಿಂಗ್ * ಗೋಲು ರಕ್ಷಣೆ	Engage ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಿಕೆ	* ಎಲ್ಲ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಸಾಲಾಗಿ ನಿಲ್ಲಿಸಿ ಹಾಜರಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು. * ಅನಾರೋಗ್ಯವಿರುವ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಕುಳಿತು ಕೊಳ್ಳಲು ತಿಳಿಸಿ ಚಟುವಟಿಕೆ ವೀಕ್ಷಿಸಲು ತಿಳಿಸುವುದು * ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಮೈದಾನದ ಸುತ್ತ ಓಡುತ್ತಾ ಸರಳ ಕಾವೇರಿಸುವಿಕೆ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವುದು.	ಅನುಕರಣೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ		ವೀಕ್ಷಣೆ	ಅವಲೋಕನ	
	Explore ಪರಿಶೋಧಿಸುವುದು	* ಹ್ಯಾಂಡ್‌ಬಾಲ್ ಕ್ರೀಡೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಪೂರಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವುದು. * ಜಂಪ್ ಮಾಡುವುದು, ಕಾಲು & ಕೈಗಳನ್ನು ಚಾಚುವುದು, ಚಪಲತೆ, ಮೈಮಣಿತದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದು * ಹ್ಯಾಂಡ್‌ಬಾಲ್ ಉಪಕರಣಗಳನ್ನು ಕೈಯಲ್ಲಿ ಕೊಟ್ಟು ಇವುಗಳ ಪರಿಚಯ ಮಾಡಿಸುವುದು.	ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷತೆ & ಅನುಕರಣೆ	ಮೈದಾನ, ಸುಣ್ಣದಾರ, ಸೀಟಿ, ಹ್ಯಾಂಡ್‌ಬಾಲ್ ಬಾಲ್, ಗೋಲ್ ಪೋಸ್ಟ್	ವೀಕ್ಷಣೆ	ಅವಲೋಕನ	
	Explain ವಿವರಣೆ	* ಪ್ರತಿ ಅವಧಿಗೂ ಆಯ್ದುಕೊಂಡ ಹ್ಯಾಂಡ್‌ಬಾಲ್ ಕೌಶಲ್ಯವನ್ನು ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷತೆಯಾಗಿ ಅಖಂಡ- ಖಂಡ - ಅಖಂಡ ಪದ್ಧತಿಯಲ್ಲಿ ನಾವು ಮಾಡುವುದು. ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳ ಕಡೆಯಿಂದ ಮಾಡಿಸುವುದು. * ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಕೌಶಲ್ಯದ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಮಾಡಲು ತಿಳಿಸುವುದು ಮತ್ತು ತಪ್ಪಿದಲ್ಲಿ ತಿದ್ದುವುದು.	ಚಟುವಟಿಕೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ		-	ಅವಲೋಕನ	
	Expand ವಿಸ್ತರಣೆ	* ಪ್ರತಿ ಅವಧಿಗೂ ಆಯ್ದುಕೊಂಡ ಕೌಶಲ್ಯಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಪೂರಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವುದು. * ಆ ಕೌಶಲ್ಯಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ವಿಡಿಯೋಗಳನ್ನು ತೋರಿಸುವುದು. * ಆ ಕೌಶಲ್ಯವನ್ನು ಬೇರೆ ಆಟದ ಕೌಶಲ್ಯಕ್ಕೆ ಹೋಲಿಕೆ ಮಾಡುವುದು.	ಚಟುವಟಿಕೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ	ವಿಡಿಯೋ ಕ್ಲಿಪಿಂಗ್	-	ಅವಲೋಕನ	
	Evaluation ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ	ರೂಪಣಾತ್ಮಕ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡುವುದು	ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ & ವೀಕ್ಷಣೆ		ತಪ್ಪಿಸಿಲು ಪಟ್ಟಿ	ಅವಲೋಕನ	

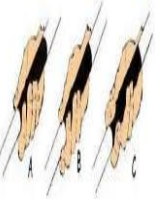

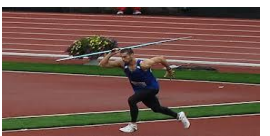
ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಪಾಠ ಯೋಜನೆ (5 ಇ) ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ

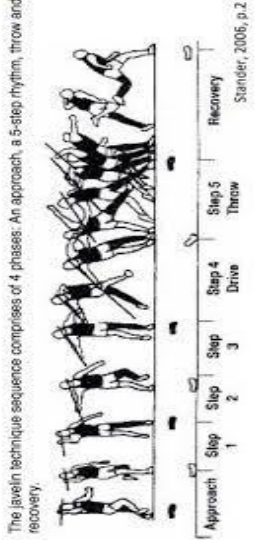
ವಿಷಯ : ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ		ವಿಭಾಗ : ಗುಂಪು ಆಟಗಳು		ಘಟಕ : ಬಾಸ್ಕೆಟ್‌ಬಾಲ್		ತರಗತಿ : 9	
ಬೇಕಾಗುವ ಅವಧಿಗಳು :		ಪ್ರಾರಂಭದ ದಿನಾಂಕ :		ಮುಕ್ತಾಯದ ದಿನಾಂಕ :			
ಕಲಿಕಾಂಶಗಳು	ಬಳಸುವ 5 ಇ ಹಂತಗಳು	ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಅನುಕೂಲಿಸಬಹುದಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು	ವಿಧಾನ	ಕಲಿಕೋಪಕರಣ	ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ		ಶಿಕ್ಷಕರ ಸ್ವ ಅವಲೋಕನ
					ಸಾಧನ	ತಂತ್ರ	
* ಚೆಂಡಿನೊಂದಿಗೆ ಚಲಿಸುವುದು. * ಓವರ್ ಹೆಡ್ ಪಾಸ್ * ಶೂಟ್ ಮಾಡುವುದು * ಜಂಪ್ ಶಾಟ್ * ಲೇ ಅಪ್ ಶಾಟ್	Engage ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಿಕೆ	* ಎಲ್ಲ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಸಾಲಾಗಿ ನಿಲ್ಲಿಸಿ ಹಾಜರಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು. * ಅನಾರೋಗ್ಯವಿರುವ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಕುಳಿತು ಕೊಳ್ಳಲು ತಿಳಿಸಿ ಚಟುವಟಿಕೆ ವೀಕ್ಷಿಸಲು ತಿಳಿಸುವುದು * ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಮೈದಾನದ ಸುತ್ತ ಓಡುತ್ತಾ ಸರಳ ಕಾವೇರಿಸುವಿಕೆ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವುದು.	ಅನುಕರಣೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ		ವೀಕ್ಷಣೆ	ಅವಲೋಕನ	
	Explore ಪರಿಶೋಧಿಸುವುದು	* ಬಾಸ್ಕೆಟ್‌ಬಾಲ್ ಕ್ರೀಡೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಪೂರಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವುದು. * ಜಂಪ್ ಮಾಡುವುದು, ಕಾಲು & ಕೈಗಳನ್ನು ಚಾಚುವುದು ,ಚಪಲತೆ ,ಮೈಮಣಿತದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದು * ಬಾಸ್ಕೆಟ್‌ಬಾಲ್ ಉಪಕರಣಗಳನ್ನು ಕೈಯಲ್ಲಿ ಕೊಟ್ಟು ಇವುಗಳ ಪರಿಚಯ ಮಾಡಿಸುವುದು.	ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷತೆ & ಅನುಕರಣೆ	ಮೈದಾನ, ಸುಣ್ಣ ದಾರ, ಸೀಟಿ, ಬಾಸ್ಕೆಟ್‌ಬಾಲ್ ಬಾಲ್, ಬೋರ್ಡ್	ವೀಕ್ಷಣೆ	ಅವಲೋಕನ	
	Explain ವಿವರಣೆ	* ಪ್ರತಿ ಅವಧಿಗೂ ಆಯ್ದುಕೊಂಡ ಬಾಸ್ಕೆಟ್‌ಬಾಲ್ ಕೌಶಲ್ಯವನ್ನು ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷತೆಯಾಗಿ ಅಖಂಡ- ಖಂಡ - ಅಖಂಡ ಪದ್ಧತಿಯಲ್ಲಿ ನಾವು ಮಾಡುವುದು. ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳ ಕಡೆಯಿಂದ ಮಾಡಿಸುವುದು. * ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಕೌಶಲ್ಯದ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಮಾಡಲು ತಿಳಿಸುವುದು ಮತ್ತು ತಪ್ಪಿದಲ್ಲಿ ತಿದ್ದುವುದು.	ಚಟುವಟಿಕೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ		-	ಅವಲೋಕನ	
	Expand ವಿಸ್ತರಣೆ	* ಪ್ರತಿ ಅವಧಿಗೂ ಆಯ್ದುಕೊಂಡ ಕೌಶಲ್ಯಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಪೂರಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವುದು. * ಆ ಕೌಶಲ್ಯಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ವಿಡಿಯೋಗಳನ್ನು ತೋರಿಸುವುದು. * ಆ ಕೌಶಲ್ಯವನ್ನು ಬೇರೆ ಆಟದ ಕೌಶಲ್ಯಕ್ಕೆ ಹೋಲಿಕೆ ಮಾಡುವುದು.	ಚಟುವಟಿಕೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ	ವಿಡಿಯೋ ಕ್ಲಿಪ್‌ಗಳು	-	ಅವಲೋಕನ	
	Evaluation ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ	ರೂಪಣಾತ್ಮಕ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡುವುದು	ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ & ವೀಕ್ಷಣೆ		ತಪ್ಪಿಸಿಲು ಪಟ್ಟಿ	ಅವಲೋಕನ	

ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದ ತಾತ್ವಿಕ ಪಾಠ ಯೋಜನೆ (5 ಇ) ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ

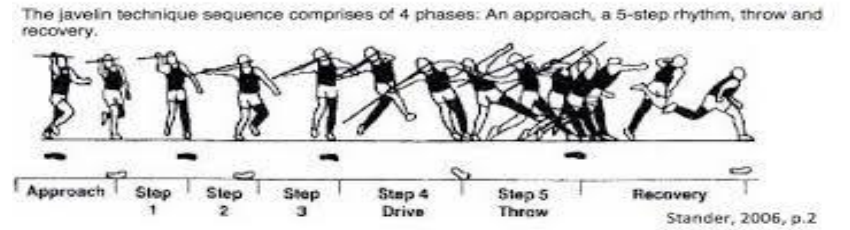
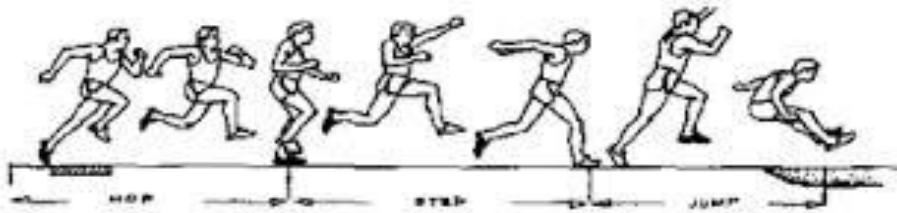
ವಿಷಯ : ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ		ವಿಭಾಗ : ಮೇಲಾಟಗಳು		ಘಟಕ : ಜಾವೆಲಿನ್ ಎಸೆತ		ತರಗತಿ : 9		
ಬೇಕಾಗುವ ಅವಧಿಗಳು :		ಪ್ರಾರಂಭದ ದಿನಾಂಕ :		ಮುಕ್ತಾಯದ ದಿನಾಂಕ :				
ಕಲಿಕಾಂಶಗಳು	ಬಳಸುವ 5 ಇ ಹಂತಗಳು	ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಅನುಕೂಲಿಸಬಹುದಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು	ವಿಧಾನ	ಕಲಿಕೋಪಕರಣ	ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ		ಶಿಕ್ಷಕರ ಸ್ವ ಅವಲೋಕನ	
					ಸಾಧನ	ತಂತ್ರ		
<p>* ಜಾವೆಲಿನ್ ಎಸೆತದ ಇತಿಹಾಸ.</p> <p>* ಜಾವೆಲಿನ್ ಅಂಕಣದ ನಿಯಮಗಳು.</p> <p>* ಜಾವೆಲಿನ್ ಆಟದ ಅಕ್ರಮಗಳು,ತೂಕಗಳ ಬಗ್ಗೆ.</p> <p>* ಜಾವೆಲಿನ್ ಆಟದ ಪ್ರಸಿದ್ಧ ಕ್ರೀಡಾಪಟುಗಳು</p>	<p>Engage</p> <p>ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಿಕೆ</p>	<p>* ಆಟಗಳಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ಪ್ರಕಾರಗಳು ಹೇಳಿ ಮಕ್ಕಳೇ ?</p> <p>* ಮೇಲಾಟಗಳಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ಪ್ರಕಾರಗಳಿವೆ ಹೇಳಿ ಮಕ್ಕಳೇ ?</p> <p>* ಈ ಮೇಲಾಟಗಳಲ್ಲಿ ಎಸೆತದ ಆಟಗಳು ಯಾವವು ?</p>	<p>ವೀಕ್ಷಣೆ & ಚಟುವಟಿಕೆ</p>		<p>ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು</p>	<p>ಅವಲೋಕನ</p>		
	<p>Explore</p> <p>ಪರಿಶೋಧಿಸುವುದು</p>	<p>* ಇದರಲ್ಲಿ ಒಂದು ಕೋಲು ಎಸೆಯುತ್ತಾರಲ್ಲ ಅದು ಯಾವ ಆಟ ಹೇಳಿ ಮಕ್ಕಳೇ ?</p> <p>* ವಿಧ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಸಂಖ್ಯೆಗಳನುಗುಣವಾಗಿ ಗುಂಪುಗಳನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿ 4 ಚಟುವಟಿಕೆ ನೀಡಲಾಗುವುದು.</p> <p>1.ಜಾವೆಲಿನ್ ಎಸೆತದ ಇತಿಹಾಸ.</p> <p>2.ಜಾವೆಲಿನ್ ಅಂಕಣದ ಚಿತ್ರ ಬಿಡಿಸುವುದು & ಅಳತೆಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸುವುದು.</p> <p>3. ಜಾವೆಲಿನ್ ಆಟದ ಅಕ್ರಮಗಳು & ನಿಯಮಗಳ ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡುವುದು.</p> <p>4. ಸಲಕರಣೆಗಳ ಪರಿಚಯ & ಪ್ರಸಿದ್ಧ ಕ್ರೀಡಾಪಟುಗಳ ಪರಿಚಯ.</p> <p>* ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಅರ್ಥೈಸಿಕೊಳ್ಳಲು ತಿಳಿಸುವುದು.</p>	<p>ವೀಕ್ಷಣೆ & ವಿವರಣಾತ್ಮಕ</p>	<p>ಕಪ್ಪು ಹಲಗೆ ಪುಸ್ತಕ ಜಾವೆಲಿನ್</p>		<p>ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು</p>	<p>ಮೌಖಿಕ</p>	
	<p>Explain</p> <p>ವಿವರಣೆ</p>	<p>*ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಗುಂಪನ್ನು ಕರೆದು ಕೊಟ್ಟಂತಹ ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಅಂಕಣ ಬಿಡಿಸುವುದು , ಓದಲು & ವಿವರಣೆ ಮಾಡಲು ತಿಳಿಸುವುದು.</p> <p>*ಉಳಿದ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಗಮನ ನೀಡಲು ಹೇಳುವುದು.</p> <p>* ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ವಿವರಣೆ ಮಾಡುವುದು.</p>	<p>ವೀಕ್ಷಣೆ & ವಿವರಣಾತ್ಮಕ</p>	<p>ಕಪ್ಪು ಹಲಗೆಯ ಬಳಕೆ</p>	<p>ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು</p>	<p>ಮೌಖಿಕ</p>		
	<p>Expand</p> <p>ವಿಸ್ತರಣೆ</p>	<p>* ವಿಡಿಯೋ ಮೂಲಕ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಕಲಿಕಾಂಶಗಳಿಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ನೀಡುವುದು.</p> <p>* ಬೇರೆ ಆಟದ ಪ್ರಶಸ್ತಿಗಳ ಜೊತೆ ಹೋಲಿಕೆ ಮಾಡುವುದು.</p>	<p>ಚರ್ಚಾ ವಿಧಾನ & ಚಟುವಟಿಕೆ</p>	<p>ಕಂಪ್ಯೂಟರ್ ಪುಸ್ತಕ</p>	<p>ತಪ್ಪಿಸಿಲು ಪಟ್ಟಿ</p>	<p>ಅವಲೋಕನ</p>		
<p>Evaluation</p> <p>ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ</p>	<p>* ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಆಧರಿಸಿ ಪ್ರಶ್ನೆ ಕೇಳುವುದು</p> <p>* ರಸ ಪ್ರಶ್ನೆ ಏರ್ಪಡಿಸುವುದು</p>	<p>ವೀಕ್ಷಣೆ</p>	<p>ಪ್ರಶ್ನೋತ್ತರ ಪಟ್ಟಿ</p>	<p>ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು</p>	<p>ಮೌಖಿಕ</p>			

ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಪಾಠ ಯೋಜನೆ (5 ಇ) ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ

ವಿಷಯ : ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ		ವಿಭಾಗ : ಮೇಲಾಟಗಳು		ಘಟಕ : ಜಾವೆಲಿನ್ ಎಸೆತ		ತರಗತಿ : 9		
ಬೇಕಾಗುವ ಅವಧಿಗಳು :		ಪ್ರಾರಂಭದ ದಿನಾಂಕ :		ಮುಕ್ತಾಯದ ದಿನಾಂಕ :				
ಕಲಿಕಾಂಶಗಳು	ಬಳಸುವ 5 ಇ ಹಂತಗಳು	ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಅನುಕೂಲಿಸಬಹುದಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು	ವಿಧಾನ	ಕಲಿಕೋಪಕರಣ	ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ		ಶಿಕ್ಷಕರ ಸ್ವ ಅವಲೋಕನ	
					ಸಾಧನ	ತಂತ್ರ		
<p>*ಚೆಕ್ ಮಾರ್ಕ್ ಗುರುತಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು.</p> <p>* ಜಾವೆಲಿನ್ ಹಿಡಿತ</p> <p>* ಪ್ರಾರಂಭಿಕ ಓಟ ಮತ್ತು ಜಾವೆಲಿನ್‌ನ್ನು ಹೊತ್ತೊಯ್ಯುವುದು.</p> <p>* ಐದು ಹೆಜ್ಜೆ ನಿರ್ವಹಣೆ</p> <p>* ಅಂತ್ಯಾನುಗತ.</p>	<p>Engage</p> <p>ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಿಕೆ</p>	<p>* ಎಲ್ಲ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಸಾಲಾಗಿ ನಿಲ್ಲಿಸಿ ಹಾಜರಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು.</p> <p>* ಅನಾರೋಗ್ಯವಿರುವ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಕುಳಿತು ಕೊಳ್ಳಲು ತಿಳಿಸಿ ಚಟುವಟಿಕೆ ವೀಕ್ಷಿಸಲು ತಿಳಿಸುವುದು</p> <p>* ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಮೈದಾನದ ಸುತ್ತ ಓಡುತ್ತಾ ಸರಳ ಕಾವೇರಿಸುವಿಕೆ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವುದು.</p>	ಅನುಕರಣೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ		ವೀಕ್ಷಣೆ	ಅವಲೋಕನ		
		<p>Explore</p> <p>ಪರಿಶೋಧಿಸುವುದು</p>	<p>* ಜಾವೆಲಿನ್ ಕ್ರೀಡೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಪೂರಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವುದು.</p> <p>* ಜಂಪ್ ಮಾಡುವುದು, ಕಾಲು & ಕೈ ಗಳನ್ನು ಚಾಚುವುದು ,ಚಪಲತೆ ,ಮೈಮಣಿತದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದು</p> <p>* ಜಾವೆಲಿನ್ ಉಪಕರಣಗಳನ್ನು ಪರಿಚಯ ಮಾಡಿಸುವುದು.</p>	ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷತೆ & ಅನುಕರಣೆ	<p>ಮೈದಾನ, ಸುಣ್ಣದಾರ, ಸೀಟಿ, ಜಾವೆಲಿನ್ ಥ್ರೋವಿಂಗ್ ಸೆಕ್ಟರ್, ಟಿಪ್</p>	ವೀಕ್ಷಣೆ	ಅವಲೋಕನ	
	<p>Explain</p> <p>ವಿವರಣೆ</p>	<p>* ಪ್ರತಿ ಅವಧಿಗೂ ಆಯ್ದುಕೊಂಡ ಜಾವೆಲಿನ್ ಕೌಶಲ್ಯವನ್ನು ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷತೆಯಾಗಿ ಅಖಂಡ - ಖಂಡ - ಅಖಂಡ ಪದ್ಧತಿಯಲ್ಲಿ ನಾವು ಮಾಡುವುದು. ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳ ಕಡೆಯಿಂದ ಮಾಡಿಸುವುದು.</p> <p>* ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಕೌಶಲ್ಯದ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಮಾಡಲು ತಿಳಿಸುವುದು ಮತ್ತು ತಪ್ಪಿದಲ್ಲಿ ತಿದ್ದುವುದು.</p>	ಚಟುವಟಿಕೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ		-	ಅವಲೋಕನ		
	<p>Expand</p> <p>ವಿಸ್ತರಣೆ</p>	<p>* ಪ್ರತಿ ಅವಧಿಗೂ ಆಯ್ದುಕೊಂಡ ಕೌಶಲ್ಯಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಪೂರಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವುದು.</p> <p>* ಆ ಕೌಶಲ್ಯಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ವಿಡಿಯೋಗಳನ್ನು ತೋರಿಸುವುದು.</p> <p>* ಆ ಕೌಶಲ್ಯವನ್ನು ಬೇರೆ ಆಟದ ಕೌಶಲ್ಯಕ್ಕೆ ಹೋಲಿಕೆ ಮಾಡುವುದು.</p>	ಚಟುವಟಿಕೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ	ವಿಡಿಯೋ ಕ್ಲಿಪಿಂಗ್	-	ಅವಲೋಕನ		
	<p>Evaluation</p> <p>ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ</p>	<p>ರೂಪಣಾತ್ಮಕ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡುವುದು</p>		ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ & ವೀಕ್ಷಣೆ		ತಪ್ಪಿಸಲು ಪಟ್ಟಿ	ಅವಲೋಕನ	



ವಿಷಯ : ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ		ವಿಭಾಗ : ಮೇಲಾಟಗಳು		ಮೂರನೇ ರೂಪನಾತ್ಮಕ ಪರೀಕ್ಷೆ		ತರಗತಿ : 9	
ತಿಂಗಳು	ಅವಧಿ	ಕೌಶಲ್ಯಗಳು		ಮಾನಕಗಳು		ಉಪಕರಣ	
ಡಿಸೆಂಬರ್	3	* ತ್ರಿವಿಧ ಜಿಗಿತದಲ್ಲಿ ಬರುವ ಕೌಶಲ್ಯ : 15 ಅಂಕ		1. ಚೆಕ್ ಮಾರ್ಕ್ ಗುರುತಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು. & ಹಲಗೆಯ ಕಡೆ ಓಡುವುದು & ಟೇಕ್ ಆಫ್ 3 ಅಂಕ 2. ಮೊದಲ ಜಿಗಿತ -ಹಾಪ್(ಕುಂಟು) 3 ಅಂಕ 3..ಎರಡನೆ ಜಿಗಿತ-ಸ್ಟೆಪ್ 3 ಅಂಕ 4..ಮೂರನೆ ಜಿಗಿತ-ಜಂಪ್ 3 ಅಂಕ 5. ಲ್ಯಾಂಡಿಂಗ್ 3 ಅಂಕ			
		* ಜಾವೆಲಿನ್ ಎಸೆತದ ಕೌಶಲ್ಯ ಪ್ರದರ್ಶನ : 15 ಅಂಕ		1. ಚೆಕ್ ಮಾರ್ಕ್ ಗುರುತಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು. 3 ಅಂಕ 2.*ಜಾವೆಲಿನ್ ಹಿಡಿತ 3 ಅಂಕ 3.ಪ್ರಾಂರಭಿಕ ಓಟ್ & ಜಾವೆಲಿನ್ ಹೊತ್ತೊಯ್ಯುವುದು. 3 ಅಂಕ 4.*ಐದು ಹೆಜ್ಜೆ ನಿರ್ವಹಣೆ 3 ಅಂಕ 5.*ಅಂತಾನುಗತ 3 ಅಂಕ			



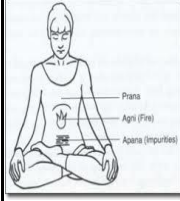
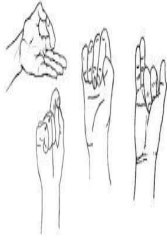


ಸೂಚನೆ : 9 ನೇ ತರಗತಿಯ ರೂಪನಾತ್ಮಕ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನದ ಅಂಕಗಳು ಮತ್ತು ಕೌಶಲ್ಯಗಳು ಬದಲಾವಣೆ ಆಗಬಹುದು ಅಥವಾ ಇಲ್ಲ ಇದೆ ಅಂತಿಮ ಆಗಿರುವುದಿಲ್ಲ.




ದೈ.ಶಿ.ಶಿ ಸಹಿ

ಮು .ಶಿ. ಸಹಿ

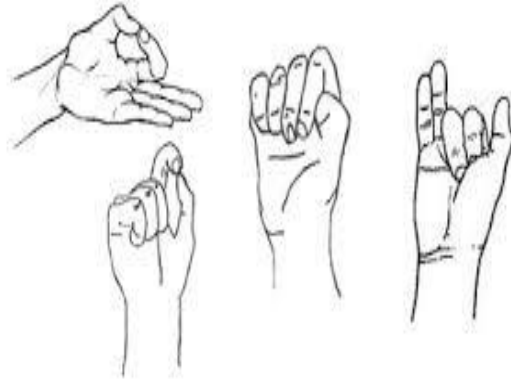
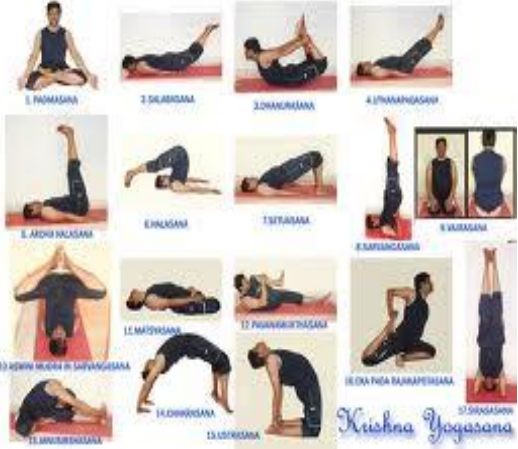
ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದ ತಾತ್ವಿಕ ಪಾಠ ಯೋಜನೆ (5 ಇ) ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ

ವಿಷಯ : ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ		ವಿಭಾಗ : ಯೋಗ		ಘಟಕ : ಯೋಗಾಸನ		ತರಗತಿ : 9	
ಬೇಕಾಗುವ ಅವಧಿಗಳು :		ಪ್ರಾರಂಭದ ದಿನಾಂಕ :		ಮುಕ್ತಾಯದ ದಿನಾಂಕ :			
ಕಲಿಕಾಂಶಗಳು	ಬಳಸುವ 5 ಇ ಹಂತಗಳು	ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಅನುಕೂಲಿಸಬಹುದಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು	ವಿಧಾನ	ಕಲಿಕೋಪಕರಣ	ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ		ಶಿಕ್ಷಕರ ಸ್ವ ಅವಲೋಕನ
					ಸಾಧನ	ತಂತ್ರ	
<p>* ಅಷ್ಟಾಂಗ ಯೋಗದ ಅರ್ಥ ಮತ್ತು ಅವಶ್ಯಕತೆ.</p> <p>* ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸದ ಲಾಭಗಳು.</p> <p>* ಪ್ರಾಣಾಯಾಮದ ಪ್ರಕಾರಗಳು.</p> <p>* ಕಪಾಲಭಾತಿ</p>  	Engage ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಿಕೆ	<p>* ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಜನರು ತಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಆಯುಷ್ಯ ವೃದ್ಧಿಸಲು ಎಂಥಹ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಹಮ್ಮಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಹೇಳಿ ಮಕ್ಕಳೇ ?</p> <p>* ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿ ಶನಿವಾರ ಎಂಥಹ ಸಾಮೂಹಿಕ ವ್ಯಾಯಾಮಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ ಹೇಳಿ ಮಕ್ಕಳೇ ?</p> <p>ಕಲಿಕಾಂಶಕ್ಕೆ ಪೂರಕವಾದ ಸಣ್ಣ ಪುಟ್ಟ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳುವವರ ಮೂಲಕ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತಿ ಮೂಡಿಸುವುದು.</p>	ವೀಕ್ಷಣೆ & ಚಟುವಟಿಕೆ		ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಅವಲೋಕನ	
	Explore ಪರಿಶೋಧಿಸುವುದು	<p>* ಉಸಿರಾಟದ ಮೂಲಕ ಮಾಡುವ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಿಗೆ ಏನೆಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ ಹೇಳಿ ಮಕ್ಕಳೇ ?</p> <p>*ವಿಧ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಸಂಖ್ಯೆಗಳನುಗುಣವಾಗಿ ಗುಂಪುಗಳನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿ 4 ಚಟುವಟಿಕೆ ನೀಡಲಾಗುವುದು.</p> <p>1.ಅಷ್ಟಾಂಗ ಯೋಗದ ಅರ್ಥ ಮತ್ತು ಅವಶ್ಯಕತೆ ತಿಳಿಸುವುದು.</p> <p>2.ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸದ ಲಾಭಗಳನ್ನು ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡುವುದು.</p> <p>3.ಪ್ರಾಣಾಯಾಮದ ಪ್ರಕಾರಗಳು ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡುವುದು.</p> <p>4. ಕಪಾಲಭಾತಿ ವಿವರಿಸುವುದು.</p> <p>** ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಅರ್ಥೈಸಿಕೊಳ್ಳಲು ತಿಳಿಸುವುದು.</p>	ವೀಕ್ಷಣೆ & ವಿವರರಣಾತ್ಮಕ	<p>ಕಪ್ಪು ಹಲಗೆ ಪುಸ್ತಕ</p> 	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಖಿಕ	
	Explain ವಿವರಣೆ	<p>*ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಗುಂಪು ಕರೆದು ಕಲಿಕಾಂಶಗಳ ಬಗ್ಗೆ ವಿವರಣೆ ಮತ್ತು ಒದಲು ತಿಳಿಸುವುದು.</p> <p>*ಉಳಿದ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಗಮನ ನೀಡಲು ಹೇಳುವುದು.</p> <p>* ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ವಿವರಣೆ ಮಾಡುವುದು.</p>	ವೀಕ್ಷಣೆ & ವಿವರರಣಾತ್ಮಕ	<p>ಕಪ್ಪು ಹಲಗೆಯ ಬಳಕೆ ಅಥವಾ ಪಿಪಿಟಿ</p>	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಖಿಕ	
	Expand ವಿಸ್ತರಣೆ	<p>* ಪಿ.ಪಿ.ಟಿ ಅಥವಾ ವಿಡಿಯೋ ಮೂಲಕ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಯೋಗ ಮತ್ತು ಪ್ರಾಣಾಯಾಮಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ನೀಡುವುದು.</p> <p>* ಪ್ರೋಜೆಕ್ಟ್ ವರ್ಕ ನೀಡುವುದು.</p>	ಚರ್ಚಾ ವಿಧಾನ & ಚಟುವಟಿಕೆ	<p>ಕಂಪ್ಯೂಟರ ಪುಸ್ತಕ ಕಾರ್ಡ್‌ಶೀಟ್</p>	ತಪ್ಪಿಸಿಲು ಪಟ್ಟಿ	ಅವಲೋಕನ	
	Evaluation ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ	<p>* ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಆಧರಿಸಿ ಪ್ರಶ್ನೆ ಕೇಳುವುದು.</p> <p>* ರಸ ಪ್ರಶ್ನೆ ಏರ್ಪಡಿಸುವುದು</p>	ವೀಕ್ಷಣೆ	<p>ಪ್ರಶೋತ್ತರ ಪಟ್ಟಿ</p>	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಖಿಕ	

ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಪಾಠ ಯೋಜನೆ (5 ಇ) ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ

ವಿಷಯ : ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ		ವಿಭಾಗ : ಯೋಗ		ಘಟಕ : ಯೋಗಾಸನ		ತರಗತಿ : 9	
ಬೇಕಾಗುವ ಅವಧಿಗಳು :		ಪ್ರಾರಂಭದ ದಿನಾಂಕ :		ಮುಕ್ತಾಯದ ದಿನಾಂಕ :			
ಕಲಿಕಾಂಶಗಳು	ಬಳಸುವ 5 ಇ ಹಂತಗಳು	ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಅನುಕೂಲಿಸಬಹುದಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು	ವಿಧಾನ	ಕಲಿಕೋಪಕರಣ	ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ		ಶಿಕ್ಷಕರ ಸ್ವ ಅವಲೋಕನ
					ಸಾಧನ	ತಂತ್ರ	
<p>* ನಿಂತು ಮಾಡುವ ಆಸನಗಳು</p> <p>* ಕುಳಿತು ಮಾಡುವ ಆಸನಗಳು.</p> <p>* ಮಲಗಿ ಮಾಡುವ ಆಸನಗಳು.</p> <p>* ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನ</p> 	<p>Engage</p> <p>ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಿಕೆ</p>	<p>* ಎಲ್ಲ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಸಾಲಾಗಿ ನಿಲ್ಲಿಸಿ ಹಾಜರಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು.</p> <p>* ಅನಾರೋಗ್ಯವಿರುವ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಕುಳಿತು ಕೊಳ್ಳಲು ತಿಳಿಸಿ ಚಟುವಟಿಕೆ ವೀಕ್ಷಿಸಲು ತಿಳಿಸುವುದು</p> <p>* ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಮೈದಾನದ ಸುತ್ತ ಓಡುತ್ತಾ ಸರಳ ಕಾವೇರಿಸುವಿಕೆ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವುದು.</p>	ಅನುಕರಣೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ		ವೀಕ್ಷಣೆ	ಅವಲೋಕನ	
		<p>Explore</p> <p>ಪರಿಶೋಧಿಸುವುದು</p>	<p>* ಯೋಗ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಪೂರಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವುದು.</p> <p>* ಜಂಪ್ ಮಾಡುವುದು, ಕಾಲು & ಕೈ ಗಳನ್ನು ಚಾಚುವುದು ,ಚಪಲತೆ ,ಮೈಮಣಿತದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದು</p>	ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷತೆ & ಅನುಕರಣೆ	ಮ್ಯಾಟ್	ವೀಕ್ಷಣೆ	ಅವಲೋಕನ
	<p>Explain</p> <p>ವಿವರಣೆ</p>	<p>* ಪ್ರತಿ ಅವಧಿಗೂ ಆಯ್ದುಕೊಂಡ ಯೋಗ ಕೌಶಲ್ಯವನ್ನು ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷತೆಯಾಗಿ ಅಖಂಡ- ಖಂಡ - ಅಖಂಡ ಪದ್ಧತಿಯಲ್ಲಿ ನಾವು ಮಾಡುವುದು. ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳ ಕಡೆಯಿಂದ ಮಾಡಿಸುವುದು.</p> <p>* ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಕೌಶಲ್ಯದ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಮಾಡಲು ತಿಳಿಸುವುದು ಮತ್ತು ತಪ್ಪಿನಲ್ಲಿ ತಿದ್ದುವುದು.</p>	ಚಟುವಟಿಕೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ		ಅವಲೋಕನ		
	<p>Expand</p> <p>ವಿಸ್ತರಣೆ</p>	<p>* ಮನರಂಜನೆ ಆಟಗಳನ್ನು ಆಡಿಸುವುದು.</p> <p>* ಆ ಕೌಶಲ್ಯಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ವಿಡಿಯೋಗಳನ್ನು ತೋರಿಸುವುದು.</p>	ಚಟುವಟಿಕೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ	ವಿಡಿಯೋ ಕ್ಲಿಪ್‌ಗಳು	-	ಅವಲೋಕನ	
	<p>Evaluation</p> <p>ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ</p>	ರೂಪಣಾತ್ಮಕ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡುವುದು	ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ & ವೀಕ್ಷಣೆ		ತಪ್ಪಿಸಿಲು ಪಟ್ಟಿ	ಅವಲೋಕನ	

ವಿಷಯ : ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ		ವಿಭಾಗ : ಯೋಗಾಸನ ಮತ್ತು ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ		ನಾಲ್ಕನೇ ರೂಪನಾತ್ಮಕ ಪರೀಕ್ಷೆ		ತರಗತಿ : 9	
ತಿಂಗಳು	ಅವಧಿ	ಕೌಶಲ್ಯಗಳು		ಮಾನಕಗಳು		ಉಪಕರಣ	
ಜನವರಿ	3	*ಯೋಗಾಸನ ಯಾವುದಾದರೂ ಒಂದು ಆಸನ & ಪ್ರಾಣಾಯಾಮದಲ್ಲಿ ಯಾವುದಾದರೂ ಒಂದು ಆಸನಗಳ ಕೌಶಲ್ಯಗಳ ಪ್ರದರ್ಶನ ಮಾಡಿಸುವುದು. ಪ್ರತಿ ಕೌಶಲ್ಯಕ್ಕೆ 15 ಅಂಕ: ಒಟ್ಟು :-30 ಅಂಕ		1.ಮೂಲ ಸ್ಥಿತಿ	3 ಅಂಕ	* ಮ್ಯಾಟ್	
				2.ಅಂಗಾಗಳ ಚಲನೆ	3 ಅಂಕ	* ತಪಶೀಲು ಪಟ್ಟಿ	
				3.ಉಸಿರಾಟದ ಕ್ರಿಯೆ	3 ಅಂಕ	* ಸ್ಟಾಪ್ ವಾಚ್	
				4.ಕೊನೆಯ ಪ್ರದರ್ಶನ (ಪೋಸಿಷನ್)	3 ಅಂಕ		
				5.ಭಾಗವಹಿಸುವಿಕೆ	3 ಅಂಕ		







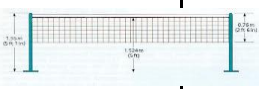



ಸೂಚನೆ : 8 ನೇ ತರಗತಿಯ ರೂಪನಾತ್ಮಕ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನದ ಅಂಕಗಳು ಮತ್ತು ಕೌಶಲ್ಯಗಳು ಬದಲಾವಣೆ ಆಗಬಹುದು ಅಥವಾ ಇಲ್ಲ ಇದೆ ಅಂತಿಮ ಆಗಿರುವುದಿಲ್ಲ.

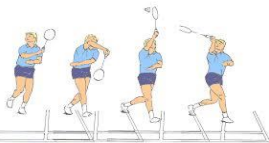




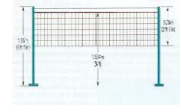
ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದ ತಾತ್ವಿಕ ಪಾಠ ಯೋಜನೆ (5 ಇ) ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ

ವಿಷಯ : ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ	ವಿಭಾಗ : ಗುಂಪು ಆಟಗಳು	ಘಟಕ : ಬ್ಯಾಡ್ಮಿಂಟನ್	ತರಗತಿ : 9
---------------------	---------------------	--------------------	-----------

ಬೇಕಾಗುವ ಅವಧಿಗಳು :	ಪ್ರಾರಂಭದ ದಿನಾಂಕ :	ಮುಕ್ತಾಯದ ದಿನಾಂಕ :
-------------------	-------------------	-------------------

ಕಲಿಕಾಂಶಗಳು	ಬಳಸುವ 5 ಇ ಹಂತಗಳು	ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಅನುಕೂಲಿಸಬಹುದಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು	ವಿಧಾನ	ಕಲಿಕೋಪಕರಣ	ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ		ಶಿಕ್ಷಕರ ಸ್ವ ಅವಲೋಕನ
					ಸಾಧನ	ತಂತ್ರ	
  	Engage ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಿಕೆ	* ಒಲಂಪಿಕ್ಸ್ ನಲ್ಲಿ ಆಡುವಂತಹ ಆಟಗಳು ಯಾವವು ? * ದೂರದರ್ಶನದಲ್ಲಿ ಪ್ರಸಾರವಾಗುವ ಕ್ರೀಡೆಗಳು ಕ್ರೀಡೆಗಳು ಯಾವುವು ಹೇಳಿ ಮಕ್ಕಳೇ ? ಕಲಿಕಾಂಶಕ್ಕೆ ಪೂರಕವಾದ ಸಣ್ಣ ಪುಟ್ಟ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳುತ್ತಾ ಆಟಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳುವದರ ಮೂಲಕ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತಿ ಮೂಡಿಸುವದು.	ವೀಕ್ಷಣೆ & ಚಟುವಟಿಕೆ	 	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಅವಲೋಕನ	
	Explore ಪರಿಶೋಧಿಸುವದು	* ಶಬಲ್ ಅಥವಾ ಕಾಕ್‌ನ್ನು ಬಳಸಿ ಆಡುವ ಆಟ ಯಾವದು ಹೇಳಿ ಮಕ್ಕಳೇ ? * ವಿಧ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಸಂಖ್ಯೆಗಳನುಗುಣವಾಗಿ ಗುಂಪುಗಳನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿ 4 ಚಟುವಟಿಕೆ ನೀಡಲಾಗುವದು. 1. ಬ್ಯಾಡ್ಮಿಂಟನ್ ಆಟದಲ್ಲಿ 3 ತಂತ್ರಗಳು. 2. ಬ್ಯಾಡ್ಮಿಂಟನ್ ಆಟದಲ್ಲಿ 3 ತಂತ್ರಗಳು. 3. ಬ್ಯಾಡ್ಮಿಂಟನ್ ಆಟಗಾರನ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳು. 4. ಪಂದ್ಯಾಟಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರಶಸ್ತಿಗಳು. * ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಅರ್ಥೈಸಿಕೊಳ್ಳಲು ತಿಳಿಸುವದು. 	ವೀಕ್ಷಣೆ & ವಿವರರಣಾತ್ಮಕ	ಕಪ್ಪು ಹಲಗೆ ಪುಸ್ತಕ 	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಖಿಕ	
	Explain ವಿವರಣೆ	* ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಗುಂಪು ಕರೆದು ಕಲಿಕಾಂಶಗಳ ವಿವರಣೆ ಅಥವಾ ಓದಲು ತಿಳಿಸುವದು . * ಉಳಿದ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಗಮನ ನೀಡಲು ಹೇಳುವದು. * ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ವಿವರಣೆ ಮಾಡುವದು. 	ವೀಕ್ಷಣೆ & ವಿವರರಣಾತ್ಮಕ	ಕಪ್ಪು ಹಲಗೆಯ ಬಳಕೆ ಅಥವಾ ಪಿಪಿಟಿ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಖಿಕ	
	Expand ವಿಸ್ತರಣೆ	* ಪಿ.ಪಿ.ಟಿ ಅಥವಾ ವಿಡಿಯೋ ಮೂಲಕ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಹಾಕಿ ಬಗ್ಗೆ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ನೀಡುವದು.	ಚರ್ಚಾ ವಿಧಾನ & ಚಟುವಟಿಕೆ	ಕಂಪ್ಯೂಟರ್ ಪುಸ್ತಕ ಕಾರ್ಡ್‌ಶೀಟ್	ತಪ್ಪೇನು ಪಟ್ಟಿ	ಅವಲೋಕನ	
	Evaluation ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ	* ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಆಧರಿಸಿ ಪ್ರಶ್ನೆ ಕೇಳುವದು. * ರಸ ಪ್ರಶ್ನೆ ಏರ್ಪಡಿಸುವದು	ವೀಕ್ಷಣೆ	ಪ್ರಶೋತ್ತರ ಪಟ್ಟಿ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಖಿಕ	

ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಪಾಠ ಯೋಜನೆ (5 ಇ) ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ

ವಿಷಯ : ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ		ವಿಭಾಗ : ಗುಂಪು ಆಟಗಳು		ಘಟಕ : ಬ್ಯಾಡ್ಮಿಂಟನ್		ತರಗತಿ : 9	
ಬೇಕಾಗುವ ಅವಧಿಗಳು :		ಪ್ರಾರಂಭದ ದಿನಾಂಕ :		ಮುಕ್ತಾಯದ ದಿನಾಂಕ :			
ಕಲಿಕಾಂತಗಳು	ಬಳಸುವ 5 ಇ ಹಂತಗಳು	ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಅನುಕೂಲಿಸಬಹುದಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು	ವಿಧಾನ	ಕಲಿಕೋಪಕರಣ	ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ		ಶಿಕ್ಷಕರ ಸ್ವ ಅವಲೋಕನ
					ಸಾಧನ	ತಂತ್ರ	
<p>* ಪ್ಲೇಸಿಂಗ್</p> <p>* ಬ್ಯಾಕ್ ಹ್ಯಾಂಡ್ ಸರ್ವಿಸ್</p> <p>* ಬ್ಯಾಕ್ ಹ್ಯಾಂಡ್ ರಿಸೀವ್/ರಿಟರ್ನ್</p> <p>* ಒವರ್ ಹೆಡ್ ಫೋರ್ ಹ್ಯಾಂಡ್ ರಿಟರ್ನ್</p>   	Engage	<p>* ಎಲ್ಲ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಸಾಲಾಗಿ ನಿಲ್ಲಿಸಿ ಹಾಜರಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು.</p> <p>* ಅನಾರೋಗ್ಯವಿರುವ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಕುಳಿತು ಕೊಳ್ಳಲು ತಿಳಿಸಿ ಚಟುವಟಿಕೆ ವೀಕ್ಷಿಸಲು ತಿಳಿಸುವುದು</p> <p>* ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಮೈದಾನದ ಸುತ್ತ ಓಡುತ್ತಾ ಸರಳ ಕಾವೇರಿಸುವಿಕೆ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವುದು.</p>	ಅನುಕರಣೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ		ವೀಕ್ಷಣೆ	ಅವಲೋಕನ	
	Explore	<p>* ಬ್ಯಾಡ್ಮಿಂಟನ್ ಕ್ರೀಡೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಪೂರಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವುದು.</p> <p>* ಜಂಪ್ ಮಾಡುವುದು, ಕಾಲು & ಕೈ ಗಳನ್ನು ಚಾಚುವುದು ,ಚಪಲತೆ ,ಮೈಮಣಿತದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದು</p> <p>* ಬ್ಯಾಡ್ಮಿಂಟನ್ ಉಪಕರಣಗಳನ್ನು ಕೈಯಲ್ಲಿ ಕೊಟ್ಟು ಇವುಗಳ ಪರಿಚಯ ಮಾಡಿಸುವುದು.</p>	ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷತೆ & ಅನುಕರಣೆ	ಮೈದಾನ, ಸುಣ್ಣ ದಾರ, ಸೀಟಿ, ರಾಕೆಟ್, ಶಟಲ್, ನೆಟ್, ಕಂಬ	ವೀಕ್ಷಣೆ	ಅವಲೋಕನ	
	Explain	<p>* ಪ್ರತಿ ಅವಧಿಗೂ ಆಯ್ದುಕೊಂಡ ಬ್ಯಾಡ್ಮಿಂಟನ್ ಕೌಶಲ್ಯವನ್ನು ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷತೆಯಾಗಿ ಅಖಂಡ- ಖಂಡ - ಖಂಡ ಪದ್ಧತಿಯಲ್ಲಿ ನಾವು ಮಾಡುವುದು. ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳ ಕಡೆಯಿಂದ ಮಾಡಿಸುವುದು.</p> <p>* ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಕೌಶಲ್ಯದ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಮಾಡಲು ತಿಳಿಸುವುದು ಮತ್ತು ತಪ್ಪಿದಲ್ಲಿ ತಿದ್ದುವುದು.</p>	ಚಟುವಟಿಕೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ		-	ಅವಲೋಕನ	
	Expand	<p>* ಪ್ರತಿ ಅವಧಿಗೂ ಆಯ್ದುಕೊಂಡ ಕೌಶಲ್ಯಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಪೂರಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವುದು.</p> <p>* ಆ ಕೌಶಲ್ಯಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ವಿಡಿಯೋಗಳನ್ನು ತೋರಿಸುವುದು.</p> <p>* ಆ ಕೌಶಲ್ಯವನ್ನು ಬೇರೆ ಆಟದ ಕೌಶಲ್ಯಕ್ಕೆ ಹೋಲಿಕೆ ಮಾಡುವುದು.</p>	ಚಟುವಟಿಕೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ	ವಿಡಿಯೋ ಕ್ಲಿಪ್ಪಿಂಗ್	-	ಅವಲೋಕನ	
	Evaluation	ರೂಪಣಾತ್ಮಕ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡುವುದು		ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ & ವೀಕ್ಷಣೆ		ತಪ್ಪಿಸಿಲು ಪಟ್ಟಿ	ಅವಲೋಕನ

ವಿಷಯ : ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ

ದೈಹಿಕ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಪರೀಕ್ಷೆ

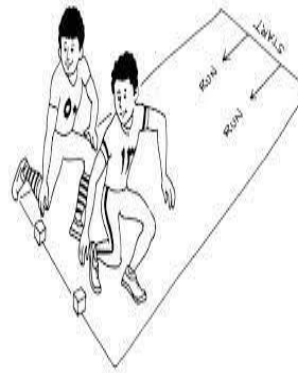
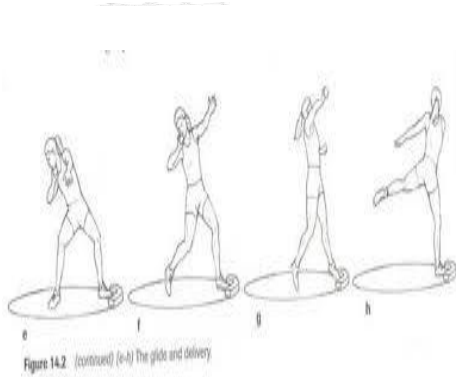
ತರಗತಿ : 9

ಬೇಕಾಗುವ ಅವಧಿಗಳು :

ಪ್ರಾರಂಭದ ದಿನಾಂಕ :

ಮುಕ್ತಾಯದ ದಿನಾಂಕ :




ತಿಂಗಳು	ಪಾಠದ ಹೆಸರು & ಸಾಮರ್ಥ್ಯ	ಕೌಶಲ್ಯಗಳು	ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡುವ ವಿಧಾನ:	ಉಪಕರಣ
	ಎರಡನೇ ದೈಹಿಕ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಪರೀಕ್ಷೆ	<p>1.ವೇಗ :- ಬಾಲಕರಿಗೆ -50 ಮೀ ಓಟ ಬಾಲಕಿಯರಿಗೆ -30 ಮೀ ಓಟ</p> <p>2.ಬಲ: ಗುಂಡು ಎಸೆತ</p> <p>3.ಕಷ್ಟ ಸಹಿಷ್ಣುತೆ: ನಡಿಗೇ/ಶಟಲ್ ರನ್ ಬಾಲಕರಿಗೆ :-20ನಿ ನಡಿಗೇ/1ನಿ.ಶಟಲ್ ರನ್ ಬಾಲಕಿಯರಿಗೆ:-10ನಿ ನಡಿಗೇ/1 ನಿ.ಶಟಲ್ ರನ್</p> <p>ಮೇಲಿನ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳನ್ನು ಪರೀಕ್ಷೆ ಮಾಡುವುದು.</p>	<p>ದೈಹಿಕ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡುವ ವಿಧಾನ:</p> <p>ವೇಗ:- 6 ಅಂಕ ಬಲ:- 6 ಅಂಕ ಕಷ್ಟ ಸಹಿಷ್ಣುತೆ :- 6 ಅಂಕ ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸುವಿಕೆ :- 2 ಅಂಕ ಓಟ್ಟು :- 20 ಅಂಕ</p> <p>(ಸರಾಸರಿ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಅಂಕವನ್ನು ನೀಡುವುದು)</p>	<p>ಸ್ಪಾಟ್ ವಾಚ್, ಶಾಟ್ ಪುಟ್ ಟೆಪ್, ಸುಣ್ಣ ವಿಲಿಷಿಲ್</p> <p>ತಂತ್ರ : ಅವಲೋಕನ ವಿಧಾನ : ವೀಕ್ಷಣಾ ವಿಧಾನ</p>







ದೈ.ಶಿ.ಶಿ ಸಹಿ

ಮು.ಶಿ. ಸಹಿ



ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದ ತಾತ್ವಿಕ ಪಾಠ ಯೋಜನೆ (5 ಇ) ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ

ವಿಷಯ : ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ		ವಿಭಾಗ : ಆರೋಗ್ಯ ಶಿಕ್ಷಣ		ಘಟಕ : ಹಸಿ ತರಕಾರಿಗಳ ಬಳಕೆ ಮತ್ತು ಪ್ರಯೋಜನಗಳು			ತರಗತಿ : 9	
ಬೇಕಾಗುವ ಅವಧಿಗಳು :		ಪ್ರಾರಂಭದ ದಿನಾಂಕ :		ಮುಕ್ತಾಯದ ದಿನಾಂಕ :				
ಕಲಿಕಾಂಶಗಳು	ಬಳಸುವ 5 ಇ ಹಂತಗಳು	ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಅನುಕೂಲಿಸಬಹುದಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು	ವಿಧಾನ	ಕಲಿಕೋಪಕರಣ	ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ		ಶಿಕ್ಷಕರ ಸ್ವ ಅವಲೋಕನ	
					ಸಾಧನ	ತಂತ್ರ		
<p>* ಹಸಿ ತರಕಾರಿಗಳ ಬಳಕೆ ಮತ್ತು ಪ್ರಯೋಜನ.</p> <p>* ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಮುತ್ತ ಸಿಗುವಂತಹ ತರಕಾರಿಗಳಲ್ಲಿ ಹಸಿಯಾಗಿ ತಿನ್ನಬಹುದಾದಂತಹವು.</p> 	Engage	<p>* ಮಕ್ಕಳೇ ನೀವು ನಾಳೆ ಶಾಲೆಗೆ ಬರುವಾಗ ಒಂದೊಂದು ತರಕಾರಿಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಬರಬೇಕು.</p> <p>* ನಿಮ್ಮ ತೋಟದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಪಕ್ಕದ ತೋಟದಲ್ಲಿ ಯಾವ ಯಾವ ತರಕಾರಿಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಯುತ್ತಾರೆ ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡಿ. ಅಥವಾ ನೀವು ಸಂತೆಯಲ್ಲಿ ಕಂಡ ತರಕಾರಿಗಳನ್ನು ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡಿ.</p>	ವೀಕ್ಷಣೆ & ಚಟುವಟಿಕೆ		ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಅವಲೋಕನ		
	Explore	<p>* ಹಾಗಾದರೆ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರ ಆರೋಗ್ಯ ಚೆನ್ನಾಗಿರಲು ಎಂಥಹ ತರಕಾರಿಗಳನ್ನು ತಿನ್ನಬೇಕು ಹೇಳಿ ಮಕ್ಕಳೇ ?</p> <p>* ಮಕ್ಕಳನ್ನು 4 ಗುಂಪುಗಳನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುವುದು.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ಹಸಿ ತರಕಾರಿಗಳನ್ನು ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡಿ. 2. ಹಸಿ ತರಕಾರಿಗಳಲ್ಲಿ ಇರುವ ಬೇವಸತ್ವಗಳ ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡಿ. 3. ಹಸಿ ತರಕಾರಿಗಳ ಪ್ರಯೋಜನಗಳನ್ನು ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡಿ. 4. ತರಕಾರಿ ಚಿತ್ರ ಬಿಡಿಸಿ. <p>* ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಅರ್ಥೈಸಿಕೊಳ್ಳಲು ತಿಳಿಸುವುದು.</p>	ವೀಕ್ಷಣೆ & ವಿವರಣಾತ್ಮಕ	ಪಠ್ಯ ಪುಸ್ತಕ ಹಸಿ ತರಕಾರಿ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಖಿಕ		
	Explain	<p>* ಪ್ರತಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೂ ತಮ್ಮ ಪಟ್ಟಿಗಳನ್ನು ಓದಲು ತಿಳಿಸುವುದು.</p> <p>* ಪ್ರತಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡಿದ ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸುವುದು.</p> <p>* ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಕಲಿಯುವ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸುವುದು.</p>	ವೀಕ್ಷಣೆ & ವಿವರಣಾತ್ಮಕ	ಕಪ್ಪು ಹಲಗೆಯ ಬಳಕೆ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಖಿಕ		
	Expand	<p>* ಹಸಿ ತರಕಾರಿ ತಿನ್ನುವುದರಿಂದ ಏನೇನು ಪ್ರಯೋಜನ ಎಂಬುದನ್ನು ವಿಡಿಯೋ ಮೂಲಕ ತೋರಿಸುವುದು.</p> <p>* ಹಸಿ ತರಕಾರಿ ಮತ್ತು ಮೌಂಸಹಾರಿ ಆಹಾರಕ್ಕೂ ಇರುವ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಚರ್ಚಿಸುವುದು.</p>	ಚರ್ಚಾ ವಿಧಾನ & ಚಟುವಟಿಕೆ		ತಪ್ಪೇಲು ಪಟ್ಟಿ	ಅವಲೋಕನ		
	Evaluation	<p>* ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಆಧರಿಸಿ ಪ್ರಶ್ನೆ ಕೇಳುವುದು</p>		ವೀಕ್ಷಣೆ	ಪ್ರಶ್ನೋತ್ತರ ಪಟ್ಟಿ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಖಿಕ	





ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದ ತಾತ್ವಿಕ ಪಾಠ ಯೋಜನೆ (5 ಇ) ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ

ವಿಷಯ : ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ		ವಿಭಾಗ : ಆರೋಗ್ಯ ಶಿಕ್ಷಣ		ಘಟಕ : ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ		ತರಗತಿ : 9		
ಬೇಕಾಗುವ ಅವಧಿಗಳು :		ಪ್ರಾರಂಭದ ದಿನಾಂಕ :		ಮುಕ್ತಾಯದ ದಿನಾಂಕ :				
ಕಲಿಕಾಂಶಗಳು	ಬಳಸುವ 5 ಇ ಹಂತಗಳು	ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಅನುಕೂಲಿಸಬಹುದಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು	ವಿಧಾನ	ಕಲಿಕೋಪಕರಣ	ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ		ಶಿಕ್ಷಕರ ಸ್ವ ಅವಲೋಕನ	
					ಸಾಧನ	ತಂತ್ರ		
<p>* ಹಾವು ಕಚ್ಚಿದಾಗ ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ.</p> <p>* ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಮುಳಗಿದವರಿಗೆ ನೀಡುವ ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ.</p> <p>* ಪ್ರಾಣಿಗಳು ಕಚ್ಚಿದಾಗ ನೀಡುವ ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ.</p> <p>* ವಿವಿಧ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಬಳಸುವ ಪಟ್ಟಿಗಳು. (ಬ್ಯಾಂಡೇಜ್‌ಗಳು)</p>		<p>* ನೀಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರು ಅಥವಾ ಪರಿಚಯವಿರುವವರು ಸೈಕಲ್ಲಿನಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ನಡೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗುವಾಗ ಬಿದ್ದರೆ ನೀವು ಏನು ಮಾಡುತ್ತೀರಿ ಹೇಳಿ ಮಕ್ಕಳೇ?</p> <p>* ನೀಮ್ಮ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ತರಕಾರಿ ಹೆಚ್ಚುವಾಗ ಅಥವಾ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಆಟವಾಡುವಾಗ ಬಿದ್ದರೆ ನೀವು ಏನು ಮಾಡುತ್ತೀರಿ ಹೇಳಿ ಮಕ್ಕಳೇ ? ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ಮಕ್ಕಳ ಜೊತೆ ಪ್ರಶ್ನೆ ಕೇಳುವುದರ ಮೂಲಕ ಪಾಠದ ಕಡೆ ಗಮನ ಸೆಳೆಯುವುದು.</p>	ವೀಕ್ಷಣೆ & ಚಟುವಟಿಕೆ		ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಅವಲೋಕನ		
		<p>*ಬಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಒಂದು + ಆಕಾರದ ಪೆಟ್ಟಿಗೆ ಇರುತ್ತದೆ ಅದು ಯಾವ ಪೆಟ್ಟಿಗೆ ಹೇಳಿ ಮಕ್ಕಳೇ?</p> <p>* ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಒಂದು + ಆಕಾರದ ಪೆಟ್ಟಿಗೆ ಇದೆ ಅದು ಯಾವ ಪೆಟ್ಟಿಗೆ ಹೇಳಿ ಮಕ್ಕಳೇ ?</p> <p>*ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಸಂಖ್ಯೆಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ 4 ತಂಡಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದು.</p> <p>1. ಹಾವು ಕಚ್ಚಿದಾಗ ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ. ಲಕ್ಷಣಗಳು & ಉಪಚಾರ ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡಿ</p> <p>2. ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಮುಳಗಿದವರಿಗೆ ನೀಡುವ ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ. ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡಿ.</p> <p>3. ಪ್ರಾಣಿಗಳು ಕಚ್ಚಿದಾಗ ನೀಡುವ ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ. ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡಿ.</p> <p>4. ವಿವಿಧ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಬಳಸುವ ಪಟ್ಟಿಗಳು. (ಬ್ಯಾಂಡೇಜ್‌ಗಳು)</p> <p>** ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಅರ್ಥೈಸಿಕೊಳ್ಳಲು ತಿಳಿಸುವುದು.</p>	ವೀಕ್ಷಣೆ & ವಿವರಣಾತ್ಮಕ	<p>ಪತ್ಯ ಪುಸ್ತಕ</p> 		ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಖಿಕ	
		<p>* ಪ್ರತಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೂ ತಮ್ಮ ಪಟ್ಟಿಗಳನ್ನು ಓದಲು ತಿಳಿಸುವುದು.</p> <p>* ಪ್ರತಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡಿದ ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸುವುದು.</p> <p>* ತಪ್ಪಿದಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡುವುದು.</p>	ವೀಕ್ಷಣೆ & ವಿವರಣಾತ್ಮಕ	ಕಪ್ಪು ಹಲಗೆಯ ಬಳಕೆ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಖಿಕ		
		<p>* ಪಿ.ಪಿ.ಟಿ ಅಥವಾ ವಿಡಿಯೋ ಮೂಲಕ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಬಗ್ಗೆ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ನೀಡುವುದು.</p> <p>* ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಯಾವುದಾದರೂ ಅಪಘಾತಗಳಿಗೆ ನೀವು ನೀಡಿದ ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಪ್ರಭಂಧ ಬರೆಯಿರಿ.</p>	ಚರ್ಚಾ ವಿಧಾನ & ಚಟುವಟಿಕೆ	ಕಾರ್ಡ್‌ಶೀಟ್	ತಪ್ಪಿಸಿಲು ಪಟ್ಟಿ	ಅವಲೋಕನ		
		<p>* ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಆಧರಿಸಿ ಪ್ರಶ್ನೆ ಕೇಳುವುದು.</p>	ವೀಕ್ಷಣೆ	ಪ್ರಶೋತ್ತರ ಪಟ್ಟಿ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಖಿಕ		

ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದ ತಾತ್ವಿಕ ಪಾಠ ಯೋಜನೆ (5 ಇ) ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ

ವಿಷಯ : ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ		ವಿಭಾಗ : ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಭಾವೈಕೃತೆ		ಘಟಕ : ರಾಷ್ಟ್ರಧ್ವಜ ನೀತಿ ಮತ್ತು ಕೋಮು ಸೌಹಾರ್ದತೆ		ತರಗತಿ : 9	
ಬೇಕಾಗುವ ಅವಧಿಗಳು :		ಪ್ರಾರಂಭದ ದಿನಾಂಕ :		ಮುಕ್ತಾಯದ ದಿನಾಂಕ :			
ಕಲಿಕಾಂಶಗಳು	ಬಳಸುವ 5 ಇ ಹಂತಗಳು	ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಅನುಕೂಲಿಸಬಹುದಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು	ವಿಧಾನ	ಕಲಿಕೋಪಕರಣ	ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ		ಶಿಕ್ಷಕರ ಸ್ವ ಅವಲೋಕನ
					ಸಾಧನ	ತಂತ್ರ	
<p>* ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಭಾವೈಕೃತೆ. * ರಾಷ್ಟ್ರಧ್ವಜ ಮತ್ತು ನೀತಿ ಸಂಹಿತೆ. * ಕೋಮು ಸೌಹಾರ್ದತೆ.</p>  	Engage ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಿಕೆ	<p>* ನೀವು ಟಿ.ವಿಯಲ್ಲಿ ಮಹಾಭಾರತ ಮತ್ತು ರಾಮಾಯಣ ನೋಡಿದ್ದರಲ್ಲವೇ ? * ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರ ರಥಗಳ ಹಿಂದೆ ಏನು ಇರುತ್ತದೆ ? * ನಿಮ್ಮ ಊರಿನಲ್ಲಿ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಹಬ್ಬಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ಆಚರಿಸುತ್ತಾರೆ ಹೇಳಿ ಮಕ್ಕಳೇ? * ಹೀಗೆ ಕಲಿಕಾಂಶಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಸಣ್ಣ ಸಣ್ಣ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳುವುದು.</p>	ವೀಕ್ಷಣೆ & ಚಟುವಟಿಕೆ		ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಅವಲೋಕನ	
	Explore ಪರಿಶೋಧಿಸುವುದು	<p>* ನಿಮ್ಮ ಊರಿನ ಗ್ರಾಮ ಪಂಚಾಯತಿಯ ಮುಂದೆ ದಿನಾಲು ಏನು ಹಾರಾಡುತ್ತಿರುತ್ತದೆ ಹೇಳಿ ಮಕ್ಕಳೇ ? * ನಿಮ್ಮ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಹಬ್ಬಗಳಲ್ಲಿ ಏನನ್ನು ಹಾರಿಸುತ್ತಾರೆ ? * ದಿನಾಲು ಪ್ರಾರ್ಥನಾ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಏನು ಹಾಡುತ್ತೀರಿ ಹೇಳಿ ಮಕ್ಕಳೇ ? * ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ಸಂಖ್ಯೆಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ 4 ಗುಂಪು ಮಾಡುವುದು. 1.ರಾಷ್ಟ್ರಧ್ವಜ ಮತ್ತು ನೀತಿ ಸಂಹಿತೆ 2. ರಾಷ್ಟ್ರಧ್ವಜ ಹಾರಿಸುವ ಪದ್ಧತಿ 3.ಕೋಮು ಸೌಹಾರ್ದತೆ 4. ರಾ.ಭಾ.ಬೆಳೆಸುವ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು. ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡುವುದು. * ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಅರ್ಥೈಸಿಕೊಳ್ಳಲು ತಿಳಿಸುವುದು.</p>	ವೀಕ್ಷಣೆ & ವಿವರರಣಾತ್ಮಕ	ಪಠ್ಯಪುಸ್ತಕ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಖಿಕ	
	Explain ವಿವರಣೆ	<p>* ಪ್ರತಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೂ ತಮ್ಮ ಪಟ್ಟಿಗಳನ್ನು ಓದಲು ತಿಳಿಸುವುದು. * ಪ್ರತಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿ ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡಿದ ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸುವುದು. * ಕಲಿಕಾಂಶವನ್ನು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ತಿಳಿಸುವುದು.</p>	ವೀಕ್ಷಣೆ & ವಿವರರಣಾತ್ಮಕ	ಕಪ್ಪು ಹಲಗೆಯ ಬಳಕೆ ಭಾವುಟದ ಚಿತ್ರಗಳು	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಖಿಕ	
	Expand ವಿಸ್ತರಣೆ	<p>* ಪಿ.ಪಿ.ಟಿ. ಮುಖಾಂತರ ಅಥವಾ ವಿಡಿಯೋ ಮುಖಾಂತರ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಕಲಿಕೆ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಯಾಗುವಂತೆ ಕಲಿಸುವುದು.</p>	ಚರ್ಚಾ ವಿಧಾನ & ಚಟುವಟಿಕೆ	ಕಾರ್ಡ್‌ಶೀಟ್	ತಪ್ಪಿಸಿಲು ಪಟ್ಟಿ	ಅವಲೋಕನ	
	Evaluation ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ	<p>* ಪಾಠದ ಹಿಂದಿನ ಪ್ರಶೋತ್ತರಗಳನ್ನು ಕೇಳುವುದು * ರಸಪ್ರಶ್ನೆ ಸ್ಪರ್ಧೆ ಏರ್ಪಡಿಸುವುದು.</p>		ವೀಕ್ಷಣೆ	ಪ್ರಶೋತ್ತರ ಪಟ್ಟಿ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	ಮೌಖಿಕ

ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಪಾಠ ಯೋಜನೆ (5 ಇ) ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ

ವಿಷಯ : ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ		ವಿಭಾಗ :		ಘಟಕ : ಮನರಂಜನಾ ಆಟಗಳು		ತರಗತಿ : 9	
ಬೇಕಾಗುವ ಅವಧಿಗಳು :		ಪ್ರಾರಂಭದ ದಿನಾಂಕ :		ಮುಕ್ತಾಯದ ದಿನಾಂಕ :			
ಕಲಿಕಾಂಶಗಳು	ಬಳಸುವ 5 ಇ ಹಂತಗಳು	ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಅನುಕೂಲಿಸಬಹುದಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು	ವಿಧಾನ	ಕಲಿಕೋಪಕರಣ	ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ		ಶಿಕ್ಷಕರ ಸ್ವ ಅವಲೋಕನ
					ಸಾಧನ	ತಂತ್ರ	
* ಸರಪಳಿ ಹಾಕುವುದು.& ಬಿಚ್ಚುವುದು. * ಗೋಡೆ ಯುದ್ಧ * ಭದ್ರಬಾಹು * ಗುಣಿತದ ಲೆಕ್ಕ * ನೆಗೆತದ ಮೊತ್ತ * ಬಟಾಚೆ ಆಟ * ಜೋಡಿ ಆಟ * ಧ್ವಜ ಕಪಿ * ಚದುರಂಗ * ಖಾಯಂಗೆ * ಕಾಂಗರೂ ರಿಲೇ * ಡಾಜ್‌ಬಾಲ್ 	Engage ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಿಕೆ	* ಎಲ್ಲ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಸಾಲಾಗಿ ನಿಲ್ಲಿಸಿ ಹಾಜರಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು. * ಅನಾರೋಗ್ಯವಿರುವ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಕುಳಿತು ಕೊಳ್ಳಲು ತಿಳಿಸಿ ಚಟುವಟಿಕೆ ವೀಕ್ಷಿಸಲು ತಿಳಿಸುವುದು * ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಮೈದಾನದ ಸುತ್ತ ಓಡುತ್ತಾ ಸರಳ ಕಾವೇರಿಸುವಿಕೆ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸುವುದು.	ಅನುಕರಣೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ		ವೀಕ್ಷಣೆ	ಅವಲೋಕನ	
		Explore ಪರಿಶೋಧಿಸುವುದು	* ಮನರಂಜನೆ ಆಟಗಳಿಂದ ನಮಗೆ ಸಿಗುವಂಥಹ ಲಾಭಗಳನ್ನು ಹೇಳಿ ಮಕ್ಕಳೇ * ಪ್ರತಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗೆ ಒಂದು ಕಲಿಕಾಂಶ ನೀಡುವುದು ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಅವನಿಗೆ ಆಡಿಸಲು ತಿಳಿಸುವುದು .(ನಾಯಕ)	ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷತೆ & ಅನುಕರಣೆ		ವೀಕ್ಷಣೆ	ಅವಲೋಕನ
	Explain ವಿವರಣೆ	* ಕಲಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ನಾಯಕರಿಂದ ಆಡಿಸುವುದು. * ತಪ್ಪಿನಲ್ಲಿ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಮಾಡುವುದು. * ಎಲ್ಲ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಆಸಕ್ತಿಯಿಂದ ಭಾಗವಹಿಸುವಂತೆ ಮಾಡುವುದು.	ಚಟುವಟಿಕೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ	ಡ್ರಮ್ ಸೆಟ್ ಫ್ಲಿಪ್	ವೀಕ್ಷಣೆ	ಅವಲೋಕನ	
	Expand ವಿಸ್ತರಣೆ	* ಮಕ್ಕಳ ಸಂಖ್ಯೆಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಮನರಂಜನೆ ಆಟವನ್ನು ಆಡಿಸುವುದು * ಮುಂದಿನ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ನೀವು ಯಾವುದಾದರೊಂದು ಮನರಂಜನೆ ಆಟವನ್ನು ನೀವೆ ತಿಳಿದುಕೊಂಡು ಬನ್ನಿ ಎಂದು ಹೇಳುವುದು.	ಚಟುವಟಿಕೆ & ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ		-	ಅವಲೋಕನ	
	Evaluation ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ	ಎಲ್ಲ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಆಸಕ್ತಿಯಿಂದ ಭಾಗವಹಿಸುವಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು.	ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ & ವೀಕ್ಷಣೆ		ತಪ್ಪಿಸಲು ಪಟ್ಟಿ	ಅವಲೋಕನ	