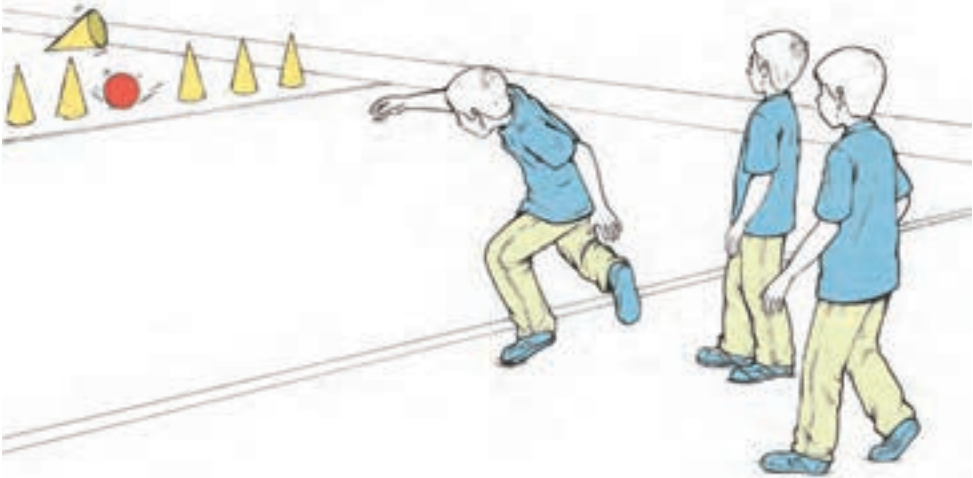


نام بازی	ده پاس
هدف	آشنایی با مهارت‌های مقدماتی هندبال
شایستگی‌های پایه	روحیه همکاری، اعتماد به نفس و قانون‌پذیری
تجهیزات	یک عدد توپ مینی هندبال، زمین هندبال یا مستطیلی به ابعاد حداقل 8×10
شرح بازی	دانش‌آموزان را مانند شکل به دو گروه مساوی ۱ و ۲ تقسیم کنید. افراد هر دو گروه را مطابق شکل به صورت دو دایره هم مرکز در محوطه بازی مستقر کنید. به انتخاب دانش‌آموزان دو نفر از بازیکنان دایره بیرونی (گروه ۲) را به عنوان توپ‌زن در مرکز دایره قرار دهید. با اعلام شروع بازی بازیکنان گروه ۱ با پاسکاری توپ را بین خود رد و بدل می‌کنند و بازیکن توپ‌زن تلاش می‌کند، مانع کار آنها شود. در صورت ارسال و دریافت ده پاس موفق، یک امتیاز به گروه تعلق می‌گیرد و توپ‌زن‌ها باید جابه‌جا شوند. در غیر این صورت با قطع جریان پاسکاری، گروه‌ها جابه‌جا می‌شوند. در پایان زمان بازی، گروهی که بیشترین امتیاز را کسب کند، برنده است.
ملاحظات	حداقل فاصله جانبی افراد دور دایره کوچک را دو دست باز و بین دو دایره را سه متر در نظر بگیرید. تأکید کنید، دو نفر کنار هم مجاز به پاسکاری نیستند. این بازی را در جریان آموزش پاس بر اساس کتاب راهنمای معلم اجرا کنید. در صورت داشتن توپ و فضای کافی، بازی را در گروه‌های کوچک اجرا کنید.
توصیه‌های ایمنی	قبل از تسلط دانش‌آموزان بر مهارت پاس، بازی را با توپ سبک اجرا کنید. به منظور جلوگیری از بی‌نظمی و ازدحام، تعداد بازیکنان را متناسب با محوطه بازی انتخاب کنید.
توصیه‌های آموزشی و تربیتی	با تشکیل گروه‌های همسان، فرصت رقابت عادلانه را فراهم آورید. با دادن فرصت داوری به دانش‌آموزان در طول بازی، ضمن تأکید بر رعایت قوانین، قانون‌پذیری و اطاعت از قوانین را تمرین کنید.
شکل بازی	

نام بازی	منفجر کردن
هدف	آشنایی با مهارت‌های مقدماتی هندبال
شایستگی‌های پایه	همکاری، اعتماد به نفس، مسئولیت‌پذیری
تجهیزات	توپ مینی هندبال و تعدادی هدف (بطری، بادکنک، مخروط، جعبه، توپ پلاستیکی و ...)، زمین هندبال یا مستطیلی با حداقل ابعاد ۸ × ۱۰
شرح بازی	دانش‌آموزان را مانند شکل در گروه‌های مساوی در دو نیمه زمین هندبال روی خط میانی مستقر کنید. در مقابل هر گروه، تعدادی مخروط یا بطری پلاستیکی به عنوان هدف روی خطوط انتهایی زمین قرار دهید و محدوده ممنوعه را با خط پرتاب به فاصله ۴ تا ۶ متر از اهداف مشخص کنید. با اعلام شروع بازی، بازیکنان هر دو گروه هم‌زمان با پاسکاری، توپ را به نزدیک‌ترین فرد به خط پرتاب می‌رسانند و او باید با ضربه شوت، مخروط‌ها یا بطری‌ها را منفجر کند. در صورت اصابت توپ به هدف، بازی از خط نیمه زمین دوباره به جریان می‌افتد و بعد از حداقل سه پاس، گروه مجاز به شوت به سمت هدف است. گروهی که زودتر موفق به انفجار تمام اهداف شوند، برنده بازی است.
ملاحظات	برای شروع بازی، بازیکنان گروه‌ها روی خط میانی روبه‌روی اهداف مستقر می‌شوند. بازیکنان در جریان بازی، اجازه ورود به محدوده ممنوعه را ندارند، مگر زمانی که توپ در آنجا متوقف شده باشد. ضربات شوت از داخل منطقه ممنوعه خطا بوده و امتیاز محسوب نمی‌شود. به منظور فعال‌تر کردن دانش‌آموزان با نصب بادکنک به دیوار، تعداد اهداف را بیشتر کنید و بازی را در چهار گروه (هر دو گروه در یک نیمه) اجرا کنید.
توصیه‌های ایمنی	تأکید کنید دانش‌آموزان برای مالکیت توپ از تجمع و هل دادن یکدیگر خودداری کنند. به منظور جلوگیری از بی‌نظمی و ازدحام، تعداد بازیکنان را متناسب با محوطه بازی انتخاب کنید.
توصیه‌های آموزشی و تربیتی	با پیشرفت دانش‌آموزان، بازی را با دو گروه مدافع و مهاجم اجرا کنید. اجازه ندهید تعداد محدودی از بازیکنان به سمت هدف شوت کنند اما در طول بازی اگر خود دانش‌آموزان تشخیص دهند که با رساندن توپ به فرد قوی‌تر گروه، امکان موفقیت تیم افزایش می‌یابد، به تصمیم دانش‌آموزان احترام بگذارید. با انتخاب داور از بین دانش‌آموزان و تعیین قوانین و مقررات ساده، ضمن لذت‌بخش‌تر کردن بازی، احترام به داور و پیروی از قوانین را تمرین کنید.
شکل بازی	

نام بازی	رد کردن توپ
هدف	آمادگی برای بازی هندبال
شایستگی‌های پایه	تقویت روحیه همکاری، اعتماد به نفس و قانون‌پذیری
تجهیزات	توپ مینی هندبال، زمین هندبال یا مستطیلی به ابعاد حداقل ۱۰×۲۰
شرح بازی	دانش‌آموزان را مانند شکل در دو گروه مساوی مهاجم و مدافع در محوطه بازی مستقر کنید. با اعلام شروع بازی، مهاجمان تلاش می‌کنند با عبور از مدافعان و پاسکاری، توپ را به انتهای زمین حریف برسانند و با قرار دادن توپ پشت خط انتهای زمین یک امتیاز کسب کنند. بعد از کسب امتیاز، توپ توسط یکی از بازیکنان گروه مدافع به جریان بازی برمی‌گردد و نقش گروه مهاجم و مدافع جابه‌جا می‌شود. در این بازی هر بازیکن مجاز به برداشتن سه گام با توپ است و هر برخوردی خطا محسوب می‌شود و جریمه فرد خاطی از دست دادن مالکیت توپ است. برنده بازی گروهی است که در مدت زمان مقرر بازی، امتیاز بیشتری کسب کند.
ملاحظات	پرتاب توپ به پشت خط، امتیاز محسوب نمی‌شود و برای کسب امتیاز باید توپ را روی زمین گذاشت. در صورت خروج توپ از زمین بازی، بازی با پرتاب اوت ادامه می‌یابد. در صورت امکان بازی را در گروه‌های کوچک اجرا کنید.
توصیه‌های ایمنی	تأکید کنید دانش‌آموزان برای مالکیت توپ از تجمع و هل دادن یکدیگر خودداری کنند. به‌منظور جلوگیری از بی‌نظمی و ازدحام، تعداد بازیکنان را متناسب با محوطه بازی انتخاب کنید.
توصیه‌های آموزشی و تربیتی	برای جذاب‌تر کردن بازی، در نوبت‌های بعد با اضافه کردن تعداد بازیکنان گروه بازنده به توان گروه بازنده بیفزایید و گروه برنده را به چالش بکشید. در طول بازی با فراهم آوردن فرصت داوری توسط دانش‌آموزان و تأکید بر رعایت قوانین، قانون‌پذیری و اطاعت از قوانین را تمرین کنید.
شکل بازی	