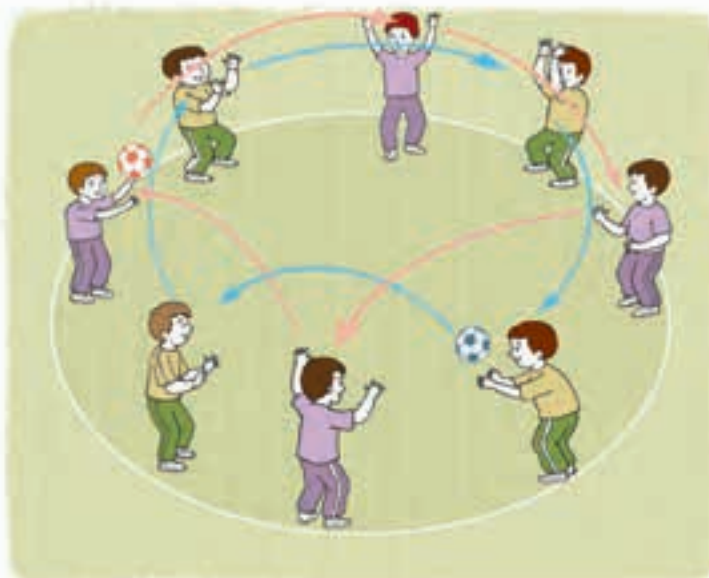


نام بازی	تعقیب توپ
هدف	آشنایی با توپ والیبال (دریافت و ارسال)
شایستگی‌های مشترک	همکاری، مسئولیت‌پذیری، دقت و هوشیاری
تجهیزات	دو توپ برای هر گروه، تور (در صورت نبود تور و زمین خط کشی شده از کش و گچ برای علامت‌گذاری استفاده شود)
شرح بازی	دانش‌آموزان در دو گروه همسان به صورت یک در میان و با استقرار دایره می‌ایستند. یک توپ در اختیار هر گروه (نفرا تی که دو طرف دایره و رو به روی هم ایستاده‌اند) قرار می‌دهیم. با شروع بازی دانش‌آموزان توپ‌ها را در جهت عقربه‌های ساعت به دور دایره برای هم گروهی خود پرتاب می‌کنند. تا زمانی که توپ یک گروه از توپ گروه دیگر سریع‌تر حرکت کند و جلوتر برود. به هر گروهی که توپ او جلوتر از گروه دیگر باشد، یک امتیاز تعلق می‌گیرد. شکل دیگر بازی: دانش‌آموزان هر گروه به صورت پراکنده در زمین والیبال و دو طرف توری که ارتفاع کمی دارد، مستقر می‌شوند و پرتاب‌ها از پشت تور انجام می‌شود و با هر برخورد توپ به زمین، به تیم مقابل یک امتیاز تعلق می‌گیرد.
ملاحظات	• در طول بازی از انواع پرتاب‌ها استفاده شود؛ مانند یک دست از پایین - دو دست از پایین - یک دست از بالای سر - دو دست از بالای سر • در بازی اول، پرتاب توپ به ترتیب نفرات انجام شود. • در بازی دوم، ارتفاع تور با توجه به توانایی دانش‌آموزان تعیین شود. • برای حفظ محدوده شخصی در طول بازی، دانش‌آموزان فقط اجازه برداشتن یک گام از هر طرف را برای دریافت توپ دارند. • به اجرای دانش‌آموزان توجه کنید و اشکالات آنها را در دریافت، ارسال، و هماهنگی با دیگران رفع کنید. • در صورت امکان، بازی در گروه‌های کوچک‌تر انجام شود. • به جای استقرار دایره از استقرار دو صف روبه‌روی هم نیز می‌توان استفاده کرد.
توصیه‌های ایمنی	زمانی که توپ رها شد، فقط کسی که توپ را از دست داده است، آن را به بازی برگرداند.
توصیه‌های تربیتی	در این بازی به دانش‌آموزان یادآوری کنید زمانی توپ را ارسال کنند که دریافت‌کننده‌ها آماده باشند همچنین در هنگام رهایی توپ در برگرداندن توپ به بازی احساس مسئولیت کرده و به یکدیگر کمک کنند و از این طریق همکاری و دوستی در دانش‌آموزان را تقویت کنید.

شکل بازی



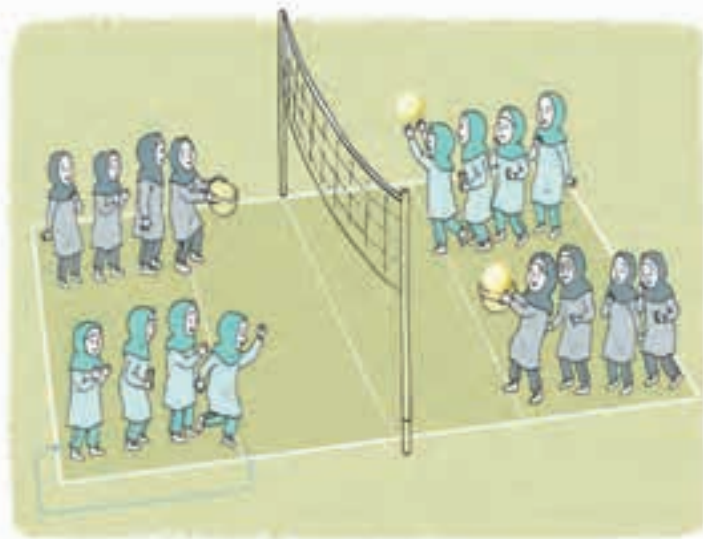
نام بازی	بیشتر پاس بده
هدف	مقدمات مهارت پنجه در والیبال
شایستگی‌های مشترک	همکاری - مسئولیت پذیری - تقویت روحیه اعتماد به نفس - صداقت و راستگویی
تجهیزات	گچ - توپ مینی والیبال - سوت
شرح بازی	دانش‌آموزان را به دو گروه مساوی (۱ و ۲) و هر گروه را به دو دسته مساوی تقسیم کنید. مطابق شکل، گروه ۲ به صورت یک ستون پشت سر هم در پشت خط شروع مستقر می‌شوند. در گروه یک، دسته‌ها به صورت دو صف موازی با فاصله سه متری مقابل هم می‌ایستند و دور آنها دایره‌ای روی زمین رسم می‌کنیم. با اعلام شروع بازی، همزمان هر دو گروه به شرح زیر شروع به فعالیت می‌کنند: گروه ۲، نفر اول به دور دایره می‌دود و بعد از لمس دست نفر بعدی گروه خود، به آخر صف می‌رود. گروه ۱، دانش‌آموزان در دسته‌های روبه روی هم از ابتدای صف شروع توپ را با پاس پنجه میان یکدیگر رد و بدل می‌کنند و تعداد پاس‌های داده شده را می‌شمارند. بازی با اتمام دویدن همه اعضا، گروه ۲، دور دایره متوقف شده، و جای گروه‌ها عوض می‌شود. گروهی که بیشترین تعداد پاس را داده باشد، تشویق می‌شود. شکل دیگر بازی: بازی با استقرار در زمین والیبال و ارسال توپ از پشت تور و دویدن به دور زمین والیبال انجام می‌شود.
ملاحظات	• بازی بعد از آموزش مهارت پنجه و فعالیت‌های آن بر اساس کتاب راهنمای معلم اجرا شود. • بازی برای سایر مهارت‌ها نیز قابل اجراست. • دانش‌آموزان را تشویق کنید تا توپ را به شیوه درست (الگوی حرکتی ارسال با پنجه) پرتاب کنند.
توصیه‌های ایمنی	فواصل بین دانش‌آموزان با توجه به توانایی آنها تعیین شود.
توصیه‌های تربیتی	در این بازی با وضع قوانین مشخص و تأکید بر اجرای آن، ضمن آشنا کردن دانش‌آموزان با اهمیت قوانین، قانونمندی را در ایشان تقویت کنید. برای مثال، کسی که ارسال را صحیح انجام نمی‌دهد باید به دنبال توپ برود.

شکل بازی



نام بازی	توپ و سبد
هدف	تقویت مقدمات مهارت ساعد، چابکی، دقت در پرتاب و دریافت
شایستگی‌های مشترک	تقویت روحیه همکاری، دقت، قانون‌پذیری
تجهیزات	گچ - تور - توپ - سوت - کیسه پلاستیکی یا سبد
شرح بازی	دانش‌آموزان را به گروه‌های مساوی و زوج و هر گروه را به دو دسته مساوی تقسیم کنید. گروه‌ها را در دسته‌های رو به روی هم در دو نیمه زمین والیبال روی خطوط سه متر مستقر کنید. نفرات اول در یک نیمه زمین توپ و نفرات رو به روی آنها در نیمه دیگر کیسه یا سبد در اختیار دارند با اعلام شروع بازی، دانش‌آموزان صاحب توپ تلاش می‌کنند توپ را به گونه‌ای پرتاب کنند که داخل کیسه پلاستیکی فرود آید. دانش‌آموز رو به رو نیز تلاش می‌کند برای دریافت توپ با کیسه در مسیر حرکت توپ قرار گیرد. در صورت قرار گرفتن توپ داخل کیسه، پرتاب کننده به سرعت دویده و به انتهای صف رو به روی خود می‌رود. دانش‌آموز دریافت کننده توپ را از داخل کیسه برداشته و کیسه را به دانش‌آموز پشت سر خود و بدون پرتاب کردن، توپ را به دانش‌آموز رو به روی خود تحویل می‌دهد و به انتهای صف می‌رود. اگر توپ داخل کیسه فرود نیاید، دانش‌آموز پرتاب کننده، توپ را مجدداً در اختیار گرفته و پرتاب را تکرار می‌کند. بازی تا برگشت نفرات اول به جای خود ادامه می‌یابد. اشکال دیگر بازی: - با پیشرفت دانش‌آموزان، بازی پشت تور انجام شود. - با پیشرفت دانش‌آموزان، کیسه از بازی حذف شده و توپ با ساعد متوقف شود.
ملاحظات	این بازی در مراحل آموزش و تمرینات ساعد بر اساس کتاب راهنمای معلم اجرا شود. در صورت نداشتن توپ والیبال، از سایر توپ‌های مناسب استفاده شود.
توصیه‌های ایمنی	فاصله دانش‌آموزان با توجه به توانایی‌هایشان تنظیم شود. قبل از پرتاب توپ، از آمادگی یار مقابل برای دریافت توپ اطمینان حاصل شود.
توصیه‌های تربیتی	با توزیع عادلانه دانش‌آموزان توانمند و کم‌توان در گروه‌ها، امکان کسب تجربه موفقیت در کار گروهی، را برای همه فراهم آورید.

شکل بازی



نام بازی	سرویس
هدف	مقدمات مهارت سرویس ساده والیبال
شایستگی‌های مشترک	تقویت روحیه همکاری، دقت، قانون پذیری، مهارت کار با دیگران
تجهیزات	چهار عدد توپ والیبال، زمین والیبال
شرح بازی	دانش آموزان را به گروه‌های مساوی و زوج و هر گروه را به دو دسته مساوی تقسیم کنید. گروه‌ها را در دسته‌های روبه روی هم، در دو نیمه زمین والیبال روی خطوط سه متر مستقر کنید. نفرات اول ستون‌ها در یک سمت تور توپ در اختیار دارند. با اعلام شروع بازی، دانش آموزان با الگوی حرکت دست ضربه در سرویس، توپ را روی زمین قل داده (سه متر با دست چپ و سه متر با دست راست) و به هم گروه خود در زمین مقابل می‌رسانند و به سرعت در انتهای ستون قرار می‌گیرند. بازیکن صاحب توپ همین حرکت را تکرار می‌کند. بازی با تمام نفرات ادامه پیدا می‌کند و گروهی که بازی را زودتر تمام کند، امتیاز می‌گیرد. اشکال دیگر بازی: • با الگوی حرکت دست ضربه در سرویس، توپ را روی زمین قل داده، به نفر اول گروه مقابل رسانده و به انتهای صف خود برود. • با پرتاب یک دست از پایین، توپ را به نفر مقابل رسانده و به انتهای صف خود برود. • با ضربه سرویس از روی تور با ارتفاع کم، توپ را به نیمه دیگر زمین ارسال کرده و به انتهای صف خود برود.
ملاحظات	در صورت امکان از گروه‌های کوچک استفاده کنید. با توجه به توانایی و پیشرفت دانش آموزان، نوع حرکت، ضربه به توپ، فاصله از تور و ارتفاع تور را کم و زیاد کنید. دانش آموزان را برای دریافت توپ به شیوه درست (شبه الگوی حرکتی سرویس) تشویق کنید. بازی را در جریان آموزش مهارت سرویس ساده و فعالیت‌های آن بر اساس کتاب راهنمای معلم اجرا کنید.
توصیه‌های ایمنی	هنگام قل دادن توپ به جلو از کشیده شدن پشت دست روی زمین مراقبت کنید. هنگام عبور از زیر تور مراقب برخورد با آن باشید.
توصیه‌های تربیتی	با ارائه بازخوردهای به موقع و مناسب به بهبود عملکرد و ارتقای اعتماد به نفس در دانش آموزان با هر سطح از توانایی کمک کنید.

شکل بازی

