

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

به نام خداوند بخشنده و مهربان

ضمیمہ کتاب "ترغیب بدنی دورہ ابتدائی"

ویژہ معلمان پایہ دوم

۱۳۹۱



وزارت آموزش و پرورش
سازمان پژوهش و برنامه‌ریزی آموزشی

برنامه‌ریزی محتوا و نظارت بر تألیف : دفتر تألیف کتاب‌های درسی ابتدایی و متوسطه نظری

نام کتاب : ضمیمه کتاب تربیت بدنی دوره ابتدایی ویژه معلمان پایه دوم - ۵۳/۷

مؤلفان : طیبه ارشاد، جواد آزمون و مریم جودی

همکاران : عباس اردستانی، رضا ابراهیمی دولت آبادی و حمید دامرودی

آماده‌سازی و نظارت بر چاپ و توزیع : اداره کل چاپ و توزیع کتاب‌های درسی

مدیر امور فنی و چاپ : سید احمد حسینی

مدیر هنری : مجید ذاکری یونسی

تصویرگر : ثمین قربانی

طراح جلد و صفحه آرا : محمد مهدی ذبیحی فرد

حروفچین : سیده فاطمه محسنی

مصصح : رضا جعفری، علیرضا کاهه

امور آماده‌سازی خبر : فاطمه پزشکی

امور فنی رایانه‌ای : حمید ثابت کلاچاهی، سیده شیوا شیخ‌الاسلامی

ناشر : اداره کل چاپ و توزیع کتاب‌های درسی

تهران : خیابان ایرانشهر شمالی - ساختمان شماره ۴ آموزش و پرورش (شهید موسوی)

تلفن: ۹- ۸۸۸۳۱۱۶۱، دورنگار: ۸۸۳۰۹۲۶۶، کدپستی: ۱۵۸۴۷۴۷۳۵۹

وب سایت: www.chap.sch.ir

سال انتشار و نوبت چاپ: چاپ اول ۱۳۹۱

حق چاپ محفوظ است

شابک ۳-۳۸-۲۰-۵-۹۶۴-۹۷۸-۳ ISBN 978-964-05-2038-3

فهرست

عنوان صفحه

بخش اول : کلیات

- ۶ نحوه همسوسازی برنامه درسی تربیت بدنی با برنامه درسی ملی
- ۶ برنامه‌ریزی درسی تربیت بدنی در دوره ابتدایی
- ۷ بازی چیست و در برنامه درسی تربیت بدنی چه جایگاهی دارد
- ۷ بازی‌های گروهی (تعریف)
- ۸ نکات اساسی در انجام بازی‌های گروهی
- ۸ بازی‌های ورزشی تلفیقی (تعریف)
- ۸ فلسفه وجودی بازی‌های ورزشی تلفیقی
- ۹ روش‌های تلفیق تربیت بدنی (در قالب بازی‌های ورزشی و حرکات جسمانی)
- ۹ پیش‌نیازهای ساخت بازی‌های ورزشی تلفیقی
- ۱۰ بازی‌های بومی - محلی (مقدمه، تعریف)
- ۱۰ نکات اساسی در انتخاب بازی‌های بومی - محلی

بخش دوم : نمونه بازی‌ها

- ۱۲ معرفی بازی تور ماهیگیری
- ۱۴ معرفی بازی عبور از حلقه
- ۱۶ معرفی بازی بره و میش
- ۱۸ معرفی بازی پاک‌سازی زمین
- ۲۰ معرفی بازی انجماد
- ۲۲ معرفی بازی آشنایی با مشاغل
- ۲۴ معرفی بازی خروس چته
- ۲۶ معرفی بازی بیش‌تر بردار
- ۲۸ معرفی بازی خانه خود خانه همسایه
- ۳۰ معرفی بازی عموزنجیرباف
- ۳۲ معرفی بازی طناب‌کشی
- ۳۴ معرفی بازی گرگم به هوا
- ۳۶ معرفی بازی سایه زنی
- ۳۸ معرفی بازی وسطی

بخش اول

کلیات



نحوه همسوسازی برنامه درسی تربیت بدنی با برنامه درسی ملی

برنامه درسی ملی نگاه جامع و کاملی به انسان داشته و رشد ابعاد جسمانی و روحانی او را مدنظر قرار می‌دهد. این برنامه هدایت‌کننده برنامه‌های درسی در حوزه‌های یادگیری مختلف بوده و رویکرد آن فطرت‌گرای توحیدی است.

در برنامه درسی ملی حوزه‌های یادگیری شامل یادگیری‌های ضروری می‌باشد که در ۱۱ حوزه پیش‌بینی شده‌اند. هر یک از حوزه‌های یادگیری گسترده و محدوده دانش، مهارت‌ها، نگرش‌ها و ارزش‌های مرتبط با یادگیری دانش‌آموزان پیش‌دبستان تا دوره متوسطه را توصیف می‌کنند. همچنین در این برنامه صلاحیت‌ها و یادگیری‌های مشترک به آن دسته از یادگیری‌ها اطلاق می‌شود که همه خروجی‌های آموزش و پرورش بتوانند به گونه‌ای به آن‌ها دست یافته و در همه حوزه‌های یادگیری امکان حضور داشته باشند.

حوزه یادگیری تربیت بدنی و سلامت یکی از ۱۱ حوزه یادگیری برنامه درسی ملی است که کسب صلاحیت‌های اساسی و مشترک این حوزه متریان را قادر می‌سازد تا در خلال فعالیت‌های یادگیری، ارزش‌های اخلاقی و بهداشتی و مهارت‌هایی همچون تلاش، کارگروهی، احترام به خود و دیگران، انصاف، صبر، خویشتن‌داری، حسن خلق، اعتماد به نفس، نظم و انضباط، رعایت قوانین، حس مسئولیت و انتخاب سالم را به صورت کاربردی بیاموزند و تمرین کنند. از این رو برنامه‌های آموزشی درس تربیت بدنی همسو با برنامه درسی ملی به عنوان بخشی از نظام تعلیم و تربیت رسمی به دنبال آن است تا با توجه به نیازها، علایق و ویژگی‌های جسمانی، ذهنی و عاطفی دانش‌آموزان از طریق حرکت و فعالیت و با بهره‌گیری از فرهنگ اسلامی، ارزش‌های اسلامی، و ایرانی علاوه بر پرورش قوای جسمانی و تسهیل رشد حرکتی، معنویت و صفات انسانی، نیازهای تربیتی دانش‌آموزان را تأمین کرده و در کسب صلاحیت‌های مشترک حوزه‌های یادگیری در برنامه درسی ملی کارکرد مؤثری داشته باشد.

برنامه‌ریزی درس تربیت بدنی در دوره ابتدایی

اساس و پایه برنامه درس تربیت بدنی در دوره ابتدایی بر اساس نیازها، علایق و ویژگی‌های جسمانی، حرکتی، ذهنی و عاطفی کودکان ۷ تا ۱۲ سال شکل می‌گیرد. کودکان در این سنین به بازی‌های گروهی علاقمند هستند، توانایی همکاری با دیگران را دارند، از فعالیت جسمانی لذت می‌برند، از نظر اجتماعی آگاهی بیشتری پیدا کرده و آمادگی آموزش قوانین و مقررات، آداب صحیح اجتماعی و اصول سالم زیستن در آن‌ها دیده می‌شود. افرادی صادق و راستگو هستند و دوست دارند کارها را به خوبی انجام دهند و مورد تحسین قرار گیرند. کنجکاو هستند و از تلاش و رقابت لذت می‌برند و برای رسیدن به هر چیزی تلاش می‌کنند. از نظر حرکتی، مهارت‌های پایه در آن‌ها در حال بهبود و تکامل است و همراه با رشد بدنی، سایر توانایی‌های ایشان نیز رو به توسعه است. از این رو فراهم آوردن موقعیت‌های مختلف حرکتی برای توسعه و بهبود هر چه بیشتر توانایی‌های ذهنی، جسمانی و حرکتی دانش‌آموزان در کنار توسعه روابط اجتماعی، پرورش ارزش‌های اخلاقی و نگرش مثبت به فعالیت بدنی از اهداف اصلی این برنامه است. معلمان در کنار طراحی انواع فعالیت‌ها و تمرینات با انتخاب هدفمند انواع بازی‌ها و خلق موقعیت‌های متنوع و دلچسب حرکتی برای دانش‌آموزان می‌توانند در ساعات آموزشی درس تربیت بدنی به راحتی به این اهداف دست یابند. لذا در طراحی آموزشی محتوای برنامه درس تربیت بدنی دوره ابتدایی، بازی به عنوان یکی از اصلی‌ترین اجزاء برنامه آموزشی نقش و اهمیت ویژه‌ای پیدا می‌کند.

بازی چیست و در برنامه درسی تربیت بدنی چه جایگاهی دارد؟

تعریف جامع و فراگیر از بازی که مورد تأیید همه نظریه پردازان روانشناسی باشد وجود ندارد و تقسیم بندی های متعددی نیز از انواع بازی صورت گرفته است اما آنچه از تعاریف و دسته بندی ها به طور مشترک قابل مشاهده می باشد، این است که کودک بر اساس نیازهای درونی خود به بازی می پردازد؛ در حالی که فعالیت ها و کوشش های آگاه و ناخودآگاه وی به منظور آماده ساختن او برای زندگی آینده صورت می گیرد. به عبارت ساده تر می توان گفت بازی بستر مناسبی برای دانش آموز است که بدون تحمل خشکی تمرینات، کلاس را با نهایت رغبت و اشتیاق همراه با کسب لذت سپری کند و علاوه بر کسب مهارت های حرکتی و آموزشی مربوطه، به تمرین زندگی بپردازد. تمرین همیاری، همکاری، مسئولیت پذیری، قانونمندی، نظم و انضباط، آشنایی با روابط اجتماعی، تحکیم دوستی ها، آشنایی با محیط و... از جمله این خصوصیات است.

این مهم میسر نخواهد شد مگر آنکه معلمین تربیت بدنی ضمن آگاهی از جایگاه برجسته و تأثیر مهم خود در آموزش و تربیت دانش آموزان، ضمن فراهم آوردن بستری مناسب برای آموزش و گسترش تجارب حرکتی و توانایی های جسمانی دانش آموز، بازی ها را در جهت تربیتی مطرح کنند و با دادن معنا و محتوا به بازی ها، آن ها را به درس زندگی تبدیل نمایند. این امر باعث می شود تا دانش آموزان ضمن لذت بردن از بازی هدفمند، به اهداف والای آموزشی و پرورشی بهتر دسترسی پیدا کنند.

در راستای اهداف آموزشی برنامه درسی پایه دوم و کسب صلاحیت های مشترک در حوزه های یادگیری برنامه درسی ملی، برنامه درس تربیت بدنی نگاه ویژه ای به بازی ها داشته و سه گروه از بازی ها را با توجه به کارکرد آن ها در اولویت قرار می دهد.

بازی های گروهی

بازی های تلفیقی با سایر دروس

بازی های بومی - محلی

در ادامه پس از معرفی و بیان نکات اساسی هر گروه از بازی های ذکر شده ۱۴ نمونه بازی به طور کامل شرح داده می شود که معلمان می توانند در تکمیل فعالیت های جلسات آموزشی مطرح شده در کتاب معلم، در هر جلسه یکی از بازی های مرتبط با موضوع آموزشی را انتخاب و در تمام مراحل کلاس از آن بهره ببرند. البته می توان با اعمال برخی تغییرات در نحوه اجرا و متناسب سازی آن با فرهنگ و اقلیم محل آموزش، بازی ها را به شکل جذاب تر و متنوع تر اجرا کرد.

بازی های گروهی :

در بازی ها و فعالیت های گروهی دانش آموزان با کمک هم برای رسیدن به هدفی مشترک تلاش می کنند. در این بازی ها، دانش آموزان با هم تشریک مساعی می کنند و در تمام مراحل احساس مسئولیت می کنند. برخی از رفتارها از جمله اعتماد، دوستی، پذیرش از سوی جمع، کمک به دیگران، مشارکت در کار با دیگران، کاهش ناهنجاری های اخلاقی، گرایش و تمایلات مثبت و... توسعه می یابد.

برای انجام بازی های گروهی دانش آموزان به یادگیری مهارت های ذیل نیاز دارند :

رعایت نوبت، لذت بردن از موفقیت دیگران، گوش دادن به صحبت های دیگران، رفع اختلاف با همکلاسی های خود، حمایت ضعیف ترها و تشویق آنان، توانایی انتقاد صریح، حمایت و تشویق دیگران.

از این رو توصیه می‌شود معلمان در طول اجرای کلاس و انجام فعالیت‌ها و بازی‌ها با استفاده از آموزش‌های کلامی و غیر کلامی خود نسبت به تقویت مهارت‌های ذکر شده اهتمام ورزند.

نکات اساسی در انجام فعالیت‌ها و بازی‌های ورزشی گروهی

- گروه‌ها با توجه به توانایی افراد انتخاب شوند تا گروه‌های متجانس داشته باشیم.
- دقت شود نوبت هریک از بچه‌ها در بازی مراعات شود.
- نکات ایمنی به دانش آموزان گوشزد شده و معلم از ایمنی بچه‌ها در هنگام بازی مراقبت کند.
- بازی‌ها متناسب با اهداف آموزشی درس انتخاب شود.
- به هنگام معرفی و شرح بازی، بهتر است معلم ضمن شرح دادن خود بازی را اجرا کند.
- امکانات و وسایل مورد نیاز بازی با در نظر گرفتن ایمنی تهیه گردد.
- احترام به قوانین و مقررات، احترام به همبازی، رعایت نوبت، مسئولیت‌پذیری و تلاش و پشتکار از ضروریات بازی‌های گروهی است که توصیه می‌شود همواره از سوی معلم گوشزد گردد.
- برای حفظ تنوع، از تکرار بیش از اندازه یک بازی پرهیز شود.

بازی‌های ورزشی تلفیقی

تعریف: منظور از بازی‌های ورزشی تلفیقی فعالیت‌های جسمانی بازیگونه برنامه‌ریزی شده و سازماندهی است که از درهم آمیخته شدن دو یا چند فعالیت ذهنی و جسمی (که معمولاً مطالعه و یادگیری آن‌ها به صورت انفرادی سخت است) و به منظور تحقق هدف خاصی، تشکیل شده‌اند.

فلسفه و جودی بازی‌های ورزشی تلفیقی: ماشینی و صنعتی شدن زندگی و فاصله گرفتن انسان‌ها از طبیعت و محدود شدن قلمرو زندگی انسانی به چهاردیواری کوچکی به نام آپارتمان و حداکثر خانه‌های کوچک و تبدیل شدن محیط طبیعی، که می‌توانست فضای بازی و کلاس درس محسوب شود، به زمین‌های محدود بازی و فعالیت از طرفی و انفجار مفاهیم و موضوعات متنوع و جدید حاصل از صنعتی شدن جهان از طرف دیگر و ضرورت یادگیری مفاهیم مختلف و متنوع مورد نیاز و محدودیت‌های زمانی حاصل از جبر زندگی ماشینی، انسان‌های متفکر و جستجوگر بسیاری را به یافتن راه حل‌های مقرون به صرفه و در عین حال مؤثر واداشت. یافتن مفاهیم و فعالیت‌هایی که پتانسیل هم‌افزایی را داشته باشند از جمله راه حل‌هایی بود که در اوایل قرن بیستم با تلاش‌های بسیاری، تحت عنوان «فعالیت‌های تلفیقی یا به اختصار تلفیق» پا به عرصه تعلیم و تربیت گذاشته و پس از بارها قرار گرفتن در بوته آزمایش و محک تجربه، عصای دست دست‌اندرکاران تعلیم و تربیت شد. از آنجا که یادگیری خود ماهیتی تلفیقی دارد، توجه به این الگو در اصلی‌ترین مقاطع زندگی بشری یعنی دوران ابتدایی زندگی و تحصیل بیش از دیگر مقاطع مورد توجه قرار گرفت. معلمان تلاش کردند تا به جای تدریس مجزای مفاهیم و موضوعات درسی که غالباً مشکل می‌نمود، آن‌ها را به نحوی در هم بیامیزند تا با حداکثر یادگیری و کمترین مقاومت و کم توجهی، متربیان را مهیای زندگی امروزی و آینده کنند. چنین روشی در حد اعلائی خود، اگر در محدوده ذهنیات باقی می‌ماند امروز دست‌مایه نظام‌های تعلیم و تربیت نبود؛ چرا که نهایت پیاده شدن چنین رویکردی به دلیل درگیر ساختن فقط یک نیمکره مغز، بسیار محدود بود. اما آنجا که ذهن و جسم دست در دست هم داده و با به خدمت گرفتن همزمان هر دو نیمکره مغز ظرفیت‌ها و توانایی‌های بیشتری را برای یادگیری مهیا ساختند، فعالیت جسمانی به معنای اعم و تربیت بدنی و ورزش به معنای اخص کلمه خود را به عنوان یک

موضوع درسی مهم و تسهیل کننده یادگیری، که خود نیز می‌بایست یاد گرفته می‌شد، به جامعه تعلیم و تربیت معرفی و تحمیل کرد. امروزه شاهد آن هستیم که موضوعات متعدد و اصلی درسی مانند ریاضیات، علوم، مهارت‌های زبانی، هنر و مطالعات اجتماعی با محوریت درس تربیت بدنی و در قالب الگوی تلفیق و در لوای بازی‌های ورزشی به دانش‌آموزان عرضه شده و آنجا که برنامه‌ریزی و سازماندهی اصولی صورت گیرد، یادگیری سریع و ماندگار کمترین پیامد همزیستی تربیت بدنی با سایر موضوعات درسی در قالب تلفیق است. صرف نظر از آنچه گفته شد ماهیت نشاط آوری، تقویت‌کنندگی، رشددهندگی، تسهیل‌کنندگی و مهمتر از همه مبتنی بر فطرت آدمی، فعالیت‌های جسمانی، که در قالب بازی‌های ورزشی اجرا می‌شوند، فلسفه وجودی و ضرورت بازی‌های ورزشی تلفیقی را رقم زد.

روش‌های تلفیق تربیت بدنی (در قالب بازی‌های ورزشی و حرکات جسمانی): حداقل به سه روش می‌توان بازی‌های ورزشی تلفیقی ساخت. در نوع اول و دوم، فقط یک موضوع درسی (از بین دروس ریاضی، علوم، مهارت‌های زبانی، مطالعات اجتماعی و هنر)، با تربیت بدنی (البته با فعالیت‌های جسمانی این موضوع درسی مثل بازی‌های ورزشی، مهارت‌های حرکتی) تلفیق می‌شود، اما در سومین روش مفاهیم بیش از یک موضوع درسی با مفاهیم تربیت بدنی تلفیق می‌شوند. تفاوت روش‌های اول و دوم فقط در تقدم و تأخر موضوع است. به عبارتی دیگر در نوع اول موضوع درسی مبنای آموزش است اما با مفاهیم تربیت بدنی تلفیق می‌شود. اما در روش دوم موضوع مفاهیم تربیت بدنی مبنای آموزش بوده و موضوعات دیگر درسی را به یاری می‌گیرد.

پیش‌نیازهای ساخت بازی‌های ورزشی تلفیقی: برای ساخت یک بازی ورزشی تلفیقی، حداقل نیازمند آگاهی از موارد ذیل و توانایی بهره‌گیری از آن‌ها می‌باشیم:

✓ آگاهی از مفاهیم کلی و واحدهای درسی کلیه دروس در هر پایه (البته نکات و مفاهیم برجسته که یادگیری آن‌ها به تنهایی مشکل باشد و ضمناً امکان تلفیق وجود داشته باشد). به‌طور مثال مفاهیم و واحدهای اصلی درس تربیت بدنی در پایه دوم ابتدایی عبارتند از: حرکات پایه و وضعیت بدنی، آمادگی جسمانی و فعالیت بهداشت تغذیه و ایمنی در ورزش آشنایی با رشته‌های مختلف ورزشی

✓ محوریت قرار دادن مفاهیم کلی و واحدهای درسی تربیت بدنی در هر پایه برای تلفیق با سایر دروس در هر پایه.

✓ امکانات؛ فضا؛ تجهیزات و سطح توانایی‌های دانش‌آموزان.

✓ چگونگی مشارکت با سایر معلمان و کادر مدرسه.

بازی‌های بومی – محلی

تعریف: بازی‌های بومی به بازی‌هایی اطلاق می‌شود که در منطقه یا محله خاصی اجرا شوند. در بازهای محلی وسعت تحت پوشش بازی بیشتر شده و اختصاص به استان یا استان‌هایی دارد که دارای وجوهانی مشترک مانند آب و هوا، زبان و ... باشد. در سرزمین پهناور و کهنسال ما ایرانیان با وجود تنوع در آب و هوا و گوناگونی ریشه‌های فرهنگی، بازی و سرگرمی‌های رایج در میان مردم نیز از تنوع و گستردگی برخوردار است. هیچ کس نمی‌داند از چه زمانی این بازی‌ها و توسط چه کسانی آغاز شده‌اند آن چه مهم است این است که تغییر در شیوه‌های زندگی مردم، گسترش شهرنشینی و صنعتی شدن و پیدایش فن‌آوری‌های نوین بسیاری از بازی‌های سنتی را منسوخ کرده و یا به حاشیه رانده است. بازی‌های بومی – محلی کشورمان می‌تواند به عنوان احیاکننده فرهنگ، آداب و رسوم گذشتگان نقش مؤثری در ارتقاء شخصیت و هویت ملی داشته باشد و همچنین به عنوان منبعی مؤثر در توسعه و ترویج ورزش همگانی استفاده شود. از این رو استفاده از انواع بازی‌های بومی – محلی متناسب با فرهنگ و اقلیم محل آموزش در برنامه درسی تربیت بدنی توصیه می‌شود.

نکات اساسی در انتخاب بازی‌های بومی – محلی: در انتخاب بازی‌های مناسب برای اجرا در مدرسه توجه به نکات زیر

ضروری است:

- کمک به تقویت توانایی‌های جسمانی، ذهنی و عاطفی دانش‌آموزان در راستای اهداف برنامه درسی تربیت بدنی
- ارائه الگوی مناسب برای غنی‌سازی اوقات فراغت دانش‌آموزان
- تزریق شادابی و نشاط
- به نمایش گذاردن ارزش‌های فرهنگی و سنن پسندیده تاریخی و قالب بازی
- متناسب بودن فضای مورد نیاز بازی با فضای آموزشگاه
- توجه به رعایت نکات ایمنی و بهداشتی
- جذابیت بازی
- داشتن ظرفیت‌های مناسب برای تغییر در قوانین و مقررات بازی و متناسب‌سازی آن با ویژگی‌های سنی دانش‌آموزان.

بخش دوم

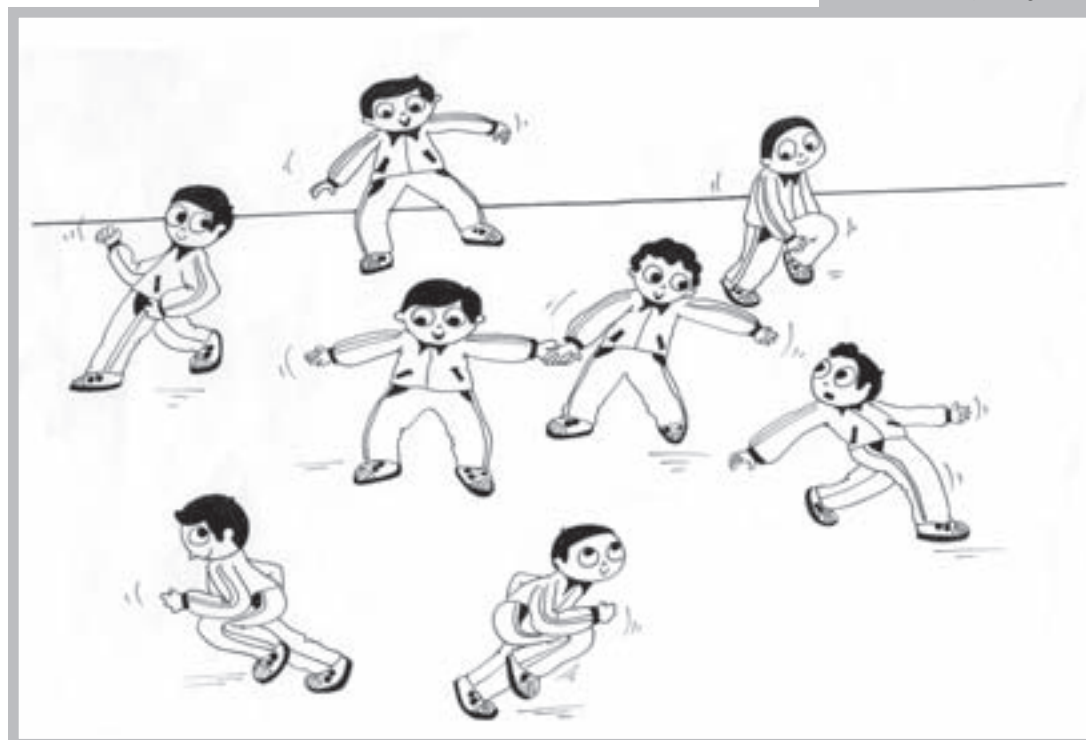
نمونه بازی ها



معرفی چند نمونه فعالیت و بازی گروهی متناسب با اهداف آموزشی پایه دوم

بازی ۱	تور ماهیگیری (گروهی)
هدف	توسعه و بهبود استقامت قلبی - تنفسی / انعطاف پذیری / چابکی / بهبود مهارت در دویدن
صلاحیت‌های مشترک	مشارکت / همیاری / حل مسأله / تصمیم‌گیری / اطاعت از فرامین
تجهیزات	گچ / سوت
تعداد دانش آموزان	حداقل ۱۰ نفر
محوطه بازی	فضای باز با سر پوشیده (حداکثر ۲۰×۲۰) متناسب با تعداد بازیکنان
شرح بازی	<p>از بین دانش آموزان به قید قرعه یکی به عنوان ماهیگیر انتخاب می‌شود سپس همه دانش آموزان در محدوده‌ای که به نام دریا مشخص شده است، همچون ماهی، پراکنده می‌شوند. پس از اعلام شروع بازی، توسط مربی، ماهیگیر به تعقیب ماهی‌ها پرداخته و با سعی و کوشش، یکی از آن‌ها را با دست لمس می‌کند، وی به ماهیگیر پیوسته و این بار ماهی و ماهیگیر (تور) دست در دست هم، ۲ نفری به صید ماهی می‌پردازند با هر صید، از تعداد ماهی‌ها کاسته و بر طول تور ماهیگیری افزوده می‌شود، همکاری و هماهنگی، بایستی به حدی باشد که تور از هم پاره نشود و با سرعت بیشتری ماهی بگیرند و در این میان، وقتی ماهی‌ها احساس خطر می‌کنند، می‌توانند از لابلای تور یعنی فضای خالی بین دست‌های دانش آموزان (تور ماهیگیری) عبور کرده و در پشت تور قرار بگیرند. بنابراین صلاح دید معلم و یا صید تمام ماهی‌ها، بازی تمام می‌شود.</p>

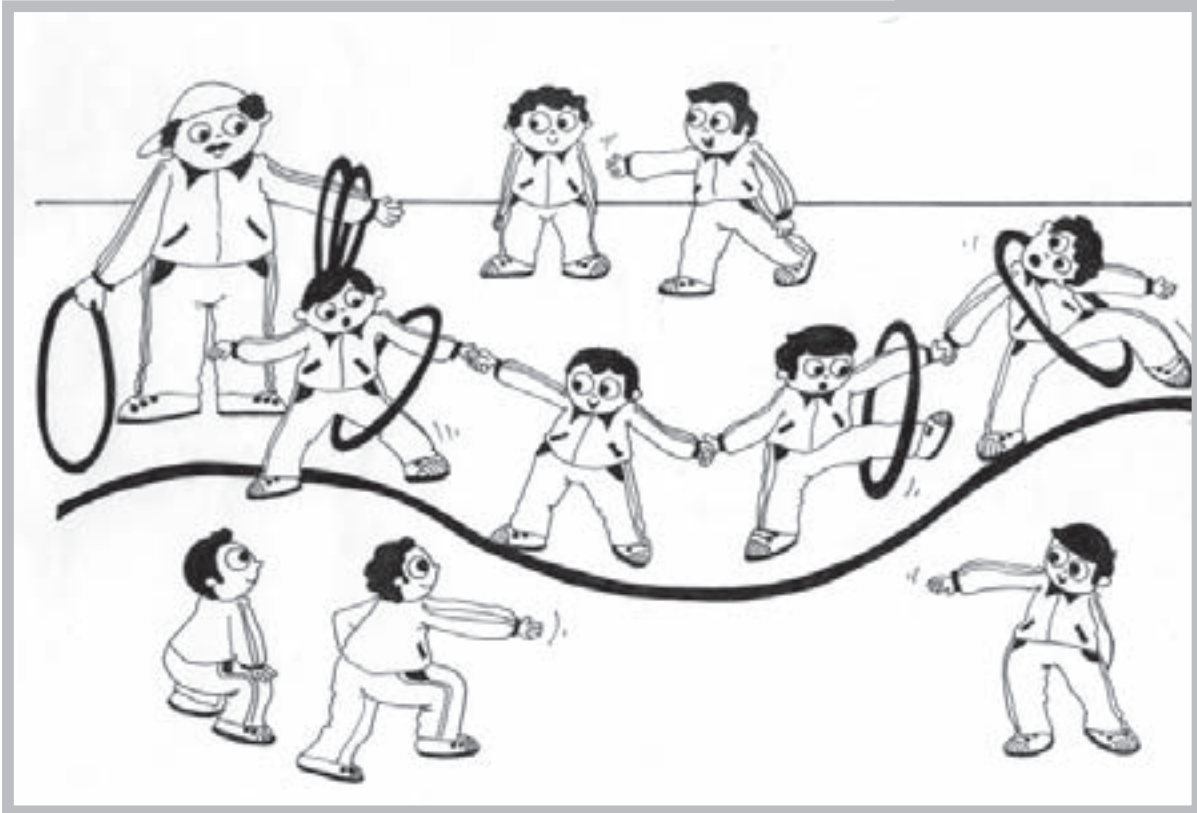
شکل بازی



<p>۱- نفرات تور ماهیگیری فقط با دست آزاد مجاز به صید هستند . ۲- نفرات تور ماهیگیری قبل از تعقیب هر صید با همفکری صید خود را انتخاب می کنند . ۳- در صورتی که تور پاره شود بازی توسط مربی متوقف و تور مجدداً وصل می شود .</p>	<p>ملاحظات</p>
<p>حداکثر زمان بازی ۵ تا ۱۰ دقیقه</p>	<p>زمان بازی</p>
<p>در هنگام فرار از فضای خالی بین دست‌ها، دانش آموزان نباید با پا یا هر قسمت از بدن مزاحمتی برای دانش آموز (صید) ایجاد کند.</p>	<p>نکات ایمنی</p>

عبور از بین حلقه‌ها در مسیر منحنی شکل (گروهی)	بازی ۲
توسعه و بهبود انعطاف‌پذیری	هدف
افزایش خلاقیت و مهارت حل مسأله / مهارت کار با دیگران / باور به همکاری گروهی برای رسیدن به نتیجه	صلاحیت‌های مشترک
حداقل ۲۰ حلقه (حلقه‌های پلاستیکی) / گچ	تجهیزات
تمام دانش‌آموزان کلاس	تعداد دانش‌آموزان
فضای باز یا سر پوشیده متناسب با تعداد بازیکنان (۹ × ۱۸ متر)	محوطه بازی
معلم قبل از شروع بازی مسیرهای ماریچ (منحنی شکل) روی زمین کشیده و دانش‌آموزان را در گروه‌های ۱۲ تا ۱۵ نفری بر روی خطوط منحنی مستقر می‌کند و آنان با گرفتن دست‌های یکدیگر سعی می‌کنند با فعالیت و حرکات کششی بدون این‌که دست‌های خود را رها کنند حلقه را به نفر بعدی انتقال دهند، به این ترتیب در طول مسیر حلقه از فردی به فرد دیگر منتقل می‌شود بازی زمانی پایان می‌یابد که گروه با مشارکت تمام حلقه‌های پیش‌بینی شده در ابتدای مسیر را به انتهای مسیر برساند. دانش‌آموزان حین اجرای این بازی (عبور دادن حلقه) با قرار دادن بدنشان در سطوح متفاوت در عبور دادن حلقه‌ها مشارکت می‌کنند.	شرح بازی

شکل بازی



ملاحظات

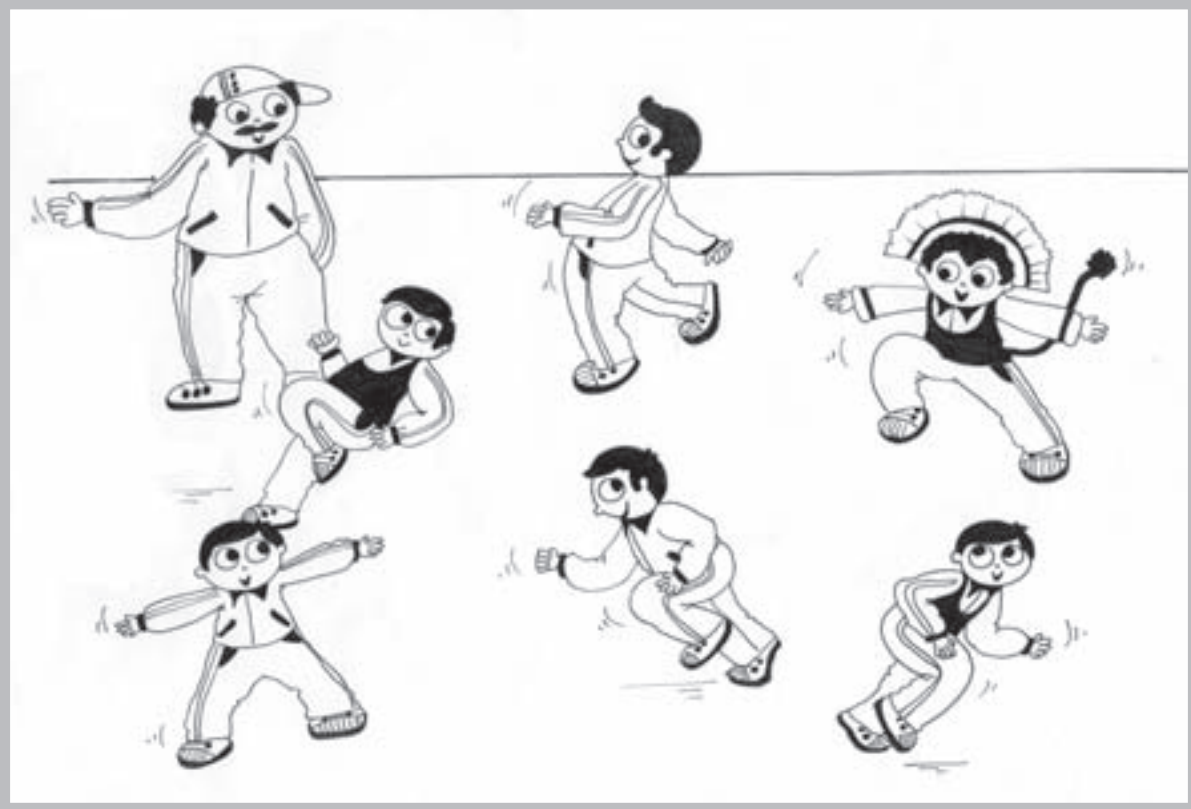
- بعد از یادگیری بازی توسط دانش آموزان می توان
- ۱- تعداد حلقه ها را اضافه کرد.
 - ۲- برای بالا بردن سرعت در انتقال حلقه ها زمان بازی را مشخص کرد (مثلاً ۳ تا ۵ دقیقه)
 - ۳- برای انتقال حلقه هر نفر باید بدن خود را از درون حلقه عبور دهد (با شرط رها نشدن دستها)
 - ۴- بازی را بصورت رقابتی بین دو گروه اجرا نمود.

زمان بازی

حداکثر ۱۰ دقیقه

بازی ۳	بره و میش (گروهی)
هدف	توسعه و بهبود چابکی / استقامت قلبی - تنفسی و حرکات جابه‌جایی
صلاحیت‌های مشترک	تخیل / ارزشمندی مخلوقات/صدق/مهارت کار با دیگران
تجهیزات	کاور در دو رنگ / یک کاور رنگ سوم
تعداد دانش‌آموزان	تمام دانش‌آموزان کلاس
محوطه بازی	فضای باز یا سر پوشیده متناسب با تعداد بازیکنان
شرح بازی	<p>دانش‌آموزان به دو گروه (بره و میش) تقسیم می‌شوند و با پوشیدن کاورهای هم‌رنگ در گروه خود قرار می‌گیرند، ۱ نفر بنا بر قرعه یا انتخاب معلم یا انتخاب دانش‌آموزان در نقش «شیر» انتخاب می‌شود.</p> <p>دانش‌آموزان بطور پراکنده در محوطه بازی حرکت می‌کنند.</p> <p>معلم می‌خواند «آهای آهای... خطر خطر..... شیره او مد تو بیشه» سپس شیر در بین دانش‌آموزان (بره‌ها و میش‌ها) حرکت می‌کند و می‌پرسد: این بره یا میش / می‌گرده توی بیشه</p> <p>دانش‌آموزان جواب می‌دهند: هم بره و هم میشه / شکار شیر نمی‌شه (۲ یا ۳ بار این شعرین شیر و سایر دانش‌آموزان تکرار می‌شود) در این حالت بازیکنان در محوطه حرکت می‌کنند و شیر با آن‌ها کاری ندارد.</p> <p>مربی در این هنگام اعلام می‌کند: شکار شیر..... کی می‌شه؟؟؟؟؟ بره می‌شه یا میش</p> <p>بازیکنان باید در محوطه از دست شیر فرار کنند و شیر به دنبال آنان، وقتی شیر دانش‌آموزی را لمس کرد باید بخواند: بره من شکار شد یا میش من شکار شد.</p> <p>دانش‌آموزی که شکار شده نقش شیر را برعهده می‌گیرد.</p> <p>بعد از پایان مدت بازی معلم به گروهی که کمترین شکار را داشت امتیاز می‌دهد.</p>

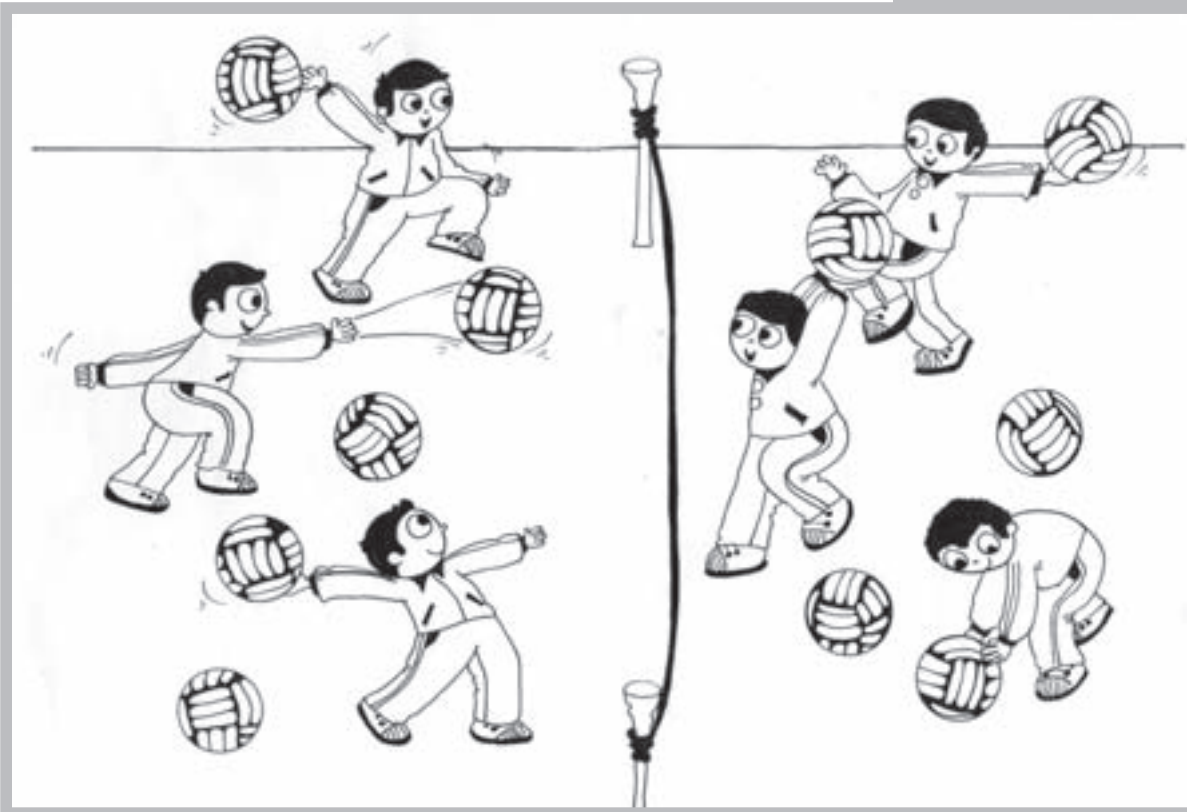
شکل بازی



<p>در هنگام حرکت دانش آموزان توصیه می شود از انواع حرکت جا به جایی (لی لی - به پهلو دویدن و ...) استفاده می شود.</p>	<p>ملاحظات</p>
<p>حداکثر ۱۰ دقیقه</p>	<p>زمان بازی</p>
<p>۱ - دانش آموزی که شیر می شود نباید به دانش آموزان دیگر ضربه بزند و باعث افتادن آن ها شود. ۲ - دانش آموزان در هنگام فرار نباید به یکدیگر برخورد کنند .</p>	<p>نکات ایمنی</p>

پاک سازی زمین (گروهی)	بازی ۴
توسعه و بهبود حرکات پایه پرتاب	هدف
مسئولیت پذیری/ کمک و همیاری گروهی / راستگویی و صداقت / مشارکت	صلاحیت های مشترک
تعدادی توپ در اندازه و انواع مختلف (توپهای پارچه ای و توپک های مختلف بدون جهش) توپ کاغذی / طناب / گچ / تابلو برای درج امتیاز	تجهیزات
فضای باز یا سر پوشیده ۲۰ × ۲۰ متر	محوطه بازی
حداکثر ۱۲ نفر	تعداد دانش آموزان
معلم زمین بازی را با کشیدن طنابی متناسب با قد دانش آموزان به دو نیمه تقسیم می کند. دانش آموزان در دو گروه مساوی (۶ نفری) در دو طرف طناب مستقر می شوند. کل توپ های موجود بین دو گروه بطور مساوی تقسیم می شود و بطور پراکنده در زمین بازی قرار می گیرد. با علامت معلم و شروع بازی هر گروه سعی می کنند توپ های گروه خود را از روی طناب به زمین مقابل پرتاب کنند این انتقال توپ تا پایان وقت ادامه دارد. در پایان هر دور (۲ دقیقه) با اعلام «استپ یا ایست» از سوی معلم بازی متوقف و تعداد توپ ها در هر زمین شمرده و ثبت می شود. در پایان گروهی که توپ کمتری در زمینش ثبت شده باشد امتیاز کسب می کند.	شرح بازی

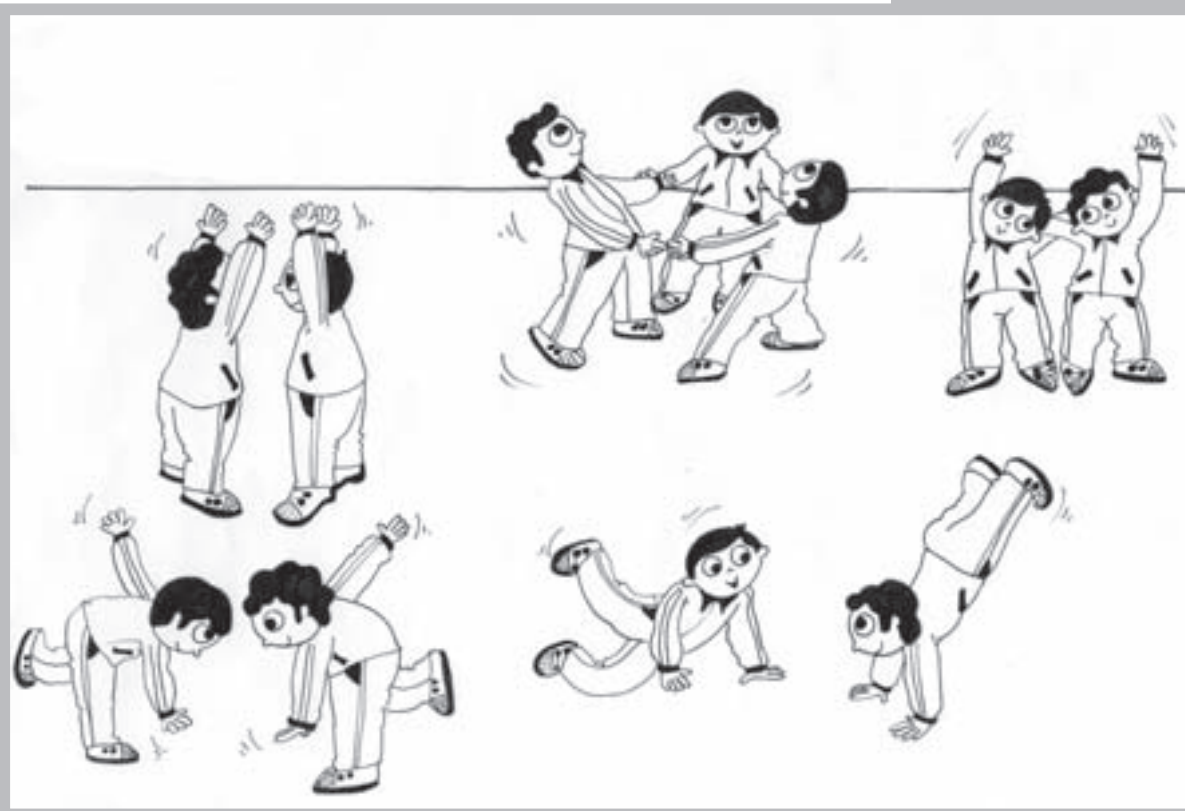
شکل بازی



<p>بعد از این که اجرای بازی در گروه‌های کوچک می‌توان بازی را با تمام دانش آموزان در دو گروه و زمان طولانی‌تر اجرا کرد.</p>	<p>ملاحظات</p>
<p>حداکثر ۱۰ دقیقه</p>	<p>زمان بازی</p>
<p>۱- در هنگام پرتاب توپ به زمین مقابل نباید دانش آموز دیگری نشانه گرفته شود. ۲- انتقال توپ از بالای طناب صورت بگیرد. ۳- از توپ‌هایی استفاده شود که آسیب‌زا نباشند (حجم کم و سبک) بطور مثال توپ‌های پارچه‌ای و توپ‌های مختلف بدون جهش. ۴- می‌توان با کشیدن خط روی زمین نیز بازی را انجام داد.</p>	<p>نکات ایمنی</p>

انجماد (گروهی)	بازی ۵
توسعه و بهبود حرکات انتقالی و تعادلی	هدف
تقویت تفکر/ ابداع و خلق / تخیل/ همکاری و مشارکت / مهارت کار با دیگران	صلاحیت‌های مشترک
----	تجهیزات
تمام دانش آموزان کلاس	تعداد دانش آموزان
فضای باز یا سر پوشیده متناسب با تعداد بازیکنان	محوطه بازی
دانش آموزان به صورت پراکنده در فضای بازی پخش شده و در حال انجام انواع حرکات جابجایی مثل انواع راه رفتن، دویدن، لی لی کردن و... هستند. معلم با صدای بلند شروع به خواندن می کند «هر کی شکلک در آره..... شکل عروسک در آره (شکلی که میگم در آره) ... به حالت (کوه، آدم آهنی، درخت، اعداد، حروف و...) بعد از این که معلم به دانش آموزان فرصت نشان دادن حالت را داد اعلام می کند « استپ یا ایست یا انجماد» و دانش آموزان به هر شکلی که به خود گرفته اند می ایستند و نباید حرکتی انجام بدهند، حتی خندیدن انجام حرکت در حالت انجماد باعث خروج از بازی در آن دور می شود که در پایان هر دور بازی دانش آموزانی که حرکت نداشتند و یا به شکل زیبایی شکلک را نشان دادند امتیاز می گیرند . بعد از چند مرحله اجرای بازی بچه ها دو به دو بار می شوند معلم دوباره شعر می خواند در این مرحله با همکاری و همفکری باید اشکال خواسته شده را بسازند. به همین ترتیب معلم می تواند گروه های بزرگتر بسازد و بازی را ادامه دهد و می تواند با انتخاب اشکالی از نمادهای اعداد، حروف، طبیعت و... قدرت تفکر، مشورت و همکاری دانش آموزان را تقویت نماید.	شرح بازی

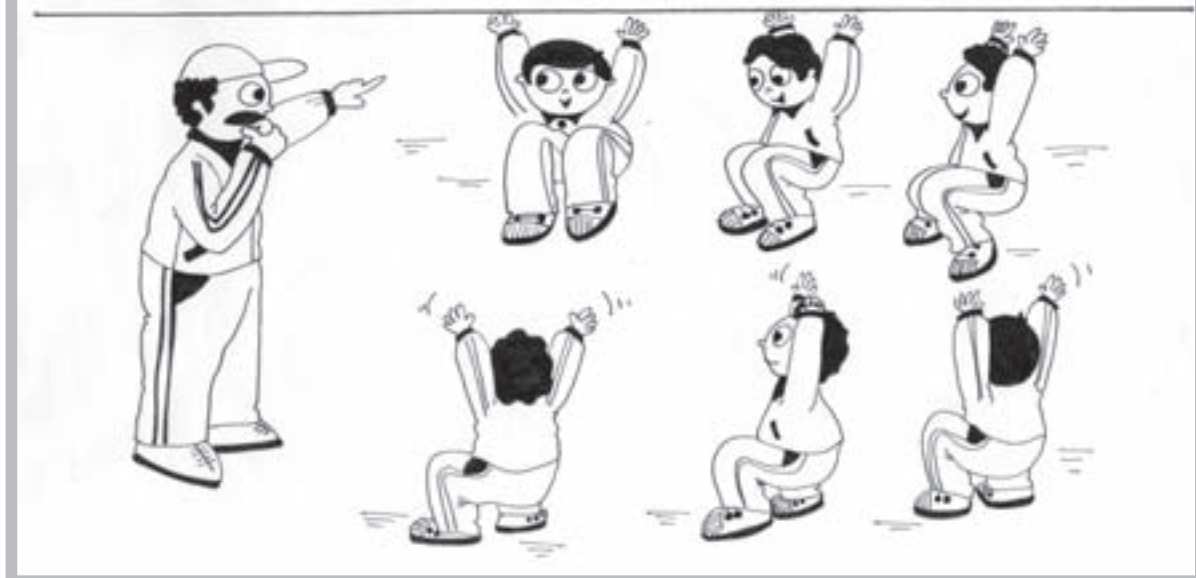
شکل بازی



<p>۱- برای ساختن شکل معرفی شده از طرف معلم برای گروه چند نفره فرصت کافی به دانش آموزان داده شود. ۲- به شکل های گروه های دیگر توجه شود.</p>	<p>ملاحظات</p>
<p>حداکثر ۱۰ دقیقه</p>	<p>زمان بازی</p>
<p>به دلیل رعایت نکات بهداشتی و ایمنی توصیه می شود دانش آموزان در طول بازی روی زمین دراز نکشند.</p>	<p>نکات ایمنی</p>

آشنایی با مشاغل (گروهی)	بازی ۶
تقویت مهارت‌های ادراکی و تصویر سازی ذهنی / مهارت‌های جابه‌جایی	هدف
تخیل / مهارت کار با دیگران / مهارت‌های ارتباطی با اجتماع	صلاحیت‌های مشترک
عکس مشاغل	تجهیزات
تمام دانش آموزان کلاس	تعداد دانش آموزان
فضای باز یا سر پوشیده متناسب با تعداد بازیکنان	محوطه بازی
<p>مربی شعر می‌خواند و بازیکنان در حالی که حرکات ورزشی می‌کنند در محوطه به‌طور پراکنده حرکت می‌کنند (لی لی کردن / پرش کوتاه / گام‌های کوتاه و بلند / دست‌ها کشیده بالا رو پنجه /....). بازیکنان به تقلید از مربی حرکات‌های متناسب و هماهنگ با شعر را انجام می‌دهند .</p> <p>ما بچه‌ها ورزشکاریم از تنبلی گریزونیم / چه دختریم چه پسریم کار که داریم خوشحالتیم</p> <p>ما بچه‌ها آهنگریم چکش زن باهنریم / چه دختریم چه پسریم کار که داریم خوشحالتیم</p> <p>ما بچه‌ها مسگریم از مسگرها پر کارتیم / چه دختریم چه پسریم کار که داریم خوشحالتیم</p> <p>ما بچه‌ها قایقرانیم پارو زنی خوب می‌دانیم / چه دختریم چه پسریم کار که داریم خوشحالتیم</p> <p>ما بچه‌ها نجاریم با اره تیشه کار داریم / چه دختریم چه پسریم کار که داریم خوشحالتیم</p> <p>ما بچه‌ها پرستاریم پرکارترین پرستاریم / چه دختریم چه پسریم کار که داریم خوشحالتیم</p> <p>ما بچه‌ها معلمیم با گچ و تخته کار داریم / چه دختریم چه پسریم کار که داریم خوشحالتیم</p> <p>توجه : مربی حرکات را قبل از اجرای بازی به نمایش بگذارد .</p> <p>بچه‌ها بعد از اجرای فردی، در گروه‌های کوچک تقسیم شده و گروهی این فعالیت را انجام می‌دهند در ادامه برای جذابیت بیشتر بازی معلم بین گروه‌های مختلف که هریک از نماد یک شغل هستند یک فعالیت رقابتی مرتبط با شغل را اجرا می‌کند . برای مثال طول مسافتی را که هر گروه با هم می‌توانند با پرش جفت طی کنند یا لی لی کنند (روش محاسبه امتیاز جمعی)</p>	شرح بازی

شکل بازی



در روش محاسبه امتیاز جمعی هر یک از اعضای گروه فعالیت را انجام می‌دهد و نفر بعد همان فعالیت را در طول مسیر ادامه می‌دهد تا این که بعد از اتمام فعالیت توسط تمام اعضای گروه، امتیاز گروه محاسبه می‌شود.

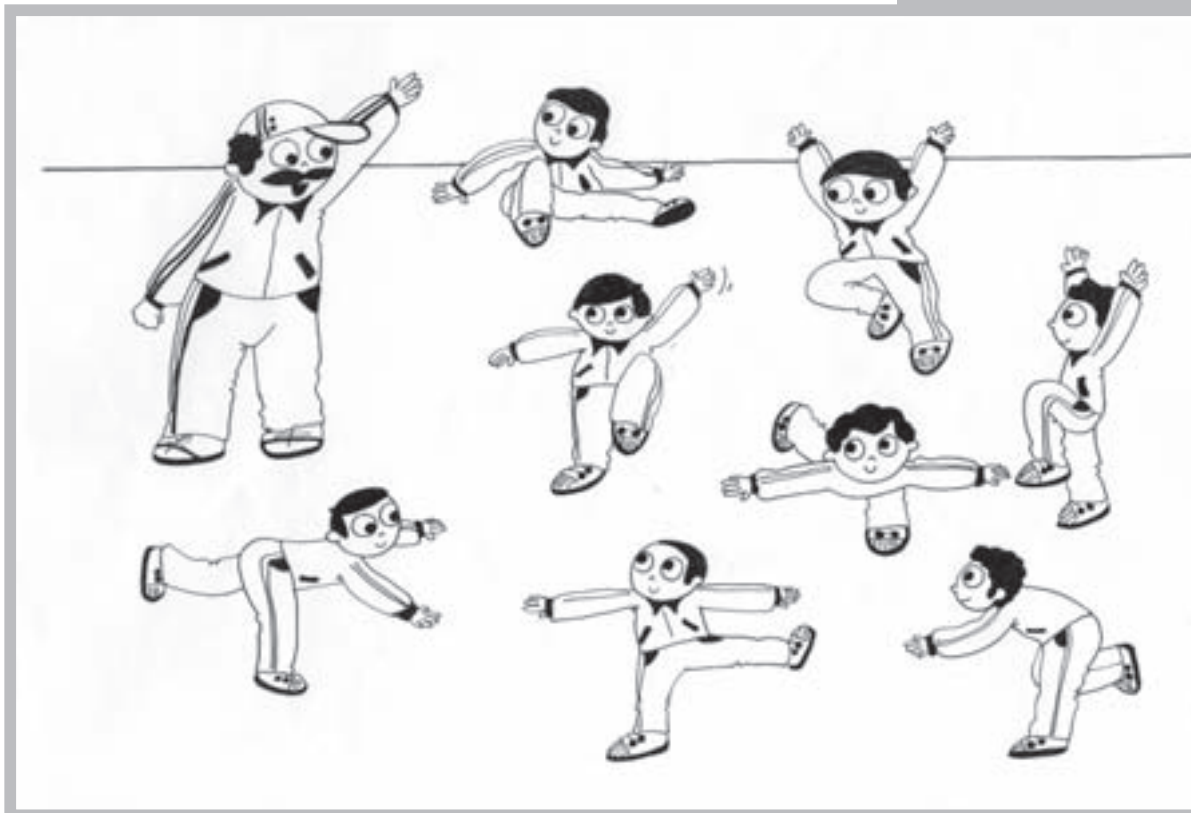
ملاحظات

حداکثر ۱۰ دقیقه

زمان بازی

بازی ۷	خروس چته؟ / (گروهی)
هدف	توسعه و بهبود حرکات تعادلی، استقامت قلبی - تنفسی
صلاحیت‌های مشترک	تخیل/ ازشمندی مخلوقات / نظم و قانون مداری / کنترل هیجانات و مراقبت از خود و دوستان در بازی
تجهیزات	گج/ سوت
تعداد دانش آموزان	تمام دانش آموزان کلاس
محوطه بازی	فضای باز یا سر پوشیده متناسب با تعداد بازیکنان
شرح بازی	<p>یکی از دانش‌آموزان به عنوان آدم بد و یا...، سایر دانش‌آموزان در نقش خروس و یا... انتخاب می‌شوند. همزمان با فرمان معلم، بازی با خواندن شعر توسط دانش‌آموزان آغاز می‌شود:</p> <p>خروس چته، به پام شله کی تو روزه آدم بده خونه‌ش کجاست روتپه تپه کجاست. همین جا</p> <p>روباه با تمام شدن شعر به سمت سایر دانش‌آموزان می‌دود و دانش‌آموزان باید فرار کنند و برای رهایی از دست روباه می‌بایست یکی از حرکات تعادلی (حرکت لک لک/ انواع حرکت فرشته و...) را نمایش دهند. در غیر این صورت توسط روباه لمس شده و در نقش روباه بازی را ادامه خواهند داد.</p> <p>در این فعالیت معلم می‌تواند با عوض کردن نام حیوانات و معرفی زیست‌گاه‌های آن‌ها بازی را با جذابیت بیشتر ادامه دهد.</p>

شکل بازی



حداکثر ۱۰ دقیقه

زمان بازی

روباه نمی‌تواند باعث بهم خوردن دانش‌آموزی که حرکت تعادلی را نشان می‌دهد، بشود.

نکات ایمنی

بازی ۸	بیش تر بردار (ورزشی تلفیقی)
هدف	توسعه و بهبود انعطاف پذیری / بهبود مهارت در حرکات انتقالی
صلاحیت های مشترک	تأمل در خود / تقویت روحیه همکاری و همیاری گروهی / احترام به قوانین و رعایت نظم و مقررات / ابداع و خلق
تجهیزات	سبید، تکه های یونولیت، کیسه های شن، اشکال حروف، اعداد و
تعداد دانش آموزان	تمام دانش آموزان کلاس
محوطه بازی	فضای باز یا سر پوشیده متناسب با تعداد بازیکنان (۲۵×۲۰)
شرح بازی	<p>در وسط محوطه بازی با کشیدن دو خط موازی به فاصله ۳ متر دالانی رسم می شود که طول آن متناسب با تعداد دانش آموزان باشد . دانش آموزان در دو گروه مساوی در دو طرف این دالان به صورت صف روبه روی هم مستقر می شوند . معلم اشیاء و تصاویر مورد نظر (تکه های یونولیت، کیسه های شن، وسایل مرتبط با سایر دروس مانند : اشکال هندسی / تصاویر مربوط به موضوعات درسی / اعداد و) که از قبل طراحی و آماده شده را در دالان قرار می دهد . اعضای هر گروه با فرمان معلم باید سعی کنند بدون اینکه به طور کامل وارد دالان شوند با هر قسمت از بدن که می توانند (دست یا پا) تعداد بیشتری از اشیای داخل دالان را بردارند و در سبید گروه خود بریزند .</p> <p>سبدها حداقل در فاصله ۵ متری خط دالان قرار داده شوند و نوع حرکت جابه جایی برای رسیدن به سبید را معلم مشخص نماید (انواع حرکات انتقالی) .</p> <p>حتماً باید یک قسمت از بدن بیرون دالان باشد و در هر تلاش دانش آموز مجاز به برداشتن فقط ۱ شیء می باشد .</p> <p>با پایان وقت مقرر از سوی معلم (۳ تا ۵ دقیقه) و یا تمام شدن اشیای داخل دالان، بازی متوقف شده و گروهی که اشیای بیشتری داشته باشد امتیاز کسب می کند .</p> <p>در صورتی که اشیای انتخابی متناسب با موضوع درسی بوده و نیاز است به نتیجه نهایی برسد، معلم وقت کافی در اختیار دانش آموزان هر گروه قرار می دهد و تا با کار گروهی دانش آموزان به نتیجه مورد نظر برسند (جمله سازی، تکمیل پازل، طبقه بندی اشیاء و) .</p> <p>هر گروه که زودتر به نتیجه رسید ۱ امتیاز کسب می نماید .</p> <p>بازی با توجه به موضوعات متفاوت درسی و علاقه دانش آموزان تکرار شود .</p>

شکل بازی



ملاحظات

چنانچه در هنگام برداشتن اشیاء دانش آموز داخل دالان بشود، شیء برداشته شده به دالان برگشت داده می شود.

زمان بازی

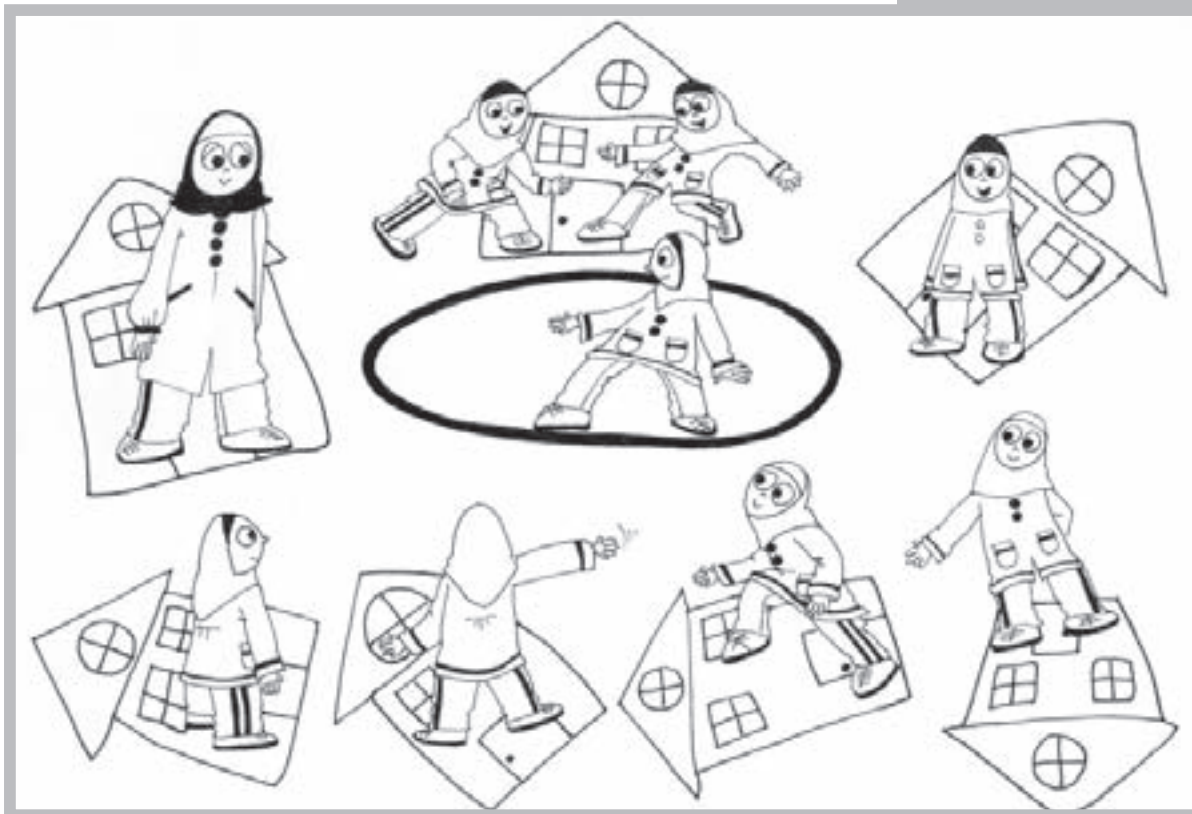
حداکثر ۱۰ دقیقه

نکات ایمنی

- ۱- رعایت فاصله جانبی دانش آموزان حداقل ۱ متر
- ۲- اشیاء و تصاویر داخل دالان به شکل مناسب پراکنده شده باشد.
- ۳- اشیاء و وسایل قابلیت برداشتن از زمین را داشته باشد (حجم مناسب داشته باشد).

خانه خود خانه همسایه (ورزشی تلفیقی)	بازی ۹
تقویت توانایی‌های ادراکی - حرکتی / عمل و عکس العمل / توسعه و بهبود چابکی	هدف
ابداع و خلق / حسن خلق / نظم و قانون مداری / احسان و رأفت	صلاحیت‌های مشترک
گچ‌های رنگی برای نقاشی	تجهیزات
تمام دانش آموزان کلاس	تعداد دانش آموزان
فضای باز آموزشگاه متناسب با نفرات	محوطه بازی
معلم با در اختیار گذاشتن گچ (کش یا طناب) از دانش آموز می‌خواهد بر روی زمین تصویر خانه‌ای را نقاشی کنند یا بسازند. در این فرصت معلم با ترسیم دایره‌ای در وسط زمین که گنجایش همه نفرات را داشته باشد خانه معلم را می‌کشد. حال از نفرات خواسته می‌شود در خانه‌های خود قرار بگیرند و با شنیدن خانه همسایه باید دانش آموزان به خانه دوستان خود بروند و با شنیدن خانه معلم به خانه معلم بروند و با شنیدن خانه خود به خانه‌های خود برگردند. چند بار این کار تکرار می‌شود تا این که پس از دعوت از دانش آموزان به خانه معلم، معلم یکی از خانه‌ها را حذف می‌کند و وقتی می‌گوید خانه همسایه دانش آموزان در هر خانه‌ای که می‌توانند مستقر می‌شوند و به این ترتیب یکی از دانش آموزان بدون خانه می‌ماند این دانش آموز در دور بعدی می‌تواند خانه‌ای را اشغال نماید و معلم می‌تواند در دورهای بعدی تعداد خانه‌های حذفی را بیشتر کند. دانش آموزان در هر دور بازی باید سعی کنند به خانه‌ای جدید وارد شوند (معلم با سؤال کردن از دانش آموزان «که در کدام خانه‌ها رفتی»، انگیزه آنان را در دقت و بینش کافی برای آگاهی فضای عمومی بیشتر کند.)	شرح بازی

شکل بازی



ملاحظات

برای ریتم بخشیدن به بازی می‌توان از اشعار استفاده کرد مثلاً
 خونه دارم تمیزه مهمون من عزیزه
 مهمون حبیب خداست با اون خونه با صفاست

زمان بازی

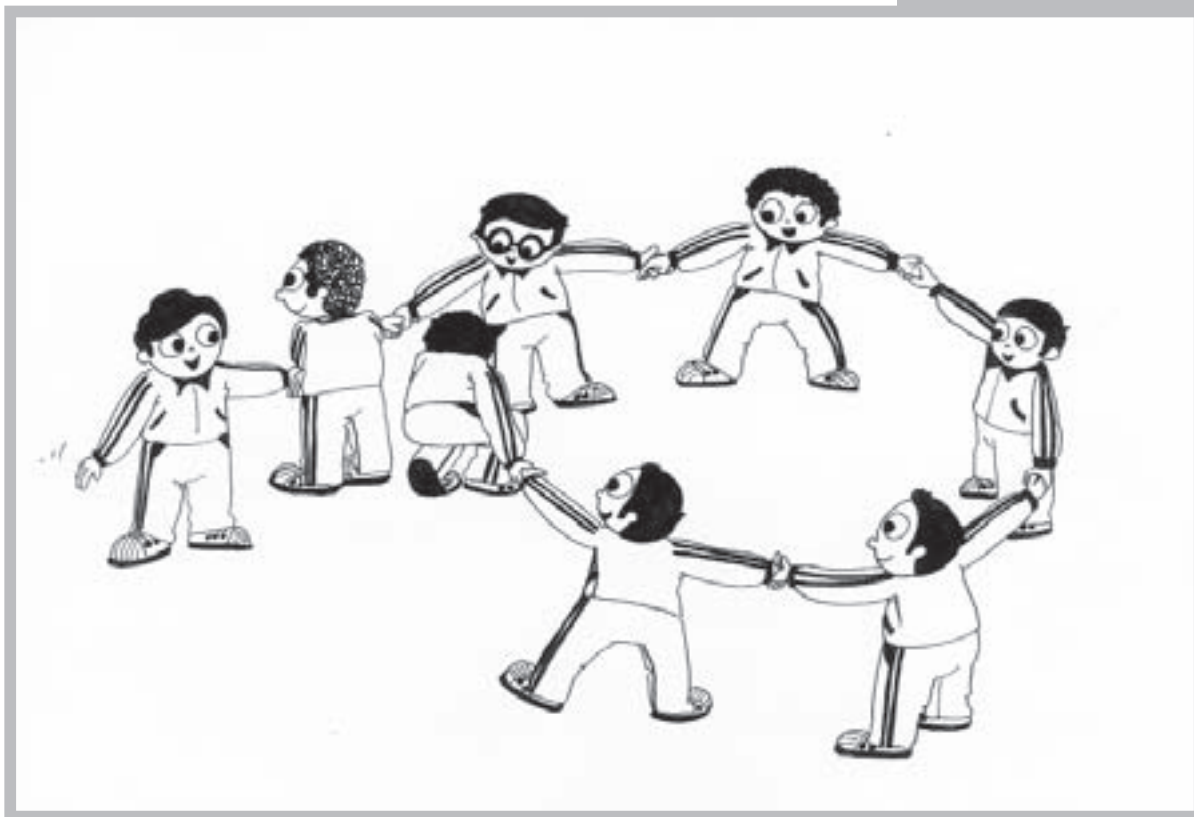
حداکثر ۱۰ دقیقه

نکات ایمنی

- ۱- دانش آموزان در تغییر خانه نباید دانش آموز دیگری را تنه زده، هل بدهد و یا بکشد.
- ۲- بعد از ورود یکنفر به خانه دیگران حق ورود به آن را ندارند.

بازی ۱۰	عموزنجیرباف (بومی - محلی)
هدف	توسعه و بهبود انعطاف پذیری و قدرت و استقامت عضلات دست و کمر بند شانه
صلاحیت های مشترک	همیاری و مشارکت، مهارت رهبری، مسئولیت پذیری
تجهیزات	گج
تعداد دانش آموزان	حداقل ۱۰ نفر
محوطه بازی	فضای باز یا سر پوشیده متناسب با تعداد نفرات
شرح بازی	<p>ابتدا دو نفر از قوی ترین دانش آموزان کلاس به عنوان سرگروه و عموزنجیرباف انتخاب می شوند. این دو بازیکن به دوسر رشته و زنجیری که سایر بازیکنان با قلاب کردن دست های یکدیگر درست کرده اند قرار گرفته و نیم دایره ای تشکیل می دهند. سرگروه، عموزنجیرباف را مورد خطاب قرار داده و سؤال و جواب هایی را به صورت شعر رد و بدل می کنند. البته در اینجا بقیه بچه ها سرگروه را همراهی می کنند. سرگروه بچه ها (همراه با بچه ها)</p> <p>عمو زنجیرباف ... بله ... زنجیر منو بافتی ... بله ... پشت کوه انداختی ... بله ... بابا اومده ... ؟ چی چی آورده نخود و کشمش؟ بخور بیار ... با صدای چی؟؟؟؟ (مثلاً گربه)</p> <p>عموزنجیرباف نام حیوانی را بر زبان آورده، سرگروه همراه با سایر بازیکنان، صدای حیوان مورد نظر را در آورده و به راه می افتند و از زیر دست های به هم داده عموزنجیرباف و نفر دوم می گذرند، با عبور نفر سوم از زیر دست عموزنجیرباف، نفر دوم به حالت پشت به بچه ها (دست هایش قلاب شده) قرار می گیرد. بقیه دانش آموزان به حالت اولیه هستند این بار سرگروه دوباره شعر را شروع می کند و عموزنجیرباف با نام حیوانی آن را تمام می کند و آن ها را زیر دست به هم داده نفری که دست هایش قلاب شده و پشت به بچه ها ایستاده و نفر سوم عبور می کنند.</p> <p>در نتیجه نفر سوم نیز دست هایش بیچ خورده و پشت به بچه ها قرار می گیرد. این بازی تا جایی انجام می شود که همه بچه ها غیر از سرگروه و عموزنجیرباف، دست هایش قلاب شده و پشت و رو بایستند و یا به عبارتی زنجیر!! شوند.</p> <p>در این جا سرگروه و عموزنجیرباف مکالمه می کنند. سرگروه:</p> <p>عمو زنجیرباف ... بله ...؟ زنجیر منو بافتی ...؟ بله ...؟ محکم یا که شله؟ بافته شد بکش * * * * *؟؟</p> <p>حال سرگروه از یک طرف و عموزنجیرباف از طرف دیگر، با کشیدن بچه ها سعی می کنند که زنجیر را پاره کنند اما بچه ها با محکم گرفتن یکدیگر مقاومت می کنند ... تا این که بالاخره زنجیر از یک جایی پاره می شود.</p> <p>بعد از پاره شدن زنجیر، تعداد دانش آموزان متصل به سرگروه یا عموزنجیرباف شمرده می شوند و امتیاز به گروهی (عموزنجیرباف یا سرگروه) تعلق می گیرد که نفرات بیشتری در زنجیر داشته باشد.</p> <p>برای مشارکت بیشتر دانش آموزان بعد از آموزش بازی، دانش آموزان را به گروه های ۱۰ نفره تقسیم کنید.</p>

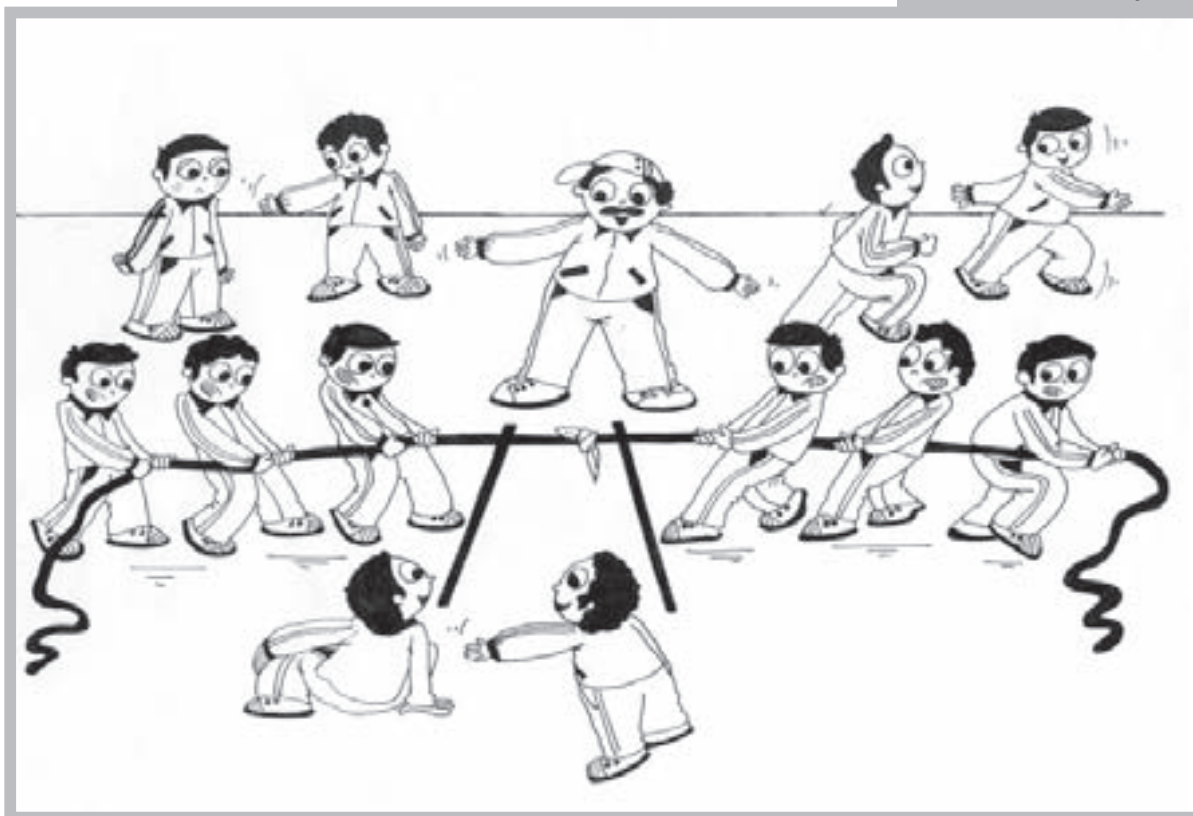
شکل بازی



<p>به جای نام بردن اسامی حیوانات با انتخاب معلم از صداهای (ماشین پلیس، قطار، آمبولانس و ...) می توان استفاده کرد.</p>	<p>ملاحظات</p>
<p>حداکثر ۱۰ دقیقه</p>	<p>زمان بازی</p>
<p>در انتهای بازی و عبور دانش آموزان از زیر دست یکدیگر برای جلوگیری از کنشش بیش از حد دستها می توان به موارد زیر توجه کرد. با فاصله نیم متر در دو طرف صف خط عبور کشیده شود که نفر سرگروه و عموزنجیرباف بدون پاره شدن زنجیر از خط عبور می کند.</p>	<p>نکات ایمنی</p>

طناب کنشی (بومی- محلی)	بازی ۱۱
توسعه و بهبود قدرت و استقامت عضلات دست و کمر بند شانه	هدف
مهارت رهبری، صدق، مشارکت و کارگروهي، نظم و قانون مداری	صلاحیت های مشترک
یک رشته طناب کنفی یا پنبه ای به طول ۱۰ متر، یک تکه پارچه، گچ	تجهیزات
حداقل ۱۰ نفر	تعداد دانش آموزان
فضای باز یا سر پوشیده متناسب با تعداد نفرات	محوطه بازی
افراد به دو گروه مساوی تقسیم می شوند و در پشت خطوطی که به فاصله ۳ متر روی زمین کشیده شده اند قرار می گیرند. سپس به وسط طناب تکه پارچه ای بسته می شود. یک داور با قرعه کنشی یا انتخاب معلم مشخص می شود. یک سر طناب به دست های یک گروه و سر دیگر طناب به دست های گروه مقابل داده می شود (طناب در سمت راست هر گروه قرار گیرد)، تکه پارچه بسته شده در روی طناب بر وسط زمین منطبق باشد، با سوت یا علامت داور بازی شروع می شود و افراد دو گروه طناب را می کشند بازی زمانی تمام می شود که پارچه ای که وسط طناب بسته شده کاملاً به داخل زمین یکی از گروه ها برود. به آن گروه ۱ امتیاز تعلق می گیرد.	شرح بازی

شکل بازی



- ۱- دانش آموزان می توانند به چند گروه تقسیم شوند و جای بازیکنان در دو طرف عوض شود.
 ۲- سرگروه‌ها در هر دور عوض شوند.

ملاحظات

حداکثر ۱۰ دقیقه

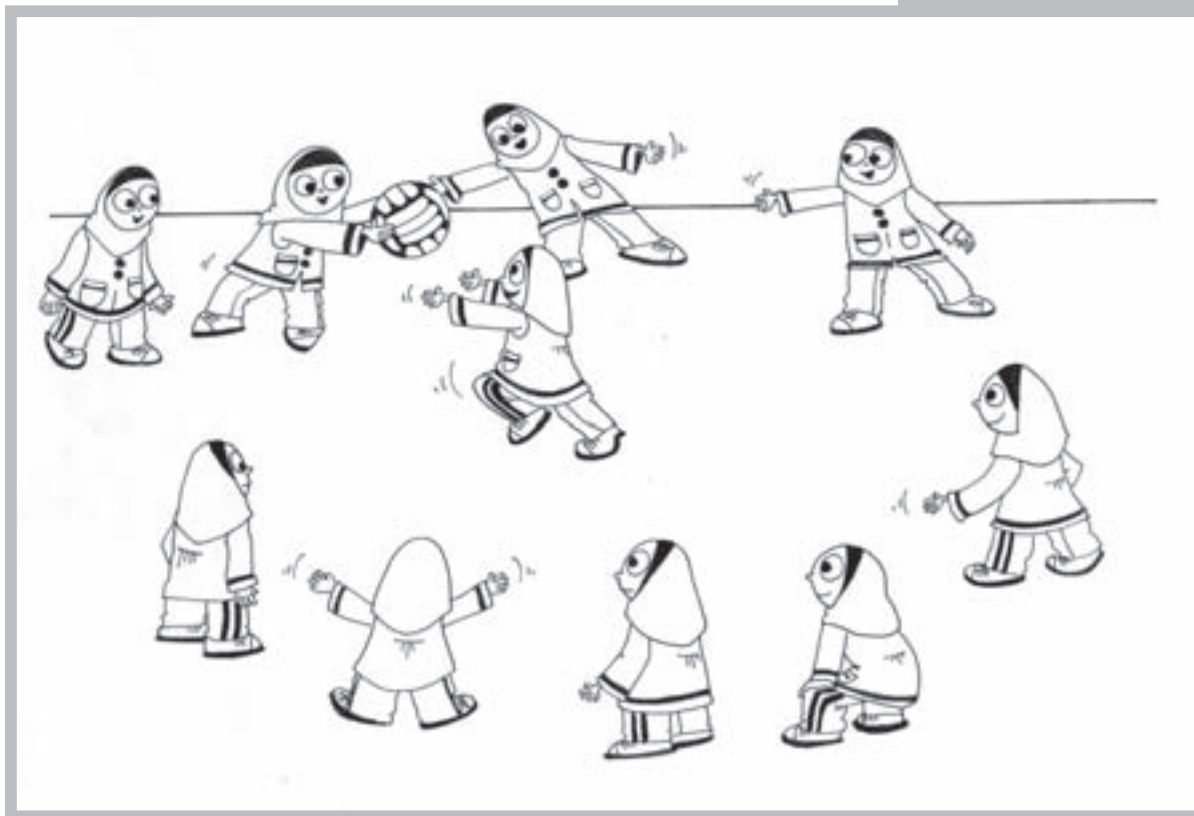
زمان بازی

- الف) دانش آموزان از نظر گروه بندی همگن انتخاب شوند.
 ب) از طناب کفی یا پنبه ای استفاده شود.
 ج) دانش آموزان نباید طناب را در هنگام کشش رها کنند.
 د) دانش آموزان با فاصله مناسب می ایستند.

نکات ایمنی

گرگم به هوا (بومی – محلی)	بازی ۱۲
بهبود و توسعه حرکات انتقالی، چابکی، استقامت قلبی - تنفسی	هدف
مستولیت پذیری، کار گروهی و همیاری، صدق، مهارت کار با دیگران	صلاحیت های مشترک
----	تجهیزات
تمام دانش آموزان کلاس	تعداد دانش آموزان
فضای باز یا سر پوشیده متناسب با تعداد نفرات	محوطه بازی
<p>از بین دانش آموزان یک نفر به عنوان گرگ به قید قرعه انتخاب می شود، سپس سایر دانش آموزان در محوطه پراکنده می شوند بازی با فرمان معلم شروع می شود و گرگ به دنبال سایرین می دود تا یکی را لمس کند، هر فردی که لمس شد گرگ جدید می شود</p> <p>این بازی می تواند به چند روش انجام شود :</p> <p>۱- دانش آموزان برای فرار از دست گرگ به محض احساس خطر و نزدیک شدن گرگ می توانند روی یک پا بایستند و تا وقتی بتوانند این حالت را حفظ کنند در امان می باشند، گرگ می تواند در کنارش بایستد تا او پایش را زمین بگذارد.</p> <p>۲- دانش آموزان شیء کوچکی (روزنامه لوله شده، توپ و...) را در بین خود رد و بدل می کنند (شیء نباید پرتاب شود) و گرگ تنها کسی را که شیء در دست دارد دنبال می کند و اگر بتواند او را لمس کند جایشان عوض می شود.</p> <p>۳- معلم در ابتدای بازی دو یا سه محل امن را مشخص می کند و دانش آموزان می توانند به محل امنی رفته و بعد از دور شدن گرگ به داخل محوطه بازی برگردند.</p>	شرح بازی

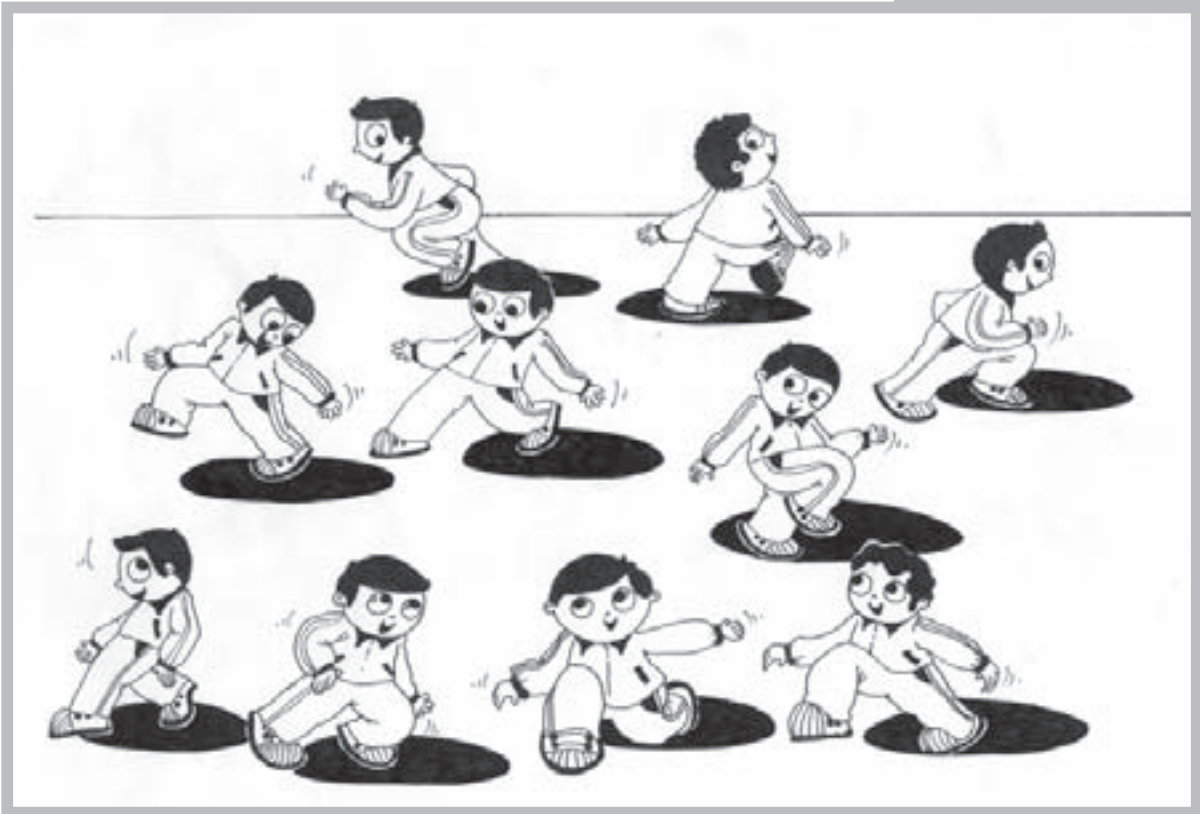
شکل بازی



<p>حداکثر ۱۰ دقیقه</p>	<p>زمان بازی</p>
<p>۱- دانش آموزان حق هل دادن و یا کشیدن دانش آموز دیگر را ندارد. ۲- شیء مذکور پیوسته باید در معرض دید باشد.</p>	<p>نکات ایمنی</p>

بازی ۱۳	سایه زنی (بومی- محلی)
هدف	توسعه و بهبود استقامت قلبی - تنفسی، چابکی، تقویت مهارت های پایه (جابه جایی - جهت یابی)
صلاحیت های مشترک	حل مسأله، صدق، مهارت کار با دیگران
تجهیزات	----
تعداد دانش آموزان	تمام دانش آموزان کلاس
محوطه بازی	فضای باز یا سر پوشیده متناسب با تعداد نفرات (حداقل ۲۰ × ۱۰ متر)
شرح بازی	از میان دانش آموزان با قید قرعه یک نفر به عنوان سایه زن انتخاب می شود و بقیه در اطراف او قرار می گیرند. با فرمان معلم سایه زن تلاش می کند سایه دانش آموزان دیگر را بزندان طرف دیگر سایر دانش آموزان نیز باید با توجه به جهت اشعه خورشید برای تولید سایه، طوری حرکت کنند و یا مسیر خود را عوض نمایند که فرد سایه زن نتواند پا بر روی سایه آنان بگذارد. اولین دانش آموزی که سایه اش زده شده نفر بعدی برای سایه زدن خواهد بود .

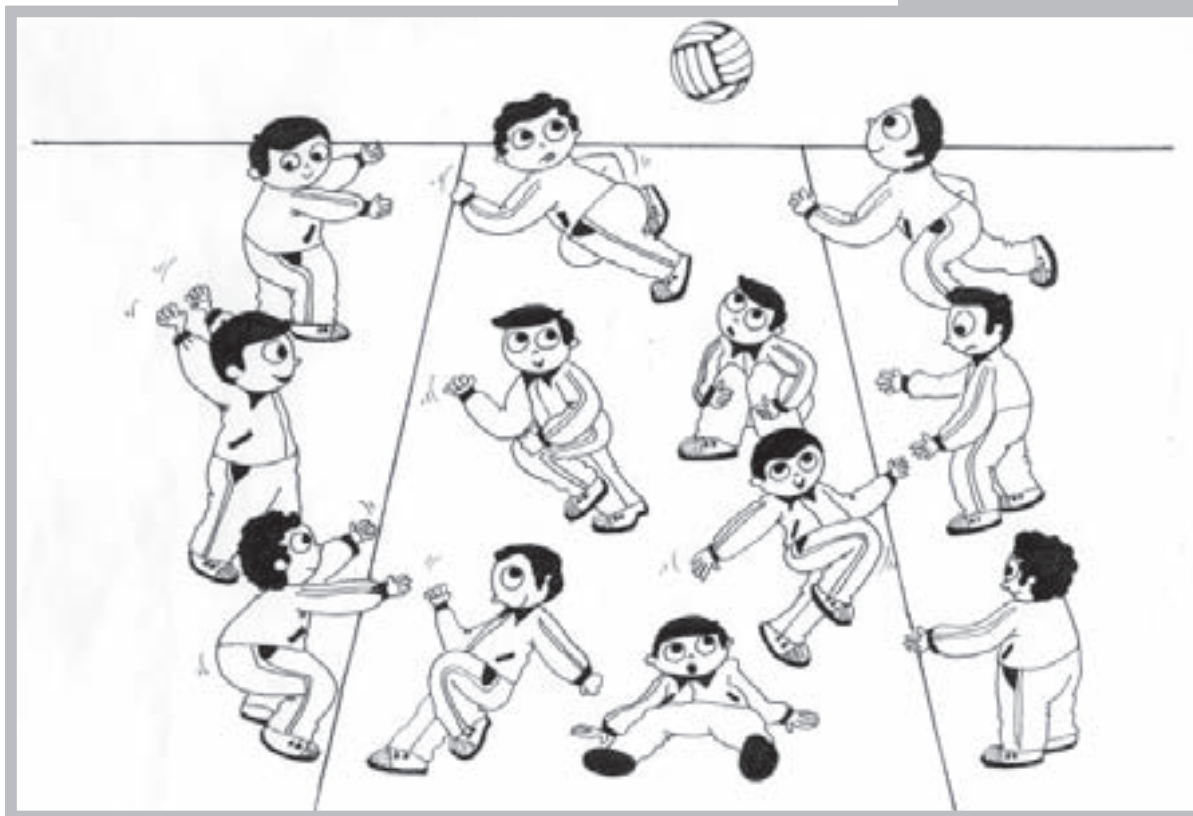
شکل بازی



	زمان بازی
<p>حد اکثر ۱۰ دقیقه</p>	<p>ملاحظات</p> <p>این بازی در زمان‌های خاصی از روز قابل انجام است.</p> <p>۱- دانش آموز سایه زن نباید در هنگام سایه زنی باعث بهم خوردن تعادل دیگر دانش آموزان و افتادن آنان شود .</p> <p>۲- برای جلوگیری از برخورد سایه زن و دانش آموزان می‌توان تعیین کرد که فقط سر سایه زده شود .</p> <p>۳- معلم دانش آموزانی را که به خوبی از دست سایه زن فرار می‌کنند را مورد توجه و تشویق قرار می‌دهد .</p> <p>۴- برای جذابیت بیشتر می‌توان تعداد سایه زن ها را بیشتر کرد.</p>

وسطی (بومی - محلی)	بازی ۱۴
تقویت مهارت پرتاب، دریافت، توسعه و بهبود چابکی و استقامت قلبی - تنفسی	هدف
همیاری و مشارکت، مسئولیت‌پذیری، نظم و قانون مداری، صبر	صلاحیت‌های مشترک
چند عدد توپ سبک	تجهیزات
تمام دانش‌آموزان کلاس (این بازی در گروه‌های کوچک‌تر بهتر انجام می‌شود.)	تعداد دانش‌آموزان
فضای باز یا سر پوشیده متناسب با تعداد نفرات (۱۵ × ۱۰ متر)	محوطه بازی
بازی توسط سه گروه انجام می‌پذیرد (سه گروه همسان) یک گروه وسط زمین و دو گروه در دو طرف با فاصله حداقل سه متر پشت خطوطی که به موازات روی زمین کشیده شده قرار می‌گیرند. سپس با اعلام معلم افراد دو طرف زمین سعی می‌کنند با تویی که در دست دارند افراد وسط زمین را از ناحیه کمر به پایین بزنند. نفری که توپ به او می‌خورد از زمین خارج می‌شود. هر گروه ۳ تا ۵ دقیقه در وسط زمین می‌ماند و پس از آن جای خود را به گروه دیگر می‌دهد. در پایان گروهی که افراد بیشتری در وسط زمین داشته باشد به تعداد افراد باقی مانده امتیاز می‌گیرد. گرفتن توپ در هوا امتیاز خاصی ندارد.	شرح بازی

شکل بازی



حداکثر ۱۰ دقیقه

زمان بازی

- ۱- در هنگام زدن دانش آموزان وسط نباید توپ با پا زده شود.
- ۲- با توپ نباید صورت نفرات وسط را هدف گرفت.
- ۳- از تویی استفاده شود که آسیب زا نباشد.
- ۴- فاصله‌ها با توجه به قدرت جسمانی دانش آموزان می‌تواند تغییر داشته باشد.

نکات ایمنی

جدول نمونه فعالیت و بازی گروهی متناسب با اهداف آموزشی پایه دوم

صفحه

بازی ۱	تور ماهیگیری (گروهی)	۱۲
بازی ۲	عبور از بین حلقه‌ها در مسیر منحنی شکل (گروهی)	۱۴
بازی ۳	بره و میش (گروهی)	۱۶
بازی ۴	پاک سازی زمین (گروهی)	۱۸
بازی ۵	انجماد (گروهی)	۲۰
بازی ۶	آشنایی با مشاغل (گروهی)	۲۲
بازی ۷	خروس چته؟ (گروهی)	۲۴
بازی ۸	بیش تر بردار (تلفیق با سایر دروس)	۲۶
بازی ۹	خانه خود خانه همسایه (تلفیق با سایر دروس)	۲۸
بازی ۱۰	عموزنجیرباف (بومی - محلی)	۳۰
بازی ۱۱	طناب کشی (بومی - محلی)	۳۲
بازی ۱۲	گرگم به هوا (بومی - محلی)	۳۴
بازی ۱۳	سایه زنی (بومی - محلی)	۳۶
بازی ۱۴	وسطی (بومی - محلی)	۳۸