نام بازی : برادر کمکم کنم

اهداف پرورشی :

1. پرورش روحیه ایثار
2. نوعدوستی
3. همکاری و تعاون
4. بهبود سرعت
5. استقامت و عکس العمل .

سن بازیکنان : کلیه دانش آموزان کلاس ، حداکثر 40 نفر

سن لازیکنان : 9 تا 6 سال

محوطه بازی : 20 × 30

شرح بازی : یک نفر به عنوان گرگ انتخاب می شود که باید با تعقیب دانش آموزان آن ها را با دست لمس کند .دانش آموزان پراکنده تنها زمانی می توانند از خطر گرگ در امان بمانند که دو نفری یکدیگر را گرفته باشند . در این بازی اگر یکی از دانش آموزان در گوشه ای از زمین به خطر افتاد یکی از دوستانش می تواند با بخطر انداختن خود دوستش را از مهلکه نجات دهد .مربی می تواند شخص لمس شده را از بازی اخراج یا از بخواهد به عنوان گرگ به تعقیب دیگران بپردازد.

نکته ها :

1. اگر بازی در مدارس دخترانه به اجرا دراید ، نام بازی ((خواهر کمکم کن)) خواهد شد .
2. خروج از محوطه در هنگام بازی باعث اخراج یا گرگ شدن فرد می شود .

نام بازی : مار زخمی

اهداف پرورشی :

1. بهبود دقت وهوشیاری
2. عکس العمل
3. سرعت
4. استقامت

سن بازیکنان : 9 تا 12 سال

تعداد بازیکنان : 20 تا 40 نفر

محوطه بازی : 15 × 20

شرح بازی :

از بین دانش آموزان یک نفر به عنوان مار انتخاب می شود . او با شروع بازی به تعقیب سایر افراد پراکنده در محوطه می پردازد .

چناچه شخصی توسط مار با دست لمس شد و به اصطلاح گزیده شد ، ضمن گرفتن محل گزیده شده با یکی از دست های خود ، به تعقیب بازیکنان می پردازد .

بازیکنانی که قسمت پایین تنه بویژه قسمت زیرین زانو گزیده شود ، با دشواری بیش تری مواجه می شود او باید ضمن گرفتن محل مزبور بصورت خمیده دیگران را تعقیب کند .

مربی توجه دارد که در هنگام لمس کردن نباید دستی که گزیده شده را گرفته ، از بدن جدا شود .

نام بازی : خرگوش بی لانه

اهداف پرورشی :

1. بهبود دقت و هوشیاری
2. استقامت
3. عکس العمل

تعداد بازیکنان : 10 تا 40 نفر

سن بازیکنان : 7 تا 15 سال

محوطه بازی : 20 × 30

شرح بازی : دانش آموزان توسط مربی به گرو های سه نفری تقسیم می شوند و دو نفر نیز به طور جداگانه به عنوان خرگوش و شکارچی انتخاب می شوند . یکی از افراد گروه های سه نفری نیز به عنوان خرگوش خواهد بود و دو نفر دیگر در حالی که مقابل یکدیگرند دست هم را می گیرند بطوری که خرگوش گروه مربوطه در فضای بین دست ها قرار گیرد ( لانه ) . با شروع بازی شکارچی به تعقیب به تعقیب خرگوشی که خارج از لانه است می پردازد و سعی به لمس خرگوش می کند و خرگوش هم سعی در وارد شدن به یکی از لانه های خالی می کند . هرگاه شکارچی موفق به گرفتن یا زدن خرگوش بی لانه شد ، وی خرگوش شده و خرگوش قبلی به عنوان شکارچی به تعقیب او می پردازد .پس از مدتی مربی مسئولیت های افرادی را که تشکیل لانه داده اند را با خرگوش ها تعویض می نماید تا همه دانش آموزان به فعالیت و جنب و جوش پرداخته باشند .

نام بازی : تور ماهی گیری

اهداف پرورشی :

1. پرورش دقت ، هوشیاری ، رهبری
2. رهبری و روحیه مشورت در دانش آموزان
3. بهبود سرعت و چابکی
4. تقویت عضلات

تعداد بازیکنان : 20 تا 40 نفر

محوطه بازی : 15 × 25

شرح بازی : یکی از بازیکنان به عنوان ماهیگیر انتخاب شده و سایرین در محوطه پراکنده میشوند . ماهیگیر به تعقیب بازیکنان یا ماهی ها می پردازد و پس از اصابت دست او با هر یک از ماهی ها دست او را می گیرد و دو نفری در تکرار این عمل می کنند . با ادامه بازی طول تور ماهیگیری زیاد و ماهی ها کم می شوند و از انجا که فقط دو نفر کناری با دست های ازاد خود می توانند ماهی ها را بگیرند ، ماهی ها می توانند از فضای ازاد بین دست های افراد میانی تور فرار کند .

به هیچ وجه نباید تور ماهیگیری از هم جدا شود و بهتر است ماهیگیرها یکی را به عنوان رهبر انتخاب کنند تا بر سر گرفتن ماهی ها با هم مشورت کنند . همکاری و هماهنگی که رهبر به وجود می اورد مانع پاره شدن تور می شود و ماهی ها را با سرعت بیشتری به دام می اندازد .

همیشه دانش آموزان زیرک و باهوش در پشت تور قرار می گیرند .

نام بازی : چند نفر با هم

اهداف پرورشی :

1. دقت و هوشیاری
2. تمرکز حواس
3. قدرت تصمیم گیری
4. آماده سازی بدن

تعداد بازیکنان :15 تا 35 نفر

سن بازیکنان : 7 تا 15 سال

محوطه بازی : 10× 10

شرح بازی : دانش آموزان بصورت متراکم و نزدیک به هم ایستاده و به اجرای یک سری نرمش های سرعتی ارائه شده از جانب مربی می پردازند . مربی ضمن ارائه حرکات گوناگون ناگهان یکی از اعداد را بر زبان می آورد . فی المثل می گوید 3 نفر که بلافاصله دانش آموزان بایدسه نفر ، سه نفر هم را بگیرند . در غیر این صورت گروههایی که تعدادشان از 3 کمتر یا بیشتر است از بازی حذف می شوند و این بازی تا مشخص شدن گروه نهایی ادامه دارد .

لازم به تذکر است که در بعضی مواقع پس از به وجود آمدن یک دسته سه نفری ناگهان فردی که خود تنها مانده است به آنها اضافه می شود . در این صورت فقط او شخصا از بازی خارج می شود .

نام بازی : وسطی ( دایره ای )

اهداف پرورشی :

1. همکاری و تعاون
2. دقت و هوشیاری
3. بهبود عکس العمل و چابکی
4. سرعت و دقت در نشانه روی

تعداد بازیکنان : 20 تا 40 نفر

سن بازیکنان : 9 تا 15 سال

محوطه بازی : 15 × 15

وسایل مورد نیاز : یک عدد توپ

شرح بازی : دانش آموزان در دو گروه مساوی تقسیم شده و افراد یکی از گروهها ضمن اینکه توپی در اختیار دارد بر محیط دایره ای که قبلا بر روی زمین بازی رسم شده است قرار می گیرند . گروه دیگر به داخل دایره می روند و پراکنده می شوند پس از شروع بازی مربی با ساعت وقت گرفته و بازیکنان مستقر بر محیط دایره ای افراد گروه داخلی را نشانه می روند تا اینکه همگی آنها از بازی خارج شوند .

دور بعدی از بازی با تعویض جای گروه ها شروع شده و در این بار نیز وقت اجرای بازی بوسیله معلم مشخص می شود و گروهی که مدت زمان کمتری بازی را به پایان برساند به عنوان گروه ممتاز شناخته می شود .

نام بازی : مسابقه توپ و تناب (امدادی)

اهداف پرورشی :

1. پرورش دقت و هوشیاری
2. همکاری و تعاون
3. حس رقابت
4. بهبود هماهنگی اعصاب و عضلات
5. سرعت و چابکی

تعداد بازیکنان : 10 تا 30 نفر

سن بازیکنان : 10 تا 13 ساله

محوطه بازی : 15 × 20

وسایل مورد نیاز :دو عدد طناب ، دو عدد توپ ، و 4 چوب 4 متری

شرح بازی : دانش آموزان را به دو گروه مساوی تقسیم می کنیم و در مسیر حرکت هر گروه طنابی 3 متری موازی زمین و به ارتفاع 2 متر بر روی پایه ها یا چوب های عمودی وصل می کنیم .پس از شروع بازی اولین نفرات گروه ها با توپی که در دست دارند به سرعت به سوی طناب رفته و هنگام رسیدن به ان توپ را از بالای آن انداخته و خود جهت دریافت ان در فضا، از زیر طناب عبور می کنند و به سرعت به سمت گروه خود می روند تا توپ را به همگروهی خود برسانند که گروهی که زودتر تمام افراد ان این عمل را انجام دهند گروه برتر می شود.

نام بازی : آموزش تکنیک های اولیه ورزش ها

اهداف پرورشی :

1. همکاری و تعاون
2. آموزش تکنیک های مختلف ورزش و بهبود سرعت

تعداد بازیکنان : بدونه محدودیت

سن بازیکنان : 9 تا 15 سال

محوطه بازی : 20 × 20

وسایل مورد نیاز : بستگی به انتخاب بازی دارد .

شرح بازی : معمولا می توان پاره ای از تکنیک های ورزشی رشته های مختلف را ضمن اجرای بازی امدادی مورد اموزش قرارداد از قبیل :

1. دریبل توپ : افراد هر گروه با توپی که در دست دارند به ترتیب بصورت امدادی بازی را ادامه می دهند .
2. دریبل بسکتبال بصورت امدادی
3. **زدن پی در پی با دست به زیر توپ والیبال** √
4. ببصورت امدادی پی در پی در زیر توپ پینگ پنگ زده و به جلو حرکت کرده

نام بازی : توپ بازی

اهداف پرورشی :

1. حس همکاری و تعاون
2. بهبود سرعت و هماهنگی اعصاب و عضلات

تعداد بازیکنان : 10 تا 40 نفر

سن بازیکنان : 8 تا 15 سال

محوطه بازی : 15 × 30

وسایل مورد نیاز : 2 عدد توپ

شرح بازی :

دانش آموزان را در دو یا چند گروه گروه مساوی و موازی اموزش می دهیم . نفراتاول در حالیکه هر یک توپی را در دست دارند حرکت کرده و توپ را به دیوار مقابل می زنند .

پس از دریافت توپ در هوا فمسیر را برگشته و آن را در جهت ادامه بازی تحویل نفر بعدی گروه خود می دهند .

اگر بازیکنی نتواند پس از زدن توپ به دیوار آنرا در هوا دریافت کند می بایست این عمل را تکرار نماید و یا چنانچه در حین دویدن توپ از دست بازیکنی رها شد وی موظف است بازی را از همان محل شروع کند .

نام بازی : رد کردن توپ (ایستاده )

اهداف پرورشی :

1. همکاری و تعاون
2. تقویت عضلات کمر
3. بهبود سرعت

تعداد بازیکنان : 10 تا 40 نفر

سن بازیکنان : 7 تا 9 سال

محوطه بازی : 15 × 20

وسایل مورد نیاز : به تعداد هر گروه یک توپ

شرح بازی : بازیکنان را به گروه های مساوی تقسیم می کنیم و آن ها را در ستون های موازی به گونه ای آرایش می دهیم که فاصله هر یک از یار هم گروهش حدود نیم متر باشد . با شروع بازی اولین نفرات توپ را ، که در دست دارند از بین پاها تحویل یار بعدی می دهند و آنها موظفند توپ دریافت شده را به وسیله دست ها از بالای سر خود به سومین نفر گروه برسانند و....

زمانی که توپ به آخرین نفر رسید ، او با سرعت به ابتدای صف رفته و بازی را به همانگونه که شرح داده شد ادامه می دهد . در خاتمه گروهی که سریع تر بازی را به پایان رسانده برنده خواهد بود .

نام بازی : رد کردن توپ از تونل

اهداف پرورشی :

1. همکاری و تعاون
2. تقویت عضلات کمر
3. بهبود سرعت
4. تعداد بازیکنان : 10 تا 40 نفر
5. سن بازیکنان : 7 تا 9 سال
6. محوطه بازی : 15 × 20
7. وسایل مورد نیاز : به تعداد هر گروه یک توپ

شرح بازی :

دانش آموزان به حالت ایستاده در ستون های موازی آرایش می گیرند و پاها را باز می کنند پس از شروع بازی اولین نفر هر گروه خم شده و توپ را از تونل ایجاد شده (فاصله ی بین پاها ) برای آخرین نفر گروه خود ارسال می دارد .

نفرات انتهایی هر ستون پس از دریافت توپ به ابتدای ستون گروه خود رفته و بازی را ادامه می دهند .

اگر توپ در حین عبور ، از تونل خارج شد باید بازی از همان جا ادامه یابد.

منبع :

کتاب بازی های پرورشی دانشگاه فرهنگیان