

آموزش مقدماتی هندبال در مدرسه

تالیف: سعدی سامی، ناصح کریمیانی

www.ketab.ir

سرشناسه	سامی، سعدی، ۱۳۶۱ -
عنوان و نام پدیدآور	آموزش مقدماتی هندبال در مدرسه / مولفین سعدی سامی، ناصح کریمیان.
مشخصات نشر	تهران: راز نهان، ۱۳۹۳.
مشخصات ظاهری	۱۵۰ ص.
شابک	978-600-258-502-8
وضعیت فهرست نویسی	فیبا
موضوع	هندبال
موضوع	هندبال -- راهنمای آموزشی
شناسه افزوده	کریمیان، ناصح، ۱۳۶۱ -
رده بندی کنگره	۷۹۶/۳۱۲: ۱۷: ۱۳۹۳GV۱۰۲۵۹/س
رده بندی دیویی	۷۹۶/۳۱۲:
شماره کتابشناسی ملی	۲۶۹۷۳۲۰:



عنوان کتاب	: آموزش مقدماتی هندبال در مدرسه
مؤلف	: سعدی سامی، ناصح کریمیان
صفحه‌آرا	: فرشته زند
نوبت چاپ	: اول ۱۳۹۳
شمارگان	: ۱۰۰۰ نسخه
ناشر	: راز نهان
قیمت	: ۱۰۰۰۰ تومان
شابک	: ۹۷۸-۶۰۰-۲۵۸-۵۰۲-۸

تلفن مرکز پخش: ۶۶۹۰۱۸۴۱

فهرست مطالب

۹	فصل اول هندبال در گذر زمان
۱۵	فصل دوم پاس
۳۱	فصل دوم دریافت
۴۱	فصل سوم دریبل
۴۷	فصل چهارم شوت
۶۳	فصل پنجم دفاع و حمله
۸۵	فصل هفتم تمرینات آمادگی جسمانی برای دانش آموزان
۱۱۵	فصل هشتم ارائه طرح درس
۱۳۳	فصل نهم قوانین و مقررات
۱۴۹	منابع

مقدمه

بدیهی است که ورزش هندبال یکی از ورزش‌های جذاب، فرح بخش، فراگیر و دیدنی بوده که به عنوان مادر ورزش‌های توپی شناخته شده است و به جرات می‌توان ادعا کرد که هندبال در سراسر مدارس کشور که دارای زمین فوتسال باشند اجرا می‌شود و توانسته جایگاه خوبی را در میان دانش آموزان در مقاطع مختلف تحصیلی پیدا کند و علاقه مندان زیادی را به فعالیت در این رشته در سالنهای ورزشی بخاطر سادگی و جذابیتش بعنوان یک ورزش آموزشی کشانده است. همچنین نگاه علمی به ورزش و رقابت سخت بین تیم‌ها در عرصه‌های ملی و بین‌المللی و توجه به استعدادهای ورزشی از سنین پایین، وظیفه معلمان ورزش را دوچندان کرده که با در نظر گرفتن روش‌های نوین تدریس به زبان ساده و کارا دانش آموزان را آماده رقابت در این عرصه‌ها نمایند. به همین منظور کتاب حاضر برای تدریس و آموزش مقدماتی و پایه در رشته ورزشی هندبال تهیه گردیده که امیدواریم مورد استفاده معلمان ورزش و مربیان هندبال قرار بگیرد. در این کتاب سعی شده است که تکنیک‌های مختلف هندبال (پاس، دریافت، شوت، دریبل) به زبان ساده بیان شود. کتاب حاضر، در ۸ فصل تنظیم شده است و نگارنده در فصل اول آن ضمن معرفی رشته و تاریخچه هندبال، آن را مجموعه‌ای بسیار با ارزش با بیانی ساده و آسان برای مربیان، معلمان ورزش و علاقمندان به رشته هندبال و در نهایت دانش آموزان می‌داند. هدف نویسنده دانش افزایی معلمان و مربیان در خصوص رشته هندبال و بالا بردن سطح مهارت‌های ورزشی دانش آموزان و آمادگی جسمانی آنها در مدرسه می‌باشد. همچنین تصاویر تنظیم شده در کنار تمرین‌ها، به انجام صحیح و فراگیری مهارت‌های ورزشی دانش آموزان کمک بسزایی می‌کند.