

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

مدرسه توپ

الفبای بازی برای توسعه هماهنگی عصبی-عضلانی کودکان

تألیف:

کریستین کروگر، کلاوس روت

ترجمه:

بهروز ابراهیمی

(عضو هیأت علمی دانشگاه رازی)

دانشگاه رازی

۱۳۹۷

Kroger, Christian	سرشناسه	: کروگر، کریستین
عنوان	: مدرسه توپ (بالشوله): الفبای بازی برای توسعه هماهنگی عصبی-عضلانی / تألیف کریستین کروگر، کلاوس روت؛ مترجم بهروز ابراهیمی	
مشخصات نشر	: کرمانشاه، دانشگاه رازی، ۱۳۹۷=۲۰۱۹م.	
مشخصات ظاهری	: ۳۸۶، ۱۷ص: مصور	
فروست	: دانشگاه رازی؛ ۳۷۲. تربیت بدنی؛ ۱۷	
شابک	: ۹۷۸-۶۰۰-۳۹۳-۰۲۵-۴	
یادداشت	: کتابنامه	
یادداشت	عنوان اصلی: Ballschule Ein ABC für Spielanfänger	
موضوع	: بازی های با توپ - قواعد	
شناسه افزوده	: روت، کلاوس، نویسنده همکار	
شناسه افزوده	: ابراهیمی، بهروز، مترجم	
رده بندی دیویی	: ۷۹۶/۳	
رده بندی کنگره	: GV۸۶۱/ک۴م۴ ۱۳۹۷	



انتشارات دانشگاه رازی ۳۷۲

عنوان کتاب: مدرسه توپ (بالشوله): الفبای بازی برای توسعه هماهنگی عصبی-عضلانی

مؤلفین: کریستین کروگر، کلاوس روت

مترجم: دکتر بهروز ابراهیمی

طراح جلد: جواد کریمی

ناشر: دانشگاه رازی

تاریخ و نوبت چاپ: ۱۳۹۷-اول

شمارگان: ۵۰۰

قیمت: ۵۹۶۰۰ تومان

Razi University Press

© 2019/1397

Print Run: 500

Price: 596000 Rials

ISBN: ۹۷۸-۶۰۰-۳۹۳-۰۲۵-۴

مراکز پخش: تهران: مرکز نشر دانشگاهی ۸۸۵۵۶۱۶۸- کتابیران ۶۶۴۹۲۲۶۶ - دانشیران ۶۶۴۱۶۱۷۶

Tehran: Ketabiran: +98 021 66492266 Daneshiran: +98 021 66416176

کرمانشاه: مرکز چاپ و نشر دانشگاه رازی - تلفن ۴۲۸۰۸۰۲-۰۸۳۳

Kermanshah: 0833 - 4280802

Email: press@razi.ac.ir

مسئولیت صحت مطالب به عهده مترجم می باشد.

(حق چاپ برای ناشر محفوظ است)

تقدیم به همسر که در خلال ترجمه کتاب صبوری نمود

و

گل‌های زندگی‌ام مهسا و محمد که در ترجمه آن یاری‌ام کردند.

پیشگفتار مترجم

کودکان در هر نقطه‌ای از جهان، با فرهنگ‌های مختلف و به شکل‌های متفاوتی رشد می‌یابند اما چیزی که در همه آنها مشترک است، علاقمندی آنها برای بازی با توپ است. حتماً این جمله را شنیده‌اید که "کودکان برزیلی با یک توپ بین پاهایشان دنیا می‌آیند." (روت، ۱۹۹۹). این جمله اغراق‌آمیز است اما در عین حال می‌تواند قابل تأمل باشد.

فواید زیادی که "بازی" نصیب کودکان می‌کند، تقریباً مورد تأیید بسیاری از صاحب‌نظران در حیطه‌های علوم مختلف قرار گرفته است. کودکان در "بازی کردن" نقش‌های متفاوتی را ایفا می‌کنند و در قالب این نقش‌ها به تمرین و تقویت خود در ابعاد مختلف می‌پردازند. آنها در خلال این بازی‌ها با روابط اجتماعی اولیه و قوانین آشنا می‌شوند. روحیه همکاری و جمعی خود را ارتقاء می‌دهند و مفاهیم مربوط به شکست و پیروزی و ... را درک می‌کنند. بازی‌ها انواع مختلفی دارند و هر یک از آنها بعدی از ابعاد روحی، جسمانی، اجتماعی و عاطفی شخصیت کودکان را پرورش می‌دهند. بازی با توپ یکی از انواع این بازی‌هاست که می‌تواند موجب ارتقاء همه‌جانبه این ابعاد شود.

متأسفانه کودکان در حال حاضر کمتر مجال "بازی کردن" به‌ویژه بازی‌های با توپ را پیدا می‌کنند، درحالی‌که در گذشته آنها در کوچه و خیابان‌ها، پارک‌ها و زمین‌های ورزشی بازی می‌کردند که نتیجه آن پرورش استعدادها و شانس قهرمان شدن و در نهایت سالم زیستن بود. کم شدن تحرک ناشی از حذف بازی‌های توپی در زندگی کودکان امروزی و البته تغذیه نامناسب موجب به مخاطره افتادن سلامت جسم و روح آنان شده است. بدین منظور "بال شوله هایدلبرگ" در کشور آلمان توسط کلاوس روت و با قصد بازگرداندن روح بازی‌های خیابانی در سال ۱۹۹۸ تأسیس شد. بازی‌ها و تمرینات در بال شوله بر اساس جدیدترین متدهای علمی توسط کارشناسان تربیت‌بدنی و علوم ورزشی و متخصصان روان‌شناسی کودک، ارائه شده‌اند. کودکان بین ۲ تا ۱۲ ساله در قالب مهدکودک‌ها، کودکانستان‌ها، مدارس ابتدایی و باشگاه‌ها در این پروژه شرکت می‌کنند. کودکان در این مدرسه آموزش‌ها و تمرینات لازم را در بسیاری از رشته‌های ورزشی فرا می‌گیرند تا از آنها

در جهت توسعه مهارت‌های کلامی، فکری، عاطفی، اجتماعی و حرکتی خود استفاده کنند. برنامه درسی مدرسه توپ، استوار بر دانش علمی نوین در زمینه‌های رفتار حرکتی، فیزیولوژی ورزشی و روانشناسی است. این مدرسه، تحرکی که کودکان باید به‌طور طبیعی در مراحل اولیه زندگی به آن دست یابند را فراهم می‌کند.

این کتاب حاوی مطالب ارزنده‌ای در ارتباط با انواع متنوع بازی‌های تویی است و برای کسانی که می‌خواهند در زمینه برنامه‌ریزی بازی کودکان در مهدکودک‌ها، پیش‌دبستانی‌ها و مدارس ابتدایی فعالیت کنند و همین‌طور برای معلمان ورزش و دانشجویان علوم ورزشی و حتی گردانندگان باشگاه‌های خصوصی مربوط به کودکان بسیار مناسب می‌باشد.

از آنجا که پروژه تحقیقاتی بنده به مدت چهار سال در دانشگاه هایدلبرگ، مقر اصلی "بال‌شوله" و در ارتباط با این مدرسه انجام شده است، و با در نظر گرفتن محتویات و اهداف ارزشمند موجود در آن، این کتاب را برای ترجمه انتخاب کرده‌ام. برگردان مفاهیم این کتاب از آلمانی به فارسی برای بنده کار ساده‌ای نبود و به همین دلیل از مشاوره دوستانی که به زبان آلمانی تسلط کافی داشتند بهره برده‌ام. بنابراین لازم می‌دانم تا از زحمات دختر و پسر عزیزم مهسا و محمد در کمک به ترجمه برخی از مفاهیم و کلمات تشکر و قدردانی کنم. هر چند هنوز نمی‌توانم ادعا کنم که برگردان بی‌نقصی انجام شده باشد، به همین منظور از خوانندگان محترم کتاب خواهش می‌کنم تا در صورت مشاهده موارد نامفهوم، نظرات ارزشمند خود را منعکس نمایند تا نسبت به اصلاح آن اقدام شود.

شاد زیستن و بهزیستن حق مسلم کودکان است. با ایجاد "فرصت بازی کردن" این امکان را برای آنان فراهم نماییم.

بهروز ابراهیمی پاییز ۱۳۹۶

فصل اول: مفهوم بال شوله – اهداف، محتوا، روش ها و تئوری های پایه

مقدمه.....	۲
اهداف عمومی: پشتیبانی از توسعه جامع.....	۶
اهداف خاص: قابلیت های بازی.....	۹
تعریف قابلیت های بازی.....	۹
انتخاب اجزاء قابلیت های بازی.....	۱۰
قابلیت های تاکتیکی پایه بازی.....	۱۱
قابلیت های هماهنگی پایه.....	۱۲
قابلیت های تکنیکی پایه.....	۱۴
محتویات: بلوک های بازی های ورزشی در بال شوله.....	۱۸
ساخت بلوک های بازی های ورزشی.....	۱۸
بلوک های تاکتیکی.....	۲۰
بلوک های هماهنگی.....	۲۲
بلوک های تکنیکی.....	۲۳
تشخیص مسیر توپ.....	۲۳
شناسایی حرکات و موقعیت یاران هم دسته.....	۲۳
شناسایی حرکات و موقعیت بازیکنان حریف.....	۲۴
تعیین مسیر دویدن به سمت توپ.....	۲۴
تعیین نقطه بازی توپ.....	۲۴
کنترل مالکیت توپ.....	۲۴
کنترل تحویل توپ در بازی.....	۲۴
روش ها: بلوک های بازی و بلوک های تمرینی.....	۲۴
بلوک های بازی.....	۲۵
بلوک های بازی چه هستند؟.....	۲۵
۱. چرا انسان وقتی بازی می کند همه چیز را یاد می گیرد؟.....	۲۶

۲.	چرا بازی‌های خلاقانه و سرگرم‌کننده چندمنظوره و آزاد، بهتر از بازی‌هایی است که از سوی
۲۶	معلمان و با قوانین و دستورالعمل‌های پیچیده ارائه می‌شوند؟.....
۲۶	یادگیری ضمنی (غیرمستقیم).....
۳۱	مجموعه تجارب در مورد بازی‌ها و توسعه خلاقیت.....
۳۳	فرضیه ۱: تجربیات متنوع منجر به خلاقیت می‌شود.....
۳۴	فرضیه ۲: بازی‌های غیرهدایت شده (آزاد) منجر به خلاقیت می‌شود.....
۳۵	فرضیه ۳: تجربه بازی‌های غیر هدایت شده (آزاد) منجر به خلاقیت می‌شود.....
۳۶	فرضیه ۴: دامنه توجه منجر به خلاقیت می‌شود.....
۳۶	قوانین طراحی برای ساخت بلوک‌های بازی‌ها.....
۳۷	تمرین کردن بلوک‌ها.....
۳۸	تمرینات برای بلوک‌های هماهنگی.....
۳۹	تمرینات برای بلوک‌های تکنیکی.....
۴۰	مفاهیم جانشینی.....
۴۳	گروه‌های هدف و پروژه‌ها.....

فصل دوم: قابلیت‌های تاکتیکی پایه: بلوک‌های بازی

۵۲	مقدمه.....
۵۴	فرمت‌های کلیدی و صفحه نمایش.....
۵۶	ارائه و جهت‌یابی.....
۵۶	مجموعه بازی‌ها.....
۶۱	راهنمای تغییرات در بازی.....
۶۸	مالکیت انفرادی توپ.....
۸۶	مالکیت تیمی توپ.....
۹۴	تداوم بازی با توپ انفرادی.....
۱۱۰	تداوم بازی تیمی.....
۱۲۰	شناسایی فضای خالی.....
۱۳۸	فرصت‌طلبی.....

فصل سوم: قابلیت‌های هماهنگی پایه: بلوک‌های تمرینی

۱۵۲.....	مقدمه
۱۵۸.....	فرمت‌های کلیدی و صفحه نمایش
۱۶۰.....	مجموعه بازی‌ها
۱۶۲.....	احساس لمس توپ
۱۷۲.....	فشار زمان
۱۹۲.....	فشار دقت
۲۱۲.....	فشار پیچیدگی
۲۳۴.....	فشار سازماندهی
۲۵۲.....	فشار متغیر

فصل چهارم: قابلیت‌های تکنیکی پایه: بلوک‌های تمرینی

۲۸۰.....	مقدمه
۲۸۱.....	مجموعه بازی‌ها
۲۸۱.....	شناسایی مسیر پرواز توپ
۲۸۳.....	شناسایی محل بازی توپ
۲۹۵.....	شناسایی حرکات و موقعیت بازیکنان خودی
۳۱۱.....	شناسایی حرکات و موقعیت بازیکنان حریف
۳۲۷.....	شناسایی مسیر پرواز توپ
۳۴۱.....	تعیین محل بازی توپ
۳۵۷.....	کنترل روی مالکیت توپ
۳۷۱.....	کنترل روی تحویل توپ

منابع

واژه‌نامه

نمایه