

# لب‌پربازی

علی اکبری

مدیر آموزش‌گار چند پایه، راهبر آموزشی و تربیتی،

خراسان جنوبی، نهبندان



**اهداف بازی:** تقویت قوای عمومی بدن و پرورش مهارت‌های جسمی، ایجاد هماهنگی بین عضلات و اعصاب، ایجاد سرعت و مهارت در واکنش‌های عضلانی، پرورش حس احترام به قوانین گروهی و اجتماعی، ایجاد روحیه رقابت و مبارزه‌ی سالم در افراد، کسب مهارت در حرکات انتقالی، حرکات غیرانتقالی و حرکات دست‌ورزی (کنترلی)، پرورش هوش منطقی، پرورش مهارت دقت، پرورش مهارت تمرکز.

**وسایل بازی:** سنگ. می‌توان جایگزین سنگ از کله‌قندی پلاستیکی، توپ و... استفاده کرد.

**ابعاد زمین بازی:** بیشتر از بیست مترمربع (بسته به گروه‌های سنی متغیر است).

**شرح بازی:** این بازی مختص مناطقی است که امکانات و تجهیزات ورزشی مناسبی در اختیار ندارند و با کمترین امکانات به بازی می‌پردازند و ضمن پرورش جسم، ذهن، رابطه‌ی اجتماعی و... زمینه‌ی سرگرمی خود و سایرین را نیز فراهم می‌کنند. در ابتدا قانون بازی با مشارکت دو طرف تعریف می‌شود. اصل بازی در مناطق عشایری و بدون هیچ‌گونه هزینه‌ای انجام می‌شده است؛ ولی می‌توانیم برای اجرای این بازی بدون هیچ محدودیتی از کله‌قندی پلاستیکی و توپ استفاده کنیم.

کمترین تعداد افراد برای شرکت در این بازی دو نفر است. گروهی نیز می‌توانید آن را انجام دهید. حداقل ده کله‌قندی پلاستیکی (برای هر نفر یا گروه پنج کله‌قند) و یک توپ نیز لازم دارید. ضمن اینکه می‌توان بیشتر از ده کله‌قند پلاستیکی هم استفاده کرد. با توجه به زمین بازی و گروه سنی که می‌خواهند بازی را انجام دهند، هر فرد یا گروه یک طرف میدان قرار می‌گیرد و کله‌قندی‌ها را با فاصله‌ی نیم‌متر از هم قرار می‌دهند. فاصله‌ی دو گروه از یکدیگر بستگی به قانون توافقی بازی، گروه سنی و محیط بازی دارد. شروع‌کننده‌ی بازی با قرعه‌انداختن مشخص می‌شود و توپ بازی تحویل وی داده خواهد شد. فرد یا یکی از اعضای گروه با پرتاب توپ، کله‌قندی‌های گروه مقابل را مورد هدف قرار می‌دهد و همین فرایند از سمت گروه مقابل نیز انجام می‌شود. در مرحله‌ی بعد چنانچه بیشتر از یک نفر هر سمت بازی قرار گرفته باشند، اعضای گروه به نوبت بازی را ادامه می‌دهند. هر فرد یا گروهی که موفق شود زودتر از رقیب هم‌ه‌ی کله‌قندی‌های پلاستیکی گروه مقابل را مورد هدف قرار دهد و واژگون کند، برنده‌ی بازی خواهد بود و با فرد یا گروه دیگر بازی را ادامه خواهد داد تا زمانی که برنده‌ی نهایی مشخص شود. شایان ذکر است هم‌زمان چندین گروه می‌توانند این بازی را انجام دهند و در مراحل بعد برنده‌ها در مقابل هم قرار گیرند تا در پایان برنده‌ی نهایی مشخص شود. هرچه تعداد گروه‌ها بیشتر باشد، هیجان بازی افزایش می‌یابد.



آموزش تصویری لب‌پر بازی



آموزشی

ایان‌ماه

دوره‌ی بیست و ششم

شماره‌ی ۱۴۰۱۲

۳۳