

زنگ: ورزش
پایه اول و پیش
آموزگار: عابدین



عنوان آشنایی با رشته های ورزشی

آشنایی با رشته والیبال



والیبال یه بازی تیمیه که توش دو گروه با هم
رقابت می‌کنن. هر تیم سعی می‌کنه توپ رو با
دست بزنه و از روی تور رد کنه تا تو زمین
تیم مقابل بیفته. هدف اینه که توپ رو طوری
بزنی که تیم مقابل نتونه بگیره

شروع بازی بازی با یه ضربه به توپ به
اسم "سرویس" شروع می‌شه. یکی از
بازیکن‌ها توپ رو از پشت خط آخر زمین
می‌زنه و می‌فرسته سمت تیم مقابل



جریان بازی وقتی توپ اومد سمت تیم
مقابل، اون‌ها باید با حداکثر ۳ ضربه،
توپ رو دوباره از روی تور برگردونن.
ضربه‌ها معمولاً این‌جوری‌ان: اول پاس،
بعد تنظیم، بعد ضربه نهایی (اسپیک).

هر بار که توپ تو زمین حریف بیفته یا حریف
 اشتباه کنه، یه امتیاز می‌گیری. بازی معمولاً
 ۳ یا ۵ "ست" انجام می‌شه. هر ست تا
 ۲۵ امتیازه (با اختلاف ۲ امتیاز). هر تیمی که
 زودتر ست‌ها رو ببره، برنده‌ی بازیه.





آشنایی با رشته فوتبال



فوتبال یه بازی تیمیه که دو گروه تلاش می‌کنن
توپ رو وارد دروازه حریف کنن. بازی با
سوت داور شروع می‌شه و هر تیم باید با پاس،
دریبل و شوت امتیاز بگیره. هر مسابقه دو نیمه
۴۵ دقیقه‌ای داره و تیمی که گل بیشتری بزنه،
برنده‌ست.





آشنایی با رشته هندبال

هندبال یه بازی تیمیه که توش بازیکن‌ها با دست
توپ رو پاس می‌دن و سعی می‌کنن گل بززن.
هر تیم ۷ نفره‌ست و بازی با سوت داور و شروع
از وسط زمین آغاز می‌شه. هر مسابقه دو نیمه
۳۰ دقیقه‌ای داره و تیمی که گل بیشتری بزنه،
برنده‌ست.



SPORTS ILLUSTRATED.COM



آشنایی با رشته بسکتبال



بسکتبال به بازی تیمیه که توش بازیکن ها باید توپ رو با دست دریل کنن و داخل حلقه بندازن. بازی با پرتاب توپ از وسط زمین شروع می شه و هر تیم سعی می کنه امتیاز بیشتری بگیره. هر مسابقه چهار کوارتر ۱۰ دقیقه ای داره و تیمی که امتیاز بیشتری داشته باشه، برنده ست.

علوی

