

## مقدمه

لازمه گرایش و تمایل به طرف هر ارزش جدید، در مرحله نخست، شناخت آن ارزش است و تنها پس از آن، می توان شناختهای خود را مقایسه کرد و اولویتی در بین آنها قائل شد.

ورزش هندبال، با توجه به مطالبی که در صفحه های نخستین این کتاب آمده، از محاسنی برخوردار است که پایه های اصلی گسترش آن را در بسیاری از کشورها استحکام بخشیده است.

شک نیست که معرفی هندبال در یک محیط تازه، همانند هر ورزش جدید دیگر؛ معلم را در آغاز با مشکلاتی مواجه خواهد ساخت؛ ولی اعتقاد و ایمان و آشنایی به وظایفی که وی برعهده گرفته است می تواند او را در پیروزی بر این مشکلات یاری دهد.

به منظور تأمین نیروی انسانی متخصص و کسب تواناییهای لازم برای مقابله با مشکلات آغازینی که معرفی و گسترش این ورزش جدید در ایران با آن روبه رو بود، دو کلاس فشرده به سرپرستی فنی و تعلیم نگارنده در سال ۱۳۴۷ برای معلمان علاقه مند در تهران تشکیل شد تا مریبان ورزش علاقه مند به هندبال در سراسر کشور، با روشهای آموزشی و مقررات این ورزش آشنا شوند. جای بسی خوشوقتی است که همین افراد، امروزه پایه ها و ذخایر اصلی ورزش هندبال را در کشور تشکیل می دهند.

در همان سال، مسئولان وقت تربیت بدنی وزارت آموزش و پرورش ورزش هندبال را، به عنوان یکی از فعالیتهای ورزشی رسمی آموزشگاههای کشور، تصویب کردند و از آن هنگام تاکنون، این ورزش در زمره یکی از فعالیتهای تربیت بدنی مدارس در آمده است و همچون سایر رشته های ورزشی، ورزشکاران آن همه ساله

در مسابقه‌های رسمی آموزشگاههای کشور، شرکت می‌کنند. امروز که پس از حدود بیست سال از چاپ اولین کتاب هندبال در ایران (سال ۱۳۵۳)، کتاب جدیدی درباره هندبال نوشته می‌شود، این ورزش وسعت و گسترش قابل ملاحظه‌ای یافته است و شاید هزاران معلم، مربی و شاگرد خسته و دلزده از صحنه‌های تکراری فوتبال، والیبال و بسکتبال مرسوم مدارس، این ورزش مفید را در برنامه خود گنجانده‌اند و از آن لذت می‌برند.

امید است پشتوانه‌ای که به این ترتیب فراهم آمده است، برای توسعه فعالیت‌های هندبال مؤثر باشد و این رشته ورزشی، با سرعت بیشتری جای خود را در بین سایر رشته‌های ورزشی در ایران باز کند؛ زیرا اعتقاد نگارنده بر این است که در صورت ایجاد محیطی مناسب، فرزندان ما هندبال را با آغوش باز خواهند پذیرفت و از این راه با کمک ما از امکانات جدیدی در زمینه تربیت، ورزش و تفریحات سالم برخوردار خواهند شد. به راستی آیا این بزرگ‌ترین پاداش برای معلمان و مربیانی نیست که در بارور شدن این جوانه، بی‌ریا و صادقانه همت کرده‌اند؟

کتاب حاضر که به علاقه‌مندان ورزش هندبال تقدیم می‌شود در واقع تکمیل شده کتاب *هندبال هفت نقره* است که در سال ۱۳۵۳ به کمک دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی به چاپ رسید.

در آن کتاب تنها هدفهای آموزشی دنبال می‌شد؛ حال آنکه در کتاب حاضر به آمادگی و تمرینهای تیمی برای مسابقه، همچنین به ارائه اطلاعاتی درباره داوری نیز توجه شده است و تغییر نام کتاب نیز به همین دلیل بوده است. تدریس هندبال در دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی و ملاحظه کمبود چشمگیر کتابهای آموزشی مناسب تدریس در کلاسهای دانشگاهی، در واقع قوی‌ترین انگیزه برای تدوین این کتاب بوده است.

کتاب حاضر در شش فصل تدوین گردیده است:

فصل اول به آشنایی کلی و عمومی با هندبال اختصاص داده شده است. در فصل دوم مقررات بازی در حد نیاز معلمان و دبیران ورزش در مراکز آموزشی قبل

از دانشگاه مطرح می‌شود. در فصل سوم ویژگیهای دروازه‌بان که یکی از بازیکنان کلیدی و مهم هندبال است، مورد بررسی قرار می‌گیرد و برای بهبود کار این بازیکن تمرینهایی نیز توصیه می‌شود. فصل چهارم شامل اطلاعاتی کلی و عمومی درباره فنون جمعی و انفرادی است که مطالعه آن به متخصصان سایر ورزشهای دسته‌جمعی نیز توصیه می‌شود. در فصل پنجم مراحل تدریجی تمرین فنون انفرادی و پایه هندبال در چهار مرحله ارائه شده است که اصول کلی آن را نیز می‌توان به دیگر ورزشهای دسته‌جمعی تعمیم داد. سرانجام در فصل ششم اصول و شکلهای مختلف حمله و دفاع در هندبال آورده شده است. پیوسته‌هایی که در پایان کتاب آمده است حاوی دانستیهای مفیدی برای معلمان، مربیان و داوران هندبال است.

در پایان لازم می‌دانم از تمام همکاران گرامی که به نحوی از انحاء اینجانب را یاری کرده‌اند و از دانشجویانی که برای کسب تجربه و استفاده از نظرها و انتقادهای سازنده خود، بهترین فرصتها را در اختیارم گذاشته‌اند و همچنین از خانم مرضیه خیامی که پاکنویس متن دستنوشته این کتاب را برعهده داشته‌اند، صمیمانه سپاسگزاری کنم.

امید است خوانندگان محترم کاستیهای این کتاب را به دیده اغماض بنگرند و راهنمایی خود را از نویسنده دریغ نفرمایند.

علی محمد امیرتاش