



# بانگ بازی



سورة الحديد من القرآن

---





## فهرست مطالب

مقدمه	۶
توپ را در هوا بقاپ	۸
چوب را نشانه بگیر	۹
سنگ در چاله	۹
توپ در سید	۱۰
قوطی خالی را نشانه بگیر	۱۰
هدف را بزن	۱۱
بازی سنگ سنگ چله	۱۱
سنگ در قاشق	۱۲
مواظب باش نیوفته	۱۳
بکش و بشین	۱۳
طناب و کاغذ	۱۴
بپا زمین نخوری	۱۴
اقسام راه رفتن	۱۵
تغییر اتاق	۱۵
چشمان عقاب	۱۶
پانتومیم	۱۶
بگیر؛ نگیر	۱۷
صندلی بازی	۱۷
چشم بسته به دنبال کسی گشتن	۱۸
جمع آوری با چشم بسته	۱۸
دستان بینا	۱۹
به من اعتماد کن	۱۹
مجسمه	۲۰

- ۲۰ ..... قانون به در کوبیدن
- ۲۱ ..... توپ به دیوار
- ۲۲ ..... رگبار توپ
- ۲۳ ..... همزمانی
- ۲۴ ..... زنبور و عنکبوت
- ۲۵ ..... تور ماهی گیری
- ۲۵ ..... گرگ و گوسفند
- ۲۶ ..... صدای کیه
- ۲۶ ..... دنبال صدا
- ۲۷ ..... نمیخوام بینم
- ۲۷ ..... رشد در تاریکی
- ۲۸ ..... من را بیدار نکن
- ۲۹ ..... حرکت آهسته
- ۲۹ ..... آهنگ جادویی
- ۳۰ ..... غذا برای لک لک
- ۳۰ ..... تظاهر به حمام کردن
- ۳۱ ..... حلقه دوستی
- ۳۱ ..... علی کجاست
- ۳۲ ..... گروه طلایی پیشرو
- ۳۲ ..... خنده
- ۳۳ ..... وسطی
- ۳۴ ..... قایم باشک
- ۳۶ ..... بلندی
- ۳۷ ..... پرش از روی طناب
- ۳۸ ..... بشین پاشو

۳۹	.....	بادبادک
۴۰	.....	پیوست ۱ - ساخت بادبادک
۴۳	.....	منابع


## مقدمه

از آنجا که بخش قابل توجهی از مخاطبان فعالیت های فرهنگی در اردوهای جهادی کودکان هستند؛ رعایت «اصول تربیت کودک» در آموزش های جهادگران در اولویت امور قرار گرفت و با تلاش جمعی از جهادگران، پس از ارائه جزوه «اصول تربیت کودک»، اولین جزوه از سری جزوات تکمیلی این مبحث، تحت عنوان «اصول بازی» به جهادگران ارائه شد.

جزوه حاضر، به عنوان یک بانک سرشار از بازی، پس از مطالعه کتاب های بازی های آموزشی، محلی و تربیتی متناسب با آنچه در جزوه «اصول بازی» آمده است، تدوین شده و در اختیار شما جهادگران عزیز قرار گرفته است.

با توجه به سیر محتوایی جزوات توصیه می کنیم، پس از مطالعه جزوه «اصول تربیت کودک»، جزوه «اصول بازی» که شامل اطلاعات کامل و مفیدی برای چرایی، چگونگی و هدفمندی بازی با کودک است مطالعه نمایید و در نهایت به این جزوه مراجعه فرمایید.

لازم به توضیح است محتوای جزوات به گونه ای طراحی شده که نیاز مربی جهادی را در عرصه آموزش کودکان روستایی مخاطب خود مرتفع نماید. با این حال، این جزوات پاسخ گوی برخی نیازهای مادران گرامی و فعالین فرهنگی کودک نیز خواهد بود.



بانک بازی و ورزش به منظور سهولت جهادگران برای دستیابی به بازی های ساده، مطابق با فرهنگ روستایی و اصل تربیت کودک تدوین شده است. سعی شده است در این بانک بازی هایی که وپیچیدگی خاصی ندارند و به ابزار خاصی نیاز نیست آورده شود. هر بازی در جدول جداگانه با مشخصات و ویژگی های خاص خودش میآید. برخی بازی ها شاکله اصلی و هدف یکسانی دارند، هدف از آوردن چند بازی با هدف و شاکله یکسان این است که مربی خلاقیت و تغییر را در بازی های مختلف دیده و بتواند بیشتر و متناسب با بوم همان منطقه بازی تعریف کند.



## توپ را در هوا بقاپ

شماره	تعداد	سن	ابزار	مهارت
۱	جمعی	نزدیک به دبستان (طرح برد و باخت)	توپ	
شرح بازی	<p>مربی یک دایره بزرگ روی زمین میکشد. اندازه دایره باید جوری باشد که همه روی محیط دایره جا بگیرند.</p> <p>یک نفر به عنوان میاندار وسط دایره می ایستد و یک توپ را روی هوا نگه می دارد. هر بازیکنی باید یک اسم داشته باشد. بعد میاندار یک اسم را صدا میزند و توپ را رها میکند. اگر بازیکن بتواند توپ را پیش از افتادن روی زمین بگیرد، در دور بعدی میاندار خواهد بود.</p>			ورزش/ تقویت تمرکز

## چوب را نشانه بگیر

شماره	تعداد	سن	ابزار	مهارت
۲	جمعی / مشارکتی	-	چوب / سنگ	دقت و تمرکز / مهارت پرتاب
شرح بازی	<p>برای این بازی یک چوب و مقداری سنگ باید تهیه کنیم . مربی چوب را در زمین فرو می کند و دایره ای دور آن می کشد، در فاصله یک متری دایره یک خط می کشد. بچه ها باید پشت این خط بایستند و به نوبت چوب را هدف بگیرند. کسی نباید پایش روی خط برود. کودکان باید تلاش کنند که سنگشان را هرچه نزدیک تر به چوب پرتاب کنند.</p>			

## سنگ در چاله

شماره	تعداد	سن	ابزار	مهارت
۳	جمعی / مشارکتی	-	سنگ	دقت و تمرکز / مهارت پرتاب
شرح بازی	<p>چاله ای در زمین ایجاد کنید، از یک فاصله مشخص، کودکان تلاش کنند که تعداد مشخصی سنگ را که در دست دارند درون چال پرتاب کنند.</p>			

## توپ در سبد

شماره	تعداد	سن	ابزار	مهارت
۴	جمعی / مشارکتی	-	توپ / سبد	قدرت تمرکز و هماهنگی دست و چشم
شرح بازی		یک سبد در فاصله مشخصی بگذارید. به هر کودک تعداد مشخصی توپ بدهد. از کودکان بخواهید پشت خط بایستند و توپ ها را داخل سبد بیاندازند.		

## قوطی خالی را نشانه بگیر

شماره	تعداد	سن	ابزار	مهارت
۵	انفرادی و گروهی	نزدیک به دبستان	سنگ / قوطی	قدرت تمرکز و هماهنگی دست و چشم
شرح بازی		چند قوطی خالی، مثل قوطی شیر خشک پیدا کنید. اگر آنها را در جای بلندی به ارتفاع یک متر تا دو متری روی هم بگذارید، هدف خوبی ساخته اید. برای این بازی، دو گروه لازم است. گروه ها باید در فاصله ۵ تا ۱۰ متری هدف بایستند. هر بازیکن ۱۰ سنگ ریزه داشته باشد. همه باید زیر نظر داور، به ترتیب با سنگ های خود هدف را نشانه بگیرند. هر کسی بتواند هدف را بزند، یک امتیاز میگیرد. در آخر، گروهی برنده است که مجموع امتیاز های بیشتری داشته باشد. کسی که نتواند هدف را بزند، برای دور بعدی، مسئول چیدن قوطی ها میشود.		

## هدف را بزن

شماره	تعداد	سن	ابزار	مهارت
۶	انفرادی و بالاتر	-	هر شیء قابل پرتاب	قدرت تمرکز و هماهنگی دست و چشم
<p>مربی بچه ها را به حیاط برده و یک شی را به عنوان هدف روی زمین در فاصله ۲ متری بچه ها قرار می دهد، هر کودک فرصت دارد تا ۳ بار به سمت هدف توپ پرتاب کند، سپس مربی به تدریج فاصله توپ با هدف را بیشتر کرده و کار را سخت تر می کند.</p>				شرح بازی

## بازی سنگ سنگ چله

شماره	تعداد	سن	ابزار	مهارت
۷	۲	-	سنگ	افزایش تمرکز
<p>دو سنگ کوچک روی زمین بگذارید. هر دو کودک انگشت کوچک دست راستشان را به انگشت کوچک دست راست دوستشان قلاب کنند. حالا باید سعی کنند که با همان دست، هر کدام یک سنگ از روی زمین بردارند. بعد هر دو باید تلاش کنند که دست خود را بالای چاله ای میزان کنند و سنگ خود را داخل چاله بیاندازند.</p>				شرح بازی

## سنگ در قاشق

شماره	تعداد	سن	ابزار	مهارت
۸	مشارکتی	نزدیک دبستان	قاشق / سنگ	برقراری قدرت تعادل میان اعضای بدن
شرح بازی		<p>مربی باید کودکان را به دو گروه مساوی تقسیم کند و یک داور انتخاب کند. آغاز و پایان یک مسیر هشت متری را با دو خط مشخص کند. پشت یک خط دو جعبه و پشت خط دیگر، دو جعبه بگذارد. هر گروه باید به تعداد بازیکنان، توی یک جعبه، سنگ های کوچک بگذارد. هر کس باید یک قاشق داشته باشد. با علامت داور مسابقه شروع میشود. نفر اول، دم قاشق را با دهان نگه میدارد و یک سنگ را بدون دخالت دست و با قاشق برمیدارد و مسیری هشت متری را طی میکند و سنگ را توی جعبه خالی می اندازد. حالا نفر نوبت بعدی است. به همین ترتیب بازی ادامه دارد.</p>		

## مواظب باش نیوفته

شماره	تعداد	سن	ابزار	مهارت
۹	مشارکتی	-	قاشق / توپ	برقراری قدرت تعادل میان اعضای بدن
<p>شرح بازی</p> <p>یک میوه مثل سیب یا پرتقال را در قاشق بگذارید. بچه ها باید از یک سمت اتاق به سمت دیگر بروند، بدون این که میوه ها از قاشق بیفتند. هرکسی زودتر به خط پایان رسید و میوه اش نیفتاد، برنده است. میوه ها به اندازه ای باشد که در کف قاشق جاگیرد. این بازی را در محیط های باز با هیجان بیشتری میشود انجام داد؛ زیرا مسیر مسابقه طولانی تر می شود.</p>				

## بکش و بشین

شماره	تعداد	سن	ابزار	مهارت
۱۰	دو نفره	بالای ۵ سال	-	ورزش و تمرین تعادل
<p>شرح بازی</p> <p>در بازی بکش و بشین، دو بازیکن روی زمین به پشت می خوابند و کف پاهای خود را به هم می چسبانند و دو سر طناب را به دست می گیرند. بازی با اشاره استاد آغاز می شود و بازیکنان طناب را به طرف خود می کشاند کسی بازی را می برد که دیگری را از زمین بلند کند تا به حالت نشسته درآورد.</p>				

## طناب و کاغذ

شماره	تعداد	سن	ابزار	مهارت
۱۱	دو نفره	نزدیک دبستان	طناب/ کاغذ	
شرح بازی	<p>در بازی طناب و کاغذ دو بازیکن رو به روی هم می ایستند. هر کدام سر یک طناب را محکم در دست می گیرند و در حالی که طناب را با یک دست محکم می کشند، سعی می کنند با دست دیگر کاغذی را از روی زمین بردارند.</p>			
				تمرکز و برقراری تعادل بین اعضای بدن

## بیا زمین نخوری

شماره	تعداد	سن	ابزار	مهارت
۱۲	مشارکتی	-	هر چیزی که اختلاف سطح ایجاد کند مثل تشکچه	برقراری تعادل
شرح بازی	<p>بالش یا پستی را با فاصله ای که برای بچه ها نه کم باشد و نه زیاد در کنار هم چیده و با آن یک مسیر درست کنید که ابتدا و انتهایش معلوم باشد. از بچه ها بخواهید به گونه ای روی این ها راه بروند که پایشان زمین نخورد. گاهی فاصله دو بالش را طوری تنظیم کنید که کودک مجبور به پریدن شود. هر بار که پا به زمین بخورد، یک امتیاز منفی محسوب میشود. و پس از چند امتیاز منفی از این دور بازی محروم میشود.</p> <p>برای جذاب تر شدن بازی، میتوان آن را با بازی های دیگر مثل " مواظب باش نیوفته " ادغام کرد.</p>			
				بین اعضای بدن/ افزایش توانایی پریدن. کمک کردن به کودکان رد شدن از مانع

## اقسام راه رفتن

شماره	تعداد	سن	ابزار	مهارت
۱۳	جمعی / مشارکتی	۳-۵ سال	-	تخلیه انرژی کودک / ورزش
<p>شرح بازی</p> <p>انواع راه رفتن را به کودکان یاد بدهید. لی‌لی، پاباز، نشسته(پامرغی)، کلاغ پر، جفت پا، تند راه رفتن، روی پاشنه پا، سینه خیز و... حالا میان آنها مسابقه بگذارید. این بازی از بازی های بسیار مهیج است.</p>				

## تغییر اتاق

شماره	تعداد	سن	ابزار	مهارت
۱۴	مشارکتی	-	-	تقویت قدرت حافظه و به خاطر سپاری
<p>شرح بازی</p> <p>یک نفر از بچه ها بیرون از محوطه بازی قرار میگیرد؛ اما قبل از بیرون رفتن خوب به آنجا و افرادی که در آن مکان هستند نگاه میکند. پس از خروج او یک یا چند تغییر در محوطه و افراد آن ایجاد می شود؛ مثلا جای افراد، کلاه و شال گردن، افراد، جای اشیاء و ... عوض میشود) پس از تغییر، فردی که بیرون رفته وارد میشود و شروع به حدس زدن میکند. از ابتدا برای او سقفی را برای حدس زدن مشخص میکنیم؛ مثلا ده بار کودک باید تلاش کند با همین تعداد حدس، تغییر را متوجه شود.</p>				



## چشمان عقاب

شماره	تعداد	سن	ابزار	مهارت
۱۵	مشارکتی	-	-	تقویت قدرت حافظه و به خاطر سپاری
<p>شرح بازی</p> <p>مربی کودکان را پشت در نگه میدارد و به آنها یک شی نشان میدهد. چیزی که قل مشابه ش را در محیط کلاس پنهان کرده باشد. بچه ها به ردیف کنار دیوار می ایستند و دنبال شی میگردند. هر کس شی را دید بدون اینکه صحبتی بکند به آرامی مینشیند.</p>				

## پانتومیم

شماره	تعداد	سن	ابزار	مهارت
۱۶	مشارکتی	۴ سال به بالا	-	تقویت زبان بدن / تقویت تخیل کودک / کمک به فعالیت های ذهنی ( حدس زدن)
<p>شرح بازی</p> <p>بدون این که حرف بزنید، با حرکات دست و بدن نمایشی را از کار یک قشر از جامعه به اجرا بگذارید. تماشاچیان باید حدس بزنند که مقصود شما چه قشری از جامعه است. به جای یک قشر میتوانید پانتومیم یک شیء را بازی کنید؛ مثلا حرکاتی را به اجرا بگذارید که نشان دهد یک هندوانه را قاچ زده و میخورید. برای سنین پایین گزینه های ساده تر را انتخاب کنید.</p>				

## بگیر؛ نگیر

شماره	تعداد	سن	ابزار	مهارت
۱۷	مشارکتی	-	توپ	بالا رفتن سرعت عمل
شرح بازی		<p>یک نفر به عنوان اوستا در مقابل بچه ها قرار میگیرد و توپ را به سمت یکی از افراد پرت میکند. به هنگام پرت کردن توپ یکی از دو دستور "بگیر" یا "نگیر" را صادر میکند. فرد مقابل باید بر خلاف دستور اوستا عمل کند، یعنی اگر اوستا دستور نگیر را صادر کرد، باید توپ را بگیرد.</p>		

## صندلی بازی

شماره	تعداد	سن	ابزار	مهارت
۱۸	مشارکتی / گروهی	-	صندلی	تقویت مهارت های فعالیت های گروهی
شرح بازی		<p>مربی تعدادی صندلی در وسط کلاس میچیند اما تعداد صندلیها باید کمتر از تعداد بچه ها باشد، بچه ها با فرمان "شروع" به دور صندلی میچرخند و با دستور "ایست" مینشینند، کودکی که موفق شود دوستش را در کنارش جا دهد و با هم روی یک صندلی و یا حتی روی پای هم بنشینند برنده است. در دور بعد یکی از صندلیها کم میشود و بازی به همین شیوه ادامه دارد. بازی تا جایی ادامه پیدا می کند که دیگر امکان جا دادن همه ی کودکان بر روی صندلیها، موجود نباشد.</p>		

## چشم بسته به دنبال کسی گشتن

شماره	تعداد	سن	ابزار	مهارت
۱۹	۳ به بالا	-	-	تقویت حس شنوایی
<p>شرح بازی</p> <p>چشم یکی از افراد را ببندید. دیگران باید در اطراف این فرد در یک محدوده مشخص در حالی که جمله ای را با صدای بلند میگویند، این طرف و آن طرف بروند. فردی هم که چشمش بسته است، در حالی که دستانش را به سمت جلو گرفته است، باید این افراد را پیدا کرده و با دست لمسشان کند. هر کسی که لمس شود میبازد و باید چشمش بسته شود. افرادی که چشمشان باز است، باید مراقب باشند تا دوستانشان به جایی برخورد نکنند.</p>				

## جمع آوری با چشم بسته

شماره	تعداد	سن	ابزار	مهارت
۲۰	دو به بالا	-	توپ	همکاری و تمرکز برای یافتن اشیاء بدون دیدن
<p>شرح بازی</p> <p>در این بازی هر گروه باید حداقل دونفر باشد. ابتدا چشم یکی از اعضای گروه بسته میشود. اعضای گروه دیگر چند عدد توپ یا چیز دیگری را روی زمین پخش کرده و سبدی را هم در گوشه ای از مکان بازی قرار میدهند. فردی که چشمش بسته شده، به هدایت افراد گروهش توپ ها را جمع کرده و در سبد می اندازد. میتوان تعداد زیادی توپ را روی زمین پخش کرد و به هر فرد یک سبد برای جمع آوری آنها داد. افراد با چشم های بسته به دنبال توپ های روی زمین بگردند.</p>				

## دستان بینا

شماره	تعداد	سن	ابزار	مهارت
۲۱	-	-	چند شیء	تقویت هماهنگی دست و ذهن
<p>مربی تعداد مشخصی شی در یک کیسه قرار می‌دهد و کودکان به ترتیب با چشم‌های بسته و لمس کردن درون کیسه اشیا را تشخیص می‌دهند، سپس باید با چشم‌های بسته با لمس کردن صورت دوستانشان یکدیگر را تشخیص دهند.</p>				شرح بازی

## به من اعتماد کن

شماره	تعداد	سن	ابزار	مهارت
۲۲	دو نفره/ مشارکتی	-	-	اعتماد به یکدیگر و تقویت روحیه گروهی
<p>مربی کودکان را دو به دو تقسیم می‌کند. مربی، مبدأ و مقصد را به کودکان نشان می‌دهد، سپس در گروه چشم یکی از کودکان را می‌بندد. از فرد دیگر گروه می‌خواهد تا دستش را روی شانه کسی که چشمش بسته است بگذارد و دیگری با گفتن راست، چپ، پایین یا بالا به مقصد نزدیک می‌شود. (مربیان عزیز مسیر بازی باید پر پیچ و خم و با مانع باشد). بعد از رسیدن به مقصد دو دانش‌آموز جایشان را با هم عوض می‌کنند.</p>				شرح بازی

شماره	تعداد	سن	ابزار	مهارت
۲۳	-	-	-	تسلط بر خویشتن و حواس
شرح بازی	<p>بچه ها چهره و اعضای بدنشان را به حالت های مختلف در می آورند. همین که اوستا فرمان ایست را صادر کرد، در همان حالت مثل مجسمه خشکشان میزند. هر کس بخندد یا از جای خود حرکت کند، از بازی بیرون می رود.</p>			

## قانون به در کوبیدن

شماره	تعداد	سن	ابزار	مهارت
۲۴	-	-	-	مدیریت کلاس توسط مربی
شرح بازی	<p>این یک قانون در کلاس است. هر زمان کسی در میزند در آن لحظه همه بچه ها تبدیل به سنگ میشوند. هر کسی که دارد سخن میگوید باید صحبت خود را متوقف کند هیچ کس هیچ حرکتی نکند و هیچ صدایی از کسی خارج نشود. بچه ها همه منجمد هستند و فقط چشمانشان حرکت میکنند. این قانون تا وقتی که شخصی که در زده از کلاس خارج نشده ادامه دارد. بعد از رفتن فرد کودکان اجازه دارند هر مقدار که میخواهند بخندند.</p>			

## توپ به دیوار

شماره	تعداد	سن	ابزار	مهارت
۲۵	دو گروه	نزدیک دبستان (فعالیت گروهی)	توپ	افزایش سرعت ، چابکی و مهارت پرتاب و دریافت
<p>بچه ها را به دو گروه مساوی تقسیم کرده و به صورت ستونی پشت سرهم در فاصله یک متری از دیوار پشت خط قرار می گیرند ، با فرمان شروع نفرات اول هر گروه به سمت خط شروع رفته و با برداشتن توپ از روی زمین ، توپ را ۵ بار به داخل دایره رسم شده بر روی دیوار پرتاب میکنند . بعد بلافاصله با گذاشتن توپ در نقطه شروع به آخر گروه می روند و بدین ترتیب نفرات بعدی همین کار را تکرار میکنند و در پایان گروهی که زودتر این کار را تمام کند برنده بازی محسوب می شود. در موقع پرتاب پای پرتاب کننده نباید روی خط باشد. توپ پرتاب باید حتما به داخل دایره برخورد کند. می توان در هر بار از یک نوع پرتاب استفاده کرد ( دو دستی یا یک دستی )</p>				شرح بازی

شماره	تعداد	سن	ابزار	مهارت
۲۶	حداقل ۴-۵ نفر	-	توپ	مهارت پرتاب و تمرکز بر زمین بازی
				<p>شرح بازی</p> <p>مربی بچه ها را به گروه های ۴ یا ۵ نفره تقسیم کرده و هر کدام را در یک طرف محوطه بازی قرار داده و خطی را به عنوان مرز بین دو گروه در وسط زمین معین میکند سپس به تعداد مساوی بین دو گروه توپ تقسیم می کند و بعد از آن با صدای سوت بچه ها توپ ها را به سوی زمین مقابل پرتاب می کنند و این کار تا مدت معینی ( مثلا ۱ دقیقه ) ادامه می یابد سپس بازی متوقف شده و تعداد توپ های موجود در داخل زمین هر گروه شمارش می شود گروهی که تعداد کمتری توپ در زمینش باشد برنده بازی خواهد بود و سپس گروه های بعدی به همین شکل در بازی شرکت می کنند.</p>

شماره	تعداد	سن	ابزار	مهارت
۲۷	-	-	-	دقت در فعالیت های بدن و افزایش مهارت های شخصی / تجربه کردن
شرح بازی	<p>به کارهایی فکر کنید که می توانید همزمان انجام دهید. (مثل: دست زدن و آواز خواندن) و کارهایی که نمی توانید (مثل: ایستادن و نشستن) و آنها را نشان دهید. از اینکه کارتان احمقانه جلوه می کند، خجالت نکشید و مثلاً سعی کنید در آن واحد هم بنشینید و هم بایستید. سپس به کودک فرصت دهید تا کارهایی که به ذهنش می رسند را انجام دهد. (من نمی توانم همزمان دماغم را بگیرم و همزمان نفس بکشم. اما می توانم انگشتان پایم را با دست بگیرم و همزمان بخندم). این بازی را کودکان به نوبت انجام دهند.</p>			



## زنبور و عنكبوت

شماره	تعداد	سن	ابزار	مهارت
۲۸	جمعی	-	-	مهارت سرعت در عکس العمل
شرح بازی	<p>ابتدا مربی از بین دانش آموزان به انتخاب یا قرعه کشی چندین دانش آموز را به عنوان زنبور انتخاب می کند. به عنوان مثال ۵ الی ۷ زنبور. باقی دانش آموزان به عنوان عنكبوت در نقاط مختلف محوطه با فاصله مناسب از هم مستقر شده و مینشینند. زنبورها به فرمان مربی شروع به حرکت کرده و ضمن "ویز ویز" کردن که به هیجان بازی می افزاید و برایشان شادی آفرین است از بین عنكبوت ها رد شده و به سرعت جابجا می شوند. سپس با سوت یا فرمان ایست در هر نقطه ای که هستند می ایستند. در این زمان عنكبوت ها بدون اینکه از جای خود حرکت کنند و یا بلند شوند دستان خود را دراز کرده و اگر زنبوری در کنارشان بود او را می گیرند. در صورتی که عنكبوتی زنبوری را شکار کند جای آن دو نفر با هم تعویض می شود و بازی به همین شیوه ادامه می یابد.</p>			

## تور ماهی گیری

شماره	تعداد	سن	ابزار	مهارت
۲۹	جمعی	-	-	مهارت سرعت در عکس العمل
<p>شرح بازی</p> <p>مربی بچه ها را به فضای باز می برد، یک نفر به عنوان ماهیگیر انتخاب می شود و با دویدن بچه ها در حیاط یکی از آن ها را لمس کرده و دو نفری مشغول به گرفتن سایر ماهی ها می شوند. از آنجایی که دو نفر مسئولیت گرفتن سایر ماهی ها را به عهده دارند، ماهی ها می توانند از فضای میان دست های آن ها فرار کرده و بازی تا گیر افتادن آخرین ماهی ادامه می یابد. اگر تعداد بچه ها زیاد است می توان آن ها را به چند گروه تقسیم کرد.</p>				

## گرگ و گوسفند

شماره	تعداد	سن	ابزار	مهارت
۳۰				تقویت مهارت - های جسمی - حرکتی و تقویت مهارت - های زندگی
<p>شرح بازی</p> <p>کودکان دست های یکدیگر را گرفته و دایره وار می ایستند. یکی از آن ها گرگ شده و خارج دایره می ایستد، او سعی می کند تا به درون دایره نفوذ کند تا به گوسفند وسط دایره دست یابد، بقیه کودکان که دست های یکدیگر را گرفته اند مانع ورود او می شوند، کودکی که باعث ورود گرگ به دایره شود در مرحله بعدی خودش گرگ می شود.</p>				

## صدای کیه

شماره	تعداد	سن	ابزار	مهارت
۳۲	حداقل سه نفر	-	-	تقویت مهارت شنیداری و گفتاری
شرح بازی	<p>تمامی کودکان چشم‌های خود را می‌بندند و سپس مربی یکی از آن‌ها را انتخاب می‌کند، او باید برای دوستان خود چند کلمه‌ای صحبت کند و بقیه حدس بزنند او کیست (رعایت نوبت و حفظ سکوت در این بازی بسیار مهم است).</p>			

## دنبال صدا

شماره	تعداد	سن	ابزار	مهارت
۳۳	جمعی	-	شیء جهت پنهان کردن	افزایش دقت و تمرکز
شرح بازی	<p>مربی شیء یا کارتی را در کلاس یا در فضای باز قایم می‌کند، سپس یک کودک انتخاب می‌شود تا آن را پیدا کند، سایر کودکان مأمور می‌شوند تا با صدای دست او را راهنمایی کنند. بدین ترتیب هرگاه که از شیء مورد نظر دور شود، صدای دست‌ها کم و هرگاه نزدیک شود، صدای دست‌ها زیاد می‌شود.</p>			

## نمیخوام ببینم

شماره	تعداد	سن	ابزار	مهارت
۳۴	-	-	-	آشنایی با اعضای بدن /
شرح بازی	<p>اوستا در مقابل کودکان می ایستد و میگوید من نمیخواهم هیچ گوشی را ببینم و بچه ها بلافاصله گوش هایشان را پنهان میکنند. به همین ترتیب سایر اعضای دیگر و کودکان باید تلاشش کنند که آن عضو را پنهان کنند تا اوستا نبیند. کودکی که بتواند بهتر از بقیه اعضایش را پنهان کند در مرحله بعدی اوستا میشود</p>			

## رشد در تاریکی

شماره	تعداد	سن	ابزار	مهارت
۳۵	-	بالای ۵ سال	چراغ	این بازی آموزشی - تقلیدی است.
شرح بازی	<p>کلاس را تاریک میکنیم و همه بچه ها که نقش گل های کوچکی دارند روی زمین مینشینند. نور کلاس ۴-۵ بار روشن و تاریک میشود و در هر مرحله گیاهان مقدار کمی رشد میکنند. به محض اینکه چراغ روشن و خاموش شد. گیاه سر جای خود ثابت میماند. در انتهای روشن شدن بار ۵م باید همه گیاهان بزرگ و قدرتمند شده باشند. میتوان بازی را تا فرسودگی گیاه ادامه داد.</p>			

## من را بیدار نکن

شماره	تعداد	سن	ابزار	مهارت
۳۶	جمعی	-	یکسری ابزاری که بتوان با آنها صوت ایجاد کرد	مهارت شنیداری، فعالیت های جمعی
شرح بازی		<p>روی یک میز اشیاء مختلف تولید کننده صدا قرار دهید. یک کودک به عنوان ساعت کوکی انتخاب میشود و به بیرون کلاس میرود. بقیه کودکان به صورت جمعی تصمیم میگیرند که دوست دارند با چه صدایی بیدار شوند. برای مثال صدای قاشق.. بچه ها سرشان را روی میز میگذارند، مربی به ساعت کوکی میگوید که میتواند به کلاس برگردد. او صداهای مختلف در می آورد تا آنها را بیدار کند. بچه ها به خواب ادامه میدهند تا وقتی که او صدای درست را در بیاورد. وقتی صدای قاشق را در آورد همه بچه ها بیدار میشوند و بیدار شدن را با دست و پای خود نمایش میدهند.</p>		

## حرکت آهسته

شماره	تعداد	سن	ابزار	مهارت
۳۷	جمعی	-	-	مناسب برای مربی جهت آرام کردن کلاس
شرح بازی	بازی مناسب جهت آرام کردن بچه ها. هر زمان در کلاس کلمات و حروف با صدای آهسته و شمرده شمرده بیان شد، کودکان باید حرکات خود را آهسته انجام دهند. مثلا به آرامی به سمت مربی بیاید یا ژاکتش را در بیاورد. یا از جایش بلند شود و...			

## آهنگ جادویی

شماره	تعداد	سن	ابزار	مهارت
۳۸	جمعی	-	-	کمک به تخلیه انرژی. شنوایی
شرح بازی	مربی یک شعر یا سرود را زمزمه میکند و همه بچه ها همین کار را میکنند. وقتی مربی آرام زمزمه میکند. کودکان به حالت قوز کرده و آرام قدم میزنند. مربی دستش را بالا میبرد، صدایش را بلند میکند کودکان رشد میکنند و به سرعت راه میروند و نشاط بینشان می افتد. وقتی مربی دوباره دستش را پایین آورد، کودکان به حال قوز کرده قبلی برمیگردند.			

## غذا برای لک لک

شماره	تعداد	سن	ابزار	مهارت
۳۹				
شرح بازی	<p>هر کسی با بالا بردن پا و نگه داشتن آن نزدیک باسن و نگهداشتن مچ پا با دست به یک لک لک تبدیل میشود. این گونه ایستادن روی پا آسان است. ناگهان لک لک گرسنه میشود، یک غذای خوشمزه (مداد، پاکن و...) برای لک لک قرار بدهید. لک لک به رامی خم میشود و با دقت با دست آزادش غذا را برمیدارد.</p>			

## تظاهر به حمام کردن

شماره	تعداد	سن	ابزار	مهارت
۴۰				
شرح بازی	<p>مربی در کلاس راه میرود و از یک بطری خیالی روی سر بچه ها شامپو میریزد. هر کس شروع میکند به شستن سر خودش. اول سرش را با شامپو کفی میکند و سپس ماساژ میدهد. سپس مربی راه میرود و روی سر بچه ها با بطری خیالی آب میریزد. حالا باید سرشان را بشویند. میتوان به مراحل دیگره استحمام و شستن دست ها هم تعمیم داد.</p>			

## حلقه دوستی

شماره	تعداد	سن	ابزار	مهارت
۴۱	جمعی	-	-	ایجاد آرامش و تخلیه احساسات
شرح بازی	<p>کودان به صورت حلقه روی زمین مینشینند. بازی با یکی از بچه ها شروع میشود. او کاری را که دوست دارد برای بغل دستی اش انجام دهد را انجام میدهد. مثلا شانه اش را نوازش کند و بگوید دوستت دارم. این کار تا پایان حلقه تکرار میشود. نفر بعدی درحلقه کاری را که دوست دارد برای بغل دستی اش انجام دهد را اجرا میکند.</p>			

## علی کجاست

شماره	تعداد	سن	ابزار	مهارت
۴۲	جمعی	نزدیک دبستان	-	تقویت احساس لامسه و شنوایی
شرح بازی	<p>کودکان به آرامی در کلاس با چشمان بسته حرکت میکنند و نامشان را در حین راه رفتن نجوا میکنند: «اسم من مریم است» مری به شانه یکی از بچه ها ضربه میزند و نام او را به علی تغییر میدهد. او اجازه داد چشمش را باز کند. حالا زیر لب میگوید: «اسم من علی است». بقیه بچه ها نام خودشان را میگویند و به نام هایی که میشنوند گوش میدهند. هرکس اسم علی را شنید گفتن نام خودش را متوقف میکند و به دنبال علی میرود و او را تعقیب میکند. به این ترتیب صدا ها کمتر شده و صف پشت سر علی طولانی تر میشود.</p>			



## گروه طلایی پیشرو

شماره	تعداد	سن	ابزار	مهارت
۴۳	-	-	-	مناسب خارج کردن کودکان
شرح بازی	<p>تعداد یا همه بچه ها پشت سر فردی به نام پیشرو به آرامی از یک مسیر تعیین شده از کلاس خارج میشوند. باید آرام و اسرار آمیز حرکت کنند. برای برگشت به کلاس یک پیشرو دیگر تعیین میکنند و به کلاس برمیگردند. مربی میتواند هدفی را برای آوردن به کلاس تعریف کند. نگاه دارد محیطی است که مربی نیاز دارد محیط کلاس را آرام نگه دارد.</p>			

## خنده

شماره	تعداد	سن	ابزار	مهارت
۴۴	-	-	-	تخلیه احساسات
شرح بازی	<p>همه گروه با هم شروع به خندیدن از ته دل میکنند. چند ثانیه این خنده را ادامه دهید</p>			

شماره	تعداد	سن	ابزار	مهارت
۴۵	حداقل سه نفر	نزدیک به دبستان	توپ	مهارت دویدن و تمرکز
<p>به قید قرعه یکی از گروه‌ها وسط قرار می‌گیرند. دو نفر از بازیکنان گروه مقابل هم دو طرف زمین می‌ایستند. این دو نفر تلاش میکنند با نشانه گرفتن بازیکنان تیم حریف، توپ را به گونه‌ای پرتاب کنند که به یکی از آنها بخورد. هر کسی که توپ به او خورد سوخته و باید از بازی بیرون برود. بازیکنان تیم حریف باید با جاخالی دادن خود را از گزند توپ دور کنند. پرتاب توپ به صورت نوبتی میان دو نفر از گروه دیگر انجام میشود. وقتی نفر اول توپ را پرتاب کرد، افراد گروه مقابل باید خیلی زود جای خود را عوض کرده و رو به طرف کسی قرار بگیرند که میخواهد توپ را پرتاب کند. اگر در هنگام پرتاب توپ، یکی از افراد گروهی که وسط قرار گرفته، پیش</p> <p>از آن که توپ به زمین بخورد آن را بگیرد یک گل محسوب میشود. در این صورت یک امتیاز به نفع آنها ثبت میشود. اگر پیش از گرفتن گل کسی از افراد این گروه سوخته باشد، میتوانند در قبال از دست دادن امتیاز گل، آن فرد را به داخل بیاورند؛ اگر گروهی، گل گرفت و پس از آن توپ به یکی از افرادش اصابت کرد، میتوانند از خیرگل بگذرد تا آن فرد سوخته بیرون نرود؛ البته در این موارد گروهی که گل گرفته، میتواند تعداد گلها را بالا برده و از گل به نفع فردی که سوخته استفاده نکند.</p> <p>این بازی تا وقتی که افراد خسته شوند ادامه میابد؛ اما میتوان از ابتدا برای گل ها تعداد معینی مشخص کرد که اگر گروهی زودتر به آن تعداد رسید، برنده باشد.</p>				

شماره	تعداد	سن	ابزار	مهارت
۴۶	حداقل دو نفر	-	-	مهارت شنیداری.
شرح بازی	<p>حداقل نفرات این بازی دو نفر است؛ اما اگر تعداد بازیکنان بیشتر باشد، بازی از هیجان بیشتری برخوردار خواهد بود.. به قید قرعه یکی از افراد دستش را روی دیوار و چشمش را روی دستش گذاشته و شروع به شمردن می‌کند: «ده بیست سی چهل ...». در میان شمردن با صدای بلند میگوید: «بیام؟» اگر بازیکنان هنوز مخفی نشده اند با جواب از او فرصت می‌گیرند. وقتی کسی به سؤال جوابی نداد، معلوم میشود که همه پنهان شده اند. حالا چشمش را از روی دستش برداشته و به دنبال بچه های دیگر می‌گردد. او باید حواسش به نقاط مختلف باشد تا کسی از غفلت او استفاده نکند. افراد باید از فرصت استفاده کرده و در حالی که فرد چشم‌گذار از محل چشم گذاشتن فاصله گرفته است، از مخفیگاه خود چا خارج شوند. به محض خارج شدن باید به سرعت به محل چشم گذاشتن نزدیک شده و دست خود را به آن محل بگذارد و بگوید: «سک سک». فرد چشم‌گذار هم باید تلاش کند زودتر از این فرد، خود را به محل چشم گذاشتن برساند و «سک سک» کند.</p> <p>اگر همه موفق شدند که خود را به محل چشم چشم گذاشتن رسانده و سک سک کنند، دوباره سکا همان نفر قبلی باید چشم بگذارد. اگر تنها یک نفر موفق به این کار نشود، باید به جای نفر قبلی چشم گذاشته و بازی ادامه</p>			

پیدا کند. اگر چند نفر موفق به این کار نشدند به روش های مختلفی می‌توان نفر چشم گذار بعدی را معین کرد:

(الف) آخرین نفری که از مخفیگاه بیرون بیاید و نتواند سک سک کند، باید چشم گذار بعدی باشد. این روش موجب میشود که بازیکنان انگیزه داشته باشند که زودتر از بقیه خود را ظاهر کنند تا چشم گذاشتن به آنها نیفتد. همین قانون هیجان و سرعت بازی را بیشتر میکند.

(ب) شخص چشم گذار مشخص کند که کدام یک چشم بگذارد.

(ج) به قید قرعه یکی از افرادی که نتوانستند سک سک کنند، چشم بگذارند. در برخی از مناطق این قانون وجود دارد که اگر نفر آخر بتواند سک سک کند، همه افرادی که قبلاً موفق به سک سک نشده اند، برنده محسوب شده و دوباره همان فرد قبلی باید چشم بگذارد. سک سک کردن فرد چشم گذار هم در برخی از شیوه ها این گونه است که نام فرد پنهان شده و محل پنهان شدن او را بر زبان آورده و سک سک هم می‌گوید. اگر نام و محل با هم تطبیق داشت فرد پنهان شده باید بیرون بیاید و بازنده محسوب می‌شود اما اگر نام و محل تطبیق نداشت نیازی به بیرون آمدن نیست.

شماره	تعداد	سن	ابزار	مهارت
۴۷	حداقل ۵ نفر	-	میحطی که دارای پستی و بلندی باشد	مهارت دویدن نوعی ورزش
<p>شرح بازی</p> <p>تعداد افراد در این بازی بهتر است بیش از پنج نفر باشد. از میان افراد یک نفر به اصطلاح گرگ شده و به دنبال افراد دیگر می‌گذارد تا دستش به آنها برسد. فردی که دست گرگ به او خورده میسوزد. دیگران هم باید از دست او فرار کرده و روی جایی که کمی از زمین بالاتر است، بایستند. وقتی افراد در بالای بلندی قرار میگیرند، گرگ نمیتواند به آنها دست بزند. برای این که افراد نتوانند به مدت طولانی روی بلندی بایستند، میتوان قانون شمارش را گذاشت. هر کسی که بالای بلندی قرار گرفت، باید از یک تا ده بشمارد و وقتی به ده رسید، از بلندی برای یک لحظه هم که شده پایین بیاید و یا این که بدود و روی یک بلندی دیگر بایستد این بازی با نام «گرگم به هوا» هم شناخته می‌شود قاعده و قانون این بازی قابل تغییر هم هست مثلاً وقتی دست گرگ به کسی می‌خورد او نیز به همراه گرگ باید به دنبال بچه‌های دیگر بدود قبل از اینکه گرگ به یکی از بچه‌ها دست بزند یکی دیگر از بچه‌ها می‌تواند کنار او قرار گرفته و دستش را بگیرد. در این صورت گرگ نمی‌تواند به هیچ کدام از آنان دست بزند اما نباید مدت زمانی که این دو در کنار هم هستند طولانی شود می‌توان شمارش تا یک عدد مشخص را به عنوان حداکثر فرصتی قرار داد که این دو می‌توانند در کنار هم باشند.</p>				

	<p>برای فرار بچه ها هم می توان محدوده ای را مشخص کرد. در این صورت خروج از محدوده مشخص شده موجب باختن فرد می شود. ورزش هیجان و تقویت حس همکاری از فواید این بازی است.</p>	
--	--	--

## پرش از روی طناب

شماره	تعداد	سن	ابزار	مهارت
۴۸	حداقل ۳ نفر	-	طناب	
شرح بازی	<p>دو نفر دوسر طناب را می گیرند. بازیکنان به ترتیب از روی طناب می پرند.</p> <p>اگر پای کسی به طناب گیر کند، از دور بازی خارج می شود. پس از این که نوبت همه ی بازیکنان به پایان رسید، طناب را کمی بالاتر نگه می دارند و بازی از سر گرفته می شود. در هر دور بازی، طناب را کمی بالاتر می برند.</p> <p>بازی تاجایی ادامه پیدا می کند که تنها یک بازیکن باقی بماند.</p>			

## بشین پاشو

شماره	تعداد	سن	ابزار	مهارت
۴۹	دو نفر به بالا	-	-	تقویت تمرکز و هماهنگی میان شنیدار و رفتار از نتایج این بازی است.
شرح بازی	<p>یک نفر به عنوان اوستا به بچه ها دستور بشین پاشومیده، افراد بدون وقفه باید دستور او را اجرا کنند. اوستا باید گاهی تند و پشت سرهم و گاهی با وقفه دستور دهد تا در ذهن مخاطب آهنگ مشخصی از دستورها نقش نبندد. عبارات را هم میتوان تغییر داد؛ مثلا وقتی که بچه ها نشسته اند، بگوید: «پا نشو» و یا وقتی ایستاده اند بگوید: «نشین».</p> <p>کسی که دستور اوستا را اشتباه انجام دهد، بازنده است. در شیوهای دیگر میتوان از بچه ها خواست که عکس دستور اوستا عمل کنند. این بازی نیازمند تمرکز بیشتری است..</p>			

## بادبادک

مهارت	ابزار	سن	تعداد	شماره
افزایش اعتماد به نفس	ابزار ساخت بادبادک	-	-	۵۰
		<p>بادبادک بازی از هیجانی ترین بازی های دوران کودکی و نوجوانی است. امروزه بادبادک های پیش ساخته، جای بادبادک های دست ساز خانگی را گرفته است. لذت این بازی به آن است که بادبادک را خود بچه ها درست کنند. اگر هم توانایی این کار را ندارند، بزرگترها کمکشان کنند تا یاد بگیرند.</p>		



## پیوست ۱ - ساخت بادبادک

بادبادک بازی از هیجانی ترین بازی‌های دوران کودکی و نوجوانی است. امروزه بادبادک‌های پیش ساخته، جای بادبادک‌های دست ساز خانگی را گرفته است. لذت این بازی به آن است که بادبادک را خود بچه‌ها درست کنند. اگر هم توانایی این کار را ندارند، بزرگترها کمکشان کنند تا یاد بگیرند. بادبادک را به دو شیوه می‌سازیم. شیوه اول که خیلی ساده است و معروف به بادبادک‌های خاک‌اندازی. دو لبه عمودی یک ورق دفتر را به اندازه حدود یک سانت و نیم تا می‌زنیم. این بدنه بادبادک می‌شود برای ساختن دنباله‌های بادبادک هم از یک ورق دفتر، نوارهای کاغذی با عرض حدود یک سانتیمتر برش می‌دهیم. دو طرف هر کدام از این نوارهای کاغذی را به هم چسبانده و از آنها یک زنجیر درست می‌کنیم.

هرکدام از حلقه‌های این زنجیر با چسباندن دو سر یک نوار درست میشود. پس از آماده کردن حلقه اول، نوار بعدی را داخل حلقه اول کرده پس از آن دو طرفش را به هم می‌چسبانیم. قبل از چسباندن دو سر آخرین نوار، دایره کوچکی را در انتهای ورقی که بدنه بادبادک است ایجاد کرده و نوار را از آن رد کرده و دو سرش را به هم می‌چسبانیم. فاصله این دایره از دو طرف کاغذ باید کاملاً مساوی باشد. بالای ورق، درست در نقطه مقابل این دایره یک سوراخ کوچک به اندازه‌ای که نخ از آن رد شود، ایجاد می‌کنیم. مقداری نخ را دور

یک چوب، مداد یا هر وسیله دیگر بسته و آن را از این سوراخ کوچک رد کرده و گره می زنیم. برای این که نخ، کاغذ را پاره نکنند، در محل سوراخ از هر دو طرف کاغذ، مقداری چسب نواری بزنید. بادبادک حاضر است. حالا کودک مقداری از نخ را آزاد کرده و در پارک یا کوچه می دود و بادبادک هم به آسمان می رود.

نوع دیگر بادبادک که حرفه‌ای تر است به این شیوه ساخته میشود: برای ساختن این بادبادک از کاغذ الگوهای خیاطی می توان استفاده کرد. به اندازه دلخواه از کاغذ الگو یا کاغذ دیگری یک لوزی در بیاورید حصیری را از درازا به دو نیم تقسیم کرده و آن را به اندازه دو قطر لوزی که از کاغذ برش داده اید ببرید این دو حصیر را روی دو متر مربع بچسبانید برای چسباندن آنها نوارهایی را از کاغذ الگو درست کرده و با چسب روی چند نقطه از حصیر بچسبانید؛ به گونه ای که حصیر را روی بدنه بادبادک محکم کند. حالا از کاغذ الگو دنباله ها را به همان شیوه‌های که در بادبادک قبلی گفتیم، بسازید. بدنه بادبادک چهار گوشه دارد. روی سه گوشه، دنباله ها را وصل کنید؛ به گونه ای که گوشه وسط، دنباله بلندتری نسبت به دو دنباله دیگر داشته باشد. دنباله های دو گوشه ای که در کنار دنباله وسط هستند، باید هم اندازه باشند، تا بادبادک در هنگام پرواز به یک طرف کج نشود.

در دو طرف جایی که دو حصیر یکدیگر را قطع کرده اند، دو سوراخ کوچک درست کنید. یک مقدار نخ را از دو سوراخ رد کرده و دو طرفش را به هم گره بزنید. نخ بادبادک را به نخ‌هایی که از دو سوراخ رد شده گره بزنید. برای اینکه در هنگام پرواز نخ بادبادک، این سوراخها را پاره نکند، پس از این که نخ را از دو سوراخ رد کرده و گره زدید، بر روی محل سوراخها یک تکه کوچک کاغذی بچسبانید. در روزهای بادی این بادبادک را میتوان از روی پشت بام به راحتی به پرواز درآورد.

## منابع

- بازی بازوی تربیت/ محسن عباسی ولدی/ آیین فطرت ۱۳۹۵
- ۱۰۱ بازی برای آرام سازی کودکان/ الیسون بارتل/ سیدعلی دربانی،  
مریم رنجبر/ انتظارات مدرسه ۱۳۹۶
- بازی با سنگ از سری کتابهای بازی با ابزارهای ساده/ معصومه  
پورطاهریان/ کفشدوزک سال ۹۲
- بازی با چوب از سری کتابهای بازی با ابزارهای ساده/ معصومه  
پورطاهریان/ کفشدوزک سال ۹۲
- بازی با طناب از سری کتابهای بازی با ابزارهای ساده/ معصومه  
پورطاهریان/ کفشدوزک سال ۹۲



# بانک بازی



حقیقتاً باید بگویم که اگر مسئولان فرهنگی کشور بخواهند مساله‌ی کودک و نوجوان را آن‌چنان که هست، مورد اهتمام قرار دهند، من خیال می‌کنم خیلی از آن‌هایی که مسئولند، از ساعت‌های خوابشان هم خواهند زد تا به این مساله بپردازند.

مقام معظم رهبری

