

به نام خدا



# بازی نشاط آور

الیسون بارتل

مترجم

حسین فدایی حسین

تصویرگر

کلاوس پوس

[www.saberinbooks.ir](http://www.saberinbooks.ir)

# فهرست مطالب



۷  
۹

## پیشگفتار

### مقدمه

روش‌هایی مفید برای پیشرفت  
کلید علائم به کار رفته در بازی‌ها

## بازی‌ها

۱۲  
۱۳  
۱۴  
۱۵  
۱۶  
۱۷  
۱۸  
۱۹  
۲۰  
۲۱  
۲۲  
۲۳  
۲۴  
۲۵  
۲۶  
۲۷  
۲۸  
۲۹  
۳۰  
۳۱  
۳۲  
۳۳

باشه!

تئاتر وارونه

موش کوچکی

شمردن انگشتان

دوش هوای تازه

مدرسه جنبش

بدون انگشت

قدرت باد

حلقه آواز

صندلی تغییر شکل

بازی چرند و پرند

موج مسخره‌بازی

سالانه سالانه رفتن عمه‌خانم

قرمز و سیاه

رقص پاها

سفر کوتاه به ناکجا

گله فیل‌ها

کرگدن‌ها

وقت مسخره‌بازی

برف‌بازی در اتاق

من، خودم را دوست دارم!

یک، دو، سه، چهار

۳۴	در جست‌وجوی بادام زمینی
۳۵	بازی خندیدنِ جدی
۳۶	تعقیب و گریز با خرس قطبی
۳۷	با تمام سرعت به پیش
۳۸	آفتاب - مهتاب
۳۹	رقص روی کاغذ
۴۰	همسایه‌ها
۴۱	آواز درهم و برهم
۴۲	واکنش زنجیره‌ای
۴۳	گروه بالهٔ بیمار
۴۴	مسابقهٔ دو با کاغذ
۴۵	جمع‌آوری سکه
۴۶	جعبهٔ خنده
۴۷	عکس توی آینه
۴۸	گرگم به هوا با توپ
۴۹	ساندویچ بچه
۵۰	یک بار دیگر با احساس
۵۱	روکش صندلی
۵۲	ستون دست‌ها
۵۳	ترتیب جدید نشستن
۵۴	سازهای دهانی
۵۵	فکرهای خوب بکنید
۵۷	حالت خوب
۵۸	راه‌پله
۵۹	چرخش پاها
۶۰	امروز روز خوبی است
۶۲	مضحک دست زدن
۶۳	دایره‌های الفبایی
۶۴	جست‌وجوی گنج
۶۵	شکار شیر
۶۷	کشتی شست‌ها
۶۸	جلو، عقب، دوباره جلو

۶۹	علامت سرّی
۷۰	گرگم به هوا با یک پا
۷۱	به حرف راهنما گوش (ن)دهید!
۷۲	خوش خنده
۷۳	حدس زدن حیوانات
۷۴	حلقه ورزشی
۷۵	نگهبان شب
۷۶	مسابقه حروف صدادار
۷۷	مسابقه تندخوانی
۷۹	ضرب المثل های موزون
۸۰	توپ بازی با کلمات
۸۱	خوب گوش کردن
۸۲	چاقو، چنگال، قیچی، شمع
۸۴	جست و جوی هم بازی
۸۵	چند توپ بازی
۸۷	شش های خوش شانس
۸۸	سازهای بدنی
۸۹	ژیمناستیک ریاضی
۹۰	ا، ا، ا، ا، ا، ا، او
۹۲	پینگ - پونگ در کلاس
۹۳	تغییر در آواز
۹۴	کار آگاه بازی
۹۵	کم دین کلاس
۹۶	ایده های نشاط آور
۹۷	گنج مخفی
۹۸	لیست سیاه
۹۹	شمارش معکوس
۱۰۰	تمرین های کوتاه، سریع
۱۰۱	زنگ هشدار
۱۰۲	هزار توی حافظه
۱۰۳	جادوگر ترسناک
۱۰۴	جمله درهم و برهم

۱۰۵	جای‌گیری الفبایی
۱۰۶	موجودات اسطوره‌ای
۱۰۷	توپ زخمی
۱۰۸	جانورشناسی
۱۰۹	بیت‌های قافیه‌دار
۱۱۰	بینگوی اسمی
۱۱۱	فرشته مهربان
۱۱۲	مسابقهٔ تندرستی
۱۱۳	مانور هلیکوپترها
۱۱۴	مسابقهٔ دو با سوت
۱۱۵	امروز احساس زرد براق دارم
۱۱۶	پارو بزن
۱۱۷	مرور هجاها
۱۱۸	تقویم روزشماری
۱۱۹	توپ‌بازی با ریاضی
۱۲۰	<b>فهرست الفبایی بازی‌ها</b>
۱۲۵	<b>بازی‌های دارای نیازهای ویژه</b>
	بازی‌های نیازمند به ابزار و وسایل
	بازی‌های دارای تماس و درگیری فیزیکی
	بازی‌های نیازمند به فضای بزرگ
	بازی‌های نیازمند به فضای باز
	بازی‌های نیازمند به همراهی موسیقی

## پیشگفتار



بسیار خب، والدین، معلم‌ها و مربیان عزیز، آسمان گرفته و ابری است و بچه‌ها شروع کرده‌اند به مالیدن چشم‌ها و خمیازه کشیدن. نگاهِ دو، چهار یا چندین جفت چشم کوچک و خسته و کسل، اما منتظر، به شما دوخته شده. اگر می‌خواهید کودکان را با خود همراه کنید و مانع از خستگی و افسردگی آن‌ها شوید، این کتاب را ورق بزنید. یکی دو بازی انتخاب کنید و به طور معجزه‌آسایی مثل آذرخش، حال و هوای گرفته و خاکستری اتاق را به آسمانی آفتابی تبدیل کنید.

در این کتاب انواع ایده‌های نشاط‌آور را خواهید یافت - از جمله بازی‌های شاد و پرتحرک. انرژی محبوس و انباشته شده، شایع‌ترین علت تحریک‌پذیری، بی‌حوصلگی، پرخاشگری، عقب‌ماندگی و حالت‌های بد معمول در کودکان می‌باشد.

کودکان می‌توانند بدون نیاز به وسایل و تجهیزات خاص و با استفاده از اشیاء دم‌دست و البته به مدد کنجکاو، هیجان و خلاقیت ذاتی خود با این بازی‌ها سرگرم شوند. تنوع برای کودکان مهم است و این بازی‌ها در قالب فعالیت‌های گروهی متنوع، حس‌ها و قابلیت‌های حرکتی مختلف را درگیر می‌کنند. اگر پدر و مادر، معلم یا سرپرست گروه اغلب نقش فعالی داشته باشد، هم بر خود و هم بر افراد پیرامون خود تأثیر مثبت می‌گذارد. بازی‌های گروهی، با تقویت پیوندهای اجتماعی و احساس «ما» بودن، کودکان خسته را شاداب می‌کند. احساس انرژی تازه و تغییر در حال و هوای گروه، امکان پی‌گیری و تمرکز بر دروس را برای مدت طولانی‌تری فراهم می‌کند. با انجام این بازی‌ها کودکان تشویق می‌شوند تا در خانه، مدرسه و به طور کلی در زندگی گروهی، نقش فعالی داشته باشند و این امر باعث پیشرفت خلاقیت و واکنش‌های اجتماعی آن‌ها می‌شود. به این ترتیب در آینده هنگام قرار گرفتن در موقعیت‌های اجتماعی احساس بهتری خواهند داشت.

بازی‌های این کتاب هر کدام تنها چند دقیقه زمان می‌برد و می‌توان آن‌ها را در خانه، محله، کلاس یا زنگ تفریح یا هر وقت آزاد دیگری اجرا کرد. جایی برای بدخلق‌ها و عبوس‌ها نیست، وقت بازی و خنده و تحرک است.

## مقدمه



در این کتاب بازی‌هایی پرتحرک و پیشنهاداتی عملی خواهید یافت که می‌توانید از آن‌ها در موقعیت‌های مختلف، برای رفع خستگی و بی‌حوصلگی و سرحال آوردن کودکان کم سن و سال استفاده کنید. سطح دشواری بازی‌ها، به مرور در طول کتاب افزایش می‌یابد. بازی‌های ابتدایی کتاب، جز چند مورد استثناء، ساده و برای کودکان پایه اول (شش تا هشت سال) مناسب هستند و بازی‌های اواخر کتاب، بیشتر برای کودکان نه تا ده سال. اگرچه، تقریباً همه بازی‌ها را می‌توان به سادگی برای رده‌های مختلف سنی تغییر داد. در آخر کتاب، بازی‌ها به ترتیب حروف الفبا فهرست شده است.

### روش‌هایی مفید برای پیشرفت

بهترین شیوه برای رفع خستگی و تقویت انرژی، ایجاد تنوع در درس‌ها و یادگیری می‌باشد. به چند نکته در این زمینه اشاره می‌شود:

- به هنگام آماده‌سازی درس یا هر نکته آموزشی، به یاد داشته باشید تا حد امکان از گروه‌هایی در اندازه‌های مختلف استفاده کنید: کل بچه‌ها، گروه‌های کوچک، دو نفره و انفرادی.
- مطالب آموزشی و یادگیری را چنانچه نیاز به زمان طولانی داشته باشند، متوقف کنید. اگر کودکان سرحال شوند و توجه کنند، در پایان روز هم می‌توان آموزش را ادامه داد.
- صندلی، مبل و تشکچه‌ها را به شکل‌های مختلف بچینید، اغلب سعی کنید دایره‌وار دورهم بنشینید و گهگاه هم از محیط کلاس یا اتاق بیرون بروید.
- اگر معلم مدرسه هستید، از «مهمان‌های مختلف» دعوت کنید تا در کلاس صحبت کنند (برای مثال والدین، پدربزرگ‌ها و مادربزرگ‌ها، مأمورین پلیس، شهردار و افراد خاص دیگری که تخصص‌شان می‌تواند مفید باشد).
- لحظات شگفت‌انگیز و سرگرم‌کننده‌ای برای کودکان ایجاد کنید.
- همه چیز را یک‌باره در اختیار کودکان نگذارید، بلکه آن‌ها را علاقه‌مند و مشتاق دانستن‌های جدید نگه دارید.

### کلید علائم به کار رفته در بازی‌ها

برای کمک به پیدا کردن فعالیت‌های مناسب با موقعیت‌های مختلف، هر کدام از این بازی‌ها با نشانه‌ها


یا علائمی کدگذاری شده‌اند تا با یک نگاه بتوانید اطلاعاتی درباره آن بازی به دست آورید، از جمله:

- وسایل مورد نیاز
  - موسیقی مورد نیاز
  - فضای مورد نیاز
  - احتمال وجود تماس فیزیکی
  - نیاز به رفتن به محیط بیرونی
- این موارد با جزئیات بیشتر در قسمت پایین توضیح داده شده است.


**وسایل مورد نیاز.** بیشتر بازی‌ها نیاز به وسیله خاصی ندارند؛ اما در بعضی موارد، وسایلی مثل کاغذ و قلم، چشم‌بند، یا چیزهای دیگر برای بازی ضروری هستند. بازی‌هایی که نیاز به وسیله دارند با علامت زیر مشخص شده و وسایل مورد نیاز، زیر آن فهرست شده است.

=  وسیله مورد نیاز است.


**فضای مورد نیاز.** بعضی از بازی‌ها نیاز به فضای بزرگ دارند (مثلاً زمانی که قرار است کل بچه‌ها دایره‌ای تشکیل دهند یا دور اتاق راه بروند). این مورد با نشانه زیر علامت‌گذاری شده است:

=  احتمال نیاز به فضای بزرگ‌تر

**نیاز به موسیقی.** تعداد کمی از بازی‌های این کتاب نیاز به موسیقی ضبط شده دارند. این بازی‌ها با نشانه زیر نشان داده شده‌اند و نوع موسیقی مورد نیاز، زیر آن قید شده است.

=  موسیقی مورد نیاز است.

**وجود یا احتمال وجود تماس فیزیکی.** اگر چه ممکن است برخی تماس‌های بدنی خاص در محیط‌های خاص قابل قبول باشد، نشانه زیر در بالای بعضی از بازی‌ها آورده شده تا نشان دهد این بازی‌ها ممکن است شامل تماس‌های کوچک یا برخورد‌های خفیف باشند. می‌توانید از قبل بررسی کنید که آیا این بازی‌ها برای شرکت‌کنندگان و محیط شما مناسب است یا خیر.

=  احتمال وجود تماس فیزیکی



نیاز به بیرون رفتن از محیط داخلی. تعدادی از بازی‌ها نیاز به خارج شدن از فضای داخلی دارند. این بازی‌ها با نشانه زیر مشخص شده‌اند:

= نیاز به فضای بیرون 