

به نام خدا



۱۰۱

بازی حرکتی

سرگرمی و آموزش همراه با بازی‌های حرکتی

هوبرتا ویرسما

مترجمان: حسین فدایی حسین

منصوره ارسلانی

www.saberinbooks.ir

فهرست مطالب

۷	پیشگفتار
۹	مقدمه

بازی‌های گرفتنی

۲۲	سوپ خرچنگ	۱
۲۳	رمزگذاری	۲
۲۴	آزادسازی	۳
۲۵	عبور از خط	۴
۲۶	بیا به جنگ من	۵
۲۷	دم اژدها را بگیرد	۶
۲۸	شکار روی خط	۷
۲۹	اذیت کردن گرگ	۸
۳۰	تورهای ماهیگیری	۹
۳۱	کوسه گرسنه	۱۰
۳۲	پشت دستی گرفتن	۱۱
۳۳	مرز گرفتن	۱۲
۳۴	اردک - اردک - غاز	۱۳

بازی‌های تمرکزی

۳۶	کجایی؟	۱۴
۳۸	یخ بزن!	۱۵
۳۹	بازی آینه	۱۶
۴۰	یک قدم جلو، یک قدم عقب	۱۷
۴۱	حرکت آهسته	۱۸
۴۲	جنگل بازی	۱۹
۴۳	ولگرد شب	۲۰
۴۴	یخ زدن و آب شدن	۲۱
۴۵	به من دست نزن	۲۲
۴۶	حرکت مفصل‌ها	۲۳

بازی‌های قایم شدنی و حدس زدنی

۴۸	من دارم چی می‌نویسم؟	۲۴
۴۹	تو داری چی می‌نویسی؟	۲۵
۵۰	کلمه مخفی	۲۶

۵۱	حرکت درست را انجام بده	۲۷
۵۲	حرکت مرموز	۲۸
۵۳	کی رهبره؟	۲۹
۵۴	هم‌خوانی احساس	۳۰
۵۶	الفبای متحرک	۳۱
۵۸	سه کار، یک شغل	۳۲
۶۰	سوپ الفبا	۳۳
۶۱	پريدن و خريدن	۳۴
۶۲	یک هدیه برای سزار	۳۵

بازی‌های واکنشی

۶۴	دایره چرخان	۳۶
۶۵	موش و گربه	۳۷
۶۶	از رهبر پیروی کن	۳۸
۶۸	حرکت با روزنامه	۳۹
۷۰	چهاردیواری	۴۰
۷۱	خیابان‌ها و کوچه‌ها	۴۱

بازی‌های مقدماتی

۷۴	صندلی خالی	۴۲
۷۵	همسایه، خیلی دیره	۴۳
۷۶	گروه هفت	۴۴
۷۸	دایره زنگی	۴۵
۷۹	اسم بازی	۴۶
۸۰	من دارم می‌رم سفر	۴۷
۸۱	اسم بگو	۴۸
۸۲	در یک گره	۴۹

بازی‌های شراکتی

۸۴	توپ را نینداز	۵۰
۸۶	منو هل بده و بکش	۵۱
۸۷	سر گیر	۵۲
۸۸	بالا انداختن بادکنک	۵۳
۸۹	عروسک خیمه‌شب‌بازی	۵۴
۹۱	کار با پای فرضی	۵۵
۹۲	چرخیدن بادکنک	۵۶
۹۴	پل باریک	۵۷

۹۶ کلاه روی سر	۵۸
۹۷ نوار نقاله زنده	۵۹
۹۸ هزارپا	۶۰

بازی‌های ایجاد اعتماد

۱۰۰ راه رفتن در تاریکی	۶۱
۱۰۱ برخورد ساکت	۶۲
۱۰۲ ربات‌ها	۶۳
۱۰۳ مبالغه	۶۴
۱۰۴ به خودت اجازه حرکت بده	۶۵
۱۰۵ در	۶۶
۱۰۶ دایره اعتماد	۶۷

بازی‌های ابرازی

۱۰۸ عمل، عکس‌العمل	۶۸
۱۱۰ قصه‌گویی گروهی	۶۹
۱۱۱ قصه‌گویی نوبتی	۷۰
۱۱۲ داستان‌های ماجراجویانه	۷۱
۱۱۴ توپ جادویی	۷۲
۱۱۵ موجودات حیوانی	۷۳
۱۱۶ مجسمه‌ها	۷۴
۱۱۷ مجسمه گروهی	۷۵
۱۱۸ مجسمه‌های متغیر	۷۶
۱۱۹ توپ مرموز	۷۷
۱۲۰ خانه غول	۷۸

بازی‌های همراه با وسیله

۱۲۲ مرغ‌های جنگجو	۷۹
۱۲۳ والیبال بادکنکی	۸۰
۱۲۴ درون جعبه	۸۱
۱۲۶ ملافه و پتو	۸۲
۱۲۷ کلاه‌گیری	۸۳
۱۲۸ آه! یک موش!	۸۴
۱۲۹ کمینگاه روح	۸۵
۱۳۰ بسته شده به طناب	۸۶
۱۳۲ پرش از روی طناب	۸۷
۱۳۳ پرش از روی طناب چینی	۸۸

۱۳۴ مسابقه نیمکت ها	۸۹
۱۳۵ توپ دروازه	۹۰
۱۳۶ توپ گرفتن	۹۱
۱۳۷ بازی اطلس	۹۲
۱۳۸ دایره توپ جهانی	۹۳
۱۳۹ کار با چوب	۹۴
۱۴۰ توپ بازی با مانع	۹۵

بازی های موزیکال

۱۴۲ حرکت رانندگی	۹۶
۱۴۳ پای راست، پای چپ	۹۷
۱۴۴ صدا را تصور کن	۹۸
۱۴۵ بادکنک را باد کن	۹۹
۱۴۶ ریتم های موزیکال	۱۰۰
۱۴۷ جا را خالی نکنید	۱۰۱
۱۴۹ فهرست بازی ها بر اساس گروه های سنی	

پیشگفتار

شما در این کتاب بیش از صد بازی حرکتی و حتی خیلی بیشتر از آن، بازی‌هایی که با تغییراتی کم و بیش پدید می‌آیند و همچنین نکات کاربردی برای هدایت بازی‌ها پیدا می‌کنید. این بازی‌ها بیشتر روی حرکت محض تمرکز دارند تا حرکات موزون و ریتمیک. بعضی از بازی‌ها بر اساس مسابقات قدیمی در زمین بازی، برخی بر اساس بازی‌های کودکان از سرتاسر جهان و همچنین بر اساس حرکات نمایشی پایه‌ریزی شده است.

بازی‌های حرکتی می‌توانند در مدارس، اردوها، کارگاه‌های آموزشی و مکان‌های دیگر استفاده شوند. این بازی‌ها به شکل کاربردی تنظیم شده‌اند و برای کلاس‌های آموزش حرکات فیزیکی، حرکات موزون و نمایش مناسب هستند.

ما بازی‌ها را بر اساس معیارهایی که در ادامه آمده است انتخاب کرده‌ایم: بازی‌ها باید سرگرم‌کننده باشند، نباید به میزان زیادی از تجربه نیاز داشته باشند و همچنین باید به رشد شخصی، اجتماعی و خلاقیت شرکت‌کنندگان کمک کنند.

این بازی‌ها تقریباً توسط هر کسی قابل استفاده‌اند. بیشتر بازی‌ها به آسانی قابل یادگیری هستند. تنها نکته مورد نیاز اعتقاد به ارزش این بازی‌ها و داشتن ظرفیت برای لذت بردن از حرکت و بازی است. من تمایل دارم تا این کار را به کودکان، نوجوانان، بزرگسالان و تمامی کسانی که با من همکاری داشته‌اند تقدیم کنم. بدون همکاری، شوخ‌طبعی و نقد دلسوزانه آن‌ها، این کتاب وجود نداشت. امیدوارم خوانندگان این کتاب، لذت فراوانی را که ما از این بازی‌ها تجربه کرده‌ایم با تمام وجود احساس کنند.

موفق باشید!

هوبرت ویرسما