



بازی‌های بومی، سنتی، محلی

احمد رضا حیدری شهرضا

عضو هیأت علمی دانشگاه پیام نور

سیده زهرا حسینی



مطابغ

۱۳۹۲

سرشناسه	: حیدری شهرضا، احمدرضا، ۱۳۵۷ -
عنوان و نام پدیدآور	: بازی‌های بومی، سنتی محلی/احمدرضا حیدری شهرضا، زهرا حسینی.
مشخصات نشر	: اصفهان: چهارباغ، ۱۳۹۱.
مشخصات ظاهری	: ۱۶ص: مصور.
شابک	: 978-600-6833-06-4
وضعیت فهرست نویسی	: فیا
موضوع	: بازی‌ها — ایران.
موضوع	: بازی‌های کودکان ایرانی
شناسه افزوده	: حسینی، زهرا، ۱۳۵۸ -
رده بندی کنگره	: ۱۳۶۱ ب۹ / GV۶۵۷
رده بندی دیویی	: ۷۹۶/۰۹۵۵
شماره کتابشناسی ملی	: ۳۱۰۵۶۰۹



چهارباغ

۰۳۱۱-۶۷۳۶۳۰۰

۰۹۱۳-۱۱۷۰۵۰۹

بازی‌های بومی، سنتی محلی

احمدرضا حیدری شهرضا/ سیده زهرا حسینی

تیراژ: ۱۰۰۰ نسخه/ چاپ اول: ۱۳۹۲

لیتوگرافی تصویر / چاپ اصفهان / صحافی دی

طرح جلد: محمد حیدری

صفحه آرای: سید فرزاد شفیع‌اف

مدیر تولید: سید ابوالحسن شفیع‌اف

قیمت: ۴۵۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۶۸۳۳-۰۶-۴

www.Chaharbagh-pub.com

فهرست مطالب

۷	 مقدمه:
۸	 نقش بازی‌های بومی و محلی در حفظ فرهنگ:
۱۰	 اصلاح رفتار و تعالی شخصیت:
۱۰	 اوقات فراغت و اخلاقیت ذهن:
۱۱	 اوقات فراغت و آسیب‌پذیری اجتماعی:
۱۱	 عوامل تاثیر گذار بر غنی‌سازی اوقات فراغت:
۱۴	 معرفی بازیهای بومی محلی:
۱۴	 آسیاب بازی:
۱۶	 آفتاب مهتاب:
۱۶	 آقام بیر قوزی یا مَرَم - مَرَم:
۱۷	 آپوست بره:
۱۸	 ادک مدک:
۱۹	 اتل متل تو توله:
۲۰	 اتو تک تو تا متک:
۲۱	 ارهنگ ارهنگ اسب چه رنگ؟:
۲۲	 استاگری یا هاگر گری:
۲۳	 استاد و شاگرد:
۲۵	 اسم فامیل:
۲۶	 استپ هوایی (stop) یا بزَن بزَن:
۲۷	 استخوان مهتاب:
۲۷	 اوستا سلامی:
۲۸	 اوستا کشته دول:
۲۹	 استاد خرت نلنگه:
۳۰	 باقالی به چند من:
۳۰	 بازی با چوب:
۳۱	 بازی توجه (تمرکز):
۳۲	 بیا بریم بنه:
۳۲	 بازی بو:
۳۳	 بالا بلندی:
۳۳	 بشین و پاشو:
۳۴	 بیا غافل نشیم:

۳۵.....	برج.....
۳۵.....	بازی کوری.....
۳۶.....	بغله به بغله‌ای یا نشانه گیری.....
۳۶.....	پانتومیم.....
۳۷.....	پا بازی پریدنی.....
۳۸.....	پشتک بازی.....
۳۸.....	پل و چفتک یا جوقا پلی:.....
۴۰.....	پنجاهی (پنجاه پنجاه).....
۴۱.....	ترکه بازی.....
۴۲.....	توپ کوچک.....
۴۳.....	ترنه بازی یا ترنا بازی.....
۴۵.....	تخم مرغ بازی.....
۴۵.....	تاپ تاپ خمیر.....
۴۶.....	تیر کمان بازی.....
۴۷.....	جفت جوالدوز.....
۴۷.....	جیز.....
۴۸.....	جادوگر.....
۵۰.....	جسن جسنگ.....
۵۰.....	جسمون جسمون یا جم جمک:.....
۵۱.....	چرغ چوروغ (الا کلنگ).....
۵۲.....	چنگولک بازی (تاب بازی).....
۵۲.....	چاله بازی.....
۵۳.....	چاله ی شیطان (شیطانک).....
۵۴.....	حمام جی یا حمام بازی.....
۵۵.....	خاله رورو:.....
۵۵.....	خورجین.....
۵۶.....	دوز بازی.....
۵۷.....	دستمال انداختن یا سبزه میدان.....
۵۸.....	دوگی ماستی.....
۵۹.....	دستش ده یا دست رشته.....
۵۹.....	رنگارنگ.....
۶۰.....	روپاه و جوجه‌ها.....
۶۱.....	زو بازی (بند بده).....

۶۲	سه گودالک
۶۲	ساعت
۶۴	سبد پر یا بسکتبال
۶۵	سنگ، کاغذ، قیچی
۶۵	شکلک بازی یا قیافه بازی
۶۶	شیر و پلنگ
۶۶	شاه و وزیر یا شاه دزد بازی
۶۷	شل کن، سفت کن
۶۸	شیر شلاق
۶۹	شیر و آهوها
۷۰	شله گرمه
۷۰	صندلی بازی
۷۱	طاب کشی
۷۲	عمو یادگار
۷۲	عمو زنجیر باف
۷۴	قاشق و تخم مرغ
۷۵	قایم پوشک یا قایم موشک (سُک سُک)
۷۶	قوتوری
۷۷	قلعه بازی
۷۷	فکل فکل
۷۸	کلاه بازی
۸۰	کمر بند بازی (نوع دو یا دودی)
۸۰	کلاه برک
۸۱	کشمشک آسه بیا - آسه برو که گربه ساخت نزنه
۸۱	کوتی بازی
۸۲	کوشک بازی
۸۲	کی بود کی بود، من نبودم!
۸۳	کلاغ پر
۸۴	کبدی با یک پا
۸۵	گردو شکستن
۸۶	گونی تنی
۸۶	گاو گوجی بندل
۸۷	گولی بازی یا تيله بازی

- گل یا پوچ ۸۸
- گرگ و گله (گرگ و بره) ۸۹
- گرجم به هوا (آنی دانی) ۹۲
- گوکِ دوره ۹۳
- گانیه یا خروس جنگی یا کالنگی لنگی ۹۴
- لی لی حوضک ۹۵
- لیر بازی ۹۶
- لی لی با چوب یا لی لی با مانع ۹۷
- مخفی کردن اشیاء ۹۸
- نخود نخود هر کی به خانه خود یا گم‌شه گوشه (تسخیر سنگر) ۹۹
- نون بیار کباب ببر ۱۰۰
- وسطی (وسط بازی) ۱۰۱
- هاتلکی ۱۰۲
- هپ هپ ۱۰۳
- هشت خانه یا خط و خونه یا اگر دو کر (نوع یک) ۱۰۴
- هفت سنگ بازی ۱۰۶
- یک مرغ دارم چند تا تخم می‌کنه؟ ۱۰۷
- یه چوری به چند چوری ۱۰۷
- یه قُل دو قُل (یه گل دو گل) ۱۰۸
- منابع: ۱۱۱

زنیرو بود مرد را راستی زستی کژی آید و کاستی

مقدمه:

بازی‌های محلی، بخشی از هر فرهنگ و قوم محسوب می‌شود که متناسب با وضعیت اقلیمی و فرهنگی هر منطقه پی‌ریزی شده است. همین هماهنگی و همراهی در بستر تاریخی و جغرافیایی و فرهنگی هر قوم، رمزی ماندگاری آنها تاکنون بوده است. اگر چه برخی بازی‌های محلی در بیشتر نقاط ایران مشاهده می‌شود و حالتی کلی دارد. اما بازیهای بسیاری نیز وجود دارد که خاص هر منطقه بوده و در سایر نقاط کشور دیده نمی‌شود. مطالعه و معرفی این بازی‌ها از آن جهت حائز اهمیت است که می‌تواند هم به ما دانشی در خصوص داشته‌های سنن فرهنگی‌مان بدهد و هم فرصتی فراهم شود که با کسب آگاهی بتوانیم در زندگی روزانه خود و نونهالانمان از آنها استفاده کنیم و از شادی و نشاطی که بخش جدایی‌ناپذیری از این بازی‌هاست بهره‌مند شویم.

در فرهنگ لغات پارسی، بازی به معنی سرگرمی، مشغولیت، تفریح، کار، ورزش و فریب آمده است. زیست‌شناسان و روان‌شناسان نیز در مورد بازی‌ها، نظرات متفاوتی ارائه داده‌اند. زیست‌شناسان براین باورند که علاقه انسان به بازی، با کنجکاوی وی در کشف و شناخت محیط اطراف، ارتباط بنیادین دارد. روان‌شناسان نیز می‌گویند: نیاز انسان به بازی، در حقیقت نیاز به مصرف انرژی نهفته در وجود اوست. البته جامعه‌شناسان بازی انسان را وسیله‌ای برای تمرین زندگی اجتماعی توصیف می‌کنند. برخی از صاحب‌نظران بر این باورند که بازی هنری است که فرهنگ و آداب و سنن آن جامعه را بوجود می‌آورند و به آن هویت می‌دهند.

کشور پهناور ایران که از تنوع اقلیمی و قومی و قبیله‌ای خاصی برخوردار است، انواع بازی و سرگرمی رواج داشته و دارد. این بازی‌ها در اوقات فراغت، مراسم عروسی، در آغاز کاشت و برداشت محصولات کشاورزی، شب‌نشینی‌ها و... اجرا می‌شوند. بررسی این موضوع این که بازی‌ها از چه زمانی و مکانی آغاز شده‌اند. اطلاع دقیقی در دست نیست. ولی نوشته‌ها، کتیبه‌ها و نقش‌های غارها و دیوارها چنین استنباط می‌شود که بازی‌ها در حقیقت نوعی سخن گفتن و انتقال اطلاعات و معلومات بوده‌اند و به منظور ایجاد و حفظ آمادگی جسمانی برای جنگ‌ها، ایجاد سرور و نشاط، شکرگزاری به درگاه خداوند و... انجام می‌شده‌اند. نکته‌ی مهم این است که هر بازی بار فرهنگی و ویژگی‌های خاص خود را دارد و در این زمینه می‌توان به ابزار و امکانات، مکان و گستره‌ی بازی و سن و جنس بازی‌کنان اشاره کرد.

را در درون خود به امانت دارد. با فراموشی این بازی‌ها آن هم، در زمانه‌ای که استفاده از فناوری به عادت جمعی آدمیان تبدیل شده است، سخت مورد تامل است و به این تمامیت بخشی از خاطره‌ی نیاکان ما نابود می‌شود و به آسانی ظرفیت بسیار زیادی از این بازی‌ها که برای ایجاد تنوع در اوقات ورزشی و فراغت کودکان و نوجوانان خود از دست می‌دهیم.

اصلاح رفتار و تعالی شخصیت:

کثرت و استمرار فعالیت‌های ذهنی و عملی در زندگی روزمره، بدون بهره‌گیری از فرصت‌های آزاد برای تعمق و بازنگری به عملکرد و برخورد با افراد و مقابله با پدیده‌های مختلف، ممکن است به تدریج موجب پدیداری عادات و رفتارهای نامطلوب در انسان شود. این مسئله در میان دانش‌آموزان راهنمایی و متوسطه به دلیل تراکم و فشردگی برنامه‌های درسی بیشتر قابل ملاحظه است. بنابراین، یکی از ثمرات اوقات فراغت، پرداختن به چگونگی رفتار شخصی و اجتماعی خود و فرزندان است.

اوقات فراغت و خلاقیت ذهن:

اوقات فراغت تضمین‌کننده سلامت و بهداشت روانی انسان است. اشتغال مستمر و بدون وقفه فکری و عملی موجب خستگی جسم و ذهن می‌گردد. به گونه‌ای که فرد نشاط و سرزندگی خود را از دست می‌دهد و در برخی موارد خود عاملی برای بروز اختلالات روانی می‌شود. بخصوص از نوع بیماری‌های روان‌تنی. در این شرایط برخورداری از یک برنامه جامع و پیش‌بینی، فرصتی آزاد و فارغ از کار موظف، اولین و مهم‌ترین گام در پیشگیری از آسیب‌های ذهنی و حفظ بهداشت روانی است. استفاده مطلوب و برنامه‌ریزی شده از اوقات فراغت حتی برای دانش‌آموزانی که به عللی در بعضی از دروس تجدید شده‌اند باعث نشاط و سرحالی که یکی از شاخص‌های بهداشت روانی است می‌گردد در نتیجه باعث تقویت حافظه در این افراد می‌شود.

مطالعات نشان می‌دهد که اوقات فراغت، همواره بستر مناسبی برای بروز خلاقیت‌ها و نوآوری هاست. چون ذهن انسان به فعالیت موظفی مشغول نیست، لذا می‌تواند فارغ از قالب‌های از پیش طراحی شده به مسائل مورد علاقه خود بپردازد. انسان در اوقات فراغت آزادانه می‌اندیشد و در حل مسائلی که در حوزه شناختی او مطرح‌اند از تفکر خلاق بهره می‌گیرد و همین مورد، خمیرمایه نوآوری‌ها و اختراعات بشری است آن هم در شرایطی که

کودکان و نوجوانان تحت تنش‌های ناشی از تکالیف درسی نیستند در دوران اوقات فراغت، پرداختن به اصلاح عادات، و رفتارهای نامطلوب امری بسیار بااهمیت می‌باشد.

اوقات فراغت و آسیب‌پذیری اجتماعی:

در کنار همه تأثیرات مهم و حیاتبخش اوقات فراغت و ارزشمندی‌هایی که دارد باید واقعیت ناخوشایندی را نیز مد نظر قرار داد. متأسفانه به دلایل مختلف از جمله: عدم نگرش مثبت در ذهن دانش‌آموزان نسبت به اوقات فراغت، نبودن برنامه‌های آموزشی و توجیهی در بهره‌وری از فرصت‌های آزاد به ویژه تعطیلات تابستانی شب نشینی‌ها و بلا تکلیفی‌ها و بی‌برنامه‌ریزی‌ها، باعث بررسی‌ها و مطالعات انجام شده در ارتباط با بزهکاری کودکان و نوجوانان حاکی از آن است که در بیشتر موارد، انحرافات اخلاقی و آسیب‌پذیری‌های و بزهکاری اجتماعی با اوقات فراغت دانش‌آموزان ارتباط دارد. به این معنی که آغاز یا فرونی بزهکاری‌ها در کودکان و نوجوانان در ایام فراغت و تعطیلات مدارس است، که فقر و فقدان انگیزه‌های رشد مزید بر این علت است. بنابراین باید در نظر گرفتن حساسیت و اهمیت اوقات فراغت بسیار ضروری است که برنامه‌های جامع تهیه و تنظیم گردد و با همکاری و مشارکت اولیا و مربیان در بهره‌وری و بارورسازی این فرصت‌ها، زمینه پیشگیری از هر نوع آسیب‌پذیری را در ایام فراغت جوانان و نوجوانان فراهم آورد.

عوامل تأثیر گذار بر غنی‌سازی اوقات فراغت

۱- کار و فعالیت:

کارشناسان معتقدند که کودکان و نوجوانان و جوانان در تعطیلات تابستان می‌توانند به جای بیکاری و وقت‌گذرانی‌های بی‌بهره که در بسیاری موارد، زیان‌های فراوانی به بار می‌آورد، با آموختن کارها و مهارت‌های جدید اوقاتی پربار را سپری کنند. اگر انرژی نوجوانان در مسیر مثبت و کار و تلاش قرار گیرد آنان را سعادتمند و مسرور می‌سازد. لذا اولیا و مربیان با توجه به دوران بلوغ که مرحله‌ی ظهور و شکوفایی استعدادها و خلاقیت‌هاست، باید متناسب با استعدادی که دارند نیروهای نوجوانان و جوانان را به کار گیرند تا در جهت مثبت حرکت کنند. این مهم در گروهی کارهایی است به آنان محول می‌شود که باید بتوانند از عهده آنها برآید و قادر به انجام آن باشند و باعث بیکاری و محرومیت آنان از تحصیل و تفریح نباشد و آنان را به بی‌بهره‌گذرانی و احیاناً بهره‌کشی نکشاند.

۲- مطالعه و کتابخوانی:

مطالعه یک روش مهم در غنی‌سازی اوقات فراغت است. مطالعه یک کتاب یا قصه‌ی شیرین و یا سرگذشت انسان‌ها می‌تواند به زندگی معنا و هدف ببخشد و دیدگاه تازه‌ای به او ارایه نماید. فواید مطالعه و کتابخوانی برای جامعه بر کسی پوشیده نیست و باید از مهارت‌های لازم جهت مطالعه و انگیزه‌های کافی برای دستیابی به سطح مطلوب در این امر برخوردار باشد.

۳- تقویت عاطفه و محبت:

در این ایام فراغت که نوجوانان و کودکان و حتی جوانان‌مان هنوز در کنار ما زندگی می‌کنند و چشم و دل آنان به دست و دل ماست باید فرصت را مغتنم شماریم و دست محبت و نوازش خود را بر سر آنان بکشیم و آنان را از این نعمت محروم نسازیم که بالاترین فقر و نداری و کمبودها همان فقر عاطفی و محبت است بدیهی است که نتیجه و حاصل محبت به قدر لازم و یا فقدان آن بر همگان آشکار و مبین است.

۴- پرورش روح دین و دینداری

یکی دیگر از وظایف مهم والدین در غنی‌سازی اوقات فراغت پرورش روح دین‌خواهی و خداجویی است و اینکه به نوجوان خود به طور عملی بیاموزد که خداوند مظهر آرامش، عشق و معنویت است و ریشه بسیاری از مشکلات با دعا و نیازی برطرف می‌شود و موجب انتشار انرژی در روح و جسم آنان می‌شود. با هم به دامن طبیعت برویم تا آنان گستره آسمان و دریا و صحرا را ببینند و هنرمندی خالق را در این زیبایی‌ها مشاهده و پیوند بیشتر با خدا بیابند زیرا این زندگی مانند دریای مواجی است که اگر امروز آرام است فردا طوفانی خواهد شد و هیچ راهی وجود ندارد جزء ارتباط قلبی با خالق هستی و یزدان پاک. همه عوامل فوق را می‌توان در بستری از برنامه ریزی آن هم در اوقات فراغت کودکان و نوجوانان انجام داد. هر خانواده‌ای با توجه به امکانات خود باید برای اوقات فراغت فرزندان برنامه‌ای صحیح و مدون داشته باشد. برنامه‌ی متعادلی که نه آنقدر متراکم باشد که فرزندان هیچ لذتی از تابستان خود نبرده و خستگی به تنشان بماند و نه آنقدر استراحت کنند و بی‌برنامه باشند که وقتشان به بیهودگی سپری شود.

در پایان خدا را شاکرم که توانستم یک قدم هر چند مختصر در اعتلای فرهنگ ورزش‌های بومی محلی اصیل پارس، این سرزمین همیشه جاودان بردارم که از دل همین

بازی‌های بومی محلی و اهمیت دادن به سلامت جسمی و روحی قشر کودکان و نوجوانان مردانی بزرگ از نسل پارسی زبانان (رستم، آریوبرزن، نادر شاه افشار) گرفته تا پهلوانان و دلیر مردان عصر حاضر پهلوان تختی، جانبازان و شهیدانی همچون سردار شهید همت، قانع، جهانمردی، حیدریور، علی و حبیب الله حیدری و اینجا باید خاطر نشان کرد که پایه پای مردان، زنان پارسی نیز در بسیاری از حیطه‌ها توانسته‌اند جزء سرافرازان کشورمان باشند که توانستند به جهانیان نشان دهند که مردمان پارسی زبان دارای فرهنگی اصیل، شجاع، ایثارگر، متدین می‌باشند. این مدیون این است که زنان و مردان سالم نسلی سالم به همراه خواهد داشت و این شیر مردان و شیر زنان در همه زمانها و مسایل الگویی بی‌نظیر و بی‌همتا در جان را همچون مولای متقیان علی بن ابی طالب را سر مشق زندگی خود و فرزندان خود قرار می‌دهند. که این اسوه ماندگار به خصایص خیلی زیادی شهرت داشته است که خصیصه دلیری و شجاعت و اخلاق پهلوان مشی ایشان تا ابد خواهد ماند:

هرگز نمیرد هرآنکه دلش زنده شد به عشق

ثبات است بر جریده عالم دوام ما

سر انجام از خدای کریم و منان می‌خواهم جسمی سالم همراه با معرفتی حقیقی در وجود همگان جاری سازد، که دل و چشم و گوش همیشه معبود و معشوق خود را ببیند که این هم جزء نماز نیم شب و دعای سحر افاده نخواهد شد. خدمت به خلق را همیشه در سر لوحه زندگی‌مان قرار دهد و همگان را از راه راست که پروردگار به ما نشان داده، دور نگرداند که این راه بهترین راه رسیدن به خداست.

به راه بادیه رفتن به از نشستن باطل اگر چه وصل نیام به حد وسع بکوشم

معرفی بازیهای بومی محلی

آسیاب بازی



- اهداف بازی: سرگرمی، بهبود هماهنگی عصبی عضلانی، افزایش دقت و تمرکز
 - تعداد بازیکنان: به صورت گروهی
 - ابزار لازم: ندارد
 - محدوده بازی: فضای باز
- شرح بازی:

شروع بازی به این شکل است که تمامی بازیکنان به صورت دایره‌ای دست به دست هم داده و یک نفر استاد در وسط دایره به عنوان سر گروه انتخاب می‌کند. استاد با صدای بلند می‌گوید:

آسیاب بشین. بچه‌ها همه با هم می‌نشینند.
بعد استاد می‌گوید: آسیاب پاشو
بچه همه با هم می‌گویند: پا نمی‌شم.
استاد می‌گوید: جونی ننه جون (مادر بزرگ)
بچه‌ها می‌گویند: پا نمی‌شم
اوستا می‌گوید: جونی بابا جون (پدر بزرگ)
بچه‌ها می‌گویند: پا نمی‌شم.