گروه مردمی مجنا
کمیته اردوئی و اوقات فراغت

آموزش بازی
بالا بلندی

مهرجویان نیکوکار ایرانیان
کد ثبت: ۴۹۱

جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید
WWW.MAJNA.IR

مقدمه

در روزهای عید که همه خانواده و اقوام دورهم جمع هستیم ، یکی از بازی هایی که می‌تواند بچه‌ها را سرگرم کرده و در کنار شادی باعث فعالیت‌های فیزیکی و تقویت قوای جسمانی افراد می‌شود، «گرگم‌به‌هوا» است. بازی «گرگم‌به‌هوا» بازی‌ای است که بیشتر مخصوص کودکان است ولی بزرگ ترها نیز می‌توانند این بازی را انجام دهند و لذت ببرند. این بازی نیازی به هیچ ابزاری ندارد و فقط یک فضای آزاد می‌خواهد. در روزهای عید، حتماً این بازی را انجام دهید



جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید
WWW.MAJNA.IR

نام محلی: قورد قورد (قورد گلدی)
اهداف کلی: پرورش روحیه ایثار: تعاون و نوع‌دوستی و استقامت
اهداف جزئی: بهبود عمل‌ها و عکس‌العمل‌ها
تعداد بازیکنان: ۱۰ الی ۳۰ نفر
محوطه بازی: ۳۰×۲۰ متر

اهداف پرورشی بازی: تقویت قوای عمومی بدن، آمادگی جسمانی، تقویت عضلات پاها، تشخیص موقعیت، افزایش هوش، سرعت عمل، هماهنگی اعصاب و عضلات، ایجاد شادی و نشاط، تلاش برای رسیدن به هدف

گرگم‌به‌هوا» یا «بالابلندی»، یک بازی کودکانه است که در اشکال و» فرهنگ‌های مختلف وجود دارد. در این بازی ابتدا بازیکنان در محل بازی جمع می‌شوند و یکی از آن‌ها به قید قرعه با عنوان گرگ معرفی می‌شود. او تلاش می‌کند سایر بازیکنان را که در محوطه بازی پراکنده . هستند، تعقیب و از پشت با دست لمس کند

جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید
WWW.MAJNA.IR

بازیکنان دیگر موقعی که در جای بلندتری نسبت به گرگ بایستند از دست گرگ در امان هستند. گرگ در کمین است تا هنگامی که بازیکنان جای خود را عوض می‌کنند، به یکی از آن‌ها دست بزند، که در این‌صورت آن بازیکن گرگ می‌شود و جای گرگ قبلی را می‌گیرد و بازی را دوباره ادامه می‌دهند

روش بازی

نحوه بازی به این صورت است که از بین چند نفر، یک نفر به عنوان گرگ انتخاب می‌شود و وظیفه او گرفتن بقیه است و بقیه باید از دست او فرار کنند. افراد می‌توانند برای در امان‌بودن از دست گرگ، به مکانی که از سطح زمین ارتفاع بیشتری داشته (حداقل ۲۰ سانتیمتر) رفته و در آنجا استراحت کنند و گرگ در این زمان نمی‌تواند آن‌ها را بگیرد. هرگاه گرگ کسی را با دست خود بزند، آن شخص گرگ جدید می‌شود و گرگ قبلی باید از دست او فرار کند و به یک بلندی پناه ببرد. این بازی معمولاً در محیط‌های باز انجام می‌شود و تعداد شرکت کنندگان در آن نامحدود است

جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید
WWW.MAJNA.IR

بازیکنان بسته به سن و سال می‌توانند قوانینی برای رفع این ایراد بگذارند. به طور مثال هیچ شخصی حق ندارد بیشتر از ۱۰ ثانیه در یک بلندی بماند و گرگ هم حق ندارد که در کنار افرادی که در بلندی هستند، در انتظار بماند تا پس از اتمام ۱۰ ثانیه فوراً آن‌ها را بگیرد و باید حداقل از آن‌ها ۵ متر فاصله بگیرد. در این صورت هم بازی جریان می‌یابد و هم هیجان بیشتری خواهد داشت

البته این بازی نکاتی نیز دارد که به جذاب‌تر شدن بازی کمک می‌کنند و شما می‌توانید به صورت دلخواه آن‌ها را انتخاب کرده و یا در بازی از آن‌ها استفاده نکنید

دو نفر، دست یکدیگر را گرفته باشند، یعنی هنگامی که یکی از آن‌ها تحت تعقیب گرگ قرار گرفته و در گوشه‌ای از زمین به خطر افتاده، یکی از دوستانش می‌تواند با استقبال خطر به سویش برود و به او کمک کند (برادر کمکم کن). پس چنانچه فردی توسط گرگ لمس و یا از خط محدوده خارج شد، بنابر رای بقیه بازیکنان یا برکنار می‌گردد و یا به جای گرگ انجام وظیفه می‌نماید و اگر دو بازیکن همواره در کنار هم باشند، اخطار می‌گیرند

جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید
WWW.MAJNA.IR

برای شیرینی و جذابیت بازی می توان از چاشنی (استوپ و استارت) در مواقع خطر استفاده کرده و با گفتن آن گرگ را مجبور به صبر و انحراف کنند

بازی محلی و جذاب «گرگم به هوا» یا «بالابلندی»، به روش دیگری نیز انجام می‌شود که جذابیت بسیار بالایی دارد. در این شیوه، ابتدا بازیکنان، دور هم جمع شده و از میان خود یکی را به عنوان گرگ و یکی را به عنوان گوسفند تعیین می‌کنند. بقیه به عنوان بره پشت سر گوسفند، در حالیکه دو دستی از کمر یکدیگر گرفته‌اند، تشکیل یک ستون مرتب را می‌دهند. گرگ در مقابل گوسفند، به طور روبه‌رو، ایستاده است. بازی با خواندن عبارت زیر، همراه با انجام حرکات موزون مربوط به عبارت اجرا می‌شود.

جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید
WWW.MAJNA.IR

- **بره‌ها:** ننه من گرسنمه (هماهنگ و هم‌صدا)
- **گوسفند:** صدا نکن، گرگ اومده (با حالت هیس!)
- **گرگ:** گرگم و بره می‌برم (با دست‌های باز)
- **گوسفند:** تا جون دارم نمی‌ذارم (با زدن دست بر سینه)
- **گرگ:** چنگال من تیزتره (با پنجه‌کردن دست‌ها)
- **گوسفند:** دنبه‌ی من لذیذتره (با لرزاندن دست‌ها)
- **گرگ:** بابام میگه دنبه بیار (با اشاره به پشت)
- **گوسفند:** دنبه ندم چی می‌کنی؟ (با دست‌های گره‌کرده؟)
- **گرگ:** خورد و خمیرت می‌کنم دنبه به جونت می‌کنم...

گرگ جست‌وخیز کنان جواب می‌دهد و حمله را شروع می‌کند، در این حال گوسفند جان خود و بره‌هایش را در خطر می‌بیند، دست‌هایش را به شکل صلیب باز کرده و با حرکت به چپ و راست که عنوان دفاع را دارد، بدون اینکه گرگ را بگیرد از بره‌هایش محافظت می‌کند و می گوید: خونه‌ی خاله کدوم وره؟ همچنین تمامی بره‌ها برای حفظ ردیف ستون به تبعیت از او، در حالی که پشتا پشت به این سوی و آن سوی می‌روند، جواب می‌دهند

جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید
WWW.MAJNA.IR

خونه‌ی خاله از این وره، از این وره و از اون وره... از اون وره.... و گرگ همچنان سعی در گرفتن لااقل یکی از بره‌ها دارد، و مشخص است بره‌ای که تنبلی کند و از ستون خارج شود، با لمس دست گرگ، به دام می‌افتد و اسیر می‌شود و در کنار محوطه بازی را تماشا می‌کند، دوباره بازی با عبارت: ننه من گرسنمه شروع و تا اسیرشدن یکی از بره‌ها ادامه می‌یابد و همین طور بازی تکرار می‌شود تا تمامی بره‌ها اسیر شوند و یک دور بازی تمام شود. در دور بعدی جای و نقش گرگ و گوسفند عوض می‌شود

مهرجویان نیکوکار ایرانیان
کد ثبت: ۴۹۱

این بازی را بازی کردید؟