



بازی های بومی، محلی و سنتی

خراسان شمالی

حبیب الله رحمانی - اعظم حکمتی

با مشارکت و مساعدت
معاونت پرورشی و تربیت بدنی
اداره کل آموزش و پرورش خراسان شمالی

سرشناسه	حکمتی، اعظم، ۱۳۶۶ -
عنوان و نام پدیدآور	بازی‌های بومی، محلی و سنتی خراسان شمالی / حبیب‌الله رحمانی، اعظم حکمتی.
مشخصات نشر	مشهد: ترجمان خرد، ۱۳۸۹.
مشخصات ظاهری	۲۰۸ ص.
شابک	۳۲۰۰۰ ریال: ۰-۱۲-۵۲۰۲-۶۰۰-۹۷۸
وضعیت فهرست نویسی	فیا
موضوع	بازی‌ها -- ایران -- خراسان شمالی
شناسه افزوده	رحمانی، حبیب‌الله، ۱۳۵۳ -
رده بندی کنگره	۶۵۸/۵GV: خ ۳۶۴ / ۱۳۸۹
رده بندی دیویی	۷۹۶/۰۹۵۵۸۳:
شماره کتابشناسی ملی	۸۳۸۰۳۰۲:



بازی‌های بومی، محلی و سنتی خراسان شمالی

مؤلفین: حبیب‌الله رحمانی - اعظم حکمتی

ناشر: ترجمان خرد

قطع وزیری، ۲۰۸ صفحه، چاپ اول، بهار ۱۳۸۹

تیراژ: ۳۰۰۰ نسخه

چاپ: موسسه چاپ و انتشارات دانشگاه فردوسی مشهد

امور فنی و چاپ: جواد تقوی

حروفچین و صفحه آرا: محمد شاهین پور

طراح جلد: کانون آگهی و تبلیغات سب

شابک: ۰-۱۲-۵۲۰۲-۶۰۰-۹۷۸

قیمت: ۳۲۰۰ تومان

E-mail: tkpubs@yahoo.com

به نام خدا

قال امیرالمؤمنین علی (ع): «الصَّحَّةُ أَفْضَلُ النَّعِيمِ» تندرستی برترین نعمت هاست.

با تمام وجود پروردگار مهربان را می ستایم که به ما نعمت سلامتی و تندرستی عطا نمود چرا که معتقدیم: پرورش جسم و حفظ سلامتی و تندرستی، از یک سو تقدیری شایسته در برابر الطاف بی کران الهی و از سوی دیگر زمینه ای مناسب برای رشد و تعالی معنوی انسانهاست. توجه صرف به روح و بی توجهی به پرورش جسم و یا بالعکس آدمی را محدود به استفاده از بخشی از ظرفیت ها و توانایی های او می نماید. در حالی که خداوند متعال ظرفیت ها، توانایی ها و استعداد های بسیاری به اشرف مخلوقات هدیه کرده است و اینک بر ماست که قدر فرصت ها را بدانیم و در شرایط کنونی که فعالیت و تحرک بدنی از ضروریات اجتناب ناپذیر زندگی افراد محسوب می شود. با عزمی راسخ در جهت توسعه و پیشرفت این امر مهم تلاش نمائیم.

با این نگاه بازی ها ارزش و اهمیت خاصی پیدا می کنند، چون بازی همان نیاز طبیعی کودک است که با زندگی حقیقی اش پیوند خورده است و عاملی برای خودسازی، رشد و خلاقیت، تقویت حواس، شادابی و نشاط، قدرت تحلیل و کنجکاوی و روشی مؤثر برای تخلیه انرژی محسوب می شود.

ارزش روحی و جسمی بازی ها برای کودکان تا آنجا است که بسیاری از روان‌شناسان معتقدند، انسان ها در بزرگسالی هم نیازمند بازی وسیر در دوران کودکی خود هستند. در این راستا توجه به تدوین مجموعه ای از بازی ها به ویژه بازی های بومی و محلی که ریشه در فرهنگ، باورهای اجتماعی و دینی گذشتگان دارد، ضروری به نظر می رسد چون علاوه بر داشتن اثرات سودمند نقش مؤثری در گذراندن بهینه اوقات فراغت، یادگیری مهارت های جسمانی و روانی و در نهایت رشد و توسعه قابلیت های جسمانی افراد دارد. بدین ترتیب از تلاش مؤلفین ارجمند سوکار خانم اعظم حکمتی، جناب آقای حبیب... رحمانی و دیگر همکاران که با علاقمندی به گردآوری، تدوین و ارائه مجموعه بازی های بومی و محلی استان نموده اند، تقدیر و تشکر می نمایم.

به امید آنکه این مجموعه مورد بهره برداری علاقمندان، مدیران مدارس، آموزگاران و معلمان تربیت بدنی و بویژه دانش آموزان قرار بگیرد و گام مؤثری را در ارتقاء سطح سلامت افراد جامعه و دانش آموزان بردارد.

محمد رضا رحیمی

معاون پرورشی و تربیت بدنی

اداره کل آموزش و پرورش خراسان شمالی

۱۳۸۹/۰۱/۲۷

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
	بخش اول : تعاریف و کلیات
۳	تعاریفی از ورزش ها
۴	ورزش های بومی
۴	ورزش های محلی
۴	ورزش های سنتی
۵	بازی های محلی
۸	تقسیم بندی بازی ها
۹	روش های یارگیری
۱۰	تنبیهات و جریمه ها
۱۱	فایده بازی
	بخش دوم : بازی های پرتحرک
۱۷	بازی های پرتحرک
۱۸	از سر نو قزل خانم
۱۹	آجر بازی
۲۱	استپ هوا
۲۳	بالا- بلند (بالا، پایین)
۲۴	بگیر و در رو
۲۵	تپ بکو
۲۶	تخبه بازی (کلاه بازی نوع سوم با پرش)
۲۸	توتوله (وسطی)
۳۰	توپچال
۳۲	جنگل، دریا، ساحل

۳۳	چاله شیطان
۳۵	چاله (توپ بازی)
۳۷	چلی آفاج (چوچلک) نوع اول
۳۹	چلی آفاج نوع دوم
۴۰	خرگوش و شکارچی (خرگوش بی لانه)
۴۲	خر پشتونک
۴۳	خر پلیس
۴۴	خروس جنگی
۴۵	دریبل گل
۴۶	دم کشی
۴۷	دارتوپ
۴۹	درنا خط خط
۵۰	ذمه ذمه
۵۱	سی سی سی سی
۵۲	سه پایه
۵۳	سیخم به دیوار
۵۵	سیخم، سیخم
۵۷	سیم سام سمیرا
۵۹	شمع، گل، پروانه
۶۰	صندلی بازی
۶۱	طناب بازی
۶۲	قایم باشک (چاو گرتن)
۶۳	قره گردم

۶۵	قره گز
۶۷	کبدی (با یک پا)
۶۸	کلاه بازی (نوع اول)
۷۰	کلاه بازی (نوع دوم)
۷۲	کماج کماج (چرچو)
۷۴	کمر بند بازی (نوع اول)
۷۵	کمر بند بازی (نوع دوم)
۷۶	گچگ، گچگ (تخم مرغ گندیده)
۷۷	گرگی
۷۸	گورداغ داغ یا سنگ داغ
۷۹	گوگوچه
۸۱	لی لی (مستطیلی نوع اول)
۸۳	لی لی (تخته بازی نوع دوم)
۸۵	لی لی (دایره ای نوع سوم)
۸۶	لنگ بازی (پاره بازی)
۸۹	موش بدو گربه بدو
۹۰	هرنگ هرنگ
۹۲	هکلو (کبدی)
۹۴	هفت سنگ
۹۵	همه گرگه
۹۶	هویج هویج بزی جونم
۹۷	یک دو سه در رو

بخش سوم: بازی های کم تحرک

- ۱۰۱..... بازی های کم تحرک
- ۱۰۲..... آسیا بجرخ
- ۱۰۴..... آلیسا
- ۱۰۵..... آقاج چک مک
- ۱۰۶..... این دختره اینجا نشسته
- ۱۰۷..... پا بازی
- ۱۰۸..... پابازی پریدنی
- ۱۰۹..... پال پیخ (سنگ بازی)
- ۱۱۰..... توشله بازی (تپله بازی خانه خانه نوع ۱)
- ۱۱۲..... توشله بازی (تپله بازی خانه خانه نوع ۲)
- ۱۱۳..... توشله بازی (تپله بازی نوع ۳)
- ۱۱۴..... چشم بستنی
- ۱۱۵..... چکلان چک (بکش بکش)
- ۱۱۶..... چوب را بگیر
- ۱۱۷..... خاله بزغاله
- ۱۱۹..... رنگا به رنگا
- ۱۲۱..... عمو زنجیرباف
- ۱۲۳..... عاشق بازی
- ۱۲۴..... کش بازی
- ۱۲۶..... گرگم به هوا (نوع اول)
- ۱۲۷..... گرگم به هوا (نوع دوم)
- ۱۲۸..... گردو بازی به روش لک (نوع اول)
- ۱۲۹..... گرگانی (گردو بازی نوع دوم)

۱۳۱	گردو بازی با چاله (نوع سوم)
۱۳۲	گرگم و گله می برم
۱۳۴	گله چرا نم گله را
۱۳۶	میله بازی
۱۳۷	یک قدم فیلی

بخش چهارم : بازی های آرام

۱۴۱	بازی های آرام
۱۴۲	اتل مثل توتوله
۱۴۲	اسم و فامیل
۱۴۵	آلتریش
۱۴۶	برج ما مخلکه
۱۴۷	بگردد و پیدااش کن
۱۴۹	تاب تاب خمیر
۱۵۰	تريس بازی
۱۵۲	تخم مرغ بازی
۱۵۳	چام چام
۱۵۶	چشمک بازی
۱۵۸	چند نقطه یابی نقطه
۱۵۹	چهار اسم
۱۶۰	حلقه حلقه
۱۶۲	دختر و پسر
۱۶۴	سنگ، کاغذ، قیچی
۱۶۶	شهر شهر
۱۶۸	شیطون، فرشته

۱۶۹	صدائشناسی
۱۷۰	کیاب کیاب
۱۷۱	کبریت بازی
۱۷۳	کچه کچه (گل یا پوچ)
۱۷۵	کلاغ پر
۱۷۶	کلم، هوپج
۱۷۷	کلمه یابی
۱۷۸	لال بازی یا دهان بسته
۱۷۹	ما گلیم ما بلبلیم
۱۸۰	مشاعره اسمی
۱۸۱	می خوام برم تو آفتابه
۱۸۳	نخ بازی
۱۸۴	نقطه نقطه
۱۸۶	هپ هپ
۱۸۷	یک گل دو گل
۱۹۰	SOS بازی
۱۹۱	منابع و مآخذ

مقدمه :

« سنگ، کاغذ، قیچی، از اول قرار گذاشته بودیم که فقط کاغذ می تواند سنگ را بغل کند، اما بعد قیچی آمد و کاغذ را برید. سنگ هم قیچی را زد خودش تنها ماند. بردندش برای لی لی ». (حیم، پیوست روزنامه خراسان، ۲۹ بهمن ۸۸، شماره ۱۵۰)

سنگ از جمله ابزارهای ساده و رایگان بازی های سستی است که در بازی های هفت سنگ، انواع بازی های لی لی، گورداغ یا سنگ داغ و ... استفاده می شود. سنگ نماد مقاومت، استواری، محکمی و شکست ناپذیری است. بازی های سستی را نیز می توان نماد پهلوانی، قهرمانی، ورزشدگی، مهارت و رقابت برای پیروزی دانست. بازی های سستی نه تنها برای سرگرمی و تقویت قوای جسمانی است بلکه برخی از آنها تمرین استقامت و پایداری در برابر حریف، دفاع از دین و وطن و حس نوع دوستی، تعاون و همکاری و ایستادگی در برابر مشکلات روزمره است. بازی، افراد را برای زندگی سالم و مفرح آماده می کند.

هر قوم و ملتی دارای آداب و رسوم خاص خود است که سینه به سینه از دوره ای به دوره ای بمدی انتقال می‌دهد. بازی‌های سنتی از جمله‌ی آداب فرهنگی و ملی هر ملتی است که با حفظ و انتقال آن به نسل جدید باید این میراث گرانبها را قدر بدانیم و در پاسداری از آن بکوشیم. برخی از بازیهای سنتی، یک نوع ورزش و تقویت جسمانی است و برخی نیز موجب تقویت فکری و ذهنی می‌شود. پس چقدر بهتر است که با گسترش و رواج آن در مدارس، آنان را همچون ورزش‌های رسمی پی گیری نماییم.

بطور کلی می‌توان گفت، ورزش یکی از نیازهای فردی و ضرورتی اجتماعی است و به عنوان یکی از عوامل ارزشی در جامعه مطرح است. ورزش وسیله‌ای است که از طریق آن می‌توان قابلیت‌های جسمی، فکری، روانی، روحی، شخصیتی و اجتماعی را شکوفا ساخت و توسعه داد. برای رسیدن به این مهم باید شیوه‌ای آسان و عملی که در کوتاه مدت بتواند نتیجه مطلوبی بدهد پیش‌بینی، بررسی و انتخاب کرد. اگر ورزش را مجموعه‌ای از حرکات بدانیم که به شیوه‌ی فردی و گروهی و با داشتن قوانین و مقررات و بر اساس میل و رغبت و به صورت منظم انجام می‌گردد و در زمینه‌های مختلف جسمی، روحی، روانی و فکری دارای اثرات مفیدی است و باعث تقویت عضلات و حفظ سلامتی می‌شود و نشاط و شادی را برای مردم می‌آورد، پس باید برنامه‌ای سالم و مفرح برای پر کردن اوقات فراغت همه مردم کشور داشته باشیم. ورزش خستگی‌های فکری و جسمی را کاهش می‌دهد و روح تعاون، همکاری، همبستگی و یکدلی را تقویت می‌کند و اثرات آموزشی، تربیتی و پرورشی خاصی دارد. بدون شک ورزش‌هایی که از چنین خاصیت‌هایی برخوردار هستند و این روحیه را می‌توانند در بین اقشار مختلف جامعه به وجود آورند، ورزش‌های بومی، محلی و سنتی هستند. این گونه ورزش‌ها با علایق ذوقی، هنری و فرهنگی جامعه ما در ارتباط بوده و می‌تواند باعث گسترش و تعمیق آن در جامعه باشد.

برای تقویت، ارج نهادن و احیای بازی‌های بومی و محلی بر آن شدیم تا به گردآوری و تدوین بازی‌های سنتی استان خراسان شمالی بپردازیم، در همین جا باید یادآور شویم که

تدوین این کتاب میسر نمی‌شد مگر با تشویق‌ها و حمایت‌های جناب آقای محمدرضا رحیمی معاون پرورشی و تربیت بدنی اداره کل و آقای علیرضا قلعه نوئی رئیس گروه تربیت بدنی اداره کل آموزش و پرورش خراسان شمالی که باعث شد غنچه‌های بازی‌های سنتی در بوستان تربیت شکوفا شوند. از این عزیزان به خاطر حمایتشان صمیمانه سپاسگزاری می‌کنیم.

برای جمع آوری بازی‌های سنتی و تشریح آنان از دوستان و افراد آگاه و آشنا به بازی‌های محلی بهره‌مند شدیم. کار گردآوری بازی‌ها بیشتر از شهرستان‌های بجنورد، اسفراین، آشنخانه، جاجرم و شیروان صورت گرفت و باید یادآور شویم که بسیاری از بازی‌ها در اکثر شهرستان‌ها یکسان بود و تنها تفاوت آنها در نام و عنوان بازی بود که به برخی از آنها در متن بازی‌ها اشاره خواهیم کرد.

ما در این کتاب بازی‌ها را در سه بخش، بازی‌های پرتحرک، کم‌تحرک و آرام معرفی خواهیم کرد و در هر بازی اهداف و ابزار بازی را برای آشنایی بیشتر خوانندگان بیان می‌کنیم و امیدواریم خوانندگان و علاقمندان ضمن اجرای بازی‌ها به اهداف مهارتی، کلامی و جنبه‌ی شادی و نشاط آن توجه نمایند تا لذت بخش‌تر شود.

در این مجموعه به برخی از بازی‌ها برمی‌خوریم که بسیار قدیمی، سنتی و مربوط به روستاهاست و اجرای آنها در حال حاضر و در زمان ما شاید میسر نباشد ولی ما برای احیای فرهنگ بومی و محلی و آشنایی بیشتر با این بازی‌ها به تشریح آنها پرداخته ایم. هر چند که این بازی‌ها هنوز هم در برخی از مناطق اهمیت ویژه‌ای دارند. آنچه را که در این بازی‌ها اهمیت دارند روحیه تعاون، همکاری و شادی و نشاط است که جوانان در ایام فراغت همچون تعطیلات نوروزی به اجرای این بازی‌ها می‌پردازند. برخی بازی‌ها نیز شباهت‌های زیادی با هم دارند ولی چون نحوه‌ی اجرای هر کدام در هر منطقه فرق‌هایی داشت از این رو ما به ناچار هر کدام را به طور جداگانه تشریح نمودیم. در شرح بازی‌ها کوشش شده تا به ضوابط و مقررات بازی‌ها نیز اشاره شود. ما برای تمام

بازی‌ها جهت آشنایی و تفهیم بیشتر بازی از عکس بهره بردیم هر چند که برخی از بازی‌ها به خاطر ابعاد وسیع در یک عکس گنجانده نمی شد به همین سبب ما در ابعاد کوچکتر عکس برداشته ایم.

مهمترین اهدافی که در جمع‌آوری و تشریح بازی‌های بومی داشتیم به طور خلاصه عبارتند از :

۱. حفظ ارزش‌ها و فرهنگ‌های بومی و محلی استان.
 ۲. احیای بازی‌های سنتی و گسترش آن در مدارس و محفل‌های خانوادگی.
 ۳. توسعه آرمان‌های محلی استان و معرفی آن به دیگر نقاط کشور.
 ۴. ترویج بازی‌های سالم بین جوانان و ورزشکاران.
 ۵. انتقال فرهنگ بومی و محلی به نسل حاضر و آینده.
 ۶. پر کردن اوقات فراغت و یادگیری مهارت‌های جسمانی و روانی.
- بازی‌هایی که در این مجموعه معرفی شده اند تمام بازی‌های مربوط به استان نیست بلکه اگر بخواهیم تمام بازی‌ها را در یک مجموعه‌ی کامل بنویسیم به طور یقین، هم‌زمان طولانی نیاز دارد و هم مجموعه‌ی بسیار پر حجمی خواهد شد. لیکن با دو هدف به تشریح این تعداد بازی پرداختیم یکی به نیت ۱۱۴ سوره قرآن، ۱۱۴ بازی را تشریح کردیم و دوم با هدف تهیه یک مجموعه‌ی مختصر و قابل استفاده در مدارس بود که بقیه‌ی بازی‌ها به یاری خداوند شاید در اثری دیگر نگاشته شوند.
- و سخن آخر این که این مجموعه به خصوص در معرفی بازی‌ها، خالی از اشکال نخواهد بود از این رو از خوانندگان، علاقمندان و دوستان عزیز می‌خواهیم که با نظرات و پیشنهادات سازنده و ارزنده‌ی خود ما را در ادامه راه یاری نمایند.