

کتابی سرگرم کننده و مفید برای خانواده‌ها



# بازی خانوادگی



شان دو واردا

مترجم: حسین فدایی حسین  
منصوره ارسلانی

WWW.30BOOK.COM

بیشتر آنچه می‌دانم از افرادی آموخته‌ام که در هر  
سنی هستند  
بازی می‌کنند. از آن‌ها سپاسگزارم. / نویسنده

لطفاً توجه داشته باشید که تصاویر این کتاب همگی طرح‌های بیرنگ هستند. این  
موضوع که افراد موجود در تصاویر، سفید هستند به این معنی نیست که همه مردم  
پوست سفیدی دارند. این کتاب برای تمام نژادها و ملیت‌ها است و من اطمینان دارم  
که روح این کتاب به همه خواهد تابید. / نویسنده

## پیشگفتار

به این کتاب خوش آمدید. این صفحات گنجینه‌ای از روش‌هایی است که شادی و خنده را به زندگی خانوادگی می‌آورد.

از میان تمام کارهایی که باید برای بچه‌ها انجام داد، بازی کردن با آن‌ها یکی از با ارزش‌ترین‌ها و حیاتی‌ترین‌ها کارها است. آشنایی با بازی‌ها و یا دسترسی به آن‌ها برای گشودن دریچه‌ای به روی هر کودک لازم است. بازی‌ها مثل دستور پخت غذا هستند. در آشپزی، طرز تهیه غذا اهمیت اساسی دارد. به همین ترتیب مردم برای بازی کردن هم نیاز دارند بدانند که بازی‌ها چگونه انجام می‌شوند. با این وجود، در دنیای کنونی، بسیاری از مردم، به‌خصوص بچه‌ها، وقت زیادی را به تماشای تلویزیون یا کار با رایانه می‌گذرانند. این بخش از زندگی مدرن است، اما دانستن این نکته نیز مهم است که وقتی بچه‌ها به صفحه تلویزیون نگاه می‌کنند، از تجربه بسیار با ارزش بازی کردن دور می‌مانند.

جامعه کنونی در حال انباشته شدن از افراد ناظر و نه فاعل است. مردم، بسیاری از روش‌های بی‌تظیر بازی یا یکدیگر را فراموش کرده‌اند. بازی تعامل اجتماعی را افزایش و روابط بین فردی را گسترش می‌دهد. بدون بازی، مردم تنها می‌شوند و در برقراری رابطه با دیگران به مشکل برمی‌خورند. بازی روابط را تقویت می‌کند، تنش را از بین می‌برد، آگاهی بیشتری ایجاد می‌کند، و به همه افراد در گروه‌های خانوادگی یا اجتماعی کمک می‌کند تا یکدیگر را درک کنند و از بودن با یکدیگر لذت ببرند. هدف این کتاب، معرفی مجدد شیوه‌های فوق‌العاده، قدیمی و جدید کنایش فضای جادویی بازی است که من آن را «بیدار کردن مجدد ضمیر نیمه‌هوشیار انسان‌ها» می‌خوانم. برای انجام این کار، این کتاب را به منظور استفاده به‌عنوان یک مرجع مهم گردآوری کرده‌ام. این کتاب شامل بازی‌های متنوعی برای ایجاد تجربه عملی بازی است. مردم می‌توانند بازی‌ها را بررسی کنند، آن‌هایی را که دوست دارند انتخاب کنند و به همراه خانواده یا دوستان مجموعه بازی‌های خود را بسازند.

افرادی که از اطلاعات این کتاب استفاده می‌کنند می‌توانند شخصاً تأثیرات بی‌تظیر بازی را کشف کنند. آن‌ها افراد شادتری خواهند شد که به ساختن دنیایی شادتر کمک خواهند کرد. از دورهم بودن لذت ببرید.

با بهترین آرزوها  
شاندو واردا

## مقدمه

### چرا بازی کنیم؟

بیم نیست که افراد چقدر پیر یا جوان هستند، هنگامی که آن‌ها بازی می‌کنند اتفاقات مهمی رخ می‌دهد. موانع رفع می‌شوند، اعتمادبه‌نفس افزایش می‌یابد، دوستی‌ها شکل می‌گیرند، خصوصت‌ها از بین می‌روند، و از همه مهم‌تر انرژی فوق‌العاده مثبتی در افرادی که درگیر بازی بوده‌اند جریان می‌یابد. بازی برای کودکان حتی مهم‌تر از موارد بالا است. بازی مثل یک دنیای کوچک است که به آن‌ها در کشف بخش‌های مختلف آن کمک می‌کند و به همین دلیل است که بچه‌ها باید بازی‌های مختلفی را در سنین مختلف انجام دهند. بازی درباره چگونگی تجربه کردن دنیا، آموختن درباره آن و چگونه پیش بردن آن است. کودک از طریق بازی درباره اعتمادبه‌نفس، محدودیت‌ها، رعایت نوبت، آنچه که آسیب می‌رساند، آنچه که احساس خوبی ایجاد می‌کند، چگونگی بیان نظرات و گوش دادن به دیگران می‌آموزد و از همه مهم‌تر، هنگامی که کودکان درباره قوانین بازی با هم توافق می‌کنند، پاداش بی‌نظیر شادی و رضایت را دریافت می‌کنند. آموزش بازی به بچه‌ها، توانایی‌های تقلید آن‌ها را تقویت می‌کند. آن‌ها در مدرسه پرورش خواهند یافت و قادر خواهند بود بازی‌هایی را که آموخته‌اند با بچه‌های دیگر شریک شوند و در مدرسه بهتر عمل کنند. همچنین، بلد بودن چند بازی، جنبه دیگری به زندگی خانوادگی می‌افزاید. به خاطر داشته باشید که فرهنگ شامل چیزهایی است که مردم معمولاً انجام می‌دهند. ایجاد مجموعه‌ای از بازی‌های محبوب خانوادگی را در برنامه‌تان قرار دهید. این بازی‌ها، به همه اعضای خانواده کمک می‌کند تا خاطرات بالارزشی را بسازند و دوران خوب گذشته را با اشجار به یاد بیاورند. به عبارتی، شرکت‌کننده‌ها فرهنگ خانوادگی خودشان را به وجود خواهند آورد. خنده و شادی جریان فوق‌العاده نشاط‌آوری را در زندگی ایجاد می‌کند. روش‌های ارزشمند و لذت‌بخش بسیاری وجود دارد تا بازی را با زندگی خانوادگی پیوند دهد. از طریق بازی‌های این کتاب، افراد می‌توانند این نیروی درخشان مثبت را در زندگی خانوادگی خود به جریان درآورند.

### چگونه از این کتاب استفاده کنیم

#### نقش راهنما

خوب پیش رفتن بازی، نیازمند پایبندی همه به قوانین بازی است. وقتی بازیکن‌ها کوچک هستند، شما باید به عنوان راهنما عمل کنید و قوانین را به آن‌ها یادآور شوید. زمانی که آن‌ها قادر به انجام بازی هستند، آن‌ها را تشویق کنید تا در «توافق‌نامه بازی» مشارکت کنند و خودتان عقب بایستید و حقیقتاً همانند آن‌ها فقط یک بازیکن شوید. البته هر از گاهی باید دوباره به نقش راهنما برگردید، اما به طور خوشایندی غافلگیر خواهید شد وقتی ببینید که بچه‌ها چگونه نحوه انجام کارها را یاد گرفته‌اند. اگر با این روش به نتیجه رسیدید، به افزایش حس انصاف و خود-قانونی کودک در بازی کمک خواهید کرد که فواید عظیمی در زندگی کودک خواهد داشت. بچه‌ها ذاتاً به بازی متصفانه گرایش دارند و یکی از بدترین چیزها تقلب در بازی است. همچنین متوجه خواهید شد که کودک شما اعتمادبه‌نفس بیشتری می‌یابد و می‌تواند به طور مشارکتی با بچه‌های دیگر مشغول بازی شود، زیرا او این مهارت‌های اساسی را از شما یاد گرفته است. مسلماً برای شروع، شما به عنوان والدین آن‌ها باید در معرفی بازی‌ها پیش قدم شوید. برای این منظور،

شما باید بازی‌هایی را انتخاب کنید که مناسب مهارت‌ها و توانایی‌های بچه‌ها باشند. وقتی بازی‌ای را معرفی می‌کنید، قوانین، محدودیت‌ها و نحوه استفاده از وسایل را واضح و ساده شرح دهید. معمولاً تمرین قبل از بازی، کار را بهتر پیش می‌برد. این کار مهارت‌های ارتباطی را به بچه‌ها نشان می‌دهد که بعدها هنگام بازی با دیگران از آن‌ها استفاده می‌کنند.

## انتخاب بازی‌ها

اگرچه بازی‌های این کتاب برای خانواده‌ها و افرادی که به سفر می‌روند طراحی شده‌اند، اما می‌توانند به راحتی با موقعیت‌ها و مکان‌های مختلف تطبیق داده شوند. فرقی نمی‌کند در سفر باشید یا در خانه، بازی‌های این کتاب در هر دو موقعیت به کار می‌آید.

بازی‌های این کتاب در هشت بخش و هر بخش با هدف جداگانه‌ای طراحی شده است: بازی در مسیر سفر، بازی‌های مقصد، بازی‌های ساحلی، مجسمه‌های ماسه‌ای، بازی‌های فضای باز، بازی‌های خانگی، بازی‌های جشن تولد و بازی‌های خردسالان.

با این حال، اکثر بازی‌های این کتاب در هر مکانی می‌توانند مورد استفاده قرار بگیرند و تقسیم‌بندی آن‌ها فقط جنبه پیشنهادی دارد. به عبارتی دیگر، بعضی از بازی‌ها می‌توانند در موقعیت‌های دیگر نیز انجام شوند. مثلاً بازی‌ای که در بخش بازی‌های جشن تولد آورده شده است می‌تواند در پارک یا ساحل نیز انجام شود. اغلب بازی‌هایی که مردم انتخاب می‌کنند به شرایط، تعداد افراد و محدودیت‌های زمانی بستگی دارد. می‌توانید هر بار یک بازی انجام دهید، اما اگر جشن تولد یا مناسبت دیگری دارید، می‌توانید چند بازی از بخش‌های مختلف کتاب انتخاب کنید و پشت سرهم بازی کنید. برای انجام این کار، به تعداد بازیکن‌ها و سنشان توجه کنید. همچنین اندازه محوطه و وسایل موجود را نیز ارزیابی کنید. فهرست بازی‌ها در ابتدای کتاب و تقسیم‌بندی موضوعی بازی‌ها در انتهای کتاب، در انتخاب بازی‌های مناسب به شما کمک می‌کند. سپس، نوع و ترتیب بازی‌های انتخاب‌شده را با دقت برنامه‌ریزی کنید، وسایل مورد نیاز را جمع‌آوری کنید و آماده‌سازی‌های لازم را از قبل انجام دهید.

صدها روش برای ترکیب بازی‌ها و استفاده از ایده‌های این کتاب وجود دارد. هدف، خوش گذراندن است. پس خلاق باشید! بازی کردن مثل غذا پختن است و روش بازی مثل دستور پخت غذا است. نتیجه کار نیز در هر صورت شادی و سرگرمی است.

## والدین اهل بازی

والدین در مقابل بچه‌های خود نقش‌های مشخصی را برای خود در نظر می‌گیرند هنگامی که کمی توافق وجود دارد، رسماً و عملاً والدین بر بچه‌ها سلطه دارند. اگرچه این نقش، طبیعی و عادی است، اما هنگامی که بچه‌ها به سمت استقلال حرکت می‌کنند، اغلب بر سر قدرت کشمکش به وجود می‌آید. یکی از مزیت‌های بازی کردن این است که والدین می‌توانند نقش طبیعی خود را از آن‌ها بکنند و با بچه‌های خود مثل یک بازیکن و هم‌سطح با آن‌ها برخورد کنند. هم والدین و هم کودک به واسطه یک توافق معمولی و نیز قوانین بازی به یکدیگر پیوند می‌خورند. وقتی این پیوند برقرار می‌شود، اتفاقی ساده اما بسیار تأثیرگذار می‌افتد. کودک، والدین خود را هم‌سطح خود می‌یابد و با آن‌ها به عنوان یک بازیکن که هم حق احترام و هم حق بازی دارد روبه‌رو می‌شود. کودک می‌بیند که والدین نیز همانند خود او با توافقی انجام شده محدود شده‌اند. این تعامل جنبه دیگری به رابطه والدین با بچه‌ها می‌دهد و همچنین درهای دوستی را به روی آن‌ها می‌گشاید.

بازی‌ها همچنین می‌توانند برای حل درگیری‌های خانوادگی نیز استفاده شوند. برای مثال، درباره اینکه چه کسی ظرف‌ها را بعد از شام بشوید بین بچه‌ها بحثی به وجود می‌آید. به جای اینکه یکی از آن‌ها را به عنوان برنده و دیگری را به عنوان بازنده انتخاب کنید، یک بحث خانوادگی داشته باشید. استفاده از بازی را برای حل مسئله پیشنهاد کنید. اگر همه موافق باشند، افراد را به صف کنید و بازی‌ای را که همگی در انجام آن مهارت یکسانی دارند انتخاب کنید. بازی شماره ۷۹ (سقوط کاغذ)، بازی شماره ۸۲ (قاشق‌قاپی) و بازی شماره ۱۱ (سنگ، کاغذ، قیچی) بازی‌های مناسبی برای حل بحث‌ها هستند. برنده بازی می‌تواند کار خودش را انجام دهد و دیگر شکایت یا غرغری وجود نخواهد داشت، زیرا همه فرصتی یکسان داشته‌اند.

## کلید علائم به کاررفته در بازی‌ها

برای اینکه بتوانید در هر موقعیت، فعالیت‌های مناسب را پیدا کنید، هر کدام از بازی‌ها با علامت‌ها یا نشانه‌هایی مشخص شده‌اند که در یک نگاه، اطلاعاتی درباره آن بازی در اختیار شما می‌گذارند:

- اندازه مورد نیاز گروه
- سطح دشواری بازی
- نیاز به موزیک
- نیاز به وسایل
- احتمال وجود تماس فیزیکی

این نشانه‌ها با جزئیات بیشتری در ادامه شرح داده شده‌اند:

● **سطح دشواری بازی.** بازی‌های این کتاب از سطح ابتدایی تا سطح پیچیده که برای بازیکنان بزرگ‌تر مناسب هستند متغیرند. بازی‌هایی که برای بازیکنان بزرگ‌تر مناسب‌اند با نشانه زیر مشخص شده‌اند:

متناسب برای بازیکنان بزرگ‌تر



● **نیاز به موزیک.** تنها تعداد کمی از بازی‌های این کتاب به موزیک نیاز دارند. اگر موزیک اختیاری باشد، ذکر شده است و اگر موزیک مورد نیاز باشد، با نشانه زیر مشخص شده است:

نیاز به موزیک



● **نیاز به وسایل.** بسیاری از بازی‌های این کتاب به وسایل خاصی نیاز ندارند. در بعضی بازی‌ها وسایلی نظیر توپ، چوب بیسبال، کاغذ و خودکار یا وسایل دیگر لازم است. بازی‌هایی که به وسیله نیاز دارند با نشانه زیر مشخص شده‌اند و وسایل لازم تحت عنوان «وسایل مورد نیاز» ذکر شده‌اند. توجه کنید

که وسایل مورد نیازِ اختیاری نیز مشخص شده‌اند (به استثنای موزیک پس‌زمینه که در همه بازی‌ها اختیاری است).

نیاز به وسایل



● **احتمال وجود تماس فیزیکی.** اگرچه میزان مشخصی از تماس فیزیکی در محیط‌های به‌خصوص می‌تواند قابل قبول باشد، اما بازی‌هایی که ممکن است هرگونه تماس فیزیکی از تماس خیلی کوچک تا برخورد و درگیری‌های جزئی را شامل شوند با نشانه زیر مشخص شده‌اند. شما می‌توانید پیشاپیش تصمیم بگیرید که آیا این بازی برای بازیکنان یا محیط بازی شما مناسب است یا نه.

احتمال وجود تماس فیزیکی



WWW.30BOOKS.COM

# بازی در مسیر سفر

در اکثر مواقع، مسیر سفر شامل وقت گذراندن در یک فضای کوچک می‌شود که می‌تواند برای بچه‌ها بسیار سخت باشد. بی‌حرکت ماندن چیزی نیست که به‌راحتی برای بچه‌ها قابل انجام باشد، از این رو، برنامه‌ریزی چند بازی جالب، سفر آرام و لذت‌بخش‌تری را برای همه به ارمغان می‌آورد.

این بخش از کتاب شامل بازی‌هایی است که بچه‌ها را در مسیر سفر سرگرم می‌کند؛ بازی‌های تخیلی مثل بازی شماره ۴ (سالن انتظار فرودگاه) و بازی‌های داستان‌گویی مثل بازی شماره ۶ (قصه‌گویی تصویری). این بازی‌ها موضوعات جالبی را درباره کودک و بزرگ‌ترها آشکار می‌کنند. پایان بعضی از این قصه‌ها تمام گروه را متعجب و سرگرم می‌کند.

هر قدر با بچه‌ها بازی‌های بیشتری انجام دهید، بازی کردن در خانواده شما بیشتر به‌صورت عادت درمی‌آید. بازی‌های خاصی، بازی‌های مورد علاقه خانواده خواهند شد و درخواست برای آن‌ها بیشتر و بیشتر خواهد شد. در واقع، بازی کردن به شکل‌گیری یک فرهنگ خانوادگی کمک می‌کند.

## وسایلی که باید همراه داشته باشید:

- کاغذ، مداد، خودکار
- نخ برای نخ‌بازی (بازی شماره ۷)
- یک مجموعه سؤال برای آزمون جزئیات در سفر (بازی شماره ۱۳)



# کشاورز رفت بازار

**روش بازی:** یک بازیکن با گفتن «کشاورز رفت بازار تا بفروشه یه...» بازی را شروع می‌کند. سپس بازیکن جای خالی را به انتخاب خودش با چیزی پر می‌کند، مثلاً «گاو». لازم نیست آن مورد حتماً به مزرعه مربوط باشد؛ بلکه می‌تواند هر نوع شیئی را شامل شود، از یک تکه طناب تا موشک فضایی، روزنامه یا هر چیز دیگر.

بازیکنی که سمت چپ او نشسته، آنچه را که بازیکن اول گفته است تکرار می‌کند و یک مورد دیگر به آن اضافه می‌کند، مثلاً «کشاورز رفت بازار تا بفروشه یه گاو و یه خروس». بازیکن سوم، جمله بازیکن قبلی را تکرار می‌کند و یک مورد جدید به آن اضافه می‌کند. بازیکن‌ها به نوبت آنچه را که گفته شده تکرار می‌کنند و به ترتیب یک مورد جدید به آن می‌افزایند. البته هر قدر جمله طولانی‌تر شود، به خاطر سپردن آن نیز سخت‌تر می‌شود. بازیکنی که موارد را اشتباه بگوید از بازی حذف می‌شود. بازی را ادامه دهید تا وقتی که تنها یک بازیکن باقی بماند.



**پیشنهاد:** می‌توانید با جایگزین کردن شخصیت دیگری به جای کشاورز و مکان دیگری به جای بازار، بازی را تغییر دهید. بازیکن‌ها می‌توانند با انتخاب شخصیت‌هایی از بین خانواده خودشان، بازی را خنده‌دارتر کنند. برای مثال: «خاله ساندرا رفت قرانسه و با خودش یه... برد.»

## بازی خانوادگی

کتاب ۱۰۱ بازی خانوادگی بازی‌هایی را در چند فصل از تمام جهان گرد هم آورده که شامل موارد زیر می‌باشد:

بازی‌هایی در مسافرت، بازی‌هایی در ساحل، بازی‌هایی در خانه، بازی‌هایی در تعطیلات، شکل و قالب‌های شنی و بازی‌هایی در جشن‌های تولد.

این بازی‌های لذت‌بخش به والدین و کودکان کمک می‌کند تا بیشتر در کنار هم باشند. در حالی که بازی‌ها سبب رهاسازی افراد از کارهای روزانه و باعث سرگرمی و شادی می‌شوند، مهارت‌های جدیدی را هم برای مواجهه با موقعیت‌های غیرمنتظره زندگی می‌آموزند.

تمام بازی‌ها همراه با دستورالعمل‌های ساده‌ای برای اجرا و ارائه شکل‌های پیشنهادی است. سن مناسب، تعداد افراد گروه، پیشنهادات جانبی و میزان سادگی و دشواری بودن بازی‌ها نیز به صورت روشن، مشخص شده است.



کتابهای دانه

مؤسسه انتشارات صابرين

۱۱۹۲۱۱۹۰

قیمت ۱۴۰۰۰ تومان



9 786008 733072

