

مقدمه

بازی از دیرباز مایه سرگرمی، تفریح، مشغولیت و فعالیت انسان بوده و موجب رشد جسمی و ذهنی و گسترش عقل و اندیشه انسان می‌شود. چنانچه بیشتر پیشوایان دینی در گذشته و دانشمندان و روان‌شناسان بزرگ امروزی بر اهمیت بازی چه در مراحل کودکی و نوجوانی و چه در مراحل جوانی و بزرگسالی و تأثیر آن بر جسم و روح انسان تأکید

داشتند. در اسلام توصیه‌های زیادی در مورد بازی و فعالیت، از جمله هم‌بازی شدن والدین با بچه‌ها شده است که از نظر عاطفی و پیوند خانوادگی بسیار مؤثر می‌باشد. پیامبر اکرم (ص) هر وقت به خانه حضرت فاطمه (س) وارد می‌شدند از امام حسن (ع) و امام حسین (ع) می‌خواستند که با یکدیگر کشتی بگیرند. امام صادق (ع) فرمودند: فرزندت را بگذار تا هفت سال اول بازی کند و هفت سال دوم ادب شود و هفت سال سوم ملازم او باش تا رستگار شود. همچنین روایاتی از دیگر امامان و پیشوایان دینی آمده است که بر اهمیت بازی در مرحله کودکی تأکید شده است. بر این اساس بازی و ورزش در اصطلاح امروزی تربیت‌بدنی به‌عنوان یک روش عملی می‌تواند تحقق‌بخش اهداف تربیتی اسلام باشد؛ یعنی پرورش و تزکیه افراد از طریق عمل و نه صرفاً خواندن و شنیدن و گفتن. بدن و اندام و جوارح سالم را آن‌گاه ارزشمند می‌شناسیم که در جهت هدف مطلوب و آرمانی حرکت کند. در دعای کمیل می‌خوانیم که: «قو علی خدمتک جوارحی» یعنی پروردگارا اندام مرا در راه خدمت به خودت قوی گردان. این مقاله بر اساس تحقیق تجربی نگارنده نوشته شده است.



بازی‌های محله کرمانشاه

سایمک ورفی نژاد

کلیدواژه‌ها: بازی‌های محلی کرمانشاه ۱. قلان (qulan)

محل اجرا: فضاهای باز

وسایل مورد نیاز: وسیله یا هدف مثل سنگ یا

درخت

روش اجرا

قل در کردی به معنای «پا» است و مراد از بازی قلان یا قل‌قلان، بازی با پا است. در این بازی یک زمین به طول تقریباً ۲۰ متر در نظر گرفته می‌شود. یک طرف زمین آزاد است و تیم مهاجم در آن قرار می‌گیرد و طرف دیگر زمین، چوب یا سنگ یا وسیله دیگری قرار می‌دهند که حکم «نشانه»، «مقصد» و یا به تعبیر محلی «دال» Dal دارد. تعداد نفرات هر تیم آزاد و نامحدود است.

تیم مهاجم یک نفر با عنوان «داماد» یا «زاه» Zawa دارد که تمام بازی بر محور وی می‌چرخد و سایر افراد تیم باید پیوسته مواظب و

مراقب وی باشند اگر او در بازی مغلوب شود تیم مهاجم بازنده اعلام می‌شود.

۲. کلاه قاپیدن یا کلاورف نه کی (kilaw rifnaki)

محل اجرا: فضاهای باز یا سالن‌های ورزشی
وسایل مورد نیاز: گچ برای خط‌کشی - کلاه به تعداد بازیکنان شرکت‌کننده

هدف: استقامت عمومی - بهبود قلب و تنفس - سرعت عمل و عکس‌العمل - چابکی - لذت و تفریح - رقابت

روش اجرا
این بازی از شایع‌ترین بازی‌های گذشته محسوب می‌شده است. در این بازی دو تیم با تعداد نفرات برابر تشکیل می‌شود. برای شروع بازی، دایره‌ای می‌کشند به گونه‌ای که فضای کافی برای استقرار افراد در آن فراهم باشد. افرادی که در داخل دایره یا زمین قرار دارند هر کدام یک کلاه نمدی بر سر دارند که باید از آن محافظت کنند و نگذارند به دست تیم حریف بیفتد.

۳. خروس جنگ یا «که له شیر جنگ» (kalashir jang)

محل اجرا: فضاهای باز و سالن‌های ورزشی
وسایل مورد نیاز: تشک ورزشی

هدف: تعادل - چابکی - استقامت عمومی - استقامت قلب و تنفس - قدرت عضلانی - رقابت - لذت و تفریح

روش اجرا
در این بازی، بازیکن باید دستانش را در سینه‌اش جمع کند و یک پایش را بالا بیاورد و روی یک پا به مبارزه بپردازد. دو بازیکن به فاصله چند متر دور از همدیگر قرار بگیرند و با رعایت قاعده پیش گفته به سمت همدیگر هجوم آورند و سینه به سینه هم بززند هر کس که تعادلش را از دست بدهد و پای دیگری به زمین بخورد، شکست خورده است.

۴. هه چان (Hachan)

محل اجرا: فضاهای باز و سالن‌های ورزشی
وسایل مورد نیاز: توپ اسفنجی کوچک یا توپ بیسبال - راکت تنیس از جنس پلاستیک
هدف: هماهنگی دست و چشم - دقت و هوشیاری - استقامت قلب و تنفس - لذت و تفریح - رقابت

روش اجرا

این بازی شبیه چوگان است، زیرا در آن از چوبی دراز و گرزمانند و از سنگی مدور یا نمدی توپ مانند به‌عنوان وسیله بازی استفاده می‌کنند. هدف یا دال در این بازی، سوراخی است که توپ باید در آن بغلطد. این بازی به‌صورت دسته‌جمعی برگزار می‌شود اما رقابت تیمی نیست و هر فرد به‌صورت انفرادی برای خویش کسب امتیاز می‌کند.

۵. پالان (PALLAN)

وسایل مورد نیاز: توپ پشمی کوچک یا توپ

هندبال - تخته، آجر یا سنگ

محل اجرا: فضاهای باز و یا سالن‌های ورزشی

هدف: مهارت در پرتاب - هماهنگی چشم و دست - دقت - تفریح - ایجاد رقابت

روش اجرا

دو تیم سه نفره روبه‌روی هم در فاصله ۱۰ تا ۱۵ متری قرار می‌گیرند. آجرها یا سنگ را در فاصله یک متری یکدیگر پشت سر هم قرار می‌دهیم و از هر گروه می‌خواهیم که به‌سوی موانع یکدیگر توپ را پرتاب کنند. هر گروه که بتواند زودتر هر سه هدف (آجر یا سنگ) را بزند، برنده می‌شود.

نتیجه

بازی‌های محلی در استان کرمانشاه و مناطق گردنشین غرب کشور از دیرباز تا به امروز براساس شرایط سخت اقلیمی و کوهستانی بودن این مناطق شکل گرفته که این شرایط سبب بهبود آمادگی جسمانی، قدرت عضلانی، چابکی و سرعت در این مناطق شده است. طراحان این بازی‌ها در قدیم بر اساس هدفی که داشتند، آن‌ها را طراحی کرده‌اند، که این اهداف باعث رشد عضلانی و آمادگی جسمانی فرد در مقابل تهاجمات و تهدیداتی شده که همواره این مناطق با آن روبه‌رو بوده است. این در حالی است که بیشتر این بازی‌ها پایه و مبنای ورزش‌های امروزی به‌حساب می‌آیند. با کاربردی کردن هر چه بیشتر این بازی‌ها در آموزشگاه‌ها و مدارس به‌خصوص در دوره ابتدایی می‌توان گامی در جهت زنده کردن دوباره این بازی‌ها و پیشرفت در عامل‌های ذکر شده برداشت.

بازی از دیرباز
مایه سرگرمی،
تفریح، مشغولیت
و فعالیت انسان
بوده و موجب
رشد جسمی و
ذهنی و گسترش
عقل و اندیشه
انسان می‌شود

منابع

۱. آزادی محمد - بازی‌های محلی در استان کرمانشاه
۲. بهشتی، احمد (۱۳۶۶). اسلام و بازی کودکان، تهران: انتشارات اداره کل تربیت‌بدنی وزارت آموزش و پرورش.