







# دستور العمل بستہ آموزشے یونیسف

راہنمای بستہ تفریحے

---

عنوان و نام پدیدآور	: دستور العمل بسته آموزشی یونیسف راهنمای بسته تفریحی / تهیه کننده یونیسف   مترجم محسن حمیدی.
مشخصات نشر	: تهران: سازمان بهزیستی کشور، انتشارات، ۱۴۰۲.
مشخصات ظاهری	: ۶۵ ص: مصور (بخشی رنگی)، جدول، نمودار.
شابک	: ۹۷۸-۶۲۲-۹۳۵۵۹-۹-۲
وضعیت فهرست نویسی	: فیپا
یادداشت	: عنوان اصلی: UNICEF Education Kit Handbook - Recreation Kit Guidance, ۲۰۱۶.
موضوع	: بازی‌های کودکان -- دستنامه‌ها *Children's games -- Handbooks, manuals, etc. شاگردان -- تفریح -- دستنامه‌ها Students -- Recreation -- Handbooks, manuals, etc.
شناسه افزوده	: حمیدی، محسن، ۱۳۴۱-، مترجم
شناسه افزوده	: یونیسف
شناسه افزوده	: United Nations Children's Fund (Unicef)
شناسه افزوده	: سازمان بهزیستی کشور. واحد انتشارات
رده بندی کنگره	: GV۱۲۰۳
رده بندی دیویی	: ۷۹۰/۱۹۲۲
شماره کتابشناسی ملی	: ۹۳۲۱۲۷۵
اطلاعات رکورد کتابشناسی: فیپا	



**عنوان:** دستور العمل بسته آموزشی یونیسف راهنمای بسته تفریحی

**مترجم:** محسن حمیدی

**ناشر:** سازمان بهزیستی کشور

**اجرا:** حوزه امور فرابخشی و ارتباطات

**مدیر هنری:** شرکت نیک‌اندیشان آبان

**ناظر چاپ:** حسین محبی خراطی

**طراح و صفحه آرا:** فتح‌اله بهرامی

**نوبت چاپ:** اول / ۱۴۰۲

**شمارگان:** ۵۰۰ نسخه

**قیمت:** اهدایی

**شابک:** ۹۷۸-۶۲۲-۹۳۵۵۹-۹-۲

ISBN: 978-622-93559-9-2



9



## مقدمه

کتاب آموزش در شرایط اضطراری یونیسیف (EiE) ابزاری برای ارائه آموزش و راهنمای برنامه آموزشی در حمایت از کیت‌های آموزشی از پیش بسته‌بندی شده یونیسیف می‌باشد. این اولین نسخه از کتابچه راهنما می‌باشد و تنها تا حدی آزمایش میدانی شده است. به این ترتیب، همه بازخوردها برای کمک به جمع‌آوری اطلاعات برای نسخه برنامه‌ریزی شده حیاتی است و از آن استقبال می‌شود.

لطفاً برای ارائه داده‌های مربوطه، انتقادات و پیشنهادات با واحد آموزش در بخش تأمین یونیسیف مربوطه تماس بگیرید.

کتاب راهنما به زبان‌های فرانسوی و انگلیسی موجود است. هرکیت آموزشی ارسال شده از بخش تأمین شامل همان بخش مربوطه می‌باشد. بخش یک، حاوی ماژول راهنمای کلی است که در صورت درخواست یا مراجعه به وب سایت یونیسیف، همراه با تمام ماژول‌های دیگر در دسترس می‌باشد.



## تقدیر و تشکر

این کتابچه در مدت هجده ماه توسط کارکنان یونیسیف از بخش‌های برنامه آموزشی نیویورک و ژنو و از بخش تامین در کپنهاگ تهیه شده است. این سند به رهبری یک مشاور و از طریق یک فرآیند مشاوره‌ای و به کمک یک گروه مرجع متشکل از کارکنان دفاتر یونیسیف کشورها، دفاتر منطقه‌ای و ستادها تهیه شده است. همچنین به طور مستقل در مراحل مختلف توسط سایر کارکنان یونیسیف مورد بررسی قرار گرفت. از همه کسانی که از این پروژه حمایت کردند تشکر ویژه می‌شود.

**مدیران پروژه:** خانم پیلا آگیلار، مشاور ارشد آموزشی در یونیسیف ژنو و آقای کریس کورمنسی، رئیس مرکز آب، بهداشت و آموزش (WSEC)، بخش تامین، یونیسیف کپنهاگ

**نویسنده:** خانم میرسی بوسانا

ویرایش، تولید و توزیع شده توسط WSEC

**مترجم:** محسن حمیدی

چاپ اول ۲۰۱۳



## واژگان کلیدی

**تعریف کودک:** اصطلاح کودک و کودکان به همه کودکان و نوجوانان از بدو تولد تا ۱۸ سالگی اطلاق می‌شود، همانطور که در کنوانسیون سازمان ملل متحد در مورد حقوق کودک مشخص شده است. در صورتی که گروه سنی خاصی از کودکان مد نظر باشد به طور واضح در متن به آن اشاره خواهد شد.

**گروه‌های سنی:** لازم است براین نکته تاکید شود که گروه‌های سنی می‌توانند براساس بافت و فرهنگ متفاوت باشند. به طور مشخص این کتاب راهنما گروه‌های سنی زیر را هدف قرار می‌دهد:

(۱) نوزادان، کودکان نوپا و کودکان پیش دبستانی تقریباً از بدو تولد تا هفت/هشت سالگی.

(۲) نوجوانان جوان بین ده تا چهارده سال.

(۳) نوجوانان بزرگتر بین پانزده تا نوزده سال.

(۴) جوانان به نوجوانان و بالغین جوان بین سنین پانزده تا بیست و چهار سال گفته می‌شود.

(مرجع: تعاریف سازمان ملل متحد)

**تعریف محصل و دانش آموز:** اصطلاح محصل و دانش آموز به کودکانی اطلاق می‌شود که توسط یک معلم آموزش داده می‌شوند. قابل تعویض هم هستند.

**تعریف مربی(ها)، مراقب(ها) و معلم(ها):** اصطلاح مربی(ها) به پرسنلی اطلاق می‌شود که مجری فعالیت‌های تفریحی نیمه ساختاریافته (ماژول دو) می‌باشند. اصطلاح مراقب(ها) به پرسنل اجرایی فعالیت‌های آموزش در دوران کودکی (ماژول سه) گفته می‌شود. واژه معلم به پرسنل مجری آموزش پایه ابتدایی و آموزش ریاضیات و علوم ابتدایی گفته می‌شود (ماژول چهار، ماژول پنج و ماژول شش). **پناه‌آوری/داوطلبان** اعضای جامعه محلی بدون حقوق هستند که داوطلبانه در اجرای فعالیت‌ها کمک می‌کنند. آنها جزو کارکنان نیستند اما باید تابع قوانین باشند.

**تعریف مربی(ها):** اصطلاح مربی(ها) به پرسنلی اطلاق می‌شود که آموزش را به مربیان، مراقبین و معلمان (ماژول یک) ارائه می‌دهند.

**تعریف فضا/محیط دوست‌دار کودک:** اصطلاح فضاها/محیط(های) دوست‌دار کودک (CFS/Es) به یک معنای گسترده استفاده می‌شود. باید اشاره کرد که در تعریف(های) CFS/Es از ادبیات جامع و در حال توسعه استفاده شده که شامل قوانین مختلفی است. همچنین اصطلاحات مورد استفاده برای نشان دادن CFS/Es می‌تواند در بین آژانس‌ها متفاوت باشد. در این کتاب راهنما اصطلاح CFS/Es می‌تواند به موارد زیر اشاره داشته باشد:

◀ CFS/Es، که «مکان‌هایی هستند که به شیوه‌ای مشارکتی طراحی و اجرا می‌شوند، جایی است که کودکان متأثر از بلایای طبیعی یا درگیری‌های مسلحانه می‌توانند از یک محیط امن برخوردار شوند و در آنجا می‌توان برنامه‌ریزی یک پارچه از جمله بازی، تفریح، آموزش، بهداشت و حمایت‌های روانی اجتماعی و نیز اطلاعاتی درمورد خدمات/ پشتیبانی به آنها ارائه کرد. به طور کلی فضاهای دوست‌دار کودک به برنامه‌های واکنشی نسبتاً کوتاه تا متوسط اطلاق می‌شود که در اکثر اوقات در چادر و یا سازه‌های موقت (مثلاً در مدارس، زیر یک درخت یا یک ساختمان خالی) اجرا می‌شوند». یونیسف، ۲۰۰۹، *راهنمای عملی برای توسعه فضاهای دوست‌دار کودک*، ص ۹.

◀ فضاهای آموزشی موقت (TLS)، که بلافاصله پس از یک موقعیت اضطراری ایجاد می‌شوند.

◀ فضاهای یادگیری جایگزین (ALS)، که می‌تواند «تقریباً بر حسب شرایط در هر مکانی ایجاد شود».

فضاهای آموزشی جایگزین می‌توانند کلیساها، مساجد، معابد، سالن‌های اجتماعات، کتابخانه‌ها، مجتمع، زمین اختصاص یافته و یک اتاق بلااستفاده در یک خانه شخصی یا حتی یک قایق باشند. یونیسف، ۲۰۰۹، «راهنمای مدارس دوست‌دار کودک»، فصل ۴، ص ۲۲.

◀ مدارس موجود یا بازسازی شده.

◀ مدارس دوست‌دار کودک (CFS) همانطور که در «راهنمای مدارس دوست‌دار کودک»، یونیسف، ۲۰۰۹ تعریف شده است.

سه سند مرجع کلیدی، که می‌توانند از طریق وب سایت یونیسف دانلود شوند، حاوی اطلاعات بیشتر در مورد فضاهای دوست‌دار کودک می‌باشند:

اطلاعات درمورد فضاهای دوست‌دار کودک: (۱) «راهنمای عملی برای توسعه فضاهای دوست‌دار کودک»، یونیسف، ۲۰۰۹؛ (۲) «راهنمای فضاهای دوست‌دار کودک در مواقع اضطراری»، ۲۰۱۱، نسخه آزمایش میدانی که توسط گروه آموزش جهانی، گروه حفاظت جهانی، و INEE IASC تهیه و بازنگری شده است؛ (۳) «کتابچه راهنمای مدارس دوست‌دار کودکان»، یونیسف، ۲۰۰۹، نیویورک.



## راهنمای علائم کلیدی

هدف نمادهای زیر تسهیل درک متن می‌باشد:

۱.  پیام کلیدی مطالب مهم آموزشی را داخل یک پوسته خلاصه می‌کند.
۲.  آموزش نشانه‌هایی در مورد نحوه بیان پیام‌های کلیدی در طی جلسه آموزشی ارائه می‌دهد.
۳.  توجه پیشنهاد، راهنما، مشوق، توضیح و ایده ارائه می‌دهد.
۴.  تفکر از خواننده می‌خواهد تا تجارب و شرایط خود را بیان کند.
۵.  نتایج یادگیری آنچه را که انتظار می‌رود آموخته شود نشان می‌دهد. می‌تواند به نظارت و ارزیابی پیشرفت یادگیری کمک کند.
۶.  جداول حاوی لیست عناوین است.
۷.  تصاویر مثال‌های بصری از مفاهیم کلیدی است که در متن توضیح داده شده است.
۸.  جعبه خلاصه‌ایی از مطالب کلی است که به تجسم همه آنها با هم کمک می‌کند.
۹.  نمونه نمونه کارهایی هستند که از معلمان و مراقبان انتظار می‌رود انجام دهند.
۱۰.  نقش شما آنچه از مربی درماژول یک و از راهنما، مراقبان و معلمان در ماژول‌های دو، سه، چهار، پنج و شش انتظار می‌رود را خلاصه می‌کند.
۱۱.  مطالعه موردی نمونه‌هایی از مداخلات آموزشی هستند که قبلاً اجرا شده‌اند.
۱۲.  چک لیست نشان دهنده نکات مهمی است که باید قبل و در حین اجرای فعالیت‌ها در نظر گرفته شود.
۱۳.  فعالیت نشان دهنده آغاز یک فصل جدید در یک واحد است.



## فهرست مطالب

۱۳	.....	مقدمه
۱۹	.....	ماژول دو: فعالیتهای تفریحی
۲۱	.....	بخش یک: شرح کیت تفریحی یونیسف ELE/c
۲۱	.....	فعالیت اول: درکیت تفریحی یونیسف چه موادی را می توانم پیداکنم؟
۲۳	.....	نگهداری از کیت تفریحی یونیسف
۲۴	.....	نگهداری و بازیابی کیت تفریحی یونیسف
۲۵	.....	بخش دو: دستورالعمل نحوه اجرای فعالیتهای تفریحی
۲۵	.....	فعالیت اول: در اجرای فعالیتهای تفریحی چه چیزی را باید مدنظر داشته باشیم؟
۲۵	.....	ثبت نام شرکت کنندگان
۲۶	.....	نحوه درگیر کردن مثبت کودکان در فعالیتهای تفریحی
۲۸	.....	پیشنهاداتی در مورد مدیریت گروههای بزرگ
۳۴	.....	حساسیت به جنسیتی
۳۶	.....	بخش سه: فعالیتهای تفریحی
۳۶	.....	فعالیت یک: چه فعالیتهای تفریحی را می توانم اجراکنم؟
۳۶	.....	فعالیتهای تفریحی فضای بسته
۳۷	.....	فعالیتهای تفریحی فضای باز
		جدول اشکال
۳۹	.....	شکل ۱: زمین بازی دو پرتاب
۴۰	.....	شکل ۲: زمین بازی شیر و غزال
۴۱	.....	شکل ۳: زمین بازی ستاره دنباله دار
۴۲	.....	شکل ۴: زمین بازی شکارچی
۴۳	.....	شکل ۵: زمین بازی صاعقه
۴۴	.....	شکل ۶: زمین بازی چهارگوشه
۴۵	.....	شکل ۷: زمین بازی ده پاس
۴۶	.....	شکل ۸: زمین بازی ربان
۴۷	.....	شکل ۹: زمین بازی دستمال
۴۸	.....	شکل ۱۰: زمین بازی موش و گربه

## فهرست مطالب

۴۹	شکل ۱۱: زمین بازی گردشی
۵۰	شکل ۱۲: زمین بازی فریزی
۵۱	شکل ۱۳: زمین بازی پرهیز از توپ مسموم
۵۲	شکل ۱۴: زمین بازی طناب پرش
۵۳	شکل ۱۵: زمین بازی بازی‌های فضای باز
۵۶	شکل ۱۶: زمین بازی لبله / گانیه
۵۷	شکل ۱۷: تلفن همراه انسان
۵۸	شکل ۱۸: موقعیت فوتبال دستی
۵۹	شکل ۱۹: گوفی
۶۰	شکل ۲۰: چیکی - چیکی - چاکی چیکی چاکی بون - بون
۶۱	شکل ۲۱: صندلی موزیکال
۶۲	شکل ۲۲: کارواش انسانی
۶۳	شکل ۲۳: اژدها
۶۴	شکل ۲۴: سگ و استخوان
۶۵	شکل ۲۴: گره
	لیست جداول
۲۱	جدول ۱: لیست وسایل موجود در کیت تفریحی یونیسف
۲۶	جدول ۲: فرم ثبت نام
	جدول چک لیست
۲۷	چک لیست ۱: اقدامات مقدماتی آماده سازی برای فعالیت‌های تفریحی
۳۳	چک لیست ۲: مراقبت از کودکان کوچک تر توسط بزرگترها
	جدول کادرها
۳۰	جعبه ۱: ایده‌هایی در مورد نحوه ایجاد گروه با خواندن اعداد
۳۰	جعبه ۲: ایده‌هایی در مورد نحوه ایجاد گروه به کمک جزیره
۳۱	جعبه ۳: ایده‌هایی در مورد نحوه ایجاد گروه با استفاده از موارد رایج
۳۱	جعبه ۴: ایده‌هایی در مورد نحوه ایجاد گروه با استفاده از نام حیوانات
۳۶	کادر ۵: کیت کودک و نوجوان یونیسف

## مقدمه ایی بر متن

### ۱. منطق کتاب راهنمای EiE

حق داشتن آموزش در مواقع اضطراری و در دوره گذار پس از یک بحران بیشترین چیزی است که در معرض خطر قرار می‌گیرد.

در سال ۲۰۱۱ در کشورهای متأثر از جنگ، ۲۸ میلیون کودک در سنین دبستان از مدرسه خارج شدند - ۴۲ درصد از کل جهان. در کشورهای متأثر از جنگ تنها ۷۹ درصد از جوانان باسواد هستند این رقم در سایر کشورهای فقیر ۹۳ درصد است. علاوه بر این، کودکانی که در مناطق جنگی زندگی می‌کنند در مقایسه با کودکانی که در دیگر کشورهای فقیر هستند، دو برابر بیشتر احتمال دارد که قبل از پنجمین سالگرد تولدشان بمیرند.

تعهد اساسی به کودکان در اقدام بشردوستانه - CCCs - باعث تشکیل سیاست بشر دوستانه یونیسیف شد تا از حقوق کودکان آسیب دیده از بحران های انسانی حمایت کند. این تعهدات برای اقدام بشردوستانه یک چارچوب محسوب می‌شوند که به واسطه آن یونیسیف به دنبال تعامل با شرکا می‌باشد. CCC های به روز شده همچنان برای ترویج اقدامات بشردوستانه جمعی، به موقع، قابل پیش بینی و مؤثر به کار خود ادامه می‌دهند و مناطقی که یونیسیف می‌تواند در آنها به بهترین نحو به آموزش کمک کند را مشخص می‌کند. علاوه بر این، شبکه بین سازمانی برای آموزش در مواقع اضطراری (INEE) کتاب راهنمای حداقل استانداردها را تهیه کرد که ابزار لازم را به دولت‌ها و کارکنان بشردوستانه برای توجه به جنبش آموزش برای اهداف توسعه هزاره سازمان ملل (MDGs) می‌دهد. این اولین گام برای اطمینان از این است که برنامه‌های آموزش در شرایط اضطراری مبنایی استوار و سالم برای بازسازی پس از جنگ و فاجعه می‌باشد. هر دو این ابزارها درآمدگی و واکنش اصلاحات بشردوستانه کمیته دائمی بین سازمانی (IASC) که در سال ۲۰۰۵ راه اندازی شد و خود رویکرد خوشه‌ای گروه آموزشی را ایجاد کرد مکمل و حیاتی بوده‌اند.

یونیسف بر این باور است که تحصیل نه تنها یک حق اساسی انسانی است بلکه ابزاری راهبردی برای حمایت از بهبود و بازیابی است. این امر نه تنها تحصیل و تمام فواید مربوط به آنرا برای افراد آسیب دیده را بازیابی می‌کند، بلکه به کشورها نیز کمک می‌کند تا موسسات و سیستم‌های از بین رفته در شرایط بحران را دگرگون و بازسازی کنند. دایر کردن مجدد آموزش پس از یک وضعیت اضطراری، نه تنها از حق اساسی کودکان برای تحصیل محافظت می‌کند، بلکه نقش مهمی در عادی سازی محیط آن ایفا می‌کند. این خود به آنها کمک می‌کند تا بر تأثیر روانی بلایا و درگیری‌ها غلبه کنند.

**برنامه برگشت به مدرسه (BTS):** راهبردی برای به‌کارگیری CCCها یونیسف و شرکا با همکاری وزرا مک آنها موقت و امن برای یادگیری؛ مواد آموزشی؛ آموزش مربیان، والدین، مقامات آموزشی و دیگران را فراهم می‌کنند تا آنها آموزشی باکیفیت ارائه دهند، و باعث کاهش ترک تحصیل و بالا رفتن میزان ابقا در آموزش شوند. در اصل، برنامه BTS راهی است برای عملی کردن CCCها.

با معرفی اولین برنامه BTS تحت حمایت یونیسف پس از نسل‌کشی رواندا در سال ۱۹۹۴، این برنامه‌ها به اولین واکنش و استراتژی قدرتمند در تسهیل دسترسی به محیط‌های آموزشی امن برای تقریباً ۲۷ میلیون کودک متأثر از درگیری و بلایای طبیعی تبدیل شده است.

این برنامه‌ها در بیش از ۵۵ کشور در بین سال‌های ۱۹۹۴ تا ۲۰۱۲ با موفقیت بالایی اجرا شده است، از جمله افغانستان، ساحل عاج، هائیتی، لبنان، دولت فلسطین، سودان جنوبی و اوگاندا. از خصوصیات برنامه‌های BTS (۱) ایجاد اهداف قوی برای برگشت تعدادی از کودکان به نوعی از چرخه آموزش در اسرع وقت پس از شروع یک بحران، (۲) اعزام سریع تدارکات آموزشی در قالب کیت و نیز مواد آموزشی و یادگیری برای کمک به شروع مجدد تحصیل، (۳) ایجاد نوعی از زیرساخت موقت یادگیری در صورت نیاز، همراه با تعمیر سریع مدارس و (۴) حمایت شدید، ارتباط و تلاش برای بسیج اجتماعی بادولت‌ها، جوامع، اهداکنندگان و سازم آنها شریک. هدف از این کتاب راهنما ارائه راهنمای آموزشی و درسی مربوط به مواد یا کیت‌های از پیش بسته‌بندی شده است. و نیز بالا بردن تأثیر یونیسف از صرفاً واکنش اولیه ارسال تجهیزات آموزشی به ترویج یک یادگیری، رشد و توسعه ماندگار. همراه با این کتاب راهنما، بسته‌های آموزشی، و آموزش صحیح معلم، این امکان بدست می‌آید تا در برنامه BTS کاربرد کیت‌های فردی گسترش یابد، و کیفیت واکنش اولیه آموزش بهتر شود.

## ۲. اهداف کتاب راهنما

الف) ارائه دستورالعمل‌ها و توصیه‌های درسی در مورد نحوه استفاده از وسایل کمک آموزشی موجود در کیت‌ها برای معلمان، مراقبین و مربیان که در شرایط بحران کار می‌کنند. یک نسخه چاپی از هر برنامه درسی در کیت مربوطه موجود است.

ب) ارائه توصیه‌های آموزشی برای مربیان که درگیر واکنش اضطراری هستند.

برای دانلود کامل این کتاب به وب سایت یونیسف مراجعه کنید.

## ۳. مروری بر کتاب راهنما

جدول ۱: مرور

گروه‌های هدف	کیت	برنامه	ماژول
آموزش دهنده	بدون هیچ کیت خاص	راهنمای تربیت مربی	ماژول یک
مربی	کیت تفریحی	راهنمای کیت تفریحی	ماژول دو
مراقبین	کیت آموزش دوران ابتدای کودکی (ECD)	راهنمای کیت رشد دوران ابتدای کودکی	ماژول سه
معلمین	کیت مدرسه در یک جعبه (SiB)	راهنمای کیت مدرسه در یک جعبه	ماژول چهار
معلمین	کیت ریاضیات ابتدایی (PMK)	راهنمای کیت ریاضی	ماژول پنج
معلمین	کیت علوم ابتدایی (PSK)	راهنمای کیت علوم	ماژول شش

## ۴. گروه‌های هدف کتاب راهنما

این کتاب سه گروه هدف دارد:

### الف) عوامل دخیل در آمادگی و هماهنگی واکنش آموزش در مواقع بحران.

این عوامل مسئول خرید وسایل کمک آموزشی، شناسایی و راه اندازی فضاهای یادگیری و ارائه آموزش مربیان و معلمان، مراقبان و مربیان با توجه به نیازهای محیطی و اولویت‌های آنها هستند. این عوامل پرسنل دفاتر مرکزی، منطقه‌ای و/یا کشوری یونیسف و هسته‌های مرکزی و نمایندگان وزارت آموزش و پرورش (MOE) یا سایر مقامات آموزشی که در آمادگی و هماهنگی واکنش آموزش در مواقع بحران نقش دارند می‌باشند. آنها می‌توانند از اعضای کارمندان شرکای اجرایی (IP) مانند سازمان های بین المللی غیردولتی (INGOs)، سازمان‌های غیردولتی ملی (NGOs) و سازمان‌های محلی مبتنی بر جامعه (CBOs) و/یا پژوهشگران هم باشند.

ب) مربیان (trainer) درگیر آموزش معلمان، مراقبین و مربیان (instructor) قبل از (آموزش پیش از

خدمت) و احتمالاً در حین (آموزش ضمن خدمت) پاسخ به شرایط بحران با توجه به نیازهای خاص محیطی. معمولاً مربیان EiE/C از قبل آموزش دیده‌اند و به صورت استراتژیکی در یک موقعیت قرار داده می‌شوند، برای مثال در دفاتر منطقه‌ای برای واکنش سریع به بحران. **ج) معلمان، مراقبین و مربیانی** که به طور مستقیم برنامه‌های درسی EiE را پشتیبانی و وسایل کمک آموزشی موجود در بسته آموزشی مربوطه اجرا می‌کنند.

## ۵. مروری بر واکنش آموزشی یونیسیف در شرایط اضطراری

پاسخ آموزشی یونیسیف در شرایط اضطراری «رویکرد مرحله‌ای» دارد. کادر ۲ زیر یک نمای کلی بر اساس فاز یا مرحله را نشان می‌دهد. لازم به ذکر است که این کتاب راهنما را می‌توان در شرایط غیر اضطراری نیز استفاده کرد.

کادر ۲: مروری بر واکنش آموزشی یونیسیف در شرایط اضطراری

مرحله	خط زمان	فعالیت
مرحله صفر	آمادگی: قبل از بحران.	شناسایی مربیان و تربیت آنها کیت‌های آموزشی یونیسیف به شکل راهبردی از پیش تعیین شده‌اند.
مرحله یک	واکنش سریع: هشت هفته اول شروع بحران. مرحله حاد بحران.	- CFS/E ها با توجه به شرایط شناسایی و تنظیم می‌شوند. - بسته‌های آموزشی توزیع شده‌اند. - فعالیت‌های تفریحی نیمه ساختاری اجرا و به برنامه‌های آموزش غیر رسمی وصل شده‌اند. - معلمان، مراقبین و مربیان استخدام و آموزش می‌بینند.
مرحله دو	بهبود زود هنگام: تقریباً بین هشت هفته و شش ماه از شروع بحران. مرحله حاد بحران.	- آموزش غیر رسمی در حالی که سیستم آموزش ملی بازسازی می‌شود، اجرا می‌شود. - از برنامه‌های درسی ملی و کتب درسی مرتبط قبل از اینکه بحران بهبود یابد استفاده می‌شود. - در صورتیکه امکان بازیابی برنامه‌های درسی ملی و کتاب‌های درسی مربوط به آن وجود نداشته باشد، برنامه‌های درسی ملی جدید با همکاری وزارت آموزش و پرورش (MOE) یا دیگر مسئولین آموزشی تدوین می‌شوند. - کتب مربوط به برنامه درسی جدید تهیه و چاپ می‌شوند. - در مورد پناهندگان، با برنامه آموزشی کشور مبدأ ارتباط برقرار می‌شود.
مرحله سه	مرحله انتقال: تقریباً بعد از شش تا هفت ماه پس از شروع بحران.	- بچه‌ها مدرسه رسمی را شروع می‌کنند. - برنامه درسی رسمی معرفی می‌شود. - کتب درسی توزیع می‌شود.



## انواع آموزش ارائه شده توسط برنامه درسی غیر رسمی EiE

برنامه درسی غیر رسمی EiE/C انواع مختلفی از آموزش را با توجه به شرایط و نیازهای خاص ارائه می‌دهد.

**آموزش رسمی** به سیستم آموزشی ملی یک کشور اطلاق می‌شود که توسط وزارت آموزش و پرورش (MOE) یا سایر مقامات آموزشی اجرا و مدیریت می‌شود. آموزش رسمی دلالت بر وجود برنامه‌های درسی ملی و کتب درسی مربوطه دارد. آموزش ریاضی ابتدایی یونیسیف EiE/C (ماژول پنجم) و آموزش علوم ابتدایی (ماژول ششم) به عنوان پشتیبانی اضافی از برنامه‌ها و کتاب‌های درسی مرجع موجود در نظر گرفته شده است.

**آموزش غیر رسمی (NFE)** هدف آن گروه‌های محروم خاصی است که به واسطه شرایط آنها نیازمند برنامه‌های آموزشی ویژه و سازگار می‌باشد. برنامه‌های یادگیری جایگزین (ALP) برای پناهندگان و آوارگان داخلی (IDPs) نمونه‌هایی از NFE هستند. برنامه‌های NFE جایگزین آموزش رسمی نیستند. آموزش رشد اولیه دوران کودکی (ماژول سه) و آموزش ابتدایی پایه (ماژول چهار) نیز از برنامه‌های NFE محسوب می‌شوند. **آموزش رسمی مکمل** برنامه‌های آموزشی رسمی و غیر رسمی می‌باشند. آموزش غیر رسمی فعالیت‌های خارج برنامه‌ای را در شرایط غیر رسمی ارائه می‌کند، مثل گروه‌های غیر رسمی یا باشگاه جوانان. فعالیت‌های غیر رسمی در خلال ساعات آموزشی رسمی یا غیر رسمی اجرا نمی‌شوند. آموزش غیر رسمی جایگزینی برای آموزش رسمی یا غیررسمی نیست. فعالیت‌های تفریحی (ماژول دو) فعالیت‌های غیررسمی ارائه می‌دهند.

کادر ۳: انواع آموزش ارائه شده توسط برنامه درسی EiE/C یونیسیف

نوع آموزش	گروه هدف	برنامه درسی و کیت
آموزش غیررسمی از مکمل تا آموزش رسمی و غیر رسمی.	کودکان و نوجوانان تقریباً ۱۹ - ۸/۷ ساله	فعالیت‌های تفریحی - کیت تفریح
آموزش غیررسمی	تقریباً برای نوزادان ۰ تا ۶ ساله، کودکان نوپا و پیش دبستانی	آموزش در دوران کودکی - کیت ECD
آموزش غیررسمی برای مبتدیان (B) و غیر مبتدیان (N).	کودکان و نوجوانان تقریباً ۱۹ - ۸/۷ ساله	آموزش ابتدایی - کیت مدرسه درجه (SIB)
آموزش رسمی	کودکان و نوجوانان تقریباً ۱۹ - ۸/۷ ساله	آموزش ریاضی ابتدایی - PMK
آموزش رسمی	کودکان و نوجوانان تقریباً ۱۹ - ۸/۷ ساله	آموزش علوم ابتدایی - PSK

## استفاده موثر از کیت‌های آموزشی یونیسف

استفاده موثر از کیت‌های آموزشی همگام با مراحل مختلف بحران می‌باشد. جعبه ۴ در زیر یک نمای کلی از این کیت‌ها بر اساس فاز ارائه می‌شود.

کادر ۴: استفاده موثر از کیت‌های آموزشی با توجه به فاز بحران

سرگرمی - کیت	فاز یک	واکنش سریع
کیت رشد دوران اولیه کودکی		
کیت سرگرمی	فاز دو	بهبود اولیه
کیت رشد دوران اولیه کودکی		
کیت مدرسه در جعبه		
کیت سرگرمی	فاز سه	فاز انتقالی
کیت رشد دوران اولیه کودکی		
کیت مدرسه در جعبه		
کیت ریاضی ابتدایی		
کیت علوم ابتدایی		

## آموزش مربوط به اجرای کتابچه راهنمای

این کتابچه دو مجموعه آموزشی نیاز دارد:

**آموزش مربیان اصلی (TOT).** مربیان اصلی در مورد نحوه تایین و ارائه آموزش به مربیان، مراقبین و معلمان آموزش می‌بینند. ماژول یک مربوط به دستورالعمل آموزشی برنامه درسی EiE/C است. مربیان در فاز آمادگی، برای کتاب راهنما شناسایی شده و آموزش می‌بینند.

**آموزش مربیان، مراقبین و معلمان.** مربیان، مراقبین و معلمان که مجری برنامه‌های درسی EiE/C هستند باید یک آموزش پیش از خدمت دریافت کنند، که می‌توانند بر حسب نیاز و شرایط ویژه آنها توسط یک آموزش ضمن خدمت هم بگیرند. مربیان، مراقبین و معلمان برای ماژول خاصی که قرار است اجرا کنند تربیت می‌شوند. مربیان در ماژول دو و مراقبین در ماژول سه و معلمان در ماژول‌های چهار، پنج یا شش آموزش خواهند دید. استفاده موثر از کیت‌های آموزشی یونیسف

## فعالیت‌های تفریحی

به ماژول دو کتاب راهنمای آموزش در شرایط بحران یونیسِف (EiE) خوش آمدید. در این ماژول شما نحوه طراحی و اجرای فعالیت‌ها با استفاده از مواد تفریحی کیت تفریحی یونیسِف و راهنمایی‌های برنامه فعالیت تفریحی، در شرایط بحران یا زمان محدود بودن منابع آموزشی را برای یک گروه حدوداً ۹۰ نفری بین سنین ۷ تا ۱۸ سال یاد می‌گیرید.

شما قرار است در زندگی کودکان بی‌شماری که به واسطه زندگی در مناطق درگیری یا نجات از یک بلای طبیعی خود را در یک شرایط سخت و جدیدی می‌بینند، نقش مهمی ایفا کنید. بسیاری از این کودکان اتفاقات ناراحت‌کننده و آسیب‌زای روحی را تجربه کرده‌اند که ناگهان زندگی آنها را تغییر داده. به احتمال زیاد شما هم اتفاقات مشابهی را تجربه کرده‌اید. ممکن است شما قبلاً تجربه کار با تعداد زیادی از کودکان و نوجوانان داشته باشید، یا ممکن است تازه کار باشید. اهداف این ماژول ارائه ابزارها و راهنمایی‌های عملی است که شما را در انجام وظایف به عنوان یک مربی کمک می‌کند. با این حال، موفقیت فعالیت‌های ارائه شده در گروی تعامل شما با خانواده‌ها، جامعه و مقامات محلی، ظرفیت شما برای برخورد مثبت با چالش‌های پیش‌رویتان، و فداکاری شما برای رفاه کودکان و نوجوان آن تحت مراقبت شما می‌باشد.

### نتایج یادگیری



در پایان ماژول دو شما قادر خواهید بود:

۱. محتوای کیت تفریحی یا سرگرمی آموزش در شرایط بحران یونیسِف (EiE) را شناسایی کنید.
۲. استراتژی‌های مرتبط با شرایط را اجرا کنید تا کودکان وارد فعالیت‌های تفریحی بشوند.
۳. نحوه برنامه‌ریزی و اجرای فعالیت‌های تفریحی در فضای باز و بسته را نشان می‌دهد.

شما برای تسهیل فعالیت‌های تفریحی و ایجاد شبکه‌های لازم برای حمایت از ثبت نام کودکان و نوجوانان در آموزش غیررسمی، با سایر مربیان، و با والدین، اعضای جامعه، مقامات محلی و سایر کارکنان پشتیبانی همکاری نزدیکی خواهید داشت. اگر از کیت تفریحی یونیسِف EiE/C برای حمایت از فعالیت‌های غیررسمی فوق برنامه استفاده می‌کنید، برای هماهنگ کردن فعالیت‌های آموزشی و تفریحی ارائه شده، از نزدیک با معلمان کار خواهید کرد. شما همچنین با پرسنل یونیسِف و/یا با شرکای اجرایی (IPs) منصوب شده توسط یونیسِف همکاری خواهید کرد. این احتمال وجود دارد که بسیاری از چالش‌هایی که با آن روبرو می‌شوید فوراً حل نشوند - بنابراین، صبر، خلاقیت و ابتکار شما تا حد زیادی به موفقیت‌آمیز بودن تلاش‌های شما کمک می‌کند.

**توجه** IP ها می توانند سازمان های غیردولتی محلی یا سازمان های مبتنی بر جامعه (CBOs) و/یا نمایندگان مقامات آموزشی محلی که با یونیسیف در اجرای مداخلات آموزشی همکاری می کنند باشند.

**توجه** پرسنل یونیسیف می توانند بخشی از برنامه های آموزش، حفاظت، آب و بهداشت (WASH) و پناهگاه باشند.

**توجه** این ماژول بخشی از کتاب راهنمای EiE یونیسیف است و نیازمند شرکت شما در کارگاه تربیت مربی می باشد.

لطفاً از دستورالعمل های زیر در بهترین ظرفیت خود استفاده کنید و بهترین قضاوت خود را در اعمال آنها در زمینه خود به کار ببرید. از همکاری با ارزش شما سپاسگزارم .

## بخش اول: شرح محتویات کیت تفریحی یونیسف EiE/C

در این بخش شما یاد خواهید گرفت که مواد مختلف موجود در کیت تفریحی یونیسف را شناسایی کرده و نحوه جایگزین کردن آنها را یاد بگیرید. برخی از این مطالب ممکن است برای شما جدید باشند. بنابر این، بسیار مهم است که برای آشنایی با آنها زمان لازم را اختصاص دهید.

**نقش شما** این است که با موارد موجود در کیت تفریحی یونیسف آشنا شوید و نحوه



استفاده از آنها را در اجرای فعالیت‌ها را بفهمید.

هدف از این بخش ارائه یک نمای کلی از مواد موجود در کیت تفریحی یونیسف است.

**فعالیت**



در کیت تفریحی یونیسف چه موادی را می‌توانم پیدا کنم؟

جدول زیر فهرستی از مواد موجود در کیت تفریحی یونیسف را ارائه می‌دهد. این شامل یک تصویر، مقدار و توضیح کوتاهی از هر یک از مواد است. آن را با دقت بخوانید و مطمئن شوید که همه مواد در جعبه‌ای که دریافت کرده‌اید وجود دارد. برای شمارش مطالب و آشنایی با مطالب وقت بگذارید.

**توجه** این احتمال وجود دارد که برخی از موارد ذکر شده در جدول ۱ با مواردی که در جعبه دریافت کرده‌اید یکسان نباشد. وظیفه شما است که همه اقلام و مقادیر دریافتی خود را شناسایی و ثبت کنید تا بتوانید مواد را پیگیری و در صورت لزوم دوباره ذخیره کنید.

**جداول**



#	اقلام	تصویر	مقدار در هر جعبه	توضیحات و نحوه استفاده
وسایل مربی				
۱	توپ هندبال بزرگسالان		۲ توپ هندبال بزرگسالان	هندبال بزرگسالان با جنس چرم مصنوعی کاربرد: برای بازی هندبال مناسب کودکان بزرگتر
۲	توپ هندبال نوجوانان		۲ توپ هندبال نوجوانان	توپ‌های هندبال نوجوانان با محیط ۵۴-۵۶ سانتی متر و وزن ۲۲۵-۲۷۵ گرم. کاربرد: برای انجام بازی هندبال مناسب برای کودکان کوچکتر
۳	توپ والیبال حرفه‌ای		۲ توپ والیبال حرفه‌ای	توپ‌های والیبال حرفه‌ای با محیط ۶۷-۶۵ سانتی متر و وزن ۲۵۰-۲۸۰ گرم. کاربرد: برای انجام بازی‌های والیبال مناسب کودکان بزرگتر

#	اقلام	تصویر	مقدار در هر جعبه	توضیحات و نحوه استفاده
<b>وسایل مربی</b>				
۴	تور والیبال		۱ تور والیبال بدون پایه	توپ‌های والیبال حرفه‌ای با محیط ۶۷-۶۵ سانتی متر و وزن ۲۸۰-۲۵۰ گرم. کاربرد: برای انجام بازی‌های والیبال. مناسب کودکان بزرگتر
۵	فوتبال نوجوانان		۲ توپ فوتبال نوجوانان	تور والیبال به طول ۹.۵ متر و ارتفاع ۱ متر. می‌توان به کمک ۲ پایه یا با ثابت کردن گوشه‌های توری به یک سطح سفت راه نسب کرد. کاربرد: برای بازی والیبال
۶	بسکتبال حرفه‌ای		۱ توپ بسکتبال حرفه‌ای	وزن ۶۵۰ گرم، قطر ۷۸-۷۵ سانتی متر. کاربرد: برای انجام بازی‌های بسکتبال. مناسب کودکان بزرگتر
۷	توپ اسفنجی		۵ توپ اسفنجی	توپ‌های اسفنجی طرح دار مختلف به قطر ۸-۶ سانتی متر. کاربرد: برای انجام بازی. مناسب برای تمام سنین
۸	فریزی		۴ فریزی	فریزی با قطر ۲۰ سانت. کاربرد: بازی در فضای باز. برای تمام سنین
۹	طناب بازی		۱۰ طناب بازی	هر طناب ۳ متر. کاربرد: بازی در فضای باز و درست کردن زمین بازی. برای تمام سنین
۱۰	پرچین با پرچم		۶ عدد پایه با پرچم	میله پرچم فایبر گلاس سفید به ارتفاع ۶۰ سانتی متر با ته فلزی برای قرار دادن آسان در زمین. کاربرد: برای مشخص کردن زمین‌های بازی
۱۱	کاور آبی و قرمز		۲۰ کاور	۱۰ کاور قرمز و ۱۰ کاور آبی قابل شستشو کاربرد: برای تشخیص تیم‌های بازی کننده.
۱۲	دفترچه تمرین		۱۰ دفترچه تمرین ۹۶ صفحه‌ای	دفترچه تمرین سایز ۸ میلی متری خط دار ۴ کاربرد: برای برنامه‌ریزی فعالیت‌ها و ثبت حضور و غیاب و جزئیات کودکان به عنوان پیش ثبت نام در آموزش غیر رسمی.
۱۳	تخته سیاه دو طرفه		۲۰ تخته سیاه فیبری دو طرفه	تخته سیاه فیبری. کاربرد: برای توضیح قوانین بازی و برای ارائه دستورالعمل‌ها
۱۴	خودکار سیاه		۱۰ عدد خودکار سیاه	خودکار سیاه کاربرد: توضیح قوانین بازی و ارائه دستورالعمل‌ها.
۱۵	گچ سفید		۱۰۰ قطعه گچ سفید	کاربرد: برای نوشتن روی تخته سیاه و اگر خرد شود برای مرزبندی زمین‌های بازی.

#	اقلام	تصویر	مقدار در هر جعبه	توضیحات و نحوه استفاده
۱۶	سوت داوری		۲ سوت داوری پلاستیکی	کاربرد: برای جلب توجه بازیکنان در طول بازی
۱۷	تلمبه باد		۲ تلمبه توپ	کاربرد: برای باد کردن توپها
۱۸	متر		۱ عدد متر ۵ متری	کاربرد: برای اندازه گیری زمین بازی.
۱۹	پیرهن یونیسف		۱ تی شرت	کاربرد: برای شناسایی مربی و افراد مسئول.
۲۰	کلاه یونیسف		۱ کلاه لبه دار	کاربرد: برای شناسایی مربی و افراد مسئول.
۲۱	کیف یونیسف		۱ کیف یونیسف	کاربرد: برای حمل وسایل تفریحی.
۲۲	برچسب عکس دار یونیسف		۲ برچسب یونیسف	کاربرد: در صورت لزوم، برای علامت گذاری، وسایل (به عنوان مثال، جعبه کیت تفریحی).
۲۳	ماژول دو: فعالیت های تفریحی		۱ کتابچه	کاربرد: راهنمایی مربیان در اجرا فعالیت های تفریحی.
۲۴	جعبه فلزی		۱ جعبه فلزی قابل حمل	جعبه فلزی ۲ قفل دارد. کاربرد: برای ذخیره و حمل وسایل تفریحی

### نگهداری از کیت تفریحی یونیسف

جعبه فلزی برای نگهداری ایمن مواد تفریحی طراحی شده است.

**توجه** همه کیت های تفریح الزاما جعبه فلزی ندارند. گاهی وسایل داخل کارتون می باشند

توصیه می شود پس از پایان فعالیت های تفریحی، جعبه را با تمام محتویات در مکانی امن نگهداری شود.

**توجه** مسئولیت نگهداری و حمل ایمن کیت تفریحی قابل اشتراک میان داوطلبان و مربیان است.

گاهی اوقات مربیان از ترس خراب شدن وسایل جدید از آنها استفاده نمی‌کنند و ترجیح می‌دهند آنها را در دفتر معلم یا فروشگاه نگهداری کنند. مواد تفریحی یونیسف برای استفاده در اجرای فعالیت‌های تفریحی در نظر گرفته شده است. لطفاً دقت کنید که در اجرای فعالیت‌ها از وسایل تفریحی استفاده کنید.

**نقش شما** این است که اطمینان حاصل شود که مواد تفریحی به طور منظم در فعالیت‌های آموزشی استفاده می‌شود، در دسترس همه کودکان است و گم نشده، دزدیده نشده یا عمداً آسیب نمی‌بیند.



### نگهداری و بازبازی کیت تفریحی یونیسف

وسایل تفریحی باید به درستی نگهداری شوند تا از بازی ایمن و همچنین استفاده طولانی مدت اطمینان حاصل شود. کیت وسایل را می‌توان جایگزین کرد از طریق:

۱. جایگزین خارجی. وقتی وسایل تفریحی به صورت محلی در دسترس نباشد، معمولاً با پشتیبانی دفتر تأمین یونیسف یا از طریق شرکای اجراکننده (IP) از خارج خریداری می‌شوند.
  ۲. جایگزین محلی. وسایل تفریحی معمولاً از طریق IP یا با حمایت جامعه محلی از بازار محلی خریداری می‌شود. اگر وسایل به صورت محلی خریداری می‌شوند، مطمئن شوید که استانداردهای جهانی کیفیت خوب و استفاده ایمن را رعایت می‌کنند. جایگزین محلی مشارکت جامعه و پایداری کیت‌ها را تشویق می‌کند.
  ۳. وسایل محلی را بازیافت کنید. از تخیل خود استفاده کنید و مواد موجود محلی مانند بطری‌های پلاستیکی خالی، درب بطری‌ها، تکه‌های چوب و غیره را شناسایی کنید که می‌توانند در توسعه فعالیت‌های تفریحی استفاده شوند. بازیافت مواد محلی هزینه‌ها را کاهش می‌دهد و کودکان را تشویق می‌کند تا از خلاقیت خود در ساخت اسباب بازی‌های خود استفاده کنند.
- برای افزایش طول عمر وسایل تفریحی و لذت بردن از آنها برای مدت طولانی‌تر، بررسی اقلام و ثبت آنها را به یک روال تبدیل کنید. اگر چیزی کم است، از کودکان و/یا سایر کارکنان یا داوطلبان بپرسید که آیا می‌دانند مواد در کجا قرار دارند. گاهی اوقات جا انداختن چیزها آسان است، به خصوص اگر برای مرتب کردن عجله دارید. از کودکان و داوطلبان بخواهید که مواد تفریحی را پس از استفاده به جعبه برگردانند. یک ایده این است که ۱ یا ۲ کودک بزرگتر را برای جمع‌آوری مواد تفریحی پس از پایان فعالیت‌ها.



## بخش دو: راهنمای چگونگی اجرای فعالیت‌های تفریحی

هدف از فعالیت‌های تفریحی نیمه ساختار یافته، مشارکت دادن کودکان و نوجوانان و دخیل دادن آنها در بازی‌ها و فعالیت‌های ورزشی است. این فعالیت‌ها هدف چندگانه دارند، حمایت از آزادسازی انرژی و اضطراب از طریق بازی فیزیکی، کمک به ایجاد مهارت‌های مهم زندگی مانند کار تیمی و همکاری، مذاکره، همدلی، و مدیریت خشم و استرس، و ایجاد شبکه و روابط بر پایه اعتماد در میان شرکت کنندگان. در طول این گردهمایی غیررسمی اولیه، مربیان همچنین با همکاری مقامات محلی، جامعه محلی، خانواده‌ها، تیم آموزشی یونیسیف و/یا شرکای اجرایی (IP)

**نقش شما** حمایت از ثبت نام کودکان و نوجوانان در آموزش غیررسمی و رسمی بر اساس شرایط موجود است. یک نقطه شروع ساده، جمع‌آوری اطلاعات مرتبط در مورد شرکت کنندگان در فعالیت‌های تفریحی و به اشتراک گذاشتن آن با تیم آموزشی یونیسیف و/یا IPها می‌باشد. جدول ۲ زیر. به یاد داشته باشید: این اطلاعات باید محرمانه بماند. به خانواده‌ها اطلاع دهید که این اطلاعات را به‌منظور پیش ثبت نام در برنامه‌های آموزشی جمع‌آوری می‌کنید.

هدف بخش دو ارائه یک نمای کلی از موضوعات کلیدی است که مربیان باید قبل و در طول فعالیت‌های تفریحی در نظر بگیرند.

### فعالیت

در اجرای فعالیت‌های تفریحی چه چیزی را باید مدنظر داشته باشیم؟

### ثبت نام شرکت کنندگان

هدف از فعالیت‌های تفریحی نیمه ساختار یافته ورود به فعالیت‌های آموزشی ساختار یافته، چه در آموزش رسمی و چه غیررسمی - با توجه به شرایط، می‌باشد. به منظور تسهیل فرآیند ثبت نام، خوب است که به کودکان و خانواده‌های آنها اطلاع دهید که فعالیت‌های آموزشی در دسترس است. یک استراتژی آسان و مشارکتی، ترتیب دادن یک جلسه مقدماتی غیر رسمی با والدین و خانواده‌های شرکت کنندگان است. یک راه آسان برای پیش ثبت نام کودکان، استفاده از یکی از دفترچه‌های تمرین به عنوان پیش ثبت نام است. تنها از شرکت کنندگان بخواهید که نام، نام خانوادگی و سن خود را بنویسند، سابقه حضور در مدرسه و اگر چنین است، تا چه مقطعی تحصیل کرده‌اند. همچنین از آنها اطلاعات تماس والدین/سرپرست را بگیرید.

## جدول دو: فرم ثبت نام



#	نام و نام خانوادگی	سن	جنسیت	سابقه حضور در مدرسه داشته؟ بله / خیر	چه پایه‌ای	اطلاعات تماس والد یا سرپرست	نیازهای ویژه
۱							
۲							
۳							
۴							
۵							

عنوان جدول ۲ را در هر صفحه دفتر تمرین آماده کنید. از ۲ کودک بزرگتر (۱ مذکر و ۱ مونث) بخواهید که در روند ثبت نام به شما کمک کنند. از سطح سواد آنها آگاه باشید.

**توجه** یک روش خوب برای ارزیابی سطح سواد شرکت کنندگان اینست که از آنها بخواهید نام و نام خانوادگی خود را بنویسند. و وسایل داخل کارتون می‌باشند

**نقش شما** نگهداری از دفترچه ثبت نام در مکانی امن است، زیرا اطلاعات موجود در آن محرمانه است.

## نحوه درگیر کردن کودکان در فعالیت‌های تفریحی

سازماندهی فعالیت‌های تفریحی در شرایط اضطراری می‌تواند بسیار چالش برانگیز باشد. قبل از شروع فعالیت‌ها، انجام برخی اقدامات مقدماتی برای اطمینان از ایمن بودن فعالیت‌های نیمه ساختار یافته و همچنین مورد قبول بودن جامعه محلی مهم است.

**نقش شما** این است که با تیم آموزشی یونیسف و/یا IPIها همکاری کنید تا مطمئن شوید اطلاعات مربوط به فعالیت‌های تفریحی بین جامعه محلی، مقامات محلی، خانواده‌ها و کودکان به اشتراک گذاشته می‌شود.

چک لیست زیر شامل اقدامات مقدماتی کلیدی است که باید قبل از شروع فعالیت‌های تفریحی در نظر بگیرید. لطفاً اقدامات مقدماتی را با موقعیت و فرهنگ خود تطبیق داده و اعمال کنید.

### چک لیست ۱: اقدامات آماده سازی برای فعالیت‌های تفریحی

◀ قبل از شروع فعالیت‌های تفریحی نیمه ساختاریافته، رهبران جامعه، مقامات محلی، خانواده‌ها، گروه‌های زنان، باشگاه‌های دختران و سازمان‌های غیردولتی محلی را شناسایی کرده و با آنها تماس بگیرید. لازم است آنها از کاری که قصد انجام آن را دارید آگاه باشند تا بتوانند از طرح و برنامه‌ها حمایت کنند. با تیم یونیسف و IPها یک فعالیت «بازنمایی جامعه» ترتیب دهید تا همه کودکان جامعه بین ۷ تا ۱۸ سال را شناسایی کنید. می‌توانید یک نقشه ساده از مناطق اصلی که کودکان در آن زندگی می‌کنند ترسیم کنید تا بدانند کجا می‌توانید آنها را پیدا کنید. مشورت با گروه‌های زنان و باشگاه‌های دخترانه/دختران محلی بسیار مهم است، زیرا اغلب دختران شناسایی یا مورد توجه قرار نمی‌گیرند و بنابراین از تحصیل حذف می‌شوند. راهبردهایی را برای ارتباط فعالانه با دختران و پسران شناسایی کنید.

تیم آموزشی یونیسف و شرکای اجرا ی باید IP شما را در تعاملات با جامعه و مقامات محلی کمک کنند.

◀ گاهی اوقات تجمعات غیررسمی کودکان به صورت خودجوش صورت می‌گیرد. این نقطه ورود خوبی برای فعالیت‌های تفریحی ساختاریافته است. مراقب این تجمعات غیررسمی باشید و از بچه‌ها دعوت کنید تا به فعالیت‌های تفریحی بپیوندند. از بچه‌ها بخواهید که این خبر را در بین خواهر و برادرها و دوستانشان - به ویژه دختران - پخش کنند. معمولاً بهترین راه برای مشارکت دادن کودکان از طریق «شفاهی» است؛ کودکان وقتی می‌دانند که فعالیت‌های سرگرم‌کننده در حال انجام است، به‌طور خودجوش همسالان یا خواهر و برادرهای خود را دنبال می‌کنند.

◀ مطمئن شوید که به حضور «کودکان دارای معلولیت» نیز خوش آمد بگویید! از کودکان بپرسید که آیا کودکی با معلولیت یا دختری را می‌شناسند که شامل آنها نشده است.

◀ والدین، اعضای خانواده، داوطلبان جامعه، و کودکان (شامل دختران و کودکان دارای معلولیت) را در برنامه‌ریزی و اجرای فعالیت‌های تفریحی مشارکت دهید.

مطمئن شوید که فضای/محیط دوست‌دار کودک(CFS/E) یا مدرسه‌ای که در آن فعالیت‌های تفریحی در حال انجام است، عاری از خطر بوده و در مکانی امن و نزدیک قرار دارد.

همکاری با تیم آموزشی یونیسف و/یا IPها و نیز گروه زنان می‌تواند امن بودن مسیر مدرسه و CFS/E را ارزیابی کند

با همکاری تیم آموزشی یونیسف و/یا IPها، یک سری بروشورهای اطلاعاتی اولیه را تهیه کنید که در آن آمده باشد:

زمان انجام فعالیت‌های تفریحی

مکان انجام فعالیت‌های تفریحی

شرکت همه کودکان بین ۷/۶ تا ۱۸

رایگان بودن شرکت در فعالیت‌ها

در صورت امکان، اطلاعات تماس یک فرد مرجع را درج کنید. بروشور را با جامعه محلی و/یا مقامات به اشتراک بگذارید، و جزوات را در مناطق اصلی جلسات (به عنوان مثال، محل توزیع غذا، محل جمع‌آوری آب، و امکانات بهداشتی) نصب کنید.

اطمینان حاصل کنید که دختران و پسران به سرویس بهداشتی جداگانه و در دسترس دسترسی دارند.

### پیشنهاداتی در مورد مدیریت گروه‌های بزرگ

فعالیت‌های تفریحی اجرا شده با استفاده از کیت تفریحی یونیسف EiE حدود ۹۰ کودک را هدف قرار می‌دهد که همزمان با هم بازی می‌کنند. برای مدیریت موفقیت آمیز گروه‌های بزرگ کودکان و نوجوانان، مهم است که در مورد پیشنهادات زیر فکر کنید و آنها را با شرایط و فرهنگ خود تطبیق دهید:

رهبری مثبت. اقتدار شما به عنوان مربی باید توسط شرکت کنندگان به رسمیت شناخته شود و مورد احترام قرار گیرد.  
لطفاً توجه داشته باشید که:

رهبری مثبت مبتنی بر رفتارهای مثبت است. به عنوان رهبر، شما باید از بازی منصفانه، احترام در میان همه شرکت کنندگان، صداقت، عدم تحمل رفتارهای پرخاشگرانه و قلدری، مشارکت همه کودکان در فعالیت‌ها - به ویژه کودکانی که اغلب به حاشیه رانده می‌شوند، مانند کودکان دارای معلولیت و دختران مطمئن باشید.

رهبری مثبت مبتنی بر حرفه‌ای بودن است. این بدان معناست که شما باید از قبل فعالیت‌ها را برنامه‌ریزی کنید و در مورد اینکه چگونه آن‌ها را با گروه هدف، موقعیت و فرهنگ خود (همیشه با در نظر گرفتن مسائل جنسیتی و استراتژی‌های فراگیر) تطبیق دهید، فکر کنید.

ویژگی‌های قوی شما به عنوان یک رهبر چیست؟ ضعف‌های شما چیست؟ چگونه می‌توان آنها را ارتقا داد.

رهبری مثبت مبتنی بر الگوهای نقش مثبت است. شما یک الگو هستید و رفتار شما در جلب احترام کودکان و ایجاد فضایی محترمانه و قابل اعتماد تأثیرگذار خواهد بود.

**انضباط.** قبل از شروع فعالیت‌ها روی قوانین اساسی، بازی جوانمردانه و با احترام به توافق برسید. از نظم و انضباط مثبت برای مدیریت تعارضات استفاده کنید. هدف شما باید ایجاد فضایی از درک متقابل، همبستگی و همکاری در میان شرکت کنندگان باشد که در آن همه - دختران و پسران - احساس راحتی کنند. رسیدن به توافق با همه شرکت کنندگان در مورد عواقب نقض قوانین مهم است. این را می‌توان در یک جلسه گروهی انجام داد، جایی که شرکت کنندگان می‌توانند ایده‌های خود را ارائه دهند. به عنوان مثال، می‌توانید سؤالاتی از این قبیل بپرسید: به نظر شما اگر کسی در یک بازی خطا کند، چه نتیجه‌ای مناسب است؟ به نظر شما اگر کسی به دیگری ضربه بزند/ مشت بزند/ لگد بزند چه نتیجه‌ای مناسب است؟ **ایجاد گروه یا تیم.** بخش زیر دستورالعمل‌های کلی در مورد نحوه تشکیل گروه‌ها و تیم‌ها ارائه می‌دهد:

گروه‌ها/تیم‌های خود جوش. در نظر داشته باشید که ممکن است مدیریت گروه‌های خود جوش دشوارتر باشد. معمولاً وقتی از کودکان می‌خواهید گروه‌هایی را به ابتکار خودشان

تشکیل دهند، «پیوندهای موجود» را ترجیح می‌دهند و گروه‌ها تمایل کمتری نسبت به وارد کردن شرکت کنندگان جدید دارند. این می‌تواند منجر به رقابت و طرد شدن در میان گروه‌ها/تیم‌ها به جای حمایت از همکاری شود.

**تشکیل تصادفی گروه‌ها/تیم‌ها.** شما می‌توانید از بازی‌هایی استفاده کنید که از تشکیل تصادفی گروه‌ها پشتیبانی کند. گروه‌های جدید بدون رفاقت قبلی برای فرآیندهای تیم‌سازی بازتر هستند. کادرهای زیر حاوی چند ایده در مورد نحوه ایجاد تصادفی تیم/گروه می‌باشند.

### جعبه ۱: ایده‌هایی در مورد نحوه ایجاد گروه با خواندن اعداد

مرحله ۱: از شرکت کنندگان بخواهید در حین خواندن یک آهنگ به صورت دایره‌ای راه بروند یا بدونند

مرحله ۲: یک عدد را بخوانید. از شرکت کنندگان بخواهید که گروهی متشکل از آن تعداد افراد را تشکیل دهند.

مرحله ۳: این کار را با اعداد مختلف ادامه دهید تا زمانی که به آن تعداد گروه با ترکیبی از افراد در هر گروه مورد نظر برسید.

**توجه** اگر گروه بزرگ است ابتدا آن را به طور تصادفی به دو گروه سپس هر گروه را به به دو زیر گروه تقسیم کنید. مثلاً از شرکت کنندگان بخواهید ۱۳ ساله‌ها یک طرف بايستند. یا بر اساس علایق

### جعبه ۲: ایده‌هایی در مورد نحوه ایجاد گروه به کمک جزیره

مرحله ۱: آماده سازی: از تکه‌های روزنامه، یا هولاهوپ، یا طناب برای ایجاد فضاهای مشخص در اطراف زمین بازی درست کنید. معمولاً به شکل دایره می‌باشد ولی می‌تواند به هر شکلی باشد. این فضاهای تعریف شده را جزیره می‌نامند.

مرحله ۲: از شرکت کنندگان بخواهید در دریا/دریاچه اطراف جزایر شنا کنند. کودکان باید ادای شنا کردن یا پارو زدن در قایق و غیره را درآورند.

مرحله ۳: یک عدد را بخوانید و از شرکت کنندگان بخواهید گروهی متشکل از آن عدد وارد یک جزیره شوند.

مرحله ۴: بازی را با اعداد دیگر تکرار کنید تا به تعداد گروه مورد نظر با مخلوطی از کودکان برسید.

### جعبه ۳: ایده‌هایی در مورد نحوه ایجاد گروه با استفاده از موارد رایج

مرحله ۱: از شرکت کنندگان بخواهید که کفش یا دمپایی یا جوراب پای چپ خود را در بیاورند و آنها را در وسط اتاق روی هم جمع کنید.

مرحله ۲: تعداد کفش، دمپایی یا جوراب را مطابق با تعداد مورد نظر (به عنوان مثال، اگر گروه‌های ۵ تایی می‌خواهید، ۵ مورد مختلف را کنار هم قرار دهید) انتخاب کنید. از صاحبان کفش، دمپایی و جوراب بخواهید با هم یک گروه تشکیل بدهند

**توجه** توجه این بازی زمانی فایده دارد که تمام شرکت کنندگان وسایل مشابه مثلا کلاه یا دستکش داشته باشند.

### جعبه ۴: ایده‌هایی در مورد نحوه ایجاد گروه با استفاده از نام حیوانات

مرحله ۱: تصمیم بگیرید که چگونه می‌خواهید شرکت کنندگان را برای فعالیت‌های تفریحی گروه‌بندی کنید. برای مثال، می‌توانید تصمیم بگیرید که ۹۰ شرکت‌کننده را به ۳ گروه ۳۰ تایی با توجه به سن کودکان تقسیم کنید.

مرحله ۲: ۳ حوزه که شرکت کنندگان باید در آنجا گروه شوند را مشخص کنید. در حالت ایده آل، برای هر گروه یک مربی و/یا سرپرست داشته باشید. از شرکت کنندگان بخواهید که در منطقه اختصاص داده شده قرار بگیرند.

مرحله ۳: یک گروه سنی را به هر مربی/داوطلب و خودتان اختصاص دهید. از کودکان بخواهید بر اساس گروه‌های سنی زیر تقسیم شوند: ۷-۱۱، ۱۲-۱۵ و ۱۶-۱۸. برای هر گروه توضیح دهید که کجا باید برود.

مرحله ۴: هنگامی که گروه‌ها بر اساس سن تقسیم شدند، می‌توانید گروه‌های فرعی را تشکیل دهید.

آماده سازی: کاغذهای کوچک را به تعداد شرکت کنندگان برش دهید و نام و/یا عکس ۳ حیوان - به عنوان مثال، شیر، زرافه را روی آنها بنویسید یا نقاشی کنید (اگر کودکانی با محدودیت سواد نوشتن دارید). برای هر گروه ۳۰ نفره، نام/تصویر یک شیر را روی ۱۰ تکه کاغذ، نام/تصویر یک زرافه را روی ۱۰ تکه کاغذ، نام/تصویر گورخر روی ۱۰ تکه کاغذ قرار دهید و آنها را به صورت تصادفی بین شرکت کنندگان توزیع کنید.

مرحله ۵: از شرکت کنندگان بخواهید که در سکوت به تکه کاغذی که دارند نگاه کنند و آن را به دیگری نشان ندهند.

مرحله ۶: از شرکت کنندگان بخواهید که ژست و صدای حیوان را که روی کاغذشان نوشته/کشیده شده است شبیه سازی کنند.

مرحله ۷: در حالی که شرکت کنندگان در حال حرکت هستند، از آنها بخواهید (بدون استفاده از کلمات، فقط از طریق حرکات و صدا) حیوان مشابه کاغذ خود را شناسایی کنند و با آن هم گروه شوند.

مرحله ۸: در پایان بازی، هر یک از ۳ گروه سنی ۱ گروه متشکل از ۱۰ گورخر، ۱ گروه ۱۰ شیر و ۱ گروه ۱۰ زرافه خواهند داشت. برای هر گروه توضیح دهید که کجا باید بروند.

**گروهایی با یک خصوصیت.** شما می‌توانید تشکیل گروه‌ها/تیم‌ها را بر اساس ویژگی‌های مشترک منفرد تسهیل دهید مثل جنسیت، گروه سنی، ماه تولد (به عنوان مثال، همه کودکان متولد ماه مارس، ژوئن، و غیره)، فصل تولد (به عنوان مثال، همه کودکان متولد فصل تابستان یا زمستان و غیره)، حرف اول اسم (همه کودکانی که نامشان با حرف M یا J شروع می‌شود). یا رنگ مورد علاقه. باید حواسمان به هر گونه تبعیض منفی باشد - برای مثال، زمانی که کودکان دارای معلولیت حضور دارند. نباید ویژگی‌های گروه باعث توهین یا تبعیض باشد (مثلاً بر اساس قومیت یا استعدادها).

**گروه‌های هم سن و مختلف.** هنگام انتخاب گروه‌هایی که نیازمند توانایی فیزیکی یکسان هستند باید حواسمان به جنسیت و فیزیک کودکان باشد. شما باید ترکیب دانش آموزان را بر اساس نوع فعالیت‌های تفریحی درگیر انتخاب کنید و فعالیت‌ها باید منطبق با ظرفیت‌های مختلف کودکان باشد. گروه‌هایی با ظرفیت ترکیبی می‌توانند یک استراتژی عالی برای ایجاد



کار گروهی باشد و به کودکان بزرگتر فرصت حمایت از کوچکترها داده شود و نیز کودکان دارای معلولیت نیز وارد چرخه فعالیت بشوند.

**نقش شما** این است که هنگام برنامه‌ریزی برای فعالیت‌های تفریحی به نوع گروهی که می‌خواهید ایجاد کنید فکر کنید و استراتژی‌های انتخابی مبتنی بر آن باشد.



**نظارت** نظارت صحیح بر کودکان حافظ امنیت آنها می‌باشد. جدول زیر تعداد ناظران/ داوطلبان بر اساس گروه سنی را مشخص کرده:

**۷ تا ۱۴ سال** ۱ نفر بزرگسال برای ۲۰/۲۵ کودک

**۱۵ تا ۱۸ سال** ۱ نفر بزرگسال برای هر ۳۰/۳۵ کودک

یک استراتژی خوب در هنگام نبود داوطلب وارد کردن کودکان مسن‌تر در چرخه نظارت و مراقبت از کوچکترها می‌باشد. شما می‌بایست دقیقاً برای آنها توضیح دهید که در نقش ناظر و مراقب از آنها چه می‌خواهید.

**توجه** از بچه‌ها بخواهید در مورد کدهای رفتاری که ضامن رفتار مثبت و عدم اذیت و ازار دیگران است به توافق برسند.

### چک لیست ۲: مراقبت از کودکان کوچکتر توسط بزرگترها

- ◀ باید از کودکان کوچکتر برای مشارکت کامل در فعالیت‌های تفریحی حمایت کنند
- ◀ هرگز نباید از تنبیه بدنی یا رفتارهای پرخاشگرانه استفاده کنند
- ◀ باید حوادث یا نگرانی‌ها را گزارش کنند
- ◀ در صورت نیاز باید فوراً را شما آگاه کنند
- ◀ باید شامل هر دو کودک بزرگتر پسر و دختر باشد
- ◀ باید برای وقت و مراقبت‌شان پاداش داده شود- می‌تواند بسیار ساده باشد مثلاً کار آنها به اطلاع عموم برسد یا یک چیز کوچک

(به عنوان مثال، خودکار یا دفتر تمرین) از آنها قدردانی شود

◀ همچنین نیازه زمانی برای بازی و سرگرمی دارند!

### حساسیت جنسیتی:

اطمینان از اینکه مسئله جنسیت شامل و مورد توجه می باشد.

### دسترس برای دختران

درگیر کردن دختران در فعالیت‌های تفریحی می‌تواند شدیداً چالش برانگیز باشد. بعید است شما وارد یک جمع غیررسمی از کودکان بشوید و تعداد زیادی دختر پیدا کنید. دختران به دلایل مسئله ایمنی و مسئولیت‌ها جنسیتی بیشتر از پسران که اغلب برای پرسه زدن آزاد هستند، به خانه نزدیک‌تر هستند.

این امر به داشتن یک برنامه روشن و با هدف برای نحوه شناسایی دختران و درگیر کردن آنها کمک می‌کند. برای این کار استراتژی‌های مؤثر بر این اساس است که دقیقاً دنبال چه کسی هستید، کجا می‌تواند باشد، چه چیزی او را برای شرکت کردن تشویق می‌کند، و اگر اجازه نداشته باشد چه کسی برای او تصمیم می‌گیرد. هنگامی که این عوامل را شناسایی کردید، یک رویکردی خلاقانه برای دستیابی به شرکت کنندگان بالقوه ایجاد کنید.

هر نوع برنامه استراتژی جذب منحصر به فرد خواهد بود. در برخی موارد، ایجاد یک رابطه پس از مدرسه با یک مدرسه ابتدایی محلی تمام راهبردی است که به آن نیاز دارید؛ در موارد دیگر، ممکن است پیدا کردن یک تیم از شرکت کنندگان مونث نیازمند یک استراتژی ساختارمندتر، مانند خانه به خانه رفتن و ایجاد روابط با رهبران جامعه، والدین / سرپرستان، رهبران مذهبی و دختران باشد. این جلسه از [www.womenwin.org](http://www.womenwin.org) اقتباس شده است.

نقش شما شناسایی بهترین استراتژی برای درگیر کردن دختران در فعالیت‌های



تفریحی است. جامعه و والدین / مراقبین را درگیر کار کنید.

### امنیت

امنیت دختران و پسران باید در راه رفتن از منزل به فعالیت و برگشت، و در زمان انجام فعالیت تضمین شود. یک ایده خوب این است که دختران به شکل گروهی و با اسکورت یک مسول مذکر و مونث به / از مدرسه حرکت کنند.

## راه اندازی فعالیت

دستشویی‌های جداگانه مردانه و زنانه باید نزدیک به محل فعالیت تفریحی باشد. در صورت عادت ماهانه و نبود سرویس بهداشتی مناسب دختران می‌توانند شرکت نکنند. زمان بندی فعالیت‌ها باید مدنظر گرفته شود- و باید تا حدی انعطاف پذیر باشد. از دختران زیادی انتظار می‌رود کارهای خانه را انجام دهند و از خواهر و برادر خود مراقبت کنند- و ممکن است حضور پسرها برای کار در خارج از خانه لازم باشد. در این مورد باید برای زمان بندی فعالیت‌ها با دختران و پسران مشورت شود.

**توجه** در مورد فعالیت‌های کوتاه مدت نیاز با این کار نیست.

## نگرش داوطلبان و شرکت کنندگان

برای اطمینان از اینکه که شما و داوطلبان و شرکت کنندگان تان از تداوم هرگونه رفتار کلیشه جنسیتی (مثلاً اینکه دختران می‌توانند بازی‌هایی که نیاز به زور دارند را انجام دهند، یا اینکه پسرها می‌توانند کارهای خلاقانه یا بیانی را انجام دهند) اجتناب می‌کنید، مراقب باشید، اجازه ندهید نگرش‌های منفی نسبت به شرکت دختران در فعالیت‌ها وجود داشته باشد.

## طراحی، اجرا، نظارت و ارزیابی فعالیت‌ها

همیشه در طراحی، اجرا، نظارت و ارزیابی فعالیت‌ها از تعداد مساوی پسر و دختر استفاده کنید. مهم است که بازخورد پسران و دختران را در مورد مناسب بودن فعالیت‌ها، وجود مسائل جنسیتی و چگونگی تطبیق فعالیت‌ها با حساسیت جنسیتی را بگیرید.

یک ایده خوب اینست که بعد از فعالیت تفریحی یک جلسه هم اندیشی داشته باشید تا دخترها و پسرها نقطه نظرات خود را در مورد روش‌های دوست‌دار کودک بیان کنند آیا از فعالیت لذت بردند یا نه؟ چرا؟ این کار خصوصی هم می‌شود انجام شود.

## فعالیت‌های تفریحی

فعالیت‌های تفریحی بر اساس این که آیا فعالیت فضای بسته هستند یا باز تقسیم می‌شوند. مهم است که شما و همکارانتان (سایر مربیان و/یا داوطلبان) فعالیت‌ها را با دقت برنامه‌ریزی کنید یعنی توجه به رعایت هنجارهای فرهنگی محلی و پرهیز از دینامیک گروهی ناخواسته. در جداول زیر گروه سنی، تعداد بازیکنان، وسایل و مراحل مورد نیاز برای اجرای فعالیت‌ها ذکر شده نشان داده شده است. شما می‌بایست فعالیت‌ها را با گروه هدف و شرایط محلی خود تطبیق دهید.

در اجرای فعالیت‌ها دو گروه هدف با توجه به سن و نیاز رشدی در نظر گرفته شده است. شاخص‌ها بسیار عمومی هستند، و شما باید آنها را با گروه هدف خود تطبیق دهید.

### گروه‌های هدف بر اساس سن تقریبی:

◀ ۷ تا ۱۴ سال؛ کودکان و نوجوانان جوان

◀ ۱۵ تا ۱۸ سال؛ نوجوانان بزرگتر

### کادر ۵: کیت کودک و نوجوان یونیسف

یونیسف در حال تهیه یک کیت رشد کودک و نوجوان است که از دیگر انواع فعالیت‌های غیررسمی مانند هنر، مهارت‌های زندگی و مشارکت اجتماعی حمایت می‌کند. این کیت می‌تواند به صورت مستقل یا همراه با کیت تفریحی استفاده شود

هدف از بخش سه ارائه لیستی از فعالیت‌های داخلی و بیرونی است که مربی می‌تواند با در نظر گرفتن سن و جنسیت شرکت کنندگان و منطبق با فرهنگ محلی اجرا کند.

### فعالیت یک:

چه فعالیت‌های تفریحی را می‌توان طراحی و اجرا کرد

### فعالیت‌های تفریحی فضای بسته

فعالیت‌های داخلی برای شرایطی در نظر گرفته شده‌اند که فعالیت‌های فضای باز در آن به دلایل امنیتی قابل اجرا نیستند. فرض بر این است فعالیت‌های داخلی در مکان سرپوشیده بزرگ مثل چادرهای موقت یا فضاها/محیط‌های دوست‌دار کودک با سالن بزرگ انجام شود.

فعالیت‌های داخل ساختمان همچنین برای شرایط آب و هوایی بد یا برگزاری «باشگاه جوانان» مدرسه در مدرسه یا سایر اماکن سرپوشیده در نظر گرفته شده‌اند. علاوه بر این، فعالیت‌های تفریحی داخلی مناسب شرایطی است که در آن هنجارهای فرهنگی/دینی مستلزم جدایی دختر و پسر می‌باشد.

**نقش شما** هدایت ایجاد گروه‌ها با توجه به اجرای فعالیت‌های تفریحی و حساس به جنسیت است. بهترین راه برای این کار این است که با شرکت کنندگان مونث و مذکر و گروه‌های جامعه محلی مشورت کنید.



### فعالیت‌های تفریحی فضای باز

لازمه فعالیت‌های فضای باز مکانی بزرگ است که بتوان در آن فعالیت‌های نیمه ساختار یافته را برای تعداد زیادی از بچه‌ها اجرا کرد. این فضاها باید امن و محافظت شده باشند. در قسمت زیر ایده‌ها و مثال‌هایی ارائه شده که می‌تواند راهنمای اجرای فعالیت‌های تفریحی باشد. این ایده‌ها صرفاً پیشنهادات مفیدی است که شما آنها را با شرایط و فرهنگ خود تطبیق خواهید داد. مراحل ارائه شده باید به درک نحوه اجرای فعالیت‌ها کمک کند، با این وجود توصیه می‌شود به منظور تسلط بر انجام فعالیت‌ها آنها را چندین بار خوانده و با همکاران و داوطلبان خود تمرین کنید. شما همچنین می‌توانید برخی از مراحل را براساس آنچه در شرایط شما جواب می‌دهد تغییر دهید. نگران اشتباهات نباشید چرا که آنها بخشی از فرآیند هستند. مهمترین نتیجه این است که با بچه‌ها سرگرم شوید. فعالیت‌های تفریحی به ۳ بخش تقسیم شده است:

◀ فعالیت‌های فضای باز و بسته

◀ فعالیت‌های فضای باز

◀ فعالیت‌های فضای بسته

**بخش اول: فعالیت‌های فضای باز و بسته-** که می‌توانند با سازگاری هم در فضای بسته و هم باز اجرا شوند

#	فعالیت‌های فضای باز و بسته	گروه سنی
۱	دو پرتاب	۷-۱۸ ساله
۲	شیر و غزال	۷-۱۴ ساله
۳	یک، دو، سه، ستاره دنباله دار	۷-۱۴ ساله
۴	شکارچی	۷-۱۸ ساله
۵	صاعقه	۷-۱۸ ساله
۶	چهار گوشه	۷-۱۸ ساله
۷	ده پاس	۷-۱۸ ساله
۸	ربان	۷-۱۸ ساله
۹	دستمال	۷-۱۸ ساله
۱۰	موش و گرچه	۷-۱۸ ساله
۱۱	دوایر	۷-۱۸ ساله

**بخش دو: فعالیت‌های بیرونی-** خاص مک آن‌های بزرگ بیرونی

#	فعالیت‌های فضای باز	گروه سنی
۱	فریبی	۷-۱۸ ساله
۲	توپ سمی	۷-۱۸ ساله
۳	طناب بازی	۷-۱۸ ساله
۴	بازی‌های بیرونی	۷-۱۸ ساله
۵	لیله	۷-۱۸ ساله

**بخش سه: فعالیت‌های فضای بسته-** برای فضای کوچک

#	فعالیت‌های داخلی	گروه سنی
۱	تلفن همراه انسانی	۷-۱۸ ساله
۲	فوتبال دستی	۷-۱۸ ساله
۳	گوفی	۷-۱۸ ساله
۴	چیکی چیکی پون پون	۷-۱۸ ساله
۵	صندلی موزیک	۷-۱۸ ساله
۶	کارواش انسانی	۷-۱۸ ساله
۷	اژدها	۷-۱۸ ساله
۸	ستاره	۷-۱۸ ساله
۹	سگ و استخوان	۷-۱۸ ساله
۱۰	گره	۷-۱۸ ساله

## قسمت یک: فعالیت‌های فضای باز و بسته

<p>تعداد بازی کنان: حداکثر ۳۰ نفر تعداد تیم: ۲</p>	<p>فعالیت‌های فضای باز و بسته یک: دو پرتاب</p>
<p>گروه سنی: ۷-۱۸ سال بر حسب شرایط، تیم تک جنسیتی یا مختلط است</p>	<p>وسایل: توپ اسفنجی، متر، طناب بازی، گچ، میخ چوبی در فضای باز زمین بازی باید با میخ چوبی مشخص شود</p>

متغیرها	اجرا
<p>متغیر یک: جا عوض شود. مرحله ۱: بازی دو نیمه دارد. در نیمه دوم جا ها عوض می‌شود. مرحله ۲: هدف: هر تیمی که بیشترین ست را برد برنده است.</p>	<p>مرحله ۱: آماده سازی: دایره ایی به قطر ۱۰ متر با کمک طناب یا گچ درست کنید. مرحله ۲: تیم یک داخل دایره باشد، حق خروج ندارد. تیم ۲ بیرون دایره و حق ورود به داخل را ندارد.</p>
<p><b>قانون:</b> در صورت مساوی می‌توانید یک ست اضافه کنید یا بازیکنان دو تیم به فاصله ۳ متر روبروی هم صف بکشند و هر کس فرصت یک پرتاب و زدن یک نفر از تیم مقابل را دارد. نفر مقابل نباید حرکت کند. در صورت حرکت به طور خودکار حذف می‌شود.</p>	<p><b>جریمه:</b> اگر کسی از حریم خود گذشت، تیم مقابل فرصت یک پرتاب اضافی را دارد. مرحله ۳: هدف: در این بازی گل یعنی حذف حریف به وسیله زدن توپ اسفنجی به او.</p>
<p>متغیر دو: یک نفر می‌تواند برنده باشد. مرحله ۱: آماده سازی: ۱۰ بازیکن از یک تیم را به داخل دایره دعوت کنید در حالی که مابقی بیرون می‌مانند.</p>	<p>مرحله ۴: بازی: بازیکنان تیم ۱ (بیرون دایره) باید یکی از بازیکنان تیم ۲ (داخل دایره) را با توپ اسفنجی بزنند تا حذف شود. وقتی توپ داخل دایره افتاد تیم ۱ باید یک بازیکن از تیم ۲ را بزنند.</p>
<p><b>قانون:</b> اگر کسی از دایره گذشت حذف می‌شود. مرحله ۲: هدف: حذف بازیکنان داخل دایره به کمک توپ اسفنجی</p>	<p><b>قانون:</b> اگر توپ پس از برخورد با زمین به کسی برخورد کند قبول نیست. مرحله ۵: تیم پرتاب کننده باید به عنوان یک استراتژی توپ را قبل پرتاب به یک دیگر پاس دهند.</p>
<p>مرحله ۳: بازی: فقط بازیکنان خارج دایره می‌توانند بازیکنان داخل دایره را بزنند. آخرین بازیکن داخل دایره برنده است. <b>قانون:</b> اگر توپ پس از برخورد با زمین به کسی برخورد کند قبول نیست. مرحله ۴: می‌توانید بازی را با ۱۰ نفر دیگر ادامه دهید.</p>	<p>مرحله ۶: بازی تا زمانی ادامه دارد که تمام بازیکنان یک تیم حذف شوند. <b>قانون:</b> تمام بازیکنان باید فرصت پرتاب پیدا کنند.</p>

تعداد بازیکنان: حداکثر ۳۰ نفر  
تیم ها: ۲ تیم با بازیکنان مساوی

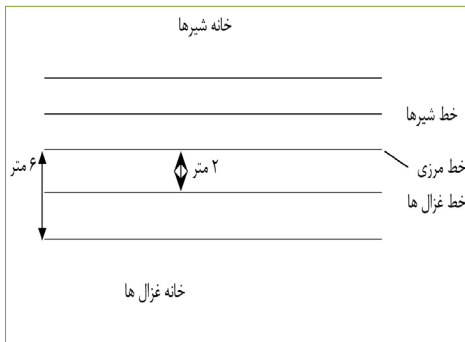
فعالیت فضای باز و بسته دو:  
شیر و غزال

وسایل: متر، شیر و غزال، طناب بازی، گچ، پرچین، دفتر تمرین و خودکار  
**نکته:** در صورت بازی در فضای باز زمین باید به طور واضح با پرچین مرزبندی شود  
سن بازیکنان: ۷ تا ۱۴ سال  
**نکته:** از بازیکنان مختلط استفاده شود. تعامل باید منطبق با فرهنگ، حساسیت جنسیتی و مورد توافق همه شرکت کنندگان دختر و پسر باشد.

### تنوع ها

### اجرا

عکس ۱ زمین بازی شیر و غزال



مرحله ۱: آماده سازی: زمین بازی را مشخص کنید: یک خط مرزی در وسط زمین رسم کنید. خط دوم به فاصله ۲ متر از خط اول سمت چپ و خط سوم به فاصله دو متر از خط اول سمت راست رسم شود خط چهارم به فاصله ۶ متر از خط مرزی در دو طرف رسم شود. از پرچین و طناب استفاده کنید.

مرحله ۲: بازیکنان را به ۲ تیم شیرها و غزال ها تقسیم کنید. از شیرها بخواهید روی یک خط و غزال ها روی خط دیگر بایستند (مثل شکل)  
مرحله ۳: هدف: هدف تعقیب کردن بازیکنان تیم مخالف و گرفتن آنها می باشد. تیم برنده باید تمام بازیکنان تیم مخالف را بگیرد.

مرحله ۴: بازی: مربی اسم یکی از تیم ها را صدا می زند، مثلاً، شیرها، شیرها سریعاً دنبال غزال ها می کنند که برای فرار وارد خانه خود می شوند.

**قانون:** اگر غزال توسط شیر لمس هم شود غزال گرفته می شود و به خانه شیرها برده می شود و برعکس.

مرحله ۵: زمانی که تمام بازیکنان حریف گرفته شوند، بازی دوباره شروع می شود و مربی اسم تیم دیگر را می خواند و بازی تکرار می شود.

**قانون:** لمس بازیکنان کافی است از رفتارهای خشن پرهیز شود.

**نکته:** باید به هر دو تیم یک شانس مساوی داده شود.



تعداد بازیکنان: حداکثر ۴۰ نفر  
تیم ها: هیچ

فعالیت فضای باز و بسته سه:  
یک، دو، سه ستاره دنباله دار!

گروه سنی: ۷-۱۴ سال

وسایل: متر، طناب بازی

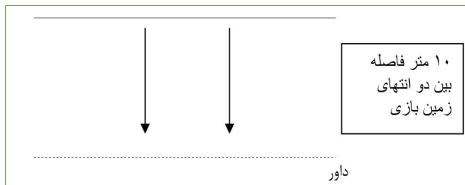
### تنوع ها

### اجرا

تنوع یک: قدم های مشابه حیوانات  
داور بجای گفتن یک، دو، سه ستاره دنباله دار  
درحالی که شانه او به سمت بازیکنان است.  
بگوید مثلاً: یک قدم فیلی و صدای فیل را  
درآورد و سریعاً برگردد به سمت بچه ها و آنها  
را نگاه کند و این کار را با حیوانات دیگر انجام  
می دهد تا یک بازیکن به جای او برسد.  
قانون: قدم ها باید متناسب با نوع حیوان  
باشد. مثلاً: مورچه قدم های کوچک و زرافه  
قدم های بزرگ دارد.

تنوع دو: حروف اسامی.  
داور بجای گفتن یک، دو، سه ستاره دنباله  
دار، یک حرف الفبا را می گوید. قانون: داور به  
سمت بچه نگاه می کند و بازیکنی که حرف  
خوانده شده در اسم او می باشد یک قدم به  
جلو برمی دارد اگر آن حرف دوبار در اسم او  
تکرار شده باشد دو قدم برمی دارد. (به سمت  
داور)

شکل ۲: زمین بازی ستاره دنباله دار  
نقطه شروع تمام بازیکنان



مرحله ۱: آماده سازی: دو خط موازی هم به  
فاصله ۱۰ رسم کنید.  
مرحله ۲: بازیکن تنها روی یک خط می ایستد.  
او داور است. مابقی بازیکنان روی خط مقابل می  
ایستند. داور و بازیکنان باید به یکدیگر نگاه کنند.  
مرحله ۳: هدف: بازیکنان در کمترین زمان  
ممکن باید جای داور را بگیرند. بازیکنی که سریع  
به جایگاه داور برسد برنده است و جای او را  
می گیرد.

مرحله ۴: بازی: داور درحالی که یکی از شانه ها  
پیش به طرف بازیکنان است فریاد می زند یک،  
دو، سه ستاره دنباله دار، و سریعاً برمی گردد به  
سمت بازیکنان و آنها را نگاه می کند.

مرحله ۵: زمانی که داور به بازیکنان نگاه  
نمی کند. بازیکنان باید خیلی سریع به سمت  
داور حرکت کنند.

مرحله ۶: وقتی داور به سمت بازیکنان برگشت و  
آنها را نگاه کرد، آنها باید ثابت باشند اگر کسی  
در حال حرکت دیده شد باید برگردد سر جای  
خودش.

مرحله ۷: داور این کار را مرتباً تکرار می کند تا  
اینکه یک بازیکن به جایگاه او برسد.

نکته: برای سخت تر کردن بازی برای بچه های  
بزرگتر، پای دوبازیکن را از مچ پا به هم ببندید  
تا باهم و هماهنگ بدونند (با یک پارچه).

تعداد بازیکنان: حداکثر ۴۰ نفر

تیم: هیچ

فعالیت درونی و بیرونی چهار:

شکارچی

گروه سنی: ۷-۱۸ سال  
لمس دیگران باید مطابق با فرهنگ، حساسیت جنسیتی و مورد موافقت همه شرکت کنندگان دختر و پسر باشد.

وسایل: متر، طناب بازی، پرچین  
نکته: اگر در محیط باز انجام می شود زمین بازی باید بوسیله پرچین مشخص شود.

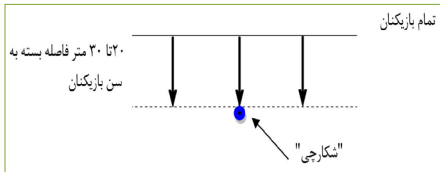
### تنوع ها

### اجرا

تنوع یک: (مناسب بچه های بزرگتر) شکارچی و بازیکن دوه دو می شوند شکارچی و بازیکنان به گروه های دو نفری تقسیم می شوند و از مچ پا به هم وصل می شوند  
تنوع دو: شکارچی و بازیکنان با چشم بسته می شوند در این صورت زمین بازی باید برای امنیت بیشتر کوچک شود و نیز فاقد هرگونه مانع باشد. این تنوع برای فضای بسته بهتر است.

مرحله ۱: آماده سازی: دو خط موازی به فاصله ۲۰ متر برای جوانترها و ۳۰ متر برای بزرگترها رسم کنید.  
مرحله ۲: یک بازیکن را انتخاب کرده که در یک طرف زمین رو بروی مابقی بازیکنان بایستد. آن تک نفر شکارچی است.  
مرحله ۳: هدف: هدف شکارچی شکار بازیکنان تا حد ممکن است تا جایی که یک نفر باقی بماند، که او برنده محسوب می شود.  
مرحله ۴: بازی: شکارچی و بازیکنان به سمت مخالف حرکت می کنند. شکارچی درحالی که فریاد می زند «چه کسی از شکارچی می ترسد؟» بازیکنان مخالف را شکار می کند. مابقی بازیکنان فریاد می زنند «هیچ کس از شکارچی نمی ترسد» و سعی می کنند با پرهیز از شکار شدن به خط مخالف برسند.  
**قانون:** شکارچی و بازیکنان می توانند به عقب حرکت کنند، فقط جلو و ن می توانند از مرز یا زمین بازی خارج شوند.  
**خطا:** اگر کسی از زمین بازی خارج شد حذف می شود.

شکل سه: زمین بازی شکارچی



مرحله ۵: شکارچی سعی می کند با لمس بازیکنان تا حد ممکن آنها را شکار کنند.  
مرحله ۶: شکار شده ها هم دست شکارچی می شوند.  
مرحله ۷: حالا شکارچی ها دست هم دیگر را می گیرند و به سمت دیگر حمله می کنند.  
**قانون:** تیم شکارچی ها اجازه ندارند دست هم را رها کنند.  
مرحله ۸: آخرین بازیکن باقی مانده برنده است و شکارچی جدید می شود.

تعداد بازیکنان: حداکثر ۳۰ نفر (تعداد بیشتر بهتر)  
تیم ها: هیچ

فعالیت فضای بسته و باز پنج:  
صاعقه

گروه سنی: ۷-۱۸ سال  
تماس باید منطبق با فرهنگ، حساسیت جنسیتی و مورد توافق همه شرکت کنندگان دختر و پسر باشد.

وسایل: متر، طناب بازی، گچ، پرچین، کاور  
هنگام بازی در فضای باز زمین بوسیله پرچین مشخص شود

### تنوع ها

### اجرا

تنوع: بازیکنان جفتی می دوند  
بازیکنان به گروه های ۲ تایی تقسیم شده و از مچ پا به هم بسته می شوند. زوج صاعقه با لمس پای یکی از دیگر زوج، آنها را خشک می کنند. این نوع برای بچه های بزرگتر و تعداد زیاد بهتر است.

مرحله ۱: آماده سازی: زمین بازی را بوسیله پرچین یا گچ خرد شده و متر به ابعاد ۲۰ متر در ۲۰ متر مشخص کنید. برای بزرگترها ۳۰ در ۳۰.

مرحله ۲: یک بازیکن صاعقه می شود و یک کاور به تن می کند تا به طور واضح شناسایی شود.

مرحله ۳: هدف: صاعقه باید تمام بازیکنان را خشک کند.

مرحله ۴: بازی: صاعقه با هدف لمس بازیکنان آنها را تعقیب می کند هنگامی که بازیکنی را زد او باید به شکل T خشک سر جای خود بایستد.

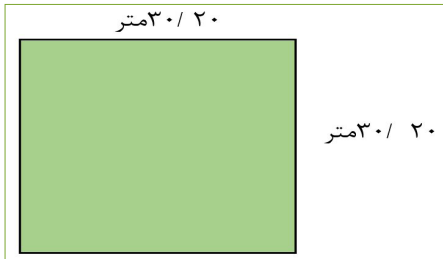
خطا: اگر بازیکن از مرز زمین بازی رد شود حذف می شود.

**قانون:** بازیکنان آزاد اگر از زیر پای بازی کن خشک شده عبور کنند آن بازیکن آزاد می شود ولی اگر در این حین صاعقه آن ها را بزند، او هم خشک می شود.

مرحله ۵: آخرین بازیکن آزاد صاعقه می شود و بازی دوباره شروع می شود.

**نکته:** اگر دیدید که صاعقه توان زدن کسی را ندارد می توانید صاعقه ۲ و ۳ را نیز معرفی کنید تا باهم کار کنند. تمام صاعقه ها باید یک کاور هم رنگ بپوشند.

شکل ۴: زمین بازی صاعقه



<p>فعالیت فضای باز و بسته شش: چهار گوشه</p>	<p>تعداد بازیکنان: حداکثر ۳۰ نفر تیم‌ها: ۴ تیم</p>
---	--

وسایل: متر، طناب بازی، گچ، پرچین، کاور  
 نکته: اگر در فضای باز بازی می‌کنید زمین بازی  
 بایست با پرچین کاملاً مشخص شود.  
 گروه سنی: ۷-۱۸ سال  
 توجه تعامل تماسی باید منطبق با فرهنگ،  
 حساسیت جنسیتی و مورد توافق همه  
 دخترها و پسرها باشد.

تنوع‌ها	اجرا
---------	------

مرحله ۱: آماده سازی: به کمک پرچین یک زمین به  
 ابعاد ۲۰\*۲۰ متر مشخص کنید پرچین‌ها را با پرچم  
 در چهار گوشه زمین قرار دهید. از چوب و سنگ هم  
 می‌شود استفاده کرد.  
 مرحله ۲: بازیکنان را به چهار گروه تقسیم کرده و هر  
 گروه در یک گوشه بایستد.

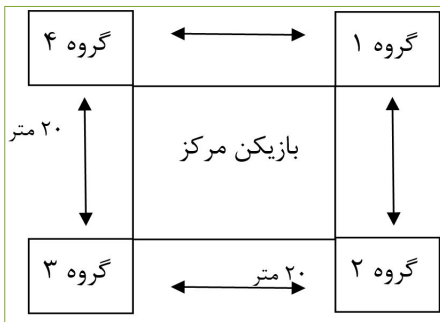
مرحله ۳: یک بازیکن در مرکز زمین می‌ایستد.  
 مرحله ۴: هدف: بازیکن وسط باید جای یکی از اعضای  
 گروه گوشه‌ها را بگیرد.

مرحله ۵: بازی: بازیکن‌های گوشه به سمت  
 گوشه‌های دیگر می‌دوند.  
**خطا:** بازیکنانی که خارج از زمین بازی بدوند حذف  
 می‌شوند.

مرحله ۶: بازیکن وسط باید سریع بدود به سمت  
 گوشه مبدأ قبل از اینکه بازیکنی که آن گوشه را ترک  
 کرده به گوشه مقصد برسد.

مرحله ۷: بازیکنی که جای خود را از دست بدهد  
 وسط میدان قرار می‌گیرد و بازی ادامه می‌یابد.  
 برنده بازی کسی است که هرگز در مرکز قرار نگیرد.  
 قانون: اگر قرار است کسی آهسته از گوشه به گوشه  
 برود شما باید به او بگویید که اجازه توقف بیش از ۱  
 دقیقه را ندارد.

شکل ۵: زمین بازی چهار گوشه



تعداد بازیکنان: حداکثر ۲۰ نفر تیم ها: ۲ تیم	فعالیت فضای باز و بسته هفت: ده پاس
گروه سنی: ۷-۱۸ ساله تماس باید منطبق با فرهنگ، حساسیت جنسیتی و مورد توافق شرکت کنندگان پسر و دختر باشد.	وسایل: متر، طناب بازی، گچ، پرچین، کاور، توپ هندبال کوچک برای جواترها و توپ بزرگ برای بزرگترها، سوت برای داور، فریزیبی اگر در فضای باز بازی می شود زمین باید به کمک پرچین علامت گذار می شود فریزیبی برای بازی در فضای باز است.

تنوع ها	اجرا
---------	------

تنوع یک: قانون ۳ مرحله ایی  
قانون: بازیکن که صاحب توپ است، قبل از پاس به هم تیمی خود می تواند حداکثر ۳ قدم بردارد.

تنوع دو: ۱۰ قدم با فریزیبی  
متغیرها باید پس از آشنایی بچه ها با بازی معرفی شوند فریزیبی برای فضای باز است.

شکل ۶: زمین بازی ده پاس



قدم اول: آماده سازی: به کمک پرچین پا پودر گچ یک زمین به ابعاد ۳۰\*۳۰ متر درست کنید و پرچینها را با پرچم در چهار گوشه آن نصب کنید. می توانید از مواد محلی هم استفاده کنید.

مرحله ۲: بازیکنان را به دو تیم هم جنس و تقریباً هم سن تقسیم کنید.

مرحله ۳: از تیم ها بخواهید هر کدام کاور بپوشند تا قابل تشخیص باشند.

مرحله ۴: هدف: توپ باید ۱۰ بار بین بازیکنان یک تیم بچرخد تا یک امتیاز بگیرند. تیمی که بیشترین امتیاز را بگیرد برنده است.

قانون: بازیکنان زمانی که توپ را مالک هستند نمی توانند حرکت کنند. اگر توپ زمین بخورد آنرا به تیم مخالف داده و بازی دوباره شروع می شود. قانون: هر گیم ۳۰ دقیقه است.

مرحله ۵: بازی: بازیکنان یک تیم باید خود را در موقعیت استراتژیکی قرار بدهند که بتوانند توپ را بگیرند و پاس دهند،

قانون: نمی شود توپ را به همان بازیکن قبلی پاس داد.

مرحله ۶: برای اطمینان از تعداد پاسها در بازی نیاز به دو تا داور است. بازیکنان می توانند فقط با دست توپ را تکل بزنند ولی نمی توانند به بازیکنی که صاحب توپ هست دست زد یا او را حل داد.

خطا: در صورت دو خطا بازیکن سریعاً اخراج می شود

تعداد بازیکنان: حداکثر ۳۰ نفر تیم ها: جفتی	فعالیت فضای بسته و باز هشت: ربان
---	-------------------------------------

گروه سنی: ۷-۱۸ سال  
تعامل تماسی باید مطابق با فرهنگ، حساسیت جنسیتی، و مورد توافق شرکت کنندگان دختر و پسر باشد.

وسایل: طناب بازی

تنوع ها	اجرا
---------	------

تنوع یک: تیم ها می توانند از وسایل مختلف مثل کمربند یا پارچه استفاده کنند.

قدم اول: بازیکنان به دو جفت تقسیم می شوند (تیم ۲ نفره).

**هدف:** استفاده از خلاقیت و تخیل در حال حرکت است.

مرحله دوم: به هر تیم یک طناب بازی بدهید.

تنوع دو: می توان بین تیم ها رقابت ایجاد کرد.

مرحله سوم: از هر تیم بخواهید از خلاقیت خود بهره برده و درحالی که طناب را محکم می کشند در زمین بازی حرکت کنند.

می توان در حین بازی موسیقی یا آهنگ محلی پخش کرد.

مرحله چهارم: هدف: با تیم دیگر تعامل ایجاد کنید و درحالی که حرکت می کنید اشکال خلاقانه بسازید. پرش کنید.

**قانون:** طناب بازی باید همیشه سفت کشیده شده باشد شل نباشد.

مرحله پنجم: بازی: تیم ها باید باهم در حال حرکت شکل درست کنند.

مرحله ششم: تماشاچی ها بهترین شکل را تشویق می کنند.

تعداد بازیکن: حداکثر ۳۰ نفر  
تیم‌ها: ۲ تیم

فعالیت فضای بسته و باز نه:  
دستمال

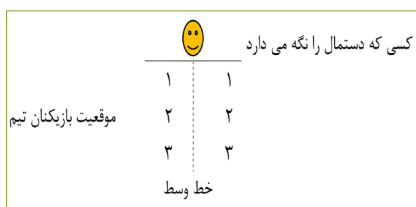
گروه سنی: ۷-۱۸ سال  
تماس باید منطبق با فرهنگ، حساسیت جنسیتی، و مورد توافق همه شرکت‌کنندگان دختر و پسر باشد.

وسایل: ۱ دستمال یا تکه پارچه؛ طناب بازی برای مشخص کردن زمین

### تنوع‌ها

تنوع: بازیکنان جفتی درحالی که مچ پای آنها به هم بسته شده بازی می‌کنند. این متغیر برای بزرگترها بهتر است.

شکل ۷: زمین بازی دستمال



### اجرا

مرحله یک: بازیکنان به دو تیم مساوی تقسیم می‌کنید. مرحله دوم: از بازیکنان هر تیم بخواهید در یک خط و موازی تیم مقابل صورت به صورت بایستند. می‌توانید از طناب برای نظم استفاده شود.

مرحله سوم: بین دو خط موازی از بازیکنان باید حداقل ۲ متر فاصله باشد.

مرحله چهارم: از طناب سوم برای مشخص کردن حمل کسی که دستمال را دارد استفاده شود.

مرحله پنجم: کسی که دستمال را دارد باید دقیقاً بین دو خط از بازیکنان قرار بگیرد (شکل ۶).

مرحله ششم: کسی که دستمال را دارد باید آنرا از گوشه خیلی شل بگیرد به طوری که بازیکنان بتوانند راحت آنرا قاب بزنند.

مرحله هفتم: هدف: بازیکنان باید دستمال را قاب بزنند و به خط خود برگردند بدون اینکه توسط تیم مقابل لمس شوند.

**قانون:** وقتی دستمال را می‌قاپند نباید توسط فرد نگهدارنده و یا بازیکنان تیم مقابل لمس بشوند. پس از قاپیدن دستمال نباید از خط مرزی عبور کرد.

**نکته:** بازیکنان باید حریف را گول بزنند تا از خط عبور کنند.

**خطا:** در صورت خطا تیم مقابل یک امتیاز می‌گیرد.

مرحله هشتم: بازی: دارند دستمال به صورت تصادفی یک شماره را صدا می‌زند و بازیکنان هر دو تیم با آن شماره باید بدون به «منطقه دستمال» و آن را بقاپد و به خط خود برگردند.

مرحله نهم: دارند دستمال خطاها و قاپیدن اشتباه را قضاوت می‌کند و نتایج را اعلام می‌کند. تمام بازیکنان باید موقعیت قاپیدن را پیدا کنند. تیم برنده دارای بیشترین امتیاز است. این بازی ۳۰ تا ۶۰ دقیقه طول می‌کشد.

تعداد بازیکنان: حداکثر ۳۰ نفر  
تیم ها: هیچ

فعالیت فضای بسته و باز ده:  
موش و گربه

گروه سنی: ۷-۱۸ سال  
تماس بازیکنان باید منطبق با فرهنگ،  
حساسیت جنسیتی و مورد موافقت شرکت  
کنندگان دختر و پسر باشد.

وسایل: توپ اسفنجی یا هر چیز نرم

تنوع ها	اجرا
تنوع: بجای دویدن، بازیکنان می توانند راه بروند یا روی چهار دست و پا حرکت کنند. <b>نکته:</b> به بچه های دارای معلولیت حرکتی توجه کنید. در این مواقع می توانید به نفر رقیب بگوید بجای یک دور دو دور بدود.	مرحله ۱: از بازیکنان بخواهید دست در دست حلقه بزنند. مرحله ۲: از آنها بخواهید دست ها را رها کنند، بشینند به سمت مرکز دایره. مرحله ۳: یک بازیکن را انتخاب کنید تا موش شود، بازیکنان دیگر گربه هستند. مرحله ۴: موش دور حلقه گربه های می چرخد و توپ اسفنجی را پشت یک نفر می اندازد. هدف: موش باید توپ را خیلی آرام پشت گربه انتخاب شده قرار دهد تا عکس العمل او با تأخیر انجام شود. پس از قرار دادن توپ، موش در هرجهتی که بخواهد دور گربه ها می دود. مرحله ۵: گربه انتخاب شده تا متوجه توپ می شود باید آنرا بگیرد، بایستد و خلاف جهت موش دور حلقه گربه ها بدود دو بازیکن برای گرفتن جای خالی باید سریع خود را به آن برسانند. مرحله ۶: هدف: موش باید جای گربه را بگیرد. مرحله ۷: بازیکنی که اول جای خالی را می گیرد برنده است و گربه می شود؛ و بازنده برای دور بعد موش می شود. مرحله ۸: بازی زمانی تمام می شود که همه شانس دویدن را پیدا کنند.



تعداد بازیکنان: حداکثر ۳۰ نفر  
تیم‌ها: ۶ تیم ۵ نفره

فعالیت فضای باز و بسته یازده:  
گردشی

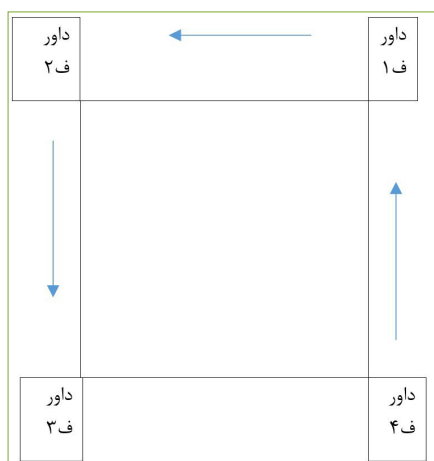
وسایل: طناب بازی، توپ والیبال، دفتر تمرین، و خودکار  
**نکته:** فعالیت‌های گردشی می‌تواند در داخل یا خارج انجام شوند  
روه سنی: ۷-۱۸ سال  
**نکته:** تعامل تماسی باید منطبق با فرهنگ، حساسیت جنسیتی و مورد توافق همه دختر و پسرها باشد

### تنوع‌ها


### اجرا

تنوع اول: فعالیت‌های داخلی  
بازی مسیره‌ها می‌توانند با فعالیت‌های داخلی نیز کار کنند. مطمئن شوید که فضای کافی برای انجام تمام فعالیت‌ها به صورت ایمن وجود دارد.  
تنوع دو: کار بر اساس موضوع یا تم یک تم را انتخاب کنید (به عنوان مثال، می‌تواند یک بازی خاص باشد، مانند والیبال). ۴ فعالیت مرتبط با موضوع را آماده کنید. یکی تم دیگر می‌تواند فعالیت‌هایی مرتبط با یک مهارت خاص باشد، مانند قدرت بازو یا قدرت پا یا آکروباتیک.  
**نکته:** فعالیت‌ها باید مطابق سن، جنسیت و ظرفیت باشد.

شکل ۸: زمین بازی مسیری

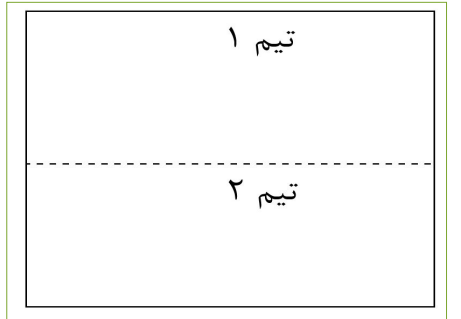


مرحله ۱: آماده‌سازی: یک گردش مسیر دوره ای از فعالیت‌ها است که در آن بازیکنان در مناطق مختلف زمین بازی با چالش‌های مختلفی روبرو می‌شوند. شما باید یک دوره فعالیت را با توجه به ظرفیت، سن و تعداد بازیکنان آن طراحی کنید. توصیه می‌شود با بیش از ۳ تیم، برای تسهیل مشارکت همه بازیکنان حداکثر ۴ فعالیت داشته باشید. در این بازی یک تیم، یک جفت بازیکن و یا تک بازیکن می‌تواند چالش داشته شود.  
مرحله ۲: تصمیم بگیرید که چه فعالیتی می‌خواهید داشته باشید. برای مثال می‌توان از بازیکنان انفرادی: خواست (۱) تا بدون توقف ۱۰۰ تا طناب بزنند؛ (۲) ۲۰ تا شنا برونند؛ (۳) به سمت جلو معلق بزنند؛ و (۴) ۲۰ ضربه تکی ایستاده والیبال. اینها مثال‌هایی از فعالیت مسیری است. مرحله ۳: مدار را تشکیل دهید، و ازمائیت بچه‌ها مطمئن باشید. برای هر فعالیت یک داور انتخاب کنید. به داورها برای ثبت رکورد هر تیت یک دفتر و خودکار بدهید.  
مرحله ۴: امتیاز: نحوه امتیاز دهی را مشخص کنید. مثلاً: (۱) ۱ امتیاز برای ۱۰۰ طناب. هر بازیکن ۲ شانس خطا دارد تا دوباره شمارش شروع شود، در صورت خطای بیشتر هیچ امتیازی داده نمی‌شود و بازیکن به فعالیت بعدی می‌رود. به همین ترتیب فعالیت ۲، ۳ و ۴.  
مرحله ۵: هدف: تمام اعضای تیم باید با کمترین خطای ممکن تمام مراحل را انجام دهند. تیمی که کمترین خطا را داشته باشد برنده است.  
مرحله ۶: ترتیب بازی را تعیین کنید. به عنوان مثال، فرض کنید شما ۶ تیم دارید. تیم اول شروع می‌کند. می‌توانید با بازیکن شماره ۱ تیم ۱ اولین فعالیت را شروع کنید. سپس در حالی که بازیکن ۱ فعالیت دوم را شروع می‌کند شما بازیکن شماره ۲ همان تیم را وارد بازی می‌کنید. به همین ترتیب با یک تیم ادامه می‌دهید تا تمام بازیکنان آن تمام مسیر مسابقه را طی کنند. سپس همین کار را با تیم‌های ۲، ۳، ۴، ۵ و ۶ انجام دهید. برای تسهیل سازماندهی تیم‌ها، می‌توانید از هر تیم بخواهید یک اسم برای خود انتخاب کنند. داوران نام هر تیم را می‌نویسند و با توجه به بازیکنان و فعالیت‌ها امتیازها را ثبت می‌کنند (به عنوان مثال، تیم فیل‌ها: فعالیت ۱: طناب زدن. بازیکن ۱: امتیاز - تیم فیل‌ها. فعالیت ۲: شنا. بازیکن ۱: امتیاز - و غیره).  
مرحله ۷: بعد از اینکه همه تیم‌ها تمام فعالیت‌های مسر مسابقه را انجام دادند، امتیازات را برای همه بازیکنان هر تیم جمع کرده و تیم برنده را اعلام می‌کنید.  
مرحله ۸: در صورت امکان، باید مراسم اهدای جوایزه را ترتیب دهید.

قسمت دوم: فعالیت‌های فضای باز 

<p>تعداد بازیکنان: حداکثر ۴۰ نفر تیم‌ها: ۲ تیم</p>	<p>فعالیت فضای باز یک: فریزی</p>
<p>گروه سنی: ۷-۱۸ سال <b>توجه:</b> تعامل تماسی باید منطبق با فرهنگ، حساسیت جنسیتی و مورد توافق همه دخترها و پسرها باشد:</p>	<p>وسایل: متر، طناب پرش، پرچین، فریزی <b>توجه:</b> هنگام بازی در فضای باز، زمین بازی باید به وضوح با پرچین مشخص شود</p>

اجرا تنوع‌ها

<p>تنوع برای چالش بیشتر: ۱. تعداد بازیکنان هر تیم را کم کنید. ۲. اندازه زمین بازی را کوچک کنید.</p>	<p>مرحله ۱: آماده سازی: یک زمین بازی بزرگ در حدود ۵۰ متر در ۵۰ متر را علامت گذاری کنید. زمین را به ۲ ناحیه تقسیم کنید و مرز آن را به وضوح با پرچین‌ها و/یا وسایل طبیعی مانند سنگریزه یا با گچ خرد شده مشخص کنید. مرحله ۲: به هر تیم ۱ فریزی بدهید.</p>
<p>شکل ۹: زمین بازی فریزی</p> 	<p>مرحله ۳: هدف: بازیکنان هر تیم باید سعی کنند فریزی را بدون اینکه روی زمین بیفتد از بین ۲ نیمه زمین بازی رد کنند <b>خطا:</b> هر بار که یک تیم فریزی را بندازد تیم مقابل یک امتیاز کسب می‌کند. بازیکنان باید فریزی را بین دو نیمه زمین پاس بدنند. مرحله ۴: بازی: بازیکنان هر تیم در یک نیمه زمین جا می‌گیرند <b>توجه:</b> تعیین ۲ داور، ۱ داور برای هر نیمه زمین بازی بهتر است.</p>

تعداد بازیکنان: حداکثر ۳۰ نفر  
تیم ها: یا هیچ تیم، یا ۲ تیم برابر

فعالیت فضای باز دو:  
پرهیز از توپ مسموم

گروه سنی: ۷-۱۸ سال  
**توجه:** تعامل تماسی باید منطبق با فرهنگ، حساسیت جنسیتی و مورد توافق همه دخترها و پسرها باشد.

وسایل: متر، طناب پرش، پرچین، توپ اسفنجی، یا توپ هند بال کوچک یا بزرگ برای بچه های بزرگتر.  
**توجه:** هنگام بازی در فضای باز، زمین بازی باید به وضوح با پرچین مشخص شود

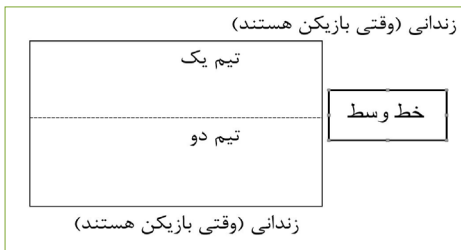
### تنوع ها

تنوع: اجتناب از توپ مسموم کننده، بازی در تیم.  
مرحله ۱: آماده سازی: زمین بازی را به ۲ نیمه تقسیم کنید و یک خط در حدود ۲ متر از لبه انتهایی هر طرف زمین بکشید. اسرای اسیر شده در پشت خط مخالفتیم مقابل می مانند.  
مرحله ۳: هدف: بازیکنان تیم مقابل را با ضربه مستقیم توپ مسموم اسیر کنید.  
مرحله ۴: وقتی بازیکنی ضربه می خورد، او زندانی می شود و به محل زندانیان تیم مقابل می رود.  
**قانون:** اگر توپ به منطقه ای که زندانیان نگهداری می شوند وارد شود، زندانیان می توانند توپ را برداشته و به بازیکنان تیم مقابل ضربه بزنند و با این کار خود را آزاد کنند  
**خطا:** بازیکنانی که از مرزهای زمین بازی عبور کنند حذف می شوند.  
مرحله ۵: تیمی که تمام بازیکنان تیم مقابل را اسیر کند برنده می شود.

### اجرا

مرحله ۱. آماده سازی: یک زمین بازی بزرگتر حدود ۵۰ متر در ۵۰ متر را علامت گذاری کنید.  
مرحله ۲: همه بازیکنان در برابر هم بازی می کنند.  
مرحله ۳: هدف: هدف بازیکنان باید ضربه زدن به بازیکن تیم مقابل با توپ باشد و از ضربه خوردن خود خودداری کنند.  
**قانون:** اگر توپ قبل از برخورد با بازیکن به زمین برخورد کند، ضربه محسوب نمی شود.  
مرحله ۴: آخرین بازیکن باقی مانده در زمین برنده است.  
**قانون:** بازیکنان می توانند آزادانه در اطراف زمین حرکت کنند، اما ن می توانند از آن خارج شوند.  
مرحله ۵: وقتی بازیکن می خورد، باید از زمین خارج شود.

شکل ۱۰: از توپ مسموم زمین بازی خودداری کنید.



تعداد بازیکنان: حداکثر ۳۰ بازیکن  
 تیم‌ها: ۵ تیم با ۶ بازیکن. هر تیم باید ترکیبی  
 از جنسیت و گروه سنی مشابه داشته باشد (۳  
 گروه سنی ۷-۱۰، ۱۱-۱۴ و ۱۵-۱۸ سال)

فعالیت فضای باز سه:  
 طناب پرش

وسیله: ۵ طناب پرش

گروه سنی: ۷-۱۸ سال

**توجه:** تعامل تماسی باید از نظر فرهنگی مناسب، حساس به جنسیت باشد و از طریق مشارکت دختران و پسران مورد توافق قرار گیرد.

### تنوع‌ها

تنوع: مسابقات رقص پرش با همکاری سایر مربیان و داوطلبان، مسابقات رقیب پرش را بین تیم‌های ترتیب دهید. از اعضای جامعه دعوت کنید تا با تعداد یکسان داور زن و مرد در هیئت داوران عضو شوند.  
**توجه:** هدف مسابقه نشان دادن بالاترین میزان توانایی در خلاقیت پرش است.

### اجرا

مرحله ۱: ماده‌سازی: یک زمین بازی بزرگ که ۵ تیم بتوانند با خیال راحت در آن از طناب پرش استفاده کنند را علامت بزنید. ۵ گوشه پرش را مشخص کنید، ۱ گوشه برای هر تیم.

مرحله ۲: ۱ طناب پرش را برای هر تیم بدهید. مطمئن شوید که طناب پرش به اندازه کافی بلند است اگر نه ۲ طناب پرش را به هم وصل کنید. مرحله ۳: هدف: هر تیم باید یک رقص پرش، از جمله موارد زیر درست کند: (۱) ۴ نفر هم‌زمان پرش می‌کنند. (۲) ورود، پرش و خروج. (۳) هنگام پرش از روی طناب دست‌های هم را بگیرند. هر تیم باید هنگام پرش یک آهنگ بخواند.

مرحله ۴: یک هیئت متشکل از ۴ داور تشکیل دهید. می‌توانید از کودکان بزرگ‌تر (غیر از همان گروه) و/یا والدین بخواهید که بخشی از پنل باشند.

مرحله ۵: امتیاز: هر ۳ شاخص (۱)، (۲) و (۳) باید بدون اشتباه اجرا شود و همه اعضای تیم باید آهنگ را بخوانند. قضاوت بهترین رقص پرش به عهده هیئت است.

**توجه:** رقص پرش می‌تواند مدتی طول بکشد. آن را با ظرفیت گروه خود تنظیم کنید.

تعداد بازیکنان: بدون محدودیت  
تیم‌ها: چند تیم ۵ نفره

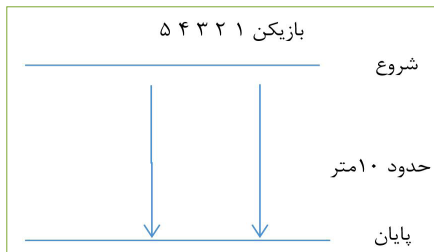
فعالیت فضای باز چهار:  
"بازی‌های فضای آزاد"

وسایل: ۵ گونی - یا چیزی مشابه آن، ۵ قطعه مواد نرم، ۵ طناب پرش؛ ۵ دفتر تمرین، یا کاغذ و ۵ خودکار، و ۵ مداد؛ ۵ قاشق غذاخوری؛ ۸ عدد تخم مرغ آب پز (۳ عدد تخم مرغ زاپاس). یک سوت برای داور مرکزی (معمولاً مربی باید تمام مسابقات را نظاره کند).

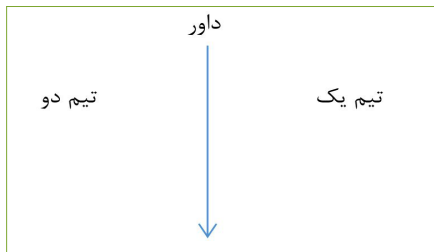
تنوع‌ها

اجرا

شکل ۱۱: زمین بازی



زمین طناب کشی یک خط صاف است



مرحله ۱: آماده سازی: یک فضای بزرگی را در نظر بگیرید که بتوانید ۴ مسابقه مختلف را در آن برگزار کرد و تماشاگران بتوانند به راحتی آن تماشا کنند. ۴ جفت داور (۱ زن و ۱ مرد برای هر جفت) - ۱ جفت برای هر نوع مسابقه انتخاب کنید.

مرحله ۲: برگزاری هر مسابقه: (۱) مسابقه کیسه؛ (۲) مسابقه فرقون انسانی؛ (۳) مسابقه طناب کشی؛ و (۴) مسابقه قاشق و تخم مرغ.

مرحله ۳: امتیاز: تیم‌های داور را آماده کنید. از دفتر تمرین برای ثبت امتیاز استفاده کنید. هر تیم باید یک نام داشته باشد (به عنوان مثال، تیم بلوبری). هر تیم از داوران ۱ دفتر تمرین یا تخته و ۱ خودکار خواهد داشت. ۱ داور امتیاز را می نویسد در حالی که داور دوم عملکرد را مشاهده می کند. به عنوان مثال، مسابقه کیسه: تیم بلوبری، تیم انبه، تیم موز، تیم آناناس و تیم پایا. داور زیر نام هر تیم، ترتیب ورود را می نویسد (به عنوان مثال، در زیر تیم بلوبری: اول، زیر تیم منگو: دوم، و غیره، برای همه تیم هایی که در بازی شرکت می کنند). امتیازها: بازیکنی که به مقام اول می رسد ۵ امتیاز، مقام دوم ۴ امتیاز؛ مقام سوم ۳ امتیاز؛ مقام چهارم ۲ امتیاز؛ و مقام پنجم ۱ امتیاز. مسابقه طناب کشی می تواند تنها ۱ تیم برنده و فقط یک امتیاز داشته باشد: ۵ امتیاز برای تیم برنده و ۰ امتیاز برای تیم دیگر. امتیاز نهایی مجموع امتیاز هر مسابقه است (به عنوان مثال، تیم بلوبری: مسابقه گونی ۴؛ مسابقه چرخ دستی انسان ۳؛ طناب کشی ۵؛ و مسابقه قاشق و تخم مرغ ۲. مجموع امتیاز ۱۴ است.

تعداد بازیکنان: بدون محدودیت  
تیم‌ها: چند تیم ۵ نفره

فعالیت فضای باز چهار:  
"بازی‌های فضای آزاد"

### تنوع‌ها

تنوع: مسابقات رقص پرش با همکاری سایر مربیان و داوطلبان، مسابقات رقیب پرش را بین تیم‌های ترتیب دهید. از اعضای جامعه دعوت کنید تا با تعداد یکسان داور زن و مرد در هیئت داوران عضو شوند. **توجه:** هدف مسابقه نشان دادن بالاترین میزان توانایی در خلاقیت پرش است.

### اجرا

اگر بیش از ۵ تیم وجود دارد، می‌توانید ۲ دور مسابقه داشته باشید (به عنوان مثال، اگر ۸ تیم وجود دارد، ۵ تیم در دور ۱ بازی می‌کنند و ۳ تیم در دور ۲ بازی می‌کنند). مرحله ۴: زمین‌های مسابقه را درست کنید. مسابقه گونی، مسابقه فرقون انسانی و مسابقه قاشق و تخم مرغ مانند یک شکل مثل روبرو می‌باشد.

مرحله ۵: بازی: ۱ بازیکن از هر تیم در هر مسابقه می‌دود. هر تیم باید نام بازیکن هر مسابقه را در افتتاحیه «بازی‌های فضای آزاد» بگوید. داوران باید اسامی را ثبت کنند

مسابقه گونی: هر بازیکن باید مسافت زمین مسابقه (یک طرفه) را در داخل یک گونی بدود. گونی باید آنقدر بلند باشد که به باسن بازیکن برسد. بازیکن با دو دست گونی را می‌گیرد و سعی می‌کند تا حد امکان سریع بدود. به جای گونی، مچ پای بازیکن را با یک قطعه نرم ببندید. دهنده باید با هر دو پا بپرد.

**قانون:** اگر بازیکنی زمین بخورد، باید مسابقه را از ابتدا شروع کند.

مسابقه فرقون انسانی: ۲ بازیکن از هر تیم با هم می‌دوند. بازیکن ۱ روی دستان خود می‌ایستد در حالی که بازیکن ۲ پاهای بازیکن ۱ را مانند فرقون در حین دویدن گرفته است. بازیکن ۱ روی دستان خود می‌دود.

مسابقه قاشق و تخم مرغ: هر بازیکن باید در حالی که قاشقی را در دهان خود نگه می‌دارد که روی آن یک تخم مرغ هست، با حداکثر سرعت ممکن بدود.

**قانون:** بازیکنانی که تخم مرغ را بندازند یا با دست قاشق را لمس کنند حذف می‌شوند. به عنوان جایگزینی برای تخم مرغ، می‌توانید از

تعداد بازیکنان: بدون محدودیت  
تیم‌ها: چند تیم ۵ نفره

فعالیت فضای باز چهار:  
"بازی‌های فضای آزاد"

### تنوع‌ها

تنوع: مسابقات رقص پرش با همکاری سایر مربیان و داوطلبان، مسابقات رقیب پرش را بین تیم‌های ترتیب دهید. از اعضای جامعه دعوت کنید تا با تعداد یکسان داور زن و مرد در هیئت داوران عضو شوند. **توجه:** هدف مسابقه نشان دادن بالاترین میزان توانایی در خلاقیت پرش است.

### اجرا

قاشق با آب استفاده کنید: ۰ امتیاز برای تیمی که بدون آب به خط پایان برسد. مسابقه طناب کشی: ۲ تیم مقابل هم بازی می‌کنند. اگر به طناب بلند نیاز دارید، ۲ طناب پرش را با یک گره محکم به هم ببندید. وسط طناب را با یک دستمال علامت بزنید. داور وسط طناب را نگه می‌دارد و زمانی که ۲ تیم در موقعیت کشیدن طناب هستند آن را رها می‌کند. **قانون:** هر تیم باید طناب را حداقل ۱ متر از وسط نگه دارد.

مرحله ۵: در صورت امکان یک مراسم جایزه کوچک برای تیم برنده ترتیب دهید. تغییرات: شما می‌توانید انواع مختلفی از مسابقات را با توجه به فرهنگ و شرایط محلی خود اجرا کنید. بسیاری از فرهنگ‌ها مسابقات اجدادی و رویدادهای فرهنگی هستند. **توجه:** وقتی بازی‌ها را اجرا می‌کنید، مطمئن شوید که همه بچه‌ها چه در اجرای مسابقه‌ها و چه در انجام کارهای مهم (مثلاً داوری کردن) شرکت می‌کنند.

<p>تعداد بازیکنان: حداکثر ۱۰ بازیکن تیم ها: هیچ</p>	<p>فعالیت فضای باز پنج: لیله / گایه</p>
---	---

رده های سنی: ۷ تا ۱۴ سال  
**توجه:** تعامل تماس باید از نظر فرهنگی مناسب، حساس به جنسیت باشد و از طریق مشارکت دختران و پسران مورد توافق قرار گیرد.

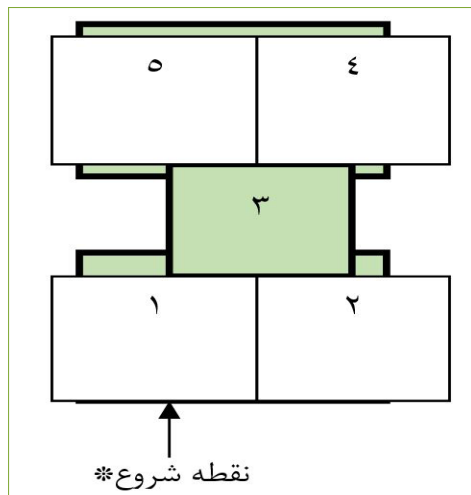
وسایل: گچ و یک تکه سنگ

اجرا	تنوع ها
------	---------

مرحله ۱: آماده سازی زمین بازی را طراحی کنید. می توانید از یک تکه گچ یا چوب برای سطح شنی استفاده کنید.  
**قانون:** بازیکنان باید با ۱ پادر هر یک از مربع ها به ترتیب اعداد بپرند. فقط زمانی که بازیکنان به عقب برمی گردند (مثلاً در ۲ مربع آخر - اعداد ۴ و ۵)، می توانند روی ۲ پا بپرند، اما با ۱ پا در هر مربع.  
مرحله ۲: از بازیکنان بخواهید که به شما در طراحی زمین بازی کمک کنند.

مرحله ۳: بازی ۱ بازیکن را شروع می کند. او سنگ را به مربع ۱ پرتاب می کند، برای برداشتن سنگ خم می شود (همیشه روی ۱ پا)، سپس برمیگردد به نقطه شروع بازی.  
مرحله ۴: بازیکن ۱ بازی را ادامه می دهد. او سنگ را به مربع ۲ پرتاب می کند و از مربع ۱ به مربع ۲ می پرد، برای برداشتن سنگ خم می شود و از همان مسیر به نقطه شروع باز می گردد. بازیکن ۱ روند را تا زمانی که مرتکب اشتباه شود ادامه خواهد داد.  
مرحله ۵: وقتی بازیکن ۱ اشتباه می کند، آخرین مربع او حفظ می شود. در نوبت دوم، بازیکن ۱ از آخرین مربعی که با موفقیت پرید شروع می کند.

مرحله ۶: حالا نوبت بازیکن ۲ است و سپس بازیکن ۳ و به همین ترتیب تا زمانی که همه نوبت شان بشود.  
مرحله ۷: هدف: پریدن در تمام مربع ها در حالی که روی ۱ پا تعادل خود را حفظ می کنید بدون اینکه با پای دوم زمین را لمس کنید.  
**قانون:** اگر بازیکنی سنگ را بیرون مربع یا به مربع دیگری پرت کند، نوبت خود را از دست می دهد و بازیکن بعدی شروع می کند.  
**خطا:** بازیکنان در یک مربع با ۲ پا همزمان نوبت خود را برای بازی از دست می دهند.  
مرحله ۸: برنده بازیکنی است که بتواند با کمترین اشتباه به تمام مربع ها برسد.



مرحله ۳: بازی ۱ بازیکن را شروع می کند. او تکه





قسمت سوم: فعالیت‌های فضای بسته

تعداد بازیکنان: حداکثر ۳۰ نفر  
تیم‌ها: هیچ

فعالیت فضای بسته یک:  
تلفن همراه انسان

وسیله: هیچ

گروه سنی: ۷-۱۸ سال

**توجه:** تعامل تماسی باید از نظر فرهنگی مناسب، حساس به جنسیت باشد و از طریق مشارکت دختران و پسران مورد توافق قرار گیرد.

### تنوع‌ها

### اجرا

تنوع:  
برای سخت‌تر و سرگرم‌کننده‌تر کردن بازی، می‌توان ۲ پیام مختلف ارسال کرد: ۱ پیام در سمت چپ و ۱ پیام در سمت راست زنجیره/دایره ارسال شود.

مرحله ۱: از بازیکنان بخواهید با دست گرفتن یک دایره تشکیل دهند.

مرحله ۲: از بازیکنان بخواهید دست‌های خود را رها کرده و رو به وسط دایره روی زمین بنشینند.

مرحله ۳: شخصی را به عنوان فرستنده پیام تعیین کنید (نقطه شروع). فرستنده پیام باید به فکر یک پیام باشد، معمولاً ۱ جمله معنی دار، تا برای گیرنده پیام ارسال کند. گیرنده پیام فردی است که در انتهای دایره یا زنجیره انسانی قرار دارد. فرستنده پیام را با زمزمه کردن آن در گوش شخصی که در سمت چپ او قرار دارد می‌فرستد، او نیز به نوبه خود همان پیام را همانطور که فهمیده است برای شخصی که در سمت چپ او نشسته است زمزمه می‌کند و به همین ترتیب تا زمانی که پیام ارسال شود. به گوش گیرنده می‌رسد.

مرحله ۴: بازی: فرستنده باید وانمود کند که شماره ای را گرفته و با تلفن همراه خیالی صحبت می‌کند. گیرنده باید پیام را با صدای بلند تکرار کند تا بقیه گروه بشنوند.

**قانون:** فرستنده‌ها مجاز به استفاده از همان پیامی نیست که فرستنده دیگری قبلاً استفاده کرده است.

تعداد بازیکنان: حداکثر ۳۰ نفر  
تیم‌ها: هیچ

فعالیت فضای بسته دو:  
فوتبال دستی

گروه سنی: ۷-۱۸ سال

وسایل: توپ فوتبال کوچک

**توجه:** تعایل تماسی باید متناسب با فرهنگ، حساسیت جنسیتی و مورد توافق شرکت کنندگان پسر و دختر باشد.

### تنوع‌ها

### اجرا

شکل ۱۳: وضعیت فوتبال دستی



مرحله ۱: از بچه‌ها بخواهید حلقه بزنند و دست

های یکدیگر را بگیرند

مرحله ۲: از آنها بخواهید دست‌های خود را رها

کنند و پاهای خود را به عرض شانه باز کنند و

به یکدیگر بچسبانند.

مرحله ۳: بازی: بازیکنان باید دست‌های خود را

مثل شکل درهم قفل کنند و آماده دفاع از گل

خود باشند.

**نکته:** مطمئن باشید بازیکنان پاهای خود را به

نفر راست و چپ خود چسبانده باشند و دایره

درست کرده باشند.

مرحله ۴: هدف: اجازه ندهند توپ از بین پاهای

شان رد شود و سعی کنند به توپ ضربه بزنند

طوری که از بین پای بازیکنان دیگران رد شود.

**قانون:** هر گل یک امتیاز دارد، بازیکنی که توپ

از میان پای او عبور کرده از دایره بازیکن‌ها

خارج می‌شود.

مرحله ۵: آخرین بازیکن باقی مانده برنده است.

**نکته:** وقتی تعداد بازیکنان کم شود بازی خشن

می‌شود. از آنها بخواهید با احتیاط بازی کنند.

تعداد بازیکنان: حداکثر ۳۰ نفر  
تیم ها: هیچ

فعالیت فضای بسته سه:  
گوفی (یا نام یک شخصیت کمدی محلی را  
انتخاب کنید)

وسایل: هیچ

گروه سنی: ۷-۱۸ سال

**توجه:** تعامل لمسی باید متناسب با فرهنگ، حساسیت جنسیتی و مورد توافق شرکت کنندگان پسر و دختر باشد.

### تنوع ها

### اجرا

مرحله ۱: از همه بازیکنان بخواهید چشمانشان را ببندند.

**قانون:** چشم ها باید بسته باشند- اگر باز کردند حذف می شوند و باید در گوشه ای از اطاق ساکت بنشینند .

مرحله ۲: تمام بازیکنان با چشمان بسته دور اطاق حرکت می کنند و همه می خوانند گوفی-گوفی (یا نام شخصیت محلی).

مرحله ۳: مربی به شانه یکی از بازیکنان می زند و او گوفی می شود.

گوفی چشم های خود را باز می کند و ثابت می ایستد، درحالی که مابقی با چشمان بسته به حرکت خود ادامه می دهند و گوفی-گوفی را می خوانند.

مرحله ۴: هدف: بازیکنان با چشم بسته گوفی را پیدا کنند و آرام بدون صدا کنار او بایستند و چشم های خود را بازکنند، به آرامی یک زنجیر ساکت گوفی شکل می گیرد.

مرحله ۵: آخرین بازیکنی که به حلقه می پیوندد گوفی جدید می شود.

**نکته:** معمولاً بازی ۲۰ دقیقه طول می کشد. اگر بازیکنان خوششان آمد آنرا تکرار کنید.

تعداد بازیکنان: حداکثر ۱۵ نفر

تیم‌ها: هیچ

فعالیت فضای بسته چهار:

چیکی-چیکی-چاکی چاکی پون-پون

وسایل: هیچ

گروه سنی: ۷-۱۸ سال

**توجه:** تعامل تماشایی باید متناسب با فرهنگ و حساسیت جنسیتی و مورد توافق شرکت کنندگان پسر و دختر باشد.

## تنوع‌ها

## اجرا

مرحله ۱: از همه بازیکنان بخواهید حلقه بزنند و دست‌های یکدیگر را بگیرند.  
 مرحله ۲: از آنها بخواهید دست‌های یکدیگر را رها کنند.  
 مرحله ۳: به صورت تصادفی از یک بازیکن، بازیکن ۱، بخواهید جمله چیکی-چاکی-چاکی چیکی چاکی پون را بخوانند و به همراه آن یک حرکتی انجام دهد- برای مثال، دست‌های خود را بالا و پایین برد.  
**قانون:** ۱ حرکت برای هر جمله

مرحله ۴: از بازیکن ۲ کنار بازیکن ۱ بخواهید جمله و حرکت بازیکن ۱ را تکرار کند. حرکت و آهنگ بازیکن ۱ باید توسط یکایک بازیکنان تکرار شود تا به آخرین بازیکن دایره برسد.  
 مرحله ۵: بازیکن ۱ در حالی که آن جمله را می‌خواند یک حرکت جدید انجام می‌دهد و بازیکن ۲ آن را تکرار می‌کند و سپس بازیکن ۳ تا به نفر آخر برسد.

مرحله ۶: بازی ۲۰ دقیقه طول می‌کشد و اگر بچه‌ها آنرا دوست داشتند تکرار کنید. نکته بازیکنان را تشویق کنید تا برای همراهی حرکات خود آهنگ جدید بخوانند. جمله (چیکی چیکی چاکی چاکی پون-پون) می‌تواند عوض شود و به صدایی تبدیل شود که برای بچه‌ها آشنا تر است. تمرکزی روی معنای کلمات نیست بلکه روی هارمونی بین حرکات و ریتم و هماهنگی بین بازیکنان است.

تعداد بازیکنان: حداکثر ۱۵ نفر

تیم‌ها: هیچ

فعالیت فضای باز شش:

صندلی موزیکال

گروه سنی: ۷-۱۸ سال  
**توجه:** تعامل تماسی باید منطبق با فرهنگ، حساسیت جنسیتی و مورد توافق همه شرکت کنندگان دختر و پسر باشد.

وسایل: صندلی/تشک به تعداد بازیکنان منتهای یک  
**توجه:** هنگام بازی در فضای باز، زمین بازی باید به وضوح با پرچین مشخص شود.

## تنوع‌ها

## اجرا

مرحله ۳: هدف: بازیکنان باید به محض قطع موسیقی روی یک صندلی یا تشک بشینند. بازیکنی که نتواند صندلی خالی پیدا کند حذف می‌شود.  
**قانون:** ۱ صندلی یا تشک برای هر بازیکن. ۲ بازیکن نمی‌توانند روی یک تشک یا صندلی بنشینند.

مرحله ۴: موزیک را متوقف کنید (یا اگر دستگاه پخش ندارید، دست بزنید و بلند بگویید «ایست»): این یعنی بازیکنان به سمت صندلی یا تشک مبدوند.

مرحله ۵: بین هر راند یکی از صندلی‌ها/ تشک‌ها را از ردیف بردارید، به طوری که همیشه یک صندلی/تشک کمتر از تعداد بازیکنان شرکت کننده در هر دور معین داشته باشید.

مرحله ۶: آخرین بازیکنی که روی صندلی/ تشک نشسته برنده می‌شود.

مرحله ۱: صندلی‌ها/تشک را در وسط اطاق ردیف بچینید.

**توجه:** تعداد صندلی‌ها باید ۱ صندلی کمتر از تعداد کل بازیکنان باشد. به عنوان مثال، اگر ۱۰ بازیکن وجود دارد، باید ۹ صندلی وجود داشته باشد.

مرحله ۲: موسیقی را پخش کنید و از بازیکنان بخواهید دور ردیف صندلی‌ها راه بروند، بدون و شادی کنند. توجه اگر دستگاه پخش موسیقی ندارید، می‌توانید از بازیکنان بخواهید هنگام دویدن، راه رفتن و شادی کردن آهنگی بخوانند. یا برخی از کودکان می‌توانند به نوبت بخشی از گروه موسیقی باشند که موسیقی را با آواز خواندن و/یا نواختن ساز فراهم می‌کند

تعداد بازیکنان: حداکثر ۳۰ نفر تیم ها: هیچ	فعالیت فضای بسته هفت: کارواش انسانی
--	--

وسایل: هیچ

گروه سنی: ۷-۱۸ سال

**توجه:** تعامل تماسی باید منطبق با فرهنگ، حساسیت جنسیتی و مورد توافق همه شرکت کنندگان دختر و پسر باشد.

تنوع ها	اجرا
---------	------

مرحله ۱: از بازیکنان بخواهید دست در دست یک دایره بسازند.

مرحله ۲: از بازیکنان بخواهید که دستهای خود را رها کرده و به سمت مرکز دایره بچرخند

مرحله ۳: از بازیکنان بخواهید که پاهای خود را به اندازه‌های باز کنند که یک نفر بتواند از بین آن عبور کند.

مرحله ۴: شستشوی ماشین انسان را شروع کنید. ۱ نفر از بازیکنان شروع به خزیدن از بین پاهای

بازیکنان می‌کند، درحالی که او یک شستشوی فوری دریافت می‌کند.

مرحله ۵: بازیکنان ایستاده وانمود می‌کنند که به آرامی ماشین را شامپو می‌زنند، آبکشی می‌کنند، خشک می‌کنند و واکس محافظ را اعمال کنید درحالی که بازیکن به موقعیت خود می‌خزد.

**توجه:** بازیکنان باید بدانند که شستن ماشین انسان راهی است برای مراقبت از ماشین آنها. باید ملایم و مراقب باشند.

مرحله ۶: بقیه بازیکنان یکی پس از دیگری به همین ترتیب عمل خواهند کرد تا زمانی که همه ماشین های انسان به درستی شسته شوند.

**توجه:** بازی می‌تواند هر چند بار که بازیکنان دوست دارند تکرار شود

تعداد بازیکنان: حداکثر ۳۰ نفر  
تیم ها: ۲ گروه ۱۵ نفره

فعالیت فضای بسته هشت:  
اژدها

وسایل: هیچ

گروه سنی: ۷-۱۸ سال

**توجه:** تعامل تماسی باید منطبق با فرهنگ، حساسیت جنسیتی و مورد توافق همه شرکت کنندگان دختر و پسر باشد.

### تنوع ها

### اجرا

مرحله ۴: بازی: سر اژدها باید سعی کند بدون شکستن زنجیر دم اژدها را بگیرد.  
**توجه:** مطمئن شوید که فضای کافی برای حرکت وجود دارد.  
مرحله ۵: هدف: هماهنگ کردن حرکات همه بازیکنان بدون افتادن و/یا شکستن زنجیره است. شما می‌توانید بازی را چند بار تکرار کنید تا بازیکنان اعتماد به نفس برای حرکت به عنوان یک گروه را به دست آورند.

مرحله ۱: از بازیکنان بخواهید به ۲ گروه مساوی تقسیم شوند.  
**توجه:** مهم نیست که گروه‌ها دقیقاً یکسان باشند ولی بهتر است تقریباً هم اندازه باشد.  
مرحله ۲: از بازیکنان بخواهید اژدهایی را با سر و دستان درست کنند. بازیکنان باید با قراردادن دست‌ها روی شانه‌های فرد مقابل، یک زنجیره تشکیل دهند. فقط سر اژدها دستش آزاد است.

شکل ۱۴: شکل اژدهای انسانی



تعداد بازیکنان: حداکثر ۳۰ نفر تیم ها: هیچ	فعالیت فضای بسته ده: سگ و استخوان
--	--------------------------------------

وسایل: هیچ

گروه سنی: ۷-۱۸ سال

**توجه:** تعامل تماسی باید منطبق با فرهنگ، حساسیت جنسیتی و مورد توافق همه شرکت کنندگان دختر و پسر باشد.

تنوع ها	اجرا
مرحله ۴: بازی: اگر بازیکنی که چشم بند دارد علائم حرکت را متوجه شد، باید جهت حرکت را با دست خود نشان دهد.	مرحله ۱: از بازیکنان بخواهید یک دایره تشکیل دهند.
مرحله ۵: اگر بازیکن با چشم بند درست بگوید، بازیکنی که هنگام دزدیدن استخوان گیر افتاده جایش را با جای بازیکن چشم بسته عوض می کند و تبدیل به سگ خفته جدید می شود.	مرحله ۲: از ۱ بازیکن بخواهید که داخل دایره قدم بگذارد و بشیند. آن بازیکن همان سگ است. چشمان بازیکن را ببندید و توپ اسفنجی را در کنار او قرار دهید. توپ اسفنجی استخوان است.
<b>توجه:</b> در این بازی بازیکنان تا حد امکان باید ساکت باشند.	مرحله ۳: هدف: هر بار یکی از بازیکنان دایره باید سعی کند توپ اسفنجی را تا حد ممکن بی سر و صدا بطوری که بازیکن چشم بسته نفهمد، بردارد. هدف دزدیدن استخوان بدون بیدار کردن سگ خوابیده است.



تعداد بازیکنان: حداکثر ۳۰ نفر  
تیم‌ها: هیچ

فعالیت فضای بسته یازده:  
گره

وسایل: هیچ

گروه سنی: ۷-۱۸ سال

**توجه:** تعامل تماسی باید منطبق با فرهنگ، حساسیت جنسیتی و مورد توافق همه شرکت کنندگان دختر و پسر باشد.

### تنوع‌ها

### اجرا

مرحله ۱: از بازیکنان بخواهید یک دایره تشکیل دهند.  
مرحله ۲: از بازیکنان بخواهید دستهای خود را بالا بیازند و به سمت مرکز دایره حرکت کنند، به طوری که همه دستها به هم نزدیک باشند.  
مرحله ۳: از بازیکنان بخواهید چشمان خود را ببندند و دست خود را برای گرفتن دست یک نفر دراز کنند و آن را نگه دارند. بازیکن باید دست ۲ نفر مختلف را بگیرد. (به عنوان مثال، ۲ بازیکن نمی‌توانند هر دو دست یکدیگر را بگیرند).

مرحله ۴: از بازیکنان بخواهید در حالی که دستان هم را گرفته اند عقب بروند.  
مرحله ۵: هدف: بازیکنان باید گره را بدون رها کردن دست باز کنند.  
**توجه:** این بازی نیاز به تمرکز و کار تیمی دارد. بازیکنان باید راهی برای حمایت از حرکات یکدیگر پیدا کنند و بدون رها کردن دستان خود به دایره اصلی باز گردند.

