

به نام خدا

کتابخانه عمومی پنج دقیقه‌ای

کتابخانه عمومی پنج دقیقه‌ای

آلموت بارتل

مترجم

لی لا لفظی

[www.saberinbooks.ir](http://www.saberinbooks.ir)

سرشناسه:  
 عنوان و نام پدیدآور:  
 مشخصات نشر:  
 مشخصات ظاهری:  
 شابک:  
 وضعیت فهرست نویسی:  
 یادداشت:  
 موضوع:  
 موضوع:  
 شناسه افزوده:  
 رده بندی دیویی:  
 شماره کتابشناسی ملی:

آلموت، بارتل  
 بازیهای پنج دقیقه‌ای: برای بچه‌های چهار سال به بالا/ نویسنده آلموت بارتل؛ مترجم لی لا لفظی.  
 تهران: صابرین، کتابهای دانه ۱۳۹۱.  
 ۸۰ ص.: مصور (رنگی)  
 ۳ - ۵۱ - ۲۷۸۵ - ۹۶۴ - ۹۷۸

فیبا  
 عنوان اصلی: Neue 5 - Minuten - Spiele: Für Kinder ab 4 Jahren  
 بازیهای کودکان  
 بازیهای آموزشی  
 لی لا، لفظی، ۱۳۴۸ - مترجم  
 ۱۳۹۱ ب۲/ب۱۶/ب۱۲۰۳ GV  
 ۲۹۷۸۴۷۹



کتابهای دانه

مؤسسه انتشارات صابرین ۸۸۹۶۸۸۹۰

بازیهای ۵ دقیقه‌ای

آلموت بارتل

لی لا لفظی	مترجم
مترجم کیان ناز	ویراستار
نرگس محمدي	صفحه‌آرایی
۳۰۰	تعداد
۱۳۹۱	چاپ اول
پویه‌گراور	لیتوگرافی
اکسیر	چاپ جلد و متن
پیام	صحافی

شابک: ۹۷۸ - ۹۶۴ - ۲۷۸۵ - ۵۱ - ۳

ISBN: 978 - 964 - 2785 - 51 - 3

حقوق ناشر محفوظ است.

قیمت ۶۰۰۰ تومان

## فصل نهم: تیمت و همکاران

### مقدمه مترجم

۵

### مقدمه

۷

۹

بازیهای پرشور و هیجان‌انگیز در خانه

۱۵

بازی با افرادی که دوستشان دارید

۲۱

بهترین بازیهای آموزشی برای کودکان

۳۱

بازیهای برای بچه‌های تنها

۳۷

بازی با توپ و بادکنک

۴۳

بازی و سرگرمی برای جهانگردان کوچک

۵۱

بازیهای برای روزهای آفتابی در کنار دریا

۵۹

فصل هشتم: بازیهای شانسی  
بازیهای مهیج برای کوچولوهای خوش شانس

۶۳

فصل نهم: بازیهای خودمانی و خانوادگی  
بازیهای جالب با افراد خانواده در خارج و داخل منزل

۷۵

فصل دهم: بازیهای آرام  
بازیهای آرام و بی صدا برای تمدد اعصاب

www.ketab.ir

## مقدمه مترجم

بازی و تحرک موجب سلامتی انسان می‌شود. این مسئله، به ویژه برای کودکان بسیار مهم است؛ چون برای رشد و پرورش ذهنی و جسمی خود به شادی و تحرک نیاز دارند. اما شرایط زندگی امروز باعث شده است که تنبلی و بی‌تحرکی، جایگزین بازی و تحرک بچه‌ها شود. شرایطی همانند: زندگی در خانه‌های آپارتمانی و عدم وجود فضای مناسب برای بازی، تنوع و افزایش بازیها و برنامه‌های رایانه‌ای و تلویزیونی، کمبود وقت والدین برای اینکه بچه‌ها را به پارک ببرند و مواردی از این قبیل.

اما از آنجا که بخش مهمی از شخصیت کودکان و یادگیری مهارت‌های مختلف زندگی در جریان بازی آنها شکل می‌گیرد، باید به آن اهمیت بیشتری داد.

شما در این کتاب، با بازیها و سرگرمیهای جالبی آشنا خواهید شد که اوقات شاد و دلپذیری را برای شما و فرزندتان به ارمغان می‌آورند و انواع گوناگون از بازیهای را مشاهده می‌کنید که شامل بازیهای فکری، آموزشی، تخیلی، هیجانی، حرکتی و ... می‌شوند. همه این بازیها برای فرزند شما مفید خواهند بود. فرقی نمی‌کند که کدام بازی را برای فرزند خود اجرا کنید. نکته مهم آن است که در همراهی با فرزند خود به او حس شادی و نشاطی هدیه کنید که هرگز آن را فراموش نکند.

در ترجمه این کتاب سعی شده است که مطالب به شیوه‌ای روان و ساده منتقل شود تا هنگام مطالعه، احساس نشود که متن ترجمه شده است. همچنین، در ترجمه بازیها، بنا بر ضرورتی که متن ایجاد می‌کرد و با توجه به وجود شباهت بازیها به بازیهای ایرانی، از قافیه‌ها و اشعار فارسی استفاده شده است، تا برای خوانندگان عزیز به گونه‌ای مأنوس باشد. بدون شک، مطالعه مطالب این کتاب، به والدین و مربیان مهدکودکها کمک می‌کند تا برای سرگرم کردن کودکان روشها و ایده‌های جدید و جالبی بیابند.

لی لا لفظی

## والدین گرامی!

شما می‌دانید که وقت چقدر باارزش و گرانبه‌است. شما علاوه بر کارهای خانه و شغل معینی که دارید، وظایف بی‌مزد و مواجب زیادی هم انتظارتان را می‌کشد! شما باید یکی از بچه‌ها را نزد دندانپزشک ببرید، آن یکی را از کلاس ورزش بیاورید و تازه باید حیوان خانگی خود را هم برای واکسن زدن نزد دامپزشک ببرید.

همچنین، برای مراسم بازار مدرسه<sup>۱</sup> باید یک سبد پر از وسایل مختلف آماده کنید و شب هم خسته و کوفته روی صندلی سفت و کوچک اتاق فرزندتان بنشینید و نمایش کودکانه او را نگاه کنید.

بسیاری از والدین شاعلم و منعه‌د، در کمال گذشت و فداکاری، از اوقات فراغت خود می‌گذرند تا مبادا زندگی خانوادگی‌شان دچار وقفه شود. به همین علت آنها در طول روز حتی پنج دقیقه هم فرصت بیدار نمی‌کنند تا با بچه‌هایشان بازی کنند و خوش بگذرانند. تعجبی هم ندارد؛ زیرا بعد از این همه فشار کاری که آنها تحمل می‌کنند، دیگر دل و دماغی برایشان باقی نمی‌ماند.

اغلب این موضوع را فراموش می‌کنیم که وقتی بچه‌ها بزرگ می‌شوند و از دوران کودکی خود تعریف می‌کنند، به‌هیچ‌وجه از رومیزی شیک و اتو کشیده منزل یا برق چشمگیر اتومبیل خانواده خود حرفی نمی‌زنند و یادی هم نمی‌کنند. اما آنچه هرگز از یادشان نمی‌رود، کلک‌ها و تقلب‌های پدرشان هنگام بازی است که همگی به خاطر آن حسابی می‌خندیدند.

لحظه‌های خوش و بی‌دغدغه زندگی خانوادگی در خاطرات دوران کودکی نقش می‌بندد و بر نوع رفتاری تأثیر می‌گذارد که بچه‌های خانواده در آینده با فرزندان خود خواهند داشت. بچه‌ها علاقه زیادی دارند که با والدین خود بازی کنند. آنان در بازی یاد می‌گیرند که قواعد خاصی را رعایت کنند، تمرکز کنند و قدرت حافظه، منطق و استقامت خود را

۱. در مدارس کشور آلمان بازاری برگزار می‌شود که دانش‌آموزان در آنجا وسایل کار کرده و دست دوم خود را با قیمت بسیار پایین عرضه می‌کنند. به این ترتیب لباسها و لوازمی که برای کودکی غیرقابل استفاده شده است، برای دانش‌آموز دیگر می‌تواند مورد استفاده قرار گیرد.

تقویت کنند و به دیگران آموزش دهند.

آنان در جریان بازی خلاقیت و قوه تخیل خود را پرورش می‌دهند، تواناییهای زبانی را کسب و حس هم‌نشینی و ارتباط را تجربه می‌کنند؛ یعنی همان چیزی که پایه و اساس رابطه کودک با والدینش است.

من به عنوان یک مادر و یک معلم تجربه کردم به ازای هر دقیقه‌ای که بتوانیم شاد و خوشحال با فرزندانمان بازی کنیم، در آینده از ساعتها انتظار کشیدن پر اضطراب در اتاق مشاور مدرسه، روان‌شناس و یا مشاور مواد مخدر راحت و رها خواهیم شد.

بنابراین هر وقت فرصتی پیش آمد با فرزندان خود بخندید و بازی کنید. از زمانی استفاده کنید که به عنوان راننده کودکان انجام وظیفه می‌کنید. با فرزند خود در آشپزخانه وقت بگذرانید و او را سرگرم کنید. همچنین هنگام پیاده‌روی و در اتاق انتظار پزشک وقت خود را با کودکان بگذرانید. حتی آخر شب هنگامی که برای گفتن «شب بخیر» کنار تخت فرزندان می‌نشینید، برای خندیدن و بازی کردن با او، از هر لحظه استفاده کنید.

WWW.KAPPA