



قوانین و مقررات بازیهای بومی و محلی

الک دولک - الختر - دال پلان - کلاس کلاس هفت
سنگ - یه قل دو قل

دپارتمان توسعه ورزشهای سنتی و بازیهای بومی، محلی
کمیته آموزش و پژوهش

بهار ۱۳۹۲

فهرست مطالب:

صفحه

- ۱- قوانین و مقررات بازی محلی الكك دولكك..... ۳
- ۲- قوانین و مقررات بازی محلی الختر..... ۷
- ۳- قوانین و مقررات بازی دال پلان..... ۱۰
- ۴- قوانین و مقررات بازی كلاس كلاس..... ۱۶
- ۵- قوانین و مقررات بازی هفت سنگ..... ۱۹
- ۶- قوانین و مقررات بازی یه قل دو قل..... ۲۶

قوانین و مقررات بازی

الک دولک

مقدمه :

بازی الک دولک از جمله بازیهای محلی رایج در نقاط روستایی کشور محسوب میشود که بعلت شرایط و مقررات سهل و ساده در اکثر نقاط کشور به نامهای مختلف نامیده میشود و رده‌های سنی مختلف مردان و حتی دختران نیز مبادرت به انجام این بازی مفرح و کم هزینه می‌نمایند و اغلب روستائیان خصوصاً در تعطیلات نوروز به این بازی می‌پردازند.

وسایل بازی :

دو قطعه چوب ترجیحاً از جنس مقاوم دو، الک به قطعه چوبی کوچکی اطلاق می‌شود که حدوداً بطول ۱۵ تا ۲۰ سانتی متر و ضخامت ۲ تا ۳ سانتی متر می‌باشد و هر دو سر آن همانند مداد تراشیده شده است. دولک به چوبدستی اطلاق می‌شود که حدوداً طول آن ۷۰ سانتی متر است و از جنس مقاوم و به ضخامت ۲ تا ۴ سانتی متر می‌باشد.

شرح بازی :

ابتدا چاله کوچکی در زمین بازی تعبیه میشود سپس چوب دولک (کوچک) را روی چاله مستقر می‌نمایند. در ادامه چوب الک (بزرگ) را زیر دولک قرار می‌دهند و با یک دست و گاهاً با دو دست دولک را به هوا پرتاب می‌نمایند و با نواختن ضربه ای محکم به زیر دولک، دولک را در مسیر زمین بازی رو به جلو می‌فرستند.

زمین بازی :

این بازی نیاز به زمینی مستطیل شکل به ابعاد حداقل (۶۰×۳۰) و حداکثر (۱۲۰×۷۰) دارد که بایستی مسطح و عاری از هرگونه موانع و ناهمواری باشد و ترجیحاً زمین‌های خاکی که بستر آن کوبیده شده باشد مناسب تر هستند.

بازیکنان :

تعداد اعضای اصلی هر تیم حداقل ۲ نفر و حداکثر ۵ نفر و یک نفر ذخیره می‌باشد.

زمان بازی :

زمان رسمی هر بازی ۱۵ دقیقه که به دو نیمه ۷ دقیقه‌ای و با یک دقیقه استراحت منظور می‌گردد .

لباس بازیکنان :

پیراهن و شلوار می‌باشد که روی پیراهن‌ها از شماره ۱ تا ۵ به زبان فارسی قابل رویت باشد .

هر تیم جهت انجام مسابقات بایستی دو رنگ لباس را در مراسم قرعه کشی معرفی نماید .

مسابقات رسمی به دو روش محلی انجام می‌شود :

روش اول : کاشتن دولک روی زمین و با استقرار الک به زیر (دولک) و دستی به محوطه اصلی رو به جلو پرتاب

می‌کنند و مسافت برای زننده (مهاجم) که در این جا بنام « دسته بالایی » نامیده می‌شود محاسبه می‌گردد و بنای محاسبه طول

الک (۷۰ سانتی متر) می‌باشد .

- اعضای تیم زننده (مهاجم) که به نام دسته بالایی در ایستگاه شروع بازی مستقر شده اند، هر کدام به نوبت ۱ تا ۳ ضربه

می‌توانند به دولک بزنند

- تیم گیرنده دولک (مدافع) که به نام دسته پایین توی زمین بازی مستقر گردیده و جای گیری نموده اند می‌توانند دولک

را در هوا با یک دست یا با دو دست بگیرند و از (۳ امتیاز) گل گیری استفاده نمایند. و یا اینکه با چوب دستی خود (الک)

یا با پا از فرود دولک جلوگیری و در زمین بازی و در مسیر ایستگاه ضربه زدن عودت دهند . در مرحله بعدی زننده دولک

چوب الک را به حالت افقی در مکان ضربه زدن قرار می‌دهد و تیم گیرنده الک را بوسیله دولک نشانه می‌رود که در

صورت اصابت دو امتیاز می‌گیرد و نفر تیم زننده نیز سوخته و نمی‌تواند به بازی ادامه دهد .

- در صورت برخورد نکردن دولک به الک زننده ضربه می‌تواند به یکی از دو سر دولک اشاره (ضربه مقدماتی) می‌زند

تا از زمین جدا و سپس ضربه اصلی را به زیر دولک می‌زند و هر بازیکن حق دارد ۳ بار به صورت مستمر این حرکت را انجام

دهد .

تیم گیرنده دولک همانند مرحله قبلی می‌تواند از موقعیت امتیاز گل گیری و برگرداندن دولک به منطقه آغازین بازی استفاده

نماید.

تعویض زمین :

تعویض زمین بازی پس از نیمه اول (هفت دقیقه) اعلام می گردد و بین دو نیمه یک دقیقه استراحت داده می شود و توسط منشی امتیازات دو تیم ثبت و اعلام می گردد .

کادر داوری :

متشکل از یک سر داور، دو کمک داور و یک منشی می باشد لباس داوران متحدالشکل و برابر مقررات بر حسن انجام مسابقه نظارت می نمایند.

شروع بازی با انجام قرعه کشی انجام می شود و برنده قرعه مجاز به انتخاب حمله یا دفاع می باشد.

روش دوم : روش دوم همانند روش اول است با این تفاوت که ایستگاه محل ضربه زدن بوسیله دو قطعه آجر یا سنگ به ارتفاع ۵ تا ۷ سانتی متر و فاصله ۱۵ سانتی متر در دایره ای به قطر یک متر ترسیم که ابتدا دولک را بر روی آجرها مستقر می گردد و تیم زننده با یک دست دولک را از زمین جدا و در بین زمین و هوا به زیر آن با یک دست ضربه می زند .

تبصره : بازیکنان مدافع و مهاجم فقط مجاز هستند برابر مقررات در محدوده خط کشی شده زمین مبادرت به انجام بازی نمایند و چنانچه دولک را به سهواً به خارج از محدوده زمین ارسال نمایند امتیاز آن مرحله را ازدست می دهند و چنانچه عمداً دولک را به خارج از زمین بفرستند توسط داور جریمه می شوند و امتیاز از دست می دهند .

- تشخیص خطا و اتلاف وقت از حیطة اختیارات داوران می باشد .

- در پایان بازی هر تیمی که امتیاز بیشتری کسب نماید برنده مسابقه است .

قوانین و مقررات بازی الخطر

تاریخچه :

این بازی به نام الختر ، الخترک ، الختور ورمازا، لیلی ، قلان ویا خروس جنگی معروف است ودر اغلب نقاط ایران در بین روستائیان وعشایر متداول می باشد که به صورت انفرادی و تیمی قابلیت رقابت دارد .

ابعاد و جنس زمین و زمان بازی :

این بازی در زمینی به طول ۳۰ متر وعرض ۲۰ متر انجام میشود که پوشش آن به طور معمول از جنس خاک یا چمن بوده وزمان اتمام بازی نامحدود و منوط به مبارزه تمام نفرات دو تیم با یکدیگر می باشد .

تعداد بازیکنان و روشهای بازی الختر:

الختر در بین مردان به صورت انفرادی (مبارزه تن به تن) و به صورت تیمی حداقل ۳ نفره – ۵ نفره و ۷ نفره انجام می شود که به آن (مبارزه تیمی و اصطلاحاً به نام جنگ مغلوبه معروف است.

خروس جنگی اصطلاحی است که دستها روی سینه و زیر بغل قرار می گیرد و به صورت رقابتی بین بانوان و دختران انجام می شود و به حالتهای انفرادی (نفر به نفر) و تیمی این ۳ نفر یا ۵ نفره انجام می شود.

علت اینکه تیم ها بصورت فرد است که در نهایت نتیجه بازی مساوی نگردد.

لوازم وتجهیزات مورد نیاز :

تجهیزات خاصی مورد نیاز نیست ومعمولاً از لباس وكفش معمول ورزشی استفاده می گردد .

تعداد داوران و برگزار کنندگان :

تعداد داوران چهار نفر میباشد ، که یک نفر به عنوان داور اصلی ودو نفر به عنوان کمک داور(در صورتیکه ۷ نفره بازی شود) انجام وظیفه می نمایند و یک نفر منشی امتیازات دو تیم را ثبت مینماید

شرح بازی :پس از انجام مراسم قرعه کشی دو تیم در انتهای زمین بازی با گرفتن پنجه های پا به وسیله دست مخالف (مثلاً با انگشتان دست راست پنجه های پای چپ را بهم قفل می کنند) وبا علامت داور مسابقه آغاز می شود .

هر دو تیم سعی می کنند با هل دادن حریف ، جا خالی دادن ، تعادل حریف را بهم بزنند هرنفیری که تعادلش بهم بخورد وزانویی که در دست دارد به زمین بخورد ویا اینکه پنجه های دستش از پایش رها شود بایستی از زمین خارج شود ویک امتیاز از دست می دهد درپایان هر مسابقه هر تیمی که موفق شود ، تمامی افراد تیم مقابل را شکست دهد برنده بازی است و به تعداد نفرات باقی مانده تیم خود امتیاز می گیرد .

روش های بازی الختر

۱. این روش را مبارزه عمومی دو تیم یا جنگ مغلوبه نامیده اند که مانند مسابقات والیبال گاهاً ۳ بار تکرار می شود و تیمی که در دو نوبت برنده شود برنده نهایی است .

۲. روش دوم نیز مسابقه تن به تن یا نفر به نفر است که هر حریفی که به میدان می آید به صورت یک پا (یک لنگه) به صورت انفرادی مبارزه میکند و در صورت برنده شدن در میدان باقی می ماند و پای خود را رها نمی کند . گاهی مشاهده شده است که ممکن است یک نفر بدون اینکه دستش را از پایش رها شود چند نفر را شکست دهد .

امتیازات :

چنانچه در حین مبارزه دستی که پارا گرفته رها شود خطا محسوب گردیده و از دور مسابقه خارج می شود و امتیاز منفی محسوب می گردد و بازی بین نفرات دیگر آغاز می شود. خارج شدن از زمین بازی امتیاز منفی محسوب می گردد و فردی که از زمین بازی خارج شده از دور بازی حذف و بازی بین نفرات دیگر ادامه خواهد یافت. هرگونه ضربه از طرف هر بازیکنی که به حریف مقابل صدمه بدنی وارد نماید و بصورت عمدی باشد خطا محسوب می گردد و خاطی برای بار اول کارت زرد و برای دوم کارت قرمز خواهد گرفت و بازیکن خطا کار بازنده محسوب می گردد و امتیاز از دست می دهد اگر یکی از بازیکنان در حین مبارزه به زمین برخورد کند ولی پنجه پا از دستش رها نشود با بلند شدن فرد از زمین بازی ادامه خواهد داشت هر بازیکنی که در حین مبارزه چه با ضربه حریف و چه بدون ضربه حریف پای خود را رها کند بازنده یک امتیاز به نفر مقابل داده خواهد داشت.

اتمام بازی زمانی خواهد بود که تمام نفرات باهم بازی نموده باشند هر بازیکنی که در حین بازی و یا بعد از بازی از مقررات تخطی نماید برابر مقررات با وی رفتار خواهد شد. هرگونه اعتراض یا صحبت با داوران حین انجام مسابقه از طرف بازیکنان یاسرپرست یا مربی خطا محسوب شده و برابر رای داور ۱ امتیاز به تیم مقابل داده خواهد شد . زدن هرگونه ضربه از گردن به بالا ممنوع می باشد و داور درباره آن تصمیم گیری خواهد نمود.

در صورت تساوی امتیازات دو تیم با نظر مربیان یک نفر از هر تیم با یکدیگر مبارزه می کنند.

قوانین و مقررات بازی

دال پلان

مقدمه

بررسی ها نشان داده است پس از شکل گیری جوامع اولیه بشری و آغاز فعالیت ها در زمینه های فرهنگی، اجتماعی، اقتصادی و سیاسی از مباحث مورد علاقه و توجه بشر دست یافتن به سلامتی و نشاط و شادابی جامعه بوده است که در قالب بازیها و ورزشهای بومی و محلی در بین مردم رواج داشته است با روند رو به رشد زندگی اجتماعی و ضرورت ارتباطات جوامع و مناطق بازیهای سنتی، بومی و محلی و ورزشهای رایج نیز تکامل یافته و در ایجاد تعامل و همبستگی اقوام نقش انکار ناپذیری ایفاء نموده است.

پرداختن به ورزش و تفریحات سالم در راستای پر کردن مفید اوقات فراغت و دست یافتن به توانمندی و آمادگی جسمی و روحی و قبول مسئولیتهای اجرایی اجتماعی از نکات مثبت و بارز ورزش بوده که از نگاه تیز بین آگاهان به علوم اجتماعی مخفی نمانده است.

در گذر زمان بازیها و ورزشهای سنتی و بومی محلی مختلفی توسط اقوام و عشایر طراحی، ابداع و اشاعه گردیده است که نشأت گرفته از آداب، سنن و ریشه در فرهنگ و رسوم عامه مردم دارد.

اصولاً هر ورزشی نیاز به ابزار و وسایل خود دارد و خصوصیت بارز بازیهای بومی و محلی این نکته است که ابزار و وسایل آن در طبیعت وجود دارد و از دیگر ویژگیهای این دست بازیها می توان به ساده بودن و ارزان بودن آنها اشاره کرد.

معرفی ورزش دال پلان

«دال» به معنای نشانه است و در این ورزش یا بازی به قطعه سنگی اطلاق میشود که از سایر سنگهای موجود در مکان بازی مشخص تر است.

«پلان» به معنای قطعه سنگی است که توسط بازیکن انتخاب میشود و به سوی هدف که دال باشد پرتاب میشود.

پیشینه

این ورزش از جمله بازیهای رایج و متداول در بین روستائیان و به ویژه عشایر کشور می باشد.

بعلت زندگی کوچ نشینی عشایر در دامنه و فراز کوهها در فصل های ییلاق و قشلاق و وجود انواع سنگ ها در طبیعت و نیاز به دفاع از رمة و احشام و همچنین در جمع آوری و هدایت گله در مسیرهای تردد، چوپانان به مهارت و تبحری دست می یابند که پرتاب کردن سنگ جزء لاینفک زندگی آنان میگردد و به مرور زمان ورزشهای بومی و محلی در رشته های پرتابی به وجود آمده است که از آن جمله می توان به دال پلان و قلماسنگ (فلاخن) اشاره نمود.

این بازی بصورت مشخص به همین نام در بین روستائیان و عشایر استان لرستان رواج دارد و در بین عشایر استان خوزستان، چهارمحال و بختیاری و کهگیلویه و بویراحمد تحت عناوین کلکه برد، کل برد، پیش جنگ، در استان فارس بنام نشانه زنی با

سنگ در استان مرکزی بنام سنگ دووه معروف است و در سایر استانهای کشور بنامهای مختلف و گویش های متفاوت در بین روستائیان مرسوم می باشد.

ویژگی دال پلان

در تقسیم بندی و دسته بندی بازیهای بومی و محلی می توان ورزش دال پلان را از رشته ورزشهای پرتابی محسوب نمود که نیاز به قدرت بدنی و تبحر در تیراندازی به سوی هدف ثابت دارد و بعنوان ورزش پایه در پرتابهای رشته دو و میدانی خصوصاً پرتاب با وزنه برشمرد که پرتاب کننده پلان به مهارت و دقت در نشانه زنی دست می یابد.

اعضای تیم

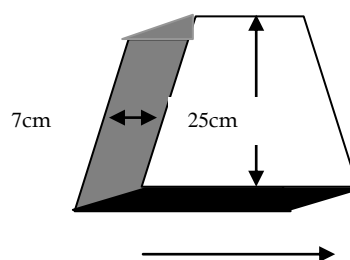
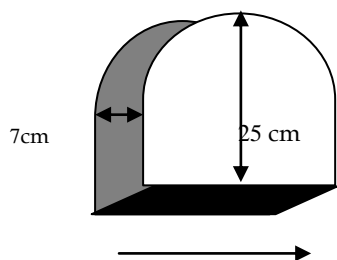
این رشته ورزشی می تواند بصورت انفرادی یا تیمی برگزار شود که در حالت تیمی حداکثر بازیکنان ۴ نفری باشند که ۳ نفر آنها بازیکنان اصلی و ۱ نفر دیگر ذخیره خواهند بود.

زمین بازی

دال پلان در زمینی مسطح و مستطیل شکل به طول حداکثر ۲۵ و عرض ۵ متر انجام می شود.

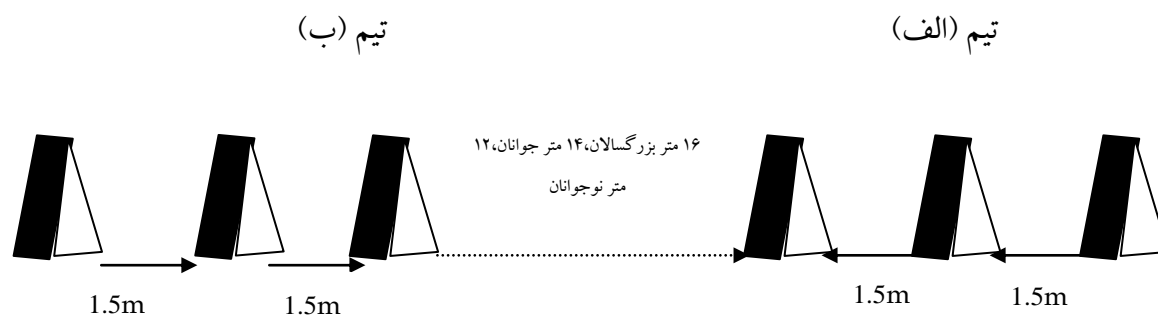
وسایل بازی

تعداد ۶ تخته سنگ همسان و مستطیل شکل با ضخامت ۷ سانتی متر و ارتفاع ۲۵ سانتی متر و تکیه گاه ۱۵ سانتی متر که بجای سنگ در مسابقات سالنی می توان از چوب نیز استفاده نمود ضمناً قسمت فوقانی دال می تواند کروی یا بشکل دوزنقه باشد و همچنین تعدادی قطعه سنگ «پلان» جهت پرتاب به گونه ای که در دست پرتاب کننده جای بگردد و معمولاً نزدیک به کروی و متناسب با توان ورزشکار باشد نیاز می باشد.



نحوه چین دالها:

هر تیمی دارای سه دال بوده که می بایست دقیقاً در راستای دالهای حریف و در خط مستقیم با فاصله ۱/۵ متر از یکدیگر بصورت ستونی پشت سر یکدیگر کاشته شوند ضمناً فاصله اولین دال هر تیم با تیم مقابل جهت آقایان رده سنی بزرگسالان ۱۶ متر، جوانان ۱۴ متر، نوجوانان ۱۲ متر و بانوان بترتیب ۱۰ متر، ۸ متر و ۶ متر می باشد.



نحوه اجرای بازی:

مسابقه با انجام قرعه کشی توسط داور و با حضور (سالارها) سر گروه های دو تیم بصورت تر یا خشک (قطعه سنگ کوچکی به قطر حدود ۴ سانتی متر و ضخامت ۱ سانتی متر) توسط داور انتخاب یک طرف آن خیس و به هوا پرتاب می شود که با توجه به انتخاب سرگروهها تیم شروع کننده مشخص می شود و به هوا پرتاب می شود البته می توان مانند سایر رشته های ورزشی از سکه یا هر وسیله دیگری برای تعیین تیم شروع کننده نیز استفاده نمود.

شروع مسابقه:

تیمی که برنده قرعه گردیده بازی را بدین شکل آغاز می نماید که به ترتیب هر کدام از بازیکنان (حداکثر ۳ نفر) می توانند یک قطعه سنگ به طرف ۳ دال حریف پرتاب نمایند و اگر هر یک از بازیکنان بتوانند یک یا دو دال از حریف را بزنند به گونه ای که دال کاملاً سرنگون شود می تواند به ازاء هر دال افتاده یک سنگ جایزه پرتاب نماید و ممکن است یک بازیکن با یک پرتاب دو و یا سه دال حریف را همزمان سرنگون نماید.

نحوه امتیاز دهی :

حداقل امتیاز جهت اتمام یک مسابقه کسب حداقل ۹ امتیاز می باشد. برای کسب این امتیاز حداکثر ۵ دور و حداقل ۳ دور (۹ بر ۰) بازی برگزار می شود.

۱) اگر تیم (ب) ۳ دال تیم (الف) را بیاندازد ولی هیچیک از دالهای تیم (ب) سرنگون نشده باشد تیم (ب) ۳ امتیاز دریافت می کند و تیم (الف) هیچ امتیازی کسب نمی نماید.

تیم (ب)



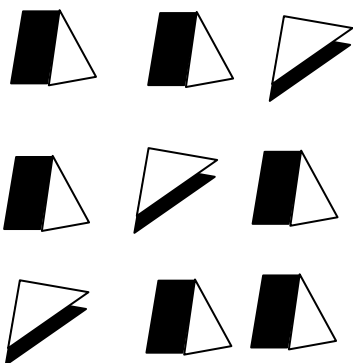
تیم (الف)



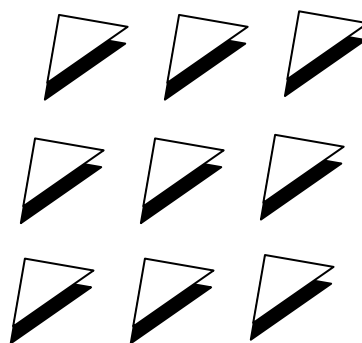
تبصره: یک دال افتاده از تیم برنده می تواند هر کدام از ۳ دال باشد.

۲) چنانچه تیم (ب) ۳ دال تیم (الف) را بیاندازد ولی یکی از دالهای تیم (ب) افتاده باشد تیم (ب) ۳ امتیاز و تیم (الف) ۱ امتیاز کسب می نماید.

تیم (ب)



تیم (الف)



حالت : اول

حالت : دوم

حالت : سوم

۳) اگر تیم (ب) ۳ دال تیم (الف) را بیاندازد ولی ۲ دال تیم (ب) در حین مسابقه بوسیله تیم (الف) سرنگون شده باشد تیم (ب) ۳ امتیاز و تیم (الف) ۲ امتیاز کسب می نماید.

تیم (ب)



تیم (الف)



حالت : اول

حالت : دوم

حالت : سوم

تبصره: چنانچه بازیکنی بتواند با یک سنگ ۲ دال حریف را همزمان بزند دو پرتاب جایزه می گیرد.

هر تیم بعد از هر دوره بازی جای خود را عوض می کنند مگر اینکه در پایان دور بازی هیچ یک از دالهای تیمش سرنگون نشده باشد.

تیم های مسابقه دهنده تا پایان هر مسابقه (یعنی کسب حداقل امتیاز) حق تعویض بازیکن را دارد در جریان بازی بازیکن مصدوم شده با تشخیص داور قابل تعویض می باشد.

هر تیم باید دارای لباس متحدالشکل باشد.

بازیکن پرتاب کننده حق دارد حداکثر ۷۰ سانتی متر از دال اول تیم خود برای پرتاب فاصله داشته باشد که به وسیله خطی مشخص می شود.

چنانچه بازیکنی در موقع پرتاب پایش از خط عبور نماید مرتکب خطا شده و پرتاب او بلا اثر تلقی می شود.



۷۰ cm



۷۰ cm

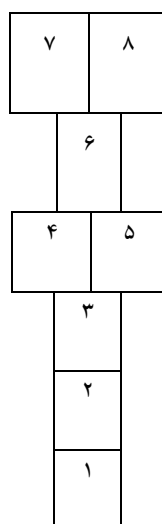
قوانین و مقررات بازی

کلاس کلاس

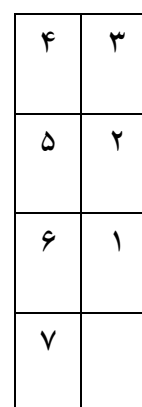
معرفی بازی :

بازی کلاس کلاس یا (خانه بازی) از جمله بازیهای محلی رایج در مناطق مختلف کشور است که بیشتر بانوان به این بازی میپردازند و به دو شکل زیر انجام می شود .

شکل (۲)



شکل (۱)



طریقه بازی شکل (۱)

مرحله اول: پرتاب سفال یا سنگ از خانه اول تا آخر

هر بازیکن در شروع بازی سنگ خود را به خانه نخست پرتاب کرده در صورت نداشتن خطا بازی را شروع کرده لی لی کنان خانه را طی می کند تا به خانه ۷ که خانه استراحت است برسد، پس از آن با پرتاب سنگ به خانه دوم دور دوم را شروع کرده و به همان ترتیب پیش می رود تا به خانه آخر (۷) برسد. اگر بازیکنی بدون خطا یا به اصطلاح بدون سوختن به انتهای بازی برسد می تواند به بازی خود ادامه دهد و مرحله دوم را آغاز کند.

مرحله دوم: چشم بسته کلیه خانه ها را به صورت رفت و برگشت طی کند.

مرحله سوم: با پرتاب سنگ از پشت سر اقدام به خرید خانه کند و سپس کلیه خانه ها را به ترتیب رفت و برگشت طی کند.

خانه های استراحت:

توضیح اینکه در طریقه بازی به شکل ۷ خانه ای برای کودکان می توان توافق کرد که خانه ۴ خانه استراحت است ولی در طریقه بازی در ۸ خانه ای (لی لی فرنگی) خانه کنار هم یعنی (۴-۵) و (۷-۸) خانه های استراحت هستند.

طریقه بازی شکل (۲)

طریقه و شکل بازی در لی لی ۸ خانه ای که به نام لی لی فرنگی معروف است همانند مرحله و شکل اول است
طریقه بازی در ۸ خانه

مرحله اول: پرتاب سنگ از خانه به خانه .

مرحله دوم: چشم بسته عبور کردن از خانه ها.

مرحله سوم: خرید خانه توسط هر بازیکنان

خرید خانه:

بازیکن پشت به زمین خط کشی شده و موازی آن ایستاده سنگ را از روی سر خود به سمت زمین پرتاب می کند. سنگ در هر خانه که قرار گرفت آن خانه به او تعلق میگیرد.

مزایای خانه خریداری شده:

این خانه مختص به بازیکن خریداری شده و هیچ کس اجازه وارد شدن در آن را ندارد و زمان رسیدن به آن باید از روی آن بپرد، این در حالی است که خریدار به محض رسیدن به خانه خودش با هر دو پا وارد آن شده و استراحت می کند، این بازی ادامه دارد تا زمانی که دیگر خانه ای برای خریدن باقی نماند.

خطاها:

در این بازی تماس پا با هر کدام از خطهای عمودی یا افقی خطا محسوب شده و شخص خاطی به اصطلاح می سوزد و نوبت به بازیکن بعدی میرسد.

- افتادن سنگ بر روی خط یا خارج شدن آن از محدوده خط کشی شده

- وارد شدن هر بازیکن در خانه ی خریداری شده توسط دیگری.

تبصره ۱: در هر دور بازی بازیکن باید سنگ را در خانه ی مربوط به همان دور بیاندازد

تبصره ۲: در این بازی معمولاً با انجام گردو بشکن، گل یا پوچ و یا ... نفر اول تا ... مشخص شده بازی شروع می شود.

در این بازی برنده کسی است که بتواند هر سه مرحله را بدون خطا و با موفقیت طی کند و بیشترین امتیاز را بگیرد .

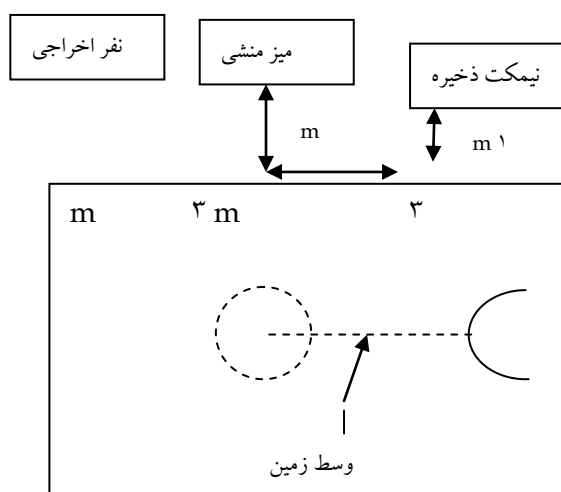
قوانین و مقررات بازی

هفت سنگ

قوانین به تصویب رسیده در بازی هفت سنگ

ابعاد زمین: مستطیلی با یک دایره در مرکز.

- زمان بازی دو تایم یا نیمه بوده با ۲ دقیقه استراحت بین دو نیمه.
- * نوجوانان ۲ تایم ۷ دقیقه‌ای جوانان و بزرگسالان ۲ تایم ۱۰ دقیقه‌ای



- ۱- نوجوانان زمین رو باز 20×16
- داخل سالن 18×12

منطقه ممنوع برای ورود مربی و ذخیره ۶

۵ m قطر دایره وسط و محل چیدن سنگها

$m\sqrt{5}$ محل پرتاب توپ (تا مرکز دایره وسط)

- ۲- جوانان و زمین رو باز 30×18
- بزرگسالان داخل سالن 28×15

قطر دایره وسط $3/60$

۵ m محل پرتاب توپ (تا مرکز دایره)

۱ امتیاز به تیم مقابل

خطاها: خطاها { ۲ امتیاز به تیم مقابل در صورت خطای تیمی }

- پاسخ یا جریمه خطاهای انفرادی برای تیم زنده سنگها حذف یک سنگ
- برای تیم زنده توپ چیدن یک سنگ

- تنها مورد استثناء تکل کردن و هل دادن می‌باشد که جریمه آن اخراج ۲ دقیقه ای می‌باشد * (تکل خطرناک یک امتیاز هم به تیم مقابل)

الف: مانع شدن: (سد کردن)

• اگر تیم زنده توپ مانع چیدن سنگ توسط تیم مقابل شود.
چیدن یک سنگ (۱-۱) - اگر انفرادی صورت گیرد

(۲-۱) - اگر تیمی صورت گیرد ← یک امتیاز به تیم مقابل

۲- ورود به داخل دایره تیم زنده توپ ← یک امتیاز به تیم مقابل

ب- وقت کشی

ب (۱) - اگر زمان باقیمانده بیشتر از ۲۰ ثانیه باشد. قانون ۲۰ ثانیه اعمال شده و چون در دسته بندی خطاهای تیمی قرار می گیرد، جریمه آن عبارتست از تخصیص یک امتیاز به تیم مقابل.

ب (۲) - در صورتی که زمان باقیمانده از بازی کمترین از ۲۰ ثانیه باشد داور تنها به آوانتاژ اکتفا می کند. (کاشتن یک سنگ)
خطای را در دست نگهدارد برای تیم مقابل یک سنگ چیده می شود.

بازیکن مصدوم شده است ابتدا وقت را نگه می داریم اگر نیاز بود تعویض صورت می گیرد.

تعویض مکرر صورت می گیرد مشروط بر اینکه بین چرخشها باشد.

اگر خطای ۵ ثانیه سه بار تکرار شود برای تیم مقابل یک سنگ چیده می شود.

نتیجه بازی:

ریختن سنگها برای تیم ۲ امتیاز به ارمغان آورده چیدن سنگ نیز ۲ امتیاز در مجموع برای تیمی که سنگها را می ریزد و بعد هفت سنگ می کند ۴ امتیاز. برای تیم زنده توپ به ازای حذف هر بازیکن ۱ امتیاز و در مجموع (در نهایت در صورت حذف کلیه بازیکنان) ۴ امتیاز. در صورت تساوی اگر بازی به تساوی رسید، سه پرتاب به هر تیم اختصاص داده می شود هر تیم که تعداد ریختن سنگهایش بیشتر بود برنده بازیست اگر در سه پرتاب نیز تعداد زدنها مساوی شد یک پرتاب طلایی به هر تیم اختصاص داده می شود.

- داور مجاز است در صورت لزوم به مربی نیز کارت زرد و حتی قرمز داده، و وی را از محل مسابقات اخراج کند.
- در مورد بازیکن خاطی در صورت انجام خطا ابتدا تذکر اگر تکرار شود کارت زرد و به اخطار یک امتیاز به تیم مقابل تکرار مجدد کارت قرمز دریافت کرده که به ازای آن اخراج دائم و ترک نیمکت ذخیره.
تاکید می شود جهت اجرای بهتر بازی و جلوگیری از هدر رفتن وقت از دو توپ استفاده شود.

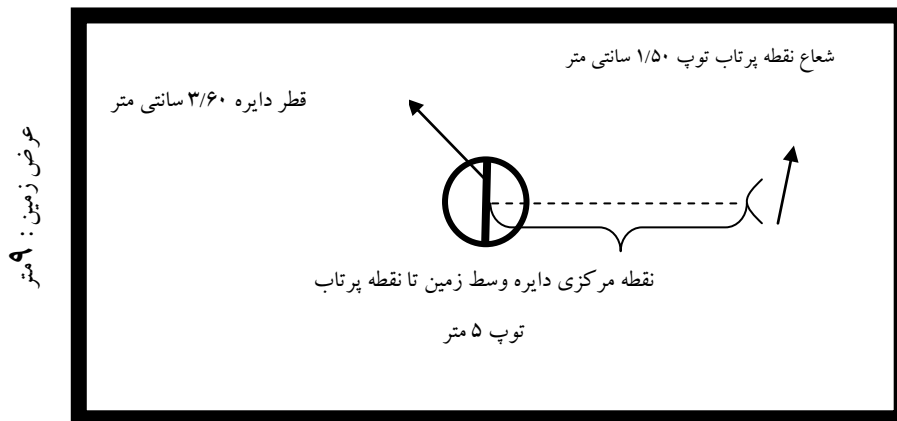
پیشینه

هفت سنگ از جمله بازیهای بومی و محلی گروهی ایران است که به صورت متنوع در اکثر نقاط روستایی و شهرهای میهن اسلامی به شکلهای مختلف رواج داشته است و گروههای سنی دختران و پسران و حتی بزرگسالان با این بازی آشنایی کامل داشته و بدان می پردازند و به وسایل چندانی نیاز نداشته و در فضاهای باز و سالنهای ورزشی به سهولت قابلیت اجراء و گسترش دارد. وسایل مورد نیاز این بازی عبارتند از یک عدد توپ مینی هندبال یا توپ تنیس خاکی که به توپ سه پوست معروف است و هفت قطعه سنگ مسطح و یکنواخت جهت چیدن روی یکدیگر. (توضیح اینکه درادوار گذشته از توپهای دست ساز و پارچه ای برای انجام این بازی استفاده می شد)

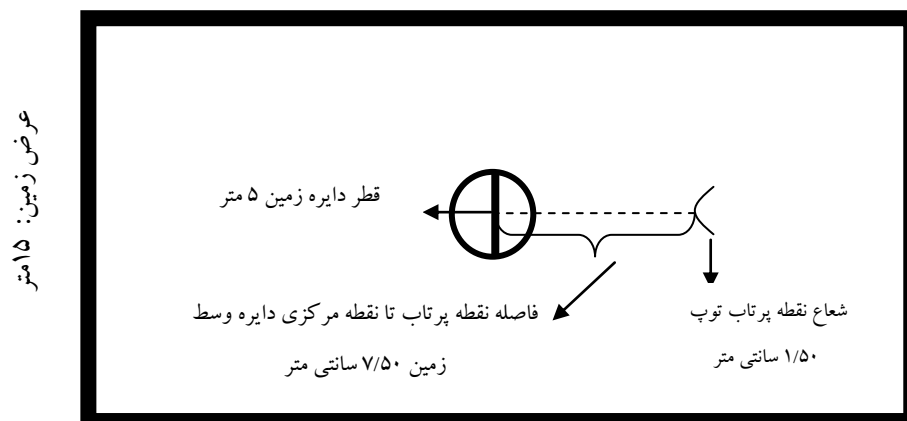
علیرغم قدمت و سابقه انجام این بازی گروهی و بومی نظر به اینکه این بازی تا کنون به صورت رسمی و با قوانین و مقررات مدون و یکنواخت برگزار نشده است، این مقررات و قوانین برای اولین بار از سوی فدراسیون ورزش روستایی و عشایری جمهوری اسلامی ایران تهیه و تنظیم گردید و پس از تبادل نظر کارشناسی به جهت سهولت و یکنواختی در سطح کشور به مرحله اجرا گذاشته می شود تا در آینده با کسب تجربه بیشتر توسط اهل فن نقاط قوت و ضعف آن بیش از پیش شناسایی، دسته بندی و در راستای گسترش و جذابیت آن به حول و قوه الهی اقدام گردد.

۱: زمین مورد نیاز

طول زمین: ۱۸ متر



ابعاد و مشخصات زمین: ۳۰ متر طول و ۹ متر عرض و ۵ متر شعاع پرتاب توپ و ۱۸ متر طول زمین و ۱۵ متر عرض زمین و ۷/۵۰ سانتی متر شعاع پرتاب توپ



ابعاد و مشخصات زمین هفت سنگ رده سنی جوانان و بزرگسالان

و آقایان و بانوان

۲: تعداد بازیکنان:

- تعداد بازیکنان هر تیم ۵ نفر می باشد که ۴ نفر اصلی و ۱ نفر ذخیره می باشد.
- پس از آغاز مسابقه و با اعلام سالار هر تیم در زمان جابه جایی تیم ها ، تعویض بلامانع و محدودیت ندارد.
- تعویض با اجازه از سرداور مسابقات و ثبت در برگه قضاوت توسط منشی انجام می گردد

۳: نحوه انجام مسابقه:

- پس از مراسم قرعه کشی و با سوت داور مسابقه آغاز می شود.
 - تیم برنده قرعه به عنوان مهاجم و تیم بازنده قرعه به عنوان مدافع نامیده می شوند.
 - تیم برنده در سمت راست نقطه پرتاب به ترتیب شماره از ۱ تا ۴ مستقر می شوند و سپس با اجازه داور هر یک به نوبت درون محوطه پرتاب توپ (شعاع پرتاب) قرار می گیرند و هر نفر حق یک پرتاب را دارد.
- تبصره ۵:** بازیکن پرتاب کننده نبایستی از خطوط نیم دایره منطقه پرتاب پای خود را روی خطوط عرضی و منطقه پرتاب بگذارد و در غیر اینصورت خطا بوده و حق پرتاب از وی سلب می گردد.

۴. امتیازات

- بازیکن پرتاب کننده در صورتی که توپ وی به سنگها اصابت نکرد به سمت راست منطقه پرتاب مستقر شده و منتظر پرتاب یاران بعدی خود می ماند.
- در صورتیکه هیچ یک از یاران تیم مهاجم (زننده) توپ موفق به اصابت و ریختن سنگها نگردند با سوت داور بلافاصله جای دو تیم عوض می شود(جابجایی اجباری انجام می شود و یک نمره فنی به تیم حریف تعلق می گیرد) .
- بازیکنان تیم مدافع (دریافت کننده توپ) به ازای هر نفر فقط ۵ ثانیه فرصت دارند توپ را در دست نگهدارند، و در مجموع ۲۰ ثانیه وقت دارند که یک نفر از یاران تیم مقابل را بزنند و چنانچه موفق نشدند داور یک سنگ در جای خودش مستقر می نماید و شمارش ۲۰ ثانیه به وسیله دست و با صدای شمارش انجام می شود.
- تیم مدافع (گیرنده توپ)بایستی با پرتاب توپ به سوی نفرات مهاجم امتیاز کسب کند (یعنی به ازای هر نفر ۱ امتیاز) و جمعاً میتواند ۴ امتیاز کسب نماید .
- تیم مدافع (گیرنده توپ) خارج از محدوده چیدمان سنگها که به قطر ۵ متر است می تواند مستقر گردیده و پاس کاری نماید ، در صورت پرتاب توپ و اصابت به بازیکن مهاجم به ازای هر نفر یک امتیاز کسب می نماید .
- تیم مدافع (گیرنده توپ) در صورتی که ۴ امتیاز یک نوبت بازی را کسب کرد بعلت اینکه بازیکنی از تیم حریف در زمین وجود ندارد می بایستی با نظر سرداور از زمین خارج و به عنوان مهاجم بازی را آغاز نمایند .

- در صورت اصابت توپ بازیکنان مهاجم (زننده) و ریختن سنگها به تیم زننده ۲ امتیاز تعلق می گیرد و بوسیله سرداور با بالابردن دست و نشان دادن ۲ امتیاز در برگ منشی ثبت می گردد. چیدن صحیح هفت سنگ به روی هم نیز ۲ امتیاز دارد.
- تیم مدافع به ازای هر نفری که با توپ می زند یک امتیاز می گیرد (یعنی با توجه به حضور ۴ نفر اصلی در زمین تیم مدافع می تواند چهار امتیاز کسب کند).

۵. وظایف منشی

- منشی تحت نظر سرداور نفر پرتاب کننده توپ را با علامت در برگ قضاوت مشخص می نماید و در صورت اصابت توپ به سنگها تأیید می نماید و تعداد امتیازاتی که تیم مهاجم و مدافع بدست می آورند بدون خط خوردگی در برگ قضاوت ثبت می نمایند.
- منشی وظیفه کنترل وقت را به عهده داشته و پایان زمان مسابقه را به سرداور اعلام می نماید.
- زمان استراحت پزشکی به مدت دو دقیقه می باشد و برای هر تیم یک نوبت توسط منشی ثبت می گردد.
- امتیازات دو تیم توسط منشی در برگ قضاوت ثبت و به امضاء سرداور و کمک وی می رسد.

۴: شکل و اندازه سنگها:

در صورتیکه مسابقات در فضای آزاد انجام می شود می توان از سنگ مسطح و دایره ای یا بیضی شکل که ضخامت آن ۲ یا ۳ سانتی متر به قطر ۸ سانتی متر باشد استفاده کرد.

تبصره: چنانچه مسابقه در داخل سالن برگزار می گردد به جهت اینکه صدمه ای به کف پوش سالن وارد نیاید از هفت قطعه چوب به قطر ۸ سانتی متر و به ضخامت ۳ سانتی متر به رنگهای سفید و نارنجی استفاده کرد. ضمناً می توان هفت قطعه چوب را نیز بشکل دایره و به ضخامت ۳ سانتی متر طراحی و استفاده کرد.

- چیدمان سنگها توسط تیم مدافع از نظر رنگ یک در میان می باشد یعنی سنگ کف سیاه و سنگ دوم سفید و الی آخر...

۵: زمان مسابقات:

- زمان رسمی هر بازی ۱۰ دقیقه می باشد.
- وقت تلف شده توسط داور محاسبه می گردد.
- تایم پزشکی برای هر تیم فقط یک دو دقیقه ای می باشد.
- تیم ها تابع قوانین و مقررات هستند، در سایر موارد پیش بینی نشده توسط سرداور و مجریان مسابقات تصمیم گیری می شود.

۶: جدول مسابقات :

رقابت ها برابر قوانین طی جلسه ای با حضور مسئولین تیم ها تصمیم گیری و در قالب جدول یک حذفی، دو حذفی و یا دوره ای بر حسب فرصت برگزاری و تعداد تیمها توسط مسئولین برگزار می گردد .

۷: خطاها

- نگه داشتن توپ بیش از ۵ ثانیه توسط هر بازیکن و عدم پاس کاری توسط تیم جمعاً ۲۰ ثانیه جریمه آن چیدن یک سنگ توسط داور دارد.
 - تکل آن ، تنه زدن و گرفتن هر یک از اعضای بدن توسط مهاجم و مدافع خطا است و یک امتیاز جهت تیم مقابل دارد .
 - بهم ریختن سنگها توسط تیم مدافع خطا و جریمه آن اخراج بازیکن خاطی و یک امتیاز جهت تیم مقابل دارد.
 - اعضای تیم مدافع به درون دایره چیدمان سنگها ممنوع است و خطا محاسبه می گردد . یک امتیاز برای تیم مقابل دارد
 - ایستادن خروج بازیکنان دو تیم و بیرون رفتن از محدوده قانونی و خط کشی شده زمین مسابقه توسط مدافع و مهاجم خطا است و ۱ امتیاز فنی به تعداد نفرات خاطی هر تیم دارد.
- هدایت توپ توسط بازیکنان مهاجم بوسیله دست، سر، پا و... برخلاف جریان بازی جوانمردانه جهت وقت کشی بصورت مستقیم یک ضرب، دو ضرب، عمداً و سهواً خطا و جریمه آن اخراج و امتیاز و تکرار آن توسط بازیکن خاطی اخراج و دو دقیقه روی نیمکت ذخیره می باشد و بازگشت این بازیکن خاطی به زمین بازی با اجازه سرداور است.
- تبصره: در صورتیکه توپ در جریان بازی از زمین خارج گردید یک بازیکن می تواند از زمین خارج و بازی را به جریان بیندازد.
- تبصره: در صورتی که توپ از محدوده زمین خارج و بازی از جریان بیفتد داور منشی وقت را نگه میدارد.

۸: لباس بازیکنان :

در مسابقات رسمی آقایان و بانوان برابر عرف و مقررات می بایستی از لباس مناسب و پوشیده ورزشی که بر روی آن از شماره ۱ تا ۵ به ترتیب درج شده باشد استفاده کرد ، و ترجیحاً هر تیمی می بایستی از دو رنگ متفاوت و روشن استفاده نمایند.

۹: تعداد داوران :

هر مسابقه را یک سرداور که وظیفه نظارت کامل بر حسن جریان و زمان مسابقه را دارد به اتفاق یک نفر کمک داور و یک نفر داورمنشی قضاوت می نمایند.

لباس داوران می بایستی از لباس بازیکنان متمایز باشد و همراه داشتن سوت، کارت های زرد و قرمز ، کرنومتر و در فضای باز کلاه آفتابگیر الزامی است.

قوانین و مقررات بازی

یه قل دو قل

معرفی بازی یه قل دو قل

یه قل دو قل از بازیهای سنتی و بومی ایران است. وسیله بازی پنج سنگ کوچک و گرد است. سنگها هر کدام تقریباً به اندازه یک فندق هستند، به طوری که پنج تایی آن با هم در یک مشت جای می گیرند. یه قل دو قل، بازی دخترانه است. اما پسرها هم بازی می کنند. کودکان از حدود شش هفت سالگی به بالا که پنجه های دستشان توانایی انجام حرکات بازی را داشته باشد، به آن می پردازند.

این بازی می تواند هم بصورت انفرادی و هم بصورت تیمی انجام شود.

- توصیه می گردد تیم ها سه نفره باشند.

تعداد بازیکنان محدودیت ندارد. اما معمولاً بین دو یا چند نفر به نوبت بازی می کنند. وقتی که هر یک از بازیکنان چند نفر به نوبت بازی می کنند. هر یک از بازیکنان به اصطلاح سوخت، نوبت به نفر بعدی می رسد.

روش بازی یه قل دو قل در نقاط مختلف ایران کم و بیش تفاوتهایی دارد. در نمونه ای که اینجا معرفی شده از همه گونه های آن استفاده شده است. این نمونه بازی، ۱۷ مرحله دارد که با تعیین نوبت یا بار آوردن شروع می شود و هر کس هر ۱۷ مرحله را تمام کند برنده است. بازیکنان دور هم روی زمین یا تخت می نشینند و برای تعیین نفر شروع کننده بازی به اصطلاح بار می آورند. یعنی هر کدام پنج سنگ را به بالا پرتاب می کنند و با پشت دست آنها را می گیرند. دوباره آنها را از پشت دست به بالا پرتاب می کنند و با کف دست می گیرند. هر کس تعداد بیشتری سنگ را در کف دست گرفته باشد نفر اول و بقیه به ترتیب در نوبت های بعدی قرار می گیرند. اگر دو یا چند نفر برابر باشند، دوباره بار آوردن بین آنها تکرار می شود.

وسيله بازی

تعداد ۵ عدد سنگ گرد کوچک به اندازه فندق یا بادام است به طوری که هر پنج سنگ بتواند در یک مشت جا بگیرد. بدیهی ۵ سنگ را به عنوان ۵ قاره یا پنج حلقه المپیک در ۵ رنگ متفاوت از یکدیگر رنگ می نمائیم. به رنگهای سیاه، آبی، زرد، قرمز، سبز

نحوه شروع بازی

بازی با بار آوردن شروع می شود و هر کس امتیاز بیشتری بیاورد، شروع کننده بازی است.

جنس بازیکن

بازی دخترانه، اما پسرها هم بازی می کنند

سن بازیکن

شش سال به بالا از زمانی که پنجه های دست توانایی گرفتن سنگها را داشته باشد.

مکان بازی ، اهداف بازی

سطح صاف روی زمین با روی تخت، هماهنگی بین چشم و دست، سرعت عمل و عکس العمل چابکی انگشتان، تمرکز حواس، هوشیاری، اعتماد به نفس از ویژگیهای این بازی است.

مقررات بازی

۱- در هر مرحله بازی کسی که خطا کند. به اصطلاح می سوزد و بازی را به نفر بعدی وا می گذارد و وقتی دوباره نوبتش رسید از همان مرحله ای که سوخته است، بازی را ادامه می دهد.

۲- بازیکنان می توانند بنا به قراری که می گذارند بعضی از مراحل بازی را حذف کنند کودکان کم سن و سال می توانند تا پنج مرحله اول را بازی کنند.

۳- بازیکن هنگام برداشتن سنگ از روی زمین نباید دستش با دیگر سنگها تماس پیدا کند.

۴- سنگی را که بازیکن به هوا پرتاب می کند، نباید به زمین بیفتد.

۵- سنگ یا سنگهایی را که قرار است بازیکن از روی زمین جمع کند، نباید جا بماند.

۶- در هر مرحله از بازی، باید سنگها طوری روی زمین با مهارت خاص ریخته شود که جمع کردن آن برابر دستور همان مرحله آسان تر باشد، مثلاً در دو قل، باید سعی شود دو به دو سنگها به هم نزدیک باشد.

مراحل بازی

۱. مرحله اول: یه قل

بازیکن، سنگها را روی زمین می ریزد. یکی از آنها را برمی دارد، به هوا پرتاب می کند و یکی از سنگها را از روی زمین برمی دارد و سنگ معلق در هوا را می گیرد و این عمل را برای سه سنگ دیگر که روی زمین قرار دارد، انجام می دهد.

۲. مرحله دوم: دو قل

بازیکن، سنگها را روی زمین می ریزد و یکی از آنها را برمی دارد و به هوا پرتاب می کند و دو تا از سنگها را از روی زمین بر می دارد و سنگ معلق در هوا را می گیرد. این عمل را برای دو سنگ دیگر که روی زمین قرار دارد، انجام می دهد.

۳. مرحله سوم: سه قل

بازیکن، سنگها را روی زمین می ریزد. یکی از آنها را برمی دارد به هوا پرتاب می کند و سه سنگ را از روی زمین برمی دارد و سنگ معلق در هوا را می گیرد.

۴. مرحله چهارم: چهار قل

بازیکن، سنگها را روی زمین می ریزد. یکی از آنها را برمی دارد، به هوا پرتاب می کند و چهار سنگ روی زمین را یکجا برمی دارد و سنگ معلق در هوا را می گیرد.

۵. مرحله پنجم: سوت

(سوت اصطلاحی است که برای این مرحله به کار می رود) بازیکن، چهار سنگ را در مشت نگه می دارد و سنگ پنجم را به هوا پرتاب می کند و انگشت نشانه خود را روی زمین می کشد و همزمان صدای سوت در می آورد و سنگ معلق در هوا را می گیرد.

۶. مرحله ششم: بذار و وردار (بگذار و بردار)

بازیکن، چهار سنگ را در مشت نگه می دارد و سنگ پنجم را به هوا پرتاب می کند و چهار سنگ درون مشت خود را روی زمین می گذارد و سنگ معلق در هوا را می گیرد و دوباره سنگ را به هوا پرتاب می کند و چهار سنگ روی زمین را جمع می کند و سنگ معلق در هوا را می گیرد.

۷. مرحله هفتم: یک دست

بازیکن، سنگها را روی زمین می ریزد. یکی از آنها را برمی دارد و به هوا پرتاب می کند. چهار سنگ روی زمین را به هم نزدیک می کند و سنگ معلق در هوا را می گیرد.

مجدداً سنگ را به هوا پرتاب می کند و چهار سنگی را که روی زمین جمع کرده، بر می دارد و سنگ معلق در هوا را می گیرد.

۸- مرحله هشتم: بشکن و نشکن

بازیکن، سنگها را بر روی زمین می ریزد و یکی از آنها را برمی دارد، به هوا پرتاب می کند و یکی از سنگهای روی زمین را برمی دارد و سنگ معلق در هوا را می گیرد. این عمل را برای سه سنگ دیگر که روی زمین است، انجام می دهد. باید دقت کند موقع برداشتن سنگها از روی زمین، یک درمیان صدای خوردن سنگها به هم شنیده شود که در واقع دو تا از سنگها به سنگ معلق در هوا برخورد کرده و صدا می دهد که به آن بشکن می گویند و دو تای دیگر بدون صدا که به آن نشکن می گویند.

۹. مرحله نهم: گلاب پاش

بازیکن، سنگها را روی زمین می ریزد و یکی از آنها را برمی دارد و به هوا پرتاب می کند و یکی از سنگهای روی زمین را برمی دارد و سنگ معلق در هوا را می گیرد. بعد هر دو سنگی را که در مشت دارد، به هوا پرتاب می کند و سنگ دیگری را از روی زمین برمی دارد و دو سنگ معلق در هوا را می گیرد. سپس سه سنگ درون مشت خود را به هوا پرتاب می کند و سنگ دیگری را از روی زمین برمی دارد و سه سنگ معلق در هوا را می گیرد و حال چهار سنگ را که در مشت دارد به هوا پرتاب می کند و آخرین سنگ روی زمین را برمی دارد و چهار سنگ معلق در هوا را می گیرد.

۱۰. مرحله دهم: یکی بردار یکی بگذار

بازیکن، سنگها را روی زمین می ریزد. یکی از آنها را برمی دارد، به هوا پرتاب می کند و یکی از سنگهای روی زمین را برداشته و سنگ معلق در هوا را می گیرد. بلافاصله یکی از سنگهای درون مشت خود را به هوا پرتاب می کند و سنگی را که درون مشت خود دارد با یکی از سنگهای روی زمین عوض می کند و سنگ معلق در هوا را می گیرد و به همین شکل دو سنگ دیگر روی زمین را عوض می کند و در آخر، از دو سنگ درون مشت خود یکی را به هوا پرتاب می کند و سه سنگ روی زمین را جمع می کند و برمی دارد و سنگ معلق در هوا را می گیرد.

۱۱. مرحله یازدهم: یکی بردار دو تا بگذار

بازیکن، سنگها را روی زمین می ریزد؛ یکی از آنها را برمی دارد و به هوا پرتاب می کند و دو تا سنگ از روی زمین بر می دارد و سنگ معلق در هوا را می گیرد. بلافاصله یکی از سنگهای درون مشت خود را به هوا پرتاب می کند و دو سنگ درون مشت خود را با دو سنگ روی زمین عوض می کند و سنگ معلق در هوا را می گیرد و در آخر یکی از سنگهای درون مشت خود را به هوا پرتاب می کند و دو سنگ روی زمین را بر می دارد و سنگ معلق در هوا را می گیرد.

۱۲. مرحله دوازدهم: یکی بردار سه تا بگذار

بازیکن، سنگها را روی زمین می ریزد؛ یکی از آنها را برمی دارد و به هوا پرتاب می کند و سه سنگ از روی زمین برمی دارد و بلافاصله یکی از سنگهای درون مشت خود را به هوا پرتاب می کند و سه سنگ درون مشت خود را با سنگ روی زمین عوض می کند و سنگ معلق در هوا را می گیرد و در آخر یکی از سنگهای درون مشت خود را به هوا پرتاب می کند و سه سنگ روی زمین را جمع می کند و بر می دارد و سنگ معلق در هوا را می گیرد.

۱۳. مرحله سیزدهم: عروس

بازیکن، سنگها را به هوا پرتاب می کند و بلافاصله با پشت دست آنها را می گیرد. هر تعداد از سنگها را که توانست با پشت دست بگیرد، بی حرکت نگه می دارد تا طرف مقابل او یکی را به عنوان عروس انتخاب کند. سپس بازیکن بقیه سنگها را به غیر از عروس با مهارت از پشت دست به زمین می اندازد و با انگشت شست و نشانه دانه دانه سنگها را از روی زمین بر می دارد و در

کف دست دیگر قرار می داد، طوری که سنگ عروس از پشت دست نیفتد. بعد سنگ عروس را به هوا پرتاب می کند و با کف دست آن را می گیرد.

در صورتی که بازیکن فقط یک سنگ را با پشت دست گرفت، همان سنگ عروس است. و طرف مقابل دیگر حق انتخاب ندارد. اگر بازیکن نتواند سنگی را با پشت دست بگیرد و یا موقع انداختن سنگها از پشت دست سنگ عروس به زمین بیفتد، به اصطلاح سوخته و بازی را به نفر بعدی واگذار می کند.

۱۴. مرحله چهاردهم: دروازه اول (آبشار)

بازیکن، معمولاً دست چپ خود را به صورت دروازه بر روی زمین می گذارد. به این شکل که انگشت نشانه را به روی انگشت وسط قرار می دهد و با انگشت شست پل یا دروازه ای درست می کند و بر روی زمین قرار می دهد و با دست دیگر سنگها را از پشت دروازه بر روی زمین می ریزد. طرف مقابل یکی از سنگها را به عنوان عروس انتخاب می کند و سعی می کند سنگی را انتخاب کند که سر راه دیگر سنگها قرار دارد و به دروازه نزدیکتر است؛ در واقع کار را برای حریف خود مشکل می سازد. بازیکن بعد از انتخاب عروس، یکی از سنگها را برداشته و به هوا پرتاب می کند و یکی از سنگها را به غیر از عروس با یک ضرب از دروازه عبور می دهد و سنگ معلق در هوا را می گیرد. این عمل را در مورد بقیه سنگها انجام می دهد و در آخر سنگ عروس را از دروازه عبور می دهد. در این مرحله نباید دست بازیکن موقع عبور دادن سنگ از دروازه با دیگر سنگها تماس پیدا کند و آنها را تکان دهد.

۱۵. مرحله پانزدهم: دروازه دوم (آبشار)

بازیکن، مطابق دروازه اول؛ دست خود را بر روی زمین می گذارد و بعد از انتخاب عروس، یکی از سنگها را بر می دارد به هوا پرتاب می کند و دو سنگ مورد نظر خود را بر روی زمین می گذارد و بعد از انتخاب عروس، یکی از سنگها را برمی دارد به هوا پرتاب می کند و دو سنگ مورد نظر خود را به غیر از عروس با یک ضرب به هم نزدیک می کند و سنگ معلق در هوا را می گیرد و مجدداً سنگ را به هوا پرتاب می کند و با یک ضرب دو سنگی را که به هم نزدیک کرده است، از دروازه عبور می دهد و سنگ معلق در هوا را می گیرد و مجدداً سنگ را به هوا پرتاب می کند و یک سنگ را با یک ضرب از دروازه عبور می دهد و سنگ معلق در هوا را می گیرد و در آخر سنگ را به هوا پرتاب می کند و سنگ عروس را با یک ضرب از دروازه عبور می دهد و سنگ معلق در هوا را می گیرد.

۱۶. مرحله شانزدهم: دروازه سوم (آبشار)

بازیکن، مطابق دو مرحله قبل دست خود را به صورت دروازه روی زمین قرار می دهد. بعد از ریختن سنگها و انتخاب عروس توسط طرف مقابل، یکی از سنگها را بر می دارد به هوا پرتاب می کند و سه سنگ مورد نظر را به هم نزدیک می کند و سنگ معلق در هوا را می گیرد. دوباره سنگ را به بالا پرتاب می کند و سه سنگ را نزدیک دروازه می کند و سنگ معلق در هوا را می گیرد، بلافاصله سنگ را به بالا پرتاب می کند و سه سنگ را از دروازه عبور می دهد و سنگ معلق در هوا را می گیرد و در

آخر، سنگ را به بالا پرتاب می کند و سنگ عروس را با یک ضرب از دروازه عبور می دهد و سنگ معلق در هوا را می گیرد. در دروازه سوم، باید بعد از آنکه همه سنگها از دروازه عبور داده شد؛ سنگ درون مشت روی زمین را بردارد و سنگ معلق در هوا را بگیرد (مثل چهار قل).

۱۷. مرحله هفدهم: بار آوردن

این مرحله پایانی بازی است. در صورتی که بازیکن تمام مراحل بازی را با موفقیت انجام دهد، به وسیله بار آوردن می تواند امتیاز کسب کند. بازیکن، پنج سنگ را به هوا پرتاب می کند و با پشت دست آنها را می گیرد. دوباره آنها را از پشت دست به بالا پرتاب می کند و با کف دست می گیرد. تعداد سنگی را که توانست با کف دست بگیرد، امتیاز بازیکن محسوب می شود.

- تذکر: هر بازیکنی که هر مرحله ای را با موفقیت به پایان برساند امتیاز آن مرحله را دریافت می کند و برای هر مرحله پنج امتیاز می گیرد و کسی که بیشترین امتیاز را کسب کند در نهایت برنده می گردد. در صورتی که امتیاز بازی بین دو نفر یا دو تیم مساوی گردید با مرحله بار آوردن نتیجه مشخص می گردد.