பொழுதுபோக்கு விளையாட்டுக்கள்

எஸ். நவராஜ் செல்லையா
M.A., D.P.E., M.P.Ed.

பொழுதுபோக்கு விளையாட்டுக்கள்
RECREATIONAL GAMES

எஸ். நவராஜ் செல்லையா
S. NAVARAJ CHELLIAH

BIBLIOGRAPHICAL DATA

Title of The Book	...	POZHUTHU POKKU VILAIYATTUKKAL
Language	...	Tamil
Written by	...	S. NAVARAJ CHELLIAH
Copy Right Holder	...	S. NAVARAJ CHELLIAH
Publisher	...	RAJMOHAN PATHIPPAGAM
Edition	...	First
Date of Publication	....	April, 9, 1982
Paper Used	...	White Printing
No. of Pages	...	72
Size of The Book	....	17.5 X 12 cm
Price	...	Rs. 3-50
Printing Type Point	...	12 Point
Printer	....	GRACE PRINTERS West Mambalam, Madras - 600 033.
Subject	...	RECREATIONAL GAMES

பொழுதுபோக்கு விளையாட்டுக்கள்

எஸ். நவராஜ் செல்லையா
M.A., D.P.E., M.P.Ed.

ராஜ்மோகன் பதிப்பகம்
10, ரெங்கநாதன் தெரு
தி. நகர், சென்னை-17

முதல் பதிப்பு: ஏப்ரல், 1982
உரிமை ஆசிரியருக்கே.

விலை ரூபாய் 3-50

அச்சிட்டோர்:
ஸ்ரேக் பிரிண்டர்ஸ், சென்னை -600 033.

முன்னுரை

பரபரப்பான உலகம். பயங்கர வேகம் நிறைந்த வாழ்க்கை அமைப்பு. பளபளப்பும் பதைபதைப்பும் நிறைந்த நாகரிக வாழ்க்கை. அது நடத்திச் செல்லும் வேகத்திற்கு ஈடு கொடுக்க வேண்டிய சூழ்நிலையில், இன்றைய நடைமுறை வாழ்க்கை அமைந்திருக்கிறது.

உழைப்பவர்கள் தான் நிம்மதியாக வாழ முடிகிறது. ஏமாற்றி வாழ்பவர்களோ வெளித் தோற்றத்திற்கு வளமாக வாழ்வது போல தோன்றினாலும், உள்ளூர உலைந்தும் குலைந்தும் தான் நாட்களை ஓட்டிக் கொண்டிருக்கின்றனர்.

நன்றாக உழைப்பவர்கள் உணவினை நன்கு ருசித்து உண்கின்றனர். நன்றாக உறங்கி மகிழ்கின்றனர். நாட்கள் இனிமையாகவே ஓடுகின்றன.

உழைப்பு மட்டும் வாழ்க்கையல்ல, ஓய்வும் மிக மிக அவசியமே. ஓய்வு என்றால் படுத்து உறங்குவதல்ல- செய்கின்ற வேலையை மாற்றிச் செய்வது தான் ஓய்வாகும்.

ஓய்வு நேரத்தை, விருப்பமானவர்களுடன் சேர்ந்து உறவாடி மகிழ்வதும், விளையாடிக் களிப்பதும் சிறந்த பொழுது போக்கு எனலாம்.

விருந்து நாட்களில், அல்லது விழாக் காலங்களில், அல்லது சுற்றுலா செல்கின்ற சமயங்களில், பலர் சேர்ந்து இருக்கின்ற நேரத்தில் மகிழ்ச்சியாக பொழுது போக்குவது எப்படி என்ற வினா எழும்புவதும், அதற்கேற்ற விடை கிடைக்காமல் மயங்குவதும் இயல்புதான்.

அந்தக் கேள்விக்கு விடையாக இந்த நூல் எழுதப் பட்டிருக்கிறது.

முப்பது நாற்பது பேர்கள் இருக்கின்ற சமயத்தில், மகிழ்ச்சியாகவும் வேடிக்கையாகவும் பொழுதினைப் போக்கி, உற்சாகம் அடைகின்ற விதத்தில். 21 சிறு விளையாட்டுக்கள் இங்கே விளக்கப்பட்டிருக்கின்றன.

தேவையான கருவிகளோ சாமான்களோ அதிகம் இல்லாமல், அதிகம் பேர் கலந்து கொண்டு ஆடி மகிழும் வண்ணம், இந்த விளையாட்டுக்கள் இருக்கின்றன.

இருக்கின்ற இடத்திற்கேற்ப, இருக்கின்ற ஆட்களுக் கேற்ப, கிடைக்கின்ற பொருள்களுக்கேற்ப, அமைகின்ற

நேரத்திற்கேற்ப, விளையாட்டுக்களை வேண்டிய அளவு பயன் படுத்திக் கொள்ளும் வகையிலே உள்ளன.

இன்பமாகப் பொழுது போக்க விரும்புவர்கள், உடலுக்கு இன்பமும் ஆரோக்கியமும் தரும் பயிற்சிகளையும் ஒருங்கே பெறலாம்.

ஏற்கெனவே, கூடி விளையாடும் குழு விளையாட்டுக்கள், ஒரு 'நூறு சிறு விளையாட்டுக்கள்' எனும் இரண்டு நூல்கள் இத்தகைய அமைப்பில் வெளியாகியுள்ளன, வேண்டுவோர் வாங்கிப் பயன்படுத்தி, விளையாடி மகிழலாம்.

அழகாக அச்சிட்டுத் தந்த கிரேஸ் பிரிண்டர்சாருக்கும், ஆக்கவேலைகள் செய்த அருமை R. சாக்ரட்டீசுக்கும் என் நன்றி-

ஞானமலர் இல்லம்
தியாகராயநகர்
சென்னை-600 017

எஸ். நவராஜ் செல்லையா
(நவன்)

பொருளடக்கம்

1.	இடத்தை மாற்றுங்கள்	9
2.	கயிறு சுற்றி வருதல்	12
3.	பூதமும் புதையலும்	14
4.	துப்பறியும் துரை	17
5.	பந்து பிடி ஆட்டம்	20
6.	பலூன் ஆட்டம்	23
7.	ஆறும் சேறும்	26
8.	எறிபிடி பந்தாட்டம்	29
9.	கொண்டோடி வா!	33
10.	வட்டம் சுற்றி ஓட்டம்	36
11.	கொண்டு வா சீக்கிரம்	39
12.	எனக்கொரு இடம்	41
13.	தட்டுநடை	45
14.	யாராக இருக்கும்?	48
15.	நாம் இருவர்	51
16.	தீ ஓட்டம்	54
17.	மூக்குக் கூடு	57
18.	கண்மூடி ஆட்டம்	60
19.	ஒற்றைக்கால் பந்தாட்டம்	63
20.	மனித யானை ஓட்டம்	66
21.	வாய்பிடி ஓட்டம்	69

1. இடத்தை மாற்றுங்கள்

வந்திருக்கின்ற அனைவரையும் இந்த விளையாட்டில் சேர்த்துக் கொண்டு ஆடலாம்.

இருக்கின்ற ஆட்டக்காரர்கள் எண்ணிகைக்கு ஏற்ப நாற்காலிகள் இருந்தால், பெரிய வட்டம் ஒன்றைப் போட்டு, அதைச் சுற்றிக் கொஞ்சம் இடம் விட்டு விட்டு, நாற்காலிகளைச் போடச் செய்து, அவற்றில் ஒவ்வொரு ஆட்டக்காரரையும் முதலில் உட்காரச் செய்யவேண்டும்.

வட்டத்தின் அளவு 30 அடி விட்டம் இருந்தால் நல்லது. நாற்காலி இல்லை என்றால், சுற்றிவட்டம் போட்டு, வட்டக் கோட்டிலே சிறு சிறு வட்டங்களை இட்டு அதனுள் நிற்கச் செய்யலாம். ஆட்டத்தில் பங்கு பெறுபவர்கள் அனைவருக்கும் 'ஒவ்வொரு எண்' என்று 'நம்பர்' கொடுத்திட வேண்டும்.

ஆடும் முறை : அங்கு நடுவில் ஒருவரை நிற்கச் செய்ய வேண்டும். அவர் முதலில் அமர்ந்திருக்கும்

எல்லோரையும் ஒரு முறை பார்த்துக்கொண்டே வந்து, இரண்டு எண்களை திடீரென்று, சத்தமாக அழைக்க வேண்டும். [உ-ம் 6.8).

தங்கள் எண்களை அழைத்தவுடனே, எண்களுக் குரிய இருவரும், தங்கள் இடத்தை விட்டு புறப் பட்டு ஓடிப் போய், அடுத்தவர் இடத்தில் நின்று கொள்ள வேண்டும். நடுவில் நின்று எண்களைக் கூப்பிட்டவர், இடம் விட்டு இடம் மாற்றிக் கொள் பவர்களின் இடங்களில் ஏதாவது ஒரு இடத்தில் போய் நின்று கொள்ள வேண்டும்.

இடம் கொடுத்து ஏமாந்தவர் வட்டத்தின் மைய இடத்திற்கு வர வேண்டும். இடம் இல்லாமல் அவரே ஏமாந்தால், மீண்டும் அவரே இரு எண்களை சத்தமிட்டுஅழைக்க,இவ்வாறு ஆட்டம் தொடர்ந்து நடைபெறும்.

குறிப்பு : ஒரே சமயத்தில் மூன்று நான்கு எண் களையும் கூப்பிடலாம். பலர் இடம் விட்டு இடம் தேடி ஓடுவது பார்க்க நன்முக இருக்கும்.

2. எண்களுக்குப் பதிலாக வண்ணங்களின் பெயர்களைத் தரலாம். அல்லது எல்லோரும் தெரிந் தவர்களாக இருந்தால், பெயரிட்டும் கூட அழைக் கலாம்.

3. அல்லது போட்டிருக்கும் சட்டை கால் சட்டை, அல்லது ஆடையைக் குறிப்பிட்டும் அழைக்கலாம்.

4. ஓடி இடம் பிடிக்க வேண்டிய நிலையில் ஆட்டம் அமைந்திருப்பதால், வட்டம் பெரியதாக வைப்பது நல்லது.

5. வட்டத்தின் மையத்திலே இருப்பவர் ஏற்கெனவே தயாராக நின்று கொண்டிருந்தாலும், தான் நிற்கும் மைய இடத்தை விட்டு, எக்காரணம் கொண்டும் வெளிவராமல் நின்று ஆடவேண்டியது மிகமிக முக்கியமாகும்.

6. இது பொழுது போக்கு விளையாட்டு என்பதால், ஆட்டத்தில் பங்கு கொள்பவர்கள் உற்சாகத்துடன் கலந்து கொள்வது அவசியம்.

2. கயிறு சுற்றி வருதல்

இந்த விளையாட்டுக்குத் தேவை நைலான் கயிறு அல்லது நூல் கயிறு. அதிக நீளமாயுள்ள கயிற்றினை ஒரு அடி நீளம் உள்ளதாக பல துண்டுகளாக முதலில் துண்டித்து, சேர்த்து வைத்துக்கொள்ள வேண்டும்.

விளையாட்டில் பங்கு பெறுபவர்கள் எத்தனை பேர்களோ அத்தனை நூல் துண்டுகள் வைத்துக் கொள்ள வேண்டியது அவசியமாகும்.

விளையாட்டில் கலந்துகொள்கின்ற அனைவரையும் நேர்க்கோடு ஒன்றினைக் கிழித்து, முதலில் அவர்களை நிறுத்திவைக்க வேண்டும், அவர்களுக்கு நேர் எதிரே 20 அல்லது 25 அடி தூரத்தில் கோடு ஒன்றை போட்டு, ஒவ்வொருவருக்கும் ஒவ்வொரு நூல் துண்டு என்பது போல அவரவருக்கு நேராக இருப்பது போல நூல் துண்டு ஒன்றையும் வைத்திருக்க வேண்டும்.

விசில் ஒலிக்குப் பிறகு ஆட்டம் தொடங்கி விடுகிறது. அல்லது ஆட்டத்தைத் தொடங்கி வைக்க ஏதாவது ஒரு ஒலியை பயன்படுத்திக்கொள்ளலாம்,

கோட்டின் மேல் நிற்கும் ஆட்டக்காரர்கள் விசில் சத்தத்திற்குப் பிறகு தங்களுக்கு எதிரே வைக் கப்பட்டிருக்கும் நூல் துண்டை நோக்கி நடக்க ஆரம்பிக்க வேண்டும். வேகமாக நடந்து சென்று எதிர்ப்புறத்தை அடைந்து, அங்கு வைக்கப்பட் டிருக்கும் தனக்குரிய நூல் துண்டினை எடுத்து, தனது நடுவிரலில் சுற்ற வேண்டும்.

அதாவது, விரல் நுனியிலிருந்து நூலால் சுற்றிக் கொண்டு அடிவிரல் வரை வந்து, அதன் பின்னர், தான் முன்னே நின்று கொண்டிருந்த ஆரம்பக் கோட்டினை அடைந்து விடவேண்டும். [நடந்து தான்].

முதலில் வந்து சேர்ந்தவரே விளையாட்டில் வெற்றி பெற்றவராவார். பரிசு என்று நீங்கள் விரும்பியதை அவருக்குத் தரலாம்.

குறிப்பு :- 1. வேகமாக நடக்கலாமே தவிர, எக்காரணம் கொண்டும் ஓடக்கூடாது.

2. விரலில் நூல் சுற்றும் பொழுது, ஒன் றின் மேல் ஒன்றாக சுற்று வராமல், ஒழுங்கான வரி சையில், அழகாக வரிவரியாக வருவது போல் சுற்றப்பட்டிருக்க வேண்டும்.

3. தாறுமாறாக விரலில் சுற்றிக் கொண்டு, முதலில் வந்தாலும், அவர் வெற்றி பெறும் தகுதி யை இழந்து விடுகின்றார்.

3. பூதமும் புதையலும்

விருந்து நடக்கும் இடத்தில், அல்லது சுற்றுலா பயணம் போகின்ற இடத்தில் இருக்கின்ற பொருள்கள் அனைத்தையும் இந்த ஆட்டத்தில் பயன்படுத்திக் கொள்ளலாம். பயணத்தில் பங்குகொண்ட அனைவரையும் இதில் கலந்து கொள்ளச் செய்யலாம்.

முதலில் என்னென்ன பொருள் இருக்கிறது என்றவாறு கணக்கிட்டு, அவற்றை சேர்த்தால் அது தான் புதையலாகும். உதாரணத்திற்கு பை, பேனு, குடை, செருப்பு, தட்டு, டம்ளர், கூடை, வளையம், ஊசி, முதலியவற்றை பயன்படுத்தலாம்.

இருப்பவர்களில் ஒருவரை பூதம் என்று தேர்ந்தெடுத்து, ஓரிடத்தில் அவரை மல்லாந்து படுக்கச் செய்ய வேண்டும். அவரைச் சுற்றி தலை, கால், உடல்பகுதிக்கு அருகாமையில் மேலே கூறிய பொருட்கள் அனைத்தையும் ஒவ்வொன்ருக வைக்க

வேண்டும். ஆளைச் சுற்றிலும் எல்லா பொருட்கள் இருக்கவேண்டும்.

10 அடி தூரத்திற்கு அப்பால் ஒரு நேர்க்கோடு போட்டு' பங்கு பெறும் அத்தனை பேரும் நின்று கொள்ள வேண்டும். விசில் ஒலிக்குப் பிறகு, பூதம் காக்கும் புதையலை நோக்கி, இவர்கள் புறப்பட வேண்டும்.

மல்லாந்து படுத்திருக்கும் பூதம் ஆனவர், தனது கண்களை இறுக்க மூடிக்கொண்டு, அசையாமல் படுத்திருக்க வேண்டும், அதே சமயத்தில் புதையல் எடுக்க வருபவர்களும், சத்தமில்லாமல் மெல்ல மெல்ல அடியிட்டு நடந்துவரவேண்டும். பூதம் காக்கின்ற புதையலை கடத்திக் கொண்டு வரப் போகிறவர்கள் அல்லவா அவர்கள்!

ஒரு சில விநாடிகள் கழிந்ததும், பூதமானவர் தனது கண்களை மெதுவாக விழித்துப் பார்க்க வேண்டும். தலையை அங்குமிங்கும் திருப்பவும் செய்யலாம். அவர் விழியைத் திறந்து பார்த்தவுடனேயே நடப்பவர்கள் அனைவரும், அப்படியே அசையாமல் சிலைபோல நின்றுவிட வேண்டும்.

பூதம் பார்ப்பதைப் பார்க்காமல் மேலும் நடப்பவர்களும், சிலை போல நிற்க முயற்சித்து அசைந்து கொண்டிருப்பவர்களும், தவறிழைத்தவர்கள் என்று கருதப்பட்டு, ஆட்டத்தை விட்டு வெளியேற்றப்படுவார்கள்.

பிறகு, கண்களை மீண்டும் பூதமானவர் மூடிக் கொள்ள, புதையலைத் தேடி வந்தவர்களில் மிஞ்சிய வர்கள் நடக்கவேண்டும். அடுத்து அவர் கண் விழித்துப் பார்க்கும்பொழுது, சிலையாக நிற்பவர்கள் தப்பித்துக் கொள்வார்கள். தவறியவர்கள் ஆடும் வாய்ப்பிலிருந்து தள்ளப்படுகின்றார்கள். இப்படியே விளையாட்டு தொடரும்.

இறுதியாக தவறிழைக்காமல் யார் மிஞ்சுகிறார் களோ அல்லது யார் முதலில் பூதத்தைச் சுற்றியுள்ள பொருட்களில் ஒன்றை எடுத்து விடுகிறாரோ, அவரே வெற்றி பெற்றவராவார்.

குறிப்பு:- 1. கண்மூடிப் படுத்திருப்பவர், மற்றவர்கள் நடந்து முன்னேற கொஞ்சம் நேரம் கொடுத்து, பிறகு விழித்துப் பார்க்கவேண்டும்.

2. நடப்பவர்கள் தங்களது காலடி சத்தம் கூட கேட்காதவாறு பூனை போல அடி எடுத்து வைத்துச் சென்றால், அந்தக் காட்சி அருமையான தாக அமையும்.

3. வெற்றியை எவ்வாறு நிர்ணயிப்பது என் பதை ஆட்டம் தொடங்குவதற்கு முன்பே தீர் மானித்து, ஆட்டத்தில் பங்கு பெறுபவர்களுக்குக் கூறினால், அவர்களும் ஆர்வமுடன் பங்குபெற அது வாய்ப்பாக அமையும்.

4. துப்பறியும் துரை

இருக்கின்ற அனைவரையும் இந்த விளையாட்டில் பங்கு கொள்ளச் செய்யலாம். விளையாட்டில் பங்கு பெறுபவர்களின் எண்ணிக்கைக்கு ஏற்ப, ஒரு பெரிய வட்டம் போட்டு அதற்குள்ளே வந்து அனைவரையும் நிற்குமாறு செய்யவேண்டும்.

யார் யார் எந்த இடத்தில் நின்று கொண்டிருக்கிறார் என்பதை ஒவ்வொருவரும் நன்றாகப் பார்த்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். அவ்வாறு மனதில் பதிய வைத்துக் கொண்டால்தான், இந்த ஆட்டத்தை உற்சாகமாகவும், வெற்றிகரமாகவும் விளையாடி மகிழ முடியும்.

பங்கு பெறுபவர்களில் ஒருவரை துப்பறியும் துரையாகத் தேர்ந்தெடுத்து, அவரை தனியே வட்டத்திற்கு வெளியே கொண்டு வந்து நிறுத்தி, பிறகு வட்டத்திற்குள் அழைத்துச் சென்று நடு இடத்தில் நிற்க வைக்க வேண்டும். பின்னர் அவரது கண்களை ஒரு கைக்குட்டையால் கட்டி மறைத்திட வேண்டும்.

கண்களை கைக்குட்டையால் கட்டுவதற்கு முன் பாகக் கூட, யார் யார் எங்கெங்கே நிற்கிறார்கள் என்பதை ஒருமுறை நன்றாகப் பார்த்துக் கொள்ள அனுமதிக்கலாம்.

கண்களை கட்டி விட்ட பிறகு, அவரை ஒரு சுற்றுச் சுற்றி விட்டு நிற்கச் செய்து, வட்டத்தின் கோட்டின் மேல் சுற்றி நிற்பவர்களில் எவர் பெயரை யாவது ஒருவரைக் குறிப்பிட்டு, விளையாட்டை நடத்திக் கொண்டிருப்பவர் அறிவிக்க வேண்டும்.

பெயர் குறிப்பிட்டவர், அந்த இடத்தை விட்டு வேறு எங்கும் நகராமல் அதே இடத்தில்தான் நிற்க வேண்டும். மற்ற ஆட்டக்காரர்களும் தாங்கள் நின்று கொண்டிருந்த இடங்களிலேயே நிற்க வேண் டும். ஏனென்றால், குரலைக் கேட்டு எளிதில் அடை யாளம் தெரிந்து கொண்டுவிட நேரும் அல்லவா!

துப்பறிபவர் கைகளைத் துளாவியபடியே நடந்து சென்று அடுத்தவர்களைத் தொட்டு அடையாளங் கண்டபடியே முன்னேற வேண்டும். குறிப்பிட்ட நேரத்திற்குள் பெயருக்குரியவரைப் பிடித்துவிட் டால், பிடிபட்டவர் துப்பறியும் துரையாக மாற ஆட்டம் தொடரும்.

துப்பறிபவரால் ஆளைக் கண்டுபிடிக்க முடிய வில்லை என்றால், வேறொருவரை துப்பறியும் துரை யாக நிற்க வைத்து, முன்போல் ஆட்டத்தைத் தொடரலாம்.

குறிப்பு: 1. இந்த ஆட்டத்திற்கு, எல்லோருக்கும் ஒருவரை ஒருவர் நன்கு தெரிந்திருந்தால் நல்லது என்பது மிகமிக முக்கியம்.

2. குழந்தைகள் என்ருல் எல்லோரையும் ஒரே சமயத்தில் விளையாடச் செய்யலாம். பெரியவர்கள் என்ருல், ஆண்கள் வேறு. பெண்கள் வேறு என்று பிரிந்து நின்று ஆடவிடுவதுதான் நல்லது. தொட்டால் பரவாயில்லை என்ருல், சேர்ந்தே ஆடலாம். பரவாயில்லை.

3. துப்பறிபவர் ஆளை அடையாளங் கண்டு பிடிக்க, உடலைத் தடவியும், முகத்தைப் பிடித்தும் தலையைத் துழாவியும் செய்கின்ற செயல்கள் எல்லாம் வேடிக்கையாகவும், சில சமயங்களில் 'கிச்சு கிச்சு' மூட்டுவது போலவும் அமையும். அப்படி ஆளாகின்ற நேரத்தில், முயன்ற வரை சிரிப்பை அடக்கிக் கொள்ள வேண்டும். சிரித்து விட்டால், துப்பறிபவரின் வேலை எளிதாகப் போய்விடும்.

4. இதற்குத் தேவை ஒரு பெரிய கைக்குட்டை அல்லது சிறு துண்டு.

5. பந்து பிடி ஆட்டம்

ஆட்டத்தில் பங்கு பெறுகிறவர்களையெல்லாம் நேர்க்கோடு ஒன்றினைப் போட்டு, அதன்மேல் வரிசையாக நிறுத்தி வைத்திட வேண்டும்.

விளையாட்டை நடத்துகின்ற ஆசிரியர் அல்லது முக்கியஸ்தர் 5 அடியிலிருந்து பத்தடி தூரத்திற்குள்ளாக (ஆட்டக்காரர்களின் தன்மையைப் பொறுத்தது) ஒரு இடத்தைக் குறித்து, அங்கே ஒரு பந்துடன் நின்று கொண்டு ஆட்டத்தைத் தொடங்கவேண்டும்.

வரிசையாக நின்று கொண்டிருக்கின்ற ஒவ்வொருவருக்கும் எண் (நம்பர்) ஒன்றைத் தந்து விட வேண்டும். *1,2,3,4* என்பதாக எண்கள் ஒவ்வொருவருக்கும் தருகிற பொழுது, அனைவரும் தனக்கு உரிய எண் எது என்பதை நன்றாக நினைவில் கொள்ள வேண்டும்.

பங்கு பெறுபவர்களின் பெயர்கள் தெரிந்திருந்தாலும், ஆட்டத்திற்கு அவரவர் பெயரையே பயன்படுத்திக் கொள்ளலாம்.

குறிப்பிட்ட தூரத்தில், பந்தை வைத்துக்கொண்டிருப்பவர், ஒருவரின் எண் அல்லது பெயரை சத்தமாகக் கூப்பிட்டுக்கொண்டே பந்தை உயரமாக எறியவேண்டும்.

அழைக்கப்பட்டவர் உடனே ஓடி வந்து பந்து தரையில் விழுவதற்கு முன்னதாகவே பிடித்துவிட வேண்டும். அவ்வாறு பிடித்து விட்டால், அவருக்கு என்று *1* வெற்றி எண் (Point) தரலாம். இதுபோல் எல்லோருக்கும் வாய்ப்புக்கள் 5 தடவை கிடைப்பது போல மாறி மாறி அழைத்து, இறுதியில் அதிகமுறை பிடித்தவரையே 'வெற்றி பெற்றார்' என்றுபாராட்டிக் கைதட்டி மகிழலாம். மகிழ்விக்கலாம்.

குறிப்பு:- 1. தன் பெயர் அல்லது எண் எப்பொழுது அழைக்கப்படும் என்ற நிலையில், எல்லோரும் தயாராக இருந்தால்தான், ஆட்டம் உற்சாகமாக அமையும்.

2. பந்தை உயரே எறிபவர், ஓடிவரும் ஆட்டக்காரர் வந்து பந்தைப் பிடிப்பதற்கேற்றவாறு அமைவது போன்ற அமைப்பில்தான் எறிய வேண்டும்.

3. எல்லோருக்கும் வாய்ப்பு கிடைப்பது போல மாற்றி மாற்றி அனைவரையும் அழைக்க வாய்ப்பு

கிடைத்தவரையே அடிக்கடி அழைத்தால், மற்றவர்கள் உற்சாகம் குறைந்து, வெறுப்படையத் தொடங்கி விடுவார்கள்.

4. உயரேயிருந்து வருகிற பந்தைப் பிடிப்பதற்கு இயலாத நிலையில் ஆட்டக்காரர்கள் இருந்தால், பந்து ஒரு முறை தரையில் விழுந்து மேலே கிளம்பி, மீண்டும் தரையில் விழுவதற்கு முன் பிடித்துவிட வேண்டும் என்று விதியினை மாற்றி ஆடிடலாம்.

ஆடும் திறமைக் கேற்ப, ஆட்டக்காரர்கள் வசதிக்கேற்ப ஆட்டத்தை மாற்றியமைத்துக் கொண்டு ஆடும்பொழுதுதான் எதிர்பாராத பலனும் இன்பமும் நிறையவே கிடைக்கும்.

6. பலூன் ஆட்டம்

விளையாட விரும்புகின்றவர்கள் அனைவரையும் இந்த பலூன் விளையாட்டில் சேர்த்துக் கொள்ளலாம். பத்து அல்லது பதினைந்து பேர்கள் இருந்தாலும், பரபரப்புடன் இந்த ஆட்டத்தை ஆடலாம்.

இந்த ஆட்டத்திற்கு முதலில் தேவை பலூன்கள் தான். வண்ண வண்ண பலூன்களைக் காற்றடைத்து ஒரே அளவுள்ளதாக வைத்துக் கொள்ளவும். அதாவது, எத்தனை ஆட்டக்காரர்கள் ஆட்டத்தில் பங்கு கொள்கின்றார்களோ, அத்தனை எண்ணிக்கையில் பலூன்கள் வேண்டும்.

அடுத்ததாக, பலூன்களைப் போட்டு வைக்க பெரிய வாளி அல்லது வாயகன்ற ஒரு பாத்திரம் வேண்டும். எது கிடைக்கிறதோ, அதனையே பயன்படுத்திக் கொள்ளலாம்.

காற்றடைக்கப்பட்ட வண்ணபலூனை ஒவ்வொரு வருக்கும் ஒன்று என்று முதலில் கொடுக்க வேண்டும். அத்துடன் அவர்களுக்கு ஆளுக்கொரு ஸ்கேல் அல்லது ஓரடி நீளமுள்ள குச்சி ஒன்றையும் தர வேண்டும்.

யாருக்கு எந்த வண்ணத்தில் பலூன் தரப்பட்டிருக்கிறது என்பதையும் ஒரு தாளில் குறித்துக் கொண்டு, அவர்களை வாளி அல்லது பாத்திரம் வைக்கப்பட்டிருக்கும் இடத்திலிருந்து 20 அடிக்கு அப்பால் குறிக்கப்பட்டிருக்கும் கோட்டின்மீது போய் நின்று கொள்ளுமாறு செய்திட வேண்டும்.

இப்பொழுது எல்லோருடைய பலூன்களும் வாளிக்குள்ளே போடப்பட்டிருக்கிறது. வாளிக்கு அருகில் ஸ்கேல் அல்லது குச்சிகள் வைக்கப்பட்டிருக்கின்றன. சைகைக்கு பிறகு ஆட்டம் ஆரம்பிக்கிறது.

வரிசையாக நின்று கொண்டிருந்த அனைவரும் சைகைக்குப் பிறகு வாளியை நோக்கி ஓடி, அங்கிருக்கும் ஸ்கேல் அல்லது குச்சியை எடுத்து, வாளியில் இருக்கும் தனது பலூனைக் குச்சியால் வெளியே தள்ளி எடுத்த பிறகு, யார் திரும்பவும் ஓடத்தொடங்கிய கோட்டை வந்து அடைகிறரோ, அவரே போட்டியில் வென்றவராவார்.

குறிப்பு : 1. குச்சியைப் பயன்படுத்தித்தான் பலூனை வெளியே எடுக்க வேண்டும்.

2. கையைப்பயன்படுத்தி பலூனை எடுப்பவர் ஆட்டத்திலிருந்து நீக்கப்படுவார்.

3. தனக்குரிய பலூனை மட்டுமே எடுக்க முயல வேண்டும்.

4. பிறரது பலூனை குச்சியில் குத்தி வெடிக்கச் செய்வது அநாகரிகமான செயலாகும். அது விளையாட்டின் ஆனந்த சூழ்நிலையையே பாழ்படுத்திவிடும். ஆகவே, பாதுகாப்புடனும் எச்சரிக்கையுடனும் இருந்து ஆடுவது நல்ல பண்பாகும்.

5. வாளி அல்லது பாத்திரம் சற்று பெரியதாகவும், உட்புறம் ஆழமுள்ளதாகவும் இருந்தால், ஆட்டம் அதிக உற்சாகமாக அமையும்.

7. ஆறும் சேறும்

பலர் கூடியிருந்து குதூகலமாக மகிழ்ந்திருக்கும் பொழுது ஏற்படுகின்ற இன்ப மனத்தின் வெளிப் பாட்டை செயல் மூலமாக மிகுதியாகக் காட்ட, இந்த விளையாட்டு அதிகமாகவே உதவிடும். சிறு குழந்தைகளுக்குப் இந்த ஆட்டம் ஒரு சிறந்த ஆட்டம் தான்.

இதற்கென்று முன் கூட்டியே எந்த விதமான விளையாட்டு சாதனங்களையும் தயாரிக்க வேண்டும் என்பது அவசியமில்லை. வந்திருக்கின்ற, அதே சமயத்தில் விளையாட விரும்புகின்ற அனைவருமே இந்த ஆட்டத்தில் பங்கு பெறலாம்.

எல்லோரையும் இரண்டு குழுவினராக சம எண்ணிக்கையில் பிரிக்க வேண்டும்.

பிறகு, நான்கு அடி இடைவெளி இருப்பது போல், இரண்டு நேர்க்கோடுகளை (தண்டவாளம் இருப்பதுபோல) இணையாகக் குறித்து விடவேண்டும்

றுக்கு இணையான இரு நேர்க்கோடுகளின் மீது இரண்டு குழுவினரையும் ஒருவரை ஒருவர் பார்ப்பது போல நிறுத்தி வைத்துவிட ஆட்டம் தொடரும்.

ஆட்டத்தை நடத்துபவர் ஆறு என்று சொன்னால், கோட்டில்நிற்பவர்கள் முன்புறமாகத் தாண்டிக் குதிக்க வேண்டும். சேறு என்று சொன்னால் பின்புறமாகத் தாண்டிக் குதிக்க வேண்டும்.

உதாரணமாக, ஆறு என்று சொன்னவுடன் முன்புறம் குதிக்காமல் பின்புறமாகத் தாண்டியவர்கள், ஆட்டத்தை விட்டு வெளியேற்றப்படுவார்கள். பின்னர் முன்போல எல்லோரும் வரிசையாக நின்று கொள்ள ஆட்டம் மீண்டும் தொடரும்.

இறுதியாக, யார் ஆட்டமிழக்காமல் தாண்டிக் குதித்து எஞ்சி தனியே இருக்கிறாரோ, அவரே ஆட்டத்தில் வெற்றிபெற்றவராவார்.

குறிப்பு : 1. ஆட்டத்தில் கண்ணுங்கருத்துமாக இருந்தால் தான், ஆறு சேறு என்று அறிந்து, உடனே உரிய இடத்திற்குத் தாவி நிற்க முடியும். ஆகவே, கவனமாக இருக்கவும்.

2. நேரங்கழித்துத் தாண்டிக் குதிக்கக் கூடாது. உடனே தாவிடவேண்டும். நேரம் எடுத்துக் கொள்பவர்கள் முதலில் எச்சரிக்கப்பட்டு, மீண்டும் செய்தால் ஆட்டத்திலிருந்து வெளியேற்றப்படுவார்கள்.

3. தாவிக் குதித்திடவேண்டும் என்பதானது, அதிக உயரமாக இல்லாவிட்டாலும், முடிந்தவரை தள்ளிக் குதித்தால் போதும். ஓரடி தூரமாவது முன்புறம் தாண்டினால் தான் ஆட்டம் உற்சாகமாக அமையும்.

4. ஆறு சேறு என்று குரல் கொடுப்பவர்கள் சற்று இழுத்தாற் போலவும், கேட்பவர் தடுமாறுவது போலவும் சாமார்த்தியமாகச் சொல்வதில்தான் ஆட்டத்தில் எழுச்சியூட்டுவதாக (திரில்) அமையும்.

8. எறிபிடி பந்தாட்டம்

விளையாட விரும்புகின்ற அனைவரையும் இந்த ஆட்டத்தில் சேர்த்துக் கொள்ளலாம். விரும்பி வந்திருப்பவர்களின் மொத்த எண்ணிக்கையைக் கணக்கிட்டுக் கொண்டு, சமமான எண்ணிக்கையில் இருப்பது போல, இரண்டு குழுவினராகப் பிரித்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். அதன்பின், ஒவ்வொரு குழுவிற்கும் ஒரு பெயரைத் தந்து கொள்ளலாம். அப்பொழுதுதான் அவர்களை அழைப்பதற்கு வசதியாக இருக்கும்.

பிறகு, 5 அல்லது 10 அடி விட்டம் உள்ள ஒரு வட்டம் போட வேண்டும். அதன்பின், அந்த வட்டத்திலிருந்து 10 அடி தூரத்திற்கு அப்பால் இதைப் போலவே இன்னொரு பெரிய வட்டம் ஒன்றையும் போட வேண்டும்.

முதல் குழுவினரை உள்வட்டத்தின் கோட்டைச் சுற்றி பரவலாக நிற்க வைக்க வேண்டும். இரண்டாவது குழுவினர் வெளிப்புறம் போடப்பட்டி

ருக்கும் பெரிய வட்டத்தைச் சுற்றிப் பரவலாக சிறு சிறு இடைவெளி விட்டு நிற்குமாறு நிறுத்தி வைத்திருக்க வேண்டும். இரண்டாவது குழுவைச் சேர்ந்த ஒருவரை உள்வட்டத்தின் மத்தியிலே போய் நிறுத்தி வைக்க வேண்டும்.

இரண்டாம் குழுவில் உள்ள ஒருவரிடம் ஒரு பந்து இருக்க, ஆட்டம் ஆரம்பமாகிறது.

ஆடும் முறை : பந்தைத் தன் கையில் வைத்திருக்கும் இரண்டாவது குழுவைச் சேர்ந்தவர், தன் குழுவைச் சேர்ந்த ஒருவர் உள்வட்டத்தின் மத்தியில் நிறுத்தப்பட்டிருக்கிருரே, அவரை நோக்கிப் பந்தை எறிய வேண்டும்.

உள்வட்டத்தின் நடுவில் நிற்பவர், தன்னை நோக்கி எறியும் பந்தைக் கீழே தவற விட்டுவிடாமல் பிடித்துக் கொண்டுவிட வேண்டும். அவ்வாறு பந்தைப் பிடித்துவிட்டால், இரண்டாம் குழுவினருக்கு வெற்றி எண் (Ponit) கொடுக்கப்படும். தவற விட்டுவிட்டால் வெற்றி எண் கிடைக்காது. மீண்டும் தொடர்ந்து பந்தை எறிய ஆட்டம் தொடங்கும்.

ஆனல், உள்வட்டத்தைச் சுற்றிப் பரவலாக நிற்கின்ற முதல் குழுவினர், தங்கள் பாதுகாப்பிற்குள்ளே தங்கள் வட்டத்திற்குள்ளே நிற்கும் எதிர்க்குழு ஆட்டக்காரர் பந்தைப் பிடித்துவிடாமல்

தாங்கள் நிற்கும் இடத்திலிருந்தே தடுக்கும் முயற்சியில் ஈடுபட வேண்டும்.

முதல் குழுவினர் தடுத்திட, இரண்டாம் குழுவினர் எறிந்து, பந்தை பிடிக்கும் ஆட்டம் ஏற்கனவே குறிப்பிட்டுக் கொண்டது போல, 5 அல்லது 10 நிமிடம் வரை தொடர்ந்து ஆடப்படும். இந்த காலக் கட்டத்திற்குள், இரண்டாம் குழு எத்தனை முறை பந்தைப் பிடித்து, எத்தனை வெற்றி எண்கள் பெற்றது என்பதைக் குறித்துக் கொள்ள வேண்டும்.

அடுத்ததாக, தடுத்தாடிய முதற் குழுவினர் முன் போல ஆடத் தொடங்குவார்கள்.

அவர்களுக்கும் அதே கால அளவைக் கொடுத்து இறுதியில் எந்தக் குழு அதிக வெற்றி எண்களைப் பெற்றிருக்கிறது என்று கண்டுபிடித்து, அந்தக் குழுவே வென்றது என்று அறிவிக்க வேண்டும்.

குறிப்பு: 1. பந்தை மேலாகத் தன் பாங்கருக்கு எறியும் பொழுது, எட்டாத உயரத்தில் எறியக் கூடாது. ஆட்டக்காரர்கள் நிற்பதற்கு இடை இடையே (இடைவெளியில்) எறிய வேண்டும். இல்லாவிடில் நிற்பவர்களின் கால்களுக்கிடையே அல்லது இடைவெளியில் போவதுபோல உருட்டி விடச் செய்யலாம்.

2. தடுத்தாடும் முதல் குழுவைச் சேர்ந்தவர்கள், பந்தை கையால் பிடிக்கக்கூடாது. ஆனால் தட்டிவிடலாம். காலால் உதைத்துத் தள்ளலாம். அவ்வாறு கையால் தட்டிவிடுகிற, உதைத்துத் தள்ளுகிற பந்து இரண்டாவது குழுவினரிடம் செல்வதுபோல அமைய வேண்டும். அவர்களைக் கடந்து அதிக தூரம் போவது போல் குத்தவோ, உதைக்கவோ கூடாது.

3. முதல் வட்டத்தில் நிற்கும் தடுப்பாளர்கள், தாங்கள் நிற்கும் கோட்டைக் கடந்து வட்டத்திற்குள்ளே போய் பந்தைத் தடுக்கக்கூடாது.

இவ்வாறு விதிகளைக் கடைப்பிடித்து ஆடினால், ஆட்டம் இனிமையானதாக அமையும். பொழுதும் இன்பமாகக் கழியும்.

9. கொண்டோடி வா!

பனுானைப் பிய்த்து எடுத்துக்கொண்டு தன் இடம் நோக்கி ஓடி வருகிற ஆட்டத்தைத் தான் கொண்டோடி வரும் ஆட்டம் என்று இங்கே குறிப்பிட்டிருக்கிறோம்.

இந்த விளையாட்டைக் குழந்தைகளும் ஆடலாம். பெரியவர்களும் ஆடலாம். பெரியவர்கள் இந்த ஆட்டத்தில் பங்குபெறும் பொழுது தங்கள் வயதை மறந்துவிட்டு, இது பொழுதுபோக்கும் ஒரு ஆட்டம்தான் என்று விரும்பி ஆடினுல், ஆட்டம் மிக இனிமையாகவே அமையும். பங்கு பெற்றவர்களுக்கு நல்ல உடற்பயிற்சியும் ஆனந்த மகிழ்ச்சியில் திளைக்கும் வாய்ப்பும், கிடைக்கும் அவ்வளவே

முதலில் 15 அல்லது 20 அடி விட்டம் உள்ள வட்டம் ஒன்றைப் போட்டுக்கொள்ள வேண்டும், வட்டத்தின் மத்தியில் நிற்பதற்காக ஒருவரையும்

தேர்ந்தெடுத்து அவரை நடுவிலே நிற்கச் செய்திட வேண்டும்.

நடுவிலே நிற்பவர் இடுப்பைச் சுற்றி பலூன்கள் தொங்குவது போல அதாவது ஒரு நீண்ட நூலில் சிறுசிறு இடைவெளி வைத்து. காற்றடைத்த பலூன்களைக் கட்டி, பலூன் மாலையாக மாற்றி, அவரது இடுப்பில் கட்டிவிட்டிருக்க வேண்டும். அந்த பலூன் மாலையை இடுப்பில் சுற்றியவாறு வட்டத்தின் நடுவில் அவர் நிற்க, வட்டத்தைச் சுற்றி வெளியே, பரவலாக மற்ற ஆட்டக்காரர்கள் நின்று கொண் டிருக்க வேண்டும்.

ஆடும் முறை : ஆட்டத்தை நடத்துபவர் ஆடத் தொடங்கலாம் என்று சைகை கொடுத்த பிறகு, வட்டத்திற்கு வெளியே நிற்கின்ற ஆட்டக் காரர்கள் விளையாடத் தொடங்கிட வேண்டும்.

அவர்கள் நோக்கமானது நடுவில் உள்ளவர் இடுப்பில் கட்டப்பட்டுத் தொங்கும் பலூன்களில் ஒன்றை அறுத்துக் கொண்டு வட்டத்திற்கு வெளியே அவரால் தொடப்படாமல், தப்பி வந்துவிட வேண் டும். அவ்வாறு முதலில் வந்தவர் வெற்றி பெற்ற வராவார்.

தொடப்பட்டு விட்டால், அவர் அந்த இடத்தில் 5 தோப்புகரணங்கள் போட்டு, நடுவில் நிற்பவராக மாற ஆட்டம் மீண்டும் தொடரும்.

குறிப்பு : 1. பலூனுடன் நிற்பவர், பலூன்களைப் பறிக்க வருபவரிடம் இருந்து பலூனைக் காப்பாற்ற முயற்சிப்பார். அதற்காக அவர்களைத் தொட முயற்சிப்பதுதான் ஆட்டம். வட்டத்திற்குள் நிற்பவர்களையும் அவர் ஓடித் தொடலாம்.

2. தொடப்படாமல், ஒருவரே பல பலூன்களை எடுக்கவும் முயலலாம். ஆனால், யாரேனும் தொடப்பட்டால், அவர் பலூன்காரராக மாறிவிட வேண்டும். யாராவது ஒருவரைத் தொடும்வரை, ஆட்டம் தொடரும்.

3. நடுவில் நிற்பவர் எக்காரணத்தைக் கொண்டும் வட்டத்தை விட்டு வெளியே வரக் கூடாது.

10. வட்டம் சுற்றி ஓட்டம்

ஆட்ட அமைப்பு : 20 அடி விட்டமுள்ள ஒரு வட்டத்தை முதலில் போட வேண்டும். ஆட விரும்பு கின்ற அனைவரையும் இந்த ஆட்டத்தில் சேர்த்துக் கொள்ளலாம். அவர்களையெல்லாம் வட்டக் கோட் டின் மேல் ஆங்காங்கே பரவலாக நிறுத்தி வைத் திருக்க வேண்டும்.

இதற்கிடையில் வட்டத்தின் மையத்தில் ஒரு வரை நிற்க வைத்திட, ஒருவரைத் தேர்ந்தெடுத்து மையத்தில் நிறுத்திட வேண்டும். அவர் கொஞ்சம் சுறு சுறுப்பானவராக இருந்தால் நல்லது. ஏனெனில், அவரால் தான் ஆட்டமே தொடங்கி வைக்கப்படு கிறது.

நடுவில் நிற்பவரிடம் பந்து ஒன்று இருக்க வேண் டும். அல்லது பந்து போன்ற அமைப்புள்ள, ஏதாவது உருண்டையான பொட்டலம் ஒன்று இருந்தாலும் போதும். அதாவது, எந்தப் பொருளாக இருந்தாலும், ஒருவருக்கொருவர் தூக்கி எறிந்துப் பிடிப்பது

போன்ற பொருளாக இருந்தாலும், ஒருவருக்கொருவர் தூக்கி எறிந்துப் பிடிப்பது போன்ற பொருளாக இருக்கவேண்டும் என்பதுதான் முக்கியம்.

ஆடும் முறை: மையத்தில் பந்துடன் நிற்பவர், தான் யாருக்கு எறிய வேண்டும் எறிய வேண்டும் என்று விரும்புகிறாரோ, அவரை நோக்கி முதலில் பந்தை எறிய வேண்டும். தன்னை நோக்கிப் பந்து வருவதை உணரும் ஆட்டக்காரர், பந்தை பிடித்து கொண்டு, உடனே எறிந்தவருக்கே அனுப்பி விட்டு, ஓடத் தொடங்க வேண்டும்.

மத்தியில் நிற்பவர் அந்தப் பந்தைப் பிடித்தவுடனே பந்தைக் கையில் வைத்தவாறு, ஓடியவர் இருந்த இடம் நோக்கி, அவர் ஓடுகிற திசை பக்கமாகவே ஓடித் தொட முயல வேண்டும்.

அதற்குள், வட்டம் சுற்றி ஓடத்தொடங்கியவர், தொடப்படாமல் தான் முன்னே நின்று கொண்டிருந்த இடத்திற்கு வந்து நின்று விட்டால், மீண்டும் ஆட்டத்தைத் தொடர, முன்னர் ஆட்டத்தின் மத்தியில் நின்றவரே, முன்னர் விளக்கியது போல, பந்தை எறிந்து ஆட்டத்தைத் தொடங்க வேண்டும்.

அவர் தொடப்பட்டால், மத்தியில் நின்றவர் ஆட்டக்காரராக மாற, மத்தியில் நின்றவர் தொடப்பட்டவர் இடத்திற்கு வந்து நிற்க, மீண்டும் ஆட்டம் தொடரும்.

குறிப்பு: 1. நடுவில் பந்துடன் நிற்பவர், பந்தை யாருக்கு எறியப் போகிறார் என்பது யாருக்கும் தெரியாது என்பதால், 'தனக்குத்தான் வரப் போகிறது' என்ற நம்பிக்கையுடன் வட்டத்தைச் சுற்றிலும் நிற்கும் அத்தனை ஆட்டக்காரரும் விழிப் புடனும், எச்சரிக்கையுடனும் தயாராக நின்று கொண்டிருக்க வேண்டும்.

2. பந்தை பிறருக்கு எறியும் போது, அவர் எளிதாகப் பிடித்திடும் வகையில்தான் எறிய வேண்டும். அப்பொழுதுதான் பந்தைப் பிடித்த ஆட்டக்காரர் தொடர்ந்து எறியவும், ஓடிடவும் வசதியாகவும் வாய்ப்பாகவும் இருக்கும்.

3. வட்டத்தைச் சுற்றி என்றால், வட்டமாக நிற்கும் ஆட்டக்காரர்களைச் சுற்றி என்பதுதான் அர்த்தம். வட்டத்தில் நின்று முதலில் ஓடத் தொடங்குகிறவர் ஓடுகின்ற பக்கமாகத்தான், துரத்திக் கொண்டு ஓடுபவரும் ஓடவேண்டும். குறுக்கு வழியாக ஓடிப் பிடிக்க முயலக்கூடாது.

4. பங்கு பெறுபவர்களின் திறமைக்கும் ஆட்ட அனுபவத்திற்கும் ஏற்ப, வட்டத்தின் சுற்றளவை விரிவுபடுத்தி, ஆடி மகிழலாம்.

11. கொண்டுவா சீக்கிரம்!

இந்த விளையாட்டைத் தொடங்குவதற்கு முன்பே, ஆட்டத்தை நடத்துபவர்கள், அந்த சுற்றுப் புறத்தில் கிடைக்கக்கூடிய, அதாவது அதிகம் தேடினால்தான் கண்டு பிடிக்க முடியும் என்ற அளவில் கிடைக்கின்ற வகையில் மூன்று நான்கு பொருட்களின் மாதிரிகளைக் கூடவே கொண்டு வந்து, தங்களிடம் தயாராக வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

உதாரணமாக, அத்தகைய பொருட்கள் கூழாங்கற்கள், கிளிஞ்சல்கள், இலை அல்லது பச்சிலை, எரிந்த தீக்குச்சி, பூக்களில் சிலவகை என்பதைப் போன்றும் இருக்கலாம்.

பிறகு, ஆட்டத்தில் பங்கு பெறுகின்ற அனைவரையும் அழைத்து ஓரிடத்தில் நிறுத்தி வைத்து, முதலில் நான்கு குழுவினராக, சம எண்ணிக்கையில் ஆட்டக்காரர்கள் இருப்பது போல பிரித்துவிட வேண்டும். ஒவ்வொரு குழுவிற்கும் ஒவ்வொரு தலைவரையும் நியமித்துவிட வேண்டும்.

அதன் பின்னர் தாங்கள் தயாராக வைத்திருக்கும் மாதிரிப் பொருட்களைக் காட்டி, இவை போன்று சேகரித்துக் கொண்டு வாருங்கள் என்று அனைவரையும் அனுப்ப வேண்டும். அந்தந்தக் குழுவினரை, வழி நடத்தி அழைத்துச் சென்று தேடும் பொறுப்பு குழுத் தலைவரையே சேரும்.

எந்தக் குழுவினர், எல்லாப் பொருட்களின் மாதிரியையும் முதலில் தேடி வந்து சேர்த்துக் கொண்டு வருகின்றாரோ, அந்தக் குழுவினரே வென்றதாக அறிவிக்கப்படுவார்.

குறிப்பு: 1. ஒவ்வொரு குழுவிற்கும் ஒவ்வொரு தலைவர் இருக்கிறார். அவரே அக்குழுவின் அனைத்து செயல்களுக்கும் பொறுப்பாளி ஆகிறார்.

2. அங்கத்தினர்கள் எந்தப் பொருளைத் தேடி எடுத்தாலும், அதைத் தன் குழுத் தலைவரிடம் கொடுத்து, அவர்மூலம்தான், ஆட்டத்தை நடத்து பவர்களிடம் கொண்டு வந்து காட்ட வேண்டும்.

3. மாதிரிப் பொருட்கள் குழுத் தலைவரிடம் இருப்பதால், அவற்றைப்போல்தான் கொண்டுவர வேண்டும். மாற்றிக் கொண்டுவந்தாலும், அல்லது ஏதாவது ஒன்றைக் குறைவாகக் கொண்டுவந்தாலும், அக்குழு முதலாவதாக வந்து நின்றாலும், அந்தக் குழு வெற்றி பெறும் வாய்ப்பையே இழந்து விடும்.

12. எனக்கொரு இடம்

ஆட்ட அமைப்பு: எவ்வளவு பேர் ஆட்டத்தில் கலந்து கொண்டு ஆடத் தயாராகவும் ஆவலாகவும் இருக்கின்றார்களோ, அத்தனைபேர்களையும் ஆட்டத்தில் சேர்த்துக்கொண்டு ஆடலாம்.

எத்தனை ஆட்டக்காரர்கள் மொத்தம் இருக்கின்றார்கள் என்று முதலில் எண்ணிக்கொண்டு, ஒரு சிறு சிறு துண்டுச் சீட்டில் ஒவ்வொரு நம்பராக எழுதி, அவற்றைத் தனித்தனியே சுருட்டி, ஒரு சிறு பெட்டியிலோ, கூடையிலோ போட்டுவிடவேண்டும்.

ஆட்டத்தில் பங்குபெறுபவர்கள் ஒவ்வொருவராக வந்து, ஆளுக்கொரு சீட்டை எடுக்க வேண்டும். அந்த சீட்டில் என்ன நம்பர் (எண்) இருக்கிறதோ, அதுதான் அவருடைய ஆட்ட எண்ணாக இருக்கும்.

அவரவருக்குரிய ஆடும் எண்ணை, அவரவர் தம்முடைய நினைவில் வைத்துக்கொண்டால் போது

மானது. மற்றவர்களுக்குத் தெரிவிக்க வேண்டும் என்பது அவசியமில்லை, கட்டாயமும் இல்லை.

அந்த ஆட்டம் முடியும் வரை, அந்த எண்ணைத்தான் அவர் பயன்படுத்திக்கொண்டு ஆடவேண்டும் என்பதால், அந்த எண்ணை நன்ருக நினைவு படுத்திக்கொண்டிருக்கவேண்டும். அவ்வளவுதான்.

ஆடும் முறை: சுமார் 20 அல்லது 25 அடி வட்டமுள்ள ஒரு பெரிய வட்டம் ஒன்றைப் போட்டு எத்தனை ஆட்டக்காரர்கள் இருக்கிருர்களோ, அத்தனை சிறு சிறு வட்டங்களாக வட்டத்தைச் சுற்றிலும் போட்டிருக்கவேண்டும்.

அதாவது, வட்டக் கோட்டில்தான் சிறு வட்டம் போடவேண்டும். அதில் ஒவ்வொரு ஆட்டக்காரர்களும் சென்று நின்றுகொள்ளவேண்டும்.

அதில் ஒருவர் மட்டும், அதாவது முன்கூட்டியே நடுவில் நிற்பதாக இருக்க வேண்டும் என்று தேர்ந்தெடுக்கப்படுகின்றவர், வட்டத்தின் மையத்தில் போடப்பட்டிருக்கும் சிறு வட்டத்தில் வந்து நின்று கொள்ள வேண்டும். இவ்வாறு மையத்தில் வந்து நிற்பவருக்கும் ஒரு ஆட்ட எண் (Number) உண்டு என்பதை மறந்துவிடக்கூடாது.

ஆட்டம் தொடங்கலாம் என்ற சைகைக்குப் பிறகு நடுவில் நிற்பவர் சத்தமாக, ஏதாவது இரண்டு எண்களைக் கூப்பிட வேண்டும். (உம்—6,8). இந்த

இரண்டு எண்களுக்கு உரியவர்கள் தாங்கள் நிற்கின்ற இடத்தை விட்டு புறப்பட்டு ஓடிப்போய், அடுத்த ஒரு வட்டத்தில் இருந்து புறப்படுகின்றவரின் வட்டத்தில் போய் நின்று கொள்ள வேண்டும்.

இந்த இருவரும் தங்களது இடத்தை மாற்றிக் கொள்ள முயற்சி செய்கின்ற அந்த தருணத்தில், காலியாக இருக்கும் ஒரு வட்டத்தில் போய் எண்களை அழைத்தவர் நின்று கொள்ள வேண்டும்.

இந்தப் போட்டியில், வட்டம் கிடைக்காத ஆட்டக்காரர் வட்டத்தின் நடுவில் வந்து நின்று கொண்டு, மீண்டும் இரண்டு பேர்களுடையஎண்களை அழைக்க ஆட்டம் தொடர்ந்து நடைபெறும்.

குறிப்பு: 1. தங்கள் எண்களை அழைத்தவுடன், எண்களுக்குரிய ஆட்டக்காரர்கள் எதிர்த்தாற்போல் யார் புறப்படுகின்றார் என்பதை சுற்றும் முற்றும் பார்த்துத் தெரிந்து கொண்டு, விரைவாக அந்த இடத்தை நோக்கி ஓடி வட்டத்திற்குள் நின்று கொள்ள வேண்டும்.

யாருக்கு எந்த எண் என்பது யாருக்கும் தெரியாதாகையால், ஆட்டக்காரர் அனைவரும் மிகவும் விழிப்புடன் இருந்து ஆட வேண்டும்.

2. எண்களை அழைத்தவர் மற்றவர்களுக்கு முன்னால் போய் வட்டத்தில் இடம் பிடித்து நின்று

கொண்டால், இடம் கிடைக்காதவர் நடுவராக வந்து நின்று, மீண்டும் ஆட்டத்தைத் தொடர வேண்டும்.

அதற்கு முன்னதாக, இடம் கிடைக்காமல் ஒருவராக மாறுகிறவர், தண்டனையாக 2 தோப்புக் கரணம் அல்லது மற்றவர்களுக்கு சலாம் போடுவது போல ஏதாவது ஒன்றைச் செய்தால் ஆட்டம் ரசிக்கும்படியாக இருக்கும்.

3. இரண்டு எண்களுக்குப் பதிலாக, மூன்று நான்கு எண்களையும் ஒரே சமயத்தில் அழைத்து ஆடச் செய்யலாம்.

4. அழைத்த எண்களையே கூப்பிடாமல், ஒவ்வொரு தடவையும் புதிய எண்களை அழைத்தால் தான், ஆட்டக்காரர்கள் அனைவருக்கும் தங்களுக்கும் வாய்ப்புக் கிடைக்கப் போகிறது என்ற எச்சரிக்கையுள்ள நிலைமையில், ஆடுவதற்கு உற்சாகமாகவும் இருக்கும். ஆடிய சுவாரசியமாகவும் இருக்கும்.

13. தட்டு நடை

ஆட்ட அமைப்பு : கைவசம் இருக்கின்ற தட்டுக்களின் எண்ணிக்கைக்கு ஏற்ப, ஆட்டத்தை மாற்றி அமைத்துக் கொண்டு ஆடலாம். விருந்துக்குப் பயன்படுத்துகின்ற தட்டுக்கள் கிடைக்காவிடில், கனம் அதிகம் இல்லாத செங்கல் அல்லது கட்டைகளையும் இந்த ஆட்டத்தில் பயன்படுத்திக் கொண்டு ஆடி மகிழலாம்.

16 தட்டுக்கள் தான் கைவசம் இருக்கின்றன என்று வைத்துக் கொள்வோம், அப்பொழுது நான்கு நான்கு ஆட்டக்காரர்களாகப் பிரித்து வைத்து, ஒரு முறை இந்தத் தட்டு நடைப் போட்டியை நடத்திக் கொள்ளலாம்.

முதலில் நடக்கத் தொடங்கும் கோடு (Starting Line) ஒன்றைப் போட்டு, அதிலிருந்து 30 அல்லது 35 அடி தூரத்திற்கு அப்பால், நடந்து முடிக்கும் கோடு (Finishing Line) ஒன்றைப் போட்டு வைத்துக் கொண்டு, போட்டியைத் தொடங்கலாம்.

ஆடும் முறை: ஒவ்வொரு ஆட்டக்காரருக்கும் இரண்டு தட்டுக்கள் தரவேண்டும். அந்தத் தட்டுக்களுடன், ஒவ்வொரு ஆட்டக்காரரும் நடக்கத் தொடங்கும் கோட்டில் வந்து நிற்க வேண்டும். ஆட்டத்தை நடத்துபவரின் சைகைக்குப் பிறகு ஆட்டக்காரர்கள் நடக்கத் தொடங்க வேண்டும்.

முதல் தட்டை தங்கள் முன்னே வைத்து. அதில் ஒரு காலை வைத்து, அடுத்த தட்டை அதற்கு முன்னால் வைத்து அடுத்துக் காலை வைத்து, பிறகு முதல் தட்டை எடுத்துக் கொண்டு அதற்கும் முன்னே வைத்து, முன்போல் முதல் காலை வைத்து இப்படியாகத் தட்டை எடுத்து எடுத்து மாற்றி மாற்றி வைத்து, முன்னேறிச் செல்ல வேண்டும்.

தட்டின் மீது கால் வைத்துத்தான் நடந்து செல்ல வேண்டும். தரையின் மீது காலை ஊன்றினாலும் அல்லது தடுமாறிப் போய் கீழே விழுந்தாலும் கூட அவர் ஆட்டத்தை விட்டு வெளியேற்றப்படுவார்.

இவ்வாறு சரியான முறையில் தட்டின்மீதே நடந்து யார் முதலில் எல்லைக் கோட்டை அடைகின்றாரோ, அவரே வெற்றி பெற்றவராவார்.

குறிப்பு : 1 போட்டியைத் தொடங்கும் பொழுது கையில் இரண்டு தட்டுக்கள் இருப்பது

போல், கோட்டை அடைந்து முடிக்கும் பொழுதும் கையில் இரண்டு தட்டுக்கள் இருக்கவேண்டும்.

2. ஒரு தட்டின்மீது நின்று மறுதட்டை வைத்து காலை வைக்கும் பொழுதும், பிறகு எடுக்கும் பொழுதும் ஒரு காலில் நிற்கவும். அப்படியே பின் புறமாகவும் முன்புறமாகவும் குனிய நேர்வதால் உடல் சமநிலை இழந்து கீழே விழநேரிடும் என்பதால், விரைவாகச் செய்தாலும் நிதானமாகச் செய்ய வேண்டும்.

தரையில் கால் பட்டால் ஆட்டம் இழக்க நேரிடும் என்பதையும் நினைவில் கொள்ள வேண்டும்.

4. யாராக இருக்கும்?

ஆட்டத்தில் பங்கு பெற விரும்பும் அனைவரும் இதில் பங்கு பெற்று ஆடி மகிழலாம். இந்த விளையாட்டானது ஓடி ஆடும் ஆட்டமல்ல, உட்கார்ந்த இடத்திலேயே சிந்தனைக்கு வேலை கொடுத்து, உரிய ஆளைக் கண்டுபிடித்து, தங்கள் ஆற்றலை அறிந்து மகிழ்ந்திட உதவும் விளையாட்டும் ஆகும்.

கூட்டத்தில் உள்ளவர்களில் ஒருவரை முதலில் தேர்ந்தெடுத்துக் கொண்டு, பிறகு அனைவரிடமும் ஆட்டம் எவ்வாறு நடைபெறப் போகிறது என்பதையும் தெளிவாக விளக்கி விடவேண்டும். அதன் பின்னர், தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட நபர், அவர்கள் கண்ணில் படாமல் மறைவிடம் செல்ல அனுமதிக்கப் படுவார்.

மறைவிடம் சென்ற நபர், தனக்கு அதிகமாகத் தெரிந்த அல்லது பழக்கப்பட்ட ஒருவரைப் பற்றி சிந்தித்து ஒரு முடிவு எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். அவ்வாறு முடிவுக்கு வருகிற பொழுது, தான் குறிப்

பிடப் போகின்ற நபரைப் பற்றியும், கூட்டத்தில் உள்ள அத்தனை ஆட்டக்காரர்களுக்கும் தெரிந்த வராகவும் இருக்க வேண்டியது மிக மிக முக்கியமான கருத்தாகும்.

இவர் சிந்தனைக்கு வருகின்றவர், அக்கூட்டத்திற்குத் தலைவராகவும் இருக்கலாம். அல்லது புகழ் பெற்ற நடிக நடிகையாகராகவோ அல்லது அரசியல் தலைவராகவோ இருக்கலாம்.

அவரது நினைவு வரும் வகையில், அங்க அசைவுகளால், நடந்து செல்லும் முறையால் அல்லது தன்னையறியாமல் அடிக்கடி செய்யும் செயல் முறையால் (Mannerism) நடித்துக் காட்ட வேண்டியது தான் ஆட்டத்தின் முக்கியமான கட்டமாகும்.

அவ்வாறு அவர் நடித்துக் காட்டிய பிறகு, அந்த ஆட்டத்தை நடத்துகின்றவர், வரிசைக் கிரமமாக, ஒவ்வொருவராகக் கேட்டுக் கொண்டே வர வேண்டும்.

கண்டவற்றைக் கொண்டு, சரியாகக் கண்டு பிடித்துச் சொல்பவர், சைகை செய்து நடித்துக் காட்டுபவராக மாற, தனி இடத்திற்குச் செல்ல வேண்டும். இவ்வாறு ஆட்டம் தொடர்ந்து நடை பெற வேண்டும்.

குறிப்பு: 1. குறிப்பிட்டுக் காட்டுகின்ற நபர் அந்தக் கூட்டத்தில் உள்ளவர்கள் அனைவருக்கும்

தெரிந்தவராக இருப்பது நல்லது. அப்போழுது தான் எல்லோரும் உற்சாகமாக இதில் கலந்து கொள்ள முடியும்.

2. பளிச்சென்று ஆளைப் புரிந்துகொள்ளும் வகையில், சைகையால் பல குறிப்புக்களையும் காட்டாமல், ஒருசில அசைவுகள், ஜாடையால் கூறினால் தான், மற்றவர்கள் சிந்திக்கவும், யூகிக்க முயலவும் வாய்ப்பளிக்கும் வகையில் ஆட்டம் அமையும்.

3. கூட்டத்தில் உள்ளவர்கள், யாரென்று உடனே தெரிந்து கொண்டாலும், தனக்குத் தெரியும் என்று கத்திக் கூச்சல் போடக் கூடாது. ஒவ்வொருவருக்கும் வரிசை வரிசையாக வாய்ப்பு வரும் என்பதால், தங்களுக்குரிய வாய்ப்பு வரும் வரை காத்திருந்து ஆடினால் தான், ஆட்டம் இன்னும் ஆனந்தமாக அமையும்.

4. சைகை செய்பவர்கள் சுறுசுறுப்பாகவும் பரபரப்பாகவும், ஆட்டம் அமையும் வகையில் நடித்துக் காட்டவேண்டும்.

15. நாம் இருவர்

விளையாட்டில் ஆட இருக்கின்றவர்களை, முதலில் இருவர் இருவராகப் பிரிக்கவேண்டும். ஆண்களாக இருந்தால் நல்லது. பெண்களும் அதில் இருந்தால், பெண்களுக்குள்ளே இருவரை (Partner)ப் பிரித்து வைப்பது நல்லது.

யாருக்கு யார் இணை என்று முதலில் தெரிவித்த பின்னர், அவரவரை அறிமுகப்படுத்தி வைத்து விட வேண்டும்.

பின்னர் அனைவரின் கண்களையும் ஒவ்வொரு கர்சீப்பால் கட்டி மறைத்துவிட வேண்டும்

பிறகு, சத்தமில்லாமல், ஒவ்வொருவரையும் அங்குமிங்கும் நடக்கச் செய்து, தாங்கள் எங்கே நிற்கின்றோம் என்பதை தடுமாற்றத்துடன் உணரச் செய்வது போல செய்து விடவும் வேண்டும்-

சிறிது நேரம் கழித்து, உங்கள் தோழரை அல்லது உங்கள் தோழியைக் கண்டு பிடியுங்கள் என்று சத்தம் போட்டு அறிவித்து விடவேண்டும்.

இருவர் முதலில் தாங்கள் பார்ட்டினரைக் கண்டு பிடித்து ஒன்று சேர்ந்து, 'நாங்கள் இருவரும் கண்டு பிடித்து விட்டோம்' என்று முதன் முதலாக அறிவிக்கின்ற குழுவே வென்றதாக அறிவிக்கப்படும்.

குறிப்பு : 1. பங்கு பெறுபவர் அனைவரும் ஒருவருக்கொருவர் பழக்கம் உள்ளவர்களாக இருந்தால், பெயர்களைச் சொல்லி விட்டாலே போதும். அறிமுகம் தேவையில்லை.

2. அப்பொழுது தான் அறிமுகம் ஆகின்றார்கள் என்றால், அவர்கள் பெயர்களைக் குறிப்பிட்டு அறிவித்த பின்னர், ஓரிரு நிமிடங்கள் அவர்களைக் கலந்துரையாடச் செய்யலாம்.

3. கண்களை துணியால் மறைத்துக் கட்டும் பொழுது, உண்மையிலேயே பார்வையை மறைப்பது போல கட்டிக் கொள்ள வேண்டும். அல்லது கட்டி விட வேண்டும். இதில் ஏமாற்று வேலை இருக்கக் கூடாது.

4. எல்லோரும் தங்களது கண்கள் மறைக்கப் பட்டிருக்கும் பொழுது, கைகளை முன்புறமாக நீட்டித் தேடும் முயற்சியில் ஈடுபட்டிருந்தால், எதிரே யாராவது தென்பட்டால், அவர்களை வேண்டுமென்றே கட்டிப் பிடித்துத் கொள்வதோ அல்லது எட்டிப் பிடித்துக் தள்ளுவதோ தவறு. இந்த சமயத்தில் மிகவும் பெருந்தன்மையுள்ளவர்களாக எல்லோரும் நடந்து கொள்ள வேண்டும்.

5. தங்களது தோழரை அல்லது தோழியைக் கண்டு பிடிக்கும் முயற்சியில், பெயர்களைக் கூறிய வாறு திரிகிற காட்சி, பார்ப்பதற்கு வேடிக்கையாக வும், பங்கு பெறுவோருக்கு விநோதமான அனுபவ மாகவும் அமையும். இதை உணர்ந்து ஆடினால் ஆட்டம் மிகவும் உற்சாகமாக அமையும்.

6. ஒருவர் தனது தோழரைக் கண்டுபிடித்து விட்டால், அவர்கள் அறிவிப்புக்குப் பிறகு சரியான தென்று கண்டு பிடித்தவுடனே ஆட்டத்தை நடத்து பவர், விசில் மூலமோ அல்லது வேறு ஒலி மூல மாகவோ முடிவை அறிவித்து விடவேண்டும்.

16. தீ ஓட்டம்

ஆட்டம் தொடங்குவதற்கு முன்:

இருக்கின்ற ஆட்டக்காரர்களை நான்கு குழுவாகப் பிரித்துக் கொள்ள வேண்டும். ஒவ்வொரு குழுவும் சம எண்ணிக்கை அளவிலே இருக்க வேண்டும்.

நேராகக் கோடு கிழித்து, ஒவ்வொரு குழுவிற்கும் இடையில் 3 அடி இடைவெளி இருப்பதுபோல, வரிசையாக நிறுத்திவிட வேண்டும். அந்தந்தக் குழுவிற்கு எதிரே 30 அடி தூரத்தில் ஒவ்வொரு மெழுகு வர்த்தியை வைத்து விட்டிருக்க வேண்டும்.

இப்பொழுது ஒவ்வொரு குழுவின் முன்னல் நிற்கும் ஒவ்வொருவரிடமும் (நான்கு குழுக்களிலும்) ஒரு மெழுகுவர்த்தி, ஒரு தீப்பெட்டிக் கொடுக்கப் பட்டிருக்க வேண்டும்.

விளையாடும் முறை :

ஆட்டத்தை நடத்துபவர் விசில் சத்தத்தின் மூலம் அனுமதி கொடுத்தவுடன், மெழுகுவர்த்தியும் தீப்பெட்டியும் வைத்திருப்பவர்கள், தங்களிடம் உள்ள தீப்பெட்டி மூலம் தீயை உண்டாக்கி, கையி லுள்ள மெழுகுவர்த்தியை எரியவிட்டு, வர்த்தி எரிய ஆரம்பித்தவுடன், தனக்கு எதிரே வைக்கப்பட் டிருக்கும் மெழுகுவர்த்தியை நோக்கி ஓடவேண்டும்.

ஓடிச் சென்று தன்னிடம் உள்ள மெழுகுவர்த்தி யைப் பொருத்தி எரியச் செய்து, பின்னர் அதனை அணைத்துவிட்டு, தன் குழுவை நோக்கித் திரும்பவும் ஓடிவந்து, தனக்குப் பின்புறம் நின்றிருப்பவரிடம், தன்வசம் உள்ள தீப்பெட்டியையும் மெழுகுவர்த்தி யையும் தந்துவிட வேண்டும்.

மேலே விவரித்தவாறு, ஒவ்வொருவரும் தன் னிடம் உள்ள மெழுகுவர்த்தியைக் கொளுத்திக் கொண்டு ஓடி, அங்கிருப்பதைக் கொளுத்திவிட்டு, பிறகு அணைத்துவிட்டு திரும்பவும் ஓடி வந்து தன் பின்புறம் உள்ளவரிடம் தந்துவிட்டு, பின்னால் போய் நின்று கொள்ள வேண்டும்.

எந்தக் குழுவில் எல்லோரும் ஒரு வாய்ப்புப் பெற்று, முதலில் செய்து முடிக்கின்றார்களோ, அந்த குழுவே வெற்றி பெற்றதாகும்.

விளையாட்டுக்குரிய விதிகள் :

1. ஆட்டத்தில் ஓடத் தொடங்குபவர் தன்னிடம் உள்ள மெழுகுவர்த்தியை எரியவிட்ட பிறகே ஓடத் தொடங்க வேண்டும்.

2. இடை வழியிலே மெழுகுவர்த்தி அணைந்து போனால்கூட, திரும்பவும் பற்ற வைத்துக்கொண்டு அணைந்த இடத்திலிருந்தே மீண்டும் ஓடவேண்டும்.

3. தனியே வைக்கப்பட்டிருக்கும் மெழுகுவர்த்தி நன்றாக ஏற்றப்பட வேண்டும். எரியும்போது அணைத்துவிட்டு ஓடி வரலாம்.

4. திரும்ப ஓடிவரும் பொழுது தன்னிடம் கையில் இருக்கும் மெழுகுவர்த்தி எரிந்து கொண்டிருக்க வேண்டும் என்பது அவசியமில்லை.

5. யாரையும் ஏமாற்ற முயலாமல் விளையாட்டை மதித்து விளையாடினால், ஆட்டம் விறு விறுப்புடனும் உற்சாகத்துடனும் அமையும்.

6. அணைந்து போகும் மெழுகு வர்த்தியைப் பொருத்த, யாரும் யாருக்கும் உதவி செய்யக் கூடாது. அவரவரே தான் எரியவிடவேண்டும்.

17. மூக்குக்கூடு

விளையாட்டு அமைப்பு

முன் விளையாட்டில் கூறியதுபோல, விளையாட வருகின்றவர்களை சம எண்ணிக்கை அளவில், 4 குழுக்களாகப் பிரித்துக் கொள்ள வேண்டும். 40 பேர்கள் இருக்கின்றார்கள் என்றால், குழுவிற்கு 10 என்பதாகப் பிரித்து விடவேண்டும்.

பிறகு, ஒவ்வொரு குழுவையும் 3 அடி இடை வெளி இருப்பதுபோல வரிசையாக ஒருவர் பின் ஒருவராக நிறுத்திவைக்கவும். எதிரே 30 அடி தூரத்தில் நீண்டகோடு—4 குழுக்களும் நிற்பதற்கு இணையாக (Parallel) இருப்பது போல் குறிக்க வேண்டும்.

ஒவ்வொரு குழுவின் முதலில் நிற்பவர்களுக்கு தீப்பெட்டிக் கூடு (குச்சிகள் உள்ள உட்பகுதி நீக்கப் பட்டது) ஒவ்வொன்றும் தரப்பட வேண்டும். அவர் அந்த தீப்பெட்டிக் கூட்டினை மூக்கின் முற்பகுதிகளில்

பொருத்திக் கொண்டு விட ஆட்டம் தொடங்கு கிறது.

விளையாடும் முறை

விசில் சத்தம் கேட்ட பிறகு, மூக்கில் தீப்பெட் டிக் கூட்டை வைத்திருக்கும் நால்வரும் முன்புறமாக ஓடி, எதிரே குறிக்கப்பட்டு இருக்கும் கோட்டைக் கடந்து திரும்பி ஓடிவந்து தனக்குப் பின்னால் நிற்ப வரின் மூக்கில் நிற்பவரின் மூக்கிலே அதனை வைத்து விடவேண்டும்.

தன் மூக்கிலே வைத்த பிறகு அவர் அதைப் பிடித்து, நன்ருகத் தன் மூக்கிலே பொருத்திக் கொண்டு, கோட்டை நோக்கி ஓடி, பிறகு திரும்பவும் ஓடிவந்து, தன் பின்னே நின்றவருக்குத் தர வேண்டும்.

இப்படியாக 10 பேரும் ஓடி முடிக்க வேண்டும்.

எந்தக் குழு முதலில் ஓடி முடிக்கின்றதோ, அந்தக் குழுவே வெற்றி பெற்றது என்று அறிவிக்கப் படும்.

விளையாட்டுக்குரிய விதிகள்

1. தீப்பெட்டிக் கூடு மூக்கில் இருக்கும் பொழுதுதான் ஓடவேண்டும்.

2. தவறிக் கீழே விழுந்து விட்டால், அவரே தான் எடுத்துக் கொண்டு ஓடவேண்டும். வேறு யாரும் உதவி செய்யக்கூடாது.

3. ஒருவர் மற்றொருவருக்குத் தீப்பெட்டிக் கூட்டைத் தரும்போது, ஓடி அடுத்தவரது மூக்கில் கூட்டினை வைக்க வேண்டும். அதற்குப் பிறகே, அவர் கை வைத்துப் பொருத்தலாம்.

குறிப்பு: ஆட்டத்தில் இந்தக் கட்டம் தான் சுவாரஸ்யமான பகுதியாகும். இந்தக் கட்டத்தில் ஏமாற்ற ஆரம்பித்தால், போட்டியே சுவையாக அமையாது.

4. கோட்டினைக் கடந்து போய், தீப்பெட்டிக் கூட்டினை வாங்கக் கூடாது.

5. ஓடும் போதும் எதிரே உள்ள கோட்டினை நன்றாகக் கடந்து விட்டுத் தான் திரும்பவேண்டும்.

18. கண்மூடி ஆட்டம்

ஆட்ட அமைப்பு : விளையாட வந்திருக்கின்ற அனைவரையும் எண்ணிக்கைக்கேற்ப, சிறிய அல்லது பெரிய வட்டமாக அமர்ந்திருக்கும்படி செய்ய வேண்டும். விளையாட்டை நடத்துபவர், ஏதாவது 15 அல்லது 20 சிறுசிறு பொருட்களை முன் கூட்டியே கொண்டு வந்து தயாராக வைத்துக் கொண்டிருக்க வேண்டும். அதாவது அந்த சூழ்நிலையில் என்னென்ன கிடைக்கின்றதோ. குறிப்பாக, கடற்கரை மணற் பகுதி என்றால் அங்கு கிடைக்கும் கிளிஞ்சல், கற்கள் போல, அவற்றையே பயன்படுத்திக் கொள்ளலாம்.

அத்துடன், விளையாட இருப்பவர்களின் எண்ணிக்கையின்படி எழுதுவதற்கு ஒரு காகிதமும், ஒரு பென்சில் அல்லது பேனாவும் தயாராக வைத்துக் கொண்டிருக்க வேண்டும்.

ஆடும் முறை : ஆட்டம் தொடங்குவதற்கு முன்னதாகவே, விளையாட்டில்பங்கு பெறுபவர்களின் கண்களை ஒரு சிறு துணியால் அல்லது கைகுட்டை

யால் கட்டிவிட வேண்டும். மிகமிக நேர்மையாக நடந்து கொள்வார்கள் என்றால், தாமாகவே கண்களை மூடிக்கொண்டு, மறு உத்தரவு கிடைக்கும் வரை கண்களைத் திறக்காமலேயே விளையாட வேண்டும்.

இனி ஆட்டத்தைத் தொடங்கலாம். ஆட்டத்தை நடத்துபவர், விசில் ஒலிமூலம் அனுமதி கொடுத்தபிறகு, தயாராக வைத்திருக்கும் பொருட்களில் ஒன்று ஒன்றாக ஒருவர் மூலம் தர, அதை பக்கத்தில் உள்ளவரிடம் கொடுக்க,இவ்வாறு எல்லா பொருட்களையும் ஒருவர் தன் கையால் வாங்கி வாங்கிப் பக்கத்தில் உட்காரிந்திருப்பவரிடம் கொடுக்கின்ற முழு வாய்ப்பையும் பெற்று விடுவார்.

இவ்வாறு ஏறத்தாழ 20 பொருட்களையும் அல்லது வைத்திருந்த பொருட்கள் அனைத்தையும் ஒருவர் தொட்டு உணர்ந்த பிறகு, விசில் ஒலி மூலம் ஆட்டத்தை முடித்து வைக்க வேண்டும்.

விசில் ஒலி கேட்டவுடன் கண்களின் கட்டை அவிழ்த்து விட்டு தன்னிடம் உள்ள பேப்பரில், தான் தொட்டு உணர்ந்த அத்தனைப் பொருட்களின் பெயர்களையும் எழுதிவிட வேண்டும்.

இதை ஒரு குறிப்பிட்ட நேரத்திற்குள் எழுதித் தந்துவிட வேண்டும். என்ற விதியையும் சேர்த்துக் கொள்ளலாம்.

அதிக எண்ணிக்கையில் சரியாகப் பெயர்களை எழுதியவரே வெற்றி பெற்றவர் என்று அறிவிக்கப் படுவார்.

விதிமுறைக் குறிப்புக்கள் : 1. பொழுது போக்காக விளையாடும் பொழுதே, நமது நினைவாற்றலின் நிலையைப் புரிந்து கொள்ளவும், மகிழ்ச்சி பெறவும் கூடிய வாய்ப்பளிக்கும் விளையாட்டாதலால், எல்லோருமே கண்களைக் கட்டி மறைத்துக் கொள்ளும்போது, நேர்மையாக நடந்து கொள்ள வேண்டும்.

தப்பாட்டத்தை முடிந்த வரை தவிர்த்துவிட வேண்டும்.

2. பொருட்கள் கைமாறும் பொழுதே, என்னென்ன பொருள்கள் வந்தனஎன்பதை மனதில் இருத்திக் கொள்ளவேண்டும்.

3. எழுதும் பொழுது பிறரிடம் காட்டுவதோ அல்லது பிறரைப் பார்த்து எழுதுவதோ கூடாது.

4. முடிந்தவரை கண்ணியமாக நடந்து கொண்டால்தான் இந்த ஆட்டம் சிறப்பாக அமையும்.

19. ஒற்றைக்கால் பந்தாட்டம்

ஆட்ட அமைப்பு : விளையாட விரும்பும் அனை வரும் இந்த ஆட்டத்தில் பங்கு பெற்று மகிழலாம்.

குறிப்பிட்ட இடத்தில் தான் நின்று ஆட்டத் தைத் தொடங்கவேண்டும். நின்ற இடத்தில் சிறு கோடு ஒன்றைக் கிழித்து அடையாளம் முதலில் செய்து கொள்ள வேண்டும்.

அந்த இடத்திலிருந்து 40 அல்லது 50 அடி தூரத்தில், 2 அடி விட்டமுள்ள ஒரு வட்டம் போட்டுக் கொள்ள வேண்டும்.

ஆட்டத்தில் பயன்பட ரப்பர் பந்து அல்லது பிளாஸ்டிக் பந்து ஒன்றும் வேண்டும். கிடைக்க வில்லையென்றால், சில் என்பார்களே ஓட்டாஞ்சில், அதனையும் பயன்படுத்திக் கொள்ளலாம்.

விளையாடும் முறை : ஆடஇருப்பவர், எல்லைக் கோட்டின் மேலே ஒற்றைக்காலில் (ஒரு காலைத் தூக்கியவாறு மறுகாலில் நிற்பது) நிற்கவேண்டும். அந்தக் கோட்டில் பந்து அல்லது சில் வைக்கப்பட்டிருக்க வேண்டும்.

விசில் சத்தத்திற்குப் பிறகு, அவர் நொண்டியடித்தபடியே அந்தப் பந்தை எத்தி, எதிரே உள்ள வட்டத்திற்குள் கொண்டு போய் நிறுத்திட வேண்டும்.

வட்டத்திற்குள் பந்தைக் கொண்டு போய் நிறுத்துவதுதான் ஆட்டத்தின் முக்கிய நோக்கம்.

விளையாட்டின் விதி முறைகள் :

1. எக்காரணத்தைக் கொண்டும் மறுகாலை தரையில் ஊன்றக் கூடாது. ஒற்றைக் காலால்தான் பந்தை உதைத்து ஆட வேண்டும்.

2. எத்தனை முறை வேண்டுமானாலும் பந்தை எத்தித் தள்ளலாம். ஒவ்வொரு முறை எத்தும் பொழுது, எத்துவது எத்தனையாவது முறை என்பது குறித்துக் கொள்ளப்படும்.

3. மற்றவர்களைவிட குறைந்த எண்ணிக் கைக்குள் வட்டத்திற்குள் எத்திக் கொண்டு போய் பந்தை நிறுத்திய ஆட்டக்காரரே வெற்றி பெற்றார் என்று அறிவிக்கப்படுவார்.

4. எத்தும் பொழுது குறியாக மட்டுமல்ல, மிகவும் நிதானத்துடன் சாதூரியமாகவும் செய்தால் தான் இந்த ஆட்டத்தில் வெற்றி பெற முடியும் என்பதை ஆட்டக்காரர்கள் அறிந்து கொண்டால், ஆட்டம் மிகவும் ரசிக்கும் படியாகவும் அமைந்து விடும்.

20. மனித யானை ஓட்டம்

ஆடும் அமைப்பு

விளையாட விரும்புகின்ற குழந்தைகள் அனை வரும் இந்த ஆட்டத்தில் பங்குபெறலாம். ஆட்டத்தை நடத்துபவர் விளையாட இருக்கும் குழந்தைகளை சம எண்ணிக்கையுள்ள நான்கு குழுவினர்களாக பிரிக்க வேண்டும். பிறகு 20 அடி நீளமுள்ள நேர் கோடு ஒன்றை போட்டுக் கொள்ள வேண்டும். 5 அடி தூரம் இடைவெளி இருப்பது போல நான்கு குழுவினரையும் தனித்தனியாக நிறுத்த வேண்டும்.

ஒவ்வொரு குழுவிலும் உயரமானவர்கள் முன்னால் நிற்க, அவருக்கு அடுத்தடுத்து உயரம் குறைந்தவர்கள் பின்னால் நிற்க வேண்டும் என்பது தான் நிற்கும் முறையாகும். அந்த நான்கு குழு வினர்க்கும் முன்புறமாக 50 அடி தூரத்தில் ஒரு நேர் கோடு போட்டிருக்கவேண்டும்.

ஆட்டக்காரர்கள் நிற்கும் முறை

ஒவ்வொரு குழுவிலும் முதலில் நிற்கும் உயர மானவர் கால்களை இயல்பான இடைவெளியில் உறுதியாக வைத்து, உடலின் மேற்பகுதியை சற்று முன்புறமாக வளைத்துக் குனிந்து யானை தும்பிக்கைப் போல கைகளை கீழ்புறமாக தொங்கவிட்டுக் கொண் டிருக்க வேண்டும். அவருக்கு அடுத்து நிற்பவர் முன் னல் நிற்பவருடைய இடுப்பை கைகளால் கோர்த்துக் கட்டிக் கொண்டு குனிந்து நிற்கும் அவர் முதுகின் மீது தன் முகம் படுமாறு வைக்க வேண்டும். பிறகு அடுத்தடுத்து நிற்பவர்கள் இரண்டாமவர் செய்தது போலவே செய்து கொண்டு நிற்கவேண்டும். இப் பொழுது ஒவ்வொரு குழுவையும் ஒரு போர்வையால் மேற்புறமாக மூடிவிட்டால், யானை ஒன்று நிற்பது போல் இருக்கும். ஒவ்வொரு குழுவிலுமுள்ள சிறுவனை அல்லது உயரம் குறைந்த ஒருவனை மத்தி யிலே ஒருவன் மேலே உட்கார வைத்தால், யானை மேலே ஒரு யானைப்பாகன் உட்கார்ந்திருப்பதுபோலத் தோன்ற, இப்போது ஆட்டம் ஆரம்பிக்கிறது.

ஆடும் முறை

ஆட்டம் நடத்துபவரின் விசில் ஒலிக்குப் பிறகு ஆட்டம் ஆரம்பமாகிறது விசில் ஒலித்த பிறகு ஒவ்வொரு குழுவும் எல்லையைநோக்கி ஓடவேண்டும். முதலில் எல்லைக்கோட்டை அடைகின்ற குழுவே வெற்றி பெற்றது என்று அறிவிக்கப்படும்.

குறிப்பு :

1. மேலே உட்கார்ந்திருப்பவர் தான் தன்னுடைய குழுவை நடத்திச் செல்ல வேண்டும்.

2. எந்தக்காரணத்தை முன்னிட்டும் ஒரு வருக்கொருவர் கோர்த்து இருக்கின்ற பிடியினை விட்டுவிடக்கூடாது. அவ்வாறு அறுத்துக் கொண்டு ஓடுகின்ற குழு வெற்றி பெறும் தகுதியினை இழந்து விடுகிறது.

3. குழுவின் கடைசி ஆட்டக்காரர் எல்லைக் கோட்டை கடந்தால்தான் அந்தக்குழு எல்லையை அடைந்ததாகக் கருதப்படும்.

4. மேற்கூறிய முறையில் நான்கு குழுக் களையும் ஐந்துமுறை ஓடவிட்டு, அந்த ஐந்து முறை களில் அதிக எண்ணிக்கையில் எந்தக்குழு வெற்றி பெற்றதோ அந்தக் குழுவே வென்றது என்று அறிவிக்கலாம்.

21. வாய் பிடி ஓட்டம்

இந்த ஆட்டத்தில் 20 அல்லது 25 பேர் வரை கலந்து கொள்ளலாம். அதாவது இந்த ஆட்டத்திற்குத் தேவையான பொருள்கள் காலி இங்க் பாட்டிலும், பலூனும், மொத்தம் எத்தனை இருக்கின்றனவோ அத்தனை ஆட்டக்காரர்கள் பங்கு பெறலாம்.

ஆட்டக்காரர்கள் நிற்கும் முறை:

ஒவ்வொரு ஆட்டக்காரரும் தனக்கு கொடுக்கப் பட்ட ஒரு பலூன் ஒரு காலி இங்க் பாட்டிலுடன் குறிக்கப்பட்டிருக்கும்கோட்டின் முன்னால் வந்து வரிசையாக (பக்கவாட்டில் இருப்பதுபோல) நிற்க வேண்டும். அவர்களுக்கு முன்புறமாக 30 அடி தூரத்தில் ஒரு எல்லைக் கோடு குறிக்கப்பட்டிருக்கும். ஆட்டம் நடத்துபவரின் விசில் ஒலிக்குப் பிறகு ஆட்டம் ஆரம்பம் ஆகும்.

ஆடும் முறை:

ஆட்டம் நடத்துபவரின் விசில் ஒலி கேட்டவுடன், ஒவ்வொரு ஆட்டக்காரரும் தன் கையிலுள்ள பலூனை இங்க் பாட்டிலுக்குள் நுழைத்துக் கொண்டு ஊத வேண்டும். ஊதிய பிறகு, பற்களினால் பலூன் வாயை கெட்டியாகப் பிடித்துக் கொள்ள வேண்டும். இப்பொழுது பலூன் பிடிப்பினாலே இங்க்பாட்டில் தொங்கிக் கொண்டிருக்கிறது. இப்படியாக இங்க் பாட்டில் தொங்கும்படியாக வாயிலே கவ்விப்பிடித் திருப்பவர்கள், ஓடத்தொடங்கி எதிரே உள்ள எல்லைக்கோட்டை அடைந்து கடந்துவிட்டு, மீண்டும் ஓடத்தொடங்கிய கோட்டிற்கே வந்து சேரவேண்டும் என்பதுதான் ஆடும் முறையாகும்.

குறிப்பு :

1. பலூனை இங்க் பாட்டிலுக்குள் விட்டு நன்றாக ஊதி பலூன் வாயை நன்றாக சுழற்றி முடி அதை பற்களால் கவ்விக் கொண்டிருப்பவரே ஓடத் தொடங்க வேண்டும். அந்த நிலைக்கு வராதவர் ஓடவே கூடாது.

2. ஓடுகின்ற இடை வழியில் பலூனில் காற்று போய் இங்க் பாட்டில் கீழே விழுந்து விட்டால், அதே இடத்தில் நின்று மீண்டும் முன்போல செய்து விட்ட பிறகுதான் ஓடவேண்டும்.

3. விதிமுறைகளின்படி ஓடி முதலில் வருகின்றவரே வெற்றி பெற்றவர் ஆவார்.

விளையாட்டுத் துறை தமிழ் இலக்கியத்தில்

இருமுறை மத்திய அரசு பரிசு பெற்ற

நூலாசிரியர்

எஸ். நவராஜ் செல்லையா

M.A., D.P.E., M.P.Ed, (Ph.D)

எழுதிய

விளையாட்டுத் துறை நூல்கள்

விளையாட்டுக்களின் கதைகள் (மத்திய அரசின் பரிசு பெற்ற நூல்)	15-00
விளையாட்டுக்களின் வழிமுறைகளும் வரலாறும்	11-00
ஒலிம்பிக் பந்தயத்தின் கதை (மத்திய அரசின் பரிசு பெற்ற நூல்)	3-00
கிரிக்கெட் ஆட்டத்தின் கதை	4-50
விளையாட்டுகளுக்குப் பெயர் வந்தது எப்படி?	3-25
விளையாட்டு உலகில் வீரக்கதைகள்	3-00
வழிகாட்டும் விளையாட்டு வீரர்கள்	3-00
நீங்களும் உயரமாக வளரலாம்	4-00
நீங்களும் நோயில்லாமல் வாழலாம்	5-50
விளையாட்டுக்களின் விதிகள்	14-00
கால்பந்தாட்டம்	4-00
கைப்பந்தாட்டம்	4-00
கூடைப்பந்தாட்டம்	4-00
வளைகோல் பந்தாட்டம்	4-00
கிரிக்கெட் ஆட்டத்தில் கேள்வி பதில்	400

பூப்பந்தாட்டம்	5-00
மென்பந்தாட்டம்	6-00
வளையப் பந்தாட்டம்	2-50
கோ-கோ ஆட்டம்	4-50
சடுகுடு ஆட்டம்	7-00
கேரம் விளையாடுவது எப்படி?	4-00
சதுரங்கம் விளையாடுவது எப்படி?	4-00
நீங்களும் ஒலிம்பிக் வீரராகலாம்	6-00
ஒரு நூறு சிறு விளையாட்டுக்கள்	5-50
கூடி விளையாடும் குழு விளையாட்டுக்கள்	4-00
விளையாட்டு விருந்து	5-00
விளையாட்டு விழா நடத்துவது எப்படி?	5-00
விளையாட்டுக்களில் விநோதங்கள்	4-50
விளையாட்டு அமுதம்	3-50
விளையாட்டு உலகம்	3-50
விளையாட்டுச் சிந்தனைகள்	3-00
விளையாட்டுக்களில் வினாடி வினா விடை	3-50
விளையாட்டுத் துறையில் சொல்லும் பொருளும்	4-50
விளையாட்டு உலகில் சுவையான சம்பவங்கள்	5-00
வாழ்க்கைப் பந்தயம்	6-00
பாதுகாப்புக் கல்வி	2-50
பயன் தரும் யோகாசனப் பயிற்சிகள்	6-00
இந்திய நாட்டு தேகப் பயிற்சிகள்	4-00
நீங்களும் உடலழகு பெறலாம்	4-00
பெண்களும் பேரழகு பெறலாம்.	4-00
உடலழகுப் பயிற்சி முறைகள்	3-25
கடவுள் கைவிட மாட்டார்	3-00
பண்பு தரும் அன்புக் கதைகள்	3-00
தெய்வ மலர்	3-00

திரு. எஸ். நவராஜ் செல்லையா அவர்கள் தமிழ் இலக்கியத்தில் விளையாட்டுத்துறை நூல்கள் அதிகமாக வெளிவர வேண்டும் என்ற முயற்சியில், இதுவரை 80க்கும் மேற்பட்ட நூல்களையும், 20க்கும் மேற்பட்ட கதை, கவிதை, நாடக நூல்களையும் எழுதி வெளியிட்டிருக்கிறார். இவர் எழுதிய 'ஒலிம்பிக் பந்தயத்தின் கதை' எனும் நூல் 1977ம் ஆண்டும், 'விளையாட்டுக்களின் கதைகள்' எனும் நூல் 1981ம் ஆண்டும் தேசிய விருதினைப் பெற்று இருக்கின்றன.

தமிழிலும், உடற்கல்வித் துறையிலும், முதுகலைப் பட்டம் (M.A., M.P., Ed.) பெற்றுள்ள ஆசிரியர், வானொலி, டெலிவிஷன், வாரப்பத்திரிகைகளில் தொடர்ந்து விளையாட்டுத்துறை பற்றி பேசியும் எழுதியும் வருகிறார்.

தமிழில் முதன்முறையாக "விளையாட்டுக்களஞ்சியம்" எனும் விளையாட்டுத் துறை மாத இதழை 1977 ஆம் ஆண்டிலிருந்து தொடர்ந்து நடத்தி பணியாற்றி வருகிறார்.

Grace Printers, 27, Subba Reddy Street, Madras-33.