

# بسته های پشتیبان

نسخه یکم ۱۰۰



## جزوات و مکتوبات

### شعرهای اردویی

❖ با وجود شبهات بسیار در عرصه های مختلف از جمله فرهنگی ، اقتصادی، و...ولزوم مواجهه درست و اصولی با این شبهات ضروری است که دانشجویان بسیجی خود را از اطلاعات دقیق و به روز غنی نمایند به همین جهت مجموعه ای گلچین شده از جزوات و مطالب مفید مطالعاتی جهت استفاده آماده گشته است.

❖ سعی ما براین است که بسته ها جامع و به روز باشند ولی ممکن است به دلیل گستردگی و تغییرات پیوسته داده ها برخی از اطلاعات ارائه شده مخدوش یا ناقص باشند لذاست که یاری شما را در به روز نگه داشتن و تکمیل بسته ها می طلبیم. لطفا در صورتی که هریک از داده ها استفاده نمودید و آن را نیازمند اصلاح یا تکمیل دانستید با درج نام بسته و تغییراتتان برای پست الکترونیکی [p.kalk@chmail.ir](mailto:p.kalk@chmail.ir) ارسال نمایید و یا به این شماره ۰۳۵۲۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰ پیامک کنید.





بسمه تعالی

# نغمه های شادی و اردویی

گردآورنده :

غلامرضا زهره منش

معاونت پرورشی دبستان حضرت قائم (عج) شهر رستمکلا

ایمیل : [zohremanesh@yahoo.com](mailto:zohremanesh@yahoo.com)

وب سایت : [www.zlib.ir](http://www.zlib.ir)

## فهرست مطالب

۶	مقدمه .....
۷	بسم الله .....
۷	خدا آمین و آمین .....
۷	در استقبال از حاملان قرآن مجید .....
۸	قرآن .....
۸	من خدا را دیده ام .....
۹	من نمازم .....
۹	آمادگی برای شرکت در نماز جماعت .....
۹	صلوات بر محمد .....
۱۰	متنی دیگر برای این زمزمه .....
۱۱	الله .....
۱۱	سلام مخصوص به امام رضا .....
۱۲	زیارت .....
۱۳	گل عسکری، گل حیدری .....
۱۳	علی (علیه السلام) .....
۱۳	سلام مخصوص امام رضا (ع) .....
۱۳	مولا رضا (ع) .....
۱۴	چون همه با حجایم .....
۱۴	خامنه ای قهرمان .....
۱۵	امام خوبان .....
۱۵	فریادهایی برای ورزش صبحگاهی (۱) .....
۱۶	فریادی برای ورزش صبحگاهی (۲) .....
۱۷	فریادی برای ورزش صبحگاهی (۳) .....
۱۷	توپک بیچاره .....
۱۸	خیلی خیلی قشنگه .....

- ۱۸ ..... خجسته باد
- ۱۹ ..... نداشت که نداشت
- ۱۹ ..... دست مش حسن
- ۱۹ ..... باران می بارد شر شر
- ۲۰ ..... ورزش
- ۲۰ ..... آقا ظفر
- ۲۲ ..... شکم پرستی
- ۲۲ ..... آخه اردو اومدیم
- ۲۳ ..... چرا نمی شه؟
- ۲۳ ..... اگر تو شاد و خندانی
- ۲۳ ..... خیر مقدم
- ۲۴ ..... شادزی - دیرزی
- ۲۴ ..... مرغ اومد
- ۲۵ ..... اردوی ما قشنگ نیست
- ۲۶ ..... می رم به اردو
- ۲۶ ..... سلام سلام
- ۲۷ ..... اردو اردو اومدیم
- ۲۷ ..... یوبی یا
- ۲۷ ..... گرگری
- ۲۷ ..... من و تو = ما
- ۲۸ ..... شنا
- ۲۸ ..... کار
- ۲۸ ..... شاد باش و شادزی
- ۲۹ ..... گره گره
- ۳۰ ..... آئل مَئل توتوله
- ۳۰ ..... کار که داریم ، خوشحالتیریم
- ۳۰ ..... بچه ها

- ۳۱ ..... بچه ها
- ۳۱ ..... بچه ها
- ۳۱ ..... سرود وداع اردو
- ۳۲ ..... حاجی و گربه
- ۳۲ ..... انار انار
- ۳۳ ..... اول نه دوم نه سوم ...
- ۳۴ ..... اوستا صفر گفت
- ۳۴ ..... معومعمومعمو
- ۳۴ ..... درس اردو
- ۳۵ ..... آقای ... سرت سلامت
- ۳۵ ..... بابا نورمحمد
- ۳۶ ..... به به به
- ۳۶ ..... شبهای اردو
- ۳۷ ..... اردوی خوبی داشتیم
- ۳۷ ..... بیچ بیچستان
- ۳۷ ..... آی خُل شدم
- ۳۸ ..... پیرمرد باغبون
- ۳۸ ..... توپ
- ۳۹ ..... راننده
- ۳۹ ..... دیگه نمی یام به اردو
- ۳۹ ..... آقای راننده
- ۴۰ ..... نرو نرو نرو
- ۴۰ ..... ای جناب شوfer
- ۴۱ ..... وقتی اتوبوس آهسته می رود
- ۴۱ ..... وقتی اتوبوس شما سبقت می گیرد
- ۴۱ ..... خسته نباشید
- ۴۱ ..... اشتر به چراست

- ۴۲ ..... تنبلی ذکر تاهه
- ۴۳ ..... دیگه نمی رم پا تخته
- ۴۴ ..... خوابی یا بیدار
- ۴۴ ..... شلخته آی شلخته
- ۴۵ ..... عطر مهربانی
- ۴۵ ..... بدم آی بدم
- ۴۶ ..... باران - تگرگ - برف
- ۴۶ ..... تلق تلق تلق تلق
- ۴۷ ..... سنگ نپران - سنگ نپران
- ۴۷ ..... سیزده بدر
- ۴۷ ..... ای بی حال
- ۴۸ ..... فریاد جیم بیلاردی
- ۴۸ ..... فریاد جیم راتاتا
- ۴۸ ..... فریاد زولو
- ۴۹ ..... فریاد این گن یاما
- ۴۹ ..... فریاد رسد
- ۴۹ ..... لکوموتیو
- ۵۰ ..... فریاد یو یو یو
- ۵۰ ..... دستک منظم
- ۵۰ ..... دستک مش حسن
- ۵۱ ..... فریاد پشتاز - فرزانه
- ۵۱ ..... خر من



## مقدمه

هر جا که بچه ها زندگی می کنند، آنجا مملو از سر و صدا و نشاط و شادابی است. فریادهای شادی در بچه ها ایجاد شور و حرارت و ذوق کرده و روح وحدت و اتحاد را در آنها تقویت می نماید و آنان را به کار و فعالیت و جنبش تحریک می کند.

اشعار اردویی و فریادهای شادی، در صورتی که با گرمی و نشاط و به صورت جمعی و ضرباهنگ خاص خوانده شوند، می توانند ضمن افزایش پویایی و خلاقیت گروهی، باعث رفع خستگی و افزایش توان فیزیکی و روحی گروهی گردند. بویژه اگر این برنامه به تناسب موقعیت و زمان، توسط خود بچه ها تهیه و اجرا گردیده و توأم با کف زدن و کوبیدن پاها بر زمین اجرا شود. آنچه در اجرای فریادهای شادی و سرودهای اردویی مهم است، شور و هیجان حاکم بر آن است. بهترین فریاد شادی اگر بدون هیجان و روح انجام شود، بی اثر خواهد بود و این نیز، مربوط به گرمی و شور رهبر اجرایی برنامه است. جاذبه های آهنگ و ریتم و موسیقی هر شعر و سرودی، بی اختیار همگان را به سوی خود جذب می کند و در این مسیر، اگر شعری با مضامین عالی تربیتی وجود داشته باشد، اثر خوب بر جای خواهد گذاشت و اگر غیر از این باشد، مخرب خواهد بود.

متأسفانه تاکنون آنچنان که شایسته و بایسته است، روی این گونه فعالیت ها و برنامه ها در مدارس و برنامه های تربیتی ما کار اصولی و زیربنایی نشده و جامعه تعلیم و تربیت ما، از برکات و ثمرات معجزه آسای این گونه برنامه ها محروم بوده است.

این بخش به عنوان نمی از یم این دریای گسترده می کوشد تا جرعه ای هرچند خفیف در این راستا ایجاد نماید. گردآورنده امیدوار است مسئولین محترم برنامه ریز عنایت و توجه بیشتری نسبت به سرمایه گذاری و سیاستگذاری در این مقوله مبذول فرمایند تا روحیه شادی و نشاط، به عنوان کاتالیزور برنامه های گروهی، اردویی و آموزشی و تربیتی، آموزش و پرورش به بدنه برنامه ها و فعالیت های موجود تزریق گردد. پیشاپیش، از شاعران و سروران ارجمندی که اشعار و برنامه های آنان در این مبحث آمده، صمیمانه تشکر و قدردانی نموده و به جهت اشکالات پیش آمده پوزش می طلبیم.

در ضمن، یادآور می شود اشعار انتخابی، بیشتر برای محیط های اردویی که به نوعی درصدد ایجاد شادی و نشاط در بچه ها مؤثرند، انتخاب شده اند و نمی توان به همه آنها، عنوان فریاد شادی داد و شکی نیست که مربیان محترم می توانند با ذوق و سلیقه خود، جنبه های تربیتی آنها را اعتلا بخشند.



### بسم الله

برای آغاز هر برنامه اردویی و تشکیلاتی، می توان از ضرب آهنگ زیر استفاده کرد. مربی یا سرگروه، هر قسمت را می خواند و بچه ها در پاسخ هر قسمت بلند و هماهنگی می گویند: «بسم الله».

نام خدا _____ بسم الله	در هر زمان _____ بسم الله
مشکل گشا _____ بسم الله	در هر مکان _____ بسم الله
اول هر کار _____ بسم الله	دور از بلا _____ بسم الله
وقت غذا _____ بسم الله	وقت نماز _____ بسم الله
وقت دعا _____ بسم الله	وقت لالا _____ بسم الله
امید ما _____ بسم الله	نجوای ما _____ بسم الله



### خدا آمین و آمین

بچه ها در پایان هر بیت از دعاهای زیر، همصدا فریاد می زنند: «خدا آمین و آمین - خدا آمین و آمین».

خدایا، ما به تو دل می سپاریم	پناهی جز تو در عالم نداریم
به مهر خود دعای ما روا کن	به ما اندیشه نیکو عطا کن
به ما پیوسته کن در کار یاری	که نیرومند باز آئیم و کاری
خداوندا تو خود ما را بر آن دار	که خوش رفتار باشیم و نکوکار
کس از دست و زبان ما نرنجد	نباشد هیچیک از کار ما بد
ز ما راضی شوند آموزگاران	همیشه کار ما باشد درخشان
شود رفتار ما هر روز بهتر	پدر راضی زما، خشنود مادر
زما گردد دل هم میهنان شاد	ز کار و کوشش ما، میهن آباد



### در استقبال از حاملان قرآن مجید

دلت را خانه ما کن، مصفا کردنش با من  
 به ما درد دل افشا کن، مداوا کردنش با من  
 بیفشان قطره اشکی که من هستم خریدارش  
 بیاور قطره ای اخلاص، دریا کردنش با من  
 اگر درها به رویت بسته شد، دل بر مکن باز آ



در این خانه دق الباب کن، وا کردنش با من  
چو خوردی روزی امروز، آن را شکر نعمت کن  
غم فردا مخور، تأمین کردنش با من  
بیا قبل از وقوع مرگ روشن کن حسابت را  
بیاور نیک و بد را، جمع و منها کردنش با من  
اگر عمری گنه کردی، مشو نومید از رحمت  
تو نام توبه را بنویس، امضاء کردنش با من



### قرآن

با تو گر خواهی سخن گوید خدا، قرآن بخوان  
تا شود روح تو با حق آشنا، قرآن بخوان  
ای بشر یاد خدا آرامش دل می دهد  
دردمندان را بود قرآن دوا، قرآن بخوان  
دام ها گسترده شیطان در مسیر عمر تو  
تا که ایمن باشی از این دام ها، قرآن بخوان  
در تل القرآن ترتیلا، ندای رحمت است  
می دهد قرآن به جان و دل صفا، قرآن بخوان  
عترت احمد ز قرآنش نمی گردد جدا  
تا بیایی معنی این نکته را، قرآن بخوان



### من خدا را دیده ام

(مناسب برای برنامه کوهنوردی)

در پایان هر بیت، بچه ها، در حالی که دست هایشان را بالا می برند، یک صدا می گویند: «من خدا را دیده ام». (مناسب برای برنامه کوهنوردی)

در صلیب زنگ ناقوس کلیسا	در مهیب طور در فرمان موسی
در طلوع صادق صبح سپیده	در غروب آفتاب رنگ پریده
در خطوط چهره زحمت کشیده	در نگاه پیرمرد کار دیده
در پیام پیک زرتشت	در قیام خاتم خوبان دنیا



### من نمازم

در پایان هر مصرع بچه ها هماهنگ می گویند: من نمازم من نمازم  
 نرگسم، یاسم، نمازم، محفل راز و نیازم  
 بال پرواز رسیدن خوشترین آهنگ سازم  
 چشمه ساز عشق و مستی، موج دریاهاى رازم  
 راحت دل های خسته، خلوت آغوش بازم  
 آشنای دردمندان، شیوه سوز و گدازم  
 همسفر با رهنوردان، توشه راه درازم  
 صیقل جان، صیقل دل، من نمازم، من نمازم  
 من نمازم، من نمازم، من نمازم، من نمازم



### آمادگی برای شرکت در نماز جماعت

نماز ستون دینه	شعار مؤمنینه
با جماعت بخونیم	که جمعش دلنشینه
نماز اساس دینه	معراج مؤمنینه
نماز خوندن چه خوبه	امر خدا همینه
نماز صحبت با خداست	صحبت با او شیرینه
هر کس نماز نخونه	دور از خدا می مونه
جماعتش را بنگر	وه چه شور آفرینه
به به چقدر شیرینه	به به چقدر شیرینه



### صلوات بر محمد

در برنامه های مختلف مثل کوهنوردی و ... یکی از دانش آموزان خوش صوت مطالب هر قسمت را می خواند و بچه ها در جواب، با آهنگ خاص صلوات می فرستند.  
 صلوات را خدا گفت - در شأن مصطفی گفت - جبرئیل بارها گفت:  
 صلّ علی محمد - صلوات بر محمد = اللهم صلّ علی محمد و آل محمد  
 آدم به گاه توبه - با اشک و آه ندبه - عفو از خدا گرفت به:

صلّ علی محمد - صلوات بر محمد = اللهم صلّ علی محمد و آل محمد  
 ابراهیم بت شکن - هنگام بت شکستن - گفتا به صدق این سخن:  
 صلّ علی محمد - صلوات بر محمد = اللهم صلّ علی محمد و آل محمد  
 طوفان نوح که برخاست - قول خدا که شد راست - آن پیر از خدا خواست:  
 صلّ علی محمد - صلوات بر محمد = اللهم صلّ علی محمد و آل محمد  
 عیسی به دشت و صحرا - پیامبر است بهر ما - می خواند این دعا را:  
 صلّ علی محمد - صلوات بر محمد = اللهم صلّ علی محمد و آل محمد  
 موسی که زد عصا را - بر فرق سنگ خارا - می خواند این دعا را:  
 صلّ علی محمد - صلوات بر محمد = اللهم صلّ علی محمد و آل محمد  
 شاه دو دنیا علی - خورش چو شد منجلی - گفتا به صوت جلی:  
 صلّ علی محمد - صلوات بر محمد = اللهم صلّ علی محمد و آل محمد  
 دخت رسول خدا - فاطمه أم النساء - بهر رضای خدا - گفتا به اهل وفا:  
 صلّ علی محمد - صلوات بر محمد = اللهم صلّ علی محمد و آل محمد



### متنی دیگر برای این زمزمه

اوّل خوانیم خدا را - رسول انبیاء را - علی مرتضی را:  
 صلّ علی محمد - صلوات بر محمد = اللهم صلّ علی محمد و آل محمد  
 صلوات را خدا گفت - جبرئیل بارها گفت - در شأن مصطفی گفت:  
 صلّ علی محمد - صلوات بر محمد = اللهم صلّ علی محمد و آل محمد  
 شاه نجف علی است - سرور دین علی است - شیر خدا علی است:  
 صلّ علی محمد - صلوات بر محمد = اللهم صلّ علی محمد و آل محمد  
 یا رب به حق زهرا - شفیعۀ روز جزا - معنی خیرالنساء:  
 صلّ علی محمد - صلوات بر محمد = اللهم صلّ علی محمد و آل محمد  
 بعد از علی حسن بود - چو غنچه در چمن بود - نور دو چشم ما بود:  
 صلّ علی محمد - صلوات بر محمد = اللهم صلّ علی محمد و آل محمد  
 بوی حسین شنیدیم - چو گل شکفته گشتیم:  
 صلّ علی محمد - صلوات بر محمد = اللهم صلّ علی محمد و آل محمد  
 زین العابد سجّاد - امام چهارمین است - وارث کربلا هست:

صلّ علی محمد - صلوات بر محمد = اللهم صلّ علی محمد و آل محمد  
 باقر امام دین است - مفخر مسلمین است - فرزند عابدین است:  
 صلّ علی محمد - صلوات بر محمد = اللهم صلّ علی محمد و آل محمد  
 جعفر به صبح صادق - هم نور و هم موافق - تاج سر خلائق:  
 صلّ علی محمد - صلوات بر محمد = اللهم صلّ علی محمد و آل محمد  
 موسای با سعادت - با ذکر و با عبادت - سردار با جلال:  
 صلّ علی محمد - صلوات بر محمد = اللهم صلّ علی محمد و آل محمد  
 هشتم رضا امام است - از ضامنی تمام است - شاه غریب بنام است:  
 صلّ علی محمد - صلوات بر محمد = اللهم صلّ علی محمد و آل محمد  
 ما شیعه تقییم - خاک پای نقییم - محتاج عسکریم:  
 صلّ علی محمد - صلوات بر محمد = اللهم صلّ علی محمد و آل محمد  
 مهدی بتاج و نورش - با احمد رسولش - نزدیک شد ظهورش:  
 صلّ علی محمد - صلوات بر محمد = اللهم صلّ علی محمد و آل محمد



الله

### مجری بچه ها مجری بچه ها

الله	صراط مستقیم نصیب ما کن -	الله	الله الله ایمان عطا کن -
الله	در راه انسان ها هم پیمان باشیم -	الله	ما را نیرویی ده تا انسان باشیم -
الله	توفیق نیایش نصیب ماها کن -	الله	الله الله دانش عطا کن -
الله	هم پستی اخوت نصیب ماها کن -	الله	الله الله قوت عطا کن -
الله	در راه دین همت عطا کن -	الله	الله الله عزت عطا کن -

\*\*\*



### سلام مخصوص به امام رضا

#### ویژه اردوهای زیارتی مشهد مقدس

بارگاه امید، سلام علیک (۲)

ای امام شهید، سلام علیک (۲)

- کوکب هشتمین، سلام علیک (۲)  
سیدی یک نظر سوی ما کن  
بی تو جان خسته ایم، سلام علیک (۲)  
جسم ما را تو جان، سلام علیک (۲)  
سیدی یک نظر سوی ما کن  
ای حریم شفا، سلام علیک (۲)  
خاک تو آسمان، سلام علیک (۲)  
سیدی یک نظر سوی ما کن
- آبروی زمین، سلام علیک (۲)  
قلب ما را به حق آشنا کن  
بال و پر بسته ایم، سلام علیک (۲)  
مأمن شیعیان، سلام علیک (۲)  
قسمت ما همه کربلا کن  
با غریب آشنا، سلام علیک (۲)  
رشک کروبیان، سلام علیک (۲)  
درد ما خستگان را دوا کن



## زیارت

دوس دارم نگات کنم، تو هم منو نیگا کنی  
من تو را صدا کنم، تو هم منو صدا کنی  
دل من زندونیه، تویی که تنها می تونی  
قفسو وا کنی و پرنده رو رها کنی  
میشه کنج حرمت، گوشه قلب من باشه؟  
میشه قلب منو مثل گنبدت طلا کنی؟  
تو سرت شلوغ، زیر دست و پات فراوون  
از خدا می خوام، کمی نیگا به زیر پا کنی  
تو غریبی و منم غریبم، اما چی میشه  
دل این غریبه رو، با خودت آشنا کنی  
دوس دارم توی ایوون آینه ات صبح تا غروب  
من با تو صفا کنم، تو هم منو دعا کنی  
به وفای کفترای حرمت، منم می خوام  
کفتری باشم که تنها تو منو هوا کنی  
دلمو گره زدم به پنجرت، دارم می رم  
دوس دارم تا من میام، زود گره ها را وا کنی  
صدهزار دفه ام شده پای ضریح زار می زوم  
تا دلت یه یار بسوزه، دردامو دوا کنی



دوس دارم که از الان تا صبح محشر همه شب  
من رضا رضا بگم، تو هم منو رضا کنی



### گل عسکری، گل حیدری

یکی از دانش آموزان خوش صوت، متن زیر را قسمت به قسمت می خواند و بچه ها با  
کف زدن، پس از هر قسمت بلند می گویند: گل عسکری

این متن خطاب به حضرت مهدی (عج) خوانده می شود:

یوسف زهرا - امید دلها - غنچه طه - سوره یاسین - ماه منیرم - برات بمیرم - بین فقیرم - بر تو اسیرم  
- عشق منی تو - آرام جانم - شیرین زبانم - طیبی روحم - حبیب جانم - روح منی تو - دوستت دارم  
من - فدات بشم من - قاتل کفار - محرم رازم - بی تو چه سازم - منم گرفتار - دورت بگردم - مونس  
جانها - رونق دلها - محرم رازها - حاجات روا کن - دردا دوا کن - قرضا ادا کن...



### علی (علیه السلام)

(خطاب به امیر مؤمنان علی بن ابی طالب)

روش اجرا مانند روش قبلی است، با این تفاوت که این سرود در باره امام اول شیعیان می باشد.  
امام اول - حیدر صفدر - شیر دلاور - حیدر کرار - همسر زهرا - یار یتیمان - حامی قرار - مظلوم کوفه  
- کوه عدالت - شاه شجاعت - فاتح خیبر - باب امامت - نور ولایت



### سلام مخصوص امام رضا (ع)

تواشیح

سلام علی السید المصطفی	حبیبی محمد امام الهدی
کریم السجایا جمیل النسیم	نبی البریا شفیع الامم
شفیع مطاع نبی الکریم	قسیم، جسیم، بسیم، وسیم
سلام علی السید المقتدی	علی بن موسی الرضا المرتضی



### مولا رضا (ع)

ویژه هنگام ورود به حرم امام رضا (ع) یا اردوهای زیارتی مشهد

پیوسته می زنم - نام صدا رضا با عشق تو بُود - دل را صفا صفا  
 مولا رضا رضا - مولا رضا رضا مولا رضا رضا - مولا رضا رضا (۲)  
 مهد ولایت از - نور تو روشن است از عطر پاک تو - ایران چو گلشن است  
 دنیا ز نور تو - گردیده با صفا مولا رضا رضا - مولا رضا رضا (۲)  
 عمری کبوتر - صحن و حرم شدم مسکین درگه - صاحب گرم شدم  
 هرگز مرا مران - از این سرا رضا مولا رضا رضا - مولا رضا رضا (۲)



### چون همه با حجاییم

مجری بچه ها

ما لاله های آزاد، در باغ انقلابیم  
 شاداب و پرطراوت، مثل گلاب و آیم  
 مانند غنچه هستیم، ما در حجاب زیبا  
 زیباتر از شکوفه، در بین باغ گل ها  
 همواره چادر ما، باشد پناه ایمان  
 شکر خدا که دوریم، از چنگ باد و طوفان  
 ما غنچه های ایمان، چون آفتاب هستیم  
 خوشحال و شادمانیم، چون با حجاب هستیم  
 رودابه حمزه ای

چون همه با حجاییم  
 چون همه با حجاییم  
 چون همه با حجاییم  
 چون همه با حجاییم  
 چون همه با حجاییم  
 چون همه با حجاییم  
 چون همه با حجاییم  
 چون همه با حجاییم



### خامنه ای قهرمان

جواب هر قسمت، «خامنه ای قهرمان» است که بچه ها، هماهنگ فریاد می زنند.  
 کیست ولیّ زمان - کیست علیّ زمان - کیست وصیّ امام - کیست ولیّ فقیه  
 مرد جهاد و محراب - فرمانده کلّ قوا - حافظ خون شهداء - رهرو راه انبیاء  
 کیست شهید زنده - کیست امید ایران - رهبر آزادگان - حافظ دین و قرآن  
 خار به چشم کفار - رهبر نستوه ما - جان ما و روح ما - امید مستضعفان  
 مجری حکم قرآن - این سید حسینی...



### امام خوبان

ساقی به میکده پناهم ده	(در بزم عاشقانه راهم ده) ۲
بین چه بایستم - مولا	مرید تو هستم - مولا
سبو بده دستم - مولا	(بیا بیا مولا - مهدی) ۲
مولا مولا (۳)	
مجنون خُستیم همه لیلی	(دوستت دایم به فاطمه خیلی) ۲
پر می کشد دلم به شیدایی	(بر گرد آن دو چشم زهرایی) ۲
منم هوادارت - مولا	دلم گرفتارت - مولا
غلام اجدادت - مولا	(بیا بیا مولا - مهدی) ۲
مولا مولا (۳)	
(سید علی امام خوبان است) ۲	(او نایب امام زمان است) ۲
خمینی دوران - مولا	امید مظلومان - مولا
منم مرید تو - مولا	(غلام نام تو - مولا) ۲
مولا مولا (۳)	



### فریادهایی برای ورزش صبحگاهی (۱)

۱- مربی یا یکی از بچه ها، ضمن انجام حرکات ذکر شده، جملاتی را می خواند و سپس بچه ها نیز، ضمن انجام حرکات، فریاد را تکرار می کنند:

دویدم و دویدم (۲) (دویدن در جا و کف دست ها را به هم مالیدن)  
 باز هم کمی دویدم (۲) (دویدن در جا و کف دست ها را به هم مالیدن)  
 از جوی آب پریدم (با گفتن کلمه پریدم بچه ها با شمارش همزمان، ۱ تا ۳ بار در جا می پرند)  
 به جنگلی رسیدم (دست ها به نشانه اشاره به جنگل بزرگ، به دو طرف باز شده و روی پنجه پا می ایستند)

دیدم که خیلی خسته ام (حالت پیچش بدن و قد کشیدن به نشانه خستگی)  
 رو این دستم خوابیدم (۳) (با هر بار گفتن این جمله روی یکی از دست ها سر گذاشته و به آن سمت خم می شوند و مرتبه سوم دو دست پشت سر و به عقب خم می شوند)  
 با قطره های باران (با دو دست کف می زنند)

با دانه های تگرگ (دو دست را روی ران پاها می زنند)  
 با صدای رعد و برق (دو دست مشت شده و به سینه کوبیده می شود)  
 از خواب خوش پریدم (پرش درجا)  
 با دوربین خود دیدم (با دو دست، ادای دوربین جلو چشم ها را درآورده و به اطراف می چرخند)  
 پرنده ای پر می زد (بال زدن پروانه در جا)  
 به هر کجا سر می زند (دست ها به کمر گرفته شده و به جلو - طرفین و عقب خم می شوند)  
 در آن طرف جنگل (دست چپ از سمت راست و دست راست از سمت راست، به طرفین اشاره می کند)  
 شکارچی اسب سوار (حالت پرش درجا به نشانه دویدن اسب)  
 در دست او تیر و کمان (ادای یک تیرانداز)  
 گرفت از آن پرنده جان (دست ها باز شده و حرکت چرخش انجام می شود)  
 خم شدم و خم شدم و خم شدم (هربار خم شده و نوک انگشتان دست ها را به پشت پاها می زند)  
 پرنده را برداشتم (دو دست به حالت نیایش به بالای صورت می رود)  
 روی درخت گذاشتم (۲) (کشیدن دست چپ به بالا و سپس دست راست به بالا به نشانه گذاشتن چیزی در محل بلند)  
 دیدم که خیلی خسته ام (حالت قد کشیدن به چپ و راست و چرخاندن کمر)  
 نفس عمیقی کشیدم (۳) (نفس عمیق کشیدن)  
 نشستم و نشستم و نشستم (نشستن در جای خود به صورت تدریجی و مرحله ای)



## فریادی برای ورزش صبحگاهی (۲)

### بچه ها مجری

از خواب غفلت بیدار	یک و دو و سه و چهار
از تنبلی باش بیزار	دو و سه و چهار و پنج
کن در راه حق کوشش	سه و چهار و پنج و شش
باید سوی خدا رفت	چهار و پنج و شش و هفت
از بند باید رها گشت	پنج و شش و هفت و هشت
ورزش صبحگاهی به به	شش و هفت و هشت و نه
تا نفس داری بدو	هفت و هشت و نه و ده



### فریادی برای ورزش صبحگاهی (۳)

بچه ها هر دفعه، محکم می گویند: ورزش - ورزش - ورزش - ورزش - ورزش و یک حرکت ورزشی خاص را انجام می دهند و سرگروه، یک بین از این شعر را می خواند:

ورزش - ورزش - ورزش  
ورزش چو کنی شوی سلامت  
ورزش - ورزش - ورزش  
آسوده کنی تن از کسالت  
ورزش - ورزش - ورزش  
سستی مکن از بلا پرهیز  
ورزش - ورزش - ورزش  
دل زنده شود شوی شکوفا  
ورزش - ورزش - ورزش  
نیرو بدهیم به تن ز ورزش  
ورزش - ورزش - ورزش  
ورزش به بدن توان بیخشد  
بر پیکر ما روان بیخشد



### توپک بیچاره

#### مرتب‌ی پاسخ بچه ها

نمی خوام توپک بیچاره باشم  
پس چی می خوام - پس چی می خوام  
نمی خوام آدم آواره باشم  
پس چی می خوام - پس چی می خوام  
نمی خوام آدم بیکاره باشم  
پس چی می خوام - پس چی می خوام  
می دونید من چی می خوام  
نمی دونیم - نمی دونیم  
می دونید حق کدومه  
نمی دونیم - نمی دونیم  
می دونید راه کدومه  
نمی دونیم - نمی دونیم  
مجری: من می دونم - من می دونم  
من اگه تنها باشم - ناتوونم  
من اگر با تو باشم  
ما دو تا کار می کنیم  
تو اگه تنها باشی ، ناتوونی  
تو اگه با من باشی  
خفته را بیدار می کنیم



خدا را اطاعت می کنیم  
 شیطان را لعنت می کنیم  
 می دونید شیطونه زار و بلا  
 می گیره ایمون و دین همه را  
 بچه ها : نمی دونیم - نمی دونیم  
 مجری: من می دونم - من می دونم  
 مجری: در می یاد به شکل های رنگ و وارنگ  
 می زنه گول حتی آدم زرننگ  
 بچه ها: ولی ایمون و عمل دشمنشه  
 ولی ایمون و عمل دشمنشه (۳)



### خیلی خیلی قشنگه

مرئی یا یکی از بچه های خوش صوت، متن زیر که مصرع های اول یک شعر است را می خواند و بچه ها، در حالی که دست می زنند، مصرع دوم که برای تمام آنها جمله «خیلی خیلی قشنگه» را تکرار می کنند.

اردوی ما قشنگه - دیدن دشت و صحرا - بیشه و کوه و دریا - قدرت حق تعالی - بلبل آواز می خونه - صدایش تو کوه می مونه - شنیدن صوت اون - پرندۀ پر می زنه - تو آسمون آبی - پر زدن کبوتر - وقت نماز که می شه - اذان و صوت زیبا - بگو چقدر قشنگه - آی که چقدر قشنگه - قشنگه آی قشنگه



### خجسته باد

بر وزن سرود این پیروزی - خجسته باد این پیروزی  
 از قرائت تاریخ و جغرافی - زبان ما  
 صبح امتحان رسیده از میان سال  
 این تجدیدی خجسته باد این تجدیدی  
 این مردودی خجسته باد این مردودی  
 مبصر کلاس - قلدر کلاس  
 به کوری چشم ریاضیات  
 این تجدیدی، خجسته باد این تجدیدی  
 این مردودی - خجسته باد این مردودی  
 زحمت پدر - می رود هدر  
 به علت تنبلی های خود  
 این تجدیدی، خجسته باد این تجدیدی  
 جاودانه شد نمره های تک - کلاس ما  
 شاخه های تجدیدی زده جوانه ها  
 از لحاظ درس - تنبل کلاس  
 املاء شده جزء تجدیدی هام  
 مادر اشک ریز، می زند به سر  
 دارم می شم جزء مردودیا

این مردودی - خجسته باد این مردودی



### نداشت که نداشت

مربّی شعر زیر را می خواند و بچه ها، پس از کلمه «نداشت» در پایان هر مصراع، بلند با هم می گویند:  
«نداشت که نداشت».

دوتاشون کور بودن و یکی شون چشم نداشت	یکی پادشاه بود که سه تا پسر نداشت
رفت روی کوهی که آهو نداشت	یکی تفنگ داشت که قنّاق نداشت
گذاشت تو دیگی که ته نداشت	تیر زد تو دل آهویی که جون نداشت
اونقدر خورد که کله بر نداشت	رفت لب رودخانه ای که آب نداشت

\*\*\*



### دست مش حسن

در تشویق های اردویی نیز می توان از این فریاد شادی استفاده کرد، به این صورت که ابتدا دانش آموزان این متن را به همراه مربّی، چند بار می خوانند و با ضرباهنگ آن دست می زنند تا حفظ شوند.

مش حسن - یک

مش حسن - دو

مش حسن - مش حسن - مش حسن سه

سپس بدون خواندن شعر، فقط براساس ضرباهنگ آن، دست می زنند، به صورت زیر:

سه ضرب پیوسته ۳ - یک ضرب

سه ضرب پیوسته ۳ - یک ضرب

سه ضرب پیوسته - سه ضرب پیوسته - سه ضرب پیوسته - یک ضرب



### باران می بارد شر شر

باران می بارد شر شر زمین ها را کرده تر

جمعی روند از گذر چتری گرفته بر سر

از ناودان ها یک سر آب می ریزه شر شر شر (۳)

با سه کف مقطع در هر دفعه (تق تق تق - ۳)

این دانه های باران جهان کند گلستان

از بهره اش برزگر بسی برمی دارد بر  
 از ناودانها یک سر آب می ریزه شر شر شر (۳)  
 با سه کف مقطع در هر دفعه (تق تق تق - ۳)  
 در هر جای این کشور جهان کند گلستان  
 از ناودانها یک سر آب می ریزد شرشر شر (۳)  
 با سه کف مقطع در هر دفعه (تق تق تق - ۳)



### ورزش

#### مجری بچه ها مجری بچه ها

آی بچه های مهربون - های های  
 دلآتون صفا داره - های های قدمهاتون بها داره های های  
 آی - آی - آی بچه های بیدار آی عزیزان هوشیار  
 خبرداریم براتون همه با هم خبردار  
 یک - دو - سه - چهار - پنج - شش  
 مسابقات ورزش - میدان کسب ارزش



### آقا ظفر

مجری: آقا ظفرم آقا ظفر بچه ها: بله بله  
 مجری: نمره من نمره چند؟ بچه ها: نمره تو نمره یک  
 مجری: یک من یکتا خدایه دین حق چه باصفایه  
 آگه ایمون و عمل داشته باشیم بذر نیکی تو دلا کاشته باشیم  
 مجری: آقا ظفرم آقاظفر بچه ها: بله بله  
 مجری: نمره من نمره چند؟ بچه ها: نمره تو نمره دو  
 مجری: دوی من دولت حقه کار باطل همه لقه  
 بچه ها: آگه ایمون و عمل داشته باشیم بذر نیکی تو دلا کاشته باشیم  
 مجری: آقا ظفرم آقاظفر بچه ها: بله بله  
 مجری: نمره من نمره چند؟ بچه ها: نمره تو نمره سه

شیطونو تو در بدر کن	مجری: سه من سینه سپر کن
بذر نیکی تو دلا کاشته باشیم	بچه ها: آگه ایمون و عمل داشته باشیم
بچه ها: بله بله	مجری: آقا ظفرم آقا ظفر
بچه ها: نمره تو نمره چهار	مجری: نمره من نمره چند؟
حالا که موقع کاره	مجری: چهار من چاره کاره
بذر نیکی تو دلا کاشته باشیم	بچه ها: آگه ایمون و عمل داشته باشیم
بچه ها: بله بله	مجری: آقا ظفرم آقا ظفر
بچه ها: نمره تو نمره پنج	مجری: نمره من نمره چند؟
تنبلی باید بمیره	مجری: پنج من پنجه شیره
بذر نیکی تو دلا کاشته باشیم	بچه ها: آگه ایمون و عمل داشته باشیم
بچه ها: بله بله	مجری: آقا ظفرم آقا ظفر
بچه ها: نمره تو نمره شش	مجری: نمره من نمره چند؟
شربت جام عبادت	مجری: شش من شهد شهادت
بذر نیکی تو دلا کاشته باشیم	بچه ها: آگه ایمون و عمل داشته باشیم
بچه ها: بله بله	مجری: آقا ظفرم آقا ظفر
بچه ها: نمره تو نمره هفت	مجری: نمره من نمره چند؟
همه روز کوشش و جهده	مجری: هفت من هفت روز هفته
بذر نیکی تو دلا کاشته باشیم	بچه ها: آگه ایمون و عمل داشته باشیم
بچه ها: بله بله	مجری: آقا ظفرم آقا ظفر
بچه ها: نمره تو نمره هشت	مجری: نمره من نمره چند؟
ذکر یا رب ذکر یا رب	مجری: هشت من هر روز و هر شب
بذر نیکی تو دلا کاشته باشیم	بچه ها: آگه ایمون و عمل داشته باشیم
بچه ها: بله بله	مجری: آقا ظفرم آقا ظفر
بچه ها: نمره تو نمره نه	مجری: نمره من نمره چند؟
تنبلی نداره ارزش	مجری: نه من نرمش و ورزش
بذر نیکی تو دلا کاشته باشیم	بچه ها: آگه ایمون و عمل داشته باشیم
بچه ها: بله بله	مجری: آقا ظفرم آقا ظفر
بچه ها: نمره تو نمره ده	مجری: نمره من نمره چند؟

مجری: ده من بارک الله، ده من صد بارک الله، به مبارزین راه الله

بچه ها: آگه ایمون و عمل داشته باشیم بذر نیکی تو دلا کاشته باشیم

همه از غم رها می شیم با خدا آشنا می شیم

یادآوری: برای جلوگیری از خستگی بچه ها و تنوع در اجرای این برنامه، مجری می تواند از لهجه های مختلف، سرعت های مختلف و صدای زنانه یا مردانه، برای خواندن بهره گیرد که به تبع وی، بچه ها نیز به همان صورت جواب می دهند.



### شکم پرستی

یکی درمانده و درمان نداره یکی هم مثل من غذا نخورده

یه دیزی داشتیم و صد تا خورنده ماشاءالله هر کدوم گرگ درنده

یکی کوکو یکی خورشت پسنده یکی مرغ و یکی ماهی پسنده

من از کوکو خورشت و مرغ و ماهی پسندم آنچه را شکم پسنده



### آخه اردو اومدیم

رهبر گروه بچه ها:

بچه ها حق ندارین از تو ماشین پایین برین

نباید از این بالا روی زمین پا بذارین آخه اردو اومدیم (۲)

حق ندارین حالا که با من به اینجا اومدین

با کسی حرف بزنین، داد و هوار به پا کنین آخه اردو اومدیم (۲)

چشماتون فقط باید بمن باشه، خوب فهمیدین

نه مثل راننده ها، این ور اون ور نگاه کنین آخه اردو اومدیم (۲)

میوه هاتون را بدین به من براتون بخورم

نباید بخوربخور توی ماشین راه بندازین آخه اردو اومدیم (۲)

تا به اردو برسیم، فقط باید چرت بزنین

نمی زارم بجنین، از جاتون جُم بخورین آخه اردو اومدیم (۲)

تخمه ها و پسته هاتونو به من تحویل بدین

بعد اردو همه شو دوباره تحویل بگیرین آخه اردو اومدیم (۲)



حالا که به حرف من گوش نمی دین، پاشین برین

دیگه قهرم با شما، هر کاری خواستین بکنین

آخه اردو اومدیم (۲)



### چرا نمی شه؟

در پایان هر مصرع، بچه ها دو بار با کف زدن می گویند: چرا نمی شه؟

هیچ جای دنیا مثل کشور ایرون نمی شه

هیشکی از پهلونا، رستم دستون نمی شه

کشور توران میگن که پهلون زیاد داره

اما هیچ کدون مثل یلای ایرون نمی شه

اگر افراسیابم با صد هزار سوار بیاد

حریف پهلونای زابلستون نمی شه

دنیا شاهنامه هم خیلی قشنگه بچه ها

توی این دنیا کسی زار و پریشون نمی شه



### اگر تو شاد و خندانی

مجری: اگر تو شاد و خندانی، دست بزن

بچه ها: با هم دست می زنند (سه بار، سه کف پیوسته)

مجری: اگر تو شاد و خندانی، پا بزن. بچه ها: کف پاهای خود را به هم می زنند.

مجری: اگر تو شاد و خندانی، بوق بزن. بچه ها: با دست و دهان بوق می زنند.

مجری: اگر تو شاد و خندانی، زانو بزن. بچه ها: با دست روی زانوهایشان می زنند.

مجری: اگر تو شاد و خندانی، بال بزن. بچه ها: مانند پرندگان بال می زنند.

مجری: اگر تو شاد و خندانی، جیغ بزن. بچه ها: جیغ می زنند.

مجری: اگر تو شاد و خندانی، شعار بده کوبنده. بچه ها: شعار را تکرار می کنند.

مجری: اگر تو شاد و خندانی، بگو که من خوشحالم. بچه ها: خوشحالیم - خوشحالیم.

مجری: اگر تو شاد و خندانی، شعار بده کوبنده. بچه ها: شعار را تکرار می کنند.

مجری: زرنگاه قبولند. بچه ها: تکرار می کنند.

مجری: تنبلا مردودند. بچه ها: تکرار می کنند.

مجری: شکمو مریض است. بچه ها: تکرار می کنند.



### خیر مقدم

سلام و سلام و صد تا سلام

سلام به شما بزرگترا - سلام به شما کوچکترا

آی بچه ها - آی بچه های دانا

اهلاً - سهلاًت مرحبا (۲)

خوش اومدید به شهر ما	به شهر...
تفضلوا - تفضلوا	بفرمایید - بفرمایید
بیائین بیائین تماشا	به شهر دیدنی ها
شهر ماها دیدنیه - خواستنیه	یادگارش موندنیه
آبی و سبز و رنگیه	پُر از طرح و نقاشیه
نقش داره - نگار داره	آیاتی از خدا داره
سایه با صفا داره	گل های رنگارنگ داره
آی بچه ها - آی بچه ها	هر چی بخواهیم همین جاست



### شادزی - دیرزی

شادزی - شاد (یکبار کوبیدن پای راست به زمین با گفتن شاد)  
 شادزی - شید (شید)  
 شادزی - شُود (شود)  
 شادزی - شاد - شید - شُود (سه بار کوبیدن پای راست به زمین با گفتن شاد - شید - شُود)  
 دیرزی - داد (یک بار کوبیدن پای راست به زمین با گفتن داد)  
 دیرزی - دیر (دید)  
 دیرزی - دور (دود)  
 دیرزی - داد - دیر - دور (سه بار کوبیدن پای راست به زمین با گفتن: داد - دیر - دور)



### مرغ اومد

مجری: مرغ اومد بچه ها: کدوم مرغ مجری: اون مرغ کله پا کوتاه گردن دراز - تخم مرغ طلا - که صد تومن می دادن براش - نمی دادمش - می دونید چرا؟  
 بچه ها: شب ها مونست بود - روزها همدمت بود  
 مجری: سگ اومد بچه ها: کدوم سگ مجری: اون سگی که مرغ را خورد  
 بچه ها: کدوم مرغ مجری: اون مرغ کله پا کوتاه - گردن دراز - تخم مرغ طلا - که صد تومن می دادن براش - نمی دادمش - می دونید چرا؟  
 بچه ها: شبها مونست بود - روزها همدمت بود.  
 مجری: گرگ اومد بچه ها: کدوم گرگ مجری: اون گرگی که سگا خورد

بچه ها: کدوم سگ مجری: اون سگی که مرغا خورد  
 بچه ها: کدوم مرغ مجری: اون مرغ کله پا کوتاه - گردن دراز - تخم مرغ طلا - که صد تومن می دادن  
 براش - نمی دادمش - می دونید چرا؟  
 بچه ها: شب ها مونست بود - روزها همدمت بود  
 مجری: شیر اومد. بچه ها: کدوم شیر، مجری: اون شیری که گرگا خورد  
 بچه ها: کدوم گرگ ، مجری: اون گرگی که سگا خورد  
 بچه ها: کدوم سگ، مجری: اون سگی که مرغا خورد بچه ها: کدوم مرغ  
 مجری: اون مرغ کله پا کوتاه - گردن دراز - تخم مرغ طلا - که صد تومن می دادن براش - نمی دادمش  
 - می دونید چرا؟  
 بچه ها: شب ها مونست بود - روزها همدمت بود  
 مجری: فیل اومد، بچه ها: کدوم فیل، مجری: اون فیلی که شیرا خورد  
 بچه ها: کدوم شیر، مجری: اون شیری که گرگا خورد، بچه ها: کدوم گرگ  
 مجری: اون گرگی که سگا خورد، بچه ها: کدوم سگ، مجری: اون سگی که مرغا خورد  
 بچه ها: کدوم مرغ مجری: اون مرغ کله پا کوتاه - گردن دراز - تخم مرغ طلا - که صد تومن می دادن  
 براش - نمی دادمش - می دونید چرا؟  
 بچه ها: شب ها مونست بود - روزها همدمت بود.



### اردوی ما قشنگ نیست

اردوی ما قشنگ نیست	مستولش هم زرننگ نیست
جای درست نداره	همه شدیم آواره
صبحونه شون دور شده	شکم ها خالی شده
...خوش اخلاق	چاره کار را بساز
...پر چونه	نیار توهی بهونه
...سخت کوش	برای ناهار بکوش
صبحونه تون ناهاره	ناهارتون چهاره
دست و پا رو سوزونده	دهن ها را چرزونده
پارتی بازی زیاده	از اردو شادی برده
تهرونی های زرننگ	همه را سیاه می کنند

دیر می یان و زود می رن	هنگامی که شب می شه
خوابه خبر نداره	ارزشیاب بیچاره
سال دیگه دوباره	از مسئولین می خواهیم
اما اینجور نیارن	ما را اردو بیارن



### می رم به اردو

جیبام پر از فندق و گردو (۲)	می رم به اردو - می رم به اردو
تا همه با هم بریم به اردو (۲)	دوستای من کو - دوستای من کو
توی اردوها - توی اردوها	آهای بچه ها - آهای بچه ها
	پر ماجراست - پر ماجراست



### سلام سلام

(در بازگشت از برنامه های بازدیدی و...)

سلام سلام	گروه ۱
سلام سلام	گروه ۲
مسئولین سلام	گروه ۱
آشپزا سلام	گروه ۲
اردوگاه سلام	گروه ۲
بچه ها سلام	گروه ۲

هر دو گروه : ما اومدیم - خسته بودیم - گردش بودیم (۲)

با لب خندون اومدیم (۲)

برنامه می خواهیم یاالله (۴) (با کوبیدن پاها بر زمین و دست زدن)

ما غذا می خواهیم یاالله (۴) (با کوبیدن پاها بر زمین و دست زدن)

هندونه می خواهیم یاالله (۴) (با کوبیدن پاها بر زمین و دست زدن)

بستی می خواهیم یاالله (۴) (با کوبیدن پاها بر زمین و دست زدن)

**اردو اردو اومدیم**

(با لهجه بندری همراه با کوبیدن چند قاشق یا سنگ به هم)

رهبر گروه بچه ها:

اردو - اردو اومدیم	های های
با دل خندون اومدیم	های های
به یاد بابا و ماشین بابا	های های
به یاد مامان و لالای مامان	های های
به یاد پولای جیب باباجون	های های

**یوپی یا**

یوپی یا یا یوپی یا (۲)

یوپی یا یا یوپی یا یا یوپی یوپی یوپی یا

اسبی آمد از کوه به پایین (۲)

اسبی آمد از کوه آمد، آمد از کوه به پایین

**هاگرگی**

هاگرگی هاگرگی هاگرگی هاگرگی

من که می رم کوزه گری

شما می رید چه کارگری

هاگرگی هاگرگی

**من و تو = ما**

یک ، دو من ، تو (۲) می شویم ما (۳)

با هم از غم (۲) می شویم رها (۳)

جشن شادی (۲) جشن شادی (۳)

می کنیم به پا (۲) می کنیم پیا (۳)

خدای خود (۲) می زنیم صدا (۳)

دل های ما (۲)

پُر کن از صفا (۳)

**شنا**

سوزان شد آفتاب      برده توان و تاب  
 وه خوش بود دمی      شنا کنیم در آب      هی هی هی  
 (با سه ضربه دست زدن) (۲)  
 بیا بیا بیا رو کنیم شنا  
 با آب پاک و صاف      به جان دهیم صفا      هی هی هی  
 (با سه ضربه دست زدن) (۲)  
 شنا صفای جان      شنا دهد توان  
 بر خرد و بر کلان      قوی و ناتوان      هی هی هی  
 (با سه ضربه دست زدن) (۲)

**کار**

(با حالت رژه و دست زدن خوانده می شود)

کار کار کار      کار می کنیم با شادی      هی هی هی  
 فکر فکر فکر      فکر می کنیم با شادی      هی هی هی  
 پا پا پا      پا می کوبیم با شادی      هی هی هی  
 دست دست دست      دست می زنیم با شادی      هی هی هی  
 خوشحالیم کار می کنیم با شادی  
 خوشحالیم فکر می کنیم با شادی  
 خوشحالیم پا می زنیم با شادی  
 خوشحالیم دست می زنیم با شادی

**شاد باش و شاد زی**

هر مصرعی از شعر زیر که توسط مجری خوانده می شود، بچه ها دوبار با حالت دست زدن می گویند:  
 شاد باش و شاد زی

تا توانی در جهان بی غم زی و بی باد زی  
 روی میز مکتب خود شیرینی شادی بچین  
 حرص دنیا را مزنی بی داد و بی فریاد زی  
 با همین شیرینی شادی چنان قناد زی  
 با لبی خندان و قلبی پاک با افرادی زی  
 مثل باغ مشهدی رحمت، خرم و آباد زی  
 با نشاط و شادی و رنگ مبارک باد زی  
 با نشاط و شادی و رنگ مبارک باد زی  
 در میان کلبه ات هرچند کوچک هم که هست  
 از لاج غم های بی پایان این چرخ و فلک  
 همچنان حاجی حسین، خرم و آزاد زی



### گره گره

(قابل اجرا در کلاس های گره زنی برای رفع خستگی بچه ها)

پاسخ بچه ها: گره گره گره (۲)  
 رفتم بچینم انگور دستم را گزید زنبور  
 گره گره گره (۲)  
 من که نچیدم انگور پس چرا گزیدم زنبور  
 گره گره گره (۲)  
 رفتم بچینم هندونه دستم را گزید میمونه  
 گره گره گره (۲)  
 من که نچیدم هندونه پس چرا گزید میمونه  
 گره گره گره (۲)  
 رفتم بچینم آلو دستم را گزید زالو  
 گره گره گره (۲)  
 من که نچیدم آلو پس چرا گزید زالو  
 گره گره گره (۲)  
 رفتم بچینم گیلاس اشتباه رفتم سلماس  
 گره گره گره (۲)  
 من که نچیدم گیلاس پس چرا رفتم سلماس  
 گره گره گره (۲)

**آتل مثل توتوله**

آتل مثل توتوله	اردو بگو چه جوره
اردوی ما قشنگه	تمیز و رنگارنگه
بازی داره بچه ها	شناس داره تماشا
یکی می ره زیر ابی	شیرجه می ره هوایی
اما بگم ز شبهاش	مسابقات و جنگاش
یکی می یاد با قصه	نون و پنیر و پسته
گروهی با سرودها	شادی می دن به دل ها
شادی کنید، خوش باشید	با همدیگر دوست باشید

**کار که داریم ، خوشحالتیریم**

در پایان هر مصرع بچه ها ضمن تقلید رفتار شغلی ذکر شده همه با هم می گویند «چه پسریم - چه دختریم، کار که داریم - خوشحالتیریم»

ما بچه ها آهنگریم	چکش زن باهنریم
ما کوچولوها مسگریم	از مسگرها پرکارتیریم
ما بچه ها قایق رانیم	پاروزنی خوب می دانیم
ما کوچولوها نجاریم	با اره تیشه کار داریم
ما کوچولوها نانوائیم	پرکارتر از نانوائیم
ما کوچولوها پرکاریم	با هر چیزی ما کار داریم

اردوی شادی

اردو، اردوی شادی اردوی تلاشه	هر کسی زرنگتره، دل ما باهاشه
اخماتو وا کن، روز، روز شادیه	جمعمون جمعه، غصه زیادیه
خوش اومدید برادر خوب من	ای که خندونی مثل گل تو چمن

**بچه ها**

از دیدنت خوشحالیم، خوشحالیم، خوشحالیم  
به وجودت می بالیم، می بالیم، می بالیم



تا اونو داری، غصه ای نداری	تو یک خدای مهربونی داری
تو را بسوی سعادت می بره	از پدر و مادر مهربوتره
به دستورش بکن گوش، بکن گوش	اونو نکن فراموش، فراموش، فراموش
لَيْسَ لِلْإِنْسَانِ إِلَّا مَا سَعَى	حتماً خوندی تو قرآن این آیه را
نتیجه شو می گیری تو از خدا	یعنی هرچی تلاش کنی تو دنیا



### بچه ها

از تنبلی بیزاریم، بیزاریم، بیزاریم	به وجودت می بالیم، می بالیم، می بالیم
پیا نیفتی یک قدم از نفس	زندگی یک میدون مسابقه اس
یاالله بجنب، سرعتت خیلی کمه	هاماشاءالله سبقت بگیر از همه



### بچه ها

در خوبی ها می کوشیم، می کوشیم، می کوشیم  
از بدی ها می نالیم، می نالیم، می نالیم

\*\*\*



### سرود وداع اردو

(با آهنگ نوایی نوایی)

زمان وداع عزیزان رسیده	کنون وقت اردو به پایان رسیده
چه بد شد که وصلت به هجران رسیده	بود بسکه مشکل ز یاران بریدن
بود تا ابد نام او جاودانه	این اردو باشد از روح الله نشانه
جدایی میان محبان رسیده	چه گویم شرح فراق این زمانه
به تعطیلی مکتب و فصل گرما	بنازم به بزم محبت که این جا
به یک جا زلطف دبیران رسیده	هم دانش آموزان ممتاز کشورم
تن من میره و دل من می مونه	خدای خوب من خودش خوب می دونه
چه سازیم که فرقت زیاران رسیده	چه خوش آن زمانی به اردو رسیدم



### حاجی و گربه

گربش را خیلی دوست می داشت	یه حاجی بود و یه گربه داشت
گوشت را ببرد بالا گذاشت	حاجی برفت گوشت بگیرف
حاجی بزد گربه بمرد	گربه برفت گوشت را بخورد
روی سنگ قبرش نوشت	گربه را به خاکش سپرد
حاجیش را خیلی دوست می داشت	یه گربه بود و یه حاجی داشت
موش را ببرد بالا گذاشت	گربه برفت موش بگیرف
گربه بزد، حاجی بمرد	حاجی برفت موش را بخورد
روی سنگ قبرش نوشت	حاجی را به خاکش سپرد
گربش را خیلی دوست می داشت	یه حاجی بود و یه گربه داشت
	و همین طور ادامه می یابد



### انار انار

#### رهبر گروه بچه ها

انار انار (۲)	یه دونه انار یه دونه انار
انار انار (۲)	یه کیلو انار یه کیلو انار
انار انار (۲)	دو کیلو انار دو کیلو انار
انار انار (۲)	سه کیلو انار سه کیلو انار
انار انار (۲)	یه من انار یه من انار
انار انار (۲)	دومن انار دو من انار
انار انار (۲)	سه من انار سه من انار
انار انار (۲)	یه کارتن انار یه کارتن انار
انار انار (۲)	دو کارتن انار دو کارتن انار
انار انار (۲)	سه کارتن انار سه کارتن انار
انار انار (۲)	یه فرغون انار یه فرغون انار
انار انار (۲)	یه ماشین انار یه ماشین انار

انار انار (۲)	یه شهر انار یه شهر انار
انار انار (۲)	یه استان انار یه استان انار
انار انار (۲)	یه کشور انار یه کشور انار
انار انار (۲)	یه دنیا انار یه دنیا انار
انار انار (۲)	چقدر انار - چقدر انار



### اول نه دوم نه سوم...

#### مجری بچه ها مجری بچه ها مجری

جهان سوم که رسیدیم...	نه	جهان دوم	نه	جهان اول
کهکشان سوم که رسیدیم	نه	کهکشان دوم	نه	کهکشان اول
سیاره سوم که رسیدیم	نه	سیاره دوم	نه	سیاره اول
قاره سوم که رسیدیم	نه	قاره دوم	نه	قاره اول
کشور سوم که رسیدیم	نه	کشور دوم	نه	کشور اول
استان سوم که رسیدیم	نه	استان دوم	نه	استان اول
تو شهر سوم که رسیدیم	نه	تو شهر دوم	نه	تو شهر اول
روستای سوم که رسیدیم	نه	روستای دوم	نه	روستای اول
میدون سوم که رسیدیم	نه	میدون دوم	نه	میدون اول
خیابون سوم که رسیدیم	نه	خیابون دوم	نه	خیابون اول
محلله سوم که رسیدیم	نه	محلله دوم	نه	محلله اول
کوچه سوم که رسیدیم	نه	کوچه دوم	نه	کوچه اول
بن بست سوم که رسیدیم	نه	بن بست دوم	نه	بن بست اول
خونه سوم که رسیدیم	نه	خونه دوم	نه	خونه اول
اتاق سوم که رسیدیم	نه	اتاق دوم	نه	اتاق اول
تو کمد سوم که رسیدیم	نه	تو کمد دوم	نه	تو کمد اول
طبقه سوم که رسیدیم	نه	طبقه دوم	نه	طبقه اول
کتاب سوم که رسیدیم	نه	کتاب دوم	نه	کتاب اول
صفحه سوم که رسیدیم	نه	صفحه دوم	نه	صفحه اول

تو خط اول      نه      تو خط دوم      نه      تو خط سوم که رسیدیم نوشته شده بود  
جهان اول      نه      جهان دوم      نه      جهان سوم که رسیدیم

(و این متن دوباره تکرار می گردد)



### اوستا صفر گفت

مجری: اوستا صفر گفت	بچه ها: چی گفت
مجری: خودش به من گفت	بچه ها: چی گفت
مجری: در گوش من گفت	بچه ها: چی گفت
مجری: یواشکی گفت	بچه ها: چی گفت
مجری: الان به من گفت	بچه ها: چی گفت
مجری: چقدر قشنگ گفت	بچه ها: چی گفت
مجری: چه خوش بیان گفت	بچه ها: چی گفت
مجری: مثل امام گفت	بچه ها: چی گفت
مجری: مرگ بر آمریکا	بچه ها: مرگ بر آمریکا



### معو معو معو

مجری: اِنی رأیت گرتبناً	بچه ها: معو معو (۲)
مجری: فی لب دیگ اشکنه	بچه ها: معو معو (۲)
مجری: قال معو معو معو	بچه ها: معو معو (۲)
مجری: دمم نکش که می شکنه	بچه ها: معو معو (۲)
مجری: قُلْتُ له چه می کنی	بچه ها: معو معو (۲)
مجری: فی لب دیگ اشکنه	بچه ها: معو معو (۲)
مجری: قال اکلت اشکنه	بچه ها: معو معو (۲)
مجری: فی لب دیگ اشکنه	بچه ها: معو معو (۲)



### درس اردو

وقتی رفتم به خونه، از اردو صحبت می کنم

راز اردو رفتن را بر همه افشا می کنم  
 توی برنامه می گفتن غذای عالی داریم  
 شب که می شد، نفری دو تیکه شامی می دادن  
 همه مون قهر می کردیم، یه گوشه ای می خوابیدیم  
 روز بعدش بجای شامی ها، حلوا می دادن  
 یه شبی می افتادم به یاد آش مامانی  
 با هزار و یک هوس به ماها دوغاب می دادن  
 بعضی از بچه های ناز نازی گریه می کردن  
 هر یک از مریبا اونارا آروم می کردن  
 خلاصه چی عرض کنم، از این یه هفته رفتنم  
 گاهی هیچی، گاهی سویا، گاهی خرما می دادن  
 نه بابا، باور نکن، همش یه شوخی بیش نبود  
 فکر این مباحش تو اردو چی چی به ما می دادن  
 بگذریم از غذاها و گردشها و تفریحاش  
 به خدا، درس شناخت حق تعالی می دادن



### آقای ... سرت سلامت

اردوی چند روزه تون جالب دراومد - هی	آقای ... سرت سلامت) (۲) هی
تدارکات اردوتون چه خوب دراومد - هی	آقای ... سرت سلامت) (۲) هی
برنامه های اردوتون عالی دراومد - هی	آقای ... سرت سلامت) (۲) هی
رانندگی این دفعه تون زیبا دراومد - هی	آقای ... سرت سلامت) (۲) هی



### بابا نورمحمد

رهبر گروه بچه ها رهبر گروه بچه ها

گفتم نرو نرو نرو - بابا نورمحمد	صدبار گفتم اردو نرو - بابا نورمحمد
این بچه ها نازنازین - بابانورمحمد	بابا نورمحمد - بابا نورمحمد

همش ب فکر بازین - بابانورمحمد	ولی دوستای خوبین - بابانورمحمد
پسرخاله عزت زیاد - بابانورمحمد	هیچ از اردو یادت میاد - بابانورمحمد
توی حرم امام رضا - بابانورمحمد	کفتره پر زد سوی ما - بابانورمحمد
جمله دلای باصفا - بابانورمحمد	سر می دادن رضا رضا - بابانورمحمد
ما همه خواهیم از خدا - بابانورمحمد	به عزت امام رضا - بابانورمحمد
دل ما را دهد صفا - بابانورمحمد	مردمومون سالم باشند - بابانورمحمد
کشورمون پاینده باشه - بابانورمحمد	پرچمون بر فراز باشه - بابانورمحمد



### به به به

در جواب هر قسمت بچه ها کف زنان می گویند : «به به به»

خورشید تابد خیلی گرم - دل های ما گشته نرم - بچه ها شاد و خندون - می آمدند دور از غم - هم کار و هم آموزش - هم ایمان و هم بینش - اردو جای تلاشه - یاد خدا باهاشه - فعال بودن باهاشه - ما آمدیم در اردو - دقت کنیم به هر سو - از آیات الهی - می گیریم درس اردو - تقسیم کار می کنیم - قدر هم رو می دونیم - بهر شکر الهی - با جمع نماز می خونیم - نماز ستون دینه - معراج مؤمنینه - نماز صحبت با خداست - صحبت با او شیرینه - به جماعت بخونیم - که جمعش دلنشینه - نماز خوندن چه خوبه - روحانی با صفایه - نزد خدا محبوبه - هر که نماز نخونه - اینو باید بدونه - از رحمت الهی - همیشه دور می مونه.



### شبهای اردو

در پایان جنگ شبانگاهی خوانده می شود

شبهای قشنگیه - شبهای اردو - آره شبهای اردو  
روزهای شیرینیه روزای اردو - آره روزهای اردو  
بچه ها شادی کنید - شادی همیشه - آره شادی همیشه  
از دل و جون دوست داریم مربیا را - آره مربیا را  
از اونا یاد بگیریم - مهر و وفا را - آره مهر و وفا را  
همگی پیدا کنیم - دوستای تازه - آره دوستای تازه  
دوستای باوفایی که - محرم رازن - آره محرم رازن

قدر هم را بدونیم - میگذره اردو - آره میگذره اردو  
 لا  
 لا لا لا لا لا لا لا لا - شبها درازه - چرا چشمتون بازه  
 دیگه وقت خواب شده، برین به چادر، آره برین به چادر  
 خواب های خوش ببینین، خواب مامان جون، آره خواب مامان جون  
 توی خواب هم نکنید - خرخر و پف پف - آره خرخر و پف پف  
 توی خواب هم نکنید - پتوهایتونو خیس - آره پتوهایتونو خیس  
 لا  
 لا



### اردوی خوبی داشتیم

وسط سرم کچل شده - دیگه مو نداره  
 مسئول اردو می خواد به جاش - فضای سبز بکاره  
 عجب غلطی کردم - تو اردو شرکت کردم  
 کاش قلم پام مشکست - این کارو نمی کردم  
 WC خرابه - قفل و کلید نداره  
 وقتی که وارد می شی - مگس حمله می یاره  
 اردوی خوبی داشتیم - اصلاً گله نداشتیم  
 خدا خودت می دونی - دوستای خوبی داشتیم  
 آهای آهای بیچه ها بوی بهار اومده  
 بهار اردوی ما - چه با صفا اومده



### بچ پچستان

کسی رد شد - دبستان است اینجا  
 یکی دیگه - خیابان است اینجا  
 ولی من با خودم آهسته گفتم  
 گمانم بچ پچستان است اینجا (۲)



### آی خل شدم

دیشب توی خواب می دیدم، یه دونه بنز خریدم

موبایل من پیشم بود، عقم توی چشمم بود

(هوار هوار) (۲)

یکهو پریدم از خواب، چونکه همش بود سراب

پرنده بودم توی خواب، یه خونه داشتم توی خواب

(هوار هوار) (۲)

یکهو که از خواب پا شدم (آی خُل شدم آی خُل شدم) (۲)

وضع خودم را که دیدم (آی خُل شدم آی خُل شدم) (۲)

(هوار هوار) (۲)

من توی خواب پز می دادم (آی شل شدم ای شل شدم) (۲)

حالا که از خواب پریدم (آی شل شدم آی شل شدم) (۲)

(هوار هوار) (۲)

دارم سؤال بی جواب (جواب جواب) (۲)

دلم می خواد سیخ کباب (کباب کباب) (۲)

(هوار هوار) (۲)



### پیرمرد باغبون

پیرمرد باغبون یه بچه داشت اینجا اوون اونجا اوون هر جا اوون ای ای او

پیرمرد باغبون یه گربه داشت اینجا میو میو اونجا میو میو هر جا میو میو

ای ای او

پیرمرد باغبون یه سگ داشت اینجا واق واق اونجا واق واق هر جا واق واق

ای ای او

نام دیگر حیوانات و صدای آنها



### توپ

یه توپ دارم قل قلیه - سوراخ سوراخ و گلیه - می زخم هوا زمین می ره - یه راست تو زیرزمین می ره

- من این توپو نداشتم - تو آشغالا برداشتم - بابام به من کتک زد - یه سیلی محکم زد.



**راننده**

شاد و غزل خون می رویم	ما به اردو می رویم
ما که خندون می رویم	هرچه پیش آید، خوش آید
اون کلاچ و دنده را	آخ برم راننده را
شور و حال بنده را	گاز و فرمون را ببین
خسته از او کی شوم	عاشق او بوقشم
همچو موشک روندنش	آخ برم دست فرمونش
شاد شاد شاد شادیم (۲)	ما که امروز شاد شادیم

**دیگه نمی یام به اردو**

(دیگه نمی یام دیگه نمی یام دیگه نمی یام به اردو) (۲)

دیگه نمی یام به اردو	بچه های اردو همه خموشند
دیگه نمی یام به اردو	همه شون مثل لاک پشت و خرگوشند
محصل دسته دسته - توی ماشین نشسته - به فکر بازی با توپ - بند کفش را بسته	
دیگه نمی یام دیگه نمی یام دیگه نمی یام به اردو (۲)	
مدت اردو هم خیلی کوتاه	دیگه نمی یام به اردو
آقای ... هم مثل ماهه	دیگه نمی یام به اردو
راننده جون نکن ناز - به ماشینت بده گاز - شدیم ما همه خسته - وارفته و شکسته	
دیگه نمی یام دیگه نمی یام دیگه نمی یام به اردو (۲)	
محصل دسته دسته - گرسنه هی نشسته - برای خوردن مرغ - دست و صورت بشسته	
دیگه نمی یام دیگه نمی یام دیگه نمی یام به اردو (۲)	

**آقای راننده**

تو برای ماها مثل داداشی - هی	آقای راننده خسته نباشی - هی
هزار و صد ماشاءالله (۲)	(باری باری باریک الله)
با تو اردوی ما عالی دراومد - هی	آقای راننده سرت سلامت - هی
هزار و صد ماشاءالله (۲)	(باری باری باریک الله)

آقای راننده اخماتو واکن - هی	از توی آینده خنده به ما کن - هی
(باری باری باریک الله)	هزار و صد ماشاءالله ( ۲ )
آقای راننده خنده را کم کن - هی	بجای خنده ها بزن تو دنده - هی
(باری باری باریک الله)	هزار و صد ماشاءالله ( ۲ )
آقای راننده چقدر آرتیسته - هی	آقای راننده دنده را کنده - هی
(باری باری باریک الله)	هزار و صد ماشاءالله ( ۲ )



### نرو نرو نرو

#### رهبر گروه بچه ها

نم می گه اردو نرو	نرو نرو (۲)
اردو می ری، تنها نرو	نرو نرو (۲)
تنها می ری، دریا نرو	نرو نرو (۲)
دریا می ری، تو آب نرو	نرو نرو (۲)
تو آب می ری، زیر آب نرو	نرو نرو (۲)
زیر آب می ری، بیرون نیا	نیا نیا، بیرون نیا
بیرون می آی، سالم بیا	بیا بیا ، سالم بیا
خونه می آی، گریون نیا	نیا نیا، گریون نیا



### ای جناب شوfer

ای گشته به رانندگی ات قادر و ماهر	ای جناب شوfer (۲)
مائیم تو را از دل و جان مخلص و چاکر	ای جناب شوfer
در جاده با سرعت، تو بده گاز - اینقدر نکن ناز	ای جناب شوfer
بگذار که دنده بدهد از دل و جان قر	ای جناب شوfer
چون مقصد ما هست از این جای کمی دور - در شهر..	ای جناب شوfer
باید برسیم خدمت آن یک دو سه شاعر	ای جناب شوfer
امروز بسی نعره و فریاد چنان رعد - از صبح الی عصر	ای جناب شوfer
باید که تحمل کنی از بهر مسافر	ای جناب شوfer

گر یار شود در همه جا قدرت یزدان - با دنده و فرمان  
با لطف و خوشی در همه جا گردیم حاضر  
ای جناب شوfer  
ای جناب شوfer

\*\*\*



### وقتی اتوبوس آهسته می رود

باز هوای اتوبوس - اتوبوس داغ شده  
صورت این مسافرا - همگی سرخ شده  
این اتوبوس قراضه - داره آهسته می ره راه رسیدن به خونه - داره دورتر می شه



### وقتی اتوبوس شما سبقت می گیرد

وای وای - چطور شد  
ماشین ما عقب شد - ماشین آبی جلو شد  
بوق و کلاچ و دنده - سرعت بگیر راننده  
نون و پنیر گوجه می خواهد - سرعت گرفتن پسته می خواد



### خسته نباشید

مریی های مهربون - خسته نباشید - آره خسته نباشید  
الهی مرغ پرسته نباشید - آره بسته نباشید  
الهی کربلا نصیبتون شه - آره نصیبتون شه  
آقا امام حسین شفیعتون شه - آره شفیعتون شه  
اجرتون با آقا مهدی زهرا (ع)، آره مهدی زهرا (ع)  
بس که زحمت کشیدین برای ماها - آره برای ماها



### اشتر به چراست

تجری: اشتر به چراست در بلندی - اینجاش (اشاره به کوهان) به مثال کله قندی  
بچه ها: (اشتر به چراست در بلندی) (۲)  
مجری: اشتر به چراست در بلندی - اینجاش (اشاره به پیشانی) به مثال تخته سنگی - تخته سنگ - کله  
قند

بچه ها: (اشتر به چراست در بلندی) (۲)

مجری: اشتر به چراست در بلندی - اینجاش (اشاره به ابروها) به مثال تیر کندی - تیر کمند - تخته سنگ - کله قند

بچه ها: (اشتر به چراست در بلندی) (۲)

مجری: اشتر به چراست در بلندی - اینجاش (اشاره به چشمان) به مثال آینه بندی آینه بند - ترکمند - تخته سنگ - کله قند

بچه ها: (اشتر به چراست در بلندی) (۲)

مجری: اشتر به چراست در بلندی - اینجاش (اشاره به بینی) به مثال لول تفنگی لول تفنگ - آینه بند - تیر کمند - تخته سنگ - کله قند

بچه ها: (اشتر به چراست در بلندی) (۲)

مجری: اشتر به چراست در بلندی - اینجاش (اشاره به دهان) به مثال غار تنگی غار تنگ - لول تفنگ - آینه بند - تیر کمند - تخته سنگ - کله قند

بچه ها: (اشتر به چراست در بلندی) (۲)

مجری: اشتر به چراست در بلندی - اینجاش (اشاره به سینه) به مثال سنگ سختی سنگ سخت - غار تنگ - لول تفنگ - آینه بند - تیر کمند - تخته سنگ - کله قند

بچه ها: (اشتر به چراست در بلندی) (۲)

مجری: اشتر به چراست در بلندی اینجاش (اشاره به شکم) به مثال باغ وحشی باغ وحش - سنگ سخت - غار تنگ - لول تفنگ - آینه بند - تیر کمند - تخته سنگ - کله قند

بچه ها: (اشتر به چراست در بلندی) (۲)

مجری: اشتر به چراست در بلندی - اینجاش (اشاره به پاها) به مثال توپ جنگی توپ جنگ - باغ وحش - سنگ سخت - غار تنگ - لول تفنگ - آینه بند - تیر کمند - تخته سنگ - کله قند

بچه ها: (اشتر به چراست در بلندی) (۲)



### تنبلی ذکر تاهه

(به سبک هندی)

بچه جان، اگر درس نخونی، مردود می شی هه    آی مردود می شی هه  
آخر توی کوزه، یک وری داخل می شه هه    آی مردود می شی هه

تنبلی نکر تاهه (۵)

گر درسو نخوندی و تو رفتی توی کوچه هه

آی مردود می شی هه

جای درس، اگه رفتی و تو خوردی کلوچه هه

آی مردود می شی هه

تنبلی نکر تاهه (۵)

گر درسو نخوندی و تو رفتی پی بازی هه

آی مردود می شی هه

اصلاً تو نخوندی ادبیات و ریاضی هه

آی مردود می شی هه

تنبلی نکر تاهه (۵)

وقت امتحانات که می شه، قلبت می ریزه هه

آی مردود می شی هه

وقت پرسیدن درس، همش جات زیر میزه هه

آی مردود می شی هه

تنبلی نکر تاهه (۵)



### دیگه نمی رم پا تخته

بجای درس، دارم آواز می خونم - دیگه نمی رم پا تخته

گهی کم گاز - گهی پرگاز می خونم

- دیگه نمی رم پا تخته

کتاب را من نکرده باز می خونم - دیگه نمی رم پا تخته

با آهنگ و دف و با ساز می خونم

- دیگه نمی رم پا تخته

تاریخ اصلاً نخوندم - ریاضی هم ندونم - آخر سال می دونم

(دیگه نمی رم، دیگه نمی رم، دیگه نمی رم پا تخته) (۲)

توی کلاس، همش در حال خوابم - دیگه نمی رم پا تخته - توی خونه فکر جوجه بازیم -

- دیگه نمی رم پا تخته

نخوندم اصلاً از روی کتابم - دیگه نمیرم پا تخته گرفتم نمره پنج از حسابم -

- دیگه نمی رم پا تخته

تاریخ اصلاً نخوندم - ریاضی هم ندونم - آخر سال می دونم

(دیگه نمی رم، دیگه نمی رم، دیگه نمی رم پا تخته) (۲)

چرا دائم دارم می شم جریمه - دیگه نمی رم پا تخته بغل دستیم اسمش عبدالکریمه

- دیگه نمی رم پا تخته

همش در حال بازی توی کوچه - دیگه نمی رم پاتخته  
 خیلی من دوست دارم بخورم کلوچه -  
 دیگه نمی رم پاتخته  
 تاریخ اصلاً نخوندم - ریاضی هم ندونم - آخر سال می دونم  
 (دیگه نمی رم، دیگه نمی رم، دیگه نمی رم پاتخته) (۲)



### خوابی یا بیدار

پاسخ بچه ها: قار و قار و قار  
 قار و قار و قار - عمو یادگار - قار و قار و قار  
 شب سر آمده - خوابی یا بیدار - قار و قار و قار  
 وقت کار شده - کار و کار و کار - قار و قار و قار  
 وقت خواب که نیست - هی پاشو پاشو - قار و قار و قار  
 تاج به سر خوانده - قوقولی قوقو - قار و قار و قار  
 بسم الله بگو - یا علی بگو - قار و قار و قار  
 داد نزن بابا، قار و قار و قار - قار و قار و قار  
 سرم درد گرفت - از داد و هوار - قار و قار و قار  
 خواب و تنبلی - دور دور دور - قار و قار و قار  
 کار روز ما - شادی است و شور - قار و قار و قار  
 از تلاش ما چشم دشمن کور - قار و قار و قار  
 مصطفی رحماندوست



### شلخته آی شلخته

پاسخ بچه ها: شلخته آی شلخته  
 پسر پسر کجایی؟ پس این برادرم کو؟ شلخته آی شلخته  
 که تا از او پیرسم، لباس و دفترم کو؟ شلخته ای شلخته  
 کتاب و کفش و عینک کتاب دیگرم کو؟ شلخته آی شلخته  
 مداد و کیف و جوراب، کلید و چادرم کو - شلخته آی شلخته  
 بگرد این طرف را بگرد آن طرف را - شلخته آی شلخته





## باران - تگرگ - برف

این نغمه برای دانش آموزان ابتدایی جذاب می باشد. رهبر گروه، مصرع اول را می خواند و بچه ها، مصرع دوم را، همراه با حرکات خاص جواب می دهند.

باران می یاد	شرشر شر (سه دفعه دست می زنند)
جوی ها شده	پر پر پر (سه دفعه دست می زنند)
آب می کنه	گر گر گر (سه دفعه دست می زنند)
سیل می کنه	غر غر غر (سه دفعه دست می زنند)
تگرگ می یاد	دام دام دام (سه دفعه مشت بر سینه می کوبند)
به پشت بام	بام بام بام (سه دفعه مشت بر سینه می کوبند)
به پنجره	تام تام تام (سه دفعه مشت بر سینه می کوبند)
سرم سرم	پام پام پام (سه دفعه مشت بر سینه می کوبند)
برف می بارد	ریز ریز ریز (سه دفعه دوانگشتی دست می زنند)
زمین شده	لیز لیز لیز (سه دفعه دوانگشتی دست می زنند)
آب می چکد	چیز چیز چیز (سه بار دو انگشتی دست می زنند)
نیزه های	تیز تیز تیز (سه دفعه دوانگشتی دست می زنند)



## تلق تلوق تلوق

### مجری بچه ها

تلوق تلوق تلوق	تلوق تلوق تلوق - می رسد این صدا به گوش
تلوق تلوق تلوق	صدای رفتن قطار - میان خنده و خروش
تلوق تلوق تلوق	صدای خنده قطار - پیچید میان کوپه ها
تلوق تلوق تلوق	هم توی دشت و سبزه زار - تلوق تلوق تلوق
تلوق تلوق تلوق	به سوی مشهد می رویم - سری به آنجا بزنیم
تلوق تلوق تلوق	در حرم امام رضا، بوسه به درها بزنیم
تلوق تلوق تلوق	ما به زیارت می رویم، تا به امام دعا کنیم
تلوق تلوق تلوق	نگاه پر محبتی، به گنبد طلا کنیم



ای مار پیکر آهنی، قطار خوب و خوش صدا  
 اکنون به مشهدم بیر، سال دگر به کربلا  
 تلق تلق تلق تلق تلق تلق  
 تلق تلق تلق تلق تلق تلق  
 محبوبه ابوالقاسمی



### سنگ نپران - سنگ نپران

دانش آموزان در پاسخ به هر بیت کف زنان می گویند: «سنگ نپران - سنگ نپران»  
 آهای آهای ای بچه جان  
 سنگ بزنی سر می شکنی  
 توی کوچه سنگ نپران  
 خدا نکرده ناگهان  
 سر که شکستی شر و شر  
 خون می ریزه از جای آن  
 صاحب سر داد می کنه  
 آی پاسبان آی پاسبان  
 می بردت کلاتری  
 به ضرب و زور کشان کشان



### سیزده بدر

در اردوهای سیزده بدر، بچه ها سرود زیر را با آهنگ «یه گلی گوشه چمن» می خوانند:  
 می رویم سیزده بدر، سیزده بدر  
 می بریم بار و بنه، بار و بنه  
 دسته به دسته - دسته به دسته  
 بسته به بسته - بسته به بسته  
 خیلی داره مزه - گره زدن به سبزه (۲)  
 خرم و خوش م یدویم، خوش می دویم  
 پشت هم مثل دُو - مثل دو  
 روی چمن ها - روی چمن ها  
 آهوی صحرا - آهوی صحرا  
 خیلی داره مزه - گره زدن به سبزه (۲)  
 شاد و خوش روی چمن - روی چمن  
 می زنیم دست و کنیم - دست و کنیم  
 همه می غلطیم - همه می غلطیم  
 دام دام و دیم دیم - دام دام و دیم دیم  
 خیلی داره مزه - گره زدن به سبزه (۲)



### ای بی حال

در ورزش های صبحگاهی، پس از هر بیت، بچه ها با هم فریاد می زنند:  
 «ای بی حال - ای بی حال»  
 با آن که داری نُه سال  
 چه ساکتی، چه بی حال

خیلی بی دست و پایی	همیشه در یک جایی
تو بچه نیستی، پیری	تو پیر گوشه گیری
پاشو زرنگ و تیز شو	مشغول جست و خیز شو
چابک بشو، ورزش کن	بدو، برو ورزش کن
تا جا بیاید حالت	در آیی از کسالت



### فریاد جیم بیلاردی

جیم بیلاردی هی هـ (دو دستک پیوسته)  
 جیم بیلاردی هی هـ (دو دستک پیوسته)  
 جیم بیلاردی هی هـ (سه دستگ پیوسته)



### فریاد جیم راتاتا

جیم راتاتا (با دستک طق - طططق)  
 بوم راتاتا (با دستک طق - طططق)  
 اینا اینا جیم راتاتا (با دستک طق - طق - طق - طططق)  
 اینا اینابوم راتاتا (با دستک طق - طق - طق - طططق)



### فریاد زولو

این فریاد در مراحل زیر اجرا می گردد:

- ۱- زولو - زومبو - زولو - زو
- ۲- آی - جی - ایتنا - کی
- ۳- آی - آی - یپا - یپ
- ۴- ریپ - ریپ - ریپ (اجرا همراه با سه دستک منقطع)
- ۵- ره - ره - ره (اجرا همراه با سه دستک منقطع)
- ۶- کانتا - تینا - واح - واح
- ۷- کاتتا - تیتا - تار
- ۸- پیش - تار - آ - ما - ده (اجرا همراه با کوبیدن پاها بر زمین)



### فریاد این گن یاما

این فریاد به منظور تشویق یکی از بچه ها و یا هنگام ورود مربی یا ارشد تشکیلات اجرا می شود. به این صورت که سرگروه ها جلو آمده و دست هایشان را در هوا می چرخانند و با صدای خیلی بلند فریاد می زنند: (این - Een) و این صدا را می کشند تا به فرد مورد نظر نزدیک شوند. در این هنگام، کمی درنگ کرده و دوبار می گویند (گن یاما). (Con - Yama) سپس رو به سایر بچه ها کرده و همراه با بچه ها می گویند:

این - وو - بو، یح، بوح، یح یوح، این - وو - بو

In - Voo - Boo

Yah - boh - Yah - boh

In - Voo - Boo

در حین گفتن کلمات، بچه ها حرکات خاصی را اجرا می کنند. بدین صورت که با گفتن In هر دو دست بالا قرار می گیرد. با Voo پای راست جلو آمده و محکم بر زمین می خورد. با Boo روی زمین چمباتمه زده و برای جهیدن به هوا آماده می شوند. با Yah به هوا می پرند. با Boh به زمین برمی گردند و سپس همه یکبار دیگر فریاد می زنند:

این - کن یاما - کن یاما

این ووبو - یح بو - یح بوح - این ووبو

\*\*\*



### فریاد رسد

سر رسد می گوید: آماده

بچه ها با هم می گویند: زینگ - آ - زینگ - بوم - بوم

Zing - a - Zing - Bom - Bom



### لکوموتیو

سررسد یا سرگروه، جلو بچه ها ایستاده، دست راست را بالا می برد و سپس با سرعت پایین می آورد. بچه ها با پایین آمدن دست وی و با کوبیدن پای راست بر زمین، بلند فریاد می زنند: (ره - Rah) سپس با دست چپ این عمل تکرار می شود و این دو عملیات، ۴ بار تکرار می شود. و بعد، با ۳ مرتبه حرکت دست، سه گروه کلمات زیر با کوبیدن پاها بر زمین، فریاد زده می شود:

پیش - تا - زان

در دوره های بعد، سرگروه حرکات را سریعتر انجام می دهد و این توالی صداها، صدایی مانند حرکت پیستون قطار بخار را ایجاد می کند. این کارف جمعاً در سه مرحله انجام می شود و در هر دور، ریتم و سرعت اجرا بیشتر می شود و در پایان دور سوم، همه بچه ها با هم سوت می زنند (ادای سوت قطار). خلاصه این حرکات و صداها به شرح زیر می باشد:

- ۱- ره - ره - ره - ره - پیش - تا - زان - (اجرای آهسته)
- ۲- ره - ره - ره - ره - پیش - تا - زان - (اجرای سریع)
- ۳- ره - ره - ره - ره - پیش - تا - زان - (اجرای خیلی سریع)
- ۴- سوت بلند و کشیده



### فریاد یو یو یو

بچه ها فریادهای زیر را با هم اجرا می کنند:

- ۱- یو (Yoo) یو - یو - یو - یو - یح - یح - طق طق (دو مرتبه دستک پیوسته)
- ۲- یوح (Yoo) یوح - یوح - یوح - به - به - طق طق (دو مرتبه دستک پیوسته)
- ۳- یوم - یوم - یو (Yoo) یو - یح - یح - طق طق (دو مرتبه دستک پیوسته)
- ۴- بام - بام - یوح (Yoh) یوح - به - به - طق طق (دو مرتبه دستک پیوسته)



### دستک منظم

سرگروه شماره میدهد، یک - دو، و بلافاصله تمام بچه ها به صورت زیر با هم دست می زنند:  
(خطوط کوتاه علامت فواصل کوتاه و خطوط بلند علامت فواصل بلند بین دستک است)

۱ \_\_\_\_\_ ۲-۱ \_\_\_\_\_ ۴- ۳- ۲- ۱  
۲-۱ \_\_\_\_\_ ۲-۱ \_\_\_\_\_ ۴- ۳- ۲- ۱  
۳-۲-۱ \_\_\_\_\_ ۲-۱ \_\_\_\_\_ ۴- ۳- ۲- ۱  
۴- ۳- ۲- ۱ \_\_\_\_\_ ۲-۱ \_\_\_\_\_ ۴- ۳- ۲- ۱



### دستک مش حسن

ابتدا، مربی با دانش آموزان متن زیر را همراه با کف زدن می خوانند:  
مش حسن (همراه با ۳ دستک) \_\_\_\_\_ ۱ (همراه با یک دستک)

مش حسن (همراه با ۳ دستک) — ۲ (همراه با یک دستک)  
 مش حسن - مش حسن - مش حسن (همراه با سه دستک برای هر بار مش حسن) - ۳ (همراه با یک دستک)

سپس، بدون خواندن این متن، فقط براساس ریتم و ضرباهنگ آن کف می زنند،

۱ — ۲ — ۳ — ۱

۲ — ۳ — ۲ — ۱

۳ — ۲ — ۱ — ۳ — ۲ — ۱ — ۳ — ۲ — ۱



### فریاد پیشتاز - فرزانه

بچه ها به صورت دسته جمعی و به صورت ۲ انگشتی دست زده و متن زیر را می خوانند:  
 - خدا ما (همراه با ۳ دستک سریع) را عقل و (همراه با ۳ دستک سریع) هوش داده (همراه با سه دستک سریع) (۲)  
 - پسر (دختر) (همراه با ۳ دستک سریع) - پیشتاز (فرزانه) (همراه با سه دستک سریع) آماده (همراه با سه دستک سریع) - هاهاها (۲) همراه با سه دست محکم با تمام انگشتان و صدای تقلید خنده  
 - در نمو (همراه با ۳ دستک سریع) عقل و (همراه با ۳ دستک سریع) روح و جان (همراه با سه دستک سریع) (۲)  
 پسر (دختر) (همراه با ۳ دستک سریع) پیشتاز (فرزانه) (همراه با ۳ دستک سریع) آماده (همراه با سه دستک سریع) - هوهوهو (۲) (همراه با سه دست محکم با تمام انگشتان و تقلید صدای خنده)  
 - طق (یک دستک محکم)



### خرمن

فقط ویژه محیط های اردویی

خر من ۱ - ۲ - ۳ - ۴ - ۵ - رو - زه - کاه - جو - یونجه نخورده خر من پس چرا نمرده

برم از - برم از - دم خرم دم خرم جارو بسازم

برم من جارو کش بشم، به خرم بنازم

خر من ۱ - ۲ - ۳ - ۴ - ۵ - رو - زه - کاه - جو - یونجه نخورده خر من پس چرا نمرده

برم از - برم از - گوش خرم گوش خرم شیپور بسازم

برم من شیپورچی بشم ، به خرم بنازم  
خر من ۱ - ۲ - ۳ - ۴ - ۵ - رو - زه - کاه - جو - یونجه نخورده خر من پس چرا نمرده  
برم از - برم از چشم خرم چشم خرم، دوربین بسازم  
برم من عکاس بشم و به خرم بنازم  
خر من ۱ - ۲ - ۳ - ۴ - ۵ - رو - زه - کاه - جو - یونجه نخورده خر من پس چرا نمرده  
برم از - برم از - پوست خرم - پوست خرم تنبک بسازم  
برم من تنبک چی بشم ، به خرم بنازم  
خر من ۱ - ۲ - ۳ - ۴ - ۵ - رو - زه - کاه - جو - یونجه نخورده خر من پس چرا نمرده