

Центральный совет по управлению курортами профсоюзов

Центральный методический совет курортов профсоюзов

Е. М. МИНСКИН

Игры детей и подростков



ЦЕНТРАЛЬНЫЙ СОВЕТ ПО УПРАВЛЕНИЮ КУРОРТАМИ
ПРОФСОЮЗОВ

Центральный методический совет курортов профсоюзов

Е.М. МИНСКИН

Игры детей и подростков

В ПОМОЩЬ ВОСПИТАТЕЛЯМ,
КУЛЬТОРГАНИЗАТОРАМ И
ИНСТРУКТОРАМ ФИЗКУЛЬТУРЫ
ПРОФСОЮЗНЫХ ПАНСИОНАТОВ И
ДОМОВ ОТДЫХА ДЛЯ СЕМЕЙНЫХ



Москва
ПРОФИЗДАТ • 1976

СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|--|----------|
| Предисловие | 3 |
| Раздел I. Игры детей и подростков | 7 |
| 1. Как выбрать водящего | 7 |
| 2. Игры для дошкольников | 8 |
| Подвижные игры | 8 |
| Игры с пением | 12 |
| 3. Игры для школьников младшего и среднего воз- раста | 16 |
| Групповые игры | 16 |
| Командные игры | 24 |
| Игры-эстафеты | 30 |
| Чемпионы малого мяча и скакалки | 32 |
| Соревнования-поединки | 33 |
| Ловкие, сильные, смелые (вечер веселых сорев- нований) | 36 |
| Соревнования космических экипажей | 37 |
| На прогулке, в походе | 39 |
| На поляне | 40 |
| На берегу и в воде | 42 |
| Когда идет дождь | 46 |
| Раздел II. Игровые площадки для детей и подростков | |
| 1. Игровые площадки для детей дошкольного и младшего школьного возраста | 49 |
| 2. Игровые площадки для школьников среднего и старшего возраста | 60 |



Scan AAW

Минский Ефим Маркович

ИГРЫ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

Редакторы *А. Б. Котович, Н. И. Кузнецова*
Художник *Е. Н. Епишкин*. Худ. редактор *В. Д. Карандашов*
Техн. редактор *Л. А. Зайцева*. Корректор *Г. А. Попова*

Сдано в набор 15/VII 1976 г. Подп. в печать 7/X 1976 г. А12233.
Формат 84×108¹/₃₂. Бумага тип. № 2. Усл. печ. л. 3,78. Уч.-изд. л. 3,18.
Тираж 2000 экз. Заказ 744. Цена 10 коп.

Издательство ВЦСПС Профиздат, Москва, ул. Кирова, 13

1-я типография Профиздата, Москва, Крутицкий вал, 18

ПРЕДИСЛОВИЕ

В санаторно-курортной системе профсоюзов имеется большая сеть пансионатов и домов отдыха для семейных. Коллективы педагогов-воспитателей совместно с культорганизаторами, инструкторами физкультуры, врачами проводят в этих оздоровительных учреждениях значительную работу по нравственному, эстетическому и физическому воспитанию детей и подростков.

Суметь объединить детей, отдыхающих вместе с родителями, общим интересным развлечением, занять игрой — ответственная задача воспитателей и культорганизаторов.

Детским играм в советской педагогике придается немаловажное значение. Такие крупные педагоги, как Н. К. Крупская, А. С. Макаренко, уделяли пристальное внимание игровой деятельности ребят, видели в ней своеобразное проявление творческих задатков ребенка, активного отношения к окружающей среде.

В книге приводятся игры для дошкольников, школьников младшего возраста и подростков. При проведении игр необходим дифференцированный подход к детям. Выбирая игру, следует принять во внимание возраст детей, количество участников, условия, в которых она будет проводиться.

Детям дошкольного и младшего школьного возраста надо предлагать простые и доступные игры, старшим ребятам — более сложные. Спортивные игры, требующие длительного физического и нервного напряжения, не рекомендуются для дошкольников. Но начальные элементы спорта, простейшие виды физических упражнений детям давать необходимо. Перед поступлением ребенка

в школу особенно важно укрепить его здоровье, выработать определенные двигательные навыки, обогатить новыми представлениями, развить способность к наблюдению. В этой книге приводятся игры, концентрирующие внимание, формирующие черты характера, необходимые будущим школьникам («Узнай по голосу!», «Западня», «Совушка», «Воробы-попрыгунчики»).

Дети младшего школьного возраста отличаются большой эмоциональностью, склонны к подражанию, однако внимание у них обычно рассеянное. Поэтому для них полезно выбирать такие игры, которые требуют сосредоточенности, выдержки, приучают действовать в контакте с коллективом. Это игры подвижные, но без больших силовых напряжений и непродолжительные по времени («Охотник и сторож», «Белки, орехи, шишки», «Не задень веревочку!», «Мяч в воздухе»).

Детей младшего школьного возраста увлекают сюжетно-ролевые игры: участвуя в такой игре, ребенок как бы принимает на себя определенную общественную роль и действует в соответствии с выбранным им образом. К играм, воспитывающим у детей патриотизм, интерес к истории Родины, готовность следовать примеру старших, относятся игры героического содержания, например: «Соревнования космических экипажей», «Кто проворней?», «Вызов» и др.

В возрасте 10—11 лет дети без ущерба для здоровья способны выдерживать сравнительно высокие физические нагрузки, у них вырабатывается более точная координация движений. Для них предназначены упражнения с мячом и скакалкой («Чемпионы малого мяча и скакалки»), игры «Кто наблюдательнее?», «Найди флажок!», «Колесо», «Эстафета с мячами» и многие другие с элементами упражнений, способствующих общему развитию, воспитывающих находчивость, смелость.

Организация игр с подростками 12—15 лет имеет своей целью не только укрепление их здоровья, закаливание организма; коллективные игры воспитывают волю, смелость, характер, развивают чувство товарищества и взаимопомощи. Для подростков полезны такие подвижные игры, как «Поймай и попади!», «Эстафета с мячами и обручами», «Посмотри и запомни!», «Светлячки», «Меточки», «Лапта», «Соревнования-поединки» и, конечно, спортивные игры (баскетбол, волейбол, футбол, хоккей

с шайбой, хоккей с мячом на траве, бадминтон, настольный теннис, конькобежные и лыжные соревнования)¹.

Руководитель (воспитатель) должен знать как можно больше игр, пригодных для проведения в различных условиях, уметь кратко и ясно объяснить их правила.

Начинать надо с наиболее знакомых и распространенных в детской среде игр и постепенно переходить к более трудным командным играм-эстафетам, соревнованиям между командами.

Не надо стараться проводить подряд как можно больше игр; повторяя полюбившиеся, хорошо знакомые детям, постепенно можно разучивать и новые.

Игры, требующие большой подвижности, следует чередовать со спокойными, не вызывающими мускульного напряжения.

Желательно, чтобы руководитель сам принимал участие в игре, чаще демонстрировал то или иное ее положение. Для этого он должен встать в круг вместе с детьми. В середину круга вставать не рекомендуется, чтобы не оказаться спиной к детям. Чтобы им не было скучно слушать, не всегда нужно рассказывать содержание игры сразу от начала до конца, можно последовательно показывать этапы игры.

Руководитель должен следить за точным выполнением правил игры, поощрять взаимодействие игроков в командных играх, создавать на площадке обстановку дружбы и веселья.

Прекращать игру нужно, когда интерес к ней не ослаб и дети еще не устали.

Игры лучше всего проводить на воздухе (особенно летом), на специальных площадках. Площадка для подвижных игр должна быть достаточно просторной, ровной и по возможности защищенной деревьями от солнца. Надо следить за тем, чтобы на ней не было пыли, и поливать ее перед началом игры водой. Удобнее всего

¹ См. также сборники: Былеева Л., Коротков И., Яковлев В. Подвижные игры. М., «Физкультура и спорт», 1974; Фомина А. И. Физкультурные занятия и спортивные игры в детском саду. М., «Просвещение», 1974; Яновская М. Г. Творческая игра в воспитании младшего школьника. М., «Просвещение», 1974; Всегда всем весело.— Сборник игр для пионеров и школьников. М., «Молодая гвардия», 1969; Яковлев В. Игры для детей. М., «Физкультура и спорт», 1975.

площадка, покрытая дерном. Многие из рекомендуемых в сборнике игр можно проводить летом во время прогулки, на лесной поляне, на берегу реки или озера, у костра.

Для многих игр необходимы мячи, скакалки, кегли, обручи и т. д. Надо позаботиться о том, чтобы инвентарь находился рядом, чтобы им можно было сразу воспользоваться.

Игру или веселые соревнования можно организовать перед началом кинофильма или спектакля, разделив условно сидящих в зале на две команды.

В плохую погоду дети обычно собираются в помещении или на веранде. Для тесного помещения подходят тихие и спокойные игры, загадки, викторины. В просторном зале можно проводить массовые подвижные игры.

Раздел I.

ИГРЫ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

КАК ВЫБРАТЬ ВОДЯЩЕГО

Во многих играх от активности и изобретательности водящего зависит интерес ребят к игре. Водящий задает играющим определенный ритм игры, следит за выполнением правил, ведет счет. Выполнение этих обязанностей имеет большое воспитательное значение. Водящего назначает руководитель или его выбирают играющие при помощи «считалки». Дети становятся в круг и кто-нибудь читает забавный стишок («считалку»), показывая по очереди на каждого играющего. Водящим становится либо тот, на кого придется последнее слово считалки:

Пчелы в поле полетели
Зажужжали, загудели,
Сели пчелы на цветы.
Мы играем — водишь ты!

либо тот, кто останется после того, как вывели все играющие:

Жили-были сто ребят,
Сто веселых октябрат.
Все вставали в ранний час,
Все ходили в первый класс.
Если любишь ты считать,
Книжки разные читать,
Получай оценку «пять»
И иди скорей гулять...
Начинаем счет опять.

В зависимости от характера игры и роли в ней водящего руководитель может чередовать различные способы его выбора.

2. ИГРЫ ДЛЯ ДОШКОЛЬНИКОВ

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

«МЫ — ВЕСЕЛЫЕ РЕБЯТА...»

На двух противоположных сторонах площадки чертят линии, сбоку ставят несколько стульев. Это — дом водящего. Играющие собираются за линией на одной стороне площадки и хором произносят:

Мы — веселые ребята,
Любим бегать и скакать,
Ну, попробуй нас поймать!
Раз, два, три — лови!

После слова «лови!» все перебегают на противоположную сторону площадки. Водящий должен поймать кого-либо из бегущих, прежде чем он переступит вторую линию. Пойманный садится на стул в доме водящего. Затем дети снова читают стихи и перебегают площадку в обратном направлении.

После двух-трех раз подсчитывают, сколько детей поймано, выбирают нового водящего, и игра повторяется.

«ВОРОБЬИ-ПОПРЫГУНЧИКИ»

На площадке чертят круг такой величины, чтобы все играющие «воробышки» могли свободно разместиться за чертой с интервалом в 1—2 шага. «Кот» находится в центре круга. По сигналу руководителя «воробышки» двумя ногами одновременно начинают впрыгивать в круг и выпрыгивать из него. «Кот» старается поймать кого-либо внутри круга. Если это удалось, роли меняются: пойманный становится «котом», а «кот» — «воробышком». Игра возобновляется.

«УЗНАЙ ПО ГОЛОСУ!»

Ребята становятся в круг, в середину которого входит водящий. Ему завязывают глаза. Играющие идут по кругу вслед за руководителем, повторяя его движения

(гимнастические или танцевальные), затем останавливаются и говорят:

Мы немножко поиграли,
А теперь в кружок мы встали,
Ты загадку отгадай,
Кто позвал тебя — узнай!

Руководитель молча указывает на одного из играющих, который восклицает: «Узнай, кто я!». Водящий должен назвать его имя. Если он угадал, узнанный становится водящим; если ошибся, игра начинается вновь. Когда ребята начнут различать голоса товарищей, можно разрешить им изменять свой голос, чтобы усложнить игру.

«ЗАПАДНЯ»

Играющие, взявшись за руки, образуют два круга и движутся по внутреннему кругу в одну сторону, а по наружному — в другую. По команде руководителя все останавливаются. Дети, образующие внутренний круг, поднимают руки вверх, образуя ворота, а играющие внешнего круга то вбегают в круг, проходя под воротами, то выбегают из него. Неожиданно руководитель подает вторую команду, руки опускаются, и те, кто оказался внутри круга, считаются попавшими в западню. Они становятся играющими внутреннего круга. Когда во внешнем круге остается мало играющих, из них образуется внутренний круг, после чего игра повторяется.

«НЕ ЗЕВАЙ!»

Играющие выстраиваются парами, образуя два круга: внутренний и внешний. Выбирают водящего — он пары не имеет. По сигналу руководителя стоящие во внешнем кругу поворачиваются направо и под музыку идут вслед за водящим, повторяя каждое его движение.

Неожиданно руководитель подает второй сигнал. Музыка обрывается, ребята вместе с водящим должны быстро занять места впереди любого из играющих внутреннего круга. Кто останется без места, становится водящим.

«СОВУШКА»

Ребята становятся в круг. Один из играющих выходит на середину — это «совушка». Остальные — «мышки», «лягушки», «птички». По команде ведущего: «День наступает — все оживают!» — «мышки», «лягушки», «птички» бегают по кругу. «Совушка» в это время «спит», присев, закрыв глаза. Когда ведущий командует: «Ночь наступает — все засыпают!» — «птички», «мышки» и «лягушки» останавливаются и замирают. «Совушка» выбегает на охоту, замечает тех, кто шевелится или смеется, и уводит в свое «гнездо» — на середину круга. Так повторяется несколько раз. Затем выбирают нового водящего из числа тех, кто не был пойман.

«КОРШУН И НАСЕДКА»

Играющие становятся друг другу в затылок, обхватывают за талию стоящих впереди. Первый в цепи изображает «наседку», все остальные — «цыплят». Один из играющих — «коршун». Он старается схватить последнего в цепи «цыпленка». «Наседка» мешает ему, преграждая путь разведенными в сторону руками. Все играющие помогают «наседке», стараясь, чтобы конец цепи находился как можно дальше от «коршуна».

Когда «коршун» поймает «цыпленка», выбирают новых «коршуна» и «наседку». Если «коршуну» долго не удастся добиться победы, его заменяют другим.

«ПЛЕТЕНЬ»

Играющие строятся в две шеренги друг против друга на расстоянии 10—15 шагов. Руководитель показывает ребятам, как образовать «плетень»: каждый играющий, низко скрестив руки перед собой, соединяет их со скрещенными так же руками соседей слева и справа.

Начинается игра с того, что обе шеренги движутся навстречу друг другу со словами:

Раз, два, три, четыре,
Выполнять должны приказ.
Нет, конечно, в целом мире
Дружбы крепче, чем у нас!

Повторяя стихи, шеренги идут обратно. Руководитель подает свистком сигнал. Ребята разбегаются, образуют общий круг на середине площадки и пляшут под музыку. По второму сигналу они должны вернуться на свои места, построиться в шеренги и снова переплести руки, образуя «плетень». Выигрывает та команда, которая делает это быстрее.

«ВЕРЕВОЧКА»

Играющие образуют круг, держась руками за связанный шнур. Водящий становится в середину круга. Он старается дотронуться до руки одного из играющих. Тот быстро отдергивает руку от шнура. Игрок, получивший удар по руке, становится в круг вместо водящего, и игра продолжается.

«СВЕТОФОР»

Две команды по 10—12 человек выстраиваются полукругом (одна команда — слева, другая — справа) лицом к руководителю, стоящему в центре. В руках у него «светофор»: два картонных кружка, окрашенных с одной стороны одинаково — в желтый цвет. Вторая сторона у кружков разная — красная на одном, зеленая на другом.

Когда руководитель показывает играющим зеленый сигнал светофора, они, начиная с левой ноги, маршируют на месте с песней; когда желтый — дружно хлопают в ладоши; при красном замолкают и не двигаются. Тот, кто перепутает сигналы, делает шаг назад.

Выигрывает команда, у которой к концу «маршрута» в шеренге останется больше играющих.

«У КОГО ДЛИННЫЙ ХВОСТ?»

Руководитель просит детей, стоящих в кругу, поднять вверх правую руку, помахать ею, затем опустить. Он говорит, что будет называть разных животных. Если у названного животного длинный хвост, дети должны

поднять руку и помахать ею, если хвоста нет или он короткий, поднимать руку не нужно. Руководитель называет животных, например:

| | |
|--------------------|--------------------|
| лошадь (длинный) | коза (короткий) |
| корова (длинный) | лиса (длинный) |
| заяц (короткий) | овца (короткий) |
| тигр (длинный) | кот (длинный) |
| медведь (короткий) | свинья (короткий) |
| осел (длинный) | верблюд (короткий) |
| белка (длинный) | жираф (короткий). |

Руководитель поднимает руку во всех случаях. Тому, кто не ошибается, засчитывается очко. Выигрывает набравший большее количество очков.

«НЕМОЙ ОРКЕСТР»

Играющие стоят или сидят произвольно. Руководитель делит их на 3—4 группы. Каждая группа движениями рук должна подражать игре на определенном инструменте: скрипке, флейте, барабане и т. д. Руководитель также «играет» на каком-то инструменте, например на трубе. Проводится репетиция. Затем под музыку все начинают «играть» на своих инструментах. Вдруг руководитель перестает «играть» на трубе и начинает подражать скрипачам. Немедленно скрипачи должны начать «играть» на трубе. Но вот руководитель «заиграл» на флейте. Флейтисты сейчас же начинают «играть» на скрипке, то есть инструменте, на котором до этого играл руководитель. Если руководитель «заиграет» на своем инструменте — трубе, все немедленно переходят на свои основные инструменты. Побеждает команда, сделавшая меньше ошибок.

И Г Р Ы С П Е Н И Е М

«ХОДИМ КРУГОМ...»

Участники игры, взявшись за руки, образуют круг. Водящий становится внутри круга. Медленно двигаясь вправо или влево по кругу, играющие запевают песенку, в которой упоминается имя водящего:



Хо-дим кру-гом, друг за дру-гом. Эй, ре-бя-та, не зе-вать!



Все, что Ко-ля нам по-ка-жет, бу-дем друж-но по-вто-рять!

Ходим кругом,
Друг за другом,
Эй, ребята, не зевать!
Все, что Коля (Нина, Саша и др.)
Нам покажет,
Будем дружно
Повторять!

Все останавливаются, и водящий показывает какие-либо движения (прыгает, вращает руками, крутится на месте и т. п.) или принимает смешную позу. Все должны в точности повторять его движения.

Затем водящий сам выбирает вместо себя другого, и игра повторяется. Хоровод движется в другую сторону, а в песню вставляется имя нового водящего.

«ЕСЛИ НРАВИТСЯ ТЕБЕ...»

Все участники свободно располагаются на площадке. Руководитель становится так, чтобы все его хорошо видели, запекает песню и показывает движения. Участники подхватывают песню и повторяют движения за руководителем.



Ес-ли нра-вит-ся те-бе, то де-лай так! Ес-ли



нра-вит-ся те-бе, то де-лай так! Ес-ли



нра-вит-ся те-бе, то и дру-гим ты по-ка-жи. Ес-ли



нра-вит-ся те-бе, то де-лай так!

Если нравится тебе,
То делай так!

(2 щелчка пальцами над головой.)

Если нравится тебе,
То делай так!

(2 щелчка пальцами над головой.)

Если нравится тебе,
То и другим ты покажи.
Если нравится тебе,
То делай так!

(2 щелчка пальцами над головой.)

Дальше все строки куплетов повторяются еще 3 раза, но движения заменяются другими: сначала — 2 хлопка в ладоши, потом 2 хлопка по коленям, потом — 2 притопа ногами. Затем дети поют:

Если нравится тебе,
То делай все...

(Повторяются подряд одно за другим все движения: 2 щелчка, 2 хлопка в ладоши, 2 хлопка по коленям, 2 притопа ногами.)

Если нравится тебе,
То делай все...

(Все движения повторяются снова.)

Если нравится тебе,
То и другим ты покажи,
Если нравится тебе,
То делай все...

(Все движения повторяются снова.)

В заключение игры все поют:

Если нравится тебе,
То ты скажи:
«Хо-ро-шо!»
Если нравится тебе,
То ты скажи:
«Хо-ро-шо!»
Если нравится тебе,
То и другим ты покажи,
Если нравится тебе,
«Хо-ро-шо, хо-ро-шо!»

«ПОЙМАЙ НА ЛЕТУ!»

Играющие становятся в две шеренги на расстоянии 5—8 шагов одна от другой и перебрасывают мяч по очереди из шеренги в шеренгу. Каждый бросок сопровождается тактом или целой строчкой песни. Перебрасывают мяч, ударяя им сначала об пол или подбрасывая вверх. Можно бросать мяч обеими или одной рукой.

НЕ СКОРО.



Бросаю мой мяч.
Бросаю опять.
Лови, не роняй!
Обратно бросай!
Кидаю, гляди!
Мой мячик, лети!
Лети в высоту,
Поймай на лету.
Бросаю опять.
Попробуй поймать.
Лови не зевай!
Упасть не давай.
Кидаю туда,
Кидаю сюда.
Лови же скорее,
Не будь ротозеем!

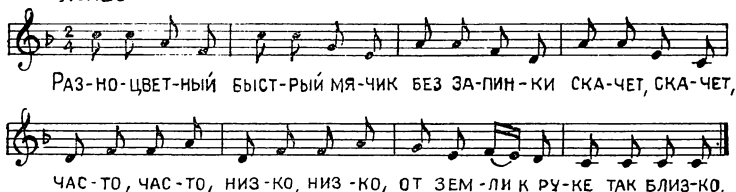
Сначала надо выучить слова и мелодию, потом приступать к игре.

«РАЗНОЦВЕТНЫЙ БЫСТРЫЙ МЯЧИК...»

Каждый из играющих под первые две строчки песни «Разноцветный быстрый мячик без запинки скачет, скачет» ударяет мячом об пол и ловит, сначала

в замедленном темпе, — всего 4 раза. Третья и четвертая строчки: «Часто, часто, низко, низко, от земли к руке так близко» — играющий отбивает мяч от руки к полу быстрее — 8 раз, на слове «близко» ловит его. Так на протяжении всего текста. Играют сначала правой, а потом левой рукой.

Живо



Разноцветный быстрый мячик
Без запинки скачет, скачет,
Часто, часто, низко, низко,
От земли к руке так близко.
Скок да скок, скок да скок,
Не взлетишь под потолок.
Скок да скок, стук да стук,—
Не уйдешь из наших рук!

3. ИГРЫ ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ МЛАДШЕГО И СРЕДНЕГО ВОЗРАСТА

ГРУППОВЫЕ ИГРЫ

«ПЛАТОЧЕК-ЛЕТУНОЧЕК»¹

Один из играющих держит в руке платок с завязанным в него для тяжести маленьким камешком или небольшим мячиком. Ребята бегают по площадке, как при игре в «салочки» и на бегу передают или перебрасывают друг другу платок. Уронивший платок должен сейчас же поднять его. Водящий старается догнать и осалить бегущего с платком. Если ему это удастся, «водить» начинает пойманный.

¹ Игра для детей 7—9 лет.

«БЕГ ПО КРУГУ»

На земле или на полу чертят круг. Играющие становятся за чертой на расстоянии 2—3 шагов друг от друга. По команде руководителя все поворачиваются направо и бегут по наружной стороне круга, стараясь догнать бегущего впереди. Тот, кого осалили, выходит из игры. Игра заканчивается, когда в кругу останется 3—4 игрока, которые считаются победителями.

Если игра затягивается, руководитель подает сигнал, играющие поворачиваются и бегут в другом направлении.

«СМЕЛЫЕ ЗАЙЦЫ»

Играющие образуют круг и становятся в двух шагах друг от друга лицом к центру. Каждый 6-й или 8-й играющий (в зависимости от числа ребят) берет за руку соседа, и они поднимают руки вверх, образуя воротца-ловушки. По команде руководителя остальные дети «зайцы» поворачивают направо и бегут по кругу, проскакивая через все попадающиеся на пути ловушки. По сигналу ловушки захлопываются (руки опускаются вниз), и некоторые игроки оказываются пойманными. Они образуют новые пары и, взявшись за руки, становятся в общий круг, увеличивая число ловушек. Игра продолжается до тех пор, пока непопавшими останутся 6—8 играющих. Они считаются победителями и при повторении игры сами ловят «зайцев» в ловушки.

«ВТОРОЙ ЛИШНИЙ»

Играющие образуют круг, встав на небольшом расстоянии друг от друга. Два игрока находятся вне круга, один из них ловит другого. Бегать можно как внутри, так и снаружи круга. Убегающий может в любой момент встать впереди одного из стоящих в кругу ребят, тогда тот должен убежать.

Когда догоняющий настигнет бегущего и дотронется до него, они меняются ролями.

Если играющих много, они становятся парами, в затылок друг другу. В этом случае убегающий становится

впереди любой из пар, а оказавшийся третьим убегает (в этом варианте игра называется «Третий лишний»). В игре можно установить и другое правило: тот, кто оказался лишним, становится догоняющим, а догнавший — убегает.

«ПОЙМАЙ ЗАМЫКАЮЩЕГО!»

Все играющие разбиваются на группы по 5—6 человек. Группы выстраиваются рядами в затылок друг другу и размещаются по кругу, как спицы в колесе. Первые игроки в каждой группе разводят руки в стороны, остальные берут за пояс стоящих впереди, образуя цепочку.

Водящий стоит в центре, его задача заключается в том, чтобы обегая цепочки с той или иной стороны, осалить замыкающего любой из цепочек. Но этому препятствуют стоящие впереди. Они всякий раз поворачиваются так, чтобы преградить руками путь водящему. Вместе с ними поворачиваются и цепочки.

Если водящему удастся осалить замыкающего какой-либо цепочки, он становится в этой цепочке первым, а осаленный идет водить.

«ТРОПИНКА»

Играющие разбиваются на группы по 6—10 человек. Каждая группа, взявшись за руки, образует круг. Игра начинается с бега вправо по кругу. По сигналу: «Тропинка!» — играющие каждого круга должны построиться в цепочку и присесть. Когда руководитель выкрикивает: «Копна!», каждый круг делится на 2 подгруппы, игроки соединяют руки и поднимают их вверх. По сигналу: «Горка!» — ребята снова строятся в цепочку, но при этом первые встают во весь рост, а следующие за ними приседают, образуя «горку».

Игру надо начинать, когда все научатся правильно выполнять команды ведущего. Та группа, которая раньше и лучше других выполнит задания, получает 1 очко, после чего игра возобновляется. Выигрывают набравшие большее количество очков.

«ОХОТНИК И СТОРОЖ»

Играющие выбирают «охотника» и «сторожа». «Сторож» стоит на середине площадки в кругу диаметром 2 м. Остальные играющие («звери») бегают по площадке. «Охотник» бежит за ними, стараясь кого-либо осалить. Пойманных «зверей» он отводит в круг под охрану «сторожа». Их можно «выручать»: для этого достаточно слегка ударить стоящего в кругу по протянутой руке (переходить линию круга нельзя). Но если «сторож» или «охотник» поймают выручающего, тот сам отправляется в круг.

Игра прекращается по усмотрению руководителя.

«ВЫЗОВ НОМЕРОВ»

Играющие рассчитываются по порядку номеров и каждый запоминает свой номер. После этого они становятся в круг (произвольно). Водящий стоит в центре круга. Он громко называет два номера. Вызванные номера должны при этом быстро поменяться местами. Водящий старается опередить их и занять пустующее место.

Опоздавший становится водящим.

«ПОЧТА»

Все играющие размещаются на небольшом расстоянии друг от друга в небольших кружках. Водящий — «почтальон» — стоит в середине площадки. Каждый участник игры, в том числе и «почтальон», выбирает себе название какого-либо города (Москва, Ташкент, Новосибирск и др.). Руководитель громко объявляет: «Почта идет из Москвы в Ташкент». Выбравшие для себя эти города меняются местами. «Почтальон» стремится занять место одного из них. Оставшийся без места становится «почтальоном». Если «почтальону» долго не удастся занять свободное место, руководитель может объявить: «Почта идет во все города!» Тогда все играющие меняются местами, а «почтальон» в это время старается занять свободное.

«БЕЛКИ, ОРЕХИ, ШИШКИ»

Играющие рассчитываются по три. Первые номера — «белки», вторые — «орехи», третьи — «шишки». Каждая тройка («белка», «орех», «шишка») берется за руки, образуя кружок. Водящий стоит в середине площадки. Руководитель кричит: «Белки!» — и все играющие, названные «белками», должны поменяться местами, а водящий в это время старается занять любое освободившееся место. Если он сумеет это сделать, то становится «белкой», а оставшийся без места водящим. По команде: «Орехи!» или «Шишки!» — меняются местами другие игроки.

В разгар игры можно подать команду: «Белки, орехи, шишки!» Тогда все игроки должны поменяться местами. На этом можно закончить игру.

«ЗАПРЕЩЕННЫЕ ДВИЖЕНИЯ»

Играющие становятся в круг и расходятся на ширину вытянутых рук. Руководитель стоит в середине и показывает ребятам различные движения, которые они должны в точности повторять. Но есть два движения, которые повторять нельзя, а вместо них надо делать другие. Какие — играющие договариваются заранее. Например, когда руководитель кладет руки на затылок, играющие должны присесть, а когда он наклоняется вперед, должны 2—3 раза хлопнуть в ладоши. Тот, кто ошибется, выбывает из игры.

«НЕ ЗАДЕНЬ ВЕРЕВОЧКУ!»

Для игры нужна веревка длиной 3—4 м, к одному концу которой привязывают мешочек с песком. Играющие образуют круг. Руководитель находится внутри круга, держит в руках веревку и, вращая ее по земле, старается задеть ноги играющих. Они подпрыгивают, пропуская веревочку под ногами. Тот, кого веревочка заденет 2—3 раза (смотря по условиям), выходит из игры.

«ЗАЩИТА КРЕПОСТИ»

На земле чертят большой круг, в середине которого устанавливают 5 булав (или кеглей) — это «крепость», которую надо защищать. Все играющие становятся за линией круга лицом к центру, в кругу — водящий.

Для игры нужен небольшой мяч. Играющие, перекидывая мяч друг другу, стараются уловить удобный момент, когда защитник крепости зазеваается, и ударом мяча сбить булавы. Защитник имеет право отбивать мяч руками и ногами. Тот, кому удастся разрушить «крепость», становится новым защитником.

«МЯЧ В ВОЗДУХЕ»¹

Играющие образуют круг, располагаясь друг от друга на расстоянии вытянутых в стороны рук. Водящий находится в середине круга. Игроки перекидывают мяч друг другу. Водящий стремится дотронуться до мяча, когда тот находится в воздухе, на земле или в руках у одного из играющих. Если это удалось, его место занимает игрок, последним бросивший мяч.

Мяч нельзя держать в руках больше 3 секунд, но можно делать обманные движения.

Если водящему долго не удастся поймать мяч, для оживления игры следует выбрать другого водящего. Игру можно усложнить, если игроки будут отбивать мяч. Водящим становится тот, кто отобьет его неточно.

«РЫБАЧОК»

Вокруг дерева или кола, вбитого в землю, чертят круг радиусом 5—7 м — «пруд». К дереву (колу) привязывают веревку длиной 3—4 м. Другой конец веревки держит водящий — «рыбачок». Не выпуская веревки из рук, рыбачок пытается осалить (поймать) «рыбок», которые бегают вокруг него в пределах «пруда». Пойманные «рыбаки» выходят из круга. Последний, кого «рыбачок» не смог осалить, становится водящим и занимает его место.

¹ Игра для детей 9—11 лет.

«ТРУДНОЕ ПИСЬМО»

Каждый играющий получает фанерку или картон, лист бумаги и карандаш. Уславливаются о фразе, которую каждый должен написать. Задача состоит в том, чтобы как можно скорее дойти до условленного места, написав эту фразу на ходу. Побеждает тот, кто придет первым и представит листок с разборчиво написанной фразой.

«ВЕТЕР И ФЛЮГЕРЫ»

Руководитель выясняет, знают ли дети, где север, юг, восток и запад, и предлагает после этого игру. Руководитель — «ветер», ребята — «флюгеры». Когда руководитель говорит: «Ветер дует с севера», «флюгеры» должны повернуться лицом к югу, если ветер с запада — к востоку и т. д. Если руководитель говорит: «Буря!», «флюгеры» должны закружиться на одном месте; «Переменно», — «флюгеры» начинают покачиваться на месте; «Штиль», — все замирают.

Для усвоения правил проводится репетиция.

Игра ведется в быстром темпе. Можно 2 и 3 раза подряд называть одно и то же направление ветра. Тогда никто из игроков не должен поворачиваться. Победителями считаются те, кто сделает меньшее число ошибок.

«ЛАБИРИНТ»

Играющие выстраиваются в несколько параллельных шеренг и берутся за руки. Выбираются водящие: один догоняет другого. Бежать можно только по коридорам между шеренгами. В начале игры оба бегуна должны находиться в разных коридорах.

Время от времени (когда догоняющий близок к цели) руководитель подает сигнал, все быстро опускают руки, делают поворот направо и сейчас же вновь берутся за руки. Образуются коридоры в ином направлении, и бегуны неожиданно оказываются дальше друг от друга. Это оживляет игру. Перебегая из одного кори-

дора в другой, нельзя касаться игроков, стоящих по концам шеренг. Если догоняющий поймает убегающего, они меняются ролями. Через некоторое время выбирают новые водящие.

«СОБЕРИ МЯЧИ!»¹

В игре могут принимать участие 10—12 человек. Для игры нужны корзина и 20—25 маленьких мячей (можно самодельных из тряпок).

Корзину с мячами устанавливают в центре площадки. Водящий разбрасывает мячи из корзины по площадке в разных направлениях. Играющие ловят мячи либо поднимают с земли и бросают в корзину. Водящий имеет право во время игры перемещать корзину по площадке. Когда в корзине совсем не останется мячей, водящего считают победителем. Если за 5—10 минут он не сможет полностью освободить корзину, выбирают нового водящего.

«КОЛЕСО»

Играющие делятся на несколько групп по 6—8 человек в каждой, выбирают водящего. На земле чертят круг диаметром 2 м. Каждая группа выстраивается по одному в затылок друг другу, группы становятся лучеобразно, как спицы в колесе, лицом к центру круга, на одинаковом расстоянии друг от друга. Первый игрок в каждой цепочке стоит на линии круга. Водящий становится в стороне.

Водящий бежит вокруг колеса, становится в затылок последнему игроку в какой-либо «спице» и салит его. Тот передает удар стоящему перед ним и т. д. Когда первый в «спице» игрок получает удар, он кричит: «Есть!», бежит вдоль своей колонны, выбегает за колесо, обегает его снаружи и возвращается на свое место. Все игроки его «спицы» (и водящий) бегут за ним, стараясь обогнать друг друга. Игрок, оказавшийся в «спице» последним, становится водящим.

¹ Игра для детей 10—11 лет.

В игре участвует 8—12 человек. Для игры нужен небольшой резиновый мяч. Игроки рассчитываются по порядку номеров и становятся в круг. Каждый должен запомнить свой номер. Выбирают водящего, который занимает место в центре круга, подбрасывает мяч как можно выше и громко называет один из номеров. Названный игрок должен поймать мяч — с этого момента водящим становится он. Все остальные в это время разбегаются в разные стороны. Поймав мяч, водящий кричит: «Стой!» — и старается попасть мячом в одного из остановившихся ребят (водящий может не ловить, а отбивать мяч в направлении других игроков). Тот, в кого попали, сменяет водящего, вновь бросает мяч вверх и т. д.

Если водящий не смог ни в кого попасть, он снова бросает мяч вверх, и игра продолжается.

КОМАНДНЫЕ ИГРЫ

«ВЫЗОВ»

Играющие делятся на 2 команды (по 10—15 человек в каждой) и становятся в шеренги одна против другой на расстоянии 15—20 м. Перед каждой командой проводится черта. Каждая команда по очереди высылает к «противнику» по одному игроку, который вызывает игроков другой команды. Играющие из команды «противника» вытягивают вперед правые руки. Подошедший слегка ударяет по руке трех участников игры и убегает. Тот, кто получил удар последним, должен успеть догнать противника и осалить его. Если это удастся, он берет его в «плен» (ставит позади себя); в случае неудачи идет в «плен» сам. Затем своего игрока высылает другая команда. Побеждает команда, у которой к концу игры окажется больше «пленных». Итоги подводятся после 5—8 минут игры.

¹ Игра для детей 10—11 лет.

«ВОРОНЫ И ВОРОБЬИ»

Играющие делятся на две команды: «вороны» и «воробьи», по 10—15 человек в каждой. По середине площадки проводится черта. Параллельно ей с одной и с другой стороны на расстоянии 10—15 м проводятся еще две черты, за которыми расположены «дома». Играющие выстраиваются шеренгами по обе стороны средней черты спинами друг к другу. Расстояние между шеренгами 1 шаг. Руководитель, стоящий в стороне, вызывает одну из команд: «Во-ро-ны!» или «Во-ро-бьи!» Названная команда стремительно убегает в свой «дом», а ребята другой команды преследуют игроков, стараясь дотронуться до не успевшего пересечь черту. За каждого пойманного игрока засчитывается 1 очко. Затем его отпускают в команду. Так повторяется несколько раз. Руководитель должен выкрикивать названия команд громко и четко, лучше по слогам, чтобы до последнего мгновения никто не знал, что придется делать — убежать или догонять. Побеждает команда, набравшая к концу игры при равном числе перебежек больше очков.

«КТО ПРОВОРНЕЙ?»

Играющие разбиваются на 2 команды (по 8—10 человек) и выстраиваются вдоль противоположных сторон площадки на расстоянии 25—30 шагов. В центре площадки устанавливается кегля или булава. Капитаны выделяют по игроку от своей команды: один из них «разведчик», другой «часовой». Задача «разведчика» — унести кеглю, «часового» — помешать ему сделать это.

«Разведчик» медленно приближается к центру площадки, стараясь отвлечь внимание «часового» и делая на ходу различные движения, «часовой» должен точно повторять их, но в то же время зорко следить за кеглей. В удобный момент «разведчик» хватается кеглю и бежит к своей команде. «Часовой» должен догнать и осалить его. Если «разведчику» удалось унести кеглю, очко засчитывается его команде, если не удалось — команде противника. Затем капитаны выбирают других водящих, причем команда, выделявшая «разведчика», теперь назначает «часового», и наоборот.

Выигрывает команда, набравшая больше очков.

«КТО КОГО ПЕРЕТЯНЕТ?»

По середине площадки проводится линия. На одинаковом расстоянии от нее с двух сторон чертят еще две линии. Играющие делятся на 2 команды (по 10—12 человек) и располагаются около средней линии. Против каждого игрока одной команды должен стоять примерно равный ему по силе игрок другой команды. По сигналу руководителя ребята, стоящие друг против друга, крепко берутся за руки. Каждый старается перетянуть противника в свою сторону за черту, находящуюся за спиной. Побеждает команда, перетянувшая на свою сторону большее число игроков.

«ЧЕЛНОК»

Играющие делятся на 2 команды и становятся шеренгами одна против другой. В середине площадки проводится стартовая черта для прыжков. Первый в шеренге игрок одной из команд прыгает без разбега от черты как можно дальше. Игрок второй команды становится на то место, где приземлился его предшественник, и делает прыжок в обратном направлении, стараясь опуститься за стартовой чертой, т. е. прыгнуть дальше своего противника. Следующий игрок прыгает с новой отметки и т. д. В результате игроки одной команды прыгают в одну сторону, а игроки второй — в другую, создается как бы «челночное» движение. Длину прыжка руководитель определяет по месту, куда пришлась пятка игрока. Победа присуждается той команде, которой в конечном итоге удалось подвинуть «челнок» дальше.

«ПЕРЕБРОСКА МЯЧЕЙ ПО КРУГУ»¹

Играющие становятся в круг на расстоянии двух шагов друг от друга и рассчитываются на «первый-второй». Первые номера образуют одну команду, вторые — другую. Выбирают капитанов команд (они становятся рядом) и дают им по большому мячу. По сигналу руко-

¹ Игра для детей 10—11 лет.

водителя капитаны бросают мячи в противоположные стороны ближайшим игрокам своей команды. Те, в свою очередь, перебрасывают мячи дальше игрокам только своей команды, то есть через одного. Упавший мяч нужно подобрать и продолжать передачу с этого места. Когда мячи обойдут круг, капитаны поднимают их вверх. Выигрывает команда, капитан которой раньше поднимет мяч.

«ПОПАДИ В ЦЕЛЬ!»

На земляной площадке вбивают колышек, к нему привязывают веревку длиной 4—5 м и очерчивают круг такого радиуса. Затем из того же центра с помощью веревки вычерчивают еще два меньших круга радиусом в 1,5 и 1 м. Получается как бы лежащая на земле мишень.

В игре принимают участие 2 команды по 10—15 человек в каждой. Надо заранее подготовить повязки (или колпаки), закрывающие глаза, по числу участников одной команды. Члены одной команды располагаются по большой окружности с интервалом в 1—2 шага и рассчитываются по порядку номеров. Игроки второй команды завязывают им глаза (надевают колпаки). Руководитель вызывает игроков по номерам (в произвольном порядке). Вызванный должен войти в круг и остановиться там, где по его расчету находится центр мишени. Когда все игроки команды окажутся в кругу, они снимают повязки. Очки засчитываются в зависимости от того, насколько каждый отклонился от центра: те, кто попал в «яблочко», получают 5 очков; ребята, оказавшиеся в пределах второго от центра круга, — 3 очка; остальным очки не засчитываются. Затем обе команды меняются ролями.

Побеждает команда, игроки которой наберут больше очков.

«НЕПОСЛУШНЫЕ ГОРОШИНЫ»

Две команды по 10—15 человек в каждой выстраиваются одна против другой. Для игры надо приготовить 2 стакана, наполненные сухим горохом. Руководитель

высыпает по стакану гороха в ладони первым игрокам каждой команды. По сигналу они начинают пересыпать горох в ладони игрока, стоящего рядом, и так до конца шеренги. Затем горох пересыпают из рук в руки в обратном направлении. Когда горох вновь окажется у первых игроков, руководитель подставляет стаканы и измеряет количество оставшегося гороха.

Побеждает команда, сумевшая раньше закончить соревнование и сохранить больше гороха.

«ЛАПТА»¹

Лапта — одна из самых распространенных и любимых русских народных игр.

Для игры нужны небольшой резиновый мяч (лучше литой, как для игры в теннис) и лапта — круглая палка длиной 60—70 и толщиной 3—3,2 см. Играть могут от 5 до 12 человек.

На двух противоположных концах площадки проводят 2 черты, из которых одна называется «коновой», а другая — «игральной». Расстояние между ними («поле») должно быть не менее 40 шагов. Играющие выбирают «метальщика» и «подавальщика», которые встают на игральную черту; остальные играющие располагаются в разных местах поля. «Подавальщик» подбрасывает мяч «метальщику», тот отбивает его лаптой в поле (если мяч подан плохо, можно воздержаться от удара). При удачном ударе, когда мяч отлетит далеко, «метальщик» бежит к коновой черте, чтобы оттуда снова вернуться на игральную линию и не дать осалить себя во время перебежки. Благополучное возвращение дает ему право вновь бить по мячу лаптой. Если игрок поля поймает «свечку», то есть поймает мяч на лету, то он идет на место «метальщика», а тот присоединяется к игрокам поля. Если же во время перебежки осалит «метальщика», то он становится «подавальщиком», а прежний «подавальщик» — «метальщиком». Салить разрешается только с того места, где поднят мяч. «Метальщик», промахнувшийся 3 раза,

¹ Игры «Лапта», «Стой!», «Перестрелка» предназначены для подростков 13—15 лет.

а также «подавальщик», 3 раза плохо подбросивший мяч, переходят в ряды игроков поля, и на их место назначаются другие. Во время перебежки «метальщик» не имеет права брать с собой лапту или бросать ее за игральную черту. За нарушение этих правил его переводят в игроки поля.

«СТОЙ!»

Участники игры (15—20 человек) становятся в круг на расстоянии вытянутых рук. Кто-либо из играющих получает волейбольный мяч и отбивает кистями другому игроку. Тот таким же способом передает мяч дальше, и так до тех пор, пока кто-нибудь неумело отобьет или примет мяч. Этот игрок становится водящим. Все играющие разбегаются по площадке. Водящий должен как можно скорее поднять мяч и крикнуть: «Стой!». Все должны немедленно остановиться и стоять неподвижно там, где их застала команда. С того места, где был поднят мяч, водящий бросает его в одного из игроков. Тот, в кого целятся, не имеет права сходить с места, но может уклоняться от удара (пригибаться, приседать и т. д.). Если водящему удастся попасть в кого-нибудь, считается, что он отыгрался. Все возвращаются на свои места, и игра продолжается.

Если водящий промахнется, то бежит за мячом опять, а все разбегаются. Взяв мяч, водящий снова кричит: «Стой!» — и старается осалить кого-либо из играющих. Осаленный игрок становится новым водящим. Игра начинается сначала.

«ПЕРЕСТРЕЛКА»

В середине площадки проводят линию, разделяющую ее на две равные части. В 20—30 шагах от этой линии с каждой стороны чертят еще по одной линии — «плен».

Играющие делятся на две команды по 6—8 человек. Каждая команда свободно размещается на своем поле.

Руководитель, стоя в середине площадки, подбрасывает мяч. Первой вступает в игру та команда, на стороне которой упадет мяч. Начинается «перестрелка». Каждая команда стремится осалить мячом игроков дру-

гой команды. Осаленные идут за линию «плена» (на стороне противника).

Играющие не имеют права переходить за среднюю линию на поле противника. Игрок не считается осаленным, если он поймает мяч на лету, а также если мяч попадет в него, отскочив от земли. Бегать с мячом и задерживать его в руках не разрешается. В случае нарушения мяч передается другой команде. «Пленных» можно выручать. Для этого надо перебросить мяч «пленному» (через поле противника) так, чтобы он поймал его, не переходя линию «плена». Тот, кому это удастся, считается освобожденным и возвращается на свое место.

Если мяч попал за линию «плена», его выбрасывают оттуда «пленные» в сторону своей команды (а если их нет — любой участник игры, оказавшийся поблизости).

Можно играть и на время. В этом случае к концу игры (через 10—15 минут) подсчитывают число игроков в каждой команде. Побеждает команда, у которой их окажется больше.

ИГРЫ-ЭСТАФЕТЫ

Для участия в играх-эстафетах все играющие разбиваются на 2—4 команды, по возможности равные по силам. Команды выстраиваются в шеренги на расстоянии нескольких метров одна от другой. В каждой команде должно быть не более 10 человек. Руководитель назначает помощников, которые следят за соблюдением правил (бежать только по сигналу, класть все предметы на свои места и пр.). Помощники имеют право вернуть игрока, нарушившего правила, на линию старта. Побеждают игроки той команды, которые закончат эстафету быстрее и с меньшим числом ошибок.

«СКОРЫЙ ПОЕЗД»

В 6—7 м от каждой команды ставят флажки. По команде: «Марш!» — первые игроки быстрым шагом (бежать запрещается) направляются к своим флажкам, огибают их и возвращаются в колонну, где к ним присоединяются вторые по счету игроки, и вместе они снова проделывают тот же путь и т. д. Играющие держат друг

друга за локти и во время ходьбы двигают руками наподобие паровозного шатуна. Когда передний игрок — «паровоз» возвратится на место с полным составом, он должен подать протяжный гудок. Выигрывает команда, первой прибывшая на «станцию».

«ЭСТАФЕТА С МЯЧАМИ»¹

Для игры нужны волейбольные мячи по числу команд. В 6—7 шагах от линии старта перед каждой командой ставится стул. Первые номера, получив мячи, бегут к своим стульям, становятся за ними, бросают мячи вторым номерам, затем возвращаются в конец своей колонны. Новые игроки, поймав мяч, проделывают то же самое. Если какой-либо игрок не сумел поймать мяч, он должен поднять его и вернуть бросавшему. Выигрывает команда, мяч которой раньше других вернется к первому номеру.

«ЭСТАФЕТА С МЯЧАМИ И ОБРУЧАМИ»

Первым номерам команд вручается по 2—3 мяча (желательно большого размера). В 10—15 шагах от команд кладут обручи. Места, где они лежат, очерчивают. Первые номера бегут до обручей, кладут мячи в пределы обозначенного круга, берут обручи и передают их вторым номерам. Вторые номера сначала пролезают сквозь обручи, потом возвращают их на место, забирают мячи и передают их третьим номерам и т. д. Игрок, уронивший мяч, продолжает игру только после того, как поднимет его. Побеждает команда, все номера которой раньше завершат игру.

«БЕГ ПО КОЧКАМ»

Для каждой команды от линии старта до линии финиша через 1—1,5 м чертят круги диаметром 30—40 см. Круги располагают по прямой или зигзагом. Первые номера держат эстафетные палочки. По сигналу руководителя первые номера, перепрыгивая из одного кружка в другой, достигают последнего, бегом возвращаются

¹ Игра для детей 10—11 лет.

обратно, передают эстафетную палочку вторым номерам, а сами становятся в конце колонны. Выигрывает команда, раньше закончившая игру.

«ПЕРЕПРАВА ЧЕРЕЗ БОЛОТО»

Первые номера команд получают по 2 фанерных кружка (диаметром 30—40 см). По сигналу они кладут на землю кружок и становятся на него; затем, не сходя с него, кладут впереди второй кружок, перепрыгивают на него, поднимают первый и так до финиша. Обратно возвращаются бегом, держа кружки в руках. Получив кружки, в путь отправляются следующие номера. Побеждает команда, раньше завершившая игру.

ЧЕМПИОНЫ МАЛОГО МЯЧА И СКАКАЛКИ

Упражнения с мячом и скакалкой нравятся детям и полезны для их физического развития, особенно если постепенно усложнять задания. Интересны ребятам конкурсы на звание «чемпиона малого мяча» и «чемпиона скакалки». Каждый участник конкурса должен научиться выполнять 3 обязательных упражнения. Упражнения должны быть не слишком легкими, но вполне доступными каждому после некоторой тренировки. Еще 2 упражнения потруднее каждый участник конкурса должен придумать сам, стараясь максимально проявить при их выполнении свое умение.

В качестве обязательных упражнений можно, например, предложить такие.

ИГРЫ С МЯЧОМ

(каждое упражнение повторяется 3 раза)

1. Подбросить мяч вверх, опуститься на одно колено и поймать мяч двумя руками.

2. Поставить ноги врозь, взять мяч в правую руку, отвести ее за спину и подбросить мяч так, чтобы он перелетел через левое плечо. Поймать мяч спереди левой рукой.

3. Зажать мяч в правой руке, вытянутой вперед и повернутой ладонью вниз. Выпустить мяч и над самой землей поймать его левой рукой, захватывая сверху.

ИГРЫ СО СКАКАЛКОЙ

1. Перепрыгивать через скакалку скрещенными ногами, можно в положении полуприседания.

2. Прыгать через скакалку на одной ноге, вытянув вторую вперед (или назад).

3. Быстро вращать скакалку и высоко прыгать, чтобы веревка во время одного прыжка успела пройти под ногами 2 раза.

При выборе обязательных упражнений можно посоветоваться с самими ребятами, выслушать их пожелания. Для оценки результатов создается жюри. Конкурс проводится в 2 тура. Заключительный тур, к которому могут быть допущены сильнейшие игроки, проводят в присутствии родителей, в торжественной обстановке, присваивая детям звание чемпионов, вручая подарки.

СОРЕВНОВАНИЯ-ПОЕДИНКИ

Веселое соревнование, состоящее из нескольких туров, покажет, кто из ребят самый сильный и проворный. Все участники соревнования разбиваются на пары (примерно равные по силе и росту). Им предлагается выполнить несколько разнообразных упражнений (из числа приводимых ниже). Победителю по каждому виду упражнений засчитывается 3 очка.

Тот, кто наберет больше очков, допускается к участию во втором туре соревнования. Участники второго тура также разбиваются на пары и вступают в поединки друг с другом. Так продолжается до тех пор, пока определится абсолютный чемпион.

«Борьба на черте» (рис. 1). На земле проводится линия. Двое играющих встают на нее друг против друга. Носки их правых ног соприкасаются, а левые ноги отставлены назад. Взявшись правыми руками и перетягивая противника к себе, каждый играющий старается заставить его сойти с черты хотя бы одной ногой. Выигрывает тот, кому удается это сделать.

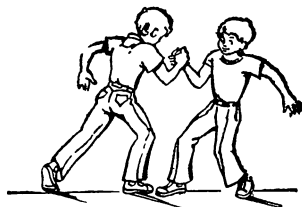


Рис. 1.

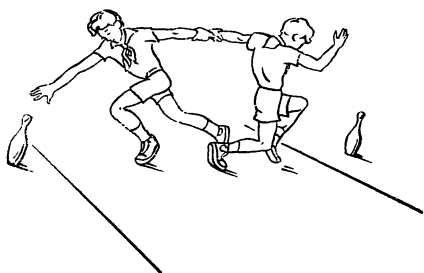


Рис. 2.



Рис. 6.

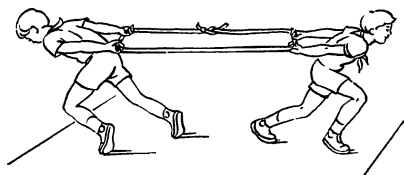


Рис. 3.



Рис. 7.

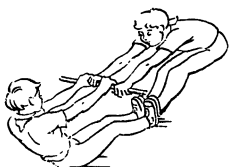


Рис. 4.



Рис. 8.

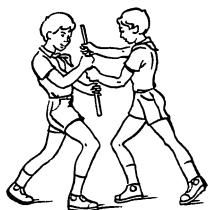


Рис. 5.

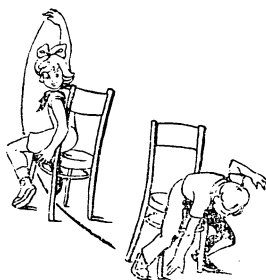


Рис. 9.

«Достань булаву!» (рис. 2). Играющие становятся спинами и берут друг друга левыми руками за запястья. Перед каждым на расстоянии 1—2 м ставят булаву, городок или кеглю. Играющие стараются, не отпуская противника, правой рукой поднять с земли (пола) предмет. Побеждает тот, кому удалось это сделать.

«Перетягивание веревкой». Связывается веревка, как показано на рис. 3. Каждый из играющих, держась за нее, старается перетянуть противника за свою черту. Выигрывает тот, у кого это получится.

«Перетягивание сидя» (рис. 4). Двое ребят садятся на землю, упираясь друг в друга ступнями согнутых ног. Взявшись руками за палку, каждый играющий старается приподнять противника с земли и перетянуть на свою сторону. Перетянувший выигрывает.

«Отдай палку!» (рис. 5). Двое играющих становятся друг против друга и берутся обеими руками за палку. Поворачивая ее произвольно, каждый старается вырвать палку из рук противника, не касаясь его телом. Тот, кто выпустит палку, проигрывает.

«Петушинный бой». Играющие встают, как показано на рис. 6. Прыгая на одной ноге, каждый старается плечом толкнуть противника, заставить его потерять равновесие и опустить левую ногу — тогда бой выигран.

Играть можно и сидя (рис. 7). Пояс (тесма) связывается кольцом. Играющие приседают и надевают кольцо на колени так, чтобы ноги нельзя было разогнуть; руки просунуты под колени. Прыгая в таком положении на носках, играющие стараются толкнуть друг друга плечом. Тот, кто не удержит равновесие, проигрывает.

«Сохрани равновесие!» (рис. 8). Играющие становятся лицом друг к другу на расстоянии вытянутой руки. Стопы их сомкнуты. Подняв руки на уровень груди, каждый поочередно ударяет одной или обеими ладонями по ладоням противника, стараясь вывести его из равновесия. Можно уклоняться от удара, неожиданно разводя руки. Кто сдвинется с места хотя бы одной ногой, проигрывает.

Это же соревнование можно провести по-другому: играющие садятся на корточки.

«Два стула и веревочка» (рис. 9). Двое играющих садятся спинами друг к другу на стулья, под которыми

протянута веревочка. По сигналу они вскакивают и 3 раза обегают оба стула. Бежать каждый должен вправо, в это время до стульев дотрагиваться нельзя. Затем каждый играющий должен сесть на свой стул, наклониться и потянуть к себе веревочку. Выигрывает тот, кто схватит ее первым.

ЛОВКИЕ, СИЛЬНЫЕ, СМЕЛЫЕ (вечер веселых соревнований)

Эти веселые соревнования проводятся на большой площадке в присутствии многочисленных зрителей. Для участия в каждом виде соревнований составляют команды из ребят примерно одного возраста.

В зависимости от возраста играющих, степени трудности каждого задания устанавливается дистанция (от 5 до 15 м), которую играющий должен преодолеть. Обычно ее определяют на предварительных тренировках. Для подростков 13—15 лет игры должны проходить в более быстром темпе, чем для младших школьников.

Для оценки результатов создается жюри. Очки выставляют за быстроту, точное соблюдение правил, уверенное выполнение заданий.

«Бег с картошкой». Четырём ребятам (2 от каждой команды) раздают столовые ложки и по 1 картофелине. На линии старта они кладут картофелину в ложку и по сигналу начинают бег, зажав ложку в правой руке. Ребята должны добежать до установленного места (флажок, колышек), не уронив картошки, и вернуться обратно. Если картошка падает, играющий останавливается, поднимает ее рукой, в которой держит ложку, и продолжает путь.

«Вдвоем на трех ногах». В соревнованиях участвуют 4 игрока (по 2 от каждой команды). Двум ребятам, стоящим рядом, связывают тесьмой ноги (левую ногу одного игрока с правой ногой соседа) чуть выше стопы. По сигналу руководителя они бегут до условленного места и возвращаются обратно. Чтобы было удобнее передвигаться, ребята, стоящие в паре, обнимают друг друга за плечи.

«Трудная ноша». Игрокам (по 2 от каждой команды) выдают 2 палочки длиной 0,5 м и дощечку длиной 70—75 см с укрепленным на ней флажком. Стоя рядом,

игроки держат палочки параллельно полу. На палочки кладут дощечку, которую ребята должны донести до условленного места. Если дощечка падает, игроки останавливаются, поднимают ее и продолжают путь.

«Носильщики». Четверо игроков (по 2 от каждой команды) становятся на линии старта. Каждый получает по 3 больших мяча (или надутых камеры), которые следует донести до отметки и вернуться назад. Удержать в руках 3 мяча трудно, а упавший мяч поднять без посторонней помощи тоже нелегко, поэтому носильщикам приходится передвигаться медленно и осторожно (дистанция не должна быть слишком большой).

«Сквозь обруч». В середине фанерной ракетки прибавляют кольцо, в которое во время игры кладут небольшой мяч или шарик.

На земле, недалеко от линии старта, лежит обруч, другой обруч укреплен на подставке вертикально и находится немного дальше первого. Играющий должен, держа в руке ракетку с мячом, дойти до лежащего обруча, приподнять его, пролезть через него, пройти сквозь второй обруч и возвратиться на место, не уронив мяча.

«По улице мостовой...» Каждый игрок получает по 4 дощечки размером примерно 13×20 см. Две дощечки кладут на землю. Встав на них ногами, игрок две другие дощечки кладет перед собой и переступает на них и т. д. Так, выкладывая себе дорогу, каждый игрок должен дойти до флажка и вернуться назад.

«Кто быстрее?» На старте устанавливают 2 ящика с песком, а в 10 шагах от них 2 банки. Участвуют по 2 игрока от команды: каждому дают мешочек. Помогая друг другу, ребята насыпают в мешочек песок, бегут к банкам, высыпают в них песок и возвращаются обратно. Для того чтобы наполнить банку, надо пробежать с мешочками несколько раз. Паре, наполнившей банку быстрее, засчитывается очко.

СОРЕВНОВАНИЯ КОСМИЧЕСКИХ ЭКИПАЖЕЙ

Играющие делятся на две команды — экипажи космических кораблей (по 5—8 человек). Их приглашают принять участие в соревнованиях, требующих быстроты, ловкости, четкости движений.

«Космический полет». На расстоянии 5—6 м от команд устанавливают щитки с надписями «Марс», «Венера», «Нептун», «Уран». Каждая команда изображает «многоступенчатую ракету» (ребята держат друг друга за талию). По сигналу: «Старт!» — все команды одновременно обегают вокруг своих «планет», причем на каждом «витке» одна «ступень» ракеты остается на месте старта. Побеждает та команда, которая, не нарушая правил, быстрее завершит «полет» — соберет всех играющих на месте старта.

«Пролезь в кольцо!» Экипажи выстраиваются в 2 шеренги, одна против другой. Первым номерам дают обручи. По сигналу руководителя они пролезают сквозь обруч, передают его вторым игрокам, те повторяют упражнение и передают обруч третьим и т. д. Побеждает команда, игроки которой первыми пролезут в обруч.

«Центрифуга». В 3 м от команд ставят по стулу передними ножками на линию, начерченную на земле. По сигналу руководителя члены команд по очереди бегут к своим стульям, садятся и, слегка приподнявшись, поворачивают их на 360°, то есть стараются поставить стулья на прежнее место. Команда, сумевшая быстрее пройти испытание «центрифугой», считается победительницей.

«Не отклоняясь от маршрута». Игроки обеих команд выстраиваются цепочками в затылок друг другу. Против каждой команды на земле проводится черта длиной 5—6 м с кругом в конце.

По сигналу руководителя члены команд один за другим бегут точно по черте к центру круга. Достигнув его, поднимают правую руку и, глядя вверх, начинают кружиться. Сделав 5 полных оборотов на месте, они бегут по черте обратно, снова стараясь не сойти с нее. Выигрывает команда, которая быстрее закончит соревнование.

«В невесомости». Члены экипажей поочередно садятся в «кресла космонавтов» (на стулья) и по команде руководителя должны собрать расположенные вокруг стула 10 предметов (расстояние до них около 1,5 м). Доставая предметы, можно вставать и отходить от стула, но отпускать его нельзя. Победителем будет тот, кто выполнит задание в кратчайший срок.

НА ПРОГУЛКЕ, В ПОХОДЕ

«КТО НАБЛЮДАТЕЛЬНЕЕ?»

Эта игра проводится во время прогулки, экскурсии или в походе. Перед началом пути руководитель объясняет условия игры. Ребята должны идти молча, внимательно смотреть по сторонам, стараться все увидеть и запомнить: в какую сторону сворачивает дорога, идет ли она в гору или под уклон, какие пешеходы, машины встречаются по пути и пр. На привале руководитель или сами играющие задают вопросы об увиденном. По ответам можно судить, насколько наблюдательными оказались ребята, сумели ли они запомнить такие подробности, как марки и цвета встречных машин, число легковых и грузовых автомобилей, внешние приметы пешеходов и т. п. Для того чтобы проверить точность ответов, руководитель поручает двум помощникам, идущим позади группы, записывать наиболее яркие особенности пути.

Победителем считается тот, кто подробнее и точнее ответит на большее число вопросов. Игра повторяется 2—3 раза.

«ПОСМОТРИ И ЗАПОМНИ!»

Игра проводится на привале. Всех участников разбивают на 2 команды и усаживают спинами друг к другу. За 5—10 минут ребята должны запомнить в деталях все, что видят перед собой. Затем команды меняются местами (те, кто смотрел в одну сторону, смотрят в противоположную). После этого руководитель предлагает ребятам рассказать, что они запомнили. Участники игры задают друг другу вопросы (их может задавать и руководитель). Отвечают на вопросы те, кто сидит спиной к объекту. Например, нужно описать виднеющийся впереди дом, сказать, много ли в нем окон, есть ли антенна на крыше, какие машины (трактор, комбайн) находятся в поле зрения, скошена ли трава на лугу и т. д. За каждый правильный ответ засчитывается очко.

Побеждает команда, набравшая больше очков.

«СКОЛЬКО ШАГОВ ДО ДЕРЕВА?»

Во время прогулки руководитель указывает на какое-нибудь дерево и предлагает сказать, сколько до него шагов. Для проверки ответов все направляются к дереву, считая шаги. Побеждает назвавший число, наиболее близкое к правильному.

Затем намечается любой другой предмет, и игра повторяется.

НА ПОЛЯНЕ

«ЧУВСТВО ВРЕМЕНИ»

Руководитель выстраивает всех ребят в шеренгу, затем предлагает им разойтись и вернуться через 5 минут. По часам он отмечает время, затраченное каждым игроком, и объявляет результаты. Игра повторяется 2—3 раза. Побеждают те, кто наиболее точно сумел рассчитать время. В дальнейшем можно предложить ребятам вернуться через 7, 10, 15 минут.

«ДОЙДИ ДО МЕСТА!»

Несколько играющих становятся в шеренгу и расходятся на ширину вытянутых рук. Впереди, в 10—15 шагах, на земле проводят отчетливую линию, хорошо видную ребятам. Затем всем участникам игры завязывают глаза. По команде они должны пройти вперед и остановиться у линии. Выигрывает тот, кто не потеряет направления и окажется ближе всех к линии.

«МЕТАНИЕ КОПЬЯ»

Соревнуются 2 команды по 3—5 человек в каждой. Для игры надо приготовить 2 длинные палочки, заострить более тяжелый конец у каждой и окрасить их в разные цвета. Представители команд выходят на старт и по сигналу стараются метнуть свои копья как можно дальше. После этого каждый бежит за копьем против-

ника и возвращается с ним обратно. Очко засчитывается тому, кто вернется первым. Итоги подводятся, когда все ребята испытают свои силы. Побеждает команда, набравшая больше очков.

«НЕВИДИМКИ»

Руководитель на 5 минут завязывает глаза или накрывает лицо платком. За это время все играющие должны разбежаться в разные стороны и спрятаться. Руководитель, не выходя за пределы небольшой поляны, старается обнаружить спрятавшихся. В конце игры он подает сигнал. Все необнаруженные игроки встают, не сходя со своих мест. Победителем считается тот, кто оказался ближе всех к руководителю и остался незамеченным. Игроки прячутся так, чтобы, выйдя из укрытий, быть в поле зрения руководителя.

«НАЙДИ ФЛАЖОК!»

На небольшом участке руководитель прячет несколько флажков в таких местах, где их трудно обнаружить (но не прикрывая ветками и травой).

На поиски флажков отводится 15—20 минут, после чего подается сигнал, и каждый, кто нашел флажок, вручает его руководителю. Эти ребята считаются победителями. Особо отмечаются те, кому удалось найти 2—3 флажка.

«СВЕТЛЯЧКИ»

Игра проводится в сумерках на знакомой детям местности. Руководитель сообщает ребятам, что среди играющих есть «светлячки», которых надо поймать, но сколько их и кто они, не говорит. «Светлячки» получают электрические фонарики. Руководитель предлагает всем игрокам разойтись по участку (заранее определяются границы, за которые нельзя выходить).

Ловят «светлячков» по свету электрических фонариков. «Светлячки» скрываются в кустарнике, за деревья-

ми, в высокой траве и через каждые 2—3 минуты зажигают фонарики. Потушив фонарик, они могут выйти из укрытий и сделать вид, что сами ищут «светлячков». Тот, кто обнаружит «светлячка», отводит его в назначенное место. Игра заканчивается по сигналу руководителя. Победителями считаются «светлячки», которых не удалось поймать.

«МЕТОЧКИ»

Играть могут 10—15 человек. Ребята встают возле деревьев — «охраняют» их. Три дерева остаются без «сторожей», но играющие должны защищать и эти деревья. Задача водящего состоит в том, чтобы поставить на стволах мелом пять меток. Однако метку можно ставить лишь на том дереве, которого никто из охраны в данный момент не касается. Так как 3 дерева не имеют постоянного «сторожа», играющим приходится все время перебегать от одного ствола к другому. Водящий должен успеть опередить охрану, однако ставить больше одной метки за один раз запрещается. Если в установленное время водящему выполнить задачу не удастся, его заменяют другим, которому достаточно поставить лишь недостающее число меток.

При повторении игры метки должны иметь иной вид (галочки, крестики и пр.).

НА БЕРЕГУ И В ВОДЕ

Прежде чем проводить игры детей на воде, воспитатель должен выяснить, умеют ли они плавать. Детей, не умеющих плавать, надо научить не бояться воды, свободно в ней передвигаться, играть. Начинать игры надо на мелком месте, там, где вода доходит детям до колена или чуть выше.

«БЛИНКИ»

Играющие, стоя на берегу, бросают плоские камешки так, чтобы они скользили по поверхности воды, касаясь ее и отскакивая. На водяной глади от касания

камешка образуются маленькие круги — «блинки». Выигрывает тот, чей камешек большее число раз коснется поверхности воды.

«ЦЕЛЬСЯ МЕТКО!»

К резиновому мячу привязывают веревку с небольшим грузом — якорем. Мяч опускают на воду в 10—12 шагах от берега. Играющие по очереди бросают с берега камешки, стараясь попасть в мяч. За каждое попадание засчитывается 1 очко.

«ПОТОПИ КОРАБЛЬ!»

На воду недалеко от берега спускают несколько «кораблей» (пластмассовых мисочек или коробок). Против каждого из них на берегу собирается команда из 3—4 игроков, которые стараются забросить побольше камешков внутрь корабля, чтобы потопить его. Выигрывает команда, быстрее потопившая корабль. Затонувшие коробки надо обязательно достать из воды.

«ПЯТНАШКИ»

Игра проводится во время купания на мелководье. Детям нужно объяснить, что нельзя салить того, кто присядет и окажется по шею в воде.

В воде можно играть и в пятнашки с мячом.

«ЦАПЛЯ И ЛЯГУШКИ»¹

(Глубина воды — по пояс)

Все играющие образуют в воде круг и берутся за руки. В середине располагаются 3 «лягушки». Водящий («цапля») — вне круга. «Цапля» ловит «лягушек», которые выплывают из круга и возвращаются в него, ны-

¹ Игры «Цапля и лягушка», «Щука», «Бой всадников», «Передача мяча», «Рыбаки и окуньки» рассчитаны на детей, умеющих хорошо плавать.

ряя под руками играющих. «Цапля» может следовать за ними, только перепрыгивая через руки играющих (ребята при этом немного приседают). Пойманная «лягушка» меняется с «цаплей» ролями, и игра продолжается.

«ЩУКА»

(Глубина воды — по грудь)

Играющие выстраиваются в шеренгу. Одного из играющих выбирают «щукой». Он становится в 10—15 шагах впереди шеренги, повернувшись к ней спиной. По сигналу руководителя играющие начинают приближаться к «щуке», стараясь подойти к ней как можно ближе. Неожиданно руководитель объявляет: «Щука» плывет». «Щука» быстро оборачивается, а игроки в этот момент должны спрятаться — нырнуть с головой в воду. Тот, кого «щука» обнаружит, выходит из игры.

Побеждает тот, кто сумеет первым приблизиться к «щуке», не будучи замечен.

«БОЙ ВСАДНИКОВ»

(Глубина воды — по грудь)

В игре принимают участие 2 команды мальчиков. В каждой команде половина играющих — «кони», вторая половина — «всадники». «Всадники» взбираются на «коней» и садятся им на плечи. По сигналу руководителя обе команды сближаются и начинают сражение. Каждый «всадник» старается стащить своего противника в воду. В разгар сражения руководитель подает второй сигнал, и борьба прекращается. Выигрывает команда, в которой больше «всадников» удержится на «конях».

«ПЕРЕДАЧА МЯЧА»

(Глубина воды — по грудь)

Две команды по 5—6 человек выстраиваются в две параллельные колонны, ноги на ширине плеч. Первые номера получают по мячу. По сигналу они наклоняются,

погружаясь с головой в воду, и передают мяч между ногами вторым игрокам. Те в свою очередь наклоняются, чтобы принять мяч, и передают третьим и т. д. Когда мяч дойдет до последнего игрока, он бежит с ним, становится впереди своей команды и поднимает мяч высоко вверх. Выигрывает команда, раньше выполнившая задание.

«РЫБАКИ И ОКУНЬКИ»

«Рыбак» стоит на берегу в 2—3 м от воды, спиной к ней. «Окуньки», находящиеся в воде, выходят на берег и хором говорят: «Мы лихие окуньки, не страшны нам рыбаки». В этот момент «рыбак» должен повернуться, чтобы поймать «окуньков», убегающих от него в воду.

Руководитель должен заранее определить, в пределах какой зоны можно ловить «окуньков». Пойманный игрок становится «рыбаком».

«ПОЧТАЛЬОНЫ»¹

Игра предназначена для тех, кто умеет хорошо плавать. Руководитель определяет пункт, до которого надо доплыть, чтобы доставить почту (лодка, мостик, камни, выступающие над водой, и т. п.). Участники игры (3—5 человек) получают по большому конверту с письмом (донесением). Задача состоит в том, чтобы, не замочив конверт, доставить его как можно раньше в назначенное место. Плыть разрешается любым стилем.

Побеждает тот, кто выполнит задание первым.

«ГОНКИ С БРЕВНОМ»

В игре могут принять участие 2—3 команды по 5—6 человек. Команды выстраиваются шеренгами вдоль берега. По числу команд надо подготовить небольшие

¹ Игры «Почтальоны», «Гонки с бревном» рассчитаны на подростков 13—15 лет.

отрезки (длиной 80—100 см) тонких бревен или круглых палок. По сигналу руководителя первые номера каждой команды должны подбежать к воде, взявшись руками за бревно, работая одними ногами, проплыть до заданной отметки (ее надо определить заранее) и вернуться в строй. Затем плывут вторые номера и т. д. Побеждает команда, игроки которой раньше выполняют задание.

КОГДА ИДЕТ ДОЖДЬ

«УГАДАЙ, КТО ЗАТЕЙНИК?»

В игре могут принимать участие 25—30 человек. Они образуют круг или рассаживаются вдоль стен комнаты, зала. Выбирают «угадайку», который должен на несколько минут выйти из комнаты. Во время его отсутствия играющие выбирают «затейника». Его роль состоит в том, чтобы показывать разные движения, которые все играющие должны немедленно в точности повторять.

Водящий возвращается, когда все проделывают первое движение, при нем оно сменяется вторым, третьим и т. д. Внимательно наблюдая за всеми, «угадайка» должен постараться определить, от кого исходит новое движение, кому ребята подражают. «Затейник» старается вводить новое движение незаметно, когда водящий смотрит в другую сторону.

Если «затейник» угадан верно, игра повторяется с новыми главными лицами. В том случае, когда водящий долго не может угадать «затейника», выбирают другого.

«ПЕСНЯ ВЕДЕТ»

Играющие усаживаются так, чтобы большая часть комнаты оставалась свободной. Один из играющих выходит на несколько минут. Пока его нет, остальные прячут какой-нибудь небольшой предмет (книжку, игрушку, платок) в доступном для осмотра месте. Когда водящий возвращается, начинается поиск. Ребята запева-

ют песню и внимательно следят за действиями водящего. Когда он приближается к спрятанному предмету, песня звучит громче, а когда удаляется — тише.

При повторении игру можно усложнить. Водящий должен не только найти предмет, но и догадаться, что с ним нужно сделать (переложить в другое место, спрятать в карман и пр.). И в этом ему помогает песня.

«НАЗОВИ ШЕСТОЕ!»

Играют несколько человек. Водящий обращается к кому-либо: «Назови шестое» — и перечисляет, например, 5 видов деревьев (или птиц, рыб и т. п.). Тот, кого попросили продолжить перечень, должен быстро добавить еще одно название, не повторяя перечисленного прежде. Если слова последуют тотчас, отвечавший сам начинает задавать вопросы, если нет — водящим остается прежний.

«РЫБА, ЗВЕРЬ И ПТИЦА»

Играющие рассаживаются вдоль стен, выбирают водящего. Он начинает ходить мимо ребят, безостановочно повторяя: «Рыба, зверь, птица». Внезапно он останавливается перед одним из игроков и громко говорит одно из этих слов, например: «Птица». Тот, на кого выпал выбор, должен немедленно назвать какую-нибудь птицу, скажем, ястреба. Нельзя повторять названия тех зверей, рыб, птиц, которые уже были перечислены раньше. Тот, кто зазевается или ответит неверно, платит фант (отдает какую-либо вещь). В конце игры все фанты «выкупаются» — ребята читают стихи, танцуют и т. д.

«ТРИ ДВИЖЕНИЯ»

Каждый играющий запоминает 3 движения, которые несколько раз повторяет руководитель (например, первое — руки согнуть в локтях, а кисти держать на уровне плеч; второе — руки вытянуть вперед на уровне плеч; третье — поднять руки вверх). Затем руководитель

показывает какое-либо одно движение, называя при этом номер другого. Играющие должны стараться делать движения, которые соответствуют названному номеру, а не те, которые показывает руководитель.

«НЕ СОБЬЮСЬ!»

Руководитель спрашивает: «Кто сумеет сосчитать до 30?», просит желающего подойти и предлагает ему такое задание: считать до 30, но вместо чисел, в которые входит цифра 3 и которые делятся на 3, говорить «не собьюсь». Счет, следовательно, ведется так: один, два, не собьюсь, четыре, пять, не собьюсь, семь, восемь, не собьюсь, десять, одиннадцать, не собьюсь, не собьюсь и т. д. Редко кому удается таким образом, ни разу не сбившись, досчитать до 30.

«КТО ПЕРВЫЙ СКАЖЕТ «100»?»

В этой игре участвуют двое. Первый называет любое число первого десятка, например «7». Второй прибавляет к нему любое число, но не больше 10 и называет новое, например «17». Первый к 17 прибавляет число (не больше 10) и называет «25», и так до числа «100». Тот, кто первым назовет число «100», будет считаться победителем.

Объяснив игру, руководитель предлагает желающим сыграть с ним, сказав, что надеется выйти победителем.

Действительно, руководитель в этой игре может всегда остаться победителем. Секрет прост: чтобы назвать число «100» первым, руководитель должен перед этим назвать число «89», а до этого «78», «67», «56» и т. д. Захватив незаметно в процессе игры эту «числовую лесенку», он обеспечивает себе победу.

Раздел II.

ИГРОВЫЕ ПЛОЩАДКИ ДЛЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

1. ИГРОВЫЕ ПЛОЩАДКИ ДЛЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО И МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

На площадке для детей дошкольного и младшего школьного возраста должны быть простейшие качели, одиночные и парные качалки, горки, различные устройства для лазания, упражнений в равновесии. Дети любят игры с песком, поэтому на площадке в двух-трех местах надо установить традиционные песочницы. Для творческих игр детей сооружают игровые домики, площадку с мачтой, изображающую корабль, и другие устройства, о которых рассказывается ниже.

КАЧАЛКИ РАЗНЫХ ТИПОВ

На рис. 10 показано устройство качалок для детей 5—7 лет. Каждая из них состоит из двух фигурных боковин, которые вырезают из щитов, склеенных из теса и обитых с двух сторон фанерой. Боковины соединяют деревянными брусками, к которым крепится сиденье со спинкой.

Чтобы точно воспроизвести контуры рисунка в увеличенном виде, на фанеру наносят сетку и вычерчивают фигуру по квадратам. Сторона квадрата равна 58 мм.

Можно изготовить качалку в виде самолета. Ее устройство и размеры показаны на рис. 11. Крылья и стабилизаторы выпиливают из досок толщиной 18—20 мм. Их врезают в боковые стенки качалки и крепят изнутри при помощи планок и шурупов.

На рис. 12 показана качалка, изготовленная из стальных труб. Для такой качалки предварительно делают шаблоны из толстой проволоки, по которым затем отре-

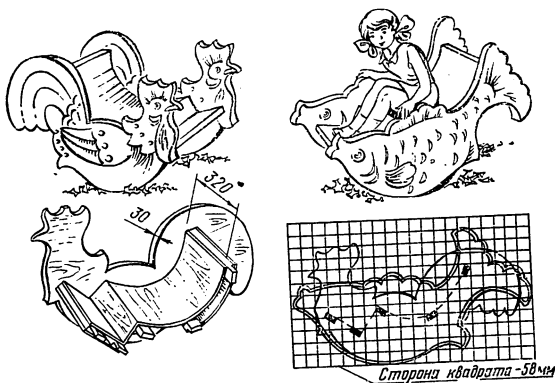


Рис. 10.

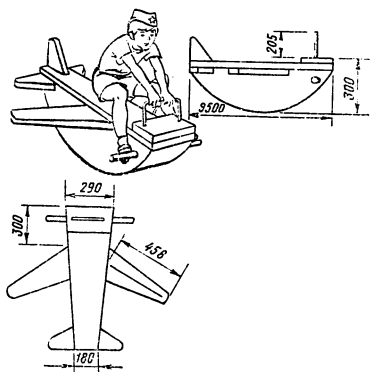


Рис. 11.

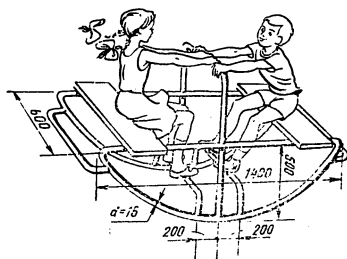


Рис. 12.

зают и выгибают трубы. Все части качалки сваривают между собой. Доски для сиденья крепят к трубам болтами. С двух сторон качалки приваривают ограничители, которые предохраняют ее от перевертывания, делают безопасной для пользования.

КАЧЕЛИ

Весы-качели (рис. 13) — самая простая, распространенная и любимая детьми разновидность качелей. Они состоят из доски, свободно раскачивающейся на деревянных козликах. Козлики делают либо переносными

(это удобно), либо неподвижными, частично зарывая их в землю. Они могут быть устроены так, чтобы металлическая трубка, на которой вращается доска, могла переставляться ниже или выше (в зависимости от необходимости) в подготовленные для этого гнезда. Для младших ребят не следует поднимать доску выше 50 см от земли; для старших ее можно поднять и на 70 см.

Сиденья можно сделать в виде деревянных лошадок или петушков, а козлики оформить выпиленными из досок изображениями медведя, гуся и т. п. Для удобства к сиденьям надо приделать ручки.

Можно соорудить и другой вариант качелей (рис. 14) из двух брусьев, укрепленных на врытой в землю деревянной стойке. Сквозь стойку и центр брусьев пропускают болты. Концы брусьев соединяют между собой прочными металлическими полосками. Благодаря шарнирным соединениям качели требуют малой затраты физических сил.

На концах брусьев делают деревянные сиденья с ручками. К верхнему брусу можно прикрепить выпиленные из доски головы лошадок.

Весы-качели могут быть превращены в интересную игру — разновидность детского бильярда (рис. 15).

Доска в середине ограждается невысокими бортами. С двух противоположных сторон прибавляют короткие планки, образующие по 3 узких отделения. В разных местах бильярда вбивают гвозди. В центр такого лабиринта кладут небольшой деревянный или металлический

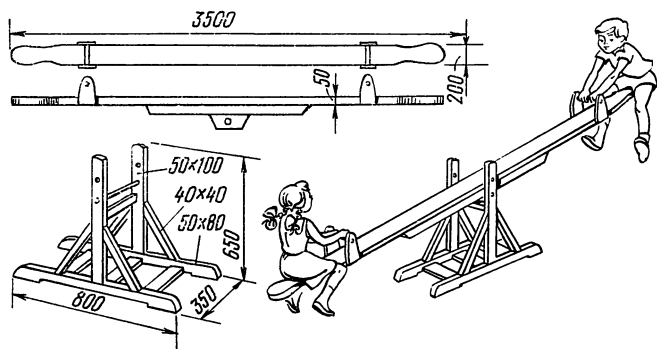


Рис. 13.

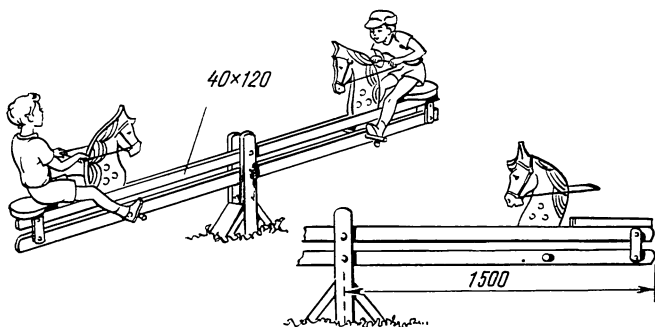


Рис. 14.

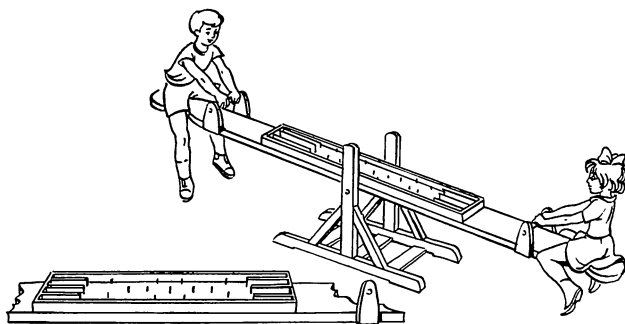


Рис. 15.

шарик. Когда на доске качаются, шарик перекачивается с одного конца доски на другой. Отталкиваясь от гвоздей, он попадает то в одно, то в другое отделение. Каждое из них обозначено цифрой (10, 15, 30) по числу выигранных очков. Выигрывает тот, кто первым наберет условленное число очков.

ДЕТСКИЕ ГИМНАСТИЧЕСКИЕ СНАРЯДЫ

Самое простое устройство для упражнений в равновесии показано на рис. 16. Между двумя лесенками, состоящими из 3—4 ступенек, кладут доску, по которой дети должны проходить. Доска может быть различной ширины и длины (маленьким детям удобнее более широкая и короткая).

Необходимой принадлежностью площадки для дошкольников является также стенка для лазания. На рис. 17 показана гимнастическая стенка, состоящая из трех лесенок с центральным общим столбом и стойками, врытыми в землю.

Можно сделать переносную стремянку (рис. 18) для упражнений в лазании. Она состоит из двух скреплен-

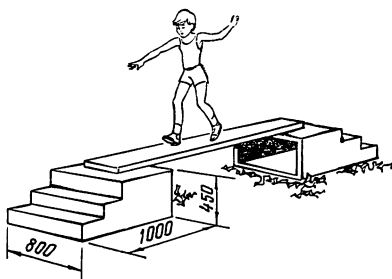


Рис. 16.

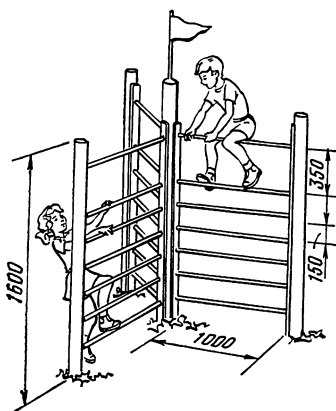


Рис. 17.

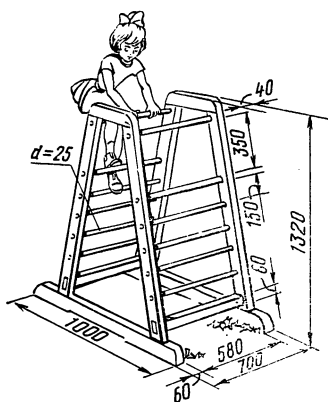


Рис. 18.

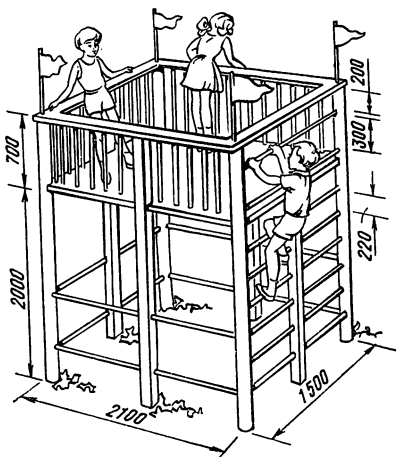


Рис. 19.

ных между собой лесенок, поставленных под углом на двух горизонтальных подпорках (лежнях), и может устанавливаться как в помещении, так и на открытой площадке.

Вышка для лазания (рис. 19) состоит из 4 стоек, стенок с перекладинами и площадки-платформы с ограждением. Площадка поднята на высоту 2 м от земли. Вышка используется и для творческих игр. Фантазией детей она преобразуется в пожарную каланчу, кабину самолета, наблюдательный пункт разведчиков. Во время праздников вышка может служить сценой для выступления детей, ее украшают флажками, фонариками, лозунгами и т. п.

«Лиана» малая изображена на рис. 20. Так называется детский аттракцион, который представляет собой объемную систему лестниц, образуемую вертикальными стойками и прикрепленными к ним перекладинами.

Стойки изготовляют из брусков сечением 70×70 мм, перекладины — из металлических труб диаметром 30 мм. В вертикальных стойках высверливают отверстия, в которых при помощи шпилек закрепляют перекладины. Размер сооружения зависит от возраста детей.

Интересное устройство в форме купола для лазания и других физических упражнений детей изображено на

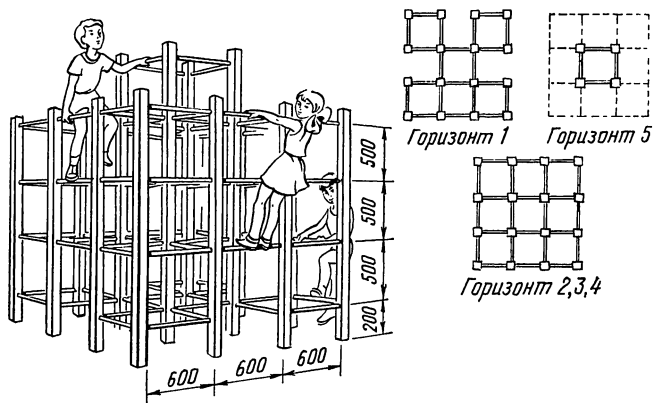


Рис. 20.

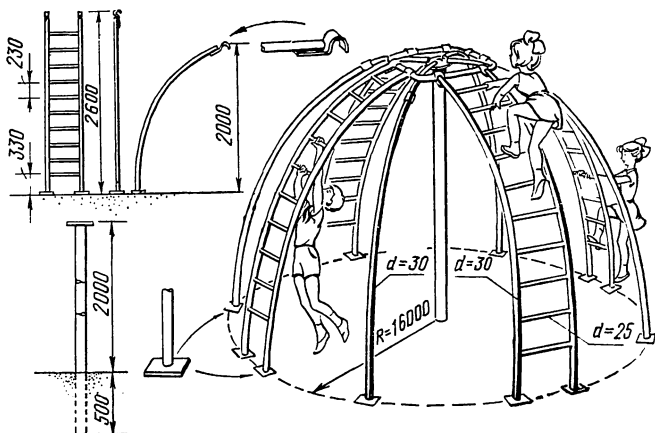


Рис. 21 а.

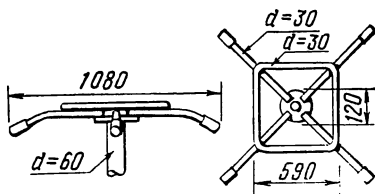


Рис. 21 б.

рис. 21. Конструкция состоит из вертикальной металлической стойки диаметром 65 мм, к верхушке которой приварена рама с крестовиной из труб. Стойка забетонирована в земле на глубине 70 см. На раму с четырех сторон надевают (при помощи крючков) полукруглые лестницы, сделанные из труб диаметром 30 мм. Для большей устойчивости конструкции к закрепленным углам рамы присоединяют отрезки труб, изогнутые так же, как лестницы. Их концы зарывают в землю на глубину 30—50 см.

На этом снаряде можно проделывать различные упражнения: подниматься по наружной и внутренней сторонам лестницы, повисать на перекладинах, подтягиваться на руках. Гимнастический купол используют во время соревнований на быстроту подъема и спуска и т. д.

КАЧЕЛИ СКЛАДНЫЕ ПЕРЕНОСНЫЕ

Складные переносные качели (рис. 22) при необходимости легко убираются и не требуют много места для хранения.

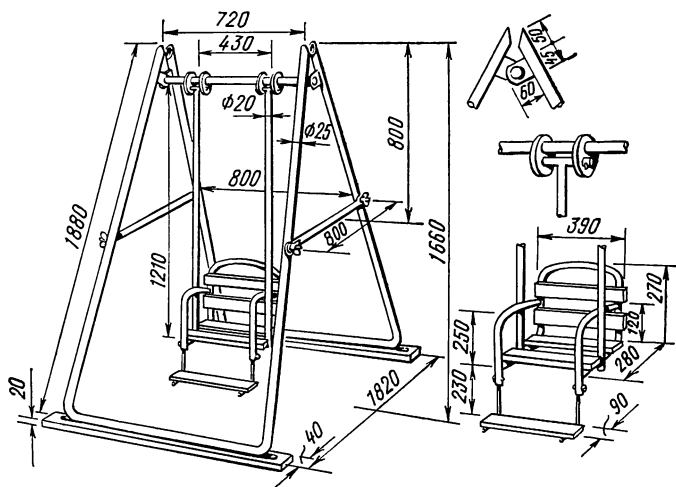


Рис. 22.

Качели состоят из соединенных шарниром раздвижных стоек, сделанных из тонкостенных стальных труб диаметром 25 мм, и перекладины, к которой на двух тросах подвешен стульчик, также выполненный из стальных или дюралюминиевых труб. Стойки закрепляются в раздвинутом виде с помощью специальных крючков (стяжек).

ГОРКА ДЛЯ КАТАНИЯ

Удобная горка для катания показана на рис. 23. Крутая лестница с поручнями из металлических труб устроена как обычная стремянка. Она установлена на двух горизонтальных брусках-лежнях, соединенных поперечными планками. К лестнице прикреплен верхний конец ската, изготовленного из досок и покрытого лино-

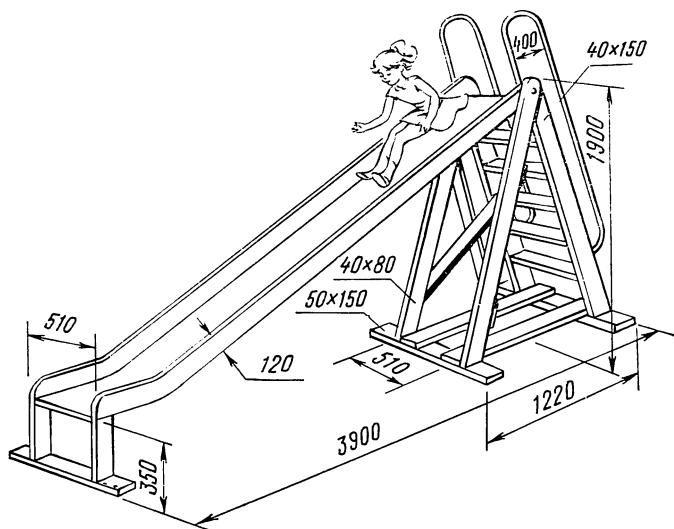


Рис. 23.

леумом. Скат огражден деревянными бортами. Дети с лестницы переходят прямо на скат.

Такая конструкция портативна и проста в изготовлении.

КОМБИНИРОВАННЫЙ ГИМНАСТИЧЕСКИЙ ГОРОДОК

На рис. 24 изображено комбинированное устройство, в котором удачно сочетаются гимнастические и игровые снаряды. Кроме обычных колец, турника, лестницы, здесь могут быть качели разного типа и горки для катания.

Основой для подвески снарядов может служить рама, собранная из металлических труб диаметром 50—75 мм, с бетонным фундаментом 75×50×50 см.

Игровые устройства используются дошкольниками; гимнастические снаряды предназначены преимущественно для школьников младшего и среднего возраста.

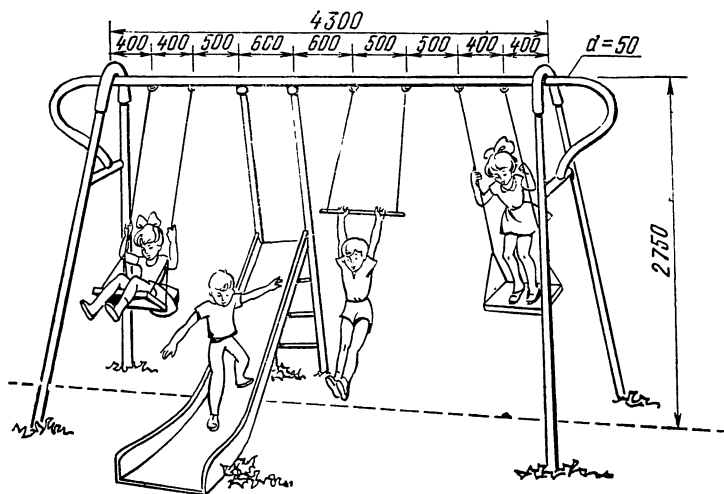


Рис. 24.

ДОМИКИ И ДРУГИЕ СООРУЖЕНИЯ ДЛЯ ТВОРЧЕСКИХ ИГР

Для творческих игр детей на площадке можно построить красивые домики различной формы (рис. 25), поставить внутри детскую мебель: маленький стол, стульчики, шкаф и т. п. Все стены в домике делать необязательно, достаточно одной передней стены с окнами и дверью и перегородки. Крыша опирается на деревянные стойки.

Немногие детали судна (штурвал, мачта, труба, палуба) помогут детям вообразить себя в открытом

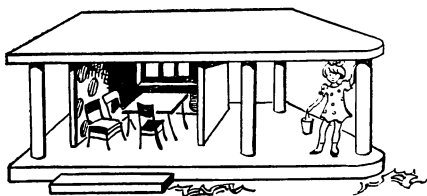


Рис. 25.

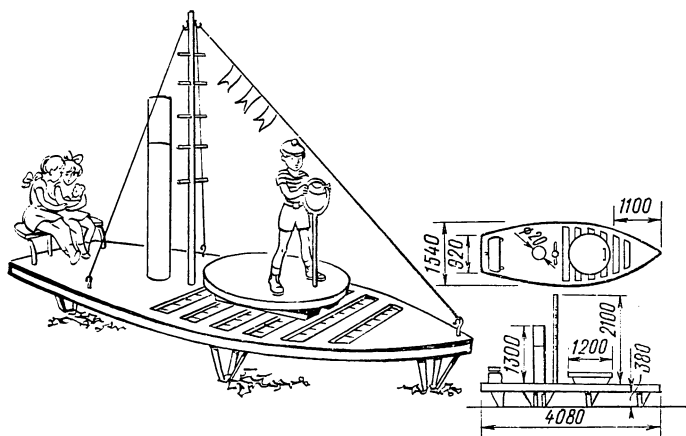


Рис. 26.

море, позволят им «отправиться в дальнее плавание». На рис. 26 показано простейшее устройство для таких игр.

ИГРЫ С ПЕСКОМ

Ящики с песком в зависимости от количества детей делают разнообразных форм и размеров. На рис. 27 изображен шестиугольный ящик, разделенный внутри на 3 части, каждая из которых имеет крышку, предохраняющую песок от загрязнения.

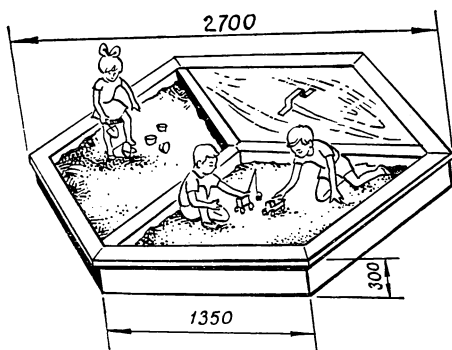


Рис. 27.

2. ИГРОВЫЕ ПЛОЩАДКИ ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ СРЕДНЕГО И СТАРШЕГО ВОЗРАСТА

Приспособления для игр школьников среднего и старшего возраста служат целям более основательной физической тренировки детей, требуют от играющих определенных навыков и большой затраты энергии.

На одном или сразу на нескольких аттракционах проводят как личные, так и командные соревнования. Такие соревнования дают ребятам возможность проявить разнообразные способности, сравнить свои силы с силами товарищей.

Упражнения для веселого многоборья, их количество, система оценки результатов подбираются с учетом возраста играющих. Судьи определяют результаты по каждому виду упражнений. В личных соревнованиях побеждает тот, кто наберет больше очков, в командных — та команда, участники которой наберут больше очков в сумме.

РУКОХОД

На двух деревянных стойках, врытых в землю, укреплена перекладина (рис. 28), один конец которой расположен выше, а другой ниже. К ней на металлических

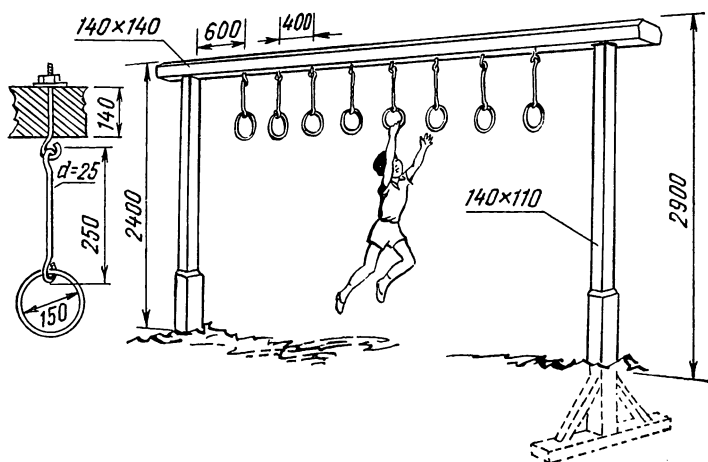


Рис. 28.

крючках подвешены кольца. Играющий, подпрыгнув, хватается руками за кольцо, подвешенное у низкого конца перекладины. Подтягиваясь и перехватывая кольца руками, он добирается до последнего, затем спрыгивает на землю. За выполнение засчитывается 8 очков (по числу колец). Если играющий пропустит кольцо или не доберется до конца, очки снимаются.

БАРАБАН-САМОКАТ

Деревянный барабан-самокат представляет собой полый цилиндр. Он состоит из двух кружал диаметром 70 см, набитых на крестовины. Кружала вырезают из щитов, собранных из досок, соединяют между собой у концов крестовин брусками и обшивают по наружной кривой тесом (рис. 29).

Деревянный барабан свободно катается по площадке. На поверхность барабана с разбегу вскакивает играющий и, перебирая ногами, словно продолжая бежать, катится на нем вперед или назад. После тренировки на одном барабане могут одновременно передвигаться двое. Наличие двух-трех барабанов дает возможность проводить интересные соревнования. Для соревнования необходима ровная грунтовая или травяная площадка или дорожка.

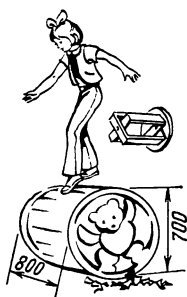


Рис. 29.

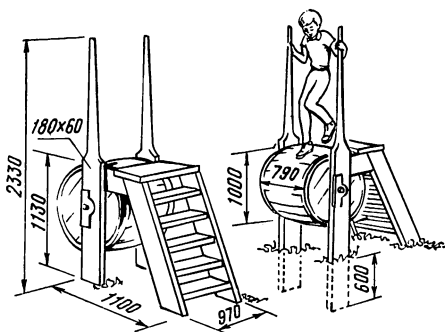


Рис. 30.

БАРАБАН «БЕГУНКИ»

Существует и другой вариант этой игры. Деревянный барабан, шарнирно закрепленный между стойками, свободно вращается вокруг своей оси (рис. 30). Играющий, взоавравшись на барабан, перебирает ногами, подталкивая его вперед, а сам при этом как бы отходит назад, чтобы не упасть. При потере равновесия можно ухватиться за боковые перила, приделанные к стойкам.

Этот барабан делается так же, как и барабан-самокат. В середину барабана пропускают втулку из двухдюймовой водопроводной трубы, внутри которой продета ось (полторадюймовая труба). Ось закрепляется в опорных досках, примыкающих к стойкам.

БРЕННА ДЛЯ РАВНОВЕСИЯ

Помимо неподвижно установленных бревен или брусьев для гимнастических упражнений можно изготовить и несколько качающихся или вращающихся бревен. На рис. 31а показано бревно, свободно подвешенное на металлических крючках и скобах. Сохранить на нем равновесие — дело довольно трудное. На рис. 31б изображено бревно (длина 2—3 м), вращаю-

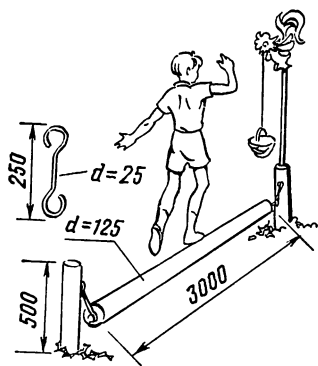


Рис. 31 а.

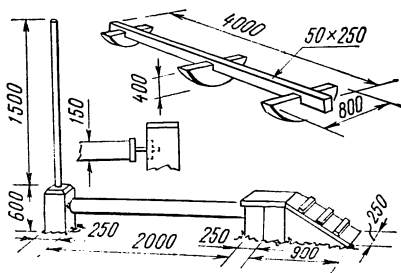


Рис. 31 б, в

щееся вокруг своей оси. Поднявшись по лесенке на площадку, нужно пройти по бревну до противоположной площадки и ухватиться за прикрепленный к ней шест. Это задание может быть успешно выполнено лишь после тренировки. На рис. 31в показан прямоугольный брус длиной 4 м, установленный на трех полукружалах, сделанных из досок толщиной 25—30 мм. Пройти по такому брусу — качалке, ни разу не соскочив на землю, непросто.

«ПЕТУШКИ»

Гимнастическое устройство, показанное на рис. 32, используется, как и бревно, для упражнений в сохранении равновесия; на нем можно провести поединок «петушков».

Двое ребят поднимаются на верхний горизонтальный брус и становятся лицом друг к другу. Держа одну ногу на весу, каждый старается ударом ладони о ладонь противника вывести его из состояния равновесия и заставить соскочить на землю. Этого можно добиться и обманным движением, например, размахнуться и отвести руку. В этом случае противник, подготовившись к ответному удару, может потерять равновесие.

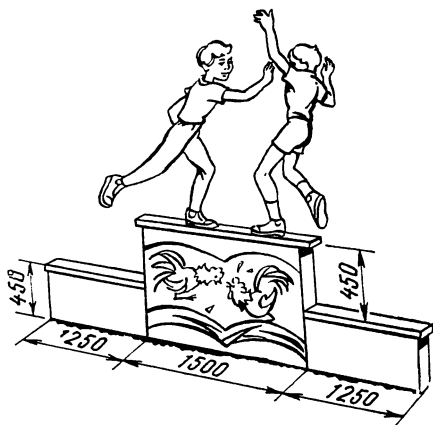


Рис. 32.

НАБРАСЫВАНИЕ КОЛЕЦ

Ребята любят упражняться в меткости. Особенно интересно накидывать кольца на фигуры животных. В качестве цели может, например, послужить выпиленный из фанеры медвежонок с хвостиком, погоняющий двух гусей (рис. 33). Все фигуры устанавливают на одной

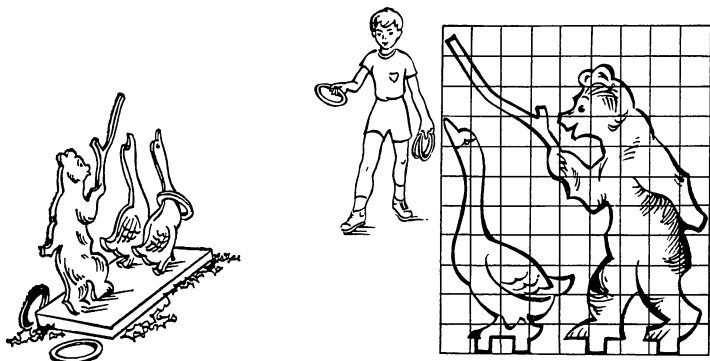


Рис. 33.

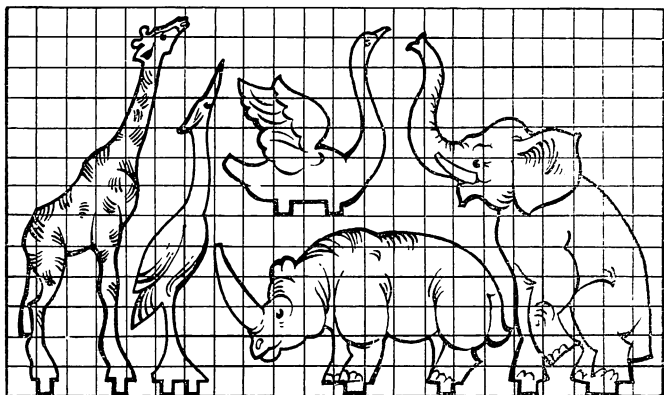


Рис. 34.

подставке. Выпиливают их из щитов толщиной 20—25 мм (их можно склеить из нескольких слоев фанеры). Для игры нужны 8—10 колец. Их выгибают из гибких прутьев (лучше всего ивовых) или выпиливают из фанеры.

Играющие поочередно бросают кольца. За каждое попадание засчитывается 1 очко. Если 2—3 попадания следуют подряд, количество очков удваивается.

На рис. 34 даны изображения других животных, которые можно использовать для устройства этого аттракциона.

БРОСАНИЕ МЯЧЕЙ

Мишенью для мячей служит фанерный щит, укрепленный на двух вкопанных в землю стойках (рис. 35). В щите вырезаны отверстия разного диаметра. Играющие становятся в 6—8 шагах от щита и по очереди бросают мяч, стараясь попасть в отверстия. Каждому дается право сделать 5 бросков. За попадание засчитывается условленное число очков.

В качестве цели для бросания мячей можно применить и другое устройство (рис. 36). На стене или щите

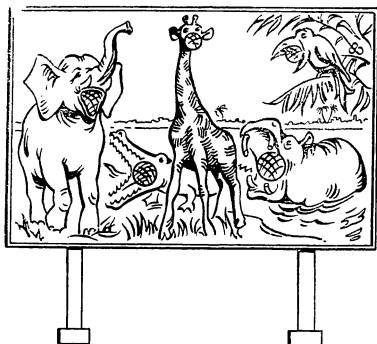


Рис. 35.

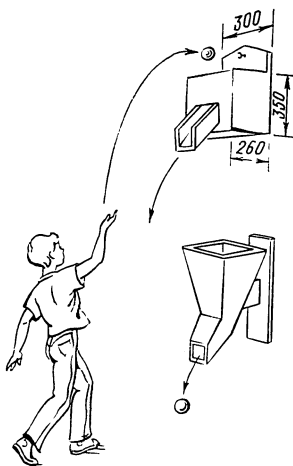


Рис. 36.

высотой 170—180 см укрепляют деревянный ящик без крышки; через вырез в его передней стенке наружу выведен желоб. Играть могут несколько человек. Каждый получает по 3—4 маленьких мяча, которые надо забросить в ящик с расстояния 4—5 м. Попавший в ящик мяч выкатывается по желобу наружу. Бросивший его игрок должен поймать мяч раньше, чем он упадет на землю. За каждое попадание засчитывается определенное число очков. Вместо ящика можно сделать воронку: две боковые стенки вырезать из доски или толстой фанеры, а заднюю и переднюю — из жести или кровельного железа.

«ШАРЫ — ПРОТИВНИКУ»

Подставку, изображенную на рис. 37, собирают из 4 щитов на гвоздях или болтах. На подставку кладут плоский ящик с двумя круглыми отверстиями для шаров. Под отверстиями устроены желоба, сделанные из дощечек или толстой фанеры. Они устроены так, что шар, попавший в отверстие слева, выкатывается в ящик справа.

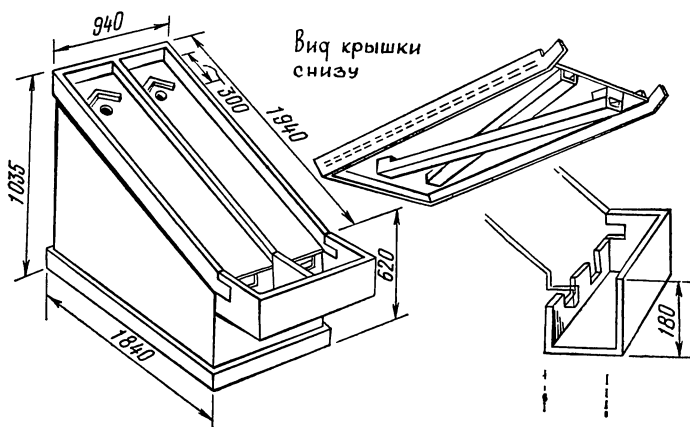


Рис. 37.

Играют двое. Каждый получает по 3 маленьких шара. По команде оба игрока начинают закатывать их в отверстия на своей половине ящика. Если шар попадет в отверстие, то выкатывается он в ящик противника. Так продолжается до тех пор, пока одному из игроков не удастся избавиться от всех шаров (своих и чужих), а у другого соберутся все 6.

«УДИЛЬЩИКИ»

Трое играющих получают удочки, к которым привязаны кольца. Держа в руке удилище, они должны надеть кольцо на один из конусов, установленных на треугольной подставке (рис. 38). Выигрывает тот, кто пер-

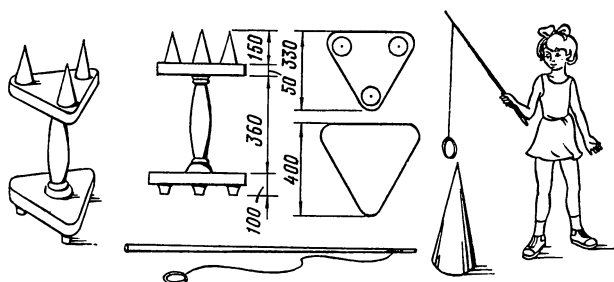


Рис. 38.

вым наденет свое кольцо на конус (1—3 раза). Подставка для конусов состоит из двух деревянных треугольников, соединенных точеной деревянной стойкой. Кольца для удочек делают из 3-миллиметровой проволоки или нарезают из трубы соответствующего диаметра. Подставку и конусы можно окрасить в яркие цвета.

«ПАЛКИ-МОТАЛКИ»

К двум деревянным палочкам (длиной 30—40 см) или катушкам привязывают шнур длиной 8—10 м с маленьким цветным флажком в середине. Двое играю-

щих, взявшись за катушки, растягивают шнур на всю длину и по сигналу руководителя начинают наматывать его на катушки, продвигаясь навстречу друг другу (рис. 39). Катушки держат обеими руками за выступающие круглые ручки; шнур все время должен быть в натянутом состоянии.

Тот, кто наматает свою половину шнура быстрее, выигрывает.

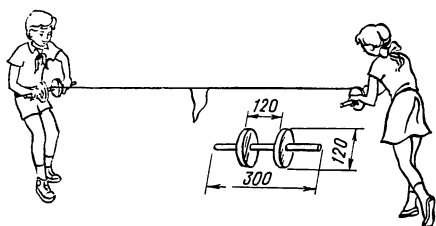


Рис. 39.

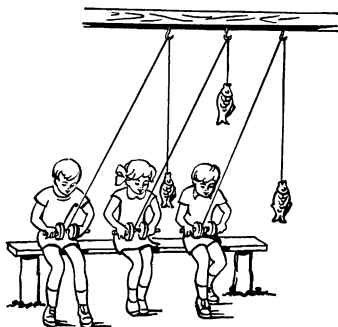


Рис. 40.

Эта игра может быть превращена в увлекательный аттракцион, если сделать несложное дополнительное оборудование (рис. 40). Жердь длиной 2—3 м укрепляют между двумя деревьями на большой высоте, к ней на расстоянии 50—60 см друг от друга скобками прикрепляют несколько колец (можно для этой цели использовать кольца, применяемые для подвески оконных штор). Сквозь каждое кольцо пропускают веревку или шнур такой длины, чтобы оба конца достигали земли. Один конец каждого шнура привязывают к палочке или катушке; к другому концу прикреплен небольшой груз. К грузу желательно добавить какую-либо смешную игрушку или фигурку, выпиленную из фанеры. Играющие садятся на скамью под перекладиной. Взявшись обеими руками за концы палочек, они по сигналу начинают накручивать шнур.

Выигрывает тот, чья фигурка раньше достигнет перекладины.

СПИРАЛЬБОЛ

Необходимый для спиральбола инвентарь очень прост в изготовлении (рис. 41). Шест (длина 4—5 м, диаметр у основания — 8—10 см, диаметр верхнего конца 5—6 см) прочно вкапывают в землю на глубину 75—100 см в центре круга диаметром 6 м (круг делят на 2 равные части). Сверху к шесту привязывают веревку с маленьким мячом на конце (мяч надо вложить в матерчатый чехол). Для игры нужны 2 ракетки из фанеры (такие же, как для игры в малый теннис).

Играют двое. Они становятся друг против друга (в пределах своей половины круга). Тот, кто начинает игру, берет мяч в руки, отводит в сторону и ударом ракетки старается закрутить веревку вокруг шеста в назначенном направлении (один из играющих должен закручивать веревку по часовой стрелке, другой — против). Количество ударов по мячу не ограничено, очередность не соблюдается. Тот, кому удастся закрутить веревку в нужном направлении до отказа, получает очко, после

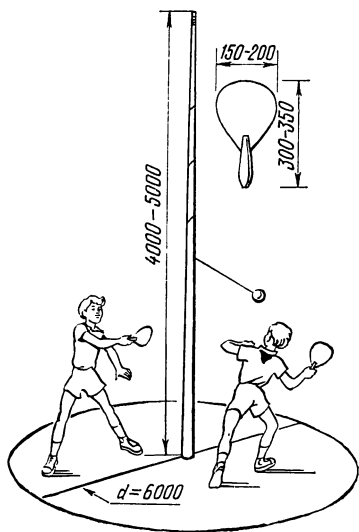


Рис. 41.

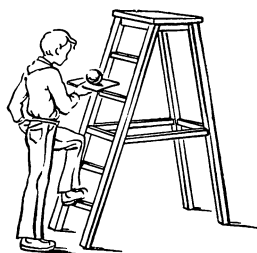


Рис. 42.

чего игра продолжается. Во время игры нельзя выходить за пределы своей половины круга, останавливать мяч ракеткой или бить ракеткой по веревке.

ЖОНГЛЕРЫ

Для игры нужна лестница-стремянка (рис. 42). Играющий, взяв в руку дощечку или фанерку, кладет на нее маленький шарик или мяч. С дощечкой в руках он должен подняться по лестнице и спуститься с нее, не уронив шарика. В случае неудачи он уступает место другому.

ПОЕДИНОК НА РАПИРАХ

На земле чертят 2 круга диаметром 40—50 см (рис. 43). Центр одного должен отстоять от центра другого примерно на 80 см. В центр каждого круга кладут

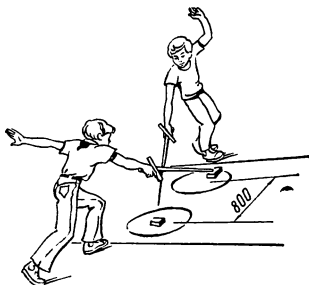


Рис. 43.

чурку. За кругами становятся двое играющих. Каждый из них получает по рапире. Побеждает тот, кто выбьет чурку из круга противника и сохранит свою.

НОЖНЫЕ КАЧАЛКИ

Играющие встают на ножные качалки (рис. 44) друг против друга на расстоянии вытянутой руки и затем ударами ладони о ладонь противника стараются заставить его сойти с качалки хотя бы одной ногой.

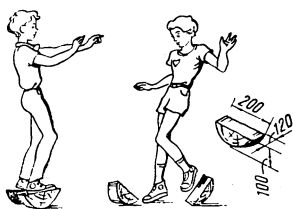


Рис. 44.

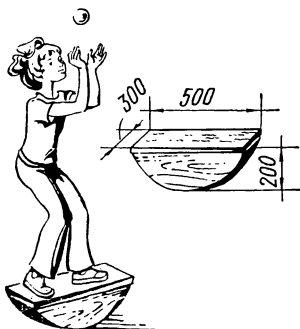


Рис. 45.

На качалку большего размера (рис. 45) играющий становится двумя ногами. В этом положении он должен несколько раз подряд (по уговору) подбросить мяч вверх и поймать его.

«НЕПОСЛУШНЫЙ КОЛПАЧОК»

Из тонкого картона изготовляют колпачок и приклеивают к фанерному кольцу. На крестовинах на расстоянии 6—8 м одна от другой устанавливают две стойки. На одну из стоек надевают колпачок. Играющий

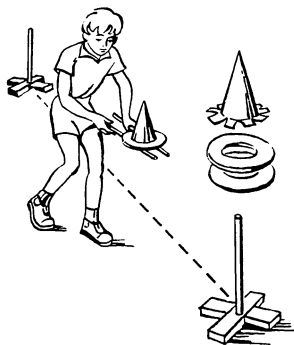


Рис. 46.

двумя палочками должен перенести его с одной стойки на другую, как это показано на рис. 46, не уронив по дороге. В случае неудачи в игру вступает другой играющий.

«КРЮЧКОМ ЗА МЯЧ»

На землю кладут обруч, внутри него — волейбольный мяч с петлей из шнура (рис. 47). Играют двое. Каждый получает палку с крючком на конце. Задача

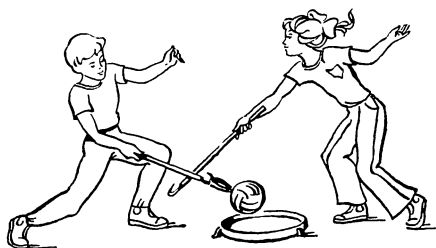


Рис. 47.

играющего — зацепить крючком петлю и унести мяч, мешая противнику сделать то же самое. Побеждает тот, кто первым достигнет цели.

Цена 10 коп.



ПРОФИЗДАТ — 1976

