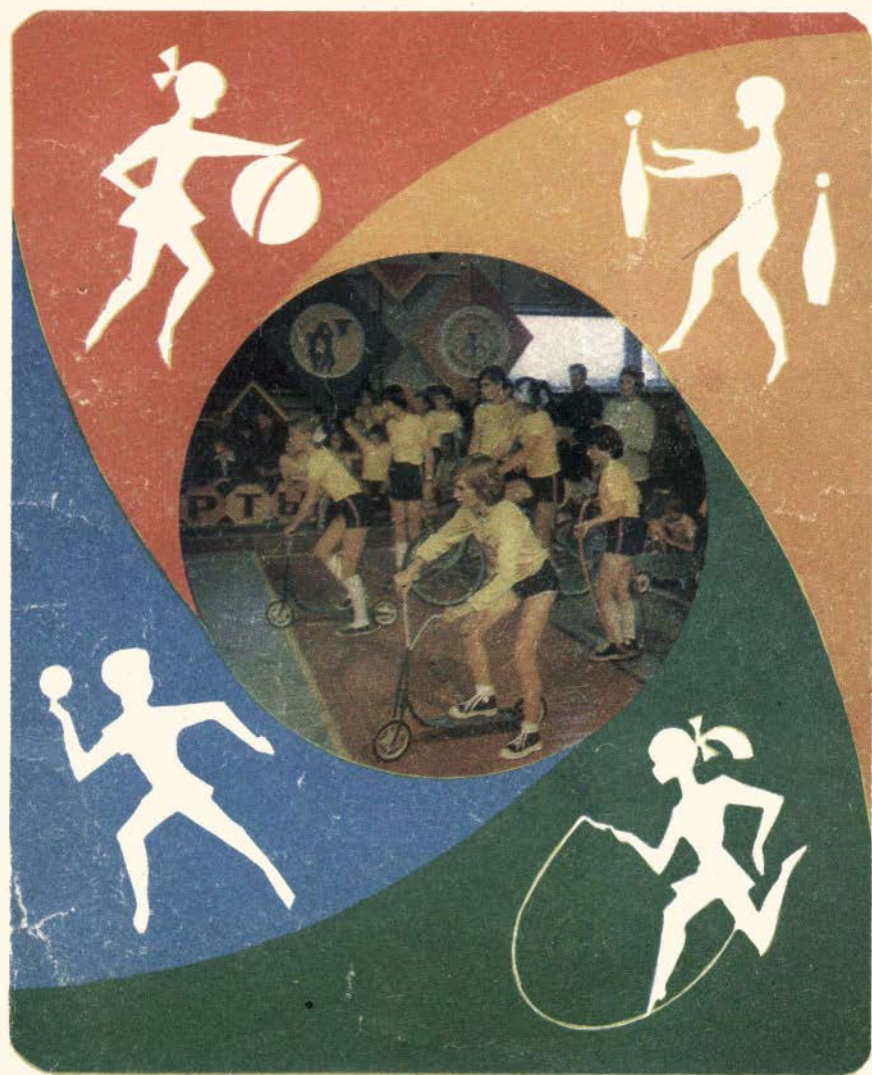


Е. М. ГЕЛЛЕР

НАШ ДРУГ— ИГРА



Е. М. ГЕЛЛЕР

НАШ ДРУГ-ИГРА



МИНСК
«НАРОДНАЯ АСВЕТА»
1979

Геллер Е. М.

Г 31 Наш друг — игра.— Мн.: Нар. асвета. 1979.— 96 с., ил.

В книге рассказывается о роли и значении игры — одного из важнейших средств формирования у детей нравственных и физических качеств. Кроме того, с учетом возрастных особенностей ребят дано описание практического материала (игры, игровые упражнения, игры-аттракционы, конкурсы, поединки и др.), который может быть использован в работе с детьми в школе, пионерском лагере и по месту жительства. Кроме игр, составленных автором, включены также игры из печатных источников.

Рассчитана на педагогов, пионервожатых, родителей.

60804—031
Г М 303(05)—79 126—79

373



ИГРА — ПУТЬ ДЕТЕЙ К ПОЗНАНИЮ МИРА

Игра — это огромное светлое окно, через которое в духовный мир ребенка вливается живительный поток представлений, понятий об окружающем мире. Игра — это искра, зажигающая огонек пытливости и любознательности.

В. А. Сухомлинский

Воспитание человека, формирование его гражданских качеств начинается с детства. С первых школьных лет важно прививать ребенку прилежание и трудолюбие, привычку к самостоятельности, умение жить интересами коллектива, стремление познавать мир. Практика коммунистического воспитания подрастающего поколения показывает, что немаловажным фактором воспитания этих качеств является игра. Она для ребенка — сама жизнь со всеми радостями и тревогами, удачами и огорчениями. Потребность в игре дети ощущают постоянно. Во время игры ребенок как бы «репетирует» разные профессии, приобретает навык взаимоотношений в коллективе и трудового сотрудничества.

Умение играть — необходимое условие для формирования воображения. В игре раскрывается перед детьми мир, проявляются творческие способности личности. Без игры нет и не может быть полноценного умственного развития, считал В. А. Сухомлинский. Игра должна стать

одним из ведущих методов воспитания. Серьезные и веселые, шумные и тихие, спортивные и музыкальные, военные и карнавальные игры удовлетворяют естественную потребность детей в движении и творчестве. Умело сочетая все типы игр, мы развиваем кругозор ребят, учим их честности, воспитываем мужество, выдержку, ловкость, внимательность, наблюдательность и готовим к трудовой деятельности.

ИГРА КАК СРЕДСТВО ВОСПИТАНИЯ И САМОВОСПИТАНИЯ

Игра возникла на самой ранней стадии развития человеческого общества и во все времена была своеобразной школой, в которой дети получали физическую и духовную закалку, познавали окружающий мир, учились действовать в коллективе и добиваться успехов.

Эмоционально насыщенные, яркие и разнообразные по содержанию, игры социальны по своей сущности, так как отражают опыт общественных отношений, формируют нравственность человека и укрепляют его здоровье. Вместе с развитием общества менялись направленность и содержание игр. Сохранялись только те из них, которые отвечали культурному уровню и моральным нормам широких масс. В новых исторических условиях одни игры творчески перерабатывались, другие, менее популярные, забывались, вместо них народ создавал новые игры, в которых выражал свои стремления и чаяния.

На тесную связь игровой деятельности с окружающей действительностью, ее влияние на формирование мировоззрения детей указывают многие советские ученые и педагоги. Н. К. Крупская и А. С. Макаренко обосновали важность использования игры в трудовом воспитании, в подготовке будущего гражданина социалистического общества.

«Игра — путь к познанию мира, в котором дети живут и который призваны изменить», — считал А. М. Горький. В играх познаются различные свойства предметов, разнообразные стороны жизни. При помощи игры ребята получают значительную информацию. И она поступает к ребенку без насилия и нажима. В связи с этим можно назвать различные мотивы игровой деятельности, но основными из них являются интерес, удовольствие, поло-

жительные эмоции, сопровождаемые чувством радости, и др. Ребенок постоянно стремится к деятельности, к общению, не имея возможности удовлетворить эту потребность в другой форме, кроме как в игре. И это, пожалуй, самый главный фактор, привлекающий детей к игре. Такова психология ребенка: все, что он видит и переживает, отражается в его поступке, действии.

Уже с самых ранних лет у детей возникает тяга к самостоятельности, самоутверждению. Важным фактором, усиливающим детскую самостоятельность, является воспитание богатого воображения, достигнуть которого можно в том случае, если систематически развивать наблюдательность. Содержательная игра дарит радость открытия нового, помогает ребенку не только ориентироваться в окружающей действительности, познавать ее, но и преобразовывать.

Играя, ребенок всегда находится в определенных взаимоотношениях с коллективом. Опыт показывает, что там, где эти взаимоотношения по каким-то причинам не налаживаются, игра невозможна. Игра — это первая школа воспитания общественного поведения. На основе взаимоотношений со сверстниками формируются чувства, привычки, умение действовать совместно и целенаправленно, понимание личных и общих интересов; развивается чувство содружества, подчинения и равенства. Формирования и развития этих качеств можно достигнуть лишь при правильном руководстве детскими играми.

Играя, ребенок всегда совершает определенные поступки. Ему, например, нужен мяч. Он может попросить, взять, когда сосед зазевается, отнять, позвать кого-то играть вдвоем или, наоборот, отказаться от совместной игры и т. д. Во время игры дети поступают справедливо или несправедливо, организовано или неорганизовано. Самое важное здесь то, что действия, совершаемые в игре, нередко повторяются в жизни. Поэтому прежде всего нужно помочь детям в организации поступков, в их осмыслении. Без этого игра потеряет свой воспитательный эффект. В процессе игры ребенок познает самого себя, раскрывает свои возможности и способности.

В игре созданы условия не только для воспитания, но и для самовоспитания. Переход от воспитания к самовоспитанию и сознательной работе над своей волей, характером, к выработке положительных привычек и при-

сбретению необходимых умений происходит естественно и незаметно. Ни в какой другой деятельности ребенок не проявляет столько настойчивости, целеустремленности, неумоимости, как в игровой.

Общая теория воспитания, принятая советской педагогикой, в значительной мере определила понимание игры и ее использование в практической работе с детьми. Она высоко оценивает роль игры, придает ей организующее и направляющее начало и считает одним из активных средств коммунистического воспитания и самовоспитания подрастающего поколения.

ИГРА И ТРУД РЯДОМ ИДУТ

Игра готовит ребенка к жизни: к учению и труду. Каков ребенок в игре, таков он будет и в труде, считал замечательный советский педагог А. С. Макаренко. В детстве игра остается ведущим видом деятельности, но это вовсе не означает, что все свободное время ребят заполнено игрой. Ведущей она является потому, что в игре ребенок получает необходимые предпосылки для развития психики. Игровая деятельность подготавливает детей к новым, высшим ступенькам их развития и является своеобразным звеном, за которым следуют учение и труд. Переход от игры к труду должен совершаться постепенно, естественно, сохраняя на первых порах отдельные игровые моменты. Эта мысль нашла подтверждение в педагогической деятельности А. С. Макаренко. Вся жизнь детей в колонии имени Горького была пронизана элементами игры. «...Это очень хорошо, если игра перерастает в труд и в то же время труд не теряет прелести игры»¹.

Уже с самого раннего возраста можно привлекать ребенка к участию в посильном труде. Родители знают, с какой готовностью малыш откликается на всякие домашние поручения. С радостью он помогает маме накрыть на стол, вытереть пыль и т. д. Так постепенно дети от игры переходят к труду. И если труд посилен, он становится для ребенка таким же увлекательным, как и игра. В семье, где умело используются игровые моменты, труд

¹ Терский В. Н. Клубные занятия и игры в практике А. С. Макаренко. М., 1959, с. 81.

активизирует творческие силы. Весьма поучительной является книга для родителей Е. М. Гельфана и Б. С. Рябинина¹, в которой авторы на примере личного опыта в воспитании своих детей убедительно показали эффективность применения игры в условиях семьи.

На первый взгляд игра и труд кажутся несовместимыми, полярными и в некоторой степени противоречат друг другу. В игре, как известно, доминирует принцип добровольности, труд же чаще всего обязателен. Момент вступления в игру зависит от желания детей, а трудовая деятельность основывается на долге.

Нельзя не согласиться с Ю. П. Азаровым, что игра только внешне кажется беззаботной и легкой. В действительности же она настойчиво требует, чтобы играющий проявил максимум усилий и энергии, ума и выдержки. Игра подчас становится напряженным трудом, но преодоление препятствий приносит детям огромное удовлетворение. Точно так же успехи в труде вдохновляют на новые дела. Участие в игре учит детей переносить трудности, действовать в коллективе, что крайне необходимо для любой трудовой деятельности.

Таким образом, в процессе этих ведущих видов деятельности, формирующих личность ребенка, мы наблюдаем элементы, характерные как для труда, так и для игры. Вместе с тем не следует преувеличивать значение игры как средства привлечения детей к труду, поскольку здесь грозит опасность искажения сущности трудовой деятельности. Конечно, в игре ребенку легче преодолеть усталость и препятствия. Зная это, мы иногда включаем в игру много трудовых действий и в итоге получаем определенный эффект. Но за счет чего? За счет снижения сознательного отношения к труду. Нередко бывает и так: кончается игра-труд — и у ребенка пропадает всякое желание делать то, на что в свое время стимулировала игра. В сочетании с трудовыми моментами игра может достигнуть своего воспитательного эффекта в том случае, если приобретенный ребенком трудовой навык будет закреплен и перейдет в привычку, в естественную потребность.

¹ Гельфан Е. М., Рябинин Б. С. Игры и упражнения для маленьких и больших. М., 1969.

ИГРА — ИСТОЧНИК ЗДОРОВЬЯ И ФИЗИЧЕСКОГО СОВЕРШЕНСТВА

Наиболее распространенные и самые любимые среди детей школьного возраста подвижные игры. В основе их лежат физические упражнения, в процессе которых ребята преодолевают различные препятствия, стремятся достигнуть определенной, заранее поставленной цели.

В последние годы стали популярны соревнования по подвижным играм. Это способствует массовому привлечению детей к занятиям физической культурой и спортом, организации активного отдыха. Наиболее ценны в педагогическом отношении соревнования по комплексам подвижных игр типа «Спортландия», «Веселые старты», которые зародились в Белоруссии в 60-е годы. Благодаря телевидению они получили широкое распространение во всех республиках нашей страны.

Существенной особенностью подвижных игр является наличие в них соревновательной борьбы и сотрудничества. Элементы соревнования занимают ведущее место в основных игровых действиях, а сотрудничество, как правило, обусловлено конкретными обстоятельствами и задачами.

Говоря об оздоровительном эффекте подвижных игр, следует отметить, что разнообразные действия играющих оказывают благотворное влияние на сердечно-сосудистую, дыхательную и другие системы организма детей. Игры способствуют общему развитию и укреплению мышц, а также улучшению обмена веществ. Практика подтвердила целесообразность использования игр с элементами корригирующей гимнастики в целях воспитания навыка правильной осанки. Известно, что в процессе учебных занятий в организме детей происходят типичные изменения, свидетельствующие о более или менее значительном утомлении. Оно выражается в ухудшении целого ряда физиологических функций организма, нарушении тормозно-возбудительных процессов центральной нервной системы. В результате работоспособность учащихся к концу занятий резко снижается, что проявляется в ослаблении внимания, памяти и т. д.

Наличие в играх движений способствует максимальной разгрузке центров головного мозга. Удовольствие, доставленное игрой, не только дает отдых уставшему орга-

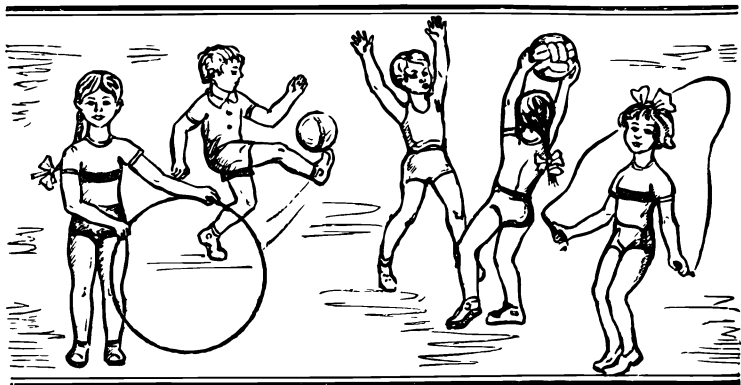
низму, нервной системе, но и повышает жизнедеятельность, увеличивает работоспособность.

Таким образом, борьба с утомлением учащихся, повышение их работоспособности должны вестись путем совершенствования режима дня школьников. Но нельзя забывать и о таком эффективном средстве восстановления сил, а следовательно, и работоспособности, как правильно организованный активный отдых детей, о несомненной пользе которого свидетельствуют многочисленные исследования выдающихся отечественных и зарубежных педагогов, врачей, физиологов.

Практика проведения в школах Белоруссии так называемых подвижных перемен с различными играми и спортивными развлечениями показала, что это является важным фактором улучшения двигательного режима детей, укрепления их здоровья и организации активного отдыха.

Выдающиеся педагоги Н. К. Крупская, А. С. Макаренко, С. Т. Шацкий, В. А. Сухомлинский, Януш Корчак и современные практики подтверждают, что настоящим руководителем, организатором и воспитателем является тот педагог, который обладает способностью до предела сокращать расстояние между собой и детьми и умеет играть с ними.

Свою задачу автор настоящего пособия видит в том, чтобы помочь педагогам и родителям эффективнее использовать игру в воспитании детей. При написании книги использован многолетний опыт работы с детьми, а также литературные источники, список которых приведен в конце книги.



ИГРАЙТЕ С НАМИ!

В игре развиваются физические силы ребенка, тверже делается рука, гибче тело, вернее глаз, развиваются сообразительность, находчивость, инициатива.

Н. К. Крупская

Перед педагогической общественностью и родителями стоит весьма важная и неотложная задача — бороться с гиподинамией (двигательным голодом), активизировать двигательный режим детей. Ведущая роль в решении этой задачи принадлежит подвижным играм, так как другие виды деятельности не способны так благотворно влиять на организм ребенка и гармоническое развитие личности в целом. Подвижные игры, функционально нагружая организм, все его ткани, органы и системы, структурно формируют и совершенствуют их. Отсюда вытекает необходимость широкого использования подвижных игр в работе с детьми, в организации их активного отдыха. Важно воспитать у них естественную потребность в физических упражнениях, чтобы ребята могли самостоятельно в свободное от занятий время, на переменах, во дворе, в группах продленного дня, в пионерских лагерях играть с пользой, закаляя и тренируя свой организм.

Игры на больших переменах. Игры, проводимые на перемене, имеют воспитательное и гигиеническое значе-

ние. Желательно проводить их на открытом воздухе — на пришкольной площадке. Если погода не позволяет, то игры можно организовать в проветренных помещениях. Игры на перемене руководит организатор внеклассной работы совместно с учителем физической культуры и старшим пионервожатым, привлекая классных руководителей, вожатых пионерских отрядов и активистов. Игры намечаются на несколько перемен, и совсем не обязательно каждый раз проводить новую игру. Они должны быть простыми, но занимательными. В этих целях очень удобны игры-аттракционы, поединки, конкурсы, позволяющие быстро определить их победителей. Нельзя проводить на переменах командные соревновательные игры, так как они сильно возбуждают и утомляют учащихся. Можно одновременно организовать несколько игр в разных местах.

Игры в группах продленного дня. В режиме продленного дня игры являются составной частью физкультурно-оздоровительной работы, средством активного отдыха после учебных занятий. Воспитатель проводит игровые занятия в группе с младшими школьниками не только перед подготовкой домашних заданий, но и после их выполнения. На одном занятии с ребятами этого возраста можно проводить до трех игр. Вначале детям предлагается игра, требующая внимания, точности движений, но не связанная с большой нагрузкой. Затем — более подвижная игра: с бегом, прыжками, ловлей и передачей мяча. В ней одновременно участвуют все дети. В заключение — снова игра на внимание, наблюдательность и ориентацию. Занятия с подростками включают различные элементы спортивных игр. Их можно проводить два-три раза в неделю.

Игры на сборах пионерских звеньев и отрядов. Игры на пионерских сборах развивают самостоятельность детей и в то же время приобщают их к коллективу. Организаторами игр могут быть вожатые, пионеры-инструкторы, активисты. Игры могут проводиться на каждом сборе звена (в начале, в середине или в конце). На сборах отряда отдельные звенья могут показать новые игры, с тем чтобы ознакомить других. Многие игры, проводимые на сборах, пионеры могут разучить с товарищами во дворе. С этой целью необходимо воспитывать у ребят организа-

торские навыки, приучать к самостоятельному проведению игр.

Игры на школьных праздниках. Игры оживляют и украшают программу любого праздника. Они находят широкое применение на школьных физкультурных праздниках, посвященных началу и концу учебного года. Обычно их организуют до начала и после основных мероприятий на празднике. Подвижные игры, игровые упражнения, игры-аттракционы проводятся одновременно с несколькими группами участников. Победителям выдаются талончики, которые к концу праздника можно обменять на памятные сувениры.

Игры по месту жительства. Несмотря на то что игры по месту жительства дети часто организуют самостоятельно, долг родителей — не быть в стороне, а подсказать, как правильно провести ту или иную игру, проследить за тем, чтобы ребята играли честно, соблюдая правила.

Так, многие родительские комитеты содействия при ЖЭКах вместе с комсомольцами помогают ребятам оборудовать во дворе различные площадки для игр, стационарные аттракционы, создать команды и провести соревнования по подвижным играм. Желательно, чтобы каждая возрастная группа ребят имела отдельную площадку. Но чаще всего дошкольники и младшие школьники играют на одной площадке, а дети среднего и старшего возраста — на другой. Такие площадки лучше всего разместить в разных местах двора или участка, чтобы старшие не мешали младшим и наоборот.

Игры в пионерских лагерях. Игры в пионерских лагерях проводятся с целью оздоровления пионеров и организации их содержательного активного отдыха. Формы организации игр в пионерлагере разнообразны и планируются с учетом распорядка дня. Они проводятся во время утренней зарядки, на сборах звеньев и отрядов, на ежедневных занятиях по физической культуре, на праздниках, прогулках, массовках и как отдельные мероприятия между несколькими отрядами в лагере. Кроме того, они содействуют укреплению дружбы среди детей, приезжающих в лагерь из разных школ.

Таким образом, правильное использование игр способствует воспитанию у детей честности, правдивости,

чувства товарищества, сознательной дисциплины, принципиальности, коллективизма и других черт, необходимых человеку социалистического общества, активному строителю коммунизма.

МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ ИГР

Дети играют в различные игры. Поэтому перед педагогикой игры стоят задачи: установить, какие из них развивают положительные качества личности ребенка; определить средства педагогического воздействия, которые вызывают у детей желание играть и воспитывают у них черты коммунистического сознания; изучить и научно обосновать методику проведения игр.

На первый взгляд может показаться, что играть с детьми просто, а между тем это трудное дело. Воспитатель должен учитывать физическое развитие и общую подготовку играющих. Он обязан помнить, что игра оказывает влияние на формирование черт характера, на развитие интересов и творчества детей. Нельзя сводить воздействие игры только к ее влиянию на организм. Она является важным средством всестороннего воспитания.

Рассматривая игру как способ подготовки детей к жизни, как средство их развития и воспитания, следует помнить, что она требует соблюдения чувства меры и осторожности. Как известно, детям свойственны азарт и чрезмерное увлечение отдельными играми даже в ущерб учебе. Поэтому в процессе воспитания необходимо разумное чередование игр с другими видами деятельности детей.

Каждая игра имеет свои особенности, но существуют общие педагогические требования к организации и проведению всех игр. Прежде всего, она не должна быть опасной. Но в то же время не следует избегать трудных элементов, связанных с проявлением смелости, решительности.

Некоторые игры требуют наличия инвентаря, различных атрибутов, которые должны быть безопасны, удобны для детей и гигиеничны.

В большинстве случаев игра действует на ребенка возбуждающе. Игровые эмоции настолько увлекают ребят, что они иногда не могут правильно оценить свои возможности. В этом заключается одно из противоречий игры:

с одной стороны, она увлекает ребенка, а с другой — таит в себе опасность эмоционального перенапряжения.

В играх, возникающих спонтанно, невозможно предусмотреть все варианты эмоциональных перегрузок. Поэтому необходимо заранее продумать организацию и проведение игры, следить за эмоциональным напряжением играющих.

Один из ответственных моментов в детских играх — распределение ролей, среди которых имеются главные и второстепенные. При этом руководитель игры может использовать следующие приемы:

- а) распределение ролей взрослым;
- б) выбор роли по принципу: кто кем хочет быть;
- в) жеребьевка, проводимая в виде считалок.

При жеребьевке дети становятся в круг и кто-нибудь считает, показывая по очереди на каждого играющего. Водящим становится тот, на кого придется последнее слово считалки:

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

Иногда водящим становится тот, кто остается после того, как выбыли 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,
Получи оценку «пять»
И иди скорей гулять...
Начинаем счет опять.

В процессе игры полезно менять роли участников. Иногда постоянное исполнение той или иной роли, нежелание ребенка играть или, наоборот, его особая заинтересованность воспитывают такие отрицательные качества, как зазнайство, чувство превосходства и др. Об этом руководитель должен всегда помнить и не допускать подобных ошибок в своей работе с детьми.

Наиболее эффективным средством воспитания коллективизма, закрепления игровых навыков являются командные игры. Руководителю необходимо следить за тем, чтобы команды были равны по силам.

Прежде чем играть, необходимо объяснить игру или кратко напомнить, если ребята ее уже знают. Для проведения игры участникам необходимо принять исходное положение, после чего руководитель может начинать объяснение, которое должно быть логичным, немногословным и понятным. Лучше всего сопровождать его показом. Все это способствует прочному усвоению правил. Для объяснения игры существует общепринятая схема: название игры, роли играющих, ход игры, правила.

Большое воспитательное значение для успешного проведения игры имеют правила. Участники должны хорошо их запомнить, во время игры быть внимательными, учитывать различные ситуации и действовать в соответствии с правилами. В связи с этим особое внимание уделяется судейству игр. Судья (взрослый) обязан строго следить за точностью выполнения правил игры, чтобы не снизить ее воспитательного эффекта.

После окончания игры подводятся итоги. Целесообразно привлечь к разбору игры самих ребят. Объективный анализ приучает их к правильной оценке своих действий, повышает сознательную дисциплину.

Место взрослого в игре должно быть оправданным и четким. Излишняя активность увлеченного папы может погасить инициативу детей. Поэтому непосредственное участие взрослого в играх детей должно определяться конкретными обстоятельствами. В одном случае взрослый может организовать игру, не принимая на себя никакой роли, в другом — выступает в качестве судьи, арбитра, члена жюри. Иногда взрослый участвует в игре непосредственно, принимая роль командного характера или рядового игрока. Но во всех случаях он является воспитателем, организатором, так как сущность педагогического руководства детскими играми заключается не столько в непосредственном вмешательстве в игру, сколько в создании условий, определяющих правильное отношение детей к игре.

Важно, чтобы дети хорошо понимали содержание игры. Для ролевых игр необходимо ясное представление характера героя.

Основа любой игры — преодоление препятствий в достижении цели. Следует помнить, что детям быстро наскучит всякая игра, если победа в ней дается слишком легко или условия ее для них невыполнимы. Отсюда вы-

текает правило о посильности игры. Необходимо, чтобы все участники имели примерно одинаковую умственную и физическую подготовку, иначе интерес к игре пропадет.

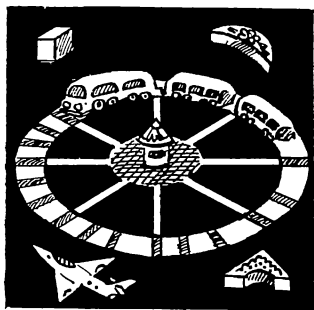
Приступая к игре, следует учитывать характер предстоящих занятий и настроение ребят. Если это были занятия, требующие больших физических или умственных усилий, то нужна веселая, но малоподвижная и несложная игра. Нагрузка в играх возрастает в соответствии с эмоциональным состоянием участников, связанным с соревнованием и преодолением препятствий.

Надо учить детей преодолевать трудности на пути к достижению цели, приучать сознательно отвечать на вопросы о выполнении игровых действий и совершаемых по ходу игры поступках.

В процессе игры необходимо воспитывать у ребят организаторские навыки. Для этого надо привлекать их к участию в играх в качестве помощников и судей, членов жюри и непосредственных руководителей.

Таким образом, чтобы игра стала подлинным организатором жизни детей, их активной деятельности, в практике воспитания должно быть богатство и разнообразие игр, которые способствуют формированию интересов и склонностей, повышению физического и интеллектуального уровня нашего подрастающего поколения.

ИГРОВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ И ИГРЫ ДЛЯ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ



Подбирая игры и игровые упражнения для детей старшего дошкольного возраста, надо исходить не только из задач двигательного характера, но и подчинить их воспитательным целям.

Дети в этом возрасте еще не умеют быстро бегать, не обладают ловкостью и сноровкой, не чувствуют ответственности перед командой. Они не могут еще объективно оценивать поступки как свои, так и товарищей. Поэтому необходимо практиковать игры с элементами соревнований, которые способствуют развитию у ребят определенных навыков и умений, а также тех качеств, которыми должен обладать участник командных игр.

Ребят интересует не только сам процесс игры, но и ее результат. В связи с этим после проведения каждой игры необходимо делать анализ: кто из играющих оказался самым ловким, кто проявил себя как хороший товарищ, а кто еще нарушает правила.

Для старших дошкольников

наиболее характерны такие игры и игровые упражнения, которые способствуют развитию двигательных навыков, координационных способностей, правильной осанки и элементов ловкости. Например:

1. На площадке лежит 5 гимнастических обручей в ряд. С мешочком на голове надо перейти из одного обруча в другой, не задев их и не уронив мешочка. Мешочек набивается песком, но не слишком плотно, так, чтобы его можно было удержать на голове. Вес мешочка 500—600 г.

2. Из-за стартовой линии каждый участник катит обруч. Чей обруч прокатится дальше?

3. Водящий держит горизонтально гимнастический обруч. С расстояния 3 м участники поочередно бросают резиновый мяч в обруч. Кто не попал, тот идет на место водящего.

4. Перешагнуть через гимнастическую палку, держа ее за концы в горизонтальном положении.

5. Прокатить обруч как можно дальше, подбивая его палочкой. Кто дальше?

6. Попасть резиновым мячом в булаву или в кеглю. Расстояние постепенно увеличивать.

7. Пробежать как можно большее расстояние, прыгая через скакалку и не задевая ее.

8. Втроем или пятером прыгать через скакалку, которую вращают двое. Тот, кто задел скакалку, идет ее вращать.

9. Пройти по бревну, держа на голове мешочек с песком. Положение рук менять: в стороны, на поясе, внизу. Перед началом упражнения участник должен принять правильную осанку.

10. Пройти по бревну (доске), держа на вытянутых руках мяч.

11. Пройти по веревке, лежащей на полу, спиной вперед.

12. Пройти по веревке, ставя на нее ноги, а руки — слева и справа от веревки.

13. Пройти по веревке, ставя на нее и руки, и ноги.

14. Подпрыгнуть три раза на месте, на четвертый — повернуться налево (направо).

15. Подпрыгивая, выполнять разные движения ногами: вместе — врозь, вместе — скрестно, врозь — скрестно, правая вперед — левая вперед.

16. Подпрыгивая, выполнять разные движения руками: в стороны — вниз, хлопки перед собой — сзади, вверх с хлопком.

17. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед, назад, в стороны.

18. Прыжки на одной ноге с продвижением в разных направлениях: вперед, назад, в стороны.

19. Прыжки галопом вперед, в стороны.

20. Прыжки с одной ноги на другую в кружочки, расстояние между которыми 30—40 см.

«Космонавты»

Взявшись за руки, дети идут по кругу и приговаривают:

Ждут нас быстрые ракеты
Для прогулок по планетам.
На какую захотим,
На такую полетим!
Но в игре один секрет:
Опоздавшим — места нет!

Как только сказано последнее слово, все разбегаются по «ракетодромам» и стараются скорее занять места в любой из пяти «ракет», заранее начерченных на земле. Внутри каждой «ракеты» обозначено от двух до пяти кружков, а сбоку — название маршрута, например:

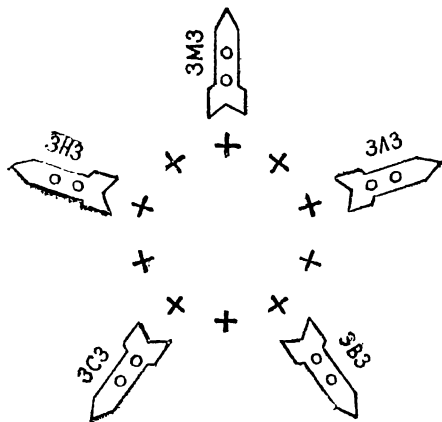


Рис. 1.

ЗЛЗ (Земля — Луна — Земля)
ЗМЗ (Земля — Марс — Земля)
ЗНЗ (Земля — Нептун — Земля)
ЗВЗ (Земля — Венера — Земля)
ЗСЗ (Земля — Сатурн — Земля)

Каждый кружок в «ракете» — место для участника. Но кружков в «ракетах» на 3—4 меньше, чем играющих. Опоздавшие на «рейс» становятся в общий круг, а «космонавты», занявшие места, громко по три раза объявляют свои маршруты. Это значит, что они совершают прогулку по «космосу».

Затем все снова берутся за руки, и игра повторяется. Выигрывают те, кому удалось совершить три полета.

Горелки

Дети становятся парами друг за другом, взявшись за руки. Впереди — на расстоянии 3—4 м — водящий. Как только ребята окончат приговорку, первая пара разъединяет руки и бежит вперед, чтобы снова соединиться за чертой, где уже не может ловить водящий. Он должен поймать одного из ребят, иначе ему придется водить снова. С тем, кого поймает водящий, он становится в пару позади всех. Другой из этой пары становится водящим.

С. Маршак написал приговорку к этой игре:

Косой, косой,
Не ходи босой,
А ходи обутый,
Лапочки закутай.

Если будешь ты обут:
Волки зайца не найдут,
Не найдет тебя медведь,
Выходи, тебе гореть, тебе гореть!

«Классы»

В игре участвуют 3—4 игрока. На земле чертят фигуру длиной 5—6 м, разделенную продольными и поперечными линиями на 10 «классов» (рис. 2). Для этой игры надо иметь небольшой плоский камешек или коробочку.

Один из играющих становится перед коновой чертой (в 2 м от фигуры) и бросает свой камешек в первый «класс». Если это ему удалось, то игрок прыгает в него на одной ноге, выталкивает камешек носком ноги обратно за коновую черту и выпрыгивает. Так же бросают камешек во все последующие «классы».

Выигрывает тот, кому удастся пройти все «классы» первым.

В четные «классы» надо прыгать на правой ноге, в нечетные — на левой. Если игрок попадет камешком на одну из линий или в другой «класс», то уступает место следующему. Когда же приходит его очередь снова, то он продолжает играть с того «класса», в котором ошибся.

Если игрок встанет на обе ноги, наступит на линию или, выбивая камешек, начнет прыгать не на той ноге, это считается нарушением правил.

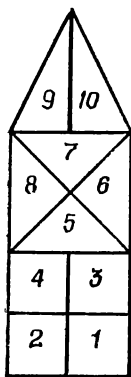


Рис. 2.

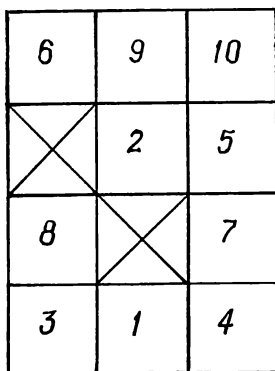


Рис. 3.

Ловкие прыгуны

На земле чертят фигуру с десятью клеточками, обозначенными цифрами, и двумя пустыми (рис. 3). Размер клеточки — 30×30 см. Каждый участник игры прыгает по порядку из одной клетки в другую, а из десятой — сразу через три клетки — «домой». Во время прыжка игрок должен поворачиваться на лету то налево, то направо.

Победителем считается тот, кто выполнит задание без ошибок и получит большее число очков, которые засчитываются в зависимости от того, во сколько клеточек сможет прыгнуть игрок.

«Пчелки»

За одной чертой размещаются все играющие. За другой, расположенной на расстоянии 15—20 м, находятся три-четыре игрока — «пчелки». Ребята, высоко поднимая колени, идут к «пчелкам» и приговаривают:

Мы к лесной лужайке вышли,
Поднимая ноги выше,
Через кустики и кочки,
Через ветки и пенечки.
Кто высоко так шагал —
Не споткнулся, не упал.

После этих слов они останавливаются вблизи от «пчелок».

Глянь, дупло высокой елки...

Показывают, поднимая руки вверх и вставая на носки.

Вылетают злые пчелки!

«Пчелки» начинают кружиться и изображать полет движениями кистей рук, согнутых в локтях. При этом произносят:

Ж-ж-ж — хотим кусать!

А ребята хором:

Быстроногих не догнать,
Нам не страшен пчелок рой,
Убежим скорей домой!

После этого ребята убегают «домой». За ними гонятся «пчелки». Каждая хочет «ужалить» — коснуться кого-нибудь из игроков. «Ужаленные» становятся «пчелками». Ребята, бывшие «пчелками», идут играть со всеми.

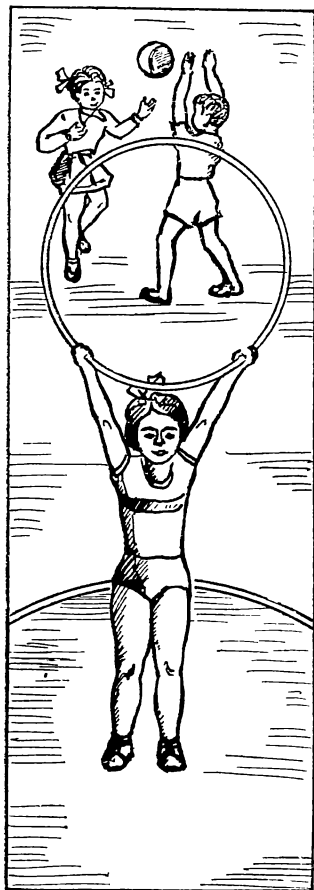
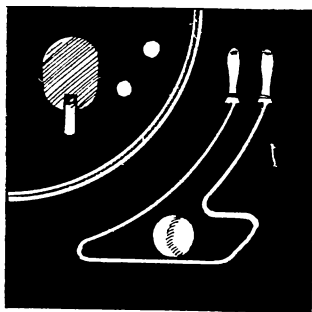
Выигрывает тот, кто ни разу не был «ужален».

«Колобок»

Дети садятся в круг и катают «колобок» (мяч) так, чтобы он уходил от водящих — «бабушки» и «дедушки», которые находятся в центре круга. Если «колобок» будет задержан одним из водящих, то он садится в круг, а тот, от кого катился мяч, идет водить.

«Бабушке» повязывают платок, а «дедушке» прикрепляют бороду.

ИГРОВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ И ИГРЫ ДЛЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ



У детей 7—9 лет преобладает предметно-образное мышление. Многие игры ребят этого возраста строятся на непосредственном подражании явлениям и событиям окружающей жизни. Тематика их игр по сравнению с играми дошкольников значительно богаче. Младшие школьники любят игры с разделением на команды.

В этом возрасте не рекомендуются игры с однообразными движениями и длительным сохранением статических положений тела, а также с переноской тяжестей и перетягиванием. Особенности строения организма и функции сердечно-сосудистой системы младших школьников обуславливают возможность проведения подвижных игр со значительной интенсивностью коротких двигательных действий с небольшими перерывами для отдыха. Например:

1. Ходьба с мешочком на голове, подбрасывая мяч вверх.

2. Ходьба втроем, вчетвером, положив руки на плечи впереди стоящему или дер-

жасть за его локти, подражая звукам и движению паровоза.

3. Прыжки на месте на двух ногах через длинную вращающуюся скакалку.

4. Прыжки через короткую скакалку на двух и на одной ноге (на месте и с продвижением вперед). Направление вращения скакалки менять из-за спины.

5. Прыжки с доставанием рукой (головой) подвешенного на веревке волейбольного мяча.

6. Прыжки в высоту через веревочку с разбегу. Высота последовательно увеличивается с 30—40 см до тех пор, пока через веревочку нельзя будет перепрыгнуть. Прыжок производится толчком одной ноги с мягким приземлением на обе ноги.

7. Метание теннисного мяча в обруч, катящийся на расстоянии 6—8 шагов от метателей.

8. Сделать бумажный самолет (или стрелку) и запускать его вдаль. Чей самолет долетит до намеченной цели (дерево, стена)?

9. Сделанным из проволоки крючком довести металлический обруч до намеченной цели.

10. Присесть, одну ногу вытянуть вперед, затем встать. Кто большее число раз присядет?

11. Проскочить несколько раз сквозь обруч, который медленно катится. Кто большее число раз проскочит?

12. Проскочить под тремя скакалками, протянутыми через каждый метр на высоте 60 см, не задев ни одной.

13. Пробежать вдвоем или втроем, держась за руки, на каждое вращение длинной скакалки.

14. Вращение правой (левой) рукой вдвое сложенной короткой скакалки сначала в одну сторону, а потом в другую.

15. Одновременное вращение обеими руками вдвое сложенной короткой скакалки.

16. Прыжки на месте через скакалку на обеих ногах с промежуточным прыжком (без него).

17. Забросить три мешочка с песком на табуретку с расстояния 6 м.

18. Ударом палки отбить теннисный мяч как можно дальше.

19. Спрыгнуть со скамейки, успев пропустить скакалку под ногами 3—4 раза.

20. Бросить обруч так, чтобы он вернулся назад.

Турнир мастеров мяча

Турнир проводится возле глухой стены или забора. Участники турнира должны выполнить 10 упражнений с теннисным мячом. На каждое упражнение даются две попытки. За правильно выполненное упражнение участник получает одно очко. Победителем считается тот, кто выполнит без ошибок все упражнения.

1. Бросить мяч в стену, дать упасть на пол или на землю, а затем поймать.

2. Бросить мяч в стену и поймать на лету.

3. Бросить мяч в стену, 3 раза хлопнуть в ладоши и поймать на лету.

4. Бросить мяч в стену, дать ему упасть на пол или на землю, отбить его ладонями в стену и поймать на лету.

5. Бросить мяч в стену, снова отбить ладонями в стену и поймать на лету.

6. Бросить мяч в стену, 3 раза отбить его ладонями в стену (стоять близко) и поймать на лету.

7. Бросить мяч в стену, 3 раза отбить его ладонями в стену (стоять близко), отойти подальше и дать мячу упасть на пол или на землю, а затем поймать.

8. Бросить мяч в стену, дать ему упасть на пол или на землю, сделать оборот на 360° , а затем поймать мяч.

9. Стоя спиной к стене, бросить в нее мяч через голову, дать ему упасть перед собой, а затем поймать.

10. Стоя спиной к стене, бросить в нее мяч через голову и поймать на лету.

Мяч соседу

Все играющие, кроме водящего, становятся по кругу на расстоянии шага друг от друга. Водящий находится за кругом. Одному из игроков в кругу дается волейбольный мяч.

Играющие передают мяч друг другу. Водящий, бегая за кругом, старается коснуться мяча рукой. Если это ему удалось, он становится в круг, а водит тот, у кого в руках был запятнан мяч. Выигрывают участники, которые ни разу не были водящими (или побывали в роли водящих меньше других). Роль первого водящего при подсчете результатов игры во внимание не принимается.

Не разрешается ронять мяч, а также перебрасывать

его через одного или нескольких игроков. В таких случаях игрок, совершивший ошибку, становится водящим.

Чтобы усложнить игру, можно расположить детей по кругу на расстоянии вытянутых в стороны рук. Тогда мяч не передается, а перебрасывается. Водящий может касаться мяча как в руках игроков, так и на лету. Если водящий коснулся мяча на лету, то идет водить тот, кто последним бросил мяч.

Мяч среднему

Участники делятся на группы, образуя три или четыре круга. В каждом кругу игроки становятся на расстоянии вытянутых в стороны рук; перед носками стоящих по кругу проводится черта. В середину каждого круга, отмеченную кружочком, выходит водящий с волейбольным мячом. По сигналу водящие начинают поочередно бросать мяч своим игрокам и ловить его. Получив мяч от последнего игрока в круге, водящий поднимает его вверх. Это значит, что переброска окончена.

Выигрывает группа, игроки которой быстрее закончат передачу мяча.

«Воробей»

Для этой игры нужен теннисный или маленький резиновый мяч. Игра проводится возле глухой стены или забора, где на расстоянии 1,5 м отмечается линия водящего, а в 3 м от водящего находится линия играющих. По жребию один из игроков — водящий. Он становится на свою линию и сильно бьет мячом в стену, чтобы тот отлетел за линию игроков, стоящих спиной к стене. Во время броска водящий произносит: «Воробей летит!» Тогда участники поворачиваются лицом к стене и стараются поймать мяч на лету. Кто поймает мяч после отскока, возвращает его водящему. Водящий уступает свое место тому, кто раньше других трижды поймал мяч на лету.

Кенгурбол

Эта игра получила свое название от животных кенгуру, которые водятся в Австралии. Особенность движений кенгуру в том, что они отталкиваются обеими ногами одновременно.

Игру можно проводить на волейбольной или баскетбольной площадке. В каждой команде по 5—8 человек. Ворота обозначаются стойками или флажками на ширине 3—4 м. Играющие со связанными ногами прыгают, как кенгуру, по площадке, стараясь забить гол в ворота соперника. Продолжительность каждого тайма — 3 минуты, после чего играющие меняются местами. Побеждает та команда, которая забьет больше голов.

Играть можно любым мячом, но лучше все же большим надувным.

«Компас»

На асфальте рисуют круг диаметром 2—3 м. На расстоянии примерно 3 м от круга пишут согласно направлению буквы «С» (север), «Ю» (юг), «З» (запад), «В» (восток). Все участники становятся спиной к центру круга и слушают команду водящего: «Юг», «Север», «Запад», «Восток». Услышав команду «Юг», все должны повернуться в одну сторону. Игрок, стоящий лицом к северу, поворачивается на 180°. А другим достаточно сделать поворот вправо или влево, чтобы выполнить команду водящего. Это будет зависеть от того, в каком направлении находится тот или иной игрок.

Все участники должны быть внимательными. Тот, кто повернулся не в ту сторону, выходит из круга. Так число игроков постепенно уменьшается.

Победителем считается тот, кто последним останется в кругу. Водящий может быть один до конца игры, но по договоренности его можно менять после трех-четырех команд. В этом случае водящим становится тот, кто чаще ошибался. Выигрывает тот, кто меньше раз был водящим.

«Аисты»

Все участники игры чертят круги диаметром 1 м и становятся на одной ноге. Один участник — «аист без гнезда» — прыгает в любой из кругов, и тогда оба игрока обегаят на одной ноге с разных сторон все «гнезда» и стремятся занять пустой круг. В это время остальные игроки могут стать на обе ноги. Тот, кто первым займет свободный круг, остается в нем, а второй игрок становится водящим. «Аист без гнезда» не может занять круг того игрока, с которым он только что состязался.

ИГРОВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ И ИГРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ СРЕДНЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА



У детей 10—11 лет развиваются способности к отвлеченному мышлению. Сюжеты их игр строятся в основном на символическом воспроизведении явлений и событий из реальной жизни. Формирование у ребят осознанного внимания позволяет им в процессе игр более организованно, целенаправленно управлять своими движениями, одновременно сосредоточиваться на нескольких действиях в различных игровых ситуациях. Детям среднего школьного возраста во время игры свойственны более сложные взаимоотношения, основанные на опыте совместных действий, общих для всего коллектива. Многие игры формируют у детей чувства товарищества, коллективизма, ответственности.

Очень важно практиковать игры и игровые упражнения с большей интенсивностью и относительной длительностью непрерывных активных движений. С этой целью можно использовать следующие игры и игровые упражнения:

1. Руки на затылке. Выполнить команду присесть-встать, не опуская рук. Кто больше?

2. Лечь на живот, руки за спину с захватом за предплечья. По сигналу, не отпуская захвата рук, встать и поднять руки вверх. Кто быстрее?

3. Руки вперед-вниз соединены сцепленными пальцами. По сигналу необходимо быстро перешагнуть через них сначала правой, затем левой ногой, выпрямиться и повернуться кругом. Не отпуская рук, начать перешагивание обратно. После этого повернуться кругом и поднять руки со сцепленными пальцами вверх. Кто быстрее?

4. Поставив гимнастическую палку на пол перед собой и придерживая ее верхний конец рукой, надо перенести ногу через палку, не уронив ее. В момент переноса ноги игрок отпускает руку.

Побеждает тот, кто подряд выполнит это задание несколько раз, не уронив палки.

5. Чертят круг диаметром 50 см. В центр круга становится играющий. Он должен сделать прыжок в воздухе с поворотом на 360° и обязательно стать в этот же круг.

6. То же самое. Играющий в момент прыжка бросает мяч (любой) над головой и, приземлившись в круг, ловит его.

7. К перекладине (ветке) подвешивают мяч. На табуретку под перекладиной ставят коробку с пятью теннисными мячами. Участник игры, отведя мяч на себя до уровня головы, отпускает его. Пока подвешенный мяч совершит одно колебательное движение, игроку надо взять все мячи из коробки и вернуться в исходное положение.

8. На расстоянии 2—3 м от стены ставят булаву (городок). Игрок должен бросить мяч в стену так, чтобы отскочивший мяч сбил булаву.

9. Один из игроков подбрасывает волейбольный мяч. Второй, стоящий в 5—6 м от первого игрока, стремится попасть теннисным мячом в цель на лету. Каждому дают 3 попытки. Побеждает самый меткий.

10. Игрок держит палку горизонтально на ширине плеч. Его задача — перепрыгнуть через палку, не выпуская ее из рук.

Победителем считается тот, кто сделает подряд больше прыжков.

11. Ступнями ног зажать футбольный мяч, подбросить его и поймать руками.

Кто быстрее сделает это упражнение 3 раза подряд, тот и победитель.

12. Перенести поочередно 3 городка на расстояние 10 шагов, захватив городок двумя палками длиной 70 см.

13. Кто дальше пропрыгает вприсядку, не роняя палки, лежащей на бедрах?

14. Каждый участник держит гимнастический обруч вертикально на полу. По сигналу игроки сильно вращают обручи.

Выигрывает тот, чей обруч будет дольше вращаться.

15. Игроки становятся в затылок друг другу по трое. У каждого первого — скакалка. Все вместе они прыгают через нее.

Побеждает тройка, которая выполнит подряд больше прыжков, не задев скакалки.

16. Кто дальше бросит мяч, зажатый ступнями ног?

17. Ударяя о землю одновременно двумя мячами (каждой рукой), пройти от стартовой линии. Кто дальше?

18. У каждого участника в руках гимнастическая палка. Ребята располагаются на старте примерно в 2 м друг от друга. По сигналу они устремляются к финишу (15—20 м), измеряя расстояние палками. Кто быстрее?

19. С расстояния 6 м выбить из кружка столбик из трех круглых чурок, поставленных одна на другую. Сперва сбить верхнюю чурку, затем — среднюю и наконец стоящую на земле. Высота чурки — 13 см, диаметр — 10 см.

Побеждает тот, кто выбьет все чурки меньшим числом бит.

20. Игрок держит гимнастическую палку перед собой. Движением рук вверх-назад переводит ее за спину и обратно.

Побеждает тот, кто выполнит задание при наименьшем расстоянии между кистями рук.

Турнир любителей футбола

Турнир проводится по тем же правилам, что и турнир мастеров мяча (см. с. 25). Для игры используется волейбольный или футбольный мяч. Участники выполняют следующие упражнения:

1. Бросить мяч вверх, подбить коленом и поймать.
2. Бросить мяч вверх, подбить головой и поймать.
3. Бросить мяч вверх, подбить сперва коленом, потом головой и поймать.
4. Зажать мяч между ступнями. Подпрыгнуть, сгибая ноги, подбросить его вверх и поймать.
5. Поставить ногу носком на мяч, откатить его на себя, подобрать на подъем ноги, подбросить вверх и поймать.
6. Поставить ногу носком на мяч, откатить его на себя, подобрать на подъем ноги, подбросить его вверх, подбить коленом и поймать.
7. Поставить ногу носком на мяч, откатить его на себя, подобрать на подъем ноги, подбросить его вверх, отбить головой, подпрыгнуть и поймать.
8. Поставить ногу носком на мяч, откатить его на себя, подобрать на подъем ноги, подбросить его вверх, дать упасть на землю, опять направить ударом ноги вверх и поймать.
9. Ударяя ногой по мячу, попасть с расстояния 8 шагов в круг диаметром 1 м, нарисованный на глухом заборе.
10. Разбежавшись, подпрыгнуть вверх и ударить головой по подвешенному мячу, направив его вперед (вправо, влево, в зависимости от условий игры).

Соревнования «космических экипажей»

Играющие делятся на две команды — «экипажи космических кораблей» (5—8 человек). Каждая команда получает свое название. Результаты оценивает жюри. В программу соревнований могут быть включены следующие игры.

Космический полет.	На расстоянии 5—6 м от команд устанавливаются щитки с надписями «Марс», «Венера» или «Нептун», «Сатурн». Каждая команда изображает «многоступенчатую ракету» — ребята держат друг друга за пояс. По сигналу «Старт!» команды одновременно обегают вокруг своих «планет», причем после каждого «витка» одна «ступень» ракеты остается на месте старта. Побеждает та команда, которая, не нарушив правил, быстрее завершит «полет» — соберет всех играющих на месте старта.
---------------------------	---

**Надеть
скафандр.**

Экипажи выстраиваются в две шеренги, одна против другой. Каждой команде дают по 8 гимнастических обручей. По сигналу первые номера продевают через себя (сверху вниз или наоборот) один обруч, передают его следующим, а сами берут второй обруч, чтобы продеть его и передать снова и т. д. Каждый игрок продевает через себя все обручи. Побеждает тот экипаж, участники которого быстрее выполнят задание, не нарушив правил. Нельзя продевать два обруча одновременно.

Центрифуга.

В 8 м от каждой команды ставят по одному стулу так, чтобы передние ножки стояли на линии, начерченной на земле. По сигналу играющие по очереди бегут к своим стульям, садятся и, слегка приподнявшись, поворачивают их на 360° , причем направляющий выполняет один поворот, следующий игрок — два поворота, а участник под номером 3 — три и т. д.

Побеждает команда, игроки которой быстрее выполнят задание.

**Не отклоняясь
от маршрута.**

В игре участвует по одному члену экипажа. На противоположных концах площадки ставят по 2 табуретки в 5 м одна от другой. На табуретках, находящихся в одном конце площадки, размещают по 5 городков (кубиков), в другом конце занимают места двое играющих. Члены экипажа с закрытыми глазами должны перенести все городки по одному на свои табуретки. Побеждает тот, кто раньше это сделает.

В невесомости.

Члены каждого экипажа строятся, как для встречной эстафеты. Расстояние между встречными колоннами 8—10 м. Направляющему одной колонны каждого экипажа дают по 3 больших мяча (или надутые камеры). По сигналу он должен донести их направляющему противоположной колонны своего экипажа. Удерживать в руках 3 мяча трудно, а упавший мяч поднять без посторонней помощи еще трудней, поэтому члены экипажа должны передвигаться очень осторожно. Побеждает команда, быстрее выполнившая задание.

**В космическом
пространстве.**

Игроки строятся в колонну по одному за общей линией старта. В 6 м от нее против каждой команды установлен гимнастический обруч на подставке, а через 2 м на полу лежит еще один обруч. У направляющего в руках ракетка для на-

стольного тенниса с шариком. По сигналу он выбегает вперед, пролезает сквозь обруч на подставке. Поднимает с пола второй обруч, продевает его через себя и возвращается к своей колонне. Там он передает ракетку и шарик очередному игроку, который выполняет то же самое. Если шарик упал, его надо поднять и продолжить задание.

Выигрывает команда, игроки которой быстрее закончат эстафету.

«Наездники»

Играющие делятся на две равные команды. По жребию одна команда «кони», а другая — «наездники». «Кони» становятся по кругу на расстоянии двух шагов друг от друга. «Наездники» садятся на них верхом и по сигналу перебрасывают между собой баскетбольный мяч. «Кони» мешают ловить его, поворачиваясь на месте. Как только мяч упадет, «кони» сбрасывают «наездников» и все вместе бегут за мячом. Если кому-то из игроков удастся схватить мяч, его команда становится «наездниками». Игра продолжается 5 минут.

Команда считается победительницей в том случае, когда ее игроки смогли дольше продержаться в роли «наездников».

Играющие в парах («конь» и «наездник») должны быть равными по силам. Необходимо следить, чтобы «кони» не передвигались по площадке, а только поворачивались на месте. Игра рекомендуется только для мальчиков.

Отбей мяч

Игра проводится на лужайке или площадке размером не менее 40×20 м. Посредине площадки отмечается коридор шириной 2 м, в концах которого ставят по флажку. Играющие делятся на две равные команды. По жребию одна команда — водящие — размещается за лицевой линией, другая — охотники — за боковыми линиями.

По сигналу один игрок из команды водящих подходит к флажку с волейбольным мячом, подбрасывает его над собой и отбивает в поле. Если мяч упадет в пределах площадки, игрок имеет право бежать по коридору к дру-

гому флажку и назад. В это время играющие другой команды стараются быстрее подобрать мяч и попасть в бегущего, за что им начисляется выигрышное очко. Если же бегущий добежит до флажка и назад неосаленным, его команда получает очко.

Когда мяч отбит неточно и вылетел за пределы площадки, игрок теряет право перебежки и становится в конце своей команды.

Охотники, подобрав мяч в поле, должны вернуться за боковую линию и только тогда произвести бросок. Если они считают, что производить бросок нецелесообразно, охотники не имеют права задерживать мяч и должны перебрасываться им между собой.

Когда все игроки водящей команды отобьют по одному разу мяч, команды меняются ролями.

Побеждает команда, игроки которой наберут больше очков.

Найди флажок

Игра проводится на лужайке или большой площадке. Каждый играющий должен иметь при себе повязку или платок для завязывания глаз. В центре ставится флажок. Играющие строятся по кругу в 25—30 м от флажка.

По сигналу каждый играющий завязывает себе глаза. Затем руководитель подает различные команды: «Кругом!», «Направо!», «Налево!», «Три шага вперед, шагом марш!» и т. д. Как только будет подана команда «К флажку шагом марш!», все начинают продвигаться, не снимая повязки с глаз, под счет руководителя. Через несколько шагов (15—20) раздается команда «Стой!». После этого играющие останавливаются и снимают повязки с глаз.

Победителем считается тот, кто окажется ближе к флажку.

Глазомер

Игра проводится на открытой поляне или лужайке. Для игры требуются 3 флажка и 2 метровые палки. Назначаются 2 контролера. Все остальные участники рассаживаются.

Руководитель устанавливает 2 флажка на расстоянии 20—25 м один от одного. Третий флажок дается перво-

му игроку, сидящему с краю. Он должен на глаз найти середину между двумя стоящими флажками. Игрок устанавливает свой флажок. После этого контролеры измеряют метровыми палками отклонение от середины. Затем идет следующий по очереди игрок и также отмечает на глаз середину между флажками. Контролеры проверяют его точность.

Побеждает тот, кто наиболее правильно укажет середину.

В а р и а н т. Руководитель предлагает играющим определить расстояние в шагах (метрах) до какого-нибудь предмета (куста, дерева, столба, камня). Все игроки должны запомнить, какое число назвал каждый. Затем контролеры измеряют указанное расстояние.

Побеждает тот, кто точнее определил расстояние.

Ориентировка по слуху

Игра проводится на открытой поляне или лужайке. Участники игры выстраиваются в шеренгу на расстоянии двух-трех шагов друг от друга. Каждый участник завязывает глаза повязкой. Руководитель становится в 50—60 м от играющих. Он подает сигнал (один свисток), и все начинают движение в его сторону. По второму сигналу (два свистка) игроки останавливаются, а руководитель переходит на новое место. Теперь все двигаются в новом направлении. Так руководитель переходит с одного места на другое 2—3 раза, а затем подает окончательный сигнал, после которого все снимают повязку с глаз.

Победителем считается тот, кто окажется ближе к руководителю.

Поиски пропавшей группы

Для проведения игры подбирают лесистую пересеченную местность. Участники должны хорошо разбираться в передвижении по азимуту. Играющие делятся на три группы. По жребию одна из них под наблюдением помощника руководителя прячется в наиболее удобном месте, заняв не более 100 м в квадрате. Участники маскируются на земле и на деревьях. Об уходе этой группы

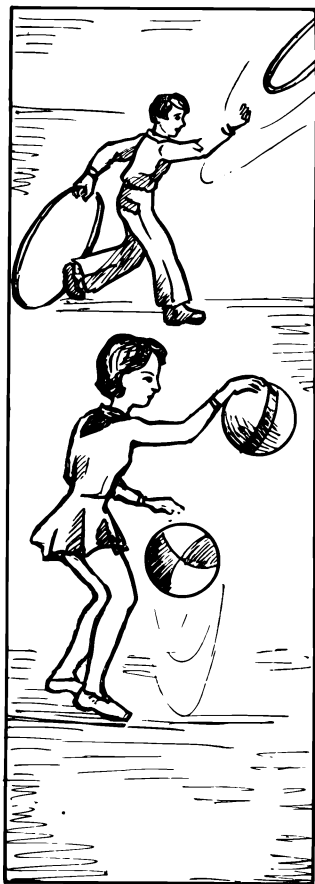
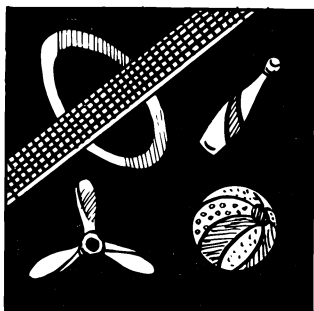
никто не должен знать. В 1,5—2 км от укрытия выбирается место старта — начала игры. Руководитель готовит два маршрута по азимуту к месту укрытия ушедшей группы. Они различны по направлению, но одинаковы по расстоянию.

Через два часа после ухода первой группы руководитель дает командам компасы, указывает маршруты с азимутами и расстоянием в шагах для каждого направления. Группы отправляются на поиски пропавших. Играющие передвигаются, руководствуясь данными азимута, и проходят указанное число шагов в обозначенном направлении. Придя к конечному пункту, они должны найти ребят.

Группа, игроки которой быстрее обнаружат укрывшихся (больше половины), считается победительницей.

Если же обе группы, ушедшие на поиски, сбились с пути и на протяжении 1,5—2 часов не найдут спрятавшихся ребят, руководитель дает сигнал об окончании игры, а первая группа считается победительницей.

ИГРОВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ И ИГРЫ ДЛЯ ПОДРОСТКОВ



Игры подростков требуют умелого применения ранее усвоенных двигательных умений и навыков в новых сочетаниях и комбинациях, большой сложности игровых ситуаций. Так, например, многие игры с мячом являются как бы переходными или подготовительными к спортивным играм, в которых содержатся родственные приемы и действия.

Игры с определенной длительностью при непрерывных активных двигательных действиях могут вызвать у ребят учащение пульса, повышение кровяного давления. Но, как показывает практика, у большинства подростков сердечно-сосудистая система хорошо приспособляется к высоким нагрузкам. В процессе таких игр, когда все или большинство занимающихся одновременно участвуют в прыжках, метании, передаче и ловле мяча в сочетании с бегом, прыжками или с преодолением препятствий, у подростков воспитывается своеобразный вид игровой выносливости.

Стремление подростков к совершенствованию умений и навыков в сложных играх побуждает их к самостоятельному анализу причин успехов и неудач в игре, к объективным логическим заключениям, согласованным с товарищами по команде.

В подвижных играх с разделением на команды играющие всегда заинтересованы в том, чтобы в каждую из них входило одинаковое число мальчиков и девочек.

В подростковом возрасте становятся вполне доступными наиболее сложные по техническим приемам и тактическим действиям подготовительные игры к баскетболу, волейболу, ручному мячу.

1. Стоя друг против друга, одновременно сильным ударом бросить маленькие мячи, ударяя их о землю. Побеждает тот, чей мяч, отскочив от земли, позже приземлится.

2. Прыгая через короткую скакалку, подбежать под вращающуюся длинную скакалку и продолжать прыжки через обе скакалки. За каждую пару прыжков через длинную и короткую скакалки играющие получают по одному очку. Побеждают игроки, набравшие больше очков.

3. Вбежать под вращающуюся длинную скакалку и прыгнуть 10 раз через нее, подбрасывая маленький мяч. Побеждает тот, кому удастся это сделать.

4. Наклониться вперед так, чтобы туловище приняло горизонтальное положение, и положить маленький мяч на затылок. Быстро выпрямившись, подкинуть мяч вверх и поймать его двумя руками. Победит тот, кто подряд выполнит большее число раз это упражнение.

5. Подбросить теннисный мяч повыше, выбежать из круга, положить как можно дальше от него камешек на землю и, вернувшись в круг, поймать мяч на лету. Кто сумеет положить камешек дальше других за круг и поймать мяч, тот и победитель.

6. Взяться правой рукой за носок левой ноги и перепрыгнуть через это «препятствие». Кто больше сделает прыжков?

7. В положении ноги вместе держать теннисный мяч за спиной в вытянутых руках. Бросить мяч через голову вверх и немного вперед по дуге, коснуться пальцами пола, выпрямиться и поймать мяч на лету. Кто первым сделает это три раза подряд?

8. Жонглировать футбольным мячом, подбивая его головой. Кто больше?

9. Жонглировать футбольным мячом, подбивая его ногой. Кто больше?

10. Кто дальше бросит набивной мяч двумя руками из-за головы?

Соревнование богатырей

Соревнования проводятся в форме поединков между играющими с личным и командным зачетом. Победитель в личном первенстве выявляется по принципу выигрыша у трех-пяти противников подряд или по числу набранных очков.

Участники соревнований должны быть примерно равны по силе и возрасту.

Кто перетянет первым. Стоя на левой ноге, правым боком друг к другу, два участника захватывают согнутой ступней правую ногу противника. По сигналу каждый игрок старается перетянуть таким образом другого к своей черте, находящейся в 2—3 м за ним. Затем перетягивание проводится вторично, но уже левыми ногами.

Достать булаву. Каждый из двоих играющих надевает на правую ногу петлю, завязанную на концах двухметровой веревки. По сигналу каждый игрок старается дотянуться рукой до булавы, которая находится от него на расстоянии 1 м.

Выигрывает тот, кто первым это сделает.

Кто сильнее. Двое играющих, стоя спиной друг к другу, надевают через головы лямку — толстую веревку или длинный ремень со связанными концами. Лямка должна пройти под мышками и плотно обтянуть грудь. По сигналу каждый игрок старается перетянуть другого за черту, отмеченную в 3 м от него.

Вынести из круга. Двое играющих становятся в середине начерченного круга диаметром 3 м. По сигналу каждый игрок старается схватить противника, поднять и вынести из круга, не давая ему коснуться ногами пола.

Борьба ногами. Два участника ложатся на спину так, чтобы ноги одного были рядом с головой другого («валетом»), руки вытянуты вдоль туловища. Оба соприкасаются друг с другом правым боком. По

сигналу каждый поднимает правую ногу вверх и захватывает изнутри правую ногу противника, стараясь заставить его сделать кувырок назад. Надо следить, чтобы играющие одновременно поднимали ноги вверх и не держались руками за посторонние предметы. Место для проведения этого конкурса должно быть ровное, лучше всего постелить гимнастические маты.

Столкни. Играющие стоят друг против друга, одна нога ставится за другой (носок ноги соприкасается с пяткой), левая рука за спиной. Сохраняя это положение, по сигналу игроки ударами ладоней правых рук стараются столкнуть друг друга с места. Можно применять ложные движения, убирать руку и т. д.

Игру можно провести на гимнастической скамейке. Играющие становятся друг к другу спиной и на вытянутых вверх руках держат гимнастическую палку. По сигналу, наклоняясь вперед, каждый старается оторвать соперника от земли.

Сильная хватка. Игроки, стоя в круге диаметром до 5 м, берутся за концы шеста, длина которого 2—3 м, а диаметр не более 6 см. По сигналу оба стараются вытолкнуть противника из круга. Проигрывает тот игрок, обе ноги которого окажутся за кругом, или тот, кто выпустит шест из рук. Играющим нельзя касаться руками друг друга.

Вытолкни из круга. Играющие стоят в кругу на правой ноге друг против друга, левую ногу поддерживают рукой за голень сзади. Игрок старается толкнуть партнера плечом так, чтобы он стал на обе ноги или вышел за круг. Это считается проигрышем. Нельзя толкать руками и наклонять голову вперед.

Меткие бомбардиры

На двух противоположных концах волейбольной площадки (без сетки) параллельно лицевым линиям проводятся дополнительные на расстоянии 1,5 м. Расстояние между лицевой и дополнительной линиями — коридор «плена».

Играющие делятся на две равные команды, каждая из которых свободно размещается на своей половине

площадки. По жребию мяч отдается одной команде. Игроки, владеющие мячом, стараются попасть в противника, не переступая средней линии. Мяч передают друг другу.

Игрок, в которого попали мячом, идет в коридор «плена». Игра длится 10 минут. Затем игроки меняются площадками, и игра продолжается. По истечении времени подсчитывается число очков за два тура.

Побеждает команда, игроки которой наберут больше очков.

Во время игры необходимо выполнять следующие правила:

1. С мячом в руках можно сделать не более двух шагов, его нужно вести, ударяя о землю.

2. Играющие не имеют права заходить за среднюю линию в поле противника, а также в коридор «плена».

3. Попадание с отскоком мяча от пола не принимается во внимание.

4. «Пленный» может быть выручен. Для этого игроки из его команды должны перебросить мяч так, чтобы тот поймал его на лету, не выходя за черту. После этого «пленный» возвращается в свою команду с мячом в руках. Если же он поймал мяч с отскоком от пола или после прикосновения к другому игроку, то вырученным не считается и передает мяч своим игрокам.

5. Если мяч оказался за линией «плена», его выбрасывают оттуда «пленные» игрокам своей команды. Если в «плени» еще никого нет, мяч из-за линии берет любой игрок команды, которая бросала мяч.

Четырнадцать огня

Игра проводится на волейбольной площадке. В обеих командах выбирают капитана. Руководитель игры стоит в центре средней линии и подбрасывает мяч между капитанами команд. Они стремятся завладеть мячом или отбить его в сторону своих игроков. Захватив мяч, игроки одной команды стараются попасть мячом в соперников, не переступая средней линии. Игрок, в которого попали мячом, становится за боковой или лицевой стороной площадки противника и продолжает играть, осаливая мячом противника. Все остальные правила такие же, как и в предыдущей игре.

Следует учесть, что чем больше игроков оказывается за боковой и лицевой сторонами площадки, тем сложнее играть оставшимся игрокам, так как им приходится защищаться от бросков мячом с четырех сторон.

Игра ведется до тех пор, пока игроки одной из команд не будут выбиты. Эта команда считается проигравшей.

Защита товарища

Все играющие, кроме двух, становятся в круг на расстоянии вытянутых рук. Перед их носками чертится окружность. В середину круга входят двое водящих. По сигналу играющие начинают бросать мяч в одного из водящих, стараясь его осалить. Другой водящий — защитник — отбивает мяч, защищая своего товарища. Игрок, который попал мячом в водящего, выбирает себе напарника и вместе с ним входит в круг, после чего игра продолжается.

Выигрывает пара, которая дольше продержится в роли водящих.

Русская лапта

На одной стороне площадки проводится черта «города», на противоположной на расстоянии 50 м от черты «города» — черта «кона». Если игра будет проводиться на лужайке, линии «города» и «кона» можно отметить флажками. Пространство между «городом» и «коном» называется «полем». Для игры требуется лапта (толстая палка длиной 70—80 см с утонченным концом, чтобы удобнее было ее держать) и маленький резиновый мяч. Играющие выбирают двух капитанов («маток», как обычно называют их в этой игре) и делятся на две команды.

По жребию одна команда идет играть в «поле», а другая — в «город». Команда, которая играет в «поле», размещается в нем в произвольном порядке, лицом к черте «города». Другая команда становится в «городе».

Один игрок из команды, находящейся в «поле», становится подавальщиком и идет к соперникам в «город».

Капитан команды, находящейся в «городе», получает лапту и устанавливает очередь между своими игроками для отбивания мяча в «поле». Подавальщик, пришедший из команды «поля», получает маленький мяч.

Первый по очереди игрок из команды «города» берет лапту и становится у линии «города». Подавальщик, стоя у линии «города», подбрасывает мяч, а первый игрок отбивает его лаптой как можно дальше в «поле». Если удар по мячу был хороший, игрок бежит через «поле» на «кон» и обратно. Если же удар был слабый и мяч упал неподалеку, игрок остается в «городе» и ждет хорошего удара следующего игрока, после чего бежит. Игроки «поля» стараются поймать «свечу» (мяч на лету) или схватить мяч с земли и осалить им перебегающих. Если кому-либо из игроков «поля» удастся поймать «свечу», то все они идут играть в «город», а соперники переходят в «поле». Если же игрокам «поля» удастся попасть мячом в кого-либо из перебегающих, то сейчас же все они бегут в «город», а игроки из «города» быстро бегут в «поле» и стараются отсалиться, т. е. попасть в кого-либо из участников, не успевших убежать в «город». Если им это удастся, то они опять бегут быстрее в «город», а из «города» команда бежит в «поле» и также стремится отсалиться. Когда в «городе» удастся утвердиться какой-либо неосаленной команде, игра продолжается.

Победительницей считается та команда, которая дольше другой продержится в «городе».

Напомним основные правила игры:

1. Играющие в «городе» отбивают мяч в «поле» по очереди, установленной капитаном.

2. Каждый игрок может бить по мячу только один раз, независимо от того, попал он или промахнулся. Право на следующий удар он получает после того, как сбегает на «кон» и вернется обратно неосаленным. Вернувшись, он занимает очередь за последним не пробившим по мячу игроком.

3. Капитан может бить подряд три раза и бежать после любого удара.

4. Перебегающий игрок должен оставить лапту в «городе», иначе ему придется вернуться и бежать снова.

5. Перебегать можно сразу нескольким участникам, использовавшим свое право перебежки после сильного удара другого игрока.

6. Подавальщик, как и игроки, находящиеся в «поле», имеет право осалить мячом перебегающих.

7. Перебегать можно до тех пор, пока мяч находится

вне «города». Как только мяч попал в «город», всякое передвижение игроков прекращается.

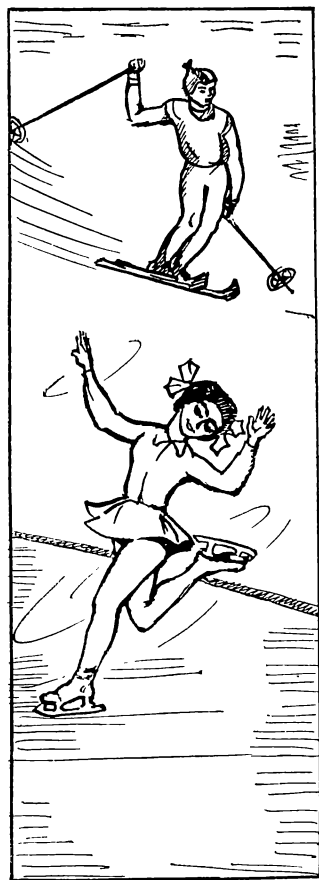
8. После осаливания команда «поля» бежит в «город» и на «кон», кому куда ближе.

Эта игра по своей структуре сложная, с большим числом правил, но усваивается детьми очень быстро. Специальный судья здесь не требуется, его роль выполняют капитаны. Тактика игры воспринимается постепенно. Так, например, слабые игроки участвуют в начале игры, с тем чтобы сильные могли в дальнейшем наверстать упущенное. Капитан может бить по мячу последним, чтобы использовать свое преимущество (три удара) в случае, если его игроки задержатся на «кону» или в «городе». На роль подавальщика хорошо посылать меткого игрока, который может оказать помощь своей команде в осаливании перебегающих. Большое значение в этом имеют дружные, согласованные действия: надо, например, не самому бежать с мячом, а передать его тому, кто ближе находится к перебегающему.

Выигрыш в этой игре можно уточнить, введя правило: каждый сбегавший на «кон» и обратно получает очко для своей команды. Это дает возможность подсчитать все удачные перебежки на «кон» и обратно.

Команда, набравшая большее или установленное число очков за определенное время, считается победительницей.

ИГРЫ ДЛЯ ЗИМНЕГО ПРАЗДНИКА



Подвижные игры, забавы, организуемые зимой на открытом воздухе, имеют большое оздоровительное значение. Они могут проводиться в зимних пионерских и туристских лагерях, в школе и по месту жительства. Особенно популярны «Белые Олимпиады», в программу которых входят соревнования между отрядами, классами. На школьной площадке или в близлежащем парке можно провести немало интересных игр. А во дворе, где ребята проводят большую часть свободного времени, полезно также организовать увлекательные игры со снежками, на санках, коньках, лыжах.

Весьма популярны среди детворы праздники зимы. Их организатору необходимо помнить, что игры и конкурсы следует чередовать, учитывая интенсивность и продолжительность. Важно, чтобы ребята активно участвовали в играх и не простаивали долго на морозе.

В программу праздника можно включить карнавальное

шествие костюмированных пар, выступление солистов-фигуристов, инсценировки из басен, сказок, а также демонстрацию техники бега лучших скороходов и разнообразные игры.

Праздник должен чувствоваться во всем: в разноцветных флажках и пахнущих хвоей гирляндах, в снежинках, вырезанных из цветной бумаги и сделанных из ваты, в приветствиях ряженных.

Ниже изложены различные игры, которые могут лечь в основу праздника на катке, во дворе около дома, в школе и зимнем пионерском лагере. На основании предлагаемых игр организаторам праздника можно самим составить сценарий, ориентируясь на уже разработанный (см. с. 83).

Парные гонки¹

Участники каждой команды становятся парами лицом друг к другу за общей линией старта. Перед каждой командой на расстоянии 30 м установлены стойки. По сигналу первая пара в команде устремляется к стойке. Один в паре скользит спиной вперед. У стойки они меняются ролями и возвращаются на место. Очередная пара стартует тогда, когда предыдущая пересечет линию старта.

Треноги

Участники делятся на команды и строятся парами за общей линией старта. У каждой пары связаны ноги (правая с левой) шарфом выше колена. Перед командами на расстоянии 40 м от линии старта установлена стойка. По сигналу первые пары бегут к стойкам и возвращаются на место. Затем стартуют очередные пары.

Выигрывает команда, раньше закончившая эстафету.

Эстафета с булавами

Команды по 10 участников строятся за общей линией старта в колонну. Перед каждой колонной в 12 м от линии старта через каждые 2 м поставлено 9 булаз. Меж-

¹ Эта и следующие 17 игр — для юных конькобежцев.

ду последними двумя булавами установлена надувная игрушка (матрешка, заяц).

По сигналу направляющие выбегают вперед, хватают ближнюю булаву и возвращаются на свое место. Очередной игрок стартует лишь тогда, когда предыдущий пересечет линию старта. С каждым забегом расстояние увеличивается. Замыкающий игрок должен схватить игрушку и стать на место.

Побеждает команда, которая раньше выполнит задание.

Поменяйся местами

Игроки каждой команды строятся в шеренги навстречу друг другу за лицевыми линиями ледяной площадки. По сигналу конькобежцы стремятся пересечь линию противоположной команды. Выигрышное очко присуждается той команде, игроки которой в полном составе выполнят задание, возьмутся за руки и громко скажут: «Есть!» Конькобежцы выполняют 12—15 перебежек с интервалами для отдыха. Побеждает команда, участники которой наберут больше очков.

Перед стартом следует разомкнуть игроков на вытянутые руки, чтобы во время встречного движения не было столкновений. Каждый участник должен обегать своего соперника с правой стороны.

Игру можно разнообразить за счет изменения исходного положения (из положения глубокого приседа, находясь спиной к направлению движения и т. д.), а также путем изменения способа передвижения (спиной вперед, отталкиваясь одной ногой, в паре и т. д.).

Кто быстрее

Игроки двух команд располагаются в шеренги лицом друг к другу на противоположных сторонах ледяной площадки и рассчитываются по порядку номеров. На левом фланге каждой шеренги в углу площадки устанавливают стойку. На середине площадки ставят табурет с надувной игрушкой (матрешкой, зайцем и т. д.). Ведущий называет номер, игроки обеих команд под этим номером устремляются к стойке противоположной шеренги, огибают ее и, отталкиваясь одной ногой, стараются схватить надувную игрушку с табурета, за что команде начисляется

очко. Затем игрушку ставят на место, и игра продолжается.

Побеждает команда, игроки которой наберут больше очков.

Эстафета с обменом мячей

Игроки каждой команды выстраиваются за общей линией старта в колонну по одному. Рядом с направляющими игроками на льду лежат 2 набивных мяча. На расстоянии 30 м от линии старта против каждой колонны поставлены 2 булавы. По сигналу направляющие игроки команд берут мячи и бегут к булавам, кладут мячи, а с булавами возвращаются к своей колонне спиной вперед. За линией старта они передают булавы очередным игрокам. Те устремляются вперед, ставят булавы на место, берут мячи и возвращаются спиной вперед.

Побеждает команда, игроки которой быстрее выполнят задание.

Собери флажки

На катке через каждые 25 м расставляют группы флажков. В первом ряду флажков должно быть на два меньше, чем играющих в обеих командах. Во втором ряду — еще на два флажка меньше и т. д. Если от каждой команды стартует по 8 участников, то флажков в рядах должно быть последовательно 14, 12, 10, 8.

Конькобежцы начинают бег по сигналу. Каждый старается завладеть флажком в первом ряду. Двое игроков, оставшихся без флажков, выбывают. Затем начинается очередной забег. Побеждает команда, у которой после четырех забегов останется больше участников.

«Поезда»

Конькобежцы каждой команды строятся в колонну по одному за общей линией старта. Каждый участник держит за пояс стоящего впереди. Напротив каждой колонны на протяжении 30 м равномерно расставлено 6 стоек. По сигналу игроки начинают продвигаться вперед зигзагообразно, цепочкой огибая стойки справа и слева, а затем возвращаются на место.

Побеждает команда, игроки которой быстрее закончат задание и не разъединят руки.

В а р и а н т. Направляющий бежит до последней стойки по прямой линии, а возвращается пробегая между стойками зигзагообразно. За стартовой линией к нему присоединяется очередной игрок и берет его за пояс. Затем они двигаются к последней стойке и обратно таким образом, что первый лишь скользит, а второй толкает его. Когда они оба пересекут стартовую линию, к ним присоединяется третий и т. д. Игроки, возвратившиеся за стартовую линию, не имеют права отталкиваться ногами. Они только скользят на коньках, а толкает их очередной присоединившийся к ним игрок.

Меткие хоккеисты

Хоккейные ворота превращают в мишень: нижнюю лицевую их часть закрывают доской с прорезями внизу (центральная прорезь диаметром 40 см, а крайние по углам по 30 см). От каждой команды участвует по 5 хоккеистов. С расстояния 10 м надо произвести клюшкой прицельный бросок в ворота так, чтобы шайба проскочила в одну из прорезей-мишеней. За попадание в центральную мишень участник получает одно очко, за попадание в крайнюю — два.

Побеждает команда, игроки которой наберут больше очков.

Эстафета с гимнастической палкой

Каждая команда строится, как для встречной эстафеты, на противоположных сторонах ледяной площадки парами. Первая пара одной из колонн держит за оба конца гимнастическую палку. По сигналу она бежит вперед. Навстречу ей устремляется первая пара встречной колонны. Они передвигаются, взявшись за руки. При встрече игроки с палкой опускают ее как можно ниже, а вторая пара этой команды перепрыгивает через палку, не разъединяя рук. Затем каждая пара продолжает начальное движение и становится в конец своей колонны. При этом игроки передают палку стоящей впереди паре, и игра продолжается. В ходе эстафеты те пары, которые стояли в конце, снова оказываются первыми и перебегают

на ту сторону площадки, где они стояли вначале. Однако роли игроков меняются: те, кто раньше был с гимнастической палкой, теперь будут перепрыгивать через нее. Игра заканчивается, когда каждая пара сделает по две перебежки (с палкой и без нее) и снова окажется на своем месте.

Побеждает команда, игроки которой быстрее выполнят задание.

«Рыбаки» и «рыбки»

Флажками на подставках ограждают ледяную площадку размером 20×30 м. По жребию одна команда — «рыбки», а другая — «рыбаки». Все игроки одной команды («рыбки») располагаются произвольно по всей площадке. Четыре игрока другой команды («рыбаки»), взявшись за руки, образуют «невод». По сигналу «рыбаки» начинают преследовать «рыбок», стараясь догнать **любую** из них и сомкнуть вокруг нее руки. Пойманный игрок выбывает из игры. Игра продолжается 3 минуты, после чего участники меняются ролями.

Выигрывает команда, «рыбаки» которой поймают больше «рыбок».

Защита укрепления

На льду чертят 2 концентрических круга диаметром 1,5 и 4,5 м (круги проводят разведенной в воде синькой или темной меловой краской). При хорошей технической подготовке участников круги могут быть увеличены в два раза. В малый круг ставят 6 булав (городков) на равном расстоянии одна от другой.

По жребию одна команда — защитники — располагается равномерно в зоне большого круга. Другая команда — нападающие — располагается за пределами большого круга. У всех игроков в руках хоккейные клюшки.

По сигналу игроки нападающей команды начинают передавать друг другу шайбу за кругом и, выбрав момент, бросают во внутренний круг, стараясь сбить булав. Защитники препятствуют этому, подставляя клюшки. Если защитникам удалось перехватить шайбу, они стараются задержать ее у себя и перебрасывают друг другу внутри своей зоны. Нападающие, не переходя линии

большого круга, могут отнимать шайбу клюшками, чтобы затем снова сбивать ею булавы. Игра продолжается 5 минут, затем команды меняются ролями.

Выигрывает команда, чьи нападающие сумеют сбить больше булав.

Эстафета хоккеистов

Игроки каждой команды строятся, как для встречной эстафеты, на противоположных сторонах ледяной площадки. Между встречными колоннами команд равномерно расставлено 7 стоек. У направляющего одной из встречных колонн в руках клюшка и шайба. По сигналу хоккеисты с шайбой направляются к игрокам противоположной колонны своей команды, проходя между стойками зигзагообразно. За линией старта хоккеист передает клюшку и шайбу направляющему этой колонны, а сам становится замыкающим. Игрок, получивший клюшку и шайбу, выполняет то же самое.

Выигрывает команда, игроки которой быстрее поместятся местами.

Комбинированная эстафета

Участники команд строятся за общей линией старта. Перед каждой колонной на расстоянии 30 м установлена стойка. Конькобежцы должны обежать стойку и вернуться за линию старта. И только тогда имеет право стартовать очередной игрок. Эстафета состоит из следующих этапов и заданий:

1-й этап. Бег вдвоем, взявшись за руки.

2-й этап. Бег вдвоем в одном гимнастическом обруче.

3-й этап. Продвижение вперед в паре лицом друг к другу. Один скользит, другой отталкивается. У стойки меняются ролями.

4-й этап. Бег в паре со связанными ногами (правая одного игрока с левой другого).

5-й этап. Бег с ведением баскетбольного мяча клюшкой. Сначала выполняет один игрок, затем — второй.

6-й этап. Бег с перевозкой на санках своего товарища. У стойки меняются ролями.

7-й этап. Бег в паре. Передача шайбы клюшкой.

8-й этап. Бег сидя верхом на метле. Сначала выполняет один игрок, затем — второй.

9-й этап. Скольжение на коньках, отталкиваясь лыжными палками. Сначала выполняет один игрок, затем — второй.

10-й этап. Все игроки, взяв за пояс впереди стоящего, бегут вперед к стойке и возвращаются цепочкой. Руки отпускать нельзя.

Побеждает команда, игроки которой быстрее выполнят все задания, соблюдая правила эстафеты.

Внимание, вам почта!

Всем желающим принять участие в игре выдают заранее заготовленные номера. Их прикрепляют булавками к одежде. По радиос диктор объявляет, что прием корреспонденции производится возле одного из столиков, где установлен микрофон. На «почте» к услугам корреспондентов имеются карандаши и бумага. На письмах проставляют номер адресата и сдают их в окошко с надписью «Прием радиописем». Кроме того, на катке разъезжают в специальной форме «почтальоны». Они тоже собирают письма и доставляют их на «почту». Время от времени диктор сообщает по радио: «Внимание, внимание! Поступили срочные телеграммы в адрес следующих номеров: 7, 14, 17, 38. Обладателей этих номеров просим зайти на «почту» за получением телеграмм». Письма и телеграммы могут также разносить «почтальоны», отыскивая участников с нужными номерами.

Нарисуй картину

Для проведения игры надо заготовить десяток художественных открыток с различными видами и сюжетами о зиме. Каждую открытку разрезают (произвольно) на 8—10 частей и перемешивают их. Каждому входящему на каток вручают одну часть открытки.

В определенное время диктор сообщает по радио, что объявляется конкурс на лучшую коллективную открытку. Играющие должны из имеющихся у них частей составить открытку. Группа, выполнившая задание первой, получает приз.

Организаторы должны проследить за тем, чтобы части в открытке точно совпадали.

Судейская коллегия в сборе

По радио сообщают о начале массовой игры. Группа конькобежцев разъезжает по катку. В руках у них пачки разноцветных листов, на которых отпечатаны условия игры:

«Вы назначаетесь главным судьей соревнований по конькам. На этом листке 10 отрывных талонов с указанием одного из членов судейской коллегии. Например, несколько десятков листов имеют талоны № 1, то есть главного судьи, в других указан только заместитель главного судьи (тalon № 2), секретарь соревнований (тalon № 3), стартер (тalon № 4), судья-секундометрист (тalon № 5), судья на повороте (тalon № 6), судья-информатор (тalon № 7), судья на переходе (тalon № 8), судья-счетчик кругов (тalon № 9) и судья на финише (тalon № 10). Обменяйтесь с другими участниками игры талонами так, чтобы собрать полный состав судейской коллегии, то есть получить 10 разных талонов. После этого талоны сдайте вместе с листками в штаб игры».

Победителем станет тот, кто быстрее справится с заданием.

Бильярд на льду

В игре участвуют 2—4 человека. Для игры необходимо иметь 16 хоккейных шайб и клюшки.

Игра проводится на ледяной площадке размером 6×4 м. По краям площадки вмораживаются доски-борта толщиной 4 см. В середине продольных сторон бортов и по углам делаются ворота-лузы шириной 25—30 см.

Правила игры в бильярд на льду те же, что и в обычном бильярде. Выигрывает тот, кто сумеет раньше загнать в лузы 8 шайб.

Ледяная карусель

Столб, в верхний конец которого вгоняется металлический стержень (например, лом), вкапывают в землю или вмораживают в лед. Высота его 70—80 см. Затем на этот стержень насаживают готовое (или специально сделанное) колесо. К колесу прикрепляют длинные шесты, а к ним подвязывают санки. Вокруг столба снег посыпа-

ют золой или песком. Ребята раскручивают карусель. Дорожку, по которой катятся санки, очищают от снега и заливают водой. Для большей устойчивости санки можно сделать широкими (60—90 см) или скрепить вместе двое саней.

Меткие броски

Вдоль катка, сбоку, ставят 4—5 стоек высотой 90—100 см, укрепленных на деревянных подставках. Расстояние между ними — 5—8 м. Вдоль стоек, в 2—3 м от них, насыпают невысокий снежный вал.

Участник игры получает пять деревянных колец диаметром 20—25 см и бежит вдоль вала, по пути стараясь набросить на каждую стойку по одному кольцу.

Выигрывает тот, кто, не замедляя движения, набросит больше колец на стойки.

Штурм зимней крепости

Для игры необходимо иметь 2—3 круглых деревянных щитка на палке (диаметр щитка 30 см), голубой флаг, веревку с небольшими колышками или цветными флажками.

В игре может принимать участие весь класс.

Играющие скатывают снежные комья, из которых делают стены крепости. Их высота может достигать 1,5—2 м. С тыльной стороны крепости имеется вход. По углам сооружают 3—4 башни, в которые втыкают деревянные щитки. На одной из башен укрепляют голубой флаг. В стенах можно прорубить бойницы. Они помогут осажденным лучше видеть, что делается вокруг. Внутри крепости, возле стен, насыпают снежный вал. Встав на него, защитники бросают снежки.

Подступы к крепости опоясывают тремя рядами «колючей проволоки» (веревка с привязанными к ней небольшими колышками или обычными цветными флажками). Первое ограждение находится в 10 м от стен, второе — в 16 м, а третье — в 25 м.

Играющие делятся на две команды. Одна из них, согласно жеребьевке, — штурмующие (15—20 человек), а другая — обороняющиеся (8—10 человек).

Перед началом «сражения» штурмующие и обороняющиеся готовят «боеприпасы» — снежки.

По сигналу группа штурмующих из-за дальнего заграждения «обстреливает» крепость снежками, стараясь хотя бы один раз попасть в каждый из трех щитков.

Выполнение этого условия позволяет штурмующим перейти на следующий «огневой рубеж». Тут обороняющиеся также открывают «огонь» по противнику. Начинается «перестрелка». Участники обеих команд выбывают из игры, когда в них попали снежками.

Когда судья отметит еще по одному попаданию в каждый щиток, штурмующие получают право перейти последнюю полосу заграждения и подходят совсем близко к крепости. Отсюда им гораздо легче поражать мишени. Зато и обороняющимся открывается возможность обрушить град снежков на штурмующих.

На последнем рубеже штурмующие также должны попасть в каждый щиток хотя бы один раз. После этого они предпринимают последний штурм, чтобы завладеть крепостью. Их задача — захватить флаг, который защитники не имеют права убирать с башни. Если штурмующим удалось захватить флаг, то им присуждается победа. Если же все они на пути к флагу будут поражены меткими бросками защитников, то в этом случае побеждают обороняющиеся.

Можно условиться проводить игру на время, например в течение 20 минут. Если в указанный срок крепость не взята, побеждают обороняющиеся. После этого игроки меняются ролями, и игра повторяется.

В этой игре должны быть два судьи. Один из них внимательно следит за обороняющимися, другой — за штурмующими. По указанию судей игроки выбывают из состязания, переходят на новые «огневые рубежи» и атакуют крепость.

ИГРЫ-АТТРАКЦИОНЫ, ПОЕДИНКИ, КОНКУРСЫ



Игровой материал, приводимый ниже, составляет особую группу упражнений и игр, содействующих развитию силы и ловкости, координации движений и воспитывающих глазомер, волю, настойчивость и находчивость. Такие игры по содержанию и организации просты. Они, как правило, не требуют специальной тренировки участников и поэтому могут быть использованы на тематических вечерах отдыха, пионерских сборах, в пионерских лагерях, на больших переменах в школе, во дворах по месту жительства, на детских площадках. Однако, несмотря на кажущуюся легкость этих игр, завоевать в них победу не так-то просто. Она достается самому сильному, ловкому и находчивому.

Многие из предлагаемых игр дают возможность организовать личные, командные или лично-командные соревнования. Их проводят по одной какой-либо игре или по нескольким.

Охота на «тигра»

Для проведения этой игры требуется мишень — небольшой фанерный щит, на котором нарисована голова свирепого тигра, а в раскрытой его пасти вырезано круглое отверстие. Необходимо также иметь пять маленьких резиновых мячей (или небольших мешочков с песком). Диаметр отверстия в мишени должен быть вдвое больше диаметра мяча. Щиток прибавают к стойкам. Задача играющих: с 4—5 шагов попасть мячом в отверстие.

Победителем считается тот, кто с пяти попыток сделает больше попаданий.

С отскоком от пола

Участник становится напротив баскетбольного щита и ударяет мячом о пол так, чтобы после отскока он попал в кольцо. Каждому участнику дается 3—5 попыток.

Побеждает игрок, имеющий больше попаданий.

Расстояние, с которого производится бросок, устанавливается руководителем в соответствии с возрастом и подготовленностью участников.

Снайпер

На высоте 1—1,5 м от пола подвешен мяч. Участники, расположившись на расстоянии 3—5 м от цели, должны поразить ее бросками теннисного мяча. Каждому участнику даются 2—3 попытки.

Побеждает самый меткий.

В а р и а н т. Для старших ребят броски можно производить по качающейся мишени.

Успеть подобрать

В круг диаметром 1 м становится участник с волейбольным мячом в руках. Сзади игрока лежит 8 теннисных мячей (хоккейных или малых резиновых).

По сигналу участник подбрасывает мяч вверх, и пока он находится в воздухе, игрок должен подобрать как можно больше мячей. Затем, не выходя из круга, ловит волейбольный мяч.

Побеждает участник, которому удалось подобрать больше мячей.

Достань

Участник принимает стойку носки и пятки вместе, руки соединены за спиной (кисть одной руки захватывает запястье другой). Приседая, игрок должен, не сходя с места и не касаясь руками пола, поднять городок (шайбу, кубик, шишку и т. д.), находящийся сзади у ноги.

Побеждает тот, кто из трех попыток больше раз добьется успеха.

В движущуюся корзину

Металлическую корзину для бумаг надо подвесить на высоте 1—1,5 м от пола (один конец веревки закреплен за стойку, столбик, ветку, а другой находится в руках руководителя). Для устойчивости на дно корзины можно положить небольшой груз (мешочек с песком, малый набивной мяч и др.).

Руководитель раскачивает корзину в горизонтальной плоскости, а участники, находясь на расстоянии 5—8 м, по очереди бросают теннисный или хоккейный мяч, стремясь попасть в корзину.

Побеждает игрок, имеющий наибольшее число попаданий из пяти попыток.

Эту игру можно провести на площадке, в лесу, используя шишки, чурки, камешки, зимой — снежки.

На стуле

Участник садится на стул так, чтобы спинка была сбоку. Одной рукой надо взяться за сиденье, другой — за спинку стула. Поднимая таз и слегка сгибая ноги, надо пронести их между руками назад. Затем вернуться в исходное положение, не задевая сиденье ступнями.

Поймай монету

Участник сгибает руку в локте так, чтобы кисть находилась возле уха, а предплечье занимало горизонтальное положение. Ладонь обращена вверх. На локоть надо положить монету. Резко опустив локоть вниз и выпрямив руку, нужно поймать падающую монету. После этого

можно повторить игру, но только с двумя, а потом с тремя монетами.

Победителем считается тот, кто поймает больше монет.

В горизонтальном положении

Один стул ставят спинкой вплотную к стенке, другой — несколько впереди. Участник становится на первый стул, и, наклонившись вперед, опирается руками о сиденье второго стула, затем, передвигая его понемногу вперед, все больше и больше выпрямляет тело.

Победителем считается тот, кто выпрямится и, вытянув руки вперед, займет горизонтальное положение.

До самой дальней черты

На полу чертят десять параллельных линий, расстояние между которыми должно быть по 5 см. Старт берется из положения упор лежа. Руки ставят таким образом, чтобы кончики пальцев не заходили за первую черту. Туловище перпендикулярно линиям на полу. Передвигаясь на руках, надо остановиться у той черты, у которой еще хватит сил зафиксировать это положение в течение 5 секунд.

Победителем считается тот, кто дотянется до самой дальней черты.

Затылком и пятками

Два стула ставят на расстояние, равное росту участника, а третий — посередине. Игрок ложится на стулья так, чтобы затылком опираться о край одного из них, а пятками — о край другого. Затем руководитель вынимает средний стул. Участник должен выпрямить тело и зафиксировать это положение (туловище параллельно полу).

Победителем считается тот, кто дольше других сохранит такое положение.

Пальцы в «замок»

Участник поднимает правую руку над головой, а левую опускает вниз и заводит за спину. Сгибая руки в лок-

тях, надо как можно больше сблизить их друг с другом, чтобы соединить пальцы в «замок».

Победителем считается тот, кто дольше продержится в таком положении.

Рукой вправо, ногой влево

Опираясь на левую ногу, правую нужно выставить так, чтобы она касалась пола носком. Подняв правую руку выше пояса, выполнять горизонтальные круги справа налево, а носком скользить по полу слева направо.

Победителем считается тот, кто выполнит это задание без ошибок.

«Пила и молоток»

Игрок должен правой рукой выполнять движение, имитирующее пиление дров, а левой — забивание гвоздей.

Победителем считается тот, кто дольше сможет выполнять эти движения.

Мяч в кольцо

Участник с мячом в руках становится в 3—4 м от баскетбольного щита. Подбросив мяч, игрок ударом головы стремится послать его в кольцо. Каждому участнику дается 3—5 попыток.

Побеждает тот, у кого будет больше попаданий.

Мяч, отскочивший от щита и попавший в кольцо, засчитывается.

Попади

Аттракцион заключается в том, чтобы игрок ударом ноги по лежащему мячу попал внутрь поставленного гимнастического обруча. Расстояние 5—6 м — для младших школьников, 10—11 м — для школьников среднего и старшего возраста.

Побеждает участник, имеющий за 3—5 ударов больше попаданий.

В а р и а н т. То же, но обруч подвешен на высоте 15—20 см.

Чей отскок дальше

Игра проводится у глухой стены или у баскетбольного щита. Игроки поочередно бросают теннисный мяч в стену (щит).

Чей отскок дальше, тот и победитель.

Броски можно производить с места и с разбегу.

Брось мяч ногой

Соревнующиеся, положив набивной мяч на подъем, производят бросок ногой.

Побеждает участник, дальше всех бросивший мяч.

В а р и а н т. То же, но попасть мячом в корзину, стоящую на земле.

Обойди булавы

На одной линии размещают 7—9 булав с интервалом 0,5—0,7 м. Участник должен запомнить расположение булав, повернуться кругом и двигаться спиной вперед. Задача — обойти и не задеть булавы.

Руками по шару

К потолку на уровне чуть выше роста участников игры подвешивают надувной шар. Играющий с завязанными глазами становится в 8—10 шагах от шара. Его задача — подойти и хлопком над головой раздавить шар.

Установка городка

Участник держит руками за спиной городок. Задача игрока — присесть и поставить городок на пол сзади себя, не потеряв при этом равновесия.

В а р и а н т. То же, только городок ставится в кружок.

«Пистолет»

Играющий берет в каждую руку по кружке, наполненной водой. Он должен вытянуть одну ногу и обе

руки вперед (это положение называется «пистолет»), присесть на другой ноге и подняться, не пролив воды.

В а р и а н т. То же, только задание выполняется на табуретке или скамейке.

Подними стул

Участник, взявшись за спинку стула прямыми руками, должен медленно поднять его над головой и опустить.

Побеждает тот, кто поднимет и опустит стул, не касаясь пола, большее число раз.

Чье «рукопожатие» крепче

Для проведения игры нужен ручной динамометр. Участники поочередно сжимают его в руке. Кто покажет лучший результат, у того «рукопожатие» крепче.

Зааркань булаву

Из двух резиновых скакалок делают аркан. На расстоянии несколько меньшем длины аркана ставят булаву (городок). Задача играющего — заарканить булаву, подтянуть ее к себе и поднять до пояса. Касаться булавы руками не разрешается.

Автомобиль-мишень

К 2 детским грузовым машинам прикрепляют небольшие фанерные мишени (30×20 см). Машины устанавливают на расстоянии 3 м от общей линии старта, за которой размещаются соперники. У каждого в руках теннисный мяч. По сигналу они выполняют прицельный бросок. Каждый участник делает три броска.

Победителем считается тот, кто дальше отодвинет автомобиль-мишень.

Кто устоит

На 2 гимнастические скамейки, расположенные параллельно, кладут рейку. Два участника становятся на концах ее друг против друга. Они держатся за противоположные концы одной гимнастической палки.

По команде соревнующиеся стремятся столкнуть друг друга на пол. Кому удастся это сделать, тот победитель. Если оба игрока сошли с рейки, то они выбывают из игры.

«Козлики»

На концах рейки гимнастической скамейки (бревна) лицом друг к другу становятся два участника.

По сигналу они сближаются и ударом ладоней стремятся вывести соперника из равновесия и сойти с рейки. Обманные движения допустимы. Побежденный уступает место следующему игроку.

Кто выиграет в двух — трех боях, тот и победитель.

Для старших этот поединок лучше проводить на гимнастическом бревне.

Поиски колокольчика

На два стула, расстояние между которыми 8—10 шагов, кладут по колокольчику. Возле каждого из них становится играющий с завязанными глазами.

По сигналу играющие должны обойти справа стул соперника, возвратиться на свое место и зазвонить в колокольчик.

Побеждает тот, кто раньше это сделает.

Выбей шайбу

На полу (земле) чертят два круга диаметром 1 м. Расстояние между ними — длина гимнастической палки. В центре каждого круга лежит шайба. Двое игроков с гимнастическими палками в руках располагаются за пределами круга.

По сигналу каждый пытается выбить шайбу противника, защитив свою. Входить в круг запрещается. Проигравший выбывает из игры.

Победителем считается тот, кто выиграет в трех — пяти поединках.

Вращающийся мяч

Организатор становится на гимнастическом козле (коне). В руках у него шнур, на конце которого привязан волейбольный мяч. Играющие выстраиваются в колон-

ну по одному в двух шагах от организатора, лицом к нему.

По команде участники начинают поочередно пролезать под снарядом так, чтобы не задеть мяч, который вращает организатор в вертикальной плоскости. Игрок, который задел мяч или задержался перед снарядом, выбывает из игры.

Победителем считается тот, кто последним останется в игре.

Наступи на шар

Соревнуются парами. К ноге каждого участника прикрепляется надутый шар. Задача игроков — наступить на шар соперника. Но это сделать нелегко, так как одновременно надо следить и за тем, чтобы свой шар остался целым.

Ходьба по брускам

Чертят линию старта, а в 8—10 м от нее отмечают финиш.

Двое играющих получают по 3 деревянных бруска, толщина которых не менее 10 см. Положив 2 бруска (один на линию старта, другой — на расстоянии одного шага от первого), играющий становится на них ногами, а третий брусок держит в руках. По сигналу игрок, не сходя с брусков, кладет третий перед собой и переставляет на него ногу. Освободившийся брусок перекладывает вперед и переставляет на него другую ногу. Так оба игрока передвигаются до линии финиша.

Победителем считается тот, кто быстрее преодолеет расстояние и не оступится.

Проворные мотальщики

Концы шпагата или тонкой бечевки длиной 12—14 м привязывают к середине палочек, длина которых около 25 см. К середине шпагата привязывают цветную ленту.

Играющие расходятся на длину шпагата и по сигналу начинают наматывать его каждый на свою палочку.

Побеждает тот, кто раньше наматывает шпагат до ленты.

Шнур под стулом

На полу растягивают шнур длиной 8—9 м. На концах его ставят по одному стулу спинками один к другому. Оба конца шнура должны быть видны из-под стульев. На стулья садится по одному игроку.

По сигналу они вскакивают, поворачиваются, бегут вперед, огибают стул соперника, возвращаются к своему стулу и, схватив конец шнура, тянут его к себе.

Побеждает тот, кто раньше это сделает.

Игру можно несколько усложнить, предложив играющим передвигаться прыжками с одной ноги на другую, со связанными ногами или спиной вперед.

Мишень на полу

На большом листе фанеры, расстеленном на полу, по типу мишени нарисованы 5 концентрических окружностей с «яблочком» в центре. Диаметр наибольшей окружности — 150 см, диаметр «яблочка» — 30 см. Окружности пронумерованы (1, 2, 3, 4, 5).

На расстоянии 5—6 м от мишени отмечают «линию огня». Каждый участник получает по 3 мешочка с песком (хоккейные шайбы). Сначала бросает один игрок, затем — другой.

Побеждает участник, набравший больше очков.

Найди свою табуретку

На середине площадки ставят 2 табуретки на расстоянии 7—8 м. На табуретки садятся соперники лицом друг к другу (у обоих завязаны глаза).

По сигналу играющие выполняют следующие команды: 4 шага вперед, поворот направо; 5 шагов вперед, поворот направо; 4 шага вперед, поворот направо; 5 шагов вперед, два поворота кругом. После этого участникам предлагают сесть на свою табуретку.

Победителем считается тот, кто быстрее это сделает и сядет на свою табуретку.

Спиральбол¹

Необходимый для спиральбола инвентарь очень прост в изготовлении. 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 (рис. 4).

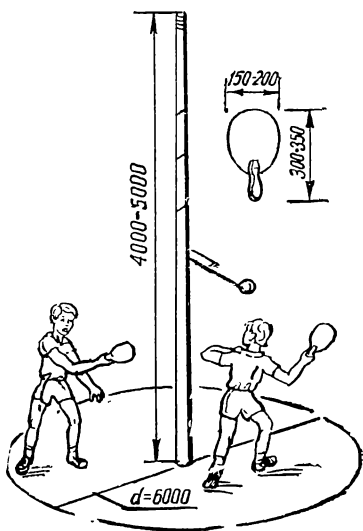


Рис. 4.

Круг делят на две равные части. 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 его в сторону и ударом ракетки старается закрутить веревку вокруг шеста в определенном направлении (один из играющих должен закручивать веревку по часовой стрел-

ке, другой — против). Число ударов по мячу не ограничено, очередность не соблюдается.

Тот, кому удастся закрутить веревку в нужном направлении до отказа, получает очко.

Рукоход

На двух деревянных стойках, врытых в землю, укреплена перекладина, один конец которой выше другого (рис. 5). К ней на металлических крючках подвешены кольца. Играющий, подпрыгнув, хватается руками за

¹ Здесь дается описание стационарных аттракционов, требующих несложного инвентаря.

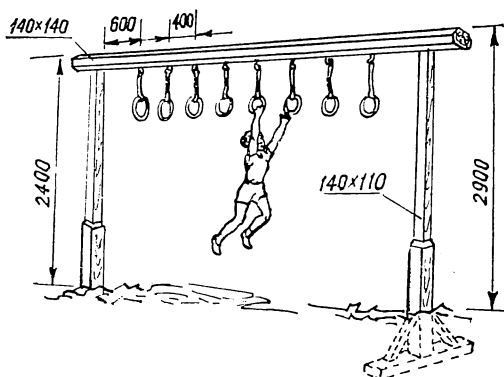


Рис. 5.

кольцо, подвешенное у нижнего 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, все очки снимаются.

Барaban-самокат

Деревянный барабан-самокат представляет собой полый цилиндр. Он состоит из двух кружал диаметром 70 см, набитых на крестовины (рис. 6). Кружала вырезают из деревянных щитов, соединяют между собой у концов крестовин брусками и обшивают снаружи тесом.

Барабан свободно передвигается по площадке. На него с разбегу вскакивает играющий и, перебирая ногами, словно продолжая бежать, катится вперед или назад.

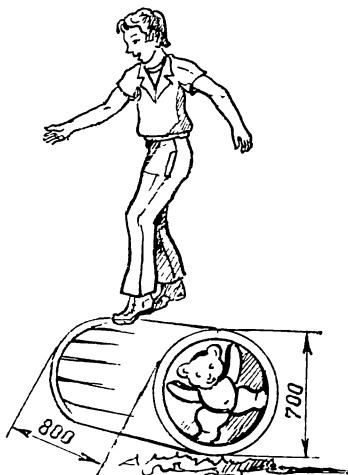


Рис. 6.

При наличии двух-трех таких барабанов можно организовать соревнования между командами. Для их проведения необходима ровная грунтовая площадка или дорожка.

Не урони мяча

Для игры нужна лестница-стремянка. Играющий, взяв в руку ракетку для настольного тенниса с мячом на ней, должен подняться по лестнице и спуститься с нее, не уронив мяча. В случае неудачи он уступает место другому.

Кольцеброс

Из досок 20-миллиметровой толщины сбивают щит $1,5 \times 1,5$ м и просверливают 9 отверстий, в которые закрепляют колышки длиной 12 см и диаметром 2 см. Щит устанавливается на земле с небольшим наклоном назад. На каждом колышке написана одна из цифр (5, 10, 15, 20).

Для игры нужны кольца, которые изготавливаются из фанеры 5—6-миллиметровой толщины, шлифуются и покрываются краской. Внутренний диаметр колец 14 см, внешний — 21 см.

Играющий становится за чертой на расстоянии 3 м от щита и получает 3 кольца, которые он должен забросить на колышки. За каждое попадание участнику засчитывается то число очков, которое написано на колышке.

Победителем считается тот, кто раньше наберет условленное число очков (100—150).

Для игры могут быть использованы и резиновые кольца.

Морская качка

Доска длиной 6 м крепится на 5—6 поперечных опорах, вырезанных дугой так, что малейший неосторожный шаг вызывает качку, напоминающую морскую.

На передней части доски мачта с флагом, который опускается и поднимается. Играющий должен пройти по ребру доски и поднять флаг, а затем вернуться обратно.

Следующий игрок должен добраться до мачты и спустить флаг.

Если сделать две параллельные доски, то игру можно проводить в виде поединка.

Бич— тир

На деревянную стойку высотой 50 см кладут мяч (теннисный или резиновый). Участнику состязания разрешается подходить к мишени не ближе чем на 3—4 м (в зависимости от длины бича).

Участнику аттракциона вручают бич, которым надо размахнуться и щелкнуть так, чтобы сбить мяч со стойки.

Площадка, где проводится аттракцион, ограждается защитными стойками. Зрители должны находиться на определенном расстоянии, чтобы никого не задело бичом.

Каждому играющему дается пять попыток. Выигрывает тот, кто больше раз попадет по мячу.

Призовой столб

Это старинный народный аттракцион. На столб, высота которого примерно 5 м от земли, диаметр у вершины 15—18 см, подвешивается приз. Участнику аттракциона надо залезть на вершину столба, взять приз и спуститься вниз.

Арочный рукоход

На небольшом расстоянии одна от другой на бетонных основаниях устанавливаются 3 арочные лестницы, сделанные из труб диаметром 40—50 мм, к которым привариваются более тонкие трубы — перекладки. Высота арок различна. Они предназначены для детей младшего, среднего и старшего возраста.

Встав под аркой и подняв руки, играющий повисает на одной из перекладин. Затем, перебирая руками перекладки, он продвигается к противоположному концу арки, сначала поднимаясь вверх, а потом опускаясь вниз по кривой и прыгая с того места, откуда уже передвигаться трудно.

Под арками насыпается песок.

Стена для перелезания

Из досок, укрепленных между двумя деревянными стойками, строится стена высотой 2,5—3 м. В стене имеются прорезы, сделанные в шахматном порядке. Ребята по ним взбираются на стену и спускаются с другой стороны.

Аттракцион может быть использован для соревнования типа эстафеты или поединков между двумя командами.

Шар в ворота

В нижней части деревянного щита вырезаются полукруглые отверстия разных размеров. Щит устанавливается на площадке.

Для игры нужны 2—3 деревянных шара.

Играющие становятся в нескольких шагах от щита и по очереди закатывают шары в отверстия. За каждое попадание засчитывается то число очков, которое обозначено возле отверстия.

Выигрывает тот, кто наберет больше очков.

Для того чтобы шары далеко не закатывались, нужно оградить игровую площадку деревянными планками (по бокам и за щитом).

ИГРЫ В КРУГУ СЕМЬИ И ДРУЗЕЙ



Часто мы встречаем праздники в кругу семьи и друзей. Но не всегда проходят они интересно, занимательно. Иногда даже день рождения ребенка превращается в праздник только для взрослых. А ведь они пришли поздравить малыша с днем рождения, принесли ему подарки...

Праздник для детей надо провести так, чтобы он порадовал их интересной выдумкой, увлекательной игрой. Старшие должны позаботиться, чтобы ребята не скучали. Праздник без игры, как утверждает известный педагог С. А. Шмаков, — лишь пассивное зрелище и подчас даже вредное в воспитательном отношении...

Совсем иначе почувствуют себя дети, когда на семейном торжестве будут забавы, игры-аттракционы, соревнования. Такой вечер надолго запомнится имениннику и его друзьям. Ведь нетрудно взрослым собрать вокруг себя детей и провести с ними какую-нибудь игру. Например, кто быстрее сложит из кубиков слово «име-

нинник», соберет шахматы с завязанными глазами, точнее попадет в цель из «пушки», отгадает загадки и т. д.

Отвечает сосед справа

Играющие располагаются по кругу. Водящий входит в центр и начинает игру. Обязанности его несложны: обращаясь то к одному, то к другому из сидящих в кругу, он задает какой-либо вопрос (Любишь ли петь? Что ты видел сегодня во сне? Пойдешь ли завтра в кино? и т. п.) или же просит выполнить простейшее движение (поднять руку вверх, встать и повернуться вправо, кругом, похлопать в ладоши и т. п.). Но, согласно условиям игры, отвечать должен не тот, к кому обращаются, а его сосед справа, на которого водящий даже и не смотрит. Получив ответ, водящий обращается к другому, к третьему и так до тех пор, пока кто-нибудь из играющих не ошибется. Проигравший становится водящим.

Тому, кто внимателен, вероятно, не придется быть водящим в этой игре. А тот, кто окажется рассеянным, будет водящим несколько раз. Иногда играющий не сможет ответить на заданный вопрос. В таком случае молчать нельзя. Он должен сказать: «Не знаю», «Не помню». Это не считается проигрышем. А водящий должен обратиться к следующему.

Узнай по голосу

Ребята образуют круг, в середину которого входит водящий. Ему завязывают глаза. Играющие идут по кругу, выполняя какие-нибудь танцевальные движения, затем останавливаются и говорят:

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

Один из игроков, изменив свой голос, издает звук, подражая какому-либо животному. Водящий должен узнать товарища и назвать имя. Если угадал, узнанный становится водящим, если ошибся, игра продолжается.

Узнай песню

Играющие выбирают водящего. Он должен выйти в другую комнату. В это время игроки шепотом, чтобы не было слышно водящему, советуются. Дети выбирают песню, которую должен знать водящий, и раздают по слову каждому. Например, песня «Здравствуй, милая картошка...» Одному игроку дают слово «здравствуй», другому — «милая» и т. д. Водящий возвращается и спросив у кого первое слово, задает ему, а затем и остальным игрокам самые неожиданные вопросы:

— Какой у тебя размер ботинок?

— Что ты ел сегодня утром?

— Что ты думаешь об Атлантиде?

Игроки обязаны быстро ответить на поставленный вопрос, вставив в ответ свое слово. Например:

— Здравствуй, а ты до сих пор не знаешь моего размера?

Вслушиваясь в ответы, водящий старается понять, какое слово здесь инородное, и отгадать песню. Водить идет тот, на ответе которого водящий отгадал песню.

Сколько знаешь ты имен?

Игрок продвигается вперед и на каждом шаге называет только мужские или только женские имена. Дважды одно и то же имя упоминать нельзя. Выигрывает тот, кто, не останавливаясь, назовет подряд больше имен, притом, они должны быть полные, т. е. не Вова, Коля, Тоня, а Владимир, Николай, Антонина и т. д.

Игру можно видоизменить и несколько усложнить: вместо имен надо вспомнить названия футбольных команд высшей лиги. Игроку можно дать мяч. Ударяя им о пол, он должен назвать команду. Ловить мяч нельзя. Игрок выполняет баскетбольное ведение мяча.

Не собьюсь!

Играющие садятся в ряд. Водящий предлагает участникам вспомнить деление чисел. Им придется считать до 30, но вместо названий чисел, в которые входит 3 и которые делятся на 3, надо встать с места и сказать «здравствуйте». Начинает тот, перед кем внезапно оста-

навливается водящий, а продолжает счет сосед слева. Счет, следовательно, ведется так: «1», «2», «здравствуйте», «4», «5», «здравствуйте», «7», «8», «здравствуйте» и т. д.

Кто назовет число, в которое входит 3 или которое делится на 3, не встанет при слове «здравствуйте» или, наоборот, встанет при обычном счете, тот выбывает из игры. Игра ведется до тех пор, пока не определится победитель.

Игру надо вести в темпе, каждый раз меняя начально-го игрока.

Кто первый скажет «100»!

В этой игре участвуют двое. Игрок называет одно из чисел первого десятка, например «7». Второй игрок прибавляет к этому числу другое, но не более 10, и называет новое, например «17». Первый игрок к 17 прибавляет не больше 10 и называет «25» и т. д. Тот, кто первым назовет число «100», считается победителем.

Объяснив игру, водящий предлагает желающим сыграть с ним. Тот, кто выиграет у трех участников подряд, считается победителем.

В этой игре есть небольшой секрет. Чтобы назвать число «100» первым, надо постараться назвать число «89», а до этого «78», «67», «56» и т. д. Захватив этот числовой «ключ», игрок обеспечивает себе победу.

Песня ведет

Играющие усаживаются так, чтобы бо́льшая часть комнаты оставалась свободной. Один из играющих выходит из комнаты на несколько минут. Пока его нет, ребята прячут какой-нибудь небольшой предмет (книжку, игрушку) в доступном для осмотра месте. Когда водящий возвращается, начинается поиск. Ребята запевают любую песню и внимательно следят за действиями водящего. Когда он приближается к спрятанному предмету, песня звучит громче, а когда удаляется — тише.

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.

Рыба, зверь, птица

Играющие садятся в ряд или становятся в кружок. Водящий ходит перед ребятами и говорит несколько раз: «Рыба, зверь, птица». Внезапно он останавливается перед одним из игроков и произносит одно из этих слов, например «птица». Тот, на кого пал выбор, должен немедленно назвать какую-нибудь птицу. Нельзя повторять названия тех зверей, рыб, птиц, которые уже были перечислены раньше. Тот, кто зазевается или ответит неверно, получает штрафное очко или отдает фант.

Победитель определяется по наименьшему числу набранных штрафных очков, а фанты «выкупаются».

У кого длинный хвост

Дети становятся в круг. Водящий называет разных животных. Если у названного животного длинный хвост, все должны поднять руку и помахать ею, если он короткий, поднимать руку не надо. Водящий называет животных, например, «лошадь», «корова», «заяц», «тигр», «медведь» и поднимает руку во всех случаях. Тому, кто ошибется, засчитывается штрафное очко.

Победителем считается тот, кто не нарушил правил игры и набрал меньшее число штрафных очков.

«Оркестр»

Играющие сидят произвольно. Каждый из них движениями рук подражает игре на определенном инструменте: скрипке, флейте, барабане, гитаре, балалайке, пианино и т. д. Ведущий также «играет» на каком-то инструменте, например на трубе. Вдруг ведущий перестает «играть» на трубе и начинает подражать скрипачам. Скрипачи сразу же переходят на трубу. Но вот ведущий «заиграл» на флейте. Флейтисты переключаются на скрипку, то есть на тот инструмент, на котором только что играл ведущий. Если же ведущий снова «заиграет» на трубе, все немедленно переходят на свои первоначальные инструменты. За каждую ошибку участникам засчитывается штрафное очко. Побеждает тот, кто делает меньше ошибок или вообще их не допустит.

Хорошо эту игру сопровождать музыкой, используя грампластинки, магнитофон и т. д.

«Наборщик»

Участники игры выбирают по общему согласию одно большое слово, например, «накопление», «концентрация», «предписание» и т. д. Каждый участник игры записывает это слово на листке бумаги.

Задача играющих состоит в том, чтобы в установленное время (5—10 минут) составить из букв данного слова как можно больше других слов. При этом надо соблюдать следующие правила: имена существительные писать только в именительном падеже единственного числа. Множественное число допускается в том случае, если имя существительное не имеет единственного числа, например сани, сени. Названия городов, рек, государств и другие имена собственные писать нельзя. Каждое слово должно быть составлено только из тех букв, которые есть в выбранном слове.

Возьмем, например, слово «приказание». Из букв этого слова можно составить: «перина», «приказ», «резак», «пика», «знак», «рана», «наказ», «арена», «кипа», «казна», «заика», «каприз», «признак», «карниз», «низ» и т. д.

По истечении установленного времени каждый участник подсчитывает, сколько слов им написано. Тот, у кого окажется их больше, первым читает вслух. Если одно и то же слово встречается у других, то все его вычеркивают.

Затем читают другие участники. Повторяющиеся слова каждый раз вычеркивают. У каждого участника останутся только те слова, которые никем более не были найдены.

Выигрывает тот, у кого в результате останется больше всего слов, не повторившихся у других участников игры.

Прояви смекалку

1. На руках десять пальцев. Сколько пальцев на десяти руках? (Пятьдесят пальцев.)

2. Полтора судака стоит полтора рубля. Сколько стоит десяток? (Десять рублей.)

3. У одного отца шестеро сыновей. У каждого сына одна сестра. Сколько у отца детей? (Семеро.)

4. Горело семь свечей, из них четыре потушили. Сколько осталось? (Осталось четыре, которые потушили, остальные сгорели.)

5. Две матери, две дочери и бабушка с внучкой. Сколько их вместе? (Трое).

6. Летела стая — 25 гусей. Одного убили. Сколько осталось? (Один, остальные улетели.)

7. Как разделить пять яблок между пятью мальчиками, чтобы каждый получил по яблоку и одно осталось в корзине? (Одному мальчику дать яблоко вместе с корзиной.)

8. Стоят две овцы: одна головой к северу, другая — к югу. Могут ли они видеть друг друга, не поворачивая головы? (Могут, если они стоят головами одна к другой.)

9. Какая опера итальянского композитора Верди состоит из трех союзов? («Аида»: а, и, да.)

10. Сколько яиц можно съесть натощак? (Одно, второе уже будет не натощак.)

11. Сколько было птиц всего?

Как-то рано поутру
Птицы плавали в пруду.
Белоснежных лебедей
Втрое больше, чем гусей.
Уток было восемь пар —
Вдвое больше, чем гагар.
Сколько было птиц всего,
Если нам еще дано,
Что всех уток и гусей
Столько, сколько лебедей?

(Лебедей — 24, уток — 16, гусей — 8, гагар — 8.)

12. В полдень из Москвы в Орел вышла грузовая машина со скоростью 60 км/ч. Часом позже из Орла в Москву выехал мотоцикл с такой же скоростью. Кто из них будет дальше от Москвы во время встречи? (На одинаковом расстоянии.)

13. В каком числе столько же цифр, сколько букв в его названии? (100 — сто.)

14. Когда мы смотрим на цифру 2, а говорим 10? (Глядя на часы, мы говорим: «10 минут...»)

15. Какие три числа, если их сложить или перемножить, дают один и тот же результат? (1, 2, 3.)

16. Трое играли в шашки. Было сыграно три партии. Сколько партий сыграл каждый? (Каждый сыграл по две партии.)

17. Какие числа при перевертывании увеличиваются в полтора раза? (6, 66, 666 и т. д.)

18. Летела стая гусей: один гусь впереди, один между двумя и три в ряд. Сколько их было? (Три: летели друг за другом.)

19. В названии какой реки слышатся три ноты? (Миссисипи.)

20. Какая нота и согласная буква составляют вместе название реки в СССР? (Дон.)

21. Название какой реки можно найти во рту? (Десна.)

22. Какой город в СССР самый сердитый? (Грозный.)

23. Из названия каких двух городов СССР можно приготовить вкусное мучное изделие? (Калач, Изюм.)

Составь пословицу

Перед началом игры необходимо дать определение тому или иному понятию. Хорошо, если ребята вспомнят, что пословица — это краткое народное изречение с назидательным смыслом.

Участникам игры раздают по листку бумаги, на котором написано по два слова из известных пословиц. Задача играющих — как можно быстрее составить пословицы, в которых бы встречались указанные слова:

1. Дело — смело. (Кончил дело — гуляй смело.)

2. Время — потеха. (Делу время, потехе час.)

3. Шило — мешок. (Шила в мешке не утаишь.)

4. Лес — дрова. (Чем дальше в лес, тем больше дров.)

5. Труд — пруд. (Без труда не вынешь и рыбку из пруда.)

6. Гоп — перепрыгнешь. (Не говори гоп, пока не перепрыгнешь.)

7. Болит — говорит. (У кого что болит, тот про то и говорит.)

8. Журавль — синица. (Лучше синица в руках, чем журавль в небе.)

9. Гора — человек. (Гора с горой не сходится, а человек с человеком всегда сойдется.)

10. Коса — камень. (Нашла коса на камень.)

11. Телега — сани. (Готовь летом сани, а зимой телегу.)

12. Перо — топор. (Что написано пером, не вырубишь топором.)
13. Брод — вода. (Не зная броду, не суйся в воду.)
14. Свет — тьма. (Учение — свет, а неученье — тьма.)
15. Слово — воробей. (Слово не воробей, вылетит — не поймаешь.)

Афоризмы и цитаты

Афоризм — это краткое выразительное изречение.

Цитата — точная, буквальная выдержка из какого-нибудь текста.

Эта игра проводится по принципу викторины. Участники должны вспомнить, чьи это изречения и цитаты.

1. Сотня тысячу осилит, если мудр вождя совет. (Шота Руставели.)
2. Год от года расти нашей бодрости. (В. В. Маяковский.)
3. Чтение — вот лучшее учение. (А. С. Пушкин.)
4. Лучше гибель, но со славой,
Чем бесславных дней позор. (Шота Руставели.)
5. Рожденный ползать — летать не может. (А. М. Горький.)
6. Пришел, увидел, победил. (Юлий Цезарь.)
7. Не вынесла душа поэта
Позора мелочных обид. (М. Ю. Лермонтов.)
8. Сам погибай, а товарища выручай. (А. В. Суворов.)
9. Любите книгу — источник знаний. (А. М. Горький.)
10. Поэтом можешь ты не быть,
Но гражданином быть обязан. (Н. А. Некрасов.)
11. Человек — это звучит гордо. (А. М. Горький.)
12. Кто в беде покинул друга, сам узнает горечь бед. (Шота Руставели.)
13. Есть на свете прекраснейшее существо, у которого мы всегда в долгу, — это мать. (Н. А. Островский.)
14. Нет героев от рожденья, —
Они рождаются в боях. (А. Т. Твардовский.)
15. Труд облагораживает человека. (В. Г. Белинский.)
16. В человеке должно быть все прекрасно: и лицо, и одежда, и душа, и мысли. (А. П. Чехов.)
17. Не будет гражданин достойный
К отчизне холоден душой... (Н. А. Некрасов.)

Литературная викторина

1. Назови 12 опер и балетов на сюжеты произведений А. С. Пушкина. («Евгений Онегин», «Пиковая дама», «Алеко», «Мазепа», «Руслан и Людмила», «Дубровский», «Русалка», «Моцарт и Сальери», «Борис Годунов», «Бахчисарайский фонтан», «Золотой петушок», «Медный всадник».)

2. Назови фамилию Тимура из повести Гайдара «Тимур и его команда». (Гараев.)

3. Кто из писателей и к каким произведениям взял эпиграфы: «Береги честь смолоду», «На зеркало неча пенять, коли рожа крива»? (А. С. Пушкин, повесть «Капитанская дочка»; Н. В. Гоголь, комедия «Ревизор».)

4. Кто из русских писателей совершил кругосветное путешествие? Как называется произведение, написанное им об этом? (И. А. Гончаров, «Фрегат Паллада».)

5. Кто из русских писателей в возрасте 70 лет катался на коньках, в 75 лет увлекался велосипедным спортом, а в 82 года ездил верхом на лошади? (Л. Н. Толстой.)

6. Кто из русских писателей написал три крупных произведения, названия которых начинаются с буквы «О»? (И. А. Гончаров: «Обрыв», «Обломов», «Обыкновенная история».)

7. Какое произведение А. М. Горький написал в Америке? («Мать».)

Спортивная викторина «Навстречу Олимпиаде-80»

1. Где и когда начали проводиться Олимпиады? (В Греции, в 776 г. до н. э.)

2. В каком виде спорта соревновались первые олимпийцы? (Первые олимпийцы соревновались в беге на одну стадию. Геракл отмерил 600 своих ступней на площадке, это и было 192,27 м, т. е. одна стадия. Отсюда площадку стали называть стадионом.)

3. Какой была высшая награда победителям Олимпийских игр? (Оливковая ветвь, срезанная специальным золотым ножом. Ветка срезалась детьми, поскольку дерево считалось священным.)

4. Какой традиционный ритуал современных Олимпийских игр имеет отношение к родине олимпиад Греции? (Олимпийский огонь зажигают от солнечных лучей в

Олимпии, где проходили игры Древней Греции. Здесь начинается факельная эстафета: спортсмены стран, лежащих на пути от Олимпии до города — организатора игр, днем и ночью несут факел к олимпийскому стадиону. От доставленного факела зажигают огонь в специальной чаше, и он горит непрерывно до закрытия игр.)

5. Что означают пять переплетенных колец на олимпийском флаге и когда он впервые был внесен на стадион? (Переплетение колец символизирует пять континентов, объединенных в олимпийском движении. В верхнем ряду — голубое, черное, красное кольца, в нижнем — желтое и зеленое. В национальном флаге любой страны есть хотя бы один из этих цветов. Впервые такой флаг был внесен на VI Олимпийских играх в 1916 году.)

6. Какие слова являются девизом Олимпийских игр? («Быстрее, выше, сильнее!»)

7. Когда и где были возобновлены современные Олимпийские игры? (В 1896 году в Афинах.)

8. Когда впервые спортсмены России приняли участие в Олимпийских играх? (В 1908 году в IV Олимпийских играх. Участвовало 5 человек: 4 борца и 1 фигурист.)

9. Когда состоялся дебют советских спортсменов на Олимпийских играх? (Впервые советские спортсмены приняли участие в XV Олимпийских играх в Хельсинки в 1952 году.)

10. 20 июля 1952 года в Хельсинки на XV Играх была завоевана первая в истории советского спорта олимпийская медаль. Назовите награжденного спортсмена. (Метательница диска Нина Пономарева.)

11. Кто из 9 представителей Белоруссии, участвовавших в Олимпийских играх в Мельбурне в 1956 году, стал первым в истории белорусского спорта обладателем медали. (Первую олимпийскую медаль (серебряную) привез метатель молота Михаил Кривоносов.)

12. Кто из советских боксеров, участвовавших в XVIII Олимпийских играх в Токио, награжден кубком Вала Баркера? (Валерий Попенченко.)

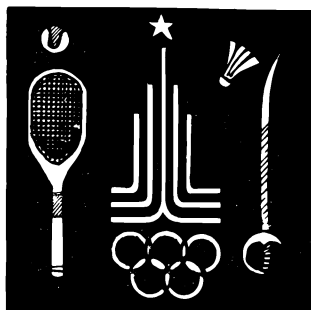
13. На Олимпийских играх в Мюнхене советские спортсмены завоевали 50 золотых медалей. Сколько из них принадлежит белорусским спортсменам? (11 медалей.)

14. Впервые в истории олимпийских соревнований по борьбе на XX Олимпийских играх в Мюнхене советский борец завоевал свою третью золотую олимпийскую медаль. Кто он? (Белорусский спортсмен Александр Медведь является героем трех Олимпиад. Первый «золотой шаг» он сделал в Токио, повторил успех в Мехико, а затем — в Мюнхене.)

15. Назовите белорусскую спортсменку, которая трижды стала чемпионкой Олимпийских игр по фехтованию. (Елена Белова — представительница белорусской школы фехтования — трижды поднималась на высшую ступеньку пьедестала почета на Олимпийских играх в Мехико, Мюнхене и Монреале.)

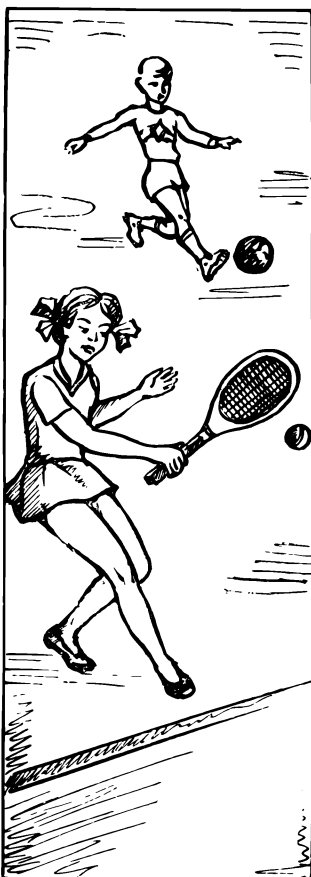
16. Перечислите белорусских спортсменов, участвовавших в XXI Олимпийских играх в Монреале и завоевавших 7 золотых медалей. (Александр Газов (стрельба), Елена Белова (фехтование), Владимир Каминский (велоспорт), Ольга Корбут (гимнастика), Владимир Романовский (гребля), Виктор Сидяк (фехтование), Валерий Шарий (тяжелая атлетика).)

17. По какому виду спорта в столице Белоруссии состоятся соревнования по программе Олимпиады-80? (По футболу.)



МАЛЫЕ ОЛИМПИЙСКИЕ ИГРЫ

(Примерный сценарий
физкультурного праздника)



19 июля 1952 года советские спортсмены впервые в истории олимпийского движения вышли на дорожку стадиона в Хельсинки для участия в XV Олимпийских играх. А 19 июля 1980 года, ровно через 28 лет, огонь Олимпиады загорится в столице нашей Родины — Москве.

Все прогрессивное человечество считает, что Олимпиада-80 в столице первого в мире социалистического государства явится огромным вкладом в развитие олимпийского движения. Вместе с тем это признание достижений и заслуг советского физкультурного движения и всех социалистических стран. Поэтому Олимпиада в Москве — дело всей нашей страны. «Олимпиада — не только для олимпийцев!» — этот лозунг нашел горячий отклик у пионеров и школьников.

В школе и пионерском лагере Олимпийским играм можно посвятить спортивный праздник. В его основе — соревнования детских команд по подвижным играм. Такие соревнования

могут быть проведены между командами классов, школ, пионерских отрядов, дружин, пионерских лагерей, а также в микрорайонах между командами ЖЭКов.

Соревнованиям предшествуют конкурсы на лучший рисунок, стихотворение, а также беседы, викторины о спорте, встречи с известными спортсменами. Заранее оформляются стенды, фотовитрины, рассказывающие об истории Олимпийских игр, о достижениях советских спортсменов.

Участники соревнований готовят форму и эмблему для своих команд, пьедестал почета, подставку и чашу для олимпийского огня, факел, древки флагов, инвентарь и др. На праздник приглашаются родители, почетные гости, ребята из соседних школ и пионерских лагерей. Красочно оформляются места соревнований.

Состав команд может быть различный в зависимости от характера соревнований. При проведении соревнований между командами отряда (класса), параллельных и смежных отрядов (классов) команда насчитывает 16 участников (8 мальчиков и 8 девочек). В соревнованиях между сборными командами школ, пионерских лагерей, дружин команда состоит из 18 участников (8 мальчиков, 8 девочек — по одному участнику от каждого класса, начиная с первого, и 2 взрослых — вожатая и вожатый).

Практика показывает, что самая удачная система оценки конкурсов — двухбалльная. При явном преимуществе — счет 2 : 0, при незначительном — 2 : 1, при ничьей — 1 : 1.

В назначенный час звучат фанфары (сигнал «Внимание!»). На площадку выходит ведущий и приветствует ребят и гостей. Он напоминает, что раз в четыре года проводятся Олимпийские игры — крупнейшие спортивные соревнования. Кратко говорит о достижениях наших спортсменов, о предстоящих Олимпийских играх в Москве, о массовости советского спорта.

Звучит марш. Команды проходят по площадке. Возглавляют колонну группа с флагами и судьи в белой форме.

Затем ведущий обращается к председателю оргкомитета:

— Товарищ председатель Малого Олимпийского комитета! Участники соревнований построены и готовы к

проведению игр. Разрешите олимпийский флаг внести и поднять, малый олимпийский огонь зажечь!

Председатель Малого Олимпийского комитета отвечает:

— Разрешаю олимпийский флаг внести и поднять, малый олимпийский огонь зажечь!

В е д у щ и й. Всем встать! Флаг Олимпийских игр внести и поднять, малый олимпийский огонь зажечь!

Под звуки барабана четыре спортсмена в белой форме проносят флаг перед строем участников и закрепляют его на флагштоке.

Ч т е ц. На флагах не пишут слов, но взрослые и дети, люди всей планеты знают, что пять разноцветных переплетенных колец — это символ праздника мира и дружбы. Они говорят о честной спортивной борьбе, призывают спортсменов бороться друг с другом только на стадионах и никогда не встречаться на полях войн.

В е д у щ и й. Капитаны команд, на флаг!

Капитаны поднимают флаг.

В это время на площадке появляется спортсмен с факелом в руках. Он пробегает мимо команд и болельщиков.

Ч т е ц. Долгий путь преодолевает олимпийский огонь. Его зажигают греческие девушки у развалин древней Эллады. Много раз переходя из рук в руки, мчался этот огонь через весь мир, чтобы достичь олимпийского стадиона. Сегодня священный огонь мира и дружбы прибыл к нам на праздник.

Юный спортсмен с факелом поднимается к чаше и зажигает огонь.

Ч т е ц: Священный огонь олимпийский,
Гори над планетой века.
Не надо огня Хиросимы,
Не надо Хатыни огня!
А факел, сегодня зажженный,
Пусть пламенем дружбы горит,
И лозунг: «Мир всем народам!»
На празднике нашем звучит!

Ведущий представляет почетных гостей. Затем предоставляет одному из них слово для приветствия.

Звучит марш. Команды перестраиваются к первому конкурсу «Москва — столица Олимпиады-80». В нем участвуют все. Ребята I—III классов строятся в шеренги лицом друг к другу вдоль боковых линий площадки, поставив между собой гимнастические обручи

(продольно), образовав своеобразный забор из гимнастических обручей. Остальные игроки каждой команды, начиная с IV класса, выстраиваются в колонны за общей линией старта напротив шеренг своих команд с обручами на расстоянии 4—5 м. На стартовой линии перед каждой колонной установлен гимнастический обруч на подставке (контрольно-пропускной обруч). Параллельно каждой шеренге с обручами вдоль всей площадки разложено равномерно (через 1—1,5 м) 12 фанерных кубов. На лицевой стороне каждого из них изображен фрагмент общего рисунка известной эмблемы московской Олимпиады. Размеры кубов 50×50×50 см.

В е д у щ и й. Программа древних игр была в основном легкоатлетической: бег на разные дистанции от одной (192,27 м) до 24 стадий (около 5 км), прыжки в длину, метание копья, диска. Турниры самых искусных рыцарей королевы спорта всегда вызывали огромный интерес, поэтому, придерживаясь традиций Олимпийских игр, мы начинаем наши соревнования с легкой атлетики.

По сигналу направляющая в колонне девочка IV класса проскакивает через контрольно-пропускной обруч, подбегает к шеренге игроков с обручами и, начиная с первого, проходит между ними то справа, то слева (зигзагообразно). Пройдя таким образом все обручи, она подбегает к первому кубу (в конце площадки) и толкает его вперед к месту «монтажа» (сборки) эмблемы московской Олимпиады. Затем возвращается обратно, проскочив контрольно-пропускной обруч. Только после этого стартует очередной игрок в команде — мальчик IV класса. Он выполняет то же задание — преодолевает «забор» из обручей, подбирает очередной куб и толкает его к месту сборки, приставив его рядом с первым в соответствии с рисунком на обоих кубах. Таким образом, участники каждой команды стремятся как можно быстрее построить изображение эмблемы, которая состоит из 12 кубов. «Кладку» следует вести в 4 этажа по 3 куба в каждом. Кубы должны быть разложены в соответствии с общим рисунком.

После объявления результатов первой игры команды готовятся к очередному конкурсу **«Прыжки с гантелями»**.

В е д у щ и й. Спортивная техника древних олимпийцев отличалась от нынешней. Так, прыгая в длину, атлет разбежался с двумя тяжелыми гантелями. Считалось, что, размахивая ими, он сообщает себе дополнительное ускорение. Сейчас по такому методу покажут свое мастерство в прыжках в длину с места пять представителей от каждой команды — по усмотрению капитанов. Условия: очередной участник прыгает с места приземления предыдущего игрока своей команды. Побеждает та команда, игроки которой в итоге соревнования окажутся дальше от общей линии старта.

В следующей игре **«Быстрее, выше, сильнее!»** участвуют все. Игроки команд строятся в колонну по одному за общей линией старта, на которой установлен контрольно-пропускной обруч для каждой команды. Перед колоннами через 8 м поставлены гимнастические скамейки вдоль линии старта. Первая скамейка находится в 8 м от линии старта, вторая — в 16, а третья — в 24. На каждой скамейке для команд лежит соответствующее число картонок с буквами к олимпийскому девизу **«Быстрее, выше, сильнее!»**.

В е д у щ и й. В конце прошлого века взяли старт современные Олимпийские игры. Унаследовав от античных форумов силу и ловкость, их название, Олимпийские игры приобрели новые черты. Олимпийское движение, объединив миллионы людей, стало значительным социальным явлением в жизни стран и народов мира. С ним теснейшим образом связан прогресс мирового спорта. Недаром олимпийский девиз призывает **«Быстрее, выше, сильнее!»**. Так и называется наш очередной конкурс.

По сигналу направляющая в колонне девочка I класса проскакивает через контрольно-пропускной обруч, перепрыгивает через первую скамейку, хватая картонку с буквой «Б» и возвращается обратно к своей колонне, проскочив контрольно-пропускной обруч. Тогда стартует очередной в колонне мальчик I класса. Он выполняет то же самое, что и девочка, но хватая картонку с буквой «В». Через первую скамейку прыгают ребята и II класса, а участники III—IV классов прыгают через первую, затем через вторую скамейку и тут же подбирают картонки с буквами. Учащиеся V—VI классов выполняют это задание у третьей скамейки, а ребята VII—VIII классов преодолевают все скамейки, возвращаются обратно к первой, бегут ко второй и берут свои буквы. Вожатые также сразу устремляются к последней скамейке, возвращаются обратно к первой, бегут опять к третьей, берут буквы и возвращаются к своей колонне. Чем старше участники, тем большее расстояние им приходится преодолевать.

В е д у щ и й. Давайте подсчитаем, сколько метров пробегают участники. Если ребята I—II классов пробегают шестнадцать метров, то ученики III—IV классов пробегут... сколько?

С л ы ш а т с я г о л о с а :

— Тридцать два.

— Правильно, а ребята V—VI классов?

— Сорок восемь.

— Верно. А наши вожатые преодолеют 80 метров. Напоминаю, что прыжок через скамейку засчитывается, если игрок оказался за скамейкой обеими ногами. Победит команда, игроки которой быстрее выполнят задание, построятся в три шеренги за линией старта со словами девиза **«Быстрее, выше, сильнее!»**.

В следующем конкурсе — «**Эстафета рыцарей**» участвуют девочки I—IV классов и все мальчики. Они располагаются, как для встречной эстафеты, на противоположных сторонах лицевых линий волейбольной площадки. Между каждой встречной колонной равномерно расставлены 4 стойки.

В е д у щ и й. Продолжаем наши соревнования. Как известно, на земле древней Эллады женщины не принимали участия в играх, а на трибунах могла присутствовать только одна женщина — жрица богини земли и плодородия Деметры. Зато в честь богини Геры проводились праздники, на которых девушки состязались в беге. Это были своеобразные женские Олимпийские игры — так называемый женский чемпионат по легкой атлетике.

В нашей игре сейчас мальчики-рыцари должны как можно быстрее перенести девочек в «безопасное место» — за линию старта. По сигналу первая пара мальчиков, взявшись за руки, выбегает вперед и на руках (способом «стульчик») переносит девочку I класса к своей колонне, проходя между стойками зигзагообразно. Очередная пара мальчиков таким же образом переносит девочку II класса и т. д. Победит команда, мальчики которой быстрее выполнят задание.

После этой игры на площадку поочередно от каждой команды выходят участники спортивно-художественного выступления. Они демонстрируют свое «домашнее задание»: «Москва — столица Олимпийских игр». Это может быть показательное выступление по художественной гимнастике, акробатике, упражнения типа утренней зарядки, спортивно-хореографические картинки и т. д.

В е д у щ и й: Вступление в олимпийское движение Советского Союза стало новым этапом в истории развития спорта. Представители нашей страны возглавили активную борьбу за демократизацию олимпийского движения. Мастерство советских спортсменов способствовало росту спортивных результатов на Олимпийских играх. Большой вклад в достижение этой цели внесли советские гимнасты. Их выступления всегда были украшением Олимпийских игр. А теперь наши гимнасты покажут свое искусство в игре «**Сложная переправа**».

Игроки каждой команды строятся, как для встречной эстафеты. С одной стороны площадки — девочки, с другой — мальчики. Между встречными колоннами команд ставят гимнастическое бревно, с обеих сторон которого спускают на пол по скамейке. Перед каждой колонной на старте ставят контрольно-пропускной обруч.

В е д у щ и й. Итак, гимнасты готовы к соревнованиям. По сигналу одновременно выбегают направляющие (мальчики и девочки) каждой колонны. Встретившись на середине бревна, они стараются разойтись и не упасть, продвигаются дальше, спускаются по наклонной скамейке, бегут к противоположной колонне своей команды, проскакивают через контрольно-пропускной обруч, и только тогда стартует очередной игрок. Выигрывает та команда, чьи игроки быстрее поменяются местами. Но бывает, что кто-то оступится и упадет с бревна. В таком случае он должен стать на него снова и с этого же места продолжить соревнование.

После игры «Сложная переправа» мальчики готовятся к очередному конкурсу — «Гимнастическое многоборье». Они строятся за общей линией старта, на которой установлен контрольно-пропускной обруч. Перед каждой командой последовательно расставлены снаряды-препятствия: барьер высотой 50 см, контрольно-пропускной обруч с двумя гимнастическими матами с обеих сторон, гимнастические козлы, обруч, палка, скамейка, скакалка, ходули.

В е д у щ и й. Продолжаем соревнование гимнастов. На сей раз участвуют только мальчики. Вы видите, как расставлены снаряды-препятствия. Каждый участник, проскочив контрольно-пропускной обруч, выполняет определенное задание, причем все участники проходят дистанцию с нарастанием числа препятствий в зависимости от возраста. Итак, в путь!

Ученик I класса проползает между планкой и сиденьем гимнастической скамейки (зигзагообразно). Мальчик II класса выполняет то же задание и проползает под барьер. Ученик III класса должен перевернуть гимнастическую скамейку узкой планкой вверх, подлезть под барьер, а затем перепрыгнуть через него. Задание для мальчика IV класса заключается в том, что он должен пробежать по узкой планке гимнастической скамейки, подлезть под барьер, перепрыгнуть через него и сделать кувырок через контрольно-пропускной обруч на матах. Ученик V класса выполняет все задания предыдущего участника, но дополнительно еще должен сделать опорный прыжок через гимнастический козел. Для мальчика VI класса задание усложняется тем, что он должен выполнить дополнительный прыжок через гимнастический обруч (как со скакалкой). Очередной участник VII класса дополняет предыдущее задание прыжком через скакалку. Ученик VIII класса выполняет все, что делал мальчик VII класса, и перепрыгивает через гимнастическую палку — вперед-назад, держась за ее концы. Вожатому предстоит сделать все задания, которые выполнял ученик VIII класса, кроме того, стать на ходули и вернуться за стартовую линию. Оче-

редной игрок стартует лишь тогда, когда предыдущий пересечет контрольно-пропускной обруч.

В следующем конкурсе — **«Веселые гребцы»** участвуют от каждой команды по 5 мальчиков и 5 девочек (по усмотрению капитана). Они строятся, как для встречной эстафеты. Расстояние между встречными колоннами 12—14 м. Около направляющего мальчика небольшая лодка из фанеры на трех колесиках (подшипниках). В лодке весло — палка.

В е д у щ и й. Искусство гребли и вождения судов под парусом было освоено в глубокой древности. В течение многих веков гребные и парусные суда были единственным средством передвижения человека по рекам, озерам и морям. Еще в античном мире были известны гонки на воде. Однако состязания по гребле на олимпиадах в Древней Греции не проводились. В наши дни этот вид спорта получил постоянную прописку на Олимпийских играх. Немалая заслуга в этом советских гребцов, которые неоднократно были в числе сильнейших на Олимпиадах. Сейчас и наши гребцы покажут свое мастерство. Задача юных олимпийцев — быстрее переправиться на противоположный берег. Передача весла и лодки только за линией старта.

В следующей игре — **«Волшебная корзина»** от каждой команды участвует по 6 человек (по усмотрению капитана). Выделяется по одному игроку, который становится на возвышении (на табуретке, тумбе). В руках у него упрощенная баскетбольная корзина на короткой палке (в виде сачка).

В е д у щ и й. Вряд ли кто-нибудь будет возражать против того, что все же самые увлекательные состязания — спортивные игры. Не было ни одних Олимпийских игр, в программу которых не входили бы игры с мячом. Сейчас мы проведем импровизированный матч по баскетболу.

Игрок держит баскетбольную корзину в руках. Он может перемещать ее в воздухе в любом направлении, не сходя с места, и ловить посланный мяч. Участники, естественно, будут стараться подвести мяч как можно ближе к своей «волшебной корзине», чтобы забросить в нее мяч, а противники в это время будут прилагать все усилия, чтобы перехватить его и послать в свою корзину. Игра продолжается 5 минут, после чего можно определить победителя.

Затем проводится **«Эстафета с мячом»**. Участвуют ребята I—IV классов. Они строятся, как для встречной эстафеты, на расстоянии 12 м. Перед каждой встречной колонной ставят барьер (ширина 1 м и высота 50 см). Между встречными колоннами равномерно расстав-

лено 8 булав. По сигналу мальчик-первоклассник прокатывает надувной мяч под барьер, а сам обегает его, затем начинает ногами обводить мяч зигзагообразно между булавами, подводит его к противоположному барьеру и подкатывает девочке-первокласснице так, чтобы мяч попал под барьер. Девочка ловит мяч, прокатывает его обратно под барьер, обегает и катит между булавами зигзагообразно. Затем передает очередному мальчику так, чтобы мяч прокатился под барьер.

Выигрывает команда, игроки которой быстрее выполняют задание и меняются местами в колоннах. Если по ходу игры кто-то из игроков повалит булаву, он должен вернуться, поставить ее на место и только тогда продолжать эстафету.

В е д у щ и й. В предыдущих играх мы отдали долг уважения баскетболу и футболу, а сейчас наши спортсмены готовятся к гандбольному поединку. В программу Олимпийских игр ручной мяч был включен в 1972 году в Мюнхене (только мужчины). Тогда наша команда завоевала почетное пятое место. На XXI Олимпиаде в Монреале в 1976 году впервые выступали женские команды и первыми олимпийскими чемпионками в истории женского гандбола стали советские спортсменки. Золотые медали завоевали и наши мужчины. В программу Олимпиады-80 включен мужской и женский гандбол.

На площадке команды готовятся к игре **«Пионерский гандбол»**. В каждой команде по 5 участников. Вместо ворот на лицевых линиях площадки равномерно расставлено по 9 булав. Основные правила как во «взрослом» гандболе. Задача играющих — поразить мячом булавы соперника. Игра длится 3 минуты. Команда, сумевшая за это время поразить больше булав, выигрывает.

В следующей игре участвуют мальчики I—IV классов. Они состязаются в игре **«Телебокс»**. У каждой команды палка длиной 1,5 м, к концу которой прикреплена боксерская перчатка. «Бой» проводится на низком бревне или перевернутой узкой планкой вверх гимнастической скамейке.

В е д у щ и й. Итак, наши боксеры готовы к бою. Они заняли исходное положение на противоположных концах бревна и по сигналу начнут продвигаться вперед, при помощи палки с перчаткой пытаясь вывести своего соперника из равновесия и столкнуть его с бревна. Перчаткой можно касаться груди. Захваты палки запрещены. За нарушение правил засчитывается поражение. Итак, внимание! На ринге, т. е. на бревне, боксеры наилегчайшего веса. Бой!

В этой игре пары встречаются поочередно. За каждую победу команде начисляется выигрышное очко. Можно напомнить ребятам, что разрешается делать обманные движения, чтобы вывести своего соперника из равновесия.

В е д у щ и й. Наше путешествие в Олимпию несколько затянулось, хотя мы еще не познакомились со многими другими видами спорта. Сегодняшний спор между командами мы закончим хорошо известным на Руси состязанием — перетягиванием каната. Этот конкурс не случайно попал в нашу олимпийскую программу. Перетягивание каната было когда-то тоже олимпийским видом спорта.

В поединке участвуют команды в полном составе. Игроки располагаются так, чтобы младшие ребята находились впереди. Командам дается три попытки.

В е д у щ и й. Спорт и искусство на Олимпийских играх всегда шагали рядом. Конкурсы поэтов, композиторов, скульпторов, выставки произведений изящных искусств были частыми спутниками Олимпиад. Парад муз стал неперенной частью олимпийских праздников. Например, на V Олимпийских играх в Стокгольме (1912) был организован конкурс искусств, в котором за олимпийские медали боролись архитекторы, художники, скульпторы, музыканты... А знаете ли вы, что одним из победителей Олимпиады стал Пьер де Кубертен? Он получил золотую медаль за «Оду спорту». И так, парад муз.

На площадку по очереди выходят участники художественной самодетельности от каждой команды, выступление которых оценивается так же, как и спортивные конкурсы.

Заканчивают праздничную программу показательные выступления известных спортсменов.

...Звучат фанфары. Слово предоставляется председателю жюри для оглашения окончательных итогов соревнований. Все участники выстраиваются на площадке.

...Барабанная дробь. Группа мальчиков в белой спортивной форме выносит медали, вымпелы и сувениры. Награждает ребят почетный гость праздника. Капитаны команд занимают соответствующие места на пьедестале почета. Команда-победительница совершает круг почта.

Участники и болельщики исполняют песню «Москва майская» (музыка И. Дунаевского, слова В. Лебедева-Кумача).

Ведущий подает команду «Флаг соревнований спустить!». Капитан команды-победительницы спускает флаг.

В е д у щ и й. Итак, дорогие друзья, наши Малые Олимпийские игры закончены. Надеемся, что для многих из вас эти первые старты станут тропинкой в большой спорт.

Время мчится, будто птица,
и, наверно, в добрый час
в гордой форме олимпийца
выйдет кто-нибудь из вас.

И совсем обычным тоном
скажут сверстники о нем:
— С олимпийским чемпионом
мы в одном дворе живем!

Е. Ильин

Так пусть же сопутствует вам удача в учебе и спорте.
До встречи на XXII Олимпийских играх в Москве!

ЛИТЕРАТУРА

- Плеханов Г. В. Письма без адреса, искусство и общественная жизнь. М., 1956.
- Крупская Н. К. Педагогические сочинения. М., 1959.
- Макаренко А. С. Лекции о воспитании детей. М., 1947.
- Азаров Ю. П. Игра и труд. М., 1973.
- Блонский П. П. Избранные педагогические сочинения. М., 1961.
- Божович Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте. М., 1968.
- Бриедис А. А. Подвижные игры. М., 1961.
- Былеева Л., Коротков И., Яковлев В. Подвижные игры. М., 1974.
- Вилькин Я. Р. Белорусские народные игры. Мн., 1969.
- Всеволодский-Генгросс В. К. Игры народов СССР. М.—Л., 1933.
- Выгодский Л. С. Педагогическая психология. М., 1926.
- Галицкий А. В., Переплетчиков Л. С. Путешествие в страну игр. М., 1971.
- Геллер Е. М. Подвижные игры пионеров и школьников. Мн., 1966.
- Геллер Е. М. Спортландия. Мн., 1969.
- Гельфан Е. М., Рябинин Б. С. Игры и упражнения для маленьких и больших. М., 1969.
- Гориневский В. В. Совместные игры мальчиков и девочек подростков. М., 1930.
- Гужаловский А. А. Подвижные игры в режиме дня учащихся I—IV классов. Мн., 1965.
- Добринская Е. И. Игра и эстетическая культура личности.— В кн.: Эстетическая культура советского человека. Л., 1976.
- Дьячкова О. А. Игры школьников. М., 1955.
- Изоп Э. В. Игры на площадке и на местности. Л., 1959.
- Каган М. С. Человеческая деятельность. М., 1974.
- Коротков И. М. Подвижные игры в занятиях спортом. М., 1971.

- Коротков И. М. Зимний пионерский лагерь. М., 1977.
- Лейкина М. В. Подвижные игры. М., 1955.
- Лукашов П. Д. Военно-спортивные игры пионеров и школьников. М., 1969.
- Минский Е. М. Всегда всем весело. М., 1961.
- Минский Е. М. Игровые площадки для детей. М., 1969.
- Неробеев В. Н. Спортивные аттракционы. М., 1964.
- Онопrienко В. И. Игры и развлечения на воде. М., 1968.
- Рудик П. А. Игры детей и их педагогическое значение. М., 1948.
- Студеницкий Н. В. Пионерские игры на местности. М., 1955.
- Сухолинский В. А. Сердце отдаю детям. Киев, 1974.
- Сухолинский В. А. Как воспитать настоящего человека. Мн., 1978.
- Усова А. П. Роль игры в воспитании детей. М., 1976.
- Шмаков С. А. Игра и дети. М., 1968.
- Эльконин Д. Б. Психология игры. М., 1977.
- Яковлев В. Г., Ратников В. П. Подвижные игры. М., 1977.

СОДЕРЖАНИЕ

Игра — путь детей к познанию мира	3
Игра как средство воспитания и самовоспитания	4
Игра и труд рядом идут	6
Игра — источник здоровья и физического совершенства	8
Играйте с нами!	10
Методика проведения игр	13
Игровые упражнения и игры для старших дошкольников	17
Игровые упражнения и игры для младших школьников	23
Игровые упражнения и игры для детей среднего школьного возраста	28
Игровые упражнения и игры для подростков	37
Игры для зимнего праздника	45
Игры-аттракционы, поединки, конкурсы	56
Игры в кругу семьи и друзей	71
Малые Олимпийские игры (примерный сценарий физкультур- ного праздника)	83
Литература	94

Евгений Моисеевич Геллер

НАШ ДРУГ — ИГРА

Редакторы М. А. Зеленкова, Р. Ф. Кузнецова. Художник В. А. Квар-
тальный. Художественный редактор А. И. Инкин. Технический редактор
Л. П. Сопот. Корректор И. С. Еремчик.

ИБ № 785

Сдано в набор 12.09.78. Подписано в печать 13.02.79. АТ 13134. Формат 84×108¹/₃₂.
Бум. тип. № 1. Гарнитура журнальная рубленая. Печать высокая. Усл. печ. л. 5,04.
Уч.-изд. л. 4,65. Тираж 41 000 экз. Заказ 1557. Цена без припрессовки пленки — 15 к.
(40 000 экз.), цена с припрессовкой пленки — 25 к. (1000 экз.).

Издательство «Народная асвета» Госкомиздата БССР. 220600 Минск, Парковая магист-
раль, 11.

Полиграфкомбинат им. Я. Коласа Госкомиздата БССР. 220827 Минск, Красная, 23.

