

Татьяна Образцова

# Подарочная книга игр



# Татьяна Николаевна Образцова

## Подарочная книга игр

*Текст предоставлен издательством*  
*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=176427](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=176427)*

### **Аннотация**

Перед вами находится поистине уникальная книга, включающая в себя огромный спектр игр для детей разного возраста. Игры, представленные здесь помогут вашему ребенку развить всевозможные таланты и способности, о которых вы и не подозреваете. Дети смогут познать окружающий мир через игру. Эта книга поможет в воспитании детей не только родителям, но и педагогам, она необходима всем, кто хочет раскрыть в детях их неограниченные способности.

# Содержание

Введение	13
Часть 1	15
Глава 1. С мячом или на мяче?	16
Ножной мяч	18
Волейбол	19
Стой!	20
Лови – не лови	21
Чей отскок дальше	23
Защита укрепления	23
Живая цель	24
Мячом в цель	25
Бомбардиры	25
Салки с мячом	26
Охотники и лисицы	26
Сбей городок	28
Вороны и воробьи	28
Гонка мяча в колоннах	29
Гонка мяча по кругу	30
Передал – садись	31
Мяч среднему	32
Глава 2. Поиграем в салочки	34
Двойные салочки	34
Салочки с липучкой	35

Салочки волки и овцы	37
Салочки «Золотой гусь»	38
Салочки с обручем	38
Салочки с палочками	39
Одноглазый Джо	40
Салочки «Чай-чай-выручай»	40
Салочки на воде	42
Салочки на одной ноге	43
Салочки с привязанной рукой	43
Охотник	44
Зеркало	45
Заяц	46
Классические салки	46
Будь внимателен	47
Салки-догонялки	48
Салки на площадках	49
Салки «Волки и овцы»	50
Салки в два круга	50
Турецкие салки	51
«Давай руку»	51
Салки с ленточками	51
Круговые салки	52
Глава 3. Хочу быть сильным и ловким	54
Шишки, желуди, орехи	54
Пулька	55
Ковбойский аркан	56

Ловкачи и силачи	57
Скольжение	58
Счеты	59
Мышеловка	59
Караван	60
Попрыгунчик	61
Гусеница	62
Я б в военные пошел	63
Бабочка-прядильщица	65
Ловкий рыбак	66
Попрыгунья-стрекоза	68
Водоносы	68
Попробуй попади	69
Тянем-потянем	70
Поплавок	70
Цепи, цепи кованы	71
Книголюб	72
Морячок	72
Грибники	74
Слабо?	75
Поймай зубами	76
Бурлаки на Волге	77
Горы	78
Морской прилив	78
Глава 4. Бросок, еще бросок	80
Попади в корзину	80

Движущаяся мишень	81
Маленькие шары	81
Круги	82
Морские камешки	82
Меткий прыгун	83
Городки	83
Брось палку	84
Лягушки	85
Водный баскетбол	85
Дротики	85
Кольца	86
Не смотри назад	86
Метание мяча	87
А ну-ка, отними	87
Башня	88
Глазунья	88
Удачный прыжок	88
Каменные горы	89
Попади в горку	90
Развалины древнего замка	90
Снежки	92
Таинственная коробка	92
Сорви букет	93
Привязанный мячик	93
Снежный человек	94
Попади в цаплю	95

Ловкий мяч	95
Длинная дорога	96
Сложный бросок	97
Кидаем карандаши	98
Покрасим снежную бабу	99
Властелин колец	99
Поймай птицу	100
Собери яблоки	101
Садовник	101
Свои и чужие	102
Числа и имена	102
Детский футбол	103
Ворота	104
Крепость	104
Глава 5. Игры для самых выносливых	106
Циклоп	108
Семигора, или разберем завал	111
Раскачки	113
Океан	114
Борцы	117
Водоворот	121
Тянитолкай	123
Глава 6. Ловкость	125
1. Лазанье	126
Мешок яблок	126
Царь горы	127

Джунгли	128
Паутинка	128
Висячий мост	129
Морская вода	131
Переправа	131
Опасная зона	132
Выручалка	133
Скалолаз	134
Тропический лес	135
Лабиринт	136
Стоп-кадр	136
2. Преодоление препятствий	137
По порядку рассчитайтесь	137
Волки и зайцы	139
Ночной караул	140
Выполни приказ	140
Огневой рубеж	141
А ну-ка, ухватись!	142
Юла	143
Радуга	144
Удачный улов	145
«Где обедал воробей?»	146
Раз шарик, два шарик	146
Галантные кавалеры	149
Веселая эстафета	149
Глава 7. Выше, дальше	151

Меловая линия	151
Прыжок через пропасть	152
Птицы и охотник	152
Змейка	153
Заколдованное место	154
Прыг-скок	155
Инопланетяне	155
Ловкий прыгун	156
Земля и вода	156
Кенгуру	157
Замечательный бросок	157
Ловкость рук	158
Веселые цапельки	158
Кто лучше прыгнет	159
Перепрыгнуть через забор	159
Волк во рву	159
Солнышко	160
Прыжки в круг	161
Скакалки с обручем	162
Туман	162
Достань платок	163
Классики	164
Часть 2	167
Глава 1. Мама, папа, я...	167
Дочки-матери	167
День самоуправления в школе	170

Скорая помощь	171
Детский сад	172
Веселый поезд	173
Глава 2. Поиграем в сказку	175
1. Игры сказочные	175
Кино	175
Интервью	175
Илья Муромец и Горыныч	177
Кто плохой и кто хороший	178
Вопрос – ответ	180
«Урбанистическая» сказка	182
Старая сказка на новый лад	186
2. Исторические игры	190
Пираты	190
Битва в тевтобургском лесу	192
Верная шпага короля	194
Игра на сюжет из истории Древней Руси	197
Глава 3. Я б в политики пошел...	199
Я – президент	199
«Политика – дело тонкое»	201
Кресло президента	203
Иностраный гость	205
Речь к народу	206
Все может случиться	207
Политики и магазины	208
Глава 4. Поторгуюемся?	210

Купи и продай	210
Мебельный магазин	212
Книжный магазин	214
Купи ягоды	215
Купи дом	216
Магазин модной одежды и косметики	217
Глава 5. Что бы это значило?	219
Отвечай не говоря	219
Мимический ответ	219
Обмен именами	220
Краски	221
Веселая молчанка или передай другому	222
Глухие и немые	223
Работа и забава	224
Музыканты (или немой оркестр)	225
Квартиранты	226
Море волнуется (или рыбное молчание)	226
Звериный сад	227
Угадай, что делали	228
Изображение	229
Игра-физкультминутка	230
Гостыюшка	231
Мы тоже можем так	233
Глава 6. Хорошие и плохие парни	237
Полицейские и бандиты	237
Улицы с погасшими лампочками	238

Военные действия	239
Пираты	239
Индейцы	240
Конец ознакомительного фрагмента.	241

# Татьяна Образцова

## Подарочная книга игр

### Введение

Все люди независимо от возраста и социального положения любят всевозможные игры. Не удивительно, ведь эти развлечения позволяют разнообразить любой этап нашей жизни и наполнить его радостью и весельем.

Где бы мы ни находились: дома, на летнем отдыхе, в туристическом походе, просто во дворе своего дома, если нас окружают друзья, все мы с удовольствием принимаем предложение поиграть.

Однако иногда возникает небольшая проблема... Вроде бы никто не против поучаствовать в какой-нибудь интересной забаве, развеять скуку и вспомнить прошлое. А тут, как назло, все игры, известные в детстве, забылись, их правила стерлись, а играть тем не менее очень хочется. Конечно, можно просто повеселиться, от души побегав вокруг костра, станцевав коллективный танец или прокатившись на роликовых коньках с горы.

Безусловно, все это просто замечательно, однако в этой книге все эти приемы доведены до совершенства и представлены в виде соответствующих игр. В них никто не окажется

забытым: и любители бегать, и те, кто обожает кататься на роликах и скейте, и многие другие смогут найти забавы для себя. Данная книга как раз и поможет вам отобрать такие игры, в которых требуется быть ловким, стремительным и гибким. Мы называем эти игры подвижными, и для участия в них действительно нужно совершать самые разные движения, стараясь быть лучшим.

Собирая игры, мы предполагали разбить их по возрастным категориям. Но поскольку увлечения так разнообразны, что объединить их невозможно никак, мы решили ограничиться развлечениями для всех детей. Никто не должен сидеть и скучать в то время, когда существует столько разнообразных забав. Наоборот, нужно осваивать «новые территории» и не забывать участвовать в тех играх, которые стали привычными.

Итак, предлагаем читателям начать самостоятельное ознакомление с содержанием нашей книги. Хочется пожелать успеха в таком серьезном деле, как планирование своих развлечений, ведь игры составляют неотъемлемую часть нашей жизни.

# Часть 1

## Подвижные игры

Все дети любят изгибаться, кувыркаться, выделять такие кульбиты, которые не под силу многим взрослым. В детском возрасте тело ребенка очень гибкое, но со временем это качество постепенно снижается. Чтобы избежать этого, нужно постоянно поддерживать форму, давать нагрузку связкам и мышцам.

# Глава 1. С мячом или на мяче?

Спортивные игры с мячом являются, пожалуй, самыми популярными в детской среде. Они подходят для детей любого возраста. Даже самый маленький ребенок, только начавший познавать мир, уже в состоянии играть с мячом. С возрастом же игры, в которых используется мяч, становятся более сложными и разнообразными.

Они способствуют не только поддержанию хорошей физической формы, что немаловажно для растущего организма, но и развивают реакцию, ловкость и даже силу. Не случайно спортивные игры с мячом входят в школьную программу физического воспитания учащихся.

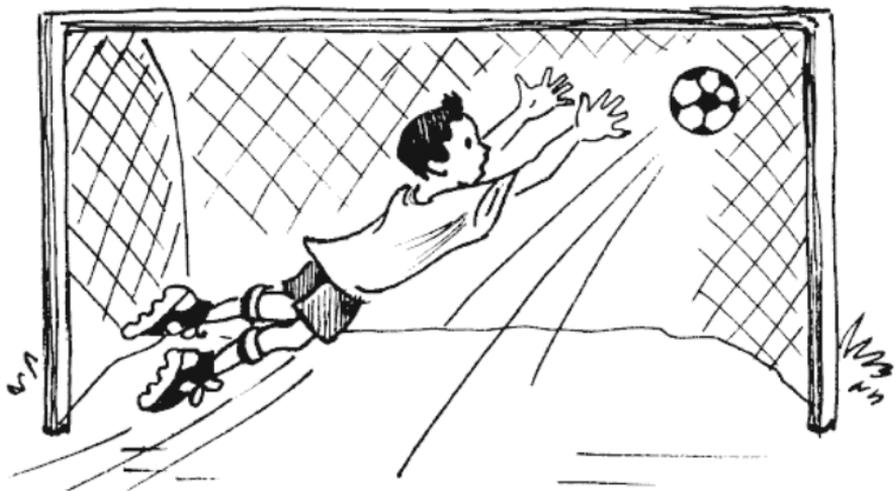
*Преимуществом игр с мячом является то, что в них можно играть как в одиночку, так и большой компанией.* Кроме того, в спортивные игры с мячом можно играть где угодно: в спортивном зале, во дворе, в лесу, на пляже и в других местах. При этом не следует забывать, что наиболее полезными являются игры не в помещении, а на свежем воздухе.

Маленькие дети, как правило, начинают свое знакомство с мячом, кидая его об землю или пытаясь бросить его кому-нибудь другому. Эти самые простые операции уже можно назвать примитивной спортивной игрой с мячом, поскольку ребенок, совершая броски и догоняя мячик, производит

множество физических движений.

Когда ребенок становится старше, его игры усложняются, в них появляются более жесткие правила, предполагающие наличие определенных умений в обращении с мячом.

Ни для кого не секрет, что самыми популярными играми, в особенности среди мальчиков, являются футбол, волейбол, баскетбол. Они нравятся детям не только своей увлекательностью, но и тем, что помогают почувствовать детям свою значительность: ведь в эти игры играют взрослые. И наверняка у каждого мальчишки когда-либо был свой футбольный, волейбольный или баскетбольный кумир, на которого он стремился быть похожим и играть так же, как он.



Эти самые популярные и известные во всем мире игры развивают быстроту реакции, скорость, ловкость, умение быстро ориентироваться на игровом поле. Кроме того, все

они требуют высокой мышечной активности, при которой задействованными оказываются почти все группы мышц, поэтому ребенок, часто играющий в них, всегда будет хорошо развит физически, станет здоровее и сильнее своих сверстников.

Существует множество игр (преимущественно для мальчиков), в которых используются футбольные, волейбольные, баскетбольные и теннисные мячи и, соответственно, элементы этих игр.

В качестве примера можно привести игру, в которой используются футбольные элементы.

## **Ножной мяч**

Играющие становятся в круг на расстоянии вытянутых рук друг от друга. Один из игроков (по жребию) идет в круг, взяв с собой мяч. Ударяя ногой по мячу, он стремится выбить его из круга. Играющие задерживают мяч ногами, не позволяя ему вылететь из него. Задержанный мяч они передают ногами между собой, не давая его водящему. Если же ему удастся выбить мяч из круга (он должен пролететь не выше коленей играющих), то на его место идет игрок, пропустивший мяч с правой стороны от себя. Поэтому каждый участник игры старается защитить промежуток между собой и соседом справа.

Повторяя эту игру, можно условиться, что каждый защи-

щает промежуток влево от себя. У этой игры также есть варианты. Один из них предусматривает более тесный контакт между играющими, т. е. стоящие по кругу в процессе игры держатся за руки и не разъединяют их при отбивании и передаче мяча.

## Волейбол

Следующая игра идет на волейбольном поле. Противоборствуют две команды по 4 человека, перекидывая мяч через сетку высотой 100–110 см. По свистку игрок одной из команд перебивает мяч ногой (с рук) через сетку на половину противника.

Задача игроков, на стороне которых оказался мяч, – переправить его обратно через сетку не более чем тремя ударами ноги или головы. В ходе игры разрешается в борьбе за мяч переносить ногу через сетку, но не касаться ее.

Игры девочек обычно не такие подвижные, как у мальчиков, и могут сопровождаться различного рода присказками, а также выкриками каких-либо слов и вслед за этим выполнением нужного упражнения с мячом.

Если одна из команд допустит ошибку (касание одним игроком мяча дважды, касание мяча руками при отбивании, касание сетки, удар за линию площадки), игра останавливается. Команда, допустившая ошибку, проигрывает очко или

подачу. Счет ведется, как в волейболе. Со сменой подачи (после ошибки подававшей команды) игроки перемещаются на площадке по часовой стрелке. В ходе каждой партии разрешается делать замены игроков и брать команде один 30-секундный перерыв.

Играют три партии до 10 очков каждая. После каждой партии игроки меняются сторонами площадки.

Говоря о мальчишечьих играх, нельзя забывать об играх с мячом, в которые играют преимущественно девочки. Чаще всего это групповые игры, в которых может принимать участие неограниченное число человек. Кроме того, в них очень охотно иногда играют и мальчики.

## **Стой!**

Играющие встают в круг и рассчитываются по порядку номеров. Один из них (водящий) получает маленький мяч и выходит на середину круга.

Водящий сильно ударяет мячом о землю и называет чей-нибудь номер. Вызванный бежит за мячом, а остальные играющие разбегаются в разные стороны. Вызванный (новый водящий), схватив мяч, кричит: «Стой!» Все останавливаются и стоят неподвижно там, где их застала команда. Водящий стремится попасть мячом в ближайшего игрока, который может увертываться от мяча, не сходя с места (не приседать и не подпрыгивать). Если водящий промахнется, он

бежит за мячом, а другие разбегаются. Взяв мяч, водящий кричит: «Стой!» и кидает его в кого-либо из играющих. Осаленный мячом игрок становится новым водящим. Играющие окружают его, и игра начинается сначала.

Правила запрещают кому-либо сходить с места после команды, но пока мяч не в руках водящего, можно как угодно перемещаться по площадке.

## **Лови – не лови**

Играющие строятся в шеренгу перед водящим, в руках у которого мяч. Стоя в 5–6 шагах от шеренги, он бросает мяч любому из игроков, называя при этом какой-либо предмет. Игроки договариваются, что мяч ловить нужно лишь в том случае, если будет названо, к примеру, что-либо съедобное: булка, сахар, сыр и т. п. Если водящий произнес название предмета несъедобного (например, гвоздь, мяч, стул) и после этого бросил мяч игроку, тот не должен его ловить. Мяч возвращается водящему для нового броска. Если же принимающий мяч ошибся и поймал его, он делает шаг вперед и продолжает играть. При вторичной ошибке он выходит из игры.

Через 3 мин подводятся итоги – отмечают самые невнимательные, а из тех, кто ни разу не ошибся, выбирают нового водящего, который также ведет игру в течение 3 мин.

После смены каждого водящего выбывающие игроки воз-

вращаются в строй. Они также могут оказаться в роли водящих.

Важно соблюдать в игре условие: бросать мяч сразу после того, как водящим будет произнесено слово, но не одновременно с произносимым названием. В этом случае играющим очень трудно правильно сориентироваться.

Другой вариант игры называют часто «Три стихии». В этом случае играющие образуют круг, а один из них встает посередине с мячом в руках. Он говорит одно из трех слов – «земля», «вода», «воздух» – и бросает кому-либо мяч. Поймавший мяч, возвращает его обратно, называя птицу, рыбу или животное в соответствии с заданным словом. Например, водящий сказал слово «вода». Играющий может назвать рыбу (щука, карась, карп и т. п.). При слове «земля» играющий называет любое живущее на земле животное, по сигналу «воздух» поймавший мяч называет птиц.

Игрок, нарушивший условия игры (не поймал мяч, неправильно ответил, сказал слово, которое уже было), получает штрафное очко. После второго штрафного очка он выбывает из игры. Новый водящий назначается через 3–5 мин.

Можно ввести в игру правило трех секунд, т. е., бросив мяч, руководитель считает до трех, и только после этого (не задерживаясь) игрок должен вернуть мяч назад и дать соответствующий ответ.

## **Чей отскок дальше**

Играют возле глухой стены или у баскетбольного щита. Играющие поочередно бросают теннисный мяч в стену (щит), и чей отскочит дальше, тот и победитель. Броски можно производить с места и с разбега.

В другом варианте игры мяч ударяется с силой о землю и поднимается ввысь. После удара все дружно начинают считать от единицы до тех пор, пока мяч не коснется земли. У кого сильнее удар, его мяч дольше продержится в воздухе.

## **Защита укрепления**

Играющие становятся в круг на расстоянии вытянутых рук и пошире. Перед их носками чертится окружность. В середине круга ставится укрепление из трех палок, связанных сверху. Выбирают водящего, который становится в центре круга для защиты укрепления. У стоящих по кругу волейбольный мяч.

По сигналу играющие перебрасывают мяч друг другу, а затем кто-либо из них кидает его в центр, стараясь сбить треножник. Защитник закрывает цель, отбивая мяч руками и ногами. Тот, кому удастся сбить укрепление, меняется местом с защитником.

Играют установленное время. В заключение

отмечаются лучшие защитники, дольше остальных защищавшие укрепление, а также самые меткие игроки, броски которых поражали цель.

Правила запрещают, бросая мяч, заходить за черту, а защитникам – держать руками укрепление. Если в укрепление попал мяч и сдвинул его, но не свалил, игра продолжается.

Если же защитник сам повалил укрепление, его место занимает другой водящий (у кого в руках в это время был мяч).

## **Живая цель**

Играющие встают в круг на расстоянии вытянутых рук. Перед их ногами чертится окружность. Выбирают водящего, который идет в середину круга. Играющие перекидывают мяч и стараются попасть им в водящего, который, спасаясь от него, бежит, подпрыгивает, увертывается в круге. Тот, кто попал в водящего мячом, не заходя за черту, меняется с ним местом.

По условиям игры, попадание от земли, а также в голову водящего не засчитывается. Один из вариантов игры называется «Защитой товарища». Выстраиваются дети так же, только в середину круга идут двое водящих. Один из них защищает другого, стоящего спиной, от попадания мячом. Защищает руками, ногами и всем корпусом. Если ему все-таки не удастся его защитить и в водящего попадут, они оба меняются местами с тем, кто попал в водящего, и с тем, кого

он выберет себе в защитники.

## **Мячом в цель**

Посередине площадки кладут волейбольный мяч, а играющие с теннисными (резиновыми) мячами в руках стоят в 10 шагах от него за чертой. Каждый по очереди бросает свой мяч в волейбольный мяч. Выигрывает тот, кто не промахнулся и у кого после удара волейбольный мяч откатился дальше.

Во втором варианте играющие с теннисными мячами встают в круг. Водящий подбрасывает волейбольный мяч вверх, играющие кидают свои мячи, стараясь попасть в летящую мишень. За каждое попадание начисляется очко. Побеждает тот, кто за 8—10 попыток набрал больше очков.

## **Бомбардиры**

Участники игры перебрасывают волейбольный мяч друг другу пасом по воздуху (двумя руками сверху или снизу). В игре действуют основные правила волейбола, т. е. игрок не должен дважды подряд касаться мяча в воздухе, ронять его на землю. Допустивший ошибку при приеме мяча или пославший мяч неточно выходит из числа играющих и приседает в центре круга. Игроки, разыгрывающие мяч по кругу, могут сильным ударом послать его в присевших. Мяч, отскочивший от игроков, снова вводится в игру. Если он не задел

кого-либо из сидящих игроков, тот, кто послал этот неудачный мяч, занимает место рядом с сидящими.

«Обстрел» продолжается до тех пор, пока один из сидящих не поймает мяч в руки. Тогда все выходят из середины, а их место занимает игрок, с чьей подачи мяч был пойман.

## **Салки с мячом**

Игроки бегают по площадке, спасаясь от преследования водящего, и передают друг другу мяч (волейбольный или баскетбольный). Задача состоит в том, чтобы передать его игроку, которого настигает водящий, так как игрока с мячом салить нельзя. В этом случае водящий должен преследовать нового игрока. Водящий, если представится момент, может осалить мяч в руках играющего, последний тогда становится водящим.

Правила позволяют водящему в ходе игры салить мяч на лету, перехватывая его. Если мяч оказался у водящего в руках, его сменяет игрок, виноватый в потере мяча (неточно бросивший мяч или не сумевший удержать его в руках).

## **Охотники и лисицы**

Площадка размером до баскетбольной ограничивается линиями. Играющие выбирают «охотника», ему дают в руки маленький мяч. Все остальные – «лисицы». «Охотник»

выходит на середину площадки, а «лисицы» собираются вокруг него. «Охотник» 2 раза подбрасывает мяч вверх и ловит его, после третьего броска «лисицы» разбегаются в разные стороны. «Охотник», поймав мяч, бросает его в одну из «лисиц». Каждая осаленная «лисица» становится его помощником, значит число «лисиц» будет сокращаться. Как только у «охотника» появится первый помощник, «лисицы» могут поднимать брошенный в них мяч и перебрасывать между собой так, чтобы «охотник» с помощником не завладели им. Теперь уже водящие стараются перехватить мяч, чтобы продолжать салить «лисиц». Игра продолжается до тех пор, пока не будут переловлены все «лисицы», кроме одной. Эта «лисица», проявившая себя самой ловкой, становится новым «охотником». Игра повторяется. Кроме перечисленных и описанных выше групповых игр с мячом для мальчиков и девочек, пользуются большой популярностью командные игры. Они требуют деления играющих на две или более команд.

В процессе игры важно следить за тем, чтобы «лисицы» не забегали за границы площадки. Иначе каждая из них считается осаленной и становится помощником «охотника». Перед началом игры можно условиться, что салить нельзя, например, в голову, грудь и т. п.

## **Сбей городок**

Проводят две черты на расстоянии 20 шагов. Это линии «городов», за которыми располагаются команды. Участники в них рассчитываются по порядку номеров. Посередине площадки кладут мяч или городок.

Ведущий громко называет номер. Игроки обеих команд, имеющие этот номер, устремляются в поле, бегут до черты противоположного «города». Наступив на нее ногой, они быстро разворачиваются, и на обратном пути каждый из них старается первым ударить ногой по мячу (или сбить городок). Кто сумеет это сделать, приносит своей команде очко.

Итог подводится после того, как все игроки будут вызваны по 1 разу. Выигрывает команда, набравшая больше очков.

## **Вороны и воробьи**

Участники игры выстраиваются в колонну по одному (в шаге друг от друга) на середине площадки и рассчитываются на первый-второй. Первые номера – одна команда, вторые – другая. По обеим сторонам от играющих разложены предметы: справа – городки («вороны»), слева теннисные мячи («воробьи»). Предметов вдвое меньше, чем участников игры.

Играющие по указанию ведущего выполняют различные

несложные движения на месте (руки в стороны, вверх, присесть, встать, на месте шагом марш и другие).

Затем ведущий произносит по слогам одно из слов.

Если это слово «во-ро-ны», то на слог «ны» все игроки устремляются к городкам, если же «во-ро-бы», то при произнесении последнего слога все игроки бегут к мячам, стараясь схватить по одному предмету.

Поскольку предметов меньше, чем игроков, они достаются лишь самым внимательным и быстрым, за что команде начисляются выигрышные очки.

Проводится 7–9 туров, после чего подсчитывается число удачных стартов каждой команды и соответственно объявляется счет. Во время игры очень важно следить за тем, чтобы игроки не выбегали за границы игровой площадки.

## **Гонка мяча в колоннах**

Две-три команды по 6–8 человек встают в колонны по одному на расстоянии 4 шагов одна от другой. У стоящих впереди в руках по волейбольному или баскетбольному мячу. По сигналу начинается передача мячей стоящему сзади двумя руками за головой. Когда мяч дойдет до последнего, он бежит с мячом вперед (все делают шаг назад), становится первым и снова передает мяч сверху и т. д. Игра продолжается до тех пор, пока каждый из игроков команды не побывает первым.

Важно следить за тем, чтобы мяч передавался прямыми руками с наклоном назад, а дистанция между игроками в колоннах была не менее 50 см.

Другой вариант игры предусматривает передачу мяча назад между расставленными ногами (по коридору). Также можно чередовать верхнюю и нижнюю передачи (первый игрок передает мяч сверху, следующий – снизу, потом опять сверху, и так до конца игры). Условия игры те же.

## **Гонка мяча по кругу**

Все встают в круг и рассчитываются на первый-второй. Первые номера – одна команда, вторые – другая. Два рядом стоящих игрока – капитаны, у них в руках по мячу. Чтобы было понятнее, расстановка игроков приведена на схеме.

В белых бейсболках одна команда, в серых – другая. Капитаны – в кепках с буквой «К».

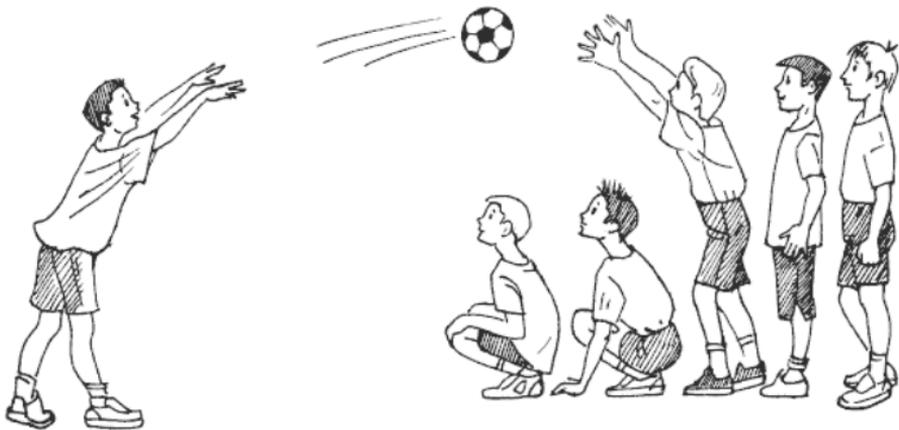
После сигнала мячи передаются по кругу в разные стороны через одного игрокам своей команды. Каждая команда стремится передавать мяч как можно быстрее, чтобы он скорее вернулся к капитану. Если мячи столкнулись, их поднимают, и с места падения продолжают игру.

Второй вариант игры заключается в том, что мячи находятся в разных сторонах круга и передаются (по сигналу) в одну и ту же сторону (вправо и влево). Задача команды делать передачи быстрее, чтобы один мяч догонял другой.

## Передал – садись

Две колонны игроков встают на расстоянии 3–4 шагов одна от другой. Расстояние между игроками – длина вытянутых рук, положенных на плечи впередистоящих. В 5–6 шагах перед колонной проводят черту, за которую входят по одному представителю от команды – капитаны.

По сигналу капитаны передают мяч (двумя руками от груди или другим способом) первому игроку своей команды, который ловит его и возвращает обратно, сразу же принимая положение упор присев. Капитан перебрасывается мячом со вторым, третьим и другими игроками команды. Каждый, сделавший ответную передачу, приседает. Когда последний в колонне игрок отдаст мяч капитану, тот поднимает его вверх, и вся команда быстро встает. Побеждает команда, раньше закончившая передачи без нарушения правил.



Можно усложнить игру, добавив в нее ведение мяча. В этом случае последний в колонне игрок, получив мяч, бежит с ним, ударяя о землю, за черту и становится на место капитана, а тот – во главе колонны (все делают полшага назад).

Игра заканчивается, когда капитан, оказавшись последним в колонне, получит мяч и возвратится с ним за черту.

Важно, чтобы между капитаном и колонной в обеих командах было одинаковое расстояние, для чего на земле проводится линия.

## Мяч среднему

Две команды по 4–6 человек встают в круг неподалеку одна от другой. Игроки берутся за руки и делают 2 шага назад, чтобы круги получились равными. Затем игроки рассчитываются по порядку номеров, и первые номера выходят в

центр с мячом в руках. Каждый игрок проводит перед носками своих ног черту.

По сигналу игроки, стоящие в кругах, передают мяч вторым номерам, получают от них обратно, передают третьим, те посылают обратно и т. д. Когда центральный игрок получит мяч от последнего по счету участника игры, он передает мяч второму номеру и меняется с ним местом. Второй игрок становится в середину круга и продолжает передачи мяча, начиная с третьего номера и закончив третьим номером, который сменяет его в центре, продолжая передачи мяча по кругу.

Игра заканчивается, когда все побывают в роли центрального. Тот, кто начинал игру, получив мяч от последнего по счету игрока своей команды, выбегает с ним в середину круга и поднимает мяч вверх. Побеждает команда, игрок которой сделал это первым. Во время игры мяч передается в кругах в одну и ту же сторону. Запрещается пропускать кого-либо из игроков. Упавший мяч поднимают и продолжают игру.

При повторении игры мяч можно передавать не по воздуху, а ударами о землю.

## Глава 2. Поиграем в салочки

Салочки, или ляпки, как их называют в некоторых областях нашей страны, это игра, в которой один из участников старается осалить, «заляпать», передать эстафету другому.

Эта очень подвижная игра понравится тем, кто любит быстро бегать. Но просто бегать довольно скучно, можно быстро устать, утомиться. Этого можно избежать, если выбрать одну из множества игр, предложенных в данной главе. Любители побегать могут каждый день играть в новый вид салочек, так им никогда не будет скучно.

### Двойные салочки

Эта игра очень похожа на обычные салочки, но в ней выбирают не одного, как обычно, а двоих ведущих. Чтобы их выбрать, можно просто посчитаться 2 раза. Но можно оговорить и такие условия игры, когда первый, кого выбрали, уже сам подыскивает себе пару, кого-нибудь из своих друзей или наиболее подвижного игрока. В двойные салочки, кстати, играют только при достаточном числе участников, не меньше 6–7 человек, иначе убегающих будет почти столько же, сколько догоняющих.

Принцип игры такой: двое ведущих должны как можно скорее осалить двух других игроков. Почти всегда это про-

исходит не одновременно: одному, более удачливому, удается сразу догнать кого-либо и передать ему функцию ведущего, а второму – чуть позже. В этот промежуток времени первый ведущий как бы выходит из своей роли, он должен подождать, пока его товарищ сможет осалить кого-нибудь. Вместе с ним выходит из игры тот, кого он осалил. В игре остаются только второй ведущий и те, кто от него убегают. Как только ему удается кого-то догнать, другая пара ведущих вступает в «бой» и ведет его до тех пор, пока они не осалят двух других участников. Но можно установить и другие правила, несколько усложняющие условия.

В этой игре, помимо скоростных качеств и ловкости, проверяются внимательность, быстрота реакции и память. Ведь момент передачи функций от одного игрока к другому при двоих ведущих заметить гораздо сложнее. Кроме того, смена ролей участников происходит намного чаще и быстрее.

По другому варианту первый ведущий не выходит из игры на время, а, как в обычных салочках, сразу же превращается в догоняемого. Тот же, кого он осалил, сразу берет на себя его функцию и играет в паре со вторым ведущим.

## **Салочки с липучкой**

Для этой игры вам понадобится кусочек липкой ленты, но не скотча, а той, которая пришивается к курткам, портфелям

и т. д. Ее нужно пришить к какой-нибудь мягкой, забавной игрушке или самодельному матерчатому шарiku, набитому ватой. Лучше, если игрушка или шарик будут яркого цвета, притягивающего взгляд. Длина полоски липучки зависит от размера игрушки, главное – чтобы она легко прикреплялась к одежде.

Еще одним условием игры является, как ни странно, одежда участников.



Играть в блестящих и скользких болоньевых куртках вряд ли удастся. Для липучек нужна ворсистая или шероховатая ткань. В то же время одежда не должна быть слишком дорогой и легко зацепляющейся. Впрочем, наверняка в гардеробе любого игрока найдется такая не слишком новая спортивная куртка или свитер.

В остальном правила игры точно такие же, как и в обычных салочках. Просто сало передается другому с помощью игрушки на липучке. Не всегда удастся с первого раза при-

цепить ее на одежду. Яркая, смешная игрушка в качестве участника игры вносит колорит и разнообразие в знакомые нам салочки.

## **Салочки волки и овцы**

Для этой игры необходимо не менее 10–12 участников. Кроме того, игровое пространство должно быть ограничено. Лучше всего играть в эту игру в школьном спортивном зале.

Смысл игры заключается в следующем: водящий, выбранный с помощью считалки, начинает игру, находясь в одной стороне зала, тогда как все остальные стоят на противоположной стороне. Но он не отдает свою роль первому, кого он догонит и коснется. Вместо этого они, держась за руки, должны теперь водить вдвоем. Затем, когда им удастся догнать или поймать третьего участника, они продолжают водить втроем и т. д. И так до тех пор, пока не останется последний участник игры, которого не удалось поймать. Он-то и становится победителем.

Условие, на которое следует обратить внимание, – это то, что поймать следующего участника можно только тогда, когда все водящие возьмутся за руки в виде цепочки. Поэтому поймать подряд сразу двоих не удастся. Необходимо небольшое перестроение в рядах участников, перераспределение ролей.

## **Салочки «Золотой гусь»**

Игра получила свое название от одноименной сказки братьев Гримм. Условия похожи на предыдущие. Отличие состоит в том, что водящий, догнав и коснувшись другого игрока, как бы приклеивает его к себе.

Теперь они, держась за руки, должны догнать кого-нибудь другого. Но осалить его может только второй из водящих. Затем третий и т. д. Сколько бы водящих ни было объединено в одну цепочку, осаливать может только последний.

## **Салочки с обручем**

Вэтой игре используется обыкновенный гимнастический обруч, сделанный из алюминия или пластмассы. Число участников может колебаться в пределах 4–7 человек. Играть можно как в закрытом помещении, так и на открытом воздухе, главное – чтобы была возможность свободно обращаться с обручем, не зацепляясь за другие предметы.

Тот, кого выбрали водящим, должен с помощью обруча поймать одного из участников игры. В этом случае роль водящего с обручем переходит к пойманному.

Несмотря на такие простые условия, игра довольно сложна, так как при манипуляциях с обручем нужно действовать очень осторожно. Навыки в обращении с обручем должны

быть достаточными, чтобы не возникла опасность травматических ситуаций. Собственно, по своей пластике движения играющих должны приближаться к пластике настоящих гимнастов. Бросать обруч, чтобы поймать в него другого игрока, не рекомендуется.

## **Салочки с палочками**

Для этой игры понадобятся две небольшие палочки с гладкими, закругленными концами. Длина их не должна превышать 40 см.

По условиям игры палочки используются для передачи роли водящего. Он должен догнать кого-либо из игроков и осалить сразу двумя палочками одновременно. Прикосновения одной из палочек недостаточно. Эта игра также требует некоторой осторожности.

Движения водящего, в руках которого находятся палочки, должны быть не слишком резкими и безопасными для других.

Для усложнения условий игры можно договориться осаливать, не просто задевая другого игрока, а прикасаясь к определенной части тела. Например, к рукам, начиная от локтя. Это заставляет убегающего прятать руки. Не надо забывать, что и в этом случае прикосновения палочек должны быть достаточно осторожными.

## Одноглазый Джо

В этом варианте салочек условия игры усложняются тем, что водящему завязывается правый глаз. Сделать это можно с помощью какого-нибудь тонкого шарфа или платка. И осаливать, касаться других игроков, он должен только правой рукой.

Чтобы усложнить задачу другим участникам, их соединяют в пары, которые должны все время держаться за руки. Таким образом, трудности в передвижении уравниваются для обеих сторон. Водить начинает тот из пары, которого коснулся водящий.

## Салочки «Чай-чай-выручай»

Для этих салочек также нужно выбрать водящего. Правила этой игры отличаются от обычных салочек тем, что когда водящий догонит и коснется какого-либо участника игры, тот не берет на себя его роль, становясь водящим, а замирает на месте. Чтобы подать сигнал бедствия, остановленный игрок кричит все это время: «Чай-чай-выручай!». Происходит это до тех пор, пока его не выручат.



Выручить, освободить его может любой из участников, кроме, конечно, водящего. Для этого другому игроку нужно просто коснуться его. Таким образом, между всеми игроками, кроме водящего, устанавливаются правила товарищества и взаимовыручки. При этом его задача становится очень непростой, так как он может передать свою роль другому только тогда, когда догонит всех остальных игроков, и при условии, что их никто не выручит.

С ролью водящего в этой игре сможет справиться только хорошо подготовленный, быстробегающий ребенок. В противном случае игра может никогда незакончиться. При успешном результате роль водящего переходит к последне-

му из игроков, который дольше всех продержался.

## Салочки на воде

Эту игру можно играть в бассейне, а также на ограниченном пространстве водоема. Безусловно, подготовленность игроков должна быть достаточно серьезной, так как игры на воде довольно опасны. Кроме того, за играющими должен наблюдать опытный тренер. Оптимальное число участников – 5–6 человек.

Роль водящего передается, как и в обычных салочках. Для бассейна можно оговорить дополнительное условие: осаливание через касание шапочки. В открытом водоеме это может быть касание за плечо. Дополнительным условием, которое может поставить тренер, вероятно, требование плавать одним стилем, например брассом или вольным. Нырание и плавание под водой возможно только в бассейне, где ситуацию полностью контролирует тренер.

Очень интересной становится игра при дополнительных условиях, осложняющих передвижение играющих. Например, все, кроме водящего, должны передвигаться с помощью ног, руками держась за специальные дощечки. Или, наоборот, с помощью рук, когда между коленями зажимается какая-нибудь небольшая игрушка или специальная пластинка. Скорость уплывающих сразу ограничивается по сравнению с догоняющим их водящим.

Тот, кого догнали, отдает приспособление, замедляющее его передвижение, и, в свою очередь, начинает водить.

## **Салочки на одной ноге**

Условия игры такие же, как в обыкновенных салочках. Но, как понятно из названия, все игроки, в том числе и водящий, должны передвигаться исключительно на одной ноге, правой или левой. Через 10–15 прыжков, по договоренности, ногу можно сменить. В том случае, если кто-либо из участников не выдержит и встанет на обе ноги, то он автоматически становится водящим.

Лучше всего играть в эту игру на деревянном полу спортивного зала.

Для этой игры необходима ровная поверхность пола и нескользкая обувь участников, иначе возникает опасность падений.

## **Салочки с привязанной рукой**

Условием игры является привязанная за спину рука, правая или левая, как договорятся участники игры. Она привязывается условно. Водящий, догнавший одного из игроков, должен коснуться его свободной рукой. Происходит смена ролей, и игра продолжается.

В качестве усложнения можно на самом деле привязывать

руку за спину каждому из участников какой-нибудь лентой или веревкой. Игра требует ловкости и хорошей координации движений.

## ОХОТНИК

Игра для маленьких детей. На полу зала или на площадке чертится небольшой круг диаметром в 2–3 шага. В центре круга встает «охотник». По команде ведущего начинается игра. «Охотник» приседает, а все остальные игроки, окружив его, но не переступая за черту его круга, говорят: «Охотник, охотник, где твое ружье?» При последнем слове «охотник» вскакивает, выбегает из своего круга и пытается поймать кого-нибудь из игроков, осалив его при помощи палочки в руках, а те разбегаются по площадке и стараются увернуться от «охотника». Осаленного игрока «охотник» ведет в свой круг.

Игра продолжается до тех пор, пока «охотник» не поймает 3–4 игроков. Последний неосаленный игрок становится «охотником», и игра повторяется.

Выбегать за пределы площадки игроки не имеют права. Тот, кто нарушит это правило, считается осаленным и пойманным.

# Зеркало

Для этой салки необходим какой-нибудь предмет (мячик, кегля), который следует положить на пол. Один из игроков встает в шаге от этого предмета, а сзади него (в 2 шагах) ставят стул. На таком же расстоянии от предмета, но с другой стороны встает второй участник игры. За его спиной тоже ставят стул. Начинается поединок на внимание, ловкость, гибкость, скорость и сообразительность.

Первый игрок делает возле предмета, не отходя от него, придуманные им несложные движения (наклоны в разные стороны, приседания, повороты туловища, доставание коленкой до живота, махи руками и др.), а второй в это время, словно в зеркале, должен повторять все его движения.

В то же время ему надо быть начеку: если первый игрок неожиданно схватит предмет и успеет положить его на стул, стоящий сзади, значит он выиграл поединок и получает очко.

Если же второй игрок успеет осалить первого с предметом в руках, следовательно, проигрывает очко последний, после чего они меняются ролями и повторяют игру. Далее поочередно в ловкости и гибкости соревнуются остальные участники игры.

Можно разделить детей на несколько команд. Выигрывает та команда, чьи игроки побывают все до единого в роли

зеркала и быстро закончат соревнования между собой.

## **Заяц**

Эта игра может задействовать немного игроков. Игроки встают в кучку – и один из них бросает маленький мячик над головами. На чью голову мяч упадет, тот должен немедленно подтолкнуть его ногой, чтобы мяч коснулся еще чьей-либо ноги. Как только кто-нибудь таким образом будет засален мячом, он становится «зайцем».

Остальные игроки окружают его со всех сторон и начинают тормозить разными способами (треплют за уши, за одежду и т. п.), но в то же время внимательно наблюдают, чтобы самим не стать осаленными мячом и не сделаться «зайцами», так как игра продолжается. Мяч снова бросает любой из игроков.

## **Классические салки**

По счету одного из игроков все остальные разбегаются. Задача салки-водящего – догнать убегающего и осалить, запятнать его.

Осаленный становится водящим. Каждый новый водящий поднимает руку и кричит: «Я – салка!» Не разрешается сразу же пятнать предыдущего салку.

## Будь внимателен

Участники игры делятся на две команды, в каждой по два звена. Команды выстраиваются в колонны по одному параллельно одна другой. Расстояние между командами 4–5 м.

Команды в колоннах двигаются вперед за ведущим. Неожиданно вожатый подает команду «налево» или «направо». По этой команде все игроки быстро поворачиваются в указанную сторону, и та команда, которая находится впереди, сразу убегает, а команда, которая окажется сзади, догоняет убегающих.

Ведущему рекомендуется подавать команду, растягивая слова: «на-ле-во», или «на-пра-во». При этом вторая часть слова произносится быстро.

Пойманным считается каждый из игроков, до ноги которого догоняющий его сзади игрок из другой команды сумел дотронуться палкой. Пойманный отходит в сторону и идет сбоку. Ловить убегающих игроков можно только до сигнала ведущего команды свистком, который подается через 20–30 с после команды «налево» или «направо».

Ведущий команды (командир) подает сигнал произвольно, а не поочередно, чтобы играющие не знали, кому из них придется убегать, а кому ловить. Побеждает команда, которая осалила больше игроков соперника. После нескольких повторений игры подсчитывается общее число осаленных

игроков из каждой команды. Ведущий должен следить, чтобы та, и другая команда убежала и ловила одинаковое число раз. Осаленный после сигнала не считается пойманным.

## Салки-догонялки

Поиграть можно на любом дворе. Достаточно 3–4 человек, чтобы ее затеять.

На площадке рисуется несколько кругов или квадратов. Это «дома». Но дети не должны долго находиться в «домах», надо бегать, передвигаться, занимать «чужие дома». В это время один из игроков – водящий – старается осалить кого-нибудь из игроков, для того чтобы тот стал водящим. Того кто заскочил в «дом», нельзя осаливать. Игра может продолжаться до бесконечности.

Другой вариант салок: здесь нет «домов». А осаливать нельзя игрока, который коснется обеими ладонями стенки, забора или любой преграды. Задача водящего – пресечь путь игроков к стенке.

Еще один вариант салок: двое игроков держат в руках скакалку (за концы) и бегут вдвоем. Засаленный сменяет водящего.

А можно играть и так: водящий получает мяч и бросает его в убегающего. Тот, кого он осалит мячом, становится водящим.

Но если водящий промахнется, любой игрок может под-

нять мяч с земли и начать перебрасываться с другими игроками. Чтобы вновь овладеть мячом, водящий должен его отобрать (перехватить) или осалить игрока в тот момент, когда он держит мяч.

Для усложнения игры можно установить такие дополнительные правила: нельзя салить того, кто успеет упасть на землю, опираясь на ладони и носки вытянутых ног; если замрет на одной ноге, держа другую, отведенную назад ногу двумя руками. А можно условиться, что в безопасности будет тот, кто дотронется рукой до деревянных, железных, каменных предметов.

## **Салки на площадках**

Одну большую площадку делят на два, три и даже четыре участка. На каждом участке свой водящий, он должен иметь отличительный знак. Остальные играющие могут бегать по всей площадке. На каждом участке чертят по одному кружку, это – «дом» для отдыха игроков, уставших от бега. Игрок, которого осалил водящий, сам становится водящим, но только на том участке, где он был настигнут.



## **Салки «Волки и овцы»**

Эти салки годятся для маленьких детей, к тому же, если их немного. Из числа играющих один становится «пастухом», двое – «волками» и 4–5 – «овцами». «Волки» стараются осалить «овец», а «пастух» – «волков». Осаленные выходят из игры. «Пастух» выигрывает, если осалит двух «волков», «волки» – если осалят двух «овец».

## **Салки в два круга**

Участники игры образуют два круга: внутренний и внешний. Оба круга двигаются в противоположных направлениях. По сигналу руководителя игры они останавливаются, и

все игроки внутреннего круга стараются осалить игроков из внешнего круга (т. е. дотронуться до кого-либо рукой) раньше, чем они успеют присесть. Пойманные встают во внутренний круг, и игра начинается сначала. Игра заканчивается, когда во внешнем круге останется мало игроков (5–6 человек).

## **Турецкие салки**

Можно играть дома, в спортивном зале и в любом другом помещении. Дети, участвующие в игре, имеют право передвигаться до тех пор, пока их не осалит ведущий. Но по условиям нельзя салить тех игроков, которые успевают сесть на пол и сложить ноги по-турецки.

### **«Давай руку»**

Эта игра – взаимная выручка. Осаливать нельзя того, кто, убегая от водящего, успел схватить за руку любого другого игрока.

## **Салки с ленточками**

Вигре вместо одного – несколько водящих. Для таких салок необходимы разноцветные ленточки, а если нет матерчатых, используйте бумажные. Каждый из играющих закла-

дывает свою ленточку за воротник. У водящих ленточек нет, потому что их задача – догнать играющего, схватить его ленточку и заложить ее за свой воротник. Тот, кто схватил ленточку, включается в общую игру, а потерявший становится салкой.

Для этой подвижной игры нужно участие большого числа детей.

## **Круговые салки**

Круговые салки хороши тем, что их можно организовать и в небольшом дворе, а занять можно 10, 20 и даже 30 человек.

Играющие встают в круг. Двое стоят за кругом, один против другого. Эта пара и начинает игру. Тот, кто встанет на северную сторону круга, выполняет роль догоняющего, а южную – убегающего.

По выбору назначается судья – капитан игры. Он не принимает участия в состязании, а только подает команды и следит за выполнением правил игры. Игра разворачивается очень быстро; нарушений может быть много, поэтому у судьи есть право остановить игру и вернуть игроков на исходные места.

Игра начинается по сигналу судьи. Догоняющий, обегая круг, старается осалить убегающего. Спасаясь от преследования, убегающий имеет право встать в круг на любое место между игроками.

Как только убегающий найдет себе место в круге, его сосед справа превращается в догоняющего, а тот, кто был догоняющим, теперь сам спасается от преследования. Он может бежать вперед, назад, по своему усмотрению, но только, конечно, по внешнему кругу. Спасаясь, он тоже может встать в круг, и тогда победит его сосед справа, но теперь уже в роли не убегающего, а догоняющего. А тот, что догонял, победит по кругу, спасаясь от преследования.

Если убегающего осалили прежде, чем он успел встать в круг, он выбывает из игры. Но в том случае, когда играют мало детей, осаленным становится догоняющий, а тот, кто осалил, возвращается в круг, и его сосед справа в этом случае получает роль игрока, убегающего от преследования.

## **Глава 3. Хочу быть сильным и ловким**

Все дети хотят быть сильными и ловкими, побеждать во всех соревнованиях. Но для того чтобы стать таким, нужно долго и регулярно заниматься в спортзале или на стадионе. В этой главе предлагается другой вариант достижения этой цели. Игры, предложенные здесь, помогут ребенку стать сильным и ловким.

### **Шишки, желуди, орехи**

Эта игра на развитие ловкости, разворотливости и сосредоточенности. В ее процессе дети учатся быть внимательными и быстрым, стараются превзойти друг друга и не сделать ошибок.

Играющие делятся на тройки и встают один за другим лицом к центру. Первая тройка выполняет роль шишек, вторая – желудей, третья – орехов, четвертая – опять шишек и т. д. В центр этого круга встает водящий. По команде ведущего начинается игра.

Водящий называет одну из групп. Например, «орехи». Задача «орехов», стоящих в разных тройках, поменяться местами, т. е. первая тройка должна добежать и выстроиться на месте второй, а вторая, следовательно, на месте первой. В это время водящий старается занять освободившееся ме-

сто одного из игроков. Тот игрок, который в результате перебежки остается без места, занимает роль водящего.

Водящий может называть не одну группу, а сразу две (например, шишек и желудей. Задача игроков – быть очень внимательными и не занять место другой тройки («шишкам» – место «желудей», или наоборот). Остаться на месте игрокам запрещается. Победителями в этой игре являются игроки, которые ни разу не были на месте водящего, т. е. оказались самыми ловкими и проворными.

## Пулька

Эта игра на быстроту реакции, развитие скорости и ловкости. Играющие делятся на две команды, выстраиваются в колонны за финишной чертой и рассчитываются по номерам. Рядом с каждой командой устанавливается стул. На расстоянии 10 м или более от финиша также устанавливаются 2 стула с лежащими на них пирамидкой яблоками или апельсинами. Задача команд – после слов ведущего добежать каждой до своего стула и осторожно, чтобы не рассыпать пирамиду, взять по одному яблоку, а затем вернуться обратно и уложить добычу на свой стул.

Игроки должны быть очень внимательными, чтобы не пропустить свой номер, а также очень ловкими при разборе и воспроизведении пирамиды.

Например, ведущий называет номер 6. Игроки обеих ко-

манд под этим номером бегут к стульям, берут по яблоку и, вернувшись обратно, укладывают каждый на свой стул, стараясь воспроизвести ту же пирамидку.

Ведущий может дважды называть один и тот же номер или же ускорить темп вызова номеров. Если какой-то игрок задевает или случайно роняет одну из пирамид, команда считается проигравшей. Выигрывает команда, которая наилучшим образом справится с заданием.

## **Ковбойский аркан**

Всередине площадки устанавливается высокий шест или имитация фигуры любого массивного животного, например слона, носорога или жирафа. Эти фигуры могут быть вырезаны из толстого картона или фанеры. Хоботы, шеи и рога у всех этих животных непременно должны быть подняты вверх.

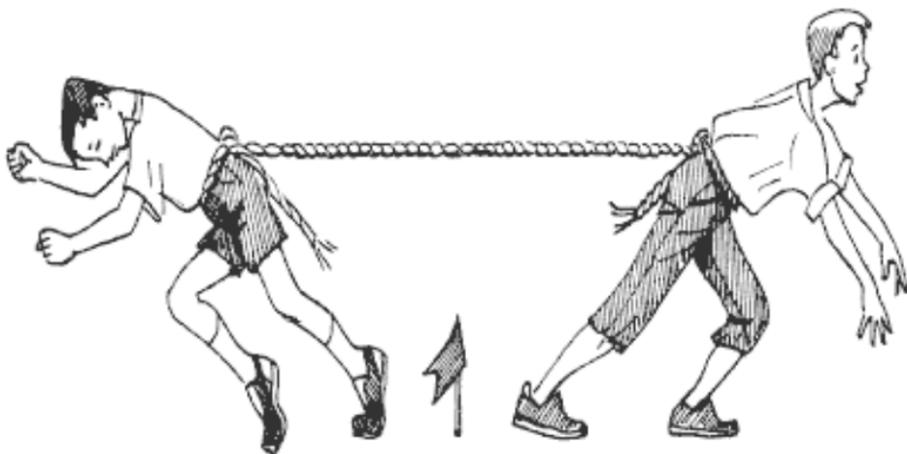
На расстоянии 6 шагов от центра рисуется ровный круг. Затем к пластмассовым или вырезанным из картона кольцам привязываются нити чуть большей длины, чем расстояние от края круга до центра. Такое лассо получает каждый игрок.

Задача играющих – по команде ведущего начать двигаться по кругу по часовой стрелке, стараясь набросить на рог, шею или хобот животного свое кольцо, т. е. заарканить. Чтобы придать движениям детей темп или ритм, игру можно проводить под музыку, то ускоряя ее, заставляя почти бежать, то

замедляя. Побеждает игрок, наиболее быстро справившийся с заданием.

## Ловкачи и силачи

Игра построена по принципу борьбы. Она учит детей сосредоточивать и направлять все свои силы на выполнение какого-то определенного действия, развивает интуицию. Играющие делятся на пары. В центре площадки чертится небольшой круг диаметром не более 1 м. Каждая пара поочередно проводит состязание на силу. Для этого игроки встают по противоположные стороны круга спиной друг к другу. Ведущий обвязывает их за талию одной веревкой так, чтобы она слегка свисала в середине.



Задача игроков – по свистку начать движение вперед, ста-

раясь утянуть противника за собой. Как только один из игроков перешагивает черту круга и оказывается внутри него, игра заканчивается победой другого. Участники не должны медлить и оглядываться, так как это отнимает у них силы и мешает достижению победы. Таким образом, они не знают, находится ли соперник за чертой круга или нет; следовательно, игра становится более интересной и непредсказуемой.

## Скольжение

Требуется стол с гладкой поверхностью. Если такового не имеется, можно обтянуть небольшой столик какой-либо очень скользкой тканью. Необходимо также изготовить «подскользалки»: из той же скользкой ткани шьются небольшие мешочки, наполняются песком и тщательно завязываются.

На расстоянии 8—10 шагов от стола проводится первая линия старта, а еще через 15 – вторая. Играющие делятся на две команды, выстраиваются у линии второго старта в колонны.

Возле второго старта помещаются мешочки, в соответствии с количеством игроков. Задача каждой команды – по сигналу ведущего поочередно добежать до первого старта, взять мешочек и бросить его на стол так, чтобы он не соскользнул с него, а остановился на его поверхности.

Бросив свой мешочек, игрок возвращается к колонне и

занимает последнее место, затем бежит второй игрок и т. д. Побеждает команда, где число попавших на стол и не соскользнувших мешочков будет наибольшим.

## Счеты

Для детей, которые хорошо умеют считать. Игра помогает развить у детей быстроту реакции, внимательность, ловкость и проворность. Основной девиз в ней гласит: «Кто опоздал, тот не успел».

Играющие образуют круг. В центр его встает ведущий и начинает игру. По команде «отсчет» дети разбегаются по площадке, а по команде «два» – сбегаются к центру и берутся за руки, образуя пары. По «отсчету» опять разбегаются, а по следующей команде вновь объединяются в круг с названным числом людей.

Тем, кто не успел попасть в круг, придется выйти из игры. Выбывают и те, кто становится в круге лишними по счету. Таким образом, после каждого «отсчета» будет выбывать по одному или несколько игроков. Побеждают игроки, не сделавшие ни одной ошибки.

## Мышеловка

В центре площадки по контуру очерченного круга устанавливаются какие-либо предметы (кубики, мячи и т. д.).

Возле каждого предмета встает игрок – «мышка», а ведущий – «кошка» – занимает место в центре. По его сигналу игроки должны зайти в «мышеловку» и тут же выйти из нее, т. е. перепрыгнуть через предмет в центр круга так, чтобы не задеть и не уронить его, а затем тем же путем вернуться обратно.

Прыгать можно, только с силой отталкиваясь сразу двумя ногами. В тот момент, когда играющие запрыгивают в круг, «кот» старается поймать – запятнать кого-нибудь из тех, кто промедлил и не успел быстро выпрыгнуть.

Тот, кто оказывается пойманным, меняется ролью с ведущим, и игра продолжается. Выигрывает тот, кто ни разу не побывает на месте ведущего.

## Караван

Считалкой выбирают двою водящих, остальные делятся на команды и исполняют роль каравана, состоящего из верблюдов.

Затем все играющие роль каравана выстраиваются в шеренгу и встают на колени, упираясь руками в пол, изображая, таким образом, способ передвижения вбрючных животных. Водящие занимают место впереди своих «караванов» и исполняют роли купцов, которым нужно переправить свой товар через пустыню. Оба «каравана» выстраиваются перед стартом.

Расстояние между соседними кеглями должно равняться ширине одного ребенка: т. е., чтобы пройти между ними, необходимо быть очень осторожными и внимательными, чтобы случайно не задеть их.

Ведущий отмечает линию финиша на расстоянии 10–15 м от старта и располагает между ними различные препятствия. Ими могут быть натянутые на расстоянии 10–20 см от пола тонкие нити, которые необходимо перешагивать, кегли, выстроенные восьмеркой, которые следует обходить, не сбив, и пр.

После подготовки ведущий размещает у каждого игрока за спиной по мешочку с песком или мячу и связывает «верблюдов» между собой в два «каравана» ниткой, зацепляя ее за левую руку игроков. Концы нитей даются «купцам». Затем по команде ведущего оба «каравана» должны пересечь путь от старта до финиша, не потеряв ни одной поклажи и преодолев все препятствия. Тот «караван», который нарушает правила игры или теряет поклажу, возвращается к линии старта и начинает движение сначала. Побеждает команда, которая достигнет финиша первой, не сделав ни единой ошибки.

## **Попрыгунчик**

В центре площадки чертится круг большого диаметра. По всему его периметру располагаются игроки, ноги которых

связаны вместе. В центр круга встает ведущий. По каждому его счету игроки должны сделать к центру по одному прыжку. На счет «один» игроки запрыгивают в круг, на счет «два» – делают следующий прыжок к центру и т. д. Выигрывает тот, кто быстрее допрыгает до центра, т. е. сделает наименьшее число прыжков и коснется ведущего рукой.

Эту игру можно немного усложнить, расположив перед каждым игроком цепочку из различных препятствий, которые они также должны перепрыгивать. Такими препятствиями могут быть начерченные внутри круга геометрические фигуры или игрушки.

Чтобы их преодолеть, игрокам потребуется применить дополнительную силу и ловкость. В том случае, если игрок случайно задевает препятствие, он выбывает из игры.

## Гусеница

Эта игра поможет выявить самых ловких и сделать детей более подвижными, изворотливыми и пластичными. Кроме этого, она помогает выработать у детей чувство коллективизма и учит работать в соприкосновении с другими игроками.

Первая нить должна располагаться на высоте 1 м от земли, вторая на 10 см ниже, третья еще ниже и т. д. Таким образом, самым трудным для прохождения окажется последняя нить, наиболее низкорасположенная.

Ведущий обозначивает на площадке линии старта и финиша и располагает между ними «ветки». Ветками будут служить натянутые на разной высоте нити, под которыми «гусенице» придется проползти по-пластунски. Играющие делятся на две или более команды, выстраиваются в шеренгу и берутся за талию стоящего впереди себя игрока, образуя таким образом «гусениц». По команде ведущего каждая «гусеница» должна достичь линии финиша, преодолев на своем пути все препятствия, а именно – проползти под каждой нитью, не отцепляя рук от впереди стоящего игрока и при этом не задев саму нить. «Гусеница», которая в процессе игры расцепляется или задевает нить, считается проигравшей или получает штрафное очко.

## **Я б в военные пошел**

Многие дети мечтают быть сильными и ловкими, как военные. В этом им поможет игра. Она задействует все мышцы тела, тем самым развивая их и делая ребенка более подвижным, ловким и проворным. Кроме того, дети могут почувствовать себя настоящими солдатами и сопоставить сложности военной службы с обычной игрой.

На площадке на расстоянии не менее 20 м друг от друга обозначаются линии старта и финиша. Играющие делятся на несколько команд и выстраиваются на некотором расстоянии от соперников в шеренги. Между финишем и стартом

ведущий располагает препятствия. Первое препятствие – это расположенные в промежутке 2 м через шаг друг от друга кегли. Чтобы пройти этот этап, игроку следует пересечь это расстояние, обегая волнообразно вокруг кеглей с клюшкой в руках и передвигая по полу шайбу. При этом нельзя ронять сами кегли и отрывать клюшку от пола.

Вторым этапом является преодоление также 2-метрового расстояния, прыгая со связанными ногами и при этом держа в одной руке ракетку с лежащим на ней мячом. Если мяч падает, команда начинает игру сначала.

Третий этап – «горка». Двух игроков ставят спиной друг к другу и связывают их туловища.

Им необходимо подняться в таком положении по гимнастической скамейке вверх, а затем спуститься с нее.

Четвертым этапом является «перебежка муравья». Для этого игрокам каждой команды связывают вместе ноги шарфом. По сигналу ведущего они должны добежать (а не допрыгать), не упав, до следующего препятствия.

Пятым препятствием является «канатоходец». Для этого этапа необходимо расположить (натянуть) на высоте 1 м от земли и на расстоянии одного шага друг от друга два каната. Играющий должен опереться на них руками, поднять ноги над полом и, передвигаясь на руках, достичь финиша. В этом случае канаты должны быть очень сильно натянутыми, чтобы они не провисали под тяжестью ребенка.

Если в каком-то конкурсе игрок делает ошибку, он начи-

нает выполнять его заново, до тех пор, пока не достигнет правильного результата. Следовательно, частые ошибки мешают команде выиграть, а потому каждый участник будет стремиться максимально выложиться и не допустить промашек.

Когда первый игрок пройдет все препятствия, он должен добежать обратно и коснуться рукой следующего игрока, чтобы тот смог продолжить эстафету. Выигрывает команда, последний игрок которой первым достигнет линии финиша.

## **Бабочка-прядильщица**

Игра на развитие не только ловкости и проворности, но и смекалки. Она учит детей быстро ориентироваться в любой ситуации и находить из нее правильный выход.

В центре площадки размещается небольшой столб или шест. К нему привязываются две толстые нити одинаковой длины. Затем все участники делятся на пары. После этого игроки первой пары берут по концу нити и встают напротив друг друга, натянув нить так, чтобы она не провисала. По команде ведущего соперники должны начать двигаться один по часовой, а другой против часовой стрелки, стараясь замотать всю свою нить на столб, т. е. смотать кокон. Задача игроков – двигаться очень быстро и стараться не запутаться и не столкнуться с соперником. При этом, начиная обегать каждый четный круг, бабочки должны пританцовывать. Вы-

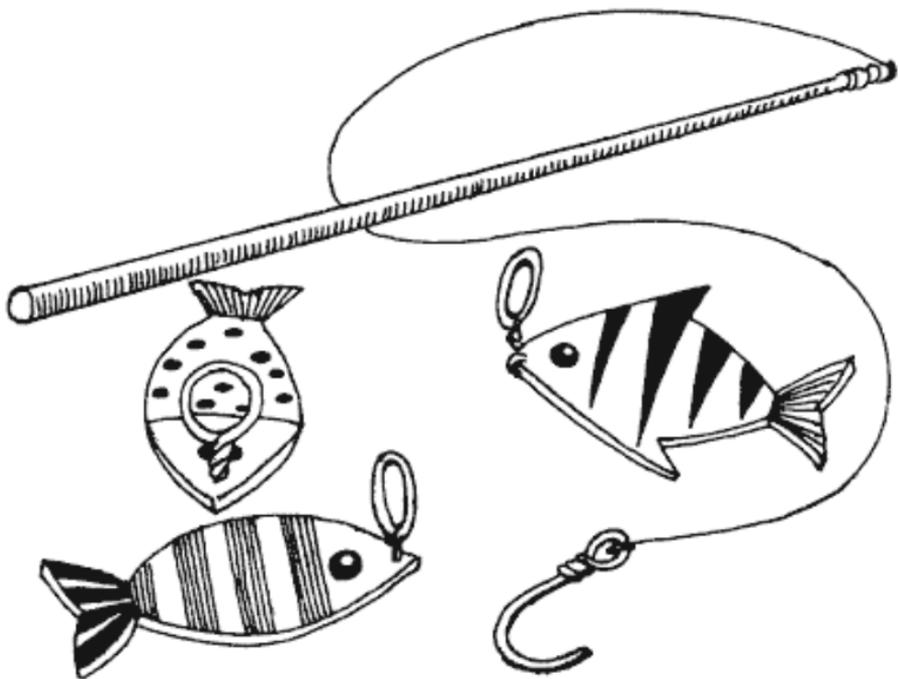
игрывает тот игрок, чья нить будет намотана на столб раньше.

Следующая пара игроков начинает движение, напротив, от центра и старается размотать кокон. При этом главная их задача – не запутать и без того перепутанные нити. Сталкиваясь с соперником, игроки должны быстро определять, стоит ли им пройти под нитью соперника или перешагнуть через нее, чтобы распутать свою.

## **Ловкий рыбак**

Очень хорошо развитию ловкости и смекалки помогает обычная рыбалка. Хороший рыбак только тот, кто умеет ловко подцепить рыбку на крючок. Эта игра, построенная на данном примере, помогает развитию у детей ловкости и быстроты в действиях.

В центре площадки необходимо начертить большой круг, по всему периметру которого разложить вырезанных из толстого картона рыбок и раков. К каждой рыбке должна быть приделана небольшая проволочная петелька. Кроме этого, для каждого игрока необходимо изготовить своеобразную удочку. Это может быть обычная палочка с привязанной к ней нитью, на конце которой размещается проволочный крючок. Все удочки должны быть одинаковыми, чтобы игроки имели равные шансы.



Задача игроков – занять места по кругу и по сигналу ведущего вовремя приступить к «ловле». Чтобы поймать хотя бы одну рыбку, нужно быть очень проворным и быстрым, это поможет подцепить рыбку своим крючком за колечко. Во время игры рыбаки могут перемещаться по кругу, выбирая себе новое место для рыбалки. Когда вся рыба будет выловлена, подсчитываются результаты, и по ним определяется победитель – тот, кто поймал больше рыбы.

## Попрыгунья-стрекоза

На площадке очертится большой круг и внутри него раскладываются бумажные кружочки с радиусом до 50 см, количеством на пять больше, чем число самих игроков. Расстояние между этими кругами должно быть различным. Это необходимо для того, чтобы при перепрыгивании у игрока была возможность хорошо разбежаться.

Затем каждый играющий встает на любой из этих кругов. По команде ведущего «стрекозы» должны быстро перепрыгнуть на новый, свободный круг. Им нельзя наступать на землю. Те, кто оступаются или не находят рядом с собой свободного круга, выбывают из игры. Дети должны быть очень быстрыми, чтобы успеть занять свободный круг раньше других.

## Водоносы

Играющие делятся на пары и встают в шеренги возле старта. Двум первым игрокам дается по стакану, наполненному доверху водой. Задача игроков – по команде ведущего преодолеть все препятствия, не расплескав воду. Препятствия могут быть следующими.

1. Ров шириной в 1 м. Его необходимо перешагнуть или перепрыгнуть. Каждому игроку ведущий может давать от-

дельное задание (перепрыгнуть, оттолкнувшись сразу двумя ногами, с разбегу и т. д.).

2. Определенное расстояние, которое надо пересечь гусиным шагом.

3. Геометрические фигуры, по которым надо пропрыгать на двух ногах одновременно и при этом не наступить мимо фигур.

4. Классы, по которым надо быстро пропрыгать, не разлив при этом воду.

5. Гимнастическая скамейка, по которой надо подняться и спуститься, держа стакан с водой в одной руке, а сами руки расставить в стороны.

К стене или к шесту необходимо прибить небольшую полочку, а на нее установить любой тяжелый, небыющийся предмет.

Победителем станет игрок, которому удастся достичь линии финиша, не пролив воду. При желании эту игру можно провести и между командами. Для этого каждой команде надо дать по чаше с водой, которую они тем же путем, поочередно, должны перенести в емкость, стоящую на финише. В этом случае победит команда, быстрее всех справившаяся с заданием и при этом разлившая меньше воды.

## **Попробуй попади**

Игроки выстраиваются в шеренгу на расстоянии 1 м от

стены и им раздаются маленькие, легкие мячи. Задача – по команде ведущего сделать своим мячом бросок по лежащему на полочке предмету, стараясь сбить, т. е. уронить его. Тот играющий, кому это удастся, считается победителем.

## **Тянем-потянем**

Эта старинная игра известна многим с детства, она наилучшим образом помогает развить у детей силу и ловкость. Кроме этого, она учит действовать согласованно и коллективно.

Играющие делятся на две команды и выстраиваются в шеренги напротив друг друга. На полу рядом с ними ведущий раскладывает длинный канат и чертит три линии. Центральная линия является финишной, а две боковые – линиями старта.

Стоящие первыми игроки встают возле старта, а все остальные позади них. По сигналу ведущего команды должны быстро взять с пола канат и при его помощи дотянуть до линии финиша команду соперника. Как только стоящим первым игрок пересечет или наступит за эту линию, команда считается проигравшей.

## **Поплавок**

На площадке обозначаются линии старта и финиша. Иг-

раующие делятся на две команды или пары и выстраиваются в шеренгу на линии старта. Стоящие первыми игроки получают по одной газете. Их задача – по команде ведущего достичь линии финиша, переправляясь при помощи газет.

Для этого игрок должен положить перед собой первую часть газеты и шагнуть на нее, далее на некотором расстоянии поместить вторую половинку и перешагнуть на нее, опять взять лежащую сзади и перенести вперед, и так до тех пор, пока не достигнет финиша.

В этой игре побеждает самый ловкий, а именно тот, кто первым достигнет линии финиша, не оступившись и не разорвав газету. Перекладывать газеты можно только вручную – двигать их ногами нельзя.

## **Цепи, цепи кованы**

Эта игра на выявление у детей силы и смекалки. Играющие делятся на две команды и выстраиваются в шеренги против друг друга. Все игроки берутся за руки, образуя длинные цепи. На площадке на расстоянии 2–3 м чертятся две линии, возле которых и выстраиваются команды. Затем ведущий говорит:

– Цепи, цепи кованы,  
Кем будете раскованы?

Команда, начинающая игру первой, называет любого иг-

рока из команды соперников. Его задача – с разбегу разорвать «цепи» в любом месте. «Цепи» же должны держаться за руки, стараясь не допустить прорыва. Если разорвать «цепи» игроку не удастся, он присоединяется к этой команде и также зацепляется за руки. Если же удастся, значит он уводит одного игрока в свою команду. Побеждает команда, в которой по окончании игры будет находиться больше игроков.

## **Книголюб**

Игра на развитие ловкости и смекалки. Требуется начертить на площадке линии старта и финиша, расстояние между которыми не менее 2 м. Возле линии старта выстраиваются все игроки.

Ведущий укладывает каждому на голову по тяжелой книге. Задача игроков – пробежать данное расстояние быстрее соперников, не уронив книги. Придерживать ее руками нельзя. Те, у кого во время бега книга упадет, выбывают из игры. Побеждает тот, кто достигнет финиша, не сделав ни одной ошибки.

## **Морячок**

Необходимы небольшой канат и устойчивая перегородка, способная выдержать любые столкновения. Играющие делятся на две команды. Первая – «моряки», вторая – «мор-

ские дьяволы». Команды располагаются по разные стороны этой перегородки, а между ними протягивается канат. Его необходимо поместить таким образом, чтобы один его конец был за одной стенкой перегородки, а второй, следовательно, за второй. После этого ведущий объясняет правила игры.

Капитан команды «моряков» должен дать одному из своих подчиненных приказ поднять на борт корабля якорь. Капитан команды «дьяволов», в свою очередь, также отдает кому-то команду помешать этому. Таким образом, по одному игроку от каждой команды берутся за канат и начинают тянуть его. Их задача – выполнить отданный им приказ, т. е. вытянуть на палубу корабля игрока. И когда одна из команд справится с заданием, в ее рядах появляется пополнение – тот самый вытянутый игрок.

Состязания помогут определить, насколько тот или иной игрок силен. Кроме того, они учат использовать свою силу быстро и рационально.

Далее наступает очередь следующих игроков. Капитан любой команды может послать на задание сразу нескольких игроков, но не более трех. Зато в следующем конкурсе он не сможет использовать то же самое число людей. Так, если в первый раз участвовали трое, в следующий раз можно отдать приказ только двоим или одному. Это правило касается обеих команд. А для того чтобы команда соперника не знала, сколько «матросов» будет участвовать в вытягивании в тот или иной раз, приказ капитанам следует отдавать жестами.

Выигрывает команда, число игроков в которой к концу игры будет значительно больше, чем у соперников.

## Грибники

Развивает у детей ловкость и сноровку, а также учит использовать свои навыки в экстремальной ситуации, в данном случае – выполнять задание с завязанными глазами.



Предварительно на площадке размещаются «грибы» и «деревья». Роль первых могут выполнять шишки, желуди или любые другие предметы, а роль вторых – кегли. Затем

двум или трем игрокам завязывают глаза и дают в руки по лукошку. Их задача – по команде ведущего суметь собрать «грибы», разбросанные по площадке, и при этом не уронить ни одного «дерева». Выигрывает игрок, оказавшийся более ловким и проворным, а именно – собравший больше «грибов» и уронивший меньше «деревьев».

## Слабо?

Необходимы 2 пустые бутылки, 2 длинные веревки и 2 карандаша. Бутылки ставят на некотором расстоянии друг от друга. Затем к одному концу каждой веревки привязывается по карандашу. Играющие делятся на пары и выстраиваются в две шеренги. Стоящим первыми двум игрокам дают по веревке, которые они обвязывают вокруг своей талии так, чтобы конец с карандашом свисал сзади не ниже, чем располагается линия колен.

Затем по команде ведущего первая пара подбегает к своим бутылкам, встает к ним задом и старается поместить карандаш в бутылку, не используя для этой цели рук. Словом, игрокам необходимо постараться присесть так, чтобы карандаш попал именно в горлышко бутылки, а не соскользнул мимо. Задание усложняется еще и тем, что увидеть карандаш можно, только либо оглядываясь через плечо либо наклоняясь вперед, что тоже не облегчает задачу игрока.

## Поймай зубами

Игра не только развивает у детей ловкость и быстроту реакции, но и вызывает у них острое желание самостоятельно стремиться к развитию данных качеств. Основным толчком к этому является желание заработать приз и стать лучше других.

Вам потребуется довольно большое количество мелких ягод: вишни, крыжовника или крупной смородины. Именно ее и необходимо будет поймать зубами и именно она и станет призом за успех. Эти ягоды следует рассыпать по небольшим баночкам, количество которых равно половине числа игроков.

Когда все приготовления будут сделаны, ведущий просит играющих разделить на пары, а затем объясняет им правила игры. Напарники должны встать друг против друга на расстоянии 5 шагов или более. Один из игроков пары получает посуду с ягодами. Его задача – кидать их по одной в рот напарнику, стоящему напротив. В свою очередь, тот должен поймать брошенную ему ягоду на лету. Счет пойманных ягод ведет кидающий. Через некоторое время пары меняются местами и продолжают игру. По ее окончании подсчитывают результаты и выявляют самого ловкого игрока.

## Бурлаки на Волге

Понадобится весьма тяжелый предмет, который не так-то просто сдвинуть в одиночку, и очень толстый канат. Роль тяжести может выполнять наполненная чем-либо бочка, тщательно закупоренная и имеющая измятые бока, чтобы ее сложнее было передвигать. Или же эту роль могут взять на себя несколько взрослых, севших на один резиновый коврик. Канат необходимо привязать к этому самому предмету так, чтобы его можно было тянуть. А вторую часть каната следует связать в круг, образовав, таким образом, петлю, в которую будут впрягаться «бурлаки».

Эта игра помогает развить у детей силу и способствует их физическому развитию.

Далее выбирается первая группа «бурлаков», которым поручается доставить «баржу» до какого-либо определенного места. Его следует определить заранее. По сигналу ведущего «бурлаки» начинают тянуть, стараясь сделать это как можно быстрее, так как по количеству затраченного на выполнение задания времени и будет определен победитель игры. Таким образом, та команда, которая справится с заданием быстрее остальных, провозглашается самой сильной.

## Горы

На площадке необходимо расположить несколько ям, а возле них разместить тяжелые кубики или какие-либо другие предметы, так называемые горы. Затем на расстоянии не менее 2 м проводят линию старта и раскладывают небольшие мячи. Далее разделяют играющих на число команд, равное подготовленным ямкам. Таким образом, каждая команда выстраивается возле линии старта напротив своей ямки.

По сигналу ведущего стоящие первыми игроки каждой команды должны сделать один сильный бросок или каток мяча рукой так, чтобы он смог сбить стоящий возле ямы предмет прямо в нее.

Но необходимо быть очень ловким, так как если «гора» только сдвинется, команда не только не получит баллов, а наоборот, потеряет их. Чтобы не допустить этого, игроки должны бросать мяч очень ловко и попадать в цель. Выигрывает команда, набравшая больше баллов.

## Морской прилив

Как известно, при приливе очень сложно поспорить с течением, которое несет корабль или лодку туда, куда ему хочется. Эта игра построена именно на этом принципе, а потому учит детей бороться с «силами природы» и использовать

при этом все скрытые ресурсы своего организма.

Для игры нужны два небольших резиновых коврика и один длинный канат. Эти коврики располагаются на расстоянии друг от друга, равном длине троса. Между ними ровно на середине чертят линию финиша. Затем играющие делятся на пары, и первая из них усаживается на эти коврики и ждет сигнала ведущего.

Как только команда «старт» будет дана, оба игрока должны быстро схватить лежащий перед ними трос и постараться дотянуть при его помощи соперника до линии финиша.

Выигрывает игрок, которому удастся дотянуть до линии финиша многих соперников.

## Глава 4. Бросок, еще бросок

Во все времена игры детей были направлены не только на то, чтобы весело провести время. В каждой из них таился внутренний глубокий смысл.

В результате занятий ими дети приобретали гибкость, ловкость, меткость. В данной главе приведены игры, которые помогут развить у детей глазомер и меткость. В них необязательно быть сильным, выносливым или подвижным, поэтому дети, которые часто проигрывают, здесь могут почувствовать себя на высоте.

### Попади в корзину

Для этой игры нужны 2 мяча и 2 небольшие корзины. В качестве корзины можно использовать небольшое ведерко или другой предмет, в котором может поместиться мяч. Все игроки делятся на две команды.

По очереди игроки каждой команды должны бросать мяч в корзину. Если игрок попадает, команде засчитывается очко.

Если следующий игрок не попадает мячом в корзину, у команды одно очко вычитается. Когда отыграют все, подсчитываются очки. Команда, набравшая больше очков, считается победительницей.

## **Движущаяся мишень**

Для этой игры нужен мяч. Игроки встают в круг, водящий встает в середину круга. Мяч находится в руках одного из участников игры. Он бросает его так, чтобы попасть в водящего. Но тот уворачивается, двигается так, чтобы мяч его не задел. Игроки перебрасывают друг другу мяч, стараясь обязательно задеть водящего. Если кому-то удалось попасть в него мячом, он выходит из центра круга, а на его место становится тот, кто попал в него мячом.

## **Маленькие шары**

Дети делятся на две группы. Одна из них выстраивается в шеренгу, другая образует круг возле этой шеренги. Нужно несколько маленьких мячей, число их должно соответствовать числу игроков одной из групп. Игроки, стоящие в круге, бросают маленькие мячи так, чтобы попасть в кого-нибудь из стоящих в середине, а те, в свою очередь, уворачиваются. Если мяч заденет кого-то, тот должен выйти из игры. Игра продолжается до тех пор, пока последний из игроков, стоящих в круге, не выйдет из игры. Потом игроки меняются местами.

# Круги

Нужен маленький мяч. Играют рядом с какой-нибудь стеной, например стеной гаража или сарая. Но близко не должно быть окон, во избежание неприятностей. На стене мелом рисуют круги разного размера, одни побольше, другие – маленькие.

Каждый игрок по очереди бросает мяч, стараясь попасть в один из кругов. За каждый круг игроку засчитывается определенное количество очков. За маленькие круги – больше очков, потому что в них намного труднее попасть. А за большие, соответственно, меньше. Если игрок не попадет ни в один из кругов, у него вычитается одно очко. Побеждает тот, кто наберет больше очков.

# Морские камешки

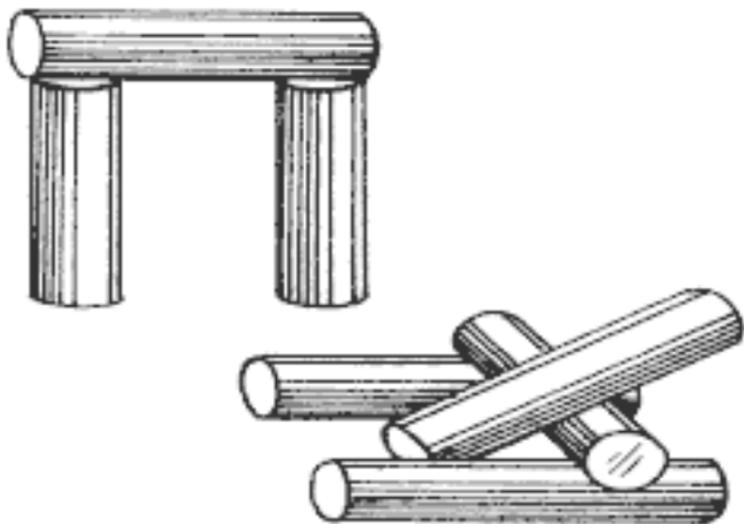
Играют рядом с рекой или морем. Каждому игроку нужно собрать несколько маленьких камешков. На мокром песке делают небольшую ямку. Задача игрока – зайти в воду и бросать камешки так, чтобы попасть в ямку. За каждое меткое попадание игрок получает очко, а если бросок прошел впустую и игрок не попал в ямку, у него вычитается одно очко. В конце игры судья подсчитывает очки каждого участника. Побеждает тот, кто наберет очков больше.

## **Меткий прыгун**

Выбирается судья. Он будет подводить итоги. На земле или песке рисуют мелом небольшой круг. Все дети отходят на некоторое расстояние и встают в шеренгу. По очереди каждый игрок должен разбежаться и прыгнуть так, чтобы попасть в нарисованный круг. Если он попадает в круг, ему засчитывается очко. Побеждает тот, кто наберет больше очков.

## **Городки**

Нужны несколько небольших брусочков и бита, т. е. большая толстая палка. На игровой площадке из брусочков строятся разные фигуры. Задача игрока – находясь на некотором расстоянии, бросать палку-биту так, чтобы одним ударом сбить все фигуры на площадке. С каждым разом делаются все более и более сложные фигуры. И игрок должен точно таким же образом сбивать их. В результате побеждает тот, кто собьет больше фигур.



Фигуры можно, например, сделать такими, как изображено на рис.

## **Брось палку**

Для игры нужно несколько примерно одинаковых палочек. Каждый игрок должен по очереди бросать палочки так, чтобы они ложились одна рядом с другой. Если кто-то не рассчитал силу броска и палка улетела слишком далеко, ему засчитывается штрафное очко. Если же он бросает правильно, т. е. палки ложатся ровно, одна рядом с другой, то он получает очко. В конце игры судья подсчитывает результаты. Побеждает тот, кто наберет больше очков с меньшим количеством штрафных.

## **Лягушки**

Понадобятся маленький мяч и небольшая корзинка или ведро. Каждому игроку надо бросать мяч, т. е. «лягушку», находясь в положении лежа. Задача игрока – попасть в корзину. За каждый правильный бросок засчитывается очко. В конце игры судья подсчитывает очки. Победитель тот, кто наберет больше очков.

## **Водный баскетбол**

Играют на реке, море или в бассейне. На воде нужно установить два круга, в которые можно бросать мяч. Для этой цели вполне подойдут обыкновенные надувные круги. Участники игры делятся на две команды. Каждая команда защищает свой круг, игроки должны бросать мяч так, чтобы попасть в круг соперников. Судья подсчитывает очки. Побеждает команда, которая наберет больше очков.

## **Дротики**

Для этой игры нужны дротики – это небольшие стрелы, на конце которых есть иголочка. На некотором расстоянии устанавливают мишень – доска, на которой нарисован круг. Каждый по очереди бросает дротики так, чтобы попасть

в круг. За меткие попадания засчитываются очки. В конце игры подсчитываются результаты. Победит тот, кто наберет очков больше.

## **Кольца**

Нужно несколько колец диаметром в несколько сантиметров. На некотором расстоянии устанавливается шест. По очереди каждый участник игры бросает кольца так, чтобы кольцо попало на шест. За каждый меткий бросок засчитывается очко, за каждый неудачный бросок – очко вычитается. После игры судья подсчитывает очки. Побеждает тот, кто набрал очков больше.

## **Не смотри назад**

Мелом рисуют небольшой круг. Каждый участник игры встает так, чтобы круг находился позади него. Он берет в руки мяч и бросает его назад, не оборачиваясь при этом. Судья и остальные игроки наблюдают за броском. Мяч должен попасть в круг. Если кому-то удалось бросить мяч правильно, ему засчитывается очко. Потом судья подводит итоги. Побеждает тот, кто наберет очков больше.

## **Метание мяча**

Для игры нужен маленький мяч. Все по очереди должны метать его. Задача – бросить мяч как можно дальше. Судья следит за тем, на какое расстояние каждый из игроков бросил мяч. Побеждает тот, кто кинул мяч дальше всех.

## **А ну-ка, отними**

Для игры нужен маленький мяч. Все делятся на две команды. Первая команда – это защитники, каждый должен встать рядом с одной из лунок, чтобы охранять ее от попадания мяча. Другая команда – нападающие. Они бросают мяч, стараясь попасть в одну из лунок. Они могут и перекидывать мяч друг другу, чтобы запутать противника.

Играть лучше всего на песке или на мягкой земле, потому что в мягкой почве можно вырыть лунки по числу игроков одной из команд.

Защитники перехватывают мяч, не допуская его попадания в лунки. Если кто-то из защитников не успел уследить и мяч оказался в лунке, защитник выходит из игры. Игра продолжается до тех пор, пока все защитники не выйдут из игры. Потом команды меняются местами, и игра продолжается.

## **Башня**

В эту игру лучше всего играть возле реки или моря, там, где есть песок. Из песка нужно построить башню таким образом, чтобы ее можно было разрушить ударом мяча. Каждый из игроков встает на определенное расстояние и бросает мяч. Если ему удалось разрушить башню, он получает очко. Если он не попал или башня разрушена не полностью, ему засчитывается штрафное очко. Потом судья подводит итоги. Побеждает набравший больше очков.

## **Глазунья**

Играть лучше возле водоема, реки или пруда. Надо набрать несколько мелких камешков. Все по очереди бросают камешки в воду, стремясь бросить как можно дальше. Судья внимательно следит, запоминая расстояние, на которое каждый участник бросил камешек. Играть нужно тогда, когда рядом никто не купается, чтобы не попасть камешком в кого-нибудь. Побеждает тот, кто бросает камешки дальше всех.

## **Удачный прыжок**

На асфальте рисуют несколько небольших кругов на опре-

деленном расстоянии друг от друга. Каждый должен пробежать это расстояние так, чтобы ноги находились только в кругах, т. е. ему нужно перепрыгивать от одного круга к другому. Если игроку удастся пройти это расстояние правильно, он получает очко. Если он наступил на черту круга, то одно очко вычитается. В результате побеждает тот, кто наберет больше очков.

## **Каменные горы**

Для этой игры нужно собрать несколько горок из камешков и песка. Горки могут быть разного размера, как большие, так и маленькие. Нужен мяч. Смысл игры в том, чтобы отойти на некоторое расстояние от горок и бросить мяч так, чтобы разбить эту горку. Сначала игроки бросают мяч на определенном расстоянии от горок. Задача – бросить мяч таким образом, чтобы сломать гору.

За каждую горку игрок получает определенное количество очков. Большая горка оценивается меньшим количеством очков, чем маленькая. Ведь в большую горку попасть легче, здесь не требуется особой меткости. В конце игры подсчитываются очки.

Игрок, который набирает больше всего очков, получает звание самого меткого. Его можно наградить каким-то призом.

## **Попади в горку**

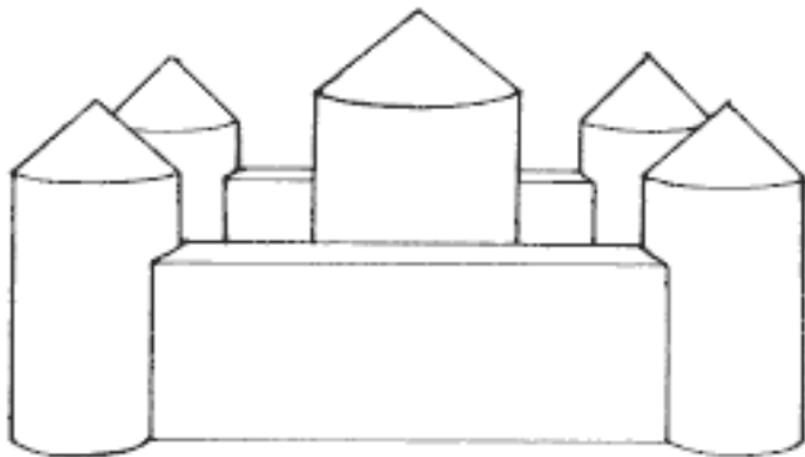
Старинная английская игра гольф практически не получила у нас распространения. А можно попробовать перенять основные правила игры, чтобы разнообразить свой досуг. Для гольфа нужны мячи, а для нашего варианта – небольшие камешки. Нарисуйте линию старта. Именно оттуда игроки будут бросать камешки. На некотором расстоянии от линии старта постройте несколько горок из камешков.

Смысл игры – бросать камешки таким образом, чтобы попасть в горку. Камешек должен лечь так, чтобы он стал как бы частью горки. За каждый удачный бросок игрок получает определенное количество очков. Нужно учесть все условия: если камешек не был доброшен до горки, если камешек попал на горку, но потом упал с нее. В конце игры подсчитывается сумма очков. Самый меткий игрок получает приз.

## **Развалины древнего замка**

Для этой игры нужно набрать некоторое количество бутылок из-под лимонада. Нарисуйте линию старта. Именно оттуда игроки будут бросать мяч. На некотором расстоянии от старта установите горки, составленные из пластиковых бутылок. Например, такой замок в бутылочном варианте может выглядеть так.

Каждый игрок бросает мяч в фигуру, составленную из бутылок. За меткие броски игроки получают по определенному количеству очков. Затем игрокам следует отойти на некоторое расстояние, чтобы повторить броски. В конце игры подводятся итоги.



Победителем считается тот, кто наберет больше очков. Тот, кто хотя бы раз промахнулся, лишается всех ранее приобретенных очков.

## **Снежки**

Вснежки играют зимой, когда на улице много снега. Игра очень старая, но от этого она не стала менее популярной. Все делятся на две команды. Каждая из них лепит снежки из снега и бросает в своих соперников. За меткие броски игроки получают по одному очку. Разумеется, от снежков нужно увертываться. В конце игры подсчитываются очки. Тот, кто наберет их больше, считается победителем.

## **Таинственная коробка**

Для начала следует найти две одинаковые коробки. В одну сложите разнообразные призы, которыми будут поощрены победители в игре. Игрокам нужно нарисовать линию старта.

На некотором расстоянии от нее установите пустую коробку. Игроки по очереди берут мяч, встают на линию старта и бросают его, стараясь попасть в коробку.

За каждый бросок присуждается определенное количество очков. Следующий бросок участнику игры следует делать, увеличив расстояние до коробки. В конце игры подсчитываются очки. Те, кто набрал их больше, получают призы,

заранее приготовленные в другой коробке.

## **Сорви букет**

Нарисуйте на большом листе бумаги или картона цветок. Серединку у этого цветка вырежьте таким образом, чтобы в нее можно было попасть мячом. Игроки с некоторого расстояния делают броски мячом в цветок.

Если игрок попадает мячом в отверстие в цветке, ему засчитываются очки. Следующий бросок игрок должен делать, увеличив расстояние до цветка. В конце игры подводятся итоги. Те, кто набирает больше очков, считаются победителями. Им можно вручить приз или поощрить грамотой, изготовленной собственноручно.

## **Привязанный мячик**

Можно взять мячик от тенниса. Водящий привязывает его к веревке и начинает считать до пяти. За это время остальные должны отбежать от него на некоторое расстояние.

Водящий сначала наматывает веревку на руку, потом начинает разматывать ее, стараясь задеть мячиком кого-то из участников игры. Тот, кого задел мячик, выходит из игры.

Игра продолжается до тех пор, пока не останется последний игрок. Именно он будет победителем.

При этой игре следует соблюдать определенное условие:

нельзя отбегать слишком далеко от водящего, следует передвигаться в радиусе действия веревки с теннисным мячом.

## СНЕЖНЫЙ ЧЕЛОВЕК

Сначала игрокам нужно выбрать место – обыкновенную расчищенную площадку размером примерно в 10–15 кв. м. Игроки делятся на две группы. Каждая команда встает в линию друг против друга. Затем игрок одной из команд выбегает из своего ряда и бежит в противоположную шеренгу. Его встречает лавина снежков, которые бросают противники, т. е. та команда, к которой он пытается присоединиться. Задача бегуна – увернуться от снежков, летящих в него. Бегун в конце концов присоединяется к команде, и игра продолжается. Команда, к которой присоединился новый участник, должна расстаться с кем-то из игроков, т. е. кто-то таким же образом бежит к противоположной шеренге. Его также встречает лавина снежков, и его задача – увернуться от них по мере возможности. Таким образом, каждый участник игры должен совершить перебежку к противнику. И его, в свою очередь, встретит лавина снежков.

Зимой, когда выпадает много снега, такая игра становится наиболее актуальной и интересной.

Разумеется, это удастся далеко не всем. В конце игры можно понаблюдать, кто стал похож на настоящего снежного человека, т. е. оказался весь облеплен снегом. Впрочем, в

игре нет победителей и побежденных. Она помогает развить меткость и ловкость.

## **Попади в цаплю**

Игра для зимнего времени, так как для нее требуется снег. Сначала надо найти какую-то длинную тонкую палочку и воткнуть в сугроб. Правила игры следующие: все отходят от сугроба на некоторое расстояние. Сначала 1 игрок пробует свои силы, бросая снежки в палочку и стараясь, чтобы она упала. Все остальные засекают по секундомеру время, которое потребовалось игроку для достижения своей цели. Когда первый игрок выполнит задание, свои силы должен попробовать следующий игрок. Его задача точно такая же. Он бросает снежки и старается свалить палочку. Победителем объявляется тот, кто за самое короткое время свалил палочку на землю.

В процессе игры все дети должны попробовать себя на меткость.

## **Ловкий мяч**

Нужны теннисные ракетка и мяч. На стене рисуют небольшой круг. Задача каждого из игроков – теннисной ракеткой отбивать мяч таким образом, чтобы попадать точно в цель.

Дети делают это по очереди. Каждому игроку выделяется

свое время: он имеет право играть ровно 3 мин. Если за это время он ни разу не промахнулся, то получает определенное количество очков. Если же игрок промахнулся несколько раз, он получает меньше очков. Соответственно, чем больше раз промахнулся игрок, тем меньше очков он получит. В конце игры подводятся итоги. Победителем считается тот, у кого больше очков.

## Длинная дорога

Найдите ровную асфальтированную площадку, мелом нарисуйте длинную дорогу. Она должна быть волнистой и узкой, ее ширина зависит от размеров мяча, а именно чем меньше мяч, тем более узкой должна быть дорога. Ведущий следит за ходом игры и подводит итоги. По очереди каждый должен взять мяч и пройти всю длинную дорогу. Мяч нужно отбивать от земли таким образом, чтобы случайно не выйти за боковые края дороги, за линию, нарисованную мелом.

Ведущий и все остальные внимательно следят за тем, как выполняются условия игры. Если игрок смог правильно пройти всю дорогу, он заслуживает определенного количества очков.



Если же он хотя бы раз не смог удержать мяч и вышел за пределы дороги» он получает меньше очков. Соответственно, чем больше нарушений допустил игрок, тем меньше очков он получает. В конце игры подсчитываются очки, победителем станет тот, кто наберет их больше.

## **Сложный бросок**

Для этой игры на стене надо нарисовать мишень в виде круга, в который нужно попасть мячом. Каждый игрок по очереди бросает мяч. Сложность в том, что мяч нужно бро-

сать из-за спины через голову и попадать им в нарисованную мишень. Каждый игрок должен сделать несколько бросков. Если первые три броска были удачными, игрок отходит от мишени еще на несколько шагов и повторяет броски. Если он снова делает удачные броски, расстояние опять увеличивается на несколько шагов.

За каждое меткое попадание игрок получает определенное количество очков. Если не все броски удачны, игрок получает меньше очков. Если не было ни одного удачного броска, игрок не получает ни одного очка. Ведущий внимательно следит за действиями игроков и в конце игры подводит итоги.

Победителем считается тот, кто набирает больше очков.

## **Кидаем карандаши**

Найдите несколько самых обыкновенных карандашей. Задача игры следующая: на некотором расстоянии от игрока устанавливается небольшая коробка. Каждый игрок должен бросать карандаши таким образом, чтобы попасть в эту коробку. За меткие попадания участник игры получает определенное количество очков. Ведущий внимательно смотрит за действиями участников. Если далеко на все карандаши попали в коробку, то игрок получает меньше очков. Таким образом, чем меньше было удачных бросков, тем меньше очков получит игрок. Победителем считается тот, кто набирает

больше очков.

## **Покрасим снежную бабу**

Эта игра предназначена для холодного времени года, когда на улице выпадает снег. Сначала найдите стену, мелом нарисуйте на ней снежную бабу. Затем все отходят от этой стены на какое-то расстояние и начинают бросать снежки. Задача игроков – кидать снежки таким образом, чтобы снегом была украшена вся снежная баба. Каждому игроку выделяется определенное время на бросание снежков (например, 3 мин).

Если кто-то успеет за это время разукрасить всю снежную бабу, он получает определенное количество очков, а если нет, значит, и очков будет меньше. Все зависит от размера свободной поверхности, остающейся на мишени.

Таким образом, каждый игрок пробует свою меткость. В конце игры подводятся итоги. Победителем оказывается тот игрок, который набирает больше очков.

## **Властелин колец**

Для этой игры нужна специальная доска, на которую следует прибить несколько колышков разного размера. Доску с колышками вешают на стену или ставят вертикально. Игроки по очереди встают на определенное расстояние от доски и

бросают кольца таким образом, чтобы каждое из них попало на колышек.

За каждый удачный бросок участники получают определенное количество очков. Оно зависит как от размеров колышка, так и от диаметра кольца. За неудачный бросок игрок не получает ничего. В конце игры подводятся итоги. Победителем становится тот, кто набирает больше очков.

## **Поймай птицу**

Приготовьте несколько маленьких мячей. Дети делятся на две команды. Первая – это «хищники», вторая – «птицы».

«Хищники» берут себе по одному маленькому мячу. «Птицы» пока спокойно гуляют вокруг.

Когда проходит минут 5–7 после начала игры, «хищники» дают сигнал. В это время все «птицы» должны замереть на месте. «Хищники» также останавливаются и бросают мячи так, чтобы попасть в кого-то из игроков второй команды. Задача «птиц» – увернуться от мяча, но при этом нужно оставаться на месте, т. е. нужно приседать, наклоняться, поворачиваться в сторону. Как только «птица» оказалась подстреленной, она должна немедленно поменяться местом с «хищником». Игра продолжается. Если кто-то из игроков нарушил правила и сошел с места после сигнала, он выходит из игры. Игра продолжается до тех пор, пока не сменятся игроки обеих команд, т. е. «птицы» станут «хищниками», и на-

оборот.

## **Собери яблоки**

Нужны мяч и несколько яблок. Яблоки раскладываются на полу. Игрок берет мяч, отходит на некоторое расстояние от разложенных на полу яблок и начинает бросать мяч таким образом, чтобы сбить с места яблоки. За каждое задетое яблоко участник получает определенное количество очков. Чем больше удачных бросков сделает игрок, тем больше очков он получит. Затем его сменяет следующий. В конце игры подводятся итоги. Игрок, получивший больше очков, становится победителем.

## **Садовник**

Водящий берет мяч и встает в центр игровой площадки. Он будет «садовником». Остальные игроки – это «цветы». Они сидят на корточках на площадке. Водящий должен стоять на одном месте, он не имеет права хотя бы на шаг уклоняться от него. Водящий бросает мяч так, чтобы попасть в кого-то из игроков. Игроки должны увернуться от мяча, но таким образом, чтобы не вставать в полный рост.

Если кто-то из игроков не успел увернуться от мяча, он выходит из игры. Игра продолжается до тех пор, пока не останется ее последний участник. Он считается победителем.

лем.

Существующие ограничения: если водящий нарушает правило и сходит со своего места, он получает штрафные очки. В этом случае он должен оставаться в роли водящего еще раз. Если же кто-то из игроков нарушил правила и встал в полный рост, уворачиваясь от мяча, он выходит из игры.

## **Свои и чужие**

Играть можно как на улице, на специальной площадке, так и в спортивном зале. Сначала нужно привязать веревку, разделяющую площадку пополам. Высота привязанной веревки – около 2 м. Организованные две команды встают по обе стороны веревки. Задача игроков – перебрасывать мяч друг другу, подавая его так, чтобы он упал на землю на территории команды соперников. В этом случае команде, бросивший мяч, засчитывается очко. Но в то же время нужно перехватывать подачи противников так, чтобы мяч не касался земли на вашей территории. Победительницей считается команда, сумевшая защитить свою территорию от «вражеского» попадания мяча, но в то же время несколько раз забросившая мяч на землю своим противникам.

## **Числа и имена**

Водящий бросает мяч кому-то из игроков и называет при

этом какую-то цифру и какое-то имя. Например, он говорит: «Дима, 14». Это означает, что игрок по имени Дима должен поймать мяч и ровно 14 раз бросить его кому-то из игроков. Задача в том, чтобы ни разу не уронить мяч на землю.

Игрок, имя которого было названо, может бросать мяч не одному партнеру, а нескольким. Если кто-то из игроков не сумел поймать мяч, он выходит из игры. Когда мяч будет переброшен 14 раз, игрок, который получил его последним, должен перебросить его водящему. Если игроки запутались в счете и не отдали мяч водящему вовремя, они выходят из игры. Игра продолжается до тех пор, пока в ней не останутся 2 игрока – водящий и последний игрок. Именно он и будет победителем.

## **Детский футбол**

Найдите площадку, на ее углах выройте небольшие лунки. Посередине площадки должен стоять ведущий. Он перебрасывает мяч кому-то из игроков. Но сложность в том, что мяч нельзя трогать руками. Его можно перекатывать только ногой. Игрок, получивший мяч, ногами подталкивает его к лункам в уголках площадки. Остальные начинают отнимать его у игрока.

Тот, кто сумеет оставить мяч у себя и загнать его в одну из лунок, получает определенное количество очков. Игра продолжается. Каждый игрок должен получить сколько-то оч-

ков.

Ведущий аккуратно фиксирует их количество, чтобы потом подвести итоги. Победителем становится тот, кто наберет больше очков. Если кто-то из игроков коснется мяча руками, он должен выйти из игры как нарушивший ее правила.

## Ворота

Для этой игры нужна ровная площадка. Можно играть и в спортивном зале. В начале игры выбирают 2 вратарей. Ворота обозначают кеглями или бутылками из-под лимонада, выстроенными в ряд.

Все дети разбегаются по площадке. У каждого есть свой мяч, можно выбирать как маленькие мячи, так и большие. Игроки толкают мячи ногами перед собой, они стараются попасть в ворота так, чтобы сбить кегли или бутылки. Но игроки, охраняющие ворота, должны быть бдительными и стараться во что бы то ни стало защитить их. Если по их вине ворота оказались разрушенными, игроки выходят из игры. На их место встают те, чей бросок оказался метким. Игра продолжается до тех пор, пока в ней не останутся последние 2 участника. Именно они и будут считаться победителями.

## Крепость

Играть нужно в холодное время года, так как требуется

много снега. Из него строят большую крепость. На нее устанавливают разные флажки. Игроки отходят от крепости на некоторое расстояние и начинают бросать снежки таким образом, чтобы при броске был сброшен один флажок. Для бросков каждому назначается определенное время, за которое он должен сбить максимум флажков. Каждый флажок оценивается определенным количеством очков. За неудачные броски очки вычитаются. Словом, все участники пробуют себя на меткость. В результате подсчитываются очки. Тот, кто набрал их больше, считается победителем.

Следующий тур игры должен быть более сложным. Например, от крепости нужно отойти на более далекое расстояние. Или бросать снежки нужно не правой, а левой рукой. В остальном действия игроков оцениваются аналогичным образом. И победителем считается тот, кто получит больше очков.

## Глава 5. Игры для самых выносливых

Все дети любят игры, но, как правило, их пристрастия варьируются. Кто-то очень подвижный и бежит как ящерица, не видя препятствий; кто-то, наоборот, лишней раз не пробежится, но зато он может поднять тяжелый груз или подтянуться на канате без помощи ног. Вот такие игры и будут описаны в этой главе, игры на выносливость, на применение большой силы. В эти игры рекомендуется играть детям от 7 лет, поскольку в более нежном возрасте выносливость развита недостаточно, и они еще не в состоянии долго играть, используя силу. Игры на выносливость довольно просты и в то же время они интересны, привлекательны и азартны. Дети стремятся не просто выиграть, они желают доказать, что справятся с любыми трудностями. Особенно это касается мальчишек, старающихся во всем показать свою силу и ловкость, выносливость и терпеливость.

Подтягиваться нужно полностью, касаясь подбородком самой перекладины, иначе попытка не засчитается.

Для детей от 8 лет, развивает ловкость, выносливость, силу и реакцию. Число игроков 5-10. Проводится на спортивной площадке, оборудованной комплексом спортивных снарядов. Для начала выбирается ведущий, это может быть кто-то из взрослых, кто не будет принимать участия в игре. Все

делятся на две или три команды, это зависит от общего числа участников, главное – чтобы в команде было не больше 4 человек. Одна команда встает перед навесным рукоходом, вторая перед перекладиной; если есть третья команда, она занимает позицию перед брусьями. Ведущий или судья игры дает сигнал к началу движения, и игроки по одному проходят препятствие. Как только все пройдут свое первое препятствие, они занимают следующую позицию (последовательность прохождения позиций оговаривается заранее). Если же команда не справилась со своим снарядом до того времени, когда на их место пришла другая, они уходят со штрафным очком. Рукоход говорит сам за себя, на нем нужно пройти на руках, цепляясь за каждую перекладину. Следующий игрок начинает свое движение только в тот момент, когда предыдущий спрыгнет на землю. Если игрок не справился с заданием, его может заменить более сильный. Можно, конечно, повторить попытку самому, но на это уйдет больше времени, и другая команда придет раньше, чем он закончит свою попытку. Перекладина также дает нагрузку на руки, для прохождения этого снаряда необходимо подтянуться 10 раз. Для детей это довольно сложно, поэтому все подтягивания можно разделить на два подхода. Если же ребенок справляется за раз, это только прибавит команде шансов и увеличит сумму очков. Прохождение брусьев немного усложненное. Сначала на них нужно забраться так: руками уцепиться за одну перекладину, ноги перекинуть через дру-

гую и в таком положении боком вперед передвигаться вдоль брусьев, перехватывая руки и перебирая ногами. Выигравшей считается команда, заработавшая больше очков. А даются они следующим образом: 3 очка за безостановочное, полное прохождение очередного препятствия или снаряда, 2 очка, если препятствие пройдено полностью, но на это было дано две попытки; 1 очко дается, если игрок не полностью прошел препятствие даже за две попытки или не дошел до его конца. Штрафное очко дается команде в том случае, если она не успела пройти свой снаряд до тех пор, когда на их место пришла другая.

## Циклоп

Это довольно мощный сказочный герой, хотя и не очень добрый. Он может свернуть горы и в состоянии в течение нескольких часов не дышать. К тому же он настолько большой, что нет ему равных в силе. Вот такой силач и взят за основу этой игры. Возраст участников – от 9 лет, число игроков – от 6 человек. Игра развивает выносливость, силу, ловкость и терпение, а также учит детей счету как вперед, так и назад.

Дети делятся на две команды. Они занимают исходную позицию друг против друга на расстоянии 10 м. По сигналу ведущего они по одному начинают прохождение определенных препятствий.



Следующий игрок начинает движение только после того, как предыдущий его закончит, достигнув финиша, и сделает отмашку рукой.

Сами препятствия или так называемые испытания заключаются в умениях и приложении силы. Первое из них: набрав в легкие как можно больше воздуха, игрок начинает прыгать на месте, считая свои прыжки. Как только он выдохнет, его прыжки заканчиваются, а за каждый прыжок ему присуждается очко. Второе: в каждую руку игрок берет по тяжелому предмету (гирю, гантелю) и с ним начинает продвигать-

ся вперед, но не обычными, а гусиными шагами, приставляя пятку к носку. В это время он должен вести счет, но не простой, а от 20 в обратную сторону, к единице. Предметы ему нужно держать в вытянутых в стороны руках, и он не имеет права смотреть вниз. За выполнение этого задания он получает 5 очков, если справится полностью; 4, если собьется со счета; и 3, если не пройдет до конца.

Остальную часть пути нужно пройти на корточках, причем не выставляя ноги в стороны, а перенося их под телом. За это задание игрок получает 3 очка, если пройдет препятствие полностью и правильно; 2 очка, если дистанция не будет пройдена до конца или он допустит ошибки.

Присужденные очки суммируются у каждого игрока, это индивидуальная система, по ней впоследствии будет выявлен наилучший, самый выносливый и ловкий игрок, он и получит звание почетного циклопа. Подсчитывается и общее количество очков, заработанное всей командой. По их сумме и определяется победитель. Далее команды меняются частью игроков, и игра начинается снова.

Второй вариант прохождения дистанции. Ее расстояние в этом случае увеличивается на 5 м. Первое препятствие. Задержав дыхание, игрок должен присесть: сколько раз он присядет, столько очков и получит.

Второе. Игрок встает на руки и на ноги, спиной вниз и начинает двигаться вперед, считая движения по убывающей

– от 30 («тараканьи бега»). Бежать нужно ногами вперед. За правильное прохождение препятствия – 5 очков, за неправильный счет – 4, за неправильное выполнение – 3 очка.

Третье препятствие. Игрок должен оставшиеся метры пропрыгать многоскоками, не останавливаясь. За это задание он получит 3 очка при правильном выполнении и 2 – за ошибки.

Таких дистанций можно придумать довольно много, главное – чтобы все задания отвечали следующим требованиям: проявлениям выносливости, ловкости, верному счету. Длина общей дистанции может увеличиваться или уменьшаться в зависимости от того, что придется выполнять игрокам. Но не только выносливость или ловкость имеют значение, здесь необходима еще и скорость действий. Если игрок будет выполнять все правильно, но у него уйдет на это слишком много времени, значит, он не получит достаточного количества очков, соответственно, и команда в целом проиграет. За скорость также получают по 5 очков, они идут всей команде в целом.

## **Семигора, или разберем завал**

Это тоже сказочный герой, он был очень вынослив, поскольку сворачивал несколько гор за день. Вот такой силач и взят за основу для этой игры. Она рассчитана на детей от 8 лет, число игроков – от 5 человек. Развивает выносливость,

ловкость, силу.

Для начала выбирается ведущий, который даст сигнал к действию и подсчитает заработанные игроками очки. Все остальные готовятся к выполнению задания. Оно заключается в следующем: в прямом смысле слова горы сворачивать не придется, но тяжелые предметы поперекидывать будет нужно.

Перед каждым игроком ставят определенное количество гантелей, гирек или спортивных блинов, которые необходимо перенести с одного места на другое и сложить в такую же кучку, аккуратно и быстро. Расстояние и вес инвентаря определяются в зависимости от возраста игроков. Но параметры не должны быть меньше 3 кг и 5 м.

Переносить каждый предмет нужно по отдельности, а не хватать по несколько сразу. Если игрок будет нарушать это правило, чтобы сократить время, он просто выбывает из игры.

Поскольку горка из предметов может быть разнокалиберной, складывают ее по убывающей. В этом случае необходимо сначала просто перенести все предметы с одного места на другое, а потом сложить их в том порядке, в котором они лежали изначально.

За скорость дается 2 очка, за выносливость – 3 очка. Не путайте эти качества, можно бегать быстро и каждый раз отдыхать, а можно, наоборот, медленно идти к цели, в итоге оба игрока закончат примерно одинаково. За аккуратность

также присуждается 1 очко. Самый проворный и выносливый, а также аккуратный игрок становится ведущим.

## Раскачки

Эта игра напоминает силовую схватку двух сцепившихся борцов, каждый из которых не желает уступить, с одной только разницей: здесь второй игрок не сопротивляется действиям первого, а наоборот, помогает ему.

Игра рассчитана на детей от 7 лет, число игроков – от 4, не забываете – это парная игра. Развивает выносливость, ловкость и смекалку.

Игроки делятся на пары, встают лицом друг к другу и начинают по очереди раскачивать друг друга в стороны, потом один игрок пытается перекинуть второго вокруг себя, как минимум, на пол-оборота.

Затем, раскачавшись, второй игрок проделывает то же самое.

Все движения должны быть синхронными, чтобы пара не упала во время заключительного действия.

Далее направление переворота меняется. Само раскачивание заключается в том, что игроки, взявшись за руки, начинают сначала просто двигать плечами в стороны, затем раскачивание увеличивается в амплитуде до пояса, потом к телу присоединяются ноги, но отрывать их от пола до определенного момента – прыжка – нельзя.

Пары нужно подбирать по силе, чтобы игроки не упали и не поранились и чтобы им было не слишком тяжело. После того как пройдут оба действия (по два перемещения каждого игрока), пары меняются партнерами.

## Океан

Широкое раздолье волн, долгие путешествия из одного порта в другой, частые бури и штормы, которые подстерегают в пути моряков, – все это и заключено в данной игре. Она рассчитана на детей от 10 лет, число игроков – от 7 человек.

Игра развивает ловкость, выносливость, скорость, смекалку и многие другие качества.

Для начала выбираются капитаны, они набирают себе команды из нескольких «матросов». Для игры необходимы 2 каната, бревно, 4 гантели и много места, чтобы выполнить подвижные элементы.

Предстоит справиться с несколькими заданиями, которые игроки могут исполнять по выбору (один игрок – одно задание), а можно договориться, чтобы каждый игрок прошел все ступени. В первом случае игрок приносит команде столько очков, сколько он заработает за выполнение своей части, потом очки суммируются, и по их общему количеству определяется победитель. Во втором случае заработанных командой очков будет, естественно, больше. Вариантов игры несколько.

## Вариант 1

Первое, что предстоит сделать игрокам, это пройти по бревну. Здесь нужны не столько выносливость, сколько ловкость и терпение «матросов», которым часто приходится заниматься столь мелкой и кропотливой работой. Шагать нужно аккуратно, перенося ногу с небольшим приседанием и ставя ее к пяточке.

Второе задание заключается в лазанье по канату, но подвешивать его нужно не вертикально, а под углом в  $45^\circ$  и прикреплять с обеих сторон, чтобы он не провисал. Лезть нужно по канату не снизу вверх, а сверху вниз, поэтому он не должен касаться земли, а заканчиваться на высоте в 30 см. Можно просто подвесить канат параллельно полу и лазать по нему как по трубе.

Третье задание заключается в том, что игрок должен взять гантели в руки и пробежать с ними определенное количество метров или времени. Если время игры не ограничивается, каждый «матрос» может затратить на это задание не менее 5 мин.

Если по правилам «матросы» будут выполнять каждый свое задание, значит, они могут делать это практически одновременно, по крайней мере – начинать могут вместе. Каждый игрок получает в итоге только те баллы, которые заработал лично он, затем очки суммируются. Если же каждый проходит всю дистанцию, что гораздо интересней и развива-

ет выносливость в большей степени, что и является основным требованием игры, участник и тут получает за каждое задание определенное количество баллов. Оно будет зависеть от сложности задания и от правильности его выполнения. В этом случае баллы суммируются сначала у каждого игрока, затем выводится общий результат для всей команды.

Капитан подходит к ведущему и докладывает о результатах «плаванья», сумма баллов переводится в часовой эквивалент: 30 баллов – 30 ч плавания, а чем дольше корабль находился в пути, тем выносливее его команда, тем она бесстрашнее.

## **Вариант 2**

Он начинается с бега, каждый должен пробежать 250 м с небольшой нагрузкой: гантелями или утяжелительными поясами. Далее дети переходят к основному заданию, которое заключается в прыжках в длину по 10 раз подряд без остановки, 10 отжиманиях (мальчики от пола, девочки от лавки или от перил), 30 приседаниях. И, наконец, игрок должен выполнить самое простое и в то же время самое сложное задание, за которое он получит больше всего баллов, – это прыжки через скакалку. Нужно сделать 100 подскоков, и чем меньше будет сбоев и остановок, тем больше очков он заработает для своей команды.

В этом варианте игроки должны пройти дистанцию целиком и в определенной последовательности. За бег

они получают по 5 баллов, за многоскоки по 4 балла, за отжимание по 4 балла, за приседания по 3 балла и, наконец, за прыжки по 10 баллов.

Каждая неточность в выполнении задания – по 1 баллу минус. В прыжках каждая остановка отнимает по 1 баллу.

Эстафету можно проводить двумя способами: первый – поочередное выполнение задания, второй – прохождение туров с передачей эстафеты легким ударом по плечу. В этом случае время играет свою роль, и за более быстрое выполнение, сочетаемое с качеством, команда получает дополнительное очко на каждого игрока. Еще одно правило: все задания, кроме прыжков, проводятся с нагрузкой не менее 1 кг. Бег с гантелями, прыжки также выполняются с гантелями в руках или с поясом-утяжелителем: при отжимании он кладется на плечи сверху. Приседания выполняются с нагрузкой. Не каждый «матрос» выдержит такую нагрузку, и кто-то может сдать, а в условия входит полное выполнение всего комплекса. Можно понемногу отдыхать после каждого тура, но в его середине останавливаться нельзя.

## **Борцы**

Самые выносливые из спортсменов – это борцы. Они не только сбивают соперников с ног. Это на вид легко, на самом же деле это очень сложное задание, ведь непросто сва-

лить более сильного соперника, который еще и упирается, его нужно по-настоящему побороть. А на это уходит много сил и энергии.

Но чтобы стать победителем, участникам приходится не только уметь бороться, для этого нужно обладать определенной техникой, которая нарабатывается многими дополнительными упражнениями. Все они и включены в эту игру.

Она рассчитана на детей от 8 лет, число игроков от 6 человек, четное. Для начала выбирается ведущий, который будет давать задания и следить за их выполнением, а также начислять очки за них. Далее все делятся на пары. Ведущий дает ряд заданий, которые игроки должны выполнить не просто качественно, но и за определенное время, зависящее от сложности и количества отдельных движений.

**1 задание.** Необходимо начертить на земле небольшую линию, являющуюся исходной. Игроки становятся друг против друга, упираются ладонями на вытянутых руках и начинают сдвигать напарника от себя. Пары должны быть примерно одинаковыми по силе, чтобы они могли побороться. Задание считается выполненным, если пара сдвинулась в одну из сторон на 50 см от исходной линии. Правилom этого варианта являются полностью выпрямленные руки. Если один из игроков согнет их, задание выполняется заново. За прохождение этого тура победитель получает 5 очков. Второй участник – 3.

**2 задание.** Оно заключается в том, что игроки должны

встать друг против друга на расстоянии 10 м в положении упор лежа и двигаться навстречу, переступая руками. Ногами помогать нельзя. Победителем будет тот игрок, который пройдет большее расстояние до встречи с напарником. За это задание победитель получает 4 очка, второй игрок – 2.

**3 задание.** Игроки должны провисеть на перекладине как можно дольше. Перехватывать руки, подтягиваться нельзя, надо просто висеть, пока руки выдерживают вес тела. Здесь лидером станет тот, кто спрыгнет последним. Этот тур выполняют все одновременно. На пары не делятся. Количество очков будет зависеть от числа игроков: самый первый получает 1 очко, остальные на одно больше предыдущего игрока, последний получает максимальную сумму.

**4 задание.** Потребуется небольшая нагрузка в 1–1,5 кг. Можно использовать гантели или спортивные блины. Игроки должны медленно поднять вес вверх над головой и так же медленно его опустить. Это движение нужно проделать несколько раз.



Победителем станет не тот, кто сделает максимальное количество движений, а тот, кто выполняет их медленнее. За это задание игроки получают по 2 очка.

**5 задание**, оно же последнее. Игроки, встав напротив, стараются перестоять друг друга в определенной позе, к примеру в «ласточке» или полуприседе. Встав в одну позу, они не должны менять ее как можно дольше. Таких поз за один тур игроку придется поменять три. Первую дает ведущий, а остальные выбирают сами игроки. За каждое выполненное задание они получают по 2 очка (кто простоял максимальное количество времени) и по 1 очку – те, кто не выдержал и сдался раньше.

Затем все очки у каждого игрока суммируются и выбирается победитель в паре. Они продолжают игру в следующем туре. В нем всего два задания. Выполняются они индивидуально.

Первое задание заключается в том, что игроки должны пройти полосу препятствий (30 приседаний, 10 отжиманий и 20 прыжков в высоту) на большой скорости, практически без остановки. В этом случае очки идут не столько за правильное выполнение, сколько за время, затраченное на тур. За это задание игрок получает 5 очков.

Во втором задании игроки должны пройти по прямой, но не просто так, а по тонкой линии или по канату. В данном случае оценивается не только координация, но и терпение игрока, поскольку путь довольно длинный – 20 м. За это игрок получает 4 очка.

За некачественное или неполное выполнение этих туров сумма полученных очков также немного снижается, затем выявляется лидер, который и будет ведущим в следующем туре игры.

## **Водоворот**

Игра рассчитана на детей от 7 лет, число игроков – от 5 человек. Развивает выносливость, ловкость, терпение, координацию и другие качества, которые необходимы детям в этом возрасте.

Дети встают в круг, ведь это водоворот. Ведущий дает задание. К примеру, ходьба по кругу. Все начинают движение, затем ведущий говорит: «Увеличили скорость». Далее произносит: «Пошли прыжками». На одной ноге. Приставными шагами. А после этого он дает команду «стоп». Все игроки должны замереть; кто не успел, тот выбывает из игры, остальные получают по 1 баллу.

Игра продолжается, и ведущий предлагает уже другие, более сложные задания. К примеру, он может начать с приставных шагов, затем перейти к многоскокам, гусиному шагу и пр.

В сумме их должно быть не менее пяти, и в конце ведущий опять останавливает игроков. Задания даются по максимальной нагрузке, так что не все игроки выдерживают их, некоторые устают задолго до того, как тур закончится. Они просто уходят на меньший радиус, вставая внутрь круга и идя на более низкой скорости. Так и получается водоворот.

Те, кто сошел с дистанции, получают на 1 балл меньше за каждое смещение. Ведущий может переменить не только задание, но и направление, поэтому реакция и внимательность должны быть на высоте, иначе игрок просто покинет поле игры. За проявление слабости начисляют меньше баллов, а за невнимательность и создание помех игрок покидает поле.

Поскольку игроки смещаются постепенно в середину круга, то первый круг становится более свободным, а вот остальные, наоборот, более плотными, так что, попав в меньший

круг, игрок снижает скорость, но увеличивает внимание.

Играть можно до тех пор, пока в большом круге не останется только один игрок, а можно просто прекратить игру, когда дети немного устанут. В первом случае ведущим становится лидер, во втором – тот, кого выберет считалка.

## Тянитолкай

Это парная игра, ведь Тянитолкай – это животное с головами – с обеих сторон туловища. Игроки, сцепившись руками и встав спиной друг к другу, образуют это сказочное животное.

Игра для детей от 7 лет, игроков – от 6 человек. Развивает выносливость, ловкость и силу, смекалку.

Все делятся на пары. Выбирается ведущий. На земле чертятся две линии на расстоянии нескольких метров. Пары встают на одну из линий, но не просто так, а сцепившись руками, спиной друг к другу. Получаются тянитолкай. Становиться можно по-разному: боком или прямо, лицом к линии.

По команде ведущего тянитолкай начинают двигаться в сторону второй линии. Это задание не из простых: во-первых, тот, кто стоит спиной, мешает продвижению, тормозя пару; во-вторых, ноги игроков путаются, что также затрудняет движение. Достигнув второй полосы, пара начинает путь в обратную сторону, не разворачиваясь. Все происходит в том же порядке.

Можно немного усложнить игру. Пары будут не просто перемещаться, а каждый постарается идти лицом вперед, но при этом само направление движения менять нельзя. Для этого тянитолкаям придется крутиться вокруг своей оси. В этом случае коснуться линии можно и двоим. Тогда ведущим становится тот игрок, который единолично достигнет линии, а не первая пара.

Смена ведущего происходит после того, как одна из пар достигнет второй линии и вернется к исходной линии. Тот, кто пришел лицом вперед, станет ведущим, а он, в свою очередь, займет его место в паре.

## Глава 6. Ловкость

Если понаблюдать за любым ребенком в возрасте от 3 до 10 лет (хотя эти возрастные рамки могут и раздвигаться), быстро замечаешь, что дети очень любят забираться на деревья, лазать по заборам, висеть на турниках и канатах. Практически любой предмет, который выше их собственного роста и на который можно хоть с трудом, но залезть, становится объектом пристального внимания малышей. Такую расположенность детей к деревьям, турникам и канатам можно объяснить тем, что именно в таком возрасте начинает развиваться координация движений и укрепляется опорно-двигательный аппарат. Таким образом, дети, сами не зная того, закладывают основу для своего будущего здоровья и хорошего самочувствия. Однако многие родители запрещают такого рода подвижные игры, думая, что дети могут по неосторожности ушибиться, сломать или вывихнуть себе что-нибудь. В этом, конечно, есть рациональное зерно. Но только на этом основании отказываться от таких игр нельзя, надо только внимательно наблюдать за детьми и следить, чтобы они не слишком увлекались. Для организации игр на ловкость и лазанье необходимо дома иметь следующие спортивные снаряды: шведскую стенку, канат, веревочные лестницы и крепкую, средних размеров сетку, которая натягивается на специальные столбики. Кроме этого, обязательно надо, что-

бы дома было множество разнообразных мячей, шариков и небольших игрушек, пригодных для игр. Конечно, устроить игры на лазанье можно и без канатов или шведских стенок, однако если вы хотите, чтобы ваш ребенок рос здоровым и спортивным, то все это необходимо приобрести. Тем более если ребенок будет иметь дома шведскую стенку, напоминающую дорогие его сердцу заборы, канаты, похожие на высокие деревья, то ему скорее всего даже и не захочется лазать по настоящим деревьям и заборам, на которых он рискует если не переломать руки и ноги, то по крайней мере разбить себе нос. Психологи уже давно доказали, что ребенок охотнее играет в спортивные игры в компании, чем в одиночку. Поэтому лучше пригласите поиграть еще нескольких детей. В этом случае игры принесут детям больше радости и будут намного результативнее. Необходимо, чтобы во время игр присутствовали родители. Тогда один из них вел бы игру, а другой подстраховывал детей.

## **1. Лазанье**

### **Мешок яблок**

На шведской стенке, канате, веревочных лестницах, стенах, вообще, где только это возможно, развешиваются 30–35 яблок.

Они должны висеть не слишком низко, но и не в очень труднодоступных местах. Затем дети делятся на две команды и получают по вместительному мешку. По команде они должны собрать как можно больше яблок в свой мешок (например, за минуту). Время можно изменять в зависимости от возраста и физической подготовки детей.

Мешок во время игры дети могут как носить с собой, так и положить в каком-то определенном месте и относить туда яблоки. Таким образом, победа зависит не только от скорости, но и от той стратегии, которую выберет команда.

## **Царь горы**

Для этой игры нужно растянуть посреди комнаты на высоте 60–70 см веревочную сетку. Ее можно укрепить за ножки стола или кровати. Надо только проследить, чтобы опора была достаточно тяжелой и не сдвинулась, когда дети будут прыгать на сетке. На полу под сеткой и вокруг нее кладут достаточно одеял, подушек, матов. После этого дети делятся на две команды (в каждой должно быть не больше 3–4 человек, можно меньше) и одна команда пойдет на сетку, они будут «царями горы», а другая – вниз, на пол, они станут «завоевателями». По команде «завоеватели» должны всеми силами пытаться залезть на сетку, а «царям горы» не следует пускать их туда. Если кому-то удалось забраться наверх, он тоже становится «царем горы», если кто-то из «царей горы»

свалился вниз в процессе игры, он переходит в «завоеватели». Игра продолжается до тех пор, пока в какой-либо из команд не останется ни одного игрока.

## **Джунгли**

На потолке укрепляют канат и на его верхнем конце подвешивают гроздь бананов. Дети делятся на две команды с какими-нибудь экзотическими названиями. За определенное время, например за 10 мин, команда должна принести судье как можно больше бананов. Всем членам команды придется взбираться на канат по очереди. Когда время первой команды истечет, то же задание выполняет вторая команда. В конце игры кто-либо из взрослых считает количество бананов у обеих команд, и тот, у кого их оказалось больше, становится победителем.

## **Паутинка**

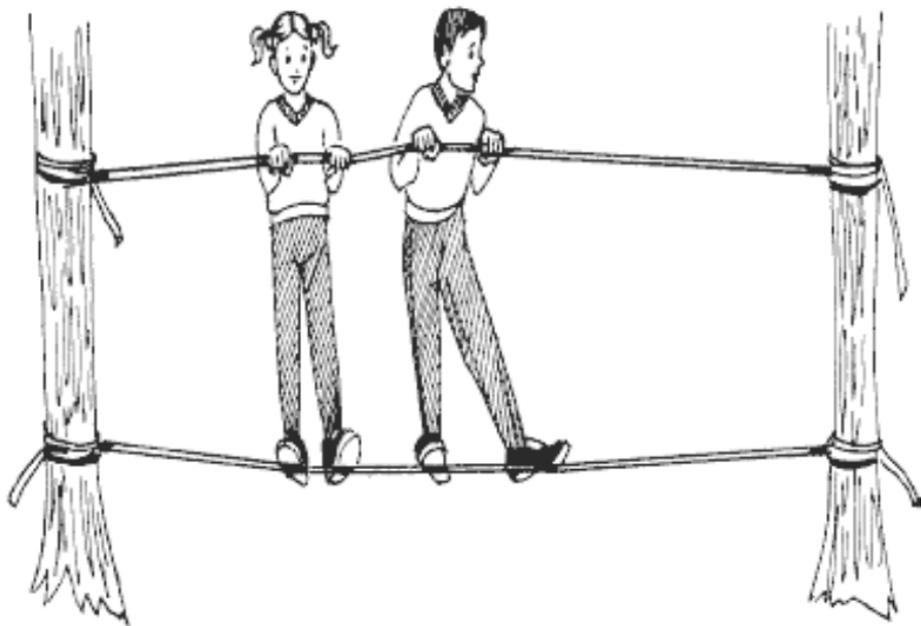
Во дворе необходимо расчистить ровную площадку в форме квадрата площадью примерно в 4 кв. м. По ее углам крепко вбивают колья высотой в 1–1,5 м. Натягивают между этими копиями множество бечевки, находящихся на одном уровне, так, чтобы они образовали некое подобие паутины, через которую трудно пролезть. Детей делятся на две команды и ставят на противоположные стороны площадки. По сигналу капитаны команд начинают двигаться навстречу

друг другу через паутину. Как только кто-то из капитанов достигает противоположной стороны, перелезть через паутину начинает следующий член его команды и т. д. Выигрывает команда, которая в полном составе быстрее окажется на противоположной стороне.

## **Висячий мост**

Эту игру интереснее играть во время выезда всей семьей на природу, поскольку в этой ситуации детям легче представить себе необходимую для игры атмосферу приключений и опасностей. Необходимо найти два достаточно близко стоящих дерева и укрепить между ними веревочную лестницу (на высоте примерно 60–70 см от земли) или два каната (на разной высоте). Затем выбирают среди детей «проводника» и «тигра», тогда как все остальные дети будут «заблудившимися путниками» или «пропавшей экспедицией», в общем, теми, кого и предстоит спасти «проводнику».

Перед началом игры ставят «проводника» у одного дерева, а всех остальных, кроме «тигра», у другого. Согласно правилам игры все «путники» должны перебраться на тот берег, однако они не могут этого сделать без «проводника», т. е. «проводник» должен перебраться по «мосту» на другую сторону, взять с собой одного из «путников», вернуться с ним обратно, затем пойти за другим «путником».



Но для усложнения игры, на «берегу», на котором находятся «путники», живет «голодный тигр», который и мешает им благополучно перейти на тот берег. Он гоняется за «путниками», и те, кого он поймает, остаются на этой стороне и уже не могут перебраться на другую. При этом тигр не может заходить в безопасный круг, расположенный перед мостом и имеющий радиус около 1 м. Однако и «путники» не могут находиться в этом круге дольше 10 с, причем там могут находиться одновременно только два «путника». Игра продолжается до тех пор, пока все «путники» не окажутся или пойманными «тигром», или перевезенными «проводником» на другой берег. Выигравшей считается команда, в чьем соста-

ве окажется больше игроков.

## **Морская вода**

Под потолком подвешивают на значительном расстоянии друг от друга две веревочные лестницы. Рядом с каждой лестницей на стене укрепляют по полочке, на них ставят по какой-либо емкости с водой. После этого дети делятся на две команды и получают каждой по небьющемуся стакану или пластмассовому ведерку. По сигналу первые члены команд взбираются на свои лестницы, зачерпывают воду, спускаются вниз и выливают воду в стоящие на одном расстоянии от лестниц ведерки. После того как в какой-либо команде все дети по очереди взберутся на лестницу, игра останавливается. Однако в конечном итоге выигрывает та команда, в чьем ведерке окажется больше воды.

## **Переправа**

Играть лучше на улице, поскольку потребуется много места. На площадке размером 12–14 кв. м расположите без определенного порядка, но на расстоянии, не превышающем 1 м друг от друга, множество больших чурбанов, камней, табуретов и т. д. Их количество строго не ограничивается, но желательно, чтобы их было не меньше 15–16 штук. Кроме того, важно, чтобы их высота не превышала 60–70 см и чтобы они были достаточно устойчивыми.

Для начала игры дети делятся на две команды. И каждая команда получает узкую, легкую, но достаточно длинную дощечку. По сигналу первые члены обеих команд должны, перебираясь с «камня» на «камень» при помощи доски, попасть на противоположный «берег», взять там заранее приготовленный ведущим мяч и вернуться обратно. При этом нельзя наступать ногами на землю и класть мяч куда-нибудь, кроме дощечки или «камня». Нарушивший это правило выбывает из игры, и команда противников таким образом получает дополнительные шансы.

Кстати, мячей должно быть столько, чтобы каждый член команды «переправился» через «речку» 2–3 раза.

Игра усложняется еще и тем, что если игрок во время «переправы» первый дотронется рукой до мяча своего противника, то обладателю этого мяча придется вернуться обратно за другим мячом. Выиграет команда, которая быстрее перенесет все свои мячи с одного «берега» на другой.

## **Опасная зона**

Здесь также необходимо большое пространство и много спортивного инвентаря. В квартире детям будет просто негде развернуться, и поэтому игра больше подходит для спортзалов или в крайнем случае для улицы. Перед игрой кем-нибудь из взрослых надо построить полосу препятствий. По кругу располагают скамейку, канат, между столбиками натягивают

веревочную лестницу, расстав ляют несколько табуретов или мягких пуфиков, включают в игру шведску стенку и препятствие из натянутых веревок.

Дети не делятся на команды, а играют каждый за себя. После сигнала, дан ного ведущим, дети пробегают по узкой лавочке, преодолевают веревочну лестницу, взбираются на канат, а потом спускаются с него, перепрыгиваю с табурета на табурет, залезают на шведскую стенку и пробираются через «па тинку». Во время преодоления этих препятствий ни в коем случае нельзя н ступать на пол или землю (взрослым надо позаботиться о том, чтобы с препя ствия на препятствие можно было перебраться, не наступая на пол). Оступив шийся попадает в «опасную зону» и выбывает из игры. Выигрывает ребенок, который через какое-то время остается единственным не наступившим на пол. Перед игрой следует предупредить детей, чтобы они не толкали друг друга и не спешили, так как все равно победа достанется не самому быстрому, а самому осторожному и ловкому.

## **Выручалка**

Для этой игры необходимо наличие нескольких, как минимум, 4 шведских стенок. Их надо закрепить на стене рядом друг с другом так, чтобы между ними не оставалось свободного пространства. На полу под шведскими стенками раскладывают как можно больше всяких подушек и одеял,

чтобы подстраховать детей на случай падения. Перед началом игры с помощью считалочки выбирают среди них ведущего. Его задача – догонять всех остальных детей. По команде все играющие, кроме ведущего, который вступает в игру через несколько секунд, взбираются на шведские стенки.

Игра заключается в том, что ведущий догоняет детей, а они всеми силами стараются убежать от него. Тот, кого ведущий успел поймать, замирает на месте и повторяет фразу: «Выручай». Если в момент, когда он это говорит, мимо него будет пробираться по стенке кто-то из играющих, то он может освободить его, и пойманный продолжит игру. Тот, кого ведущий поймал 3 раза, выбывает из игры и спускается на пол. Игра может продолжаться до тех пор, пока ведущий не поймает всех игроков.

## Скалолаз

Необходимо несколько шведских стенок, поставленных вплотную одна к другой. Согласно правилам игры каждый игрок по сигналу ведущего, который засекает время, начинает взбираться на шведскую стенку. Поднявшись на самый верх, он переходит на следующую лестницу и по ней спускается вниз, при этом не касаясь ногами пола. Затем он опять перебирается на другую лесенку, поднимается вверх, и так до конца. Это же проделывают и все остальные дети. Победителем оказывается тот, кто по последующим подсчетам сде-

дает это быстрее всех.

## Тропический лес

Для этой игры укрепляют под потолком 10–15 канатов, которые и будут во время игры изображать тропический лес, а точнее, лианы в нем. Но надо уточнить, что количество канатов не строго определено, оно может варьироваться в зависимости от площади помещения, в котором будет проходить игра. После этого дети делятся на две команды. По сигналу они должны, перебираясь с «лианы» на «лиану», передвигаться из одного конца комнаты в другой. При этом им надо собирать различные мелкие предметы, развешанные на верхушках канатов (например, апельсины, бананы, фигурки различных животных), и складывать их в специальные корзины, стоящие посреди комнаты.

Касаться ногами пола ни в коем случае нельзя, так как согласно правилам игры пол – это река, кишашая злыми крокодилами. Поэтому каждый опустивший ногу на пол немедленно выбывает из игры. Команды стартуют одновременно, но с разных концов комнаты. Победителем становится та команда, которая по прошествии какого-то времени (оно устанавливается взрослыми в зависимости от физической подготовки детей) наберет больше трофеев в свою корзинку и в которой к концу игры останется больше игроков.

## Лабиринт

Тут потребуется некоторая предварительная подготовка. Для игры надо найти 15–16 старых, использованных автомобильных покрышек, отмыть их, покрасить и вкопать в землю на расстоянии друг от друга примерно в 1–1,5 м, чтобы они образовывали некое подобие лабиринта. А чтобы дети не пачкались во время игры, можно постелить между шинами старые клеенки или просто набросать веток от деревьев. Дети делятся на две команды и встают по разные стороны лабиринта. По сигналу они начинают двигаться навстречу друг другу, стараясь первыми добраться до противоположной стороны. В лабиринте детям нельзя сталкиваться. Если на одной дорожке встретились вдруг два участника, они оба должны развернуться и пойти другими путями.

Выигрывает игру та команда, которая быстрее соперников достигнет противоположного выхода.

## Стоп-кадр

Необходимо построить полосу препятствий, похожую на ту, которая была в игре «Опасная зона». Однако ее отличие будет в том, что все спортивные снаряды располагаются не по кругу, а беспорядочно. Кроме того, в самых разных (желательно как можно более недоступных) местах необходимо развесить 10–15 бумажных квадратов разного цвета. Квад-

раты, до которых добраться сложнее всего, должны быть красного цвета, легкодоступные квадраты – желтого, и, соответственно, остальные квадраты – белого.

На преодоление всей полосы препятствий дается 3–4 мин (в зависимости от общей физической подготовки детей). Однако задача состоит не в том, чтобы как можно быстрее добраться до финиша, а в том, чтобы набрать как можно больше очков.

Участник не обязан проходить всю полосу препятствий, он должен просто набрать за определенное время как можно больше очков, причем до одного квадрата можно дотрагиваться только 1 раз.

Ребенок, преодолевая препятствия, должен добираться до квадратов, дотрагиваться до них рукой и в этот момент говорить слово «стоп-кадр». Ведущий внимательно следит за игроком и начисляет очки за каждое касание квадрата. За красный квадрат играющий получает 5 очков, за желтый – 3 очка и за белый – 1 очко. Побеждает игрок, набравший очков больше всех.

## **2. Преодоление препятствий**

### **По порядку рассчитайтесь**

Данная игра прекрасно покажет и выявит самого ловкого

и быстрого в вашей компании. Поделитесь на команды таким образом, чтобы в каждой было не более 10 человек. Все встают в колонны по одному и рассчитываются по порядку. Каждый игрок должен твердо запомнить свой порядковый номер. Водящий чертит линию на расстоянии 6–7 м от команд и напротив каждой команды рисует круги на расстоянии в 1 м диаметром в 0,5 м в виде дорожки, уходящей к линии.

Далее водящий тихо произносит какой-нибудь номер, например 3. Задача участников под этим номером – как можно быстрее добежать до линии, причем наступать можно только на круги, затем вернуться обратно и встать на свое место. Балл присуждается той команде, участник которой быстрее справится с заданием. Затем водящий называет другой номер. В конце игры все баллы подсчитываются, определяется команда-победительница.

Кстати, можно существенно разнообразить эту игру, сделать ее еще увлекательнее. Для этого придумайте для игроков всевозможные испытания и преграды. К примеру, одни игроки по заданию водящего не наступают в круги, а наоборот, оббегают их, другие передвигаются спиной вперед, на одной ноге, приставными шагами или зигзагами... На пути команды можно также поставить стул, который предстоит кому-то перепрыгнуть или оббежать кругом 3 раза. В качестве препятствия прекрасно подойдут и камешки, через которые нужно перепрыгивать. Здесь все зависит от фантазии и чув-

ства юмора.

## **Волки и зайцы**

Дети делятся на две команды, которые условно можно назвать «волки» и «зайцы». Далее образуют круг, где каждая команда должна занять свою половину. Внутри круга встают 2 игрока – по одному от каждой команды. По условному знаку «волк» поджимает ногу и начинает прыгать по кругу. Он должен за определенное время поймать «зайца». Последнему не разрешается выбегать из круга. Если «волк» не справляется со своим заданием, то его сменяет новый «волк» – другой игрок из команды «волков». Если же «заяц» будет пойман, команды меняются ролями, т. е. «волки» становятся «зайцами», и наоборот.

Обязательно должны соблюдаться некоторые правила. Во-первых, как уже говорилось ранее, «волк» должен передвигаться только на одной ноге. Если он теряет равновесие и ставит на землю вторую ногу, его заменяет другой участник из команды «волков». А во-вторых, если в процессе игры «заяц» приблизится к команде «волков» слишком близко, они имеют право его поймать. Продолжительность одного тура обговаривается заранее. Победителей и побежденных нет.

## **Ночной караул**

Вэтой игре могут участвовать сколько угодно игроков. Для начала выбирают двоих водящих, или «караул», завязывают им глаза и ставят их друг против друга на расстоянии примерно 1 шага. Далее они берутся за руки. Задача остальных игроков, выполняющих роль лазутчиков, по очереди подкрасться к «караулу» и потихоньку обязательно пройти между ними. Если один из «караульных» коснется в этот момент «лазутчика» рукой, последний меняется с ним местами. Однако, если участник, преодолевая препятствие, нечаянно задел «караул», но тот не смог вовремя отреагировать и тронуть игрока рукой, ничего не меняется, и игрок может еще раз, соблюдая очередность, проверить себя на ловкость.

## **Выполни приказ**

Вданной игре, как и в предыдущей, может участвовать неограниченное число игроков, однако обязательно нечетное. Для начала разделитесь на пары, оставшийся без пары игрок и будет выполнять роль водящего. Далее вместе со своей парой игроки должны сформировать колонну. Водящий отходит от колонны на 2–3 м и поворачивается к ней спиной.

Через некоторое время он отдает команду последней паре,

к примеру: «Беги спиной вперед!» Игроки, образующие последнюю пару, должны в точности исполнить его приказ, т. е. устремиться вперед способом, который указал водящий. Им необходимо таким образом обежать водящего и вновь взяться перед ним за руки, его же задача заключается в том, чтобы поймать одного из игроков и не позволить им соединиться.

Игроки могут передвигаться не только бегом, но и по-утиному, на четвереньках, на одной ноге, прыжками на двух ногах, на носочках или пяточках и т. д. Здесь все зависит от изобретательности водящего. Он должен помнить, что чем сложнее способ передвижения, тем у него больше шансов занять свое место в команде.

В этой игре должно соблюдаться и определенное правило: водящий не имеет права оглядываться. Именно поэтому ему приходится приступать к делу только тогда, когда игроки оказываются непосредственно перед ним, однако еще не успели взяться за руки. Если он успешно справляется со своим заданием, то меняется ролями с проштрафившимся игроком, и новая пара встает в начале колонны. Если поймать игроков не удалось, водящий вновь отдает приказ, где предлагает игрокам уже новый вид передвижения.

## **Огневой рубеж**

Для этой игры понадобятся 2 мяча. Число игроков неограниченное. Чем их больше, тем увлекательнее игра. Для на-

чала чертятся 3 линии на расстоянии в 5–6 м друг от друга, затем выбираются «артиллеристы», т. е. две пары, каждой из которых дается 1 мяч. Пары встают у крайних линий с обеих сторон.

Задача оставшихся игроков – поочередно пробежать по линии, расположенной посередине. «Артиллеристы» же должны выбить преодолевающих «огневой рубеж» игроков мячами. Если у одного из участников, стоящего в паре, это получилось, он меняется местами с проштрафившимся игроком. Когда все игроки преодолеют «огневой рубеж», они возвращаются назад и вновь могут испытать себя на ловкость и увертливость. Победителем считается игрок, ни разу не побывавший в роли артиллериста.

## **А ну-ка, ухватись!**

Предварительно на полу рисуют 2 линии на расстоянии в 5–6 м друг от друга. По жребию выбирают водящего. Игроки встают к одной из линий. Водящий с закрытыми глазами, стоя спиной к игрокам, называет какой-нибудь предмет одежды или обуви: шнурки, пуговицу, молнию, манжет, носки и т. д. Затем быстро поворачивается и смотрит на игроков. Те, в свою очередь, должны ухватиться за названный элемент одежды и, держась за него, перебежать на другую линию. Тот, у кого нет названного предмета, старается преодолеть препятствие просто так, уворачиваясь от водящего.

Игроки должны соблюдать определенные правила: если кто-то в процессе бега отпускает названный предмет, он приравнивается к нарушителю и может быть осален водящим.

Если водящий ловит проштрафившегося игрока, то меняется с ним местами, становясь обычным членом команды. Победа присуждается игроку, который ни разу не попал в водящие.

## Юла

Игроки сцепляют руки за спиной и формируют плотный круг. Водящий остается за его границей. Его задача – обежать круг, дотронуться до одного из игроков. Как только игрок дотронется до кого-либо, он должен резко сменить направление. Тот, кто почувствует прикосновение водящего, должен покинуть свое место и, направляясь в противоположную сторону от той, куда бежит водящий, обежать круг и встать на свое место. При этом ему надо опередить водящего, который также стремится занять освободившееся место. Если игрок опаздывает, ему приходится поменяться местами с водящим.

Игру можно сделать увлекательнее, если предварительно договориться о препятствиях, которые надо преодолеть игроку и водящему в процессе бега.

Так, например, можно разложить камешки, которые нуж-

но перепрыгивать, или поставить условие, что при встрече оббегающие круг игроки должны выполнить какое-либо задание. Скажем, им необходимо встать на одну ногу и хлопнуть в ладоши. Игрок, забывший выполнить задание или не успевший занять свое место, сменяет водящего.

Победа присуждается тому, кто ни разу не побывает в роли водящего. Продолжительность игры полностью зависит от вашего настроения – можно играть до тех пор, пока не надоест.

## Радуга

Следует начертить 2 линии на расстоянии в 7–8 м. Водящий встает в середину, а игроки – у одной из линий. Водящий называет какой-либо понравившийся цвет, а дети должны найти в своей одежде какую-нибудь деталь такого же цвета, схватиться за нее и перейти на другую линию. Водящий при этом свободно пропускает их. Если у игрока в одежде нет ничего подобного цвета, ему придется попробовать преодолеть эту полосу «нелегально». Он может просто перебежать на другую линию или сделать вид, что тоже держится за какой-либо элемент своей одежды, хотя цвет данного элемента может быть совершенно другим. Задача водящего определить и засалить нарушителя. Если тот, у кого есть названный цвет, не будет держаться за соответствующий элемент одежды, он также может стать «добычей» водящего.

Выигрывает тот, кто ни разу не побывал в роли водящего.

Игра чем-то напоминает предыдущую, она не менее увлекательна. Здесь также необходимо выбрать водящего и нарисовать 2 линии на расстоянии в 7–8 м друг от друга.

Только водящий называет не цвета, а буквы. Так, например, он произносит: «Буква „Я“!», а участники должны отыскать у себя что-нибудь, название чего начинается с этой буквы. Не обязательно, чтобы этот предмет был элементом одежды, вам наверняка пригодится и содержание ваших карманов, и всевозможные аксессуары. Если участник находит предмет на названную букву, он хватается за него рукой и спокойно переходит на другую линию.

Если же ничего подходящего так и не удалось отыскать, он пытается просто перебежать. Задача водящего – поймать нарушителя. Победа присуждается самому ловкому игроку, который ни разу не побывает в роли водящего.

## **Удачный улов**

Предварительно выбирают двух водящих, которые будут исполнять роль рыбаков. Остальные станут «рыбками». Задача «рыбаков» – поймать, взявшись за руки, как можно больше «рыбы», тем более что пойманные «рыбки» также присоединяются к «рыбакам». Поэтому в конце игры невод увеличивается в несколько раз. В процессе игры должны соблюдаться следующие правила: во-первых, «рыбки» не

должны «уплывать» с заранее ограниченной территории; а во-вторых, «рыбка» считается пойманной только в том случае, если «рыбакам» удастся полностью окружить ее, сцепив руки. Победителями считаются два последних непоиманных участника. Игру можно сделать более динамичной, если ограничить время, отведенное на отдельный раунд.

## **«Где обедал воробей?»**

Все, наверное, помнят старое детское стихотворение «Где обедал воробей?» На его основе и построена игра. На земле нужно как-нибудь обозначить круг диаметром не менее 4 м. Это «клетка». Далее выбирают водящего, т. е. «крокодила», который, чуть было не съел воробья. «Крокодил» встает в центр круга, а «воробьи» располагаются как можно ближе к его линии. По сигналу последние начинают прыгать внутрь круга и выпрыгивать из него. Задача «крокодила» состоит в том, чтобы поймать кого-нибудь из «воробьев» тогда, когда тот будет находиться внутри круга. Пойманный «воробей», в свою очередь, превращается в «крокодила» и начинает помогать водящему отлавливать других «воробьев». Победа присуждается тому, кто ни разу не был «крокодилом».

## **Раз шарик, два шарик**

Вэтой игре-соревновании в качестве инвентаря используются только надутые воздушные шарики. Вместе с ними вам

нужно преодолеть всевозможные препятствия и пройти испытания. Не думайте, что это так уж просто. Число игроков не ограничено. Сначала выбирают жюри, которое подсчитает результаты после выполнения каждого задания.



**Первое задание.** Из каждой команды должно выйти по 1 представителю. Им предлагается на скорость добежать до намеченной линии, держа шарик на голове. Безусловно, он

слишком легко, чтобы спокойно держаться у вас на макушке, пока вы устремляетесь к своей цели, поэтому он будет постоянно падать. В этом случае игроку нужно вернуть его на место и продолжить движение. Далее шарик передается другому участнику. Если задание совсем не под силу, когда, например, игра проводится между детьми младшего возраста, то при надувании шарика налейте внутрь немного воды, что придаст ему вес и позволит участникам успешнее справиться со своей задачей. 3 очка присуждается той команде, которая быстрее выполнит задание.

**Второе задание.** Предлагается гнать шарик рукой по воздуху до назначенного места и обратно. 3 очка присуждается команде, которая успешнее справится с заданием.

**Третье задание.** Поочередно игроки должны допрыгать до намеченной линии и обратно, зажав воздушный шарик между коленками. Если при выполнении задания шарик лопнет у одного из игроков, его команда получает штрафное очко. 3 очка получает группа игроков, наиболее успешно справившаяся со своей задачей.

**Четвертое задание.** Надо пронести воздушный шарик на теннисной ракетке до отмеченной линии и обратно. Победившая команда также получает 3 очка.

Вы можете увеличить количество заданий, если проявите свою фантазию и воображение. В конце соревнования жюри подводит итоги и определяет победившую команду.

## Галантные кавалеры

Эта игра как бы отражает вполне реальную ситуацию, однако не становится от этого менее интересной и смешной. В ее основе лежит случай, когда парень с девушкой гуляют, к примеру, по парку и на их пути попадается огромная и глубокая лужа. Безусловно, все по-разному станут преодолевать это препятствие. Именно на этом и построена игра.

Для начала выбирают жюри и делятся на пары: мальчик и девочка. Они должны представить себе сложившуюся подобным образом ситуацию и найти наиболее подходящий из нее выход. Выигрывает пара, которая справится с проблемой более оригинально и весело.

## Веселая эстафета

Число участников не ограничено. Главное – с самого начала выбрать жюри и разделиться на команды. Чтобы игра проходила увлекательнее, в командах не должно быть более 10 человек.

Далее проявляйте всю свою фантазию и воображение. Можно предложить игрокам на одной ноге проскакать до отмеченного места, причем не просто так, а держа в руках стакан с водой. На финише обязательно нужно проверить, остались ли стаканы настолько полными, как и на старте?

Следующим туром может быть трюк с кочаном капусты на

голове. Конечно же, разрешается придерживать его на бегу одной рукой. Очко присуждается команде, успешнее справившейся с заданием.

Это задание, наверное, только для асов всевозможных эстафет. Здесь нужно пройти заранее отмеченное расстояние, держа книгу на голове, причем в одной руке должен быть полный стакан воды, а в другой – веник. Во время так называемого бега игрок должен умудриться подмести рассыпанные по пути опилки (или мелкие бумажки, шелуху от семечек и иное, кто чем располагает). Во время присуждения очков жюри должно определить также, чья дистанция подмечена чище.

Далее вы сможете выявить самого ловкого, а главное – устойчивого игрока. Предложите соревноваться своим друзьям в прыжках, причем не просто так, а держа обеими руками свое колено. При увеличении сложности задания нужно бегать парами, держась за колени друг друга. Весело пройдет состязание с тазиками, когда 2 игрока из разных команд несут до отмеченной линии тазик с третьим игроком. Главное, чтобы ваше соревнование было увлекательно и интересно, поэтому фантазируйте на здоровье. В конце соревнования жюри должно подвести итоги и наградить участников призами и дипломами.

## **Глава 7. Выше, дальше**

Все дети очень любят летать, они мечтают оторваться от земли и полететь в космос. Это их желание вполне оправданно, поскольку они растут, рост подразумевает увеличение размеров, возможность мобилизации всех физических качеств и умения моментально сконцентрировать все свои силы для основного движения. Кроме того, желание вырасти основано на том, что, когда малыш будет больше, он сможет смотреть на всех сверху вниз. А это придаст ему уверенности. Прыжки хоть и не приближают к космосу, но они благотворно действуют на рост ребенка. А это очень важно для малыша, и поэтому он старается максимально оторваться от земли, чтобы получить удовольствие от чувства свободы.

Игры, связанные с прыжками как в длину, так и в высоту, очень нравятся детям, к тому же игры не дают сильной нагрузки на организм, так как являются кратковременным физическим упражнением.

В этом разделе будут приведены как простые подвижные игры, так и игры спортивные для детей более старшего возраста.

### **Меловая линия**

Выбирается водящий, который наблюдает за ходом игры

и подводит итоги. Все должны играть возле стены дома или высокого забора. Дети по очереди должны подпрыгнуть как можно выше и мелом начертить линию на стене или на заборе.

Водящий замечает, на каком уровне тот или иной игрок начертил свою линию. В конце игры подводятся итоги. Победителем становится тот, кто провел линию выше всех.

## **Прыжок через пропасть**

Водящий намечает на асфальте определенный участок. Это будет «пропасть». Он дает условный сигнал, и игроки начинают убегать от него. Играть нужно на каком-то строго отведенном участке, например на детской площадке.

Как только участники подбегают к «пропасти», они должны через нее перепрыгнуть. В противном случае игрок считается «упавшим в пропасть», и ему нужно выйти из игры. Игра продолжается до тех пор, пока все не выйдут из игры или не будут пойманы водящим. После этого водящим становится другой участник, игра продолжается.

## **Птицы и охотник**

Водящий будет «охотником», все остальные игроки – «птицами». Начертите большой круг. В середину круга сядет «охотник». Все остальные находятся там, где им больше

всего хочется. «Птицы» не должны бегать, они могут передвигаться только прыжками.

Как только начинается игра, «птицы» начинают везде «летать», т. е. прыгать. Иногда они запрыгивают в круг.

«Охотник» начинает ловить «птиц» в тот момент, когда они находятся в круге. Следовательно, «птицы» должны уметь прыгать достаточно далеко и быстро, чтобы не попасться к охотнику. Когда не останется ни одной свободной «птицы», выбирается новый «охотник». После этого игра продолжается. В этой игре нет победителей и побежденных, главное – все должны хорошо провести время.

## Змейка

Водящий будет «змеей». Все остальные должны спастись от нее. Для игры нужно несколько маленьких скамеек или одна длинная, не очень высокая, чтобы можно было легко на нее запрыгнуть. Как только игра начинается, «змея» охотится за всеми игроками. Чтобы спастись от «змеи», нужно запрыгнуть на скамеечку.

Но все время игроки не должны находиться на ней, им следует периодически бегать по земле. Как только «змея» «ужалит» кого-то, тот становится «змеей». Победителем становится тот, кто ни разу не попался.

## Заколдованное место

Для этой игры нужно разделить площадку на три равных прямоугольника. Первый прямоугольник будет «замком», второй – «заколдованным местом», третий – «лесом». В начале игры выбираются два «колдуна». Они должны находиться в «заколдованном месте». Все остальные участники игры находятся в «замке». Когда начинается игра, из «замка» они перебегают в «лес». Чтобы совершить этот путь, им приходится пройти через «заколдованное место». Участники игры должны стараться с разбега перепрыгнуть через него. Участок, который отводится непосредственно под «заколдованное место», должен быть именно таким, чтобы через него можно было перескочить.

«Колдуны» стараются поймать кого-то из игроков в тот момент, когда те перепрыгивают «заколдованное место». Но сами «колдуны» не должны выходить за границу своего участка. Если до кого-то из игроков дотронулся кто-то из «колдунов», участнику придется выйти из игры. Игра продолжается до тех пор, пока все игроки не окажутся «заколдованными». После этого выбираются другие «колдуны», игра возобновляется.

## **Прыг-скок**

Водящий должен встать в круг и взять в руки обыкновенную скакалку. Все остальные окружают его на небольшом расстоянии. Водящий начинает крутить скакалку по кругу.

Игроки должны высоко подпрыгивать, чтобы скакалка не коснулась их ног. Если какой-то игрок не успел подпрыгнуть и скакалка задела его, ему придется выйти из игры. Игра продолжается до тех пор, пока все игроки не окажутся вне игры. После этого выбирается другой водящий, игра продолжается.

## **Инопланетяне**

Водящий становится «космическим охотником», а все остальные – «инопланетянами». На площадке, где проводится игра, нужно нарисовать несколько небольших кружков, таких, чтобы в них можно было стоять на одной ноге.

Игра начинается, «космический охотник» ловит «инопланетян». Они должны убежать от него, но прыгать нужно только по своим следам, т. е. по этим кружкам. Если кто-то из «инопланетян» вышел за пределы кружка, ему придется покинуть игру. Если кого-то из «инопланетян» поймает «охотник», то этот участник игры сам становится водящим.

## **Ловкий прыгун**

Выбирается водящий. Остальные должны встать в круг возле него на расстоянии примерно 2 м. Водящий начинает подбрасывать мяч. Он должен подбросить его 3 раза. Пока водящий подбрасывает мяч 2 раза, все спокойно стоят на месте. Как только водящий подбросит мяч в третий раз, дети должны попытаться поймать его. Сложность в том, что ловить мяч нужно в прыжке – подпрыгнув достаточно высоко. Тот, кто первым поймает мяч, сам будет водящим в следующий раз.

## **Земля и вода**

Играть нужно возле реки или моря. Выбирается водящий. Остальные делятся на две группы. Первая группа – «жители Земли», а вторая – «водяные». «Жители Земли» остаются на берегу, а «водяные» должны находиться в воде. По команде водящего «жители Земли» перекидывают мяч «водяным».

Водящий и все участники игры внимательно следят за броском каждого отдельного игрока. За каждый бросок тот или иной игрок получает определенное количество очков. Сложность в том, что мяч должен быть брошен достаточно далеко, а также как можно выше. В конце игры подводятся итоги. Победителями считаются те игроки, которые набрали

больше очков.

## **Кенгуру**

Играть нужно там, где есть трамплин для прыжков в воду. Дети по сигналу водящего должны спрыгнуть в воду с трамплина. Сложность в том, что при прыжке нужно показать определенное свойство. Например, можно прыгнуть солдатиком, можно – птицей и т. д. Прыжок каждого оценивается водящим, за это участники получают определенное количество очков. Прыжки нужно проделать несколько раз. В конце игры подводятся итоги. Победителем становится тот, кто наберет больше очков.

## **Замечательный бросок**

Эту игру хорошо играть зимой, чтобы вокруг было много снега. Водящему надо следить за ходом игры, а в конце подвести итоги. Играют рядом с какой-то стеной. Например, это может быть стена гаража или какой-то хозяйственной постройки. Лучше не играть возле стен домов, так как можно случайно разбить окно. А это повлечет за собой множество неприятностей. По сигналу водящего каждый игрок должен подпрыгнуть как можно выше и бросить снежок в стену. Водящий отмечает высоту, на которую брошен снежок, и присуждает участнику определенное количество очков. Таким

образом, каждый игрок должен сделать несколько бросков. В конце игры подводятся итоги. Победителем становится тот, кто набрал больше очков.

## **Ловкость рук**

Играют возле стены, в которую бросают снежки, сидя на санках, т. е. по очереди каждый игрок садится на санки, другой везет его по дорожке. Именно в этот момент игрок и совершает броски по стене. Водящий отмечает высоту, на которую брошен снежок каждого игрока. Чем выше он попал, тем больше очков получит. Так каждый зарабатывает определенное количество очков. В конце игры следует подвести итоги. Победителем становится тот, кто набрал больше очков.

## **Веселые цапельки**

Водящий будет «охотником». Все остальные – «цапельками». Они должны спастись от охотника, двигаясь только на одной ноге. Если игрок устает прыгать на одной ноге, он может передвигаться на другой. Нельзя только вставать двумя ногами на землю.

Если кто-то нарушит данное условие, он должен выйти из игры. Если «охотник» догоняет «цапельку», то пойманный становится водящим. После этого игра продолжается.

## **Кто лучше прыгнет**

Играть желательно рядом с какой-нибудь горкой. По очереди все должны с разбегу совершить прыжок – вверх, на гору.

Именно в этом заключается сложность. Далекое не всем удастся сделать удачный прыжок, чтобы преодолеть значительное расстояние. Водящий оценивает прыжки всех и присуждает им очки. В конце игры подводятся итоги. Победителем становится тот, кто набирает максимальную сумму очков.

## **Перепрыгнуть через забор**

Для игры натягивается веревка на некотором расстоянии от земли или от пола. По условному сигналу каждый игрок должен перепрыгнуть через эту веревочку – «забор». Условия игры таковы, что нельзя касаться веревки ногой или рукой. Если кому-то не удалось перепрыгнуть через «забор», то он получает меньше очков. В конце игры подводятся итоги. Победителем становится тот, кто получил больше очков.

## **Волк во рву**

Прыгать можно по-разному: просто так, на одном месте, а

можно и через «ров», в котором сидит «волк». Игра для детей от 5 лет, число игроков – от 5 человек. Развивает быстроту реакции, скорость и ловкость.

Для начала выбирается ведущий, он садится в «ров», это 2 прямые параллельные линии на расстоянии примерно 1 м (в зависимости от возраста участников).

Остальные игроки выстраиваются за одной из этих линий и по команде ведущего начинают прыгать через этот «ров», а «волк» пытается их поймать.

Те, кто не допрыгнул или был задет рукой «волка», выбывают из игры. Остальные продолжают борьбу за лидерство. Это действие происходит, пока не останется один лидер, который и займет место ведущего в следующем туре игры.

## Солнышко

Просто прыгать, может, и интересно, но не так увлекательно, как через скакалку. Игра рассчитана на детей от 7 лет, число игроков не ограничено. Игра развивает ловкость, быстроту реакции, внимание.

На земле чертятся 2 круга – маленький и большой. В маленьком располагается ведущий, за чертой большого – все участники игры. Ведущий раскручивает прыгалку на высоте 5–7 см, а игроки стараются перепрыгнуть через нее.

Если игрок не справился с заданием и за него задела скакалка, он выбывает из игры. В этой игре есть «спасалки»,

а значит, можно выручить друга. Для этого нужно остаться один на один с ведущим и перепрыгнуть через «солнышко» столько раз, сколько лет выручаемому. В случае удачи оба возвращаются в игру, в противном случае – возвращается один, а «спасатель» занимает место ведущего.

## **Прыжки в круг**

Простой прыжок под силу каждому, а если его сделать через препятствие, то не каждый справится с таким заданием. Игра рассчитана на детей от 8 лет, число игроков – от 5 человек. Развивает внимательность, умение преодолевать препятствия, ловкость.

Двое ведущих становятся напротив друг друга и берут в руки обруч, сначала на высоте щиколоток, затем немного поднимая его для каждого нового тура. Остальные игроки встают в очередь и стараются в него впрыгнуть, и как только все пройдут по разу, обруч приподнимается вверх. Кто не справится с очередной высотой, отсеивается, но среди них обязательно найдутся такие, кому под силу даже большая высота.

Обруч не поднимается ведущими, а раскачивается из стороны в сторону на высоте щиколоток. Это происходит постоянно, ведущие будут раскачивать его в стороны, а игроки – стараться попасть в середину круга.

В следующем туре игры ведущими становятся те, кто пре-

одолеет самую большую высоту. Второй тур немного изменен.

## Скакалки с обручем

Содной стороны, прыжки через обруч проще, так как он жесткий и не путается под ногами, а с другой – сложнее. Обруч необходимо раскрутить, чтобы прыгнуть, а это не каждому ребенку под силу. Игра рассчитана на детей от 8 лет, число – 5–7 человек. Развивает внимательность, ловкость, быстроту и подвижность.

Ведущий показывает детям определенные движения с обручем – прыжки вперед, назад, в обе стороны (делается это определенное количество раз). Вперед – 3, назад – 2, двойных – 5 (по желанию ведущего). Затем ведущий передает обруч следующему игроку, который должен увеличить первый результат на одно движение в каждом из вариантов. И так все игроки, кроме последнего. Он делает столько прыжков, сколько сделал ведущий. Ведущим становится тот, кто по мнению настоящего ведущего лучше всего справился с заданием.

## Туман

Через ров прыгать просто, а если, как в тумане, ничего не видно, как будто глаза завязаны? Это намного сложнее. Игра

для детей от 7 лет, число – 6–8 человек. Развивает ловкость, внимательность, координацию.

На земле чертится ров, это 2 параллельные линии на расстоянии 0,5 м.

Выбирается ведущий, он смотрит за тем, чтобы никто не подглядывал и не наступил на черту. Остальные строятся вдоль одной из этих линий. Глаза у игроков завязаны.

Первый прыжок удается всем, а вот со вторым будет немного посложнее. Вторую попытку нужно делать, отойдя на шаг вперед от исходной линии. Отошли, вернулись и наугад прыгнули.

Кто-то из игроков обязательно наступит на черту, оступившись или не допрыгнув до второй линии. Эти игроки выбывают.

Количество шагов с каждым разом увеличивается, и так продолжается до тех пор, пока не останется один – самый ловкий и смелый игрок. Он и будет следить за игроками, которые начнут под его руководством следующий тур.

## **Достань платок**

Кто сможет достать платочек, который висит на палочке или шесте? Это довольно сложное задание, и без умения отрываться от земли его не выполнишь. Игра рассчитана на детей от 5 лет, число игроков – не менее 5. Развивает ловкость, быстроту и координацию движений.

Ведущий берет в руки шест, на котором подвешен платочек. Все остальные встают в очередь, и каждый пытается, подпрыгнув, схватить платочек, но это непросто, так как он висит довольно высоко.

Для начала достаточно просто прыжка, но потом платочек поднимается все выше и выше, и уже просто прыжка не хватает. Сначала разбег, затем прыжок – и платочек в руках. Но не все могут достать платок даже с разбегу.

Такие игроки покидают поле боя, вот уже кто-то выбыл, и так продолжается до тех пор, пока не останется самый ловкий. Ведущим становится последний игрок.

Но это не обязательно самый ловкий прыгун, им может стать и хитрец, который в прыжке постарается взяться за шест и наклонить его ниже, так, чтобы платочек не упал, поскольку если он окажется на земле, то игрок выбывает.

## Классики

Классики развивают очень много качеств. Среди них ловкость, внимательность, координация, скорость, смекалку. Насколько широк выбор вариантов этой игры, сказать невозможно, представим только некоторые из них. Придется заpastись мелком и битой. Она изготавливается из простых крышек, набитых песком и перемотанных изолентой. Мелом чертится одна из форм классиков, и начинается игра. Она рассчитана на детей с 5 лет, число игроков – 5–7 человек.

## **Вариант 1**

На поверхности чертится большой прямоугольник, его разделяют на 10 частей.

Все игроки выстраиваются в очередь, первый берет биту и кидает ее в квадратик с цифрой 1, прыгает в него на двух ногах. Передвинув ногой биту в следующий квадратик, прыгает следом, и так до последней цифры, затем бита выбивается из классика. Если игрок справился с заданием, он переходит в следующий тур, в котором должен проделать то же, но уже прыгая на одной ноге. Сначала на правой, а в третьем туре – на левой.

Если игрок не справится с заданием (не допрыгнет, наступит на линию, не перебьет биту в следующий квадрат), он уходит и, дождавшись своей очереди, проходит кон повторно, с самого начала. Только потом он перейдет в следующий круг.

## **Вариант 2**

Контур классиков немного отличается от первого.

В этой игре биту просто кидают в определенный квадрат, делая это от первой черты. Как только бита окажется в определенном квадрате, игрок впрыгивает в первый и продвигается по всему полю, прыгая в каждый из квадратиков на двух ногах. Затем, в следующем туре, на одной левой и далее – на правой ноге.

Здесь также можно пропасть, это происходит, если игрок не добросит биту до следующего квадрата. Вступая в игру

снова, он идет уже с того числа, на котором остановился. У него есть шанс: игрок может продвинуться ближе к цели, но за это прыгает по полю 2 раза подряд.

# Часть 2

## Ролевые игры

### Глава 1. Мама, папа, я...

#### Дочки-матери

Самая популярная на сегодняшний день игра, правила ее меняются в зависимости от обстоятельств и количества детей, возраст которых не ограничивается.

Рассмотрим несколько вариантов игры.

1. Девочка играет с куклами дома или на улице. Она – «мама», куклы – «дочки». Ей приходится самой спрашивать, самой отвечать, самой действовать и придумывать различные ситуации, т. е. участие принимает только один ребенок.

Игра развивает способность заботиться о близких, отвечать за свои поступки, быть справедливой и хозяйственной, а главное – самостоятельной.

Играя с куклами, девочка старается скопировать действия и слова своей мамы, тети, бабушки, старшей сестры или кого-то из родственников, кто ей наиболее симпатичен. В зависимости от места действия меняются ее настроение, голос,

прическа. Все выглядит правдоподобно и естественно, если никто из взрослых не вмешивается и не поправляет ее. Необходимо в этой ситуации дать ребенку полную свободу.

2. Девочки играют между собой. Каждая из них должна вообразить себя мамой, бабушкой, дочкой, внучкой, сестрой. Хотя бывает, что девочка исполняет роль папы. Тут необходимо научиться общаться друг с другом, понимать, доверять, сочувствовать, помогать.

Очень важны время и место действия. Как и в обыденной жизни, любая мелочь сначала продумывается, обсуждается, а затем приводится в исполнение. Сценарий предлагают, как правило, старшие по возрасту девочки, но в процессе игры что-то может измениться. Например, «мама» отводит «дочку» в садик или в школу, сама идет на работу, дома хозяйничает «бабушка». Вечером они вместе собираются, пьют чай, беседуют. Потом «мама» садится за рукоделие, «дочь» идет рисовать, а «бабушка» включает ненастоящий телевизор, где как будто идет концерт (поют, читают стихи сами дети).

Когда концерт заканчивается, с работы приходит «папа». Он рассказывает о том, что с ним произошло, ужинает и предлагает «дочке» покатать ее на машине (это у него велосипед). Итак, мы видим сцену из нашей жизни, только у детей все немного приукрашивается, упрощается, сглаживаются острые углы, конфликты.

3. Девочки играют с мальчиками. Здесь уже у «мамы» появляются «сыновья», «братья». Игра приобретает более

оживленный характер, мальчишки – это непоседы и любители спорить, поэтому от девочек требуется умение где-то уступать, не обращать внимания на непослушание. Дети стремятся к дружбе и сотрудничеству, используя взаимовыручку и улыбку.

Игра позволяет им стать нужными и значимыми в кругу сверстников, узнать характер и привычки своих друзей, почувствовать себя взрослыми.

4. В игре принимают участие взрослые. Действие, например, происходит на улице. Взрослые разговаривают, сидя на скамейке, или читают газеты, но теперь они – «дети». А сыновья и дочери «уходят на работу», потому что они стали «мамами» и «папами», все заботы перекладываются временно на их плечи.

Такой вид игры позволяет максимально приблизиться к волнующим проблемам отцов и детей. Да и каждому взрослому будет приятно видеть своего ребенка размышляющим.

По возвращении они отвечают на многочисленные вопросы своих «детей», говорят о правилах поведения и накладывают запрет на какие-либо действия, старательно объясняя, почему нельзя делать того или другого. Возникающие споры дают понять, насколько важны те или иные поступки, и не секрет, что в спорах рождается истина.

Во время игры дети и взрослые могут поведать друг другу веселые истории:

– Алексей, когда же ты исправишь двойку по математике?

– Не знаю, мамочка. Учительница просто не отходит от журнала...

– В твоём возрасте, – говорит отец сыну, – Наполеон был первым учеником в классе. Тебе это известно?

– Нет, папочка, – признается мальчуган, – зато я знаю точно, что в твоём возрасте он стал уже императором Франции.

## **День самоуправления в школе**

Участие принимают дети от 7 до 17 лет (школьники). Из учеников 10–11 классов выбирают «администрацию школы» и «директора», некоторые из старшеклассников, возможно и желательно, станут на день «учителями» в младших и средних классах. Кто-то из участников будет организатором по внеклассной работе.

Настоящие учителя выступят как члены комиссии, которой придется подводить итоги дня самоуправления.

День начинается с торжественной линейки – её организуют старшеклассники («директор», «завуч», «организатор»). Они предлагают всем прослушать и запомнить план дня самоуправления. На стену в коридоре вывешивается расписание уроков. Затем звенит звонок, начинаются уроки. По их окончании дети оценивают уровень подготовленности «молодого педагога» и высказывают, что понравилось и почему, какие моменты урока могли быть лучше.

Во время перемен и в столовой за порядком следят дежурные.

Отчет о проделанной работе в конце рабочего дня выносятся на рассмотрение и обсуждается, подводятся итоги и награждаются лучшие «учителя» (ученики). Игра позволяет понять, насколько тяжел труд учителя. Дети готовятся к самостоятельной жизни, привыкают отвечать за свои слова и действия.

## **Скорая помощь**

Играть могут 2 человека и более, возраст не ограничен. Дети находятся в разных частях комнаты или площадки.

Один из детей якобы плохо себя чувствует и вызывает по телефону скорую помощь. Через 3 мин появляется «доктор» с игрушечными медикаментами и оказывает «больному» первую медицинскую помощь, задавая вопросы: что болит, где, как сильно, что этому предшествовало, какие лекарства были использованы. При необходимости «больного» направляют на лечение в «больницу».

Игра развивает чувство милосердия, желание помочь и утешить, умение заботиться о ближнем с нежностью и любовью, общительность.

Медикаментами могут временно стать конфеты, вафли, разные сиропы или просто вода. Перевязочным материалом служат марля, бинты, ленты, обычные лоскутки. Дети в этом

плане очень находчивы.

Взрослые могут предложить детям в процессе игры выучить такие строчки:

Не бойтесь, пожалуйста, доктора льва.  
Он в горло зверюшке заглянет сперва  
И выпишет срочно рецепт для больного:  
«Ни капли соленого, острого, злого».  
Без самого доброго, нежного слова,  
Без лучшего слова не лечат больного.

Постарайтесь сделать так, чтобы дети подумали над смыслом этих строчек.

## Детский сад

Возраст и количество игроков не ограничиваются. Используются различные мягкие игрушки, детская посуда, кровати и коляски для кукол.

Девочки распределяют роли «воспитателей» и «нянь», а кто-то будет «музыкальным работником».

Кукол озвучивают сами дети. Завтрак, прогулка, разучивание считалочек – все идет по порядку. Игра развивает дисциплинированность, ответственность, доброжелательность.

События развиваются так же как в обычном садике.

1. Утром зарядка или танцы под веселую музыку.

2. Завтрак.

3. Занятия (веселый счет, рисование, разукрашивание и т. п.).
4. Прогулка.
5. Обед.
6. Тихий час (для кукол). Девочки исполняют колыбельные песенки, рассказывают сказки.
7. Подготовка к полднику: куклам необходимо сделать прически, нарядить.
8. Полдник.
9. Различные игры в комнате или на уличной площадке. Хорошо, когда в игре принимают участие взрослые (в роли методиста или старшего повара).

## **Веселый поезд**

Детям надо представить себя работниками железной дороги. Возраст игроков не ограничен. Поезд собирается из стульев, скамеечек, больших коробок.

Главные действующие лица – машинист, проводники, пассажиры, дорожный патруль, повар в вагоне-ресторане.

«Машинист» ведет состав и объявляет названия станций. «Проводники» проверяют наличие билетов, рассаживают «пассажиров», разносят чай. «Дорожный патруль» следит за порядком. Каждый ребенок в пути рассказывает какую-либо веселую историю или исполняет песенку.

Играя, дети разговаривают, учатся правильно вести себя

в общественном месте. Ценно в этой игре то, что можно создать сложные ситуации и пробудить у детей желание помочь друг другу.

Игру можно дополнить. Вместо билетов пусть игроки приобретут по купону «на одну приятную услугу». Каждый, кто нуждается в посторонней помощи, должен поднять купон вверх. Тогда остальные дети увидят этот сигнал и спросят, чем они могут помочь. Тот, кто выполнит просьбу, получает купон от того, кто нуждался в помощи. А игроки, оставшиеся без купона, в дальнейшем сами должны кому-нибудь помочь.

Купоны изготовьте из картона и на каждом надпишите: «За совершение одного хорошего поступка».

# Глава 2. Поиграем в сказку

## 1. Игры сказочные

### Кино

Для проведения этой игры придется организовать домашний кинотеатр или приобрести проектор. Ведущему необходимо заранее подобрать эпизоды из разных сказок, где четко проявляются черты характера персонажей. Подойдет, например, эпизод, когда волк прикидывается бабушкой, а Красная Шапочка интересуется: «А почему у тебя такие большие ушки?» и т. д.

Задача играющих – озвучить заданный эпизод так, чтобы эти черты были четко выражены и сразу стало понятно, что это за герой. А затем команда соперников должна воспроизвести эту сказку в виде небольшой сценки, стараясь озвучить ее так, как это сделали игроки до них. Потом роли меняются. Побеждает команда, которая справится со своей задачей лучше.

### Интервью

При помощи считалки выбирается «журналист», осталь-

ные играющие распределяют между собой роли. «Журналист» в это время находится в другой комнате и не видит, кто какой образ себе выбрал. Затем ведущий объясняет детям правила игры:

«Представьте, что в сказочную страну прибыл журналист и пытается взять интервью у ее обитателей. Чтобы определить, кто есть кто, журналист намерен задавать всем очень хитрые вопросы или просить их исполнить какое-либо его задание».

Но учтите, что по ходу действия спрашивать напрямую «Ты кто?» «журналист» не может. «Жители» же страны, пока он общается с кем-то, должны жить своей обычной жизнью: кто-то кого-то догонять («волк» – «козлят»), кто-то над чем-то колдовать («Баба-Яга» и «фея»). При этом плохие персонажи должны по возможности скрывать свою настоящую сущность.

Приведем пример. Так, «журналист» попадает в лес и наталкивается в нем на персонажа, который занят колдовством. Это может быть как обычная «Баба-Яга», так и добрая «фея», а может, и совершенно другой персонаж. Возможно, это «лиса» варит угощение для «журавля». Это «журналисту» и нужно выяснить. Он может спрашивать следующее: «Что вы варите?», «А кому вы решили помочь?», «А спляшите-ка вы мне танец». Если это «фея», значит она должна двигаться плавно, если «Яга», пусть старается подражать повадкам этой старушки, т. е. сочетает все движения с подско-

ками и прыжками.

Как только персонаж угадан, у него можно брать интервью. Вопросы «журналиста» непременно должны быть веселыми и шуточными.

После того как за определенное время «журналист» угадает какое-то число персонажей, дети выбирают на его место другого игрока и меняются между собой своими ролями.

## **Илья Муромец и Горыныч**

Игроки делятся на пары: «Ильи Муромцы» и «трехголовые змеи». «Драконам» дают по три длинные палки, соединенные вместе таким образом, чтобы ими можно было шевелить. На концы каждой палки можно насадить бумажные змеиные маски.

Игроки, изображающие «Муромцев», получают пластмассовые кольца. Задача «Горынычей» – коснуться одной из своих «голов» «Ильи Муромца» и таким способом его убить. При этом «Горынычи» должны, не останавливаясь, крутить «шеями», чтобы «Муромцы» не могли накинуть на них кольцо, т. е. «отрубить» головы.

Во время игры пара должна стараться воспроизвести образы и диалоги данных персонажей так, чтобы они были схожи с настоящими. Задача «Горыныча» – угрожающе шипеть и устрашать, а «Ильи» – отшучиваться и насмехаться.

Побеждает пара, наиболее удачно обыгравшая сцену боя Ильи Муромца со Змеем Горынычем.

## **Кто плохой и кто хороший**

Эта игра является своеобразной проверкой на то, кого именно из сказочных персонажей дети считают плохим, а кого – хорошим. Она же позволяет выяснить основные ошибки детских представлений о них и научит детей воображать себя и теми, и другими.

На первом этапе игры ведущий просит всех детей самостоятельно выбрать для себя сказочного персонажа и объясняет задание. Оно заключается в том, чтобы дети после определенного сигнала успели самостоятельно рассредоточиться на «плохих» и «хороших».

Первые должны отбежать на левую сторону, вторые – на правую. Затем ведущий ставит музыку и на ее фоне зачитывает стихотворение:

В нашей сказочной стране проживают многие:

И рогатые, и зубастые, и двуногие.

Разделяет их одна неприступная стена.

По одну ее сторонку

Вижу смех я и тепло.

По другую – лишь воронку

И ужасное стекло.

Но вот однажды поутру

Здесь приключилось страшное...

(Здесь необходимо, чтобы неожиданно для детей зазвучала угрожающая музыка, напоминающая скрип дверей, грохот, шипение и т. п.).

Отвалились ворота – и...

Все удрали, кто куда.

Я прошу вас всех собрать

И на место раскидать.

Задача детей после этих слов быстро разделиться на две команды: одну из «плохих» жителей сказочного государства, другую – из «хороших». По свистку распределение заканчивается. Те, кто не успели определиться, выбывают и в дальнейшем становятся наблюдателями.

После этого ведущий дает следующее задание. Каждая команда должна придумать небольшую сценку с участием всех входящих в ее состав персонажей. Но следует учесть, что в этой сказке должны быть как положительные, так и отрицательные герои.

Следовательно, из уже отобранных изначально «плохих» играющие должны отобрать тех, которые являются наиболее безобидными. А из среды «хороших» детям предстоит выбрать самых плутовских и имеющих двойственные черты характера.

Так дети научатся определять тех, кто способен быть од-

новременно и плохим, и хорошим. Когда играющие подготовятся, они поочередно показывают свою сценку.

Затем проводится общее обсуждение. Каждая команда должна объяснить, почему именно ту или иную роль они обозначили как самую коварную, а другую – как самую безобидную, и доказать это конкретными примерами из литературных произведений и фильмов.

## **Вопрос – ответ**

Играющие рассаживаются полукругом, а ведущий садится напротив них. Игра проводится в два этапа. Первый идет по принципу: вопрос – ответ. Ведущий называет персонажей, а дети должны найти ему противоположность. За каждый правильный ответ игрок получает черный (если персонаж отрицательный) или белый (если персонаж положительный) жетон. Когда суть игры будет понятна, ведущий усложняет задание, периодически вставляя нейтральных персонажей или чередуя этих. Приведем пример:

1. Черепашки ниндзя – черепаха Тортилла.
2. Тигр – кошка.
3. Кот Леопольд – кот Базилио.
4. Царь солнечного света – Кощей Бессмертный.
5. Леший – старичок-лесовичок.

Перед вторым этапом игроки подсчитывают количество полученных ими черных и белых жетонов. Количество тех

или других определяет принадлежность игрока к той или иной команде. В результате образуются две команды: «хорошие» и «плохие». При этом и количество участников в них будет различным.

Затем каждая команда распределяет между собой роли из тех, что были ими угаданы. А после этого начинаются соревнования. Ведущий объявляет:

«В сказках очень часто происходят бои между темными и светлыми силами. То же самое я предлагаю сделать и вам. Вы должны выдвинуть на каждый конкурс по одному игроку. Победивший получает жетон победителя. Та команда, у которой после игры окажется их больше, будет победителем».

После этого каждая команда выдвигает по одному игроку для первого конкурса. Конкурсы могут быть следующими.

1. Для первой пары: рассказать о себе в духе выбранного героя. Например, «кот Леопольд» начнет свое изложение так: «Ребята, друзья, меня зовут Леопольдом. Я люблю мир и предлагаю всем жить дружно и не ссориться». Желательно, чтобы при этом игроки еще и пародировали голоса своих персонажей.

2. Для второй пары: сплясать танец своего персонажа.

3. Придумать музыкальное сопровождение, характеризующее шаги данного героя, и показать его походку. Для «Кощея» это будет грохот или хруст костей, которые игрок может воспроизвести, трясая деревянными бусами или трещоткой. Для «лешего» – хруст веток под ногами. И как толь-

ко играющий подберет свое музыкальное сопровождение, он может попросить кого-то из своей команды исполнить его, а сам в это время изобразит походку. Так получится наложение звука на действие.

4. Обыграть поведение персонажа в образе главы королевства. Тут важно показать, как он будет себя вести и какие приказы отдавать. Для этого конкурса необходим стул, заменяющий трон. Побеждает тот играющий, кто освоит свою роль лучше.

5. Обыграть трапезу приема пищи и ее приготовления. Так, «Баба-Яга» будет кашеварить у костра и бросать в котелок разные приправы, что-то нашептывая и приговаривая. При этом она может приплясывать и притопывать. Персонажи же положительные, такие, как «Иван-царевич», могут заняться охотой, сбором урожая и т. п.

## **«Урбанистическая» сказка**

Урбанистическая сказка – это значит «городская» сказка, т. е. та, которая разворачивается на фоне привычного городского пейзажа – улиц, домов, дворов. В начале игры выбирается ведущий. Он должен предложить участникам условия, по которым будет происходить игра. Также его задача – следить за ходом игры, чтобы потом обоснованно подвести итоги.

Ведущий берет несколько листов бумаги, рисует или пи-

шет на них свое представление о месте, где должна происходить сказка. Например, он может нарисовать несколько высотных домов, двор, деревья. Вокруг зима, все запорошено снегом. Этот рисунок ведущий дает одному из участников игры и предлагает придумать сказку, которая могла бы произойти именно в этом месте. Не имеет смысла тщательно вырисовывать все детали, рисунок должен быть схематичным, поэтому на него не нужно тратить много времени.

Впрочем, если все участники игры решат подготовиться к ней заранее, они могут вырезать из журналов красивые рисунки или нарисовать их самостоятельно. Если ведущий не умеет рисовать, пусть он просто опишет место, где будет происходить сказка. Например, таким образом. «Жаркое лето, все вокруг зеленое, красочное, яркое. В самом центре города есть большая аллея, где растут красивые цветы». Соответственно, игрок, получивший такое описание, должен сочинить сказку, которая могла бы произойти в летнем городе, в такой аллее.

Игрок, который получил от ведущего картинку, может придумать любую историю, используя всем известных сказочных героев. А если хочет, пусть придумает сказку самостоятельно. В качестве примера может подойти такая история:

«За несколько дней до Нового года на город обрушился сильный снегопад. Все дома, деревья, дворы замело снегом, поэтому создавалось впечатление, что вокруг не обыкновен-

ный город, а сказочная страна. В одном дворе дети вышли гулять и стали лепить из снега разные фигуры. Они построили снежный дворец, рядом с которым поселили Снегурочку, Снежную королеву, Золушку и Буратино. Наступил вечер, дети ушли домой играть в компьютерные игры, смотреть интересные фильмы и готовиться к веселым новогодним праздникам.

Все знают, что перед Новым годом могут происходить чудеса. И в тот момент, когда дети ушли домой, на небе ярко засияла звезда. Наверное, от нее шло какое-то особое излучение, потому что через несколько минут во дворе стали твориться удивительные события. Фигуры из снега вдруг засияли ярко-зеленым светом, а потом на их месте оказались живые сказочные герои.

Можно объявить тайное голосование, а именно – пусть каждый напишет на листочке свое мнение о сказке, а в итоге ведущий скажет, чья история получила больше голосов. Соответственно, участник игры, сочинивший эту сказку, и будет победителем. Его можно наградить каким-то призом или шуточной почетной грамотой «Лучший сказочник».

Снегурочка оказалась очень милой девочкой, ее сияющие глаза открыто говорили о добром характере. Снежный Буратино превратился в забавного и озорного мальчишку и отличался от обыкновенных детей только своим длинным носом. Золушка стала скромной девочкой в старинном платье,

очень красивой и воспитанной. И только Снежная королева отличалась жестокостью и коварством. Зато внешне она выглядела необыкновенно элегантной, величественной. Впрочем, в этом не было ничего удивительного – ведь это настоящая королева. А все царственные особы умеют производить впечатление на окружающих своим поведением.

И вот после того, как во дворе ожили эти сказочные герои, они сразу же вознамерились отправиться к тем детям, которые их слепили. Буратино вылепил из снега ученик первого класса, веселый и озорной мальчишка. У него в характере было много общего с этим сказочным героем, наверное поэтому он и выбрал такого героя. Золушку слепила скромная и добрая девочка. Она училась во втором классе и очень любила сказки. Снегурочку вылепила ее подруга, которая уже давно ждала новогоднего праздника. Ей очень хотелось получить в подарок компьютер, поэтому она надеялась, что Дед Мороз и Снегурочка выполнят ее желание. А Снежную королеву избрала их одноклассница, очень красивая и очень эгоистичная девочка. Она всегда старалась добиться своего, не обращая внимания на настроение и желания других. Она очень завидовала злым волшебницам из сказки, потому что они могли добиваться своего с помощью колдовства.

Итак, эти сказочные герои отправились к детям. Разумеется, они не могли прийти в своем настоящем виде, потому что кто-то из взрослых мог бы увидеть их. А сказочные герои этого очень боятся. Поэтому они стали невидимыми.

Они пришли к детям и стали жить рядом с ними. Дети вскоре привыкли к своим невидимым друзьям и начали иногда спрашивать у них совета. Добрые сказочные герои учили только добру, а злая Снежная королева давала лишь злые советы. Поэтому добрые дети стали творить добрые дела, а девочка, к которой пришла Снежная королева, стала еще злее и эгоистичнее, чем была раньше».

Участник игры может рассказывать сказку до конца. Но ведущий имеет право прервать его на любом месте, чтобы предложить кому-то другому продолжить сказку. В конце ведущий и все участники игры подводят итоги.

## **Старая сказка на новый лад**

Все хорошо знают и помнят старые сказки. Но ведь любую из них можно немного изменить, чтобы она стала современной. От этого сказка совсем не потеряет своей остроты и загадочности, а, наоборот, приобретет новые оттенки. Перед началом игры выбирается ведущий. Он должен как следить за ходом игры, так и помогать ее участникам по мере необходимости. В конце игры ведущий подводит итоги.

Ведущий дает задания каждому игроку. Например, кому-то он предлагает: «Расскажи современную сказку про Царевну-лягушку». Все хорошо знают старинную русскую народную сказку про это чудесное земноводное, которое потом превратилось в прекрасную царевну.

Участник игры может придумать такую историю.

«В одном городе жил очень богатый и уважаемый человек. Он владел несколькими крупными предприятиями, и дела у него шли очень хорошо. Он при необходимости мог сесть на свой личный самолет и полететь за границу. Только счастливым он себя назвать никак не мог. Дело в том, что было у этого человека три сына. Сыновья не могли найти себе хороших невест, хотя сами были и красивы, и умны, и характеры у них были вполне покладистые. Встречались они и с актрисами, и с фотомоделями, но только счастливой семейной жизни не получалось. Их отец долго думал, а потом сказал: „Пора вам, дети мои, жениться. Я придумал, как вам отыскать себе невест“.

Старшему сыну отец велел взять мобильник и набрать первый попавшийся номер. Выпал номер одной крупной фирмы. Директором ее оказалась молодая прелестная женщина. Старший сын познакомился с ней, и вскоре они сыграли свадьбу.

Второму сыну отец велел заняться поисками невесты по Интернету. Сын послушался совета и быстро нашел очень красивую женщину, которая была ко всему прочему автором популярных детективов. И только третий, самый младший сын никак не мог найти себе хорошую жену. Тогда сказал ему отец: «Сынок, возьми машину, сядь в нее и отправляйся куда глаза глядят. Так, глядишь, найдешь и ты свое счастье».

Сел парень в свой мерседес и отправился куда глаза гля-

дят. Долго ли он ехал, о том никто не знает. Вот уже выехал он из города и едет по загородному шоссе. Едет, музыку слушает, наслаждается окрестным видом. Таким образом, он незаметно оказался в глухом лесу. По всему чувствовалось, никакая цивилизация не добралась до него. Уже и дороги асфальтированной нет под колесами, и лес становится все более непонятным.

Вдруг мерседес остановился. Парень вышел из машины, смотрит вокруг – нет никого, только деревья машину обступили да трава высокая. Посмотрел он вокруг и увидел рядом небольшую лягушечку. Подумал парень: «Ничего особенного, лягушка как лягушка...» И вдруг эта совершенно непримечательная лягушка говорит ему: «Здравствуй, дорогой мой. Я очень давно тебя ждала». В первую минуту парень подумал, что у него слуховые галлюцинации. Но потом лягушка объяснила ему подробнее: «Я не простая лягушка, я на самом деле заколдованная девушка. Возьми меня с собой, женись на мне. И тогда со временем я снова обрету свой настоящий облик».

В конце игры ведущий подводит итоги. Он должен посоветоваться с остальными игроками и выбрать самого талантливого рассказчика. Того, чья сказка окажется самой интересной, можно наградить призом или грамотой, сделанной самостоятельно.

Парень был шокирован. Он ни разу не видел говорящих лягушек. В детстве он, конечно, читал что-то подобное. Но

с тех пор прошло уже очень много времени, и он сказку уже почти позабыл. Смотрит он на лягушку, а сам думает: «Конечно, жениться на ней я не собираюсь. Ведь окружающие неизвестно что подумают, кроме того, у лягушки документов нет. А как же нас в загсе будут регистрировать? Но диковинное животное все равно нужно взять с собой, можно друзьям показать, интересно все-таки».

Так думает парень, а сам смотрит на лягушку и обещает ей: «Да, возьму тебя с собой». Взял парень лягушку и привез ее домой. Спрашивает отец его: «Ну что, нашел ты невесту?» Парень хотел его повеселить и про лягушку рассказывает, а отец послушал и заявляет: «Ну что ж, лягушка так лягушка. Значит, тебе судьба такая». Обиделся парень, но деваться некуда. Отец его договорился, чтобы лягушке оформили документы. Назначили свадьбу. Гости приехали, а парень все думает: «Как же я на лягушке женюсь?» Надо сказать, что никто из гостей ту лягушку пока не видел.

Приезжает парень в загс и вдруг видит девушку в белом свадебном платье красоты невиданной, да и платье на ней изумительное. Фигура у девушки как у топ-модели, глаза как звезды, зубы – жемчуг, кожа – атлас! Такой красавицы парень еще никогда не встречал. И думает он: «Везет же кому-то. А я вынужден на лягушке жениться». И вдруг красавица говорит ему: «Я же говорила тебе, что на самом деле я не лягушка. Теперь ты мне поверил?»

Обрадовался парень, женился на девушке. Но после сва-

дъбы, как только они приехали в ресторан, девушка исчезла». Оказалось, что ее похитил злой экстрасенс-волшебник. Пришлось парню жену свою спасать. Для этого отправился он в Китай изучать древнее восточное колдовство, чтобы справиться с экстрасенсом.

Нелегко ему пришлось, но в результате удалось ему спасти свою жену-красавицу. Стали они жить весело и счастливо, открыли свое предприятие, деньги начали зарабатывать. И никто им не мешал».

Каждый участник должен рассказать примерно такую же сказку.

## **2. Исторические игры**

### **Пираты**

Это скорее подготовка к настоящей ролевой игре. Она предназначена для детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста. Можно ее организовать, например, в летнем лагере. Эта игра, как и все забавы подобного типа, развивает творческие способности детей, их фантазию.

Большое значение имеет создание у ребенка ощущения реальности происходящего, поэтому необходима пиратская атрибутика: повязка на один глаз, игрушечный меч или кинжал у пояса и т. д. Конкретное место проведения, как пра-

вило, неважно: дети легко превращают в пиратский корабль участок любой территории.

Перед началом игры дети должны придумать название для своего корабля. Затем создается команда (от 5 до 10 человек) и распределяются роли «боцмана», «юнга», «кока», «матросов». Капитаном, конечно, будет харизматический лидер данной группы. Следует, однако, объяснить играющим, что остальные роли не менее важны: судьба корабля зависит от сплоченности команды.

Цель «пиратов» – найти «клад», который может быть чисто символическим, а еще лучше заранее подготовить и спрятать призы для победителей, которые и будут своеобразным кладом.

Рекомендуется также заранее нарисовать «карту», а именно начертить несложный план местности или помещения, в котором проводится игра. Каким-либо значком на «карте» отметьте место, где «зарыт клад». «Пираты» должны найти «сокровище» за определенный промежуток времени.

Если число желающих принять участие в игре слишком велико, можно сформировать две конкурирующие команды, которые будут представлять, например, испанских и английских «пиратов». Выигрывает та команда, которая быстрее найдет «клад». Кроме того, вторая команда может взять на бордаж корабль противников и, тем самым, лишить их возможности участвовать в игре. Это внесет в игру большой динамизм.

## Битва в тевтобургском лесу

Это классическая ролевая игра на исторический сюжет. В общих чертах исторические события этой битвы выглядели так. В IX г. н. э. древние германцы под командованием вождя одного из племен Арминия (германская форма этого имени – Герман) нанесли сокрушительное поражение римским легионам под предводительством Квинтилия Вара. Битва имела огромное историческое значение: римляне долго не могли оправиться от потрясения и восстановить военный потенциал, император Август впал в глубочайшую депрессию, а немцы до сих пор считают IX г. н. э. точкой отсчета своей истории.

Однако игроки могут все это изменить. Только представьте себе: если победят римляне, Августу не придется биться головой о стену и кричать: «Вар, верни легионы!», а у Вара, в свою очередь, не окажется причин кончить жизнь самоубийством, наоборот, в случае победы его ожидают разнообразные почести (перспектива, особенно заманчивая для игрока, исполняющего эту роль). У немцев же, может быть, поубавится воинственности.

Теперь о самой игре. Место ее проведения вполне очевидно – лес. То, что участвуют две команды, тоже понятно. Несколько слов о костюмах. Как выглядели древние римляне, догадаться несложно: туники, доспехи, мечи, щиты и т. д.

Труднее с обувью: где в наше время достать калиги? Но не огорчайтесь, подойдут и обычные летние сандалии. С внешним обликом «германцев» также затруднений возникнуть не должно: «скопируйте» одежду и вооружение викингов – они тоже германцы (если вы не знаете, кто такие викинги, тогда дело совсем плохо).

Замечания о сюжете и персонажах. Арминий одержал победу благодаря хитрости: заманил римлян (которые, кстати, ему полностью доверяли) в лес якобы для того, чтобы подавить восстание одного из племен, и вероломно напал на них. Сделайте вывод о его характере! Вар, правда, тоже ангелом не был: германцы восстали из-за его притеснений.

Немного развейте сюжет: подумайте, кто еще мог бы участвовать в игре. С нашей точки зрения, необходимы:

- 1) «вожди» германских племен, которые будут руководить небольшими отрядами;
- 2) римские «центурионы», выполняющие ту же функцию в другой команде;
- 3) «жрецы» (в обеих командах); их обязанность – поднимать боевой дух игроков, изготавливать амулеты, приносить богам жертвы и вопрошать их об исходе боя и т. д.;
- 4) «женщины-германки» – верные подруги воинов.

В рамках игры можно провести некое мероприятие, именуемое в определенных кругах «менестрельником», своего рода музыкально-поэтическое состязание, в котором обычно принимают участие местные барды. Ничего, что гитара

не вписывается в исторический контекст; главное – соответствующая тематика песен (в текстах должны фигурировать Один, Фрейя и т. д.).

## **Верная шпага короля**

Участникам игры предоставляется возможность внести свой вклад во французскую историю, ибо место и время действия игры – Франция, XVI в. Это, как известно, своего рода смутное время – период религиозных войн, когда страна оказалась разделена на два враждующих лагеря – католиков и протестантов (последних называли гугенотами). Посему и играющих следует разделить на две команды. Делить лучше по жребию, чтобы игроки не сразу догадались, кто им друг, а кто враг (это выяснится уже в ходе игры). Место проведения: город (лучше – пригород). Оснащение: шпаги, по возможности одежда, соответствующая времени действия игры.

*Главные действующие лица:*

шевалье Франсуа д'Андело (имя взято из истории Франции – так звали одного из вождей протестантов). Наш д'Андело – гугенот, храбр до безрассудства, по происхождению, разумеется, гасконец (кто же не знает, что самые доблестные дворяне Франции – все сплошь гасконцы);

Генрих, король Наварры – глава гугенотов, беарнец (это почти то же самое, что гасконец, так что комментарии излишни);

Карл де Гиз, герцог Майенский – глава католической лиги; с точки зрения гугенотов – очень нехороший человек.

Кроме того, участвуют:

курьеры-гугеноты (имена можно придумать любые); число – от 3 до 10;

агент Генриха Наваррского в Париже. Имя лучше использовать подлинное историческое, (например, Агриппа д'Обинье);

многочисленные католики различных званий.

*Сюжет и правила игры:*

1589 г., недавно убит последний представитель династии Валуа король Генрих III. Престол должен занять ближайший родственник Валуа Генрих Бурбон, король Наваррский. Но на корону имеет виды и герцог Майенский. Генрих Наваррский отправляет в Париж курьера – д'Андело. Последний должен доставить огромной важности послание Генриха своим верным соратникам. Кому он должен вручить письмо, д'Андело не знает (агент короля Наваррского в Париже засекречен). По дороге он должен встретиться с несколькими курьерами-гугенотами, каждый из которых сообщит ему, где и как найти следующего. Пароль для встречи с парижским агентом знает только последний курьер.

Д'Андело и другие курьеры узнают друг друга по какой-либо заранее условленной примете, вещи или детали одежды.

Участникам игры, естественно, предстоит сражаться

на дуэлях. Не стоит во время «поединка» входить в раж и стараться убить противника по-настоящему. Достаточно заранее договориться, какой удар считается смертельным. Вообще, правила дуэлей должны быть четко определены.

При этом наш гасконец должен быть предельно осторожным, так как члены католической лиги употребят все свое могущество, чтобы помешать ему исполнить поручение: шпионы будут притворяться друзьями и всячески постараются его запутать, а то и просто убить. Положение д'Андело осложняется еще и тем, что время, за которое он должен выполнить задание, строго ограничено (следует заранее определить, за какой период он должен уложиться).

Участникам игры надлежит помнить, что все они – «благородные дворяне» и кодекс дворянской чести для них незыблем. Именно он – критерий, по которому определяют ся и поведение, и речь сих «благородных воинов». Они должны быть подчеркнута вежливыми и с друзьями, и с врагами, обращаясь и к тем, и к другим как-нибудь по-старинному, (например, милостивый государь). Это придаст игре дополнительный исторический колорит.

Игрокам из «католической» команды, кроме того, памятуя о своей сверхзадаче (во что бы то ни стало остановить д'Андело) не следует забывать, что цель не всегда оправдывает средства. В конце концов на дворе – август 1589 г.; Варфоломеевская ночь случилась 17 лет назад, и нет смысла пы-

таться ее повторить.

По ходу действия можно придумать новые сюжетные ходы, ввести других персонажей.

Итак, судьба французского престола в ваших руках. Желаем удачи!

## **Игра на сюжет из истории Древней Руси**

Чтобы разыграть подобный сюжет, игроки должны обладать хотя бы минимальными знаниями о том «откуда есть пошла Русь» и как она «стала быть». Если имеется серьезный пробел в знаниях, стоит прочесть хотя бы детские «Рассказы начальной русской летописи». Внимательный читатель сразу заметит, что просматривается определенное сходство во всех этих полулегендарных историях: есть доблестный князь с дружиной, и есть враг, которого надо победить. Враги могут быть различного этнического происхождения: печенеги, половцы, ясы и касоги (современные осетины и черкесы), наконец, татаро-монголы. Роднит их то, что все они – «поганные» (не подумайте плохого: это от латинского слова *paganus* – язычник). Значит, в игре должен фигурировать их жрец. Еще одна отличительная черта: массовую битву часто предваряет поединок вождей противоборствующих сторон.

В связи с этим рекомендуем провести игру примерно по следующему сценарию. Русский князь посылает врагам земли Русской знаменитое: «Иду на вы!». После этого все актив-

но начинают готовиться к боевым действиям: приводят в порядок оружие, молят Бога (или богов) ниспослать им победу, прощаются с женами (которым надлежит печалиться и петь грустные песни). Затем оба войска сходятся на каком-нибудь открытом месте (подойдет лесная поляна), и один из вождей предлагает другому сразиться с ним, дабы не губить дружины понапрасну. Противник, разумеется, соглашается.

Поединок можно провести на мечах, а можно «биться борьбою». Победа присуждается той команде, чей боец одолевает другого в схватке. Исполнители ролей князей должны поэтому обладать особенной ловкостью и физической силой.

## Глава 3. Я б в политики пошел...

### Я – президент

Так ли хорошо быть президентом, как считают многие дети. Эта игра поможет им понять, какая ответственность за все происходящее в стране лежит всего лишь на одном человеке и что может случиться, если кресло президента займет индивид, малопонимающий в политике.

По жребию выбирается один игрок на роль президента.

Остальные временно выполняют роль его помощников. Задача «президента» – издать какой-либо закон, который он считает самым важным и главным, а остальных – обыграть его выполнение и перевыполнение, т. е. его возможные последствия. Естественно, что в этом детям должен помочь ведущий. Приведем несколько примеров.

Возможный закон: запретить все школы. Так, школы запрещены, следовательно, все люди превращаются в безграмотных. Задача остальных игроков – обыграть небольшие моменты, которые произойдут в той или иной профессиональной деятельности. Например, в больнице. Неграмотные «врачи» (игроки) должны так залечить и прооперировать «больного», что он больше не сможет «встать» с больничной койки. Любопытно воспроизвести сценку в ресторане, когда

«повар» готовит блюдо по рецепту, который он не в состоянии прочитать или прочел с ошибками. Что в результате этого получится?

После просмотра очередной миниатюры «президент» должен издать новый закон, который помог бы исправить сложившееся положение. Но одновременно он не имеет права запрещать уже изданный указ. Значит, ему остается только придумывать обходные пути. В отношении последней сценки это, например, может быть указ о том, что «повару» надлежит обязательно самому пробовать все блюда. В результате, поскольку он неграмотен, он вполне может отравить «посетителей» и отравиться сам; следовательно, еще большее число «больных» попадет в «операционную» к неграмотным «врачам» или же наступит голод.

Все роли для сценок дети должны распределять между собой сами, а в выборе инвентаря и вспомогательных деталей им может помочь ведущий. Чем спонтаннее будут воспроизводиться все эти сценки, тем интереснее вся игра.

Чтобы это исправить, «президент» может приказать питаться только растительной пищей. В итоге зимой все умрут от голода, так как урожай погибнет, ведь никто не знает, как его хранить. Игра заканчивается после того, как новоиспеченный «президент» не сможет больше ничего придумать, чтобы спасти положение.

После окончательного выяснения всех последствий пер-

воначального нелепого закона (о запрете школ), на роль «президента» выбирается другой игрок. Он издает другие законы, например о том, чтобы взрослые не запрещали детям есть сладкое. Здесь самым лучшим способом показать нелепость закона является воспроизведение атмосферы в «кабинете зубного врача», к которому приходится идти всем сластенам, без исключения.

## **«Политика – дело тонкое»**

Как известно, в политике нередко активную роль играют военные. Ведение войны, как и решение государственных вопросов на местах, требует очень больших умений и знаний. Неправильные приказы способны привести не только к поражению в битве, но и к захвату всей страны.

В начале игры выбирается ведущий. Он дает остальным первое задание: назвать сказочных политических деятелей, которые принимали какое-либо участие в боевых действиях. Можно привлечь, например, таких персонажей, как царь Додон, воевода, дядька Черномор, Кощей Бессмертный, и пр.

Каждый игрок должен назвать только одного из персонажей, которого впоследствии он и будет играть. После распределения ролей дается следующее задание: изобразить данного персонажа в момент его командования войском. В качестве войска временно могут выступать другие игроки.

Так, «Черномор» должен быть степенным, спокойным и

отдавать приказы четко и не колеблясь, «царь Додон», напротив, проявляет импульсивность и бежит по всему полю, расставляя войска самостоятельно. После проигрывания всех ролей голосованием выбираются два победителя, которые будут играть свои роли и в дальнейшем. В результате образуются две команды с предводителями.

Следующий этап игры – военные действия. Задача полководца каждой команды – распределить в своем войске соответствующие роли. «Кощея»

следует окружить нечистой силой: «чертями», «лешими», «бесами», «драконами», «ведьмами», может среди них быть и «Баба-Яга», и т. д. Для «Черномора» подойдут подводные обитатели: «русалки», «водяные», а также обычные «богатыри». Для «царя Додона» составьте войско из сказочных «иванов-дураков», «Ильи Муромца», «Соловья-разбойника» и т. п. Затем полководец должен расставить их для наступления: лицом или спинами друг к другу, влоборота, клином, кругом или еще как-то. Перед этим ведущий объясняет, что во время боя каждый должен быть повернут так, как его поставили изначально.

Когда все готово, ведущий организует проверку тактики каждого «воеводы», т. е. сам бой. Все игроки двигаются друг на друга так, как их расставили. Затем ведущий дает команду остановиться. По его сигналу все замирают на месте. Таким образом, получается, что кто-то будет стоять к противнику спиной, кто-то боком, а кто-то лицом. После этого можно

начинать «убивать» того противника, который стоит лицом к игроку. Те же, у кого такой пары не оказалось, или же если они стоят друг к другу спинами, временно в бою не участвуют.

«Убивать» соперников они могут следующим образом. стоящие напротив друг друга «враги» должны обыграть самые сильные и воинственные стороны заданного им образа. Например, «кикимора» танцует усыпляющий танец, и если у ее противника не найдется против нее средства, а им может быть более громкий голос, способный перекрыть пение, он считается «убитым». Так, «Кощея» может «убить» только «богатырь», «водяного» – только «огненные жители», а все остальные не в состоянии этого сделать. Оружие между игроками командующий распределяет заранее, учитывая саму роль.

## **Кресло президента**

Практически каждый политический деятель мечтает занять более высокую должность, чем та, на которой он находится сейчас, или, как принято говорить, стремится занять кресло президента. Игра представляет собой своеобразную борьбу за это самое кресло.

В начале игры выбирается ведущий.

Играющие делятся на две команды. Ведущий просит первую половину детей представить, что все они являются

политическими деятелями. При этом каждый из них занимается еще чем-то кроме политики: является директором фирмы по продаже машин, владельцем банка или казино и т. п. Вторая же половина состоит из работников сферы обслуживания: официантов ресторана, уборщиков и т. д.

После распределения ролей в центре комнаты полукругом расставляются стулья количеством на один меньше, чем игроков. Один стул должен быть отличным от других, (например, красным).

А недалеко от них отмечаются две двери. Их можно заметить при помощи двух кубиков или двух стульев, расположенных на расстоянии одного шага друг от друга. Возле «дверей» встают «уборщики» с щетками или швабрами, задача которых во время вхождения в них мешать, моя там полы. Затем ведущий объясняет задание.

«Представьте, что вы находитесь в Думе, и сейчас у вас перерыв. Все вы отправились погулять, в буфет или еще куда-то. Вы должны показать, кто как должен вести себя в этих местах...»

Каждый ребенок, изображающий того или иного политического деятеля, должен сам определить для себя свое поведение в соответствии с выбранной им ранее профессией.

Например, «банкир» может быть очень вежливым, «владелец автопарка» – быстрым и стремительным и т. д.

«Когда зазвучит звонок, вы должны опять вернуться и занять свои места. При этом обойдитесь без толкучки в “две-

рях”». По моему сигналу начинается заседание, а значит, те, кто не успели войти или кому не хватило стула, выбывают из игры, т. е. теряют свою должность. Победителем будет тот, кто после последнего перерыва сядет на красный стул.

## Иностранный гость

Как известно, политикам очень часто приходится встречаться с иностранцами. Но что делать, если они совсем не знают языка и не понимают ни слова из речи, произнесенной иностранцем, а переводчик – недоучка, в результате он может только частично понимать, о чем говорит иностранный гость. Данная игра поможет показать нелепость таких ситуаций.

Играющие делятся на команды по пять человек и распределяют в каждой следующие роли: «политик», «переводчик», «секретарь» и два «охранника». Ведущий выполняет роль иностранца. Правила игры следующие: задача каждой команды обыграть, как будут вести себя с «иностранцем», которого они не понимают, все члены команды. Так, «охрана» может не пускать его, так как не понимает, зачем он пришел, «секретарша» начнет пытаться выяснять, что ему надо, «переводчики» постараются перевести, а «политик» сделает вывод и даст ответ через «переводчиков» или самостоятельно.

Задача ведущего, т. е. иностранца, говорить так, чтобы

большая часть сказанного оставалась непонятной. Например, он может глотать окончания всех слов в предложении: «Я приш к ва что преподнес подар», что в переводе означает: «Я пришел к вам, чтобы преподнести подарок», или коверкать слова.

Можно даже провести предварительную подготовку-репетицию по расшифровке различных слов. Победителем считается та команда, которая наиболее живописно воспроизведет поведение всех персонажей игры.

## **Речь к народу**

Как известно, политику очень часто приходится выступать перед народом с трибуны, и это необходимо уметь делать.

Данная игра покажет детям, как непросто ответить на все вопросы народа и вести себя в соответствии с заданным образом.

По жребию определяется порядок игроков на роль политика. Остальные в это время изображают «народ», при этом не однородный, а с разными характерами. Их можно задать заранее: «ворчливая старушка», всем «недовольный дед», «пьяный молодой парень» и т. д. Затем «политик» при помощи выбранных им «гримеров» и «модельеров» создает себе имидж: прическу, одежду (очки, шляпа). Остальные игроки перевоплощения видеть не должны. Они в это время

распределяют между собой характеры представителей толпы и также перевоплощаются.

Когда первый «политик» отыграет свою партию, его заменяет другой. «Народ» также меняется ролями. По окончании игры выбирается победитель. Им может быть любой игрок, которому все время удавались разные персонажи.

Далее «политик» поднимается на трибуну, подготовленную заранее. Это может быть любое возвышение с коробкообразной низкой ширмочкой. Дело «политика» – представить «народу» свою программу и свод законов для повышения жизненного уровня народа и развития экономики страны. Задача «толпы» – задавать ему каверзные вопросы, выкрикивать в его адрес угрозы и т. п.

## **Все может случиться**

Как и с обычным человеком, с политиком могут случаться различные нелепые или же смешные ситуации. Он может «упасть в грязь лицом» и в дальнейшем будет всеми силами стремиться исправить сложившуюся ситуацию. Как все это выглядит с точки зрения детей, и поможет выяснить эта игра.

В начале игры выбирается ведущий. Игроки делятся на небольшие, человек по 5 команды. Ведущий пишет на карточках задания и просит каждую команду вытянуть одну, а потом воспроизвести изложенную в ней ситуацию, как бы

она выглядела в действительности. Задания могут быть следующими.

1. Как ведет себя политик в кругу своих подчиненных? И в противовес этому – как он пресмыкается перед вышестоящим начальством?

2. Как политик ищет расположения своего соперника, чтобы потом купить у него акции? И как поступает, если тот отказывается?

3. Как политик поведет себя, если во время выступления перед народом в него попадет кинутое кем-то яблоко или что-то еще?

Можно даже предложить детям воспроизвести это последовательно. Первая команда может показать, как начинают разворачиваться события, вторая продолжит, плавно перейдя к выполнению задания под номером 2, и так до тех пор, пока ситуация не будет проиграна до конца всеми. Побеждает команда, наиболее интересно сыгравшая заданные ей роли.

## **Политики и магазины**

Каждый политик посещает магазины. Можно предложить детям обыграть ситуации, когда политик делает те или иные покупки.

Игроки делятся на несколько небольших команд и распределяют между собой такие роли, как: «продавец», «поли-

тик-бизнесмен» с «охраной», «жена» или «ребенок», а также небольшая очередь, состоящая из «ворчливой старушки», «элегантной женщины», двух «мужчин» и «ребенка». Каждый игрок создает себе соответствующий имидж, накладывает грим и надевает соответствующую одежду.

Задача каждой команды – обыграть покупку какого-либо товара и придумать интересные диалоги и ситуации, которые могли бы произойти. Так, задания командам могут быть следующими: покупка драгоценностей для «жены» (она присутствует здесь же), покупка игрушки «капризному ребенку», выбор машины. При покупке того или иного товара необходимы подробные объяснения «политика», что именно он хочет приобрести.

Задача «толпы» – всячески задерживать очередь, пререкаться с «продавцом», а «политика» – повести себя так, как это сделал бы воспитанный или, напротив, очень пренебрежительно относящийся к людям человек.

К примеру, он может велеть «охране» разогнать «очередь» или же терпеливо дожидается своей, разговаривая в это время по телефону и решая какие-либо дела. Победителем является команда, наилучшим образом обыгравшая ситуацию и заданные образы. При этом оцениваются и дополнительно введенные в ситуацию роли, такие как «милиция» или «оппонент», зашедший в тот же магазин, а также и не предусмотренные ранее подходы к ситуации: набег «грабителей» и разборки, а уже затем сами покупки.

# Глава 4. Поторгуемся?

## Купи и продай

Вначале игры выбирается ведущий. Его роль заключается в том, чтобы наблюдать за действиями участников и подводить итоги в конце игры. Остальные участники делятся на две команды. Первая команда – это «продавцы», вторая команда – «покупатели». Каждый «продавец» получает от ведущего определенное задание, он должен «продать» какие-то определенные продукты. Это может быть что угодно – хлеб, сахар, молоко.

Каждый «покупатель» получает определенное количество денег. Он должен приобрести какой-то продукт, при этом желательно за самую низкую цену. Смысл игры в том, что когда начинается «торговля», каждый «продавец» старается предельно завысить цену, а задача «покупателя» – эту цену сбить.

По ходу игры могут происходить различные диалоги, показывающие умение «покупателя» торговаться. Например, он может спрашивать о различных продуктах, сомневаться в их качестве. «Продавец» должен давать предельно краткую и вместе с тем понятную информацию. Если он не сможет этого сделать, ему придется снижать цену.

Правила игры запрещают «продавцам» самовольно менять ассортимент своего товара. Ведущий внимательно наблюдает за ходом игры. При необходимости он может сам что-нибудь «купить» у какого-то «продавца». Ведущий оценивает действия каждого «продавца», присуждает ему определенное количество очков. Оцениваются самые разные параметры – умение рекламировать свой «товар», громкий и четкий голос, доброжелательная интонация. Одним словом, важны все качества, которыегодились бы настоящему продавцу.

После того как кто-либо из «продавцов» успеет освободиться от своего товара, команды меняются ролями. Теперь «продавцы» становятся «покупателями», и игра продолжается.

В конце игры подводятся итоги. Ведущий выбирает того «продавца», который набрал максимальное количество очков. Он и станет победителем в этой игре. Его можно наградить призом, остальные игроки также получают какие-то призы, пусть даже и шуточные.

Кроме того, ведущий может оценивать также действия «покупателей». Прежде всего оценивается умение торговаться, заинтересованность «покупателя» в качестве товара, умение задавать вопросы. Таким образом, в конце игры кто-то получит звание «Лучший продавец», а кто-то – «Лучший покупатель».

# Мебельный магазин

Вначале игры выбирается ведущий. Ему поручается следить за ходом игры, наблюдать за действиями участников. В конце ему предстоит подвести итоги. Из игроков выбирается несколько детей, их число может варьироваться в зависимости от общего количества участников, а также от степени размаха игры.

«Продавцами» будут 2–3 или 4 человека, остальные – «покупателями». Сценарий игры следующий: события разворачиваются в мебельном салоне, где каждый может купить какой-то предмет интерьера. Задача «продавцов» – заинтересовать «покупателей», чтобы за самый короткий срок была распродана вся «мебель».

Заранее ведущий оговаривает с участниками игры, какие именно предметы можно считать «мебелью». Это могут быть самые обыкновенные стулья или любые предметы, находящиеся в комнате. Когда начинается игра, каждый «покупатель» подробно расспрашивает «продавцов» о «мебели» в салоне. При этом следует оговориться, что цена на «мебель» назначается ведущим и «продавец» не имеет права ее повышать. А снижать цену он обязан в случае, если у него долгое время никто из «покупателей» ничего не берет.

Каждый «покупатель» имеет право обратиться к разным «продавцам» и «купить мебель» у того, кто лучше остальных

ных выполняет свои обязанности. Например, лучшим по праву считается тот, кто наиболее подробно рассказывает о качестве и особенностях мебели, кто умеет заинтересовать окружающих в достоинствах выбранной вещи. «Покупатель» должен стараться предельно снизить цену. Если ему это не удастся, он имеет право отказаться от покупки.

Ведущий может обговорить с участниками игры, выполняющими роль «продавцов», следующее условие: если 3 раза «покупатель» отказался купить что-нибудь, значит, нужно снижать цену. Желательно, чтобы сами «покупатели» не знали об этих условиях, иначе они будут целенаправленно отказываться от покупки.

В игре должно быть вполне определенное условие и для «покупателя». Он не может отказаться от покупки, если получил от «продавца» ответы на все свои вопросы, т. е., задачей «покупателей» остается найти различные каверзные вопросы, чтобы поставить «продавца» в тупик. Вопросы самые разные, например о качестве мебели, о ее долговечности, прочности, о производителе и о том, как за ней следует ухаживать.

Разумеется, «продавец» обязан рассказать обо всем. Все зависит от фантазии «продавца» и от его умения импровизировать по ходу игры. Кроме того, «продавец» не должен быть робким, ведь ему, возможно, придется отбиваться от назойливых «покупателей».

Итак, «покупатели» по ходу игры беседуют с каждым

«продавцом». И покупают что-либо только у того, кто старается максимально соответствовать избранной роли.

Ведущий внимательно следит за ходом игры, каждый «продавец» и «покупатель» получают определенное количество очков. По ходу действия игроки меняются местами, «покупатели» становятся «продавцами», и наоборот. В конце игры ведущий подводит итоги.

Можно выбрать самого лучшего «продавца» и самого активного «покупателя». При этом должны быть соблюдены определенные условия, а именно: «продавец» должен суметь быстро продать свой товар, а «покупатель» – купить по максимально низкой цене.

## **Книжный магазин**

Для этой игры нужно взять несколько самых разных книг. Это – необходимый реквизит для магазина.

Перед началом игры выбирается ведущий, которому предстоит исполнять роль судьи, оценивать действия каждого игрока, чтобы впоследствии подвести итоги.

Сначала «продавцом» становится один из участников игры, его задача – продать как можно больше книг, находящихся в «магазине».

Каждый участник игры располагает определенной суммой денег. Все условия игры заранее обговариваются с ведущим, именно он и называет цену каждой книги, а также распоря-

жается, сколько «денег» будет на руках у каждого «покупателя».

Игра проходит по следующему сценарию: один из «покупателей» подходит к «продавцу» и начинает расспрашивать его о разных книгах. В данной игре задача «продавца» – подробно рассказать о той или иной книге, чтобы заинтересовать «покупателя».

«Покупатель» может задавать любые, даже самые каверзные вопросы. «Продавец» обязан на ходу сориентироваться, чтобы немедленно придумать ответ.

Ведущий внимательно наблюдает за игрой, он сам может «купить» что-нибудь, чтобы получить возможность задать какой-то вопрос «продавцу». Игра продолжается до тех пор, пока каждый игрок не попробует себя в роли «продавца».

В конце игры можно подвести итоги. «Продавец», набравший больше очков, становится победителем.

## **Купи ягоды**

Вначале игры выбирается ведущий. Он исполняет роль судьи, следит за ходом игры и подводит итоги. Для этой игры нужны обыкновенные весы или безмен. «Продавать» можно все, что угодно: ягоды, яблоки или другие фрукты. Сценарий игры следующий: «покупатель» приходит на базар, просит взвесить ему какое-то количество ягод или фруктов. Заранее с ведущим каждый «покупатель» договаривается, какой

именно суммой он располагает.

Задача «продавца» – предельно повысить цену на свой товар, «покупатель» же, наоборот, намерен предельно снизить ее. При этом «покупатель» должен внимательно следить, не обманывает ли его «продавец», требуя деньги за меньшее количество товара. Игра продолжается, пока каждый участник игры не попробует себя в роли «продавца».

Ведущий внимательно наблюдает за действиями каждого из игроков. Все «продавцы» получают по определенному количеству очков. Ведущий оценивает все их действия, в том числе и умение обманывать «покупателей». Чем больше «покупателей» «продавец» обведет вокруг пальца, тем больше очков он получит.

Таким же точно образом ведущий оценивает действия «покупателей». Если «покупатель» не смог распознать обмана «продавца», значит, он получит меньше очков. В результате победителями игры становятся те «покупатели» и «продавцы», которые набирают максимальное количество очков.

## **Купи дом**

Вначале игры выбирается ведущий. Его обязанность – наблюдать за ходом игры, чтобы подвести в конце ее итоги. Сначала один игрок пробует роль «риелтора», т. е. «продавца недвижимости». Остальные становятся «покупателями», желающими приобрести дом или квартиру.

Задача «продавца» – подробно объяснить преимущества разных домов, квартир, обстоятельно ответить на вопросы «покупателей» о качестве коммуникаций, стройматериалов, их производителях.

Ведущий внимательно следит за ходом игры, оценивает действия «продавца», а именно: его уверенность в себе, мастерство в рекламировании своих услуг и ведении разговора с «покупателями». Игра продолжается до тех пор, пока каждый игрок не попробует себя в роли «риелтора». В конце игры подводятся итоги, победителем является тот, кто набирает больше очков.

## **Магазин модной одежды и косметики**

Эта игра более интересна девочкам. В начале игры выбирается ведущий. Он становится судьей, наблюдает за ходом игры и подводит результаты. Желательно подобрать необходимый реквизит для игры, т. е. одежду, духи, расчески, мыло, дезодоранты, шампуни и другие галантерейные товары и косметические средства. Один из участников игры становится «продавцом». Его задача – подобрать каждому из «покупателей» нужный товар, т. е. одежду или косметику.

При этом «продавец» должен подробно ответить на все вопросы «покупателя», разрекламировать достоинства того или иного товара, убедить в необходимости сделать какую-то покупку.

Перед началом игры ведущий договаривается с участниками о денежной сумме, которой может располагать каждый игрок.

Таким же образом устанавливается цена на товары в магазине. Игра продолжается до тех пор, пока каждый игрок не попробует себя в роли «продавца». Ведущий оценивает действия и профессионализм каждого «продавца» и присуждает ему определенное количество очков. В конце игры подводятся итоги, победителем становится тот, кто набирает очков больше.

# Глава 5. Что бы это значило?

## Отвечай не говоря

Ведущий садится в центре круга и начинает задавать вопросы игрокам, обращаясь то к одному, то к другому. Например:

- Как вы спали этой ночью?
- Почему вы не любите крыс?
- Что вам больше всего нравится из еды?
- На каком инструменте вы умеете играть?
- Что вы любите делать вечером?
- Что первое вы делаете с утра, встав с постели?
- Какое ваше хобби?

Каждый должен отвечать знаками, а кто, не удержавшись, произнесет слово, платит штраф или выбывает из игры. Все остальные могут отгадывать, что именно изображает игрок-пантомим. Спрашивающий не должен тянуть с вопросами, задавать и такие вопросы, на которые можно отвечать просто «да» или «нет».

## Мимический ответ

Игра похожа на предыдущую, но здесь от участников тре-

буется больше искусства немого изображения.

Каждый пишет на листочке название какого-нибудь чувства: страх, презрение, спокойствие, любопытство, желание, гнев, любовь, ненависть, зависть, удивление, стыд, радость, боль и т. д. После этого написанные слова произносятся вслух, чтобы они не были повторены другими.

Руководитель игры собирает листки, складывает их, перемешивает и дает всем по одному листку. Первый, взглянув в свой листок, должен выразить ту страсть, которая на нем обозначена, а задача остальных – угадать ее и, в свою очередь, изобразить то, что написано у них, показывая свои мимические способности.

Если играющие не угадывают, ведущий решает, почему это произошло. Возможно, страсть была плохо выражена, может быть, игроки слишком недогадливы.

## **Обмен именами**

Руководитель игры, зная имя каждого из присутствующих (их должно быть четное число), фиксирует их у себя на листке бумаги. Далее он обходит всех игроков и тихонько, чтобы никто не слышал, говорит, кого из присутствующих тот должен изобразить. Таким образом, каждый из игроков получает новое имя (одного из игроков). Роли не должны повторяться. Затем участники игры по очереди выходят в центр, встают перед всеми и молча, используя одну мимику, пыта-

ются изобразить того, чье имя им назвал ведущий.

Пытаясь как можно лучше и интереснее сыграть полученную роль, игрок может сделать ставку на физические отличия, на одежду, на какие-то качества того, кого он изображает. Не разрешается изображать физические недостатки.

## Краски

Ведущий играет роль живописца, а остальные игроки роль красок (белой, черной, красной, синей и т. д.). «Краски» встают в одну шеренгу, а «живописец» – напротив шеренги. Когда «живописец» произносит слово «краски», те поднимают одну руку. При слове «кисть» «краски» начинают махать поднятыми вверх руками в разные стороны. Если «живописец» говорит слово «щетка», «краски» закрывают лицо руками. А когда звучит слово «палитра», каждая «краска» поднимает обе руки. Если же «живописец» называет какую-либо из красок, она должна выйти из шеренги, подбежать к «живописцу» и успеть дотронуться до него, прежде чем тот назовет другую краску.

Кто перепутает ответ (изобразит не то) и будет медлить, получает предупреждение, потом выбывает из игры.

Игру можно провести еще интереснее, если «живописец» произнесет какую-либо речь, например в виде такого интересного рассказа.

Тому, кто будет «живописцем», желательно заранее

продумать рассказ, чтобы в нем не было перерывов, пауз и заминок. Название каждой краски должно встречаться в нем неоднократно. Благодаря этому игра превратится в увлекательную немую жестикуляцию «красок», своего рода пантомиму, оригинально озвученную словами живописца.

«Этого толстого отставного поручика я должен рисовать в образе древнего героя. У него лицо истинного древнего героя: щеки красные („красная краска“ бежит к „живописцу“). У него очень большие зеленые глаза („зеленая краска“ бежит к „живописцу“). Тело как у белого медведя („белая краска“ бежит к „живописцу“). Ах, как жаль терять краски („краски“ поднимают любую руку вверх). Убийственно рисовать такие портреты! Где моя щетка („краски“ закрывают лица руками). Долой все, возьмем другой предмет, достойный кисти („краски“ начинают махать руками) художника. Вот это благородное лицо я нарисую, для него разотру на палитре... („краски“ поднимают обе руки вверх) лучшие мои краски. Как хорош этот лоб – высокий, розовый» и т. д.

## **Веселая молчанка или передай другому**

Все дети садятся в кружок вместе с ведущим. Ведущий объявляет условия: игроки должны повторять его движения, сохраняя строгое молчание, что бы он ни делал. За малейшее слово или смех – наказание (выбывание из игры).

Ведущий легонько ударяет по колену своего соседа. Сосед делает то же, и по передаче удар снова доходит до ведущего. Тот быстро (и последовательно) ударяет соседа по обоим коленям. Когда этот двойной удар обойдет весь круг, ведущий повторяет его и добавляет легкий удар по плечу. Все друг за другом делают то же самое. Потом ведущий делает соседу два удара по коленям и два удара по плечу. После исполнения этих движений всеми ведущий повторяет легко, правильно и скоро эти четыре удара и потом одной рукой легко схватывает своего соседа за ухо (и не отпускает!). Когда все примут это положение, получится очень забавная картина (цепь игроков, держащих друга друга за уши!). При таком положении очень трудно удержаться от смеха, и тем не менее необходимо постараться сохранить серьезный вид, чтобы не выбыть из игры.

Но, повторив все четыре удара и схватив соседа одной рукой за ухо, ведущий склоняется, чтобы другой рукой схватить его за нос. Сосед нередко вскакивает или вскрикивает, раздается смех, и он выбывает из игры. Скорее всего от смеха не удержатся и другие игроки, так что игра эта быстро заканчивается.

## **Глухие и немые**

Это очень забавная игра, доставляющая массу смеха участвующим в ней детям.

Одна половина играющих представляет собой «глухих», другая – «немых». Все садятся в один кружок, попеременно – «глухой» около «немого». «Немые» и спрашивают, и отвечают на вопросы «глухих» одними знаками. «Глухие» не слышат вопросов, следовательно, они отзываются не тогда, когда их зовут, а тогда, когда их толкнут. Ответы их нелепые, в ответах могут употребляться и слова вопросов, но в ином смысле или искаженные.

Начинает же игру руководитель, который задает вопрос, идущий затем по «глухонемому» кругу. Спрашивать можно о чем угодно: «Как твое самочувствие?», «Что ты делаешь сегодня вечером?», «Какое животное твое любимое?» и др. Руководитель игры сам спрашивает, когда вопросы игроков прерываются. От него во многом зависят живость и оригинальность игры, а также действия детей.

## **Работа и забава**

Все дети садятся в кружок, а один – в центр (середину круга). Это – ведущий, ему предстоит выполнять роль «хозяина» (балалаечника), и он делает вид, будто играет на балалайке. Все остальные участники игры выбирают себе какое-нибудь другое ремесло: один шьет, как портной; другой стругает, как столяр; третий кует, как кузнец, и т. д. Иные подражают движениям сапожника, прачки, стеклодува и пр. Пока «хозяин» играет на балалайке и поет, остальные «рабо-

тают». Но как только он принимается за дело одного из ремесленников, тот немедленно начинает играть на балалайке, иначе выбывает из игры.

Так «хозяин» переходит от одного дела к другому, обращается к ремеслам, только что им оставленным, снова принимается за балалайку. В такой момент все начинают заниматься своими ремеслами.

## **Музыканты (или немой оркестр)**

Игра несколько похожа на предыдущую. Каждый игрок выбирает себе какой-нибудь музыкальный инструмент, а ведущий выступает в роли «дирижера». «Дирижер» отбивает такт рукой, и все начинают играть: делают движения, требующиеся для исполнения мелодий на закрепленных за ними инструментах. Например, «скрипач» вытягивает вперед левую руку, а правой водит по ней как смычком; «тромбонист» держит левую руку сжатой в кулак у рта, а правую то сгибает, то вытягивает. Можно выбрать фортепьяно (роль пианиста), гитару (гитарист), виолончель (виолончелист), контрабас, кларнет, арфу, флейту, фагот и т. д.

«Дирижер» (ведущий игры) очень быстро меняет свои действия. Использовать в этой игре подручные средства запрещается.

«Дирижер» управляет оркестром и вдруг начинает играть на каком-нибудь из музыкальных инструментов. «Му-

зыконт» же, который играл на этом инструменте, тотчас становится «дирижером» до тех пор, пока тот (ведущий) снова не начнет управлять оркестром или не возьмется за другой инструмент.

## **Квартиранты**

Вэтой игре участвующие выполняют роль квартирантов. Игроки садятся в кружок, сдвинув стулья как можно ближе; ведущий стоит в середине. Он кричит: «Квартиры менять! Квартиры менять!» Все вскакивают, ведущий старается занять чье-либо место, остальные молча (без звуков, без криков) также ищут новые места, торопятся, сталкиваются. Кто остался без места, выбывает из игры, но перед этим он кричит: «Квартиры менять! Квартиры менять!» Убирается один стул.

Игра продолжается до тех пор, пока не останется единственный участник.

## **Море волнуется (или рыбное молчание)**

Посреди комнаты ставят два ряда стульев спинками вместе – одним стулом меньше числа играющих. Все садятся, кроме ведущего, который исполняет роль «моря». А каждый сидящий принимает название какой-нибудь рыбы.

«Море» бегают вокруг, вызывая одну за другой «рыб», ко-

торые сразу же встают и следуют за «морем», подражая всем его движениям. Если «море»

говорит: «Ветер переменялся!», все «рыбы» должны повернуть головы; при словах «Море волнуется!» все качаются. Если же «море» вызовет всех «рыб», они должны встать и последовать за «морем». Если ведущий садится и говорит: «Море спокойно!», все проворно садятся. Самым проворным может оказаться сам ведущий, и тогда тот, кому не достанется места (стула), становится «морем».

«Море» может сесть, когда ему вздумается, даже если вызвана всего только одна «рыбка». В этом случае ведущий принимает название этой рыбы, а «морем» становится тот, чье место он занял.

## **Звериный сад**

Это любимая игра маленьких детей. Каждый из них выбирает роль того или иного животного и пытается изобразить его. Если остальные игроки отгадывают, кого именно он изобразил, то игроку дается право в следующий раз изображать другое животное.

Игра продолжается до тех пор, пока дети не исчерпают все свои знания о животных и не останется один победитель, сумевший изобразить большее их число. Те игроки, чьих пантомим не сумели отгадать остальные, выбывают из игры. Точно так можно провести игры на знание и изображение

птиц, профессий, явлений природы и т. д.

## Угадай, что делали

Одного из играющих – отгадчика – просят выйти из комнаты. В его отсутствие участники договариваются о том, какое действие они будут изображать, точнее, какую роль они будут выполнять. Вернувшись, отгадчик обращается к ним с вопросом:

– Здравствуйте, ребята! Где вы были, что вы видели?

Играющие отвечают:

– Что мы видели, не скажем, а что делали, покажем.

И каждый из них начинает изображать какое-либо действие. Например, кто-то делает вид, что играет на баяне, другой – на балалайке, третий скачет на лошади или едет на велосипеде, плавает и т. д.

Отгадчик по движениям детей должен определить, чем они занимались, какую роль выполняли. Если он догадается, значит выбирают другого отгадчика, а если ошибется, ему придется снова удалиться, чтобы дать игрокам возможность задумать следующее действие.

Можно провести игру по-другому. Играющие делятся на две группы и улавливаются, кто будет загадывать, а кто – отгадывать. Отгадчики уходят в соседнюю комнату, остальные дети улавливаются, какую профессию будут изображать. Когда отгадчики вернутся, им задают вопрос:

– Вам работники нужны?

– Нужны, а что вы умеете делать? – спрашивают, в свою очередь, отгадчики.

В ответ на это дети начинают изображать то, что задумали. Например, они показывают работу в столярной мастерской, причем все делают разное: один строгает, другой пилит, третий вколачивает гвозди и т. п. Изображать можно любую работу, знакомую игрокам. Если отгадчики ответят правильно, группы меняются ролями.

## Изображение

Для игры вызывают двух играющих. Они становятся лицом к зрителям, но друг друга видеть не должны (разделить их можно ширмой, занавеской, шкафом и т. д.).

Одновременно движениями, мимикой играющие изображают то, что предлагает им руководитель. Зрители оценивают, кто сумел сделать это лучше. Можно, например, предложить играющим изобразить:

1) человека, ожидающего зимой на улице в сильный мороз автобус;

2) пациента, находящегося в приемной зубного врача;

3) болельщика на футбольном матче;

4) ученика-выскочку, торопящегося дать ответ, и т. д.

Можно читать вслух стихотворение или басню (специально подбирая такие, где много действий) и предложить игра-

ющим иллюстрировать их своими движениями. Дети бывают очень изобретательными и непосредственными в таких играх.

## **Игра-физкультминутка**

Эта веселая минутка позволит детям не только интересно поиграть, но и выполнить зарядку. Достаточно произвести ряд имитационных движений. Имитация мельницы: одна рука поднята, другая опущена и прижата к телу. Мельник запускает мельницу, и она начинает работать.

Копирование спокойно стоящего дерева: стойка смирно, руки подняты высоко над головой.

Дерево перед бурей (налетает ветер, деревья раскачивают ветвями): глубокие наклоны вперед и назад.

Мяч: легкие прыжки вверх. Стопы при этом соединены, колени при подскоках поднимаются высоко вверх.

Ванька-встанька. Предложите детям лечь на траву или на коврик. Ноги согнуты в коленях, руки поддерживают голову сзади. На «раз» – энергичное движение туловищем, дети садятся; на «два» – возвращаются к исходному положению.

Дровосек: соединенные пальцы рук подняты вверх над головой. Ноги прямые. Глубоким взмахом нужно разрубить воображаемым топором пень, затем выпрямиться.

# Гостьюшка

Еще одна занимательная игра-пантомима. Правда, интересна она тем, что в ней звучат слова, и не просто слова, но и замечательное стихотворение Е. Благиной.

Кто-нибудь по выбору становится «гостьюшкой». Этот игрок надевает платок, выходит на середину круга, кланяется всем и говорит:

– Вот я и пришла к вам в гости.

Дети отвечают:

– Очень рады, что пришла.

«Гостьюшка» улыбается, оглядывает всех и спрашивает:

– Расскажите мне, ребята, как денек вы провели?

Дети дружно отвечают:

– Все расскажем по порядку – утром делали зарядку!

– Как? – спрашивает «гостьюшка».

– Вот эдак и вот так, еще эдак и вот так! – отвечают дети и изображают, как они делали зарядку.

– А потом? – спрашивает «гостьюшка».

– За завтрак сели, без остатка все поели.

– Как?

– Вот эдак и вот так, еще эдак и вот так! – отвечают дети и показывают, как ели кашу, пили молоко, вытирались салфетками, благодарили за вкусный завтрак.

– А потом? – снова спрашивает «гостьюшка».

– В лесу гуляли и грибы там собирали.

– Как?

– Вот эдак и вот так, еще эдак и вот так! – отвечают дети и показывают, как наклонялись, собирали грибы и клали в лукошко.

– А потом?

– Потом купались, в речке плавали, плескались.

– Как?

– Вот эдак и вот так, еще эдак и вот так! – отвечают дети, ложатся на ковер (на траву), кувыркаются, плещутся, плавают (ползают).

– А потом?

– Обедать сели, с аппетитом все поели.

– А потом?

– Легли потом и заснули крепким сном, (все укладываются спать, посапывают, похрапывают).

Тогда «гостыюшка» говорит:

– Ну, я вижу, ребяташки: день вы славно провели, до свиданья!

Дети кланяются, хором говорят:

– До свиданья! Очень рады, что пришли! Приходите завтра днем, мы вам песенку споем!

– Как? – спрашивает «гостыюшка».

Дети запевают любимую песню. Когда песня кончается, «гостыюшка» говорит:

– Я не очень-то спешу, коль попросите, спляшу.

– Как? – кричат дети.

– Вот эдак и вот так, еще эдак и вот так! – приговаривает «гостыюшка» и пускается в пляс.

Все дети берутся за руки и пляшут вместе с «гостыюшкой».

## **Мы тоже можем так**

Эта игра также позволит детям войти в образ через чтение интересного стихотворения. Поэтому вхождение в роли происходит не молча, как и в предыдущем случае. Если же делать пантомиму, то необходимо, чтобы стихотворение проносил руководитель – ведущий игры, а дети лишь повторяли вслед его словам необходимые действия.

Игроки образуют круг и расходятся на ширину вытянутых рук. Руководитель читает стихотворение С. Михалкова «Так». После его слов: «Мы тоже можем так» участники вслед за руководителем проделывают те движения, которые он им показывает:

Зимой и летом, круглый год,  
Журчит в лесу родник.  
В лесной сторожке здесь живет  
Иван Кузьмич – лесник.  
Стоит сосновый новый дом:  
Крыльцо, балкон, чердак,  
Как будто мы в лесу живем,

Мы поиграем так:  
Смотри скорей, который час!  
Тик-так, тик-так, тик-так,  
Налево – раз! Направо – раз!..  
Мы тоже можем так!

Кладут руки на пояс, нагибаются сначала в правую, потом в левую сторону.

Чтоб стать похожим на орла  
И напугать собак,  
Петух расправил два крыла...  
Мы тоже можем так!

Вытягивают руки в стороны, плавно поднимают и опускают их.

Пастух в лесу трубит в рожок —  
Пугается русак.  
Сейчас он сделает прыжок...  
Мы тоже можем так!

Дети приседают на корточки, поднимают руки к голове, вытягивают указательные пальцы, изображая заячьи уши, прыгают на месте.

Идет медведь, шумит в кустах,  
Спускается в овраг...

На двух ногах, на двух ногах...  
Мы тоже можем так!

Дети становятся на четвереньки, передвигаются сначала в одну, потом в другую сторону.

Иван Кузьмич сказал: «Пора!  
Заждался мой земляк,  
Я выезжаю со двора...»  
Мы тоже можем так!

Подражая милиционеру, руками показывают путь в одну сторону, потом в другую.

Иван Кузьмич принес хомут  
И Ласточку запряг,  
И вожжи взял,  
И новый кнут...  
Мы тоже можем так!

Дети становятся парами. В каждой паре один – кучер, другой – лошадь.

Кучера запрягают своих лошадей (можно дать каждому кучеру веревочку).

Сначала рысью, а потом  
Сменилась рысь на шаг —  
Конь через мост идет шажком...

Мы тоже можем так!

Дети играют в лошадки: бегут по кругу сначала в одну сторону, потом в другую рысью, а затем шагом.

Теперь пора и отдохнуть:

Устали как-никак!

Поесть, попить и снова в путь...

Мы тоже можем так!

Игроки приседают и движениями показывают, как наливают чай, размешивают сахар ложечками, нарезают бутерброды, потом пьют, едят и после этого отправляются в обратный путь под веселую песню.

# Глава 6. Хорошие и плохие парни

## Полицейские и бандиты

Эту игру лучше всего организовать на улице, чтобы был достаточный простор для действий. Все участники разбиваются на несколько групп. Члены первой команды исполняют роль «полицейских», другой, соответственно, «бандитов». Помимо этого должны быть «продавцы», обычные «прохожие», «жители» квартир или домов и т. д.

Задача «полицейских» не просто поймать кого-то, а проследить за действиями «бандитов» и застать именно в момент совершения «преступления». Сценарий игры может быть примерно следующим: все участники договариваются о территории, на которой должна проходить игра. Например, это может быть территория двора или небольшой парк.

Задача «бандитов» – попытаться совершить какие-то противоправные действия. Например, они могут угонять воображаемые «машины», грабить «жителей», нападать на «прохожих», обворовывать «магазины» и т. д. «Полицейские» должны «поймать бандитов», причем те имеют право убегать и прятаться в собственной «резиденции».

Игра продолжается до тех пор, пока не будут пойманы все «бандиты». В игре может произойти так,

что пойманные «бандиты» убегут из тюрьмы, в которую их отправляют «полицейские». В этом случае игра продолжается до тех пор, пока снова все «бандиты» не окажутся «за решеткой».

В игре неоднократно может возникнуть «перестрелка». Разумеется, при этом будут «убитые» и «раненые». Соответственно, «убитые» выходят из игры, а «раненые» покидают игру на время.

## **Улицы с погасшими лампочками**

Наверняка все смотрели сериал «Улицы разбитых фонарей» и запомнили всех действующих лиц, а также сюжеты, по которым поставлены серии. Вначале все участники договариваются о территории, на которой состоится игра. Например, это может быть парк, двор или еще какая-то территория. Несколько участников игры исполняют роль «ментов», при этом они сами могут договориться о том, кто какого героя фильма будет изображать.

Остальные выбирают себе другие образы, например «преступников», «потерпевших» и пр.

Можно выбрать какой-то определенный фильм из этого сериала и построить сценарий игры строго по нему. А можно придумать свой собственный сценарий, где все будет происходить по выбору участников игры. В игре нет победителей и побежденных, все зависит либо от заданного сюжета, либо

от замысла участников.

## **Военные действия**

Вначале игры все участники договариваются об определенной территории, на которой будет происходить действие. Несколько участников будут «защитниками крепости». Им следует защитить от «похитителей» определенные «документы». При этом «похитители» могут действовать разными способами, в том числе и силой. «Документы» находятся в «сейфе». Например, это может быть обыкновенная коробка. Остальные участники игры будут проводить «военные действия» на территории, где проходит игра, т. е. участники делятся на две группы, враждующие между собой.

Игра заканчивается, как только «похитители» смогут добыть важные «документы». При этом может произойти, что все «защитники крепости» будут «убиты» «похитителями». В этом случае следует найти новых «защитников». И, наоборот, все «похитители» могут быть «убиты» «защитниками». И тут таким же образом желательно найти им замену.

## **Пираты**

Эту игру следует играть возле реки или бассейна. Все участники делятся на три группы. Первая – «морская полиция», вторая – «пираты», а третья – «путешественники».

Игра проходит по следующему сценарию: «путешественники» немедленно подвергаются нападениям со стороны «пиратов», как только заходят в воду. «Пираты» могут взять их в плен. Задача «полицейских» – поймать «пиратов».

В этой игре можно организовать настоящие «сражения». А именно «полицейские» могут бороться с «пиратами», стараться поймать их и посадить в «тюрьму». «Путешественники» всеми силами помогают «полицейским», чтобы «пираты» не одержали над ними победу.

Игра продолжается до тех пор, пока все «пираты» не будут пойманы и не окажутся «за решеткой».

## Индейцы

Участники игры перед ее началом договариваются о территории, на которой будет организовано действие. Далее игроки делятся на две команды. Первая команда – «индейцы», а вторая – их «враги». Смысл игры в следующем: между «индейцами» и враждебным им «племенем» разыгрывается настоящее сражение. При этом игроки могут действовать силой, когда представители враждебных команд могут ловить друг друга, брать в плен. Игра заканчивается тогда, когда сами «индейцы» или их «враги» будут пойманы все до одного. После этого игроки могут меняться ролями, и игра продолжается.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.