

УНИВЕРСИТАТЯ ДЕ СТАТ НИСТРЯНЭ Т.Г. ШЕВЧЕНКО

Факултатя «Култура физикэ ши спорт»

Катедра «Теория ши методика едукацией физиче ши спорт»

А.А. Богатова, Н.В. Мыцыков

Класификаря жокурилор мобиле а копиилор де вырстэ прешколарэ.

(Гид методик пентру студений факултэций де културэ физикэ)

Тираспол , 2012

Алкэтуиторий:

А.А. Богатова, лектор, Н.В. Мыцыков,
лектор супериор Катедра «Тши МЕФши С»

Класификаря жокурилор мобиле а копиилор де вырстэ
прешколарэ,: Гид методик пентру студений факултэций де
културэ физикэ.- Тираспол, 2012, -70 пажинь

Ын лукраре есте пропусэ класификаря жокурилор мобиле дупэ вырсте
пентру активитэць.. Рекомендация е адресатэ ла прегэтиря студенцилор
факултэций де културэ физикэ , дар поате фи ынтребуинцатэ ын прчеселе де
прегэтире сау перфекционаре професионалэ а педагогулуй –едукатор де
културэ физикэ.

Речензенць:

Л.А. Ротарь, доцент, УНС «Т.Г.Шевченко»

А.В. Мельничук к.ш.п., дочент ,УНС «Т.Г.Шевченко»

РЕЧЕНЗИЕ.
А ГИДУЛУЙ МЕТОДИК

«Класификаря жокурилор мобиле а копиилор де ыьрстэ прешколарэ»

Елаборатэ де лекторул А.А Богатова, лекторул супериор Н.В. Мыцыков. «Теория ши метода де едукацие физикэ а копиилор прешколарэ» есте уна дин мажоритатя дисциплинилор ын системул де формаре а спечииалиштилор ку студий супериоаре. Организязэ прачесулуй инструктив – едукатив ын институциле супериоаре де ынвэцэмынт ын маре мэсурэ депитнде де рекомандэрь методиче ын класификаря жокурилор мобиле а копиилор де ыьрстэ прешколарэ дупэ партикуларитэциле лор де ыьрстэ.

Рекомендация е адресатэ ла прегэтиря студенцилор факултэций де културэ физикэ, дар поате фи ынтребуенцатэ ын прочеселе де прегэтире сау перфекционаре профессионалэ а педагогулуй едукэтор де културэ физикэ ын институциле прешколаре.

Класификаря жокурилор мобиле а копиилор де ыьрстэ прешколарэ репрезинтэ методика де петречере а жокурилор мобиле, каре ва ушура ынцележеря жокулуй ын едукацие физикэ а копиилор де ыьрста прешколарэ.

Гидул методик се адресязэ студенцилор, едукаторилор, кадрелор дидактиче.

Вэ рекомандэм ачест лукру пентру публикаре.

Речензент:
Дочент, катедрей «ТшиМЕФшиС»

Л.А. Ротарь

РЕЧЕНЗИЕ. А ГИДУЛУЙ МЕТОДИК

«Класификаря жокурилор мобиле а копиилор де ыьрстэ прешколарэ» Алкэтуиторий: А.А.Богатова, Н.В. Мыцыков

«Теория ши метода де едукацие физикэ а копиилор де ыьрста прешколарэ» есте о рамурэ а уней штиинце принчипале каре аре профил де прегэтире а спечиалиштилор ын сфера културий физиче пентру студенций факултэций де едукацие физикэ ши а методиштилор институцилор прешколаре.

Жокуриле мобиле десфэшоарэ пе деплин ши май профунд ынвэцаря теорией ши методичий едукацией физиче а прешколарилор.

Ын ачест гид методик сынт презентате анумите индикаций а класификэрий жокурилор мобиле дупэ концинут, дупэ дезволтаря лор физикэ ши ануме ын каре парте а лекцией де културэ физикэ есте питрекутэ а копиилор де ыьрстэ прешколарэ цинынд конт де партикуларитэциле лор де ыьрстэ.

Ачест гид методик контрибуе ла дезволтаря причеперилор профессионале а вииторулуй педагог: причеперя де а организа, де а комуникм, причеперя де а лукра ку колективул, де а дезволта спиритул де обсервацие, дисциплина.

Рекомендация есте датэ пентру прегэтиря студенцилор факултэций де културэ физикэ, дар поате фи ынтребуинцатэ ын прочеселе де прегэтире сау перфекционаре профессионалэ а педагогулуй едукатор де културэ физикэ ын институциле прешколаре.

Класификаря жокурилор мобиле а копиилор де ыьрстэ прешколарэ репрезинтэ методика де петречере а жокурилор мобиле, каре ва ушура ынцележеря жокулуй ын едукацие физикэ а копиилор де ыьрста прешколарэ.

Гидул методик се адресязэ студенцилор, едукаторилор, кадрелор дидактиче.

Вэ рекомандэм ачест гид методик кэтре публикаре.

Речензент:
к.ш.п., дочент, катедрей
де педагожие ши ТПК

А.В.Мельничук

ПРЕФАЦЭ

Унул дин мижлоачеле челе май акчесибиле ши май ефичиенте, каре контрибуе ла о амплэ дезволтаре а културий физиче ши спорт сынт жокуриле мобиле. Жокуриле мобиле ау апэрут ынкэ ын времуриле стрэвекь, паралел ку формаря обичеюрилор ши датинелор историче але попоарелор. Копий, симцинд нечеситатя де а се ынтрече ын дибэчие ши инжениозитате ши де а-шь организа интересант тимпул либер, ау инвентат диферите жокурь, каре ын прочесул мултиплелор репетэрь с-ау перфекционат, трансмицынду-се дин женерацие ын женерацие пынэ ын зилеле ноастре. О мрае импортанцэ ла етапа актуалэ ле окупэ жокуриле мобиле, атыт пентру копий, кыт ши пентру матурь. Жукынду-се копий ну нумай се дистрязэ, дар се дезволтэ физик, ынсушеск унеле регуль, че сынт атрибуте жокулуй ши апой ле фолосеск ын вяцэ.

Мажоритатя жокурилор концин елементе легате де фелул де мункэ ши де вяцэ ын ануите епочь историче.

Жокуриле мобиле сынт ниште мишкэрь ку карактер емоционал, кондиционате де ануите регуль, каре ажутэ сэ апречиезе резултатул финал ал жокулуй орь чел кантитатив.

Жокул мобил есте ун мижлок принчипал ын едукаря мултелатералэ а копиилор де ырстэ прешколарэ. О трэсэтурэ карактеристикэ а лор есте – инфлуенца комплексэ асупра организмулуй ши асупра тутурор латурилор персоналитэций копилулуй. Активитатя де мишкаре ын жокурь ши емоцииле позитиве че се наск, активизязэ прочеселе физиоложиче дин организм, амелиорязэ функцииле тутурор органелор ши системелор.

Жокуриле мобиле сынт соличитате пентру копий конформ партикуляриьтэцилор де ырстэ. Ын фонд, фиекаре жок мобил аре о ануитэ темэ легатэ де активитатя ши преукупэриле копиилор. Ын тимпул жокулуй копий активязэ ын конкорданцэ ку регулиле - черинце, каре-с облигатоаре пентру тоць партичипанций. Ку ажуторул регулилор се регламентязэ компортаря жукэторилор ши ынлеснеск едукаря унор аша

калитэць физиче ка: ажуторул речипрок, колективизмул, синчеритатя, дисциплина.

Жокуриле мобиле фортификэ сэнэтатя, дезволтэ атенция, спиритул де обсервацие, кэлеск воинца ши ажутэ ла формаря карактерулуй индивидуал. Еле контрибуе ла перфекционаря физикэ ши моралэ а копиилор, ла атражеря луй ын секций sportive ш.а.

Жокуриле ый оферэ копиулуй сэ се дезволте ментал, сэ девинэ май енержик, еластик, май виой ши плин де вяцэ.

Денумиря	Концинулул жокулуй	Ск
-----------------	---------------------------	-----------

<p>«Мама ла плэчинте фаче»</p>	<p>Копий фак ун черк. Едукаторул стэ ын чентрул черкулуй. Тоць кынтэ ши ын ачелаш тимп имитэ акциуниле респективе:</p> <p style="text-align: center;">Мама ла плэчинте фаче, Яр буника лынэ тоарче. Тата тае ла рындя, Дар еу фак мереу аша. Мошул тае лемнеле, Дар еу стринг сурчелеле. О фетицэ дэ ла пуй , Дар еу ын копак мэ суй.</p>	<p>Ачес дэзв атен капачи визу спири мор ворбир о моби ми</p>
<p>«Де-а чоареле»</p>	<p>Копий мичь пун мыниле уна песте алта, цинынд ку дежетеле пеля де десубт ши зик:</p> <p style="text-align: center;">-Кар-р, чоарэ -Де ла моарэ, -Ку фэина-н поалэ! -Кар-р, кар-р!</p> <p>Терминынд де зис ачестя, ымпрэштие ындатэ мыниле, ка ши кум ар збура чоареле. Тоць рыд.</p>	<p>Ачес дэзв атен емо пози ворбир о моби ми</p>
<p>«Де-а пэсэриле»</p>	<p>Копий «пэсэриле» се ашазэ ын диферите локурь «куйбурь». Унул стэ ын чентрул ши зиче:</p> <p>-Тоате пэсэриле. Скимбэ куйбуриле!</p> <p>Ла пронунцаря ултемулуй кувынт, «пэсэриле» требуе сэ скимбе «куйбуриле», яр стригэторул сэ окупе ун «куйб» либер. «Пэсэрика» каре а рэмас «фэрэ куйб» девине стригэтор ши жокул реынчепе.</p>	<p>Жоку петр пен консо деприн де м алер дэзв атен гынди</p>

		ориент спа
«Тренул»	Копий формязэ ун шир (тренул). Едукатоаря, ла групеле мичь сау ун копил. Ла семналул дат, ун флуер, тренул плякэ дин гарэ, мергынд трасеул стабилит динаинте. Тренул се опреште ын урмэтоаря гарэ. Копий мерг имитынд згомотул тренулуй.	Жоку петр пен консо деприн де во дезво атен гын лож
«Курелуша»	Копий стау ын черк, кот ла кот, ну се уйтэ ын урмэ. Унул дин ей е нумит «алергэторул». Ку о курелушэ ын мынэ, ел фуже ын журул черкулуй ши, пе необсервате о ласэ жос, ла спателе унуй жукэтор. Дакэ жукэторул, кэруя и с-а лэсат курелуша, обсервэ, ел требуе с-о ридиче репедеша сэ фугэ дупэ «алергэтор», кэутын д сэ-л ловяскэ ку еа ушор, де май мулте орь пе спате. «Алергэторул» фуже ын журул черкулуй о сингурэ датэ ши окупэ локул челуя, каре акума аре курелуша ын мынэ. Астфел жокул континуе.	Жоку петр пен консо деприн де алер а дез атен ориент спациу есте моби. ме,
«Акул ши аца»	Жумэтате дин група де копий сунт ашезаць ын черк ку о дистанцэ де апроапе ун метру ынтре ей. Се алеже ун копил, каре аре ролул де «ак» ши чейлалць копий дин групэ репрезинтэ «аца». Акул урмат де ацэ се депласязэ принтре копий че формязэ черкул, околинду-й. Ей пот	Жоку петр пентру ши апро

	<p>речита версуриле:</p> <p>«Акул харник митител, Траже аца дупэ ел!»</p>	<p>кунош але ди деприн ме</p>
«Де-а пенеле»	<p>Се алеже ун «ымпэрат», яр тоць чейлалць ышь пун кыте ун нуме: «панэ де кукош», «де гэинэ», «де рацэ» ш.а.м.д. Тоате «пенеле» се ашазэ пе ярбэ орь пе скауне. Вине «ымпэратул» ши «бате ла ушэ»:</p> <p>-Чок,чок,чок! -Чине-й аколо? -Ымпэратул! -че каутэ? -Пене! -Де каре? -Де кукош!</p> <p>Дакэ есте чинева ку нумеле «панэ де кукош», «ымпэратул» о я ши о дуче ла ел. Жокул континуэ пынэ кынд «ымпэратул» я тоате «пенеле».</p>	<p>Ачес аж копи сэ-шь л ши с дезв ворб контр перфек куношт интел есте моби ми</p>
«Локомо- тива»	<p>Копий формязэ ун шир. Ла групеле марь ау ролул де локомотивэ. Ла семналул дат, ун флуер, тренул плякэ дин гарэ, мергындрасеул стабилит динаинте. Тренул опреште ын урмэтоаря гарэ. Копий мерг имитынд згомотул тренулуй.</p>	<p>Ачес аж копи сэ-шь д гынди ориент спаци моби ме</p>
«Лупул ын беч»	<p>«Мама» о тримите пе «фийкэ» ын «беч» дупэ о оалэ ку смынтыне. «Фийка» се дуче, вине ынапой ши зиче: -Мамэ ын бечь есте ун луп!</p>	<p>Ачес дезв ворб</p>

	<p>«Мама» о май тримите о датэ, «фийка» се дуче, вине ынапой ши –тот аша. Ла фел ши а трея оарэ. Атунчъ «мама» зиче:</p> <p>-Я сэ мержем ку тоций ын беч!</p> <p>Ымпреунэ ку май мулць копий, се дук ын «беч», дар «лупул» ый еа дин урмэ. Дупэ че лупул принде кыць ва копий, «мама» вря сэ вадэ чинне-й май путерник. Траг о линие пе пэмынт. «Мама» ши «Лупул» се апукэ де мынь ши (фиекаре ажутат де «копий сэй») траг пынэ кынд унул дин ей трече линия. Група ачестуя есте бируитоаре.</p>	<p>пут рапид коорд ши ори ын спа моби. ме</p>
<p>«Де-а солдаций»</p>	<p>Копий, май алес бэеций, се аранжазэ ын доуэ рындурь егале, фацэ ын фацэ, ла вре-о трейзечъ –патрузечъ де пашь, циньнду-се де мынь. Фиекаре рынд ышь аре кэпитанул сэ-у. Унул динтре кэпитань се адресязэ челуйлалт:</p> <p>-Кэпитане, кэпитане, дэ-мь ун солдат!</p> <p>-Пе чине?</p> <p>-Пе (нумеле унуй жукэтор).</p> <p>Чел нумит аляргэ спре рындул опус де жукэторь, каре акума се цин фоарте стрынс де мынь ши се избеште ын ел аколо, унде креде кэй май слаб. Дакэ реушеште сэ рупэ рындул ышь еа ку ел 2 призониерь,дакэ ну рупе рандул рэмыне ел «призониер». апой чере «ун солдат» челэлалт кэпитан. Жокул континуе пынэ кынд ун рынд «ынсэрэчеште» ку тотул, орь рэмыне доар кэпитанул.</p> <p>Солдаций, каре фуг сэ рупэ ланцул, н-ау вое сэ се избяскэ ку коателе орь ку умерий песте мыниле уните але адверсарилор. Ну се поате ка жукэторий сэ-шь десприндэ мыниле фэрэ ымпотривире (ка сэ ну кадэ чел каре рупе ланцул).</p>	<p>Ачес дезволт ажер гын, ориент спациу моби. ме</p>

	<p>(стрикэ вре-о кытева грэмэжоаре де нисип орь ярбэ).</p> <p>«Кынеде латрэ» ши «пазникул» ый я пе фугэ. Пе каре-л принде «ыл бате». Ши апой фак ла фел пынэ кынд сынт «фураць» тоць «харбужий». Дупэ ачаста пот алеже алт «пазник» ши «кыне» ши сэ ынчапэ жокул дин ноу.</p>	<p>аре о мо</p> <p>ме,</p>
<p>«Де- а пуя – гая» (де-а клошка ку пуй)</p>	<p>Ла ачест жок се алеже о «клошкэ» ши о «гае» (улиу), яр чейлалць копий жоакэ ролул (пуилор). «Гая» вря сэ фуре де ла «клошкэ» ун «пуй», яр ачештя, ка сэ се апере, се апукэ унул де алтул ку брацеле пе ла спате, формыннд асфел ун ланц, ын капул кэруя се афлэ «клошка». Кынд «гая» се репедэ сэ ынхаце вре-ун «пуй» (де обичей пе чел де ла коада ланцулуй). «клошка» ый есе ын апэраре. «Гая» се репедэ ла «пуй» ба динтр-о парте, ба дин алта, яр ей респинг актив атакуриле. Феринду-се де «гае», ланцул се ындоае ба ынтр-о парте, ба ын алта. Дакэ «гая» реушеште сэ рупэ дин ланц ун «пуй, ачеста есте дат ла о парте ши жокул континуэ.</p> <p>Кынд «гая» принде 3 орь 4 «пуй» (дупэ кондиция стабилитэ ла ынчепут), жокул се ынтрерупе пентру а алеже о ноуэ «гае» ши о ноуэ «клошкэ». Дупэ аста жокул континуэ ын ачеяш ордине. Пентру организаря май реушитэ а ачестуй жок есте невое де ун терен нетед, дрепт фэрэ обстаколе. Бируиторул поате фи декларат де жукэторул, каре, интерпретязэ ролул «гаей», а принс ун нумэр кыт май маре де «пуй».</p>	<p>Ачес</p> <p>дезв</p> <p>атен</p> <p>рапид</p> <p>ориент</p> <p>спац</p> <p>инвенц</p> <p>де о мо</p> <p>ма</p>
<p>«Де-а инелул аскунс» (питречика)</p>	<p>Копий се ашазэ пе скауне ынтр-ун рынд. Ей цин палмеле ымпреунате ши стрынсе ынтре женункь. Унул динтре копил, каре есте кондукэторул, аре ын палмеле луй ымпреунате ун инел (орь алт объект мик). Ачеста луынд рындул де ла капэт, ынTRODуче палмеле</p>	<p>Ачес</p> <p>дезв</p> <p>атен</p> <p>капачи</p> <p>визуа</p>

	<p>ымпреунате ынтре палмеле десфэкуте (пентру ун момент) але фиекэруй жукэтор. Ел ласэ пе необсервате инелул ын палмеле куйва. Поате сэ трякэ ши де доуэ –трей орь рындул, пентру а фи ынцелес май ку греу унде есте инелул. Унул динтре жукэторь, хотэрыт прин сорць ла ынчепутул жокулуй, требуе сэ гичяскэ ла чине есте инелул. Дакэ гичеште, ел трече ын локул кондукэторулуй, яр ачеста –ын ал челуя ла каре ера инелул. Дакэ ну гичеште ел ши кондукэторул рэмын ын ролуриле векь а жокулуй.</p> <p>Ын алте пэрць жокул се нумеште «Де-а петричика». Ын казул ачеста чел че гичеште ла чине-й петричика зиче урмэтоареле версурь:</p> <p style="text-align: center;">-М-а тримис мама ши тата Сэ гэсеск ын мынэ пятра, Пятра есте – н мына аста!</p>	<p>си калит морале о моб ми</p>
<p>«Де-а кайй»</p>	<p>Есте ун жок симплу ку карактер дистрактив, каре ну нечеситэ кондиций спечиале, поате фи организат ын орьче спациу либер. Жоакэ кыте дой, унул дин ей интерпретязэ ролул «калул», яр алтул –ролул «визитиул». «Калул» аре пе дупэ умерь о фрынгиуцэ лунгэ, че имитэ хэцул, яр «визитиул» цине капэтул дин урмэ ал хэцулуй ку о мынэ, яр ын чялалтэ авынд ун бич. Се адунэ 2-5 астфел де перекеь («калул» ынаинте, «визитиул» дупэ ел) ши, ла ун семнал дат, еле ынчеп сэ алеже пе ун трасеу динаинте стабилит, ынтрекынду-се каре переке ва ажунже май репедэ ла линия финишулуй. Пе паркурсул ынтречерилор, пентру а фаче жокул май интересант, «каий» сар, некязэ ши звырл дин пичоаре,</p>	<p>Ачес перфек мишкэ базэ ал сэрит дезволт атен колекти диб ориент спациу мобл ма</p>

	<p>ын тимп че «визитий» ый струнск ку хэцуриле, покнск дин бич ши-й ындямнэ сэ алерже кынт май репедэ.</p>
<p>«Бецишорул»</p>	<p>Жокул поате фи организат атыт ын ынкэпере, кыт ши ла аер либер. Дакэ нумэрул партичипанцилор есте пря маре (20-30) ей пот фи ынмпэрциць ын 2-3 субгрупе, каре жоакэ фиекаре апарте. Се алеже ун жукэтор каре ва аскунде бецишорул ши алтул каре ва требуи сэ гичяскэ ла чине-й аскунс.</p> <p>Чейлалць партичипанць се ашазэ ынтр-ун рынд пе о банкэ лунгэ, пе скауне орь пе ярбэ (ку фаца спре интериорул ынкэперий орь теренулуй де жок), циньнд мыниле пе женункь, ку палмеле липите ын позиции вертикалэ.</p> <p>Аскунзэторул цине ынтре палмеле липите ун бецишор де мэримя унуй кибрит,пе каре-л ва трече пе рынд принтре палмеле уните але фиекэруй партичипант (де ла стынга спре дряпта, орь инверс), лэсынд бецишорул пе необсервате ла унул дин ей.</p> <p>Жукэторул –гичитор ын ачест момент стэ ла о парте ши</p>

Ачес
дэз
ате
капачи
спири
морале
о моби
ми

	<p>урмэреште атент мишклриле аскунзэторулуй.</p> <p>Кынд акциуня де аскундере а луат сфыршит, ел ва требуи сэ гичяскэ ла чине се афлэ бецишорул.</p> <p>Дакэ а гэсит бецишорул, ролуриле жукэторилор се скимбэ ын фелул урмэтор: гичиторул девине аскунзэтор, жукэторул ын мыниле кэруя а фост гэсит бецишорул – гичитор, яр аскунзэторул трече ын локул ачестуя.</p> <p>Дакэ, ынсэ, гичиторул н'а афлат ла чине а фост аскунс бецишорул, жокул ва реынчепе ку о ноуэ репризэ, ын каре партичипанций вор интерпрета ачеляшь ролурь.</p> <p>Дакэ ын декурсул а 3-5 репризе (дупэ кум с'а стабилит ла ынчепутул жокулуй), гичиторул ну реушеште сэ гичяскэ ла чине-й бецишорул , ел ва фи скос дин жок ши ынлокуит ку примул жукэтор де ла фланкул дрепт.</p>	
<p>«Гичь ал куй е гласул?»</p>	<p>Ачест жок се поате фи десфэшурат атыт ын ынкэперь ши сэль sportive, кыт ши ла аер либер пе теренурь де жок. Жукэторий се аранжазэ ын черк. Унул дин ей, нумит динаинте, я лок ын мижлокул черкулуй ши ынкиде окий. Ла семналул кондукэторулуй жукэторий се депласязэ ын черк ши скандязэ ритмик:</p> <p style="text-align: center;">Чулеште-ць урекия бине Сэ ведем гичешть орь ба, Чине те-а стригат пе тине? Хай , гичеште ну май ста!</p> <p>Ын ачест момент унул дин жукэторь ростеште ку глас скимбат нумеле челуй ку окий ынкишь каре се афлэ ын черк. Ачеста требуе сэ гичяскэ чине л-а стригат. Ла команда кондукэторулуй ел дескиде окий ши аратэ чине й-а нумит нумеле. Дакэ а гичит, тоць ростеск ын кор:</p> <p style="text-align: center;">Ай гичит, ай гичит!</p>	<p>Ачест жок се поате фи десфэшурат атыт ын ынкэперь ши о моби</p> <p>сэль sportive, кыт ши ла аер либер пе теренурь де жок. о моби</p> <p>Жукэторий се аранжазэ ын черк. Унул дин ей, нумит меди</p> <p>динаинте, я лок ын мижлокул черкулуй ши ынкиде окий. дезв</p> <p>Ла семналул кондукэторулуй жукэторий се депласязэ ын атен</p> <p>черк ши скандязэ ритмик: ком</p> <p style="text-align: center;">Чулеште-ць урекия бине кабил</p> <p style="text-align: center;">Сэ ведем гичешть орь ба, стэпыл</p> <p style="text-align: center;">Чине те-а стригат пе тине? сине, а</p> <p style="text-align: center;">Хай , гичеште ну май ста! ориент</p> <p>Ын ачест момент унул дин жукэторь ростеште ку глас спациу,</p> <p>скимбат нумеле челуй ку окий ынкишь каре се афлэ ын товэр</p> <p>черк. Ачеста требуе сэ гичяскэ чине л-а стригат. Ла</p> <p>команда кондукэторулуй ел дескиде окий ши аратэ чине</p> <p>й-а нумит нумеле. Дакэ а гичит, тоць ростеск ын кор:</p> <p style="text-align: center;">Ай гичит, ай гичит!</p>

	<p style="text-align: center;">Тречь ын черк – фий мулцэмит!</p> <p>Жукэторул дин чентрул черкулуй трече ын локул челуя, каре й-а ростит нумеле, яр ачеста вине ын чентрул ши жокул континуэ. Дакэ, ынсэ, н'а гичит, ел рэмыне ын чентрул черкулуй, яр жукэторий терминэ ын кор куплетул:</p> <p style="text-align: center;">Н'ай гичит, н'ай гичит!</p> <p style="text-align: center;">Стай пе лок, ешть пэкэлит!</p> <p>Дакэ жукэторул ну гичеште де 3 сау де 5 орь ла рындатунчь, ел ва трече ын черк, яр алт партичипант ва окупа локул ын чентру.</p> <p>Кондукэторул де фиекаре датэ требуе сэ нумяскэ ын преалабил жукэторул каре ва росте ку глас скимбат нумеле челуй дин чентру. Жукэторий требуе сэ ынвеце текстул ынаинте де ынчеперя жокулуй.</p>	
<p>«Шоаречеле ши писика»</p>	<p>Поате фи организат афарэ пе терен орь ын салэ, ку партичипаря а 20-30 де бэець ши фетице де ачеша вырстэ, каре, стындр ла ун пас унул де ла алтул ши циньнду-се де мынь, формязэ ун черк. Черкул аре доуэ порць (локурь ын каре жукэторий ну се цин де мынь). Се алеже ун «шоарече», каре се афлэ ын чентрул черкулуй ши о «писикэ», каре ла ынчепутул жокулуй се ва афла ын афара черкулуй. «Писика», ынчеркынд сэ-л приндэ пе «шоарече», ва алерга ын журул черкулуй ши кяр ва путя ынтра ын интериорул луй, дар нумай прин порциле дескисе але ачестуя. «Шоаречеле», фуужинд де «писикэ», аре вое сэ ынтре ын черк ши сэ ясэ дин ел атыт прин порць, кыт ши пе суб брацеле ридикате але жукэторилор, каре-й ушурызэ астфел салваря. Кынд «писика», ын гоанэ дупэ «шоарече», ынчаркэ сэ трякэ</p>	<p>Ачест ж де моби меди дезволт атен коорд мишкэ сим товэрэ мэр интерес де к диф актив</p>

ши еа пе суб мыниле ридикате але жукэторилор, ачештя кобоарэ бруск мыниле ын жос, ымпедикынду-й астфел тречеря ши форцинд-о сэ се фолосяскэ де уна дин порциле черкулуй.

Пентру а-л сокоти пе «шоарече» принс, е дестул ка «писика» сэ-л атингэ ку мына пе орьче парте а корпуслуй. Дин момент че «шоаречеле» а фост принс де «писикэ», ей ышь вор скимба ролуриле. Дакэ, ын тимп де апроксиматив де доуэ минуте «писика» ну-л поате принде пе «шаорече», жокул ва фи ынрерупт. Ей вор ынтра ын черк, яр ын локул лор се вор алеже алт «шаорече» ши алтэ «писикэ»

Жокул поате фи динамизат прин скимбаря локулуй порцилор. Пентру копий ачест жок репрезинтэ о дистракцие плэкутэ ши атунчь кынд ну се пречизязэ кыштигэторий. Дар пентру а ле мэри интересул, се поате апречия ла сфыршитул жокулуй «чел май истец шоарече» (каре н'а фост принс ничодатэ, орь а фост принс де челе май пуцине орь).

Жокул поате фи ынсоцит де стригэтурь:

Кынд писика ну-й акасэ,

Шоаречеле стэ пе масэ.

Кынд писика се ивеште,

Шоричелул о збугеште!

сау:

Писика стэ ла пындэ

Пе шоричел сэ'л приндэ

Микуцу-й юте де пичор

Ну се ласэ принс ушор!

Версуриле сынт ростите ын кор де жукэторий афлаць ын

	черк.	
«Объектул аскунс»	<p>Ла ынечепут се ва стабили ын че ордине вор екзекута партичипанций ролул принчипал ал челуй че каутэ объектул аскунс (дупэ буна пуртаре, дупэ ынэлциме, дупэ алфавет орь прин тражере ла сорць). Одатэ десемнат, кэутэторул ва еши пентру 1-2 минут дин ынкэпере (орь ышь ва лега окий, дакэ жокул се десфэшоарэ афарэ). Ын ачест тимп чейлалць партичипанць ла жок вор аскунде ку искусинцэ объектул ын каузэ (о минже, о мэнушэ, ун крейон, ун чот де лемн ш.а.). Ын тимп че кэутэторул ынчепе кэутаря объектулуй, колежий ый акордэ ун оарекаре ажутор прин пронунцаря кувинтелор: рече (кынд ел се афлэ департе де объект), кэлдуц (кынд се депласязэ ын дирекция объектулуй), калд (кынд се апропие корект де объект) ши фербинте (кынд есте ын имедиата апропиере де объект). Кынд объектул е гэсит, жокул ва континуа ку о ноуэ репризэ де аскундере ши ку ун ноу кэутэтор. Ын скопул диверсификэций жокулуй пот фи фолосите алте кувинте сау акциунь каре ыл вор ажута пе кэутэтор сэ гэсяскэ объектул аскунс. Де екземплу: нумиря кулорилор де базэ (албастру, верде, галбен, рошу) орь бэтэй дин палме (рар, май дес, репезь, репезь де тот).</p>	<p>Ачест ж ун жо моби. микэ дэзв атенци ориент спац инве</p>
«Баба-оарба»	<p>Ла жок пот партичипа де ла 5 пынэ ла 20 де жукэторь, индиферент де секс. Се алеже о «бабэ-оарбэ», кэрея и се лягэ окий ку басма орь ку фулар. Чейлалць се ымпрэштие пе теренул де жок ын журул ей. Ла семналул кодукэторулуй «баба-оарба» ынчепе сэ се депласезе пе терен ын кэутаря жукэторилор, каре стау тэкуць, пе локуриле окупате динаинте, фэрэ сэ се миште. Пентру а о</p>	<p>Практ ачесту дезволт атенц ориент спа кому</p>

	<p>дезориента пе «баба-оарба», кондукэторул о ынвыртеште пе лок де кытева орь ши нумай дупэ аста еа ва порни ла принс.</p> <p>Примул жукэтор каптурат де «баба-оарба», ышь скимбэ локул ку еа ши жокул ва континуа.</p> <p>Варианта 2 «Баба-оарба», принзынду-л пе жукэтор, требуе сэ-й гичяскэ ши сэ-й пронунце нумеле (дупэ ымбрэкэминте, дупэ дименсиуниле корпусулуй, пе каре ле апречиязэ нумай прин контактул ку мыниле, фэрэ а-шь дезлега окий). Дакэ еа на гичит ши на растит корект нумеле челуй принс, «баба-оарба» ва континуа жокул ын ачешь компоненцэ ши ачелаш рол, ку окий легаць.</p>	<p>невер</p> <p>диб</p> <p>резис</p> <p>куражу</p> <p>жок ес</p> <p>моби.</p> <p>ма</p>
<p>«Де-а леапша» (де-а принселя)</p>	<p>Унул динтре челе май симпле ши май рэспындите жокурь ла копий. Ел поате фи организат пе орьче терен дескис, атыт афарэ ла аер либер, кыт ши ын сэль sportive.</p> <p>Партичипэ ла жок 15—20 де бэець ши фете, де ачешь вырстэ ши де ачешь прегэтире физикэ. Есте де дорит ка теренул де жок, дакэ есте пря маре, сэ фие делимитат визибил (ку кретэ орь ку нисип) прин доуэ линий де фонд ши доуэ линий латерале, евентуал прин 4 стегулеце ашезате ын челе 4 колцурь але луй. Мэримя теренулуй ва депинде де нумэрул ши вырста партичипанцилор.</p> <p>Жукэторий се ситуязэ либер пе теренул де жок.</p> <p>Прин тражере ла сорць (прин ынцележере орь дупэ алфабет) се алеже ун «принзэтор», каре ла семналул арбитраулуй ычепе а алерга дупэ жукэторь, ынчеркынд сэ-л приндэ пе унул дин ей. Жукэторул принс ышь скимбэ дин мерс ролул ку «принзэторул» ши жокул ва континуа ку о ноуэ фазэ, фэрэ ынтрерупере.</p>	<p>Ачест</p> <p>о моби</p> <p>маре д</p> <p>ындем</p> <p>ши ат</p> <p>вите</p> <p>алерга</p> <p>форц</p> <p>кул</p> <p>ши ори</p> <p>ын сп</p> <p>исте</p> <p>резис</p> <p>кура</p>

Ын скопул де а диминуа ынкордаря жокулуй се поате ынтродуче о паузэ ын моментул скимбэрий «принзэторулуй» — ачеста, фиинд принс, се опреште ши, ридикындр о мынэ ын сус, стригэ таре: «Еу принд!» сау «Еу сынт ляпша!». Пентру а путя фи май ушор идентификат, «принзэторул» («ляпша») ва пурта пе брац о пангликэ колоратэ орь о батистэ де мынэ, каре се ва трансмите ноулуй «принзэтор».

Прин приндере се ынцележе симпла атинжере а жукэторулуй ку палма. Ноул «принзэтор» ва путя принде нумай дупэ че шь-а стабилиит семнул де дистинкцие ши а анунцат ку глас таре кэ ел есте «ляпшэ». Ел, ын-сэ, н'аре вое сэ-шь ынчапэ мисиуия прин приндера фостулуй «принзэтор». Кышд жукэторул урмэрит депэшеште лимителе теренулуй де жок, ел ва фи сокотит принс ши ва девени имедиат «ляпшэ». Жокул контииуэ о дуратэ анумитэ де тимп, стабилитэ ла ынчепут прин ынцележере (де екземплу 10-15 мин) дупэ каре ва фи пречизат кыштигэторулуй — жукэторулуй каре н'а фост принс ничодатэ де «ляпшэ» сау а фост принс де челе май пуцине орь.

Пентру а ну фи приншь, жукэторий урмэриць пот фолоси ын фуга лор диферите елементе дерутанте ка: скимбэрь де дирекцие, фенте ши оприрь неаштептате, плонжэрь пе терен ш. а. м. д.

Кынд нумэрулуй партичипанцилор ла жок есте пря маре (песте 20) орь теренул де жок пря ларг, се рекомандэ алежеря а 2—3 «ляпше».

Варианта 2

«Ляпша ку гемуире»

Организаря ши десфэшуаря жокулуй сынт ачеляшь ка ла варианта пречедентэ, ку деосебиря кэ жукэторул урмэрит поате скэпа де приндере прин оприре ши гемуире. Пентру а активиза жокул се поате ынтродуче о регулэ, дупэ каре жукэторул гемуит н' аре вое сэ стее ын ачастэ позиции май мулт де 3 сек. Дакэ, ынсэ, гемуиря ва депэши ачастэ дуратэ, «ляпша» ыл ва путя принде ши ын ачастэ позэ. «Ляпша» н' аре вое сэ стее ла пындэ лынгэ жукэторул гемуит ын аштептаря челор 3 сек атыт тимп, кыт пе терен се май афлэ алць жукэторь неприншь ши негемуиць.

Варианта 3 «Ляпша ку кокоцаре»

Жукэторий урмэриць де «ляпшэ» се вор путя салва прин уркаря ку пичоареле пе ун объект оарекаре. Ачест жок есте потривит пентру сала спортивэ, унде се афлэ объекте пе, каре жукэторий се пот кокоца: бэнчь сау салтеле де жимнастикэ, минжь медицинале, перете де жнмнастикэ, скауне ш, а,

Варианта 4

Ляпша ку ынкручишаре»

Жукэторий-фугарь се пот салва унул пе алтул, ынтретэинд (ынкручишынд) друмул динтре «ляпшэ» ши чел урмэрит. Имедиат че ынкручишаря друмурилор а авут лок, «ляпша» ва фи облигатэ сэ-л приндэ пе жукэторул, каре й-а тэят друмул. Жокул ва континуа пынэ кынд «ляпша» ва реуши сэ-л приндэ пе унул днн жукэторий каре й-а ынкручишат друмул. Дупэ аста чел принс ва девени «ляпшэ» ши жокул ва континуа ку о ноуэ репризэ.

Варианта 5

«Ляпша ку ажотор» Кондицииле жокулуй рэмын

	<p>ачеляшь ка ла вариантеле пречеденте. «Ляпша» принде, чейлалць аляргэ пе теренул де жок. Кынд унул дин чей урмэриць есте ын примеждие де а фи принс, ел кямэ ын ажуктор пе ун алт жукэтор, стригынд ын фелул урмэтор: «Мария, дэ мына!». Луынду-се де мынэ, амбий жукэторь скапэ де урмэрире, дар имедиат че периколул а трекут перека требуе сэ се деспартэ. Ла кемаре требуе сэ винэ нумай чел стригат; ын каз коитрар, перека форматэ нереглементар поате фи принсэ де «ляпшэ». Се консидерэ принс ачела каре а фост атинс де «ляпшэ» ынаинте де а да мына ку жукэторул пе каре л-а стригат пентру а форма перека. Чел принс девине «ляпшэ», анунцэ деспре аста ку глас таре ши жокул ва континуа.</p> <p>Се интерзиче афларя жукэторилор ын перець пентру а се салва де «ляпшэ» май мулт де 3 сек.</p> <p>Варианта 6</p> <p>«Ляпша ынтр'ун пичор»</p> <p>Пентру а се салва де ла приндере, жукэторул урмэрит де «ляпшэ» адоптэ позиция «стынд ынтр'ун пичор», пе каре о ва путя фолоси чел мулт 3 сек. Кынд жукэторул урмэрит адоптэ позиция ынтр'ун пичор, челэлалт пичор требуе ындоит де ла женункь ынапой ши апукат де глезнэ ку мына дин ачеш парте. Дакэ ачастэ позичие ну се ва адопта ла тимп, «ляпша» ыл ва путя принде.</p>	
<p>«Инелул ынвырте-куш»</p>	<p>Партиципанций ын нумэр де 10-12, луынду-се де мынь, формязэ ун черк ку фаца спре чентрул луй. Ын мижлокул черкулуй се афлэ едукатоаря ши унул дин копий, пласат ын позиция де сприжин гемуит (пирострие), спинаря ынковоятэ, капул аплекат ын жос ши ку окий ынкишь. Ла семналул едукатоарей копий дин черк се апропие де</p>	<p>Ачес дезвол аузул, ши ори ын спа есте</p>

	<p>колегул лор дин чентрул ши-шь пун дежетул арэтэтор ал мыний дрепте пе спинаря луй. Май апой едукатоаря ышь пуне дежетул арэтэтор ал мыний дрепте пе унул дин дежетеле копиилор, ынсоцинд ачастэ акциуне прин урмэтоареле кувинте:</p> <p style="text-align: center;">Инелу –ынвыртекуш, Пе ал куй дежете ми л-ам пус?</p> <p>Копилул афлат ын чентру ышь дескиде окий ши ынчаркэ сэ гичяскэ нумеле челуя де ал кэруй дежете с'а атинс едукаторул. Дакэ а гичит, ел ва трече ын черк ын локул челуй нумит, яр ачеста дин урмэ ва вени ла чентрул черкулуй ши жокул ва континуа ку о ноуэ репризэ.</p> <p>Ын ачест тимп копий афлаць ын черк вор рости ын кор:</p> <p style="text-align: center;">Браво, браво –ай гичит! Треч ын черк –фий мулцумит!</p> <p>Атунч кынд чел дин черк ну-л гичеште динтр'одатэ пе копилул ку дежетул пресат, ел ва континуа сэ рэмынэ ын чентрул черкулуй пентру о ноуэ фазэ де жок.</p> <p>Ын ачест каз копий вор сканда:</p> <p style="text-align: center;">Н'ай гичит, н'ай гичит! Стай пе лок, те-ай пэкэлит!</p> <p>Докэ жукэторул дин чентру ну грешеште де трей орь ла рынд, ел ва фи скимбат.</p>	<p>моби. ми</p>
<p>«Батеря палмелор»</p>	<p>Есте ун жок дистрактив каре се практикэ де копий ын моментеле де репаус. Дой партичипанць се ашазэ пе скауне фацэ'н фацэ ку палмеле пе женункь. Ла ун семнал дат ей ынчеп жокул. Май ынтый, ей бат ку палмеле пе женункь, апой ын-шь бат палмеле дрепте уна де алта ши репетэ батеря амбелор палме пе женункь. Дупэ аста ей ышь бат палмеле мыний стынжь уна де алта ши апой дин</p>	<p>Жокул контр дезв атен мемор ындем мотри</p>

	<p>ноу ышь бат амбеле палме де женункь. Урмязэ батеря палмелор стынга ку стынга ши дряпта ку дряпта (ын круче), ши ярэшь се репетэ батеря амбелор палме пе женункь.</p> <p>Чиклул де мишкэрь ши батерь але палмелор се репетэ, пынэ кынд унул дин жукэторь ва комите о грешалэ ши ва еши дин жок. Чел каре ва кыштига ва континуа сэ жоаче ку алць партичипанць, каре ышь аштяптэ рындул, орь ку ынвингэторул алтей перекь. Жокул поате фи компликат, бэтынд ку палмеле де женункь де доуэ-трей орь ла рынд сау фэкынд бэтэй кручише ын женункь (ку палма стынгэ ын женункюл дрепт ши ку дряпта ын чел стынг).</p>	<p>есте моби. ми</p>
<p>«Вынэторул, врабия ши албина»</p>	<p>Партичипэ жукэторь де ачелаш секс ши вырстэ ынтр'ун нумэр каре есте дивизибил ку 3 (9-12-15...), дар ну май мулт де 30.</p> <p>Прин енумераря де ла 1-2-3 орь прин орьче алт прочедеу, ей се вор ымпэрци ын групурь де кыте трей, ын компонента кэрора примул партичипант ва интерпрета ролул «вынэторулуй», ал дойля – ролул «врабией», яр ал трейля –ролул «албиний». Прима «тройкэ» се пласязэ ын чентрул теренулуй де жок, ла дистанце де 4-5 м унул де ла алтул, ын тимп че чейлалць партичипанць алкэтуеск ун черк кыт май маре ын журул лор, фэрэ а се апука де мынь, ла ун интервал де чел пуцин ун метру ынтре ей.</p> <p>Ла семналул арбитраулуй ей ынчеп а алерга прин черк ши ын афара луй ын фелул урмэтор: «вынэторул» аляргэ дупэ «врабие» с'о приндэ, дар се фереште де «албинэ» ка сэ ну-л «ынцепе»; «врабия» аляргэ дупэ «албинэ» с'о мэнынче, дар се фереште де «вынэтор» сэ н'о приндэ;</p>	<p>Ачест ж градул мобилю де ефор чере диб атен прек пентру фи е трау поси</p>

	<p>«албина» аляргэ дупэ «вынэтор» сэ-л ынцепе, дар се фереште де «врабие» сэ н'о мэнынче.</p> <p>Ын фелул ачеста фиекаре аляргэ дупэ чинева, дар се фереште де алтул сэ ну фие принс. Кынд унул дин жукэторь л-а принс пе чел урмэрит, ей се вор скимба ку алт групп де трей жукэторь дин черк. Пентру а-л сокоти пе адверсар принс, ва фи дестул ка ел сэ фие атинс ку палма пе орьче парте а корпусулуй.</p>	
<p>«Де-а мижатка»</p>	<p>Ку ажуторул уней нумэрэторь се алеже ун жукэтор, каре, ынкинзынду-шь окий, се ынтоарче ку фаца спре «царк» (перете, копак орь стылп), ын спате авынд теренул де жок. Чейлалць жукэторь се ымпрэштие пе терен ши се аскунд дупэ диферите объекте астфел, ка сэ ну фие вэзуць де ла «царк».</p> <p>Ын тимп че жукэторий се аскунд, чел де ла «царк» нумэрэ пынэ ла 10,20 орь 30 (дупэ кум с-ау ынцелес ла ынчепутулу жокулуй). Терминынд де нумэрат, ел дескиде окий, се ынтоарче спре теренул де жок ши ынчепе а-й кэута пе чей аскуншь, депласынду-се ла пас орь алергынд де ла ун лок ла алтул.</p> <p>Кынд зэреште пе вреунул дин чей аскуншь, требуе сэ-й ростяскэ нумеле, сэ нумяскэ локул унде с-а аскунс ши, алергынд репедэ, сэ се ынтоаркэ ла «царк» пентру а марка прин трей ловитурь ку палма де перете (сау копак), ынсоцинд акциуня ку кувинтеле:</p> <p>«уну,дой, трей –Петрикэ есте принс». Астфел ел ый гэсеште пе тоць жукэторий аскуншь.</p> <p>Дакэ, ынсэ, жукэторул дескоперит реушеште примул сэ ажунгэ ла «царк» ши сэ батэ де трей орь ку палма ын семн де сосире, ел се консидерэ кыштигэтор ши ну ва</p>	<p>Ачест о моби мед тим жоккул дезв атен реан ориент спа иску рэб</p>

	<p>фигура принтре чей приншь. Ын каз дакэ а фост дескоперит нумай ун сингур жукэтор, ел мижи ла «царк» ши жокул реынчепе. Атунчь кынд ау фост дескопериць дой сау май мульць жукэторь, ей вор цине «сфат» ши фиекаре ышь ва алеже кыте ун нуме (де флорь, объекте, анимале).Презентынду-се ын фаца челуй де ла «царк», унул дин ей ростеште нумеле че ши ле-ау алес, фэрэ а индика пе фиекаре ын парте.Чел де ла «царк» алеже унул дин ачесте нуме, жукэторул кэруя ый апарцине нумеле ва мижи ши тотул ва порни де ла ынчепут.</p>	
<p>«Флориле»</p>	<p>Динтре копий се алеже ун «грэдинар», каре пуне фиекэруй жукэтор нумиря уней флорь: Георгинэ, Бужор, Трандафир, Лилияк, Стынженел ш.а.м.д. Тоате флориле се ашазэ ынтр-ун ранд. «Грэдинарул» се апропие де о флоаре, каре зиче:</p> <p style="text-align: center;">-Оф, мэ доаре!</p> <p style="text-align: center;">-Че те даоре? –ынтрябэ «грэдинарул».</p> <p style="text-align: center;">-Инима!</p> <p style="text-align: center;">-Пентру чине?</p> <p style="text-align: center;">-Пентру о флоаре!</p> <p style="text-align: center;">-Че фел де флоаре?</p> <p style="text-align: center;">-Георгинэ! (сау алтэ флоаре).</p> <p style="text-align: center;">«Георгина» требуе сэ ынчапэ ачеш конвeрсацие ку «грэдинарул».</p> <p>«Георгина» спуне о алтэ флоаре ш.а.м.д.</p> <p>Каре ынтырзие ку фраза «Оф, мэ доаре», дэ грэдинарулуй ун «фант», адикэ ун оарекаре объект: болд, батистэ, фрунэ... Дэ фант ши ачел каре грешеште, спунынд о флоаре, нумеле кэрор ну о поартэ нимень динтре жукэторь. Се жоакэ аша пынэ кынд ун копил аре дате</p>	<p>Ачест о моби мед тимпул жок дезв ворб гын ориент спа иску рэб драгос фру</p>

	<p>чинч «фантурь». Чел каре аре май пущине «фантурь» орь нич унул се ынтоарче ку спателе, яр «грэдинарул», луынд ын мынэ ун «фант» ыл ынтрябэ: -Ал куй е «фантул» иста? -Ал куй ар фи, сэ и-л дай ынапой! -Че порункэ сэ-мпляскэ? Ачеста спуне о оарекаре порункэ: сэ фугэ пынэ ла ун анумит лок, сэ адукэ ун объект, сэ спуне о поезие ш.а. Ши аша се фаче, пынэ кынд сынт ынтоарсе тоате «фантуриле».Ку ачеста жокул се терминэ.</p>	
<p>«Де-а инелушу – ынвыртекуш»</p>	<p>Ун копил, кэзут ла сорц, се ашазэ ын женункь, ку капул плекат. Чейлалць копий пун кыте ун дежете пе спинаря луй, астфел ка ырфуриле дежетелор сэ формезе ун черк. Алтул, ла фел кэзут ла сорць, ышь мишкэ дежетул луй пе ачест черк ши ростеште: -Инелуш –ынвыртекуш, Гичь пе-ал куй дежет ам пус? Ла растиря ултимулуй кувынт нумэрэторул се опреште ла дежетул жукэторулуй респектив. Дакэ ачел де жос гичеште ал куй е дежетул, ел девине «ынтребэтор», яр «гичитул» ый я локул. Дакэ ну гичеште, рэмыне тот ел ку фаца ын жос. Ын алтее пэрць чел че ынтрябэ аре ын мынэ ун инел пе каре-л пуне пе черкул дежетелор , зикынд: -Инелуш –ынвыртекуш, Пе ал куй дежет те-ам пус?</p>	<p>Жокул ар моби. микэ контр дезв атен мемор ындем мот</p>
<p>«Де-а поарка»</p>	<p>Теренул де жок требуе сэ фие нетед ши либер де орьче обстаколе, ку о супрафацэ каре депинде де нумэрул партичипанцилор (8—20). Жукэторий се аранжазэ ын формэ де черк ла ун интервал де дой пашь, фиекаре</p>	<p>Жокул ар моби. медие, д</p>

авынд ын мынэ кыте ун бэц де лемн ку лунжимя де 90—100 чм ши grosимя де 2—3 чм, пущин ынквооят ла капэтул де жос. Алэтурь де локул унде стэ, фиекаре партичипант ышь фаче о гропицэ атыт де маре, кыт сэ ынтре ырфул бэцулуй ын еа. «Поркарул», алес ла ынчепутул жокулуй прин тражере ла сорць, ышь фаче ши ел о гропицэ чева май маре ын мижлокул черкулуй (адынчимя — 10 чм, лэцимя — 20—30 чм), нумитэ гожиияцэ.

Жокул ынчепе ын моментул кынд «поркарул», афлат ын афара черкулуй, ынчепе а мына «поарка» (о минже де кырпе, о кутие гоалэ де консерве, ун ос ротунд орь ун чот де лемн) ку бэцул спре чентрул черкулуй, ла гожиияцэ, кэутынд сэ се стрекоаре ку еа приитре жукэторий каре формязэ черкул. Ачештя, ынсэ, се стэруе сэ-л опряскэ ши, ловиид «поарка» ку бецеле, каутэ сэ о «алунже» кыт май департе «ла пэскут» ын кымп.

Кынд жукэторий се алунгэ дупэ «поаркэ», «поркарул» аре дрептул сэ окупе ку бэцул сэу уна дин гропицеле дин черк, рэмасе темпорар либере. Дакэ о астфел де акциуне а поркарулуй реушеште, чей дой жукэторь ышь скимбэ ролуриле ынтре ей — «поркарул» рэмыне стэпын ал гропицей окупате, яр фостул ей стэпын девине «поркар» ши жоака континуэ.

Ын казул кынд «поркарул» ну реушеште сэ окупе нич о гропицэ рэмасэ либерэ, ел ва ынчепе дин ноу мынаря «поарчей» спре гожиияцэ. Дакэ ла уна дин ынчеркэрь «поркарул» реушеште сэ кондукэ «поарка» пынэ ла го-жинияцэ, ел кыштигэ жокул (реприза) ши капэтэ дрептул де а окупа лок ын черк, яр дин нумэрул жукэторилор дин

ындем
атен
резис
физи
юця
акц

	<p>черк ва фи алее ун алт «поркар», тот прин тражере ла сорць.</p> <p>Варианта 2</p> <p>Урмэторул «поркар» се май поате алеже ши алтфел. «Поркарул» каре а кыштигат жокул (ажунгынд ку «поарка» ла гожиняцэ) я «поарка» ку мына ши, стабилинду-се лынгэ гропица унуя дин жукэторий дин черк, о арункэ ку атенцие ын гожиняцэ. Дакэ «поарка» ну нимереште ын гожиняцэ, «поркарул» о ва арунка дин ноу де ла гропица урмэторулуй жукэтор ш. а. м. д. Кынд ын ефыршит «поарка» арункатэ нимереште ын гожиняцэ, стэпынул гропицей де лынгэ каре еа а фост арункатэ ва девени «поркар», яр фостул «поркар» ва окупа локул ачестуя ын черк ши жокул ва порни де ла ынчепут.</p>	
<p>«Ултима переке фуже»</p>	<p>Жукэторий ын нумэр де 7-15 се аранжазэ ын колоанэ кыте дой ла мижлокул унея дин линииле де фонд але теренулуй, формынд переке. Прин тражере ла сорць се алеже ун стригэтор, каре се пласязэ ын фаца колоанелор, ку спателе спре еле. Ын фаца колоанелор, паралел ку линия де фонд, се трасязэ о линие пе каре се ва стабили стригэторул.</p> <p>Жокул ынчепе ын фелул урмэтор: стригэторул пронунцэ кувинтеле: «Уну, дой, трей – ултима переке фуже!». Ла ачест семнал жукэторий каре алкэтуеск ултима переке дин колоанэ о руп ла фугэ ынаинте, пе дин афара колоаней респективе ши, депэшинд линия пе каре се афлэ стригэторул, се стэруе сэ се апуче кыт май репедэ де мынь ши сэ окупе апой лок ын фаца колоаней.</p> <p>Стригэторул аре ши ел дрептул сэ-л приндэ де мынэ (орь мэкар сэ-л атингэ ку мына)пе унул дин алергэторь, ши ,</p>	<p>Жокул ар моби. медие д кали физи вит ындел реакт сем визуа сон атен</p>

	<p>дакэ реушеште, ел форма ачеста о переке ноуэ, каре се ва стабили ын фаца колоаней. Чел рэмас фэрэ переке (ал трейля жукэтор) ва девени стригэтор ши жокул ва континуа ку о ноуэ репризэ.</p> <p>Пентру а ну фи принс (атинс ку мына) де кэтре стригэтор, фиекаре дин партенерий перекий каре фуже ва фолоси фенете, ескиве ши скимбэрь де дирекция, кэутындрэ се апропиэ де партенерул сэу, дар фэрэ а депэши лимителе теренулуй де жок. Дакэ стригэторул н-а реушит сэ приндрэ пе унул дин жукэторий перекий каре фуже, пынэ ка ачештя сэ се апуче речипрок де мынэ, ел ва ындеплини ачест рол май департе. Ачастэ ситуацииэ се поате репета де 3-5 орь (дупэ кум с-а стабилиит ла ынчепутулуй жокулуй), апой стригэторул ва фи скимбат де ун алт жукэтор дин колоанэ.</p> <p>Жокул поате дура ун анумит рэстимп орь пынэ ла десфэшураля унуй анумит нумэр де репризе .</p> <p>Кыштигэтору се ва сокоти партичипантул чел май юте ла пичор, каре а интерпретат де чел пуцин орь ролулуй стригэторулуй.</p>	
<p>«Курелуша»</p>	<p>. Жокул поате фи организат пе орьче лок нетед, атыт ын сэль sportive, кыт ши пе терен дескис. Партичипанций (10—30) се аранжазэ ын черк стрынс, стындрэ ын пичоаре, ку фаца спре чентру. Унул дин ей, алже прин тражере ла сорць, девине алергэтор ши я лок ын афара черкулуй, авындрэ о курелушэ ын мынэ.</p> <p>Жокул ынчепе ын фелул урмэтор: алергэторул ымблэ ын журул черкулуй ши ла ун момент дат пуне курелуша жос, ла спателе унуй жукэтор, фэрэ ка ачеста сэ обсерве. Да-кэ жукэторулуй, ла спателе кэруя а фост пусэ курелуша,</p>	<p>Ачес дэз атен ындем ши ви мишкэр жок миби мед</p>

ва обсерва ачест лукру, ел о ва ридика репедеша се ва стэруи сэ-л ажунгэ дин урмэ пе алергэтор, кэутын д сэ-л ловяскэ де май мулте орь ку курелуша (ну прятаре, ка сэ ну-й провааче ачестуя дурере). Алергэторул фуже ын журул черкулуй о сингурэ датэ ши кыт май репедеша, стэруинду-се сэ ажунгэ примул ла локул рэмас либер дин черк ши сэ-л окупе ынаинтя урмэриторулуй. Унул дин ей каре ва рэмыне фэрэ лок ва континуа жокул ын ролул де алергэтор ку курелуша ын мынэ. Дакэ жукэторул, ла спателе кэруя а фост пусэ курелуша, ну обсервэ ачест лукру, жокул се ва десфэшура ын фелул урмэтор: алергэторул (дупэ че а пус курелуша жос) ынконжоарэ репедеша черкул, ридикэ курелуша де жос ши ынчепе а-л лови ку еа пе спате пе жукэторул неатент дни черк. Ка сэ се салве-зе де ловитурь, ачеста требуе сэ ясэ дин черк ши сэ околяскэ ын фугэ черкул пынэ ва ажунже дин ноу ла локул сэу, ынаинтя урмэриторулуй, каре се стэруе ши ел сэ окупе локул либер. Ачела дин ей, каре рэмыне фэрэ лок, ва девени алергэтор ку курелуша ын мынэ.

Жокул ва континуа пынэ кынд курелуша ва поноси мэкар кыте о сингурэ датэ ла спателе фиекэруй жукэтор, офериндули-се астфел тутурора посибилитатя де а алерга ын журул черкулуй. Бируитор ва фи декларат ачел жукэтор, каре а примит челе май пуцине ловитурь де куря, даторитэ ажеримий ши ви-тезей де алергаре.

О кондицие принчипалэ центру а фаче жокул май интересант констэ ын фаптул кэ жу-кэторий каре алкэтуеск черкул сэ ну се уйте ынапой, кынд алергэторул трече ку курелуша пе ла спателе лор. Чел че се ва уйта ва

	прими ка педяпсэ о ловитурэ де курелушэ.	
«Де-а перия»	<p>Поате фи организат ын сэль ши пе теренурь sportive, афарэ пе ярбэ, ку партичипаря фетицелор ши бэецашилор.</p> <p>10—15 жукэторь се аранжазэ ын черк умэр ла умэр, ку фаца спре чентрул черкулуй ши ку мыниле ла спате.</p> <p>Унул дин ей стэ ын мижлокул черкулуй ку окий ынкишь сау легаць ши дин кынд ын кынд есте «перият» пе спате де кэтре жукэторий дин черк. Ачештя, периинду-л, трансмит перия унул алтуя пе ла спате астфел, ыикыт жукэторул дин чентру сэ ну вадэ ши сэ ну поатэ гичи ла чине сеаф-лз перия.</p> <p>Дупэ фиекаре «периялэ» чел дин мижлокул черкулуй требуе сэ гичяскэ ла чине есте перия, яр чел нумит требуе сэ арэте мыниле, Дакэ а гичит, ей ышь еккмбэ локуриле.</p> <p>Ын каз дакэ жукэторул ну гичеште, ва континуа сэ стее ын черк ши сэ фие перият, яр дакэ ну ва гичи де 5 орь ла рынд, ва фи елиминат дин жок.</p> <p>Пентру а-л индуче ын ероаре пе чел дин чентру, жукэторий каре формязэ черкул фак диферите мишкэрь ку мыниле пе ла спате, кяр дакэ перия ну се афлэ ла ей.</p> <p>Астфел жокул се компликэ ши чел дин чентрул черкулуй требуе сэ фие фоарте атент ши дибач пентру а гичи ла чине се афлэ перия.</p> <p>Дакэ липсеште перия, поате фи фолосит ун бурете, о мэнушэ, о минже моале де кырпэ орь алт объект моале ши курат, де дименеиуниле уней перий обишнуите.</p> <p>Варианта 2 Жокул поате фи екзекутат ши ын позиция шезынд: чей каре формязэ черкул се ашазэ пе ярбэ ку фаца ши ку пичоареле спре чентрул черкулуй, алкэтуинд</p>	<p>Ачес</p> <p>дэв</p> <p>атенция</p> <p>ворб</p> <p>ориент</p> <p>спациу</p> <p>жок</p> <p>миби.</p> <p>ме,</p>

	<p>астфел ун «под» де пичоаре (де женункь). Перия циркулэ дин мынэ ын мынэ пе суб «под». Чел дин чентрул черкулуй се афлэ ши ел ын позиция шезынд.</p> <p>Ын унеле локалитэць жокул есте ынсоцит де урмэтоаря стригэтурэ:</p> <p style="text-align: center;">Перия ич, Перия коля, Перия динаинтя мя; Перия'н дял ла Кухурешть Кынд ой да сэ те пэзешть!</p>	
<p>«Де-а цоашка»</p>	<p>Ла ачест жок пот партичипа атыт фете, кыт ши бэець Партичипанций ын нумэр де 10—30 се аранжазэ ын черк стрынс (умэр ла умэр), ку фаца спре чентру ши ку мыниле ла спате.</p> <p>Унул дин жукэторь, алес май ынаинте, аляргэ ын журул черкулуй пе динафара луй, авынд ын мынэ «о цоашкэ» (о басма, ун фулар, ун кордон орь о куря), пе каре о пуне пе неаштептате ын мыниле унуй жукэтор дин черк.</p> <p>Ачеста, приминд «цоашка», есе репедэ дин черк ши ынчепе сэ-л ловяскэ ку еа пе спате пе вечинул сэу дин дряпта, каре требуе сэ алерже ын журул черкулуй пынэ кынд ва ажунже дин ноу ла локул сэу.</p> <p>Скопул жокулуй констэ ын дезволтаря максимэ а атенцией ши а витезей де алергаре:ку кыт «фугарул» ва фи май юте ла пичор, ку атыт май пуцине ловитурь ва прими. Чел каре траисмите «цоашка» окупэ ын черк локул челуй каре а примит-о.</p> <p>Жокул континуэ пынэ кынд тонь партичипанций ау интерпретат чел пуцин о датэ ролул челуй каре бате ку «цоашка». Дакэ сынт пря мулць жукэторь, се пот форма доуэ орь трей черкурь. Жокул поате фи организат атыт ла</p>	<p>Ачест ж дезволт ла копи атенция ши алер есте о мобилю медие.</p>

	<p>аер ли-бер, кыт ши ын сала спортивэ, коридор ш. а.</p> <p>Кыштигэтор ал жокулуй ва фи консидерат ачел партичипант, каре, интерпретыйид ролул «фугарулуй», даторитэ атенцией ши юцелий де алергаре, н'а примит нич о ловитурэ ку «цоашка» пе спате сау а примит челе май пущине.</p>	
<p>«Де-а оастя»</p>	<p>10—20 де жукэторь се ымпрэштие пе теренул де жок, ын мод либер, окупынд тоатэ супрафаца луй. Теренул требуе сэ фие маркат ку линий апроксиматив ла 2—3 м де ла перець (ын сэль спортиве) орь де ла гардурь (ын огрэзь).</p> <p>Ел поате авя формэ циркуларэ, патратэ орь дрептунгюларэ, ку латура млкэ де 5—10 м ши ку чя маре де 10—20 м (дупэ нумэрул партичипанцилор ши дупэ ыврста лор).</p> <p>Дой дин ей, алешь прин тражере ла сорць ши репрезентынд «оастя», апукэ де капете о фрынгие де 5—7 м ши каутэ сэ каптурезе ку ажуторул ей пе кыте унул дин осташий «душ-мань», каре ну се дау приншь де бунэ вое.</p> <p>Чел принс (ынколэчит ку фрынгия) есте лу-ат «прнзониер» ши дус ынтр'ун колц ал теренулуй де жок.</p> <p>Жукэторий афлаць пе терен се вор депласа прин алергэрь репезь де ла ун капэт ал теренулуй спре алтул, кэутын д сэ ну се дее пря ушор приншь ын мыниле «осташилор». Ын ачест скоп ей пот фолоси фенте, аплекэрь ши кяр мерсул пе брынчь (пентру тречеря пе суб фрынгие), яр чей май спринтень вор ынчерка сэ сарэ песте еа.</p> <p>«Осташий» требуе сэ менцинэ фрынгия ла о ынэлциме апроксиматив константэ (ынэлцимя брыулуй), яр кынд ле</p>	<p>Жокул а</p> <p>аре о</p> <p>мобилиц</p> <p>маре, ка</p> <p>контриб</p> <p>дезволт</p> <p>атенцие</p> <p>мемори</p> <p>ындемн</p> <p>мотрич</p>

	<p>реушеште приндера вре-унуй «солдат инамик» прии ынколэ-чиря ачестуя ку фрынгия, ей се вор опри ла тимп ши ну вор стрынже лацул пря таре, пентру а ну-л траума не чел принс. Фетеле ши бэеций пот жука ымпреунэ. Жокул се термина атунч, кынд тоць «осташий инамичь» сынт луаць «призониерь» ши ва реынчепе прин алежеря алтор дой осташь.</p>	
<p>«Дракул шкьоп»</p>	<p>Жокул поате фи организат атыт ын сала спортивэ, кыт ши ын курте орь ын кымп. Пот партичипа 10—20 де жукэторь.</p> <p>Пе теренул де жок се десенязэ ун черк маре (дупэ нумэрул де жукэторь), яр ын мижлокул луй — алтул май мик ку диаметрул де 1,5—2 м.</p> <p>Прин тражере ла сорць се алеже ун жукэтор, каре ва интерпрета ролул «дракулуй шкьоп» ши каре се ва афла ла ынчепутул жокулуй ын черкул мик. Чейлалць жукэторь се ымпрэштие пе терен, алергынд ши сэринд ынтре челе доуэ черкурь, фэрэ сэ депэшаскэ линия черкулуй маре, ши стригынд ын кор: Есе дракул динтр'о бортэ К'ун папук ши к'о чуботэ!.. Дупэ че се ростеште кувынтул «чуботэ», «дракул шкьоп» есе дин бырлогул сэу (чер-кул чел мик) ши, шкьопэтынд де ун пичор, каутэ сэ приндэ вре-ун жукэтор ын лимителе черкулуй маре: дакэ избутеште, чел принсде-вине «драк шкьоп», яр фостул «драк» трече ын черк ка жукэтор. Жокул се репетэ пынэ кынд чел пучин о жумэтате дин жукэторь ындеплинесп ролул «дракулуй». Де менционат кэ «дракул шкьоп» н'аре вое сэ-шь скимбе пичорул ыидоит сау сэ се сприжине пе амбеле пичоаре атыта тимп, кыт се афлэ ын жок (ын-тре челе доуэ черкурь).</p>	<p>Есте ун о мобил маре, ка дезволт ындемь витеза п резисте алергар мускула ориента спациу.</p>

	<p>Дакэ а обосит, ел поате скимба пичорул нумай депласыиду-се дин кынд ын кынд ын черкул чел мик, де ун-де ва порни дин ноу ла принс.</p> <p>Варианта 2«Дракулуй шкьоп» и се пермите скимбаря пичорулуй дупэ 3 сэритурь пе унул ши аче-лаш пичор.</p> <p>Варианта 3 Кынд нумэрул партичипанцилор ла жок есте май маре де 15, се вор алеже дой «драчь».</p> <p>Варианта 4Пентру а ушура сарчина «дракулуй шкьоп» де а-й принде пе жукэторь, ачестора дин ур-мэ ли се ва чере сэ се депласезе ын интерва-лул динтре челе доуэ черкурь нумай ынтр'ун пичор, пе каре-л вор путя скимба нумай дупэ трей сэритурь.</p>	
<p>«Скаунул мишкэтор»</p>	<p>Авынд о мобилитате редусэ, ачест жок поате фи организат пе локурь де дименсиунь лимитате атыт афарэ, пе теренурь дескисе, кыт ши ын интериор — ын сэль де клуб, пе сченэ. Партичипэ 15—20 де жукэторь де ачелаш секс ши де ачешь вырстэ, каре се аранжазэ ын формацие де черк, унул ын спа-теле челуйлалт. Жукэторул дин спате ыл купринде ку мыниле пе чел дин фацэ ла нивелул брыулуй.</p> <p>Ла прима командэ а арбитраулуй тоць партичипанций ышь ындоае лент женункии, ашезынду-се пе женункии челуй дин спате, ка пе ун «скауи». Л а а доуа командэ, ынчепынд тоць ку ачелаш пичор (ку стынгул), «скау-нул» ынчепе сэ се миште пе трасеул чирку-лар (чиркумферинцэ) прин пашь мичь, ексе-кутаць де партичипанць конкомитент ши алтернатив.</p> <p>Пентру а ну се ажунже ла ситуация кынд ун партичипант ыналт де статурэ сэ фие облигат сэ се ашезе пе женункии</p>	<p>Есте ун о мобил медие, контриб дезволт атенцие ориентэ спациу, мемори ындемн мотрич</p>

унуй партичипант скунд, ла ынчепут жукэторий вор фи алинияць ын линиие пе ун рынд, ку чей май ыналць ла мижлок ши ку чей май мичь ла фланкурь, дупэ каре тоць се вор ынтоарче ла 90° спре дряпта орь спре стынга ши вор уни капетеле колоаней, алкэтуинд черкул.

Реушита жокулуй депинде де дисциплина жукэторилор, ындоиря женункилор ши аше-заря пе «скауне», урмынд ка тоате акциуни-ле сэ се факэ лент ши конкомитент де топь жукэторий. Ын моментул ашезэрий женункии ши кэлкыеле жукэторилор требуе сэ фие алэтурате. Жокул презинтэ моменте хазлий атунч, кынд дупэ грешала де пэшире а унуй партичипант се рэстоарнэ кыте ун сегмент орь кяр черкул ынтрег. Бируиторий ла ачест жок ну се пот апречия, деоарече липсеште элементул компетиционал. Ку тоате ачестя есте практикат ку виу интерес, деоарече поза «де скаун» адоптатэ де еіі ши прочедеул де депласаре сынт атрэгэтоаре прин елемен-те орижинале ши моменте хазлий.

Варианта 2 (пе екипе) Жукэторий алкэтуеск 2 орь 3 екипе егале ка нумэр ши ка валoare физикэ, каре се аранжазэ ын колоане паралеле ла унул дин капетеле теренулуй де жок, ынапоя линией де плекаре. Ын интериорул фиекэрей екипе партичипанций се пласязэ ын формации стрынсэ де колоанэ кыте унул, дупэ ынэлци-ме, чей май мичь афлынду-се ын фаца ко-лоанелор, чей май ыналць — ын спате. Аше-заря пе «скауне» се ефектуязэ ла команда арбитрулуй ка ши ла варианта 1-я, ку сингура диференцэ кэ екипеле репрезинтэ фиекаре о линиие дряптэ ши ну ун черк. Ла а доуа командэ а арбитрулуй екипеле трек линия де плекаре ши се

	<p>депласязэ ын линии дряптэ, ын позиция «шезыид пе скаун», спре екстре-митатя опусэ а теренулуй де жок, унде се афлэ линия де сосире (ла 20—30 м де ла линия де плекаре).</p> <p>Курса се ва сокоти терминатэ атунч, кынд ултимул «скаун» ал фиекэрей екипе ва трече линия до сосире.</p> <p>Кыштигэтоаре ва фи декларатэ екипа каре прима ва термина курса.</p>	
<p>«Хай ку мине, фужь де мине!»</p>	<p>Жокул се поате десфэшура пе теренурь дескисе ши ын сэль sportive ку партичипаря комунэ а бэецилор ши фетелор, индиферент де вырстэ ши де партикуларитэциле физиче. Колективул де жок се ымпарте ын май мулте групурь а кыте 4—5 жукэторь, каре се аранжазэ ын формэ де разеле унуй черк, ку спателе спре чентру, яр ку фаца спре екстериор. Нумэрул де разе поате фи де ла 4 ла 6 ын функции де нумэрул партичипанцилор.</p> <p>Ын преалабил се алеже ун жукэтор каре е нумит провокатор». Реприза ынчепе ын фелул урмэтор: «провокавторул» аляргэ ын журул черкулуй де разе ши ла ун момент дат се опреште ын фаца унуй груп, атинже ку палма умэрул жукэторулуй афлат ын фаца са, адресынду-и-се ку фразеле — «Хай ку мине!» орь «Фужь де мине!» — дупэ каре континуэ алергаря ын журул черкулуй пентру а ревени кыт май репедэ ла локул окупат де ачастэ екипэ. Ын ачелаш тимп ынтрегул груп се ангажазэ ши ел ын алергаре ын журул черкулуй, ын ачеш дирекции ын каре аляргэ «провокавторул» (атунч кынд ел пронунцэ прима фразэ). Ын тимпул алергэрий фиекаре партичипант ынчаркэ сэ-шь депэшаскэ кое-кипиерий ши «провокавторул», пентру а ажун-же принтре примий ши а</p>	<p>Жокул с о мобил медие, контриб дезволт атенцие ориентэ спациу, мемори ындемн мотриче</p>

	<p>окупа ун лок кыт май буи.</p> <p>Фиекаре жукзтор ажунс ла базэ се аран-жазэ дин ноу унул ын спателе алтуя, ын ординя сосирий, де ла маржине спре чентру. Ын казул кынд «провокавторул» пронунцэ фраза а доуа «Фужь де мине!», екипа респективэ ва алерга ын дирекције опусэ. Жукэто-рул сосит ултимул ла базэ ва континуа жо-кул ку провокаря алтей екипе.</p> <p>Алергаря се ва сраче нумай ын афара чер-кулуй ши ын сенсул индикат де «провокавтор». Ну се пермите тречеря принтре разе ын скоп де а скурта друмул. Есте интерзисэ пунеря де педичь орь ымпинжеря жукэторилор афлаць ын фаць. Кыштигэторул ва фи партичипан-тул каре н'а интерпретат ничодатэ ролул «провокавторулуй».</p>	
<p>«Атинже минжя»</p>	<p>Се диспутэ ку 10—15 жукэторь ши о минже де баскет орь де фотбал ынтр'о салэ спортивэ сау пе ун терен де жок ын аер либер. Аксиуниле мотриче пе каре ле концине жокул сынт: алергаря, трансмитеря, интерчептаря ши приндеря минжии. Прин тражере ла сорць сау прин нумэрэтоаре се алеже ун жукэтор, каре окупэ лок ын чентрул теренулуй. Тоць чейлалць жукэторь формязэ ын журул луй ун черк, ла лэцимя брацелор ынтинсе, ку фаца спре чентрул луй. Минжя се афлэ ла жукэторий дин черк, каре ла семналул арбитулуй ынчеп сэ о пасезе ку ажуторул мыиilor. Пентру ача-ста ей фолосеск диферите прочедее: ку амбеле мынь — де ла пент, де де асупра капулуй, де жос; ку о мынэ — де ла умэр, де де асупра капулуй, динтр'о парте, прин ростоголире пе подя (сол, пэмынт), прин ловире де подя ши рикошаре де ла еа ш. а. м. д. ын аша фел, ка</p>	<p>Ачест ж де о мо мед дезво ко калит физи мор волит базэ, сынт ындем пречи арунк прин атен</p>

жукэторул дин чентрул черкулуй сэ н'о поатз
иптерчепта.

Приндеря минжии де асеменя есте пермисэ прин
диферите прочедее, ынсэ нумай ку ажуторул мышилор.

Жукэторул дин миж-локул черкулуй се стэруе сэ
интерчептезе минжя орь мэкар сэ о атингэ ку мына, фие
ын тимпул зборулуй, фие атунч кынд еа се афлэ ын
мыниле унуй жукэтор дин черк.

Де рецинут кэ траекторииле паселор минжии ну требуе сэ
фие май ыналте декыт ынэлцимя жукэторулуй дин
чентру, кынд ел есте ку брацеле ридикате ын сус. Ын каз
кынд арбитрул жокулуй констатэ кэ о асеменя пасэ путя
фи интерчептатэ дакэ еа ар фи фост екзекутатэ ла
ынэлцимя кувенитэ, ел поате скимба жукэторул централ
ку чел каре н'а респектат регула датэ.

Пентру интерчептаря минжии жукэторул дин чентру се
поате фолоси де орьче прочедее (инклюдив сэритурь,
фандэрь, плонжэрь) ши де орьче парте а корпусулуй сэу,
инклюдив пичоареле. Кынд реушеште ачест лукру, ел ва
фи скимбат ку жукэторул дин черк, каре ултимул а фост
ын контакт ку минжя.

Дакэ ум партичипант ну реушеште сэ приндэ минжя
адресатэ луй ши ачаста есе ын афара черкулуй, ел есте
облигат сэ алер-же дупэ еа, с'о приндэ ши с'о пасезе
астфел, ка еа сэ ну кадэ ын мыниле жукэторулуй централ,
каре ын асеменя казурь аре ши ел дрептул де а еши ын
афара черкулуй пентру а урмэри минжя.

Ун жукэтор дин черк н'аре вое сэ цинэ минжя ын мынь
(фэрэ сэ о трансмитэ) май мулт де 5 сек. Есте интерзисэ
трансмитеря минжии вечинулуй дин дряпта орь челуй дин

ВОИНС
КЫШ

	<p>стынга (ынтре жукэторул каре трансмите минжя ши чел каре о принде требуе сэ се афле чел пущин ун партичипант). Пентру ын-кэлкаря ачестор регуль виноваций сынт</p> <p>педепсиць ку тречеря ын интериорул черкулуй.</p> <p>Компетиция континуэ ун анумит тимп, стаби-лит динаинте, яр кыштигэтор ва фи жукэторул каре н'а фост делок орь а нимерит де челе май пущине орь ын интериорул черкулуй. Дакэ жукэторул дин чентру тимп ынделунгат ну реушеште сэ интерчептезе минжя, ел ва фи скимбат ку алтул, каре, ынсэ ну ва фи пенализат пентру</p> <p>ачастэ ынтраре ын черк.</p>	
<p>«Де-а минжя бэгутэ»</p>	<p>Есте ун жок симплу ши акчесибил, каре ну нечеситэ кондиций спечиале. Ыл практика де обичей, бэеций ын вырстэ де 7—14 ань нумай афарэ, пе ун терен дескис, ку дименсиуниле де апроксиматив 30X15 м. Пентру жок есте невое де ун бастон де бэтае (лунг де 80 чм) ши де о минже ку диаметрул де 7—8 чм. конфекционатэ дин каучук, дин пеле орь дин кырпе.</p> <p>Ла жок партичипэ ун нумэр де 5—15 бэець, динтре каре, прин тражере ла сорць, се алеже ун жукэтор «де бэтае» ши унул каре ва серви минжя, нумит «фрунташ»; чейлалць жукэторь ышь фак нумеротаря ын контйнуу аре ши се ымпрэштие пе теренул де жок. Ла унул дин капетеле теренулуй се ва траса линия де бэтае, яр ла 20 м депэртаре ши пара-лел ку еа — о линие де контрол, ситуатэ ла 2/3 дин лунжимя теренулуй де жок.</p> <p>Компетиция ынчепе ла семналул арбитрулуй ын фелул урмэтор: жукэторул ку минжя («фрунташул») о сервеште</p>	<p>Жокул а</p> <p>аре о</p> <p>мобилиц</p> <p>медие д</p> <p>калитэц</p> <p>физиче</p> <p>прециоа</p> <p>витеза,</p> <p>ындемн</p> <p>реакция</p> <p>семнале</p> <p>визуале</p> <p>соноре.</p>

пентру бэтае, арункынд-о де жос ын сус дин фаца жукэ-
торулуй де ла бэтае, каре о ловеште путерник ку
бастонул, тримицынд-о кыт май сус ши май департе ын
кымп, песте линия де контрол, спре чейлалць
партичипанць афлаць ла приндере.

Дакэ унул динтре ачештя реушеште сэ приндэ минжя дин
збор, ел ва трече ын ло-кул «фрунташулуй»,
«фрунташул» ва луа ло-кул челуй «де ла бэтае», яр ачеста
дин урмэ ва трече ын кымп ла приндере. Дакэ, ынсэ,
минжя а збурат песте линия де контрол, дар н'а фост
принсэ де жукэтории дин кымп, реприза ва континуа ку о
ноуз фазэ, фэрэ ским-бэрь де ролурь. Ын ачест каз
жукэтории де ла приндере сынт облигаць сэ ридиче
минжя ши с'о трансмитэ кыт май репедэ «фрунта-
шулуй».

Жукэторул де ла бэтае аре дрептул сэ рефузе
екзекутаря бэтэий, дакэ минжя а фост сервитэ
инкорект де «фрунташ». Ын ачест каз ел ну требуе сэ
ынтреприндэ ку бастонул нич о мишкаре сире минжя
сервитэ инкорект. Ын каз контрар мишкаря ку ба-
стонул ва фи сокотитэ дрепт о ынчеркаре не-реушитэ де а
бате минжя. Дакэ жукэторул де ла бэтае ну нимереште
ку бастонул ын минжя сервитэ де трей орь'ла
рынд орь ексекутэ де трей орь ловитурь ела бе, дупэ
каре минжя ну трече песте линия де контрол, | ел перде
дрептул де а континуа «бэтая» ши ва трече ла коада
жукэторилор де ла приндере. Локул луй «ла бэтае» ыл
ва окупа: «фрунташул», яр сервирия минжий ва фи
ефектуатэ де жукэторул де ла приндере, каре ын
момеитул ратэрий ловитурий а трея с'а афлат чел май

	<p>апроапе де линия де контрол. Чейлалць жукэторь де ла приндере се вор депласа, ка ла жокул де волей, ку ун лок ынаинте (де ла стынга спре дряпта). Унеорь минжя бэтутэ збоарэ дестул де сус прин аер, дар инсуфичиент де департе] пентру а трече песте линия де контрол ши атеризязэ пе «теренул нимэнуй» динтре челе доуэ линий. Дупэ регулиле жокулуй, о астфел де мииже ну поате фи принсэ де жукэторий дин кымп, дар, ка ексчепцие, се перми-те жукэторулуй де ла бэтае сэ-шь коректезе грешала: ел аре вое сэ приндэ минжя дин збор ши атунч ва рэмыне май департе ла бэтае. Атыт спектаторий, кыт ши жукэторий ынсоцеск де обичей грешелиле челуй де ла бэтае ку фиксаря ын глас таре а ачестора: «Уну, дои...»</p> <p>Варианта 2 Партичипанций се пот ынцележе ынтре ей сэ организезе жокул фэрэ «фрунташ», май алее атунч, кынд яу парте ун нумэр мик де жукэторь (3—5). Ын ачест каз серверя минжий шь-о фаче сингур жукэторул де ла бэтае: ку стынга арункэ минжя, яр ку дряпта екзекутэ ловитура. Рестул регулилор де жок сышт идентиче ку челе дин варианта 1.</p> <p>Ла скимбаря ролурилор партичипэ нумай 2 жукэторь — чел де ла бэтае ши чел де ла приндере.</p>	
<p>«Руперя ланцулуй»</p>	<p>Компетиция поате фи организатэ ын сэль теренурь sportive, пе толоакэ, ын курць. 10—20 де жукэторь се ымпарт прин тражере ла сорць ын доуэ екипе ши окупэ локуриле респективе ла капетеле теренулуй де жок, аранжынду-се ынтр'о линиие ши цннынду-се де мынь. Екипеле, ын фрунтя кэрора се ситуязэ кэпитанул, стау фацэ'н фацэ л а о дистанцэ де 15—16 м.</p>	<p>Ачест ж... де о мо... медие ч... дезволт... копий в... ындемь... форца, а...</p>

Ынтречериле ынчеп ын фелул урмэтор: кэпитанул унея дин екипе (каре прин тражере ла сорць а обцинут дрептул де а ынчепе жокул) се адресязэ кэпитанулуй екипей адверсе ку урмэтоареле кувинте: «Кэпитане, кэпитане, дэ-мь ун солдат!» Апой урмязэ ынтребаря кэпитанулуй адверс:

— «Пе чине?», ла каре примул капитан рэспунде: «Пе Аурел».

Чел нумит аляргэ ын фуга маре спре екипа адверсэ (де каре а фост черут) ши се арункэ ку тоатэ путеря ын унул дин интерва-леле динтре жукэторий че се цин де мынэ, кэу-тынд сэ рупэ ланцул. Дакэ реушеште, ел аре дрептул сэ се ынтоаркэ ла екипа са, луынд ка «призониерь» пе чей дой жукэторь ай адверсарилор кэрора а реушит сэ ле десфакэ мы-ниле. Тоць трей комплекязэ рындуриле екипей каре а кыштигат дуелул.

Дакэ, ынсэ, «солдатул» черут н'а рупт ланцул екипей конкуренте, ел ва девени «прк-зониер» ал ачестей екипе. Жокул континуэ астфел прин кемаря ши алергаря пе рынд а «солдацилор» динтр'о екипэ ын алта, пынэ кынд унул дин кэпитань рэмыне фэрэ «солдаць».

Практикаря ачестуй жок коптрибуе ла дез-волтаря унор астфел де калитэць физиче ка витеза, ындемынаря, форца, кыт ши а сим-цулуй де рэспундере колективэ.

Р е г у л и л е ж о к у л у й.

1. «Солдаций» каре ынчаркэ сэ рупэ рындул н'ау вое сэ се избяскэ ку коателе орь ку умерий де мыниле уните але адверсарилор.

2. Жукэторий дин ланц, унде ынчаркэ сэ-л рупэ «солдатул» екипей адверсе, н'ау вое сэ десфакэ

, ориент
спациу,
колекти

	<p>мыниле ка сэ ну прнчинуяскэ кэдеря ши вэтэмаря ачестуя.</p> <p>3. Се рекомаидэ ка жукэторий сэ фие кам де ачеш вырстэ ши де ачеш прегэтире физика; ла жок пот партичипа атыт бэець, кыт ши фете.</p>	
<p>«Крабий ши креветеле»</p>	<p>Ла жок пот партичипа пынэ ла 40 де жукэторь, репартизаць ын доуэ екипе егале, пугынд фиекаре семне дистинктиве.</p> <p>Жокул поате фи организат ын салэ ши пе теренул спортив, ын курте ш. а. Пот партичипа ымпреунэ бэець ши фете де ачеш вырстэ.</p> <p>Ла мижлокул теренулуй де жок сынт трасате доуэ линий паралеле ла о дистанцэ де 2 м уна де алта. Ла капетеле теренулуй, апроксиматив ла 15—20 м де ла линииле дин чентру ши паралел ку еле, се траже кыте о лииие де салваре (де амбеле пэрць).</p> <p>Екипеле се аранжазэ ын рынд, уна ын фаца алтея, фиекаре лынгэ линия чентралэ респективэ. Дистанца динтре жукэторий ачеляш екипе е де ун пас.</p> <p>Ла ынчепутул жокулуй прин тражере ла сорць се стабилеште екипа «крабилор» ши чя а «креветелор».</p> <p>Кынд кондукэторул ростеште ку глас таре нумеле уней екипе, дс екземплу «крабий», ачештя аляргэ пентру а принде «креветеле», каре ла рындул лор фуг ынапой спре линия де салваре. Дакэ кондукэторул стригэ: «кревете» — мембрий екипей аляргэ дупэ «крабь», каре се ретраг спре линия лор де салваре.</p> <p>Жукэторий приншь ынаинте де а ажунже ла линия де салваре сынт луаць «призониерь» де екипа адверсэ.</p> <p>Компетиция континуэ пынэ кынд тоць жукэторий унея</p>	<p>Ачест ж...</p> <p>де о мо...</p> <p>медие ч...</p> <p>дезволт...</p> <p>копий а...</p> <p>рапидит...</p> <p>ориента...</p> <p>спациу,</p> <p>цулуй д...</p> <p>рэспунд...</p> <p>колекти...</p>

	<p>дин екипе сынт луаць «призониерь». Дакэ, ынсэ, с'а стабилит ка жокул сэ се десфэшоаре ун тимп анумит, ва кыштига екипа каре а каптурат ун нумэр май маре де «призониерь».</p> <p>Се рскомандэ ка амбеле екипе сэ фие кемате ын жок апроксимитив ын нумэр егал. Кондукэторул ва рости лунг прима силабэ «кррр...», яр жукэторий, нештиид каре дии екипе ва фи кематэ, вор фи фоарте атенць..</p> <p>Пентру а фаче компетиция май интереснтэ ши пентру а ынкорда атенция жукэторилор,кондукэторул поате рости дин кынд ын кынд ши ун алт кувынт, каре ынчепе ку литереле «кр...» (краватэ, кратицэ, кратер), ла аузул кэруя екипеле требуе сэ рэмынэ пе лок.</p> <p>Ун жукэтор се консидерэ припс нумай атунч, кынд ел ну аре посибилитате де а фужи; симпла атинжере ку мына ну аре нич ун рост. Приндеря де хайнэ ну есте пермисэ,, дупэ кум ну се адмите пунеря де педичь ын тимпул урмэриий. Мембрий ачелеяш екипе се пот ажута речипрок ла приндеря унуй адверсар — (2—3 ыл пот принде пе ун конкурент) .</p> <p>«Призониерий» стау лиништиць ын афара теренулуй де жок, ын спациул спечиал резерват лор.</p>	
<p>«Чине-й май ажер!»</p>	<p>Чей 10—30 де жукэторь сынт репартизаць ын доуэ екипе егале, каре се алиниязэ фацэ ын фацэ ла о дистанцэ де 15—20 м, нумэрыду-се ын континуаре. Фиекаре жукэтор требуе сэ-шь цинэ минте нумэрул.</p> <p>Ла мижлокул теренулуй пе ун скэунел орь пе пэмынт се пуне о кэчулэ, о батистэ, о мэнушэ сау ун фулар. Кынд арбитрул ростеште ун нумэр, де екземплу «б», жукэторий ку ачест нумэр дин амбеле екипе се</p>	<p>Ачест ж... де о моб... медие ч... дезволт... копий... калитэц... физиче... морале-</p>

	<p>ындрыптэ спре мижлокул теренулуй ши каутэ сэ ее объектул ын каузэ. Апукынду-л, ел требуе сэ фугэ ынапой ла екипа са, яр жукэторул рэмас фэрэ нимик ынчаркэ сэ-л приндэ. Дакэ ачеста ажунже ла екипа са ынаинте де а фи принс, жукэторул каре л-а урмэрит есте луат «призониер». Ын каз, ынсэ, кэ чел ку объектул есте принс де адверсар, ел ва фи луат «призониер» ши дус ын формация конкуренцилор. Екипа каре а луат май мулць «призониер» ынтр'ун рэстимп динаинте стабилит, ва девени ынвингэтоаре.</p> <p>Пентру а-л фаче «призониер» пе чел че аляргэ ку объектул ын мынэ, е дестул де а-л атинже ку мына пе спате.</p>	<p>волитив витеза, воинца кыштиг</p>
<p>«Вынэторий ши рэциле»</p>	<p>Л а жок партичипэ 30—40 де жукэторь ымпэрциць ын доуэ екипе егале. Пе теренул де жок се фак доуэ черкурь концентриче, унул ку раза де 3—4 м, алтул ку раза де 7—8 м.</p> <p>Дупэ тражеря ла сорць о екипэ се аранжазэ ын черкул мик ши репрезинтэ «рэциле», яр чялалтэ екипэ — «вынэторий» — се ситуязэ ын афара черкулуй маре, ла интервале егале унул де алтул. Пентру десфэшуаря конкуренцией е невое де о минже ку диаметрул 10—12 чм. «Вынэторий» пасязэ унул алтуя минжя, яр кышд сокот кэ а венит моментул потривит, унул арункэ ку еа ын «рэциле» каре се афлэ ын черкул мик. «Рэциле» ау вое сэ се апере де ловитурь прин сэритурь ши депласэрь рапиде. «Раца» ловитэ требуе сэ ясэ дин жок (еа а фост вынатэ). Астфел жокул континуэ пынэ кышд тоате «рэциле» сынт скоасе дни жок.</p> <p>Дупэ ачаста екипеле се скимбэ ку ролуриле.</p>	<p>Ачест ж де о моб маре че дезволт копий в форца, а ориента спациу.</p>

	<p>Кондукэторул фиксязэ тимпул, пе каре л-а фолосит фиекаре екипэ ын ролул «вынэторилор». Кыштигэ екипа каре а фолосит май пуцин тимп пентру вынатул тутурор «рэцилор».</p> <p>«Рэциле», апэрынду-се де минже, н'ау вое сэ ясэ дин черкул мик. Чел каре а ынкэлкат ачастэ регулэ есе дин жок. «Вынэторий», ла рындул лор, н'ау вое сэ трякэ ын черкул маре. Ей пот фаче ун пас латерал спре дряпта орь спре стынга пентру а-шь алеже о позиции май бунэ де арункаре.</p> <p>Ловитура ну есте луатэ ын консидерацие, дакэ минжя а рикошат де ла пэмынт сау де ла алт жукэтор ши а нимерит ын «рацэ».</p> <p>Варианта 2 Жукэторий екипей дин черкул мик ау вое сэ се апере ку амбеле мынь: дакэ минжя а ловит «раца», еа есе дин жок; дакэ, ынсэ, минжя а нимерит ын палмеле «рэций» пусе ка ун скут пентру апэраре, еа ва континуа жокул.</p> <p>Варианта3 «Вынэторий» ау вое сэ пасезе ши сэ арунче минжя ын «рэць» нумай пынэ ла женункь орь ростоголинд минжя пе пэмынт. «Раца» се ва сокоти вынатэ нумай атунч, кышд еа а фост ловитэ ку минжя ын глезнеле пичоарелор.</p>	
<p>«Ланцул»</p>	<p>Ла компетицне партичипэ доуэ екипе, авынд фиекаре ун нумэр егал де жукэторь (15—20). Жокул поате фи организат атыт ын сала спортивэ, кыт ши пе терен спортив, курте, толоакэ.</p> <p>Жукэторий фиекэрей екипе се алиниязэ ынтр'ун рынд, луынду-се де мынь ла нивелул коателор. Екипеле стау фацэ'н фацэ ла о дистанцэ де 6—8 м уна де алта. Ынтре</p>	<p>Ачест ж... де о мо... маре че... дезволт... копий в... ындемь... форца, а...</p>

	<p>еле есте трасатэ о линие чентралэ.</p> <p>Ла семналул кондукэторулуй екипеле порнеск ын марш уна спре алта, пынэ се ынтылнеск. Ынтылнинду-се, еле ынчеп сэ се ымпингэ речипрок, фиекаре кэутынэ сэ-л ымпингэ пе адверсар кыт май департе де линия чентралэ.</p> <p>Екипа каре реушеште сэ факэ ачаста кыштигэ конкуренция.</p> <p>Дупэ карактерул акциунилор мотрнче пе каре ле концие ачест жок (ымпинжерь, кэдерь, контакт корпорал директ).</p> <p>Фетелор ле есте контраиндикат партичипаря ла ачесте конкуренций.</p>	<p>, ориент спациу, колекти</p>
--	---	---

